

PROGRAMMABOEK | ZOMER 2026

ZOMERPALET

Zoetermeer



Albrandswaard 1
Bijdorplan 471
Gondelkade 33
Nathaliegang 79
Petuniatuin 7a
Rakkersveld 253
Teldersrode 25
Uiterwaard 21
Zanzibarplein 5

ACTIVITEITEN

Speciaal voor iedereen vanaf 18 jaar

juli | augustus

Een samenwerking van





VOORWOORD

Ook deze zomer organiseren inZet, Palet Welzijn en De Goede Buur samen extra activiteiten voor volwassenen. Je vindt ze op negen inloop- en activiteitenlocaties en in twee wijkrestaurants in Zoetermeer.

Wil je meedoen?

In dit ZomerPalet staat per locatie en activiteit of je je moet aanmelden en of meedoen gratis is of geld kost.

Alle locaties en contactgegevens van de sociaal makelaars van inZet staan achterin het Programmaboek. We wensen je een fijne, gezellige en actieve zomer!

Zonnige groet,

De medewerkers van inZet, Palet Welzijn en De Goede Buur



ALGEMENE VOORWAARDEN

We hebben dit ZomerPalet Programmaboek met veel zorg gemaakt. Toch kan er een foutje in staan. Aan de inhoud kunnen daarom geen rechten worden ontleend. Wijzigingen en typ- of drukfouten zijn mogelijk.

Aanmelden

- Voor de meeste activiteiten kun je je aanmelden via e-mail. Stuur een mail naar p.vanderlaan@inzet-indewijk.nl en zet je naam, telefoonnummer en e-mailadres erbij. Soms staat er bij een activiteit een andere manier van aanmelden. Volg dan die instructies.
- Heb je geen e-mail? Dan kun je je telefonisch of mondeling aanmelden bij de contactpersoon van die locatie. De lijst met contactpersonen vind je achterin dit Programmaboek.
- Bij sommige activiteiten staat een laatste aanmelddatum. Staat er geen datum, maar wil je je wel aanmelden? Doe dat dan uiterlijk één dag vóór de activiteit is gepland.
- Voor sommige activiteiten geldt een maximaal aantal deelnemers. We raden je daarom aan om je op tijd aan te melden zodat je zeker bent van een plekje.
- Activiteiten kunnen alleen doorgaan bij voldoende aanmeldingen.
- Na aanmelding ontvang je een bevestiging van deelname. Heb je geen bevestiging ontvangen? Dan is je aanmelding nog niet definitief.

ALGEMENE VOORWAARDEN

Kosten

- Bij elke activiteit staat of meedoen gratis is, of dat je ervoor moet betalen.
- Moet je betalen voor een activiteit? Betaal dan op tijd bij de contactpersoon van die locatie.
- Betalen kan contant of met PIN.
- Bij sommige activiteiten kun je betalen met de Zoetermeerpas. Als dat kan, staat het erbij.
- Kun je toch niet komen? Laat het dan op tijd weten aan de contactpersoon van de activiteit. Heb je al voor deze activiteit betaald? Bespreek dan samen of je dat geld terug kunt krijgen omdat je de activiteit niet meer gaat doen.

ALBRANDSWAARD 1

Zomerlezen

Dinsdag 7 juli 14.00 - 15.00 uur
Gratis | Aanmelden voor 30 juni
Op verschillende plekken in de tuin
wordt een kort verhaal voorgelezen.
Elke keer in een ander genre.



Ouderenbus: uitje naar Scheveningen

Maandag 13 juli | Aanmelden voor 9 juli
Vertrek om 11.30 uur | Vertrek terugweg om 14.30 uur
Kosten: Op vertoon van je regiotaxipas of voor 6 strippen
kun je (eventueel met je begeleider) met de bus meerijsen
Lekker uitwaaien op het strand of een rondje lopen
over de boulevard? Ga gezellig mee! Meld je aan voor
dit leuke uitje. De Ouderenbus brengt je heen en
weer terug. Op de locatie is geen begeleiding. Heb je
begeleiding nodig? Regel dit dan zelf.



Eenpansgerecht koken met André

Dinsdag 28 juli en 18 augustus 15.00 - 18.00 uur
Kosten: € 17,95 incl. kopje koffie/thee en een drankje
Aanmelden minimaal één week van te voren bij De Goede Buur
Kom naar de workshop met André
en maak een heerlijk
eenpansgerecht. Na het koken gaan
we samen eten in het restaurant
onder het genot van een drankje.



ALBRANDSWAARD 1

Indisch Buffet

Donderdag 6 augustus 17.00 - 20.00 uur

Kosten: € 19,50

Aanmelden voor 30 juli bij De Goede Buur

Kom genieten van een heerlijke Indische maaltijd. Gezellig eten met elkaar!



Cluedo

Donderdag 13 augustus 17.00 - 20.30 uur

Kosten: € 16,50 | Aanmelden voor 3 augustus bij De Goede Buur

Tijdens het diner is er een moord gepleegd. Lukt het jullie om samen uit te zoeken wie het heeft gedaan?

Het menu bestaat uit tomatensoep, schnitzel met champignonsaus, gebakken aardappeltjes en boontjes. We sluiten af met een lekker toetje: poffertjes met ijs.

Country middag

Dinsdag 25 augustus 15.00 - 17.00 uur

Kosten: € 14,95 met diner / € 3,- alleen de middag | Aanmelden voor 18 augustus bij De Goede Buur

Kom in Amerikaanse sferen met countrydance. Als afsluiting eten we met elkaar een heerlijke hamburger met friet. Als toetje is er een lekkere pancake met een bolletje ijs.



