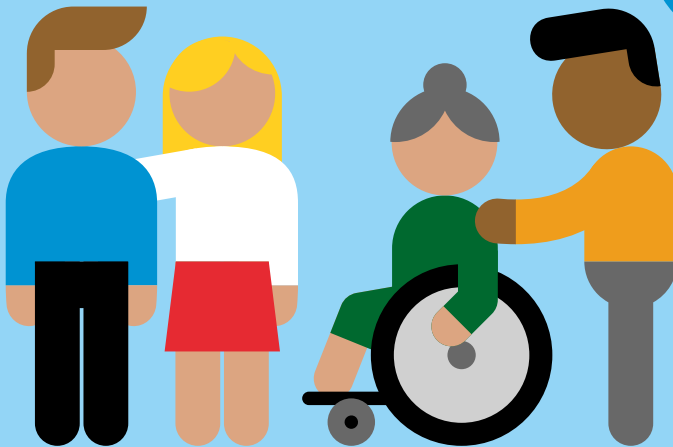


Samen tegen eenzaamheid Oegstgeest



Oegstgeest Ontmoet

doe
mee!



Programma
20 t/m 27 sept. 2025

Zaterdag 20 september

Conditie zwemtraining voor (jong)volwassenen

**Zwembad Poelmeer,
Lange Voort 273**
8.00 – 8.45

Speciaal voor (jong)volwassenen: een leuke training om je conditie te verbeteren. Je kan vanaf elk niveau meedoen en werken aan je zwemtechniek. Tijdens de training krijg je aanwijzingen om je zwemslag te verbeteren en word je uitgedaagd om je uithoudingsvermogen te vergroten. Wees welkom deze week om de gezellige sfeer bij Vivax te proeven. **Meer info:** contact@zpvivax.com

Ontmoetingsgebakje

**Winkelcentrum
Lange Voort,
voor Bakker van
Maanen aan de
Irislaan.**
10.00 - 12.00

Wij trappen de week af in Winkelcentrum Lange Voort, waar de ondernemers (namens Winkeliersvereniging Lange Voort en eigenaar Achmea Real Estate) jou en iemand die jij meeneemt samen trakteren op een kop koffie met gebak. Ook de organisatoren van de week zijn aanwezig voor vragen en tips.
Meer info: [Ivonne Janka, i.janka@radiuswelzijn.nl](mailto:Ivonne.Janka@radiuswelzijn.nl)

Samen in beweging met Fietsmaatjes

**Voor Bakker van
Maaenen
Irislaan 67-69**
10.00 - 12.00

Fietsmaatjes biedt mensen die niet meer zelfstandig kunnen fietsen een fietsmaatje aan. We maken gebruik van duofietsen, waarbij de gast naast de vrijwilliger zit. Op een gezellige manier komen gasten letterlijk in beweging en ontstaan er unieke contacten. Kom kennismaken en probeer een ritje als gast of vrijwilliger.
Meer info: [Titia Cohen, voorzitter@fietsmaatjesoegstgeest.nl](mailto:Titia.Cohen@fietsmaatjesoegstgeest.nl)

Bijzonder jubileum: Buitenlust 100 jaar

**Buurthuis
De Kratong,
Curaçaostraat 18**
14.15 - 17.00

De wijk Buitenlust bestaat 100 jaar – dat is een feestje waard! Ontmoet oude en nieuwe buren bij het jubileumfeestje in De Kratong. Gezamenlijk lopen we naar het nieuwe zesde muurgedicht, dat om 14.30 uur wordt onthuld. Kom luisteren naar het gedicht en stadshistoricus Cor Smit, onder het genot van een taartje en een afsluitend drankje. Er is muziek en dans, een ballonnenartiest en activiteiten voor jongeren.
Meer info: buurtverenigingbuitenlust@ziggo.nl

Zondag 21 september

Voetbal verbindt - speel mee

**FC Oegstgeest,
De Voskuil 19**

14.00 - 16.00

Elke zondagmiddag is er een gezellige voetbalinstuif op de velden van FC Oegstgeest. Buurtgenoten, statushouders en vluchtelingen spelen samen – iedereen is welkom! De mix van culturen maakt het extra leuk. **Meer info:** www.fcunited.nl

Quizmiddag met de SeniorenSoos

**Dorpscentrum,
Lijtweg 9**

14.00 - 16.00

De SeniorenSoos Rendez Vous organiseert 'Het Enveloppenspel' – een spannende quiz waarbij je in groepsverband vragen beantwoordt. Wie haalt de hoogste score en gaat met een leuke prijs naar huis? Je bent van harte welkom, ook als je alleen komt: de groepen worden ter plekke gevormd.

