

Z

Zorgbalans



Services- en activiteitengids wijksteunpunten in Velsen 2011-2012

Zorgbalans/COB



Inhoudsopgave

Voorwoord	3
Wat is een wijksteunpunt?	4
Actief bewegen (koersbal, stoelhonkbal, andere activiteiten)	5
Meer bewegen voor ouderen, gymnastiek en seniorenfitness	6
Wijksteunpunt De Hofstede	7
Stijldansen, Country-, volks- en line-dance plus muziek	8
Biljarten	9
Internet	10
Klaverjassen en bridge	11
Sjoelen, rummicubben en bordspelen	12
Wijksteunpunt De "nieuwe" Delta	13
Creatieve activiteiten en exposities	14
Schilderen en tekenen, andere activiteiten	15
Restaurant en Open Tafel	16
Voorlichting	17
Adressen en contactpersonen	18
Inschrijven en betalen	19
Informatie Zorgbalans	20

Voorwoord

Met gepaste trots bieden wij u de activiteitengids van Zorgbalans/COB voor het nieuwe seizoen in de wijksteunpunten in Velsen aan.

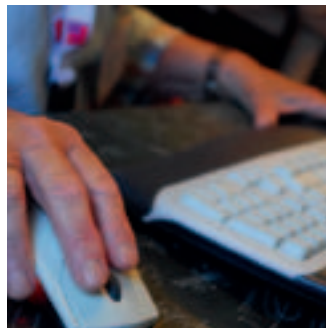
Bij een eigentijds aanbod van services en activiteiten hoort een geschikte en frisse accommodatie. Deze konden wij u met het oude gebouw De Delta niet echt meer bieden.

Wij hebben de activiteiten van De Delta daarom overgebracht naar het gebouw van Velsersduin IJmuiden, slechts op korte afstand aan de Scheldestraat. Daar treft u een prachtige en ruime accommodatie die vele mogelijkheden biedt om het aanbod verder uit te breiden.

De gemeente moet flink bezuinigen. Dit zal ook consequenties hebben voor de wijksteunpunten.

Op dit moment is nog niet duidelijk wat dit precies voor u als gebruiker zal betekenen.

U kunt er echter op rekenen dat Zorgbalans/COB zich zal blijven inzetten voor de ouderen in Velsen. Wij zullen ons uiterste best doen u ook in de toekomst van dienst te blijven zijn.



Wat is een wijksteunpunt?

Een wijksteunpunt is een ontmoetingsplek voor alle senioren van 55 jaar en ouder. Zorgbalans heeft verschillende wijksteunpunten. Zo zijn er punten die gekoppeld zijn aan woon- en zorgcentra, zoals Breezicht, Huis ter Hagen, De Moerberg, het W.F. Visserhuis en het verpleeghuis Velsersduin te IJmuiden. Op deze locaties worden activiteiten georganiseerd voor zowel de bewoners van het woon- en zorgcentrum als voor de bewoners uit de wijk. Zorgbalans heeft ook losse wijksteunpunten. Dit zijn punten die niet gekoppeld zijn aan één van de woon- en zorgcentra. Dit zijn De Hofstede, Watervliet en Zeewijk. Hier wordt alleen door wijkbewoners gebruik van gemaakt.

Op al onze locaties kunt onder andere terecht voor:

- Een lekkere maaltijd in ons restaurant.
- Informatie over onze woon- en zorgvoorzieningen.
- Deelname aan diverse activiteiten.
- U kunt anderen ontmoeten, bijvoorbeeld door aan een activiteit mee te doen.

Zoveel verschillende mensen, zoveel verschillende wensen. Om zoveel mogelijk aan ieders wensen te voldoen, hebben wij een breed aanbod aan activiteiten voor u samengesteld. Dagelijks is er wel iets te doen in één van onze wijksteunpunten. In deze gids staat per activiteit vermeld op welke locatie we die op welke dag en tijdstip aanbieden.

Misschien is uw situatie zo dat u niet in staat bent om naar het wijksteunpunt toe te komen, maar dat u wel behoefte heeft aan advies of hulp. In dat geval kunt u "Het Loket voor Wonen, Welzijn en Zorg" bereiken, op werkdagen tussen 09.00 – 16.30 uur op telefoonnummer 023-8910550.

Vanuit verschillende wijksteunpunten worden wijkbewoners van 80 jaar en ouder, rond hun verjaardag, bezocht door een medewerkster van een Felicitatiedienst. Onderstreept met een kleine attentie wordt het contact onderhouden.

Wonen**Plus** kan voor u bemiddelen voor diensten bij u aan huis. Voor meer dan 40 diensten kun u bij WonenPlus terecht, waaronder:

- Info over een warme maaltijd aan huis.
- Info over alarmeringsvoorzieningen.
- Huisbezoek van de ouderenadviseur.
- Geregeld hulp bij uw persoonlijke administratie.
- Verzorging van uw tuin of onderhoud aan uw woning.
- Kapper aan huis.

