Nieuwsbrief

juni / juli 2016

Beste leden,

De afgelopen tijd heeft in het teken gestaan van het afscheid van onze voorzitter Fred Kroonsberg. Hij heeft ons meegedeeld, dat hij zeer onder de indruk was van al deze gebeurtenissen.

Maar de show must go on. We zullen het thans moeten doen met onze overgebleven bestuursleden. Inmiddels is het bestuur versterkt met Olga Poots, die de functie van plaatsvervangend penningmeester op zich heeft genomen en daar zijn wij zeer blij mee.

Ik zal voorlopig de zaken van Fred overnemen en heb inmiddels mijn eerste bestuursvergadering achter de rug. Natuurlijk zijn wij met z'n allen druk doende geweest om een nieuwe voorzitter te vinden, maar deze blijkt toch niet zo een, twee, drie te vinden. Toch blijven wij positief en zullen er nog enkele gesprekken plaatsvinden met mogelijke kandidaten. Uiteraard houden wij u hiervan op de hoogte. Tot die tijd kunt u altijd met uw vragen bij mij terecht of bij onze secretaris, Yvonne Verhoeven. Ik ga de komende tijd wat activiteiten bezoeken, zodat een ieder met mij kennis kan maken, voor zover dat nog niet is gebeurd.

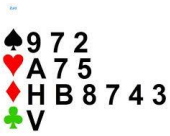
Zoals u kunt lezen in deze nieuwsbrief staat deze toch weer boordevol met verslagen en activiteiten. De zomer staat weer voor de deur, wat inhoudt, dat wellicht vele leden weer gaan genieten van een welverdiende vakantie. Bij deze wens ik een ieder een fijne vakantie toe en dat u daarvan geniet en dat ik u weer uitgerust mag terugzien bij de aankomende activiteiten.

Gerard Kuijper
Vicevoorzitter

Wekelijkse DSVZ activiteiten

'Stevig' wandelen
Op woensdag en zondag. Vertrek om 10.00 uur vanaf het Pannenkoekenhuis aan de Zandvoortselaan.
Voor informatie: Freny Kirindongo-van Eck 023 – 537 12 49

Biljarten
Op woensdag van 13.00 tot circa 16.30 uur in het HIK aan de Burgemeester Nawijnlaan 123 in Zandvoort, € 2,- per keer.
Voor informatie: Ton van Waarde 06 – 44 74 06 53



Bridgen (zomerstop tot maandag 5 september)
Op maandag van 13.00 – 16.30 uur, € 1,- per keer. In het Rode Kruis gebouw aan de Nicolaas Beetslaan 14 in Zandvoort.
Voor informatie: Fini van der Meulen 023 – 571 68 63

Klaverjassen (zomerstop tot maandag 5 september)
Op maandag van 13.00 – 16.30 uur, € 1,- per keer. In de 'Open Golf' aan de Duintjesveldweg 3 in Zandvoort.
Voor informatie: Aafke van Hunen 023 – 571 98 97

Zwemmen
Op maandag vanaf 9.45 uur in het zwembad van Center Parcs Zandvoort. Met de CenterParcs voordeelpas betaalt u € 6,30 voor een dagkaart. Van onze vereniging ontvangt u, alleen op maandag, € 3,- retour zodat het zwemkaartje u uiteindelijk € 3,30 kost. Voor informatie: Jan Wassenaar 023 – 571 28 61

Nordic walking (van de zomer lopen we gewoon door.
De lessen starten weer op dinsdag 6 september)
Op dinsdag om 11.15 uur onder leiding van Marike Kramer, een gecertificeerde vakkracht. Betaling per periode, circa € 3,- per keer. Vertrek bij het Pannenkoekenhuis aan de Zandvoortselaan.
Voor informatie: Jan Wassenaar 023 - 571 28 61