BIJDORPLAAN 471

Mini moestuin

Woensdag 1 juli 14.00 - 16.00 uur

Kosten: € 7,50 incl. een kopje koffie/thee met wat lekkers

Aanmelden en betalen voor 24 juni

Tijdens deze gezellige activiteit versieren we samen bloempotjes. Daarna vullen we ze met zaadjes, bijvoorbeeld van bloemen of kruiden. Je kunt dan thuis zien hoe het op je balkon of in de tuin bloeit en groeit.

Eten bij restaurant Heinde, Dorpsstraat 97p

Dinsdag 7 juli | Start in restaurant 17.30 uur

Kosten: € 37,50 (inclusief onbeperkt hapjes en drankjes). Je betaalt dit op de avond zelf contant en gepast aan Odette. Aanmelden kan tot en met 24 juni. Dan betaal je ook meteen € 10,- reserveringskosten (contant) aan Odette. Deze € 10,- krijg je terug bij het restaurant.

Zin om uit eten te gaan, maar wil je niet alleen? Wij hebben gereserveerd bij restaurant Heinde. Leer nieuwe mensen kennen tijdens een gezellig etentje.

The Rolling Scones

Woensdag 15 juli 15.00 - 16.00 uur

Gratis incl. kopje koffie/thee en scone | Aanmelden voor 8 juli

The Rolling Scones zijn live optredens met muziek, koffie of thee en een scone. Ook deze zomer reizen de concerten weer door de stad om muziek, gezelligheid en inspiratie naar verschillende locaties te brengen. Elke keer is er een ander optreden van Zoetermeers talent. Het is een mooie kans om elkaar te ontmoeten. Kom je ook meegenieten?

DE ZOMEREDITIE VAN THE ROLLING
SCONES IS EEN SAMENWERKING
TUSSEN GREG & BAUD PRODUCTIONS,
THEATERHART, INZET EN WIJCK.

BIJDORPLAAN 471

Soep met Ouderenadviseur en Sociaal Makelaar

Maandag 17 augustus 12.00 - 13.30 uur

Gratis | Aanmelden voor 10 augustus

Wat doet de Ouderenadviseur in de wijk eigenlijk? Waar kun je terecht voor activiteiten of andere vragen?

Kom kennismaken met Evelyne de Vink en Odette Haasnoot. Onder het genot van een kop verse soep vertellen zij graag wat ze voor je kunnen betekenen.



Workshop lapjeskrans maken

Woensdag 19 augustus 13.00 - 16.00 uur

Kosten: € 7,50 incl. kopje koffie/thee

Aanmelden en betalen voor 5 augustus

Maak een prachtige krans van verschillende lapjes stof.

Met een eenvoudige techniek van "knippen en knopen" van reepjes stof maak je al snel een schitterende krans.

Een schaar of kartelschaar neem je zelf mee.

Ouderenbus: uitje naar Van der Spek

Maandag 31 augustus | Aanmelden voor 17 augustus

Vertrek vanaf halte Bijdorplan om 11.15 uur | Vertrek terugweg om 14.30 uur

Kosten: Op vertoon van je regiotaxipas of voor 6 strippen kun je (eventueel met je begeleider) met de bus meereiden

Kom gezellig mee rondstruinen in tuincentrum Van der Spek in Zevenhuizen. Bekijk rustig alle planten en bloemen, neem een kijkje bij de versafdeling en geniet van een kopje koffie of een lekker broodje in het horecagedeelte.



GONDELKADE 33

High tea met de Ouderenadviseur, Sociaal Makelaar en Welzijnscoach

Maandag 6 juli 12.30 - 14.00 uur

Kosten: € 12,50 | Aanmelden voor 3 juli

Tijdens de high tea vertellen de Ouderenadviseur, Sociaal Makelaar en Welzijnscoach wat zij voor wijkbewoners kunnen betekenen. Ook is er ruimte voor een gezellig praatje en kun je andere wijkbewoners ontmoeten.

Workshop decoupage

Woensdag 15 juli 13.00 - 16.00 uur | Aanmelden en contant betalen voor 13 juli | Kosten: € 17,50 incl. materialen

Geef je (oude) vaas een nieuw leven en laat je creativiteit spreken! We leren je de techniek van decoupage. Zo maak je van jouw vaas of schaal een uniek en decoratief stuk. Iedereen kan meedoen. Materialen zijn inbegrepen, maar neem wel je eigen glazen, transparante vaas of schaal mee. Als je geen vaas hebt, kun je voor € 4,- een vaas kopen op de locatie.

The Rolling Scones

Woensdag 29 juli 14.00 - 15.00 uur

Gratis incl. kopje koffie/thee en scone | Aanmelden voor 22 juli

The Rolling Scones zijn live optredens met muziek, koffie of thee en een scone. Ook deze zomer reizen de concerten weer door de stad om muziek, gezelligheid en inspiratie naar verschillende locaties te brengen. Elke keer is er een ander optreden van Zoetermeers talent. Het is een mooie kans om elkaar te ontmoeten. Kom je ook meegenieten?

DE ZOMEREDITIE VAN THE ROLLING
SCONES IS EEN SAMENWERKING
TUSSEN GREG & BAUD PRODUCTIONS,
THEATERHART, INZET EN WIJCK.

GONDELKADE 33

Ouderenbus: uitje naar Scheveningen

Maandag 3 augustus | Aanmelden voor 31 juli
Vertrek om 10.30 uur | Vertrek terugweg om 14.30 uur
Kosten: Op vertoon van je regiotaxipas of voor 6 strippen kun je (eventueel met je begeleider) met de bus meerijden

Gezellig over de boulevard struinen? Een lekker visje eten bij Simonis? Of juist genieten van het zonnetje op het terras? De Ouderenbus brengt je heen en weer terug. Op de locatie is geen begeleiding. Heb je begeleiding nodig? Regel dit dan zelf.



