



WELZIJNSKWARTIER KRANT

KOM ERBIJ, DOE ERTOE
& ONTMOET!

VOOR JONG
EN OUD
**BEWAAR-
EXEMPLAAR**
VOOR BINNEN
EN BUITEN



JONGEREN

FIT & VITAAL

ONTMOETEN

VRIJWILLIGERS

MANTELZORG

ACCOMMODATIES

WOW!



Je hebt de allereerste
Welzijnswartier Krant
in handen. Voelt goed hè!
In deze krant lees je wat er bij
jou in de wijk gebeurt en hoe
jij kan meedoen.

Wat we doen
in 1,5 minuut



Iedereen wil ertoe doen, zinvol bezig zijn, anderen ontmoeten en erbij horen.

Wij ondersteunen al die mensen voor wie dat niet vanzelfsprekend is. Op basis van vragen en initiatieven die we in de wijk signaleren, brengen we mensen letterlijk en figuurlijk in beweging.

Dagelijks verbinden we inwoners met andere inwoners en versterken we de wijknetwerken via scholen, politie, zorgorganisaties, verenigingen en maatschappelijke ondernemers. Noem ons gerust: De Verbinder in de Duin- en Bollenstreek.



JOIN
US

EENZAAMHEID; HOE DEAL JE ERMEE?

4 & 5

Door corona ziet de wereld er op dit moment heel anders uit dan voorheen. Hoe ga je met dat eenzame gevoel om?



WIJKTEAMS

De wijkteams van Welzijnswartier staan voor jou klaar. Ontmoet ieder wijkteam en ontdek waar je ons kunt vinden en welke activiteiten er zijn.

6

MEIVAKANTIE

Wil jij weten wat er allemaal te doen is in de meivakantie?

10 & 11



COLOFON

Met dank aan Arno van den Berg, Annabel Gerritsen, Corine Hoek, Desiree de Mooij, Joost Hogerwerf, Lindsay Korsuize, Marian Pronk, Niels Krijgsman, Roy van Schie, Sabine Haasnoot, Sylvia Broer.

Fotografie: Paul van Houten | **Ontwerp/lay-out:** Buro Vormvast | **Drukwerk:** Uitgeverij Verhagen

Amerik, Amy, Angelique, Anita, Anisha, Antje, Arnout, Asli, Bas, Babs, Benny, Claire, Claudia, Cor, Corrie, Debby, Eefje, Florie, Giel, Gerard, Gwen, Jeffrey, Jemal, Jimmy, Jeroen, Jeroen, Jeroen, Johan, Johan, Johan, Janna, Joyce, Loes, Luc, Ludde Manoeek, Marcel, Marco, Maria, Marieke, Margreet, Margreet, Margreet, Marieke, Marike, Marijke, Marjolein, Marloes, Martine, Nadine, Nathalie, Pascal, Peter, Piet, Piet, Priscilla, Raymond, Remco, Ria, Richard, Richard, Rita, Rob, Rob, Rob, Sanne, Saskia, Sjaak, Soufian, Trude, Vasfi, Vera, Yrla.



VOOR MEER INFORMATIE OVER AANMELDEN EN ACTIVITEITEN: WELZIJNSKWARTIER.NL

EENZAAMHEID

Soms is het lekker om even alleen te zijn, maar soms is het echt vervelend en kan het je in de weg zitten. Hannie (81) en Emma (19) delen hun ervaringen.

‘Als het echt gaat rommelen in mijn hoofd trek ik mijn jas aan en ga ik een stukje wandelen’

Eenzaamheid, hoe deal je ermee?

‘NEEM DE SPRONG IN HET DIEPE EN MAAK EEN PRAATJE’

Eén keer in de twee weken ga ik naar de Zwanenburg in Katwijk aan Zee om gezellig met andere dames een kopje koffie te drinken. Welzijnskwartier had mijn vriendin en mij daarvoor uitgenodigd en ik ben ontzettend blij dat dat nog kan. Normaal gesproken is er veel meer te doen. Dan gaan we bijvoorbeeld naar de bingo, drinken we iedere zaterdagmiddag koffie en kletsen we heel wat af.

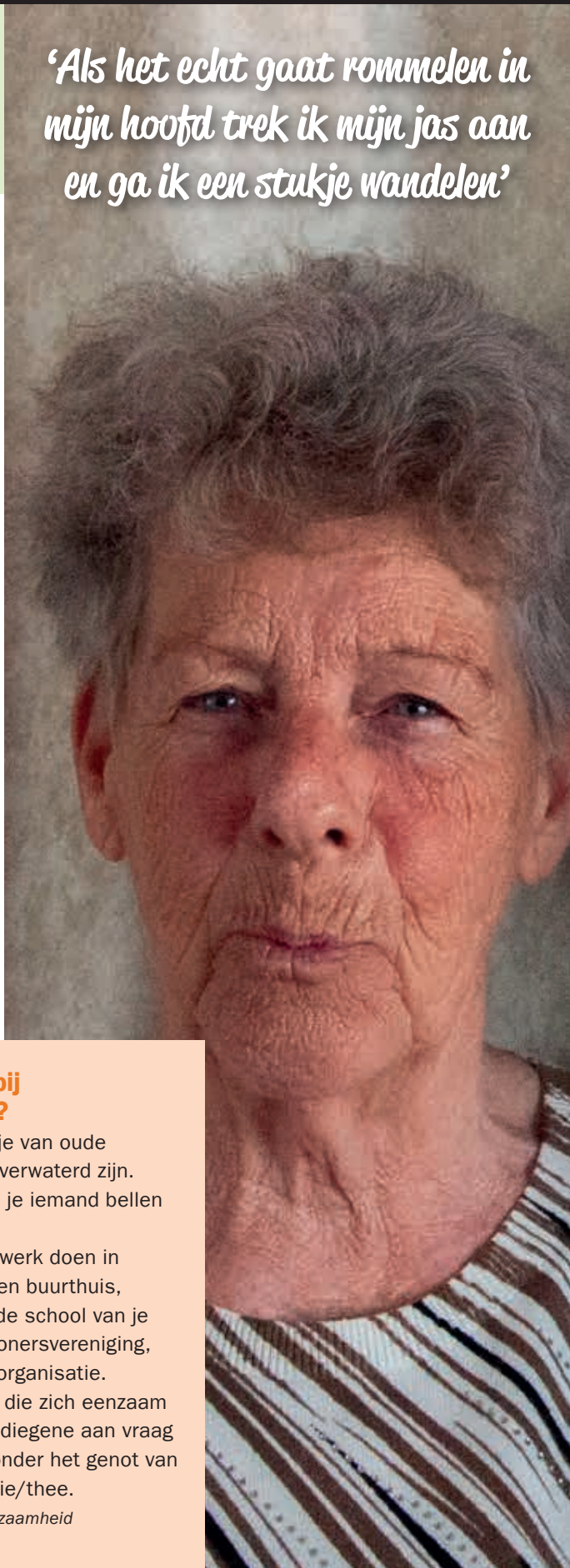
Gelukkig bel ik elke dag om half elf met mijn vriendin. Dan roepen we door de telefoon “Koffietijd!” en gaan we zitten mopperen. We noemen het mopperen met een vrolijke noot erin, samen mopperen geeft ons een gevoel van opluchting. Verder ga ik elke week een keer bij mijn vriendin langs om lekker te roddelen en een wandeling te maken. Eerst liep ik ook mee met een wandelclubje, maar dat doe ik nu niet meer. Ik ben sinds kort hartpatiënt en dan kan ik die lange stukken niet meer volhouden. Dus als ik samen met mijn vriendin ga wandelen, is zij mijn wandelstok.

