



Activiteitengids voor Senioren

Hof van Delft
Voordijkshoorn
Harnaspolder



Voorwoord

het gaat er niet om hoe oud we worden

het gaat er om hoe we oud worden.

De termen “waardig ouder worden” of “ouder worden met zorg” horen we veel in de media. Ook is er in het land, en ook in Delft aandacht voor mensen die zich eenzaam voelen.

Binnen de Protestantse Gemeente Delft en hier in het bijzonder in de Hofkerk, zijn we bezig met een project dat als doel heeft om ouderen die wat meer sociaal geïsoleerd zijn meer zichtbaar te maken. Onder sociaal geïsoleerd verstaan we ouderen die niet veel mensen om zich heen hebben, of die door wat voor oorzaak dan ook, veel aan huis gebonden zijn.

Door ouderen op te zoeken en met hen in gesprek te gaan hopen we erachter te komen of zij wensen hebben om meer in contact te komen met anderen.

In dit boekje staat een overzicht van activiteiten die te doen zijn in de wijken rond de Hofkerk.

Onze vraag aan u om met de ouderen die u bezoekt dit boekje eens door te nemen. Om te laten zien wat er te doen is. Het gaat om activiteiten waar ontmoeting centraal staat: samen koffie drinken, samen eten; om activiteiten die het lichaam of de geest wat meer aanspreken: wandelen, yoga, koersbal, kaarten.

Ook staan er wat verwijzingen naar organisaties in Delft die helpend kunnen zijn op andere gebieden, zoals het Digitale inloopspreekuur, en mogelijkheden voor vervoer.

Wij hopen dat met dit boekje en uw bezoek de wereld van deze ouderen weer wat groter wordt.

Fred van Helden, dominee van de Hofkerk
Koos Pronk
Wouter van der Harg
Caroline Aantjes
Arianne Lodder – ouderennetwerker PG Delft.

Inhoud

Ontmoeting, Koffie en Spelletje	5
Activiteiten in De Lindenhof.....	5
55+ club in de Hofkerk	5
Koffie-inloop in de Hofkerk	6
Koffie-inloop in Wijkdentrum de Wending.....	6
Kaartclub in de Hofkerk.....	7
Bingo in Buurtcafé DOEL	7
Klaverjassen in de Parel	7
Bingo in Wijkcentrum de Parel.....	8
Bingo in Wijkcentrum de Wending.....	8
Bridgeclub de Parel in Wijkcentrum de Parel	9
Maaltijd.....	9
Maaltijd in Wijkcentrum de Wending	9
Maaltijd in de Hofkerk.....	10
Buurtrestaurant DOEL.....	10
Sport en beweging	11
Gymnastiek in Wijkcentrum de Wending.....	11
Yoga in Wijkcentrum de Wending	11
Zwemmen voor ouderen met beperking in het Sportfondsenbad	11
Yoga voor senioren in Wijkcentrum de Parel	12
Fit ouder worden in de Vermeertoren	12
Wandelgroep vanuit de Vermeertoren	12
Zittende bewegen op muziek in de Parel	13
Biljarten in Wijkcentrum de Wending	13
Schilderen, naailes en crea in Wijkcentrum de Wending.....	13
Hulp en ondersteuning.....	14
Digitale huiskamer Delft voor Elkaar (van Bleyswijckstraat).....	14
D Formulieren-brigade Delft voor elkaar.....	14
Johanniter Hulpgroep Delft.....	15
Boodschappen & Uitjesdienst - BUDD Bus	16
Particuliere Vervoersdienst.....	16
De fiets van oma - duo fietsen	17
Interkerkelijk Stadsdiakonaat Delft	18