Fietsen
Op de 2e en 4e zaterdag van de maand. Vertrek om 13.00 uur vanaf Center Parcs Zandvoort aan de Vondellaan.
Voor informatie: Cilia van Weerdt 023 – 571 70 30

Website: www.seniorenvereniging-zandvoort.nl

Contributierekening: NL 14 INGB 000 6510893 t.n.v. De Seniorenvereniging Zandvoort

Secretariaat: Yvonne Verhoeven, telefoon 06 – 512 89 113

De nieuwsbrief over **augustus** wordt bezorgd van **vrijdag 29 juli tot en met maandag 1 augustus**

ANDRE RIEU, de 'Koning van de Wals' speelt ook dit jaar weer samen met het Johan Strauss orkest op het Vrijthof, het romantische plein in Maastricht.
Dit zomeravond concert is opnieuw over de hele wereld op groot scherm in de bioscopen te zien.
In de Pathé bioscoop, Zijlvest 41 in Haarlem is op
zaterdag 23 juli om 20.00 uur een avondvertoning
en
op zondag 24 juli om 16.00 uur een middagvertoning.
Een kaartje kost € 14,50 + € 2,- benzinegeld incl. een deel van de parkeerkosten als u met iemand meerijdt. Parkeren: in parkeergarage Raaks.
Opgeven kunt u zich **tot zondag 5 juni** bij Wies de Jong, telefoon 023 – 571 51 64 (antwoordapparaat staat aan; graag duidelijk inspreken: uw naam en telefoonnummer, of u vervoer nodig hebt en welke vertoning u wilt bijwonen) of via email: wiesdejong@casema.nl.
Gastvrouw in de avond is Wies en in de middag Ursula Ygosse.
Maandag 6 juni zullen de kaarten besteld worden. U krijgt een mailtje of telefoontje ter bevestiging.
Hartelijke groeten van Ursula en Wies

Met BAK Reizen in september naar Londen & Kent 2.0
Op **26 april** kwamen wij samen in het Rode Kruis gebouw voor nadere informatie en kennismaking. In een Engelse ambiance, aan alles was gedacht … originele Engelse versnaperingen stonden al op de tafels en Ans Vet en Jopie van Heumen wensten ons een warm welkom met verse koffie.
Een gezellige groep trouwe DSVZ reizigers en vele nieuwe gezichten zijn er klaar voor, kom maar op met alle informatie.
Diep onder de indruk over de gedetailleerde kennis van Truus van der Voort en Freny Kirindongo. Dat voelt goed, overal is aan gedacht, alles is al tot in de puntjes uitgewerkt en met de prachtige power point presentatie kwamen wij al helemaal in de stemming.
Het dagprogramma, de reis in mijlen en de wandelingen op de minuut af, Chatham, Rochester, Canterbury en Leeds Castle en als kers op de taart Londen.
Wij gaan het allemaal meemaken van 8 t/m 12 september, dat wordt 5 dagen genieten.
Een toast met een originele Taylor's white port, een woord van dank aan de organisatie en samen één doel, we gaan er een geweldige reis van maken!
Ferko van Ancum

Naar de bollen…
Zaterdag de 23e april was het zover, na een zorgvuldige selectie waren de deelnemers uitgenodigd en zaten om 11 uur in de startblokken. Drie witte Volkswagen bussen reden door ons dorp om iedereen op tijd op te halen, en volgens schema vertrokken wij richting Lisse. Met een tussenstop, want naast de prachtige tulpen op het dashboard knoopten wij onderweg van die mooie nostalgische bloemslingers op de voorkant van de bussen. Wij hadden veel bekijks onderweg door de bollenvelden, op naar de Nachtegaal in Lisse. Koffie met gebak, lekker bijpraten, en de lunch kwam al in het zicht, een Hollandse lunch, kompleet met broodje kroket. Prachtige luchten, het leek wel een schilderij, met heel veel zon en slechts een paar regendruppels…

Wat troffen wij het! De beste plaatsen in de serre werden al door ons ingenomen en de wegen werden afgesloten voor het verkeer, de bikkels onder ons gingen buiten op het terras kijken en na een kleine pauze kwam de eerste praalwagen er aan. De een nog mooier dan de ander, wat een kleuren, wat een creativiteit en de zon was goed van zin, de mooiste belichting voor alle foto's die geschoten werden.

