



**ACTIVITEITENPROGRAMMA VOOR
SENIOREN UIT DE WIJK EN BEWONERS VAN**

DE RAATSTEDE

1 JUNI T/M 31 JULI 2024

ACTIVITEITENPROGRAMMA IN DE RAATSTEDE

Beste lezer,

Het is zomer! Fijn om met elkaar te kunnen genieten van de zonnige dagen die in het verschiet liggen. Ook tijdens de zomermaanden hebben we veel gezellige, uitdagende activiteiten voor u in petto. U bent meer dan welkom!

Feestelijke opening Ons Raathuis

We kijken enorm uit naar de officiële opening van Ons Raathuis, de twee zorgvilla's met 44 zorgstudio's voor senioren met dementie, op de plek van het voormalige woonzorgcentrum Hugo Oord, aan het Rembrandt Erf. Op dinsdag 11 juni verrichten enkele kinderen en senioren tussen 14.00 en 16.00 uur samen een bijzondere handeling en daarmee de feestelijke opening. Uiteraard bent u van

harte welkom om daarbij aanwezig te zijn.

Lekker naar buiten

Tijdens de zomer kunnen veel activiteiten buiten plaatsvinden. Wat dacht u van een gouden uitstapje naar onze Oranje-camping bij woonzorglocatie Hugo-Waard of een bezoek aan de kermis? We trekken er op diverse dagen wandelend op uit om te genieten van de schitterende omgeving, elkaar

en de frisse lucht! Bovendien belooft het een sportieve zomer te worden met het EK-voetbal en de Olympische Spelen in het vooruitzicht. Uiteraard spelen we daar op in.

Dagbestedingsactiviteiten

Pieter Raat biedt ook dagbestedingsactiviteiten op maat, voor senioren met dementie, Parkinson of andere aandoeningen, die zelfstandig wonen in de wijk. Meer weten hierover?



Neem contact op met team Welzijn, via tel. 072 – 57 67 284 of mail naar welzijn@dprs.nl.

Aanmelden

Voor een flink aantal activiteiten, geldt een maximum aantal deelnemers. U kunt uitsluitend deelnemen als u zich vooraf aanmeldt. Een fijne zomer!

Team Welzijn De Raatstede

Theatervoorstelling Pieter leeft!

Met trots presenteren wij... theatervoorstelling Pieter leeft! Op zaterdag 6 en zondag 7 juli brengen senioren, medewerkers en vrienden van Pieter Raat samen deze mooie, ontroerende en soms ook hilarische voorstelling over ouder worden op de planken. „We werken al maandenlang met hart en ziel aan deze bijzondere theatervoorstelling”, aldus een enthousiaste Frits Weel, die de rol van Pieter Raat vertolkt.

Voorstellingen:

Zaterdag 6 juli om 14.00 & 18.30 uur en zondag 7 juli om 11.00 uur & 15.00 uur
Heer Hugo, Gildestraat 2, Heerhugowaard

Kaartverkoop Pieter leeft! start 3 juni

maandag 3 juni, 14.30 - 16.00 uur, De Raatstede, Dolomiet 2
maandag 3 juni, 14.30 - 16.00 uur, wijkcentrum 't Arboretum, Tamarixplantsoen 1
dinsdag 4 juni, 10.30 - 12.00 uur, Hugo-Waard, G. Douplantsoen 72

Kaartjes kosten € 4,- per stuk. Uitsluitend betaling met pin. N.B. er is een beperkt aantal rolstoelkaarten. Na de voorverkoopdata, zijn kaartjes verkrijgbaar via www.dprs.nl/pieterleeft en tijdens kantooruren bij de receptie van De Raatstede.



BUITEN WANDELEN

Diverse data in juni en juli

ZATERDAG 1 JUNI

- 14.00 - 16.00 Biljarten**, restaurant
- 15.00 - 16.30 Smoothies maken**, De Tulp, € 2,50
Van verschillende soorten fruit maken we weer een overheerlijk gezond drankje. Dat wordt smullen! Graag vooraf aanmelden bij team Welzijn.
- 18.30 - 20.30 Beeld en geluid muziekavond**, restaurant

ZONDAG 2 JUNI

- 14.30 - 16.00 Bingo**, restaurant, € 2,- per ronde

MAANDAG 3 JUNI

- 10.30 - 11.00 Bewegen op muziek**, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.
- 14.30 - 16.00 Vlotbruggen**, restaurant
- 14.30 - 16.00 Start kaartverkoop Pieter leeft!**, Atrium
Meer info op pagina 3 van dit boekje.

DINSDAG 4 JUNI

- 10.15 Buiten wandelen**, Atrium
De Hartstichting adviseert volwassenen tot 75 jaar zo'n 8.000 stappen per dag te zetten. Daarna mag het ietsje minder. Hoeveel stappen u dagelijks ook zet: samen wandelen met een welzijnsmedewerker en vrijwilliger, maakt het er een stuk gezelliger op. Na afloop drinken we koffie of thee in het Atrium. Deze activiteit is ook voor mensen met een rollator of rolstoel (u wordt verzocht zelf voor eventuele hulpmiddelen te zorgen). Deelname is mogelijke na aanmelding vooraf bij team Welzijn.
- 14.00 - 16.00 Biljarten**, restaurant
- 14.30 - 16.00 Rummikub-middag**, restaurant.
Kent u dit gezelschapsspel? Een potje Rummikub is niet alleen gezellig, maar ook een goede training voor de hersenen.
- 16.00 - 18.00 Samen koken**, Groep 1, De Tulp, € 4,-

Samen koken, Groep 2, restaurant, € 4,-
Helpt u mee met de (voor)bereiding van een heerlijke maaltijd? Natuurlijk laten we ons de maaltijd vervolgens goed smaken!
Aanmelden bij team Welzijn.

