

Nieuwsbrief September 2023



Geachte leden,

We zijn weer aanbeland aan het begin van een nieuw seizoen waar weer veel zal gebeuren binnen onze vereniging. Niet alles heeft stilgelegen en achter de schermen hebben er zeer nuttige gesprekken plaats gevonden.

Het zwemmen is een groot succes, inmiddels heeft zich een stabiele groep gevormd van ongeveer 25 personen. Wij zijn er zeer blij mee.

Ook de samenwerking met Juttershart en HIK is voor wat betreft het koersbal en het biljarten uitstekend te noemen. Bij het koersbal zijn nieuwe leden van harte welkom.

Het klaverjassen gaat terug naar het voormalig Rode Kruis gebouw, er zijn inmiddels afspraken gemaakt met de vrijwillige organisatoren. Hier zijn vrijwilligers bijgekomen om te assisteren en wij zijn er blij mee.

Het wandelen, fietsen en Nordic Walking heeft een stabiele "harde Kern" aan deelnemers. Bewegen blijft ook op oudere leeftijd noodzakelijk en veel leden zien dit gelukkig ook in.

Rest mij om u te bedanken voor de attenties, telefoontjes, kaarten etc. na het overlijden van mijn schoonmoeder. Het heeft Els en mij goed gedaan.

Wel dient u er rekening mee te houden dat mijn inzet er volgend jaar na zo'n 20 jaar ANBO / DSVZ als voorzitter op zal houden. Ik stel mij als voorzitter in april niet herkiesbaar. Wel ben ik voornemens als algemeen bestuurslid aan te blijven. Naar een nieuwe voorzitter wordt naarstig gezocht.

Ik wens u veel leesplezier toe.

Uw voorzitter,
Gerard Kuijper

Wekelijkse DSVZ-activiteiten



Wandelen

Op woensdag en zondag o.l.v. Jan Kreijger om 10.00 vanaf de hoofdingang bij het Pannenkoekenhuis aan de Zandvoortselaan. De groep met een wat rustiger wandeltempo o.l.v. Jan Wassenaar vertrekt iedere woensdag om 10.15 uur bij het Pannenkoekenhuis aan de Zandvoortselaan. Alle wandelingen duren ongeveer 1 uur. Voor informatie: Jan Wassenaar 06 46 07 57 30



Biljarten

Op woensdag van 12.30 tot circa 16:00 uur in Zandvoort, kosten € 2,= per keer. Voor informatie: Ton van Waarde 06 44 74 06 53



Klaverjassen

Op maandag van 12.45 – 16:30 uur. In het voormalig Rode Kruis gebouw, Nicolaas Beetslaan 14 te Zandvoort. Voor informatie: Henny Paap, 023 571 32 76



Zwemmen

Op maandag tussen 09.30 uur en 10.30 uur in het zwembad Aqua Roma van CenterParcs Zandvoort. Op vertoon van uw ledenpas betaalt u € 6,50 p.p. Parkeren is op maandag tot 12.00 uur kosteloos. Voor informatie: Jan Wassenaar 06 46 07 57 30



Nordic Walking

Op dinsdag om 11:15 uur onder leiding van Marike Kramer, een gecertificeerde vakkracht. Betaling per periode, circa € 3,50 per keer. Vertrek bij het Pannenkoekenhuis aan de Zandvoortselaan. Voor informatie: Jan Wassenaar 06 46 07 57 30



Fietsen

Op de 2^e en 4^e 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



Lief en leed

Een kaartje bij ziekte, een attentie bij bijvoorbeeld een huwelijksjubileum etc. Een beetje aandacht voor elkaar. Geef dit door aan Marina Wassenaar. Marina is bereikbaar op telefoonnummer 06 15 08 46 86 of via de mail liefenleed@seniorenvereniging-zandvoort.nl

Website: www.seniorenvereniging-zandvoort.nl

Secretariaat: secretaris@seniorenvereniging-zandvoort.nl, telefoon 06 44 74 06 53

Redactie nieuwsbrief: nieuwsbrief@seniorenvereniging-zandvoort.nl

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

**De sluitingsdatum kopij nieuwsbrief oktober 2023: maandag 18 september 2023.
De nieuwsbrief mei 2023 wordt bezorgd tussen vrijdag 29 september en maandag 2 oktober 2023.**



Bestuur	Functie	e-mail
Gerard Kuijper	Voorzitter	voorzitter@seniorenvereniging-zandvoort.nl
Vacature	Vicevoorzitter	
Ton van Waarde	Secretaris	secretaris@seniorenvereniging-zandvoort.nl
Jan Wassenaar	Penningmeester	penningmeester@seniorenvereniging-zandvoort.nl
Marijke Petrovic	Bestuurslid / 2 ^e penningmeester	tweedepeningmeester@seniorenvereniging-zandvoort.nl
Els Kuijper	Bestuurslid / ledenadministratie	ledenadministratie@seniorenvereniging-zandvoort.nl
Vacature	Algemeen bestuurslid	
Yvonne Janse	Bestuursassistent	

Het secretariaat is bereikbaar op telefoonnummer 06 44 74 06 53

De voorzitter en de ledenadministratie zijn bereikbaar op telefoonnummer 023 571 82 05
maandag tot en met vrijdag tussen 10.00 en 12.00 uur.

