

KERCKEBOSC **H**

**O
G
E
D
E
N
N
E
N**

WIJK KALENDER

**J
U
L
I

A
U
G
U
S
T
U
S**



Heb jij het Mantelzorgcompliment of de JMZ-Gift 2024 al aangevraagd?

De gemeente Zeist wil een blijk van waardering geven aan mantelzorgers. Ben je dit jaar mantelzorg(er) (geweest) en woont degene die de mantelzorg ontvangt in de gemeente Zeist, dan kun je het Mantelzorgcompliment 2024 aanvragen. Voor kinderen/jongeren tussen de 6-18 jaar is er de JMZ-Gift (Jonge MantelZorg(er)).

Zowel het Mantelzorgcompliment als de JMZ-Gift zijn tegoedbonnen t.w.v. €30 met diverse lokale bestedingsmogelijkheden.

Wil je het mantelzorgcompliment aanvragen, dan kan dit via www.mantelzorgzeist.nl.

Twijfel je of je in aanmerking komt of heb je nog vragen? Neem dan even contact met ons op. Dit kan via info@mantelzorgzeist.nl.



Uitnodiging Gezellige zomermiddag met jongeren

Een (gratis) middag vol plezier en mooie ontmoetingen onder het genot van een hapje en drankje.

Dit wordt georganiseerd door jongeren van een zomerkamp over het overbruggen van verschillen en leren van anderen.

Ons motto is **alles mag en niets moet**, dus wees van harte welkom!

Meld je aan door een mailtje te sturen naar eluijk@handjehelpen.nl of s.willemsen@meanderomnium.nl

Vervoer kan geregeld worden met een vrijwilliger van MeanderOmnium



Buitenkastje bij het Binnenbos

Heeft u kleine spulletjes die u niet (meer) gebruikt, maar die een ander goed kan gebruiken? Zet deze dan in de Buitenkast, die nu voor het Binnenbos staat. U kunt hier b.v. deodorant, zeep, maandverband, pleisters, theedoeken, spelletjes, mooie kopjes, borden, een bloemenvaasje enz. inzetten. Een ander, die dit goed kan gebruiken, kan dit er dan weer uithalen. Het is **niet** de bedoeling dat u er levensmiddelen inzet.

De kast staat buiten op de tijden dat de Ontmoetingsruimte geopend is.

Dit initiatief om verspilling tegen te gaan, is een samenwerkingsproject van Abrona en MeanderOmnium.

Agenda juli en augustus



Zomervakantie!

De zomervakantie begint bijna en dan worden er speciaal voor kinderen van 4 t/m 12 jaar extra activiteiten georganiseerd.

- | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-------------------|--|
| • maandag 15-7 | van 14.00 - 15.30 uur | Hindernisbaan | bij de Brede school, tegenover het Binnenbos |
| • dinsdag 23-7 | van 10.30 - 11.30 uur | Workshop Tekenen | in het Binnenbos |
| • dinsdag 30-7 | van 14.00 - 15.30 uur | Workshop Toneel | in het Binnenbos |
| • donderdag 8-8 | van 10.30 - 11.30 uur | Speelmeekar | bij het Zwaluwnest |
| • maandag 12-8 | van 14.00 - 15.30 uur | Spelletjes | in het Binnenbos |
| • maandag 19-8 | van 14.00 - 15.30 uur | Speelmeekar | bij het basketbalveldje naast CCZ |
| • elke woensdagmiddag | van 14.30 - 15.30 uur | Knutselen en Spel | in het Wijkloophuis |

Heb jij zin in een leuke activiteit en ben je thuis, kom dan meedoen!

Meer info en aanmelden bij Sera Willemsen
06-40249981 | s.willemsen@meanderomnium.nl



Wil jij meer grip en glans in jouw leven?

Volg dan de Grip & 1Glanscursus van WIJ 3.0!

Veranderingen horen bij het leven. Sommige zijn ondersteunend, zoals het vinden van iemand om jouw leven mee te delen of leuk werk. Andere zijn minder fijn, zoals achteruitgang van jouw gezondheid of het verliezen van een baan of een dierbaar iemand. De Grip & Glanscursus is speciaal hiervoor ontwikkeld. In deze praktische cursus sta je zes weken lang stil bij jezelf. Waar word jij blij van? Waar haal je jouw energie vandaan? Deze groepscursus is bedoeld voor alle inwoners van Zeist en in het bijzonder voor mensen tussen de 35 en 55 jaar.