Zomervakantielanden buffet

Woensdag 19 augustus 17.00 - 19.30 uur
Kosten: € 19,95 (excl. drankjes) | Reserveren voor 14 augustus via deleyens@restaurant-degoedebuurt.nl of bel naar 079 - 343 82 88

We starten met minestrone soep en koude gerechten, zoals salade niçoise, focaccia en kartoffelsalat. Ook zijn er warme gerechten uit verschillende landen, bijvoorbeeld gyros, pasta, Spaanse gehaktballetjes en Oostenrijkse worstjes. We sluiten af met tiramisu met slagroom.

Fietsuitje met de Ouderenadviseur of Welzijnscoach

Maandag 24 augustus 10.00 - 17.00 uur
Gratis | Aanmelden voor 10 augustus

Ga mee op de duo-fiets met Ouderenadviseur Nathalie Klamer of Welzijnscoach Manon van Erp. Fiets een leuke route door de wijk en hoor wat zij voor bewoners doen. Een rit duurt een half uur. Na aanmelding delen we je in een tijdsblok in.



NATHALIEGANG 79

Soeperzomer

Dinsdag 21 juli 12.00 - 14.30 uur | Aanmelden voor 15 juli
Gratis incl. soep met stokbrood (drankjes voor eigen rekening)

Schuif aan voor een kop warme soep en een goed gesprek. Ontmoet buurtgenoten en deel verhalen uit de wijk. Blikopener: de geschiedenis van de Floriade, verteld door een wijkbewoner die het van dichtbij heeft meegemaakt. De middag wordt mogelijk gemaakt door de bibliotheek.



Samen op pad met de duo-fiets

Dinsdag 28 juli 10.00 - 15.00 uur
Gratis incl. kopje koffie/thee met wat lekkers | Aanmelden voor 22 juli
Iedereen kan mee op de duo-fiets, ook als je een beperking hebt. Tijdens het fietsen is er alle ruimte om vragen te stellen. Onze Ouderenadviseur denkt met je mee en geeft advies. Samen bespreken we de route en hoe lang we fietsen, zodat het passend is voor jou.

Wandel mee naar wijktuin Rokkeveen

Woensdag 5 augustus 10.00 - 12.00 uur | Aanmelden voor 29 juli
Kosten: € 3,50 incl. kopje koffie/thee en huisgemaakt gebak
We starten bij Nathaliegang 79 en maken samen een ontspannen wandeling door de wijk. We bezoeken wijktuin Rokkeveen (Spectrumsingel 50). Daar drinken we koffie of thee met huisgemaakt gebak. Ook met een rollator of rolstoel kun je meedoen. De wandeling naar de wijktuin duurt ongeveer 20 minuten.

NATHALIEGANG 79

The Rolling Scones

Donderdag 6 augustus 11.00 - 12.00 uur

Gratis incl. kopje koffie/thee en scone | Aanmelden voor 30 juli

The Rolling Scones zijn live optredens met muziek, koffie of thee en een scone. Ook deze zomer reizen de concerten weer door de stad om muziek, gezelligheid en inspiratie naar verschillende locaties te brengen. Elke keer is er een ander optreden van Zoetermeers talent. Het is een mooie kans om elkaar te ontmoeten. Kom je ook meegenieten?

Ouderenbus: uitje naar Pannenkoekenboerderij De Hooiberg

Maandag 10 augustus | Aanmelden voor 4 augustus

Vertrek vanaf halte Nathaliegang om 11.30 uur | Terug rond 15.00 uur bij de halte | Kosten: Op vertoon van je regiotaxipas of voor 6 strippen kun je (eventueel met je begeleider) met de bus meereizen

Ga gezellig mee met de Ouderenbus naar Pannenkoekenboerderij De Hooiberg in Leiderdorp! Je hebt keuze uit meer dan 100 soorten pannenkoeken en andere gerechten. De lunch is voor eigen rekening. Daarna maken we samen een mooie rondrit langs de Kagerplassen en door het Groene Hart.



Pasar Mini Rokkeveen

Woensdag 26 augustus 12.00 - 16.00 uur | Gratis

Bezoek de sfeervolle Oosterse markt met authentiek eten, ambachtelijke producten, livemuziek en workshops. Struin langs de kraampjes en geniet van een gezellige middag.



PETUNIATUIN 7A

Verhalenpicknick

Vrijdag 3 juli 11.30 - 13.00 uur

Gratis incl. picknick | Aanmelden voor 25 juni

Kom gezellig picknicken en luister naar een verhalenverteller. Je hoort meeslepende, grappige en hartverwarmende verhalen. We verzamelen om 11.30 uur bij Petuniatuin 7a. Vanaf daar lopen we samen een stukje naar de picknickplek. De tafels, banken en de picknick staan daar al voor je klaar.



Indigo workshop "Geen paniek"

Woensdag 15 juli 13.00 - 15.00 uur

Gratis incl. kopje koffie/thee | Aanmelden voor 10 juli

Leer meer over panieklachten, hoe ze kunnen ontstaan en hoe je daarmee om kunt gaan.

Live optreden van het Ensemble Crescendo

Vrijdag 31 juli 13.00 - 15.00 uur

Gratis (consumpties voor eigen rekening)

Aanmelden voor 30 juli

Dit ensemble speelt muziek die je meteen aan dansen doet denken. Je hoort verschillende stijlen, zoals balletmuziek, dansen uit de pruikentijd, tango, wals en polka.



PETUNIATUIN 7A

Wijkontbijt



Dinsdag 11 augustus | Inloop ontbijt: 09.30 uur

Spelletjes vanaf 11.00 uur

Kosten: € 4 | Aanmelden voor 6 augustus

Kom gezellig naar het wijkontbijt!