Vertrouwenspersoon

Ingeborg van de Poll is vertrouwenspersoon voor vrijwilligers en hun organisatie in Zandvoort. Het kan voorkomen dat iemand over uw grenzen is gegaan en u behoefte heeft aan een gesprek met een onafhankelijk persoon. Ingeborg kan deze persoon voor u zijn.

Mocht u vragen hebben of in gesprek willen gaan met Ingeborg dan is zij bereikbaar via de website : www.vip-zandvoort.nl



Agenda:

Maandag 4 september	Start seizoen klaverjassen	Aanvang 12.45 uur RK gebouw
Dinsdag 5 september	Start seizoen Nordic Walking	Aanvang 11.15 uur AWD
Woensdag 6 september	Start spelletjesmiddagen	Aanvang 13.30 uur RK gebouw
Donderdag 7 september	Museumbezoek Huis Doorn	Vertrek 08.56 Bus 80 bij AH
Donderdag 7 september	Koersbal in het Juttershart	Tussen 13.30 en 15.00 uur
Zondag 17 september	"Wilde" themamiddag	Aanvang 14.00 uur De Krocht
Woensdag 20 september	Spelletjesmiddag	Aanvang 13.30 uur RK gebouw
Woensdag 20 september	Uit eten Beachclub Tien	Inloop v.a. 17.15 uur
Donderdag 21 september	Uit eten Beachclub Tien	Inloop v.a. 17.15 uur
22 t/m 27 september	Zes daagse cultuurreis	Zuid Engeland
Dinsdag 3 oktober	Ouderendagen High Tea	De Krocht, aanvang 14.00 uur

Nieuwe leden

De afgelopen maand zijn er nieuwe leden bijgekomen.

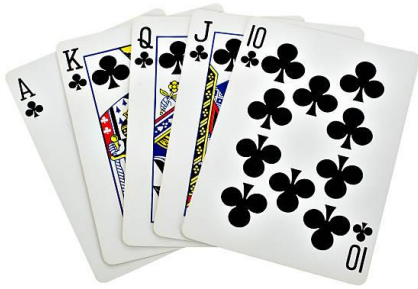
Mevrouw M.R. Bosman – Paap, de heer J.P.W. van der Linden, mevrouw M. Sotiriou, mevrouw E. Verhoeven, de heer J. Verhoeven en mevrouw E. Wertheim.

Wij heten deze leden van harte welkom.
Els Kuijper, ledenadministrateur.



Klaverjassen start op maandag 4 september

Op maandag 4 september start het nieuwe seizoen klaverjassen van onze vereniging.



Het klaverjassen zal plaatsvinden op de "oude" nieuwe locatie, het voormalig Rode Kruis gebouw aan de Nicolaas Beetslaan 14 in Zandvoort. In het verleden hebben wij hier ook geklaverjast, maar door de verkoop van het gebouw door het Rode Kruis moesten wij toen het pand verlaten. Inmiddels is het gebouw in eigendom van de gemeente Zandvoort. Hier huren wij ook onze opslag en in overleg met de andere huurders kunnen wij gebruik gaan maken van het gezamenlijke lokaal.

Onder leiding van Henny, Greet en Annie kunt u gezellig komen klaverjassen. De koffiedames zorgen zoals u gewend bent voor de drankjes tegen een geringe vergoeding. Er is ruimte voor nieuwe klaverjassers, kom gezellig een keer meedoen.

Er wordt gestart om 12.45 uur (let op, dit is vroeger dan u gewend bent !) en de middag zal ca. 16.00 uur ten einde zijn.

Voor informatie of wilt u komen helpen dan kunt u contact opnemen met Henny Paap, zij is bereikbaar op telefoonnummer 023 571 32 76.



Spelletjesmiddag start op woensdag 6 september

Op woensdagmiddag 6 september gaat de eerste spelletjesmiddag van start in het voormalige Rode Kruis gebouw aan de Nicolaas Beetslaan 14.

Om 13.30 uur verwelkomen Christina Gerritsen en Cilia van Weerd de mensen die zich al aangemeld hebben met koffie of thee, waarna het spelletjesfestijn kan starten.

Wilt u ook deelnemen ? Neem dan contact op met Cilia, haar telefoonnummer is 023 571 70 30.

Dat nummer is voorzien van een antwoordapparaat, dus mocht Cilia niet thuis zijn, spreek dan duidelijk uw naam en telefoonnummer na piep in. Cilia zal u dan snel terugbellen.

Op 6 en 20 september is deelname gratis. Daarna zal er een kleine vergoeding gevraagd worden om de middagen kostendekkend te laten verlopen.

Graag tot woensdag 6 september !

Christina Gerritsen en Cilia van Weerd



Museumbezoek op donderdag 7 september aan museum Huis Doorn

Kom alles te weten over de geschiedenis van de verwoestende en ingrijpende Eerste Wereldoorlog en ontdek het persoonlijke verhaal van ex-keizer Wilhelm II.

Als we met de trein uit Zandvoort vertrekken hebben we maar 4 minuten overstaptijd in Amsterdam. Op de terugweg maar 6 minuten.

