

ACTIVITEITENOVERZICHT • WEEK VAN ONTMOETEN EN VERBINDEN

26 september t/m 2 oktober

De meest actuele informatie over de week van Ontmoeten en Verbinden.



DATUM	TIJD	ACTIVITEIT	LOCATIE	KOSTEN	DOELGROEP	AANMELDEN	TOELICHTING
Dinsdag 24 september	15:45 - 17:00	Girls Only Highschool	Buurthuis Mozaïek Parelstraat 2 Alphen aan den Rijn	Geen	12+	p.maricouton@participe.nu of instagram: @participe_patricia	Een meidenactiviteit voor meiden die op middelbare school zitten. De activiteit is om de week op dinsdagmiddag.
Woensdag 25 september		Girls Only activiteit	Castorstraat 1 Alphen aan den Rijn	Geen	Groep 7/8 basis- school	p.maricouton@participe.nu of instagram: @participe_patricia	Soms wil je gewoon even alleen met meiden zijn en praten over meidendingen, zoals: vriendschappen, zelfbeeld, social media en nog veel meer. We doen creatieve en thema-gerichte workshops speciaal voor meiden!
	20:30	Voorstelling 'Annet'	Theater Castellum Alphen aan den Rijn	Vanaf € 24,50 incl. (pauze) drankje	-	Kaarten te bestellen via de website van het Castellum. https://castellum.nl/theater/bas-keijzer-en-rosa-mee	'Annet' is een persoonlijke, humorvolle en indringende voorstelling van acteur Bas Keijzer, die de buddy was van de demente Annet, een vrouw van achtentachtig met een bewogen leven achter de rug. Het verhaal wordt muzikaal omlijst door celliste en actrice Rosa Mee.
Donderdag 26 september t/m woensdag 2 oktober	10:00 - 12:00	Koffie inloop	Informatiepunt Zorg en Welzijn Aarhof 31 Alphen aan den Rijn	Geen	Alle leeftijden	Niet nodig	Kom binnen lopen voor een bak koffie of thee en stel meteen uw vragen. Wij helpen u verder.
Donderdag 26 september	10:00 - 12:00	Ontmoetings- ochtenden	De Wielewaal Kwartelstraat 66 Alphen aan den Rijn	Geen	18 - 110 jaar	wielewaal@tomindebuurt.nl	Kom gezellig langs op de ontmoetingsochtenden op de Wielewaal. Je kunt hier terecht voor een bakje thee/koffie en een praatje maken of activiteit bijwonen.
	12:00 - 13:30	Opening "Soepie doen?" in de Som	Dorpshuis De Som Joseph Haydnlaan 5 Hazerswoude-Rijndijk	€ 3,50	Alle leeftijden	i.boughit@participe.nu	Warme eet moment om mensen te verbinden en eenzaamheid tegen te gaan. Voor nu één keer in de maand, met vooruitzicht iedere week. Tijdens de week van ontmoeten en verbinden is de eerste opening.
	14:00 - 15:00	Muziekvoorstel- ling 'Django à Paris	Bibliotheek Rijn en Venen Aarkade 10 Alphen aan den Rijn	Geen	Volwassenen en senioren	https://rijnenvenen.op-shop.nl/999/muziek-voorstelling-django-paris	In de muziekvoorstelling "Django à Paris" staat de muziek en het leven in Parijs van Django Reinhardt centraal. Frank de Kleer, Flip Krajenbrink en Melvin Könings verzorgen een inspirerende, kleinschalige voorstelling met verhalen, anekdotes en livemuziek.
Vrijdag 27 september	08:45 - 09:45	Bootcamp Alphen Vitaal	Dorpshuis De Som Joseph Haydnlaan 5 Hazerswoude-Rijndijk	Geen kosten tijdens de week Ontmoeten en Verbinden	18 - 65 jaar	Alphen Vitaal	
	09:30 - 10:30	Senioren in Beweging	Gymzaal Aarlanderveen Aarlanderveenseweg 24 Aarlanderveen	Geen	Senioren	https://alphenvitaal.nl/activiteit-detail?id=524770	
	10:00 - 11:00	Senioren in beweging	Speeltuin Kindervreugd Hugo de Grootstraat 100 Alphen aan den Rijn	Geen	Senioren	Alphen Vitaal	
	10:00 - 11:00	Senioren in beweging	Dorpshuis De Som Joseph Haydnlaan 5 Hazerswoude-Rijndijk	Geen	Senioren	https://alphenvitaal.nl/activiteit-detail?id=542209	
	11:00 - 12:00	Solo Dans Fit	Buurthuis AquaRijn Cantharel 10 Alphen aan den Rijn	Geen	Volwassenen	buurthuis@dethermen2.nl	Buurthuis AquaRijn organiseert samen met Dansschool De Vos een tweeluik. Op muziek bewegen, laagdrempelig, voor iedereen die dat kan en leuk vindt. Rollator of rolstoel geen bezwaar.