Wonen**Plus** is bereikbaar via 0255-518888. U kunt ook kijken op de website: www.wonenplus-velsen.nl of een e-mail sturen naar: wonenplus@zorgbalans.nl. Abonnees ontvangen ieder kwartaal een overzicht waarop de diensten met de prijs beschreven staan. De diensten zijn bestemd voor ouderen, gehandicapten en chronisch zieken.

Wilt u na het lezen van dit programmaboekje nog meer informatie over de aangeboden activiteiten, dan kunt u altijd terecht bij de servicebalie of beheerders/activiteitenbegeleiders van de desbetreffende locaties. Zie hiervoor de overzichtslijst van onze locaties met hun contactpersonen. Onze medewerkers staan u graag te woord om uw vragen te beantwoorden of indien nodig u door te verwijzen.

Graag tot ziens in één van onze wijksteunpunten!

Actief bewegen

Bewegen is voor iedereen heel belangrijk. Zoals u in onderstaande overzichten kunt zien biedt Zorgbalans een uitgebreid aanbod van verschillen vormen van bewegen aan. Minimaal 2x per week actief bewegen is goed voor uw gezondheid.

Koersbal

LOCATIE	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
De Delta	Maandag 9.30 – 12.00 uur	€ 20,- per seizoen	
Watervliet	Vrijdag 09.00 – 12.00 uur	€ 20,- per seizoen	Het hele jaar door
De Hofstede	Woensdag 10.00 – 12.00 uur	€ 20,- per seizoen	
Zeewijk	Dinsdag 09.30 – 11.30 uur	€ 20,- per seizoen	
W.F. Visserhuis	Donderdag 10.30 – 11.30 uur	€ 20,- per seizoen	
De Moerberg	Maandag 14.30 – 16.00 uur	€ 20,- per seizoen	

Stoelhonkbal

LOCATIE	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
De Hofstede	Woensdag 14.00 – 15.30 uur	€ 20,- per seizoen	Start in overleg met activiteitenbegeleider
Zeewijk	Vrijdag 14.30 – 16.00 uur	€ 20,- per seizoen	

Andere activiteiten

LOCATIE	ACTIVITEIT	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
De Hofstede	Yoga	Dinsdag 13.30 – 14.30 uur	€ 70,50 per seizoen	Onder leiding van docent
Zeewijk	Nordic Walking	Maandag 10.00 – 11.00 uur + van 14.00 – 15.00 uur	€ 38,50 per 16 lessen	Prijs is inclusief de huur van de pole's (stokken)
W.F. Visserhuis	Kegelen	Woensdag 10.30 – 11.30 uur	€ 20,- per seizoen	
Watervliet	Fietsen	Dinsdag, vertrek 10.00 uur	gratis	Mei t/m september, consumpties zijn voor eigen rekening
Zeewijk	Stageproject WII2	Maandag 16.00 – 17.00 uur Woensdag 15.15 – 16.30 uur Donderdag 15.00 – 16.30 uur	gratis	Is bewegen via de T.V.

Meer Bewegen Voor Ouderen, gymnastiek en seniorenfitness

Onder begeleiding van een docent in groepsverband bewegen. Alle spiergroepen en ledematen worden gestimuleerd. En dit alles op uw eigen niveau en tempo.



MBVO

LOCATIE	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
De Delta	Donderdag 09.30 – 10.30 of 10.30 – 11.30 uur	€ 70,50 per seizoen	Er zijn 2 groepen onder leiding van een docent
Watervliet	Woensdag 09.15 – 10.15 of 10.30 – 11.30 uur	€ 70,50 per seizoen	Er zijn 2 groepen onder leiding van een docent
De Hofstede	Woensdag 09.00 – 10.00 uur 11.00 – 12.00 uur + Vrijdag 09.00 – 10.00 uur + 10.00 – 11.00 uur + 11.00 – 12.00 uur	€ 70,50 per seizoen	
De Hofstede	Woensdag 10.00 – 11.00 uur	€ 70,50 per seizoen	Een mix van ontspannen bewegen en valpreventie
De Hofstede	Woensdag 11.00 – 12.00 uur	€ 70,50 per seizoen	Voor minder mobiele en chronisch zieken
W.F. Visserhuis	Maandag 09.45 – 10.45 uur en 10.45 – 11.45 uur	€ 70,50 per seizoen	
Zeewijk	Woensdag 09.00 – 09.45 uur	€ 70,50 per seizoen	Geschikt voor minder mobiele ouderen o.l.v. docent
De Moerberg	Maandag 13.30 – 14.15 uur en 14.30 – 15.15 uur. Voor deelname even bellen.	€ 70,50 per seizoen	
Breezicht	Donderdag vanaf 09.30 uur	€ 70,50 per seizoen	

Senioren Fitness

LOCATIE	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
Zeewijk	Donderdag 13.30 – 14.30 uur en 14.30 – 15.30 uur	€ 70,50 per seizoen	2 Groepen. Onder leiding van docent
Huis ter Hagen	Maandagmiddag	€ 38,50 per maand	o.l.v. fysiotherapeut

Niets moet en (bijna) alles mag

Wijksteunpunt De Hofstede een begrip in Velsbroek

Al zeventien jaar is het wijksteunpunt een begrip in het vijftiengjarige bestaan van Velsbroek.