Aanmelden (niet verplicht): jennygrandia68@gmail.com

Schilderworkshop KunstKasteel

**Rhijngester-
straatweg 191,
achter het huis**

15.00 - 17.00

Kosten: 5 euro

(inclusief materiaal)

Hoe bouw je een schilderij op? Voor deze workshop hoef je geen ervaren schilder te zijn! Je werkt op een schildersdoek met acrylverf en wordt stap voor stap door het schilderproces geleid. De workshop wordt gegeven door Hester Scheltens, ervaren schilderdocent en eigenaar van Het KunstKasteel.

Aanmelden: info@kunstkasteel.com of 06 - 23 52 11 64

Maandag 22 september

Samen fietsen

**Start bij Haeswijk,
President**

Kennedylaan 141

10.00 - 13.30

Houd je van (elektrisch) fietsen door onze mooie regio, maar mis je soms het gezelschap? Deze week start een kleinschalige fietsclub die één of twee keer per maand fietstochten maakt van ongeveer 40 km. Lijkt het je leuk om mee te doen en mee te bouwen aan deze nieuwe groep? **Aanmelden:** [Nel Kortlever, nelkortlever@ziggo.nl](mailto:NelKortlever@ziggo.nl)

Verbinding en ontspanning met DO IN yoga

**Sunterra,
Clusiushof 7**
11.00 - 12.00

DO IN is een Japanse vorm van yoga. Door oefeningen, strekkingen en zelfmassages van acupressuurpunten stimuleer je jouw zelfhelen- de vermogen. Laat je energie stromen en beweeg op een manier die bij jou past. **Reserveer jouw matje en meld je aan via:**
info@yogametjeannette.nl

Gastentafel

**Huis Ampijoloe,
Rhijngeester-
straatweg 191**
Vanaf 17.45
Kosten: 10 euro

Hester en Robert Scheltens organiseren een Gastentafel om mensen met elkaar in contact te brengen. Je bent van harte welkom bij onze tafel voor acht personen voor een heerlijk driegangendiner. Zijn de kosten een belemmering? Bel ons gerust voor een oplossing.
Aanmelden nodig: gastentafel@ampijoloe.com
Meer info: Robert Scheltens, 06 - 51 35 46 56

Haak maar aan!

**Buurthuis De
Kratong,
Curaçaostraat 18**
20.00 - 21.30

Haak aan in De Kratong. Neem je haak- of breiwerk, of ander handwerk mee. We zijn benieuwd naar je creativiteit!
Tijdens deze avond is er ook iemand aanwezig om je te helpen.
Meer info: buurtverenigingbuitenlust@ziggo.nl

Samen wandelen

**Start bij de
Wereldwinkel,
Lange Voort 2J**
20.00

Wandel met ons mee! Samen wandelen is tenslotte gezelliger dan alleen
Aanmelden: wandelclub_oegstgeest@ziggo.nl of 06 - 28 78 10 75

Dinsdag 23 september

De Mobiele Verwarring

**Parkeerplaats
Haeswijkflat,
President
Kennedylaan 141**
9.30 - 11.00

Stap als mantelzorger in de wereld van James via de escaperoom-caravan. Beleef hoe verwarrend het dagelijks leven met dementie kan zijn. Na afloop is er ruimte voor uitwisseling en gesprek.
Aanmelden verplicht bij: Jasmijn Collin, mantelzorgmakelaar:
j.collin@radiuswelzijn.nl of 06 - 32 14 57 60

Leven met de dood

**Dorpscentrum,
Lijtweg 9**
9.30 - 13.00

Wil je stilstaan bij wie er ernstig ziek zijn in jouw omgeving of een dierbare die is overleden? Kom dan een kaarsje aansteken voor een ander of voor jezelf. Als je wilt, kun je hierover in gesprek met ons.

Meer info: info@issoria.nl of steunbijverlies@humanitas-rijnland.nl

Open Dorpsplein met koffie en een broodje

**Dorpscentrum,
Lijtweg 9**
10.00 - 13.00

Kom gezellig langs op het Dorpsplein voor een kop koffie en een broodje voor een kleine prijs, vers gemaakt door leerlingen van de Leo Kannerschool. De gastheren en -vrouwen van Jottem bedienen u graag!

