



Kom ook Haags Ontmoeten

bij één van de zeven ontmoetingsplekken
in stadsdeel **Segbroek**

Wees welkom!

Haags Ontmoeten is een plek in de wijk voor ouderen die thuis wonen en hun mantelzorgers. Voor deze ouderen is het een plek om andere mensen te leren kennen. U kunt er bijvoorbeeld samen koffie drinken of meedoen aan een activiteit. Mantelzorgers zijn ook welkom bij de activiteiten. Daarnaast kunnen ze er hun zorgen bespreken.

Voor ouderen

Op elke ontmoetingsplek van Haags Ontmoeten organiseren we activiteiten waar u aan mee kunt doen. Zoals samen eten, spelletjes doen, oefenen met dagelijkse taken of geheugentraining. Heeft u zelf ideeën voor activiteiten? Vraag op de locatie wat er mogelijk is.

Voor mantelzorgers

Mantelzorgers zijn welkom bij Haags Ontmoeten voor bijvoorbeeld:

- informatie, advies en ondersteuning
- hulp om thuis wonen makkelijker te maken voor ouderen
- praten met andere mantelzorgers
- meedoen aan ontspannende activiteiten



Jonker Frans

ma 10.00 – 13.00, di 14.00 – 17.00 uur
Newtonplein 100
06 40 09 19 56

Jonker Frans is een multiculturele plek, er komen mensen met verschillende achtergronden. Bewegen, lezen, eten en sociaal contact zijn hier belangrijk.

Eekta

ma 10.00 – 16.00 en 18.30 – 20.30 uur,
di, wo 10.00 – 17.30, do 9.30 – 17.30 en
18.00 – 19.30 uur, vr 10.00 – 18.30 uur
Boylestraat 20
070 365 39 03

Bij Eekta wordt er samen koffie gedronken en gegeten. Voor ontspanning is er yoga, meditatie, naai- en muziekles. Ook zijn er mogelijkheden om digitale vaardigheden te ontwikkelen.

't Praethuys

di t/m vr 10.00 – 16.00 uur
Kruisbessenstraat 12
070 750 72 04

Een knusse huiskamer waar de bezoekers spelletjes spelen, bewegen op muziek, sjoelen of diamondpainting doen. Ze kunnen ook hun nagels laten verzorgen of meedoen aan een geheugentraining. De week wordt afgesloten met een borrel op vrijdagmiddag.

Onder de Bolster

ma, wo 10.00 – 13.30 uur
Kastanjestraat 2
070 205 24 80

Bij Onder de Bolster in de Bomenbuurt geldt het motto: "Niets moet, bijna alles mag." Iedereen is welkom voor een kopje koffie of thee, en wie wil kan samen een spelletje spelen.



Uitzicht

do, vr 10.00 – 16.00 uur
Zonnebloemstraat 383
070 754 54 95

Bij Uitzicht doen bezoekers waar zij die dag zin in hebben. Zoals een goed gesprek voeren, bloemschikken of creatief bezig zijn.

De Regenvalk

ma, wo, do, vr 10.00 – 16.00 uur
Regentesseplein 148
070-2052660

Bij de Regenvalk staat de deur open voor diverse activiteiten. Op deze locatie kan je deelnemen aan creatieve bezigheden, gezellig samenzijn tijdens gezamenlijke maaltijden en ontspannen met spelletjes.

Het Zamen

ma t/m za 10.00 – 16.00 uur
Esperantostraat 12
070 750 71 88

Iedereen is welkom in het Zamen, een fijne plek met actieve bezoekers en medewerkers. Samen maken zij van elke dag een feestje, bijvoorbeeld met de spelletjesmiddag of een muziek-en-borrel-middag.



Wilt u meer weten?

Meer weten over een ontmoetingsplek?
Bel dan de locatie zelf of kom gezellig langs.

U leest meer over Haags Ontmoeten op haagsontmoeten.nl.
Daar staan ook alle ontmoetingsplekken met
openingstijden en activiteiten.

Vragen of ideeën over de ontmoetingsplekken in stadsdeel Segbroek?
Bel of mail naar Bianca Schneider:
telefoon: 06 10 53 28 43
e-mail: b.schneider@wijkz.nl