



# Vanaf 12 april prikken bij Silverdome

**Zoetermeerders hoeven vanaf 12 april niet meer naar Den Haag voor een coronaprik. Dan opent de vaccinatie locatie bij Silverdome (Van der Hagenstraat 20). Op deze plek kunnen straks 2.000 prikken per dag worden gezet.**

De GGD is druk met de voorbereidingen. In de Silverdome komen zo'n vier tot zes 'priklokken.' Daarmee kunnen ze zo'n 2.000 personen per dag vaccineren, zeven dagen per week. Het aantal is wel afhankelijk van hoeveel vaccinaties er beschikbaar zijn.

## Goed bereikbaar

Met een extra priklocatie in Zoetermeer wordt het voor inwoners makkelijker om zich te laten vaccineren. Zo kunnen er meer mensen beschermd worden tegen corona. Silverdome is goed bereikbaar. Parkeren is



gratis en RandstadRailhalte Van Tuylpark zit in de buurt. De plek is bereikbaar met de fiets en mantelzorgers kunnen eventueel meekomen. De priklocatie is zeven dagen per week open; eerst van 9.00 tot 17.00 uur. Indien nodig gaat de locatie ook 's avonds open. We verwachten dat deze locatie tot september gebruikt gaat worden. Kunt u niet zelfstandig op de locatie komen? Vraag dan iemand uit uw omgeving om hulp, neem contact op met de gemeente of bel naar 0800-1351.

## Vaccineren bij de GGD

Vaccineren gaat alleen op afspraak. U krijgt een brief van het RIVM, de huisarts of uw werkgever. Dan kunt u een afspraak

maken via het telefoonnummer dat in de brief staat. U kunt zelf kiezen naar welke locatie u gaat, al is dit afhankelijk van beschikbaarheid.

## Meer informatie en vragen

Het is begrijpelijk als u vragen heeft. Wanneer ben ik aan de beurt? Welke prik krijg ik? En hoe zit het nu met het AstraZenecavaccin? Deze informatie en het laatste nieuws vindt u op de site [www.coronavaccinatie.nl](http://www.coronavaccinatie.nl). Hier vindt u bijvoorbeeld een tijdslijn waarop u leest wanneer welke doelgroep aan de beurt is. Voor vragen over coronavaccinaties of het coronavirus kunt u ook bellen naar 0800-1351 (dagelijks van 8.00-20.00 uur).



## Hart onder de riem

Afgelopen week werden Zoetermeerse verzorgingshuizen namens de gemeente als hart onder de riem verrast met een paasattentie. Om de medewerkers te laten weten dat we aan hen denken, omdat men nog steeds te maken heeft met coronamaatregelen waarbij het ontvangen van bezoek lastig is.

## Choco Toko

Zorgwethouder Ter Laak deelde zelf, rekening houdend met alle maatregelen ook een paasattentie uit aan Piézo zorginstelling. Voor deze paasattentie hebben we samengewerkt met chocolaterie Choco Toko. Alle attenties zijn gemaakt door mensen met een beperking.



## Zoetermeer is de plek

Of u nu toe bent aan ontspanning of inspanning: in Zoetermeer is altijd iets te beleven. Daar mogen we best trots op zijn en daar mogen we best vaker over vertellen! "Zoetermeer is de plek" is in het leven geroepen om het vrijetijdsaanbod in de derde stad van Zuid-Holland onder de aandacht te brengen. Een aantrekkelijke woon-, werk- en studeerstad? Dit is de plek!

Wilt u op de hoogte houden van de UIT-agenda? Of bent u op zoek naar tips over bijvoorbeeld kinderactiviteiten in Zoetermeer? Neem dan snel een kijkje op [www.zoetermeerisdeplek.nl](http://www.zoetermeerisdeplek.nl)



## Volgt u ons al op social media?

Wilt u als eerste weten wat er speelt in uw stad? Volg ons dan op social media! Zo hoeft u nooit iets te missen.

