



correspondentieadres: Asserstraat 66 2313 GH, Leiden

website: <http://www.ouderencontactprofburgwijk.nl>

email: info@ouderencontactprofburgwijk.nl

telefoon: 06-57702800 ('s morgens tussen 9.30 en 11.30 uur)

In deze Nieuwsbrief vindt u:

- Het **Trigon-programma** voor februari met enige toelichtingen daarop.
- **Correcties en aanvullingen op het Wijkkompas:**
- Informatie over **Energieverbruik in de wijk**.
- Informatie over **“Gezond Oud”**, een collegereeks door de *Leyden Academy on Vitality and Aging*



2 februari	10.30 Koffie 11.15 Mevrouw Katja Beerman vertelt over het ontstaan en de praktijk van de Stichting Netwerk Levensvragen Leiden, een niet-kerkelijk initiatief.
9 februari	10.30 Koffie 10.30 Steun bij tablet en laptopproblemen door Floris Wouterlood 11.15 Excursie <i>T. rex</i> in Naturalis. Kaarten moeten vooraf besteld worden. Het is daarom nodig dat u zich uiterlijk vrijdag 3 februari opgeeft bij de wijktelefoon. Nadere informatie hieronder, onder “Toelichting”.
16 februari	10.30 Koffie 11.15 Films Wouter de Bruijne en Pim Perquin: “Gebeurtenissen in Leiden” 20.00 Uitvoering Nederlands Studenten Orkest. Zie toelichting
23 februari	10.30 Koffie 10.30 Steun bij tablet en laptopproblemen door Floris Wouterlood 11.15 Nieuwsgroep 12.30 Lunch Tuin van de Smid (zoals steeds: niet georganiseerd maar u treft er een groep(je) en het is heel gezellig)
2 maart	Trigon gesloten: Voorjaarsvakantie 10.30 Koffie in Tuin van de Smid
9 maart	11.15 Buitengewoon Politiek Café: Moniek van Sandick: De verkiezingen. Details volgen!

De Trigon-bijeenkomsten vinden plaats in het gebouw van de korfbalvereniging Trigon aan de Cronesteinkade (over het bruggetje links).

Iedere donderdag van 10.30 tot 11.15 uur is er tijd voor koffie. Ieder is welkom. Daarna, tussen 11.15 en 12.30 is er een wisselend programma waar je al dan niet aan mee kunt doen: bespreking van het nieuws, lezingen door buurtgenoten, bloemschikken, “politiek café” waar we onder leiding van raadslid Moniek van Sandick Leidse zaken bespreken, etc.

Voor de entree brengen we € 2,50 in rekening. Daarvoor krijg je dus koffie, is de tablet-ondersteuning beschikbaar, en kan je deelnemen aan het programma van 11.15 tot 12.30.