Enthousiaste vrijwilligers zorgen voor een

lekker ontbijt. Zin om nog even te blijven?

Na afloop kun je samen een spelletje doen.

(Duo)fietsen met de Ouderenadviseur

Woensdag 12 augustus 10.00 - 16.00 uur

Gratis | Aanmelden voor 7 augustus

Iedereen kan mee op de duo-fiets, ook als je een beperking hebt. Tijdens het fietsen is er alle ruimte om vragen te stellen. Onze Ouderenadviseur denkt met je mee en geeft advies. Samen bespreken we de route en hoe lang we fietsen, zodat het passend is voor jou.



Ouderenbus: uitje naar Plantentuin Esveld

Maandag 24 augustus | Aanmelden voor 17 augustus

Vertrek vanaf halte Petuniatuin om 11.30 uur | Vertrek

terugweg 14.30 uur | Kosten: Op vertoon van je

regiotaxipas of voor 6 strippen kun je (eventueel met je begeleider) met de bus meerijden

Deze kwekerij ligt verspreid over vijf eilanden, met bruggetjes ertussen. Je vindt er meer dan 13.000 tuinplanten en bijzondere tuinen, zoals de Japanse esdoorn- en hortensiatuin. Maak ook een stop bij theeschenkerij 'Yume' voor een heerlijke kop koffie of thee.

ZANZIBARPLEIN 5

Creatief bloemschikken

Woensdag 22 juli 14.00 - 15.30 uur

Kosten: € 10,00 | Aanmelden voor 15 juli

Ga creatief aan de slag met verse bloemen en maak een mooi bloemstukje voor op je salontafel. Ondertussen geniet je van de warme huiskamersfeer in Oosterheem.



Ouderenbus: uitje naar Banketbakkerij Berg's Bakery in Gouda | Workshop stroopwafel maken met proeverij

Maandag 27 juli | Aanmelden voor 20 juli

Vertrek vanaf Zanzibarplein om 10.00 uur | Terug rond 14.30 uur

Kosten voor de workshop: € 20,00

Op vertoon van je regiotaxipas of voor 6 strippen kun je (eventueel met je begeleider) met de bus meerijden



In deze workshop bekijken we een korte film over het bakproces van de stroopwafel. Je hoort ook iets over de geschiedenis. Daarna ga je zelf een stroopwafel bakken. We sluiten af met een proeverij in de lunchroom, met koffie of thee en lekkere hapjes.

Wat als ... je de zomer in je bol hebt?

Dinsdag 4 augustus 14.00 - 16.00 uur | Aanmelden voor 31 juli

Gratis incl. zomerse alcoholvrije cocktail en zomers fruit

Gaan mensen in je omgeving een paar weken op vakantie en blijf je alleen thuis? Dan kun je je eenzaam voelen. In deze bijeenkomst denkt de Ouderenadviseur met je mee. Je krijgt tips over hoe je hiermee omgaat en wat je kunt doen om deze periode makkelijker door te komen.

ZANZIBARPLEIN 5

Borrelplankje mozaïeken

Woensdag 12 augustus 13.30 - 16.00 uur

Kosten: € 17,50 | Aanmelden voor 5 augustus

Heb je altijd al eens willen mozaïeken?

Doe mee! Deze middag maken we samen een borrelplankje met mozaïek.

Alle materialen liggen klaar. Je krijgt begeleiding en kunt vragen stellen terwijl je werkt. Aan het einde van de workshop neem je jouw borrelplankje mee naar huis, klaar om hapjes op te serveren.



Vive la France

Woensdag 19 augustus 14.00 - 16.00 uur

Gratis incl. 1 consumptie

Aanmelden voor 12 augustus

Een middag volledig in de Franse sferen. Onze docent Frans, Eric, komt Franse chansons afspelen.

Ondertussen kunnen wij genieten van het wel bekende stokbrood met brie, gedroogde worst en druiven.



Muziek quiz

Woensdag 26 augustus 14.00 - 16.00 uur

Gratis incl. 1 consumptie | Aanmelden voor 12 augustus

In een ontspannen sfeer speel je in kleine groepjes een muzikale quiz. Het winnende team gaat naar huis met een prijs.

Ondertussen geniet je van een lekker hapje en drankje.

TERUGKERENDE ACTIVITEITEN OP MEERDERE LOCATIES

The Rolling Scones

Zanzibarplein 5: woensdag 8 juli 14.00 - 15.00 uur
Bijdorplan 471: woensdag 15 juli 15.00 - 16.00 uur
Albrandswaard 1: woensdag 22 juli 15.00 - 16.00 uur
Gondelkade 33: woensdag 29 juli 14.00 - 15.00 uur
Nathaliegang 79: donderdag 6 augustus 11.00 - 12.00 uur

Gratis incl. kopje koffie/thee en scone
Aanmelden minimaal 1 week van tevoren

DE ZOMEREDITIE VAN THE ROLLING
SCONES IS EEN SAMENWERKING
TUSSEN GREG & BAUD PRODUCTIONS,
THEATERHART, INZET EN WIJCK.

The Rolling Scones zijn live optredens met muziek, koffie of thee en een scone. Ook deze zomer reizen de concerten weer door de stad om muziek, gezelligheid en inspiratie naar verschillende locaties te brengen. Elke keer is er een ander optreden van Zoetermeers talent. Het is een mooie kans om elkaar te ontmoeten. Kom je ook meegenieten?

KWIEK-route lopen

Dinsdag 7 juli en 4 augustus 12.00 - 13.00 uur | Gratis
Aanmelden minimaal 1 week van tevoren is gewenst

KWIEK is een beweegroute door Seghwaert. Onderweg gebruik je bankjes, paaltjes en andere dingen in de straat om oefeningen te doen. Volg de stoeptegels die de route markeren en werk aan je balans, kracht en conditie.



