



PARTICIPEBUS



PROGRAMMA Mei 2025

De ParticipeBus biedt volwassenen en ouderen vervoer met begeleiding naar bijvoorbeeld winkels en musea. Deze brief bevat het programma voor de maand Mei.

Participe organiseert uitjes voor volwassenen en ouderen. In het programmaoverzicht op de achterzijde van deze brief kunt u zien welke activiteiten komende maand plaatsvinden. Goed om te weten:

- Alle prijzen zijn inclusief begeleiding en vervoer.
- U betaalt de ritprijs aan de chauffeur. **Dit kan alleen met uw pinpas.**
- Op locatie rekent u - wanneer van toepassing - de entreprijs zelf af. U kunt dan gebruik maken van eventuele kortingspassen of vouchers.
- Consumpties en dergelijke zijn voor eigen rekening, tenzij anders in het programma is vermeld.

AANMELDEN*

U kunt zich aanmelden door:

- Een mail te sturen naar **planningvervoer@participe.nu**
- Op werkdagen te bellen **tussen 9.00 uur en 11.00 uur** naar **tel. 0172 – 727 817**.
- Om iedere deelnemer een eerlijke kans te geven mag u maximaal 3 voorkeursuitjes opgeven. Voor de overige komt u automatisch op de wachtlijst te staan.

*** Wij laten u één week van te voren weten of het uitje door zal gaan. U wordt alleen gebeld als u mee kunt.**

Wilt u bij het inschrijven op het volgende letten:

- Vermeld a.u.b. of u gebruik maakt van een rollator. Mocht u gebruik maken van een rolstoel dan vragen wij u vriendelijk of u zelf begeleiding mee wilt nemen.
- Geef aan of u samen met iemand wilt deelnemen aan het uitje.
- Mocht u buiten de plaats Alphen aan den Rijn wonen dan kunt u mee met alle uitjes, er wordt dan wel van u verwacht dat u naar opstapplaats Kerk & Zanen komt.

OPHALEN EN THUISBRENGEN

- We halen u thuis op met de **ParticipeBus** en brengen u na afloop ook weer terug naar huis.
- Er gaat altijd begeleiding mee om u te helpen.
- Wilt u zorgen dat u op tijd klaar staat? **U wordt in het uur voor de genoemde tijd opgehaald.**

UW RESERVERING AFBELLEN?

Mail of bel a.u.b. tijdig af (**minimaal 24 uur voor aanvang**) als u onverhoopt niet mee kunt. Zo voorkomen we dat de bus onnodig voor uw deur staat. Hierdoor kan bovendien iemand anders mee.

Wilt u eerder op de hoogte zijn van het nieuwe programma? Stuur een e-mail naar **planningvervoer@participe.nu** en ontvang deze nieuwsbrief voortaan per mail.



PARTICIPEBUS



Uitstapjes uitstapjes uitstapjes uitstapjes uitstapjes

UITJES MET OPSTAPPLAATS BUURTHUIS DE MOZAIEK

WINKELN STADSHART AMSTELVEEN

Dinsdag 13 Mei 11.00 uur

Verzamelen om 10.45 uur

Stadshart Amstelveen is bekroond met vier sterren en al twee keer uitgeroepen tot 'beste winkelcentrum van Nederland'. Met de keuze uit tientallen winkels is Stadshart Amstelveen een waar mode-walhall. In het overdekte winkelcentrum vind u bekende namen als de Bijenkorf, Zara, Dille & Kamille, Scotch & Soda, Costes, en Van Gils. Maar u kunt ook op ontdekkingstocht bij de Rembrandtweg langs leuke winkeltjes met vintage mode, boetiekjes en Amstelveense lekkernijen.

RITPRIJS € 8,50



WANDELEN LANDGOED HEERLIJKHEID MARIENWAERDT

Maandag 19 Mei 11.00 uur

Verzamelen om 10.45 uur

Langs de Linge in Beesd ligt het eeuwenoude familielandgoed Heerlijkheid Mariënwaerdt. Een heerlijke plek om te wandelen en te genieten van de natuur. In de landgoedwinkel kunt u heerlijke landgoedproducten proeven en kopen.

