



Vereniging van  
Senioren-  
Ambtenaren van de gemeente  
's-Gravenhage

# JOURNAAL

V  
S  
A  
G

juni 2019  
jaargang 42

**Voorzitter:**

L.G.J. Draisma, 070 - 358 90 51, leo.draisma@gmail.com

**Secretaris:**

Mevrouw H.L. Loke, 070 - 366 96 70, h.l.loke@hotmail.com

**Penningmeester/ledenadministratie:**

E.F.H. de Kleijn, 070 - 354 46 22, penningmvsag@telfort.nl

**Plaatsvervangend penningmeester:**

P. Grimme, 070 - 399 15 59, pgrimme@planet.nl

**Bestuurslid:**

C. Kloet, 06 - 29 52 00 16, fleury@hetnet.nl

**E-mail bestuur:**

vsag@denhaag.nl

**Postadres:**

Zuidlarenstraat 57  
kamer 1.09  
2545 VP Den Haag

**Iban:** NL95 INGB 0003 9305 93

**BIC:** INGBNL2A

t.n.v. Penn. ver. v. Senioren Ambt. Gem. 's-Gravenhage

**Website:** <https://www.vsag.nl> (onder constructie)

## Beste VSAG- ers

Ik schrok er toch wel wat van toen ik in de laatste Haagse Ouderen-monitor van de gemeente las dat meer dan de helft

van de ruim 73.000 65-plussers in Den Haag eenzaam of zelfs heel ernstig eenzaam is. Veel 65-plussers wonen alleen.

Er zijn de laatste jaren heel wat 65-plussers bij gekomen en dat proces gaat onverminderd door. Daardoor vergrijsst Den Haag nog verder. Zo zal het aantal 75-plussers sneller groeien dan de groep senioren van 65 tot 74 jaar.

De VSAG wordt er ook niet jonger op. Bij ons stijgt de gemiddelde leeftijd van de leden eveneens. Ouderen worden namelijk steeds ouder. Ze blijven door allerlei vormen van zorg langer gezond en zijn in vergelijking met de senioren van vroeger ook veel vitaler.

Toen wij nog jong waren vonden wij mensen van pakweg 65 jaar bejaard. Zo zagen ze er uit en zo gedroegen ze zich ook.

Het verschil met nu is enorm. Iemand van 94 jaar zei eens tegen mij: "Een bejaardenhuis? Dat is voor oude mensen!". Met zo'n positieve levensinstelling kan je wat beter met tegenslagen omgaan.

De senioren van nu leven en eten gezonder, bewegen meer, wonen langer zelfstandig en zijn actiever. Ze gaan ook met hun tijd mee. Driekwart zit op internet of Facebook en het gebruik van de tablet en de smartphone stijgt fors.

Natuurlijk komt de ouderdom met gebreken. We horen en zien wat minder en bewegen gaat iets moeilijker. Het is belangrijk hoe je daarmee omgaat. Zorg dat je zinvol bezig bent. Duik niet weg achter die bekende planten, maar doe waar je plezier in hebt, blijf niet stilzitten.

Houd ook je sociale contacten warm zoals die met oud-collega's. Het is fijn met mensen om te gaan met wie je verbonden bent. Het voorkomt dat je verpietert, eenzaam wordt. Ga sporten bijvoorbeeld, zoals fietsen, yoga, watergym, koersbal en fitness. Het is gezond voor je lijf en je leden, zoals Tom Manders als Dorus ooit zong. Je hoofd blijft er ook fris bij.

Doe mee met een excursie, sluit je aan bij een stadswandeling met een gids die verrassend veel aardige wetenswaardigheden vertelt, ga verder met of begin aan een hobby. Er is zoveel te doen.

Het lijkt wel of ik de VSAG aan het aanprijzen ben. Zal wel toeval zijn, toch? Mede dankzij de steun van de gemeente is de VSAG van de grote steden de enige vereniging van gepensioneerde ambtenaren.

Wat dat betreft hebben we het heel wat beter getroffen dan de gepensioneerde ambtenaren

van de gemeente Hardenberg. Hun vereniging krijgt na 30 jaar geen cent meer van de vroegere werkgever omdat overal op bezuinigd moet worden. Volgens de gemeente is het dan niet passend een vereniging van gepensioneerde ambtenaren financieel te ondersteunen.

Gepast ambtelijk en dus moeilijk begrijpelijk jargon was er in hun protest niet bij. "We zijn door de arrogante houding van de gemeente schofterig behandeld."

Beste VSAG-ers, wat dat betreft prijzen wij ons gelukkig met de manier waarop de gemeente Den Haag met ons, de vroegere medewerkers, omgaat. Ook de jaarlijkse herdenking van de ambtenaren die tijdens de Tweede Wereldoorlog zijn omgekomen, getuigt van respect. Zo kan het dus ook!

*Leo Draisma,*  
*Voorzitter*



**Dagtocht naar Broek op Langedijk**

## **Groente veilen in de oudste doorvaarveiling ter wereld**

**Voor leden van de VSAG is er op dinsdag 16 juli een dagtocht naar Museum BroekerVeiling, de oudste doorvaarveiling ter wereld in Broek op Langedijk, waar in 1887 het veilen bij afslag is ontstaan. De herinnering wordt levend gehouden in het historische veilinggebouw boven het water met de originele veilingklok uit 1903. Een rondvaart, een veiling en een rondleiding maken deel uit van het programma van deze zomertocht, evenals een Westfrieze koffietafel en een diner.**

Museum BroekerVeiling was van 1912 tot 1973 met enkele andere veilingen het hart van de tuinbouw in Noord-Holland en is nu een uniek museum op het water. Vroeger brachten de tuinders uit dit waterrijke gebied met hun platte schuiten hun oogst naar de veiling. De producten werden door het gebouw naar de veilinghal gevaren, waar de handelaren er met de veilingklok op konden bieden. Het authentieke veilinglokaal is een beschermd monument en nog geheel intact.

De bus vertrekt om 8.30 uur vanaf de Prinsessegracht tussen de Herengracht en het Korte Voorhout. Om 10.30 uur worden de deelnemers in de BroekerVeiling ontvangen met koffie en een Broeker bol, een lokale specialiteit. Daarna is er, onderbroken met een Westfriese koffietafel met kroket, een interessant programma.

### **Rondvaart**

Zo is er een rondvaart door het Rijk der Duizend Eilanden, waarop vroeger groente werd gekweekt. De talrijke kleine akkers waren alleen per schuit te bereiken. Alles moest met de hand, want machines

konden er nauwelijks komen of was dat te duur. De meeste boeren leidden een schamel bestaan.