Het woord eenzaamheid ken ik niet, je moet immers zelf je vertier maken en je dagen invullen. In deze tijd is het allemaal wat lastiger, maar als ik het zat ben ga ik een boodschapje doen. Daar kom ik weer mensen tegen en maak ik een praatje met hen. Zo kom ik toch weer aan mijn sociale contacten. En als het echt gaat rommelen in mijn hoofd trek ik mijn jas aan en ga ik een stukje wandelen. Dat is het voordeel van Katwijk, je zit lekker dicht bij strand en kunt lekker uitwaaien.

Wat te doen bij eenzaamheid?

1. Maak een lijstje van oude contacten die verwaterd zijn. Misschien kun je iemand bellen of mailen...
2. Ga vrijwilligerswerk doen in bijvoorbeeld een buurthuis, sportclub, op de school van je kinderen, bewonersvereniging, kerk of natuurorganisatie.
3. Ken jij iemand die zich eenzaam voelt? Spreek diegene aan vraag hoe het gaat onder het genot van een bakje koffie/thee.

Bron: Eén tegen eenzaamheid



'IK KAN NIET WACHTEN OM WEER NAAR DE BIOSCOOP, RESTAURANTS EN EVENEMENTEN TE GAAN'



Momenteel zit ik in mijn eerste jaar van de HBO-opleiding Social Work in Leiden. Ik loop met veel plezier stage bij The Base van Welzijnswartier in Noordwijk. Ik merk echt dat ik moeite heb met het contact tussen mij en mijn klasgenoten. Alle lessen gaan door de coronacrisis via Zoom of Teams, maar het fysiek vrienden maken is er niet meer bij.

Niet alleen het moeite hebben met vrienden maken is vervelend, maar ook het minder kunnen afspreken met mensen, niet meer kunnen sporten en alles van tevoren plannen zorgen ervoor dat ik me eenzamer voel. Ook het slechte afscheid nemen van mijn oude klas heeft er bij mij wel ingehakt. Er was geen examenstunt, geen bal en alle plannen voor de zomervakantie vielen in het water. Gelukkig blijven we wel contact met elkaar houden, online spelletjes spelen, films kijken en sinds kort ook ouderwets brieven naar elkaar sturen.

We passen ons aan en proberen het beste uit alles te halen. Maar ik kan niet wachten om weer naar de bioscoop, restaurants en evenementen te gaan. Tegen mijn leeftijdsgenoten wil ik zeggen 'hou vol en hou contact met elkaar' en als je je eenzaam voelt, kijk naar mogelijkheden om contacten te leggen. Neem de sprong in het diepe en maak een praatje!

Voelt uw zoon of dochter zich vaker alleen?

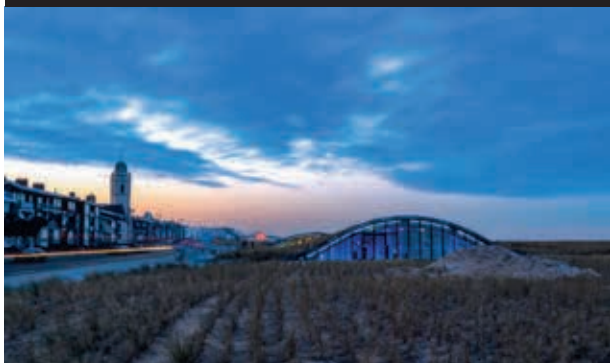
De coronamaatregelen hebben invloed op de mentale gesteldheid van de jeugd. Uit onderzoek van I&O research blijkt dat 69% van de jongeren zich eenzamer voelt dan voor de coronacrisis. Op school, maar ook binnen de gemeentes Katwijk en Noordwijk, hebben we extra aandacht voor deze jongeren. Heeft u het vermoeden dat uw zoon of dochter zich alleen voelt? Maak het onderwerp bespreekbaar en denk samen na over mogelijkheden zoals Join us. In Katwijk en Noordwijk zijn vanaf mei 2021 vier groepen actief:

- Join us Katwijk 12-18 jaar
- Join us Katwijk 18-25 jaar
- Join us Noordwijk 12-18 jaar
- Join us Noordwijk 18-25 jaar

Bij Join us komen jongeren samen en leren ze zelfstandig vriendschappen op te bouwen en de onderhouden. Deelname is gratis.

Kijk op join-us.nu.





