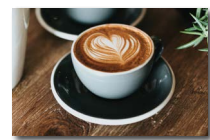


Vaste wekelijkse activiteiten

Als de vlag uithangt bent u altijd welkom voor een praatje en een kopje koffie of thee.



ZONDAG: Vrije inloop koffiemiddag,

14.30 – 16.30 uur

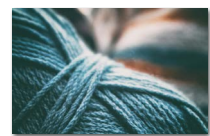
Koffie/thee wordt u aangeboden. Wij zorgen voor een gezellige sfeer en een leuke onderbreking van de zondag.



DINSDAG: Senioren in beweging door Alphen Vitaal,

9.00 - 10.00 uur, 10.30 - 11.30 uur, 12.00 - 13.00 uur.

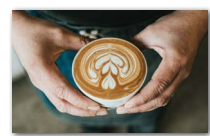
Bewegen is je medicijn, met de gezelligste bijwerking. Na afloop gratis kopje koffie/thee. Eerste les is gratis. Kom gerust een keer langs of bel 06-280 401 71. Kosten: strippenkaart voor 10 lessen € 40,00.



WOENSDAG: Crea-ochtend Praat en Draad,

9.30 - 11.30 uur.

Alles mag, niets hoeft. De koffie/thee wordt u aangeboden. Alleen materiaal is voor eigen rekening.



DONDERDAG: Vrije inloop koffieochtend,

10.00 - 12.00 uur.

Kom eens langs en praat gezellig bij onder het genot van een kopje koffie of thee. Eén keer per maand een PLUS zie pagina 2.



DONDERDAG: Soosmiddag,

13.30 - 16.00 uur.

Kom gezellig klaverjassen, sjoelen, rummikuppen, mahjong of scrabble spelen. Entree € 1,00, koffie/thee gratis.



VRIJDAG: Senioren in Beweging door Alphen Vitaal,

12.00 - 13.00 uur en 13.30 - 14.30 uur.

Bewegen is je medicijn, met de gezelligste bijwerking. Na afloop een gratis kopje koffie/thee. Eerste les gratis. Kosten strippenkaart voor 10 lessen € 40,00.



DONDERDAG EN VRIJDAG: Tafeltennis,

13.15 - 17.15 uur.

Tafeltennis is goed voor het reactievermogen en het evenwicht. Een ervaren tafeltennissers geeft advies. Het spelelement en het contact is belangrijk. Entree € 2,00 gratis koffie/thee. Ook deelnemen? Neem dan contact op met André Vrees 0172-474789.

Leesclub Swaenswijk 1

Maandag 10.00 – 12.00 uur

1 sept., 6 okt., 10 nov.

Leesclub Swaenswijk 2

Woensdag 14.00 – 16.00 uur

27 aug., 1 okt., 5 nov., 17 dec.

Leesclub Swaenswijk 3

Woensdag 10.00 – 12.00 uur

24 sept., 5 nov., 17 dec.

Muziekluisterclub woensdag 14.00 – 16.00 uur 27 aug., 1 okt., 5 nov., 17 dec.

Nieuwsbrief ontvangen? Geef uw mailadres door aan: secretaris@wijkcentrumswaenswijk.nl

Kijk regelmatig op onze website wat er te doen is: www.wijkcentrumswaenswijk.nl

Geen folder ontvangen? Liggen in: Swaenswijk, gemeentehuis en bij de VVV balie (bibliotheek).

Uitgebreide info! Flyers en maandprogramma liggen in folderrek in Swaenswijk.

Heeft u ideeën voor Swaenswijk of vrijwilliger worden? Mail: bestuur@wijkcentrumswaenswijk.nl

Vanaf 1 september is pinbetaling mogelijk

TIPS:

Parkeren: Gratis naast ingang Wijkcentrum, rechts van kerk en 2^e gedeelte Offringalaan.

Vervoer een probleem? Bel dan tijdig met Participe 06-15 441 813.

Toegankelijk voor rolstoelen, voor de bovenzaal is een traplift aanwezig.



Welkom in ons
Wijkcentrum

Jongkindt Coninckstraat 2b, Alphen
aan den Rijn, Tel. 06 223 332 60

WIJKCENTRUM
Swaenswijk



PROGRAMMA 2e HALFJAAR 2025

Bewaarexemplaar

SWAENSWIJK EEN GASTVRIJE PLEK VOOR IEDEREEN!

Hou je van gezelligheid, vitaal ouder worden, je kennis op peil houden en niet alleen thuiszitten? Bijna iedere dag is er iets te doen, zelfs zondagmiddag staat de koffie klaar.