Toelichting op de agenda

- 8 februari:** Een [nieuwe wijkbijeenkomst van "Leiden Gaat Goed"](#) 19:30 tot 21:30 uur in Trigon. Zie verder het Stuk "Aardgas gaat de deur uit" van Floris Wouterlood op de website onder rapportages.
- 9 februari:** Excursie naar de tentoonstelling *T. rex in Town* in Naturalis. We starten in Naturalis om 11.30 uur precies. Daarvoor kan koffie gedronken worden op Trigon. Opgave voor deelname aan de excursie **uiterlijk vrijdag 3 februari**. Deze vroege opgave is nodig in verband het feit dat kaartjes voor de toegang van te voren besteld moeten worden. De toegang voor houders van een museumkaart is gratis, voor anderen kost de toegang 13,50 euro. Als U zich aanmeldt, geef dan ook door of U over een museumkaart of niet beschikt. Als U gebruik wilt maken van autovervoer van Trigon naar Naturalis, maak dat dan kenbaar bij de aanmelding. Aanmelden bij de wijktelefoon (06-57702800). Nadere informatie over deze prachtige tentoonstelling: <https://t-rex.naturalis.nl>.
- 16 februari: Uitvoering Nederlands Studentenorkest**
- Maaïke Vinkenburg, al jaren geïnteresseerd in het Ouderencontact als bewoner van de Lorentzkade, nodigt u uit!** Zij wil medewijkbewoners vanuit haar eigen betrokkenheid attenderen op de feestelijke jubileum-uitvoering van het Nederlands Studenten Orkest in de Stadsgehoorzaal, op 16 februari.
- Het thema dit jaar is 'beleef NSO!' De studenten zullen het publiek meevoeren met de prachtige muziek die benadrukt dat het leven er is om van te genieten. Strauss' feestelijke wals 'Freut euch des Lebens' geldt als herinnering te genieten van het leven. Vervolgens zal solist Mathieu van Bellen het publiek wegvoeren met de dromerige en rustgevende Japanse klanken van het vioolconcert van Takemitsu. Tot slot zal de prachtige negende symfonie van Mahler gespeeld worden, waarmee Mahler het leven – waarvan hij het einde voelt naderen – bezegelt. Beleef NSO en vier met ons en Mahlers negende symfonie het leven! Daarnaast mag er nog iets gevierd worden; namelijk het 65-jarig bestaan van het Nederlands Studenten Orkest!
- Maaïke organiseert **groepsvervoer vanuit de wijk** voor de minder mobiele oudere betrokkenen bij Ouderencontact Profburgwijk. De kosten bedragen 18 euro totaal voor uw toegangsbewijs en vervoer van en naar de Stadsgehoorzaal. Er worden mooie zitplaatsen voor u gereserveerd. **U kunt zich tot 11 februari aanmelden via nso-leiden@hotmail.com of via de wijktelefoon.** Wilt u doorgeven waar u opgehaald wilt worden opdat de taxi rond 19.30 uur u kan komen ophalen en na afloop weer kan afzetten.
- **Correcties en aanvullingen op het wijkkompas:**
Onder hoofdstuk 10 van het Wijkkompas kan een tekst worden toegevoegd over het palet aan cursussen dat mede door Ger van der Pas, een van de trouwe bezoekers aan de Trigon bijeenkomsten, wordt georganiseerd door het **"Kunst- en Cultuurcentrum de Zonneboom"**. De cursussen vinden plaats op Laet de Kanterstraat 5; de organisatie heeft een licht-antroposofische achtergrond. **Verdere details zijn te vinden op de website van het Ouderencontact, onder het hoofdje "Wijkkompas"**.
 - **Energieverbruik in de wijk**
De gemeente wil huiseigenaren in onze wijk stimuleren om te komen tot betere isolatie van hun woningen en daarmee een sterke vermindering van energieverbruik in de wijk. Floris Wouterlood, u allen bekend van de tablet-ondersteuning, reageert met een vlammend betoog en een overzicht van mogelijkheden???? daarover. **De betreffende stukken zijn te vinden op onze website, onder "Rapportages"**.
Op 8 februari a.s. is een [nieuwe wijkbijeenkomst van Leiden Gaat Goed](#) gepland: 19:30 tot 21:30 in de zaal van Trigon (Cronsteinkade 19).
 - **"Gezond Oud"**
De **Leyden Academy on Vitality and Aging** organiseert een collegereeks 'Gezond en gelukkig Oud worden'. Om gezonder oud te worden, is het belangrijk om het verouderingsproces goed te begrijpen. De **Leyden Academy** doet daarom fundamenteel onderzoek naar vitaliteit en veroudering. Wat (jongere) ouderen hieraan hebben en zelf kunnen ondernemen, wordt duidelijk in de collegereeks 'Gezond en gelukkig oud worden', die vanaf 7 maart a.s. van start gaat. De collegeserie heeft twee thema's: "Gezond Oud", en "Gelukkig Oud", en gaat van start op 7 maart. **Verdere informatie staat op de website van het Ouderencontact. Wanneer u geïnteresseerd bent maar niet bij de website kunt komen, laat het ons dan weten (06-57702800), dan sturen we u de desbetreffende informatie toe.**