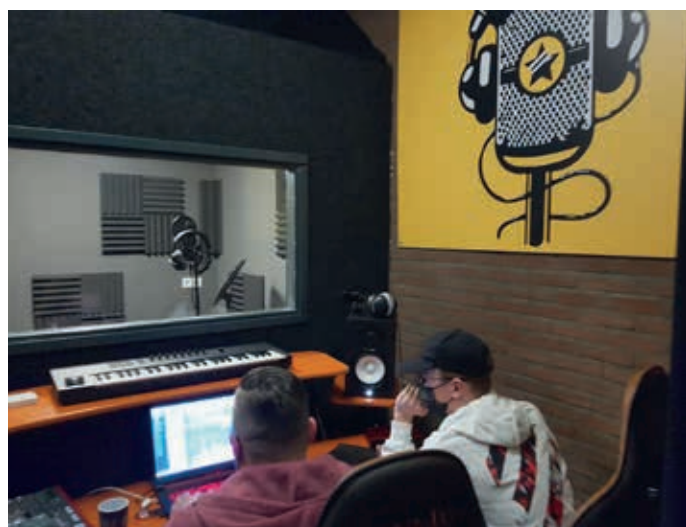
De bekende boulevard, de duinen, de zee, het Andreasplein... er zijn hier zoveel mooie plekken. Katwijk aan Zee is herkenbaar aan haar karakteristieke rode dakpannen. Welzijnswartier zit hier op locaties als de Zwanenburg, de Schuit en (de skatebaan bij) Scum.



KATWIJK AAN ZEE

Professionele opnamestudio muziekprojecten Scum gereed voor gebruik

Na maanden (corona-proof) klussen, verven, bekabelen en installeren, is het eindelijk zover. De opnamestudio van Scum is klaar voor gebruik. Natuurlijk gaan eerst de betrokken jonge DJ's, rappers en bands die studio inwijken en daarna wordt deze ook beschikbaar gesteld aan andere jongeren. Op welke dagen de studio precies opengaat is nog niet bekend. Kijk op het Katwijkse muziekplatform kattuk.fm voor meer informatie.



Doe mee met de tweede editie van de digitale Week van de Amateurkunst!

Van 19 t/m 26 juni 2021 toont Katwijk haar kunsten tijdens de digitale Week van de Amateurkunst. Dit is een landelijk initiatief waar de amateurkunst wordt belicht. Op IkToonKatwijk.nl worden livestreams, blogs en fotografie exposities getoond. Op het podium in Scum en de Schuit staat een professionele streamset met camera, licht en geluid. Daarmee verzorgen wij livestreams op onze social mediakanalen: YouTube, Facebook en Instagram. Meedoen met de Week van de Amateurkunst of heb je leuke ideeën? Mail dan jouw aanmelding, vraag of idee naar cultuur@welzijnswartier.nl. Inspiratie opdoen? Bekijk de Katwijkse kunsten van vorig jaar op www.iktoonkatwijk.nl Kijk voor de landelijke campagne ook op <https://iktoon.nl/>.

Vissie bakken

Na het grote succes van het visje bakken op 24 maart 2021. Heeft Team Katwijk aan Zee besloten bij de start van de zomer weer te gaan bakken. Nu voor andere wijk uit Katwijk aan Zee. Houd u brievenbus goed in de gaten voor de flyer. Want, wie het eerst komt, die het eerst maalt.



Nadine de Koning

'Ik ben al 11 jaar actief als sociaal werker bij Welzijnswartier. Het leukste van mijn werk vind ik dat het heel afwisselend is, dat ik jongeren kan ondersteunen en een duwtje in de rug kan geven naar een mooie toekomst.'



WEEKPROGRAMMA IN KATWIJK AAN ZEE

WAT	WANNEER	WAAR	TIJD	WIE	KOSTEN
Livestream Dj en Producers Café	Dinsdag	www.kattuk.fm Scum	Zie Kattuk.fm	Jongeren	Gratis
Zie Kattuk.fm	Woensdag	Scum	14.30	Groep 2 t/m 8	Gratis
Jongeren	Gratis	Scum	14.30	Jongeren 12 t/m 20	Gratis
Sport en Spel	Woensdag	Scum	14.30	Groep 2 t/m 8	Gratis
Sport en Spel	Woensdag	Scum	14.30	Jongeren 12 t/m 20	Gratis
Seniorweb	Dinsdagochtend	De Zwanenburg	Op afspraak	Senioren	2,00 euro
3 x 3 Basketball	Vrijdag	De Goerie	16.00 - 18.00	Jongeren t/m 26	Gratis
Koek en Klets	Maandag	De Zwanenburg	10.00 - 11.30	Senioren	Gratis
Spreekuur Advies en Ondersteuning	Dinsdag	De Zwanenburg	09.30 - 11.30	Senioren	Gratis
Koffie en Praatje	Dinsdag	De Zwanenburg	10.00 - 11.30	Senioren	Gratis
Spreekuur activiteiten	Woensdag	De Zwanenburg	09.30 - 11.30	Senioren	Gratis
Koffie en eten	Woensdag	De Zwanenburg	10.00 - 13.30	Senioren	Gratis
Mannen	Woensdag	De Zwanenburg	10.00 - 13.30	Senioren (mannen)	Gratis
Spreekuur Mantelzorg	Donderdag	De Zwanenburg	09.30 - 11.00	Senioren	Gratis
Buurtbakkie	Vrijdag	De Zwanenburg	11.30 - 12.00	Senioren	Gratis

WIJKTEAM KATWIJK AAN ZEE



CONTACT

De Zwanenburg

Zwanenburgstraat 62
2225 DZ Katwijk aan Zee
071-4071690

Inloop: iedere woensdag- en donderdagochtend 10.00 - 12.00 uur

Jongerencentrum De Schuit

Voorstraat 59
2225 EM Katwijk aan Zee
071-4015845

Inloop: iedere woensdagmiddag van 15.00 - 17.00 uur en donderdagmiddag van 15.00 - 21.00 uur

Scum

Noordduinseweg 3, 2221 BL Katwijk aan Zee
071-4027968

Reguliere openingstijden (12+):

Maandag van 16.00 - 17.30 uur en 19.00 - 22.00 uur

Dinsdag van 14.00 - 18.00 uur en 19.00 - 22.00 uur

Woensdag van 14.00 - 18.00 uur

Donderdag van 14.00 - 18.00 uur en 19.00 - 22.00 uur

Vrijdag van 14.00 - 18.00 uur



Een kleurrijke wijk bestaande uit de wijk Hoornes (een naoorlogse wijk waar veel verandering plaatsvindt) en Rijnsoever (een kindvriendelijke buurt met veel jonge gezinnen). De verschillende culturen en achtergronden bieden mogelijkheden om mét elkaar het verschil te maken. Welzijnswartier is actief in De Schelp (Huis van de Wijk) en het wijkteam is vaak op straat te vinden.