TERUGKERENDE ACTIVITEITEN OP MEERDERE LOCATIES

Onbeperkt Chicken Wings 3-gangenmenu in het wijkrestaurant aan Gondelkade 33

Woensdag 1 juli & 5 augustus vanaf 17.00 uur | Kosten: € 14,35 excl.
drankjes | Aanmelden minimaal 2 dagen van tevoren via
deleyens@restaurant-degoedebuurl.nl of bel naar 079 - 343 82 88



In De Goede Buur De Leyens geniet je elke 1e woensdagavond van de maand van het (3-gangen) Chicken Wings menu. Het menu bestaat uit een soepje vooraf, onbeperkt Chicken Wings met gebakken aardappels en een smakelijk toetje als afsluiting.

Bloemschikken

Nathaliegang 79: maandag 20 juli 14.00 - 16.00 uur
Petuniatuin 7a: dinsdag 28 juli 10.00 - 11.30 uur
Nathaliegang 79: maandag 17 augustus 14.00 - 16.00 uur
Petuniatuin 7a: dinsdag 25 augustus 10.00 - 11.30 uur

Samen met bloemiste Wendy maak je een bloemstuk. Aan het einde van de dag ga je naar huis met je eigen creatie.

Kosten: € 17,50 incl. kopje koffie/thee
Meld je uiterlijk 1 week van tevoren aan.



TERUGKERENDE ACTIVITEITEN OP MEERDERE LOCATIES

Koffiedrinken met mantelzorgers Wijkrestaurant De Goede Buur, Albrandswaard 1

Dinsdag 7 juli & 4 augustus 10.00 - 11.00 uur

Gratis | Aanmelden is niet verplicht, een consumptie kopen wel

Mantelzorgers hebben onderling vaak aan een half woord genoeg. Het is fijn om ervaringen te delen en andere mantelzorgers uit Zoetermeer te ontmoeten. Lijkt je dat prettig? Kom dan gezellig een bakkie doen. Wij hebben een tafel gereserveerd. Voor een vriendelijke prijs kun je genieten van een vers kopje koffie of thee. De Coördinator mantelzorg van inZet is ook aanwezig om kennis te maken en je vragen te beantwoorden.



Bingo

Gondelkade 33: woensdag 8 juli 13.30 - 16.00 uur

Petuniatuin 7a: maandag 20 juli 13.00 - 16.00 uur

Nathaliegang 79: woensdag 22 juli 13.30 - 16.00 uur

Gondelkade 33: woensdag 12 augustus 13.30 - 16.00 uur

Petuniatuin 7a: maandag 17 augustus 13.00 - 16.00 uur

Je bent van harte welkom bij de gezellige bingo. Tijdens de bingo kun je mooie en leuke prijzen winnen.

Meespelen vanaf € 3,- | Nathaliegang vanaf € 4,-
Je kunt gewoon binnenlopen, aanmelden is niet nodig.



Koffieochtend en creatieve inloop

Iedere maandag van 20 juli t/m 24 augustus
09.15 - 11.15 uur | Gratis incl. kopje koffie/thee
Je kunt gewoon binnenlopen, aanmelden is niet nodig.

Elke maandagochtend ben je van harte welkom bij onze gezellige creatieve inloop! In een warme, ontspannen sfeer ga je aan de slag met je eigen project, of je komt gewoon even langs voor een kopje koffie of thee en een fijn praatje. Of je nu houdt van haken, breien of iets anders creatiefs: doe lekker mee. Alles mag en niets moet!



Teken- en schilderles

Donderdag 23 juli, 6 augustus & 20 augustus 12.30 - 14.30 uur
Kosten: € 5,- incl. kopje koffie/thee | Dit kan met Zoetermeerpas
Aanmelden minimaal 1 week van tevoren via 079 - 888 55 50

Schuif gezellig aan bij deze teken- en schilderles! De sfeer is warm en sociaal. Of je nu al ervaring hebt of voor het eerst schildert: je bent van harte welkom.

Wijklunch

Iedere vrijdag 24 juli t/m 28 augustus 12.30 - 14.00 uur | Kosten: € 5,- incl. kopje koffie/thee
Dit kan met Zoetermeerpas | Aanmelden minimaal 1 week van tevoren via 079 - 888 55 50

Onze vrijwillige koks koken samen met lerende vrijwilligers heerlijke, verse maaltijden. Ze doen dit met veel passie en liefde. Ze koken multicultureel en werken met seizoensproducten.



TELDERSRODE 25

Workshop haken voor beginners

Iedere maandag van 20 juli t/m 24 augustus 09.15 - 11.15 uur
Gratis incl. kopje koffie/thee | Aanmelden voor 6 juli bij Nicoline Schol door te bellen of appen naar 06 288 51 365

Wil je (beter) leren haken, maar ben je beginner? Doe dan mee met onze gezellige workshopreeks haken. Je werkt aan je eigen project, op jouw niveau en in je eigen tempo, in een fijne en sociale groep.

Repair Café / Textiel repareren

Iedere dinsdag van 21 juli t/m 25 augustus 09.15 - 11.30 uur
Iedere woensdag van 22 juli t/m 26 augustus | 09.00 - 11.30 uur
Iedere vrijdag van 24 juli t/m 28 augustus | 14.00 - 16.00 uur
Gratis incl. kopje koffie/thee | Je kunt gewoon binnenlopen.

Gooi spullen niet te snel weg! Bij Repair Café Ambachtenwerkplaats laten ze zien dat het anders kan. Hier ontmoet je buurtgenoten en ga je met vrijwilligers aan de slag. Samen repareren jullie kapotte apparaten en kleding.



