



Nieuwsbrief OUDERENCONTACT PROFBURGWIIJK, juni 2018

correspondentieadres: Asserstraat 66, 2313 GH, Leiden

website: <http://www.ouderencontactprofburgwijk.nl>

email: info@ouderencontactprofburgwijk.nl

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

In deze Nieuwsbrief vindt u

- Het Trigon-programma voor juni 2018 en begin juli 2018 plus toelichting
- Verkregen subsidie en nieuws over Zittend Chikung
- Mededelingen over enkele andere activiteiten in de wijk waarbij we welkom bij zijn



7 juni	10.30 Koffie 11.15 Fietsen op een driewieler: klinkt eenvoudig, maar is het dat ook? <i>(zie toelichting)</i>
14 juni	10.30 Koffie 10.30 Steun bij tablet en laptopproblemen door Floris Wouterlood 11.15 Politiek Café onder leiding van Moniek van Sandick <i>(zie toelichting)</i>
21 juni	10.30 Trigon gesloten: Koffie in de Tuin van de Smid
28 juni	10.30 Koffie 10.30 Steun bij tablet en laptopproblemen door Floris Wouterlood 11.15 Nieuwsgroep onder leiding van Johan Rebergen 12.30 Lunch in de Tuin van de Smid
5 juli	10.30 Koffie 11.00 Proefles Chikung: zittend. Voor alle belangstelden!! <i>(Zie toelichting)</i>
12 juli	10.30 Koffie 10.30 Steun bij tablet en laptopproblemen door Floris Wouterlood 11.15 Feestelijke viering van vijf jaar Ouderencontact <i>(zie korte toelichting)</i>

De Trigon-bijeenkomsten vinden plaats in het gebouw van de korfbalvereniging Trigon aan de Cronesteinkade (over het bruggetje links).

Iedere donderdag van 10.30 tot 11.15 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, "politiek café" waar we onder leiding van raadslid Moniek van Sandick Leidse zaken bespreken, etc.

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.

Toelichting op het programma

7 juni Een bijzondere kans om een driewielers te proberen

Als gewoon fietsen moeilijk wordt kan een driewieler uitkomst bieden. Heerlijk om zo toch mobiel te blijven! Maar de overstap van twee- naar driewieler gaat niet vanzelf. Er zijn allerlei verschillende driewielers die zich verschillend gedragen. Maia Mobiliteit in Zoeterwoude biedt ons de mogelijkheid kennis te maken met de verschillende mogelijkheden.

Op 7 juni om 11.15, na de koffie bij Trigon, vertrekken we met eigen auto's naar Zoeterwoude. Daar kunnen we verschillende types driewielerfiets zien en uitproberen! Meerijden is geen probleem. We keren na afloop met dezelfde auto's terug naar Trigon, zodat iedereen weer met z'n eigen vervoer naar huis kan.

14 juni Moniek van Sandick zal weer een Politiek Café leiden en brengt deze keer de heer Walter van Peijpe mee, de fractieleider van Groen Links, in de vorige en in de nieuwe gemeenteraad. Hij zal ons vertellen over de nieuwe plannen van het College. Er treedt een links georiënteerde ploeg wethouders aan in Leiden! Er zal een schrijftolk aanwezig zijn!

5 juli Zittend Chikung

Op 5 juli organiseert het Ouderencontact **een proefles** zittend Chikung voor geïnteresseerden uit onze wijk en uit de omliggende wijken. Chikung-lessen worden door deelnemers zelf betaald, maar de subsidie van Zorg en Zekerheid maakt het mogelijk de lessen te laten doorgaan bij een beperkt aantal deelnemers.

We nodigen iedereen uit die niet staat maar wel zittend aan deze bewegingscursussen kan deelnemen. Kom vooral vrijblijvend naar deze open les onder deskundige begeleiding. Chikung bevordert de balans, vergroot het zelfvertrouwen bij bewegen en stimuleert de bloedsomloop.

Wees welkom op 5 juli, **11.00 uur**, Trigon.

12 juli Een feestelijke afsluiting van vijf jaar Ouderencontact. We nemen de jeu de boulesbaan in gebruik!!

Overige berichten

Een nieuw Wijkkompas 2018 / 2019

In mei werd de nieuwe druk van het Wijkkompas door de gemeente in de wijk bij alle 65+-ers bezorgd. Mocht u geen nieuw Wijkkompas hebben ontvangen, neem dan contact op via de wijktelefoon 06-57702800, op werkdagen tussen 9.30 en 11.30.

Het Wijkkompas is nu ook digitaal beschikbaar. U vindt het op onze website: www.ouderencontactprofburgwijk.nl. Gemakkelijke doorlink-mogelijkheden naar tal van nuttige websites bieden veel extra's.

NB. Deze links vanuit de website blijken nog niet goed te werken maar dit wordt op korte termijn gerepareerd!

Feestelijke onthulling van de Sociale Sofa op 14 juni, vanaf 16.30 uur

Op donderdag 14 juni is de feestelijke onthulling van de Social Sofa op de hoek van de Franchimontlaan en de Melchior Treublaan met muziek, een hapje en drankje. *De groep Wijkwens die hard gewerkt heeft aan de Sofa heet iedereen van harte welkom.*

Varen en/of wandelen bij Theetuin 't Woutje in Hazerswoude-dorp: een vooraankondiging!

In juli of augustus, als Trigon gesloten is, organiseert een groepje mensen een excursie naar Theetuin 't Woutje in Hazerswoude-dorp. Daar kan een rondvaart worden gemaakt, al dan niet in combinatie met een wandeling. De datum staat nog niet vast. Wie meewil kan zich opgeven via de wijktelefoon (06-57702800, op werkdagen tussen 9.30 en 11.30). Vervoer en organisatie worden geregeld door Helias, Hermien en Gera. Meld je vóór 1 juli aan!!

Bij de Zonneboom, de Laat de Kanterstraat 5, wordt op zondag 10 juni a.s. een inleiding met gesprek georganiseerd over een belangrijk onderwerp: kan de robot de mens vervangen? Op welke manier kunnen we de opkomst van de robot inbedden in een samenleving die menswaardig is en blijft?

Kosten 55 euro / 11.30 – 16.30 / 10 juni 2018. Informatie en aanmelden bij de Zonneboom: 071-5123137.