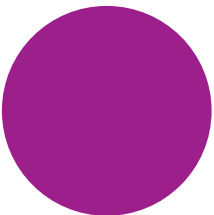
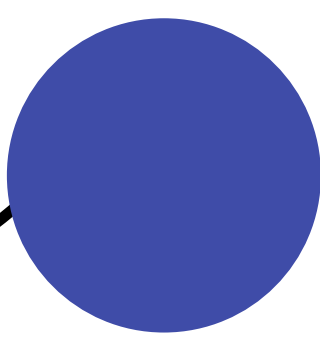
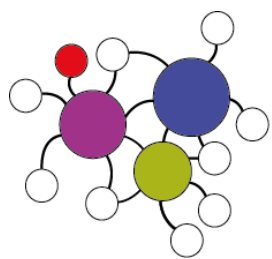


# Activiteitenprogramma



Voorjaar 2023



**Stichting  
Welzijn  
Bergen**

## Voorwoord

U vindt in dit boekje alle activiteiten die Stichting Welzijn Bergen organiseert in Bergen, Egmond en Schoorl in het voorjaar 2023.

Misschien ten overvloede: iedereen is overal welkom!  
Maar voor alle activiteiten geldt: vooraf aanmelden is verplicht!

Zoals u van ons gewend bent hebben we ons best gedaan om u een afwisselend programma aan te bieden.

Wij hopen dat er iets interessants voor u tussen zit en zien u graag bij een van onze activiteiten.  
Mochten de kosten een probleem voor u zijn dan kunnen we kijken of hier een oplossing voor is.

Met vriendelijk groet,

Elfrith en Carla

## **Cursusvoorwaarden**

U dient zich voor alle activiteiten aan te melden, ook als deze gratis zijn!

## **Inschrijving**

Door te bellen met een van de wijksteunpunten kunt u zich aanmelden voor deelname aan een activiteit. De wijksteunpunten zijn elke werkdag geopend van 9.00 – 12.00 uur. De telefoonnummers staan op de achterzijde van deze folder.

## **Betaling**

Doorgaans wordt het cursusgeld betaald via een machtiging, deze wordt na de 1<sup>ste</sup> cursusdag geïncasseerd. Sommige activiteiten worden bij aanvang contant afgerekend, zie vermelding in het boekje. De prijzen zijn exclusief consumpties, tenzij anders vermeld.

## **Terugbetaling**

Er vindt géén restitutie plaats van al betaalde cursusgelden.

## **Doorgaan van een cursus of activiteit**

Het aantal deelnemers is bepalend voor het doorgaan van een cursus/activiteit. Alleen bij voldoende belangstelling gaat de cursus/activiteit door.

U wordt alleen gebeld als de cursus of activiteit *niet* doorgaat.

## **Deelname aan de cursussen is op eigen risico**

Stichting Welzijn Bergen kan niet aansprakelijk gesteld worden voor letselschade of schade aan persoonlijke goederen, door welke oorzaak dan ook, ontstaan tijdens door Stichting Welzijn Bergen georganiseerde activiteiten.

## **Uitgevallen cursussen**

In principe worden uitgevallen lessen op een ander tijdstip ingehaald. Bij cursussen met een duur van meer dan 12 weken zal pas gecompenseerd worden indien meer dan twee lessen zijn uitgevallen.

## **Meer Bewegen voor Ouderen**

### **Doet u mee?**

Meer Bewegen voor Ouderen (MBVO), onder deskundige leiding verantwoord in beweging blijven!

Speciaal voor 65+, gericht op beweeglijkheid, zelfstandigheid, ontspanning, coördinatie, uithoudingsvermogen en natuurlijk: plezier!

Iedereen kan meedoen, want u bepaalt zelf het tempo en tot hoever u wilt gaan. Na de les wordt er altijd gezellig een kopje koffiegedronken. U kunt uiteraard altijd een gratis proefles bijwonen.