WOENSDAG 5 JUNI

- 10.30 - 11.00 Bewegen op muziek**, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.
- 11.00 - 12.00 Skip-Bo**, restaurant
- 14.30 - 16.00 Afscheidconcert Meerzorg 4**, restaurant
Meerzorg 4 verhuist deze maand naar de nieuwe locatie "Ons Raathuis" en biedt u een sfeervol afscheidconcert aan, onder leiding van Hans Lubbe.
- 14.30 - 16.00 Handwerkclub**, Atrium
Houdt u ook zo van handwerken? Wij ook! Schuif gezellig aan bij deze nieuwe activiteit, dan gaan we samen creatief aan

de slag met uw eigen creaties.

16.00 - 17.00 Oecumenische kerkdienst, De Dijk

19.00 - 20.30 Silent Disco, Atrium

Komt u gezellig swingen? Iedereen draagt een koptelefoon met dezelfde muziek. Een leuke ervaring om mee te maken!

DONDERDAG 6 JUNI

10.30 - 11.30 Geheugenfitness, De Tulp

11.00 - 12.00 TaiChi-Qigong, De Raatkamer, € 5,-
Meditatieve bewegingsvorm waarbij aandacht, ademhaling en visualisatie een centrale rol spelen. De langzame, sierlijke bewegingen zorgen voor een weldadige ontspanning van lichaam en geest.
Gegeven door Emerence. De activiteit gaat door vanaf 6 deelnemers. U kunt zich aanmelden bij team Welzijn.

13.30 - 16.30 Rit Bus Thijs naar Medemblik, € 6,-

Aanmelden bij team Welzijn.

14.30 - 16.00 Creatief Café (open inloop), Atrium

Neemt u uw eigen handwerk mee? Of misschien wilt u liever een mooie kaart maken? Komt u gerust langs en we maken er een gezellige middag van!

VRIJDAG 7 JUNI

10.30 - 11.00 Bewegen op muziek, staand of zittend aan de reling of in het Atrium

14.00 - 16.00 Klaverjassen, restaurant

14.30 - 16.00 Beauty, De Tulp, € 1,-

ZATERDAG 8 JUNI

14.00 - 16.00 Biljarten, restaurant

15.00 - 16.30 Spellenmiddag, restaurant

16.00 - 17.00 Kerkdienst, De Dijk

18.30 - 20.30 Beeld en geluid muziekavond, restaurant

MAANDAG 10 JUNI

10.30 - 11.00 Bewegen op muziek, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.

13.00 - 16.00 Kermismiddag, incl. koffie/thee en een oliebol
Vanmiddag gaan we gezellig naar de kermis. Wie gaat er mee een rondje zwieren en een gokje wagen? Vervoer is geregeld. Er gaat ook een groep wandelend naar de kermis. Voor meer informatie verwijzen wij u naar de brief die u ontvangt. Graag aanmelden bij team Welzijn. We verzamelen in het Atrium. Deze middag wordt mogelijk gemaakt door Winkeliersvereniging Centrumwaard en Gouden Dagen Heerhugowaard.



DINSDAG 11 JUNI

10.15 Buiten wandelen, Atrium
Hoeveel stappen u dagelijks ook zet: samen wandelen met een welzijnsmedewerker en



KERMISMIDDAG

MAANDAG 10 JUNI - 13.00 - 16.00 UUR

vrijwilliger, maakt het er een stuk gezelliger op. Na afloop drinken we koffie of thee in het Atrium. Deze activiteit is ook voor mensen met een rollator of rolstoel (u wordt verzocht zelf voor eventuele hulpmiddelen te zorgen). Deelname is mogelijk na aanmelding vooraf bij team Welzijn.

- 14.30 - 16.00** **Het geheugenvenster**, restaurant
Vandaag bekijken we filmpjes en documentaires over vroeger. Samen halen we herinneringen op aan lang vervlogen tijden.
- 16.00 - 18.00** **Samen koken**, Groep 1, De Tulp, € 4,-
Samen koken, Groep 2, restaurant, € 4,-
Helpt u mee met de (voor)bereiding van een heerlijke maaltijd? Natuurlijk laten we ons de maaltijd vervolgens goed smaken!
Aanmelden bij team Welzijn..
- 19.00 - 20.30** **Raad een lied of niet**, restaurant

WOENSDAG 12 JUNI

- 10.30 - 11.00** **Bewegen op muziek**, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.
- 11.00 - 12.00** **Skip-Bo**, restaurant
- 14.30 - 16.00** **Handwerkclub**, Atrium
Houdt u ook zo van handwerken? Wij wel! Schuif gezellig aan bij deze nieuwe activiteit, dan gaan we samen creatief aan de slag met uw eigen creaties.
- 14.30 - 16.00** **Gitarist Lidia Leijen**, restaurant
Lidia Leijen komt vandaag gitaar spelen. We beleven samen een gezellige meezingmiddag.