Na de ruilverkaveling is een klein deel van de polder intact gebleven voor de BroekerVeiling.



Voorts is er een rondleiding door het museum over het leven van de tuinders een eeuw geleden. Bij de groenteveiling onder leiding van een veilingmeester zit men op de vroegere veilingbanken van de handelaren en bepaalt men door het stoppen van de veilingklok de prijs van de groenten. Rond 15.30 uur vertrekt de bus voor het afsluitende diner. In welk restaurant is nog niet bekend. De bus is om 20.00 uur weer terug op de Prinsessegracht.

De zomerdagtocht kost € 65,-- , voor introducees € 72,-- . Wie een Museumkaart heeft kan daarop bij de aanmelding € 5,-- in mindering brengen. Dat geldt niet voor de VIP-kaart van de Bankgiroloterij. De korting kan niet achteraf worden gegeven. De Museumkaart moet bij het museum kunnen worden getoond. Anders moet de korting van € 5,-- alsnog worden betaald. Een hogere korting met de Museumkaart is niet mogelijk. Die is al verrekend in de groeps prijs van dit arrangement.

Aanmelden kan tot en met 6 juli door het betreffende bedrag over te maken op NL74INGB 0007 4130 77 ten name van Bestuur VSAG te Den Haag met vermelding van Veiling. Annuleren kan tot 10 juli. Daarna is restitutie niet meer mogelijk.



## **Wandelexcursie met boswachter in natuurgebied Westduinpark**

**Een boswachter verzorgt op dinsdag 18 juni om 10.00 uur voor leden van de VSAG een wandelexcursie in het Westduinpark tussen Scheveningen en Kijkduin. Tijdens de wandeling door dit duingebied komen allerlei bijzonderheden, veranderingen, mooie plekjes en de zang van vogels aan de orde. Opvallend zijn de Schotse hooglanders die er vrij rondlopen.**

Het Westduinpark, één van de grootste natuurgebieden van Den Haag bij het Zuiderstrand, heeft een zeer afwisselend landschap en een grote variatie aan flora en fauna. Op de witte duinen direct aan de kust zijn er andere dieren en planten dan in de binnenduinen. Van nature zijn er zandhagedissen en vossen. Ook zijn er veel vogelsoorten. Op het voedselarme zand bloeien planten.





Het Westduinpark bestaat uit relatief jonge duinen die zich in de 12e eeuw vormden. Als onderdeel van de Zuid-Hollandse duinen behoorde het gebied vroeger tot het jachtdomein van de Oranjes. Vanwege afgravingen, het storten van puin en de vele dagjesmensen waren de Westduinen er aan het begin van de 20e eeuw niet al te best aan toe. Rond 1930 werd het gebied daarom opgeknapt en ontstond het park. Het duin werd verstevigd, er werden jonge bomen geplant die er overigens grotendeels niet thuishoorden en er kwamen wandelpaden.

### **Bunkers**

Tijdens de Tweede Wereldoorlog bouwden de Duitsers er bunkers en ondergrondse gangen als onderdeel van de Atlantikwall. Hoewel de meeste bunkers zijn afgesloten, zijn ze nog steeds zichtbaar in het duinlandschap dat ze mede vorm hebben gegeven. Om de ernstige aantasting van de unieke duinbiotoop tegen te gaan zijn bomen en struiken die niet in het duinlandschap thuishoren deels verwijderd en zijn er stuifduinen gecreëerd. Zo krijgt de oorspronkelijke natuur de kans zich te herstellen.

Naast deze herstelmaatregelen wordt het duingebied op een natuurlijke manier beheerd door er schapen en Shetlandpony's te laten grazen. Ook zijn er Schotse hooglanders uitgezet om het Westduinpark open te houden. De behaarde runderen lopen vrij rond en zijn gemakkelijk te benaderen. Aangeraden wordt minimaal 25 meter afstand te houden, zeker als er jonge kalfjes zijn. De grazers eten planten, struiken en bomen, en houden het duin open en gevarieerd. Inmiddels wordt ongeveer 200 hectare van dit natuurgebied begraasd.

De wandelexcursie voor leden van de VSAG onder leiding van een boswachter vindt plaats in deelgebied de Natte Pan en duurt 1,5 tot 2 uur. Er kunnen maximaal 25 personen aan deelnemen.

### **Egelopvang**

Gestart wordt om 10.00 uur bij de Egelopvang aan het eind van de De Savornin Lohmanlaan, op de hoek van de Laan van Poot. Volg het eerste pad en ga dan naar links de duinen in. Met het openbaar vervoer is de Egelopvang het beste te bereiken met bus 24, uitstappen halte Kruisbeklaan, dan 2e straat rechts, De Savornin Lohmanlaan, aflopen tot de duinen en vervolgens het eerste pad links.



Aanmelden kan bij secretaris Leny Loke, tel: 070 - 366 96 70, e-mail: [h.l.loke@hotmail.com](mailto:h.l.loke@hotmail.com).



## **Seniorenmiddag stadsboerderij Herweijerhoeve**

**Iedere tweede donderdag  
van de maand is er op de  
stadsboerderij de**

**Herweijerhoeve in het Zuiderpark in Den Haag een speciale  
ouderenmiddag. Senioren kunnen van 13.30 tot 15.00 uur  
aanschuiven voor een kopje thee of koffie met wat lekkers en  
enige tijd met de dieren doorbrengen.**



Stadsboerderij de Herweijerhoeve ligt aan de Anna Polakweg 7 en is bereikbaar via de ingang van het Zuiderpark aan de Vreeswijkstraat. In de Vreeswijkstraat stoppen de buslijnen 25 en 26.

Aanmelden kan via de facebookpagina van de stadsboerderijen of via [stadsboerderijen@denhaag.nl](mailto:stadsboerderijen@denhaag.nl).

Burgemeester Krikke bij herdenking in WO II omgekomen ambtenaren:



**“Die vreselijke jaren mogen wij nooit vergeten”**

**"Wij mogen die vreselijke jaren nooit vergeten. Ook als de laatste ooggetuigen er niet meer zijn." Dat zei burgemeester Pauline Krikke op zaterdag 4 mei bij het monument op het politiek terras in het stadhuis waarop**

**de namen staan van ambtenaren van de gemeente, die in de Tweede Wereldoorlog zijn omgekomen. "De vrede en vrijheid die wij mogen genieten, zijn geen vanzelfsprekendheid. Die moeten we koesteren en verdedigen. Elke dag opnieuw."**

Den Haag was in 1945 letterlijk en figuurlijk een geschonden stad vol ruïnes en kaalgeslagen plekken. Bijna 75 jaar later zijn de sporen van die tijd nog altijd herkenbaar. In vijf jaar verloor Den Haag ruim 15.000 inwoners. De grote Joodse gemeenschap werd nagenoeg uitgemoord. Mensen leden onder oorlogsgeweld en onderdrukking en dappere mannen en vrouwen kwamen in verzet.