Dankbaar zijn wij voor de geweldige donatie van de Ruusscher Stichting die deze dag mogelijk heeft gemaakt. Tegen de avond, moe maar voldaan, zijn wij weer richting huis gereden, met een prachtige rit langs de bollenvelden als toegift. Ferko van Ancum

Zin in een spelletje Jeu de Boulen?

In het kader dat bewegen goed is voor de mens, organiseerde De Senioren Vereniging Zandvoort in samenwerking met de Jeu de Boulesvereniging Zandvoort, vorig jaar een gezellige speelmiddag. Onder deskundige leiding kon men kennis maken met deze, meestal door senioren beoefende sport.
Dit kan op een recreatieve manier, maar het wedstrijdelement speelt ook een rol mee. Vooral het contact met anderen en het buiten zijn geeft energie. De Jeu de Boulesvereniging nodigt u graag uit om weer eens mee te komen doen. De speeldagen zijn op dinsdag en zaterdag. Melden vóór 13.30 uur aan de Thomsonstraat 3, naast het gezondheidscentrum.
U hoeft niet meteen lid te worden. U mag het eerst proberen. Zo af en toe spelen kan ook voor € 2,50 per middag.
TIP: Doe gemakkelijke schoenen aan. Ballen en butjes zijn aanwezig. Dus u hoeft niets mee te nemen, behalve een goed humeur.
Informatie bij Jopie Dalman, telefoon 023 – 571 63 16 of via een mailtje: jopie.dalman@casema.nl of Agaath de Goede, telefoon 023 – 571 84 61 of mail naar: a.degoede150@hotmail.com

Omzien naar elkaar

er voor elkaar zijn, met een luisterend oor, met een schouder, met een lach en soms een traan. Leden voor leden van onze vereniging, wees alert als iemand het moeilijk heeft, in de put zit of in de knel komt. Een bezoekje, een belletje, een kaartje …
Laten wij met 650 leden OMZIEN NAAR ELKAAR.
Voor informatie: Wies de Jong 023 – 571 51 64 (ingeval het antwoordapparaat aan staat a.u.b. uw naam en telefoonnummer inspreken) of Ferko van Ancum 023 – 571 52 68.

Vrijdag 13 mei hebben we in de Schouwburg te Velsen met 14 personen genoten van het concert van Ernst Daniel Smid, die werd bijgestaan door twee dames met prachtige stemmen en een fantastisch orkest. Voor de pauze kwamen 60 zangeressen op het podium en na de pauze een andere grote groep zangers/zangeressen die allemaal vol overgave hebben gezongen. Geweldig.

Dit was het laatste concert dit seizoen en Ursula Ygosse en ondergetekende zijn al bezig om in september weer een theateravond te regelen. U leest hierover in de nieuwsbrief die eind augustus verschijnt.

Op zaterdagavond 23 en zondagmiddag 24 juli kunnen we naar de Pathé bioscoop in Haarlem waar het wereldberoemde live concert op het Vrijthof te Maastricht van André Rieu wordt vertoond. Nadere gegevens staan elders in de nieuwsbrief. We wensen u een mooie zomer en graag zien we u weer in het volgende seizoen. Wies de Jong

Op **dinsdag 7 juni** opent Cinema Nostalgie vanaf 13.00 uur weer haar deuren voor

Knielen op een bed Violen, met Barry Atsma & Noortje Herlaar.