DONDERDAG 13 JUNI

- 10.00 - 11.30** **Jaarvergadering Cliëntenraad**, restaurant
Ontvangst met koffie en een gebakje.
De voorzitter opent de vergadering en neemt u mee door het jaarverslag over

2023. We gaan met elkaar in gesprek over betekenisvolle relaties en sluiten af met een rondvraag en een advocaatje slagroom.

- 10.30 - 11.30** **Geheugenfitness**, De Tulp
- 10.30 - 12.30** **Mee-Zing-Kring met Janina Greven & Cor Dol** in theater Cool. Vandaag staat weer een nieuwe editie van de Mee-Zing-Kring op de agenda. Wilt u zich vooraf aanmelden bij team Welzijn? Wij vertrekken om 10.00 uur vanuit het Atrium. De kosten bedragen € 5,-. U kunt met pin afrekenen in het theater.
- 11.00 - 12.00** **TaiChi-Qigong**, De Raatkamer, € 5,-
Meditatieve bewegingsvorm waarbij aandacht, ademhaling en visualisatie een centrale rol spelen. De langzame, sierlijke bewegingen zorgen voor een weldadige ontspanning van lichaam en geest.
Gegeven door Emerence. De activiteit gaat door vanaf 6 deelnemers. U kunt zich

aanmelden bij team Welzijn.

- 13.30 - 16.30** **Rit Bus Thijs** naar Graft/ de Rijp, € 6,-
Aanmelden bij team Welzijn.
- 14.30 - 16.00** **Draaiorgelmuziek**,
 Een prachtig Italiaans draaiorgel speelt vanmiddag in het Atrium "het levenslied". Het draaiorgel is afkomstig van de firma Dunweg en wordt gesponsord door Gouden Dagen. Bij mooi weer vindt deze activiteit buiten plaats.
- 15.00 - 16.00** **Bijbelkring**, De Dijk

VRIJDAG 14 JUNI

- 10.30 - 11.00** **Bewegen op muziek**, staand of zittend aan de reling of in het Atrium
- 14.00 - 16.00** **Klaverjassen**, restaurant
- 14.30 - 16.00** **Beauty**, De Tulp, € 1,-

ZATERDAG 15 JUNI

14.00 - 16.00 **Biljarten**, restaurant

15.00 - 16.30 **Tafelvoetbalcompetitie**, Atrium



Vanwege het EK-voetbal staat er de komende 4 weken een tafelvoetbalspel bij ons in het Atrium, waarmee wij onze eigen competitie spelen. Doet u ook mee? Aan het einde van de competitie sluiten we af met een prijsuitreiking. Deze activiteit wordt mede mogelijk gemaakt door Gouden Dagen. U kunt zich aanmelden via team Welzijn.

18.30 - 20.30 **Beeld en geluid muziekavond**, restaurant

MAANDAG 17 JUNI

10.30 - 11.00 **Bewegen op muziek**, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.

14.30 - 16.00 **Kegelen**, restaurant

DINSDAG 18 JUNI

10.15 **Buiten wandelen**, Atrium

Kom mee naar buiten allemaal... Gaat u mee wandelen met andere senioren, een welzijnsmedewerker en vrijwilliger? Gezellig! Na afloop drinken we koffie of thee in het Atrium. Deze activiteit is ook voor mensen met een rollator of rolstoel (u wordt verzocht zelf voor eventuele hulpmiddelen te zorgen). Deelname is mogelijk na aanmelding vooraf bij team Welzijn.

14.00- 16.00 **Modeverkoop Fashion Plus**, restaurant

Het is uitverkoop, dus sla uw slag!

14.30 - 16.00 **Tafelvoetbalcompetitie**, Atrium



Vanwege het EK-voetbal staat er de komende 4 weken een tafelvoetbalspel bij ons in het Atrium, waarmee wij onze eigen competitie spelen. Doet u ook mee? Aan het einde van de competitie sluiten we af met een prijsuitreiking. Deze activiteit

wordt mede mogelijk gemaakt door Gouden Dagen. U kunt zich aanmelden via team Welzijn.

16.00 - 18.00 **Samen koken**, Groep 1, De Tulp, € 4,-

Samen koken, Groep 2, restaurant, € 4,-
Helpt u mee met de (voor)bereiding van een heerlijke maaltijd? Natuurlijk laten we ons de maaltijd vervolgens goed smaken!
Aanmelden bij team Welzijn.

WOENSDAG 19 JUNI

10.15 **Muziekstuk Peter en de Wolf**, Atrium

Alle muziekinstrumenten in dit stuk staan symbool voor een dier. Komt u dit prachtige verhaal beluisteren? U kunt plaatsnemen in het Atrium, of aan de relingen. Graag vooraf aanmelden bij team Welzijn.

