



Thuis in  
Heemstede

• FILMS • LEZINGEN • WORKSHOPS • ONTMOETING •  
**NIEUWSBRIEF - SEPTEMBER 2024**

**SEPTEMBER**

Ma 02 sept	14.00 uur	Ontmoeting	Spelletjesmiddag in 't Bremmetje
Di 03 sept	10.00 uur	Ontmoeting	Historische wandeling met HVHB 'van den Eynde'
Wo 04 sept	20.00 uur	Ontmoeting	BinnenH'stede Borrelavond in de 1e Aanleg
Vrij 06 sept	14.00 uur	OPEN DAG	WJH Heemstede in de Luifel
Ma 09 sept	14.00 uur	Ontmoeting	Vriendinnenclub met themagesprek 'Meedoen'
Di 10 sept	13.30 uur	Trefpuntlezing	Buitenplaatsen door Peter van de Werff
Do 12 sept	10.30 uur	Film & lunch	Les Cyclades (2022) Komedie
Do 12 sept	13.30 uur	Informatie	Mediacafé op Plein1
Do 12 sept	14.00 uur	Ontmoeting	Creatieve inloop Molenwerf
Di 17 sept	10.00 uur	Open inloop	Seniorweb met lezing Toegankelijkheid
Di 17 sept	10.00 uur	Ontmoeting	Historische wandeling met HVHB 'van den Eynde'
Wo 18 sept	10.00 uur	Ontmoeting	Nabestaanden Café in de Petrakerk
Wo 18 sept	19.15 uur	Ontmoeting	Trefpunt Dementie in Plein1: Grip op de Chaos
Di 24 sept	10.00 uur	Zomertour	Koffie on Tour Gilles Pluktuin
Do 26 sept	- do 3 okt	Ontmoeting	WEEK VAN ONTMOETING
Do 26 sept	10.30 uur	Film & lunch	Bookclub 2, the next chapter (2023) Romantische komedie
Do 26 sept	14.00 uur	Ontmoeting	Creatieve inloop Molenwerf
Do 26 sept	20.00 uur	Lezing	'Eenzaamheid' door Anja Machielse
Zo 29 sept	13.30 uur	Muziek	Muziek middag in de Luifel met muziek en dans

**OKTOBER**

Di 01 okt	10.00 uur	Ontmoeting	Historische wandeling met HVHB
Di 01 okt	10.30 uur	Ontmoeting	Start Koffie met Kunst voor ouderen op Plein1
Wo 02 okt	20.00 uur	Ontmoeting	BinnenH'stede Borrelavond in de 1e Aanleg
Ma 07 okt	14.00 uur	Ontmoeting	Spelletjesmiddag in 't Bremmetje
Wo 09 okt	16.30 uur	Theater	Voorstelling 'Lang zal hij leven'
Wo 09 okt	19.30 uur	Theater	Voorstelling 'Lang zal hij leven'
Do 10 okt	10.30 uur	Film & lunch	Le Sorelle Macaluso (2020) Drama
Do 10 okt	13.30 uur	Informatie	Mediacafé op Plein1
Ma 14 okt	14.00 uur	Ontmoeting	Vriendinnenclub met themagesprek 'Angst'
Di 15 okt	10.00 uur	Ontmoeting	Historische wandeling met HVHB
Di 15 okt	10.00 uur	Open inloop	Seniorweb met lezing Whatsapp
Wo 16 okt	10.00 uur	Ontmoeting	Nabestaanden Café in de Petrakerk
Do 24 okt	10.30 uur	Film & lunch	De terugreis (2024) Komische roadmovie

Alle activiteiten zijn in de Luifel, tenzij anders aangegeven

WJH Heemstede de Luifel  
Herenweg 96  
2101 MP Heemstede  
telefoon (023) 548 38 28

[www.wijheemstede.nl](http://www.wijheemstede.nl)

of: [info@wijheemstede.nl](mailto:info@wijheemstede.nl)

de receptie van de Luifel is geopend en  
telefonisch bereikbaar op werkdagen  
van ma t/m vrij tussen 9 - 16 uur

Locatie: de Luifel

# WIJ Heemstede films

**LET OP:** Om teleurstellingen te voorkomen is **RESERVEREN VERPLICHT**  
Bij te weinig aanmeldingen kan de film geannuleerd worden.  
Dan is het fijn als we uw contactgegevens hebben.  
Entree Film & lunch: € 13,50. Alle films zijn in de Luifel.