DATUM	TIJD	ACTIVITEIT	LOCATIE	KOSTEN	DOELGROEP	AANMELDEN	TOELICHTING
Vrijdag 27 september	13:00 - 14:00 en 14:30 - 15:30	Senioren in beweging	Wijkcentrum Swaenswijk Jongkindt Coninckstraat 2b Alphen aan den Rijn	Geen	Senioren	Alphen Vitaal	
	14:00 - 15:30	Lezing over leven en werk van Drs. P door Piet Pijper	Wijkcentrum Swaenswijk Jongkindt Coninckstraat 2b Alphen aan den Rijn	€ 3 incl. 1x koffie of thee	Alle leeftijden	Niet nodig	Dit is het eerste college in de serie Kunst & Cultuur opgeluisterd met enkele liedjes van de doctorandus.
	15:30 - 17:00	Kids CITY	Buurthuis Mozaïek Parelstraat 2 Alphen aan den Rijn	Geen	8 - 12 jaar	d.van.leeuwen@participe.nu of via site activiteitenpagina Alphen Vitaal	Wekelijkse activiteit voor kinderen tussen de 8 en 12 jaar, gericht op talentontwikkeling, nieuwe vrienden maken en leuke activiteiten ondernemen. Het is elke week een verrassing wat we gaan doen.
		Duofietsen met muziek	Route door Alphen aan den Rijn	Geen	Senioren		Gezamenlijk naar een aantal buurtcentra fietsen waar alwaar de lokale activiteiten ondersteunen worden. Tijdens het fietsen is er muziek via een speaker welke aan de fiets gebonden is.
Zaterdag 28 september		Beschikbaarheid Toolbox burendag in de Som	Dorpshuis De Som Joseph Haydnlaan 5 Hazerswoude-Rijndijk	Geen	Alle leeftijden	k.haverkamp@participe.nu	Inwoners kunnen de box lenen en ophalen in de Som tijdens burendag.
	10.00 - 16.00	Top Tas Dag	Dorpshuis De Tas De Dam 3 Benthuizen	Geen	Alle leeftijden	i.bouighit@participe.nu en e.doijewaard@participe.nu	Met als thema “Muziek” kunnen inwoners terecht voor groots aanbod aan workshops, optredens, hobbybeurs, Swingo, een presentatie over het activiteiten aanbod in Rijnwoude en nog veel meer.
	19:30	Zus van Broer een theatervoorstelling voor Brussen	Theater de Kaleidoscoop De Verbinding 2 Nieuwkoop	Geen	8+	jongemantelzorger@tomindebuurt.nl	Zus van broer is een grappig familieverhaal over broers en zussen van kinderen die chronisch ziek zijn of speciale zorg nodig hebben. Een brus is een broer of zus van een kind met een beperking, een stoornis of ziekte. Daardoor heeft die broer of zus meer zorg nodig van de mensen om hem of haar heen. Dat heeft ook invloed op de broers en zussen, de zogenaamde brussen.
Maandag 30 september		Arabische Moedergroep	CJG Troubadourweg 2a Alphen aan den Rijn	Geen	Arabische moeders		Moeders komen bij elkaar en praten over alles wat met de maatschappij te maken heeft. Denk aan opvoeding en ontwikkeling maar ook vragen worden besproken zoals waar kan ik waarvoor terecht.
		Somalische Moedergroep	Buurthuis Mozaïek Parelstraat 2 Alphen aan den Rijn	Geen	Somalische moeders	Kom Erbij Tel: 0172-498 128	De moeders bespreken allerlei onderwerpen gericht op hun kinderen en gezin. Daarnaast ook maatschappelijke thema’s waar behoefte aan is.