Jeugdliefdes Hans en Margje Sievez leiden een gelukkig gezinsleven op hun kwekerij. Beiden werken hard om het bedrijf gezond te houden, maar hun onvoorwaardelijke liefde voor elkaar houdt ze sterk. Op een dag komt Hans de prediker Jozef Mieras tegen die hem over God vertelt en de herinneringen aan zijn streng gelovige opvoeding aanwakkert. Als Hans vervolgens een diep religieuze ervaring heeft, is hij ervan overtuigd in direct contact met God te hebben gestaan. In de daarop volgende zoektocht naar zingeving en het eeuwige leven verliest hij het zicht op de werkelijkheid en het contact met zijn omgeving. Hij raakt steeds meer in de ban van het geloof, waardoor de verschillen tussen de familieleden alleen maar groter worden. Terwijl Hans steeds verder in de macht van de sekte lijkt weg te glijden, kan Margje weinig meer dan toekijken hoe de liefde van haar leven langzaam maar zeker verdwijnt.

Ontvangst met koffie/thee en cake vanaf 13.00 uur. De film begint om 13.30 uur. Kosten: € 7,00 inclusief Belbus, film, koffie en toeslag. Zonder belbus: € 6,00. Indien u gebruik wilt maken van de Belbus, kunt u zich opgeven bij Pluspunt telefoon 571 73 73. Losse kaarten (zonder Belbus) zijn op de dag zelf te koop bij de kassa van Circus Zandvoort. Gastheer en gastvrouw zijn aanwezig om u te helpen bij de instap in de lift en/of naar de stoel.

Cinema Nostalgie, een gezamenlijk initiatief van Stichting Kunstcircus Zandvoort en De Senioren Vereniging Zandvoort, is de eerste dinsdagmiddag van de maand geopend en is voor iedereen, maar speciaal voor senioren, toegankelijk.

Agenda:

woensdag	1 juni	Dagtocht Otterlo / Hattem, incl. boottocht
donderdag	2 juni	Uit eten in De Krocht
dinsdag	7 juni	Cinema Nostalgie: 'Knielen op een bed violen'
dinsdag	14 juni	Bingo in De Krocht
dinsdag t/m zaterdag	21 t/m 25 juni	5-daagse busreis Luxemburg-Stad
woensdag	29 juni	Stadswandeling Amsterdam
zaterdag en zondag	23 en 24 juli	André Rieu; film in Pathé bioscoop in Haarlem
woensdag	27 juli	Stadswandeling Volendam
donderdag	4 augustus	Vaartocht Den Bosch / Heusden
donderdag t/m maandag	8 tot/met 12 september	5-daagse cultuurreis Kent en Londen

Donderdag 4 augustus Brouwers Tours dagtocht

VAREN VAN 'S-HERTOGENBOSCH NAAR HEUSDEN v.v.
(met een bezoek aan vestingstadje Heusden)

Na de ophaalroute H.I.K. 8.30 uur – Agatha kerk 8.35 uur – NS station 8.40 uur – Vomar 8.50 uur – BP 8.55 uur – Shell 9.00 uur en Bodaan 9.05 uur rijdt chauffeur Peter v.d. Mark met ons naar de Marienwaerdt in Beesd voor 2 keer koffie/thee met gebak.
Na de koffie rijden wij verder richting Den Bosch waar we aan de Oliemolensingel inschepen op de **'Ouwe Dirk'** voor onze vaartocht naar het vestingstadje Heusden.
Op de heenvaart krijgt u een lunch geserveerd bestaande uit 2 belegde broodjes / krentenbol / koffiebroodje / fruit en 2 niet-alcoholische consumpties. Er is een bar aanwezig voor de alcoholische versnaperingen, ook de overige drankjes die u gebruikt buiten het arrangement zijn voor eigen rekening.

Bij aankomst in het **vestingstadje Heusden** heeft u circa 1 uur de gelegenheid dit leuke plaatsje te bezoeken. Om 15.00 uur schepen wij weer in voor de terugvaart naar Den Bosch. Verwachte terugtijd in Zandvoort is 19.00 uur.

