

Nieuwjaarswandeling

Kom samen met ons op **zondag 19 januari** het nieuwe jaar inluiden tijdens een bijzondere wandeltocht door het prachtige Zuiderpark! Geniet van een inspirerende kunstroute langs indrukwekkende beelden en beleef een gezellige middag vol ontmoetingen. Na afloop is er een "Bakkie Aandacht" voor alle leden van Mantelkring & OpenJeHart. Een mooie kans om elkaar te ontmoeten en het jaar feestelijk te beginnen!



Te gast bij Amare en het Residentie Orkest

Ontdek in samenwerking met het Residentie Orkest de magie van de zondagochtend. Op **zondag 16 februari** verzorgen we naast het concert (Haydn, Strauss en Ravel) aansluitend een muzikale bewegingsworkshop met livemuziek en optioneel een lekker lunchpakket.



Wil jij echt iets betekenen voor een ander? Word vrijwilliger!

Bij Mantelkring, OpenJeHart en het Aandachtcentrum kun jij het verschil maken. We zoeken enthousiaste vrijwilligers voor:

- **Gastheer/gastvrouw** bij evenementen en activiteiten.
- **Wandelcoaches** voor onze groeiende wandelgroepen.
- **Bellers** voor het Aandachtcentrum: je bent het luisterend oor voor onze deelnemers, belt 1 à 2 uur per week en doet dit gemakkelijk vanuit huis.

Wat krijg jij als vrijwilliger?

- Training en begeleiding van ervaren coaches.
- Toegang tot trainingen voor jouw persoonlijke ontwikkeling.
- Ondersteuning van een betrokken backoffice.
- Veel dankbaarheid en voldoening in een rol die écht iets betekent.
- Een vrijwilligersvergoeding.

Doe vrijwilligerswerk dat ertoe doet!

Bij ons kun je zelfstandig werken, nieuwe mensen ontmoeten en echt iets betekenen voor anderen.

Meld je nu aan en maak het verschil!

Via email: denhaag@lwpc.nl of telefonisch 088-7878988. Meer informatie op onze website



JANUARI, FEBRUARI, MAART 2025

We zijn er voor jou!
In elk stadsdeel
in Den Haag

Maak kennis met ons
GRATIS* activiteiten-
programma

*Alleen voor weekend-
activiteiten vragen we een
kleine bijdrage.

Nieuwjaars-
wandeling

Bowlen

Het Oppimp
Atelier

Optreden
Gouwe Ouwe
Op Volle Toeren
Playback Orkest

Residentie
Orkest in
Amare

Wandelen in
8 stadsdelen

Vandaag praten
over morgen

Ontspannen door
bewust te ademen

OpenJeHart
VERBINDT MENSEN

Toe aan nieuwe contacten?
Bij OpenJeHart ontmoet je
nieuwe mensen. Maak zelf een
keuze uit de (gratis)
activiteiten die jij leuk vindt.
www.openjehart.nu

Mantelkring
VERBINDT MENSEN

Wie zorgt er voor de mensen
die zorgen? Bij Mantelkring
ontmoet je andere mantel-
zorgers tijdens ontspannen,
creatieve en leuke uitjes.
www.mantelkring.nl

Bel ons op
088-7878988



AGENDA

Januari

Weekendactiviteit Nieuwjaarswandeling

Zondag 19 januari
14.00 tot 16.00 uur
Zuiderpark

GRATIS



Weekendactiviteit Bowlen

Zondag 26 januari
14.00 tot 16.00 uur
Ockenburgh Active

Februari

Weekendactiviteit Optreden Gouwe Ouwe Op Volle Toeren Playback Orkest

Zondag 2 februari
14.00 tot 16.00 uur
Theater Dakota



10 JARIG
BESTAAN

Creatieve Salon workshop het Oppimp Atelier

ESCAMP

Dinsdag 11 februari
10.00 tot 12.00 uur
Bibliotheek Escamp

LOOSDUINEN

Dinsdag 11 februari
14.00 tot 16.00 uur
Schroeder Kerketuinenweg

LAAK

Woensdag 12 februari
10.00 tot 12.00 uur
Wijkcentrum Cromvlietplein



SCHEVENINGEN

Woensdag 12 februari
14.00 tot 16.00 uur
Schroeder Westduinweg

HAAGSE HOUT

Maandag 24 februari
10.00 tot 12.00 uur
Wijkcentrum Bezuidenhout
(Johannes Camphuisstraat)