"Juist nu er steeds minder ooggetuigen van de Tweede Wereldoorlog over zijn moeten wij die verhalen blijven vertellen", zei de burgemeester. "De slachtoffers een gezicht geven en de herinnering levend houden aan wat hen is overkomen.

De burgemeester wees erop dat in de oorlog 79 ambtenaren van de gemeente om het leven zijn gekomen. Van hen werden er 45 in het stadhuis herdacht. Ze sneuvelden in de meidagen als militair, werden als burger het slachtoffer van oorlogsgeweld, stierven in concentratiekampen of kwamen om van de honger in Den Haag. Het waren vaak jonge mensen, met nog een heel leven voor zich.

In dit verband noemde de burgemeester Margaretha Middelraad van de Gemeentesecretarie. Bij het bombardement op het Bezuidenhout werd het huis waar zij woonde geraakt en kwam zij met haar broer om het leven. Johnny Bekink, 17 jaar, werkte bij de Dienst Maatschappelijk Hulpbetoon. Als dwangarbeider kwam hij terecht in Pforzheim. Een geallieerd bombardement begin 1945 eiste bijna 18.000 levens. Die dag kwamen met Johnny Bekink veel Nederlandse dwangarbeiders om.

## **Verzet**

Frederik Gerrit Willems van Gemeentewerken was al vroeg in de oorlog actief in het verzet. Zo verspreidde hij in Den Haag de illegale kranten De Waarheid en De Vonk. Hij werd net als veel andere communisten opgepakt en via de gevangenis in Scheveningen en kamp Amersfoort naar Duitsland getransporteerd. Vanuit het concentratiekamp Buchenwald werd hij naar Dachau gebracht waar hij nog geen twee maanden later om het leven kwam.

"Wij gedenken de omgekomen gemeenteambtenaren en hun naasten met eerbied", aldus de burgemeester. "Niet alleen uit respect voor de slachtoffers. Maar ook als waarschuwing voor de toekomst."





Paul Broekhoff, sectordirecteur Bibliotheek en Archief van de gemeente, droeg na het spelen van een Duet voor 2 violen van Bach door de violistes Kardelen Buruk en Anastacia Krivosteina, studenten van het Koninklijk Conservatorium, het gedicht 'Levend verleden' van Leonie Beks voor.

Het speelt niet meer in onze harten,  
tijd en afstand, grote brug.  
Te ver, te gruwelijk, iemand anders,  
ergens anders, lang terug.

Maar in twee minuten stilte  
schreeuwen stemmen uit 't verleden,  
klinken kreten uit de toekomst,  
spreken stemmen van het heden.

Twee lange minuten stilte  
als zout in open wonden.  
Wordt eventjes teruggedacht,  
wordt eindelijk rust gevonden.

Die twee minuten stilte,  
men zwijgt in alle talen.  
Komt even het gevoel terug,  
dan leven de verhalen.

In die twee minuten stilte,  
dan komt het verleden vrij.  
Tijd en afstand overwonnen,  
dus toch heel even zo dichtbij.



Nadat de violistes Folk Dance van Bartok hadden gespeeld, legden burgemeester Krikke met Ilma Merx, directeur van de Dienst Stadsbeheer, namens de gemeente en daarna voorzitter Leo Draisma en penningmeester Ed de Kleijn namens de VSAG een krans bij het monument.



Burgemeester Krikke sprak na de herdenking met VSAG-lid Nel Krul-Sieuwerts, dochter van Pieter Sieuwerts. Hij was stratenmaker bij de Dienst Gemeentewerken en een van de 100 werklieden van deze Dienst, die in Duitsland moesten werken. Op 5 augustus 1942 vertrok hij naar Friedrichshafen.

## Ziek

Omdat hij ziek was keerde hij na een paar maanden terug naar Den Haag. Twee jaar later, toen de geallieerden Den Haag bombardeerden om de lancering van de Duitse V2-raketten te stoppen, kwam hij met zijn tienjarige zoontje Dirk om het leven. Hij was op pad om hout te halen. Zijn weduwe Arendje bleef achter met vier jonge kinderen.



Wethouder Van Asten op Trekvlietplein:

## "In dankbaarheid vrede en veiligheid vieren"

**Op het Trekvlietplein, waar drie plaquettes en een zuil 34 ambtenaren van de gemeente herdenken die de Tweede Wereldoorlog niet overleefden, zei wethouder Robert van Asten dat hun verhalen ons de waarde van vrede en vrijheid doen beseffen. "De herinnering aan de duistere jaren van de Tweede**

**Wereldoorlog mag ons licht niet dimmen. Laten wij in dankbaarheid de verworvenheden van vrede en vrijheid vieren."**

De wethouder begon zijn toespraak met het voordragen van het gedicht 'Als er geen liefde was', dat de Leidse dichter André Hengeveld speciaal voor deze herdenking had geschreven:

Als er geen liefde was  
werd de wereld koud en kil.  
Geen arm meer om elkaar,  
vielen troostende woorden stil.

Als er geen liefde was  
werd 'samen' plots alleen.  
Verduisterden zonnestralen,  
veranderde ieder hart in steen.



Als er geen liefde was  
werd vrede minder intens,  
weigerden tranen op te drogen,  
was geen mens werkelijk meer mens.

Volgens de wethouder spreekt dit gedicht boekdelen over de reden van de herdenking. "De behoefte aan troost, samenzijn en vrede brengt ons ieder jaar weer hier. Wij staan uit liefde stil bij de namen van hen die hun leven voor onze vrijheid hebben gegeven."

In dit verband noemde de wethouder Wilhelmus Paulus Johannes Kettenis, tijdelijke arbeidskracht bij de Gemeentelijke Reinigingsdienst. Een maand na zijn aankomst in de barakken bij Friedrichshafen werd hij ziek. Op 9 juni 1942 overleed hij. Hij was 38 jaar.