Vandaar dat ik voor stel vanuit Heemstede Aerdenhout te vertrekken.

08.56 Vertrek bus 80 vanaf Louis Davidsstraat naast AH.

09.07 Aankomst station Heemstede Aerdenhout

09.18 Vertrek trein richting Amsterdam centraal vanaf spoor 1

09.40 Aankomst Amsterdam Centraal spoor 2

09.54 Vertrek Amsterdam Centraal richting Nijmegen spoor 4

10.31 Aankomst Driebergen Zeist.

Dan gaan we eerst koffie drinken.

Vervolgens stappen we op bus 56 richting Wijk bij Duurstede. Uitstappen halte Huis Doorn.

Duim voor mooi weer, want rond Huis Doorn ligt een schitterend wandelpark met Brasserie De Oranjerie waar we vanaf 12 uur kunnen lunchen.

Entree € 15,00 voor het huis en het paviljoen

Eerste wereldoorlog.

Museumkaart en Vriendenloterij VIP kaart gratis.

We maken er vast weer een gezellige en nuttige dag van.



Gaat u mee dan graag een mail naar: penningmeester@seniorenvereniging-zandvoort.nl

U kunt zich ook telefonisch aanmelden op 06 46 07 57 30.

Groeten,

Jan Wassenaar

Aankondiging voor het museumbezoek aan Het Groninger Museum op donderdag 23 november

Omdat de reiskosten dan € 60,= bedragen deze vooraankondiging om de vrij reizen dag hier voor te reserveren. Er kunnen per betalende reiziger 3 personen mee met 40% korting.

In november zijn buiten de standaard collectie in dit schitterend gebouw de tentoonstellingen over De Rolling Stones en is er een porselein collectie uit München.

De treinreis gaat als volgt :

09.20 vertrek Zandvoort

09.50 aankomst Amsterdam Centraal Spoor 1

10.08 vertrek Amsterdam Centraal Spoor 13 B richting Almere

10.28 aankomst Almere 10.28 Spoor 3

10.32 vertrek Almere richting Groningen Spoor 4 dit is aan de andere kant van het perron.

12.11 aankomst Groningen.

Het museum ligt tegenover het mooie station.

Vertrek om 16.19 (voor vier uur inchecken) dan zijn we om 19.10 uur in Zandvoort.

Daarna kunnen wij is het idee gezamenlijk gaan eten bij restaurant Hong Kong.

Door zo te reizen ben je bijna 4 uur in Groningen.

Heeft u het idee om mee te gaan geef u dan op. Het verplicht u tot niets, maar ik heb dan een idee of er belangstelling voor is. Opgeven kan per mail;

penningmeester@seniorenvereniging-zandvoort.nl of telefonisch op 06 46 07 57 30



Groeten,

Jan Wassenaar

Programma 50 Plus in september in Pathé Haarlem

Dit programma melden wij in onze nieuwsbrief zolang er geen duidelijkheid is over onze eigen Cinema Nostalgie.

Kaarten zijn online te bestellen op <https://www.pathe.nl/50plusbios> of in de hal van de bioscoop: Zijlvest 41-43, 2011 VB Haarlem. Kosten € 11,00 p.p incl. koffie/thee met koek en u kunt de film zien vanuit een comfortabele relax stoel. De bioscoop is vanuit Zandvoort gemakkelijk te bereiken met bus 81, vertrektijd vanaf de bushalte bij Albert Heijn 12.25 uur. Uitstappen op de Zijlweg, halte Ruychaverstraat.

ALLELUJAH

Dinsdag 5 september en dinsdag 12 september 13.00 uur tot 15.44 uur.

Regie: Richard Eyre · Cast: Judi Dench, Jennifer Saunders, David Bradley, Derek Jacobi, Bally Gil · Genre: Drama, Komedie · Lengte: 99 minuten.



Wanneer de geriatrie afdeling van een klein ziekenhuis in Yorkshire met sluiting wordt bedreigd, besluit het ziekenhuis terug te vechten door de lokale gemeenschap te stimuleren. Ze nodigen een nieuwsploeg uit om hun voorbereidingen voor een concert ter ere van de meest vooraanstaande verpleegster van het ziekenhuis te filmen. Allelujah is de nieuwe bioscoop hit uit Engeland. Een warm, ontroerend en komisch drama over ouder worden, maar niet bij de pakken neerzitten. De Beth, een klein ziekenhuis, wordt met sluiting bedreigd. Dat laten personeel, bewoners en vrijwilligers niet zomaar gebeuren. Met een fenomenale cast, waaronder Judi Dench, Jennifer Saunders, Julia McKenzie, David Bradley en Derek Jacobi als patiënten. Zuster Gilpin (Saunders) en dokter Valentine zorgen met hart en ziel voor de patiënten in het regionale ziekenhuis. Sluiting dreigt want alles moet efficiënter. Een lokale nieuwsploeg komt filmen hoe de huldiging van zuster Gilpin voorbereid wordt, zodat men kan zien wat er op het spel staat. Het koor oefent, de speech is voorbereid

en iedereen hoopt dat het een groot feest wordt. Daar kan toch niks mis gaan? Regisseur Richard Eyre (The Children Act, Notes on a Scandal) viert met Allelujah de wilskracht van de patiënten en eert de diepe betrokkenheid van het personeel in de gezondheidszorg. De film is gebaseerd op het succesvolle toneelstuk van Alan Bennett (The Lady in the Van, The History Boys).

