



2020

September

Oktober

November

December

*Kom Erbij!
in Maarssen-Dorp*

**WEEK
TEGEN
EENZAAMHEID**

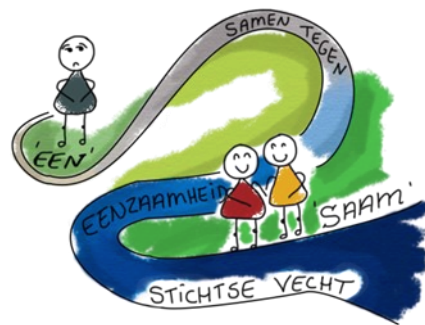


Wat is er te doen in Maarssen-Dorp?

Activiteiten onder voorbehoud en eventueel vooraf aanmelden

Samen tegen Eenzaamheid Stichtse Vecht

Veel mensen voelen zich weleens eenzaam. Vaak gaat dat gevoel vanzelf weer weg. Maar dat is niet altijd het geval. Als mensen zich ernstig of langdurig eenzaam voelen kan eenzaamheid een probleem worden. Met de aanpak in Gemeente Stichtse Vecht 'Samen tegen Eenzaamheid Stichtse Vecht' willen we hier samen met bewoners, (zorg)professionals, vrijwilligers, ondernemers, kerken, wijkcommissies en iedereen die mee wil werken iets aan doen. Veel van wat wij de komende tijd gaan doen, is gericht op het doorbreken van het taboe op eenzaamheid en het bespreekbaar maken van dit onderwerp. Let op onderstaand logo. Je zult het de komende tijd veel gaan zien!



Het logo is een co-creatie van Marijke Boot, Hani Taher en Jos van Os

Kijk op onze website www.samentegeneenzaamheidsv.nl en like ons op social media voor meer informatie en om te zien wat jij kan doen!

Samen tegen Eenzaamheid Stichtse Vecht is een samenwerkingsverband tussen Welzijn Stichtse Vecht, HandjeHelpen, Jeugd-Punt, Mrs. Unlimited - Ophelie en de Gemeente Stichtse Vecht.

Week tegen Eenzaamheid 2020

Corona of geen Corona. Elk jaar vragen we een week lang aandacht voor het thema eenzaamheid in de week tegen eenzaamheid. Het is een week bedoeld om elkaar te ontmoeten en met elkaar te verbinden. Want eenzaamheid aanpakken begint met in contact komen. Anders dan voorgaande jaren hebben we deze keer een aantal activiteiten opgezet die als doel hebben om het gesprek aan te gaan over eenzaamheid. [Kom luisteren naar levende verhalen in de bibliotheek, doe online mee met een challenge en zet je een week lang in voor leuke ontmoetingen in je buurt!](#)

Voor een overzicht van al onze activiteiten kijk gauw op pagina 2

Alle activiteiten in dit boekje zijn daarom onder voorbehoud. Neem altijd contact op met de organisator om zeker te weten dat de activiteit door gaat.

Kom Erbij

Heb je zelf ook een leuk initiatief? Neem dan contact op met Leonie de Vries, wijkopbouwwerker voor Maarssen. Dat kan via l.devries@welzijnsv.nl.

Met elkaar goed voor elkaar!



Week tegen eenzaamheid Stichtse Vecht

1 t/m 8 oktober 2020

Challenge Samen tegen Eenzaamheid

1 t/m 8 oktober via social media

Ga een gesprek aan, help iemand met een dagelijkse activiteit of bel een familielid die je niet zo vaak spreekt! Check 'Samen tegen Eenzaamheid Stichtse Vecht' op Instagram en Facebook.

Praten over eenzaamheid op de Herfstdag Slot Zuylen

3 en 4 oktober Slot Zuylen in Oud-Zuilen

We zijn aanwezig op de herfstdag van Slot Zuylen. Daar zien we je graag om een praatje met je te maken.

