



# Coronatoegangsbewijs voor horeca, evenementen en andere activiteiten

**Vanaf afgelopen zaterdag, 25 september, heeft iedereen vanaf 13 jaar op sommige plekken een coronatoegangsbewijs nodig. Vanaf 14 jaar is het tonen van een ID-bewijs daarbij ook verplicht. Bijvoorbeeld in de horeca, bij een evenement, sportwedstrijd of een culturele voorstelling. In winkels of tijdens het sporten is een coronatoegangsbewijs niet nodig.**

**Hulp met het coronatoegangsbewijs**  
U krijgt een coronatoegangsbewijs als u twee prikken heeft gehad, corona heeft gehad en weer beter bent of een negatieve test heeft van maximaal 24 uur oud. Het coronatoegangsbewijs kunt u zelf op uw mobiele telefoon zetten met de Coronacheck-app. Heeft u geen smartphone of app? Dan kunt u een toegangsbewijs ook uitprinten. Dit kan

via coronacheck.nl/print. Of u kunt het bewijs via de post krijgen. Bel daarvoor het telefoonnummer 0800-1351. Komt u er zelf niet uit? Ga dan langs bij de Digitale Hulpbalie in het Stadhuis-Forum. Zij helpen u graag met al uw vragen. Ze zijn iedere vrijdag open van 14.00 tot 16.00 uur. Een afspraak maken is niet nodig. Meer informatie vindt u op [www.rijksoverheid.nl/corona](http://www.rijksoverheid.nl/corona)

## Groot onderzoek naar koopgedrag: geef uw mening!

Winkelcentra zijn de afgelopen jaren veranderd. Gemeenten en provincies zetten zich samen met winkeliers in voor aantrekkelijke binnensteden, dorpscentra en een compleet winkelaanbod. Om dit zo goed mogelijk te doen, is er een groot onderzoek gestart. Dat onderzoek brengt in beeld waar de inwoners kopen en hoe tevreden ze zijn over de winkelgebieden. Ook de gemeente Zoetermeer neemt hieraan deel.

### Vragenlijst

U kunt de vragenlijst invullen via [www.startvragenlijst.nl/koopgedrag](http://www.startvragenlijst.nl/koopgedrag). Onder alle deelnemers van het onderzoek worden 100 Horeca Cadeaukaarten van 25 euro verloot.



## Touren met de scootmobiel

Lekker touren met uw scootmobiel langs de Benthuiserplas? Dat kan op 6 oktober om 13.00 uur tijdens de startbijeenkomst van de nieuwe ScootmobielClub ScootZo in wijkclub Seghwaert, aan de koeienweide 2. Een mooi begin in de week van de Toegankelijkheid. De club is opgericht door een enthousiaste wijkbewoner die graag met andere scootmobielrijders de mooiste stukjes van Zoetermeer wil verkennen. Bij aanvang is er koffie en lekkers. Ook zin om mee te toeren? Dat kan gratis. Om u aan te melden kunt u mailen naar [scootzo@kpnmail.nl](mailto:scootzo@kpnmail.nl).



## VOLG DE GEMEENTE ZOETERMEER:

- [facebook.com/gemeentezoetermeer](https://facebook.com/gemeentezoetermeer)
- [twitter.com/gemzoetermeer](https://twitter.com/gemzoetermeer)
- [@gemeentezoetermeer](https://instagram.com/@gemeentezoetermeer)

## Led- en bespaarpakket voor huurders

**Begin 2022 ontvangen alle huishoudens met een huurwoning een gratis energie-bespaarpakket. Daarin zitten verschillende ledlampen en een paar andere producten, waarmee u energie kunt besparen. Snel en makkelijk energie besparen is goed voor uw portemonnee én goed voor het klimaat.**

### Gratis thuisbezorgd of zelf uitkiezen

Woont u in een huurwoning en wilt u het bespaarpakket gratis toegestuurd krijgen? Dan hoeft u niets te doen. Het pakket ontvangt u begin 2022 vanzelf thuis. De inhoud heeft een waarde van €50,-. Wilt u liever zelf uw bespaarproducten uitkiezen? Dat kan ook! Tegen inlevering van de brief in de winkel kunt u voor maximaal 50 euro



aan energiebesparende actieproducten uitzoeken. Dit kan tot 31 december 2021 bij deelnemende winkels. U krijgt dan begin 2022 geen bespaarpakket meer thuisbezorgd. Op [www.energieloketzoetermeer.nl](http://www.energieloketzoetermeer.nl) vindt u de deelnemende winkels en voorbeelden van producten waaruit u kunt kiezen.

### Meer tips over energie besparen

Kijk op [www.energieloketzoetermeer.nl](http://www.energieloketzoetermeer.nl) of [www.milieucentraal.nl](http://www.milieucentraal.nl) en ontdek hoe makkelijk het is om energie en geld te besparen in uw eigen woning. Elke stap telt. Klein of groot.

## Themabijeenkomst veiligheid Meerzicht

**Woont u in Meerzicht en wilt u meepraten over de veiligheid in uw wijk? Meld u dan aan voor de themabijeenkomst veiligheid in Meerzicht op woensdag 13 oktober 2021 om 19.30 uur (inloop vanaf 19.00 uur) in Snowworld aan de Buytenparklaan 30 in Zoetermeer. Tijdens de avond kunt u in kleine groepen in gesprek met de burgemeester, de wijkwethouder en de teamchef van de politie. Inwoners kunnen ervaringen delen en aangeven wat beter kan op het gebied van veiligheid. Ook wordt er ingegaan op de veiligheidsaanpak tot nu toe en preventie. Thema's die aan bod komen zijn jeugd, woonoverlast, aanpak/preventie en handhaving.**

### Aanmelden

U kunt zich aanmelden via [buurtpreventie@zoetermeer.nl](mailto:buurtpreventie@zoetermeer.nl). Kijk op [www.zoetermeer.nl/Meerzicht](http://www.zoetermeer.nl/Meerzicht) voor het programma en de gespreksrondes.

