

## Wekelijkse activiteiten Pelita

Maandagmorgen: Kreatief kaarten maken om 9:30 uur.

Dinsdag 9:30-16.30 Megaminibieb open voor boeken en zaden

Dinsdagmorgen: yoga, 2 groepen

Dinsdagmiddag: Klaverjasclub, nieuwe leden zijn welkom en inloop met Rummikub.

Woensdagmorgen: Meer bewegen voor ouderen om 10:30 uur.

Donderdag 9:30-16:30 Megaminibieb open

Donderdagmorgen 1e en 3e week workshop levensverhalen vertellen met Wil Bottema.

2e en 4e week, koffiedrinken met sociaal team en tussen de middag samen eten.

Donderdagmiddag 13:00 Ommetje DD

donderdagmiddag inloop met rummikub

Vrijdagochtend: bridge

## Mode in Pelita

Zaterdag 11 maart komt Fashion Plus naar Pelita met een zomermodeshow. Aanvang 15:00 uur.

## Lentebingo in Pelita

24 Maart wordt er een gezellige bingo georganiseerd in Pelita. Aanvang is 14:00 uur. Het gaat bij de bingo in Pelita om de gezelligheid en niet om de prijzen. Meedoen kost € 4,50 inclusief een kopje koffie of thee. U kunt u opgeven vanaf 2 tot en met 16 maart.

## 17 Maart sjoelen in Pelita

Het begint om 14:00 uur en kost € 2,- inclusief een kopje koffie of thee.

### Wijksteunpunt Pelita

Dr. Ramaerlaan 2, 3734 EB Den Dolder  
pelita@meanderomnium, 030—225 02 58

Sociaal werker Marianne de Zeeuw, 06-343 338 01  
Beheer Margot de Jager: 06-305 316 35

## Praat Hof, nieuw initiatief

Praat Hof is een lokaal en maatschappelijk initiatief waar we de komende maanden informatieavonden organiseren, met onderwerpen waar we misschien allemaal wel mee te maken krijgen of hebben gehad. In 'Praat Hof' bieden we de mogelijkheid om in gesprek te gaan met ervaringsdeskundigen over thema's zoals rouw en verlies, verslaving, burn-out en narcisme. Iedereen is welkom en mocht jezelf een mooi thema hebben neem contact op via [info@hofvanhovenkamp.nl](mailto:info@hofvanhovenkamp.nl)

## Praathof: Omgaan met Verlies

Dinsdag 21 maart gaan we met dorpsgenoot Aniek in gesprek over omgaan met verlies. Verlies is iets waar iedereen mee te maken krijgt. Hoe je omgaat met dat verlies, hoe je rouwt, dat is voor iedereen verschillend. Wat heb je zelf nodig bij rouw, wat werkt voor jou? Hoe kun je iemand steunen die te maken heeft met verlies? Dat komt deze avond aan bod. Aniek Bax heeft in 2014 een van haar kinderen verloren en aan den lijven ondervonden wat de impact van verlies is op jezelf, je gezin en je omgeving. In 2021 heeft ze de opleiding Verlieskunde afgerond aan HBO Drechtsteden om het delen van verhalen over verlies en veerkracht nog meer op de kaart te zetten.

Vanaf 19:45u inloop met koffie en thee. We starten om 20:00u en vanaf 21:00u nog even napraten. Locatie Pelita, Doctor Ramaerlaan 2, Den Dolder en de entree kost €3,-.

Je mag je aanmelden door een mail te sturen naar [info@hofvanhovenkamp.nl](mailto:info@hofvanhovenkamp.nl).

HOF VAN  
HOVENKAMP

## Gezellig samen eten!

### Op donderdag

Het is niet gezellig om altijd alleen te eten. Voor senioren organiseren we twee keer in de maand een open eettafel op donderdag. Het menu staat vast, bestaat uit soep, hoofdgerecht en een toetje en kost € 7,50, dit is inclusief een kop koffie of thee. Wilt u graag deelnemen, neem dat contact op met Pelita via telefoonnummer 030-2250258 en spreek zo nodig het antwoordapparaat in. Opgeven voor de maaltijd kan tot de voorafgaande dinsdag.

#### **Donderdag 9 maart om 12:00 uur**

Gebonden champignonsoep,  
groentelasagne, rum-rozijnen vla.