Waar : Dorpshuis Hanswijk, Hanswijk 1, Egmond a/den Hoef  
Wanneer : Maandag 9 januari t/m 26 juni 2023  
Tijdstip : 10.00 – 11.00 uur  
Kosten : € 115,50 (21 lessen)

Waar : Wijksteunpunt De Sanderij, De Sanderij 7, Schoorl  
Wanneer : Woensdag 11 januari t/m 24 mei 2023  
Tijdstip : 10.00- 11.00 uur  
Kosten : € 110,00 (20 lessen)

## **Yoga Bergen**

De lessen zijn een mix van Hatha Yoga en de Feldenkrais-methode.

Het gaat vooral om bewust worden. Hoe beweeg je? Met hoeveel kracht, hoeveel (in)spanning? En hoe is dat voor je adembeweging? Door waar te nemen hoe een beweging in het lichaam verloopt, van wat je doet, ga je natuurlijker, lichter en soepeler bewegen. En met meer gemak yoga doen leidt naar een grotere flexibiliteit en betere balans.

Dit brengt positieve verandering in je totale conditie en welzijn. Met Hatha Yoga en Feldenkrais naar natuurlijk en gemakkelijk bewegen en ademen.

Voor meer informatie kunt u bellen met de docente:  
Anita Kool, telefoon 072-5112253 of 06-42434620

Waar : Wijksteunpunt Bergen Binnenhof 9, Bergen  
Wanneer : dinsdag 3 januari t/m 28 maart 2023  
Tijdstip : 9.00-10.00 uur/ 10.15-11.15 uur  
Kosten : € 126,00 (12 lessen)

In april 2023 is er geen yoga!

Wanneer : dinsdag 2 mei t/m 18 juli 2023  
Tijdstip : 9.00-10.00 uur/ 10.15-11.15 uur  
Kosten : € 126,00 (12 lessen)

## Watergym

Bewegen in water van 29,5 °C.  
Waar : Zwembad Campanula, Belkmerweg 62,  
St. Maartensvlotbrug  
Wanneer : Donderdag 12 januari t/m 1 juni 2023  
Tijdstip : 10.00- 12.00 uur  
Kosten : € 170,00 (18 lessen)

## Dans wat je kan!

Houdt u van dansen maar ervaart u een drempel om dit te gaan doen? Dan is deze dansles juist voor u!

Deze lessen zijn geschikt voor iedereen die van dans en muziek houdt. Het is actief en inspirerend. Juist voor degenen die niet meer zo mobiel zijn of af en toe wat extra steun nodig hebben. Danslessen die inspelen op uw wensen en mogelijkheden.

De lessen zijn ook geschikt voor mensen met Parkinson, Reuma, COPD of MS.

Saskia van der Kreke is een gediplomeerd, klassiek dansdocent en geeft ook dansles aan mensen vanuit een stoel. Haar lessen bestaan uit een mix van ontspanning, balans en eenvoudige dansbewegingen die zijn bedoeld voor iedereen. Ongeacht leeftijd of conditie. Deze lessen kunnen zittend of staand gevolgd worden,



binnen uw eigen mogelijkheden. De lessen zijn voor iedereen, dus ook voor mensen in een rolstoel, begeleiders, verzorgers en partners. Ervaring met dans is niet nodig. Kom een keer langs om een gratis proefles te doen!

Om u aan te melden graag bellen u met 06-43837101 of u stuurt een email naar [saskia@vanderkreke.nl](mailto:saskia@vanderkreke.nl)

Waar : Wijksteunpunt Bergen, Binnenhof 9, Bergen  
Wanneer : Iedere vrijdagmiddag  
Tijd : 15.00-16.00 uur  
Kosten : € 6,00 per les, incl. koffie en thee

Waar : Dorpshuis Hanswijk, Hanswijk 1, Egmond a/d Hoef  
Wanneer : Iedere vrijdagmiddag  
Tijd : 14.00-15.00 uur  
Kosten : € 5,00 per les

Waar : De Blinkerd, Heereweg 150, Schoorl  
Wanneer : Iedere dinsdagmiddag  
Tijd : 13.00-14.00 uur  
Kosten : € 5,00 per les

Waar : Dorpshuis De Schulp, Visweg 45, Egmond Binnen  
Wanneer : Iedere vrijdagmiddag  
Tijd : 12.30 – 13.30 uur  
Kosten : € 5,00 per les

## **Studiekring**

Op zoek naar een leuke uitdaging?

