

oktober 2026

Nummer 10

Aangesloten bij Senioren Provincie Utrecht

Senioren Leidsche Rijn

Goed, gezond en gezellig



In dit nummer:

- # Film 'Where are you Adam'
- # Vraag een samenvatting aan!
- # Samen zingen!

INFO

INFO is het informatiemagazine van Senioren Leidsche Rijn

Bestuur:

Voorzitter	Koos Vermeulen	☎ 06 543 546 00 ✉ koos@demare.eu
Secretaris	Tineke Willemsen	☎ 030 666 49 83 ✉ secretaris@seniorenlr.nl
Penningmeester	Ronald de Rooij	☎ 030 666 55 83 ✉ penningmeester@seniorenlr.nl
Reis- en Activiteit.	Annemarie Koot	☎ 06 226 788 09 ✉ annemarie91234@outlook.com
Communicatie	Piet Schouwerwou	☎ 06 557 432 00 ✉ communicatie@seniorenlr.nl
Ledenadministratie	Amy van der Vliet	☎ 0348 44 38 76 ✉ ledenadministratie@seniorenlr.nl
Seniorenadviseur	Hans Stahl	☎ 06 165 324 19 ✉ seniorenadviseur@seniorenlr.nl
Algemeen		

Medewerkers:

Seniorenadviseur	Gerdien Logtenberg	☎ 06 371 499 92 ✉ Gerdien.logtenberg@gmail.com
Persoonlijk zorgnetwerk		
Lief en leed	D. Ravestein Ooms	☎ 030 271 93 38 ✉ d.ravestein@casema.nl
Lief en leed	W. van Batenburg	☎ 06 291 077 48 ✉ wilma591@live.nl
Redactie INFO	Inleverdatum elke 10 ^e van de maand	✉ redactie@seniorenlr.nl
INFO-bezorging	Dhr. + Mw. Vreeswijk	☎ 030 677 32 40
Belastingadviseur	Lou van Birgelen	☎ 0348 442 026
Webmaster	Jack Apallius de Vos	✉ webmaster@wseniorenlr.nl
Notulist	Conny Jansen	

Postadressen:

Secretariaat	Ten Veldestraat 53	3454 EJ De Meern
Reis- en Activit. com	Haarpad 3	3451 AZ Vleuten

Rekeningnummers:

Bankrekening	Contributie	NL72 INGB 0001 1543 82 t.n.v. Senioren Leidsche Rijn
Bankrekening	Reis- en activiteiten	NL38 INGB 0003 8938 86 t.n.v. Senioren Leidsche Rijn

Website

WWW.SENIORENLR.NL

Foto voorzijde: **Cadiz - Spanje**

We groeien – en dat is geen toeval

door Piet Schouwerwou

Senioren Leidsche Rijn groeit. En dat is mooi om te zien! Steeds meer senioren weten onze vereniging te vinden en doen mee aan de activiteiten die we organiseren. Die groei komt niet vanzelf. Het is het resultaat van alles wat we als vereniging doen én van de manier waarop we daarover communiceren. Ook onze leden!

De vereniging organiseert veel activiteiten: van fietstochten en excursies tot themadagen, museumbezoek, vakantieweek en gezellige bijeenkomsten. Daarbij nodigen we niet alleen onze leden uit. Ook mensen die nog geen lid zijn, zijn bijvoorbeeld bij de themadagen van harte welkom om kennis te maken met onze vereniging.

De communicatie speelt daarbij een belangrijke rol. Via onze website, Facebook, advertenties en de berichten die regelmatig in de VAR verschijnen, bereiken we steeds meer mensen. Een mooi voorbeeld is onze Facebookpagina. In slechts enkele maanden tijd is het aantal volgers verdubbeld. Dat betekent dat steeds meer mensen onze activiteiten en berichten zien.