## **Vlucht**

Albertus Johannes Kamstra, werkzaam bij het Gemeentelijk Electriciteitsbedrijf, was actief in het verzet en werd na een razzia op 21 november 1944 naar Kamp Rees gestuurd om zware lichamelijke arbeid te verrichten. Ziek en verzwakt werd hij naar het noodhospitaal Patersklooster gebracht. Tijdens zijn vluchtpoging op 21 februari 1945 werd hij neergeschoten en overleed op 39-jarige leeftijd.



Cornelis Landmeter, elektricien bij het Gemeentelijk Gasbedrijf, moest als dwangarbeider naar Berlijn-Schönefeld. Bij een bombardement door de geallieerden in de nacht van 22 op 23 maart 1945 overleed hij,

21 jaar oud, aan zijn verwondingen.

De wethouder wees erop dat van de 15.000 Hagenaars die de Tweede Wereldoorlog niet overleefden, er 12.000 Joods waren. Nagenoeg de gehele Joodse gemeenschap van Den Haag is uitgemoord, waaronder voormalige medewerkers van de gemeente. Zij waren door de bezetter begin 1941 ontslagen. Een van hen was Samuel Moses. Hij werkte sinds 1919 bij het Gemeentelijk Gasbedrijf. Op 5 oktober 1942 belandde hij met zijn vrouw en drie zonen in Westerbork. Na elf dagen gingen zij op transport naar Auschwitz. Geen van hen overleefde het.

## Liefde

"Wij gedenken alle omgekomen gemeenteambtenaren en hun naasten met eerbied", aldus wethouder Van Asten. "De verhalen van deze mensen doen ons de waarde van vrede en vrijheid beseffen. Laten wij de liefde die ons onze menselijkheid geeft, koesteren en delen met eenieder om ons heen. Elke dag opnieuw."

Olivier Hage van Eneco hield voor de negende keer een toespraak en richtte zich tot de nabestaanden van de omgekomen medewerkers van het Groenbedrijf Den Haag, het Veegbedrijf Den Haag, de Haagse Milieu Services en Eneco.

Hij sprak over de boosheid op de bezetters van toen en over de pijn van het gemis. Op diverse plekken in de stad, maar zeker ook op de Binckhorst, heeft zich een heftige geschiedenis afgespeeld. Onder de 900 personeelsleden van het Gasbedrijf heerste een anti-Duitse stemming. Ze verleenden zo min mogelijk medewerking aan de Duitsers en verborgen mensen bij razzia's op het terrein.



Er werden ook mensen opgepakt, zoals Maarten van der Zwan en Jacob van Driel, van wie familieleden de herdenkingsbijeenkomst bijwoonden. Maarten van der Zwan werd tewerk gesteld in Leeden bij de aanleg van een spoorweg naar Munster. In de nacht van 7 februari 1945 werd een van de bivakken gebombardeerd, waarbij hij omkwam. Jacob van Driel kwam terecht in Kahla in het Eichenbergkamp, net als enkele collega's van de gasfabriek. Veel mannen, onder wie Jacob van Driel en Martinus Dijkhuijzen overleden door de verschrikkelijke omstandigheden in dat kamp.

Aaron Fresco, werkzaam bij de gasfabriek, werd net als de andere Joodse ambtenaren uit zijn functie ontheven. Hij werd met zijn vrouw naar Auschwitz gedeporteerd waar ze om het leven werden gebracht. Ook hun zoon, schoondochter en drie kleinkinderen werden vermoord. "We gedenken deze 3 mannen. En de andere 31 mannen", aldus Oliver Hage. "Al die verhalen trekken hun sporen tot aan de huidige generatie. Dat doet pijn, maar het is niet voor niets is geweest."

In dit verband las hij het gedicht 'Als je de vrijheid tegenkomt':

Als je de vrijheid tegenkomt  
en de vrijheid staat stil  
en zegt 'jij'.

Het kan overal zijn,  
de eerste sneeuw,  
een zomervakantie,  
een dag als deze in mei.

Het kan altijd,  
een t.v. journaal,  
een land ver weg,  
de stad waar je woont.

Kijk dan met je ogen,  
kijk met je hart.  
Als de vrijheid stil staat en zegt 'jij',  
loop dan niet voorbij.

'Wij hebben allemaal een eigen verantwoordelijkheid om iets voor de vrijheid te kunnen betekenen. Om niet voorbij te lopen als de vrijheid een beroep op je doet', aldus Oliver Hage. Volgens hem voelt Nederland voor veel mensen niet zo vrij als zou moeten. "Vrijheid is de dialoog met elkaar aangaan en elkaar proberen te begrijpen. Het zorgt ervoor dat we niet weggijken en voor elkaar in de bres springen zoals vele van de mannen die we vandaag herdenken dat deden."

Arjen Baars, directeur van de Haagse Milieu Services, droeg hierna het gedicht 'Niet vergeten' voor':

Ik heb de doden nooit gezien,  
de angst, de massagraven.  
Ik heb de honger niet gekend,  
de kille grauwe dagen.  
Ik heb de cellen niet gezien,  
ik heb geen vriend verloren.  
Ik heb er niets van meegemaakt,  
ik ben daarna geboren.

Maar ik heb de foto's wel gezien,  
van stuk gereten huizen,  
het grijze oorlogsmonument,  
de reeksen witte kruizen.  
Wat hebben wij ervan geleerd,  
de oorlog blijft ons dreigen.  
Daarom zal ik op de vierde mei  
toch eerbiedig blijven zwijgen.





Hierna speelde een trompettist 'The last post', gevolgd door twee minuten stilte en het spelen van het Wilhelmus.

Vervolgens legden wethouder Van Asten en Ilma

Merx, directeur van de Dienst Stadsbeheer, een krans namens de gemeente. Hierna werden kransen gelegd namens de Haagse Milieu Services en het Haags Veegbedrijf, Eneco, het Haags Groenbedrijf en de Stichting Nationale Herdenking. Ook nabestaanden van de omgekomen ambtenaren legden bloemen.

### **Voorrecht**

Gert-Jan Aleman die voor de tiende keer de herdenkingsplechtigheid begeleidde, noemde ter afsluiting leven in vrede en vrijheid een groot voorrecht. Iets om vaker dan eens per jaar bij stil te staan. "Vandaag delen we dit bewustzijn met elkaar. De kracht die daar vanuit gaat is voelbaar. Laten we deze kracht blijven voeden en daarmee vrede en vrijheid bestendigen, zodat het offer van de 34 mensen niet voor niets is geweest."



In de kantine van de Dienst Gemeentewerken was er na afloop met een drankje een samenzijn.