#### **Donderdag 23 maart om 12:00 uur**

Gebonden kippensoep;  
rundergehaktballetjes; zoete aardappel  
andijviestamppot met spekjes; karamelvla

### Zondagen

De maaltijd op zondag kost € 5,50.  
Aanmelden kan tot de donderdag ervoor.  
Vooraf is er van 14:00 tot 17:00 uur een open  
inloop: een kop thee, een praatje, kortom wat  
gezelligheid. Pelita is op zondagmiddag alleen  
open, als er ook een maaltijd is.

#### **Zondag 26 maart 17:00 uur**

hutspot met een rundersaucijs ofzo.

## Repaircafé

Zaterdag 18 maart kunt u met uw kapotte spullen of kleding terecht in De Werkwinkel voor het repaircafé vanaf 11:00-15:00 uur.

Reparaties graag aanmelden via [repaircafe@dendolder.nl](mailto:repaircafe@dendolder.nl) of 06-51152025.

## Digitaal Café

Heeft u problemen met uw laptop, tablet of mobiele telefoon? Dan kunt u iedere donderdagochtend tussen 10 en 12 uur binnenlopen bij de Werkwinkel op Dolderseweg 79a voor het digitaal spreekuur. Het is gratis.

## Spreekuren wijkteam

### Den Dolder en omstreken

Het spreekuur van het wijkteam is om de week op dinsdag van 11:00-12:00 uur in de **Maria Christina kerk**. Deze maand kunt u terecht op 7 en 24 maart. Bij het spreekuur van het wijkteam is het sociaal team aanwezig, maar ook de wijkmanager, politie en vertegenwoordigers van de woningbouwverenigingen.

Voor meer informatie kijkt u op [www.zeist.nl](http://www.zeist.nl)

### Spreekuur sociaal team in Pelita

Mogelijk heeft u hulp nodig om zelfstandig thuis te kunnen blijven wonen. Of om actief aan het dagelijks leven te kunnen blijven deelnemen. Reden kan zijn dat u wat ouder wordt, een beperking heeft, of langdurig ziek bent. Hieronder vindt u de mogelijkheden om contact op te nemen of een gesprek te voeren.

Het spreekuur van het sociaal team is iedere tweede en vierde donderdag in de maand. Deze maand kunt u in Pelita terecht op 9 en 23 maart van 10:30-11:30 uur.

Tijdens het spreekuur kunt u gezellig gratis koffie of thee drinken.

Het sociaal team is direct bereikbaar op nummer 030-6987222.

## Den Dolder zo gek nog niet

Er is zoveel te doen en te beleven in Den Dolder, je moet het alleen wel weten! Wat gebeurt er straks met Koningsdag? En waar en voor wie? En waar staan die 13 buurtbiebjes? Wanneer en waar is het Repaircafe? En hoe is het met Het Dolders Akkoortje? Allemaal vragen waarop je het antwoord kunt vinden op [www.dendolder.nl](http://www.dendolder.nl) ! Op die website vind je namelijk nieuws en achtergronden van activiteiten in ons dorp. Er is een uitgebreide maandagenda en een handige zoekfunctie. Surf eens naar de website of vraag iemand je daarbij te helpen. De artikelen over werk, sport, natuur en andere zijn echt het lezen waard.

Makkelijk: Geef je via de site op voor de gratis email-nieuwsbrief en je ontvangt maandelijks de actuele berichten. [www.dendolder.nl](http://www.dendolder.nl)



DenDolder.nl is er voor iedereen die een band met Den Dolder heeft. Als je er woont, werkt, sport, wandelt, leert, onderneemt of ons dorp bezoekt: op DenDolder.nl kan je het uitvogelen! DenDolder.nl zit ook op Facebook. Wil je meedoen met DenDolder.nl? Dat kan in de redactie. Heb je leuke ideeën of zie je leuke dingen die de website nog completer maakt, dan hebben we jou nodig! Er is genoeg te melden over ons fijne dorp. DenDolder.nl is een initiatief van enthousiaste bewoners en ondernemers uit het dorp, die fan zijn van Den Dolder, om samen met andere positief ingestelde mensen Den Dolder een gezicht te geven. [redactie@dendolder.nl](mailto:redactie@dendolder.nl)

## Deelkast aan de Pleineslaan

Op 8 maart wordt aan de Pleineslaan 25 de eerste Deelkast van Den Dolder geplaatst. In die kast kunnen Doldenaren houdbare levensmiddelen en verzorgingsartikelen plaatsen. Plaatsgenoten die deze nodig hebben en bv krap bij kas zitten kunnen deze gratis meenemen. Zo helpen we elkaar.