14.30 - 16.00 **Handwerkclub**, Atrium



SAMEN KOKEN

DIVERSE DATA IN JUNI EN JULI

Houdt u ook zo van handwerken? Wij wel!
Haak gezellig in bij deze creatieve activiteit!
Maken we er samen iets moois van!

17.00 - 18.00 **Snackavond**, restaurant
Zo af en toe een goudgeel patatje met een knapperige snack: daar word je toch blij van! Vanavond zet de chef de frituur op standje 'genieten' en laten we ons het resultaat goed smaken! Voor externen kost een patatje met een snack € 4,40.

19.00 - 20.30 **Gedichtenavond** met onze huisdichter
Aloysius Klepper, restaurant

DONDERDAG 20 JUNI

10.30 - 11.15 **Geheugenfitness**, De Tulp
11.00 - 12.00 **TaiChi-Qigong**, De Raatkamer, € 5,-
Meditatieve bewegingsvorm waarbij aandacht, ademhaling en visualisatie een centrale rol spelen. De langzame, sierlijke

bewegingen zorgen voor een weldadige ontspanning van lichaam en geest.
Gegeven door Emerence. De activiteit gaat door vanaf 6 deelnemers. U kunt zich aanmelden bij team Welzijn.


VRIJDAG 21 JUNI

10.30 - 11.00 **Bewegen op muziek**, staand of zittend aan de reling of in het Atrium

14.00 - 16.00 **Klaverjassen**, restaurant

14.30 - 16.00 **Beauty**, De Tulp, € 1,-

ZATERDAG 22 JUNI

15.00 - 16.30 **Tafelvoetbalcompetitie**, Atrium
 Vanwege het EK-voetbal staat er een tafelvoetbalspel bij ons in het Atrium, waarmee wij onze eigen competitie spelen. Doet u ook mee? Aan het einde

van de competitie sluiten we af met een prijsuitreiking. Deze activiteit wordt mede mogelijk gemaakt door Gouden Dagen. U kunt zich aanmelden via team Welzijn.

18.30 - 20.30 **Muziekavond beeld en geluid**, restaurant

MAANDAG 24 JUNI

10.30 - 11.00 **Bewegen op muziek**, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.

14.30 - 16.00 **Sjoelen**, restaurant

DINSDAG 25 JUNI

10.15 **Buiten wandelen**, Atrium
De Hartstichting adviseert volwassenen tot 75 jaar zo'n 8.000 stappen per dag te zetten. Daarna mag het ietsje minder. Hoeveel stappen u dagelijks ook zet: samen wandelen met een welzijnsmedewerker en

vrijwilliger, maakt het er een stuk gezelliger op. Na afloop drinken we koffie of thee in het Atrium. Deze activiteit is ook voor mensen met een rollator of rolstoel (u wordt verzocht zelf voor eventuele hulpmiddelen te zorgen). Deelname is mogelijke na aanmelding vooraf bij team Welzijn.

14.30 - 16.00 **Tafelvoetbalcompetitie**, Atrium



Vanwege het EK-voetbal staat er een tafelvoetbalspel bij ons in het Atrium, waarmee wij onze eigen competitie spelen. Doet u ook mee? Aan het einde van de competitie sluiten we af met een prijsuitreiking. Deze activiteit wordt mede mogelijk gemaakt door Gouden Dagen. U kunt zich aanmelden via team Welzijn.

16.00 - 18.00 **Samen koken**, Groep 1, De Tulp, € 4,-
Samen koken, Groep 2, restaurant, € 4,-
Helpt u mee met de (voor)bereiding van een heerlijke maaltijd? Natuurlijk laten we

ons de maaltijd vervolgens goed smaken!
Aanmelden bij team Welzijn.

19.00- 20.30 Muziekavond, restaurant

Vanavond staan The Beatles centraal.

WOENSDAG 26 JUNI

10.30 - 11.00 Bewegen op muziek, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.

11.00- 12.00 Skip-Bo, restaurant

14.30 - 16.00 Muziek aan tafel, restaurant

Vandaag staat in het teken van heerlijke meezingers. Denk bijvoorbeeld aan André Hazes, Toon Hermans en Zangeres zonder naam,

14.30 - 16.00 Handwerkclub, Atrium

Houdt u ook zo van handwerken? Wij ook! Schuif gezellig aan bij deze nieuwe activiteit, dan gaan we samen creatief aan de slag met uw eigen creaties.

16.00 - 17.00 Oecumenische Kerkdienst, De Dijk

DONDERDAG 27 JUNI

10.30 - 11.30 Geheugenfitness, De Tulp

10.30 - 12.30 Mee-Zing-Kring met Janina Greven

& Cor Dol in theater Cool. Vandaag staat weer een nieuwe editie van de Mee-Zing-Kring op de agenda. Wilt u zich vooraf aanmelden bij team Welzijn? Wij vertrekken om 10.00 uur vanuit het Atrium. De kosten bedragen € 5,-. U kunt met pin afrekenen in het theater.

14.30 - 16.00 Bloemstukje maken, € 5,-

Vanmiddag halen we het voorjaar in huis. Samen gaan we aan de slag en maken we een vrolijk, kleurrijk bloemstuk. Graag vooraf aanmelden bij team Welzijn.