**Rondleiding voor VSAG in seniorenwoning van de toekomst**

## **Gezond Lang Thuis wonen met hulp van slimme apparaten**

**Sensoren aan de muren, een digitale deurspion, een bijna echte robotkat, een robotbloempot die waarschuwt wanneer je medicijnen moet innemen en je herinnert aan je afspraken, een slimme rollator, virtual reality brillen, een seniorentablet, beeldbellen en sensoren die meten hoeveel je slaapt en het licht aandoen als je uit bed stapt. Met deze en nog talrijke andere slimme technieken kunnen ouderen gezond lang thuis wonen.**

**Speciaal voor de VSAG organiseert de gemeente op dinsdag 11 juni, woensdag 19 juni en donderdag 27 juni, telkens van 10.00 tot 12.00 uur, een rondleiding in de iZi Ervaarwoning aan de Steenhouwersgaarde 15E. Hier kunnen inwoners van Den Haag kennis maken met technische snuffjes, die thuis wonen makkelijker kunnen maken.**

De gemeente wil dat Den Haag een seniorvriendelijke stad is en dat mensen lang gezond in hun eigen omgeving kunnen blijven wonen. Daarom is de gemeente in 2016 met het programma iZi Gezond Lang Thuis begonnen. Koningin Maxima heeft het bezocht en het heeft de World Smart City Award 2018 gewonnen. Dit programma moet het met technologische innovaties mogelijk maken dat ouderen, ook als zij kwetsbaar worden, in hun eigen huis kunnen blijven wonen.

Een groot aantal bewoners van het seniorencomplex aan de Steenhoudersgaarde heeft de verschillende toepassingen getest. Enkele bewoners zijn opgeleid tot iZi ambassadeur en laten bezoekers zien hoe de slimme apparaten werken. Een voorbeeld is de sociale bloempotrobot Tessa, die als een soort agenda ouderen, vooral demente, herinnert aan wat ze op een dag moeten doen.



## **Robotkat**

De robotkat ziet er uit als een echte kat door haar zachte vacht. Ze miauwt, spint en reageert door sensoren op aanrakingen. De robotkat is eveneens zeer geschikt voor ouderen met dementie. Voor eenzame ouderen is het een soort gezelschapsdier. Een slimme rollator helpt veiliger te lopen en heeft op maat gemaakte fitnessoefeningen. Leefstijlsensoren registreren dagelijkse bewegingen en rapporteren incidenten aan het sociale netwerk of zorgverleners van de gebruiker.



Op de voordeur van het 3-kamer appartement is een spionnetje aangebracht met een videoschermpje waarop is te zien wie er voor de deur staat. Wie het niet vertrouwt kan een foto maken van de persoon. De voordeur kan met een tag worden geopend. Ook de thuishulp kan hiermee naar binnen komen. Dat helpt ouderen die slecht ter been zijn.

De slaapkamer heeft een elektronische raamopener. Enkele appartementen hebben hoge ramen waardoor ouderen op een krukje gaan staan met het risico dat ze vallen. Nu kunnen ze vanuit bed de ramen openen en dicht doen. Ook de zonwering is op afstand bedienbaar. Onder het bed zit een lichtsensor. Als een oudere 's nachts uit bed stapt wordt de vloer rondom het bed verlicht.

## **Brand**

Ook in de keuken staat veiligheid voorop. Het gas wordt automatisch uitgeschakeld als iets aanbrandt. In de keukenkastjes zijn laden aangebracht, zodat men niet meer hoeft te bukken om te kijken wat er achterin staat. Er zijn hulpmiddelen om een pot makkelijk te openen en in een houder met een handvat kan een pak melk worden gezet.

De doucheruimte heeft een antislipvloer. Naast de douchekraan zitten twee stangen zodat men zich vast kan houden. Ook is er een opklapbaar douchestoeltje. De wastafel heeft een mengkraan met één hendel, een automatische dispenser doet tandpasta op de tandenborstel en naar het toilet gaan kan zonder toiletpapier te gebruiken door warm water en een föhn. Om een smartphone en mobiele apps te leren gebruiken geven de ambassadeurs cursussen.

De rondleiding met koffie of thee duurt ongeveer 2 uur. Er kunnen per bezoek 12 tot 14 personen deelnemen. Aanmelden kan bij secretaris Leny Loke, tel: 070 - 366 96 70, e-mail: h.l.loke@hotmail.com.



## Nieuw contactpersoon Handwerken

Cobi Bult heeft haar functie als voorzitter en contactpersoon van de afdeling Handwerken neergelegd in verband met haar aspirant-lidmaatschap van het bestuur van de VSAG. Zij blijft wel lid van de afdeling. Gonny Looijen-den Boer volgt haar op als contactpersoon. Zij is telefonisch bereikbaar op: 070 - 366 03 09 en per email: c.looyen3@kpnplanet.nl.

## Agenda

6/6: bestuursvergadering, 10.00 uur, ruimte VSAG in Zuid57.

11/6, 19/6, 27/6: bezoek aan Izi Ervaarwoning, 10.00 uur, Steenhouwersgaarde 15E.

15/6: 4e fietstocht, 10.00 uur, Scheveningse gevangenis, ingang Pompstationsweg.

18/6: wandelexcursie in het Westduinpark, 10.00 uur, Egelopvang.

## Personalia

### Nieuwe leden:

Dhr. F.G.C. Mählmann, mevr. P. Moelchand.

### Overleden:

Dhr. C. de Man, dhr. J. Remmerswaal, dhr. A. Paulusse, dhr. J.C. Zonneveld.

## Geen dinsdagmiddaglezingen in Museon

In juni, juli en augustus zijn er geen dinsdagmiddaglezingen in het Museon.



**Zeer geslaagde lentetocht**

# **Met de boot van Delft via Overschie naar Van Nelle**

**Zesendertig leden van de VSAG gingen op dinsdag 7 mei mee met de lentetocht. Ze voeren van de haven van Delft naar het Museum Overschie en na het bezoek aan het museum naar de fabriek van Van Nelle in Rotterdam. De tocht, het laatste initiatief van het vertrokken bestuurslid Stef de Niet, was zeer geslaagd. De deelnemers waren er enthousiast over, mede door alle interessante informatie van de reisleidster en de twee gidsen.**



Tussen 10.00 en 10.15 uur verzamelden de deelnemers zich tegenover het nieuwe station in Delft op de splinternieuwe aanlegplaatsen aan de Vliet bij de boot van kapitein Jan. Eén van de deelnemers besloot op het laatste moment de tocht op de fiets te doen en reed langs het water met de boot mee. Nicole Meekel heette iedereen op de boot welkom en was de gehele dag de reisleidster. De boot was overkapt met een zeildoek. Als het zou gaan regenen konden de zijramen naar beneden worden uitgerold, maar het bleef de hele dag droog. Wel was het koud op het water.