Creatieve inloop

Iedere woensdag van 22 juli t/m 26 augustus 09.15 - 11.15 uur
Gratis incl. kopje koffie/thee | Aanmelden voor 6 juli bij Nicoline Schol door te bellen of appen naar 06 288 51 365

Iedere woensdagochtend ben je van harte welkom bij onze gezellige creatieve inloop! Neem je eigen project mee en ga lekker aan de slag, of kom gewoon langs voor koffie of thee en een fijn praatje. Houd je van haken, breien of iets anders creatiefs? Doe mee: alles mag en niets moet!

TELDERSDROE 25

Wandeling in de wijk

Iedere donderdag van 23 juli t/m 27 augustus 13.00 - 13.30 uur
Gratis incl. kopje koffie/thee | Aanmelden voor 6 juli bij Nicoline Schol
door te bellen of appen naar 06 288 51 365

In samenwerking met
Gezondheidscentrum Therapeuticum
Aurum organiseren we elke week een
wijkwandeling in Buytenwegh.
Iedereen kan meedoen! Na afloop
drinken we samen nog een kopje
koffie of thee.
We verzamelen om 13.00 uur bij
Aurum (Frits de Zwerverhove 1).



Haken en Breien

Iedere vrijdag 24 juli t/m 28 augustus
09.15 - 11.15 uur | Gratis incl. kopje
koffie/thee | Aanmelden voor 6 juli bij
Nicoline Schol door te bellen of appen
naar 06 288 51 365

Of je nu nog nooit een haaknaald of
breien hebt vastgehouden, of al
jaren met wol werkt, iedereen is
welkom bij de gezellige
workshopreeks haken en breien. In
een fijne, sociale kring werk je aan
je eigen project, op jouw niveau en
in je eigen tempo.



UITERWAARD 21

Wijklunch | maandag

Iedere maandag van 20 juli t/m 24 augustus 13.00 - 14.00 uur

Kosten: € 5,- incl. kopje koffie/thee | Dit kan met Zoetermeerpas

Aanmelden minimaal 1 week van tevoren via 079 - 888 55 50

Onze vrijwillige koks koken samen met lerende vrijwilligers heerlijke, verse maaltijden. Ze doen dit met veel passie en liefde. Ze koken multicultureel en werken met seizoensproducten.

Inloop voor ouderen (creatief of spelletjes)

Iedere maandag van 20 juli t/m 24 augustus 14.00 - 16.00 uur

Iedere donderdag van 23 juli t/m 27 augustus 14.00 - 16.00 uur

Gratis incl. kopje koffie/thee | Je kunt gewoon binnenlopen

Iedere maandag- en donderdagmiddag ben je van harte welkom bij onze gezellige creatieve inloop! Neem je eigen project mee en ga lekker aan de slag, of kom gewoon langs voor koffie of thee en een fijn praatje.



Wijklunch | donderdag

Iedere donderdag van 23 juli t/m 27

augustus 12.30 - 13.30 uur | Kosten: € 5,-

incl. kopje koffie/thee | Dit kan met

Zoetermeerpas | Aanmelden minimaal 1

week van tevoren via 079 - 888 55 50

Onze vrijwillige koks koken samen met lerende vrijwilligers heerlijke, verse maaltijden. Ze doen dit met veel passie en liefde. Ze koken multicultureel en werken met seizoensproducten.



ACTIVITEITENOVERZICHT

Dag	Activiteit	Locatie
Woensdag 1 juli	Mini moestuin	Bijdorplaan 471
Woensdag 1 juli	Onbeperkt Chicken Wings menu	Gondelkade 33
Vrijdag 3 juli	Verhalenpicknick	Petuniatuin 7a
Maandag 6 juli	High tea met de Ouderenadviseur, Sociaal Makelaar en Welzijnscoach	Gondelkade 33
Dinsdag 7 juli	Koffiedrinken met mantelzorgers	Albrandswaard 1
Dinsdag 7 juli	Zomerlezen	Albrandswaard 1
Dinsdag 7 juli	Eten bij restaurant Heinde	Dorpsstraat 97p
Dinsdag 7 juli	KWIEK-route lopen	Petuniatuin 7a
Woensdag 8 juli	Bingo van Truus	Gondelkade 33
Woensdag 8 juli	The Rolling Scones	Zanzibarplein 5
Maandag 13 juli	Ouderenbus: uitje naar Scheveningen	Albrandswaard 1
Woensdag 15 juli	The Rolling Scones	Bijdorplaan 471
Woensdag 15 juli	Workshop decoupage	Gondelkade 33
Woensdag 15 juli	Indigo workshop "Geen paniek"	Petuniatuin 7a
Maandag 20 juli	Bloemschikken	Nathaliegang 79
Maandag 20 juli	Bingo van Truus	Petuniatuin 7a
Maandag 20 juli	Koffieochtend en creatieve inloop	Rakkersveld 253
Maandag 20 juli	Workshop haken voor beginners	Teldersrode 25
Maandag 20 juli	Wijklunch	Uitenwaard 21
Maandag 20 juli	Inloop voor ouderen (creatief of spelletjes)	Uitenwaard 21
Dinsdag 21 juli	Soeperzomer	Nathaliegang 79
Dinsdag 21 juli	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25
Woensdag 22 juli	Creatieve inloop	Teldersrode 25
Woensdag 22 juli	The Rolling Scones	Albrandswaard 1
Woensdag 22 juli	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25
Woensdag 22 juli	Bingo	Nathaliegang 79