Ontmoeting, Koffie en Spelletje

Activiteiten in De Lindenhof	
Datum	's middag 14:30 tot 17:00 uur
Adres	De Lindenhof, Cort van der Lindenstraat 245
Contact	Ada van der Toorn, Simone Eertink
Informatie	<p>In de Lindenhof zijn er 's middags tal van activiteiten voor bewoners en buurtbewoners om elkaar te ontmoeten. Om de week is er op woensdag Bingo. Een bingo kaartje kost € 3,50. Op de ander woensdag is er een huisdienst met woord lied en gebed.</p> <p>Op maandag kun je soos bezoeken. Je kan breien of kaarten of een spelletje doen of gezellig met elkaar praten. Vrijdags opent het vrijdagcafé haar deuren. Bij de ingang van de Lindenhof hangt een lijst met activiteiten van de week en ook op prikboarden bij Parkzicht.</p>
Telefoon	015 515 7800
Email	a.van.der.toorn@pietervanforeest.nl s.eertink@pietervanforeest.nl
Website	www.pietervanforeest.nl/lindenhof

55+ club in de Hofkerk	
Datum	Donderdag 14:00 – 16:30
Adres	Hofkerk, Cort van der Lindenstraat 1
Contact	Peter Beuman
Informatie	<p>De Club 55+ komt vanaf september t/m juni één keer per veertien dagen op donderdag vanaf 14.00 uur bij elkaar. U treft hier mensen die het leuk vinden elkaar te ontmoeten in een open en ontspannen sfeer en met elkaar willen delen wat zij belangrijk vinden.</p> <p>De activiteiten bestaan voornamelijk uit ontspannen spelletjes, zoals kaarten, sjoelen, vingerbiljart en – voor wie dat wil – schaken, dammen, scrabble of wat dan ook. Gezamenlijk wordt de middag begonnen met de 'koffieronde' aan de 'praattafel'. Daarna gaan we over naar de spelactiviteiten.</p>
Telefoon	Peter Beuman 0648051519
Email	pbeuman@ziggo.nl
Website	www.hofkerk-delft.nl/club-55

Koffie-inloop in de Hofkerk

Datum	Dinsdag 10:00-12.00u
Adres	Hofkerk, Cort van der Lindenstraat 1
Contact	Anneke van der Spek
Informatie	Elke dinsdagochtend bent u van harte welkom in de Hofkerk voor een kopje koffie en een goed gesprek. U wordt welkom geheten door een gastdame of -heer. Ook kunt u een boek lenen uit de buurtbibliotheek. De Open Ochtenden staan open voor iedereen in de wijk die behoefte heeft aan gezelschap. Ook in de schoolvakanties ontmoeten wij elkaar gewoon.
Telefoon	0152120785
Email	bramvdspek@gmail.com
Website	www.hofkerk-delft.nl/open-ochtend-bibliotheek

Koffie-inloop in Wijkdentrum de Wending

Datum	Dinsdag en Vrijdag 10:00-12.00u
Adres	De Wending, Raamstraat 67
Contact	Floris Dekker (beheerder)
Informatie	Elke dinsdag- en vrijdagochtend bent u van harte welkom in de Wending voor een kopje koffie en een goed gesprek. De ochtenden staan open voor iedereen in de wijk die behoefte heeft aan gezelschap.
Telefoon	06-20018176
Email	
Website	

Koffie- inloop in Wijkcentrum de Parel

Datum	Dinsdag 10.00 – 12.00 uur
Adres	De Parel, van Beresteynstraat 99
Contact	Richard de Jong (beheerder de Parel)
Informatie	Elke dinsdagochtend bent u van harte welkom in de Parel voor een kopje koffie en een goed gesprek. De ochtenden staan open voor iedereen in de wijk die behoefte heeft aan gezelschap.
Telefoon	0623055865

Email | r.dejong@sportfondsen.nl

Website |

Kaartclub in de Hofkerk

Datum | Donderdag

Adres | Cort van der Lindenstraat 1

Contact | Tiny van der Meijden

Informatie | De Kaartgroep Hofkerk komt vanaf september tot eind mei één keer per veertien dagen op donderdag vanaf 13.30 uur bij elkaar.

U treft hier mensen die het leuk vinden elkaar te ontmoeten in een open en ontspannen sfeer en met elkaar willen delen wat zij belangrijk vinden. Met een kaartspel worden de onderlinge contacten versterkt en hebben we een gezellige middag.

