



**Federatie van Wassenaarse
Ouderenorganisaties**

**Jaarverslagen 2023
van de FWO,
FWO werkgroepen en
aangesloten organisaties**

Inhoudsopgave

De FWO in 2023	3
FWO Werkgroep Wonen, Welzijn en Zorg	4
FWO Werkgroep Dagschool 50+	6
FWO Werkgroep Evenementen Commissie	7
Katholieke Bond van Ouderen Wassenaar	8
Protestants Christelijke Bond van Ouderen Wassenaar	9
Wassenaarse Senioren Bond	9
Stichting Wassenaarse Ouderen in Beweging	11
De Zonnebloem afdeling Wassenaar	13
Organogram	16

Contact bestuur FWO:

Email: fwowassenaar@gmail.com

Website: www.fwowassenaar.nl

De Federatie van Wassenaarse Ouderenorganisaties in 2023

VAN DE VOORZITTER

Begin 2024 is het tijd voor een terugblik op 2023. Konden we vorig jaar zeggen dat de coronaperiode achter ons lag, zo moeten we nu constateren dat deze periode toch zijn diepe sporen heeft achter gelaten.

Bijeenkomsten en festiviteiten mochten en konden weer, maar alles kwam slechts moeizaam en dan nog slechts ten dele, op gang. Bij veel organisaties blijkt het steeds moeilijker vrijwilligers te vinden die zich, niet incidenteel maar ook structureel, kunnen en willen inzetten.

Gelukkig blijkt dat, zelfs met een beperkt aantal vrijwilligers nog veel mogelijk is.

De Evenementen Commissie van de FWO zorgde begin januari voor een goed bezochte Nieuwjaarsbijeenkomst in de Warenar. Peter ten Arve, de gastspreker voor dit jaar, vertelde over “Stolpersteine” of struikelstenen die op diverse plaatsen in Wassenaar in stoepen zijn aangebracht ter herinnering aan Joodse inwoners die in WO 2 zijn weggevoerd.

De Ouderendag werd in oktober eveneens in de Warenar gevierd. Cabaretière Marjolein Meijers trad op met het programma *Tijdloos*. Ze werd begeleid door de broers Onno en Walter Kuipers en maakte gebruik van een grote variëteit aan instrumenten. De middag was mede door een prima catering door de Warenar, een groot succes.

Net als andere jaren leverde de Federatie ook aan de Kerst Inn in het Ontmoetingspunt Sophieke een bijdrage.

De Dagschool 50+ kon ook dit jaar weer taalcursussen Engels, Frans, Italiaans en Spaans aanbieden aan altijd enthousiaste cursisten.

Het reguliere overleg van het bestuur met de gemeente en de wethouder kwam, door alle politieke wisselingen en strubbelingen bij de gemeente wat later op gang. De werkgroep Wonen Welzijn en Zorg (WWZ) nam ook aan deze bijeenkomsten deel. Besloten is dat deze zeer actieve werkgroep ook in de toekomst aanwezig zal zijn bij dit overleg. In februari is afscheid genomen van Tini van der Heiden, zij was jarenlang heel actief in deze werkgroep. Ook voor wat betreft het overleg met SMOW is besloten om dit samen met de werkgroep WWZ te gaan doen.

Er is door leden van het bestuur deelgenomen aan de netwerkontbijten van de Vrijwilligerscentrale en bij de bijeenkomsten van SKW. In maart waren we aanwezig bij de opening van het “Nieuwe Alzheimer café”.

Bij de dodenherdenking op 4 mei is door de FWO een krans gelegd bij het monument aan de Schouwweg.

Op 9 mei vond de algemene ledenvergadering (ALV) plaats en daarbij werd duidelijk dat het aantal actieve leden van de FWO afneemt en dat nieuwe aanwas er nog niet is.

In juni werd de SGW bijeenkomst annex borrel door ons bezocht.

Zeer regelmatig heeft het bestuur van de FWO vergaderd en daar waar nodig actie ondernomen en/of zaken gedelegeerd. We hebben geconstateerd dat een deel van onze speerpunten en taken door anderen zijn overgenomen de helpdesk en de digitaliseringscursussen zijn nu ondergebracht bij de bibliotheek en dat werkt goed.

Voor het komende, nu al lopende jaar, zijn we aan het denken over de toekomst van de FWO. Wat zijn onze mogelijkheden, wat is zinvol en hoe gaan we het doen? Uiteraard is en blijft de FWO de vertegenwoordiger van alle ouderen in Wassenaar. Wij constateren dat er ieder jaar

veel activiteiten voor de ouderen in Wassenaar worden georganiseerd maar dat onderlinge afstemming lastig kan zijn. Er zijn nog steeds veel maatschappelijke en sociale problemen m.b.t. het welzijn van ouderen in onze gemeente. De Federatie hoopt m.n. op deze gebieden onze bijdrage tot verbetering te kunnen en blijven leveren .