Leden van een studiekekring blijven bij de tijd!

Als 50-plusser nog breed actief willen blijven, of na of naast een actieve baan nieuwe mensen willen ontmoeten? Geestelijk zo actief mogelijk willen blijven? Dan is een studiekekring misschien een mooie gelegenheid.

De studiekekring is een initiatief van de Bibliotheek Kennemerwaard en Stichting Welzijn Bergen

## **Wat is een studiekring?**

Een studiekring is een vaste groep van 10 tot 15 personen, die eens in de veertien dagen bij elkaar komt. Elke bijeenkomst duurt twee uur en bevat een rondje actualiteiten, er wordt een gekozen onderwerp besproken en u neemt deel aan de discussie.

Het woord studie mag wat zwaar klinken, maar niets is minder waar. In de praktijk gaat het om het met elkaar bespreken van zelfgekozen onderwerpen, van eigen ervaringen en eigen inzichten. De onderwerpen hebben vaak betrekking op de actualiteit, op eigen hobby's en interesses, of opgedane kennis en ervaring, die met elkaar gedeeld kunnen worden.



Waar : Wijksteunpunt De Sanderij, De Sanderij 7, Schoorl  
Wanneer : Vanaf donderdag 5 januari 2023 om de 14 dagen  
Tijd : 10.00- 12.00 uur  
Kosten : € 10,00 per maand , incl. koffie/thee

Waar : Bibliotheek Kennemerwaard , Dreef 1, Bergen  
Wanneer : Iedere 2<sup>e</sup> en 4<sup>e</sup> dinsdag van de maand  
Tijd : 19.00 tot 21.00 uur  
Kosten : € 10,00 per maand, incl. koffie/thee

Waar : Huys Egmont, Slotweg 46, Egmond aan den Hoef  
Wanneer : Iedere 2<sup>e</sup> dinsdag van de maand  
Tijd : 13.30-15.30 uur  
Kosten : € 10,00 per maand, incl. koffie/thee

## Hulp bij rouwverwerking

Rouwen is: het verwerken van een groot verlies van een dierbare. Rouw geeft emoties, zoals verdriet, somberheid en boosheid.

Welzijn Bergen biedt, in samenwerking met Jannie Meijer en Annebee Gelderman van 'Ondersteunend bij verlies' een serie van 6 bijeenkomsten aan, waarbij onder deskundige begeleiding en in een veilige omgeving deelnemers worden geholpen hun verlies bespreekbaar te maken en het wat draaglijker te maken. Vertrouwelijkheid en vertrouwen staat hierbij hoog in het vaandel. Er is plaats voor 5 tot 8 deelnemers

Waar : Afhankelijk van de aanmeldingen zullen de bijeenkomsten plaatsvinden in Bergen, Egmond of Schoorl.

Wanneer : Vanaf maandag 6 maart 2023

Tijd : in de middag , tijd nog niet bekend.

Kosten : € 95,00 ( 6 bijeenkomsten)

## Samen breien

In samenwerking met het Nationaal Ouderenfonds wordt er wekelijks gebreed en gehaakt. Jong en oud bij elkaar in de leer! Alle gemaakte producten worden verkocht voor een goed doel.