	09:00 - 10:00	Senioren in beweging	D.O.S. Sporthome Dillenburg 4 Alphen aan den Rijn	Geen	Senioren	https://alphenvitaal.nl/activiteit-detail?id=523733	
	11:00 - 12:00	Interactief optreden met Afrikaanse dans, bodypercussie en zang	Bibliotheek Rijn en Venen Aarkade 10 Alphen aan den Rijn	Geen	Volwassenen en senioren	https://rijnenvenen.op-shop.nl/1009/interactief-optreden-met-afrikaanse-dans-bodypercussie-en-zang	Doe tijdens de Week van ontmoeten en verbinden mee aan dit interactieve Afrikaanse optreden, verzorgd door de Afrika Centrale. Beweeg, dans, zing, klap, stamp of lach mee met de vrolijke en swingende Afrikaanse muziek!
Dinsdag 1 oktober	08:30 - 09:30 en 10:00 - 11:00	Senioren in beweging	The Cube Reijerskoop 4a Boskoop	Geen	Senioren	https://alphenvitaal.nl/activiteit-detail?id=524890	
	09:00 - 10:00	Senioren in beweging	Driehoorne Uranusstraat 34 Alphen aan den Rijn	Geen	Senioren	Alphen Vitaal	

DATUM	TIJD	ACTIVITEIT	LOCATIE	KOSTEN	DOELGROEP	AANMELDEN	TOELICHTING
Dinsdag 1 oktober	09:00 - 10:00 10:30 - 11:30 en 12:00 - 13:00	Senioren in beweging	Wijkcentrum Swaenswijk Jongkindt Coninckstraat 2b Alphen aan den Rijn	Geen	Senioren	https://alphenvitaal.nl/activiteit-detail?id=534722 https://alphenvitaal.nl/activiteit-detail?id=534754 https://alphenvitaal.nl/activiteit-detail?id=534818	
	9:00 - 10:00 en 10:00 - 11:00	Bewegen voor senioren op muziek	Dorpshuis De Som Joseph Haydnlaan 5 Hazerswoude-Rijndijk	Geen kosten tijdens de week Ontmoeten en Verbinden	55+	Vrije inloop tijdens de week van ontmoeten en verbinden	
	10:00 - 11:00	Senioren in beweging	Hof van Alfen Eikenlaan 1 Alphen aan den Rijn	Geen	Senioren	Alphen Vitaal	
	14.00	Wildbreien/haken	Buurthuis Kerk en Zanen De Oude Wereld 51 - 59 Alphen aan den Rijn	Eigen wol en naalden meenemen	Alle leeftijden	k.swier@participe.nu	Met elkaar bekleden we de koningslinde om met elkaar op een vrolijke manier aandacht te vragen.
	14:00 - 16:00	Informatiemiddag over mantelzorg gepresenteerd door Annelou Ypeij	Wijkcentrum Swaenswijk Jongkindt Coninckstraat 2b Alphen aan den Rijn	Geen	Senioren	Niet nodig	Steeds meer senioren met een zorgvraag zijn aangewezen op mantelzorgers voor ondersteuning. Annelou Ypeij gaat in op enkele relevante aspecten van mantelzorg gezien vanuit de positie van de zorgontvanger en de zorgverlener.
	14:30 - 17:00 (Inloop 14:10)	De OSO organiseert een High Tea bestemd voor (jong)senioren	De Meerkoet Meerkoetstraat 3 Alphen aan den Rijn	€ 5	55+	ledelong@ziggo.nl of tel. 0172 436 132 van 16 t/m 20 sep tussen 17:00 en 18:00	De werkgroep OSO-OvO probeert ouderen met elkaar in gesprek te brengen. Doel is om eventuele eenzaamheid te verlichten en de deelnemers de mogelijkheid te bieden nader met elkaar kennis te maken. Max. 35 deelnemers.
	15:30 - 17:00	Cursus valpreventie serie 5 les 3	Wijkcentrum Swaenswijk Jongkindt Coninckstraat 2b Alphen aan den Rijn	€ 7,50 euro voor de serie van 3 lessen	Senioren	bestuur@wijkcentrumswaenswijk.nl	Valpreventie is van groot belang om ongelukken en immobiliteit te voorkomen.