Op financieel gebied was het een rustig jaar. De balanspositie is solide en de winst- verlies rekening laat een positief saldo zien.

Rudolf van der Flier, voorzitter

FWO - Werkgroep Wonen, Welzijn en Zorg (WWWZ)

Secretaris: Inge Bunte

telefoon:06 42966792

e-mail: ingebunte@hotmail.com

Samenstelling van de werkgroep per 31-12-2023:

Voorzitter: Rob Gussekloo

Secretaris: Inge Bunte

Leden: Dorine Nieuwzwaag

Marius Winters

Wilma Bergveld

Adviserend lid: Aisia Okma, directeur SMOW

Inge Bunte nam per 1 januari de functie van secretaris over van Tini van der Heiden.

In september nam Karin de Winter afscheid van de Werkgroep omdat ze tot haar spijt teveel afwezig moest zijn.

Doelstelling van de Werkgroep:

- het bevorderen van goede zorgverlening aan ouderen in Wassenaar
- het bevorderen van een goede leefomgeving met een breed spectrum aan activiteiten op velerlei terrein
- het stimuleren van de bouw van woningen waar Wassenaarse ouderen op prettige wijze zelfstandig kunnen wonen
- het geven van aandacht aan goede en toegankelijke vervoersvoorzieningen
- het signaleren van behoeften van ouderen en mantelzorgers

Jaarlijks maakt de Werkgroep een actieplan waarin de prioriteiten zijn aangegeven.

Algemeen:

Op 7 februari namen de FWO en de Werkgroep in Het Ruime Sop met een receptie afscheid van Tini van der Heiden.

Een andere bijeenkomst in “Het Ruime Sop” had als doel om de de samenwerking van de FWO en Werkgroep te intensiveren. In 2024 zal een lid van het bestuur van de FWO deelnemen aan elke vergadering van de Werkgroep

De Werkgroep vergaderde in 2023 11 maal.

Drie keer werd gesproken met de wethouder Sociaal Domein. Daarbij werd aan de wethouder onder andere aandacht gevraagd voor respijtzorg, de woningbehoefte en woonwensen van

oudere Wassenaarders en burgerparticipatie van ouderen. De wethouder zegde toe de FWO/Werkgroep zoveel mogelijk te betrekken bij de vorming van de nota Ouderenbeleid en de Woonzorgvisie.

Eenmaal werd vergaderd met een vertegenwoordiger van de Wassenaarsche Bouwstichting, tweemaal met de Wassenaarse Zorgondernemers, tweemaal met raads- en commissieleden van de gemeente Wassenaar, eenmaal met de FWO. We vergaderden op verscheidene locaties: de Paauw, bij de SMOW, bij de Wassenaarsche Bouwstichting, Het Ruime Sop, het Deijlerhuis, woonzorgcentrum Duinstede en het Van Ommerenpark.

Twee keer vergaderde de Werkgroep zonder deelname van anderen.

Verder spraken de voorzitter en de secretaris met twee studenten bouwkunde over woningbehoefte van ouderen.

Wonen:

Inmiddels wordt onderzoek gedaan naar bodemvervuiling van de Gemeentewerf, waarna een plan wordt ontwikkeld voor de hele locatie. Dat zal weer perspectief geven op het realiseren van het Burgerinitiatief De Twee Stokstaartjes.

Bij de nieuwbouw van middeldure appartementen aan de Poortlaan/Ridderlaan wordt geen ontmoetingsruimte gerealiseerd. Het blijken overigens dure middeldure appartementen te worden: de huurprijs is € 1.200,-- tot € 1.350 per maand....

Welzijn en Zorg

Mantelzorg en respijtzorg stonden en staan hoog op de agenda van de Werkgroep. In gesprekken met wethouder Bloemendaal is specifiek het probleem van de nagenoeg ontbrekende mogelijkheid van respijtzorg aangekaart.

De beleidsmedewerker Woonzorgvisie van de gemeente Wassenaar nodigde de FWO/Werkgroep uit voor een gesprek in het kader van voorbereiding van haar beleidsnota.

Aan dat gesprek zullen de zorgondernemers deelnemen.

Het invalidentoilet aan de Wassenaarse Slag (voorlopige versie) is inmiddels geplaatst, mede dankzij de samenwerking van de gemeente met de Stichting Gehandicapten en de Werkgroep. Plan is nog meer invalidentoiletten in Wassenaar te plaatsen.

Overige aandachtspunten:

Leden van de Werkgroep namen regelmatig deel aan de bijeenkomsten van het Sociaal Kontakt in Wassenaar.

Op 30 maart bezochten leden van de Werkgroep de afscheidsreceptie van Ad Zopfi, directeur van de Wassenaarsche Bouwstichting, op 26 juni de conferentie over dementie in de Warenar, aan de Focusgroep 'verbreding vroegopsporing kwetsbare thuiswonende ouderen', de presentatie 'vitaal ouder worden is zo gek nog niet' en de Ouderendag van de FWO.