RITPRIJS € 14,75

UITJES MET OPSTAPPLAATS WIJKCENTRUM KERK & ZANEN

BEZOEK AAN KASTEEL DE HAAR

Woensdag 21 Mei 10.30 uur

Verzamelen om 10.15 uur

Kasteel de Haar is het grootste en meest luxueuze kasteel van Nederland. Het kasteel ziet er nog precies zo uit als tijdens de septemberbewoning van de familie in de vorige eeuw. Ontdek zelf alle verhalen over hoe het eraan toe ging tijdens het verblijf van de baron en barones. In de stijltuinen rond het kasteel is het heerlijk wandelen. Loop door het parkbos, over de slingerende padjes en romantische bruggetjes.

RITPRIJS € 14,25

Entree max. € 20,00 *MK Gratis



SPECIAAL VOOR INWONERS VAN RIJNWOUDE

BOERDERIJ DE GOUDSE HOFSTEDEN & WINKELCENTRUM BLOEMENDAAL

Vrijdag 9 Mei 11.00 uur

Stichting kinderboerderij 'De Goudse Hofsteden' is een middelgrote kinderboerderij. Deze bevindt zich aan rand van Gouda tussen twee woonwijken in. Er zijn landbouwhuisdierrassen te zien, zoals kalveren, geiten, schapen, varkens en pluimvee. Daarnaast worden er ook pony's en ezels gehouden, maar ook veel soorten watervogels, konijnen en cavia's. Na het bezoek aan de boerderij gaan we nog even gezellig winkelen in Winkelcentrum Bloemendaal in Gouda.

RITPRIJS € 6,75



PARTICIPEBUS



Uitstapjesuitstapjesuitstapjesuitstapjesuitstapjes

UITJES WAARBIJ U THUIS WORDT OPGEHAALD

SIMONIS AAN DE HAVEN SCHEVENINGEN

Donderdag 1 Mei 11.00 uur

Gaat u voor een bordje mosselen, een broodje zalm of een lekkere portie kibbeling?

RITPRIJS € 10,00

MUSEUM DE HEKSENWAAG OUDEWATER

Vrijdag 2 Mei 10.30 uur

Het waarschijnlijk meest bekende pand in Oudewater is wel de Heksenwaag aan de Leeuweringerstraat. Het waaggebouw stamt uit 1595 en is gebouwd op de plek van een ouder pand, wat door de Spanjaarden verwoest was in 1575. Aanvankelijk was de waag te Oudewater bestemd voor het wegen van kaas, hennep, touwwerk en andere landbouwproducten, maar vanaf halverwege de 17e eeuw werden er ook mensen gewogen die verdacht werden van hekserij en tovenarij.

RITPRIJS € 10,00

Entree max. € 8,25 *MK gratis

Let op: U moet trappen kunnen lopen



MARINIERSMUSEUM ROTTERDAM

Dinsdag 6 Mei 10.30 uur

Het Mariniersmuseum is de plek waar u het stoerste onderdeel van de Nederlandse Krijgsmacht leert kennen. De mariniers zijn onze zeesoldaten, die sinds 1665 vechten op de grens van land en water. Bijzondere verhalen en beeldmateriaal van over de hele wereld geven een persoonlijke inkijk in het dagelijkse leven van de mariniers, terwijl zij zich dagelijks inzetten voor vrede en veiligheid.

RITPRIJS € 15,50

Entree max. €14,00 *MK Gratis

WARME MAALTIJDMIDDAG CAFE 1640

Dinsdag 6 Mei 13.00 uur

Voor maar € 5,00 krijgt u een heerlijke maaltijd inclusief 1 consumptie.

Vandaag staat er een bord goulash met witte rijst op het menu.

