

WELZIJN OP RECEPT VAN START

Het afgelopen jaar zijn wij met onze ketenpartners, met name huisartsen, in gesprek geweest over de plek die welzijn in zou kunnen nemen in Renswoude en Scherpenzeel. Het resultaat is: Welzijn op Recept, een bewezen effectieve vorm van samenwerking tussen zorg en welzijn.

Welzijn draagt bij aan een beter en gezonder leven! Wist u dat u met een beter welbevinden zeven meer gezonde jaren kunt behalen? Dit betekent niet dat u zeven jaren langer leeft, maar wel in een betere gezondheid. Wij wisten ook niet dat dit zo veel impact kon hebben. Tijdens onze opleiding tot welzijnscoach mochten wij dat, en veel meer, leren. Op 2 april behaalden wij ons certificaat, iets waar we trots op zijn en dan ook graag aan u vertellen.

Wat is *Welzijn op Recept*? Het helpt mensen weer een positieve draai aan hun leven te geven. Bijvoorbeeld als er klachten zijn als vermoeidheid, pijn in de nek, maar ook stress, angst en somberheid. Deze klachten hebben niet altijd een medische oorzaak. Vaak spelen onderliggende sociaal-maatschappelijke problemen een rol, zoals het overlijden van een partner, verlies van werk of eenzaamheid. Via *Welzijn op Recept* worden patiënten door de huisarts of praktijkondersteuner doorverwezen naar de welzijnscoach.

Welzijn op Recept is geen vast programma. De welzijnscoach en de cliënt bespreken samen wat passend is. Wij zetten graag met u de eerste stap naar meer welzijn en een aangenamer en gezonder leven!

Wendy van de Visch & Rianne van Ginkel, welzijnscoaches



IN DIT NUMMER

Creatieve workshop mozaïek

Met de Cultuurkring naar Huis Doorn

Valpreventiedag e-bike

Mobiel bankieren

AGENDA



WEKELIJKS

MAANDAG (6, 13 en 27 mei)

10:00 tot 11:00 uur : Handwerkatelier (Bibliotheek Renswoude)

13:30 tot 15:30 uur : Wandelgroep Renswoude; alleen bij droog weer (De Hokhorst)

DINSDAG (7, 14, 21 en 28 mei)

13:45 tot 16:30 uur : Kaartclub (De Breehoek)

14:00 tot 15:00 uur : Trefpuntbalie (Bibliotheek Renswoude)

14:00 tot 16:00 uur : Spellencafé (Bibliotheek Renswoude)

14:00 tot 16:00 uur : Welfare Creatief (Het Trefpunt)

WOENSDAG (1, 8, 15, 22 en 29 mei)

09:00 tot 9:40 uur : Meer bewegen voor ouderen (De Achthoek)

10:00 tot 12:00 uur : Ontmoetingsgroep S'zeel (De Achthoek)

DONDERDAG (2, 16, 23 en 30 mei)

10:30 tot 11:30 uur : Spreekuur Scherpenzeel (De Breehoek)

14:00 tot 15:00 uur : Wandelgroep Scherpenzeel; alleen bij droog weer (De Achthoek)

15:00 tot 16:00 uur : Dynamic tennis (De Hokhorst)

15:00 tot 16:00 uur : Koersbal (De Hokhorst)

VRIJDAG (17, 24 en 31 mei)

09:30 tot 11:00 uur : Taalcafé (Bibliotheek Renswoude)

Vanwege Hemelvaart en Pinksteren zijn er 9, 10 en 20 mei geen activiteiten.