Inleiding

De Dagschool 50+ is een werkgroep van de FWO (Federatie van Wassenaarse Ouderenorganisaties) en heeft als doel het organiseren van betaalbare cursussen voor Wassenaarse ouderen op cultureel en educatief gebied. Naast het leren van een taal komen in de cursussen ook cultuur, landschap en een stukje geschiedenis van het betreffende land aan de orde. Ook hebben de lessen een sociaal aspect en bieden de cursisten gelegenheid tot gezellige contacten.

Dagschool 50+ start cursusjaar 2023-2024

Op 18 januari 2024 is het tweede trimester begonnen met de taallessen Frans, Engels, Spaans en Italiaans in het Van Heeckerenhuis. Van mei t/m september is er een zomerstop en 1 oktober 2024 start het nieuwe trimester.

Het rooster is als volgt:

Maandag	13.00-14.00u	Italiaans	Beginners	Mw. J. Ormel
	14.15-15.15u	Italiaans	gevorderden	Mw. J. Ormel
Dinsdag	10.00-11.00u	Italiaans	gevorderden	Mw. D. Scaiola
Woensdag	13.15-14.15u	Spaans	Beginners	Mw. B. Torres
	14.15-15.15u	Spaans	gevorderden	Mw. B. Torres
Donderdag	10.00-11.00	Frans	gevorderden	Mw. G. Verhoef
	11.00-12.00u	Frans	Beginners	Mw. G. Verhoef
	13.45-14.45u	Engels	Beginners	Mw. M. Andeweg
	15.00-16.00u	Engels	gevorderden	Mw. M. Andeweg
Vrijdag	09.30-10.30u	Yoga	-	Mw. A. v/d Velde

Het cursusgeld bedraagt € 10,- per lesuur. Per jaar worden er twee clusters van elk 12 lessen gegeven. (oktober-december en januari-april).

Voor de yogalessen gelden andere bedragen en tijden.

In het eerste trimester (okt-dec 2023) zijn er geen beginnerslessen Italiaans geweest, omdat de docent die zich destijds had aangemeld liet weten dat ze er toch van af zag. De nieuwe docent, Jacqueline Ormel, is in het tweede trimester gestart met het geven van de taal cursus Italiaans voor beginners en gevorderden op de maandagmiddag.

Ook wordt dit jaar weer een cursusmarkt georganiseerd die in september zal worden gehouden in het Van Heeckerenhuis.

Dit jaarverslag is opgesteld door de coördinatoren Dagschool 50+ :

Jarigina Burggraaff

Sjoerdje Heijder

Wassenaar, 24 maart 2024/JB



Evenementen Commissie, werkgroep van de Federatie van Wassenaarse Ouderenorganisaties

De Evenementen Commissie van de FWO bestaat uit de dames Gerda Meijer (voorzitter) en Mariëtte Lunstra.

De commissie heeft zich in 2023 beziggehouden met het plannen en organiseren van de gebruikelijke evenementen: de Nieuwjaarsbijeenkomst, de Ouderendag, en de Kerst Inn, Verzorging van de publiciteit en werving van deelnemers aan de activiteiten eisten speciale aandacht omdat veel ouderen nog bang waren voor (hiernieuwde) uitbraak van corona en dus nauwelijks uit huis durfden. De inspanningen hebben zich gelooond, want de activiteiten werden goed bezocht.

Ondersteuning werd ook verleend bij het samenstellen van het jaarverslag 2022 van de FWO.

Evenementen

Maandag 9 januari in de Warenar: de traditionele Nieuwjaarsbijeenkomst. Dit keer met als speciale spreker de heer Peter ter Arve die vertelde over 'stolpersteine' in Wassenaar. Stolpersteine worden in stoepen geplaatst in stoepen bij woningen waar in de oorlog Joden woonden, en die in de loop van die donkere jaren werden weggevoerd en omgebracht. Opdat wij allen nooit zullen vergeten.....

Zoals gebruikelijk was er weer een gezellige sfeer en was de catering prima verzorgd door de medewerkers van de Warenar.

Dinsdagmiddag 10 oktober viering in Wassenaar van de Ouderendag 2023.

Het cabaretensemble van Marjolein Meijers trad op in De Warenar. Ongeveer tachtig bezoekers hadden een fijne middag met een lach en een traan. Heerlijke hapjes en drankjes, verzorgd door de medewerkers van de Warenar, zorgden voor een passende omlijsting. Het evenement werd mede mogelijk gemaakt door Uitvaartzorg Omen en Antiquariaat Parnassos. *Tweede Kerstdag 26 december* participeerde de FWO in de organisatie van de Kerst Inn in het Ontmoetingscentrum Sophieke van de SWZ.

Veel oudere Wassenaarders hadden de weg gevonden naar Sophieke voor een heerlijke kerstlunch en een gezellig samenzijn in de middag. De 4-gangen lunch was prima verzorgd door de medewerkers van het huis. Een muzikaal combo en een speciale kerstbingo zorgden voor een prima sfeer in de middag, terwijl er ook nog genoeg tijd was voor een praatje met zijn/haar tafelgenoten.