Het mooiste is dat we merken dat onze aanpak werkt. Tijdens onze fietstocht en bij onze laatste themadag deden veel mensen mee die nog geen lid waren. We zeggen bewust *nog geen lid*, want een aantal van hen besloot zich na afloop alsnog bij Senioren Leidsche Rijn aan te sluiten!

Dat is precies wat we graag willen bereiken: mensen op een laagdrempelige manier

kennis laten maken met onze vereniging. Eerst een keer meedoen, de sfeer proeven, andere mensen ontmoeten en ontdekken hoeveel er te doen is. En vervolgens misschien besluiten om lid te worden.

Zo wordt Senioren Leidsche Rijn steeds groter en sterker. En dat is belangrijk, want verdrietig genoeg, verliezen we als seniorenvereniging ook leden door overlijden. Juist daarom is het zo waardevol dat er steeds nieuwe mensen bijkomen.

De groei van onze vereniging laat zien dat we op de goede weg zijn. Met activiteiten die mensen aanspreken én met goede communicatie zorgen we ervoor dat steeds meer senioren weten wie we zijn, wat we doen en vooral: hoe leuk het is om mee te doen.

Daar mogen we als vereniging best een beetje trots op zijn!

*"We praten niet over
bomen die ouder worden.
We zeggen dat ze groeien.
Laten we dezelfde taal
voor onszelf gebruiken.
We worden niet ouder,
we groeien."*

Uw uitvaartbegeleiding/- verzorging in goede handen



Karel en Angelique van Dommelen 06 - 206 473 84

IJsselstein &
Leidsche Rijn
uitvaartverzorging
uitvaartverzorgingleidscherijn.nl

Reparatie - Onderhoud - Restauratie

Met Haal en



Breng Service



Klokken - Atelier - Utrecht
Jan Haasnoot
Kees van Bohemenhof 9 Utrecht
Telefoon 06-22405699

Tandprothetische Praktijk *Hoogstraten*



Bisonspoor 1207 - 3605 KZ Maarssen
Dorpsstraat 18b - 3451 BK Vleuten
Van der Pekstraat 32 - 3555 AW Utrecht
0346 - 556872

Lid



Nederlandse
Vereniging van
Tandartsen

www.dentallucs.nl - info@dentallucs.nl

Nieuws van de ledenadministratie

Mutaties

Wij heten de volgende **nieuwe leden** van harte welkom en hopen hen op één van onze activiteiten te mogen ontmoeten:

Mw. A. Smit-Otten, Hr.
C. Smit, Mw. W.D. van
Essen, Mw. J.A.
Middelkoop, Mw. C.A.
Pronk, Mw. I.C. Kroeze,
Hr. H.J. Kroeze, Mw.
W.M. Naezer-
Veerkamp, Mw. P.A.
Ruitenbeek, Mw. J.M.B.
van der Pol-Samsom,
Mw. M.J.M. van Zijl-
Witkamp en Mw. C.H. Bakker-Stolze.



De afgelopen maand hebben wij **afscheid** moeten nemen van
Hr. A.H. Bartels, Mw. D.A.A. Blom, Mw. W.A van. Zeventer-Scholten, Mw.
Van Zuijllen-van Zijl, Hr. C.W. Vogel, Mw. H.J.M. Elverding-Janssen en
Mw Galesloot-Loef.

Wij wensen de familie veel sterkte.

Heeft u **mutaties**, wilt u die dan, het liefst per e-mail, sturen naar de
ledenadministratie:

ledenadministratie@seniorenlr.nl

Autobedrijf Ouwerkerk VOF

Breudijk 1B, 3481 LM Harmelen
Tel. 0348 - 442353 Fax 0348 - 444094
www.autobedrijf-ouwerkerk.nl
Email: info@autobedrijf-ouwerkerk.nl



*** Occasions * Onderhoud
* Schade & verzekering**



Wolters Juwelen
VLEUTEN

Pastoor Ohlleen 9 | 3451CB Vleuten
030 - 677 1338 | www.woltersjuwelen.nl

Wilt u verhuizen zonder al het werk en het geregeld? Ingrid neemt u het werk uit handen: betrouwbaar en prettig daadkrachtig

Stelt u zich eens voor...