Data : 8, 15, 29 juli en 5, 12, 19 augustus.

Tijd : 13.00-16.00 uur

Locatie : Binnenbos, Hoog Kanje 186h, Zeist

Kosten : €25,00 (zijn de kosten een probleem, neem dan contact op)

Meer informatie : Marieke Orriëns | 06-27825443 | marieke.orriens@wij30.nl |

en aanmelden : www.wij30.nl/grip-en-glans



Save the Date: Burendag Kerckebosch op 28 september

Kom naar Burendag Kerckebosch op zaterdag 28 september van 14.00 tot 18.00 uur in Kerckebosch! In en om Binnenbos is van alles te doen voor jong en oud.

Wat kun je verwachten?

- Spelletjes voor kinderen en ook de oudere jeugd uit de wijk
- Foto's en verhalen uit de oude en nieuwe wijk
- Verkoop van het nieuwe Kerckebosch boek (opbrengst gaat naar de wijk)
- Eten, drinken en muziek

Mis het niet! Zet 28 september in je agenda. Na de zomervakantie volgt meer informatie in uw brievenbus.

Zomer in het Binnenbos!



Voor volwassenen die in de zomervakantie niet weggaan, zijn er in of rond het Binnenbos verschillende activiteiten. Sommige zijn het hele jaar door, maar er zijn ook activiteiten die speciaal in de zomervakantie worden georganiseerd. Dus u hoeft u niet te vervelen!

Komt u (ook) op:

- maandag van 10.00 - 12.00 uur wandelen of een andere sportieve activiteit met aansluitend koffie/thee (alleen in juli en augustus)
- elke dinsdag 10.00 - 12.00 uur Gouden koffie
- elke donderdag 11.15 - 12.30 uur dammen
- donderdag van 14.00 - 16.00 uur gezelschapspelletjes met uiteraard ook samen wat drinken (alleen in juli en augustus)
- daarnaast is de Ontmoetingsruimte van het Binnenbos sowieso elke dag open van 9.00-17.00 uur, dus u kunt altijd ook gewoon even langs komen voor een praatje en/of een drankje.



Tot ziens in het Binnenbos?

Tekengroep voor volwassenen - dinsdag 9 juli 19.00-20.00 uur

Hield je als kind van tekenen en maak je daar nu geen tijd voor vrij? Kom dan naar deze tekengroep.

Je krijgt een tekenidee dat je naar eigen inzicht uit kunt werken. Tekentalent is niet nodig.

Het gaat om ontspanning en gezelligheid!

Waar : Wijkloophuis Kerckebosch
Prinses Margrietlaan 32, 3708 ZA Zeist

Kosten : € 2,-

Aanmelden en informatie: dekleurenfant@gmail.com



Chauffeur gezocht - Speelmeekar

Wie wil de Speelmeekar zo nu en dan naar Zeist-Oost rijden? Wij zijn dringend op zoek naar een chauffeur met een auto met trekhaak.

Wilt u de kinderen helpen om met leuk buitenspeelmateriaal te kunnen spelen?

Bel of mail dan naar Sera Willemsen:

- 06-40249981
- s.willemsen@meanderomnium.nl



MANTELZORG IS BIJZONDER WAARDEVOL



Mantelzorg & Dementie Tijd voor jezelf

Deze bijeenkomst is de gezellige afsluiter van het eerste half jaar van de Ontmoetingsgroep 'Mantelzorg en dementie'. Het thema is: tijd voor jezelf. We gaan jullie in de watten leggen met iets lekkers bij de koffie en een hapje/drankje.

Locatie: verzamelen om 10.30 u bij Wijkloophuis West
De Clomp 3302
Datum: woensdag 3 juli 2024
Tijd: 10.30-12.00 uur
Kosten: geen
Aanmelden: info@mantelzorgzeist.nl

Steunpunt
MantelzorgZeist
Onderdeel van MeanderOmnium

Santé Partners

MantelWandel: Zomerwandeling

Ieder seizoen organiseert Steunpunt Mantelzorg een wandeling voor mantelzorgers. Een mix van ontmoeting, ontspanning en uitwisseling. De wandelingen worden afgesloten met koffie/thee en iets lekkers. Na aanmelding ontvang je alle info.

De MantelWandel is een groep wandelaars met een vaste kern die iedere maand wandelt in Zeist. Het is een open groep waar iedereen zich bij kan aansluiten.