KATWIJK NOORD

Mannenkookgroep

Omdat mannen ook kunnen koken! Onder begeleiding van chef-kok Daan wordt er op maandag samen gekookt en gegeten. Gezelligheid en ontmoeten staan voorop.



Huiswerkbegeleiding voor leerlingen groep 3 t/m 8 jaar

Op maandag, dinsdag en donderdag van 16.00 - 17.15 uur biedt de Schelp een rustige plek voor kinderen om hun huiswerk te maken. Er zijn vrijwilligers aanwezig die hulp bieden.

Koffie en Klets

Op meerdere momenten in de week bieden wij de gelegenheid om elkaar te ontmoeten in kleine kring (max. vier personen). Een uurtje koffiedrinken, elkaar ontmoeten en lekker kletsen. Wilt u hier ook gebruik van maken? Neem contact op met Corine Hoek (06-13025500) en reserveer een plek aan de koffietafel.



Cor van Duijvenbode

'Ik ben Cor van Duijvenbode, in het wijkteam houd ik mij vooral bezig met het jongerenwerk. Het contact met jongeren vind ik één van leukste dingen van mijn werk. Zijn er vragen of problemen met jongeren uit de wijk dan kun je bij mij terecht. De jeugd is onze toekomst dus wees er zuinig op.' (telefoon 06 12619553)



Creatief en Sportief

Een toffe woensdagmiddag met bewegen, spelletjes en creativiteit voor kinderen van groep 3 t/m 8 jaar. Er zijn geen kosten aan verbonden (wel fijn als er een flesje water meegegeven wordt).



WEEKPROGRAMMA IN KATWIJK NOORD

Wat	Wanneer	Waar	Tijd	Wie	Kosten
Mannenkookgroep	Maandag	De Schelp	11.00 - 14.00	Alle leeftijden	5 euro
Spreekuur statushouders	Maandag	De Schelp	13.30 - 15.30	Alle leeftijden	Gratis
Huiswerkbegeleiding	Maandag	De Schelp	16.00 - 17.15	Groep 3 t/m 8	Gratis
Koffie & Klets	Dinsdag	De Schelp	10.00 - 11.00	Alle leeftijden	Gratis, op afspraak
Sport op maat	Dinsdag	Sportpark de Krom	16.00 - 17.00	5 t/m 15	Gratis
Huiswerkbegeleiding	Dinsdag	De Schelp	16.00 - 17.15	Groep 3 t/m 8	Gratis
Koffie & Klets	Woensdag	De Schelp	10.00 - 11.00	Alle leeftijden	Gratis, op afspraak
Spreekuur statushouders	Woensdag	De Schelp	10.00 - 12.00	Alle leeftijden	Gratis
Sport en spel	Woensdag	De Schelp	14.30 - 15.30	Groep 3 t/m 8	Gratis
Koffie & Klets	Donderdag	De Schelp	10.00 - 11.00	Alle leeftijden	Gratis, op afspraak
Sport en spel	Donderdag	Torenflats	15.15 - 16.15	Groep 3 t/m 8	Gratis
Huiswerkbegeleiding	Donderdag	De Schelp	16.00 - 17.15	Groep 3 t/m 8	Gratis
Sport en spel	Vrijdag	VV Katwijk	15.00 - 16.30	Groep 3 t/m 8	Gratis
Sport op maat	Vrijdag	Sportpark de Krom	15.30 - 16.30	5 t/m 15	Gratis



CONTACT

De Schelp

Suurmondstraat 1
2221 TH Katwijk Noord
071-8894461



MEIVAKANTIE



Katwijk

Doe mee in Katwijk



Zoekwoord: vakantie

Hillegom

Doe mee in Hillegom



kijk ook op lisseactief.nl

3x3 basketbal

Sport

Cultuur

James Bond

Voetbal

Mountainbike

Koken

Muziek maken

Hardlopen



DUIN-EN BOLLENSTREEK

Teylingen

Doe mee in Teylingen



Lisse

Doe mee in Lisse



kijk ook op lisseactief.nl

Noordwijk

Doe mee in Noordwijk

Woon je in Noordwijk of omstreken?
En heb je zin om lekker actief te zijn.
Dan is Noordwijkactief.nl de plek voor
jou om activiteiten te vinden en aan
te bieden! Je vindt hier verschillende
bezigdheden voor jong en oud waar jij
je voor kunt inschrijven. Dus doe ook mee!





Katwijk aan den Rijn kenmerkt zich onder andere door Molen de Gerechtigheid, de Harmonie, DVS, Huize Callao, het Cruyff Court en de Najaarsfeesten met Oranjerock als hoogtepunt. Sinds begin 2021 is het wijkteam van Welzijnswartier in het PMT-gebouw te vinden. Vanuit deze mooie plek in de Molenwijk zet het wijkteam zich in voor Valkenburg.