Verhuizen (en/of verbouwen) zonder zorgen en op maat met betrouwbare en deskundige ondersteuning. Een flexibel dienstenpakket dat is afgestemd op uw specifieke wensen en beschikbare budget. Alle aspecten waar u zich niet mee bezig kunt of wilt houden geeft u met een gerust hart uit handen. Van het regelen van verhuisdozen tot het zorgvuldig aanpassen of inrichten van uw nieuwe woning. Van afspraken maken met instellingen tot het inschakelen van bijvoorbeeld een kringloopbedrijf. Helemaal op maat en u houdt één aanspreekpunt voor al uw vragen. Wel zo makkelijk!

SmilingFirst is een initiatief van Ingrid Wendel, geboren en getogen Utrechtse. In de loop van haar werkzame leven ontdekte zij dat ze het heerlijk vindt om logistieke, planmatige en creatieve zaken te regelen. Vooral rondom verhuizen, verbouwen en inrichten. Zij beschikt over een stevig netwerk van vertrouwde specialisten waar zij mee samenwerkt. Als spin in het web houdt zij gedurende het hele verhuisproces de touwtjes strak in handen. Zij regelt, plant en ontzorgt. Met een luisterend oor voor uw wensen, oog voor detail én uiteraard een glimlach. Ze doet wat ze zegt en zegt wat ze doet.

Wilt u een oriënterend (kosteloos) gesprek om mogelijkheden te bespreken? Neemt u contact op met Ingrid van SmilingFirst. U verhuist of verbouwt relaxt en zorgeloos: voelt u die glimlach?



Ingrid Wendel
06 – 57 59 02 87
ingrid@smilingfirst.nl
www.smilingfirst.nl



Kunst kijken

Donderdag 8 oktober

H'art Museum
Amsterdam



CHEZ MATISSE

Met meer dan dertig werken biedt *Chez Matisse* een overzicht van het oeuvre van Henri Matisse. Het werk wordt getoond samen met tijdgenoten en navolgers zoals Mark Rothko, Barnett Newman en Pablo Picasso; bij elkaar omvat de expositie meer dan tachtig kunstwerken. Deze tentoonstelling is samengesteld in samenwerking met Centre Pompidou, beheerder van één van de meest toonaangevende Matisse-collecties ter wereld.

Inschrijven voor deze tentoonstelling is niet meer mogelijk.

*Deze tentoonstelling vereiste tijdige reservering en aangezien voor museumkaarthouders een toeslag wordt gevraagd, zijn op voorhand de vaste museumbezoekers aangeschreven. 15 Personen hebben zich aangemeld. De tickets zijn besteld en de deelnemers hebben inmiddels met mij afgerekend. Dus we zijn **VOLGEBOEKT**.*

Info voor degenen die zich aangemeld hebben:

09.45 uur verzamelen in hal CS Utrecht nabij spoor 7 (Bloem)

09.59 uur Intercity ri. Alkmaar, perron 7

10.17 uur Amsterdam Amstel

10.22 uur Metro lijn 54

10.27 uur Waterlooplein

Vanaf daar nog een wandeling van 4 minuten naar het museum.

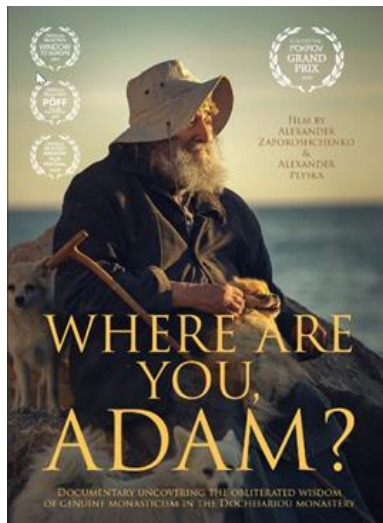
Koffie en lunch gebruiken wij in het museum.

