



NIEUWSBRIEF augustus 2015 van de WIJKGROEP OUDEREN

correspondentieadres: Asserstraat 66 2313 GH, Leiden

website: www.profburgwijk.nl/wijkgeroepouderen

email: wijkgroepouderen@profburgwijk.nl

telefoon: 06-57702800 ('s morgens tussen 9.30 en 11.30 uur)

Beste wijkbewoner,

In deze Nieuwsbrief van augustus 2015 vindt u:

1. Een vooruitblik op het Trigonprogramma vanaf 27 augustus
2. Een overzicht van de kringen en cursussen en de ruimte die er is voor nieuwe deelnemers
3. Actieve wijkgenoten zijn ook actief buiten de wijk: Marian Helder bij Libertas en Wim Schrama bij de Roadrunners Club. Misschien ook iets voor u?



Uitnodiging van de Wijkgroep Ouderen

Professoren- en Burgemeesterswijk

1. Vooruitblik op het Trigonprogramma vanaf 27 augustus

De donderdagse bijeenkomsten in Trigon zien er iets anders uit dan tot nu toe.

Iedere donderdag van 10.30 tot 11.00 uur is er tijd voor koffie. Ieder is welkom. Daarna, tussen 11.15 en 12.30 is er een wisselend programma waar je al dan niet aan mee kunt doen: bespreking van het nieuws, lezingen door buurtgenoten, bloemschikken, "politiek café" waar we onder leiding van raadslid Moniek van Sandick Leidse zaken bespreken, etc..

Tussen 10.00 en 11.00 uur op de eerste en derde donderdag van de maand kan ieder met tablet-smartphone- of laptop-problemen voor hulp terecht bij Hanny Klarenbosch.

Voor de entree brengen we € 2,50 in rekening. Daarvoor krijg je dus koffie, is de tablet-ondersteuning beschikbaar, en kan je deelnemen aan het programma van 11.15 tot 12.30.

Op de laatste donderdag van de maand is er een lunch. Die wordt steeds door iemand anders voorbereid en aangekleed. We proberen die lunches een beetje feestelijk te maken. De kosten daarvoor zijn een extra € 5,00

27 augustus	10.30 koffie 11.15 Lezing ir. Sophieke Klaver, Heidemij: "Prettig blijven wonen, hoe doen anderen dat?" Subthema's zijn : aanpassen eigen woning, anders wonen en stappen naar anders wonen. 12.30 lunch: opgeven!	Bijdrage € 2,50 € 5,00
3 september	10.00 ondersteuning bij tablet, laptop en telefoon door Hanny Klarenbosch 10.30 koffie 11.15 Jeu de boules	€ 2,50
10 september	10.30 koffie 11.00 Excursie Pieterskerk	€ 2,50 Kosten rondleiding omgeslagen
17 september	10.00 ondersteuning bij tablet, laptop en telefoon door Hanny Klarenbosch 10.30 koffie 11.15 Nieuwsgroep 11.15 Bloemschikken	€ 2,50 Kosten bloemen worden omgeslagen

2. Kringen, cursussen en de excursiegroep van de Wijkgroep Ouderen

Binnen de Wijkgroep Ouderen zijn per 1-9-2015 verschillende kringen en een excursiegroep actief of in oprichting.

De kringen 1 t/m 4 zijn op dit moment vol. Men kan zich melden voor de wachtlijst.

- | | | |
|---|--------------------|-------------|
| 1. <i>Gespreksgroep Levenskunst</i> | Jan de Bruijne | 071 5130164 |
| 2. <i>Schrijfgroep Verhalen</i> | Toon Huson | 071 5665576 |
| 3. <i>Literaire leeskring</i> | Carolien Polderman | 071 5144295 |
| 4. <i>Excursiegroep Koffie in het groen</i> | Helias Udo de Haes | 071 5140949 |

De kringen 5 t/m 11 zijn nog niet vol of in oprichting

- | | | |
|--|---------------------------------|--------------------|
| 5. <i>Groep Wonen in de wijk</i> | Mieke Schlatmann | 071 5123348 |
| 6. <i>Leeskring geschiedenis</i> | Johan Rebergen | 071 5121253 |
| 7. <i>Literaire leeskring (Wijkvereniging)</i> | via Carolien Polderman | 071 5144295 |
| 8. <i>Wandelgroep "dertig minuten"</i> | Hermien Teske | 071 5133462 |
| 9. <i>Biologisch gezelschap</i> | in oprichting / aanmelden secr. | 071 5225108 (Rita) |
| 10. <i>Leeskring Poëzie</i> | in oprichting / aanmelden secr. | 071 5225108 (Rita) |
| 11. <i>Gesprekskring Maatschappelijke Vraagstukken</i> | in oprichting/ aanmelden secr. | 071 5225108 (Rita) |
| 12. <i>Mandala tekenen</i> | Marian Helder | 071-5147672 |

Ideeën voor nieuwe kringen zijn welkom als er ook een initiatiefnemer is!

Voor de Wandelgroep "dertig minuten" is ook een tweede automobilist zeer welkom.

De data van de bijeenkomsten worden in al deze groepen onderling vastgesteld. Informatie daarover kunnen de organisatoren geven. U kunt zich voor kringen of cursussen opgeven bij de organisator of via de wijktelefoon /mailadres.

Er starten in september ook twee cursussen:

- Op 17 september start een huiskamer-cursus **Bridge voor beginners**, 12 lessen op donderdagmiddagen van 14.00 tot 16.30. De kosten zijn € 80,00 + € 10,00 voor het lesboek. Er is nog ruimte: meld u aan via de Wijktelefoon.
- In september start ook een **nieuwe reeks Tai chi lessen** op donderdagochtenden van 9.30 tot 10.30 in het Trigon-gebouw. De kosten bedragen 60,- euro voor tien lessen. Er is nog ruimte: meld u aan via de Wijktelefoon.

3. Actieve wijkgenoten zijn ook actief buiten de wijk: Marian Helder bij Libertas en Wim Schrama bij de Roadrunners Club. Misschien ook iets voor u?

Workshop *Mandala tekenen*

Marian Helder geeft een workshop Mandala tekenen op woensdag 19 augustus bij Libertas Leiden in de Herenstraat 61 van 14.00 tot 16.00. Kosten € 5. Aanmelden dinsdag t/m vrijdag tussen 9.00 en 13.00: 071-5120483

Wandelen bij de Leiden Road Runnersclub (www.lrrc.nl)

Wijkgenoot Wim Schrama (tel. 071-5144501 / 05-20177590) is zeer actief bij een aantal wandelgroepen voor senioren. Naast sportief wandelen kun je bij de Road Runners ook recreatief wandelen. Je kunt het zes weken gratis proberen. Er wordt dinsdag en vrijdag tussen 9.30 en 11.00 gelopen.

Ook in september dus weer een excursie met begeleiding. De laatste, in juni, naar Bibliotheca Thysiana was prachtig en inspirerend. We kijken uit naar de volgende excursie, op 10 september, naar de Pieterskerk!