Telefoon | 0152140090

Email | tvdmeijden@casema.nl

Website | <https://hofkerk-delft.nl/kaartgroep/>

Bingo in Buurtcafé DOEL

Datum | Eerste dinsdag van de maand 14.00 uur -16.00 uur

Adres | Van Adrichemstraat

Contact | Kim Krijgsman

Informatie | Loop eens binnen in buurtcafé de Parel. En doe mee met de Bingo. Met leuke prijzen. Kosten: klein boekje: € 2,-, groot boekje € 5,-

Telefoon | 015-2607570

Email | k.krijgsman@ggz-delfland.nl

Website | <https://kijkopdevoordijk.nl/groep/doel-ggz-delfland/diensten/bingo-eerste-dinsdag-van-de-maand>

Klaverjassen in de Parel

Datum | Donderdag, 19.30 - 22.30 uur

Adres | Van Beresteynstraat 99

Contact | Marianne Dongelmans

informatie | In de Parel komt een heel gezellig club bij elkaar om te klaverjassen. Niet het elkaar aftroeven, maar het plezier met elkaar staat voorop. Contributie bedraagt € 10 per maand. Kom gerust een keer kijken. je bent van harte welkom!

Telefoon | 06 5479 6807

Email | renemariandongelmans@telfort.nl

Website | <https://kijkopdevoordijk.nl/test>

Bingo in Wijkcentrum de Parel

Datum | Elke 2e en 4e maandag van de maand: 14.00 – 16.00 uur

Adres | Parel, Van Beresteijnstraat 99

Contact | Joop Bommele (organisator) Richard de Jong (beheerder de Parel)

informatie | Elke 2e en 4e maandag van de maand laat Joop de bingo-molen draaien in de Parel voor 50 plussers. Een kaartje kost € 4 en 2 kaartjes € 6. En meer doen we er niet wat we hoeven niet gokverslaafd te worden. We doen het om de ontmoeting en de gezelligheid.

Telefoon | 0152126661

Email | r.dejong@sportfondsen.nl

Website | <https://kijkopdevoordijk.nl/over-deze-wijk1/wijkcentrum-de-parel/bingo-55>

Bingo in Wijkcentrum de Wending

Datum | Donderdag elke twee weken: 14.00 – 16.00 uur

Adres | Raamstraat 67

Contact | Floris Dekker (beheerder)

informatie | Om de week is er in wijkcentrum De Wending SeniorenBingo. Aanvang 14.00 uur

Telefoon | 06-20018176

Email |

Website |

Klaverjassen in Wijkcentrum de Wending

Datum | Zondag: 14.00 – 16.00 uur

Adres | Raamstraat 67

Contact	Floris Dekker (beheerder)
Informatie	Elke 3e zondag van de maand is er klaverjassen.
Telefoon	06-20018176
Email	
Website	

Bridgeclub de Parel in Wijkcentrum de Parel	
Datum	Vrijdag, 13.30 – 16.30 uur
Adres	Parel, Van Beresteynstraat 99
Contact	Piet Verbraak
Informatie	De bridgeclub is meer dan gewoon een bridgeclub. Je kan er fijn bridgen, maar er is ook oog voor de mens. De club is een warme betrokken groep, waar je ook je verhaal kan. Met recht een pareltje. Kom een keer kijken je zult je er snel thuis voelen.
Telefoon	015 2132809
Email	p.c.verbraak@ziggo.nl
Website	

Maaltijd

Maaltijd in Wijkcentrum de Wending	
Datum	Woensdag 17.45 – 19.30 uur.
Adres	De Wending, Raamstraat 67
Contact	René Strengholt
Informatie	Elke woensdagavond is er in Wijkcentrum de Wending een open maaltijd. U kunt dan van 17.45 tot 19.30 uur voor 5 euro een driegangen menu eten samen met andere (wijk)bewoners. Deze activiteit wordt georganiseerd door de Protestantse Gemeente Delft. Aanmelden is niet nodig.
Telefoon	015 880 4887
Email	renestrengholt@gmail.com
Website	www.delftvoorelkaar.nl/activiteit/open-maaltijd-in-de-wending/