### Wijkveiligheidsavonden

Deze themabijeenkomst is een extra bijeenkomst over veiligheid en overlast in Meerzicht. Het staat dan ook los van de reeks veiligheidsavonden, die afgelopen jaren in iedere wijk plaatsvonden. De reguliere wijkveiligheidsavonden zijn vanaf maart 2020 vanwege de coronamaatregelen niet doorgegaan. Er wordt bekeken hoe dit weer opgepakt kan worden.

### Coronatoegangsbewijs verplicht

Voor deze bijeenkomst is een coronatoegangsbewijs verplicht. Met de CoronaCheck-app kunt u een coronabewijs maken. Meer informatie over de CoronaCheck-app of een papieren bewijs vindt u op [www.coronacheck.nl](http://www.coronacheck.nl).



Foto: Jasmijn Hilgenga

### WAAR EN WANNEER

Datum: Woensdag 13 oktober 2021  
Tijd: 19.30 – 21.00 uur (inloop vanaf 19.00 uur)  
Locatie: Snowworld, Buytenparklaan 30 in Zoetermeer

## Zonder afspraak prikken kan ook op de markt

De GGD komt met een speciale prikbus naar de markten in Zoetermeer. U kunt er langs gaan voor een vaccinatie zonder afspraak tussen 9.00 uur en 16.00 uur.

### Let op

De GGD prikt met zowel Pfizer-vaccin als met Janssen (vanaf 18 jaar en met één prik klaar). Kinderen van 12 tot en met 15 jaar kunnen een prik krijgen als er volwassene bij is. Neem wel een paspoort, een rijbewijs of een ID-kaart mee. Bij een eerste Pfizer-prik in de bus wordt een afspraak ingepland voor een tweede prik op een vaste locatie in Den Haag, Delft of Leidschendam-Voorburg.

- Op vrijdag 1 oktober op de markt in Rokkeveen;
- Op dinsdag 5 oktober op de markt in Oosterheem;
- Op zaterdag 16 oktober op de markt in het centrum.

Op woensdag 6, 13 en 20 oktober kunt u ook zonder afspraak terecht op het Stadhuis-Forum (ingang perron Randstadrail).

**Kijk voor meer informatie en de priklocaties op [www.ggdhaaglanden.nl](http://www.ggdhaaglanden.nl)**



## Maandag 4 oktober vergadering commissie Plenair

Op maandagavond 4 oktober 2021 vergadert de commissie Plenair. Deze vergadering vindt plaats van 19.30-20.00 uur in de raadzaal van het Stadhuis. U bent weer van harte welkom om de vergadering bij te wonen. U kunt hiervoor plaatsnemen op de publieke tribune. Wel vragen wij u om bij (verkoudheids)klachten thuis te blijven. U kunt de vergadering dan via internet volgen.

### Onderwerpen en internetuitzending

Wilt u weten welke onderwerpen worden besproken? Bekijk dan de meest actuele agenda en bijbehorende stukken in de kalender in het raadsinformatiesysteem iBabs via [www.raadzoetermeer.nl](http://www.raadzoetermeer.nl). Hier kunt u de vergadering ook live volgen via internet of terugkijken (ook met ondertiteling) op een moment dat het u uitkomt.

### Maak gebruik van uw spreekrecht

Wilt u van uw spreekrecht gebruikmaken? Aanmelden voor het spreekrecht kan tot op de dag van de vergadering uiterlijk tot 12.00 uur. U kunt hiervoor een e-mail toesturen aan [griffie@zoetermeer.nl](mailto:griffie@zoetermeer.nl). Er wordt dan contact met u opgenomen. Meer informatie over het spreekrecht vindt u op [www.raadzoetermeer.nl](http://www.raadzoetermeer.nl) (Denk & doe mee' – inspreken).

### Volg de raad

[@raadzoetermeer](https://twitter.com/raadzoetermeer)

[f GemeenteraadZoetermeer](https://www.facebook.com/GemeenteraadZoetermeer)

### Denk & doe mee

Als u niet in beeld wilt komen tijdens het inspreken, kunt u de gemeenteraad een brief of e-mail sturen via [griffie@zoetermeer.nl](mailto:griffie@zoetermeer.nl).

Raadsleden denken graag met u mee. Voor een persoonlijk gesprek kunt u altijd een afspraak maken met een van de raadsleden, commissieleden of fracties. U kunt hiervoor het beste de persoon zelf of de fractie benaderen. Alle contactgegevens vindt u op [www.raadzoetermeer.nl](http://www.raadzoetermeer.nl). Meldt u zich hier ook aan voor de nieuwsbrief van de raad. Dan ontvangt u na elke raadsvergadering het laatste nieuws over de besluiten van de gemeenteraad per e-mail. Tenslotte is de gemeenteraad er voor u!

## Referendabele raadsbesluiten 20 september 2021

Onderstaande besluiten van de gemeenteraad van Zoetermeer zijn referendabel. Dit betekent dat u bij deze besluiten de mogelijkheid heeft om via een referendum de inhoud van het besluit te wijzigen. Op [www.raadzoetermeer.nl](http://www.raadzoetermeer.nl) onder Denk & doe mee - referendum leest u hoe dat in zijn werk gaat. Als twee weken na de datum van deze publicatie geen verzoek is ingediend tot het houden van een referendum, treden de hieronder genoemde besluiten in werking op 15 oktober 2021.