ACTIVITEITENOVERZICHT

Woensdag 22 juli	Creatief bloemschikken	Zanzibarplein 5
Donderdag 23 juli	Wandeling in de wijk	Teldersrode 25
Donderdag 23 juli	Wijklunch	Uiterwaard 21
Donderdag 23 juli	Inloop voor ouderen (creatief of spelletjes)	Uiterwaard 21
Donderdag 23 juli	Teken- en schilderles	Rakkerveld 253
Vrijdag 24 juli	Wijklunch	Rakkerveld 253
Vrijdag 24 juli	Haken en Breien	Teldersrode 25
Vrijdag 24 juli	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25
Maandag 27 juli	Koffieochtend en creatieve inloop	Rakkerveld 253
Maandag 27 juli	Workshop haken voor beginners	Teldersrode 25
Maandag 27 juli	Wijklunch	Uiterwaard 21
Maandag 27 juli	Inloop voor ouderen (creatief of spelletjes)	Uiterwaard 21
Maandag 27 juli	Ouderenbus: uitje naar Gouda Workshop Stroopwafel maken	Zanzibarplein 5
Dinsdag 28 juli	Eenpansgerecht koken met Andre	Albrandswaard 1
Dinsdag 28 juli	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25
Dinsdag 28 juli	Samen op pad met de duo-fiets	Nathaliegang 79
Dinsdag 28 juli	Bloemschikken	Petuniatuin 7a
Woensdag 29 juli	Creatieve inloop	Teldersrode 25
Woensdag 29 juli	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25
Woensdag 29 juli	The Rolling Scones	Gondelkade 33
Donderdag 30 juli	Wandeling in de wijk	Teldersrode 25
Donderdag 30 juli	Wijklunch	Uiterwaard 21
Donderdag 30 juli	Inloop voor ouderen (creatief of spelletjes)	Uiterwaard 21
Vrijdag 31 juli	Live optreden van het Ensembles Crescendo	Petuniatuin 7a
Vrijdag 31 juli	Wijklunch	Rakkerveld 253
Vrijdag 31 juli	Haken en Breien	Teldersrode 25
Vrijdag 31 juli	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25
Maandag 3 augustus	Ouderenbus: uitje naar Scheveningen	Gondelkade 33

ACTIVITEITENOVERZICHT

Maandag 3 augustus	Wijklunch	Uiterwaard 21
Maandag 3 augustus	Koffieochtend en creatieve inloop	Rakkerveld 253
Maandag 3 augustus	Workshop Haken voor beginners	Teldersrode 25
Maandag 3 augustus	Inloop voor ouderen (creatief of spelletjes)	Uiterwaard 21
Dinsdag 4 augustus	Koffiedrinken met mantelzorgers	Albrandswaard 1
Dinsdag 4 augustus	Wat als je de zomer in je bol hebt?	Zanzibarplein 5
Dinsdag 4 augustus	Repaircafé / Textiel repareren	Teldersrode 25
Dinsdag 4 augustus	KWIEK-route lopen	Petuniatuin 7a
Woensdag 5 augustus	Creatieve inloop	Teldersrode 25
Woensdag 5 augustus	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25
Woensdag 5 augustus	Onbeperkt Chicken Wings menu	Gondelkade 33
Woensdag 5 augustus	Wandel mee naar de wijktuin Rokkeveen	Nathaliegang 79
Donderdag 6 augustus	Indisch Buffet	Albrandswaard 1
Donderdag 6 augustus	The Rolling Scones	Nathaliegang 79
Donderdag 6 augustus	Wandeling in de wijk	Teldersrode 25
Donderdag 6 augustus	Wijklunch	Uiterwaard 21
Donderdag 6 augustus	Inloop voor ouderen (creatief of spelletjes)	Uiterwaard 21
Donderdag 6 augustus	Teken- en schilderles	Rakkerveld 253
Vrijdag 7 augustus	Wijklunch	Rakkerveld 253
Vrijdag 7 augustus	Haken en breien	Teldersrode 25
Vrijdag 7 augustus	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25
Maandag 10 augustus	Ouderenbus: uitje naar Pannenkoekenboerderij	Nathaliegang 79
Maandag 10 augustus	Koffieochtend en creatieve inloop	Rakkerveld 253
Maandag 10 augustus	Workshop haken voor beginners	Teldersrode 25
Maandag 10 augustus	Wijklunch	Uiterwaard 21
Maandag 10 augustus	Inloop voor ouderen (creatief of spelletjes)	Uiterwaard 21
Dinsdag 11 augustus	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25

ACTIVITEITENOVERZICHT

Dinsdag 11 augustus	Wijkontbijt	Petuniatuin 7a
Woensdag 12 augustus	Repaircafé / Textiel repareren	Teldersrode 25
Woensdag 12 augustus	Creatieve inloop	Teldersrode 25
Woensdag 12 augustus	Bingo van Truus	Gondelkade 33
Woensdag 12 augustus	(Duo)fietsen met de Ouderenadviseur	Petuniatuin 7a
Woensdag 12 augustus	Borrelplankje mozaïeken	Zanzibarplein 5
Donderdag 13 augustus	Cluedo	Albrandswaard 1
Donderdag 13 augustus	Wandeling in de wijk	Teldersrode 25
Donderdag 13 augustus	Wijklunch	Uiterwaard 21
Donderdag 13 augustus	Inloop voor ouderen (creatief of spelletjes)	Uiterwaard 21
Vrijdag 14 augustus	Wijklunch	Rakkerveld 253
Vrijdag 14 augustus	Haken en breien	Teldersrode 25
Vrijdag 14 augustus	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25
Maandag 17 augustus	Soep met Ouderenadviseur en Sociaal Makelaar	Bijdorplan 471
Maandag 17 augustus	Bloemschikken	Nathaliegang 79
Maandag 17 augustus	Bingo van Truus	Petuniatuin 7a
Maandag 17 augustus	Koffieochtend en creatieve inloop	Rakkerveld 253
Maandag 17 augustus	Workshop haken voor beginners	Teldersrode 25
Maandag 17 augustus	Wijklunch	Uiterwaard 21
Maandag 17 augustus	Inloop voor ouderen (creatief of spelletjes)	Uiterwaard 21
Dinsdag 18 augustus	Eenpansgerecht koken met Andre	Albrandswaard 1
Dinsdag 18 augustus	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25
Woensdag 19 augustus	Workshop lapjeskrans maken	Bijdorplan 471
Woensdag 19 augustus	Viva la France	Zanzibarplein 5
Woensdag 19 augustus	Creatieve inloop	Teldersrode 25
Woensdag 19 augustus	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25
Woensdag 19 augustus	Zomervakantielanden buffet	Gondelkade 33
Donderdag 20 augustus	Wandeling in de wijk	Teldersrode 25