Maaltijd in de Hofkerk

Datum	Woensdag 17:30-19.00
Adres	Hofkerk, Cort van der Lindenstraat 1
Contact	Janny Hordijk
Informatie	<p>De vierde woensdag van de maand verzorgt een enthousiaste kookgroep een warme maaltijd. De kookgroep bestaat momenteel uit veel goede koks die voor hun gasten een heerlijke maaltijd bereiden. Bovendien staat 'samen eten' borg voor ontmoeting en contact met elkaar. Na afloop van de maaltijd wordt dat contact voortgezet onder het genot van een kopje koffie of thee.</p> <p>De maaltijden beginnen om 17.30 uur. U bent van harte welkom, maar het is fijn als u zich even van tevoren aanmeldt. Voor de maaltijd wordt een bijdrage gevraagd van 4 euro per persoon. We zien u graag.</p>
Telefoon	0152141308
Email	merbas.05@gmail.com
Website	www.hofkerk-delft.nl/maaltijdgroep

Buurtrestaurant DOEL

Datum	Maandag tot en met vrijdag van 10.30 tot 19.00 uur.
Adres	DOEL, van Adrichemstraat 10-12a
Contact	Kim Krijgsman
Informatie	<p>Het buurtrestaurant van DOEL is door de week open. Kom gezellig langs voor een bakkie koffie of thee .</p> <p>Elke elke dag is er lunch van 12:00 t/m 13:30 uur.</p> <p>Maandag,dinsdag en donderdagavond kun je ook bij ons eten. Voor de maaltijd kun je je tot 15.00 uur opgeven, per telefoon 015-2607570. Om 17.30 uur beginnen we met eten, dus wees op tijd.</p> <p>* wenst u allergenen informatie, vraag het de medewerkers. Op de website staan de menu's voor deze week</p>
Telefoon	015-2607570
Email	k.krijgsman@ggz-delfland.nl
Website	https://kijkopdevoordijk.nl/groep/doel-ggz-delfland https://www.delftvoorelkaar.nl/activiteit/doel-delfland-in-de-van-adrichemstraat/

Sport en beweging

Gymnastiek in Wijkcentrum de Wending

Datum	Maandag 11.00 - 12.00 uur
Adres	De Wending, Raamstraat 67
Contact	Floris Dekker (beheerder)
Informatie	In Wijkcentrum De Wending kunt u, samen met een groep van ongeveer 20 leeftijdsgenoten, bewegen voor slechts een paar euro per les. De doelstellingen van deze beweegactiviteit zijn: lekker in beweging zijn en gezelligheid met leeftijdsgenoten onder elkaar.
Telefoon	06-20018176
Email	
Website	www.delftvoorelkaar.nl/activiteit/gymnastiek-voor-senioren-in-de-wending/

Yoga in Wijkcentrum de Wending

Datum	dinsdag 18.30-19.30 uur
Adres	Raamstraat 67
Contact	Floris Dekker (beheerder)
Informatie	In Wijkcentrum de Wending kunt u wekelijks op een vaste avond meedoen met yoga voor een paar euro per keer. Deze activiteit is geschikt voor mannen en vrouwen van 55 jaar en ouder.
Telefoon	06-20018176
Email	
Website	http://www.delftvoorelkaar.nl/activiteit/gymnastiek-voor-senioren-in-de-wending/

Zwemmen voor ouderen met beperking in het Sportfondsenbad

Datum	Dinsdag 14.15 – 15.00 uur
Adres	Weteringlaan 1
Contact	Natasja Vroome
Informatie	Iedere dinsdagmiddag is het zwembad open voor ouderen met een beperking (dementie, Parkinson, verminderd gezichtsvermogen, slecht ter been). U kunt vrij zwemmen

maar ook samen meedoen aan een beweegles in het water, onder professionele begeleiding . Per keer betaalt u € 7,40. U kunt ook kiezen voor een 12-badenkaart. Mantelzorgers mogen gratis mee.