## FILM & LUNCH Les Cyclades (2022)

KOMEDIE

Donderdag 12 september - start film om 10.30 uur

Als tieners waren Blandine en Magalie onafscheidelijk. De jaren gingen voorbij en ze verloren elkaar uit het oog. Als hun paden elkaar weer kruisen, besluiten ze samen de reis te maken waar ze altijd van gedroomd hebben. Ze trekken naar Griekenland, de zon, de eilanden, maar worden ook geconfronteerd met problemen, want de twee voormalige beste vriendinnen hebben nu een heel andere kijk op vakantie... en op het leven.

Filmduur: 110 min. Na de film gaat u gezellig lunchen in de foyer van de Luifel.



## FILM & LUNCH Bookclub 2, the next chapter (2023) ROMANTISCHE KOMEDIE

Donderdag 26 september - start film om 10.30 uur

"Slightly scandalous. Totally fabulous."

Nadat hun boekenclub op zijn kop is gezet door 'Fifty Shades of Grey', gaan de vier vriendinnen Diane, Vivian, Sharon en Carol op reis naar Italië. Vivian is ten huwelijk gevraagd door haar oude vlam Arthur en dat willen de boekenwurmen royaal vieren. Maar wanneer de zaken ontsporen en er geheimen worden onthuld, verandert hun ontspannende reis in een wild avontuur.

Filmduur: 107 min. Na de film gaat u gezellig lunchen in de foyer van de Luifel.



Kom je ook?

# OPEN DAG

vrijdag 6 september

van 14.00 - 17.00 uur

in de Luifel, Herenweg 96, Heemstede

ontmoeten

kennismaken

workshops

inschrijven cursussen



## Thuis in Heemstede



### **Vriendinnenclub met themagesprek 'Meedoen'** **Maandag 9 september van 14.00 - 16.00 uur**

Bij de Vriendinnenclub ontstaan hechte vriendschappen. Vindt u het leuk om ook eens te komen? Tijdens de Vriendinnenclub zijn er elke 2e maandag van de maand

in de Luifel gesprekken met een thema. Het eerste uur wordt er in kleine groepjes gesproken over het thema aan de hand van een gedicht over dit onderwerp. Daarna is er volop gelegenheid om bij te praten.

Tijd: 14.00 - 16.00 uur. Wanneer u liever niet deelneemt aan het themagesprek bent u van harte welkom vanaf 15.00 uur. Van tevoren opgeven hoeft niet maar mag wel! Dat kan op bovenstaand telefoonnummer

### **Trefpuntlezing** **Eigenaarfamilies op Buitenplaatsen in en rond Heemstede** door Peter van der Werff

**Dinsdag 10 september van 13.30 - 16.00 uur**

Een presentatie over vroegere eigenaren van buitenplaatsen in en rond Heemstede. Sommige families kwamen voort uit de middeleeuwse adel. In de 17e eeuw waren het Amsterdamse regenten en koloniale kooplieden die zich in de mooie duinstreek vestigden. Na 1900 ging het om Zaanse fabrikanten, vastgoed-ondernemers, bankiers en internationale groothandelaren. De families waren door huwelijken en vererving verbonden en zagen daarmee hun bezittingen inkrimpen of uitdijen. Namen die de revue passeren zijn Van Lennep, Van Verschuer, Six, Von Pannwitz, Van Ittersum, Mock, Rhodius, Roth, Van Waveren, Scheltema, Roth en Van de Poll. Kosten: € 7,50. Graag van tevoren opgeven via [info@wijheemstede.nl](mailto:info@wijheemstede.nl) of belt u 023 - 548 38 28.