Gezelligheidsochtend met Oma's Soep

**Haeswijk, President
Kennedylaan 141**
10.00 - 13.00

Een gezellige ochtend om anderen te ontmoeten. Met een kopje koffie en een praatje is de ochtend goed besteed. Een spelletje, een gesprek, even lachen of serieus: het kan allemaal. Aansluitend maken studenten van Oma's Soep samen soep. **Meer info en aanmelden voor de lunch:** c.vissers@radiuswelzijn.nl of 071-707 42 00

DansPark, dansen voor mensen met een bewegingsbeperking

**Cultuurhuis de
Paulus,
Warmonderweg 2**
10.15 - 11.15

Wekelijkse dansles en ontmoetingsplek voor mensen met Parkinson, CVA, MS, ADCA of een andere bewegingsbeperking. Een ochtend vol dans, muziek en plezier onder leiding van daartoe speciaal opgeleide docenten van DansPark. **Meer info:** info@danspark.org, 06 - 29 58 21 94, www.danspark.org

Kennismaking Club Oegstgeest en Buurtcirkels

**Woning Gemiva,
Tilly Koenenlaan 1-3**
13.30 - 15.30

Buurtcirkels zijn informele netwerken van burens die er voor elkaar zijn – voor hulp én gezelligheid. Club Oegstgeest brengt buurtge-noten samen bij leuke activiteiten, zoals de Avondvierdaagse of het Dorpsfeest. Zo ga je nooit alleen! Kom naar de inloopbijeenkomst van Langer Zelfstandig Leven Oegstgeest en ontdek wat we voor elkaar kunnen betekenen.

Meer info: info@langerzelfstandiglevenoegstgeest.nl

Gezond Natuur Wandelen

**Zij-ingang van
Landgoed Oud
Poelgeest,
Kwaaklaan 5.
14.00 - 15.00**

Met onze wekelijkse wandelingen beleeft u het groen in uw buurt met andere ogen. Een leuke manier om buurtgenoten te leren kennen, meer te bewegen en samen van de wisselende seizoenen te genieten. Aanmelden niet nodig. **Meer info:** [Hans Tangelder](mailto:HansTangelder@gmail.com), hanstangelder@gmail.com

Inloopavond met pizza!

**Buurthuis
De Kratong, in de
Emper,
Curaçaostraat 18
18.00 - 21.30**

Elke dinsdag zijn jongeren welkom bij de Kratong. Dan is er een inloop waar jongeren kunnen gamen, darten, chillen etc. Deze week met wat extra's: samen pizza eten. Je moet je hiervoor wel van tevoren aanmelden. We maken er een gezellige avond van. **Aanmelden:** kawa.mazoori@gro-up.nl
of via WhatsApp: 06 - 48 96 94 03

Aanschuiftable El Fresco Argentijns Grill restaurant

**El Fresco
De Kempenaer-
straat 71
18.00
Kosten: € 30**

Schuiф gezellig aan! We starten in Oegstgeest met Aanschuiftablets. In restaurant El Fresco staat een Aanschuiftable voor u klaar. Eet u (vaak) alleen? Kom naar een van de Aanschuiftablets om anderen te ontmoeten en samen te eten. De gastheer of gastvrouw ontvangt u graag. **Reserveren via: 071 - 204 80 41 met de opmerking Aanschuiftable.**
Meer info: i.janka@radiuswelzijn.nl

Woensdag 24 september

Low Impact Aerobics

**Gymzaal Poelgeest,
Jac P. Thijssenlaan
69
8.30 - 9.30**

Voor dames vanaf veertig is er woensdagochtend een Low Impact Aerobics les. Deze les is om te sporten in een ontspannen setting. Aerobics en Steps wisselen elkaar hierbij af en er wordt ook met diverse attributen gewerkt. Er is aandacht voor elkaar, zowel op sportief als recreatief gebied. **Meer info:** [Julia van der Geest](mailto:info@ogav.nl), info@ogav.nl

Tafeltennis

**Pecos Tafeltennis,
De Voscuy 42
9.30 - 12.00**

Iedere woensdagochtend is er bij Pecos tafeltennis voor 60-plussers. Een enorm gezellige, groeiende groep fitte senioren die de ochtend tafeltennist. Kom deze week eens kennismaken!
Meer info: [Ronald Rijdsdorp](tel:0654697478), 06 - 54 69 74 78