De Hofstede is een levendig wijksteunpunt waar veel ouderen uit zowel het wooncomplex als de wijk samenkomen. Een plek om elkaar te ontmoeten.

Sinds het pensioen van voormalig beheerder Rob Bakker in 2007 is Marcel Stam de beheerder en activiteitencoördinator. Samen met collega Loes van Gool en ca. 100 vrijwilligers beheert hij het wijksteunpunt. Uit ervaring blijkt dat mensen een grote waarde hechten aan een vast gezicht. Marcel vindt dan ook een van de belangrijkste taken om niet alleen aanspreekpunt te zijn, maar ook gastheer en vraagbaak te zijn voor bezoekers van het wijksteunpunt.

Bezoekers weten het wijksteunpunt ook te vinden voor allerlei vragen, niet zelden hebben deze vragen betrekking op een veel breder gebied dan het wijksteunpunt alleen. Waar de vragen van bezoekers niet beantwoord kunnen worden door Marcel worden bezoekers met hun vragen doorverwezen naar diverse instanties.

Het wijksteunpunt ademt een open en gezellige sfeer uit waar iedereen zich welkom kan voelen onder het motto; niets moet en (bijna) alles mag. Dagelijks is er een aanbod van vele activiteiten die uiteenlopen van creatieve activiteiten tot

spel- en bewegingsactiviteiten. In het aanbod wordt steeds weer naar vernieuwing gezocht. Zo werd een basiscursus omgaan met de PC voor senioren opgezet. Hierbij zocht het wijksteunpunt in 2010 de samenwerking met Senior Web en werd het formeel tot leercentrum aangemerkt.

Naast de vele activiteiten worden er ook lezingen, feestmiddagen theater- en muzikale optredens aangeboden die veelal druk bezocht worden.



• Gezamenlijk eten in De Hofstede

Het wijksteunpunt biedt ook de mogelijkheid om samen met anderen een maaltijd te komen gebruiken. Drie maal per week worden maaltijden verzorgd. Het sociale aspect van het samen eten wordt door veel ouderen bijzonder gewaardeerd.

Natuurlijk biedt het wijksteunpunt ook de mogelijkheid om alleen even binnen te lopen voor een kopje koffie.

Voor velen is de eerste stap over de drempel van het wijksteunpunt geen gemakkelijke. Introductie door een vriend of vriendin, een buurvrouw of kennis

maakt het makkelijker. Maar ook als die mogelijkheid niet bestaat kan met Marcel een afspraak gemaakt worden voor een eerste kennismaking met het wijksteunpunt. Bij een kopje koffie of thee geeft hij uitleg en kan hij nieuwe bezoekers introduceren bij bezoekers die het wijksteunpunt al langer weten te vinden.

Stijldansen, volksdansen, country- en Line dance

Een vorm van bewegen is ook dansen. Op de wijksteunpunten in Velsen kunt u terecht voor diverse dansvormen. Onder begeleiding van een docent gaat u kennis maken met de dans en met elkaar aan de gang.

LOCATIE	ACTIVITEIT	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
Watervliet	Stijldansen	Maandag 14.00 – 16.30 uur Donderdag 19.00 – 21.30 uur	€ 20,- per cursus	
Watervliet	Countrydansen	Maandag 19.00 – 20.30 uur	€ 20,- per seizoen	
Watervliet	Volksdansen	Dinsdag 13.30 – 15.00 uur	€ 60,- per seizoen	Onder leiding van een docent
Watervliet	Line dance	Vrijdag 20.00 – 23.00 uur	€ 20,- per seizoen	Op populaire muziek
Zeewijk	Country Line dance	Woensdag 15.00 – 17.00 uur	€ 60,- per seizoen	Onder leiding van een docent
De Hofstede	Line dance	Donderdag 09.30 – 11.00 uur	€ 60,- per seizoen	Op populaire muziek

Muziek

Samen zingen of naar muziek luisteren. Of het nu klassiek is of het levenslied. Op zijn tijd is er voor alle muziekstijlen de ruimte.