Levende verhalen – in gesprek met ervaringsdeskundigen

5 oktober Bibliotheek Maarssenbroek 11:00 – 13:30 uur

7 oktober Bibliotheek Maarssendorp 13:00 – 15:30 uur

Een boek of een verhaal brengt je naar nieuwe werelden, laat je kennismaken met het onbekende of is een bron van herkenning. Dat kan natuurlijk met een echt boek, digitaal of met een luisterboek, maar dat kan ook met een levend verhaal!

Lezing eenzaamheid door Vera Vandervesse

6 oktober in Slot Zuylen en online te bekijken

(Ervarings)deskundige Vera Vandervesse gaat in haar lezing in op de vraag wat eenzaamheid is, wat eenzaamheid doet met je gezondheid en wanneer te praten over eenzaamheid. De lezing wordt ook opgenomen zodat hij achteraf online te zien is.

Wandelen

6 oktober 15:30 uur in Breukelen

6 oktober nodigt Miranda Roijackers je uit om mee te gaan wandelen. Samen wandelen in onze prachtige gemeente. Om jezelf te ontmoeten, te onthaasten en te ontdekken. 15.30u verzamelen we op de Kerkbrink in Breukelen.

Geef je op via: miranda@ophelie.nl

Creatieve workshop Spiegelbeeld

2 oktober Fort Maarssenveen 14:00 – 16:30 uur

Door deel te nemen aan de workshop Spiegelbeeld maak je een belangrijke stap van denken naar doen. Neem afstand van je negatieve gedachten, door met je handen bezig te zijn en niet met je hoofd. Met elkaar geeft dat een positief gevoel. Stuur een foto van jezelf (gezicht) op naar jokestapper@gmail.com en we gaan aan de slag met papier en verf. Iedereen kan meedoen.

Sharing Stories

Hou je van verhalen vertellen en delen met anderen en ben je 75+? Dan kan je meedoen met het spel Sharing Stories om anderen te ontmoeten in kleine groepjes van 4 personen. Het spel wordt geleid door vrijwilligers en kan in alle dorpen/kernen gespeeld worden. Door de verdiepende vragen leer je elkaar beter kennen en het spel wordt 3x gespeeld. Meer informatie m.boot@welzijnsv.nl of 0346-290710.

Dag 1: donderdag 1 oktober

Vandaag begint de week tegen de eenzaamheid.

Wat weet jij over eenzaamheid? Wist je bijvoorbeeld al dat eenzaamheid het gemis is aan verbondenheid met anderen? Dat betekent bijvoorbeeld dat je wel meer mensen om je heen zou willen hebben. Het kan ook zijn dat je een druk sociaal leven hebt, maar dat de contacten voor jouw gevoel te oppervlakkig zijn. Of misschien is er een groot gemis van een verbroken of verloren contact.

Deze week willen we je meer laten weten over eenzaamheid, maar we willen je vooral uitdagen zelf je steentje bij te dragen.

week van de eenzaamheid

Dag 2: vrijdag 2 oktober

Gisteren is de week tegen de eenzaamheid begonnen. Eenzaamheid komt het meest voor onder ouderen, maar eenzaamheid is niet leeftijdsgebonden.

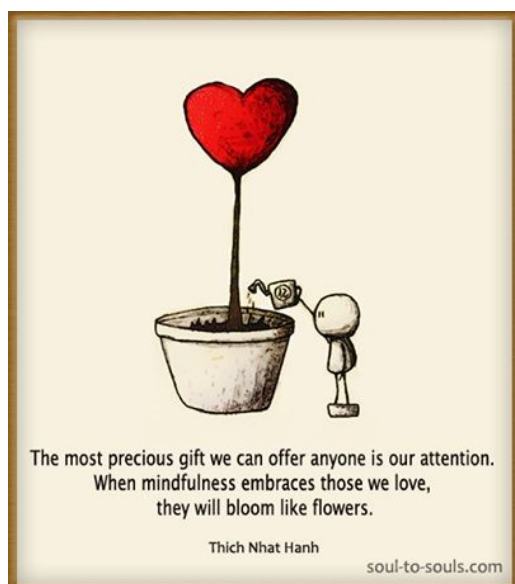
Ook studenten, jongeren en kinderen kunnen met eenzaamheid kampen.