- Raadsbesluit verwerking resultaten participatietraject in de concept-Transitievisie warmte (motie 2103-03); met uitzondering van besluitpunten 5 en 6.
- Raadsbesluit Toekomst Cultuurfonds Zoetermeer
- Raadsbesluit Aanpassen Kadernota Garantstellingen

De griffie ondersteunt de gemeenteraad • 14 079 • [griffie@zoetermeer.nl](mailto:griffie@zoetermeer.nl) • [www.zoetermeer.nl/gemeenteraad](http://www.zoetermeer.nl/gemeenteraad)

## Colofon Stadsnieuws

### Gemeente Zoetermeer

Stadhuisplein 1 & Engelandlaan 502  
Postbus 15  
2700 AA Zoetermeer  
[www.zoetermeer.nl](http://www.zoetermeer.nl)  
[/gemzoetermeer](https://www.facebook.com/gemzoetermeer)  
[/gemeentezoetermeer](https://www.facebook.com/gemeentezoetermeer)  
WhatsApp 06-55449955  
14 079

### Publieksplein

Uitsluitend op afspraak  
Engelandlaan 502  
[www.zoetermeer.nl/afpraakomgevingsbalie](http://www.zoetermeer.nl/afpraakomgevingsbalie)  
14 079

### Meldingen openbare ruimte

[www.zoetermeer.nl/contactformulier](http://www.zoetermeer.nl/contactformulier)  
Spoedmeldingen:  
tussen 17.00 - 08.00 uur en in het weekend 14 079

### Wegwerkzaamheden

[www.zoetermeer.nl/wegwerkzaamheden](http://www.zoetermeer.nl/wegwerkzaamheden)

### Meldpunt Veilig Thuis

0800-2000  
24 uur per dag/7 dagen per week.  
[www.veiligthuis Haaglanden.nl](http://www.veiligthuis Haaglanden.nl)

### Meldpunt Bezorgd, tijdens kantooruren

088 - 900 4000

### Contact redactie

[redactie@zoetermeer.nl](mailto:redactie@zoetermeer.nl)

# Zoetermeer is de plek

WK 39 30 SEP-2021

Of u nu op zoek bent naar een veelzijdig vrijetijds- of woningaanbod en of u nu een ondernemer of student bent: Zoetermeer is de plek.

## De leukste activiteiten!

Dit is de plek.

**ENTREE**  
MAAK HET MEE!  
ZATERDAG 9 OKTOBER 2021

9 okt

ENTREE, maak het mee!

Bent u geïnteresseerd in de ontwikkeling van de nieuwe stadswijk Entree en het stationgebied? Kom dan op zaterdagmiddag 9 oktober tussen 12:00 en 16:00 naar het evenement 'Entree, maak het mee!'. U wordt bijgepraat over alle plannen voor dit verrassende stukje Zoetermeer tussen Station Zoetermeer en de binnenstad. Meldt u aan via de aanmeldbutton op [www.entreezoetermeer.nl/](http://www.entreezoetermeer.nl/) evenement.

Let op: er is een beperkt aantal plaatsen dus meldt u snel aan want vol = vol!

## 10 teamuitjes in Zoetermeer

**Uw nieuwe collega verwelkomen, een nieuw sportteam beter leren kennen of na schooltijd met vrienden ontspannen? We hebben leuke teamuitjes in Zoetermeer op een rij gezet in het nieuwe artikel op zoetermeerisdeplek.nl!**

### Stadstheater

De komende tijd staan veel leuke optredens en voorstellingen op de agenda van het Stadstheater. Dé plek voor een gezellig avondje uit samen. Voor of na de show kunnen jullie ook samen genieten van een hapje of drankje in STAGE Kitchen & Café.



Foto van Stadstheater Zoetermeer

### Escaperoom

Hoe leren jullie elkaar beter kennen dan samen door middel van puzzels en raadsels proberen te ontsnappen uit een escaperoom! Durven jullie het aan om te ontsnappen uit het spannende Honeymoon Hotel van DarkPark Zoetermeer? Ontdek ook de escaperooms van Dekker Zoetermeer, Town-Quest en Wescape.



Foto van DarkPark Zoetermeer

### Nationaal Videogame Museum

Een leuke activiteit is altijd een goede manier om elkaar te leren kennen. Test bijvoorbeeld de gameskills van uw collega's, sportteam of klasgenoten bij

het Nationaal Videogame Museum. Een uniek, interactief museum midden in het centrum van Zoetermeer met meer dan 200 games die allemaal op free-play staan!



Foto van Nationaal Videogame Museum

Bekijk alle tien plekken op [www.zoetermeerisdeplek.nl/](http://www.zoetermeerisdeplek.nl/) teamuitjes. Aanvullingen of suggesties op deze top 10? We horen het graag!

### Zoetermeerisdeplek Zoetermeer



# @awnn op Instagram maakte deze foto van Zoetermeerse wateren, met een prachtige zonsondergang. Wat is uw favoriete plek in Zoetermeer? Deel de foto met #Zoetermeerisdeplek op Instagram en misschien komt de foto hier binnenkort voorbij! Ontdek ook Zoetermeer is de plek op Facebook en LinkedIn voor meer tips, evenementen en hotspots in Zoetermeer.