Bijzondere activiteiten! Voor overige activiteiten zie verder in folder en in flyers

Do. 11 sept. 15.30 uur
Za. 27 sept. 10.30 uur

Di. 30 sept. 14.00 uur

Wo. 1 okt. 14.00 uur

Wo. 8 okt. 14.00 uur

Do. 9 okt. 10.00 uur

Di. 14 okt. 10.00 uur

Za. 18 okt. 14.15 uur

Wo. 29 okt. 14.00 uur

Wo. 5 nov. 14.00 uur

Di. 11 nov. 14.00 uur

Wo. 12 nov. 14.00 uur

Do. 4 dec. 10.00 uur

Vrij. 19 dec. 12.00 uur

Di. 30 dec. 14.00 uur

Start cursus: Verklein de kans op vallen. Zie info op pagina 3.
Instappen voor Boottocht t.o. Verpleeghuis Oudshoorn. Vertrek 11.00 uur aankomst 15.00 uur. Helaas de boot is vol!
In kader van week van **Ontmoeten en Verbinden** een speciale gast hoogleraar Vitaliteit David van Bodegom met als titel: Vitaal ouder worden met een vitaal brein. Entree € 3,00 incl. 1x koffie.
Een spetterend optreden van **Shantykoor De Ringvaartzingers uit Roelofarendsveen**. Entree € 5,00 inclusief 1x koffie/thee.
Pubquiz wegens succes herhaald! Vragen op velerlei gebied. Entree € 2,00 en 1x koffie/thee. Leuke prijzen!! Quizmaster Sjaak.
Feestelijke herdenking van onthulling 10 jaar geleden van het gevelbord Wijkcentrum Swaenswijk door oud-wethouder Han de Jager. Om 12.00 uur warme maaltijd p.p. € 7,00! Voor 2 oktober opgeven via: bestuur@wijkcentrumswaenswijk.nl of tel: 06-11 78 70 57.
Introductie Koersbal. Uitleg door deskundige en peiling of er voldoende belangstelling is om een herstart te maken. Entree vrij.
Najaarsmodeshow voor **dames en heren** door Doorduyn Mode uit Bodegraven. Entree vrij, verkoop tot 16.30 uur. Iedere bezoeker krijgt een gratis kopje koffie/thee met een echte Goudse stroopwafel.
Ruilbeurs legpuzzels. Geef oude puzzels een tweede leven! Entree vrij.
Het jaarlijkse optreden van **Shantykoor De Kreunende Sluisdeuren**. Entree € 5,00 en 1x koffie/thee.
Opfriscursus Verkeersregels door VVN. Extra om **20.00** uur. Entree € 3,00.
Swingo, een interactieve muzikale Bingo. Entree € 6,00 incl. 2x koffie.
Feestelijke sinterklaasviering! Leuke lezing door sinterklaas-specialist Frits Booy uit Baarn. Voor iedere bezoeker een leuke attentie. Entree vrij.
Kerstlunch. Zaal open 11.30 uur! Opgeven via: 06-22 333 260 of via: bestuur@wijkcentrumswaenswijk.nl Entree € 7,00. Om 13.30 uur een optreden van het Dickenskoor Charlie in prachtige kleding. Koor zingt sfeervolle kerstliederen.
Alphense Sjoelkampioenschappen. Winnen is leuk, maar gezelligheid staat voorop. Inschrijven voor 24 dec. bestuur@wijkcentrumswaenswijk.nl tel: 0172-576 345. Jongeren € 2,50, volwassenen € 5,00 incl. 1 consumptie.

Vaste wekelijkse activiteiten, zie achterzijde.

Themabijeenkomsten: 14:00 - 16:00 uur, entree € 5,00 incl. 2x koffie/thee

Meer info?
zie flyer en site

- Ma. 15 sept. Engelenramen, geschiedenis, verspreiding en betekenis van deze bijzondere ramen in Zuid-Holland en provincie Utrecht.** Door Albert de Haan uit Heerenveen.
- Ma. 29 sept. Nostalgische wandeling van Hoeve de Bontepaal richting centrum met oude en nieuwe beelden. Een stukje Alphen Toen en Nu.** Door Sjaak van der Neut.
- Ma. 6 okt. Recente Romeinse ontdekkingen in gemeente Alphen aan den Rijn.** Door Janneke Noordervliet, archeoloog gem. Alphen a/d Rijn en Bodegraven-Reeuwijk.
- Ma. 20 okt. Op reis met de trekschuit.** Door Marloes Wellenberg, historicus en werkzaam voor Erfgoedhuis Zuid-Holland. Publiceerde de Atlas van de trekvaarten in Zuid-Holland.
- Ma. 3 nov. Bloeiende buitenplaatsen, pronkstukken langs de Oude Rijn.** Door historici Jan van Es en Bernt Feis. Zij schreven het boek 'Heren van de Oude Rijn'.
- Ma. 17 nov. Julianastraat Toen en Nu vervolg.** Door Ria Langeveld en Henry Wilbrink van de Historische Vereniging Alphen aan den Rijn.