RITPRIJS € 4,50



WINKELN & MARKT LEIDEN

Woensdag 7 Mei 10.00 uur

RITPRIJS € 7,00

LUNCHEN BIJ TANTE TOKKIE VOORSCHOTEN & TUINCENTRUM DE BOSRAND WASSENAAR

Vrijdag 9 Mei 11.00 uur

Bij dit dier- en natuurvriendelijke natuurboerderij krijgt u een unieke inkijk in het leven van een boer en de daarbij behorende werkzaamheden. Maar het is meer dan alleen een boerenbedrijf met dieren, kaplaarzen en klompen. Hier kun u zichzelf namelijk ook te buiten gaan aan vele pannenkoeken bij het pannenkoekenrestaurant en genieten van huisgemaakt schepijs in de bijbehorende ijssalon. Van de melk van de schapen bereiden ze bij Tante Tokkie zelf kaas en yoghurt in de kaasmakerij. Dit alles in de mooie groene omgeving van Voorschoten.

RITPRIJS € 10,00



PARTICIPEBUS



Uitstapjesuitstapjesuitstapjesuitstapjesuitstapjes

UITJES WAARBIJ U THUIS WORDT OPGEHAALD

BOODSCHAPPEN IN DE AARHOF

Maandag 12 mei 13.00 uur

Even lekker winkelen en de dagelijkse boodschappen doen.

RITPRIJS € 4,50

DE PANNENKOE ZEVENHUIZEN

Donderdag 15 Mei 12.00 uur

Naast de tientallen soorten pannenkoeken en poffertjes staan er ook andere gerechten op de kaart, zoals soepen, salades, kipsaté, biefstuk en burgers. U kunt genieten van de lunch terwijl u uitkijkt over de Zevenhuizerplas.

RITPRIJS € 9,00

BOWLINGBAAN ALPHEN & HAPJES & DRANKJES

Dinsdag 20 Mei 13.30 uur

We gaan met z'n allen gezellig ouderwets bowlen! We kiezen de lichte ballen uit en voor degene die moeite hebben met gooien mogen de ballen vanaf een speciale stelling gerold worden en we vragen of ze de bumpers omhoog willen zetten zodat de ballen niet in de goot terecht kunnen komen. Zo kan iedereen gezellig meedoen! Dit alles onder het genot van een drankje en een bittergarnituur.

RITPRIJS € 21,00

Inclusief bowlen, 2 drankjes en bittergarnituur



WARME MAALTIJDMIDDAG CAFE 1640

Donderdag 22 Mei 13.00 uur

Voor maar € 5,00 krijgt u een heerlijke maaltijd inclusief 1 consumptie. Vandaag staat er een heerlijk bord nasi met kroepoek en saté op het menu.

RITPRIJS € 4,50

LUNCHEN 'BIJ HEN' & MIDGETGOLF

Vrijdag 23 Mei 12.00 uur

We beginnen met een gezellige lunch en gaan daarna met z'n allen midgetgolfen. Midgetgolf is geschikt voor alle leeftijden! Er zijn 18 holes waarop zowel jong en oud zich heerlijk kunnen vermaken.

RITPRIJS € 9,50 (Inclusief Midgetgolf, exclusief lunch)

DINEREN BIJ BREGJE NIEUWKOOP

Maandag 26 Mei 17.00 uur

RITPRIJS € 6,00





PARTICIPEBUS



Uitstapjes uitstapjes uitstapjes uitstapjes uitstapjes

UITJES WAARBIJ U THUIS WORDT OPGEHAALD

LANDGOED KONINKLIJK TEHUIS VOOR OUD-MILITAIREN EN MUSEUM BRONBEEK ARNHEM

Woensdag 28 Mei 10.00 uur

Museum Bronbeek belicht de koloniale vaderlandse geschiedenis. Centraal staan de invloed van de overheid op de koloniale samenleving en het optreden van het Koninklijk Nederlands-Indisch Leger (KNIL). In de collectie van Bronbeek vindt u onder meer wapens, uniformen en onderscheidingen van het KNIL, Indisch militair erfgoed, schilderijen, foto's, documenten en etnografica (volkskunst). Het kenniscentrum Bronbeek bevat een grote collectie oude en recente publicaties, tijdschriften, topografische kaarten en niet-gedrukt materiaal over de koloniale geschiedenis van Nederlands-Indië, alsmede informatie over de geschiedenis van het instituut Bronbeek.