Dit is niet altijd zichtbaar. Het signaleren van eenzaamheid is daarom beslist niet eenvoudig. Weet jij waar aan je kunt zien of iemand eenzaam is?



Dag 3: zaterdag 3 oktober

Soms is het genoeg om een luisterend oor voor iemand te zijn of een praatje met iemand te maken. *Vandaag dagen we je uit* om een gesprekje aan te knopen met bijvoorbeeld de buurvrouw, de meneer bij de bushalte, de moeder van het vriendje van je zoon of dochter.



Dag 4: zondag 4 oktober

Soms gebeurt er iets in je leven waardoor je je (tijdelijk) heel eenzaam kunt voelen. Misschien ben je je baan kwijtgeraakt, is je relatie verbroken of ben je een dierbare verloren. Ingrijpende veranderingen in iemands leven kunnen leiden tot gevoelens van eenzaamheid.



Dag 5: maandag 5 oktober

Iedereen wordt graag aangesproken op zijn kracht. Je kunt dus ook eens een beroep op een ander doen. Mogelijk wil je buurman juist jou helpen. Vraag bijvoorbeeld om tips voor je eigen tuin, om hulp bij een klus of vraag om planten water te geven als je op vakantie gaat. *Wie ga jij deze week om hulp vragen?* Kijk voor meer tips op www.eenzaam.nl



Dag 7: woensdag 7 oktober

Soms kom je in een nieuwe fase in je leven. Bijvoorbeeld als je net vader of moeder bent geworden of wanneer je net verhuisd bent. Waar ontmoet je dan andere ouders die net als jij graag even praten over hun kind? Waar ontmoet je nieuwe mensen om leuke dingen mee te doen?

Weet dat er altijd mensen zijn die in dezelfde fase zitten, dus schroom niet om actie te ondernemen. Ga erop uit!



Dag 6: dinsdag 6 oktober

Gevoelens van eenzaamheid doen zich ook bij mantelzorgers voor. Door hun gebondenheid aan huis bijvoorbeeld. De zorg voor een gehandicapt kind of een partner kan intensief zijn, waardoor een mantelzorger de deur moeilijk uit kan. *Ken jij een mantelzorger? Zet diegene dan vandaag eens in het zonnetje!* Dat kan al met iets heel kleins, bijvoorbeeld een lief appje, een handgeschreven kaartje of met een klein cadeautje.

**DE IDEALE
MANTELZORGER**

**JE KUNT 'M
ZOMAAR
PLOTSELING
ZIJN**

Loesje

Dag 8: donderdag 8 oktober

Soms blader je wel eens door foto's en zie je die oude vriend of vriendin weer voorbij komen. Hoe zou het nu met hem of haar gaan?

Tip: maak een lijstje van oude contacten die verwaterd zijn en stuur ze een berichtje om weer eens af te spreken.

Kijk ook op: www.eenzaam.nl



Dag 9: vrijdag 9 oktober

Je wacht op de bus, even vlug op Facebook kijken. Je zit thuis op de bank en je weet even niet wat je moet doen. Je pakt je telefoon. We spreken elkaar meer en meer via social media dan in het echt. En juist dat échte contact is wat ons gelukkig maakt. Lukt het jou om tijdens een afspraak met een vriend of vriendin je telefoon in je tas te laten?



Dag 10: zaterdag 10 oktober

Stof tot nadenken:

Vroeger waren mensen vaker verbonden aan het dorpsleven. Je haalde je boodschappen bij de plaatselijke winkel, voor een treinkaartje ging je naar een loket. Je kende de buurt en de buurt kende jou. Dit is tegenwoordig minder vanzelfsprekend. Het is daarom belangrijk om zelf actief op zoek te gaan naar sociale contacten. Dit kan bijvoorbeeld door lid te worden van een (sport) vereniging, een cursus te gaan doen of je kunt ergens vrijwilligerswerk gaan doen.

**KOM GERUST
EEN KOPJE SUIKER
LENEN**

Loesje

Dag 11: zondag 11 oktober

Zullen we bellen?

En vertel je me dan hoe het met je gaat?

Ik bedoel hoe het echt met je gaat.

Zullen we afspreken?

En wil je dan je mooiste facebook/insta momenten met me delen?