### **Gejaagd**

De boot volgde de oude trekschuitenroute over de Vliet, daarna de Schie. Trekschuiten werden door mensen of paarden voortgetrokken ('gejaagd'). Ze liepen langs het water over de jaagpaden met hier en daar een jaagbruggetje. Dat had aan de kant van het water een verlaagde leuning zodat het jaagtouw er niet achter bleef hangen. De VSAG-ers zaten in een boot waarmee vroeger vanuit het Westland groenten en fruit naar de markten werden vervoerd.

Nicole Meekel wees op de Porceleyne Flesch en op het Delfts Kruithuis. In 1654 ontplofte in Delft een kruitopslag waarna het magazijn naar buiten de stad werd verplaatst. Het nieuwe Kruithuis dateert uit 1660. Ook voer de boot langs het buurtschap Kandelaar en diverse buitenplaatsen.



Om half twaalf werd in Overschie aangemeerd voor een bezoek aan het museum Oud Overschie. Eerst warmden de deelnemers zich op met koffie of thee en een 'Overschies kontje'. Het

museum was tot 1988 een snoepwinkeltje met de naam 'De hoop doet leven'. Dit ouderwetse winkeltje is in het museum opgenomen.

## Stallen

Na de opening in 1988 is het museum uitgebreid en omvat het onder meer een begraafplaats, een buitenmuseum en een weideplaats, een 18<sup>e</sup> eeuws theehuis, een brugwachtershuisje, oude varkensstallen die tot een kweekkas zijn omgebouwd, een koffiekamer en een bibliotheek, een expositieruimte, een voormalige wagenmakerij en een wagenschuur.



Hoewel het bezoek te kort was om alles te kunnen zien genoten de leden van de vele historische voorwerpen, vooral uit de periode 1850-1950.

Vervolgens werd richting de Spaanse Polder gevaren. De naam is waarschijnlijk een verbastering van kasteel ter Spangen. Bij de Hoge Brug is de aftakking naar Delfshaven. Dat het brugwachterhuis op die plek vroeger Delfts eigendom was is te zien aan het stadswapen van Delft op de gevel. In de tijd van de VOC was Delfshaven een buitenhaven, dichtbij zee. In de oorlog is Overschie door de Duitsers bij Rotterdam getrokken.



Langs de Delfshavense Schie in de Spaanse Polder ligt de voormalige Van Nelle fabriek, gebouwd tussen 1927 en 1930. In 2014 werd dit belangrijke industriële monument Unesco Werelderfgoed. De deelnemers werden in twee groepen rondgeleid door de gidsen Frans en Iris.



### **Winkel**

In 1782 begonnen Johannes van Nelle en zijn vrouw Hendrica een winkel in koffie, thee en (pruim)tabak aan de Leuvehaven. Na het overlijden van Johannes van Nelle in 1811 zette zijn weduwe de winkel voort. Zij overleed in 1813 en is bekend van de naar haar genoemde zware shag 'De weduwe van Van Nelle'.



Zoon Johannes van Nelle jr. en zijn zwager Abraham Goedkoop zetten de zaak voort onder de naam De Erven de Wed. J. van Nelle. Na de dood van Johannes van Nelle jr. nam de familie Van der Leeuw in 1837 een aandeel in de firma. Vanaf 1845 was Van Nelle geheel in handen van de familie Van der Leeuw. Jacobus Johannes van der Leeuw bouwde het bedrijf tussen 1837 en 1881 uit. Hij legde wereldwijde handelscontacten, stichtte eigen plantages in Nederlands Indië en bouwde de winkel uit tot een fabriek voor het branden van koffie en het verwerken van tabak en thee.

### **Belangrijker**

Koffie en thee werden rond de eeuwwisseling steeds belangrijker. In 1916 kocht de firma Van Nelle een terrein langs de Schie in de toenmalige gemeente Overschie. Daarop werd de wereldberoemde Van Nelle fabriek gebouwd. Doordat de fabriek Werelderfgoed is mag niets worden veranderd. De ramen zijn nog enkel glas en in staal gevat. Langs het water staan de expeditiegebouwen, die door luchtbruggen met de fabriek zijn verbonden. Aan de overkant staat de fabriek, bestaande uit het kantoordeel met drie garages eronder voor de directeurs van de drie divisies, de hoge tabaksfabriek ernaast en de koffie- en theefabriek daar weer naast.



Langs deze drie gebouwen loopt, deels ondergronds, een overdekte gang. Daar kon de kwaliteitsinspecteur lopen om monsters te keuren zonder dat het personeel hem zag.

In de tabaksfabriek werkten alleen mannen, in de koffie- en theedivisies voornamelijk vrouwen, uiteraard onder mannelijk toezicht. De gemeenschappelijke ingang tussen de koffie- en theedivisie had een dubbel trappenhuis: een trap voor de vrouwen en een trap voor de mannen. Relaties mochten niet ontstaan, want getrouwde vrouwen mochten niet werken en verloor de werkgever zo'n kracht. De toiletgroepen waren gedeeltelijk open en vanaf de werkvloer te zien zodat de werkers er niet hun gemak van konden nemen. In het hoge gebouw waren liften. In de hal op elke verdieping konden de grote vloerpanelen worden verwijderd als zware machines naar boven moesten worden getakeld.

## **Delfshaven**

Na de rondleiding was er een lunch in de Branderij. De vaartocht terug naar Delft ging via de schilderachtige Delfshaven, de geboortestad van Piet Hein. Aan boord was het gezellig met een glaasje wijn en hapjes. Om 17.00 uur werd weer in de haven van Delft aangemeerd.





**Op zaterdag 31 augustus**

## **Veel belangstelling voor dagtocht naar braderie in Lille**

**Voor de dagtocht op zaterdag 31 augustus naar de braderie in het Franse Lille is de belangstelling groot. De bus is al voor de helft vol. Deze brocante wordt elk jaar door tienduizenden koopjesjagers bezocht. Er staan meer dan 12.000 kraampjes met schilderijen, antiek, meubels, boeken, servies, glaswerk en beeldjes.**

De bus vertrekt om 08.00 uur vanaf de Schedeldoekshaven, schuin tegenover de fietsenstalling van het Centraal Station. Dus niet zoals altijd vanaf de Prinsessegracht. Via Rotterdam, Breda, Antwerpen, Gent en Kortrijk wordt met een stop voor koffie met gebak in België naar Lille gereden. Hier zijn de deelnemers vrij tot 17.30 uur. Het is gezien de enorme drukte uitermate belangrijk ruimschoots op tijd terug naar de bus te gaan. Wie te laat is heeft een groot probleem. De bus is om 21.30 uur weer bij het Centraal Station.

