



Nieuwsbrief OUDERENCONTACT PROFBURGWIIJK, augustus 2017

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 augustus plus toelichtingen.
- Een paar woorden over wat BUUV te bieden heeft en over onze relatie tot BUUV
- Ouder worden, vitaliteit en bewegen: de Leyden Vitality club
- Informatie over komende activiteiten van de Zonneboom en van Radius



24 augustus	10.30 Koffie 10.30 Steun bij tablet en laptopproblemen door Floris Wouterlood 11.15 Nieuwsgroep
31 augustus	10.30 Koffie 11.15 Excursie Volkenkunde: Cool Japan (zie toelichting hieronder) 13.00 Lunch in de Tuin van de Smid
7 september	10.30 Koffie 10.30 Steun bij tablet en laptopproblemen door Floris Wouterlood 10.30 Floris Wouterlood: Alles over Nieuw Zeeland (Met doventolk!) (zie toelichting)

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

31 augustus Excursie Cool Japan in Volkenkunde.

Pokémon, Hello Kitty, robots en samoerai: het zijn wereldberoemde iconen van de Japanse beeldcultuur. Japan staat bekend om eeuwenoude tradities en tegelijk is het *hip and happening* met opvallende visuele uitingen en een uitzinnige fancultuur. Museum Volkenkunde presenteert vanaf 14 april de tentoonstelling COOL JAPAN - Wereldwijde fascinatie in beeld. De tentoonstelling toont de populariteit van hedendaags Japan en plaatst die in een historische context. Museum jaarkaart meenemen; daarnaast een bijdrage voor onze gids (maximaal € 8). Liefst vooraf opgeven!

7 september Lezing Floris Wouterlood - Reis naar Nieuw Zeeland - de lente achterna

In oktober/november 2016 reden mijn echtgenote en ik vijf weken lang in Nieuw Zeeland met de auto het voortschrijdende voorjaar achterna, kriskras over het Noordeiland en daarna het Zuideiland. Het land heeft een bijzondere geografie, het natuurschoon is royaal en zeer afwisselend, er zijn ongerepte landschappen, slapende en rokende vulkanen, heetwaterbronnen, gletsjers en diepblauwe meren, alpentoppen, exotische planten en zeldzame diersoorten. De bewoners van dit land ('Paheka' en 'Maori') noemen de manier waarop ze leven de *Kiwi way of life*.

En verder:

BUUV

BUUV is een door de gemeente geïnstalleerd platform om vraag en aanbod van kleine diensten voor burgers onder elkaar mogelijk te maken.

Als Ouderencontact waren we betrokken bij de opzet en bij de keuze voor BUUV. De doelstellingen van BUUV vallen voor een deel samen met die van ons Wijkkompas.

Het verspreiden van de BUUV-vragen, en dus ook het krijgen van de gevraagde hulp, verloopt helaas nog niet soepel. We stellen daarom voor de vragen uit onze wijk, op de website van BUUV, in onze Nieuwsbrief op te nemen. Mocht u dat als BUUV-aanvrager vervelend vinden, houd er dan rekening mee bij de formulering van uw vraag.

Ik heb een vraag Klussen buitenshuis en tuinieren 

Tuinhelp
Wie wil mij af en toe helpen om wat onkruid te wieden in mijn tuin? Ik vind het moeilijk het verschil te zien tussen wat precies onkruid is en vergis me nogal eens.

Mijn naam *Mevrouw C. Dirkse* Leeftijd *82 jaar*
Mijn buurt *Leiden Zuid en Oost - Prof-/Burgemeesterswijk* Datum *04 Juli*

www.buuv.nu info@leiden-leiderdorp.buuv.nu BUUV: 071-7074242

Ik heb een vraag Klussen buitenshuis en tuinieren 

Tuin
Paar dunne takken afzagen van een denneboom, ik kan er niet bij

Mijn naam *Luus van Doorn*
Mijn buurt *Leiden Zuid en Oost - Prof-/Burgemeesterswijk* Datum *20 Juli*

www.buuv.nu info@leiden-leiderdorp.buuv.nu BUUV: 071-7074242

Ik heb een vraag Onderwijs 

bomen wandeling in Plantsoen
Mijn collega's en ik lopen regelmatig in onze pauze door het Plantsoen. Is er iemand die eens met ons mee wil lopen om te vertellen hoe de boom soorten heten, die daar staan?

Mijn naam *Manon van der Hoeven* Leeftijd *52 jaar*
Mijn buurt *Leiden Noord - Groenoord* Datum *31 Juli*

www.buuv.nu info@leiden-leiderdorp.buuv.nu BUUV: 071-7074242

Vitality Club – start 28 augustus.

In de Merenwijk bestond al een tijdje een 'Vitality club'. We zijn blij dat nu ook in onze wijk een dergelijk initiatief van start gaat. De gedachte is dat een groepje mensen, en met name ouderen, elkaar stimuleert en steunt bij het dagelijks genoeg beweging krijgen. De club wordt voorlopig begeleid door een arts-onderzoeker van de Leyden Academy, een onderzoeksinstituut verbonden aan de Universiteit en het LUMC, en er worden regelmatige gezondheids-checks aangeboden.

Aanvullende informatie komt kregen we vlak voor het definitief opmaken van deze nieuwsbrief binnen:

Start Vitality Club Profburgwijk op het voetbalveldje naast de Speelschans. Samen bewegen in buitenlucht. Elke werkdag van 09.00 tot 10.00 kan er samen bewogen worden onder leiding van een vrijwillige coach op het voetbalveldje naast de Speelschans aan de Van Vollenhovenkade. De oefeningen zijn matig intensief en kunnen op ieder niveau uitgevoerd worden. Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat elke dag een uurtje bewegen maximale gezondheidswinst oplevert. Door samen te bewegen in de heerlijke natuur wordt het ook nog leuk. De kosten bedragen € 1,- per week, waarvoor je dus 5 dagen kan bewegen. U zit niet vast aan een abonnement en betaalt alleen de weken dat u meedoet. De inkomsten zijn voor de groep zelf om nieuw materiaal te kopen. Opgeven hoeft niet, maar mag wel. Kijk voor meer informatie op www.vitality-club.nl of bel (071) 524 0960.



Open dag De Zonneboom

Op **9 september 2017** houdt het kunst- en cultuurcentrum De Zonneboom een open dag van **11.00 uur tot 15.30 uur**.

Op deze dag kunt u kennismaken met het aanbod aan cursussen en lezingen die in de tweede helft van 2017 worden gehouden in de Zonneboom. U kunt op deze dag gratis deelnemen aan workshops, docenten ontmoeten en vragen stellen over opzet, bedoeling, kosten, etc. van de cursussen.

Proef de sfeer en oriënteer uzelf op wat bij u past.

U vindt De Zonneboom in de De Laat de Kanterstraat 5, 2313 JS, Leiden. Meer informatie over De Zonneboom vindt U op <http://www.zonneboom.nl/>

Radius

Op **dinsdagmiddag 15 augustus** wordt er in 't Trefpunt' (Professorenpad 1) weer een film gedraaid.

Tijd: 1.00-16.00 uur; kosten € 2,50 pp. Op de posters in 't Trefpunt staat aangekondigd welke film gedraaid wordt.

Tenslotte:

Binnenkort kunt op de website <http://www.ouderencontactprofburgwijk.nl> onder het hoofdstuk "Rapportages" een verslag vinden van de ochtend die we op 6 juni hadden met het Sociaal Wijkteam van ons district. Kunt u uw weg niet vinden op de website, laat het dan weten, dan zorgen we ervoor dat u het verslag op andere manier krijgt.