Gezellig om elkaar weer te ontmoeten.

Groet Marian Peters

Filmvertoning voor Oekraïne

Kijk mee en help mee: Speciale benefietmiddag voor Oekraïne in De Schalm



Op vrijdag 23 oktober om 14.00 uur nodigt Senioren Leidsche Rijn u uit voor een bijzondere en indrukwekkende middag in De Schalm.

Samen kijken we naar de geprezen documentaire *'Where are you, Adam?'* en steken we de slachtoffers van de oorlog in Oekraïne een hart onder de riem. De volledige opbrengst van deze middag gaat rechtstreeks naar de getroffen en in Oekraïne.

Een unieke blik in een verborgen wereld

De documentaire, gemaakt door de Oekraïense filmmaker Aleksandr Plyska, neemt u mee naar een adembenemende plek waar de tijd lijkt te hebben stilgestaan: de Heilige Berg Athos in Griekenland. Op dit ruige schiereiland ligt een eeuwenoude, vrije monnikenrepubliek die al eeuwenlang het spirituele hart van de Byzantijnse kerk vormt.

'Where are you, Adam?' biedt een zeldzame en intieme inblik in het dagelijks leven van de monniken. Prachtige beelden van de ruwe natuur wisselen elkaar af met het ritme van hun dagelijks werk en gebed. Het is een film vol rust, bezinning en fundamentele menselijke waarden. Een absolute must-see op het grote scherm!

Steun Oekraïne: Kom kijken of doneer direct!

De toegang voor deze unieke filmvoorstelling bedraagt **€ 10,- per persoon**. Dit bedrag komt volledig ten goede aan de slachtoffers van de verschrikkelijke oorlog in Oekraïne.

Onze steun blijft daar hard nodig.

Laten we ook vanuit Leidsche Rijn laten zien dat we meeleven.

Kunt u die middag helaas niet aanwezig zijn, maar wilt u de actie wel steunen?

Dan kunt u uw bijdrage van € 10,- rechtstreeks overmaken naar Senioren Leidsche Rijn via rekeningnummer **NL 38 INGB 0003 8938 86**.

Hartelijk dank voor uw betrokkenheid!

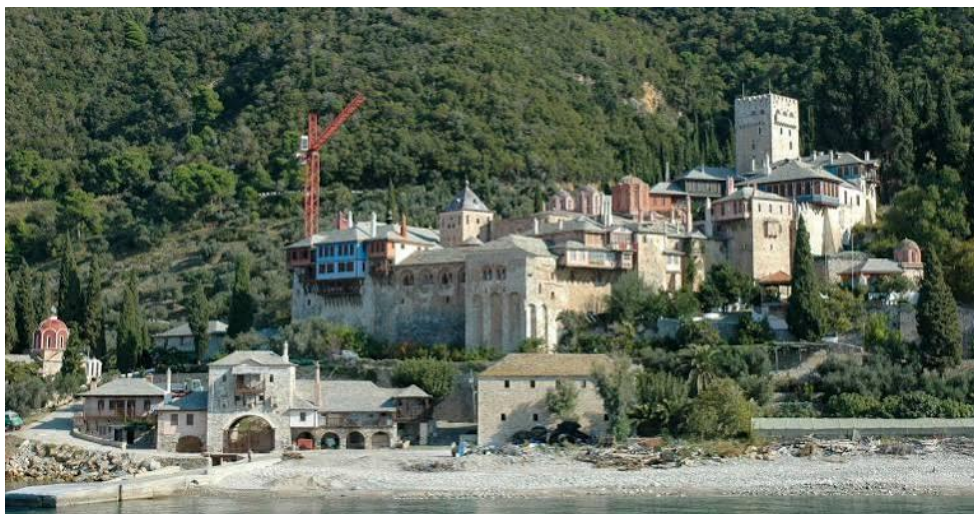


Meld u direct aan

Wilt u erbij zijn? Vanwege de organisatie vragen wij u vriendelijk om uzelf vooraf aan te melden. Dit kan op de volgende manieren:

- **Per e-mail:** Stuur een bericht naar **secretaris@seniorenlr.nl**
- **Per telefoon:** Bel naar **030 666 49 83** (dagelijks uitsluitend tussen 17.00 en 20.00 uur)

Graag tot ziens op **vrijdag 23 oktober** in De Schalm!





Samen zingen voor verbinding

Houdt u van zingen, wilt u nieuwe mensen ontmoeten én samen een concert van het Nederlands Kamerkoor bezoeken? Doe mee aan de Zing-Cirkels in Utrecht (70+)!

Tijdens de Zing-Cirkels beleeft u twee gezellige middagen vol muziek. Onder professionele begeleiding van Zorg-Zangeres Maartje de Lint en pianist Frank kok zingen we liederen rondom vriendschap, verlangen en verbinding. Zangervaring is niet nodig. We bezoeken samen het concert *Cantique des Cantiques*.

Data & locaties

Zing-Cirkel 1

do 24 september 11:00-13:00 uur
TivoliVredenburg

Concert

di 29 september 20:00 uur
Pieterskerk

Zing-Cirkel 2

wo 7 oktober 11:00-13:00 uur
TivoliVredenburg



Zingen in de Zorg

Zing mee! meld u aan via:
nederlandskamerkoor.nl/zing-cirkels



Save the Date ALV

Datum: 20 november 2026
Tijd: 14.00 uur, inloop vanaf 13.30
Plaats: De Schalm

Hou de datum vrij!
Het bestuur gaat u verrassen met haar plannen voor 2027

Wat denkt u van:

- 28 activiteiten
- Waarvan minstens zes zonder bijbetaling
- Sluitende begroting
- Inloopspreekuren
- Nieuwe website
- Nieuwe naam voor commissies

•

Van harte welkom!

THUYS

Dorpsstraat 25 A

3451 BJ Vleuten

Tel: 030-6772742

IN WONEN EN SLAPEN

www.thuysinwonenenslapen.nl

Als je ons belt, krijgt je altijd één van ons aan de lijn, 24 uur per dag, 7 dagen per week.

Wij zorgen samen met jullie voor een passend afscheid, of dat nu groot is of juist klein en intiem.

Wij begeleiden jullie na het overlijden van jullie dierbare met zorg en aandacht. Door onze jarenlange ervaring in de regio komen we met elkaar tot een mooi, waardig en goed afscheid.

Mariëtte & Marise



06-30 72 05 65 • www.amentieuitvaartverzorging.nl



Bijzonder toch, wat groen kan doen?

Wij maken winkelen voor tuin, huis en balkon tot een plezierige én inspirerende vrijetijdsbesteding.

We bieden ook altijd iets extra's: stylingtips, bezorgservice, speciale acties en creatieve workshops die jou keer op keer op nieuwe tuin- en woonideeën brengen. Bezoek ook onze proeftuin.

Intratuin Leidsche Rijn Utrechtseweg 12
Intratuin Vleuterweide Mostperenlaan 6

www.intratuin.nl

volg ons op  

Vraag een samenvatting aan!

Soms denk je na een bijeenkomst: daar hadden alle leden bij moeten zijn! De vereniging is er immers voor alle leden en als er dan iets bijzonders is geweest dan geeft dat naast een gevoel van geslaagd zijn, ook een gevoel van jammer.