15.00 - 16.00 Bijbelkring, De Dijk

17.30 - 20.00 Nieuw: het aanschuifdiner, restaurant, € 25,-

Geniet van een overheerlijk 3-gangendiner, samengesteld door onze eigen chef. Deze keer bestaat het menu uit: carpaccio van ossenhaas, kipfilet met rauwe ham en rosésaus, een aardappeltaartje en boontjes in spek. We sluiten af met een dessert van de chef. Komt u ook bourgondisch genieten? U kunt zich opgeven bij een restaurantmedewerker. De kosten bedragen € 25,- per persoon en er is plaats voor maximaal 70 personen.

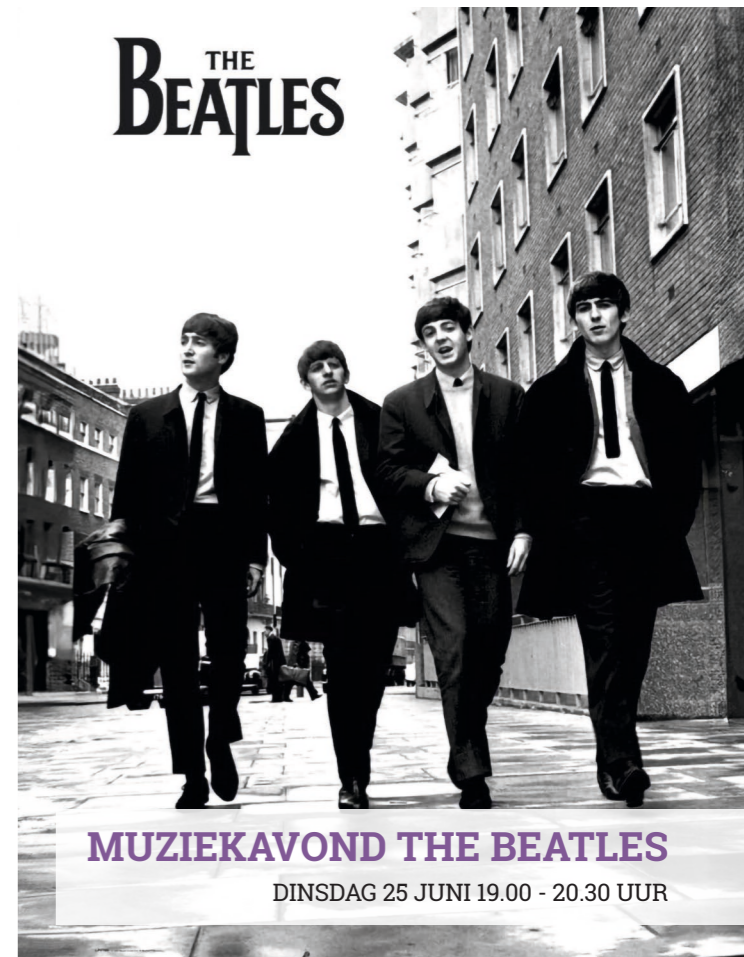
VRIJDAG 28 JUNI

10.30 - 11.00 Bewegen op muziek, staand of zittend aan de reling of in het Atrium

13.30 - 16.30 Rit Bus Thijs voor wijkbewoners

naar Bakkum, € 6,- (contant te voldoen)

U kunt zich aanmelden bij team Welzijn via telefoonnummer 072 - 576 72 84 of stuur



ORANJECAMPING

ZATERDAG 29 JUNI



een e-mail aan welzijn@dprs.nl. De rit kan doorgaan bij minimaal 5 deelnemers. We verzamelen voor vertrek om 13.15 uur in het Atrium van De Raatstede.

14.00 - 16.00 Klaverjassen, restaurant

14.30 - 16.00 Beauty, De Tulp, € 1,-

ZATERDAG 29 JUNI

09.45 - 19.00 Oranjecamping, € 5,-



Bewoners van Basiszorg 1 en 2 kunnen zich opgeven voor een heerlijke vakantie op de camping! We reizen af naar een campingplaats nabij Hugo-Waard. Daar staan onze caravan en partytent, waar we een echte vakantie gaan beleven. We spelen gezellige spelletjes en u heeft de mogelijkheid om een heerlijke wandeling te maken. We blijven de hele dag! Vervoer en eten en drinken is geregeld! U vindt

meer informatie in de brief die u ontvangt. Wilt u mee? Geef u zichzelf dan op bij team Welzijn. Maximaal 8 deelnemers.

MAANDAG 1 JULI

10.30 - 11.00 Bewegen op muziek, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.

14.30 - 16.00 Vlotbruggen, restaurant

DINSDAG 2 JULI

10.15 Buiten wandelen, Atrium

De Hartstichting adviseert volwassenen tot 75 jaar zo'n 8.000 stappen per dag te zetten. Daarna mag het ietsje minder. Hoeveel stappen u dagelijks ook zet: samen wandelen met een welzijnsmedewerker en vrijwilliger, maakt het er een stuk gezelliger op. Na afloop drinken we koffie of thee

in het Atrium. Deze activiteit is ook voor mensen met een rollator of rolstoel (u wordt verzocht zelf voor eventuele hulpmiddelen te zorgen). Deelname is mogelijk na aanmelding vooraf bij team Welzijn.