We vertrekken deze keer vanaf het Jagershuis. Vandaar maken we een wandeling van ongeveer een uur. Na afloop drinken we gezamenlijk koffie met iets erbij.

Praktische informatie

Datum : 18 juli
Tijdstip : 10.00 tot 11.30 uur
Locatie : Het Jagershuis in Zeist
Kosten : er zijn geen kosten aan verbonden en voor de koffie wordt gezorgd
Aanmelden : info@mantelzorgzeist.nl





Ommetje Kerckebosch

Loop elke donderdag mee met het Ommetje door de wijk. We verzamelen om 15.00 uur bij het Binnenbos en lopen dan 30 à 40 minuten.

Voor meer informatie: neem contact op met Karin Haffmans, 030-6933357.

Doorstappers

Voor wie langer en wat sneller wil 'doorstappen' is er elke donderdag een wandeling. Wij lopen ongeveer 60 minuten en vertrekken om 13.30 uur vanaf het Binnenbos.

Voor meer informatie kunt u mailen naar Joke Knoth: jokeknoth@gmail.com.



Heel Zeist Telt Mee!

In de gemeente Zeist zijn wilde dieren en planten te vinden, maar de exacte aantallen zijn onbekend. Door onderzoek en het helpen tellen van inwoners kan deze informatie worden verzameld. Dit helpt bij de bescherming van de natuur.

In juni hebben inwoners in heel Zeist meegedaan door een gratis app te gebruiken op hun mobiele telefoon of tablet. Ook na juni kunnen inwoners blijven tellen, de app blijft gratis en de waarnemingen worden geregistreerd in de natuurdatabank waarneming.nl.

Op 4 juli wordt bekend gemaakt hoeveel soorten zijn gevonden, van 20.00 - 21.30 uur in het Gemeentehuis Zeist.

Meer informatie op:
zeist.nl/projecten/projectenoverzicht/heel-zeist-telt-mee

Dammen in het Binnenbos

Elke donderdag van 11.15 tot 12.30 uur

Voor mannen en vrouwen, recreant, beginnend of meer gevorderd (graag, want daar kunnen we van leren!)

Kom gezellig langs, aanmelden hoeft niet.
Info bij Sor Blessing, sociaal werk MeanderOmnium.
06-43725394 / s.blessing@meanderomnium.nl



Geef uw mening over welzijn in Zeist en maak kans op een cadeaubon van € 20,-

Uw mening is belangrijk voor MeanderOmnium en helpt ons om onze services verder te verbeteren. Daarom nodigen wij u uit om deel te nemen aan een kort onderzoek over welzijnswerk in Zeist. Geef uw mening en maak kans op een cadeaubon van € 20-!

In deze vragenlijst vragen we naar uw ervaringen en ideeën over onder andere:

- Het ontmoeten van mensen in uw wijk en buurt
- Gevoelens van eenzaamheid
- Zorg voor uw naasten (mantelzorg)
- Ontmoetingsplaatsen en buurthuizen
- Ondersteuning voor mensen die moeilijk ter been zijn
- Jongerenwerk

Wij zouden het op prijs stellen en als u deel zou nemen om de welzijnsdiensten te verbeteren. Het invullen van de vragenlijst duurt slechts 10 minuten.

Ga naar www.onderzoekzeist.nl of scan de QR code
Alvast hartelijk dank voor uw medewerking.



Tai Chi



Iedere maandag van 19.00 – 20.00 uur.
We verzamelen om 18.50 uur in het Binnenbos en gezamenlijk vertrekken we dan naar de sporthal in het CCZ.

Gratis deelname, vrije inloop!

Geschikt voor alle niveaus en leeftijden. Deze ontspannende bewegingskunst verbetert je conditie, evenwicht en concentratie. Kom langs, ontdek, en doe mee! Het initiatief is afkomstig van wijkbewoonster en Tai Chi beoefenaar Melanie Brands in samenwerking met leraar Mitchell Sandler die elke week uit Utrecht komt om de lessen aan te bieden aan iedereen die belangstelling heeft. Een bijdrage voor de huur van de sporthal wordt op prijs gesteld.

Informatie bij Sor Blessing, sociaal werk MeanderOmnium
s.blessing@meanderomnium.nl en 06-43725394.
Mocht je willen laten weten dat je meedoet, dan is dat erg fijn.



Ook nieuws voor in de wijkkalender? Mail naar wijkkalenderoost@meanderomnium.nl