 [facebook.com/gemeentezoetermeer](https://facebook.com/gemeentezoetermeer)

 [instagram @gemeentezoetermeer](https://instagram.com/gemeentezoetermeer)

 [twitter.com/gemzoetermeer](https://twitter.com/gemzoetermeer)

## Meldingen openbare ruimte? Gebruik de MijnGemeente app

**Scheve stoeptegels, kapotte lantaarnpaal of rotzooi in de berm? Of valt u iets anders op in de openbare ruimte? Meld het bij de gemeente! Zo houden we samen de stad schoon, veilig en leefbaar. Melden kan snel met de MijnGemeente app.**

## Snel melden belangrijk

De openbare ruimte is de naam voor plekken die wij allemaal gebruiken. Pleinen, wegen, sportvelden, parken. Als er iets mis is, moet u dat snel kunnen melden. Een verzakte stoep, verdwenen putdeksel of vuilnis op straat is niet alleen vervelend, maar kan ook gevaarlijk zijn. Als inwoner kunt u dit melden via internet, telefonisch en via de MijnGemeenteapp. Een foto van de situatie en een korte omschrijving zijn genoeg. Zodra de

gemeente een melding heeft ontvangen, nemen we deze in behandeling.

## Download de MijnGemeente app

De app is voor smartphones die werken op iOS of Android. Download de app via de Appstore, of via de Google Playstore. Na het installeren van de MijnGemeente app moeten gebruikers zich een keer aanmelden. Daarna kunt u vanaf iedere plek in Zoetermeer een melding openbare ruimte te doen.

## Geen smartphone?

Inwoners die geen smartphone hebben, kunnen nog altijd een melding openbare ruimte doen via [www.zoetermeer.nl/contactformulier](http://www.zoetermeer.nl/contactformulier). Spoedmeldingen kunt u buiten kantooruren en in het weekend telefonisch doen via 14 079.

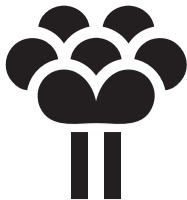


## Kunstroute: Kunst in het hart

Deze week hebben we geen architectuurwandeling voor u klaar staan, maar een kunstroute! Met meer dan 180 kunstwerken is Zoetermeer bijna een openluchtmuseum te noemen. Kunst geeft een stad niet alleen iets leuks om naar te kijken, maar ook een karakter. U kunt de kunstwerken van Zoetermeer ontdekken met de verschillende kunstroutes.

Tijdens deze route komt u langs de verschillende kunstwerken in het centrale gedeelte van Zoetermeer. Van sculpturen tot geometrische werken, er valt genoeg moois te ontdekken in en om het Stadshart. De route is 2,5 km en begint bij Stadhuis-Forum, Stadhuisplein 1. Onderweg een mooie foto gemaakt? Deel 'm met [#Zoetermeerisdeplek](https://twitter.com/Zoetermeerisdeplek).





gemeente

**Zoetermeer**

## Zingt u ook mee op Koningsdag?



bedacht. Een aubadefilm waaraan iedere Zoetermeerder zijn of haar steentje kan bijdragen! Wilt u ook meedoen? Maak dan een filmpje waarin u het Wilhelmus zingt en stuur deze vóór 17 april naar [info@zoetermeeractief.nl](mailto:info@zoetermeeractief.nl). Om iedereen in hetzelfde tempo te laten zingen is er een karaokeversie gemaakt. De link hiervoor is te vinden op YouTube: <https://youtu.be/HPhtGgae8XU>.

### Maak kans op leuke prijzen

Van al deze inzendingen wordt vervolgens een film gemaakt die tijdens Koningsdag om 09.00 uur wordt uitgezonden. Maak er iets leuks van, er zijn namelijk prijzen te winnen! Onder andere voor het mooist verkleed en het best gezongen.

Voor meer informatie over Koningsdag kunt u kijken op [www.zo-oranje.nl](http://www.zo-oranje.nl) of op het Facebook/Instagram account [@koningsdagzoetermeer](https://www.instagram.com/koningsdagzoetermeer).

Dinsdag 27 april is het weer zo ver, koningsdag. Een Nederlandse traditie waarbij de koning wordt gefeliciteerd. De burgemeester zal, als vertegenwoordiger van de koning, een toespraak geven. Natuurlijk zingen we ook samen het Wilhelmus. Helaas is het door corona niet mogelijk om de aubade live en met publiek te houden. De Oranjestichting heeft daarom, in samenwerking met Zoetermeeractief en de burgemeester, een digitale variant

## Ledlampenactie in Zoetermeer verlengd



In januari is in heel Zoetermeer de led-lampenactie voor huiseigenaren gestart. Meer dan 31.500 particuliere huiseigenaren kregen een voucher op de mat van 65 euro om te besteden aan ledlampen naar keuze.