9

Book Club: The Next Chapter



Dinsdag 19 september en dinsdag 26 september 13.30 uur tot 15.53 uur.

Regie: Bill Holdeman. Cast: Andy Garcia, Bill Holdeman, Candice Bergen, Craig T. Nelson, Diane Keaton

Nadat hun boekenclub op zijn kop is gezet door 'Fifty Shades of Grey', gaan de vier vriendinnen Diane, Vivian, Sharon en Carol op reis naar Italië. Vivian is ten huwelijk gevraagd door haar oude vlam Arthur en dat willen de boekenwormen royaal vieren.

Maar wanneer de zaken ontsporen en er geheimen worden onthuld, verandert hun ontspannende reis in een wild avontuur.

12

"Wilde" Themamiddag zondag 17 september

Op zondagmiddag 17 september organiseren wij een "Wilde" themamiddag in Theater De Krocht.

Alles op deze middag zal in het teken van wild staan.

Aan het einde van de zomer gaan de edelherten op zoek naar liefde. De mannetjes laten in deze periode hun lokroep horen, het burlen en strijden op vele manieren om de vrouwtjes. Het officiële wildseizoen start op 15 oktober en is één van de belangrijkste culinaire seizoenen in Nederland.



In aanloop naar dit seizoen halen wij het wild en de gebruiken naar Theater De Krocht.

Wat kunt u deze middag verwachten ?

Willem Pieter van der Sloot zal een presentatie houden over de "wilde" dieren hier in onze omgeving. Hij gaat u digitaal meenemen en vertellen over het wel en wee van de "wilde" dieren.

U heeft er vast wel eens van gehoord de Jachthoornblazersgroep Panneland, zij blazen alle woensdagavonden tussen 20.00 uur en 22.00 uur bij Boshut 't Panneland in Vogelenzang. Een aantal leden van deze Jachthoornblazersgroep Panneland zijn aanwezig en zullen u "mee" naar het jachtveld nemen. De jachthoorn werd oorspronkelijk gebruikt als communicatiemiddel in het jachtveld. Wie de taal van de hoorn spreekt kan over kilometers afstand met een ander communiceren.

Ook aan de inwendige mens is bij deze aftrap van het wildseizoen gedacht. Bij binnenkomst krijgt u een kopje koffie of thee. Later op deze middag zullen wij u verwennen met een soepje van het seizoen, een pasteitje met ragout van het seizoen en stokbroodjes met paté van het seizoen.



U bent op zondag 17 september van harte welkom in Theater De Krocht.

De zaal gaat om 13.30 uur open, de middag zal om 14.00 uur aanvangen.

Komt u ook ? U dient zich vooraf aan te melden. Dit aanmelden kan vanaf dinsdag 5 september tot en met vrijdag 8 september bij Els Kuijper op telefoonnummer 023 571 82 05, zij is bereikbaar tussen 10.00 uur en 12.00 uur. (Gelieve niet vóór 10.00 uur te bellen !)
U kunt zich ook per e-mail aanmelden; evenementen@seniorenvereniging-zandvoort.nl
De bijdrage voor deze middag is € 10,= per persoon, ná aanmelding en bevestiging kunt u deze bijdrage overmaken op IBAN nummer NL 60 INGB 000 74 63 963 ten name van De Seniorenvereniging Zandvoort. Graag in de omschrijving uw naam vermelden.
Uiterlijk 15 september dient uw betaling op onze rekening te staan.



Uit eten op woensdag 20 en donderdag 21 september bij Beachclub Tien

Beste leden,

Het seizoen van uit eten gaat weer beginnen en traditiegetrouw beginnen we bij Beach Club Tien van Bas en Beaudine en hun team.

Woensdag 20 en donderdag 21 september.

Wij dineren om 18.00 uur, de inloop is vanaf 17.15 uur (kom a.u.b. niet vroeger). Beachclub Tien is gevestigd aan de Boulevard de Favauge 10, naast de Rotonde.

Het keuzemenu is;

Voorgerecht; Pomodorisoep **of** Franse uiensoep

Hoofdgerecht; Gepaneerde schnitzel met garnituur **of**
Kabeljauwfilet met mosterdsaus en garnituur
Friet op tafel.

Nagerecht; Dame Blanche

Wij kunnen 60 gasten plaatsen per avond.

De prijs voor dit 3 gangen diner is € 19,50 per persoon.

Aanmelden:

Geef duidelijk per persoon aan, welk voor- en welk hoofdgerecht. Geeft u voor meerdere personen op dan per naam de keuze. U kunt zich aanmelden vanaf donderdag 7 september 08.00 uur tot donderdag 14 september.

Dit kan per mail; uiteten@seniorenvereniging-zandvoort.nl u krijgt een bevestigingsmail of telefonisch 06 23 78 52 83. Als u het ingesproken heeft krijgt u een bevestiging per telefoon. Indien u binnen 24 uur geen bevestiging ontvangen heeft neem dan contact met ons op. Tot dan !