LOCATIE	ACTIVITEIT	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
De Delta	Ouderenkoor Vitaal	Woensdag 9.45 – 11.45 uur	€ 60,50	Onder leiding van dirigent
De Delta	Gezelligheidskoor "De Delta-Singers"	Donderdag 19.00 – 21.30 uur	€ 20,-	
Huis ter Hagen	Ruaz – klassiek	Vrijdag 15.00 -16.00 uur	€ 2,20 per keer	1x per 2 maanden Licht klassiek
Huis ter Hagen	Ruaz – populair	Woensdag 15.00 – 16.00 uur	€ 2,20 per keer	1x per maand Muziek van vroeger
Huis ter Hagen	Samen Zingen	Vrijdagmiddag	€ 20,- per seizoen	1x per maand
W.F. Visserhuis	Kunt u zingen, zing dan mee	Donderdag 15.00 – 16.00 uur	€ 20,- per seizoen	In de oneven weken



Biljarten

Biljarten is gewilde vrijetijdsbesteding. Voor sommige clubs is het meer dan dat. Een competitiewedstrijd kan de nodige emoties los maken. Maar vrij biljarten is ook mogelijk in bijna alle locaties van Zorgbalans.

LOCATIE	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
Watervliet	Dinsdag 09.00 – 12.00 uur	€ 19,80 per seizoen	Dames biljart. Overige uren vrij biljarten op de klok. Het hele jaar door.
Watervliet	Maandag 09.00 – 11.00 Woensdag 09.00 – 12.00 Donderdag 14.00 – 16.00 Vrijdag 09.00 – 11.30	€ 19,80 per dagdeel/ seizoen	Overige uren vrij biljarten op de klok. Het hele jaar door.
De Hofstede	Dinsdag hele dag 09.00 – 16.30 uur + Woensdag hele dag 09.00 – 16.30 uur	Prijs op te vragen bij de biljartvereniging	Overige uren vrij biljarten op de klok.
Zeewijk	Woensdag, donderdag en vrijdag 09.00 – 12.00 uur	€ 35,75 per seizoen en per dagdeel. Vrijbiljarten € 0,50 per ½ uur	Overige uren vrij biljarten op de klok.
De Moerberg	Ma-, di-, wo- en vrijdag van 13.00 – 17.00 uur	Prijs op te vragen bij de biljartvereniging	Overige uren vrij biljarten op de klok.
Huis ter Hagen	Maandagochtend, dinsdag- en donderdagmiddag	€ 0,50 per ½ uur	Overige uren vrij biljarten op de klok.
W.F. Vissershuis	Maandag t/m zaterdag de hele dag	Prijs op te vragen bij de biljartvereniging	De 5 actieve biljartclubs kunnen nog leden gebruiken.
Breezicht	Dagelijks	€ 0,50 per ½ uur	



Internet

Wegwijs worden op de computer en op het internet, helemaal van deze tijd. In een paar lessen leert u om te gaan met de computer en krijgt u een uitleg over het internet. U leert hoe u een e-mail kunt versturen, op internet informatie te zoeken over uw hobby's en andere zaken die u graag wilt weten.

LOCATIE	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
De Moerberg	Maandag of vrijdag 09.00 – 12.00	€ 16,50 per cursus	Cursus bestaat uit 3 lessen. Per cursus max. 2 deelnemers
De Hofstede	Woensdag 09.00 – 11.30 uur	€ 16,50 per cursus	Op 3 opeenvolgende gelijke dagen (bv. 3x op woensdag)
De Hofstede	PC basis voor senioren Woensdag 09.30 – 11.30 uur	€ 35,- per cursus exclusief huur of koop van cursusboek	Cursus bestaat uit 10 lessen.
De Hofstede	Wii les Voor de juiste dag en tijd even bellen	Gratis	
Zeewijk	In overleg in de middaguren	€ 16,50 per cursus	3 lessen
Zeewijk	Wii les Maandag of woensdagmiddag	€ 16,50 per cursus	3 lessen van 2 uur
W.F. Visserhuis	In overleg	€ 16,50 per cursus	3 lessen van 2 uur
De Moerberg	Maandag 09.30 – 11.30 uur	€ 16,50 per cursus	3 lessen van 2 uur
Huis ter Hagen	Alle dagen vrij internet		Vrij internetten

In wijksteunpunt De Hofstede en Zeewijk en in de woon- en zorgcentra Huis ter Hagen, Breezicht, W.F. Visserhuis en De Moerberg bestaat de mogelijkheid om tijdens openingstijden gebruik te maken van de computers om te internetten.