	16:00 - 17:00	Kids CLUB	Buurthuis Mozaïek Parelstraat 2 Alphen aan den Rijn	Geen	4 - 7 jaar	d.van.leeuwen@participe.nu of via site activiteitenpagina Alphen Vitaal	Leuke en gezellige activiteiten voor kinderen tussen de 4 en 7 jaar.
	19:30	Lumos Duo: Ligconcert in de bieb	Bibliotheek Rijn en Venen Aarkade 10 Alphen aan den Rijn	Geen	Volwassenen en jongeren 12+	https://rijnenvenen.op-shop.nl/1034/lumos-duo-ligconcert-in-de-bieb	Luister, ontmoet en verbind! 1 oktober is de Internationale Dag van de Muziek en valt in de Week van Ontmoeten & Verbinden. En wat is meer verbindend dan samen luisteren naar muziek? Daarom hebben wij Lumos Duo uitgenodigd om in de bibliotheek te komen optreden. Kom lekker liggen, ontspan, geniet en verbind. Fijn als je een eigen matje meeneemt! Het ensemble "Lumos Duo" bestaat uit zangeres en pianiste Diamanto Katerina en gitariste Milda Orvydaité. Ze spreken Engels, maar hun muziek is in vele talen, zoals Spaans, Frans, Duits en Grieks.

DATUM	TIJD	ACTIVITEIT	LOCATIE	KOSTEN	DOELGROEP	AANMELDEN	TOELICHTING
Woensdag 2 oktober	09:00 - 10:00 en 10:30 - 11:30	Senioren in beweging	Buurthuis AquaRijn Cantharel 10 Alphen aan den Rijn	Geen	Senioren	https://alphenvitaal.nl/activiteit-detail?id=530824 https://alphenvitaal.nl/activiteit-detail?id=530980	
	09:15 - 10:45	Aquasporten/ beweegochtend	Zwembad Aquarijn Cantharel 10 Alphen aan den Rijn	Geen	16+	aquarijn@dethermen2.nl of bel naar 0172-820 274	Doe gratis mee met de beweegochtend, aquarobics en/of aquajoggen in zwembad Aquarijn waar na afloop koffie of thee voor u klaar staat!
	09:30 - 10:30	Senioren in beweging	Dorpshuis de Zwanenburcht Buitendorpstraat 5 Zwammerdam	Geen	Senioren	Alphen Vitaal	
	09:30 - 10:30	Senioren in beweging	The Cube Reijerskoop 4a Boskoop	Geen	Senioren	https://alphenvitaal.nl/activiteit-detail?id=525014	
	10:00 - 11:00	Werelddans	Dorpshuis De Som Joseph Haydnlaan 5 Hazerswoude-Rijndijk	Geen kosten tijdens de week Ontmoeten en Verbinden	55+		
	10:00 - 12:00	Muziekactiviteit tijdens de koffie-ochtend	Dorpshuis De Som Joseph Haydnlaan 5 Hazerswoude-Rijndijk	Geen	Alle leeftijden	Niet nodig Contactpersoon: i.bouighit@participe.nu	Doe mee aan de muziek bingo en win wat leuks!
	10:30 - 12:00	Zanggroep Tutti Frutti	Activiteitencentrum Westerhove Anna van Burenlaan 147 Alphen aan den Rijn	Geen	Alle leeftijden	m.cok@activite.nl	Anderhalfuur pure pret met de dames. Meezingen moet.
	14:00 - 15:00	Informatiepunt Quiz	Informatiepunt Zorg en Welzijn Aarhof 31 Alphen aan den Rijn	Geen	18+	mparinussa@alphenaandenrijn.nl	Deze quiz gaat over wat je weet over de geschiedenis van Alphen toen en nu. Test je kennis en doe mee! Na de quiz over uw kennis van Alphen is er nog gelegenheid voor een klein hapje en een drankje tot 16:00 uur.
	14:00 - 16:00	Optreden shantymusiek de Kreunen- de Sluisdeuren	Wijkcentrum Swaenswijk Jongkindt Coninckstraat 2b Alphen aan den Rijn	€ 5 incl. 1x koffie of thee	Senioren	Niet nodig	Dit optreden past perfect bij het thema van de week.
