

# MEEDOEN IN ZEIST

Activiteiten in de Week tegen Eenzaamheid (30 september t/m 7 oktober)

Meedoen is een manier om eenzaamheid tegen te gaan. Meedoen zorgt voor ontmoeting en verbinding. In de Week tegen Eenzaamheid staan ontmoeting en verbinding centraal. Rond dat thema hebben verschillende organisaties in Zeist activiteiten georganiseerd. Zo kunnen (oudere) inwoners met elkaar in contact komen op een leuke manier. Doe je ook mee?

## Samen Soepen

**Met buurtgenoten een kopje soep eten en ondertussen vermaakt worden met toneel**

**WANNEER:** Donderdag 30 september en dinsdag 5 oktober

12.30 uur

**DOOR:** Kerk en Samenleving

**WAAR:** Donderdag 30 september: Wijkloophuis Lindenhuis, Cort van der Lindenlaan 1,

Dinsdag 5 oktober: Wijkloophuis Vollenhove, Laan van Vollenhove 1095

Dinsdag 5 oktober: Wijkloophuis Zeist-West, De Clomp 33-02

Dinsdag 5 oktober: Wijkloophuis Zeist-Centrum, Achterheuvel 2

## Meer bewegen voor ouderen (aqua gym)

**Vrije inlooples in warm instructiebad in sta-in diep water, kosten € 2,50 p.p. Elk half uur start een nieuwe les. Op dezelfde tijden kun je in de horeca een potje kaarten, bingo spelen of sjoelen.**

**Brunch van 12.15-13.15 uur, kosten € 5,- p.p. Brunch vooraf aanmelden bij balie of tel. 030 - 699 00 06**

**WANNEER:** Donderdag 30 september en donderdag 7 oktober (van 9.45-12.00 uur)

Vrijdag 1 oktober (13.30-15.00 uur)

Maandag 4 oktober (13.15-16.00 uur)

Dinsdag 5 oktober (13.30-16.00 uur)

**DOOR:** Zwembad Dijnselburg

**WAAR:** Zwembad Dijnselburg, Badmeester Schenkpad 8

## Inloop iPad-hulp

**Loop je ergens tegenaan met de iPad? Kom langs!**

**WANNEER:** Vrijdag 1 oktober en maandag 4 oktober

10.00-12.00 uur

**DOOR:** iPad- team Algemene Seniorenvereniging Zeist

**WAAR:** Parochiecentrum Emmaus, Rozenstraat 20

## Verwensessie nagellakken

Neem een moment voor jezelf, laat Jolanda Koch je nagels een kleurtje geven! Vrije inloop, het kan zijn dat je even moet wachten. Meer info: [zeistwest@kerkensamenleving.nl](mailto:zeistwest@kerkensamenleving.nl)

**WANNEER:** Vrijdag 1 oktober

14.30-16.00 uur

**DOOR:** Wijkloophuis Zeist-West

**WAAR:** Wijkloophuis Zeist-West, De Clomp 33-02

## Workshop 'Ouder worden en je buur(t)'

Hoe seniorvriendelijk is jouw buurt? Kun je daar goed oud worden? Aan de hand van een aantal vragen ga je daarover met elkaar in gesprek. Aanmelden is noodzakelijk, dat kan via:

[wegwijzer@seniorenzeist.nl](mailto:wegwijzer@seniorenzeist.nl), of tel. 06 511 945 69 (Marieke van Gemeren).

**WANNEER:** Maandag 4 oktober

14.00-15.30 uur

**DOOR:** Algemene Seniorenvereniging Zeist

**WAAR:** Torenlaan Theater, Torenlaan 38

## Taartje eten bij Bijzondere Taartenfabriek

Ontmoeting met buurtgenoten in het atelier van Bijzonder Leuk. Bijzondere Taartenfabriek biedt gratis een taartje aan wanneer je thee/koffie bestelt.