Bij de start van de breiclub is er voor iedere deelnemer een startpakket met 2 bollen wol, breipennen en een aantal patronen. Natuurlijk kan er ook naar eigen idee gewerkt worden. Heeft u nog wolrestjes liggen? Ook deze kunnen wij nog heel goed gebruiken. Enthousiast geworden en wilt u ook meebreien? Dat kan. Mocht vervoer een probleem zijn laat het ons weten.





Waar : Wijksteunpunt Bergen, Binnenhof 9, Bergen  
Wanneer : Iedere maandagmorgen  
Tijdstip : 10.00- 12.00 uur  
Kosten : U betaalt alleen voor uw consumpties

Waar : In de Kimme, De Sanderij ingang Molenweg, Schoorl  
Wanneer : Iedere dinsdagmorgen  
Tijdstip : 10.00 tot 12.00 uur  
Kosten : U betaalt alleen voor uw consumpties

## **Handwerkcafé Hanswijk**

Pak je handwerk en 'haak aan' bij het handwerkcafé Hanswijk. De techniek waarin je werkt bepaal je zelf: haken, breien, borduren, quilten. Sleutelwoorden zijn: gezelligheid, creativiteit, ontmoeten en inspireren. Patronen, naalden en deskundige begeleiding zijn aanwezig.

Waar : Wijksteunpunt Hanswijk; Hanswijk 1b,  
Egmond a/d Hoef  
Wanneer : Iedere 2<sup>e</sup> en 4<sup>e</sup> woensdag van de maand  
Tijdstip : 14.00 tot 16.00 uur  
Kosten : U betaalt alleen voor uw consumptie

## **Stuif In**

Vanaf maandag 2 januari 2023 bent u van harte welkom in De Kimme, waar we gezellig bijpraten of een spelletje kunnen doen. Heeft u ook een idee, laat het ons weten. U bent van harte welkom!

Waar : In de Kimme, ingang De Sanderij Molenweg, Schoorl  
Wanneer : 1<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> maandag van de maand  
Tijdstip : 14.00- 16.00 uur  
Kosten : Alleen voor de koffie/thee

## **Zin in een warme maaltijd, een kop koffie of een praatje?**

In de gemeente Bergen zijn tal van plekken waar ouderen samenkomen. Wij hebben alle momenten voor u op een rijtje gezet.

Het zijn bijeenkomsten waar u een kop koffie of thee kunt drinken. Ook wordt er gekaart, gesjoeld en diverse spelletjes gedaan. U kunt natuurlijk ook gewoon een praatje komen maken. Nieuw is dat u aan kunt schuiven aan de eettafels in Bergen en Egmond. U bent van harte welkom!

### **Huiskamer Bergen**

Waar : Wijksteunpunt Binnenhof, Binnenhof 9, Bergen  
Wanneer : Iedere woensdag  
Tijdstip : 10.00 tot 12.00 uur  
Kosten : Gratis; koffie/thee € 1,00

Waar : Wijksteunpunt Binnenhof, Binnenhof 9, Bergen  
Wanneer : Iedere donderdag  
Tijdstip : 10.00 tot 12.00 uur  
Kosten : Gratis; koffie/thee € 1,00

### **Huiskamer Egmond Binnen**

Waar : Dorpshuis de Schulp, Visweg 45, Egmond Binnen.  
Wanneer : Iedere 2<sup>e</sup> en 4<sup>e</sup> donderdag van de maand  
Tijdstip : 10.30- 11.30 uur  
Kosten : Gratis; koffie/thee € 1,00

### **Huiskamer Egmond aan de Hoef**

Waar : Dorpshuis Hanswijk, Hanswijk 1b, Egmond a/d Hoef  
Wanneer : Iedere donderdag  
Tijdstip : 10.00 – 12.00 uur  
Kosten : Gratis; koffie/thee € 1,00