**KATWIJK A/D RIJN
VALKENBURG**

Koffie inloop wijkbewoners

Nieuwe contacten opdoen en anderen ontmoeten kan iedere week op vrijdagochtend in het PMT-gebouw. Een moment waarop u even uit de dagelijkse sleur bent, uw verhaal kwijt kunt onder het genot van een kopje koffie of thee en een gezellig praatje kunt maken met buurtgenoten. Meer informatie via Asli Filiz | aslifiliz@welzijnswartier.nl



Sportpauze + Sport & Spel

In samenwerking met de Otto Baron basisschool organiseert Welzijnswartier wekelijks op dinsdag een sportpauze op het Cruyff Court. Het doel van deze sportpauze is kinderen plezier in bewegen te laten krijgen en ze te leren respectvol samen te spelen en sporten. Aansluitend vindt op dinsdag de activiteit 'Sport & Spel' plaats waar alle jongeren uit de wijk aan mee mogen doen. Meer informatie via Peter Kruit | peterkruit@welzijnswartier.nl



3 x 3 Basketball

Iedere dinsdagmiddag van 16.00 tot 18.00 uur zijn er twee zogenaamde leaders aanwezig bij het basketball veldje naast de Dirk van den Broek supermarkt om jongeren te enthousiasmeren en in beweging te krijgen voor het nieuwe fenomeen: 3 x 3 basketball. Deelname is helemaal gratis en meer informatie is te verkrijgen via sport@welzijnswartier.nl

Peter Kruit

'Mijn naam is Peter Kruit en ik ben actief als sociaal werker sport en beweegmakelaar voor jong en oud. Daarnaast zit ik in de projectgroep JOGG Katwijk en houd ik me bezig met preventie op het gebied van gezonde(re) leefstijl.'



WEEKPROGRAMMA IN KATWIJK A/D RIJN & VALKENBURG

Wat	Wanneer	Waar	Tijd	Wie	Kosten
Sport & Spel	Dinsdag	Cruyff Court	14.45 - 15.45	Jongeren	Gratis
3x3 Basketball	Woensdag	Basketball veld Asterstraat	16.00 - 18.00	Jongeren	Gratis
Koffie-inloop	Vrijdag	PMT-gebouw	10.00 - 12.00	Wijkbewoners	Gratis

Goed idee voor jouw wijk

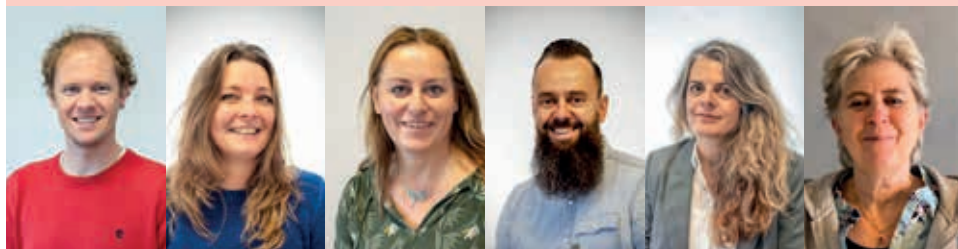
Het bulk van de ideeën bij inwoners, verenigingen en organisaties om wijken en buurten prettiger en leefbaarder te maken. En wij helpen graag mee om die ideeën, suggesties en plannen voor jouw wijk of buurt vorm te geven. Je kunt bij ons terecht voor advies, maar ook voor het gebruik van locaties en materialen waar je (bijna) gratis gebruik van kunt maken.



Kluskwartier

Bij het Kluskwartier in het PMT-gebouw krijgen jongeren uit de gemeente Katwijk een tweede kans. Ze krijgen onderwijs op maat en worden gecoacht in het ontwikkelen van technische en sociale vaardigheden. Meer informatie via Marco Varkevisser: marcovarkevisser@welzijnskwartier.nl

WIJKTEAM KATWIJK A/D RIJN & VALKENBURG



CONTACT

PMTgebouw

Tulpstraat 15a
2223 HN Katwijk
Inloop: vrijdag 10.00-12.00 uur

Huize Callao

Callaoweg 1
2223 AS Katwijk a/d Rijn
071-40 33 323
Inloop: maandag t/m donderdag van
09.00 - 16.00 uur
vrijdag van 09.00 tot 13.00 uur

Tijd voor jezelf nemen... hoe doe je dat als mantelzorger?

Als je langdurig voor iemand zorgt, heb je niet altijd oog voor jezelf. Daarom is het zo belangrijk om tijd voor jezelf te nemen en gezond te blijven. Hoe lastig dat soms ook is. Tijdens de Training Vitale Mantelzorger van Welzijnskwartier krijgen mantelzorgers handvatten waarmee zij zelf in balans blijven. U ontdekt wat energie geeft en vraagt, en hoe u daarin de balans bewaakt. Uiteraard is er veel ruimte voor uw eigen situatie en uw eigen sociale netwerk.

In verband met de Coronamaatregelen werken we in extra kleine groepjes, maximaal 3 deelnemers per keer. De trainingen zijn op 31 mei, 7 juni, 14 juni en 19 juli van 13.30 - 15.00 uur of van 15.30 - 17.00 uur.

Meedoen? Asli Filiz: aslifiliz@welzijnskwartier.nl, 06-12114636



Rijnsburg, dorp bekend om zijn rijke historie en de bloemenveiling, is inmiddels woonkern van gemeente Katwijk met 16.876 inwoners. Daarnaast heeft Rijnsburg een bruisende gemeenschap die grote evenementen organiseert; de paardenmarkt in juni, de feestweek en Flowerparade in augustus en de Kerstlnn. Het wijkteam is actief vanuit de Burgt, maar ondersteunt activiteiten en verenigingen door heel Rijnsburg.



Seniorweb

De vrijwilligers van Seniorweb Katwijk, staan ook tijdens de coronaperiode klaar om mensen te helpen met problemen van uw computer, laptop, tablet en/of smartphone. Zij maken u graag wegwijs in deze digitale wereld. Een afspraak, om langs te komen op woensdag van 10.00 tot 11.30 uur in de Burgt, kunt u maken via de frontoffice op 071-4033323.