Klaverjassen en bridgen

Klaverjassen

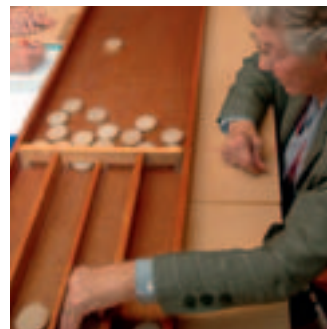
LOCATIE	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
De Delta	Woensdag 14.00 – 16.30 uur	€ 20,- per seizoen	Deze club heeft 2x per jaar een prijsuitreiking
De Delta (les)	Donderdag 14.00 – 16.30 uur	€ 20,- per seizoen	
Watervliet	Woensdag 14.00 – 16.30 uur	€ 20,- per seizoen	Het hele jaar door
De Hofstede	Woensdag 13.30 – 16.30 uur	€ 20,- per seizoen	
Zeewijk	Maandag 13.30 – 16.30 uur	€ 20,- per seizoen	
W.F. Visserhuis	Woensdag 14.00 – 16.30 uur	€ 20,- per seizoen	Deze club heeft 2x per jaar een prijsuitreiking
W.F. Visserhuis	Club Pandoer Maandagmiddag 14.00-16.00 uur	€ 20,- per seizoen	
Breezicht	Dinsdag vanaf 14.00 uur	€ 20,- per seizoen	

Bridge

LOCATIE	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
Watervliet	Donderdag 13.30 – 17.00 uur	€ 20,- per seizoen	
De Hofstede	Maandag 13.15 – 16.30 uur + Donderdag vanaf 19.15 uur	€ 20,- per seizoen	
Zeewijk	Dinsdag 13.00 – 16.30 uur	€ 20,- per seizoen	

Sjoelen, rummicubben en bordspelen

Gedurende het hele seizoen kunt u bij ons meedoen aan diverse spelletjes. Tijdens deze spelletjes speelt ontmoeting met andere mensen een belangrijke rol. Natuurlijk is ook het sportieve wedstrijdelement aanwezig.



Sjoelen

LOCATIE	DAG + TIJD	WAAR	KOSTEN
De Delta	Maandag 13.45 – 16.30 uur		€ 20,- per seizoen
Zeewijk	Vrijdag 14.15 – 16.00 uur		€ 20,- per seizoen
W.F. Visserhuis	Vrijdag 14.30 – 16.15 uur	't Venster – zaal	€ 20,- per seizoen
Breezicht	Maandag vanaf 14.00 uur	Atrium	€ 20,- per seizoen
Huis ter Hagen	Donderdag 15.00 – 16.15 uur	Grote zaal 1 ^e etage	€ 20,- per seizoen

Rummicub

LOCATIE	DAG + TIJD	WAAR	KOSTEN
De Delta	Woensdag 14.00 – 16.30 uur	Soos	€ 20,- per seizoen
W.F. Visserhuis	Maandag 14.30 – 16.00 uur	't Venster – zaal	€ 20,- per seizoen
Breezicht	Dinsdag vanaf 10.00 uur	Multiruimte	€ 20,- per seizoen
Huis ter Hagen	Donderdag 15.00 – 16.15 uur	Grote zaal 1 ^e etage	€ 20,- per seizoen

Spelinstuif

LOCATIE	DAG + TIJD	WAAR	KOSTEN
De Hofstede	Donderdag 13.30 – 16.15 uur	Begane grond	€ 1,65 per keer
De Moerberg	Dinsdag 14.30 – 16.30 uur	Recreatiezaal 1 ^e etage	Koffie of thee voor eigen rekening
Breezicht	Vrijdag vanaf 14.30 uur	Atrium	€ 20,- per seizoen

'Wij hebben er zin in'

Wijksteunpunt De "nieuwe" Delta

Zoals menig bezoeker van de Delta aan de Rijnstraat heeft vernomen gaat het activiteitenseizoen 2011-2012 van start op een andere locatie. Een aantal activiteiten is begin van het jaar al verhuisd naar deze nieuwe locatie en voor zover wij hebben kunnen zien is dit naar tevredenheid gebeurd.

Na jaren gewend te zijn geweest aan het bekende gezicht van Tineke van der Terp, zal ook dit gaan veranderen.

Misschien even wennen dat de nieuwe locatie in Verpleeghuis Velsersduin aan de Scheldestraat 101 zit, maar wij hebben er zin in.

En wie zijn wij?

Yvonne de Vries zal vanaf het nieuwe seizoen het aanspreekpunt worden voor de bezoekers en docenten, maar ook voor allen die meer willen weten over de activiteitenmogelijkheden die wij kunnen bieden in het wijksteunpunt.

Daarnaast zal er nauw worden samengewerkt met de activiteitenbegeleiding van Velsersduin IJmuiden en de Dagbehandeling.

Grootste verandering die speelt is dat er mogelijkheden zullen worden geboden om, naast de activiteiten die u gewend bent in het wijksteunpunt, ook deel te nemen aan andere activiteiten die in het Verpleeghuis worden georganiseerd. Denk bijvoorbeeld aan de



• Winkeltje (SIG) in wijksteunpunt De Delta

verschillende muziek- en ontmoetingsmiddagen. Informatie hierover vindt u op de



aankondigingsborden deze hangen op verschillende plekken in het gebouw. Graag zien wij u ook gewoon even binnen lopen voor een kop koffie, een praatje en een krantje. Voor ons blijft het

doel dat wij als wijksteunpunt een bindende factor blijven voor de wijk. U kunt bij ons terecht voor vragen en wij zullen proberen antwoorden te geven of een oplossing te zoeken. Vergeet u ook niet even binnen te lopen bij de nieuwe aanwinst, het winkeltje van het SIG. Het SIG biedt dagbesteding aan mensen met een beperking en bieden ons leuke en verrassende cadeautjes.