AGENDA

TWEEWEKELIJKS

MAANDAG 6 mei

09:15 tot 11:30 uur : Bowlen (Schimmel, Woudenberg)

DINSDAG 7 en 21 mei

10:00 tot 11:30 uur : Digicafé Renswoude (Bibliotheek Renswoude)

WOENSDAG 8 en 22 mei

14:00 tot 16:00 uur : Sjoelen (De Achthoek)

DONDERDAG 2, 16 en 30 mei

10:00 tot 11:30 uur : Digicafé Scherpenzeel (De Breehoek)

DONDERDAG 23 mei

14:00 tot 16:00 uur : Samen Creatief (De Achthoek)

MAANDELIJKS

WOENSDAG 1 mei

19:30 tot 21:30 uur : Studiekring; inleiding door Henk Hazeleger (De Breehoek)

VRIJDAG 3 mei

14:00 tot 16:00 uur : Repaircafé (De Breehoek)

WOENSDAG 8 mei

19:00 tot 21:00 uur : Creatieve workshop mozaïek (Bibliotheek Renswoude)

DINSDAG 14 mei

12:00 tot 13:00 uur : Samen soepen Renswoude (Het Trefpunt)

WOENSDAG 15 mei

12:00 tot 13:00 uur : Samen soepen Scherpenzeel (De Breehoek)

DONDERDAG 16 mei

17:15 uur : Samen eten Renswoude (De Hokhorst)

VRIJDAG 24 mei

17:00 uur : Samen eten Scherpenzeel (De Breehoek)

WOENSDAG 29 mei

19:00 tot 21:00 uur : Bingoavond (Bibliotheek Renswoude)

WOENSDAG 29 mei

19:30 tot 21:30 uur : Studiekring; inleiding door Tosca van Bussel (De Breehoek)

EENMALIG IN MEI

DINSDAG 14 mei

10:00 tot 12:30 uur : Cultuurkring: lezing Huis Doorn (De Hokhorst)

VRIJDAG 17 mei

9:30 tot 18:00 uur : Museum Plus Bus (verzamelen: De Breehoek)

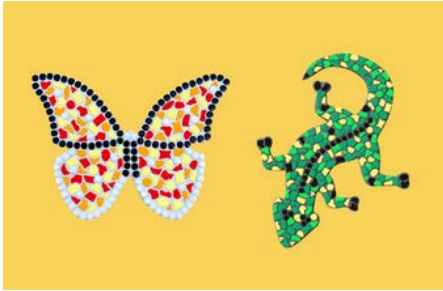
DINSDAG 28 mei

10:00 tot 12:30 uur : Cultuurkring: rondleiding Huis Doorn (Museum Huis Doorn)

DONDERDAG 30 mei

9:30 tot 15:00 uur : Valpreventiedag e-bike (fietsenwinkel Joop van Voorthuizen, Renswoude)

De volgende activiteiten vinden in **mei** plaats. Ook als u niet eerder hebt deelgenomen, bent u van harte welkom. Wilt u vooraf meer informatie? Kijk dan op onze [website](#).



CREATIEVE WORKSHOP MOZAÏEK

Maak **8 mei** iets moois met gekleurde steentjes! Kies zelf uw mozaïekpakket uit op een door ons geselecteerde site. Geef vóór 25 april uw keuze door. Meer informatie krijgt u bij aanmelding via creatieveworkshopsrenswoude@gmail.com of bel 06 13 55 76 57.



CULTUURKRING: HUIS DOORN

De Cultuurkring organiseert in mei twee activiteiten rondom [Huis Doorn](#). Allereerst een lezing op **14 mei** in De Hokhorst. Twee weken later, op **28 mei**, volgt een rondleiding door Huis Doorn. Meer informatie hierover leest u verderop in deze nieuwsbrief.



MUSEUM PLUS BUS

Er zijn nog enkele plaatsen in de bus vrij! Gaat u vrijdag **17 mei** mee naar het Van Gogh museum te Amsterdam? Opgeven kan nog tot 25 april via de [agenda](#) op onze website. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Henk Rijnders, tel. 06 51 21 17 89.