Rietje en John



Team Sportservice

Onlangs hebben wij een gesprek gehad met enkele medewerkers van Team Sportservice. Hieronder stellen zij zichzelf voor. Eén van de afspraken die wij hebben gemaakt is dat wij de komende periode in iedere nieuwsbrief een oefening van de maand gaan plaatsen.

Vandaag de dag wordt van ouderen verwacht dat zij langer zelfstandig zijn en langer zelfstandig blijven wonen. Vitaal ouder worden noemt men dat tegenwoordig. Als Team Sportservice geloven wij ook in vitaal ouder worden. Maar niet met als doel om de zorgkosten te drukken. Wij zijn ervan overtuigd en de praktijk bewijst het ook. Vitaal ouder worden is in de eerste plaats vooral prettig voor u persoonlijk als mens. Een belangrijk element is daarbij beweging.

Blijven bewegen op welk niveau dan ook is altijd beter dan niet bewegen. Daarom zijn wij ook zo blij dat De Seniorenvereniging Zandvoort ons de gelegenheid biedt om via deze nieuwsbrief u maandelijks een toegankelijke beweegoefening voor te leggen. De oefeningen hebben als doel uw lichaam soepeler en uw spieren wat sterker te maken en houden. Sterkere spieren zorgen voor meer stabiliteit wat belangrijk is. Bijvoorbeeld met betrekking tot het valrisico van ouderen. Daarnaast is lichamelijke fitheid ook goed voor de geest.

De oefeningen zijn zeer laagdrempelig en makkelijk toe te voegen aan uw dagelijkse routine. In sommige gevallen zullen bij de oefeningen verschillende varianten aangedragen worden zodat u het op uw eigen niveau kunt uitvoeren. Belangrijk is om nooit te forceren. Voelt een oefening niet goed stop dan of kies een lichtere variant.

Wilt u structureel meer bewegen of zelf sporten, maar weet u wat bij u past en welke mogelijkheden er in Zandvoort zijn, neem dan contact met ons op. Door middel van een persoonlijk gesprek geven wij u een sport- of beweeg advies op maat.

Wij zijn bereikbaar via Sportloket Zandvoort, telefoonnummer 023 40 70 700 of per e-mail; zandvoort@teamsportservice.nl

Oefening voor deze maand, omdat het de eerste keer is krijgt u er twee:

Oefening: Zit Staan oefening

Spiergroep: Bovenbenen

Benodigdheden: Stoel

Techniek: Ga met uw rug tegen de rugleuning aanzitten, strek de armen uit, zet de voeten iets uit elkaar, probeer vervolgens op te staan zonder de handen te gebruiken, wanneer u staat gaat u vervolgens weer zitten en dat gaat u proberen wederom zonder de handen te gebruiken. Herhaal dit vervolgens continu en probeer de kracht uit de benen te halen, aandachtspunt probeer niet te zakken vanuit de knieën maar vanuit de billen.

Herhalingen: 10x (van zit naar staan – van staan naar weer zitten telt als 1x)



Oefening: Been hef oefening

Spiergroep: Bovenbenen

Benodigdheden: stoel het liefst met arMLEuning

Techniek: Ga met de rug helemaal tegen de rugleuning zitten, arMLEuning vasthouden, Linkervoet houdt u op de grond en de rechter zweeft iets boven de grond. Strek nog het rechter onderbeen en probeer de knie zo stil mogelijk te houden, U stopt wanneer uw been geheel in strek positie is, breng uw onderbeen vervolgens weer naar beneden tot dat uw voet net niet de grond raakt.

Herhalingen:

Dit doet u 15x per been.



Op donderdag 14 september start de wandelgroep. Iedere donderdag kunt u van 14.00 uur tot 15.00 uur sportief gaan wandelen en aansluitend gaat de groep gezamenlijk een kopje koffie of thee drinken bij Rabbel. Kosten voor alle wandelingen inclusief koffie of thee zijn € 10,- p.p. Heeft u een ZandvoortPas, dan is deze activiteit gratis. Voor informatie kunt u contact opnemen met Ilonka den Ouden per mail; idenouden@teamsportservice.nl



Meer comfort én lagere energiekosten ? Dat kan !

Door minder stroom en gas te gebruiken bespaart u geld én helpt u het milieu. Wist u bijvoorbeeld dat u met radiatorfolie gemiddeld 60 euro per jaar overhoudt en het minder koud voelt in huis ? bent u benieuwd waar u nog kunt besparen, zonder over te hoeven stappen naar een andere energieleverancier ? Vraag dan een gesprek aan met één van de vrijwilligers van Energiecoach. Het gesprek duurt gemiddeld een uur en is voor u gratis omdat dit door de gemeenten wordt betaald. U mag ook een paar cadeaus uitkiezen om al meteen te starten met besparen.

U kunt een gratis gesprek aanvragen op telefoonnummer 020 523 01 90 of kijk op de website www.wooninfo.nl/energiecoach



High Tea in Theater De Krocht dinsdag 3 oktober

Op zondag 1 oktober is het de Internationale dag van de ouderen. Vrijdag 6 oktober is het de Nationale ouderendag. In de week van 27 september tot en met 4 oktober is de nationale week van de Eenzaamheid.

