

Wereld-Alzheimer-Week 16 - 21 september 2019

Thema 2019: Bewegen

Op 21 september is het weer Wereldalzheimerdag. Elk jaar organiseren de zorg- en welzijnsinstellingen met de Alzheimerafdeling een activiteit in Pijnacker-Nootdorp-Delfgauw. Dit jaar is het thema wereldwijd "BEWEGEN" en wordt het samen met de SPORTRAAD georganiseerd.

Bewegen is voor iedereen belangrijk. Zeker voor mensen met geheugenproblemen of (beginnende) dementie. Samen bewegen zorgt ook nog voor gezelligheid en contact; en ook dat is voor ons allemaal gezond! Dus neem in deze week gerust je partner, vriend, vriendin of kennis mee!

Het idee: een hele week!

In de week van 16 t/m 21 september a.s. gaan sportverenigingen, sportscholen etc. bewegen mét mensen met geheugen-

problemen/dementie. Zo bereiken we ook, dat we eens 'stil staan' bij

- de aanwezigheid van mensen met (beginnende) dementie in onze gemeenschap
- van de invloed die dementie heeft op de betrokkene en zijn/haar naasten, én
- van wat er nog allemaal wél kan met beginnende dementie!

Want wist u, dat één op de vijf mensen dementie krijgt? We krijgen er in onze naaste omgeving dus allemaal mee te maken...

Beweegcoach Sander van Akkeren heeft een programma opgesteld

Dit programma wordt mogelijk gemaakt door de medewerking van diverse sportorganisaties, instellingen voor ouderen en meerdere sponsors.

U kunt zich aanmelden voor een of zelfs meerdere activiteiten. Zie onder aan deze pagina.

Alles is gratis. Er zijn vele leden van sportverenigingen, die als vrijwilliger zullen helpen bij de activiteiten of bij het vervoer.

En wie weet blijft het niet bij deze éne week of dag samen bewegen, maar ont-

SAMEN BEWEGEN IS
GEZELLIG



staan er contacten over en weer! Wat zou het mooi zijn als het samen bewegen één op één of in een groep, door blijft gaan!

Feestelijke afsluiting op zaterdag 21 september 16:00 uur in Grand Café De Viergang

In de Viergang is er voor alle deelnemers en vrijwilligers een feestelijke afsluiting. De Alzheimerafdeling heeft de wethouder van het Sociaal Domein, Hanneke van de Gevel, uitgenodigd! We hopen dat een bekende groot oud-sportman uit

Nootdorp aanwezig zal zijn. Er is muziek van Kees Balm en u kunt kennismaken met de Riezangers uit Nootdorp!

U bent van harte uitgenodigd. Mis dit niet!

Kijk voor meer informatie op:

www.alzheimer-nederland.nl/regios/delft-westland-oostland/wereld-alzheimer-dag-2019-pijnacker-nootdorp

www.alzheimer-nederland.nl/regios/delft-westland-oostland

www.samendementievriendelijk.nl

U kunt zich aanmelden via:

Beweegcoach.senioren@gmail.com

SWOP
Zorgboerderij Buitengewoon
Buurtzorg

Huis van Rie
Pieter van Foreest
Home Instead

Careyn
PlukdeDag Zorgkwekerij
ZorgMies Delft

Overzicht activiteiten Alzheimerweek Pijnacker/Nootdorp/Delfgauw

Maandag 16 september

activiteit	plaats	organisatie	tijd
Aquarobics	Zwembad de Viergang, Pijnacker	De Viergang	09:00
Biljarten	De Schakelaar, Pijnacker	SWOP	09:00
Bewegingsactiviteit zaal	Cultura &zo, Nootdorp	SWOP	09:30
Bewegingsactiviteit zaal	Cultura &zo, Nootdorp	SWOP	10:30
Wandeling + rondleiding	Zorgboerderij Buitengewoon, Delfgauw	Zorgboerderij	10:00
Koersbal	De Schakelaar, Pijnacker	SWOP	13:30
Tennis + Jeu de Boules	TV Nootdorp, Nootdorp	TV Nootdorp	14:00
Tafeltennis	Sporthal de Viergang, Pijnacker	Tafeltennis vereniging Pijnacker	20.00
Badminton	Sporthal de Viergang, Pijnacker	BC Pijnacker	20.00

Dinsdag 17 september

activiteit	plaats	organisatie	tijd
Wandeling + rondleiding	Zorgboerderij Buitengewoon, Pijnacker	Zorgboerderij	10:00
Muziek op Schoot	Ontmoetingscentrum Pijnacker	Pieter van Foreest	10:45
Zwemmen	Zwembad Ipse de Bruggen, Nootdorp	Pieter van Foreest	12:00
Fitness	Fysical Delfgauw, Delfgauw	Fysical	12:30
Biljarten	RKDEO kantine	RKDEO Biljart	13:00
Wandeling	Woonzorgcentrum Veenhage, Nootdorp	Pieter van Foreest	14:00
Sjoelen	De Schakelaar, Pijnacker	SWOP	14:45
Korfbal	KV Avanti, Pijnacker	KV Avanti	16:30

Woensdag 18 september

activiteit	plaats	organisatie	tijd
Fietsen met duofiets	Wooncentrum Veenhage, Nootdorp	Pieter van Foreest	10:00 - 15:00 Per 1 uur reserveren
Fietsen met rolstoelfiets	Wooncentrum Veenhage, Nootdorp	Pieter van Foreest	10:00 - 15:00 Per 1 uur reserveren
Wandeling + rondleiding	Bieslandhoeve, Delfgauw	Zorgboerderij	10:30
Fifty Fit	Het Baken, Pijnacker	SWOP	12:15
Dynamic Tennis	RKDEO sporthal, Nootdorp	DT Nootdorp	13:30

Donderdag 19 september

activiteit	plaats	organisatie	tijd
Bewegingsactiviteit zaal	De Kiezel, Delfgauw	SWOP	09:00
Bewegingsactiviteit zaal	De Kiezel, Delfgauw	SWOP	10:00
Wandeling	Pieters Brasserie Pijnacker	Pieter van Foreest	10:00
Bewegingsactiviteit buiten	Grasveld Ipse de Bruggen, Nootdorp	Ipse de Bruggen	10:30
Fithockey	HC Pijnacker, Pijnacker	HCP	10:30
Zwemmen	Zwembad Ipse de Bruggen, Nootdorp	Pieter van Foreest	12:00
Fitness	Fysical, Delfgauw	Fysical	12:30
Jeu de Boules	Folatre, Pijnacker	Folatre	14:45

Vrijdag 20 september

activiteit	plaats	organisatie	tijd
Fietsen met duofiets	Wooncentrum Veenhage, Nootdorp	Pieter van Foreest	10:00 - 15:00 Per 1 uur reserveren
Fietsen met rolstoelfiets	Wooncentrum Veenhage, Nootdorp	Pieter van Foreest	10:00 - 15:00 Per 1 uur reserveren
Dynamic Tennis	RKDEO Sporthal, Nootdorp	DT Nootdorp	10:15
Beweegactiviteit	Ontmoetingscentrum Pijnacker	Pieter van Foreest	10:30
Bewegen op muziek	De Dansacker, Pijnacker	Dansacker	10:30
Wandeling + rondleiding	Zorgkwekerij "Pluk de dag", Pijnacker	Zorgkwekerij	14:00

Zaterdag 28 september

thuiswedstrijd bijwonen	SV Nootdorp, Nootdorp	SV Nootdorp	14:00
-------------------------	-----------------------	-------------	-------