In samenwerking met de
HVA Historische Vereniging
Alphen aan den Rijn

Informatiebijeenkomsten: 14.00 – 16.00 uur, entree € 3,00 en 1x koffie/thee

Meer info?
zie flyer en site

- Di. 9 sept. Algemene Verkeersdienst Driebergen.** Door Fred Dröge uit Nieuwkoop.
- Di. 23 sept. Mooie boeken en mooie illustraties uit de kinder- en jeugdliteratuur.** Door Berry Dongelmans. Was docent kinder- en jeugdliteratuur aan de Universiteit Leiden.
- Di. 30 sept. Vitaal ouder worden met een vitaal brein.** Door hoogleraar Vitaliteit David van Bodegom, die ons handvatten geeft voor een langer gezond leven.
- Di. 7 okt. Spellens vertellen over Tweede Wereldoorlog.** Door Gejus van Diggele uit Hazerswoude. Zelfs 80 jaar na de bevrijding nog onbekende informatie. **I.s.m. ANBO/PCOB.**
- Di. 14 okt. Bomanslezing.** Door Gé Vaartjes, die het enerverende levensverhaal schreef over Godfried Bomans. Begeleid door een mooie beeldpresentatie van Pim Oxener.
- Di. 28 okt. Lezing met muziek over de Beatles.** Door Pim Perquin.
- Di. 11 nov. Opfriscursus Verkeersregels.** Door Rien Fluit namens Veilig Verkeer Nederland. Extra avondles om 20.00 uur. Geef vragen tijdig door vvnalphenaanndenrijn@gmail.com
- Di. 25 nov. Reizigers, hun geschiedenis, cultuur en tradities.** Door Marianne Schenderling, auteur. Zij schreef o.a. het boek Rollemanschiksie. Vier generaties van huis weg.

Koffieochtend PLUS: 10.00 – 12.00 uur, geen entree, vrij koffie/thee

Meer info?
zie flyer en site

- Do. 25 sept. De Molukse gemeenschap in Alphen aan den Rijn, 70 jaar.** Door Tjak Reawaruw.
- Do. 9 okt. Feest: 10 jaar geleden onthulde oud-wethouder Han de Jager het gevelbord.** Tijdens de koffie, met wat extra's, vertelt hij over zijn ervaringen met Swaenswijk. Om 12.00 uur warme maaltijd. Opgeven: bestuur@wijkcentrumswaenswijk.nl of tel: 06 -11 78 70 57.
- Do. 6 nov. Scherven verhalen achter de struikelstenen.** Door Kees Visschedijk.
- Do. 4 dec. Ziet, hoe Sint Niklaas zijn leven soms waagt. De Geschiedenis van Sint Nicolaas en sinterklaasgebruiken.** Door Frits Booy. Iedere bezoeker ontvangt een leuke surprise!

Lezingenserie Kunst en Cultuur: 14.00 – 15.30 uur door Piet Pijper, entree € 3,00

Vier lezingen Mysterieus Japan. Meer info zie flyer en site.

- vr. 17 okt. Lezing 1: kennismaking met het land van de rijzende zon.**
- vr. 24 okt. Lezing 2: economie, eten en drinken, tuinen en parken.**
- vr. 31 okt. Lezing 3: religies, rituelen, feesten, vrijetijdsbesteding.**
- vr. 7 nov. Lezing 4: kunst en cultuur, Osaka, Tokyo en Hakone.**
- vr. 14 nov. Vertoning van de Japanse film Departures over o.a. rituelen rond overlijden.**
- vr. 21 nov. Evert Thielen, meester van de veelluiken.**
- vr. 28 nov. Drs: P expliqué (herhaling van 27 nov. 2024).**

GOUD WAARD gesprek - Koffie en een goed gesprek o.l.v. Bianca Poelstra, Participe. Geen entree

De Goud Waard gesprekken (voorheen UP) zijn voor iedereen toegankelijk. Kom je voor de eerste keer, meldt je dan (uiterlijk de donderdag voor het gesprek) aan via b.poelstra@participe.nu of 06 41850378. **De gesprekken zijn van 14.00 – 15.30 uur op de maandagen 8 sept., 22 sept., 13 okt., 27 okt., 10 nov., 24 nov., 8 dec., en 22 dec.** Thema's worden met elkaar bepaald.