	16:00 - 17:00	Kids FUN	Gymzaal (ATTC gebouw) Marsdiep 5 Alphen aan den Rijn	Geen	6 - 10 jaar	d.van.leeuwen@participe.nu of via site activiteitenpagina Alphen Vitaal	Laagdrempelige sportactiviteit voor kinderen die het leuk vinden om lekker actief en sportief bezig te zijn met leeftijdsgenoten.
	20:00 - 21:30	Zangkoor Toontje Hoger	Dorpshuis De Som Joseph Haydnlaan 5 Hazerswoude-Rijndijk	Geen kosten tijdens de week Ontmoeten en Verbinden	18+		

DATUM	TIJD	ACTIVITEIT	LOCATIE	KOSTEN	DOELGROEP	AANMELDEN	TOELICHTING
Donderdag 3 oktober	10:00 - 11:30	Virtuele rond- wandeling door Alphen o.l.v. Johan Karels van het Gilde	Wijkcentrum Swaenswijk Jongkindt Coninckstraat 2b Alphen aan den Rijn	Geen	Senioren	Niet nodig	Je woonplaats beter leren kennen vanuit een gemakkelijke stoel.
	11:00 - 12:00	Senioren in beweging	Inloophuis Arie Hogenespad 1 Koudekerk	Geen	Senioren	https://alphenvitaal.nl/activiteit-detail?id=524192	
	12:00 - 13:00 en 13:00 - 14:00	Senioren in beweging	Buurthuis Kerk en Zanen De Oude Wereld 51 - 59 Alphen aan den Rijn	Geen	Senioren	https://alphenvitaal.nl/activiteit-detail?id=529258 https://alphenvitaal.nl/zoek-activiteiten?query=senioren%2520in%2520beweging	
	18:45 - 20:45	Bordspellenavond	Bibliotheek Rijn en Venen Aarkade 10 Alphen aan den Rijn	Geen	16 - 30 jaar	https://rijnenvenen.op-shop.nl/ingang/algemeen/15309/bordspellen-avond-young-adults/03-10-2024	
Vrijdag 4 oktober	09:30 - 10:30	Senioren in beweging	Gymzaal Aarlanderveen Aarlanderveenseweg 24 Aarlanderveen	Geen	Senioren	Alphen Vitaal	
	10:00 - 11:00	Senioren in beweging	Speeltuin Kindervreugd Hugo de Grootstraat 100 Alphen aan den Rijn	Geen	Senioren	Alphen Vitaal	
	10:00 - 11:00	Senioren in beweging	Dorpshuis De Som Joseph Haydnlaan 5 Hazerswoude-Rijndijk	Geen	Senioren	https://alphenvitaal.nl/activiteit-detail?id=542210	
	11:00 - 12:00	Solo Dans Fit	Buurthuis AquaRijn Cantharel 10 Alphen aan den Rijn	Geen	Volwassenen	buurthuis@dethermen2.nl	Buurthuis AquaRijn organiseert samen met Dansschool De Vos een tweeluik. Op muziek bewegen, laagdrempelig, voor iedereen die dat kan en leuk vindt. Rollator of rolstoel geen bezwaar.
	13:00 - 15:00	MeeMaakPodium Creatief met Taal	Bibliotheek Rijn en Venen Aarkade 10 Alphen aan den Rijn	Geen	Volwassenen	https://rijnenvenen.op-shop.nl/ingang/algemeen/17230/meemaakpodium-creatief-met-taal/04-10-2024	Schrijven voor iedereen met of zonder ervaring.
	13:00 - 14:00 en 14:30 - 15:30	Senioren in beweging	Wijkcentrum Swaenswijk Jongkindt Coninckstraat 2b Alphen aan den Rijn	Geen	Senioren	Alphen Vitaal	
Vrijdag 18 oktober		Film voor Zonne- bloemgasten	Parkvilla Cornelis Geellaan 2 Alphen aan den Rijn	€ 5	60 - 80 jaar	aczonnebloem@gmail.com	Op verzoek van de gasten, gezamenlijk film kijken met een drankje.
		Filmbezoek Parkvilla	Parkvilla Cornelis Geellaan 2 Alphen aan den Rijn	€ 5	60 - 80 jaar	aczonnebloem@gmail.com	Gezamenlijk film kijken met een hapje en een drankje. Het filmhuis is speciaal en alleen voor ons open.