De Evenementen Commissie kijkt terug op een prima jaar, waar het vaak gelukt is weer een (glim)lach te toveren op de gezichten van de deelnemers.

Ideeën voor de invulling van de viering van de Ouderendag 2024 worden alweer uitgewerkt.

Gerda Meijer, voorzitter

Mariëtte Lunstra, lid



Katholieke Bond van Ouderen Wassenaar

Website: <http://wassenaar.kbozuidholland.nl>.

Contact: Hans van der Meer, meersr@online.nl

Samenstelling bestuur

Het bestuur bestond in het verslagjaar uit de volgende leden:

penningmeester de heer Hans van der Meer

lid de heer Ben Gerse

Leden:

De KBO Wassenaar is in 2023 sterk achteruit gegaan met het aantal leden: van 120 naar 107.

Dit werd veroorzaakt door vergrijzing en minder interesse van ouderen. Toch is het gelukt in het verslagjaar een drie gezellige ontspanningsmiddagen te organiseren. De traditionele kerstbijeenkomst kende een bijzonder grote opkomst en was zeer sfeervol.

Elke maand wordt er tweemaal een klaverjasmiddag georganiseerd in de kantine van Blauw Zwart die geheel kosteloos beschikbaar wordt gesteld.

De leden van de KBO Wassenaar ontvingen voor hun contributie tienmaal het informatieblad KBO?PCOB magazine dat per post wordt gedistribueerd.

Jaarvergadering:

De financiën werden op de jaarlijkse algemene ledenvergadering in orde bevonden en de contributie is op het zelfde bedrag gehouden.

Helaas hebben oproepen voor nieuwe bestuursleden in diverse media en via de leden geen nieuwe kandidaten opgeleverd.

Nieuwe ontwikkelingen:

Per 31 december 2023 is de KBO Wassenaar geen lid meer van de Unie KBO maar samengegaan met KBO Zuid Holland.

Diverse (meest provinciale) afdelingen hebben zich in het verslagjaar afgescheiden van de Unie KBO, mede omdat de voorgenomen fusie van de Unie KBO met de PCOB is afgeblazen. De PCOB is op zoek naar een nieuwe fusiepartner.

Hans van der Meer, penningmeester



Protestants-Christelijke Bond van Ouderen Wassenaar

Contactadres: mevrouw F.C. Gunneman-Zwaak
E: Fenna.Gunneman@hetnet.nl
Website: www.pcob.nl/afdelingen/wassenaar/

Bestuur

Het bestuur bestond aan het begin van het jaar uit
Ton Rueck, voorzitter
Worp de Jong, penningmeester en
Fenna Gunneman, secretaris.

Algemeen

De afdeling Wassenaar van de PCOB (Protestants Christelijke Ouderen Bond) zet zich in voor ouderen in Wassenaar d.m.v. het organiseren van activiteiten en bijeenkomsten en door belangenbehartiging.



Wassenaarse Senioren Bond

Het nieuwe jaar begon met een gezellige plantenbingo maar een week later sloeg het noodlot toe.

Onze zeer gewaardeerde secretaris mevrouw M.J. Korff-Pelgrim is op 16 januari 2023 plotseling overleden. Wat nu, wat nu, wat nu. Mevrouw E. Hoorn werd interim secretaris en mevr. M.W. Hakkeling melde zich aan als interim penningmeester.

BESTUUR:

Het bestuur van de Wasbo bestond per 1 januari 2023 uit de volgende leden:

de heer J.C.R. Kooijmans	voorzitter/interim penningmeester.
mevrouw M.J. Korff – Pelgrim	secretaris / ledenadministratie.
de heer A.B.M. van Leeuwen	coördinator ontspanningsmiddagen, etc.
mevrouw E. Hoorn –van der Schaaff	algemeen bestuurslid, zorgt voor prijzen loterij en bingo.
de heer C.A. Riem	algemeen bestuurslid en beheerder website.

Het bestuur vergaderde 9 maal in 2023.

Onze vereniging is vertegenwoordigd op bijeenkomsten van de FWO (Federatie van Wassenaarse Ouderenorganisaties), op Regiovergaderingen, alsmede op de vergadering van de landelijke FASv (Federatie Algemene Seniorenverenigingen). Deze laatste federatie, waarvan de Wasbo lid is, behartigt seniorenbelangen op landelijk niveau. Onderhandeling over kortingen op premies ziektekostenverzekering is daarvan slechts één voorbeeld. Dit is per 1-1-2024 opgezegd wegens te hoge kosten.

ALGEMEEN.

De communicatie met de leden verliep voornamelijk via De Wassenaarse Krant.

Onze website www.wasbo.nl werd ook in 2023 goed bezocht. Via deze website meldden zich zelfs enige nieuwe leden aan.