In Zandvoort noemen wij deze week de "Week van de ontmoeting". In de week van 27 september tot en met woensdag 4 oktober zijn er in Zandvoort veel initiatieven in het kader van deze dagen.



Wij als Seniorenvereniging kunnen in deze week natuurlijk niet achterblijven en organiseren onze Senioren High Tea in Theater De Krocht op dinsdag 3 oktober. Diverse theesoorten, sandwiches, kleine warme snacks én natuurlijk het advocaatje en likeurtje met slagroom.

Met een bijdrage van € 10,= per persoon kunt u als lid van onze vereniging op de gastenlijst komen. De deuren van Theater De Krocht gaan om 13.15 uur open. De High Tea zal beginnen om 14.00 uur.

Aanmelden kan vanaf maandag 18 september tot en met vrijdag 22 september bij Els Kuijper op telefoonnummer 023 571 82 05, zij is bereikbaar tussen 10.00 uur en 12.00 uur. (Gelieve niet vóór 10.00 uur te bellen !) U kunt zich ook per e-mail aanmelden; evenementen@seniorenvereniging-zandvoort.nl ná en bevestiging aanmelding kunt u de bijdrage overmaken op IBAN nummer NL 60 INGB 000 74 63 963 ten name van De Seniorenvereniging Zandvoort. Graag in de omschrijving uw naam vermelden. Uiterlijk 29 september dient uw betaling op onze rekening te staan.



Digitaal sterk worden in Zandvoort

Hulp bij computer, smartphone of internet ? Zelf leren omgaan met de computer ? De Bibliotheek Zandvoort staat voor u klaar. Vanaf september start een nieuwe reeks Klik & Tik voor iedereen die graag meer wil doen met de computer. Ook kunt u weer terecht bij de vrijwilligers van Digitaal Sterk ! voor al uw vragen over digitaal.

Tegenwoordig gaat bijna alles digitaal. Internetbankieren, overheidszaken regelen en in contact blijven via WhatsApp. Het kan best lastig zijn als u niet gewend bent met de computer of smartphone te werken. Daar kan de Bibliotheek bij helpen met een gratis cursus Klik & Tik en het Digitaal Sterk ! spreekuur. Zo kan iedereen mee blijven doen in de samenleving.

Steeds belangrijker ! Als u tegenwoordig geen kennis van een computer of internet hebt, is het steeds moeilijker om dingen te kunnen regelen. Bankzaken, bestellingen en correspondentie met de overheid verlopen steeds meer digitaal en daar heeft u computervaardigheden voor nodig. Er zijn veel mensen die dat lastig of eng vinden en voelen zich daardoor soms buitengesloten. Klaartje is programmamaker Digitale Geletterdheid bij de Bibliotheek. Ze vertelt: "Bij de Bibliotheek helpen we iedereen op weg met digitale zaken, zodat mensen zich weer meer bij de maatschappij betrokken gaan voelen en zelf handige en leuke dingen leren regelen."

De volgende cursus Klik & Tik begint op 12 september in de Bibliotheek Zandvoort. Aanmelden kan door te bellen met de Bibliotheek op 023 511 53 48, of door langs te komen.



Boekentips uit de bibliotheek



Santa Montefiore – Wacht op mij

Een man heeft dezelfde terugkerende nachtmerrie. Hij is ervan overtuigd dat het herinneringen zijn van een soldaat die in de Tweede Wereldoorlog is gesneuveld. Hij gaat op zoek naar de echtgenote van de overleden man. Een bijzonder verhaal over liefde en reïncarnatie.



Charles den Tex – Trauma

In deze spionagethriller krijgt een gepensioneerd geheim agent twee weken de tijd om een moord op te lossen. Een moord die alles te maken heeft met een missie die twintig jaar geleden plaatsvond in de Afghanistan. Spannend en vlot geschreven!

Charles den Tex



Rebecca Makkai – Ik heb een paar vragen voor je

Wanneer een bekende podcastmaker terugkeert naar haar oude kostschool, wordt ze weer herinnerd aan haar klasgenote die destijds is vermoord. Tijdens haar verblijf rijzen er steeds meer twijfels over de ware toedracht en de dader van de moord. Een spannend en onderhoudend verhaal.



INNOVATIEVE DAGBESTEDING KENNERHART
oppeppers

Nieuws uit het Juttershart

De maand september is weer goed gevuld.

Vrijdag 1, 15 en 29 september is er stoel-yoga o.l.v Sylvia van Attekum

Dinsdag 5 september is er om 11:00 Boksen met Berry

Donderdag 7 september koersbal tussen 13.30 en 15.00 uur i.s.m. DSVZ

Woensdag 20 september 11:00 ballet met Kees

Vrijdag 22 september hebben we om 11:30 een interactieve digitale rondleiding naar

Slot Loevestein i.s.m. Vindiqu

Vrijdag 29 September 13:30 Kunst kijken met Renate

Donderdag 28 september gaan we, in het kader van de "Week van de ontmoeting", 's morgens een appeltaart bakken. En we willen een ieder oproepen om ook langs te komen met een vers gebakken appeltaart. Dan ontmoeten we elkaar 's middags bij de taartproeverij.

