



Nieuwsbrief OUDERENCONTACT PROFBURGWIIJK, februari 2018

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 2018 plus toelichting
- Een paar mededelingen van andere organisaties in de wijk (Radius, Zonneboomboom).



1 februari	10.30 Koffie 11.15 <u>Jaarvergadering</u> : Terugblik op het afgelopen jaar. Het jaarverslag vindt u bijgesloten. Het financieel jaarverslag vindt u op de website van Ouderencontact. Een beperkt aantal afgedrukte jaarverslagen zullen donderdag op tafel liggen.
8 februari	10.30 Koffie 10.30 Steun bij tablet en laptopproblemen door Floris Wouterlood 11.15 Excursie Museum Boerhaave (<i>zie toelichting</i>)
15 februari	10.30 Koffie 11.15 Nieuwsgroep
22 februari	10.30 Koffie 10.30 Steun bij tablet en laptopproblemen door Floris Wouterlood 11.15 Lezing Hilde Noë over Nepal en het studiefonds Sathiko Sath voor kansarme kinderen. (<i>zie toelichting</i>)
1 maart	Trigon gesloten: 12.30 lunch in de Tuin van de Smid
8 maart	10.30 Koffie 10.30 Steun bij tablet en laptopproblemen door Floris Wouterlood 11.15 Politiek café: Moniek van Sandick met als speciale gast Rogier van der Sande, Dijkgraaf van Rijnland. (<i>zie toelichting</i>)

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, "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 het programma

8 februari: Museum Boerhaave

Bezoek aan het gerenoveerde museum Boerhaave. Onder leiding van een deskundige gids krijgen we een rondleiding van circa drie kwartier langs de hoogtepunten van het museum. De rondleiding begint om 11.30 uur. De toegang tot het museum kost 12,50 uur (Museumkaart gratis). De kosten van de rondleiding bedragen circa 4,00 per persoon.

22 februari: Lezing Hilde Noë

Nepal is een land dat tot de verbeelding spreekt, met zijn hoge bergen, zijn boeiende cultuur en zijn vriendelijke bevolking. Maar het is ook één van de armste landen ter wereld met een ingewikkeld politiek – sociaal – economisch klimaat. Twee Nederlandse reisleiders werden tijdens hun trektochten door de Himalaya geconfronteerd met de zorgen van de plaatselijke bevolking m.n. over de toekomst van hun kinderen. In 2009 richtten zij een studiefonds op voor kansarme Nepalese kinderen: Sathiko Sath. Een druppel op een gloeiende plaat?

8 maart: Politiek café: Moniek van Sandick en Rogier van der Sande, Dijkgraaf van Rijnland

Moniek heeft gezien de gemeenteraadsverkiezingen en het grote debat op 13 maart in het gymnasium gekozen voor het onderwerp: water en waterschappen. Extra actueel vanwege de klimaatveranderingen.

En Verder:

Uitbreiding activiteiten van Radius in 't Trefpunt, Professorenpad 1

Vanaf donderdagavond 1 februari wordt er voor € 5,00 een wekelijkse maaltijd aan een “Buurttafel” geserveerd door vrijwilligers, onder wie een chef-kok. Tijd: 17.00 – 19.00 uur; plaats: 't Trefpunt. Aanmelden bij 071-7074200, tot woensdagochtend 9.30 uur.

Op vrijdag 2 februari (14.00 – 16.00 uur) start een maandelijks internetcafé in 't Trefpunt. Sietske Smit en Esther van den Aardweg helpen bij gebruik van mobiele telefoon, tablet of laptop. Vrije inloop.

Radius, 't Trefpunt, Professorenpad 1

Dinsdag 13 februari (14.00-16.00 uur): Wijkagent Ruud Gijbels komt praten en gaat in op vragen uit de wijk.

Cursus Valpreventie

Radius laat weten dat er op maandag 19 februari een cursus Valpreventie start in het Trefpunt. De cursus wordt gegeven door Sabine van der Weele, sportdocente en fysiotherapeute. De eerste bijeenkomst is een theorieles, de 2 daarop volgende lessen zijn praktijklessen en in juni volgt een terugkomdag.

De data zijn 19 februari, 5 maart, 12 maart en 4 juni van 14.00 tot 16.00. De cursus kost € 30.

Aanmelden bij info@radiuswelzijn.nl of telefonisch: 071 -7074200.

Leyden Academy on Vitality and Aging

Ouder worden wordt in verschillende landen verschillend ervaren. De *Leyden Academy on Vitality and Aging* doet daar onderzoek naar en zoekt daarvoor contact met ouderen uit een ander EU-land of de Verenigde Staten. Op 28 februari vindt een groepsgesprek met geïnteresseerde buitenlanders plaats.

Bent u zelf buitenlander of kent u een buitenlander die aan dat onderzoek mee zou willen doen, laat dat dan weten bij de wijktelefoon of direct bij Berg@leydenacademy.nl. Als u deelneemt aan het gesprek ontvangt u daarvoor een vergoeding van **€ 25,00**.

Het gesprek zal worden opgenomen voor onderzoeksdoeleinden. De gegevens zullen vertrouwelijk en anoniem worden behandeld.

Ook door de *Leyden Academy* wordt weer een serie van 6 colleges gegeven rondom wetenschappelijke kennis op het gebied van gezond en gelukkig oud worden:

Programma

- 21 februari 2018: *Biologie van veroudering* - Dr. David van Bodegom
- 28 februari 2018: *Maatschappij en beeldvorming* - Dr. Jolanda Lindenberg
- 7 maart 2018: *Veroudering van het brein* - Dr. Lex van Delden
- 21 maart 2018: *Voeding en veroudering* - Ir. Marieke van der Waal & *Gelukkig ouder worden* – Dr. Josanne Huijg
- 28 maart 2018: *Gezond ouder worden & Ontpillen* - Dr. David van Bodegom
- 4 april 2018: *Leefplezier en vraagstukken rondom het levenseinde* - Prof.dr. Joris Slaets

Verdere informatie bij Mw Yvonne Schinkel, tel 071-5240968 of 06-42027391.