Telefoon	06 4265 0481
Email	n.devroome@haaglandenbeweegt.nl
Website	www.sportfondsenbaddelft.nl www.haaglandenbeweegt.nl

Yoga voor senioren in Wijkcentrum de Parel

Datum	Vrijdag: 10.45 – 11.45
Adres	De Parel, Van Beresteijnstraat 99
Contact	Marjon Vermeulen
Informatie	In wijkcentrum de Parel wordt iedere vrijdagochtend yoga georganiseerd. Het aantal deelnemers is rond de 15 personen. Bent u op zoek naar beweging en ontspanning dan is yoga zeker geschikt voor u.
Telefoon	06 3833 1823
Email	info@deviyoga.nl
Website	www.deviyoga.nl

Fit ouder worden in de Vermeertoren

Datum	Donderdag, 14.00 – 15.00 uur
Adres	Vermeertoren, Van Beresteijnstraat 169a
Contact	Mieke Smits
Informatie	De cursus Fit Ouder Worden helpt ouderen zelfstandig te blijven. De deelnemers krijgen uitleg over de manier waarop zij fit kunnen blijven en doen oefeningen. De cursus duurt in totaal 12 weken en kost € 75.
Telefoon	015-2565950
Email	miekesmits@fysoptimadelft.nl
Website	www.fysoptimadelft.nl

Wandelgroep vanuit de Vermeertoren

Datum	Donderdag 10.30 – 12.00 uur
Adres	Van Beresteijnstraat 169a
Contact	Natasja de Vroome

informatie | Wandelgroep voor mensen met dementie. Bij de wandelgroep wordt met een gezellig groepje gewandeld. Na afloop drinken we meestal nog wat met elkaar.

Telefoon | 06 4265 0481

Email | n.devroome@haaglandenbeweegt.nl

Website | www.delftvoorelkaar.nl , www.haaglandenbeweegt.nl

Zittende bewegen op muziek in de Parel

Datum | Maandag 10.00 – 11.00 uur en 11.00 – 12.00 uur

Adres | De Parel, Van Beresteynstraat 99

Contact | Silvia Ruigrok

informatie | Bent u wat minder goed ter been of beweegt u liever gewoon in een stoel, kom dan een keer bij de Parel kijken. Er zijn geen kosten aan verbonden en na afloop wordt gezamenlijk een kopje koffie gedronken.

Telefoon | 015 5158200

Email | s.ruigrok@pietervanforeest.nl

Website | www.pietervanforeest.nl

Biljarten in Wijkcentrum de Wending

Datum | Dinsdag en Vrijdag van 12.00 - 17.00 uur

Adres | Raamstraat 67

Contact | Floris Dekker (beheerder)

informatie | Ontspannen en bewegen, gezellig samen met anderen; het kan met biljarten. Iedere dinsdag en vrijdag vanaf 12.00 uur.

Telefoon | 06-20018176

Email |

Website |

Schilderen, naailes en crea in Wijkcentrum de Wending

Datum | Dinsdag: 10.00 – 12.00 uur

Adres | Raamstraat 67

Contact | Floris Dekker (beheerder)

informatie | Elke week

Telefoon | 06-20018176

Email |

Website |

Hulp en ondersteuning

	Digitale huiskamer Delft voor Elkaar (van Bleyswijckstraat)		
Datum	Vrijdag: 10.00 – 12.00 uur		
Adres	Van Bleyswijckstraat 91		
Contact	Delft voor Elkaar		
Informatie	In de Digitale Huiskamer werken verschillende vrijwillige en professionele organisaties uit Delft samen bij het wegwijs maken van mensen in de wereld van computers, tablets, internet en de vele programma's en apps daarvoor. De organisaties verzorgen daartoe in onderlinge afstemming informatiepunten, inloopspreekuren, workshops en cursussen in diverse wijkcentra, bij DOK Centrum en op andere centrale plaatsen in Delft.		
Telefoon	015 76 00 200 (vrijdag tot 12.00 uur)		
Email	digitalehuiskamerdelft@gmail.com		
Website	http://digitalehuiskamerdelft.blogspot.com/		