Buurtkoffie Haaswijk & Morsebel

**Het Trefpunt,
Boerhaaveplein
(ingang B)**
10.00 - 12.00

Koffie en lekkers op het terras en in de zaal van Trefpunt Boerhaaveplein. Van harte welkom voor een bakkie en gezelligheid.
Meer info: Fia Hogewoning, 06 - 45 45 10 24

Koffieochtend De Zonnebloem

**Pastorie H.
Willibrord,
Rhijngaasterstraat-
weg 45 (ingang
achterzijde)**
10.00 - 12.00

Maandelijkse koffieochtend van De Zonnebloem Oegstgeest. Heel wat gasten weten ons te vinden. Komt u ook kennismaken? Naast koffiedrinken is er ook ruimte voor een spelletje zoals Rummikub of kaarten.
Meer info: Yolande de Bruyn, 06 - 18 45 60 50

Vitality Club Hofbrouckerpark

**Hofbrouckerpark
bij de skatebaan,
Hofbrouckerlaan
56**
10.00 - 11.00

De Vitality Club is een club voor en door 55-plussers. Het doel is 55-plussers gezond en fit oud te laten worden. Samen sporten helpt daarbij. Kom langs en doe mee! Na afloop drinken we een kop koffie met elkaar in de kantine van tennisvereniging OLTC.
Meer info: felici@xs4all.nl

Peutertheater bij de Koffiespeeltuin

**Bibliotheek, Lange
Voort 2T**
10.00 - 11.00

Een ongeluk zit in een klein hoekje – iedereen heeft wel eens een schaaftwondje of blauwe plek. Tijdens deze Koffiespeeltuin maakt de poppendokter (jeugdverpleegkundige van het CJG) de knuffel, pop of auto van je kind weer beter. Tijdens de maandelijkse Koffiespeeltuin kunnen ouders (maar ook opa's/oma's en de oppas) met hun (klein)kind terecht om boekjes te lezen, te spelen en andere ouders te ontmoeten.
Meer info: seyahtiri@oegstgeest.nl

Aqua'Vitaal, vitaal in het water

**Zwembad
Poelmeer, Lange
Voort 273**
10.15 - 11.00

Meer bewegen voor vitaler leven! Onder begeleiding beweeg je op een effectieve en veilige manier in het ondiepe water om fit, gezond en mobiel te blijven. Naast het sportieve karakter, is het vooral ook een leuke en gezellige groepsles. Deze week is er een gratis kennismakingsles.
Meer info: koendickhoff@optisport.nl of 071 - 515 47 37

Herinneringen aan Jan Wolkers

**Kasteel Oud
Poelgeest,
Poelgeesterweg 1**
11.00 - 12.30

Ter ere van de 100ste geboortedag van Jan Wolkers (26 oktober) organiseert Dorpsmarketing een ontmoetingsmoment om herinneringen op te halen. In een ontspannen sfeer zullen verhalen worden gedeeld en vastgelegd. Kende u Jan Wolkers of de familie persoonlijk, of heeft u bijzondere verhalen over hem? Dan bent u van harte welkom om die met ons te delen. **Graag vooraf aanmelden:** mvanderjagt@dorpsmarketingoegstgeest.nl

Huiskamer Lumen

**Dorpscentrum,
Bomenzaal,
Lijtweg 9**
13.00 - 16.00

Wil je nieuwe mensen ontmoeten? Dat kan bij het Inloophuis van Lumen. Kom gezellig langs, de vrijwilligers staan klaar voor een warm welkom en een praatje. Het wordt een middag met live muziek en lekkere drankjes en hapjes. Het Inloophuis is elke maandag-, woensdag- en vrijdagmiddag in het Dorpscentrum. **Meer info:** ariettevanhespen@lumen-hollandrijnland.nl **of 06 - 14 32 64 85**

Danscafe Quick Quick Slow

**Haeswijk,
President
Kennedylaan 141**
14.00 - 16.30
Kosten: 3 euro
(excl drankjes)

Heeft u vroeger graag gedanst, maar doet u het nu niet meer omdat u denkt dat u de danspassen bent vergeten of omdat u geen vaste danspartner (meer) heeft? Bij Danscafé QQS (Quick Quick Slow) bent u van harte welkom om weer de dansvloer op te gaan, met anderen of alleen.