COMMISSIE LIEF en LEED.

De commissie bestond uit Wil van Bommel met assistentie van Riny Noordoven.

Dit jaar kregen 24 kroonjarigen van de Wasbo een bloemetje voor hun verjaardag:

8 x 80 jaar, 8 x 85 jaar en 7 x 90 jaar, 1x100 jaar. Een lid werd 102 jaar, ook een bloemetje waard.

Verder werd aandacht besteed aan zieke leden en moesten we ook enige condoleances verzenden.

ONTSPANNINGSMIDDAGEN.

Door de activiteitencommissie, de heren Jaap Kooijmans en Louis van Leeuwen, met ondersteuning van onze vrijwilligers, wordt gewoonlijk elke tweede maandag van de maand (behalve in juli en augustus) een middag georganiseerd. We vonden steeds gastvrijheid in het Buurtcentrum Oostdorp en Omgeving aan de Dr. Mansveltkade 9.

In dit jaar konden we 9 gezellige middagen organiseren en wel op:

- 9 januari: plantenbingo
- 13 februari: de zingende slager uit Scheveningen.
- 13 maart: ALV en Kirsten Keij
- 17 april: dhr. Karel Hoorn foto's en quiz over Wassenaar.
- 8 mei: mevr. De Jong uit Waddinxveen met een reisverslag over Schotland.
- 12 juni: Het amusementskoor Volare uit Sassenheim.
- 11 september: JWR band met zang gitaar en mondharmonica.
- 9 oktober: Het slavisch ensemble Raduzhnaya.
- 13 november: Zingende advocaat Bob Heeren.
- 11 december: Kerstlunch. Albert Heijn schonk de hoofdprijs, Louis Vollenbregt zorgde voor de kerststukjes.

Fonds 1818 en Fonds Wassenaar steunden ons financieel daarbij.

ALGEMENE LEDENVERGADERING en BESTUURSWISSELINGEN

Op 13 maart hebben we de Algemene Ledenvergadering gehouden.

De financiële commissie is voor haar werk bij de penningmeester op bezoek geweest met positief resultaat.

Per eind 2023 bestond het bestuur 5 personen:

- | | |
|-----------------------------------|---|
| de heer J.C.R. Kooijmans | voorzitter. |
| mevrouw E. Hoorn –van der Schaaff | secretaris, zij verzorgde ook de prijzen voor loterij en bingo. |
| mevrouw M.W. Hakkeling- Hak. | penningmeester/ledenadministratie |

de heer A.B.M. van Leeuwen
de heer C.A. Riem

coördinator ontspanningsmiddagen, etc.
webmaster.

De Wasbo is dringend op zoek naar een bestuurslid die de functie van coördinator ontspanningsmiddagen van de heer A.B.M. van Leeuwen wil en kan overnemen.

LEDENAANTAL :

Totaal per 1 januari 2023 152

Totaal per 31 december 2023 140

FINANCIËN.

De Wasbo is financieel gezond.

De contributie is onveranderd. Deze bedraagt € 25,- per persoon per kalenderjaar, al sinds de oprichting in 2015.

Wij kregen financiële steun van Gemeente Wassenaar en van Fonds1818.

E. Hoorn-van der Schaaff, secretaris. (secretaris@wasbo.nl)

Wassenaar, januari 2024



Stichting Wassenaarse Ouderen in Beweging

Omdat je meer kan dan je denkt !

Algemeen

De coronapandemie liep in 2023 op zijn einde dus alle activiteiten van het bestuur van de WOB en haar leden zijn, voorzover mogelijk, weer opgestart. De doelstelling blijft onveranderd.

De Stichting Wassenaarse Ouderen in Beweging heeft ten doel zoveel mogelijk ouderen te stimuleren deel te nemen aan bewegingsactiviteiten om zodoende de lichamelijke gezondheid te bevorderen.

In 2023 telde de WOB ca. 225 betalende leden. Het lidmaatschap bedroeg € 5,-per jaar.

Het WOB bestuur bestond in 2023 uit een dagelijks bestuur (DB) van 4 leden, dat met de 7 hieronder genoemde groepsleiders het algemeen bestuur vormde. Het DB bestuur heeft in 2023 5x vergaderd en het AB bestuur 5x.

Het DB werd gevormd door

Elly Binnendijk (voorzitter),

Sandor Singer (penningmeester),

Marian van Beekum (secretaris), en

Judith van Wendel de Joode (lid).

Als lid is halverwege het jaar Jennifer Olijve erbij gekomen.

Zwemmen en watergymnastiek

De WOB biedt 3 verschillende zwemactiviteiten aan: watergymnastiek, trimzwemmen en banenzwemmen.

Iedere werkdag van 10 - 11 uur geeft een enthousiaste zweminstructeur lessen in het Wellnessbad dat een behaaglijke temperatuur heeft van 32 graden.