### **OPEN INLOOP SENIORWEB**

**Dinsdag 17 september van 10.00 - 12.00 uur**

**Met themalezing Toegankelijkheid** door Laurens van Rijn

Hoe stel je je apparaat in, zodat je er makkelijker mee kunt werken? Te kleine letters op je computerscherm, een muis die veel te snel beweegt, een witte of donkere achtergrond. Allerlei instellingen zorgen dat de bediening van een laptop of smartphone makkelijker is en blijft, ook als uw zicht of reactievermogen minder wordt. Na deze presentatie van ca. 20 minuten helpen wij u geheel gratis met uw pc, laptop, tablet, iPad, smartphone en iPhone. Er zijn vrijwilligers aanwezig die kennis hebben van deze apparaten en hun apps en programma's. Afhankelijk van de drukte en het aantal vrijwilligers is er soms een wachttijd tot u wordt geholpen. Wilt u meer weten, kijk op: [www.seniorwebhaarlem.nl](http://www.seniorwebhaarlem.nl).

### **Zondag 29 september van 13.30 - 16.30 uur** **Muziekmiddag**

Soms duurt de zomer lang en zou je weleens wat nieuwe mensen willen ontmoeten. Dat kan op deze ouderwets gezellige middag in de Luifel. Waag een dansje op de live muziek of geniet van de leuke muziek van het Spaarne Combo. Ook is er een ruimte waar je rustig kunt praten en nieuwe mensen ontmoeten. De eerste muziekmiddag was een groot succes! De middag is tot stand gekomen i.s.m. de Bavo Stichting. Kosten € 7,50 incl. een welkomstdrankje en hapjes.

Aanmelden kan via 023 - 548 38 28 of [info@wijheemstede.nl](mailto:info@wijheemstede.nl).

Op 8 december is de volgende Muziek Middag.





# Samenwerkingspartners



## Spreekuur werkgroep Toegankelijkheid

De Werkgroep Toegankelijkheid staat op woensdag 4 september de hele dag op de weekmarkt op de Valkenburgerlaan om al uw vragen te beantwoorden!

## Inloopmoment Tandem Mantelzorg Plein1

Yvet van Bladeren van Tandem Mantelzorg zit om de week op dinsdag (even weken) van 10.00 -12.00 uur in Plein 1 (Plein Binnen, begane grond) met een inloopmoment voor mantelzorgers. De eerstvolgende keer is dat op dinsdag 17 september. Heeft u een vraag of wilt u kennis maken, loop gerust eens binnen!



## Lezing Oude zijderoute door Dr. Strootman Dinsdag 17 september om 20.00 uur

De eerste van een serie van 6 lezingen verzorgd door Ex Oriente Lux . De Zijderoute is de romantische naam voor een wijdvertakt netwerk van handelswegen die eeuwenlang het oosten en westen van Eurazië met elkaar verbond. Tegenwoordig is er weer veel belangstelling voor de Zijderoute. In de lezing wordt de uitwisseling van goederen en ideeën over enorme geografische afstanden onder de loep genomen. Zoals de vraag hoe in de Oudheid die contacten tot stand kwamen en wat er werd uitgewisseld (veel meer dan alleen zijde). Centraal staat het belang van de Zijderoute voor de wereldgeschiedenis in het kader van een veranderend perspectief op de geschiedenis van de Oudheid. Kosten lezing: € 5,- incl. koffie/thee. Voor meer info mail Remmert Pels op [rj.pels2@quicknet.nl](mailto:rj.pels2@quicknet.nl). Reserveren gewenst.

## Cursus kunstgeschiedenis Op naar Rome! door Michiel Kersten vanaf donderdag 10 oktober

Komend najaar organiseert Artetcetera in de Luifel een cursus kunstgeschiedenis bestaande uit 7 bijeenkomsten met als titel Op naar Rome. Inspiratie van de kunst van de klassieke oudheid en de renaissance op de kunst in Europa tussen 1500 en 1900. In die vier eeuwen trokken duizenden kunstenaars uit het Noorden naar Rome om zich te laven aan de beeldhouwkunst en architectuur uit de Romeinse oudheid. Vol bewondering bestudeerden zij het werk van Rafaël, Michelangelo of Caravaggio. Rome drukte zijn onuitwisbare stempel op de ontwikkeling van de beeldende kunst en smaak van de elite tot ver in de 19de eeuw. Meer informatie en aanmelden via de website van [artetcetera.nl](https://artetcetera.nl) (<https://artetcetera.nl>). De cursus start op 10 oktober. Je kunt ook bellen voor meer info: Michiel Kersten 06 - 10 05 72 28.