YPENBURG

Maandag 24 februari
14.00 tot 16.00 uur
Bibliotheek Ypenburg

CENTRUM

Vrijdag 28 februari
10.30 tot 12.30 uur
Schroeder Loosduinsekade

SEGBROEK

Vrijdag 28 februari
14.00 tot 16.00 uur
Schroeder Fahrenheitstraat

Weekendactiviteit Ochtendconcert Residentie Orkest – Haydn, Strauss & Ravel

Zondag 16 februari
11.00 tot 14.00 uur
Amare

Maart

Themabijeenkomst Vandaag praten over morgen

ESCAMP

Dinsdag 11 maart
10.00 tot 12.00 uur
Rode Kruis (Zilverstraat)

ESCAMP

Dinsdag 11 maart
14.00 tot 16.00 uur
Rode Kruis (Zilverstraat)

LOOSDUINEN

Woensdag 12 maart
12.00 tot 14.00 uur
De Wiekslag



LOOSDUINEN

Woensdag 12 maart
15.00 tot 17.00 uur
De Wiekslag

CENTRUM

Donderdag 13 maart
10.00 tot 12.00 uur
Noeroel Islam

YPENBURG

Donderdag 13 maart
14.00 tot 16.00 uur
Wijkcentrum Piet Vink

Themabijeenkomst Ontspannen door bewust te ademen

HAAGSE HOUT

Maandag 17 maart
10.00 tot 12.00 uur
Wijkcentrum Bezuidenhout
(Johannes Camphuisstraat)

SEGBROEK

Maandag 17 maart
14.00 tot 16.00 uur
Wijkcentrum de Regenvalk

SCHEVENINGEN

Vrijdag 21 maart
10.00 tot 12.00 uur
Het Couvéehuis

LAAK

Vrijdag 21 maart
14.00 tot 16.00 uur
Wijkcentrum Cromvlietplein

Weekendactiviteit Ochtendconcert Residentie Orkest- Mozart & Grieg

Zondag 9 maart
11.00 tot 12.15 uur
Amare



Elke week: wandelen

LOOSDUINEN

Vrijdag 10.30 tot 11.30 uur
Vertretpunt: Kasserie Ock

SEGBROEK

Dinsdag 10.30 tot 11.30 uur
Vertretpunt: Restaurant Pex

CENTRUM

Dinsdag 13.00 tot 14.00 uur
Vertretpunt: Restaurant Parkoers

ESCAMP

Woensdag: 10.00 tot 11.00 uur
Vertretpunt: Wijkcentrum Moerwijk
Vrijdag: 13.30 tot 14.30 uur
Vertretpunt: de Uithof

HAAGSE HOUT

Maandag 14.00 tot 15.00 uur
Vertretpunt: Wijkcentrum Bezuidenhout
(Johannes Camphuisstraat)

LAAK

Donderdag 18.30 tot 19.30 uur
Vertretpunt: Voetbalclub HVV

YPENBURG

Woensdag 10.30 tot 11.30 uur
Vertretpunt: Wijkcentrum Piet Vink

SCHEVENINGEN

Donderdag 13.30 tot 14.30 uur
Vertretpunt: Greens in the Park



Gratis deelname, maar aanmelden verplicht!

De uitnodigingen voor al onze activiteiten toegestuurd krijgen? Meld je aan voor gratis* deelname via 088-7878988 of denhaag@lwpc.nl. Let op: aanmelding vooraf voor alle activiteiten is verplicht!

*Alleen voor de weekendactiviteiten vragen we een kleine bijdrage.