De dagtocht kost € 25,- per persoon. Aanmelden kan door dit bedrag over te maken op NL74INGB 0007 4130 77 ten name van Bestuur VSAG te Den Haag met vermelding van Lille.





Ook voor de Bayerische senioren dag in Wunderland Kalkar in Duitsland op woensdag 2 oktober zijn de eerste aanmeldingen al binnen. De bus vertrekt om 8.30 uur van de Prinsessegracht tussen de Herengracht en het Korte Voorhout.

In Wunderland Kalkar worden de deelnemers verwelkomd met koffie en gebak. Daarna is er onder leiding van radio- en televisiepresentator Wijbrand van der Sande een loterij met prijzen.

### **Schlagers**

Na het warm en koud Bayerisch lunchbuffet, inclusief koffie of thee, melk en vruchtensappen, is er een optreden van de Limburger Buben die op allerlei grote Oktoberfeesten de feestvreugde verhogen en speelt Ruud

Appelhof op zijn Steierische accordeon bekende Tirolernummers en schlagers.

Een dansje maken is mogelijk. Na

koffie met wat lekkers vertrekt de bus om 16.30 uur terug naar Den Haag.



De dagtocht kost € 45,-, voor introducees € 52,50. Aanmelden kan door dit bedrag over te maken op NL74INGB 0007 4130 77 ten name van Bestuur VSAG te Den Haag met vermelding van Kalkar.

Oorspronkelijke datum week verschoven

# Vierde fietstocht op zaterdag 15 juni gaat naar Katwijk

**De vierde fietstocht van dit jaar gaat via Wassenaar naar Katwijk. Niet op de oorspronkelijke datum van zaterdag 8 juni, de dag voor Pinksteren, maar een week later op zaterdag 15 juni. Afhankelijk van de windrichting wordt heen of terug door de duinen gefietst.**



Aan cultuurhistorie geen gebrek in Katwijk. De Romeinen lieten hun sporen na en veel geschiedenis heeft eveneens te maken met Katwijk als vissersplaats. Een eeuw geleden was Katwijk ook een gemeenschap van kunstenaars. Honderden Nederlandse en buitenlandse schilders lieten zich inspireren door de zuivere lucht, het heldere licht en het harde, eenvoudige leven van de vissers.

Om 10.00 uur wordt vertrokken vanaf de oude ingang van de Scheveningse gevangenis aan de Pompstationsweg. Als wordt getwijfeld of de fietstocht gezien de weersomstandigheden doorgaat, kan op zaterdag 15 juni tussen 8.45 en 9.15 uur worden gebeld met Cobi Bult, tel. 06 - 315 61 660.

Op zaterdag 11 mei vertrokken 7 deelnemers om 10.00 uur vanaf zorgcentrum Houthaghe aan de Toon Dupuisstraat voor de fietstocht naar het mooie natuurgebied Delftse Hout. Ton van der Linden, de grote organisator van de fietstochten, moest vanwege lichamelijke beperkingen verstek laten gaan. Gelukkig had Cobi Bult zich zijn noodkreet in het Journaal aangetrokken en zich aangemeld om hem tijdelijk te vervangen en de fietstochten te begeleiden.

Langs het Haga ziekenhuis aan de Leyweg en via de Loevesteinlaan werd naar het mooie bosrijke Overvoorde gefietst. Daarna via In de



Bogaard over de Lange Kleiweg naar de Calvéfabriek in Delft en vandaar langs de Schie naar Delftse Hout.

**Aangenaam**  
Omdat de zon ook haar best deed was de temperatuur

aangenaam en kon de koffie buiten op het terras van De Schaapskooi worden gedronken. Na de stop werd via de rand van Pijnacker terug door de Delftse Hout gefietst. Rond 13.00 uur waren de fietsers weer in de buurt van het Zuiderpark en hadden ze een kleine 30 kilometer afgelegd.

De resterende vier fietstochten van dit jaar worden gereden op de zaterdagen 13 juli, 10 augustus, 14 september en 12 oktober.



## Wilma Bloemen met 85 jaar nog regelmatig op de waterski's

**Wilma Bloemen uit Den Haag, sinds 2004 lid van de VSAG, is op 11 mei 85 jaar geworden. Dat ze op die dag zoveel kaarsjes heeft uitgeblazen is op zich niet zo bijzonder. Wel dat ze ondanks haar leeftijd en wat problemen met lopen regelmatig bij De Wollebrand in Honselersdijk is om te waterskiën.**

Gezien haar liefde voor het water is het ook niet verwonderlijk dat Wilma Bloemen voor de lentetocht op dinsdag 7 mei in Delft op de boot stapte voor de vaartocht naar Overschie en naar de Van Nellefabriek in Rotterdam.

### **Verknocht**

Het lopen gaat niet meer zo gemakkelijk, maar daar heeft Wilma Bloemen op het water geen last van. Ze is al jaren verknocht aan het waterskiën en laat zich nergens door weerhouden. Geregeld is ze daarom bij de kabelskibaan van de Wollebrand te vinden.

"Eigenlijk is het als je 85 jaar bent niet verstandig om te waterskiën, maar ik doe het zo graag", zei ze onlangs bij TV West dat opnamen van haar maakte en haar als een kwieke dame omschreef.

### **Uitgeput**

Dat Wilma Bloemen niet helemaal fit meer is komt doordat ze onder meer aan osteoporose lijdt. "Ik ben helemaal uitgeput wanneer ik een rondje heb gemaakt", zei ze bij TV West. "Een paar jaar geleden kon ik drie rondjes achter elkaar, maar dat lukt me

niet meer. Ik ben al blij als ik een rondje haal."

### **Waterski-oma**

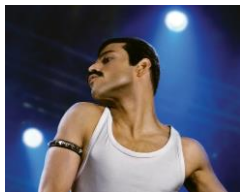
Bij de jongere waterskiërs is Wilma Bloemen populair. "Heel uniek en het is en blijft bijzonder om te zien", zegt een van hen. Een ander vult aan: "De laatste jaren gaat het ietsje minder, maar het blijft hartstikke leuk om te zien. Zij is onze waterski-oma."

Voorlopig is Wilma Bloemen niet van plan met het waterskiën te stoppen. "Zolang het gaat, blijf ik doorgaan."