## **Koffie inloop Groet**

Waar: De Witte Huisjes, Kerkbrink in Groet

Wanneer: iedere dinsdag

Tijdstip: 10.00- 12.00 uur

Kosten: Gratis, koffie/thee: € 1,00

## **Koffie inloop Schoorl**

Waar: Wijksteunpunt De Sanderij

Wanneer: iedere vrijdag

Tijdstip: 10.00- 12.00 uur

Kosten: Gratis, koffie/ thee: € 1,00

## **De Aanschuiftafel in Egmond a/d Hoef**

Iedere laatste vrijdag van de maand organiseert een vaste groep vrijwilligers van Welzijn Bergen de zogenaamde aanschuiftafel in het Dorpshuis Hanswijk in Egmond aan den Hoef. Onder het motto 'samen eten smaakt beter', kan iedereen uit Egmond aanschuiven. Zo spreek je onder het genot van een lekkere en gezonde maaltijd je buurtgenoten. Er wordt gekookt met producten uit de buurt en die passen bij het seizoen.

Waar : Dorpshuis Hanswijk, Hanswijk 1, Egmond a/d Hoef

Wanneer : Iedere laatste vrijdag van de maand

Tijd : 18.00 uur

Kosten : €7,50 voor een 3 gangen menu, exclusief drankjes

Reserveren noodzakelijk: 072-5065204

## **Open tafel Egmond Binnen**

Elke 1<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> donderdag van de maand schuiven zo'n 30 Egmond Binnens aan om gezamenlijk te eten. Onder het mom van 'zo spreek je nog eens een dorpsgenoot' en 'alleen is maar alleen' geniet men van wat de koks van de Zorgcirkel hen voorschotelen. Iedereen die zin heeft om mee te eten is van harte welkom!  
Aanmelden: 06-15870387 of 072-5065204

Waar : Dorpshuis de Schulp, Visweg 45, Egmond Binnen  
Wanneer : Iedere 1<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> donderdag van de maand  
Tijdstip : 12.30 tot 13.30 uur  
Kosten : € 10,00 voor een 3-gangenmenu

## **Lunchen in De Sanderij**

In onze nieuwe locatie in De Sanderij willen we 1 x per maand met elkaar gaan lunchen. Samen eten is een uitstekende manier om met andere mensen contacten te leggen of eens bij te praten. We doen dit in een kleine groep met maximaal 10 personen. Vindt u het leuk om samen met anderen te lunchen? Geeft u zich dan snel op.

Waar : Wijksteunpunt De Sanderij, De Sanderij 7, Schoorl  
Wanneer : Iedere 2<sup>e</sup> maandag van de maand  
Tijd : 12.30- 14.00 uur  
Kosten : € 5,00 per persoon

## **De Duinhap**

Elke vrijdag kunt u in restaurant 'De Duinhap' terecht voor een heerlijk 3- gangen menu. Een enthousiaste groep vrijwilligers staat klaar om dit te bereiden en te serveren. U bent van harte welkom!

Waar : De Blinkerd, Heereweg 150, Schoorl  
Wanneer : Iedere vrijdag vanaf 6 januari 2023  
Tijd : 18.00- 20.00 uur  
Kosten : Drie-gangen menu voor € 14,00  
1 x per maand een themamenu voor € 15,00

Reserveren is noodzakelijk en kan t/m donderdag 11.00 uur via 072-5095267.

## **Plantjes ruil dag**

Heb je stekjes, zaden, bollen of planten over en vind je het leuk om daar weer andere nieuwe aanwinsten voor terug te krijgen? Of vind je het gewoon leuk om andere mensen blij te maken met jouw stekken of planten? Kom dan naar de plantjesruildag in en rond de tuin van het Binnenhof. Je hoeft je niet aan te melden.



Natuurlijk ben je ook zonder inbreng van harte welkom.

Waar : Wijksteunpunt, Binnenhof 9, 1861 JW Bergen

Wanneer : zaterdag 22 april

Tijd : tussen 10.30 – 12.30 uur

Hier zijn geen kosten aan verbonden

## **Korte Verhalen Club**

Goed nieuws voor iedereen die het leuk vindt om te schrijven of te dichten! De succesvolle Korte Verhalen Club van afgelopen voorjaar heeft een vervolg gekregen.