14.15 - 16.15 Marianne Mode verkoop, restaurant

14.30 - 16.00 Tafelvoetbalcompetitie, Atrium



Vanwege het EK-voetbal staat er een tafelvoetbalspel bij ons in het Atrium, waarmee wij onze eigen competitie spelen. Doet u ook mee? Aan het einde van de competitie sluiten we af met een prijsuitreiking. Deze activiteit wordt mede mogelijk gemaakt door Gouden Dagen. U kunt zich aanmelden via team Welzijn.

16.00 - 18.00 Samen koken, Groep 1, De Tulp, € 4,-

i.v.m. de vakantie geen groep 2

Helpt u mee met de (voor)bereiding van een heerlijke maaltijd? Natuurlijk laten we ons de maaltijd vervolgens goed smaken!

Aanmelden bij team Welzijn.

WOENSDAG 3 JULI

10.30 - 11.00 Bewegen op muziek, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.

11.00 - 12.00 Skip-Bo, restaurant

14.30 - 16.00 Muziek aan Tafel, restaurant

Het thema van vandaag is: zomerse muziek. Bij mooi weer vindt deze activiteit buiten op het terras plaats.

14.30 - 16.00 Handwerkclub, Atrium

Houdt u ook zo van handwerken? Wij ook! Schuif gezellig aan bij deze nieuwe activiteit, dan gaan we samen creatief aan de slag met uw eigen creaties.

16.00 - 17.00 Oecumenische Kerkdienst, De Dijk

19.00 - 20.30 Swingavond, Atrium

Voetjes van de vloer en swingen! Ook met uw rollator of rolstoel bent u van harte welkom!

DONDERDAG 4 JULI

10.30 - 11.30 Geheugenfitness, De Tulp

13.30 - 16.30 Bus Thijs rit naar de Beemster, € 6,-
Gaat u mee? Vertrek vanuit het Atrium.
Aanmelden via team Welzijn.

14.30 - 16.00 WII-Bowlen, Atrium

VRIJDAG 5 JULI

10.30 - 11.00 Bewegen op muziek, staand of zittend aan de reling of in het Atrium

14.00 - 16.00 Klaverjassen, restaurant

14.30 - 16.00 Beauty, De Tulp, € 1,-

ZATERDAG 6 JULI

14.00 & 18.30 Theatervoorstelling Pieter leeft!
Voorstelling voor & door cliënten, medewerkers en vrienden van Pieter Raat.
Locatie: Heer Hugo, Gildestraat 2.

Voor info over kaartverkoop, zie pag. 3 of www.dprs.nl/pieterleeft

16.00 - 17.00 Kerkdienst, De Dijk

In verband met de theatervoorstelling "Pieter leeft!" zijn er vandaag geen middag- en avondactiviteiten gepland.

ZONDAG 7 JULI

11.00 & 15.00 Theatervoorstelling Pieter leeft!

Voorstelling voor & door cliënten, medewerkers en vrienden van Pieter Raat.
Locatie: Heer Hugo, Gildestraat 2.
Voor info over kaartverkoop, zie pag. 3 of www.dprs.nl/pieterleeft

MAANDAG 8 JULI

10.30 - 11.00 Bewegen op muziek, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.



THEATERVORSTELLING PIETER LEEFT!

ZIE PAGINA 3 VAN DIT BOEKJE

14.30 - 16.00 **Kegelen**, restaurant

DINSDAG 9 JULI

10.15 **Buiten wandelen**, Atrium

Deze activiteit is ook voor mensen met een rollator of rolstoel (u wordt verzocht zelf voor eventuele hulpmiddelen te zorgen). Deelname is mogelijke na aanmelding vooraf bij team Welzijn.

14.30 - 16.00 **Tafelvoetbalcompetitie**, Atrium

Vanwege het EK-voetbal staat er een tafelvoetbalspel bij ons in het Atrium, waarmee wij onze eigen competitie spelen. Doet u ook mee? Aan het einde van de competitie sluiten we af met een prijsuitreiking. Deze activiteit wordt mede mogelijk gemaakt door Gouden Dagen. U kunt zich aanmelden via team Welzijn.

16.00 - 18.00 **Samen koken**, Groep 1, De Tulp, € 4,-



i.v.m. de vakantie geen groep 2

Helpt u mee met de (voor)bereiding van een heerlijke maaltijd? Natuurlijk laten we ons de maaltijd vervolgens goed smaken! Aanmelden bij team Welzijn.

19.00 - 20.30 **Rekenbingo**, restaurant, € 2,-

WOENSDAG 10 JULI

10.30 - 11.00 **Bewegen op muziek**, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.

11.00 - 12.00 **Skip-Bo**, restaurant

14.30 - 16.00 **Gitarist Lidia Leijen**, restaurant
Lidia Leijen komt vandaag gitaar spelen. We beleven samen een gezellige meezingmiddag.

14.30 - 16.00 **Handwerkclub**, Atrium

Houdt u ook zo van handwerken? Wij ook! Schuif gezellig aan bij deze nieuwe activiteit, dan gaan we samen creatief aan

de slag met uw eigen creaties.