Creatieve activiteiten en exposities

Handwerken

In samenwerking met het Rode Kruis bieden wij handwerkactiviteiten aan. Deze activiteit heeft een duidelijk ontmoetingskarakter. U bent gezamenlijk bezig met o.a. haken, breien en borduren en het maken van bv kerst- en paasversieringen. De gemaakte stukken kunnen worden verkocht ten behoeve van het Rode Kruis.

LOCATIE	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
W.F. Visserhuis	Donderdag 14.00 – 15.30 uur	Kosteloos, is t.b.v. het Rode Kruis	
De Moerberg	Dinsdag 14.00 -16.00 uur	Kosteloos, is t.b.v. het Rode Kruis	
Huis ter Hagen	Woensdag 14.30 – 16.00 uur	Kosteloos, is t.b.v. het Rode Kruis	
Breezicht	Donderdag vanaf 14.00 uur	Kosteloos, is t.b.v. het Rode Kruis	

Cursus kaarten maken

Deze cursus wordt gegeven door een ervaren vrijwilligster. Tijdens deze cursus komen diverse technieken aan bod. In de Moerberg ligt de nadruk op 3D. 3D wil zeggen drie dimensionaal, de afbeeldingen op de kaarten worden opgebouwd uit diverse lagen.

LOCATIE	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
De Hofstede	Maandag en dinsdag 13.00 – 16.00 uur	€ 20,- excl. koffie en thee	Materiaal voor eigen rekening
De Moerberg	Dinsdag 10.00 – 12.00 uur	€ 46,75, incl. koffie en thee	Materiaal voor eigen rekening
Watervliet	Maandag en donderdag 14.00 – 16.00 uur	€ 20,- excl. koffie en thee	Materiaal voor eigen rekening

Patchwork

LOCATIE	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
De Hofstede	Dinsdag 10.00 - 12.00 uur	€ 20,-	Materiaal is voor eigen rekening

Bibliotheek

LOCATIE	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
W.F. Visserhuis	Dinsdag 10.00 - 11.30 uur		Lidmaatschap van de bibliotheek

Exposities

Diverse locaties van Zorgbalans stellen hun ruimtes beschikbaar voor kunstenaars uit de omgeving.

Tijdens openingsuren bent u van harte welkom om de kunstwerken te komen bewonderen.

LOCATIE	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
De Hofstede	Toegankelijk tijdens openingsuren	N.v.t.	Regelmatig wisseling van expositie
De Moerberg	Toegankelijk tijdens openingsuren	N.v.t.	Regelmatig wisseling van expositie
Huis ter Hagen	Toegankelijk tijdens openingsuren	N.v.t.	Regelmatig wisseling van expositie
W.F. Visserhuis	Toegankelijk tijdens openingsuren	N.v.t.	Regelmatig wisseling van expositie
Breezicht	Toegankelijk tijdens openingsuren	N.v.t.	Regelmatig wisseling van expositie
Zeewijk	Toegankelijk tijdens openingsuren	N.v.t.	Regelmatig wisseling van expositie

Schilderen en tekenen

LOCATIE	ACTIVITEIT	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
Watervliet	Schilderen en tekenen	Schilderen: dinsdag 14.00 – 16.00 uur Tekenen: vrijdag 14.00 – 16.00 uur	€ 20,- per cursus	Materiaal is voor eigen rekening
De Hofstede	Schilderen	Maandag 10.00 – 12.00 uur	€ 20,- per cursus	Materiaal is voor eigen rekening
De Hofstede	Schilderen en tekenen	Donderdag 10.00 – 12.00 uur	€ 20,-	Materiaal is voor eigen rekening
Huis ter Hagen	Schilderen	Donderdag 10.00 – 12.00 uur	€ 2,20 per les	Eigen materiaal meenemen. In de oneven weken.
Breezicht	Tekenclub	Dinsdag vanaf 10.00 uur	€ 2,20 per keer	
Breezicht	Hobbyclub	Dinsdag vanaf 14.00 uur	€ 2,20 per keer	

Andere activiteiten

LOCATIE	ACTIVITEIT	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
De Hofstede	Bloemschikken	Donderdag	€ 30,80 incl. materiaal	6 ochtenden, 1x per 2 weken
De Hofstede	Workshops	Zie publicaties	prijs op aanvraag	
W.F. Visserhuis	Creaclub voor mannen	Dinsdag 14.30 – 16.00 uur	€ 3,30 per keer	Op de even weken
Huis ter Hagen	Creatief div. technieken	Woensdag 10.00 – 11.30 uur	€ 5,50 per les	In de even weken

Restaurant en open tafel

Bij alle locaties van Zorgbalans kunt u terecht voor een warme maaltijd en in sommige gevallen voor een lekkere lunch. De warme maaltijden worden tussen de middag geserveerd. In onze woon- en zorgcentra zijn het hele jaar dagelijks de restaurants geopend. Onze wijksteunpunten bieden u een paar keer per week een Open Tafel aan waar u kunt genieten van een maaltijd bereid door vrijwilligers. Ook hebben wij themamaaltijden. Aankondigingen hiervoor zijn te vinden in de lokale kranten en op Seaport FM.