Vind jij het leuk om te schrijven en of te dichten dan kun je je nu aanmelden voor de Korte Verhalen Club.

Hoe gaat dat in z'n werk?

Om de 4 weken krijg je een onderwerp waarover je een kort verhaal of een mooie herinnering schrijft. Een mooie tekening mag ook! Het hoeft niet lang te zijn, minimaal een A5 en maximaal een A4. Je hebt twee weken de tijd om het verhaal in te leveren. Vervolgens krijg je alle verhalen van de deelnemers gebundeld digitaal toegestuurd inclusief het nieuwe onderwerp voor de daaropvolgende periode. Je mag zelf bepalen of je je verhaal anoniem of met naam inlevert.

Hoe meer deelnemers, des te meer verhalen. Met elkaar maken we een bundel vol leesplezier met mooie, grappige en warme verhalen. Er zijn geen kosten verbonden aan deelname. Aanmelden kan via 072-5095267 of per mail: [c.meliefste@welzijnbergen.nl](mailto:c.meliefste@welzijnbergen.nl)

## **Schilderles**

Creatief bezig zijn met tekenen en schilderen. U wordt gestimuleerd om op uw eigen manier met eigen middelen creatief bezig te zijn. Het gemaakte wordt beoordeelt door de docent en u krijgt tips.

Belangrijk is dat u plezier heeft in wat u doet!

Waar : Hanswijk  
Wanneer : 10 januari t/m 25 april 2023  
(elke 2 weken in de even weken)  
Tijd : 14.00- 16.00 uur  
Kosten : € 37,00 (9 lessen)  
Koffie/thee € 1,00

## **Wie doet er mee met NL DOET op zaterdag 11 maart 2023**

We gaan aan de slag in de tuin van het Wijksteunpunt in Bergen. Het idee is om plantjes en struiken in de grond zetten. Er zullen hoogbedden gemaakt worden zodat de bezoekers van het Hof van Heden op hoogte kunnen werken. We zoeken handige handen die met hamer en spijker om kunnen gaan en mensen die met een schep een gat in de grond kunnen spitten.

Ook voor de catering die dag zoeken wij gastvrouwen of heren om de hardwerkers te voorzien van koffie thee en lunch.

Wilt u zich aanmelden dan kan dat aan de balie van het Wijksteunpunt, Binnenhof 9 te Bergen. of via telefoonnummer 072-5821450 of stuur een mail naar

[e.schumacher@welzijnbergen.nl](mailto:e.schumacher@welzijnbergen.nl)

## **Steunpunt Mantelzorg**

Wilt u op de hoogte gehouden worden van de activiteiten van het Steunpunt Mantelzorg dan kunt u zich registreren als mantelzorger via 072- 5095267 of via [steunpuntmantelzorg@welzijnbergen.nl](mailto:steunpuntmantelzorg@welzijnbergen.nl)

U ontvangt dan 3 keer per jaar de Mantelzorg nieuwsbrief, digitaal of per post. Hierin vindt u informatie over activiteiten speciaal bedoeld voor mantelzorgers.

## **Hof van Heden**

Het Hof van Heden is geopend voor wijkbewoners die graag eens aanschuiven.

De nadruk ligt op ontmoeting. Een plek voor en door mensen met geheugenproblemen. Mantelzorgers, familieleden, vrienden, professionals en vrijwilligers zijn welkom.

We willen een huis zijn waar gesprekken plaats vinden over hoe het is om geheugenproblemen te hebben. Waar je mag zijn wie je bent.

Waar we activiteiten gaan organiseren die passen bij de wensen van de bezoekers.

Je kunt er genieten van de mooie tuin, een praatje maken of na de koffie/thee aan de wandel.