18.00 - 20.30 **Wandel1Daagse**, € 4,50

Onze jaarlijkse wandel1daagse staat vandaag op de agenda! Gaat u gezellig met ons mee op een mooie route door Heerhugowaard. U kunt ook een familielid of vriend uitnodigen om mee te gaan. Vanzelfsprekend is onderweg gedacht aan pauzegelegenheden, met een verfrissend drankje en een versnapering. Alle deelnemers worden op onze eigen 'Via Gladiola' feestelijk verwelkomd door zanger Joost de Vries! U leest meer informatie in de brief die u ontvangt.

DONDERDAG 11 JULI

10.30 - 11.30 **Geheugenfitness**, De Tulp

10.30 - 12.30 **Mee-Zing-Kring met Janina Greven & Cor Dol** in theater Cool. Vandaag staat

weer een nieuwe editie van de Mee-Zing-Kring op de agenda. Wilt u zich vooraf aanmelden bij team Welzijn? Wij vertrekken om 10.00 uur vanuit het Atrium. De kosten bedragen € 5,-. U kunt met pin afrekenen in het theater.

13.30 - 16.30 **Bus Thijs** rit naar Den Helder, € 6,-
Gaat u mee? Vertrek vanuit het Atrium. Aanmelden via team Welzijn.

14.30 - 16.00 **Creatief Café (open inloop)**, Atrium
Neemt u uw eigen handwerk mee? Of misschien wilt u liever een mooie kaart maken? Komt u gerust langs en we maken er een gezellige middag van!

14.30 - 16.00 **Bijbelkring**, De Dijk

VRIJDAG 12 JULI

10.30 - 11.00 **Bewegen op muziek**, staand of zittend aan de reling of in het Atrium

14.00 - 16.00 **Klaverjassen**, restaurant

14.30 - 16.00 **Beauty**, De Tulp, € 1,-

ZATERDAG 13 JULI

14.00 - 16.00 **Biljarten**, restaurant

15.00 - 16.30 **Uitslag en prijsuitreiking**

tafelvoetbalcompetitie, restaurant

U kunt ook nog een laatste potje tafelvoetbal spelen!

18.30 - 20.30 **Muziekavond beeld en geluid**, restaurant

MAANDAG 15 JULI

10.30 - 11.00 **Bewegen op muziek**, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.

14.30 - 16.00 **Sjoelen**, restaurant

DINSDAG 16 JULI

10.15 **Buiten wandelen**, Atrium
Deze activiteit is ook voor mensen met een rollator of rolstoel (u wordt verzocht zelf voor eventuele hulpmiddelen te zorgen). Deelname is mogelijk na aanmelding vooraf bij team Welzijn.

14.00 - 16.00 **Biljarten**, restaurant

14.30 - 16.00 **Bean bag baseball**, Atrium

16.00 - 18.00 **Samen koken**, Groep 1, De Tulp, € 4,-
i.v.m. de vakantie geen groep 2
Helpt u mee met de (voor)bereiding van een heerlijke maaltijd? Natuurlijk laten we ons de maaltijd vervolgens goed smaken! Anmelden bij team Welzijn.

WOENSDAG 17 JULI

10.30 - 11.00 **Bewegen op muziek**, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.

14.30 - 16.00 **Muziek aan tafel**, restaurant

14.30 - 16.00 **Handwerkclub**, Atrium
Houdt u ook zo van handwerken? Wij ook! Schuif gezellig aan bij deze nieuwe activiteit, dan gaan we samen creatief aan de slag met uw eigen creaties.

17.00 - 18.00 **Snackavond**, restaurant
Zo af en toe een goudgeel patatje met een knapperige snack: daar word je toch blij van! Vanavond zet de chef de frituur op standje 'genieten' en laten we ons het resultaat goed smaken! Voor externen kost een patatje met een snack € 4,40.

DONDERDAG 18 JULI

10.30 - 11.30 **Geheugenfitness**, De Tulp

13.30 - 16.30 **Bus Thijs** rit langs het IJsselmeer, € 6,-
Gaat u mee? Vertrek vanuit het Atrium. Anmelden via team Welzijn.



BILJARTEN

DIVERSE DATA IN JUNI EN JULI



MUZIEKAVOND FRANK SINATRA

DINSDAG 23 JULI 19.00 - 20.30 UUR

14.30 - 16.00 Spellencafé, Atrium

Er zijn zo veel leuke spellen! Maar ja, u weet pas hoe leuk die spellen zijn, als u het een keer... Afijn, u snapt het... Vandaag halen we letterlijk alles uit de kast en spelen we superleuke en relatief onbekende spellen. Verrassend!

VRIJDAG 19 JULI

10.30 - 11.00 Bewegen op muziek, staand of zittend aan

de reling of in het Atrium

14.00 - 16.00 Klaverjassen, restaurant

14.30 - 16.00 Beauty, De Tulp, € 1,-

ZATERDAG 20 JULI

14.00 - 16.00 Biljarten, restaurant

15.00 - 16.30 Spellennmiddag, De Dijk

16.00 - 17.00 Kerkdienst, De Dijk

18.30 - 20.30 Muziekavond beeld en geluid, restaurant

MAANDAG 22 JULI

10.30 - 11.00 Bewegen op muziek, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.