Er bestaat veel belangstelling voor en de lessen gaan ook tijdens de vakantieperiode gewoon door zodat geen conditieverlies hoeft op te treden.

De trimzwemlessen worden gegeven in het wedstrijdbad, iedere dinsdag van 10.30 tot 11.15 uur en aansluitend is er gelegenheid om 3 kwartier banen te zwemmen.

Behalve bij het banenzwemmen is er gelukkig weer een opleving in de bezoekersaantallen te zien.

Dit jaar waren er 4.935 betalende bezoekers van de WOB, nog niet helemaal de aantallen van voor corona (5.413) maar toch een toename van 220 vergeleken met vorig jaar.

Van de mooie kortingsregeling is al veel gebruik gemaakt: er werden 263 meerbadenkaarten aangeschaft: 185 stuks 12 badenkaarten en 78 stuks 25 badenkaarten.

De rest van de zwemmers kozen voor een los-bad kaart.

Doordat ook de lessen cognitieve fitness in een ruimte bij het zwembad gegeven worden, lijkt het erop dat ook bij die deelnemers toekomstige zwemmers te zitten.

Zaalsporten

De zaalsporten zijn onder te verdelen in 2 groepen in 2 verschillende locaties:

Locatie de Sporthal: de gymgroep op woensdag heeft als groepsleider Lia de Jong. Jan Keer is al sinds jaren onze instructeur.

De ledenlijst was dit jaar behoorlijk, nl. 14 personen en dat is een leuk aantal. De sfeer is goed en gezellig en tijdens de koffie die we na afloop van het uur gym met z'n allen drinken is het altijd een vrolijke bende!

We zoeken uiteraard wat nieuwe deelnemers aangezien er, door o.a. ziekte, wel een paar gaan afvallen. We doen allemaal ons best om nieuwe leden te vinden!!!

Locatie Bloemcampschool: Sport en Spel, groepsleider Hans v.d. Kooij, instructeur Jan Keer. 10 deelnemers: elke maandagmiddag van 16.00 - 17.00 uur (behalve in de schoolvakanties).

De bewegingsgroep 'Blijf Fit' van Anneke van Velzen is helaas gestopt vanwege te weinig deelnemers.

Buitenactiviteiten

Wandelen

Het afgelopen jaar was zeer succesvol. Ondanks een groot deel van het jaar dat de groepsleider verstek moest laten gaan, was de opkomst over heel het jaar behoorlijk te noemen. Het gemis van de leider werd voortreffelijk opgevangen door de andere deelnemers. Petje af en met volle moed naar het nieuwe jaar.

De fietsclub van Gemma van Puffelen.

De fietsclub bestond uit 9 dames maar helaas, in het nieuwe jaar fietsen er 8 dames mee. Het weer is de laatste 3 maanden niet gunstig geweest zodat wij duidelijk minder hebben kunnen fietsen dan andere jaren. Toch genieten wij steeds weer van onze mooie omgeving. Het Nordic Walken is al sinds 2006 een vast onderdeel van de Wassenaarse Ouderen in Beweging. Iedere dinsdag en vrijdag trekken 3 groepen eropuit om in de mooie natuur rondom Wassenaar deze vorm van sport te beoefenen.

Het blijkt niet alleen plezier te geven maar is heel goed voor het hartritme, longproblemen, overgewicht enz. Bovendien activeert deze activiteit de spieren in het bovenlichaam.

Behalve de aanschaf van de stokken en het lidmaatschap van de WOB zijn er geen kosten aan verbonden.

Het ledenaantal is nagenoeg gelijk aan de voorgaande jaren. Het is absoluut een aanwinst in de sportbeoefening in Wassenaar.

Bewegingstoestel aan de Hofcampweg onder leiding van groepsleider Elly Binnendijk. Met veel enthousiasme gymmen woensdagochtend 9 dames en 1 heer bij het beweegtoestel aan de Hofcampweg, zowel in de zomer als in de winter en zelfs bij vorst met een zonnetje. Bij de start denken we soms waar beginnen we aan maar na afloop bij de koffie is er altijd een positieve reactie. De weersomstandigheden zijn eigenlijk nooit zo slecht dat we niet kunnen gymmen en dan is er altijd nog een uitwijk-mogelijkheid waar we terecht kunnen. Dit jaar hebben we afscheid genomen van Ilona onze instructeur. Door verandering in haar werk was zij genoodzaakt te stoppen. Jennifer Olijve is een fijne opvolger. Met veel plezier gaan we het nieuwe jaar in.

PR

Er worden regelmatig stukjes geschreven voor plaatsing in de Wassenaarse Krant o.a. door de groepsleiders, met als doel de WOB onder de aandacht te houden en zo meer leden te werven. Bovendien staat de WOB om de week in de colofon van de gemeente Wassenaar. Tevens heeft de WOB sinds kort een website: wobactief.nl

Marian van Beekum, secretaris
1 februari 2024



De Zonnebloem afdeling Wassenaar

Missie

De Nationale Vereniging De Zonnebloem is een landelijke vereniging, die zich inzet voor het dichterbij elkaar brengen van die mensen die niet makkelijk zelfstandig de deur uit kunnen, maar toch graag in contact blijven met medemensen.