Waar : Wijksteunpunt Binnenhof, Binnenhof 9, Bergen

Wanneer : Iedere dinsdag

Tijdstip : 10.00 tot 12.00 uur

Kosten : Gratis

Bel voor verdere informatie: 06-2908 2380 of 06-2907 3575

## Grip en Glans

Deze cursus is voor iedereen die moeite heeft om echt van het leven te genieten. Dat je het gevoel hebt dat het leven z'n glans verloren heeft. En dat je dat graag wil veranderen, maar je weet niet hoe. Herkenbaar? Dan helpt deze cursus jou om het leven leuker en waardevoller te maken. In 6 bijeenkomsten, onder begeleiding van twee enthousiaste docenten, krijg je inzichten, oefeningen en tips om positiever in het leven te staan. Het leven is niet alleen wat je overkomt; belangrijker is wat je er zelf van maakt.

### Herken je dit?

Waarom moet ik doen wat ik helemaal niet wil  
Ik spreek/zie de hele dag bijna niemand  
Wat ik zeg vinden ze toch niet interessant  
Ik zou wel iets willen, maar niet alleen  
Ik ben moe, terwijl ik de hele dag niets doe  
Ik zit gewoon niet lekker in mijn vel  
Ik zou zo graag weer eens blij willen zijn

In de cursus voeren we geen diepgaande en moeilijke gesprekken. Wel gaan we praktisch aan het werk met dingen die jouw leven meer glans geven. Haalbare stappen maken, nieuwe mensen leren kennen, je nuttig voelen en zelf iets ondernemen om meer plezier in het leven te hebben. Je kiest zelf wat je graag zou willen veranderen in jouw leven. Niet door druk van anderen, alleen jij bepaalt wat goed voor je is.

De groepen zullen uit ongeveer 10 vrouwen bestaan en worden begeleid door twee ervaren GRIP & GLANS-docenten. De cursus biedt ruimte om ervaringen uit te wisselen en vaardigheden te oefenen.

Na afloop van de cursus is er nog een terugkombijeenkomst.

Wanneer : Vanaf donderdag 2 maart 2023 (6 x)

Tijd : 14.00 – 16.00 uur

Kosten : € 75,00, inclusief cursusmap en koffie/thee

Waar : Wijksteunpunt Binnenhof, Binnenhof 9, Bergen



## Repair Café

Zonde om weg te gooien!

In Bergen, Egmond-Binnen en Schoorl hebben wij goedlopende Repair Cafés! Vindt u het ook zonde om spullen zo maar weg te gooien?

Weggooien is lang niet altijd nodig.

Heeft u spullen die nog prima een tweede leven tegemoet kunnen gaan met wat herstel?

Neem deze mee naar het Repair Café! Wij helpen u graag.



### **Bergen**

Waar : Zorgcentrum de Haemstede, Beemsterlaan 6, Bergen

Wanneer : Iedere 1e en 3e vrijdag van de maand

Tijdstip : 9.30 tot 12.00 uur

Kosten : Vrijwillige bijdrage

### **Schoorl**

Waar : Wijksteunpunt De Sanderij, De Sanderij 7, Schoorl

Wanneer : Iedere 2e en 4e woensdag van de maand

Tijdstip : 13.30 - 16.00 uur

Kosten : Vrijwillige bijdrage

### **Egmond**

Waar : Dorpshuis de Schulp, Visweg 45, Egmond Binnen

Wanneer : Iedere 4e vrijdag van de maand

Tijdstip : 9.30 tot 12.00 uur

Kosten : Vrijwillige bijdrage

## **WonenPlus: Wonen Zonder Zorgen**

WonenPlus biedt hulp en ondersteuning aan zelfstandig wonende ouderen, gehandicapten en chronisch zieken en andere kwetsbare inwoners van de gemeente Bergen.

Hebt u ook behoefte aan praktische ondersteuning?

WonenPlus Bergen kan u geheel vrijblijvend informeren over de mogelijkheden die er zijn.