Voorproefjes oktober



## Theatervoorstelling 'Lang zal hij leven' i.s.m. Welzijn Bloemendaal Woensdag 9 oktober 16.30 - 18.00 uur en 19.30 - 21.00 uur

Een project over euthanasie bij dementie van Nachtzon Media i.s.m. de Protestants Theologische Universiteit. Verhaallijn: Dirk-Jan is 80 en heeft vergevorderde dementie. Toen 5 jaar geleden Alzheimer bij hem geconstateerd werd heeft hij een wilsverklaring opgesteld. Hij wil niet naar een verpleeghuis en ook niet in de situatie belanden waarin hij zijn autonomie en zijn verstand kwijt is. In de voorstelling volg je Dirk-Jan en zijn naaste familie. Ze vieren Dirk-Jans 80ste verjaardag en zingen 'lang zal hij leven'. Maar niet iedereen zingt dit van harte mee. Had Dirk-Jan niet zelf in



zijn wilsverklaring gezegd dat hij dit nooit zou willen? Op verschillende momenten tijdens het theaterstuk krijgt het publiek de gelegenheid om in gesprek te gaan over de morele dilemma's die het verhaal oproept. Het publiek is op deze manier actief betrokken bij het familiegesprek over euthanasie. Aan de hand van scherpe vragen gaan de deelnemers met elkaar in gesprek. Korte video's van deskundigen dienen als verdieping van deze gesprekken. De voorstelling bestaat uit ongeveer 40 minuten theater, afgewisseld met twee dialoogmomenten. In totaal duurt de voorstelling ca. 60 minuten. Kosten: € 5,-. Opgeven kan via [info@wijheimstede.nl](mailto:info@wijheimstede.nl) of belt u 023 - 548 38 28.

**DE NIEUWE BROCHURE 2024  
VAN WIJ HEEMSTEDE  
MET ALLE CURSUSSEN EN  
ACTIVITEITEN DIE STARTEN  
VANAF SEPTEMBER**

komt deze week in uw brievenbus  
(tussen 26 augustus en 2 september)



Heeft de brochure niet in uw brievenbus ontvangen, dan kunt u hem even ophalen bij één van onze locaties de Luifel, de Molenwerf, de Pauwehof of in Plein1.

## Locatie: Molenwerf

### **Creatieve middag in de Molenwerf Donderdag 12 en 26 september van 14.00 - 15.30 uur**

Ook deze maand is er in de Molenwerf weer een gezellige creatieve middag met begeleiding van Gaby Godijk. Er wordt steeds een andere creatieve activiteit aangeboden waarmee u met elkaar bezig kunt zijn.  
Kosten € 3,- per keer.

Als u wilt meedoen geeft u zich dan van te voren op bij Gaby Godijk 06-14234580 i.v.m. de aankoop van materialen.

Heeft u nog goed bruikbare spullen als knutselmateriaal over? Daar zijn we heel blij mee!  
Belt u even met Gaby om te overleggen welke materialen nodig zijn?



**OOK EEN GRATIS E-MAIL ABONNEMENT OP DE WIJ NIEUWSBRIEF?  
BELT U HIERVOOR MET 548 38 28**

**WWW.WIJHEEMSTEDE.NL**

# Locatie: Elders



## Spelletjesmiddag in 't Bremmetje Maandag 2 september van 14.00 - 16.00 uur

Iedere maand is er een spelmiddag in Café 't Bremmetje, Raadhuisstraat 12, Heemstede. Een initiatief tussen de Brem en Wij Heemstede. Er kan gebiljart, gesjoeld en gekaart worden onder het genot van een drankje en met jaren '50-'60 muziek op de achtergrond.

## Historische wandeling 'van den Eijnde' met een lokale gids Dinsdag 3 en 17 september van 10.00-11.30/12.00 uur

De Historische Vereniging Heemstede-Bennebroek organiseert om de week een wandeling van 1 à 2 uur in Heemstede met een ervaren gids van de Historische Vereniging Heemstede Bennebroek. Hendrik Albertus van den Eijnde (1869-1939) was een Nederlandse beeldhouwer, meubelontwerper, graficus en tekenaar. In 1921 verhuisde Hendrik naar Heemstede. Hier zou hij tot zijn dood blijven wonen en werken. We wandelen langs een aantal van zijn Heemsteedse werkstukken.