De vereniging is er voor iedereen vanaf 18 jaar die door ziekte, handicap of ouderdom fysiek beperkt is geraakt en voor wie persoonlijk contact en deelname aan de maatschappij niet vanzelfsprekend zijn. Met dit voor ogen organiseert De Zonnebloem verschillende activiteiten, zowel lokaal als bustochten.

Bestuur

Het bestuur van de afdeling bestond uit de volgende personen:

Sjoerdje Heijder (voorzitter),
Paul Meltzer (secretaris),
Robert Huisman (penningmeester) en
Gerda Meijer (bestuurslid bezoekwerk) en
Mariet Bekooij (lid)

Organisatie

De afdeling kent ultimo 2023 18 vrijwilligers, de leden, onder wie twee verpleegkundigen. Mensen die gebruik maken van de Zonnebloem, noemen we deelnemers. Zij moeten in Wassenaar wonen. Een aantal vrijwilligers bezoekt regelmatig 6 (eenzame) deelnemers thuis. De vrijwilligers begeleiden ook de hieronder vermelde 10 groepsactiviteiten die dit jaar hebben plaatsgevonden. 128 deelnemers maakten hier 421 maal gebruik van. De busreizen worden georganiseerd door *Theo's Busreizen*. De link met de nationale vereniging wordt nu door een landelijke coördinator vervuld.

De afdeling is aangesloten bij de Federatie van Wassenaarse Ouderenorganisaties (FWO). Ook werkt de afdeling samen met de gemeente, de Stichting Maatschappelijke Ondersteuning Wassenaar, de Vrijwilligerscentrale Wassenaar en de thuiszorg. In de Wassenaarse Krant worden activiteiten aangekondigd en na afloop verslagen.

Activiteiten voor deelnemers

1. *24 januari: film André Rieu en lunch in Warenar.* Guus meldt dat de deelnemers laaiend enthousiast waren. De lunch was geweldig.
2. *24 februari: Haarzuilen met diner en Shantykoor.* We vertrokken via de toeristische route naar Harmelen. Bij de eerste stop van het in puur natuur gelegen Restaurant “Het Wapen van Harmelen” genoten wij van gebak en koffie of thee. In Restaurant “ ‘t Wapen van Haarzuylen” kregen we een winterbuffet, voorafgegaan door heerlijke pittige pompoensoep met vervolgens een variatie van bekende stampotten naar keus. Ook de gehaktballen, Gelderse worsten, spekjes en jus ontbraken niet. Tijdens en na deze feestmaaltijd werden wij vermaakt door 30 al op leeftijd zijnde “Shantykoorzangers” met de naam “Krakend Tuig”, begeleid door vijf muzikanten en een dirigent. Deze eet- en zangmiddag werd besloten met vanille ijs met slagroom en een drankje. Om circa 18.30 uur waren we terug in Wassenaar.
3. *31 maart: Louwmanmuseum:* Er waren 29 deelnemers. Die vonden het een groot succes. Veel deelnemers overschatten hun mobiliteit.
4. *20 april: Keukenhof:* Ger vond het uitje heel geslaagd. Er was wel verwarring over de bus. De oorspronkelijke bleek kapot. De deelnemers hebben genoten. Er zijn veel leuke schriftelijke bedankjes binnengekomen. Sommigen vonden de prijs te hoog. Hierbij is geen rekening gehouden met het grote aantal rolstoelduwers dat nodig was.
5. *2 juni: High Tea: In “Tussen Kaag en Brasem” met terras in Roelofarendsveen.* Dit was een groot succes.
6. *7 juli: Amstelcruise:* Helaas konden 9 mensen van de wachtlijst niet mee. De zon scheen de hele dag uitbundig. In Amsterdam gingen we aan boord aan de oever van de Amstel. Beneden werd koffie met appelgebak geserveerd en bovendeks kon je in de zon zitten. Om 12.00 uur werden de trossen losgegooid. We voeren langs het Centraal Station, over het IJ en door de binnenstad, langs het Scheepvaartmuseum en Artis, enzovoort. We kwamen midden in Amsterdam. Er werd een biertje of glaasje wijn geschonken. En kijk, nog een broodje kroket. Om 16.00 uur gingen wij van boord. Weer een superdag van de Zonnebloem, althans dat hoorde ik om me heen. Er waren veel deelnemers die niet tot de doelgroep horen. We zullen hier voortaan aandacht aan schenken.
7. *25 augustus: Blijdorp:* Deze activiteit was goed georganiseerd. Er waren 23 vrijwilligers nodig voor het duwen van de rolstoelen. In een nazomers zonnetje vertrokken 57 gasten met 20 vrijwilligers naar Diergaarde Blijdorp. Met informatief commentaar van reisleader Theo verliep de busreis vlot en startten we in restaurant “De Lepelaar” met koffie of thee en een taartje naar keuze. Vervolgens toog ieder op eigen gelegenheid de Diergaarde in. De deelnemers en vrijwilligers genoten van de giraffen, olifanten, ijsberen, leeuwen, neushoorns en haaien in het Oceanium, maar evenzeer van de gelada, gieren, komodo's en tapir. De rondgang onderbroken voor een gezellige lunch met een soepje, broodjes (met kroket), koffie, thee en melk. Iets later dan gepland maar voldaan na ook een drankje en versnapering in de bus keerde iedereen vanaf de opstapplaats huiswaarts. Deelnemers worden steeds minder mobiel. Ze waren wel enthousiast en dankbaar (brieven).
8. *20 september: Vislunch bij Schuitemaker in Katwijk.* De deelnemers krijgen koffie bij aankomst. Er wordt een 3 gangenmenu geserveerd met wijn en koffie toe. Het eten was heerlijk. De deelnemers waren enthousiast. We kregen complimenten voor de uitstekende organisatie. Sommigen vonden de prijs wel hoog.
9. *2 september: Verwendag (valt samen met de landelijke Ziekendag.)* Elke vrijwilliger bracht een plantje met een wenskaart naar 3 mensen die het moeilijk hebben. De plantjes waren mooi. Deze actie werd zeer gewaardeerd en we kregen veel positieve reacties.
10. *16 november: Singer museum in Laren.* Theo rijdt de Zonnebloem naar het museum. De ontvangst is uitstekend. De koffie met gebak is goed verzorgd evenals de lunch met soep en babykroketjes. Het museum bevat de tentoonstelling “ Le grande bleue”. Om me heen duwen 12 vrijwilligers onze gasten naar de schilderijen die hen raken en ontroeren. Om 15.30 verzamelen wij weer bij de bus en reizen