Zodat ik je ogen zie oplichten wanneer je het over het liefste hebt.

Of misschien hoor ik je stem wel breken wanneer je praat over datgene wat je raakt

Zullen we bellen?



ochtend

**Treat Coffee Mornings
op het terras**

10:00-12:00 uur

Samen koffie drinken

(gaat niet door bij regen)

incl. Tiny Treat

vrijwillige bijdrage

Piet Heinstraat 48

Tel: 06-48085170

www.treatcoffeemornings.nl

!



middag

Biljarten

13:00 uur-16:00 uur

De Vondel

www.welzijnsv.nl**Klaverjassen en
Rummikub KBO**

14:30 uur-17:15 uur

€ 2,- per keer

De Vondel

Info: Theo Kazius

Tel: 0346-563198/06-33828341

deelname via lid ouderenbond

**Bridgen KBO**

13:00 uur-17:00 uur

€ 2,- per keer incl. koffie/thee

De Vondel

www.welzijnsv.nl**Digitaal vragenuur**

14:00-15:30 uur

Bibliotheek M'dorp

Tel: 0346-567805

avond

Moeders pot

17:00 uur-19:00 uur

Samen eten met wijk
bewoners

Kwintes

Gerard Doustraat

Info: TeamMaarssen@kwintes.nl**Bridgen**

19:30-23:00 uur

De Vondel

Info Loes Baas

Tel: 0346-564003

**Mannenkring**

Informeel voor actuele data

19:45-21:45 uur

Pastorie Chopinlaan

Info: gi@codee.nl

ochtend

Bridgen

9:30 uur-12:00 uur
 Inschrijfgeld € 5,-
 daarna € 1,- per keer.

De Vondel

Info: Dhr. Reijers of
 Mw. Bredewoud

Tel:0346-567123/06-26486901



middag

Klusmiddag C-Fordt

10:00-15:00 uur

C-Fordt

www.werkspecht.nl

Biljarten

13:00-16:00 uur

De Vondel

www.welzijnsv.nl

**Koersbal (doorlopend)**

13:00-15:00 uur

De Vondel

Info: Marianne van Turnhout

Tel:0346-290710

www.welzijnsv.nl

Creatief en Spel

13:30-15:30 uur

De Vondel

Info: Truus Savelkoul

Tel:0346-567439

www.welzijnsv.nl

Musical Academy I (4-6 jaar)

(15:15-16:00 uur (start 15 sept)

€80,- voor 10 lessen

Musical Academy II (7-9 jaar)

(16:15-17:30 uur (start 15 sept)

€345,- voor 30 lessen

€62,50 1^e 5 lessen Let's Meet!

Musical Academy III (10-12 jaar)

(18:00-19:30 uur (start 15 sept)

€382,50 voor 30 lessen

€70,00 1^e 5 lessen Let's Meet!

**KunstAtelier I (4-6 jaar)**

(15:30-16:30 uur (start 15 sept)

€95,- voor 10 lessen

KunstAtelier II (7-9 jaar)

(16:45-18:00 uur (start 15 sept)

€345,- voor 30 lessen

€62,50 1^e 5 lessen Let's Meet!

**Theaterschool Jongeren**

(18:00-20:00 uur (start 15 sept)

€450,- voor 30 lessen

€80,- 1^e 5 lessen Let's Meet!

Tel:06-19181111/0346-215880

Open Hof, Kerkweg 60

www.DeTalentAcademy.nl

**Mantelzorgochtend
(Onder voorbehoud)**

10:00-11:30 uur (vanaf 9:30 uur
 zaal open)