14.30 - 16.00 Kegelen, restaurant

DINSDAG 23 JULI

10.15 Buiten wandelen, Atrium

De Hartstichting adviseert volwassenen tot 75 jaar zo'n 8.000 stappen per dag te zetten. Daarna mag het ietsje minder. Hoeveel stappen u dagelijks ook zet: samen wandelen met een welzijnsmedewerker en vrijwilliger, maakt het er een stuk gezelliger op. Na afloop drinken we koffie of thee in het Atrium. Deze activiteit is ook voor mensen met een rollator of rolstoel (u wordt

verzocht zelf voor eventuele hulpmiddelen te zorgen). Deelname is mogelijk na aanmelding vooraf bij team Welzijn.

14.30 - 16.00 Bean bagg baseball, restaurant

16.00 - 18.00 Samen koken, Groep 1, De Tulp, € 4,-
i.v.m. de vakantie geen groep 2

Helpt u mee met de (voor)bereiding van een heerlijke maaltijd? Natuurlijk laten we ons de maaltijd vervolgens goed smaken! Aanmelden bij team Welzijn.

19.00 - 20.30 Muziekavond, restaurant

Vanavond staat de muziek van Frank Sinatra in het middelpunt van onze belangstelling.

WOENSDAG 24 JULI

10.30 - 11.00 Bewegen op muziek, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.

11.00- 12.00 Skip-Bo, restaurant

14.30 - 16.00 Muziek aan tafel

Vandaag is het thema: Hollandse gezelligheid

14.30 - 16.00 Handwerkclub, Atrium

Houdt u ook zo van handwerken? Wij ook! Schuif gezellig aan bij deze nieuwe activiteit, dan gaan we samen creatief aan de slag met uw eigen creaties.

18.30 - 20.30 Zomerse smoothies maken, De Tulp, € 2,50

Graag vooraf aanmelden bij team Welzijn.

DONDERDAG 25 JULI

10.30 - 11.30 Geheugenfitness, De Tulp

14.30 - 16.00 Spellencafé, Atrium

14.30 - 16.00 Bijbelkring, De Dijk

17.30 - 20.00 Nieuw: het aanschuifdiner, restaurant, € 25,-

Een overheerlijk 3 gangen diner van onze chef. Met o.a. een zomerse salade met gerookte kip, langzaam gegaarde kalfsukade, witlof met een stoofpeertje

en gefrituurde aardappel. Tot slot wordt een overheerlijk dessert van de chef geserveerd. Graag vooraf aanmelden bij een restaurantmedewerker.

VRIJDAG 26 JULI

10.30 - 11.00 Bewegen op muziek, staand of zittend aan de reling of in het Atrium

13.30 - 16.30 Rit Bus Thijs voor wijkbewoners

naar Kolhorn, € 6,- (contant te voldoen)

U kunt zich aanmelden bij team Welzijn via telefoonnummer 072 - 576 72 84 of stuur een e-mail aan welzijn@dprs.nl. De rit kan doorgaan bij minimaal 5 deelnemers.

We verzamelen voor vertrek om 13.15 uur in het Atrium van De Raatstede.

14.00 - 16.00 Klaverjassen, restaurant

14.30 - 16.00 Beauty, De Tulp, € 1,-

ZATERDAG 27 JULI

14.00 - 16.00 Biljarten, restaurant

15.00 - 16.30 Spellencafé, restaurant / buiten

18.30 - 20.30 Muziekavond beeld en geluid, restaurant

ZONDAG 28 JULI

14.30 - 16.00 Bingo, restaurant, € 2,- per ronde

MAANDAG 29 JULI

10.30 - 11.00 Bewegen op muziek, staand of zittend aan de reling of in het Atrium

14.30 - 16.00 Jeu de boules, restaurant/ buiten

DINSDAG 30 JULI

10.15 Buiten wandelen, Atrium

Deze activiteit is ook voor mensen met een rollator of rolstoel (u wordt verzocht zelf voor eventuele hulpmiddelen te zorgen).

Deelname is mogelijke na aanmelding vooraf bij team Welzijn.

14.00 -16.00 Biljarten, restaurant

14.30 - 16.00 Spelmiddag, restaurant of buiten

16.00 - 18.00 Samen koken, Groep 1, De Tulp, € 4,-

Helpt u mee met de (voor)bereiding van een heerlijke maaltijd? Natuurlijk laten we ons de maaltijd vervolgens goed smaken! Aanmelden bij team Welzijn.

WOENSDAG 31 JULI

10.30 - 11.00 Bewegen op muziek, staand of zittend aan de reling of in het Atrium.

11.00- 12.00 Skip-Bo, restaurant

14.30 - 16.00 Muziek aan tafel, restaurant

14.30 - 16.00 Handwerkclub, Atrium



Onder voorbehoud

Dit activiteitenprogramma is samengesteld met veel enthousiasme en goede zin. Toch is het programma onder voorbehoud. Deelname aan activiteiten is voor eigen risico.



Woonzorgcentrum De Raatstede

Dolomiet 2

1703 DX Heerhugowaard

T 072 - 576 72 00

welzijn@dprs.nl / www.dprs.nl

wonen · zorg · welzijn