### WAT MAAKT ZOETERMEER VOOR U DÉ PLEK?

We nodigen inwoners, bezoekers, studenten en bedrijven in Zoetermeer van harte uit om te laten zien hoe veelzijdig de stad is. Heeft

u vragen over Bureau Citymarketing Zoetermeer? We gaan graag met u in gesprek via e-mailadres [ditisdeplek@zoetermeer.nl](mailto:ditisdeplek@zoetermeer.nl)



[www.zoetermeerisdeplek.nl](http://www.zoetermeerisdeplek.nl)  
[@zoetermeerisdeplek](https://www.facebook.com/zoetermeerisdeplek)

Heeft u een opmerking, vraag of suggestie? Neem contact op met de redactie van Bureau Citymarketing via [ditisdeplek@zoetermeer.nl](mailto:ditisdeplek@zoetermeer.nl)

**ZOETERMEER**  
IS DE PLEK



30 september t/m  
7 oktober

# Week tegen Eenzaamheid



Gevoelens van eenzaamheid kan iedereen ervaren, van jong tot oud. Vooral de afgelopen periode is voor veel Zoetermeesters pittig geweest. Mensen zaten meer thuis en hebben minder contacten, al kan er gelukkig nu wat meer. Alleen samen, met elkaar en eenzame inwoners zelf, kunnen we gevoelens van eenzaamheid tegengaan. Daarom doen Zoetermeer en de Zoetermeerse Community tegen Eenzaamheid ook dit jaar mee met de Week tegen Eenzaamheid.

## Het thema is: 'Kom erbij en neem iemand mee.'

### Eenzaamheid na corona:

### 'Er is een storm geweest en nu pas kunnen we de schade opmaken.'

Johan Roest werkt al vijf jaar als buurtpastor in Buytenwegh vanuit Halte 2717 en komt veel in aanraking met inwoners die zich eenzaam voelen. 'In ons geval zijn dat vooral ouderen en alleenstaanden die geen netwerk hebben. Het zijn mensen die altijd alleen hebben gewoond, of alleen komen te staan na het overlijden van ouders of familie.'

#### Nu pas verwerken

Corona heeft er bij veel mensen ingehakt, ook nu er langzamerhand meer kan. 'Er is een storm geweest en nu pas kunnen we de schade opmaken. Ik spreek nu veel mensen die zeggen: "het leven komt weer op gang, maar wat heb ik dan?"' vertelt Johan Roest. 'Sommigen hebben

mensen verloren, anderen hebben het gevoel dat ze een beetje achterblijven nu iedereen weer aan het werk gaat. Er is ook veel achterstallig onderhoud. Mensen zijn minder snel naar de dokter gegaan, of kunnen nu pas bepaalde klappen verwerken.'

#### Een luisterend oor

Johan roept op om juist nu een luisterend oor te blijven bieden. 'Het is niet het duurste, maar wel het belangrijkste. Het is juist oké om aan je burens te vragen hoe het gaat: ook na corona. We zijn zelf de oren en ogen van onze samenleving. Het is niet makkelijk om mensen te bereiken. Ik ken zelf mensen die alle zorg krijgen die ze nodig hebben en toch hartstikke eenzaam zijn. Het begint allemaal bij de vraag: "Hoe gaat het nu echt met je?"' Vanuit zijn ervaring biedt Johan ook wat adviezen om beter te luisteren: 'Ga niet meteen oplossingen aandragen en vertellen wat iemand moet doen. Luister eerst naar het verhaal van iemand. Heb geduld. Laat mensen vooral weten dat ze niet de enige zijn die met dit soort gevoelens worstelen.'

### Eenzaamheid onder jongeren

Bij het woord eenzaamheid denken we snel aan ouderen en niet aan jongeren, terwijl die zich ook alleen voelen of worstelen met eenzaamheid. Ruim 33 procent van de jongeren ervaart deze gevoelens. Vooral na dit jaar waarbij ze niet vaak naar school, een opleiding of verenigingen konden. Maar ook met honderden mensen om diegene heen kan iemand zich alleen voelen. Het

gaat niet om alleen zijn, maar om echt contact met mensen missen. Tijdens de Week tegen Eenzaamheid start Magisch Zoetermeer, samen met de gemeente het JIP Zoetermeer, Jong Perspectief en Buurtwerk 'Kom Erbij!'. Hiermee willen ze eenzaamheid bij jongeren onder de aandacht brengen, eenzaamheid signaleren en ze betrekken bij speciaal voor hen georganiseerde activiteiten.

kom  
erbij

IN ZOETERMEER  
VOELEN **8000**  
JONGEREN ZICH  
EENZAAM

#ZOETERMEERTEGENEENZAAMHEID

Ik voel me eenzaam ..

Mag ik ook mee?

komerbijzoetermeer.nl



### Bijeenkomst Zoetermeerse Community tegen Eenzaamheid

Eenzaamheid tegengaan en prettig leven doen we samen. Alleen als we de handen ineenslaan, kunnen we echt iets betekenen voor eenzame inwoners. Daarom is de Zoetermeerse community tegen eenzaamheid opgericht. Deze bestaat uit bedrijven, de gemeente, vrijwilligers en allerlei organisaties op het gebied van welzijn, zorg, sport, cultuur en levensbeschouwing. Hun uitgangspunt: iedereen heeft iets te bieden, mensen bekommeren zich om elkaar en de

samenleving wordt rijker als mensen samenwerken.

Ook u kunt deelnemer worden en een steentje bijdragen. Kijk voor meer informatie op [www.zoetermeertegeneenzaamheid.nl](http://www.zoetermeertegeneenzaamheid.nl).

Op donderdag 14 oktober om 15.00-17.30 uur is de achtste netwerkbijeenkomst van de Community Tegen Eenzaamheid. Dit keer staat het thema Luisteren centraal: hoe voeren we goede gesprekken, hoe maken we écht contact? We gaan er 14 oktober samen mee aan de slag, met verhalen en diverse workshops. We kunnen deze bijeenkomst voor het eerst weer live organiseren, in het CKC. Een coronatoegangspas is voor deze bijeenkomst vereist.