SAMEN ETEN

Ontmoeting, gezelligheid én lekker eten. R'woude: **16 mei**, 17:15 uur (De Hokhorst), €13,- p.p. excl. drankjes. Opgeven kan telefonisch: 06 52 31 39 96 (Jannie Nieboer). S'zeel: **24 mei**, 17:00 uur (De Breehoek), €15,- p.p. Aanmelden via onze [agenda](#).



VALPREVENTIEDAG VOOR E-BIKERS

Heeft u een e-bike? Laat uw fiets controleren! Overweegt u er een te kopen? Kom proeffietsen! Wilt u meer weten over valpreventie? **30 mei** van 9:30 tot 15:00 uur is het e-bike dag bij fietsenwinkel [Joop van Voorthuizen](#). Meer info vindt u elders in deze nieuwsbrief.



STUDIEKRING

De Studiekring komt deze maand twee keer bij elkaar: op woensdag **1 en 29 mei**, van 19:30 uur tot 21:30 uur. De sfeer is gezellig en de gesprekken zijn boeiend. Nieuwe deelnemers zijn welkom! Contactpersoon is Henk Hazeleger, tel. 06 52 37 11 72.

RIJBEWIJSKEURINGEN CBR

Automobilisten kunnen zich in Het Huis in de Wei op vrijdag **10 mei** via RegelZorg medisch laten keuren voor de verlenging van hun rijbewijs.

Een afspraak voor het spreekuur kunt u uitsluitend maken via RegelZorg. Gemakkelijk en snel via de website: www.regelzorg.nl of tijdens kantooruren via de afsprakenlijn: 088 23 23 300. Voor het laten invullen van een rapport oogarts gaat u naar www.regelzorg.nl/oogarts.



MUSEUM HUIS DOORN

Op dinsdag **14 mei** zal de heer Marinus van Santen, gids in museum Huis Doorn, een lezing verzorgen bij de Cultuurkring van de SWO Scherpenzeel-Renswoude over het Huis Doorn. Plaats: Sportcafé De Hokhorst in Renswoude.

Deze lezing zal worden gevolgd door een rondleiding door Huis Doorn op dinsdag **28 mei**.

Beide activiteiten vinden plaats in de ochtend van ongeveer 10:00 tot 12:30 uur.

Introducés voor beide activiteiten zijn van harte welkom. U kunt zich opgeven voor het bezoek aan Huis Doorn tot 14 mei.

Kosten voor niet-leden bedragen €10,- per activiteit wanneer u een geldige museumkaart meebrengt.

Wilt u zich opgeven of meer informatie ontvangen? Neem dan contact op met Nelly Spanjersberg, tel. 06 20 00 17 77.



SAMEN SOEPEN MANTELZORGERS

Zaterdag 20 april waren alle mantelzorgers uitgenodigd voor een lekkere lunch in de bibliotheek van Renswoude. Er was voor iedereen een heerlijke kom soep met een broodje. Wethouder Kees Eskes schoof ook aan en at een hapje mee.

www.swo-sr.nl | info@swo-sr.nl

Renswoude: Rianne van Ginkel 06 51 64 75 25 | Scherpenzeel: Wendy van de Visch 06 83 77 58 54

VALPREVENTIEDAG E-BIKE

donderdag 30 mei van 9:30 tot 15:00 uur

LAAT UW FIETS CONTROLEREN OF KOM PROEFFIETSEN!