- De 1e dinsdag van de maand is de wandeling wat intensiever en van 10.00 - 12.00 uur.
- Op de 3e dinsdag van de maand is het tempo langzamer en de wandeling wat korter, van 10.00 - 11.30 uur. I.s.m. Roads en Kennemerhart.

Start om 10.00 uur vanaf Plein1, Julianaplein 1, Heemstede. De wandelingen zijn gratis. Opgeven voor de wandelingen is verplicht en kan via [info@wijheemstede.nl](mailto:info@wijheemstede.nl) of belt u 023 - 548 38 28.

## Woensdag 4 september van 20.00 - 22.00 uur BinnenH'stede borrelavond

**Locatie: Café de 1ste Aanleg, Raadhuisstraat 103, 2101 HE Heemstede**

Zin om nieuwe vrienden te maken en behoefte aan een goed gesprek? Kom naar de BinnenH'stede borrelavond in de 1ste Aanleg op de eerste woensdag van de maand. Deze avond is tot stand gekomen door een groep vrijwilligers vanuit Wij Heemstede. Ben je er ook bij?



## Nabestaanden Café i.s.m. de Stichting Nabestaandenzorg in de Petrakerk, Limburglaan 3

**Woensdag 18 september van 10.00 - 12.00 uur**

Het Nabestaanden Café is een maandelijks samenzijn in een informele sfeer. Tijdens een kopje koffie of thee kunnen gedachten, ervaringen en vragen worden gedeeld. Soms is een half woord al genoeg om elkaar te begrijpen. Bij het Nabestaandencafé leer je nieuwe mensen kennen en soms kunnen er zelfs vriendschappen ontstaan. Iedereen die te maken heeft met het verlies van een dierbare is van harte welkom. Ook wanneer het verlies al langer geleden is. Het Nabestaanden Café is op elke 3e woensdag van de maand. Voor vragen of informatie: 023 - 84 48 201 of [info@stichting-nabestaandenzorg.nl](mailto:info@stichting-nabestaandenzorg.nl).



## Koffie on Tour: Zomertour

De Koffie on Tour gaat verder in de zomer!

Een aantal organisaties in Heemstede zet dan de deuren voor u open.

Wij Heemstede is er daar één van. U bent op alle plekken van harte welkom.

### Wat is er te doen?

Leer nieuwe mensen kennen en kom de sfeer proeven bij een organisatie waar u normaal gesproken misschien niet zomaar binnenloopt. Natuurlijk is er altijd koffie en soms een extra activiteit, bijvoorbeeld een korte rondleiding, expositie of lezing. Deelname is gratis en aanmelden niet nodig. Komt u gezellig langs? De start was op dinsdag 3 oktober tijdens de Week tegen Eenzaamheid.

- Kom langs op dinsdag 24 september van 10.00 - 11.30 uur bij de Gilles Pluktuin, Herenweg 37.



## Locatie: Pauwehof

### Start van het seizoen met Open Huis in de Pauwehof

Op woensdag 28 augustus van 10.00 - 12.00 uur start de Pauwehof het nieuwe seizoen met een gezellig Open Huis. De koffie en thee staat voor u klaar, er is een expositie van werk van cursisten van het afgelopen seizoen. Ook zijn er een aantal docenten aanwezig die u informatie kunnen geven over de cursussen of een proefles of workshop verzorgen. We zien u graag in de Pauwehof!

### Lezing Eenzaamheid, hoe kunnen we er mee omgaan?

door Anja Machielse

**Donderdag 26 september om 20.00 uur**

Je eenzaam voelen of een ander allendig zien is niet fijn. Wat eenzaamheid precies is, wat het met je doet en wat je ertegen kunt doen, is voor iedereen anders.