Bij de leukste ontmoetingsgroep van Zandvoort, de Oppeppers Juttershart op de Burgemeester Nawijnlaan 102 A in Zandvoort, staan we te springen om vrijwilligers. We hebben een prachtige elektrische duo fiets, veel super enthousiaste bezoekers die als co-rijder mee willen, maar wat ontbreekt is een stabiele vrijwilliger die het leuk vindt om met de bezoekers te gaan fietsen. Dus ben jij die sportieve, leuke inwoner van Zandvoort, met een paar uurtjes tijd over in de week, en wil je de Oppeppers een fijne dag bezorgen, bel of loop even langs op Juttershart, en maak je mede-Zandvoorters super blij! Wij zijn bereikbaar op telefoonnummer 06 43 39 44 65.

Uitnodiging speciaal voor leden van de seniorenvereniging Zandvoort

Zandstroom/Zorgbalans is een Ontmoetingscentrum in Zandvoort. Zee en strand pal voor de deur. We zijn een kleurrijke 'club' met 'clubleden', vernieuwend en altijd in beweging. Zo organiseren we elke 4^e woensdag van de maand een event genaamd 'Zandstroom-Open'.

Woensdag 27 september, tijdens de 'Week van de Ontmoeting',

Zet Zandstroom van 11.00 tot 13.00 (inloop 10.45 uur), de deur speciaal open voor de leden van de Zandvoortse seniorenvereniging. Iedereen is van harte welkom. Graag aanmelden via: j.joosten@zorgbalans.nl. Gewoon die dag langskomen om 10.45 uur mag ook. Thorbeckestraat 13, Zandvoort

Deze speciale editie van Zandstroom-Open biedt de mogelijkheid om live mee te maken hoe het in z'n werk gaat. Het is een mooie kans om sfeer te proeven, een kennismaking met hoe het anders kan. Het vindt plaats in de tuinkamer beneden, grenzend aan de tuin. Het is warm en gezellig. Er is muziek en er wordt veel gelachen.

Het belang van (in een zo vroeg mogelijk stadium) naar een Ontmoetingscentrum gaan wordt duidelijk. Het laat zien hoe je met elementen als spelenderwijs, creativiteit en improvisatie ver komt. Ook mensen die van huis uit geen groepsmens zijn, blijken volop van de sfeer te genieten bij de club. Een naaste met een haperend brein bij de club krijgen kan soms een uitdaging zijn maar daar helpen we bij.

Een op de vijf mensen krijgt vroeg of laat te maken met een vorm van dementie. Het is zinnig en fijn om daar vooraf al het een en ander over te weten. Dat scheelt veel gedoe en ellende. Niet de ziekte (haperend brein/dementie), maar de mens staat centraal, het hart. Als familieleden eenmaal binnen zijn, zijn ze allemaal opgelucht. Vaak horen we dan: 'had ik maar eerder geweten hoe leuk (en nodig) dit is.'



Deelnemen aan een club a la Zandstroom vertraagt de ziekte en helpt in het zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Na 10 jaar merken we steeds weer, ook mensen zonder haperend brein hebben baat bij de club.

Uit ervaring weten we dat Zandstroom-Open niet geschikt is als eerste kennismaking voor de haperende mens. Dat doen we liever op een ander moment.

Vragen ? Bel gerust met 023 891 38 83 of met 06 55 12 12 27



Nieuws uit het Pluspunt en De Blauwe Tram

Vermijd vallen, blijf vitaal!

Cursus valpreventie, leer zelf wat u kunt doen om de kans op een val te verkleinen. De cursus biedt informatie en praktische tips. U oefent actief om uw coördinatie, balans, kracht en conditie te verbeteren! Een reeks van 15 bijeenkomsten, € 30,= (met Zandvoortpas 50% korting, incl. koffie/thee en wat lekkers bij elke bijeenkomst), aanmelden via www.pluspuntzandvoort.nl/cursussen
Start woensdag 20 september, 13:00 – 14:00 uur. Locatie: Pluspunt, Zandvoort Noord.

Voetjes van de Vloer

Dansen houdt je lijf fit, een uitdaging met veel humor en blijheid. Voetjes van de vloer is goed voor lichaam en geest. Boost je brein en blijf langer actief! Kosten zijn Euro 10= per maand. Vrijdag 1 september t/m 15 december. Locatie verzamelen: Pluspunt, Zandvoort Noord.

De Eetclub

Elke dinsdag samen gezellig genieten van een verse, warme, 3-gangen maaltijd! Kosten €11,75 (€10,75 met Zandvoortpas). Vanaf nu kun je je direct opgeven via Rabbel door te bellen met 023-7430964 of te mailen naar info@rabbelzandvoort.nl.
Elke dinsdag van 12:00 – 13:30 uur. Locatie: Restaurant Rabbel, De Blauwe Tram, Zandvoort Centrum.

Kom je ook eten ?