Gratis en zonder aanmelding

De Vondel

Actuele onderwerpen per
 ochtend

www.welzijnsv.nl/mantelzorg of
 bel tel. 0346-290710

m.jonker@welzijnsv.nl

**Cursus mediteren kun je le-
ren**

op zoek naar stilte en goede da-
 gen

6 okt, 27 okt, 10 nov en 1 dec

inloop 19:45 start 20:00 uur

Open Hof

Begeleiding door Ds Corinne
 Groenendijk

Aanmelden: Marion de Vries

mariondevries2@gmail.com

avond

Alpha cursus

informeer voor actuele data

Aanvang 19:00 uur

't Honk, Kerkweg 17a

Voor mensen die (opnieuw)
 in contact willen komen met
 het christelijke geloof

Geen kosten aan verbonden
 Info:

pieterenbep@vandenoord.org

Fitness groep 24fitcamp

Sporten voor conditie,
 afvallen etc

20:00-21:00 uur Gratis

Parkeerplaats Goudenstein

www.24fitcamp.nl



alzheimer
 café
 maarsse

Alzheimer café

3^e dinsdag,

inloop 19:30 start 20:00 uur

De Vondel

Elke maand een ander the-
 ma

Tel:06-20182388

[www.alzheimer-nederland.nl/
 regios/westelijk-utrecht](http://www.alzheimer-nederland.nl/regios/westelijk-utrecht)

Gesprekskring CGK

3 wekelijks,

20:00 -21:30 uur

Bij één van de leden thuis

Info: Mw. Hannie Coers

hk.jpc@casema.nl

ochtend

Koffie & Meer

9:30-12:00 uur
Open Hof, Kerkweg 60
Info: Corine Smit
Tel: 06-46567302

**Handwerken**

9:30-12:00 uur
De Vondel
Info: Lies Besselse

**Sportief Wandelen**

9:30-10:30 uur
€ 11,- per maand
(U-pas € 5,50)
Maarsseveense Plassen
www.welzijnsv.nl

**Klaverjassen**

9:30-11:30 uur
De Vondel
Info: Dhr. Henk Molenaar
Tel: 0364-560131/06-24978377
www.welzijnsv.nl

**Inloop koffie ochtend**

10:00-12:00 uur
Dorpshuis de Veenkluit
Dominee Ulferslaan 25 Tienhoven



middag

Tai Chi (2 groepen)

(sept t/m juni)
13:00-14:00 uur en
14:15-15:15 uur
€ 14,50 per maand
(U-pas korting mogelijk)
De Vondel
www.welzijnsv.nl

Biljarten

13:00-16:00 uur
De Vondel
www.welzijnsv.nl

**Dammen**

13:00-16:00 uur
De Vondel
Info: Dhr. Ad Beuk
Tel: 0346-563550
www.welzijnsv.nl

**Rummikub**

13:30-16:00 uur
De Vondel
Info Mw. Dufrasnes
Tel: 0346-560265



avond

MASK (koor)

20:00-22:00 uur
€ 250,- per jaar
Open Hof
Info: Durk van Blom
Tel: 0346-574640

Hcc seniorenacademie

Alle bijeenkomsten tot
31 augustus afgelast
14:00-16:30 uur
De Vondel
Dick van den Berg
d.j.van.den.berg@kader.hcc.nl

**Samen aan tafel**

17:30-19:30 uur
€ 10,-
De Vondel
Aanmelden bij: Beer vd Hoeven
Tel: 06-41789378

**Ontmoetingsgroep jongeren
13 t/m 15 jaar**

informeer voor actuele data
19:15-20:00 uur
Hofzolder van Open Hof
jeannettewoltjes@gmail.com

**Ontmoetingsgroep jongeren
16+**

informeer voor actuele data
20:15-21:15 uur
Hofzolder van Open Hof
jeannettewoltjes@gmail.com

ochtend

Sport en Spel (sept t/m juni)

8:45-9:45 uur
€ 15,- per maand
(U-pas korting mogelijk)
De Klaroen
www.welzijnsv.nl

Aquarelgroep

9:30-12:00 uur
De Vondel
www.welzijnsv.nl



Gym voor senioren (sept t/m juni)

10:00-11:00 uur
€ 14,50 per maand
(U-pas korting mogelijk)
De Vondel
www.welzijnsv.nl



Swinggy (sept t/m juni)

11:00-12:00 uur
€ 14,50 per maand
(U-pas korting mogelijk)
De Vondel

middag

Klaverjassen

13:00-16:30 uur
De Vondel
Info Dhr. Hans Smit
www.welzijnsv.nl



Creatief en Spel

13:30-15:30 uur
De Vondel
Info: Truus Savelkoul
Tel: 0346-567439

KunstAtelier III (10-12 jaar)