Deze lezing van Anja Machielse kan voor iedereen interessant zijn. Anja laat zien dat meedoen in de tegenwoordige samenleving niet vanzelfsprekend is, maar inspanningen vereist. Haar onderzoek is gericht op de betekenis van sociale relaties, zowel voor het persoonlijke leven als voor de bredere gemeenschap. Belangrijke thema's in haar werk zijn: sociaal isolement, eenzaamheid, sociale weerbaarheid, sociale betrokkenheid, existentiële problemen en zingevingsvragen. Anja Machielse is emeritus hoogleraar Humanisme en Sociale Weerbaarheid en bijzonder hoogleraar Sociale Weerbaarheid van Ouderen aan de Universiteit voor Humanistiek in Utrecht. Zij is lid van de Wetenschappelijke Adviescommissie voor het programma 'Een tegen eenzaamheid' van het ministerie van VWS. De lezing over eenzaamheid is in de Pauwehof en georganiseerd door de Commissie Bezinning & Verdieping van de Oude Kerk. U bent van harte welkom.



### Goed om te weten

### Het Nationaal Ouderen Fonds heetft de Zilverlijn

De Zilverlijn is een belservice. U wordt iedere week of om de week op een vast dagdeel gebeld door een van de getrainde vrijwilligers. Zij bieden een luisterend oor, een gezellig praatje of een goed gesprek.

Vul op <https://www.zilverlijn.ouderenfonds.nl> uw gegevens in om u aan te melden.

U ontvangt na aanmelding per post meer informatie over uw deelname.

U wordt zo snel mogelijk ingedeeld.

Telefonisch aanmelden kan ook! Belt u dan naar 088 - 344 20 00 (ma - vrij 9.00 -17.00 uur).



# Locatie: Plein1

## Donderdag 12 september van 13.30 - 15.30 uur Mediacafé

Heeft u vragen over uw tablet of smartphone? Dan kunt u terecht in het gebouw van Plein1. Vier vrijwilligers geven één keer per maand aan senioren in de Bibliotheek uitleg over het gebruik van hun smartphone en/of tablet. Vrijwilligers hebben de tijd en de senior kan altijd weer terugkomen om het geheugen op te frissen.

U kunt terecht bij het Mediacafé op elke tweede donderdagmiddag van de maand in Plein1 van 13.30 tot 15.30 uur, op de begane grond in Plein Binnen. Aanmelden is niet nodig. Het advies wordt gratis gegeven. Het volgende Mediacafé is op: 10 oktober - 14 november - 12 december.

## Trefpunt Dementie, locatie Plein1:

### Grip op de chaos, de omgang met een partner met een haperend brein Woensdag 18 september van 19.30 - 21.00 uur

Anne Bannink schreef er een boek over: "Wind tegen, liefde in tijden van dementie".

Tijdens het eerste Trefpunt van dit seizoen spreken we met Anne Bannink.

Zij neemt ons mee met haar ervaringen als mantelzorgster van haar man, verhalen die troosten, steunen en inzicht geven in de grillige bewegingen van de verdwijnende geest en hoe ze meeding in zijn wereld. Inzichtgevend, confronterend, (deels) herkenbaar, ontroerend en soms zelfs grappig.

Na de pauze is er gelegenheid tot het uitwisselen van ervaringen.

Vanaf 19.15 bent u welkom voor de koffie, het programma start om 19.30 uur. Om 21.00 uur sluiten we af met de mogelijkheid tot napraten.

Het Trefpunt Dementie is in Plein1 op de begane grond.

Aanmelden: Wij Heemstede op Plein 1, tel. 023 - 528 85 10.

U kunt natuurlijk ook langskomen bij het kantoor van Wij Heemstede op Plein1, Julianaplein 1, 2101 ZC Heemstede (op de 1e verdieping).

Wilt u graag komen maar kunt u uw partner niet alleen thuislaten dan kunt u contact opnemen met Tandem tel. 023 - 891 06 10.

De Trefpunt bijeenkomsten zijn er voor mensen met dementie, hun partners, familieleden en vrienden. Ook hulpverleners en andere belangstellenden zijn welkom. Het Trefpunt Dementie is een samenwerking van diverse Zorg- en Welzijnsorganisaties in Heemstede.



## Voorproefje oktober

### Dinsdag 1 oktober: Start Koffie met Kunst voor ouderen op Plein1

Er zijn 4 bijeenkomsten: 1 oktober, 12 november, 10 december en 14 januari 2025. De tijd is van 10.30 - 12.00 uur en kosten € 30,- incl. koffie/thee. Meer informatie: [katinkaverdonk@wijheemstede.nl](mailto:katinkaverdonk@wijheemstede.nl) of 023 - 528 85 10.