De vrijwilligers kunnen u helpen met allerlei diensten.

### **Bijvoorbeeld:**

- Instellen van apparatuur
- Boodschappenservice
- Computerondersteuning
- Honden uitlaatservice
- Hulp bij administratie; incidenteel of structureel
- Kledingherstel
- Klusjes in en om huis
- Persoonlijke ondersteuning en begeleiding
- Pedicure aan huis (korting voor WonenPlus abonnees)
- Maaltijdvoorziening (korting voor WonenPlus abonnees)
- Thuiskeeper (korting voor WonenPlus abonnees)
- Tuinonderhoud
- Vervoersmogelijkheden

Verder zijn er diverse bedrijven die korting bieden aan abonnees van WonenPlus.

Wilt u meer informatie over WonenPlus, neem dan geheel vrijblijvend contact op met Carla Meliefste, consulente WonenPlus, tel. 072-5095267. Bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 9.00 - 12.00 uur.

## PlusBus

Wist u dat we met onze PlusBus tal van leuke uitstapjes maken? Bijvoorbeeld een dagje Texel of gezellig pannenkoeken eten en wat dacht u van een visje eten bij de haven van IJmuiden? Gewoon lekker een kop koffie drinken aan zee? Er is volop keuze. Vraag naar het programma in een van de wijksteunpunten of kijk op de website van Welzijn Bergen: [www.welzijnbergen.nl](http://www.welzijnbergen.nl).

U kunt ook lid worden van 'Vrienden van de Bus'. Voor € 20,00 per jaar krijgt u het programma thuisgestuurd en krijgt u een stempelkaart. Als de stempelkaart vol is heeft u recht op € 10,00 korting op een rit naar keuze.

Er zijn ook cadeaubonnen te koop voor € 7,50. Deze bon kunt u aan iemand cadeau doen voor de feestdagen, een verjaardag, of zo maar. Deze bon is te besteden bij een uitje met de PlusBus. Leuk om te geven!  
De bon is te verkrijgen op de drie wijksteunpunten.



## Algemeen sportaanbod gemeente Bergen

Voor een algemeen sportprogramma in de gemeente Bergen kunt u kijken op onderstaande website:

[Sportaanbod Schoorl 50+ - Sport en Beweging in Bergen](#)

## Heeft u vragen?

Neem dan gerust contact op met één van de wijksteunpunten van Stichting Welzijn Bergen.

Op werkdagen tussen 09.00 en 12.00 uur bereikbaar op:

Wijksteunpunt Bergen

Binnenhof 9

1861 JW Bergen

072-5821450

E-mail: [e.schumacher@welzijnbergen.nl](mailto:e.schumacher@welzijnbergen.nl)

Wijksteunpunt Hanswijk

Hanswijk 1B

1934 CP Egmond a/d Hoef

072-5065204

E-mail: [b.vanderheijden@welzijnbergen.nl](mailto:b.vanderheijden@welzijnbergen.nl)

Wijksteunpunt de Sanderij

De Sanderij 7

1871 ER Schoorl

072-5095267

E-mail: [c.meliefste@welzijnbergen.nl](mailto:c.meliefste@welzijnbergen.nl)

Centraal Bureau, gevestigd in de Blinkerd in Schoorl.

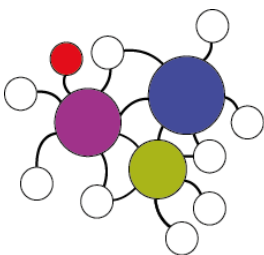
Heereweg 150

1871 EM Schoorl

072-5093265

E-mail: [administratie@welzijnbergen.nl](mailto:administratie@welzijnbergen.nl)

**[www.welzijnbergen.nl](http://www.welzijnbergen.nl)**



**Stichting  
Welzijn  
Bergen**

*Algemeen Nut  
Beogende Instelling*  
**ANBI**