Wandelclub

Wandelclub Zin om buiten lekker te bewegen, hiermee te ontspannen en daarbij andere mensen te ontmoeten? Dan is de wandelclub iets voor u! Iedere woensdag van 10.00 - 11.00 uur wandelen we een andere route. We verzamelen bij de ingang van de Burgt. Door de maatregelen is het aantal deelnemers aan een maximum verbonden. Neem contact op met jeffreydrost@welzijnskwartier.nl of bel 06-57882682



Jeffrey Drost

'Hoi, mijn naam is Jeffrey Drost en ik ben de beweegmakelaar van wijkteam Rijnsburg. Ik organiseer beweegactiviteiten voor jong en oud. Heb jij een idee voor een nieuwe beweegactiviteit neem dan contact met mij op! Mail jeffreydrost@welzijnskwartier.nl'



WEEKPROGRAMMA IN RIJNSBURG

Wat	Wanneer	Waar	Tijd	Wie	Kosten
Seniorweb	Woensdag	De Burgt	10.00 - 11.30	Ouderen	Kosten op de website
De wandelclub	Woensdag	De Burgt	10.00 - 11.00	Ouderen	Gratis
Mantelzorg spreekuur	Woensdag	De Burgt	10.00 - 11.30	Mantelzorgers	Gratis
Koffie inloop	Woensdag	De Burgt	10.00 - 11.30	Kwetsbare ouderen	1,00 euro

Mantelzorgspreekuur

Mantelzorg is prachtig, maar kan ook intensief zijn. Vraag gewoon om hulp als het even te veel wordt. Weet u dat wij iedere woensdag van 10.00 - 11.30 uur een inloopspreekuur houden voor mantelzorgers in de Burgt? Indien u ons graag een keer wilt spreken, kom dan gerust even langs! Wij staan u graag persoonlijk te woord.



Koffie inloop ouderen

De meeste mensen willen graag nieuwe contacten opdoen en anderen ontmoeten. Zeker als dat in een gezellige en ongedwongen sfeer is. Daarom is Rijnsburg gestart met een nieuw ontmoetingsmoment in de Burgt. Een moment waarop u even uit de dagelijkse sleur bent, uw verhaal kwijt kunt en een gezellig praatje kunt maken met buurtgenoten. Stuur een mail aan annabelgerritsen@welzijnswartier.nl



De wijk rondes

Het wijkteam loopt regelmatig door de buurten in Rijnsburg. We zijn te herkennen aan onze lichtblauwe jassen. Spreek ons dan vooral ook aan! Wij horen graag wat er speelt, waar u zorgen over heeft en welke ideeën er zijn. Wij willen uw signalen en ideeën verbinden aan de juiste betrokkenen en u ondersteunen bij het opzetten van nieuwe initiatieven.



CONTACT

De Burgt

Burgemeester Koomansplein 1
2231 DA Rijnsburg
071 403 33 23
Iedere woensdag koffie inloop
van 10.00 uur - 11.30 uur

Samen in Beweging



Wilt u iedere week even bewegen? De benen strekken onder professionele begeleiding? Elke maandag van 9.00 - 10.00 uur kunt u samen bewegen.

Momenteel is de Vitality 50+ club actief in wijkteam Rijsburg, maar het plan is om dit uit te bereiden naar de andere wijkteams. Zodat u overal gezellig samen in beweging kan komen!

Wilt u zich nu al aanmelden? Stuur dan een mailtje naar Jeffrey Drost: Jeffreydrost@welzijnskwartier.nl. De verzamelplaats is Dierenweide Westerweide, Spinozalaan 40 Rijsburg. Wat betreft de kosten kunt u de eerste 2 keer gratis meedoen, om daarna 1,00 euro per keer te betalen.

DOE MEE!



Iedereen wil ertoe doen, zinvol bezig zijn, anderen ontmoeten en erbij horen. En dat gaat nu makkelijk met het platform **doemeeinkatwijk.nl**. Op deze website vind je het overzicht van al die geweldige activiteiten in jouw wijk. Met al onze partners vullen en beheren we dit mooie platform. Met als doel de gemeente Katwijk net even mooier en leefbaarder maken. Zeker voor degene voor wie 'meedoen in de samenleving' niet altijd vanzelfsprekend is.

Alles in 1 overzicht

Van beweeg activiteiten voor senioren tot creatieve middagen voor de jeugd. En van mantelzorgbijeenkomsten tot kookgroepen voor mannen. Het inschrijven op een activiteit werkt heel makkelijk!

Stap voor stap

- Ga naar doemeeinkatwijk.nl
- Zoek een activiteit; je kunt filteren op jouw favoriete thema
- Lees de informatie door op 'meer info' te klikken
- Schrijf je in! Voeg de activiteit toe aan je mandje.



Vrijwilligerswerk

Het vinden van vrijwilligers voor organisaties en verenigingen èn het vinden van passend vrijwilligerswerk voor inwoners, was nog nooit zo eenvoudig.

Kijk op doemeeinkatwijk.nl en vind een plek die bij jou past.



JONGEREN

FIT & VITAAL

ONTMOETEN

VRIJWILLIGERS

MANTELZORG

ACCOMMODATIES



In de gemeentes Lisse, Hillegom en Teylingen staat het jongerenwerk centraal! Wij werken op (de digitale) straat en in de Nexus, Greef, Fascinus en Ex-Voto. De wijkteams lopen regelmatig door de buurten. We zijn te herkennen aan onze lichtblauwe jassen. Spreek ons dan vooral ook aan! Wij horen graag wat er bij jou speelt, wat je ideeën en zorgen zijn.



**HILLEGOM
LISSE
TEYLINGEN**

Get Active - Duin & Bollenstreek!

Zorgen voor een positieve gezondheid in kleine groepjes. Er doen al zo'n 60 jonge deelnemers mee. Get Active zorgt voor een leuke dagbesteding, creëert discipline en geeft fysiek en mentaal een positieve boost. In iedere gemeente kan een andere sport beoefend worden. In Hillegom wordt er iedere woensdag 18.30 uur en vrijdag 16.00 uur getraind om hard te lopen. Met een wedstrijdement pushen zij zich voor een mooie beloning. Get Active is een succes en zal verlengd worden. Check alle social media!