Programma

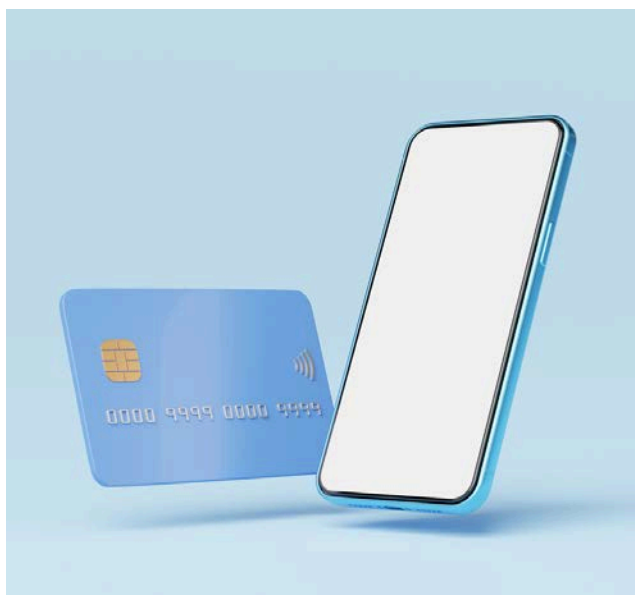
- 9:30 uur : inloop met koffie en thee
- 10:00 tot 12:00 uur : fietscontrole & valpreventie
- 12:00 uur : lunch
- 13:00 tot 15:00 uur : fietstocht

Kosten: € 5,00 voor de lunch

Er zijn leuke acties en aanbiedingen!

Opgeven voor vrijdag 24 mei via: info@swo-sr.nl.

Locatie: Fietsenwinkel Joop van Voorthuizen
Barneveldsestraat 13 te Renswoude



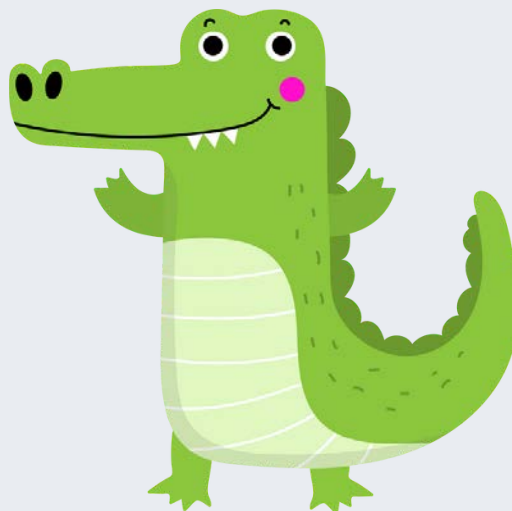
MOBIEL BANKIEREN

Wegens grote belangstelling organiseert Seniorweb Scherpenzeel nogmaals een workshop 'Bankieren met uw telefoon'. Tijdens deze workshop leren de deelnemers hoe ze bankzaken via hun smartphone kunnen regelen.

Op uw eigen telefoon in een speciale bankomgeving kunt u tijdens de workshop oefenen met geld overmaken/een rekening betalen, uw saldo en afschriften bekijken, het adresboek bijwerken, enz. Het maakt voor deelname aan de workshop niet uit bij welke bank u bankiert.

De workshop vindt plaats op maandag **13 mei** van 10:00 tot 11:30 uur in de Bibliotheek. Kosten zijn €5,- per persoon. Neem uw telefoon mee!

Aanmelden kan tot uiterlijk 6 mei door een e-mail naar info@bibliotheekscherpenzeel.nl te sturen of door te bellen naar 033 277 31 07.



KROKODIL KOMT

Op zaterdag **1 juni** doet de Bibliotheek Scherpenzeel mee met de Landelijke BoekStartdag. Deze dag is dé gelegenheid voor (groot)ouders om samen met de (klein)kinderen kennis te maken met de Bibliotheek en te ontdekken hoe fijn het is om samen met boekjes en taal bezig te zijn.

Tijdens de ochtend is Krokodil in de Bibliotheek. Kinderen kunnen hem een handje schudden en samen met hem op de foto. Verder is er een knutseltafel, mini-springkussen en een grabbelton. Er kan ook volop worden gespeeld met speelgoed van Speel-O-Theek de Speelvallei.

Iedereen is van harte welkom bij de BoekStartdag, ook als u geen lid bent van de Bibliotheek. De Boekstartdag is op zaterdag 1 juni van 10:00 tot 12:00 uur. De toegang is gratis. Vooraf aanmelden is niet nodig.