Meer info: c.vissers@radiuswelzijn.nl **of 071 - 707 42 00**

De Mobiele Verwarring

**Parkeerplaats
Haeswijkflat**
15.30 - 17.00

Stap als mantelzorger in de wereld van James via de escaperoom-caravan. Beleef hoe verwarrend het dagelijks leven met dementie kan zijn. Na afloop is er ruimte voor uitwisseling en gesprek. Aanmelden is verplicht i.v.m. beperkte plekken.

Aanmelden bij: **Jasmijn Collin, mantelzorgmakelaar:**
j.collin@radiuswelzijn.nl **of 06 - 32 14 57 60**



Aanschuif tafel Bonta

Langevoort 11 B-E
18.00

Kosten: 25 euro

Schuif gezellig aan! We starten in Oegstgeest met **Aanschuif-tafels**. In restaurant Bonta staat een Aanschuif tafel voor u klaar. Eet u (vaak) alleen? Kom naar een van de Aanschuif tafels om anderen te ontmoeten en samen te eten. De gastheer of gastvrouw ontvangt u graag. **Reserveren 071 - 888 73 95 met de opmerking Aanschuif tafel. Meer info: i.janka@radiuswelzijn.nl**

Harttrimmers

**Gymzaal
(Poelweijde) van de
Montessorischool.
(Ingang aan de Jan
Steenlaan)**
19.30 - 21.00

Sport mee in een veilige en sociale omgeving, speciaal voor (ex-)hartpatiënten en mensen met een chronische aandoening. De Harttrimclub sport wekelijks op woensdag en donderdag onder gespecialiseerde begeleiding. De club is laagdrempelig, sociaal en staat open voor mensen die preventief willen sporten. Kom kennismaken en neem je gymschoenen mee. **Meer info: info@harttrimmers.nl of bel Louis Weyzig 06 - 23 79 77 50**

Donderdag 25 september

Walking Football

**FC Oegstgeest,
De Voscuyl 19**
9.30 - 10.30

Iedere donderdagochtend kan je meedoen met Walking Football bij FC Oegstgeest. Een voetbalvorm voor senioren die nog lekker actief bezig willen zijn. Welkom om kennis te maken met deze sport!
Meer info: Bram Veldman, 06 - 28 77 06 86

Open Dorpsplein met koffie en een broodje

**Dorpscentrum,
Lijtweg 9**
10.00 - 13.00

Kom gezellig langs op het Dorpsplein voor een kop koffie en een broodje voor een kleine prijs, vers gemaakt door leerlingen van de Leo Kannerschool. De gastheren en -vrouwen van Jottem bedienen u graag!

Handwerkcafé

**5e etage, recreatie-
zaal in het complex
Heemwijk,
Narcissenlaan
2-138**
10.00 - 12.00

Houd jij van haken, breien, quilten of een ander handwerk? Het Handwerkcafé is een ontmoetingsplek voor en door vrouwen. Alle leeftijden, culturen en achtergronden zijn welkom, ook als je weinig Nederlands kunt spreken. Kom kennismaken! Wij zorgen voor wat lekkers.
Meer informatie: jverburg@vluchtelingenwerk.nl

Vitality Club

**FC Oegstgeest,
De Voscuyl 19**
10.00 - 11.00

Vitality Club Oegstgeest is een club voor en door 55-plussers. Het doel van onze club is 55-plussers gezond en fit oud te laten worden. Samen sporten helpt daarbij. Kom langs en doe mee! Na afloop drinken we een kop koffie met elkaar in de kantine van FC Oegstgeest. **Meer info:** vitality@langerzelfstandiglevenoegstgeest.nl of **06 - 23 87 90 39**

Brunchen in de Bieb

**Bibliotheek, Lange
Voort 2T**
11.00 - 12.30

Heb je zin om nieuwe mensen te leren kennen en te praten over boeken die je raken? Neem dan kosteloos deel aan 'Brunchen in de Bieb'. Breng een boek mee dat iets voor jou betekent, als startpunt voor een goed gesprek. Want elk boek vertelt een verhaal, en elk verhaal brengt mensen dichterbij elkaar.

Aanmelden op: www.bibliotheekbollenstreek.nl/agenda

Meer info: oegstgeest@bibliotheekbollenstreek.nl

AanschuifBorreltafel Biljart

**Biljarcentrum
Oegstgeest,
Voskuijl 36**
16.00 - 17.00

Schuif gezellig aan! We starten in Oegstgeest met **Aanschuif tafels**. In het Biljarcentrum vindt u de AanschuifBorreltafel voor een goed gesprek en gezelligheid. En natuurlijk is er de mogelijkheid om een potje biljart te spelen. Wij sponsoren uw eerste drankje en zorgen voor een snackje. Vanaf 2 oktober organiseren we de AanschuifBorreltafel iedere eerste donderdag van de maand.