	D Formulieren-brigade Delft voor elkaar		
Datum	Inloopspreekuur: maandag 14-16 uur, dinsdag en donderdag 10-12 uur.		
Adres	Van Bleysweyckstraat 91		
Contact	Delft voor Elkaar		
Informatie	Vind u het moeilijk om een formulier in te vullen? Misschien kan iemand in uw buurt u daarbij helpen. Lukt dat niet, of komt u er samen toch niet uit, dan kunnen de vrijwilligers van de formulierenbrigade u helpen. Voor hulp van de Formulierenbrigade heeft u een geldige DigID nodig. U kunt deze aanvragen via www.digid.nl/aanvragen <u>Inloopspreekuur:</u> U kunt bij het inloopspreek langskomen voor kortdurende vragen als: <ul style="list-style-type: none">• Aanvraag van de AV Delft• Controleren van uw toeslagen		

- Kwijtschelding RBG
- Inschrijving Woonnet Haaglanden.

Spreekuur op afspraak: Het spreekuur op afspraak is voor vragen die meer tijd kosten om af te kunnen handelen.

Hierbij moet u denken aan:

- Aanvraag bijzondere bijstand
- Aanvraag bijstandsuitkering
- Toeslagenwet UWV
- Toeslagen belastingdienst.

Openingstijden van het spreekuur op afspraak: maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 10.00 tot 12.00 uur.

Vergeet niet om van te voren een afspraak te maken. Dit kan via e-mail

Telefoon	015-7600200 (vrijdag tot 12.00 uur)
Email	info@delftvoorelkaar.nl
Website	https://www.delftvoorelkaar.nl/activiteit/formulierenbrigade-delft-voor-elkaar/

Johanniter Hulpgroep Delft.

Maaltijd 6x per jaar en een uitje

Adres |

Contact | Peter Beuman (Coördinator)

Informatie | De Johanniter hulpgroep stelt zich beschikbaar voor heel Delft aan mensen die hulp goed kunnen gebruiken. Het gaat dan in de praktijk om een-ouder gezinnen, nieuwe Nederlanders uit het Midden-Oosten en/of Afrika en om ouderen die minder mobiel en afhankelijk geworden zijn. We begeleiden mensen naar het ziekenhuis/huisarts, doen boodschappen, knappen een tuin op of schilderen een kamer of leggen een nieuwe vloer. Daarnaast organiseren we zes keer per jaar een broodmaaltijd in de Hofkerk en organiseren we zomeruitjes waaraan zo'n 140 mensen deelnemen.

Telefoon | 0648051519

Email | peterbeuman@live.nl

Website | www.johanniter.nl

Boodschappen & Uitjesdienst - BUDD Bus

BUDD Bus Delft voor Elkaar

Adres | Van Bleyswijckstraat 91 , 2613 RR , Delft

Contact | Delft voor Elkaar

Informatie | De boodschappen & uitjesdienst, de BUDD Bus, is een dienst van Delft voor Elkaar en is bedoeld voor mensen van 70 jaar en ouder, die niet meer zelfstandig de boodschappen kunnen of durven doen. Vrijwillige chauffeurs en begeleiders halen u thuis op, geven u een arm en/of helpen u de boodschappen dragen. Regelmatig worden er ook uitstapjes georganiseerd waaraan u kunt deelnemen, zoals naar een tuincentrum. Er zijn twee vaste winkeldagen:
Donderdag, 10.00 uur naar de Hoven
Vrijdag, 10.00 uur naar Lidl en Jumbo in Buitenhof
Op maandag en woensdag staan er uitjes op het programma. U betaalt een vast bedrag per rit.
Aanmelden kan telefonisch op maandag en donderdag tussen 13.00 en 16.30 uur via telefoonnummer 015-7600213
Prijs: Eigen bijdrage