De kosten voor deze dagtocht zijn € 47,50 per persoon.
Te voldoen op bankrekeningnummer ten name van:
Seniorenver Zandvoort NL 34 ABNA 0414 618 882

U kunt zich **vanaf donderdag 2 juni tot vrijdag 1 juli aanmelden** bij Tilly Polsma of Freny Kirindongo. U dient zich eerst aan te melden voor deze dagtocht, pas na onze bevestiging of er plaats is kunt u het bedrag overmaken op bovenstaande rekening.
Uw betaling dient uiterlijk 2 weken voor vertrek door ons ontvangen te zijn.

Afmelden kan alleen bij Tilly of Freny (telefonisch of per e-mail), dit kan tot 1 week voor vertrek, daarna is het gehele bedrag verschuldigd.
Aanmelden/afmelden telefonisch bij Tilly: 023 – 571 62 65 (ingeval het antwoordapparaat aan staat duidelijk en rustig inspreken).
Aanmelden/afmelden per e-mail bij Freny: frenyvaneck@casema.nl
Vermeld bij uw aanmelding uw naam / telefoonnummer / aantal personen en opstaphalte.

Nieuwe leden
De afgelopen maand zijn er nieuwe leden bij gekomen, te weten:

mevrouw W. Glas, mevrouw C. Jonker – v.d. Voet, mevrouw M. Luik,
mevrouw W.C. Sahl en de heer J. van Nes.

Deze leden heten wij van harte welkom.

Els Kuijper, ledenadministrateur

Zandvoortse klederdracht kledingschouw
Folklorevereniging de Wurf toont kleding (van rond 1875) van een werk- en vissersvrouw, een omroeper, een visloper en een garnaal- en schelpenvisser en nog heel veel meer. Ook de kleding van een burgervrouw is te zien, met bijbehorende sieraden en verteld wordt hoe die vroeger werden gedragen.
Vrijdag 17 juni | 15:00 – 16:30 uur | gratis
de Bibliotheek Zandvoort

Mediaspreekuur
Altijd al willen weten hoe een iPad, smartphone of e-reader werkt? Bent u benieuwd wat Twitter, een weblog of Facebook nu is? Hoe u zoekt op het internet en weet dat de informatie die u gevonden hebt betrouwbaar is? Hoe u zoekt in de catalogus van de Bibliotheek en hoe u uw boeken verlengt? Hoe u een e-book leent? Kom dan naar het mediaspreekuur en krijg antwoord van onze mediacoach op deze en al uw andere vragen rondom nieuwe media, social media en internet. Ook buiten de reguliere spreekuren kunt u met korte vragen bij de mediacoach terecht.
Iedere vrijdag | 11:00 – 13:00 uur | gratis | de Bibliotheek Zandvoort
Indien u er zeker van wilt zijn dat u terecht kunt bij het Mediaspreekuur (in verband met vakantie van de mediacoach), belt u dan even met 023 – 511 53 00.

Anna McPartlin. De 9 dagen van Rabbit Hayes
Anna McPartlin beschrijft in haar nieuwste boek op een luchtige manier de laatste 9 dagen van Rabbit Hayes. Zij is ongeneeslijk ziek en brengt haar laatste dagen door in een verzorgingstehuis. In 9 hoofdstukken vertelt niet alleen Rabbit over haar afscheid van het leven maar komen ook verschillende familieleden aan bod. Allemaal personages met hun eigen eigenaardigheden. Vooral de liefde voor elkaar en voor het leven staan centraal in deze 9 hoofdstukken.
Een ontroerend, meeslepend boek. Voor liefhebbers van Jojo Moyes.