Meer informatie: **Bob van Ingen Schenau, commercie@sbco.nl**

Aanschuiftafel Villa Beukenhof

**Villa Beukenhof,
Terweeweg 4**
18.00
Kosten: 25 euro

Schuif gezellig aan! We starten in Oegstgeest met **Aanschuif tafels**. In restaurant Villa Beukenhof staat een Aanschuiftafel voor u klaar. Eet u (vaak) alleen? Kom naar een van de Aanschuif tafels om anderen te ontmoeten en samen te eten. De gastheer of gastvrouw ontvangt u graag voor een glaasje soep, hoofdgerecht en koffie/thee.

Reserveren via: **071 - 720 09 09** **Meer info:** i.janka@radiuswelzijn.nl



Ontmoetingsgroep voor volwassenen met autisme

**Dorpscentrum,
Lijtweg 9**
19.00 - 20.30

In januari start er een ontmoetingsgroep voor volwassenen met autisme vanaf dertig jaar. In tien bijeenkomsten bespreken we met elkaar hoe je je weg kunt vinden in deze, soms autisme-onvriendelijke maatschappij. Bij deze introductiebijeenkomst vertelt Johan Nouws (gespreksleider) wat je kunt verwachten. **Info en aanmelden: Sociaal Team, Johan Nouws, 06 - 54 75 58 21, j.nouws@meezhn.nl**

Singles Café 60+

**Locatie wordt na
aanmelding bekend
gemaakt**
19.00 - 21.30, inloop
vanaf 18.45

Deze donderdag zal het vijfde Singles Café voor 60-plussers plaatsvinden. Radius organiseert samen met SMO Wassenaar het café voor inwoners die graag op een laagdrempelige manier in contact komen met leeftijdsgenoten. Dat kan voor een nieuwe liefde zijn, maar ook voor een goede vriendschap.

Aanmelden: info@radiuswelzijn.nl of 071 - 707 42 00

Harttrimmers

**Gymzaal
(Poelweijde) van de
Montessorischool
(Ingang aan de Jan
Steenlaan)**
19.30 - 21.00

Sport mee in een veilige en sociale omgeving, speciaal voor (ex-) hartpatiënten en mensen met een chronische aandoening. De Harttrimclub sport wekelijks op woensdag en donderdag onder gespecialiseerde begeleiding. De club is laagdrempelig, sociaal en staat open voor mensen die preventief willen sporten. Kom kennismaken en neem je gymshoenen mee. **Meer info: info@harttrimmers.nl of bel Louis Weyzig 06 - 23 79 77 50**

Dames High Impact Aerobics

**Gymzaal Jan
Wolkerslaan, Jan
Wolkerslaan 20**
20.15 - 21.15

Voor de fanatieke dames vanaf zestien jaar is er een les High Impact Aerobics. Binnen deze les worden oefeningen uit Aerobics en de Steps afgewisseld. De les wordt gegeven op een swingend muzikje. Naast samen sporten staat dit uur ook bekend om zijn onderlinge gezelligheid. **Meer info: Julia van der Geest, info@ogav.nl**



Vrijdag 26 september

Stoelgymnastiek Plus

**Haeswijkflat,
President
Kennedylaan 141**
9.45 - 10.30

Stoelgymnastiek Plus is geschikt voor mensen die niet zo lang kunnen staan. We doen oefeningen zittend op de stoel en staand naast de stoel. De oefeningen zijn gericht op het verbeteren van de conditie, vermindering van stijfheid en betere balans. Na de les drinken we gezamenlijk een kopje koffie of thee. **Aanmelden en meer info:** info@radiuswelzijn.nl of 071 - 707 42 00

Aqua'Tacoyo

**Zwembad
Poelmeer,
Lange Voort 273**
10.00 - 10.45

Move your body, relax your mind. Intensieve oefeningen worden afgewisseld met ontspanningsoefeningen. Verbeter je conditie, maar leer daarnaast ook te ontspannen en relaxed te blijven. De les wordt afgesloten met een ontspanningsmoment. In deze week is er een gratis kennismakingsles.