ACTIVITEITENOVERZICHT

Donderdag 20 augustus	Inloop voor ouderen (creatief of spelletjes)	Uiterwaard 21
Donderdag 20 augustus	Teken- en schilderles	Rakkerveld 253
Donderdag 20 augustus	Wijklunch	Uiterwaard 21
Vrijdag 21 augustus	Repaircafé / Textiel repareren	Teldersrode 25
Vrijdag 21 augustus	Wijklunch	Rakkerveld 253
Vrijdag 21 augustus	Haken en Breien	Teldersrode 25
Maandag 24 augustus	Fietsuitje met de Ouderenadviseur of Welzijnscoach	Gondelkade 33
Maandag 24 augustus	Ouderenbus: uitje naar Plantentuin Esveld	Petuniatuin 7a
Maandag 24 augustus	Koffieochtend en creatieve inloop	Rakkerveld 253
Maandag 24 augustus	Workshop haken voor beginners	Teldersrode 25
Maandag 24 augustus	Wijklunch	Uitenwaard 21
Maandag 24 augustus	Inloop voor ouderen (creatief of spelletjes)	Uitenwaard 21
Dinsdag 25 augustus	Country middag	Albrandswaard 1
Dinsdag 25 augustus	Bloemschikken	Petuniatuin 7a
Dinsdag 25 augustus	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25
Woensdag 26 augustus	Creatieve inloop	Teldersrode 25
Woensdag 26 augustus	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25
Woensdag 26 augustus	Muziek quiz	Zanzibarplein 5
Woensdag 26 augustus	Pasar Mini Rokkeveen	Nathaliegang 79
Donderdag 27 augustus	Wandeling in de wijk	Teldersrode 25
Donderdag 27 augustus	Wijklunch	Uiterwaard 21
Donderdag 27 augustus	Inloop voor ouderen (creatief of spelletjes)	Uiterwaard 21
Vrijdag 28 augustus	Wijklunch	Rakkerveld 253
Vrijdag 28 augustus	Haken en breien	Teldersrode 25
Vrijdag 28 augustus	Repair Café / Textiel repareren	Teldersrode 25
Maandag 31 augustus	Ouderenbus: uitje naar van der Spek	Bijdorplan 471

OPSOMMING AANMELDING

Sommige activiteiten hebben een maximaal aantal deelnemers. Wil je zeker zijn van een plek? Meld je dan op tijd aan.

Aanmelden kan door een e-mail te sturen naar p.vanderlaan@inzet-indewijk.nl Soms staat er een andere manier van aanmelden bij de activiteit, volg dan die instructies.

Vermeld bij je aanmelding:

- Je naam
- Je telefoonnummer
- Je e-mailadres

Heb je geen e-mail? Meld je dan telefonisch of persoonlijk aan bij de contactpersoon van de locatie waar de activiteit is.

Heb je een vraag over een activiteit? Neem dan contact op met jouw sociaal makelaar of met de contactpersoon op die locatie.

CONTACTGEGEVENS

Albrandswaard 1 - Zoetermeer

Edith Kreber

Mobiel: 06 - 53 83 39 74

E-mail: e.kreber@inzet-indewijk.nl

Bereikbaar op: maandag, dinsdag en donderdag

Bijdorplan 471 - Zoetermeer

Odette Haasnoot

Mobiel : 06 - 54 79 27 81

E-mail: o.haasnoot@inzet-indewijk.nl

Bereikbaar op: maandag t/m woensdag

Gondelkade 33 - Zoetermeer

Demi Zuiderwijk / verlof

Mobiel: 06 - 13 30 13 45

Bereikbaar op: dinsdag t/m donderdag

Nathaliegang 79 - Zoetermeer

Liza Soffner

Mobiel: 06 - 12 21 11 36

E-mail: L.soffner@inzet-indewijk.nl

Bereikbaar op: maandag t/m donderdag

Petuniatuin 7a - Zoetermeer

Taffy van der Heijden

Mobiel: 06 - 46 36 13 74

E-mail: t.vanderheijden@inzet-indewijk.nl

Bereikbaar op: dinsdag, woensdag en vrijdag

Zanzibarplein 5 - Zoetermeer

Alie de Graaf

Mobiel: 06 - 21 20 76 87

E-mail: a.degraaf@inzet-indewijk.nl

Bereikbaar op: maandag t/m donderdagochtend

MEER INFORMATIE

Alle uitjes met de Ouderenbus vind je op:

www.paletwelzijn.nl/vervoer | Ouderenbus Zoetermeer

Je kunt ook langskomen bij één van de locaties.

Zoek je een plek waar je voor een klein bedrag iets kunt eten of drinken? Kijk dan op: www.zoetermeertegeneenzaamheid.nl of www.zoetermeer.nl/eten-en-ontmoeten-in-je-wijk

Voor andere activiteiten en organisaties in de wijk en in Zoetermeer kun je kijken op www.zoetermeerwijzer.nl

Dit Programmaboek liever op papier? Haal de papieren versie op bij één van de inloop- of activiteitenlocaties van inZet.