Wilt u erbij zijn? De. Aanmelden kan via: [togeneenzaamheid@zoetermeer.nl](mailto:togeneenzaamheid@zoetermeer.nl)



Meer weten over  
eenzaamheid?

Kijk dan op [www.zoetermeertegeneenzaamheid.nl](http://www.zoetermeertegeneenzaamheid.nl)  
en op [www.eentegeneenzaamheid.nl](http://www.eentegeneenzaamheid.nl)



*Kom erbij en neem iemand mee*

## Activiteiten in Week tegen Eenzaamheid

“Kom erbij en neem iemand mee” is dit jaar in Zoetermeer het thema van de landelijke Week tegen Eenzaamheid die tot vrijdag 7 oktober duurt. Ontmoeting en verbinding staan daarbij centraal, want samen kunnen we gevoelens van eenzaamheid tegengaan. Gelukkig is hierin weer wat meer mogelijk dan in de afgelopen periode.

Tal van organisaties organiseren activiteiten die voor veel ouderen gezellig en interessant kunnen zijn. Dus Kom erbij en neem vooral iemand mee!



**PROGRAMMA | Op deze pagina vindt u een greep uit alle activiteiten. Tenzij anders vermeld zijn alle activiteiten gratis.**

### De hele week

#### ■ Blij dat ik rij

Wie komende week er even uit wil in Zoetermeer kan hiervoor de hulp van vrijwillige chauffeurs van het UVV invoeren. Zij gaan graag met u op stap.

#### Aanmelden en informatie:

op werkdagen tussen 9.00 en 11.00 uur via 079 – 204 08 08.

### Donderdag 30 september

#### ■ Doe-coaches

Piëzo heeft een nieuw initiatief: doe-coaches voor ouderen die niet goed weten hoe ze op een leuke manier hun dag kunnen doorkomen. Deze vrijwilligers kijken samen met de oudere naar waar die plezier in heeft, hobby's en (nieuwe) sociale contacten. Trainster Eileen Zaat geeft uitleg over dit project.

Locatie: Uiterwaard 21

Tijd: 10.00 – 12.00 uur

Meer informatie: [www.stichtingpiezo.nl/projecten/doe-coaches](http://www.stichtingpiezo.nl/projecten/doe-coaches)

#### ■ Schrijfcafé Buytenwegh

Samen schrijven en praten  
Locatie: Halte 2717, Carry van Bruggenhove 27

Tijd: 10.00 uur

Informatie: 06 3755 7355

#### ■ Zoete inval

Loop eens langs voor een praatje  
Locatie: inloop Lichtzijde, Broekwegzijde 196 – tegenover buurttuin de Zoete Aarde  
Tijd: 14.00 – 15.30 uur

#### ■ Crea-soos UVV

Handwerken en andere mensen leren kennen.  
Locatie: woonzorgcentrum, Gondelkade 33  
Tijd: 14.00 – 16.00 uur

#### ■ Inloop 55+

Inloop met koffie en thee voor zomaar een praatje of beter  
Locatie: Perron Oosterheem, Florence Nightingalelaan 92  
Tijd: 16.00 – 18.00 uur  
Informatie: 06 116 539 72

### Vrijdag 1 oktober

#### ■ Wandelclub 55+

Wandelen met na afloop koffie en thee  
Locatie: Perron Oosterheem, Oosterheemplein 198  
Informatie: 06 116 53 972  
Inloop: Gezellige inloop  
Locatie: Perron Oosterheem, Schiebroekstraat 1 (zij-ingang)  
Informatie: 06 116 53 972

#### ■ Inloophuis Rokkeveen

Inloop voor een praatje met koffie en aan het eind broodjes en pannenkoeken  
Locatie: Regenboog, Nathaliegang 263  
Informatie: 079 – 362 3365

#### ■ Crea-soos UWV

Kaarten maken  
Tijd: 10.00 – 12.00 uur  
Handwerken  
Tijd: 13.30 – 16.00 uur  
Locatie: Dienstencentrum Seghwaert, Petuniatuin 7

#### ■ Open Oude Kerk

Iedere vrijdagmiddag staan de deuren van de Oude Kerk open voor wie daar behoefte aan heeft.  
Locatie: Dorpsstraat 59  
Informatie: [jokevanderkruk@yahoo.com](mailto:jokevanderkruk@yahoo.com)

#### ■ Rondleiding De Voorde

Rondleiding langs tentoonstelling Spierballen, Stiletto's en Superhelden.  
Locatie: Museum De Voorde  
Tijd: 14.00 – 15.00 uur  
Kosten: €3,50  
Aanmelden: [info@museumdevoorde.nl](mailto:info@museumdevoorde.nl)

#### ■ Weeksluiting

De week afsluiten met ontmoeting en inspiratie  
Locatie: De Morgenster, Nassaulaan 11  
Tijd: 15.30 uur  
Informatie: 079 – 316 4888

### Zaterdag 2 oktober

#### ■ Rommelmarkt

Gezellig neuzen en daarna een kopje koffie.  
Locatie: Schuurtje van Vincentius, Plesmanstraat 7-8  
Tijd: 9.00 – 15.00 uur  
Informatie: 06 344 59 002

#### ■ Leven in Aandacht

Meditatie voor beginners en gevorderden  
Locatie: Adventskerk, Julianalaan 3  
Tijd: 9.30 uur  
Informatie: 079 331 0560  
Carillonconcert  
Binnen of buiten genieten  
Locatie: Oude Kerk, Dorpsstraat 59  
Tijd: 12.00 – 13.00 uur

#### ■ Openstelling Nicolaaskerk

Open voor stil gebed  
Locatie: Nicolaaskerk, Dorpsstraat 24  
Tijd: 14.00 – 15.15 uur