moe en voldaan terug naar Wassenaar. De deelnemers waren enthousiast. Voorschotenaren wilden ook mee. In de Wassenaarse Krant zullen we voortaan melden dat deze activiteit alleen voor Wassenaarders is.

11.21 december: Kerstlunch in De Paauw. In het prachtig versierde Raadhuis De Paauw ontving De Kerstman de gasten van De Zonnebloem voor een feestelijke lunch in de Raadszaal. Allereerst was er een welkomstwoord van burgemeester Leendert de Lange. Vervolgens genoten de deelnemers van een garnalencocktail, een warme lasagne met frisse salade en tot slot een tiramisu. Witte en rode wijnen begeleidden de spijzen, onder de vrolijke klanken van het ensemble “So-Right!”, met piano, keyboard, gitaar en zang. Klassieke en meer wereldlijke Kerstliederen vulden de Raadszaal.

Gerda Meijer, coördinator bezoekwerk, geeft veel voorlichting en bemiddelt mensen die graag gebruik maken van het aanbod aangepaste vakanties.

Overige activiteiten

- ◆ De medewerkers hebben dit jaar 9 keer vergaderd en het bestuur ook 9 keer.
- ◆ Op 27 oktober is er een vrijwilligersdiner gehouden bij De Baron: Iedereen was enthousiast. De aanwezigheid van onze chauffeur, Theo, vond men ook leuk. De jubilea van Daniëlle (10 jaar), Gerda (25 jaar) en Robert (10 jaar), voor wie het een verrassing was, werden uitgebreid met bloemen, een speldje, en voor Gerda, een beeldje, gevierd. Het was prettig dat we een zaal voor ons zelf hadden, in tegenstelling tot vorige jaren.

Financiën

Om dit allemaal financieel mogelijk te maken doet de afdeling mee aan de jaarlijkse Zonnebloemlotenverkoop onder auspiciën van het Nationaal Bureau. De afdeling krijgt een deel van de opbrengst. Helaas loopt de verkoop elk jaar terug. Ook ontvangt men een klein percentage van de (ook afnemende) donaties aan het Nationaal Bureau, afkomstig van gevers uit Wassenaar. Voor 2023 is een gift door een Wassenaarse organisatie verstrekt. Die maakte dat de prijzen dit jaar weer laag konden worden gehouden.

Paul Meltzer, secretaris

ORGANOGRAM FEDERATIE WASSENAARSE OUDERENORGANISATIES

Leden

KBO, PCOB, WASBO, WOB,
de Zonnebloem

Bestuur FWO

gekozen door leden

Aangesloten organisatie(s)

Stichting Gehandicapten
Wassenaar

Werkgroepen

- Werkgroep Wonen, Welzijn,
Zorg
- Dagschool 50+
- Evenementen Commissie

Externe contacten met

- Gemeente Wassenaar
- SMOW
- Servicecentra W'naar
- Sociaal Kontakt
W'naar
- GGD
- Bibliotheek W'naar/
V'schoten (Seniorweb
v/h Leercentrum)