Project Weerbaarheid in Nexus

Iedere week op donderdag om 17.00 uur is er een kickbokstraining in het jongeren centrum Nexus. Daarbij werken jongeren aan hun zelfvertrouwen zodat zij in toekomstige situaties niet zich laten leiden door angst.



Get Together - Lisse

Het jongerenwerk Lisse heeft in samenwerking met het Welzijns-kompas iedere 3e donderdag van de maand een activiteit opgezet voor de kwetsbare doelgroep, jonge mantelzorgers. De insteek van de Get Together is het samenbrengen van jongeren met eenzelfde thuissituatie, waardoor er onderling begrip is en zij laagdrempelig hun verhalen met elkaar kunnen delen.



Lente-instuif - Hillegom

De Lente-instuif is een feestje voor kids in coronatijd. Lekker sporten met leeftijdsgenootjes vanaf 7 tot 17 jaar bij De Vosse in Hillegom. Blind voetballen, Nerf-battle, Bubble voetbal of T-shirts bling-bling beschilderen. Elke week is er iets nieuws en gratis te bezoeken door en voor de jeugd uit Hillegom. Elke woensdag van 14.00 - 16.00 uur zijn we op de velden naast het zwembad bij de Vosse te vinden. Uw zoon of dochter is van harte welkom opgeven kan via www.Hillegominbeweging.nl.

Remco van der Meij

'Hoi allemaal, ik ben Remco van der Meij. Ik ben sinds half maart aan de slag als sociaal jongerenwerker binnen het gecombineerde team Hillegom-Lisse van Welzijnswartier. Ik heb afgelopen weken al veel passie en bevologenheid voor en dóór jongeren voorbij zien komen in de lokale activiteiten.'



WEEKPROGRAMMA IN LISSE

Wat	Wanneer	Waar	Tijd	Wie	Kosten
Buiten sport	Woensdag	Fioretti plein	16.00 - 17.30	Jongeren t/m 18	Gratis
Buiten sport	Vrijdag	Fioretti plein	16.00 - 17.30	Jongeren t/m 18	Gratis
Tiener middag	Maandag	De Greef	16.00 - 17.30	Jongeren t/m 14	Gratis
Tiener middag	Donderdag	De Greef	16.00 - 17.30	Jongeren t/m 14	Gratis
Get Active	Woensdag	Buiten	15.00 - 16.30	Jongeren	Gratis
Get Active (beginners)	Maandag	Buiten	16.00 - 17.00	Jongeren	Gratis

WEEKPROGRAMMA IN TEYLINGEN

Wat	Wanneer	Waar	Tijd	Wie	Kosten
Online kook café	Maandag	Insta jongerenwerk Teylingen	17.00 - 18.00	10 t/m 14	Gratis
De Wandelclub	Maandag	Vanuit Fascinus	19.30 - 20.30	18+	Gratis
Tienermiddag	Dinsdag	Vanuit Ex Voto	15.30 - 17.30	10 t/m 14	Gratis
Get Active hardlopen	Dinsdag	Vanuit Ex Voto	16.00 - 17.00	14 t/m 18	Gratis
Get Active mountainbiken	Woensdag	Vanuit Ex Voto	15.30 - 17.30	14 t/m 18	Gratis
Sportcafé	Woensdag	Ex Voto	17.30 - 19.00	14 t/m 18	1,00 euro
Koken met Znoëki	Donderdag	Insta jongerenwerk Teylingen/Ex Voto en Facebook Welzijnswartier Teylingen	Komt vrijdag online	14+	Gratis
Game night	Woensdag	Twitch.com/ojcteylingen	19.00 - 22.00	12+	Gratis
meidenmiddag	Donderdag	Via Teams	15.30 - 17.30	10 t/m 14	Gratis
DJ livestream	Vrijdag	Twitch.com/ojcteylingen	19.00 - 22.00	Alle leeftijden	Gratis

Kijktip Kookvlog

Elke week is er een aflevering te zien van 'Koken met Znoëki' op de Instagram van @Jongerenwerk-teylingen. De twee meiden Zoey en Nikki nemen je mee in hun kookvlog, waar ze je laten zien hoe je makkelijk en gezond kookt. Elke week is er een nieuwe gast die hen mee helpt met het koken. Check hier de kookvlogs van Zoey en Nikki.



Ex-Voto

Jacoba van Beierenweg
2215 KZ Voorhout
0252-229952

Openingstijden:

Dinsdag: 19.30 - 22.00 uur
Woensdag: 16.00 - 17.30 uur
Donderdag: 14.00 - 22.00 uur
vrijdag: 15.00 - 22.00 uur
Zaterdag: 18.00 - 23.59 uur
Zondag: 00.00 - 01.30 uur



Fascinus

Van Alkemadelaan 14
2171 DH Sassenheim
0252-229772

Openingstijden:

Maandag: 15.00 tot 20.00 uur
Woensdag: 15.00 tot 22.00 uur
Donderdag: 15.00 - 18.00 uur
Vrijdag: 15.00 tot 22.00 uur



Nexus (v/h OJC Solution)

Van de Endelaan 7
(sportpark De Zanderij)
2182 ES Hillegom

De Greef

Ruishornlaan 21
2162 VW, Lisse



'Heilzame badplaats en Fairtrade gemeente'. Zo wordt Noordwijk ook wel genoemd. Wat een mooie gemeente met de 3 dorpen: Noordwijk, Noordwijkershout en de Zilk! Wij hebben een jongerencentrum in Noordwijk dat heet The Base en in Noordwijkerhout X-OUT. Daarnaast zijn we vaak op straat te vinden.



Skatepark

Leren stunts op een step? Samen met buurtcoaches en jongeren die heel goed zijn in stuntsteppen hebben we een lesprogramma ontwikkeld voor jongeren van 8 t/m 18 jaar. Het jongerenwerk ondersteunt hen om van de skatebaan in Noordwijk een leuke en veilige, maar ook sportieve plek te maken.