### Zondag 3 oktober

#### ■ Kerkdiensten

In de meeste kerken zijn vieringen, die voor iedereen vrij toegankelijk zijn.  
Informatie: [www.kerkinzoetermeer.nl](http://www.kerkinzoetermeer.nl)

### Maandag 4 oktober

#### ■ Vrijwilliger Thuis

Heeft u tijd over en wilt u een wens van iemand anders vervullen? Meld u dan aan bij Vrijwilliger Thuis. Tijdens de Open Inloop krijgt u meer informatie.  
Locatie: kantoor MEE ZHN, Willem van Cleeflaan 1005A  
Tijd: vrije inloop tussen 14.00 – 16.00 uur

#### ■ Taart eten

Gezellig met andere senioren taart eten en koffiedrinken.  
Locatie: InZet, Bijdorplan 471  
Tijd: 10.00 – 12.00 uur

#### ■ Bakkie met de buurt

Inloop 55+soos  
Locatie: Inzet Oosterheem, Zanzibarplein 5

### Dinsdag 5 oktober

#### ■ Hoogbegaafde senioren

Hoogbegaafdheid bij senioren wordt vaak niet herkend. Ze voelen zich niet begrepen en dat kan tot een sociaal isolement leiden, vooral als ze minder mobiel zijn en meer zorg nodig hebben. Iedereen die met dit onderwerp te maken heeft, is welkom bij een workshop met arts en psycholoog N. Nauta.  
Locatie: Forum Bibliotheek  
Tijd: 13.30 – 15.30 uur

#### ■ Spellensoos

Liefhebbers van spelletjes kunnen aanschuiven bij de spellensoos  
Locatie: InZet Rokkeveen, Nathaliegang  
Tijd: 10.00 – 11.30 uur

#### ■ Koffie en spelletjes

Gezellige inloopochtend.  
Locatie: InZet Albrandswaard, Albrandswaard 1  
Tijd: 10.00 – 11.30 uur

### Woensdag 6 oktober

#### ■ Spelletjes en handwerken

Iedereen die graag spelletjes doet of van haken en breien houdt, is op donderdagochtend altijd welkom in de bibliotheek. Je kunt alleen komen of iemand meenemen.  
Locatie: Forum Bibliotheek  
Tijd: 10.00 – 12.00 uur



Kijk dan op [www.zoetermeertegeneenzaamheid.nl](http://www.zoetermeertegeneenzaamheid.nl)  
en op [www.eentegeneenzaamheid.nl](http://www.eentegeneenzaamheid.nl)

#### ■ Seghwaert op Dreef

Buurtvereniging Seghwaert op Dreef is een gezellige buurtvereniging die veel organiseert en waar iedereen uit Seghwaert van harte welkom is. Wilt u weten wat er allemaal te doen is? Kom dan bij onze inloopmiddag kijken.  
Locatie: Patio, Gaardedreef 189 (vlakbij randstadrailhalte Seghwaert)  
Tijd: 15.00 – 17.00 uur

#### ■ Rondleiding De Voorde

Rondleiding langs tentoonstelling Spierballen, Stiletto's en Superhelden.  
Locatie: Museum De Voorde  
Tijd: 14.00 – 15.00 uur  
Kosten: €3,50  
Aanmelden: [info@museumdevoorde.nl](mailto:info@museumdevoorde.nl)

#### ■ Natuurwandeling

De Pelgrimskerk organiseert een natuurwandeling rond het thema 'bereikbaar'.  
Locatie: Watertoren, 3e Stationsstraat  
Tijd: 9.15 – 10.15 uur

#### ■ Koffie, thee en aandacht

De Pelgrimskerk houdt een koffie-, thee- en aandachtsschenkerij.  
Locatie: Pelgrimskerk, 1e Stationsstraat 86  
Tijd: 11.30 – 12.30 uur

#### ■ Oldstar Tennis

Wilt u graag tennissen op een aangepast niveau? Meld u dan aan voor Oldstar tennis voor 55-plussers. De training is wekelijks op woensdagmorgen.  
Tennisvereniging Meerzicht, zalkerbos 320  
Meer informatie: [info@tenniscentrummeerzicht.nl](mailto:info@tenniscentrummeerzicht.nl)

### Donderdag 7 oktober

#### ■ Senioren Actief

Leuke en interessante activiteiten voor 70-plussers.  
Locatie: Halte 2717, Carry van Bruggenhove 27  
Tijd: 14.00 uur

#### ■ Inloop 55+

Inloop met koffie en thee voor zomaar een praatje of beter  
Locatie: Perron Oosterheem, Florence Nightingalelaan 92  
Tijd: 16.00 – 18.00 uur  
Informatie: 06 116 539 72

**Meer weten over  
eenzaamheid?**



# Eetbaar groen in de stad

Met elkaar maken we Zoetermeer steeds een stukje groener, mooier en gezonder. U zou het misschien niet direct denken, maar wist u dat ook in de stad en eromheen veel eetbaar groen te vinden is? Soms zelfs op hele onverwachte plekken. Op deze themapagina willen we u informeren over wat voor soort eetbaar groen we hebben in de stad, wat het precies is en waar inwoners eetbaar groen kunnen vinden. Zo maken we samen de stad elke dag een stukje beter en mooier. Kortom; Buitengeluk maken we samen!

Onder eetbaar groen verstaan we openbaar groen wat eetbaar is, of waar onderdelen eetbaar van zijn. In het najaar gaat het dan om bijvoorbeeld bessen en bottels. In het voorjaar en in de zomer zijn er ook best veel eetbare planten te vinden.