Simone van der Vlugt. Nachtblauw
1654. Na het overlijden van haar man gaat Catrijn als huishoudster werken voor de familie Nulandt. Ze heeft een groot talent voor schilderen en geeft de vrouw des huizes schilderlessen. Catrijns verleden achtervolgt haar en ze moet noodgedwongen op zoek naar een andere betrekking. Die vindt ze bij de plateelfabriek in Delft. Daar kan ze haar schildertalent uitoefenen op aardewerk. Als ze verliefd wordt op een man die voor jaren de zee op gaat weet ze niet of ze moet wachten op haar grote liefde of trouwen met een man die haar zekerheid biedt. Op de achtergrond lezen we over de geschiedenis van Delft en het ontstaan van Delfts blauw.
Een mooi boek gebaseerd op historische feiten.

Harriet Evans. Terug naar het grote huis
Martha heeft zich voorgenomen om op de avond van haar 80ste verjaardag haar grote geheim te onthullen. Ze nodigt haar kinderen, kleinkinderen en aanhang uit in hun oude landhuis op het Engelse platteland om de verjaardag groots te vieren. Vijftig jaar lang hebben Martha en haar echtgenoot gezwegen. Langzamerhand wordt steeds meer prijs gegeven over het geheim. Hoe zullen de kinderen reageren op deze onthulling?
Een ontroerend boek met genoeg humor om het luchtig te houden.

Het nieuwe seizoen stadswandelingen
'Mee in Mokum' op woensdag 29 juni
We gaan weer op stap met onze gids Leo. Hij heeft ons deze route aanbevolen. Vanaf het Stadsarchief Amsterdam krijgen wij de grachtengordel 'zuid' met alle bezienswaardigheden waaronder ook het **Amstelveld met de houten kerk**.
De kosten zijn € 7,50 per persoon. We vertrekken om 9.09 uur vanaf het station. Vindt u het leuk om met ons meer te lopen, dan kunt u zich opgeven bij Jopie van Heumen, telefoon 06 - 11 59 93 20 of email jopievanheumenbrozius@live.nl of bij Ans Vet, telefoon 023 - 888 77 90 of email ans.vet@casema.nl

Volendam op woensdag 27 juli
We lopen met een gids van de VVV. Hij laat ons de mooiste plekjes in Volendam zien.
We vertrekken vanaf het station met de trein van 9.39 uur en op het centraal station nemen de bus naar Volendam. Bij aankomst drinken wij koffie en kunnen wij eventueel een visje eten. Als extraatje mogen wij voor € 2,- per persoon het museum bezoeken. De kosten voor de wandeling bedragen € 3,- per persoon.
U kunt zich voor deze wandeling opgeven bij Jopie van Heumen of Ans Vet (telefoonnummer en email adres zie hierboven)

Op dinsdag 14 juni is de **'bijna zomer' bingo**.
U bent van harte welkom in De Krocht. De zaal gaat om 13.00 uur open, we beginnen met de eerste bingo ronde om **13.30 uur**. Er zijn twee bingo rondes en een loterij.

U kunt zich vanaf 1 juni van maandag t/m vrijdag (dus niet in het weekend) tussen 9 – 11 uur aanmelden bij Els & Gerard Kuijper, telefoonnummer 023 – 571 82 05 of per email els.kuijper@hotmail.com. Na aanmelding bent u op 14 juni van harte welkom.

Op dinsdag 19 en donderdag 21 april werden we gastvrij ontvangen bij café Neuf in de Haltestraat. De ruimte meteen links als je binnenkomt was precies groot genoeg om plaats te bieden aan alle senioren die zich voor het diner hadden opgegeven. Op het menu stond: Duitse biefstuk met snijbonen of scholfilet met peterselieroomsaus op een bedje van eveneens snijbonen, beide gerechten geserveerd met aardappelgratin. Persoonlijk vond ik de combinatie scholfilet/snijboontjes niet zo geslaagd, maar afzonderlijk smaakte het wel goed. Het toetje bestond uit een coupe Neuf, dat wil zeggen vanille ijs met boerenjongens, advocaat en slagroom. Dit viel zo goed in de smaak, dat er mensen waren, die de tong niet lang genoeg hadden, om het glas leeg te likken, en hun vinger gebruikten om de laatste restjes uit het glas te halen. Hierbij speelden de calorieën deze avond geen rol, moet kunnen voor een keer. We hebben heerlijk gegeten, de sfeer was, zoals altijd gezellig. De bediening uitstekend.
Klaasje Armbrust