### Verlenging

De actie liep in eerste instantie tot 31 maart, maar is nu verlengd t/m 30 april. Heeft u uw voucher van 65 euro al verzilverd? Bestel nu uw ledlampenpakket naar keuze. Tot eind april kunt u de voucher

inwisselen. Bent u de code kwijt? Neem via de mail contact op met [ledactie@energieloketzoetermeer.nl](mailto:ledactie@energieloketzoetermeer.nl)

### Huurders

Goed nieuws: in het najaar start de led-lampenactie voor huurders!

### Meer informatie

Wilt u meer weten over duurzaam en comfortabel wonen? Ga naar [www.energieloketzoetermeer.nl](http://www.energieloketzoetermeer.nl)

## Van de gemeenteraad



## 12 april commissievergaderingen

Op maandag 12 april 2021 vergaderen de commissies Plenair, Stad en Samenleving. De vergadering van de commissie Plenair begint om 19.30 uur, de commissies Stad en Samenleving om 20.30 uur. De vergaderingen worden digitaal gehouden. U kunt deze volgen via de internetuitzendingen.

### Agenda en internetuitzending

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

### Maak gebruik van uw spreekrecht

Wilt u van uw spreekrecht gebruikmaken? Ook dit gaat digitaal. 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).

### 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!

### Volg de raad:

- @raadzoetermeer
- GemeenteraadZoetermeer

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

## Alle openbare bekendmakingen vindt u op [overheid.nl/overuwbuurt](http://overheid.nl/overuwbuurt)

Ontvang alle bekendmakingen in uw buurt via de Omgevings-alertapp of via de e-mailalert van [www.overheid.nl](http://www.overheid.nl).

### Gereserveerde gehandicaptenplaatsen

Alle besluiten rondom gereserveerde of opgeheven gehandicaptenparkeerplaatsen vindt u op [www.overheid.nl](http://www.overheid.nl).



### Wilt u een binnengekomen aanvraag of verleende vergunning inzien?

Maak hiervoor een afspraak met de omgevingsbalie via [www.zoetermeer.nl/afspraken](http://www.zoetermeer.nl/afspraken)

## Colofon Stadsnieuws

**Gemeente Zoetermeer**  
Stadhuisplein 1 & Engelandlaan 502  
Postbus 15  
2700 AA Zoetermeer  
 [www.zoetermeer.nl](http://www.zoetermeer.nl)  
 /gemzoetermeer  
 /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)



# Jongeren in coronatijd

Jongeren in coronatijd is een reeks themapagina's waarin we aandacht besteden aan de corona gerelateerde problemen waar jongeren mee kampen. De vorige twee weken gingen we al in gesprek met Buurtwerk, het jongerenwerk in Zoetermeer en spraken we met Jong Perspectief over het maatjesproject. Deze week gaan we in gesprek met Yvonne Boersma, pedagoge bij het Opvoedadviespunt.

## Het Opvoedadviespunt

Niet alleen de jongeren zelf hebben het lastig in deze coronatijd. Ook voor ouders kan het behoorlijk moeilijk zijn. Maar waar kunt u als ouder terecht met al uw vragen? Het helpt om af en toe te praten met iemand, om uw vragen, twijfels en zorgen te delen. U kunt hiervoor terecht bij het Opvoedadviespunt. Zij helpen u als ouder voor als u het even niet meer weet. 'Of het nou kinderen met slaapproblemen zijn of pubers die niet willen luisteren. Wij bieden een luisterend oor, maar geven ook deskundig en praktisch advies,' vertelt pedagoge Yvonne.

## Het missen van een dagelijkse structuur

Ook bij het Opvoedadviespunt merken ze de gevolgen van corona. 'We merken dat zowel de ouders als de kinderen hun dagelijkse structuur missen. Dat zorgt vaak voor een korter lontje,' vertelt Yvonne. 'Hierdoor raak je sneller met elkaar in een negatieve spiraal. Door alle coronamaatregelen en beperkingen merk je dat kinderen wat minder goed gehumeurd kunnen zijn en

soms moeilijker gedrag laten zien. Voor sommige ouders brengt deze tijd bovendien extra zorgen met zich mee, omtrent gezondheid of baanbehoud/financiën. Dat kan zijn weerslag hebben op de sfeer in het gezin.' Onlangs sprak Yvonne nog met een moeder van 3 kinderen. 'Ze zei toen iets wat echt is blijven hangen. Dit laat zien dat deze periode ook voor ouders heel lastig kan zijn,' vertelt Yvonne.