De bijeenkomst Palliatieve zorg was zo'n bijeenkomst. Een spreker, Robin Zuidam, die de zaal op elk moment uitstekend aanvoelde en naast hem een spreker, Eugenie Hodes, die de dagelijkse praktijk van een huisarts inbracht. Die twee deden dat alsof ze een duet hadden ingestudeerd: ze vulden elkaar op een zeer natuurlijke en informatieve wijze aan. Terwijl ze het voor de eerste keer samen deden. Behalve deze twee waren er nog wat sprekers die namens een organisatie het woord voerden. Het Stadshospice Utrecht, het Johannes Hospitium uit Vleuten, Mantelzorg Utrecht, een algemeen geestelijk begeleider.

Senioren Leidsche Rijn organiseerde deze middag in samenwerking met **Netwerk Palliatieve Zorg**. Deze organisatie zorgde voor een spreker en ook voor een subsidie.



We kunnen deze bijeenkomst niet voor een tweede keer houden. Maar gelukkig kregen we een samenvatting van deze themamiddag toegestuurd die voor alle leden beschikbaar is, in digitale vorm. **Stuur een mail naar Amy van der Vliet en u krijgt hem per mail toegestuurd.** En wilt u over dit onderwerp praten? Neem dan contact op met een van onze twee seniorenadviseurs. Alle mailadressen vindt u op pagina 2.

Hierboven staan de sprekers. Maar denk ook aan Tineke, die de aanvraag en de correspondentie heeft verzorgd met het netwerk. Aan Piet, die een complete geluidsinstallatie van thuis heeft meegenomen. Aan Amy, die de ruim 60 vooraanmeldingen heeft verzorgd en de bloemen heeft gekocht. Aan Hans, die voor de afwas heeft gezorgd. En ik mocht gastheer spelen. Toevallig allemaal bestuursleden. **Waar zijn de leden die aanbieden om ook een keer te helpen?**

Er waren 64 vooraanmeldingen. Helaas regende het rond 13.00 uur, dus een paar bleven weg. Uiteindelijk waren er 75 aanwezigen. **Best goed!**
Koos Vermeulen

Actief en veilig mee blijven doen – We doen ertoe en mogen dat ook zeggen

Utrechtse senioren delen ervaringen en zorgen met nieuwe gemeenteraadsleden

23 juni 2026

Hoe zorgen we ervoor dat Utrecht ook in de toekomst een stad blijft waarin ouderen prettig kunnen wonen, zich kunnen verplaatsen en actief kunnen deelnemen aan de samenleving? Over die vraag gingen Utrechtse senioren en nieuwe gemeenteraadsleden met elkaar in gesprek tijdens een door Stichting U op leeftijd georganiseerde ontmoetingsavond.

Al sinds de jaren zeventig behartigt U op leeftijd de belangen van senioren in Utrecht. Vorig jaar presenteerde de stichting een manifest met haar visie op het ouderenbeleid voor de komende jaren. Tot tevredenheid van de stichting zijn verschillende aandachtspunten inmiddels terug te vinden in de verkiezingsprogramma's van politieke partijen. De volgende stap is een plek voor deze onderwerpen in het toekomstige coalitieakkoord, aldus Yvon Hoogendijk, directeur van U op leeftijd. "Ook roep ik de coalitiepartijen op het goede voorbeeld van Amsterdam te volgen en een wethouder Ouderen te benoemen. Een prima ontwikkeling, aangezien ook in Utrecht het aantal ouderen de komende jaren sterk zal stijgen.

In een reeks speeddategesprekken spraken senioren en raadsleden over wonen, welzijn, mobiliteit, (mantel-)zorg en het digitaal (en veilig) kunnen meedoen. De gesprekken leverden herkenning, nieuwe inzichten en concrete ideeën op. Zo wees het CDA op de komst van meer seniorvriendelijke bankjes in de stad en zegde toe U op leeftijd uit te nodigen bij de officiële ingebruikname. Breed herkenbaar bleek dat mantelzorgers vaak aanlopen tegen parkeer- en vergunningenregels. Dit vraagt écht om een oplossing. Daarnaast werd gesproken over woonvormen waarin ouderen betekenisvol oud kunnen worden waarbij het idee ontstond om raadsleden door middel van een excursie kennis te laten maken met inspirerende woonconcepten in en buiten Utrecht.