## GeuzeGroen

Aan de rand van de Nieuwe Driemanspolder (N3MP) ligt een flinke lap grond waar een voedselbuurtbos wordt aangelegd. Hier kunt u zelf (bos)producten komen plukken en buurtgenoten ontmoeten. Het voedselbuurtbos heeft de naam GeuzeGroen en is een initiatief van Klaartje Jaspers en Astrid van Beek. 'We zijn in 2017 met het initiatief gestart vanuit Mobile Orchards (Mobiële Boomgaarden)', legt Klaartje uit. 'We willen hier betaalbaar biologisch voedsel beschikbaar maken voor iedereen, maar het is ook een plek waar je sociale contacten op kunt doen. Daarnaast willen we hier voorlichting geven en onderzoek doen op het gebied van biodiversiteit en ecologische, circulaire voedselproductie in het stedelijk gebied.'

## Eetbaar bos

Bijna elke zaterdag wordt er door een enthousiaste groep vrijwilligers hard gewerkt in het voedselbuurtbos. Onkruid weghalen, de aangeplante bomen en struiken voorzien van water, de aanplant markeren; er is altijd genoeg te doen. 'We willen hier betaalbaar biologisch voedsel beschikbaar maken voor iedereen, maar ook een plek zijn waar je sociale contacten op kunt doen', leggen Astrid en Klaartje uit. Het toekomstige bos is nog maar net aangeplant, maar dit jaar konden er toch al de eerste bessen geplukt worden. 'Het bos heeft tijd nodig om tot volle wasdom te komen, maar als het straks volgroeid is kun je hier op het



gemak rondlopen en ondertussen proeven van het fruit, de kruiden en de noten die hier groeien. Wat je ziet mag je plukken en meenemen naar huis. Als het een handje vol is zelfs voor niets, als het iets meer is dan vragen we een kleine vergoeding zodat het ook bereikbaar blijft voor mensen met een wat kleinere beurs.'

## Plukseizoen

Het voedselbuurtbos is zo aangeplant dat er van het vroege voorjaar tot de late herfst geplukt en geoogst kan worden. 'We werken met veel verschillende soorten', licht Astrid toe. 'Appel- en perenrassen, kersen- en pruimen maar ook perziken, moerbeien, bramen, bessen en bijzondere bomen zoals de uiensoepboom en de wasnotenboom. Stuk voor stuk meerjarige gewassen. Zo wordt het een bos waar we zelf in principe niets aan hoeven te doen.' Nu de herfst inmiddels zijn intrede heeft gedaan zijn loopt ook het plukseizoen tegen het einde. Toch valt er hier en daar nog iets te 'snoepen' zoals verschillende bessen en noten, maar ook pruimpjes van de sleedoorn, of rode klaver en smalle weegbree. 'De vlierbessen zijn op dit moment rijp. Ze helpen goed tegen de griep. Rode klaver en kamille kunnen goed gebruikt worden om thee van te zetten.' Vrijwilligers

De meeste soorten die terug te vinden zijn in het bos zijn zelf gestekt en opgekweekt bij de wijk tuin aan de Zegwaartseweg en buurttuin de Zoete Aarde. Begin dit jaar zijn ze geplant op de locatie in

de N3MP. Gelukkig kunnen Astrid en Klaartje rekenen op de hulp van veel vrijwilligers. 'Wekelijks komen we met zo'n 10 á 15 mensen bij elkaar om het bos te verzorgen. In totaal zijn er inmiddels ongeveer 140 personen betrokken bij het voedselbuurtbos.' En er is genoeg te doen. Van water geven tot maaien met een authentieke zeis. Riitta is bezig om wormen uit te zetten bij de verse aanplant. 'Die hebben we zelf gekweekt in ons wormenhotel', legt ze enthousiast uit. 'Ze verbeteren de grond waardoor de nieuwe aanplant alle kansen krijgt.' Wilt u ook een bijdrage leveren, vrijwilliger worden of meer weten over het voedselbuurtbos en de doelstellingen? Kijk dan eens op de website: [www.geuzegroen.nl](http://www.geuzegroen.nl) of social media. Naast het voedselbuurtbos GeuzeGroen zijn er ook andere bewonersinitiatieven zoals perenboomgaard De Hof van Seghwaert en wijk tuin de Zoete Aarde.

## Eetbaar groen in de stad

Eetbaar groen vinden we niet alleen langs de randen van Zoetermeer, maar ook in de stad zelf. We kennen natuurlijk allemaal de bekende braam, appels en peren. Maar ook sleedoornbessen kunnen gebruikt worden om bijvoorbeeld jam van te maken. In Groot Brittannië wordt er zelfs sleedoornjenever van gemaakt en in Spanje gebruikt men de sleedoornbessen om likeur te maken. Ook zijn er rozen waarvan de bottels gegeten kunnen worden (nadat de pitjes zijn verwijderd). Bijvoorbeeld de bottels van de



Hondsroos. Daarnaast zijn er ook diverse noten te vinden in het Zoetermeerse groen. Hazelnoten bijvoorbeeld aan de grotere Hazelaars. Ook staan er op een aantal plekken Walnoten en zijn er op dit moment weer kastanjes van de Tamme Kastanje te vinden. De tamme kastanje is rauw eetbaar. De smaak is een beetje nootachtig. Gepoft, geroosterd of als puree zijn tamme kastanjes veel lekkerder en wat zoeter van smaak. Let op. Er staan ook Paardenkastanjes in Zoetermeer. De kastanjes hiervan zijn niet eetbaar.