Restaurant

LOCATIE	ACTIVITEIT	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
Breezicht	Dagelijks 12.00 – 13.30 uur	Restaurant Begane grond	Ma – za € 7,00 Zondag € 9,75 <small>Feest/themadagen wisselend</small>	Driegangenmenu
Huis ter Hagen	Dagelijks 12.00 – 13.30 uur	Restaurant 1 ^e etage Lift aanwezig	Wo + za € 7,00 Zondag € 9,75 <small>Feest/themadagen wisselend</small>	Driegangenmenu
Huis ter Hagen	Woensdag, zaterdag, zondag 16.00 – 19.00 uur	Restaurant 1 ^e etage Lift aanwezig	Wisselend	Snackrestaurant
De Moerberg	Dagelijks 12.00 – 13.30 uur	Restaurant 1 ^e etage Lift aanwezig	Ma – za € 7,00 Zondag € 9,75 <small>Feest/themadagen wisselend</small>	Driegangenmenu
W.F. Visserhuis	Dagelijks 12.00 – 13.30 uur	Restaurant Begane grond	Ma – za € 7,00 Zondag € € 9,75 <small>Feest/themadagen wisselend</small>	Driegangenmenu
W.F. Visserhuis	Dagelijks 12.00 – 14.00 uur	Restaurant Begane grond	Wisselend	Lekkere belegde broodjes, snacks en soep zijn te bestellen



Open Tafel

LOCATIE	ACTIVITEIT	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
De Delta	Open Tafel	Vrijdagmiddag vanaf 12.30 uur. Voor deelname eerst even bellen.	€ 6,00	
De Hofstede	Restaurant	Maandag- en woensdag-middag 11.45 – 13.00 uur	€ 6,50 of € 7,50	Driegangenmenu, vriesvers, vrije inloop
De Hofstede	Open Tafel	2 ^e dinsdag van de maand om 17.30 en iedere vrijdag-middag om 12.30 uur	€ 6,00	Driegangenmenu, vers met koffie Reserveren noodzakelijk
De Hofstede	Snertmaaltijd	Iedere 1 ^e donderdag van de maand van 12.00 – 13.00 uur	€ 2,50	Van oktober tot en met maart
Zeewijk	Restaurant	Maandag-, dinsdag- en donderdagmiddag van 11.30 – 13.00	€ 6,50 of € 7,50	Driegangenmenu
Zeewijk	Open Tafel	Woensdag- en vrijdag-middag vanaf 12.00 uur	€ 6,00	Driegangenmenu vers Reserveren noodzakelijk
Zeewijk	Snertmaaltijd	Iedere 3 ^e woensdag van de maand van 12.00 – 13.00 uur	€ 1,50 per kom	Van oktober t/m maart
Watervliet	Open Tafel	Maandag-, woensdag- en vrijdag- middag van 12.00 – 13.00 uur	€ 6,00	Driegangenmenu, vers Reserveren noodzakelijk. Het hele jaar door.

Voorlichting

U hebt altijd al meer willen weten wat de W.M.O. (Wet Maatschappelijke Ondersteuning) voor u kan betekenen. Of op welke wijze u veilig in uw huis kunt blijven wonen. Deze en meer onderwerpen komen tijdens de Themamomenten voorbij.

LOCATIE	DAG + TIJD	KOSTEN	BIJZONDERHEDEN
De Delta	Zie aankondiging	Toegang is gratis	Iedere bijeenkomst heeft een nieuw onderwerp
De Hofstede	Zie aankondiging	Toegang is gratis	Iedere bijeenkomst heeft een nieuw onderwerp
Zeewijk	1 ^e donderdag van de maand Aanvang 19.30 uur	Toegang is gratis	Iedere bijeenkomst heeft een nieuw onderwerp
W.F. Visserhuis	Zie aankondiging	Toegang is gratis	Iedere bijeenkomst heeft een nieuw onderwerp
De Moerberg	Zie aankondiging	Toegang is gratis	Iedere bijeenkomst heeft een nieuw onderwerp
Huis ter Hagen	Zie aankondiging	Toegang is gratis	Iedere bijeenkomst heeft een nieuw onderwerp
Watervliet	Zie aankondiging	Toegang is gratis	Iedere bijeenkomst heeft een nieuw onderwerp

Wijksteunpunten en contactpersonen

Wijksteunpunt De Delta

Contactpersoon: Yvonne de Vries

Scheldestraat 101

1972 TL IJmuiden

0255 – 562160

7 dagen per week geopend

Wijksteunpunt De Hofstede

Contactpersoon: Marcel Stam

Aletta Jacobsstraat 227

1991 PT Velsersbroek

023 – 5386528

Geopend van maandag t/m vrijdag van
08.30 - 17.00 uur en op zondagochtend.