Meer info: koendickhoff@optisport.nl of 071 - 515 47 37

Buurtkoffie Haaswijk & Morsebel

**Het Trefpunt,
Boerhaaveplein
(ingang B)**
10.00 - 12.00

Koffie en lekkers op het terras en in de zaal van Trefpunt Boerhaaveplein. Van harte welkom voor een bakkie en gezelligheid.

Meer info: Fia Hogewoning, 06 - 45 45 10 24

Samen wandelen

**Start bij Jottem,
Louise de
Coligny laan 29**
10.00

Wandel een uurtje met ons mee. Wandelen met elkaar is tenslotte gezelliger dan alleen wandelen. We sluiten af bij Jottem voor koffie en taart!

Aanmelden: wandelclub_oegstgeest@ziggo.nl



ZIN in ouderdom

**Dorpscentrum
Lijtweg 9**
10.00 - 11.30

Op zoek naar een goed gesprek, liefst met mensen die net als u veel levenservaring hebben? Begrijpelijk. Er gebeurt zoveel in de wereld en bij het ouder worden. Het kan fijn zijn om daar met anderen over te spreken. QuaZin, praktijk voor levensvragen organiseert zingevingsbijeenkomsten voor ouderen. De bijeenkomsten worden geleid door Janco Wijngaard, een ervaren gespreksleider. Deze bijeenkomst staat het thema 'Waarde van ouderdom' centraal.

Aanmelden bij: QuaZin@live.nl of 06 - 16 93 39 61

Buurtkoffie Oranje Nassau & Voskuil

**Jottem, Louise de
Colignylaan 29**
10.30 - 12.00

Maandelijkse koffietafel voor ouderen uit de Oranje Nassau en de Voskuil bij Jottem. Speciaal bedoeld voor 80-plussers die alleen wonen, biedt 'Buurtkoffie' een moment van gezelligheid, ontmoeting en gesprek. Kom ook meegenieten van de heerlijke appeltaart van Jottem!

Samen in beweging met Fietsmaatjes

**Bij beeld
"De Hondjes", hoek
Kempenaerstraat -
Terweeweg**
11.00 - 13.00

Fietsmaatjes biedt mensen die niet meer zelfstandig kunnen fietsen een fietsmaatje aan. We maken gebruik van duofietsen, waarbij de gast naast de vrijwilliger zit. Op een gezellige manier komen gasten letterlijk in beweging en ontstaan er unieke contacten. Kom kennismaken en probeer een ritje als gast of vrijwilliger.

Meer info: TitiaCohen@fietsmaatjesoegstgeest.nl

Golfen voor als sporten niet vanzelfsprekend is

**Oegstgeester
Golfclub, Van
Houdringelaan 15**
14.00 - 16.00, inloop
vanaf 13.30

Het GvoorG-programma (Golf voor Gehandicapten) laat zien dat golfen een uitstekende manier is om vitaal te blijven, ook voor mensen voor wie sporten niet vanzelfsprekend is. Het programma sluit goed aan bij Parkinson of bij revalidatietrajecten. De middag is interessant voor deelnemers én voor zorgprofessionals. GolfPro Patrick Bourgonje is aanwezig.

Meer info: baancommissie@oegstgeestergolfclub.nl of bel Louis Weyzig 06 - 23 79 77 50

Radius Filmmiddag

Dorpscentrum, Lijtweg 9

14.30 – 17.00

Kosten: 5 euro

De laatste vrijdag van de maand vertonen we een bijzondere film in het Dorpscentrum. Dit keer: het verhaal van John May, een ambtenaar die alles op alles zet om mensen zonder nabestaanden een waardig afscheid te geven.

Meer info: info@radiuswelzijn.nl of **071 - 707 42 00**

Versier je eigen tas tijdens de 'Vybijka-workshop'

Svitanok Centrum, Rehobothkerk, Lijtweg 1

15.30 - 17.00 uur

Kosten: 3 euro

Maak kennis met een traditionele Oekraïense druktechniek met houten stempels en creëer unieke motieven op stof. Alle materialen zijn aanwezig. Geniet van Oekraïense tradities en lekkernijen, waardevol voor zowel Oekraïners als Nederlanders. **Meer info en aanmelden:** [Nadiia Matskevych, Svitanok.centrum@gmail.com](mailto:Nadiia.Matskevych,Svitanok.centrum@gmail.com)

Social Friday

Dr Mansveltkade 9A, Wassenaar (jongerencentrum Boven)

19.00 - 21.30

Jongeren zijn op deze Social Friday welkom in het jongerencentrum in Wassenaar. Om elkaar te ontmoeten, muziek te luisteren, gamen, ping pongen, tafeltennis te spelen, poolen of gewoon lekker te chillen. Met wat drinken en wat lekkers! Voor jongeren van 14 t/m 18 jaar.