BINGO: Kom gezellig meespelen!! Met leuke prijzen

Entree € 6,00, 6 rondes incl. 2 x koffie/thee. Aanvang 14.00 tot 16.00 uur.
wo. **10 sept.**, wo. **15 okt.**, wo. **26 nov.**, wo. **10 dec.**

Bloemschikworkshops: woensdag 13.00 uur en 15.00 uur

Wo. **24 sept.**, wo. **22 okt.**, wo. **19 nov.**, wo. **17 dec.** ook **avond om 19.30 uur.** Opgeven minimaal 1 week van tevoren bij: Hanneke van Popering: tel: 06-816 56 822 of via hannekesworkshops@live.nl
vol = vol. Prijs: € 22,00 per les van 1,5 uur incl. alle materialen.

Workshop kristallen suncatchers van Swarovski kristal

Onder leiding van ervaren kunstkenner Bianca Isabella Groenestein. De kristallen zorgen voor een vrolijk kleurspel in je kamer. Wo. **15 okt.**, wo. **19 nov.**, di. **9 dec. van 10.00 – 12.00 uur.** Max. 10 deelnemers. Kosten € 35,00 per keer, inclusief materiaal en koffie. Tijdig aanmelden: bi.arendse@gmail.com of tel: 06-10618461.

Workshop Encaustic: schilderen met bijenwas

Onder leiding van kunstenares Annie Kroes, materiaal staat voor je klaar. Di. **7 en di. 14 okt. van 10.00 – 12.00 uur. Aanmelden voor 27 sept.** Kosten € 30,00 per keer, incl. materiaal en koffie. Max. 10 deelnemers. Tijdig aanmelden via: annie@kroescreatief.nl of tel: 06-111 933 50.

Workshop Wolpapier maken

Onder leiding van Marrit, beeldend kunstenaar. Di. **11 en di. 18 nov. van 10.00 – 12.00 uur.** Opgeven uiterlijk 3 nov. Kosten € 25,00 per keer. Aanmelden via: www.creatiefmetmarrit.nl/swaenswijk

Workshop Origami Kerstvrouwen

Onder leiding van origami-docente Jannie van Schuylenburg. Wo. **10 dec. van 10.00 – 12.00 uur.** Kosten € 12,00 p.p incl. materiaal en koffie. Aanmelden noodzakelijk: secretaris@wijkcentrumswaenswijk.nl

Voldoende digitaal vaardig? Lessen di. of do. 10.00 - 12.00 uur

Steeds meer zaken moeten via internet worden geregeld. Daarom is kennis van de computer/laptop, smartphone, iPad, tablet, E-reader noodzakelijk. Al jaren werkt Swaenswijk samen met Het Gilde en met succes! Lessen één op één gegeven. Per sessie van 2 uur slechts € 2,50 incl. koffie/thee. **2, 11, 16, 25, 30 sept., 9, 14, 28 okt., 6, 11, 20, 25 nov. 4 en 9 dec.** Afspraak maken voor lessen in Swaenswijk 0172-242232.



Kom gezellig bij ons biljarten in onze biljartkamer

Dat is toch leuk om dit met vrienden of kennissen te doen? Wanneer komt u het uit? Dat kan op een morgen, middag, of avond. Reserveren noodzakelijk via: 06-22 333 260. Kosten per dagdeel van 2½ uur € 10,00.



Wist u dat jaarlijks 100.000 65-plussers behandeld worden op de spoedeisende hulp door een val?



VAL PREVENTIE, VERKLEIN DE KANS OP VALLEN.

Lesdagen: cursus 1 do. 11 en donderdag 18 sept. 15.30 – 17.00 uur kosten € 5,00 p.p. cursus 2 di. 4 en dinsdag 11 nov. 15.30 – 17.00 uur kosten € 5,00 p.p.

Deze cursus van 2 bijeenkomsten is gericht op bewustwording over de risico-factoren van een val en u krijgt handvatten en oefeningen mee om zelf aan de slag te gaan. U krijgt van de cursus een naslagwerk in de vorm van een boekje. **Meldt u tijdig aan!!!** bestuur@wijkcentrumswaenswijk.nl of via www.alphenvitaal.nl/valpreventie of 06-222 07 625.