Wijksteunpunt Watervliet

Contactpersoon: Jenneke Valentijn

Doelmanstraat 34

1951 GC Velsen Noord

0251 – 226445

Geopend van maandag t/m vrijdag van
09.00 - 17.00 uur.

Wijksteunpunt Zeewijk

Contactpersoon: Gerard Schol

Zeewijkplein 260

1974 PL IJmuiden

0255 – 520650

www.wspzeewijk.nl

Geopend van maandag t/m vrijdag 08.30 - 17.00
uur, in weekend van 13.30 - 16.30 uur.

De hierna genoemde
wijksteunpunten zijn
7 dagen per week geopend
van 8.30 – 21.00 uur.

Wijksteunpunt Breezicht

Contactpersoon: Marja van Stein

Keizer Wilhelmstraat 1

1975 EA IJmuiden

0255 – 549000

Wijksteunpunt Huis ter Hagen

Contactpersonen: Marjolein Binkhorst,
Marijke de Jong en Thea van Wonderen

Lodewijk van Deysellaan 254

1985 CV Driehuis

0255 – 548100

Wijksteunpunt De Moerberg

Contactpersoon: Monique Bakker

Zuiderkruisstraat 74

1973 XM IJmuiden

0255 – 561500

Wijksteunpunt W.F. Visserhuis

Contactpersoon: Carla Bot - Bakker

Houtmanstraat 1

1972 EE IJmuiden

0255 – 549549



Inschrijven en betalen

- U dient zich ieder seizoen opnieuw aan te melden voor een cursus.
- Grote cursussen verzorgd door een docent dient u in twee gelijke delen te betalen: het eerste deel bij start van de cursus, het tweede deel begin januari 2012. Hiervoor krijgt u van onze administratie een rekening. Op het inschrijfformulier kunt u aangeven of u het in één keer wilt betalen of in twee termijnen.
- Kleine cursussen en incidentele activiteiten dienen ineens betaald te worden bij de receptie van het woon- en zorgcentra of bij de beheerder van het wijksteunpunt.

Wanneer u deelneemt aan een activiteit, verplicht u zich tot het betalen van het gehele cursusgeld, ook wanneer u enkele lessen mist of helemaal stopt!

Wijksteunpunten centrale ontmoetingsplek

Volgens Klaas van 't Veer wil Zorgbalans dat mensen zich welkom voelen in de wijksteunpunten. "Wij willen de wijksteunpunten nog laagdrempeliger maken, ze nog meer open stellen naar de wijk. Wijksteunpunten moeten de spil in de wijk worden, waar mensen terecht kunnen voor activiteiten, advies en ondersteuning. Het moet een centrale ontmoetingsplek worden, een broedplaats voor ideeën en activiteiten, waar bezoekers steeds meer zelf initiatieven gaan ontwikkelen en activiteiten ontplooiën en organiseren."

Welzijn is een belangrijk onderdeel van het takenpakket van Zorgbalans. "Welzijn is het voorportaal van de zorg. Het is belangrijk dat mensen actief zijn, zich fit voelen. Zorgbalans organiseert een logische keten om de situatie te begeleiden van mensen die vrijwel niets nodig hebben tot mensen waar van alles voor geregeld moet worden. Welzijn is daar een belangrijk onderdeel van, het heeft immers direct betrekking op het welbevinden van bewoners en bezoekers. Ouderen kunnen daardoor zo lang mogelijk thuis in hun eigen vertrouwde omgeving blijven wonen."





Zorgbalans

Zorgbalans biedt toegankelijke en betaalbare zorg op een breed vlak, dankzij een aantal gespecialiseerde organisaties. Van welzijnsdiensten tot complete zorgverlening. Via professionele thuiszorg is het mogelijk zelfstandig thuis te blijven wonen. Voor meer (eventueel tijdelijke) intensieve zorg beschikt Zorgbalans in de regio Zuid-Kennemerland, met ruim 3000 medewerkers, over twaalf zorginstellingen.

Zorgbalans is de grootste zorginstelling van Kennemerland en levert zorg op een groot aantal verschillende gebieden



Meer informatie

Zorgbalans

Postbus 6166

2001 HD Haarlem

Zorgcentrale 023 - 8 918 918

Website: www.zorgbalans.nl