(start 17 sept)
15:00-16:30 uur
€382,50 voor 30 lessen
€70,00 1^e 5 lessen Let's Meet!
Tel:06-19181111/0346-215880
Open Hof, Kerkweg 60
www.DeTalentAcademy.nl



avond

Dansavond (jan t/m mrt)

(Voor mensen met een verstandelijke beperking, niet voor rolstoeldansen)
19:30-20:10 uur
20:30-21:10 uur
De Vondel
€ 75,- per seizoen
www.samenverderstichtsevecht.nl

In Between Café

voor werkzoekenden
2^e donderdag
9:00-12:00 uur
Bibliotheek M'dorp



ochtend

Vrouwengym (sept t/m juni)

9:30-10:30 uur
€ 14,50 per maand
(U-pas korting mogelijk)
De Vondel
www.welzijnsv.nl

Schildersclub

9:30-12:00 uur
De Vondel
Info: Carla Augustinus
Tel: 0346-571789 of
06-17010904

**Country-line dansen**

(sept t/m juni)
10:30-11:30 uur
€ 14,- per maand
(U-pas korting mogelijk)
De Vondel
www.welzijnsv.nl



middag

Klaverjassen

14:45-17:00 uur
De Vondel
Info: Gerard Korrel
Tel: 0346-561419/06-44542428

**Gymnastiek of zitdansen**

14:30 uur-15:15 uur
€ 2,50 per keer
Merenhoef

avond

Zinwandeling

beinning en buitenlucht
vrijdag 25 september
10:30 uur
Goudenstein
Aanmelden: Marion de Vries
mariondevries2@gmail.com
Info Corinne Groenendijk
Tel 0346-785842

Gebedskring

Informeer voor actuele data
19:00-20:00 uur
Het Trefpunt zaal 3
najvankooten@ziggo.nl

Ontmoetingsgroep

Informeer voor actuele data
20:00-22:00 uur
Bij deelnemers thuis
ontmoetings-groep@ontmoetingskerkmaarsse.nl



onder voorbehoud

ochtend

Trimmen voor senioren

Zaterdag 9:00 uur-10:15 uur
Hoofdingang Maarsseveense
Plassen
Jaarcontributie €150,-
www.trimclubmaarsseveenseplassen.nl

Zwemmen voor mensen met een beperking

(verstandelijk, lichamelijk of slechtziend)

zaterdag (alle leeftijden)
seizoen 7 sept t/m 27 juni
9:00-10:00 uur

Safari Doelgroepbad

€ 75,- per seizoen

Mevr. Jeanne van Santen

tel 0346-563927

www.samenverderstichtsevecht.nl

TheaterAvontuur Peuters

(3-4 jaar)

9:30-10:15 uur (start 19 sept)

€80,- voor 10 lessen

**Theaterschool**

Productie (8-12 jaar)

10:30-12:30 uur (start 19 sept)

€150,- voor 10 lessen

Tel: 06-19181111/0346-215880

Fort Maarsseveen

www.DeTalentAcademy.nl



middag

Kerkradio of Kerk TV

RTV Stichtse Vecht

Ziggo kanaal 44

KPN 1332 of Caiway 12

**Kerkdiensten**

(www.kerkpleinmaarsse.nl)

Kerkdienst Ichthus

Zondag 10:00 en 18:30 uur

Dorpskerk

Kerkdienst Ontmoetingskerk

Zondag 10:00 uur

Open Hof

Kerkdienst R.K. Parochie

St. Jan de Doper

Zondag 10:00 uur

H. Hart Kerk

**Honkers (6-12 j)**

Zaterdag

26 sept, 7 nov en 19 dec

15:30-17:00 uur

Hofzolder Open Hof

Info: Myriam Verhoef

mmverhoef@hotmail.com

Youth United (12-16 j)

gezellige avond deels met
bijbelse inslag

informeer voor actuele data

19:30-22:00 uur

Open Hof

Info: Barry Snoek

youthunited@ontmoetingskerkmaarsse.nl