RITPRIJS € 26,50

Entree max. € 10,00 *MK gratis



LANDHUIS OUD AMELISWEERD BUNNIK

Vrijdag 30 Mei 11.00 uur

Landhuis Oud Amelisweerd met Koetshuis en park behoort tot de meest bijzondere Rijksmonumenten in Nederland en is gelegen in het hart van landgoederen Amelisweerd en Rhijnauwen, op een steenworp afstand van Utrecht. Omdat het huis nooit intensief bewoond is geweest, zijn veel oorspronkelijke elementen bewaard gebleven. Een beroemd voorbeeld is het unieke handgeschilderde Chinese papierbehang uit de 18e eeuw. Vandaag de dag kunt u exposities op het gebied van kunst, wetenschap en geschiedenis bezoeken. Het landhuis geeft ruimte aan individuele makers en organisaties uit Utrecht om wisselende exposities en programma's te verzorgen voor een divers publiek. Het buitenverblijf geeft ruimte aan hedendaagse kunst, toont haar rijke geschiedenis en geeft makers de gelegenheid om te creëren en zich te laten inspireren.

RITPRIJS € 16,25

Entree max. € 10,00 *MK Gratis

Let op; u kunt hier alleen met PIN betalen

MK=Museumkaart

Mocht u buiten de plaats Alphen aan den Rijn wonen dan kunt u mee met alle uitjes, er wordt dan wel van u verwacht dat u naar opstapplaats Kerk & Zanen komt.

**HEEFT U EEN SUGGESTIE VOOR EEN UITJE?
GEEF DIT AAN ONS DOOR, WE ZIJN ALTIJD OP ZOEK NAAR NIEUWE IDEEEN!**



PARTICIPEBUS



Uitstapjes uitstapjes uitstapjes uitstapjes uitstapjes

Nationale Beweegweek voor Ouderen

Het Nationaal Ouderenfonds organiseert van 19 t/m 23 mei 2025 de Nationale Beweegweek voor ouderen. Wij doen mee! U ook?

De Nationale Beweegweek is een evenement dat senioren de kans biedt om op een laagdrempelige manier deel te nemen aan diverse sport- en beweegactiviteiten, een gezonde en actieve levensstijl promoot en de mogelijkheid biedt om aan verschillende activiteiten deel te nemen.

Het Senioren Expertisepunt van Participe en Alphen Vitaal rijden in deze week rond met de ParticipeBus. Ieder dagdeel staan we op een andere plek. In de ochtend van 10.00 tot 12.00 uur, en in de middag 13.00 tot 15.00 uur. Het overzicht vindt u hieronder.

We hebben een mobiel terrasje bij ons en er is altijd een kopje koffie of thee. U kunt een valrisicotest laten afnemen of lekker meedoen met de activiteit.

Meedoen met de beweegactiviteit kan gewoon zomaar! Aanmelden is niet noodzakelijk.

Maandag 19-5

Ochtend:	Aarlanderveen	Dorpshuis	Beweegactiviteit Alphen Vitaal
Middag:	Benthuizen	Buurthuis de Tas	Gezonde lunch/Jeu de Boules*

Dinsdag 20-5

Ochtend:	Kerk en Zanen	Wijkcentrum	Vitality Club beweegactiviteit
Middag:	Alphen Noord	Strandje Wet 'n Wild	Thai Chi (14.00 uur)

Woensdag 21-5

Ochtend:	Hazerswoude-Rijndijk & Koudekerk a/d Rijn	Fr. Van Edeplein	Beweegles sportschool/fysio Fietstocht Hazerswoude-Rijndijk naar centrum Alphen
Middag:	Alphen Centrum	Buurten & Zo	Beweegles Alphen Vitaal

Donderdag 22-5:

Ochtend:	Zwammerdam	Locatie en activiteit nog onbekend
Middag:	Hazerswoude-Dorp	Driehof Valrisicotestmiddag

Vrijdag 23-5:

Ochtend:	Boskoop	Burg. Colijnstraat (bij de kerk)	Sportieve wandeling
----------	---------	-------------------------------------	---------------------

*Aanmelden voor de gezonde lunch kan via b.poelstra@participe.nu