**WANNEER:** Maandag 4 oktober

10.00-12.00 uur

**DOOR:** Bijzondere Taartenfabriek

**WAAR:** Slotlaan 246A

## Dialoog over dementie

Thema: 'Dementie: wat raak je kwijt en hoe raakt dat jou?' Deel ervaringen met elkaar. Aanmelden is noodzakelijk, dat kan via [inicaloe@gmail.com](mailto:inicaloe@gmail.com)

**WANNEER:** Dinsdag 5 oktober

14.00-16.00 uur

**DOOR:** Samen voor Zeist en partners

**WAAR:** De Koppeling, De Clomp 1904

## Maak kennis met de iPad-cursus voor senioren

Is de iPad-cursus voor senioren (55+) iets voor jou? Dat ontdek je op deze kennismaking. Je volgt de cursus niet zelf, maar kijkt mee bij een les. Reserveren is noodzakelijk, dat kan via: [pcm.arend@ziggo.nl](mailto:pcm.arend@ziggo.nl) of tel. (030) 6918535.

**WANNEER:** Dinsdag 5 oktober en woensdag 6 oktober

10.00-12.00 uur

**DOOR:** iPad-team

**WAAR:** Parochiecentrum Emmaus, Rozenstraat 20

## Open brasserie

Open brasserie met een gratis kopje koffie/thee en een taartje

**WANNEER:** Woensdag 6 oktober

10.00-15.30 uur

**DOOR:** De Wijngaard / Accolade Zorggroep

**WAAR:** Dennenweg 2, Bosch en Duin

## Prettig leven met ziekte of beperking

Thema: 'De ideale wereld'. Met korte filmpjes en uitwisseling van ervaringen en tips. Aanmelden kan via [www.mijnleventweepunt.nl/aanmelden-online-meeting](http://www.mijnleventweepunt.nl/aanmelden-online-meeting)

**WANNEER:** Woensdag 6 oktober

11.00-12.00 uur

**DOOR:** Mijn Leven 2.0

**WAAR:** Online, via Zoom

## Lezing 'Geestelijke verzorging en eenzaamheid'

Wat kan een geestelijk verzorger betekenen voor mensen die te kampen hebben met eenzaamheid? Met veel ruimte voor vragen stellen en interactie. Aanmelden is noodzakelijk, dat kan via: [Zuidoosttrecht@centrumvoorlevensvragen.nl](mailto:Zuidoosttrecht@centrumvoorlevensvragen.nl)

**WANNEER:** Woensdag 6 oktober

19.30-20.30 uur

**DOOR:** Centrum voor Levensvragen

**WAAR:** Online, via Zoom

## Inspiratiesessie 'Vind vrijwilligerswerk dat bij je past'

Zou je vrijwilligerswerk willen doen, maar weet je niet wat? Laat je hier inspireren! Leer meer over jezelf en stel je vragen aan mensen die vrijwilligerswerk doen.

**WANNEER:** Donderdag 7 oktober

15.00-16.30 uur

**DOOR:** Vrijwilligerscentrale

**WAAR:** De Koppeling, De Clomp 1904

## Lezing 'Zorg voor ouderen uit niet-Nederlandse culturen'

Schrijver Mohammed Benzakour vertelt over geheugenproblemen bij mensen met een migratie-achtergrond. Aanmelden is noodzakelijk, dat kan via [info@moskeezeist.nl](mailto:info@moskeezeist.nl)

**WANNEER:** Woensdag 15 oktober

14.45 uur

**DOOR:** Moskee Zeist

**WAAR:** De Koppeling, De Clomp 30-02

## Dementie anders bekeken

T/m 14 oktober kun je de fototentoonstelling 'Love, Loss and Laughter' bezoeken. Alle locaties zijn te vinden op: [www.alzheimer-nederland.nl/regios/zeist-en-omstreken](http://www.alzheimer-nederland.nl/regios/zeist-en-omstreken)