**Ook bij mij is de rek er gewoon uit.  
Het lukt gewoon niet  
om rustig te reageren, zoals anders.**

*Quote van ouder*

## Blijf in gesprek met uw kind

Veel ouders worstelen met vragen over opvoeden in deze coronatijd. Bij het Opvoedadviespunt kunt u terecht met deze vragen. 'Blijf in contact met je kind. Blijf in gesprek met je puber. Leg de lat wat lager. Als je kind boos of verdrietig is, erken dit. Ze hoeven niet altijd met een glimlach aan tafel te zitten. Waardeer de positieve initiatieven die wél genomen worden,' vertelt Yvonne. 'Het is ook belangrijk dat je als ouder zelf goed in je vel zit. Probeer een ontspanningsmoment te nemen, bijvoorbeeld door het maken van een wandeling. Hoe beter je zelf in je vel zit, hoe beter je omgaat met de dingen die er thuis spelen.'



**Kwadraad**  
maatschappelijk werk

## Meer informatie

Heeft u zelf vragen over de opvoeding of ontwikkeling van uw kind? Of wilt u meer informatie over het Opvoedadviespunt? Stuur u dan een mail naar opvoedadviespunt.zoetermeer@kwadraad.nl. Er zijn geen wachtlijsten en binnen een week nemen ze contact met u op.



# In balans met yoga!

**Sportief zijn in Zoetermeer is niet heel moeilijk. De stad zit vol verenigingen die allerlei verschillende sporten aanbieden. Maar, kent u deze verenigingen al? In 'sporttak van de maand' duiken we dieper in op de verschillende soorten sporten en hun bijbehorende aanbieders. Deze maand staat yoga centraal.**

Yoga is zo goed voor u omdat we in het dagelijks leven vaak voorbijgaan aan wat we nu eigenlijk voelen. Door Yoga wordt u zich bewust van uw lichaam zodat u eerder voelt wanneer u bijvoorbeeld uw schouders optrekt bij stress. Uw houding verbetert hierdoor. Doordat u leert omgaan met weerstand in houdingen leert u ook omgaan met weerstand in het dagelijks leven.

Daarbij geeft een diepere adem en het beoefenen van houdingen ontspanning. En dat kunnen we allemaal wel gebruiken. De houdingen zorgen ook nog eens voor ruimte in uw lichaam. Dus fijn als u veel wandelt, hardloopt of krachtsport beoefent waarbij u kortere spieren krijgt. Yoga onderscheidt zich van andere manieren van bewegen omdat het niet prestatiegericht is. Iedereen is anders, elk lichaam en ook elk moment. U beweegt binnen uw eigen mogelijkheden en leert uzelf zo beter kennen.

## New Life Yoga

Ruim 5 jaar geleden is Margo Geelhoed (eigenaresse New Life Yoga) begonnen met het aanbieden van Yogalessen onder het dak van Dekker Zoetermeer. Ondertussen is ze



*Wethouder Ingeborg ter Laak neemt deel aan een online les van New Life Yoga.*

met een team van 8 docenten actief, en verzorgen ze bijna dagelijks verschillende vormen van Yoga. Van SlaapYoga tot Strong flow Yoga. 'Doordat het aanbod zo divers is, is er altijd wel een les die bij je past. Op dit moment worden bijna alle lessen online aangeboden. Ook verzorgen we wandelyoga buiten. Nu de temperaturen wat lijken te gaan stijgen zullen er hopelijk ook lessen in de buitenlucht worden aangeboden.'

## Online yoga

Op dit moment geven veel yogastudio's in Zoetermeer

de online lessen of bieden zij video's aan. Wethouder Ingeborg ter Laak (sport) nam onlangs ook deel aan een online les van New Life Yoga. Ze vertelt: 'Na een inspannende dag thuis achter de pc was het heerlijk ontspannen om mee te mogen doen met de easy flow yoga. Ik werd hartelijk ontvangen door de groep, het was leuk om te zien dat er digitaal toch gezelligheid was. Ik weet zeker dat ik heerlijk slaap vanavond.'



Veel yoga clubs in Zoetermeer bieden online lessen aan, dus zoek naar een yoga school bij jou in de buurt en kom in beweging!

## Kennismakingscursussen

Wilt u ook een yogales volgen in Zoetermeer? Of wilt u gratis of goedkoop een andere sport uitproberen? Dat kan! Ga naar [www.kennismakingscursus.nl](http://www.kennismakingscursus.nl) en bekijk het complete aanbod. Gaat u sporten? Lees u in over de geldende regels op [www.rijksoverheid.nl/corona](http://www.rijksoverheid.nl/corona) of op de website van de sportvereniging.