Raadsleden spraken hun waardering uit voor de ontmoetingen. “Het is goed om oog voor ouderen te hebben én te houden.” Alsook “Juist omdat de gemeenteraad qua leeftijd geen representatieve afspiegeling van de Utrechtse bevolking vormt, is het belangrijk deze ervaringen naar binnen te halen.”

Tezamen met de deelnemers kijkt U op leeftijd terug op een geslaagde avond. “Senioren zijn vrijwilligers, mantelzorgers, buurtgenoten en actieve deelnemers aan onze samenleving. Daarom vinden wij dat beleid niet óver ouderen gemaakt moet worden, maar mét ouderen. Deze bijeenkomst heeft opnieuw laten zien hoeveel kennis, ervaring en betrokkenheid er onder Utrechtse senioren aanwezig is. Als actieve gesprekspartner voor de Utrechtse politiek zien wij uit naar een voortzetting van de dialoog.”



De Internationale Dag van de Ouderen, op 1 oktober, is een VN-initiatief om bewustzijn te creëren over de uitdagingen van ouderen wereldwijd. Het is ook een gelegenheid om hun bijdragen aan de samenleving te vieren. Deze dag benadrukt het belang van waardigheid en respect voor ouderen en vestigt de aandacht op beleidskwesties zoals vergrijzing, sociale bescherming en toegang tot gezondheidszorg.

Activiteitenprogramma SLR 2026

Onder voorbehoud

donderdag 1 oktober	Alternatieve datum Stranduitje
donderdag 8 oktober	Museumbezoek – Chez Matisse - VOL
woensdag 21 oktober	Nieuwe leden bijeenkomst
vrijdag 23 oktober	Film 'Where are you Adam?'
woensdag 11 november	Modemiddag
donderdag 12 november	Museumbezoek
vrijdag 20 november	ALV
Nog te bepalen	SinterKerst
vrijdag 18 december	André Rieu Kerstconcert – VOL
	Nog wel mogelijk om op de wachtlijst geplaatst te worden. Stuur dan een mailtje naar: R&A@SeniorenLR.nl



Ook te doen voor senioren in Leidsche Rijn:

In de Roef: Touwslagerslaan 3, 3454 GV Utrecht

De **hele week** door en **elke dag** activiteiten voor senioren.

Meer informatie is te vinden op:

<https://deroefdemeern.nl/uitgelicht/weekoverzicht/>

Bij Rijn in de wijk: Alenvelpark 1, 3451 CE Vleuten

Ma.	10.00 – 11.00 uur	Koffieleuten
Di.	10.00 – 1.00 uur	Koffieleuten
Wo.	16.00 – 19.00 uur	Kookclub
Do.	14.30 – 16.00 uur	Creatieve Studio breien, haken of anders creatief
	14.30 – 16.00 uur	Sjoelen
Vr.	10.00 – 11.00 uur	Koffieleuten
	11.00 – 12.30 uur	Inloop atelier workshops info via flyers
	14.30 – 16.00 uur	Stuif es in

Laatste vrijdag van de maand Bingo

Zaterdag en zondag – houd de flyers in de gaten

In De Schalm: Oranjelaan 10, 3454 BT Utrecht

Jazz-Café – 18 oktober – aanvang 14.30 uur – toegang gratis

Bingo – 28 oktober

Elke week:

Ma. 19.00 – 23.00 uur **Schaken** bij TRIO schaakvereniging

Di. 13.00 – 17.00 uur **Doe Café** klaverjassen, sjoelen, handwerken

19.30 – 23.30 uur **Biljarten** bij Biljart club de 4 Banden

Wo. 10.00 – 12.00 uur **Huiskamer in de Wijk** gezelligheid samen

10.00 – 12.00 uur **Droomdekens** maken voor een goed doel

Do. 19.00 – 23.00 uur **Klaverjassen**

19.00 – 23.00 uur **Bridgen** bij Bridge Club Door Durf Sterk

Vr. 10.00 – 14.00 uur **Haak en Brei Café**

17.00 – 23.00 uur **Fotoclub** mooie(re) foto's leren maken

Meer informatie over hiervoor genoemde activiteiten is te vinden op:

<https://schalmdemeern.nl/events/>



De Schalm

vrijdag 16 oktober
van 17.00 - 19.00 uur

Aanmelden verplicht

Kosten € 13.50

Nog even en dan is het zover:

De **Senioren Vitaliteitsmarkt** op vrijdag **2 oktober**! De voorbereidingen zijn in volle gang.

In Sociaal Cultureel Centrum De Schalm, Oranjelaan 10
14.00 uur: Start Vitaliteitsmarkt



Belangrijke contactgegevens

Gemeente

Wijkservicecentrum	14 030
WMO-loket	Dorpsplein1, Vleuten 030 286 95 00 www.utrecht.nl/wmo

Ondersteuning zorgvragen

Buurtteam Vleuten	09.00 tot 17.00	030 740 05 17
Buurtteam De Meern	09.00 tot 17.00	030 740 05 16
Buurtt. Leidsche Rijn	09.00 tot 17.00	030 740 05 15

Adressen voor hulp

Buren voor Buren	burenhulp informatie	030 677 31 31 www.burenvoorburen.info
Regiotaxi	informatie reserveren	088 002 54 44 088 002 54 00
Valys	informatie reserveren	www.valys.nl 0900 96 30
Plusbus erop uit	informatie	06 570 243 80
Senior & student	ma, di, wo 09.00 tot 16.00	030 207 43 07
Buddy & bezoek	maatje	06 22 48 01 55 06 46 72 67 87
Luisterlijn	7 dagen 24 uur	088 076 7000

Rijbewijs

Regelzorg	088 232 33 00	Oranjelaan 10, 3454 BT De Meern Birkhoven 5, 3452 JK Vleuten
Med. keuringscentrum	030 662 11 32	Bovenpolder 80, De Meern
Rijbewijs keuring 75+	06 44781520	thuiservice rijbewijskeuringthuiservice.nl

Locaties waar activiteiten plaatsvinden

De Schalm	030 666 26 09	Oranjelaan 10, 3454 BT De Meern
Indekerngezond		Kopenhagenstraat 41, Utrecht
De Roef	030 666 38 88	Touwslagerslaan 3, De Meern
De Hoef	06 14 81 77 58	Hogeweide 6

Aanmeldingsformulier Senioren Leidsche Rijn

Voorletters **1^e lid** Roepnaam.....

Achternaam

Geboortedatum..... M/V

Telefoon Mobiel 06.....

E-mailadres

Adres

HuisnummerPostcode.....

Woonplaats

Voorletters **2^{de} lid**..... Roepnaam.....

Achternaam

Geboortedatum..... M/V

Telefoon Mobiel 06.....

E-mailadres

Ik ga akkoord met automatische incasso van de contributie van mijn
bankrekening: NL _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Datum

Handtekening

Hoe heeft u ons gevonden?

Via.....

Uw gegevens worden verwerkt overeenkomstig de AVG-regels.

De contributie bedraagt nu € 27,50 per persoon, per jaar.

Stuur dit formulier per mail: ledenadministratie@seniorenlr.nl

of per brief naar: Ten Veldestraat 53, 3454 EJ De Meern



Utrechtsestraatweg 17A

3481 LA HARMELEN

Tel:0348-443401

www.jrtechniek.nl

info@jrtechniek.nl

ELEKTRA

VENTILATIE

VERWARMING

ZONNEPANELEN

AIRCONDITIONING

TUINBOUWTECHNIEK