Telefoon | 015- 7600213

Email | info@delftvoorelkaar.nl

Website | <https://www.delftvoorelkaar.nl/activiteit/boodschappen-uitjesdienst-budd-bus/>

Particuliere Vervoersdienst

Adres | Van Bleyswijckstraat 91 , 2613 RR , Delft

Contact | Delft voor Elkaar

Informatie | De particuliere vervoersdienst van Participe Delft brengt ouderen die om gezondheidsredenen niet zelf voor vervoer kunnen zorgen van A naar B. Naar het ziekenhuis, de huisarts of even op bezoek bij die ene vriendin? Zij brengen u graag. De vervoersdienst werkt met een lidmaatschap: de kosten hiervan zijn 15 euro per jaar, per woonadres. Daarnaast betaalt u een kilometerkostenvergoeding aan de (vrijwillige) chauffeur, eventueel aangevuld met parkeerkosten. De vervoersdienst is er voor ouderen van 65 jaar en ouder en/of ouderen van 60 jaar en ouder die door blijvende beperkingen geen gebruik kunnen maken van het

openbaar vervoer. Binnen Delft betaalt u een vast bedrag voor een enkele reis en voor een retourtje binnen het uur. Buiten Delft komt daar een kilometervergoeding bij. De vervoersdienst is bereikbaar op maandag, dinsdag en donderdag van 9.00 tot 11.00 uur.

Prijs: Eigen bijdrage

Telefoon | 015- 7600213

Email | info@delftvoorelkaar.nl

Website | <https://www.delftvoorelkaar.nl/activiteit/particuliere-vervoersdienst/>

De fiets van oma - duo fietsen

Adres | Korftlaan 5

Contact |

informatie | De Fiets van Oma leent een duofiets uit aan iedereen die wil fietsen in en om Delft, maar dat niet alleen kan. Op een duofiets zit je gezellig en stabiel naast elkaar in plaats van achter elkaar op een tandem. Allebei trap je in je eigen tempo, en de bijrijder kan zijn of haar benen ook gewoon stil houden. Pak de fiets voor een boodschap in het centrum van Delft, waar je anders moeilijk kunt komen als je slecht ter been of slechtziend bent, of voor een tochtje door de Delftse Hout en de Bieslandse Polder. Lekker erop uit! Je hoeft nergens lid van te zijn. Het is wel de bedoeling dat je samen komt, dus fietser en bijrijder. Een buurjongen kan op pad met de oudere buurvrouw, of een dochter maakt een uitstapje met haar vader. We vragen een bijdrage van €5 per dagdeel. Deze bijdrage wordt gebruikt om de onderhoudskosten te betalen. Daarnaast betaal je €20 borg. Deze wordt teruggestort als we hebben gecontroleerd dat de fiets weer netjes in de stalling staat. Dit duurt maximaal twee werkdagen. Reserveren kan via deze website.

Telefoon |

Email | info@defietsvanoma.nl

Website | <http://www.defietsvanoma.nl/>

Interkerkelijk Stadsdiakonaat Delft

Datum |

Adres | Nieuwe Plantage 25

Contact | Joke Tummers

Informatie | Delftenaren staan klaar voor elkaar
Een gesprek, een bezoek, een ommetje, een klusje. Bij het interkerkelijk Stadsdiakonaat doen we niet hoogdravend over ons werk. Een luisterend oor, een uitgestoken hand vormen vaak een troost voor mensen die, om wat voor reden dan ook, een geïsoleerd leven leiden. Wilt u ook voor anderen klaarstaan of heeft u hulp nodig? Neem contact op

Telefoon | 015 – 2140551

Email |

Website | www.stadsdiakonaatdelft.nl

Meer in Delft

Naast de activiteiten die hier vermeld worden, is er ook elders in Delft aanbod. Hiervoor kunt de Delftse Kaart raadplegen: www.delftvoorelkaar.nl/delftsekaart/

Informatie van de Kerken Delft is te vinden op www.raadvankerkendelft.nl of www.pgdelft.nl