Meer info bij Kawa: **06 - 48 96 94 03** of kawa.mazoori@gro-up.nl

Zaterdag 27 september

Burendag

www.burendag.nl

Vandaag is het Burendag! Doet jouw buurt/straat ook mee? Prettig contact met je burens is waardevol. Misschien kan jij daar ook iets in betekenen: www.oegstgeest.nl/liefenleed. Als je met burens de straat gaat vergroenen, vraag bonnen voor gratis plantjes aan op www.gagoedoegstgeest.nl.



Ontmoeten met Mind-Walk

**Sunterra,
Clusiushof 7**
9.30 - 11.00

Ontmoet anderen en ont-moet jezelf. Dat kan tijdens Mind-Walk, een combinatie van mindful wandelen en invloeden uit de yoga met ontspannings-, ademhalingsoefeningen en meditatie.

Graag vooraf aanmelden via: info@yogametjeannette.nl

Speel een potje biljart

**Biljarcentrum
Oegstgeest,
Voskuijl 36**
10.00 - 16.00

Kom kennismaken met het Biljart Centrum Oegstgeest en de verenigingen die hier actief zijn. Speel een potje biljart in een gezellige sfeer en ontmoet andere liefhebbers.

Meer info: Bob van Ingen Schenau, 06 - 42 50 73 19

Zing je vrij

**Het Dok,
Rustenburgerpad 8
Oegstgeest**
(inloop vanaf 10.30
uur met kopje thee/
koffie)

Het Platform Kunst, Cultuur & Erfgoed Oegstgeest nodigt je samen met Van Bergen Muziek uit voor een muzikaal uur. Op deze ochtend zingen we samen o.l.v. Frederike Schonis eenvoudige liederen uit allerlei windstreken. Ervaar het plezier van zingen met elkaar. Samen zingen is leuk en geeft positieve energie. Je hoeft geen geoefende zanger te zijn; iedereen is welkom!

Aanmelden per mail: website@kceogstgeest.nl

Aanschuiftable Dorpslunch

**Dorpscentrum,
Lijtweg 9**
12.00 - 14.00

Samen eten verbindt! Je bent van harte uitgenodigd om alleen of met een buur gezellig aan te schuiven bij de Dorpslunch. Deze lunch wordt verzorgd door het Dorpscentrum in samenwerking met de Gemeente Oegstgeest.

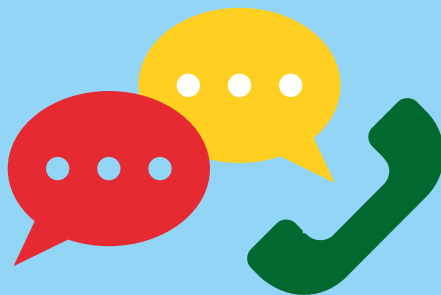
**Aanmelden via dorpsdiner@dorpscentrumoegstgeest.nl
of bij Sietske Steenbergen, 06 - 83 07 98 84.**

Maak kennis en wandel mee met het MEC

**IJclubgebouw,
Oegstgeesterweg
43**
14.00 - 16.00

Maak kennis met het Milieu Educatie Centrum (MEC) en kom langs in het ijsclubgebouw. Leer het MEC kennen en kom alles te weten over onze natuurlessen, er is van alles te zien in en rond het clubgebouw. Daarnaast is er van 14.30 - 15.30 uur een rondwandeling op Landgoed Oud-Poelgeest onder leiding van een gids, met toelichting over de planten en dieren.

Meer info: www.mecogstgeest.nl



Heb je vragen over het programma of wil je graag meedoen en heb je begeleiding of vervoer nodig?

Bel Ivonne Janka (06 - 32 14 96 47) of
Sietske Steenbergen (06 - 83 07 98 84).

Voor het reserveren van de Dorpsbus graag bellen
van 9.00 tot 11.00 uur op **071 - 707 42 90**.

Let op! Bij diverse activiteiten is tijdig
aankomen noodzakelijk.

*Dit programma wordt aangeboden door het Netwerk
Samen tegen Eenzaamheid Oegstgeest.*