Het initiatief voor deze Deelkast is genomen door Henriette van Amerongen, die zelf op nummer 25 woont. Zij wilde graag in haar voortuin een kast plaatsen. 'Ik denk dat er in Den Dolder behoefte is aan zo'n kast. Ik zag er een staan in Maartensdijk, maar ook in Zeist en de rest van Nederland staan deze kasten. Mensen willen graag helpen maar weten niet zo gauw wie ze een plezier kunnen doen. En sommigen van ons zijn tijdelijk of al langer niet in staat de eindjes aan elkaar te knopen. Daarvoor is deze kast een uitkomst.'

Natuurlijk zijn er spelregels. Henriette: 'We moeten nog even ondervinden hoe het allemaal gaat lopen, maar ik heb al wel ideeën. Voorlopig zijn we blij met echte houdbare levensmiddelen: macaroni, rijst, havermout en dergelijke en blikgroente en fruit in blik. Dat soort zaken. En tandpasta, wasmiddel en menstruatiemateriaal bv. In het begin zal het even kijken zijn, wat snel loopt en waar veel of geen behoefte aan is. Daarom willen we gebruikers van de kast ook uitnodigen vooral aan te geven wat men graag mee zou willen nemen. Dat kan door mij of een van de andere vrouwen van dit project aan te spreken. Over een paar weken hebben we dan denk ik een goed beeld.'

Natuurlijk kunnen de initiatiefneemsters goed hulp gebruiken. Dus wilt u helpen de voorraad te beheren - bv in een team van drie voor de dagelijkse controle - of op een andere manier meedenken, bericht een van ons dan persoonlijk. Voor suggesties en vragen: [petra@dendolder.nl](mailto:petra@dendolder.nl)

## Nieuw in de Megaminibieb

Voor de bibliotheek willen we graag boeken, die u met plezier gelezen heeft. Gelukkig worden er geregeld nieuwe gelezen boeken gebracht. Uit de stapel van februari heb ik de volgende boeken gekozen:



MARGOT VANDERSTRAETEN, *Mise en Place*. Het is een ode aan de kunsten van een meesterchef, maar bovenal een verhaal over de meedogenloze invloed die geheimen en herinneringen kunnen hebben op een mensenleven.

PATRICK TAYLOR, *Dokter in Ierland* een warme en humoristische roman in de traditie van James Herriot. Met een feilloos oog voor de detail en het talent van een geboren verhalenverteller, bestrooit Patrick Taylor zijn anekdotes rijkelijk met grote doses inzicht, mededogen en humor.

SIMONE VAN DER VLUGT, *De reünie* De aankondiging van een middelbare schoolreünie zet het leven van Sabine plotseling op zijn kop. Sabine voelt zich enorm schuldig: misschien zou Isabel nooit verdwenen zijn als Sabine die bewuste dag met haar mee naar huis was gefietst.

Voor mensen die liever in de tuin werken dan lezen is er natuurlijk altijd de zadenbieb.



## Mensen met dementie doen mee!

Waar u ook bent, u kunt overal te maken krijgen met een buurtbewoner, klant, bezoeker of familielid met dementie, want 1 op de 5 mensen krijgt in de nabije toekomst te maken met dementie.

Wij willen ervoor zorgen dat bewoners van gemeente Zeist meer kennis over dementie krijgen en weten hoe er goed mee om te gaan. Zo kunnen mensen met dementie op een juiste en een waardige manier worden geholpen en meedoen in de maatschappij.

Daarom organiseert MeanderOmnium trainingen voor iedereen in gemeente Zeist, professionals én alle inwoners van gemeente Zeist, die meer over dementie willen weten en ook willen leren hoe je het best om kunt gaan met mensen met dementie.



De training duurt 2,5 uur en wordt gegeven door Alzheimerstichting Nederland. Voor de pauze krijgt u de theorie over dementie en na de pauze wordt er ingegaan op praktijk-situaties. U kunt bij uw aanmelding eventueel al een praktijkvoorbeeld doorgeven, zodat dit besproken kan worden tijdens de training.

Doe ook een training in Zeist

Wij organiseren trainingen voor professionals én voor alle inwoners in gemeente Zeist. De trainingen De volgende trainingen zijn op 20 en 21 maart, zowel 's middags als 's avonds.

Als u mee wilt doen, meld u dan a.u.b. zo snel mogelijk aan ( liefst voor 6-3)

Geïnteresseerd?

Meld u dan aan bij Sera Willemsen, via

06-40 24 99 81 of

s.willemsen@meanderomnium.nl