## Belangrijke aanvullingen:

Ga respectvol om met de natuur tijdens het plukken van bessen en zoeken naar noten. Kunt u ergens niet bij, laat het dan hangen. Dit is namelijk ook weer voedsel voor heel veel dieren. Veel dieren zijn voor het overleven van de herfst en winter deels of geheel afhankelijk van de hoeveelheid bessen en noten die zij kunnen eten. Ga ook geen stenen of grote takken in een boom gooien om noten naar beneden te krijgen. Bomen kunnen hierdoor onherstelbare schade oplopen. Wees geduldig en loop eens wat vaker langs de betreffende boom. De noten vallen vanzelf een keer naar beneden. Zeker nadat het hard gewaaid heeft zijn er meer kastanjes en noten onder de boom te vinden.

## Twijfelt u of u een bes of noot kunt eten?

Vraag dan eerst aan iemand die er verstand van heeft of het een eetbare bes of noot is. U kunt behoorlijk ziek worden van het eten van verkeerde bessen of noten. Kijk ook op internet. Hier staat vaak goed beschreven of bessen rauw gegeten kunnen worden of eerst bijg. gekookt moeten worden. Ook vindt u hier handige recepten.





# Geslaagde burendag in Oosterheem!

Afgelopen zaterdag, 25 september, was het burendag. Een groot feest waar al een lange tijd naar uit werd gekeken. Vooral omdat het door de corona richtlijnen vorig jaar niet door kon gaan. De Spraakmakers (een samenwerking tussen wijkorganisaties uit Oosterheem) hebben deze dag extra uitpakket met sfeervolle activiteiten voor alle bewoners.

## 'Ieder voegt iets toe en is onmisbaar'

Verschillende straten in Oosterheem werden zaterdag 'opgeschrikt' door een uit de kluiten gewassen fiets. De fiets was aangekleed met tegeltjeswijsheden, recepten en een playlist. Allemaal geïnspireerd op gesprekken met Oosterheemse bewoners. Een bewoner vergelijkt Oosterheem bijvoorbeeld met het gerecht chili con carne: 'Allelei ingrediënten door elkaar, maar ieder voegt iets toe en is onmisbaar.' Een andere bewoner vergelijkt de wijk met een joggingsbroek: 'Een heerlijke en relaxte wijk!'

## Een gezellige, inspirerende dag

Tijdens de fietstocht door de wijk vonden leuke gesprekken plaats met bewoners. Ook wethouder Ter Laak fietste gezellig mee. Het was een dag vol gezelligheid met muziek, fijne inspirerende gesprekken en verbinding tussen buurtbewoners.





# De buurthuizen zijn weer open

**Verschillende wijken en buurten in Zoetermeer hebben een vereniging. Deze wijk- en buurtverenigingen zijn een centrale ontmoetingsplek in de wijk; een fijne plek waar mensen elkaar kennen en naar elkaar omkijken. Helaas hebben ook zij al ruim een jaar geen activiteiten meer kunnen organiseren. Daarom willen ze dit najaar weer feestelijk opengaan tijdens de week van de buurthuizen van 11 tot 17 oktober.**

## Weer makkelijker over de drempel komen

Verschillende verenigingen organiseren tijdens deze week een Open Buurthuisdag. Hierin laten ze zien wie ze zijn en wat voor activiteiten ze aanbieden. Zo hopen ze dat bestaande en nieuwe leden weer makkelijker over de drempel komen om



elkaar te ontmoeten na deze moeilijke en soms eenzame periode. De open buurthuisdag creëert daarmee een mooi moment om de buurtbewoners weer dichterbij elkaar te brengen. Op deze pagina ziet u een overzicht van enkele activiteiten tijdens deze week. Volgende week stellen de wijk- en buurtverenigingen Buytenrode, Noordhove '86, Waterbuurtvereniging, Kom Op, Weideveld, Seghwaert op Dreef, Rokkeveen en Hoveniers zich aan u voor.

## Samenhang voelbaar

Buurt- en wijkverenigingen zijn belangrijke plekken voor de buurt. Er ontstaan ontmoetingen, verbindingen en vriendschappen die de eigen huiskamer ontstijgen. Door corona hebben veel activiteiten niet door kunnen gaan het afgelopen anderhalf jaar. Dit zorgde voor meer eenzaamheid en isolement. Toch was de samenhang in de wijken en buurten voelbaar. Er werd toch geprobeerd inwoners te blijven betrekken; zo hebben veel verenigingen activiteiten opgetuigd om de kwetsbare inwoners goed te kunnen blijven bedienen zoals boodschappen voor elkaar blijven doen, belcirkels, het rondbrengen van eten en zelfs het opzetten van digitaal koken.

Naam vereniging	datum + tijd	Activiteit
<b>Buytenrode</b>	Vrijdag 15 oktober 12.00 – 17.00 uur	Proeverij van verschillende bestaande activiteiten en een bijzondere demonstratie/workshop van dansactiviteiten waaronder de ballroomdans van 12 tot 14.00 uur en daarna een demonstratie/workshop van line dance. De hele middag worden de dartbanen geopend en is er koffie en thee verkrijgbaar.
<b>Noordhove '86</b>	Vrijdag 15 oktober 12.00 – 17.00 uur	Kennismaking met de reguliere activiteiten van de vereniging tijdens de open inloop en geniet van een aantal demonstraties zoals kurzbal en rollatordansen. Informatie over alle activiteiten wordt verteld op de kleine beurs. Laat u enthousiasmeren om vaker te komen!
<b>Waterbuurtvereniging</b>	Vrijdag 15 oktober 13.00 uur	High tea met de wethouder
<b>Kom Op</b>	Donderdag 14 oktober 10.00-12.00 uur	Maak kennis met de buurtvereniging Kom Op en andere buurtbewoners tijdens de open koffie/thee inloopochtend

*We kunnen in Zoetermeer ontzettend trots zijn op deze verenigingen die volledig draaien op vrijwilligers en zich vol overgave inzetten voor een fijne en veilige plek in de stad of buurt waar iedereen welkom is.*