Gezellig samen eten met buurtbewoners! Elke maandag en donderdag van 17:00 tot 19:00 uur een heerlijke verse maaltijd. € 10,50 p.p. incl. een drankje vooraf en een kopje koffie na de maaltijd. (Met Zandvoortpas € 8,50). Vooraf reserveren via 5740330 meer informatie via Marike Langeveld: m.langeveld@pluspuntzandvoort.nl
Locatie: Pluspunt Zandvoort Noord.

Kunstgeschiedenis

Kunstlezing: 'Middeleeuwse Kunst'
Middeleeuwse kunst werd geproduceerd in vele media. De werken waarvan veel voorbeelden zijn blijven bestaan zijn beeldhouwwerken, verluchte handschriften, glas in loodramen, producten van metaalbewerking en mozaïeken. Maak kennis met de veelzijdige kunst uit de Middeleeuwen en leer stijlen herkennen zoals de romaanse en gotische stijl. Kosten bedragen €10,= , aanmelden kan via de balie 023-5740330 of via de website: <https://www.pluspuntzandvoort.nl/.../kunstgeschiedenis>
Zondag 10 september 14:00 – 16:00 uur. Locatie: Pluspunt Zandvoort Noord.

Koffie Inloop

Gezellig een bakkie een babbeltje met elkaar delen. U hoeft zich niet aan te melden, kom gewoon eens aanschuiven. €2,- incl. 2 kopjes koffie en wat lekkers. Zomeractie: de eerste woensdag van augustus en september gratis aanschuiven.
Elke woensdag van 10:00 – 12:00 uur. Locatie: De Blauwe Tram, Zandvoort Centrum.

Soep op Dinsdag

Elke dinsdag bent u welkom in Pluspunt voor een heerlijk warme kop (gratis) soep! Mensen ontmoeten en gezellig samen eten. Vanaf 12:00 uur inloop, rond 12:15 uur staat de soep klaar. Elke dinsdag tussen 12:00 – 13:00 uur. Locatie: Pluspunt, Zandvoort Noord.

Informatie over het club sparen met uw Vomar klantenkaart.

In eerdere nieuwsbrieven hebben wij al een bericht geschreven over de Klant is Koning kaart van supermarkt Vomar.

We hebben vele jaren via de Vomar geld ontvangen op de rekening van ons opgeheven Koor Voor Anker. De bankkosten van de aparte rekening zijn nu hoger dan de Vomar opbrengst, vandaar dat alles wat betreft het koor is opgeheven. Vomar Koor voor Anker is De Seniorenvereniging Zandvoort geworden.



Hoe verander ik op mijn Klant is Koning kaart Koor voor Anker in De Seniorenvereniging Zandvoort?

Inloggen op vomar.nl

Onder Club is Koning Spek de clubkas

Klik op online Klant-is-Koning kaart omgeving

Log in met uw e-mail adres en wachtwoord.

Wachtwoord vergeten, maak een nieuw wachtwoord aan.

U komt nu in uw persoonlijke gegevens.

Rechts onder aan de tekst: Stop met sparen aanklikken (**Dit betreft alleen club sparen!!**)

Weet je zeker dat je wil stoppen met sparen voor Koor voor Anker?

Klik op **ja**.

Vervolgens kun je de nieuwe code **SEZA2023** invoeren

Onder Je spaart me voor Vereniging: (er staat echt me) komt dan:

De Seniorenvereniging Zandvoort.

Nog nooit voor een club gespaard dan rechts onder SEZA2023 invoeren.

Doen hè ! Het is één maal invoeren en de vereniging heeft daar hopelijk nog jaren plezier van.

Een half procent van uw aankopen bij de Vomar worden ieder kwartaal gestort op onze bestaande rekening, zodat we de extra bankkosten kwijt zijn.

Open Monumentendagen Zandvoort "Levend Verleden".

Datum: 9 en 10 september 2023

Opening op zaterdag 9 september 2023 om 11.00 uur Locatie opening:

Protestantse Kerk/Kerkplein 1 te Zandvoort.

Zandvoort en de vergeten verhalen.



Dit jaar nemen wij u mee langs de verschillende monumenten aan de hand van een paar vergeten verhalen. Voor velen verrassend. U zult merken, er zijn grappige verhalen over o.a. water en vuur, maar ook sterke verhalen, waarvan u zich kunt afvragen of het wel echt waar is. Over ambachtsheer Paulus Loot die Zandvoort 300 jaar geleden gekocht heeft. En een verhaal over een redder die zijn oor verloor tijdens een reddingsactie op zee.

De deelnemende gebouwen zijn in dit weekend gratis toegankelijk voor iedereen.

Er worden verhalen verteld over culturele gebruiken, tradities en ambachtelijke vaardigheden.

Het culturele evenement verbindt mensen met monumenten en laat zien dat de verhalen en schoonheid van monumenten een verrijking voor onze leefomgeving en voor onszelf zijn.

Er is een speciaal boekje uitgebracht met een route en mooie verhalen.

Dit is gratis op te halen bij het Zandvoorts Museum.

Daarnaast is er een flyer gemaakt met alle deelnemers en openingstijden.

Aan de hand van dit routeboekje kunt u door het "levend" Erfgoed van Zandvoort wandelen.

Wij hopen u te zien op de feestelijke opening!

Namens de werkgroep Open Monumenten Zandvoort

Hilly Jansen