Break out Events!

In het voorjaar hebben we een succesvolle editie van de Break-Out Events in Noordwijk gehad. Een paar honderd jongeren hebben meegedaan. We staan daarom ook te trappelen om de volgende supereditie neer te zetten. Houd onze Instagram in de gaten.

's Heeren Loo

We zijn met 's Heeren Loo bezig om jongeren elkaar te laten helpen met het vinden van een baan of stimuleren elkaar in talent. Vanuit onze organisaties ondersteunen we ze daarbij door trainingen aan te bieden en als verbinder op te treden. Momenteel zijn we dan ook bezig met een gezamenlijke videoproductie over vinden/zoeken en hebben van (vrijwilligers)werk.

Vera van der Laan

'Ik ben een jaar werkzaam bij Welzijnswartier. Ik woon zelf in Heemstede maar weet goed mijn weg te vinden in Noordwijk, omdat ik voor deze baan ook al jongerenwerk deed in Noordwijk. Ik vind de diversiteit van mijn werk één van de leukste dingen. Geen dag is hetzelfde! Ook de creativiteit die ik in mijn werk kan stoppen vind ik fantastisch.'



WEEKPROGRAMMA IN NOORDWIJK

Wat	Wanneer	Waar	Tijd	Wie	Kosten
Get active	Dinsdag	Vanuit The Base	16.00	Alle leeftijden	gratis
Meidenmiddag	Donderdag	The Base	14.30 - 16.30	10+	Gratis
Meidenavond	Donderdag	The Base	19.00 - 21.00	14+	Gratis
Meidenmiddag	Dinsdag	X-Out	15.00 - 17.00	10 t/m 14	Gratis
Pokémon Go	Woensdag	X-Out	14.00	10+	Gratis
Walk en talk	Woensdag	Vanuit X-Out	15.00	10+	Aanmelden



Dit zijn een aantal van de sociaal werkers in Noordwijk, Hillegom, Lisse en Teylingen. Wie ken jij al? Zij willen jou ook leren kennen. Tot snel!



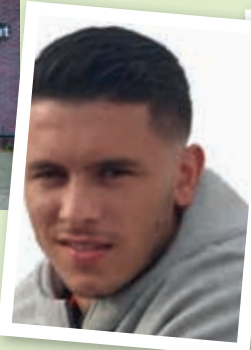
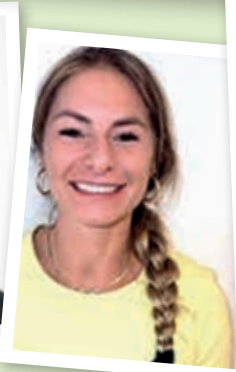
The Base

Van Panhuysstraat 15
2203 JN Noordwijk



X-Out

Viaductweg 50
2211 GT Noordwijkerhout



JAAR VAN DE VRIJWILLIGE INZET



#MENSENMAKENNEDERLAND



(bron foto: MDT)



MENSEN
MAKEN...

....een bijzonder onderdeel uit van de gemeentes waar wij actief in zijn.

Of dat nou in een van de jongerencentra is of bij een vereniging of een ander goed doel! Ze klussen, organiseren, helpen, ondersteunen heel wat af. Onmisbaar zijn deze vrijwilligers. Daarom roepen we alle verenigingen in de Duin & Bollenstreek op om actief mee te doen aan deze kleurrijke campagne. Op de website mensenmakenmensen.nl staat er allerlei materiaal om te gebruiken. Posters, flyers en innovatieve ideeën om mensen tijdens het jaar van de vrijwilliger extra in het zonnetje te zetten. Lees op onze website een mooi verhaal over vrijwilligers bij de Voorraadkast. Kijk op welzijnswartier.nl/mooie-verhalen-over-vrijwilligerswerk

WORD ANWB AUTOMAATJE

Ook in de gemeente Katwijk zitten veel mensen gedwongen achter de geraniums met een sociaal en mobiliteitsprobleem. Dit leidt tot eenzaamheid. Als AutoMaatje zorg jij ervoor dat iedereen meedoet en mobiel blijft. Als vrijwilliger vervoer je minder mobiele

'buren' in je eigen auto. Ben je een paar uur per maand beschikbaar? Meld je bij ons aan! Centralist, FietsMaatje of bestuurslid worden? Dat kan ook! Voor meer informatie zie: www.welzijnswartier.nl/katwijkrijdtmee



WORD MAATJE

Soms heeft iemand gewoon even een ander nodig. Om naar te luisteren of misschien samen mee op pad te gaan. Er zijn verschillende maatjesprojecten. Kijk voor diverse mogelijkheden op doemeeinkatwijk.nl



MDT - PROJECTTALENT

Talent ontwikkelen, mensen ontmoeten en iets goeds doen voor een ander. Daar draait het om bij MDT – Project Talent. In Lisse en Katwijk zijn begin dit jaar al 18 jongeren het traject gestart en binnenkort starten de nieuwe inschrijvingen voor september 2021 in Noordwijk, Katwijk, Hillegom & Teylingen. Kijk op welzijnswartier.nl/mdt voor alle informatie en geef jouw ontwikkeling een boost!



Meewerken aan deze krant?

Stuur een mail naar
communicatie@welzijnswartier.nl

Zomer in de Duin- en Bollenstreek



De temperaturen stijgen! Dat betekent weer mooie zomerprogramma's. In de gehele Duin & Bollenstreek plannen we activiteiten. Voor ieder wat wils. Voor ieder wat leuks. Iedereen hoort erbij!

WWW.WELZIJNSKWARTIER.NL/ZOMER2021

Zomer/najaar 2021

- **Vervolg Get Active!**
- Nieuwe uitgave Welzijnswartier Krant 30 juni!
- Sportweek vrijdag 17 t/m zondag 26 september
- Burendag 25 september
- Week tegen Eenzaamheid 1 t/m 8 oktober



VOOR MEER INFORMATIE OVER AANMELDEN EN ACTIVITEITEN: WELZIJNSKWARTIER.NL