MET DE (KLEIN)KINDEREN

Elke **woensdag**middag om 15:00 uur is het voorleesmoment. De (aller)kleinsten kunnen dan naar een mooi verhaal luisteren en na afloop kleuren. Voor de (groot)ouders is er een kopje koffie of thee.

Mama-café op woensdag 22 mei

Een gezellige ochtend om andere (groot)ouders te ontmoeten. Terwijl de kinderen lekker spelen, kunnen volwassenen onder het genot van een kopje koffie of thee ervaringen delen. Voor vragen of advies over de opvoeding schuift Liesbeth Scheffers ook altijd even gezellig aan. Het Mama-café is van 9:00 tot 10:00 uur en vrij toegankelijk.

Kidsknutsel op woensdag 29 mei

Voor alle kinderen vanaf 6 jaar. Graag vooraf aanmelden. Moeders en oma's zijn welkom om een beetje te helpen. We knutselen van 15:30 tot 16:15 uur. Meedoen is gratis.



KASTEEL RENSWOUD

'Wat Kasteel Renswoude (1654) zo bijzonder maakt, naast haar rijke historie, is haar unieke toegankelijke ligging. In en rondom het 60 ha grote Kasteelbos bevinden zich naast het Kasteel nog andere rijksmonumenten, zoals de Kasteelboerderij, het Grand Canal, de duiventil en het oude theehuis.'

(bron: www.kasteelrenswoude.nl)

Wilt u graag eens zelf een kijkje nemen in Kasteel Renswoude? Dat kan! Op **30 april** en **21 mei** opent het kasteel haar poorten en kunt u deelnemen aan een kleinschalige groepsrondleiding die om 13:45 uur start en ongeveer vijf kwartier duurt. Er worden een of twee trappen gelopen. Kinderen vanaf 12 jaar oud zijn welkom om mee te gaan. De kosten bedragen €9,- per persoon. Via de bibliotheek van Renswoude kunt u zich voor een rondleiding aanmelden, persoonlijk of via [mail](mailto:info@swo-sr.nl).



LANDELIJK

Dementiemonitor 2024

Heeft u dementie of bent u mantelzorger van iemand met dementie? Vul dan de [vragenlijst](#) in en help ons de zorg en ondersteuning bij dementie te verbeteren! Doet u ook mee? Invullen kan t/m 30 juni: www.alzheimer-nederland.nl/belangenbehartiging/dementiemonitor.

WOUDENBERG/SCHERPENZEEL

Iedere tweede woensdag van de maand. **8 mei** is het onderwerp: *Dementie en rouwen om een dierbare*. Wat doe je als een dierbare met dementie zelf een dierbare verliest? Hoe vertel je dit verdrietige nieuws? Praat mee, samen met onze gastspreker Sjoukje van Krimpen-Statema, uitvaartbegeleider.

Alzheimer Café Woudenberg, De Schans (Grote zaal SWO), Schans 33 te Woudenberg. Inloop vanaf 19:00 uur, start programma om 19:30 uur. Einde: rond 21:00 uur. De toegang is gratis. Aanmelden is niet nodig. Wilt u meer informatie? Mail naar: l.vlot@alzheimervrijwilligers.nl of bel Letty Vlot, 06 41 51 44 97.

VEENENDAAL/RENSWOUDE

Elke derde dinsdag van de maand is er een Alzheimercafé, een maandelijks trefpunt voor mensen met dementie, hun partners, familieleden en vrienden. Locatie is het Buurthuis (de Zwaai) van de Engelenburgh, Kerkewijk 77 te Veenendaal.

Dinsdag **21 mei** is er een Alzheimercafé rondom het thema *Domotica in de thuissituatie* (zorghulpmiddelen). Inloop vanaf 19:00 uur, start om 19:30 uur. Einde: rond 21:00 uur. Aanmelden is niet nodig; u mag zo binnenlopen.