BELBUS rijdt nu ook op maandagavond
Sinds kort rijdt de Belbus, als proef, ook op de maandagavond van 18.30 uur tot 21.30 uur. De passagiers worden op een afgesproken tijdstip van huis opgehaald en weer thuisgebracht.
De afspraken voor de Belbus moeten zo ruim mogelijk (minimaal een halve dag) van tevoren telefonisch bij Pluspunt op 571 73 73 worden aangevraagd. U kunt tijdens werkdagen bellen tot 16.30 uur. Prijs van een retourrit: € 1,60 (vanaf 1 juli € 1,70).
De Belbus wordt gebruikt voor het vervoeren van inwoners die slecht ter been zijn binnen Zandvoort en Bentveld en de bus wordt bestuurd door vrijwilligers.
De Belbus rijdt binnen Zandvoort en Bentveld van maandag t/m zaterdag van 9.00 - 17.00 uur. De rollator kan worden meegenomen. Inwoners kunnen de bus reserveren voor het doen van boodschappen, bezoek, afspraak bij de huisarts, maar ook voor het vervoer naar activiteiten als de bingo. Op zondag wordt de bus drie keer per maand ingezet voor ontmoetingsproject OOK Samen.

Herstel het Samen
Bij OOK Zandvoort, Flemingstraat 55, kunt u op vrijdag 1 juli tussen 14.00-16.00 uur weer terecht voor allerhande kleine reparaties. U kunt hierbij denken aan een reparatie van een elektrisch apparaat zoals een strijkbout of een koffiezetapparaat. Maar ook voor naaiklussen zoals het inkorten van een broek of rok of het aanzetten van een rits of knoop kunt u op deze dag terecht.
Deze "Herstel het Samen" middag wordt een aantal keer per jaar georganiseerd, omdat weggooien zonde is en een kleine reparatie vaak volstaat. Vrijwilligers staan klaar om samen met u uw meegebrachte item weer als nieuw te maken. Geheel gratis. U betaalt slechts voor de noodzakelijke onderdelen.
Bent u handig en wilt u graag meehelpen als vrijwilliger, dan bent u uiteraard ook van harte welkom! Neem dan contact op met Nathalie Lindeboom, telefoon: 574 03 30 of email: n.lindeboom@pluspuntzandvoort.nl.

Elke dinsdagmiddag van 13:30 tot 14:30 uur kunt u meedoen aan **zitdans-lessen**. Zitdansen is zittend op een stoel bewegen op vrolijke muziek. Het is geschikt voor iedereen die van dansen en van gezelligheid houdt.
De docente houdt rekening met wat u kan. Zij zal langzaam de oefeningen en bewegingen iets opvoeren zodat u toewerkt naar een betere conditie. Het doel is vooral samen veel plezier maken.
Meedoen kan voor € 2,50. Na afloop bent u van harte uitgenodigd om een kopje koffie te blijven drinken en om mee te doen aan een spelletje of een creatieve activiteit bij OOK Samen. U hoeft zich niet van tevoren op te geven.

CADEAUBON ZIT-DANSEN

Lever deze bon in en doe **1 keer gratis** mee met **Zit-Dansen**!

Elke **dinsdag om 13:30 uur** bij OOK Zandvoort, Flemingstraat 55, 023-5740330.

Aanmelden is niet nodig, kom gewoon langs en doe mee!