## 50+ BIOS Pathé Buitenhof

Pathé Buitenhof vertoont op maandag om 19.15 uur en op dinsdag en donderdag om 13.30 uur een 50+ film. De prijs is € 8,00 per persoon, inclusief koffie of thee met iets lekkers.



3/6, 4/6

### BOHEMIAN RHAPSODY

Zanger Freddie Mercury van Queen, een geliefde entertainer, besluit onverwacht een solocarrière te beginnen. Hij verenigt zich net op tijd voor Live Aid met zijn band voor een legendarisch optreden.



6/6, 10/6, 11/6, 13/6, 17/6, 18/6

### THE SKYLDIGE

Politieagent Asger Holm doet er als op de alarmcentrale een noodoproep van een ontvoerde vrouw wordt afgebroken, alles aan om de vrouw te redden. Het misdrijf waarmee hij heeft te maken is veel groter dan hij dacht.



20/6, 24/6, 25/6, 27/6

### CAN YOU EVER FORGIVE ME

Lee Israel verdient begin jaren '70 en '80 haar geld door boeken te schrijven over klassieke Hollywood figuren als Katharine Hepburn. Als haar carrière in het slop raakt en ze verslaafd wordt aan alcohol gebruikt ze haar schrijftalent om brieven van overleden auteurs te vervalsen en te verkopen.



## Seniorenfilms Dakota Zuid57

In Filmhuis Dakota in Zuid57 aan de Zuidlarenstraat 57 worden op twee vrijdagen films voor uitsluitend senioren vertoond. Deze ouder(wetse) filmochtend met gratis koffie, een chocolaatje en een pauze, begint om 11.00 uur.



7/6

### BON DIEU 2

Claude en Marie Verneuil staan voor een probleem. De echtgenoten van hun vier dochters besluiten om verschillende redenen Frankrijk te verlaten en hun geluk in het buitenland te proberen. Maar een leven zonder hun kroost in de buurt kunnen Claude en Marie zich niet voorstellen, dus doen ze er alles aan om hen in het land te houden. Ondertussen landt de familie Koffi in Frankrijk voor het huwelijk van hun dochter. Ook hen wacht een aantal pittige verrassingen.



21/6

### THE WHITE CROW

De 22-jarige danser Rudolf Noerjev verruult in 1961 zijn geboortestad Ufa in de Sovjet-Unie voor het bruisende Parijs. Het verlaten van de Sovjet-Unie is een riskant besluit en Noerjev wordt nauwlettend in de gaten gehouden door de agenten van de KGB. Toch geniet hij van het westerse leven en wordt een legende als onderdeel van het Kirov Ballet. Door de KGB wordt hij gedwongen een fundamentele beslissing te nemen.

## WOORDZOEKER

G	N	I	R	E	O	V	T	I	U	R	O
T	O	O	N	H	O	O	G	T	E	C	L
K	O	T	S	K	Y	R	T	S	O	N	L
C	F	A	A	T	C	O	E	S	B	Y	E
O	O	T	S	E	K	R	O	L	T	C	C
M	L	N	C	E	V	L	A	R	O	K	D
P	Y	T	C	E	O	D	A	M	A	W	C
O	X	N	R	E	M	P	P	B	A	A	O
N	R	E	R	U	R	O	U	R	T	R	N
I	N	G	Z	O	S	T	S	S	O	T	T
S	P	I	I	I	O	F	Z	A	G	E	R
T	E	R	T	N	L	H	I	A	R	T	A
K	E	I	Z	U	M	R	E	M	A	K	B
S	E	D	I	A	C	A	P	E	L	L	A
I	N	T	E	R	M	E	Z	Z	O	T	S



De woorden staan in alle richtingen. Sommige letters worden vaker gebruikt. De overgebleven letters, van links boven naar rechts beneden, vormen een woord.

ACAPELLA	LARGO
BLADMUZIEK	OCTAAF
CELLO	OPUS
COMPONIST	ORKEST
COMPOSITIE	PARTY
CONCERTZAAL	RESERVEREN
CONTRABAS	SOLO
DIRIGENT	STRYKSTOK
DWARSFLUIT	TOONHOOGTE
HOORN	TUBA
INTERMEZZO	UITVOERING
KAMERMUZIEK	XYLOFOON
KWARTET	

Stuur de oplossing voor 13 juni naar:

VSAG

Zuidlarenstraat 57

2545 VP Den Haag

of mail naar

[vsag@denhaag.nl](mailto:vsag@denhaag.nl)

Onder de inzenders van de goede oplossing wordt een prijs van € 10,-- verloot. De oplossing van de puzzel in het Journaal van mei is KINDERSPEELPLAATS. Na loting ging de prijs van € 10,-- naar dhr. G.W. Oldenstam uit Den Haag.

# Activiteiten en contactpersonen

Tenzij anders vermeld vinden alle activiteiten plaats in de zaal van de VSAG, 1.09, op de eerste etage in Zuid57 aan de Zuidlarenstraat 57.

## BEELDHOUWEN

Oosterpark 3  
elke twee weken  
do. 09.30 - 13.00 uur  
dhr. F. Durand  
06 - 526 515 30  
frank@debeeldhouwwerkplaats.nl  
per keer € 15,00

## BILJARTEN

ma. t/m vr. 9.00 - 13.00 uur  
13.00 - 17.00 uur  
dhr. F.J.M. Kalse  
070 - 394 03 64  
frans-bep@ziggo.nl  
per maand € 6,00

## BOWLEN

Dekker, Scheglaan 12  
Zoetermeer  
vr. 14.00 - 16.00 uur  
dhr. R. Nieuwenkamp  
015 - 369 69 81  
roelnieuwenkamp@kpnplanet.nl  
dhr. D.H. Ras  
079 - 331 08 77  
dirkgretras1@outlook.com  
per maand € 26,00

## BRIDGE

wo. 13.00 - 16.00 uur  
dhr. A.F.M. van Bommel  
070 - 360 11 89  
afm.vanbommel@gmail.com  
per maand € 5,00

## FIETSEN

8 keer per jaar op de 2e  
zaterdag van de maand  
10.00 uur vertrek bij Houthaghe  
Toon Dupuisstraat 10  
mevr. C. Bult  
06 - 315 61 660  
cobi.b@casema.nl

## HANDWERKEN

ma. 13.00 - 15.00 uur  
mevr. G.G.M. Looijen-den Boer  
070 - 366 03 09  
c.looyen3@kpnplanet.nl  
per maand € 5,00

## **KEEP FIT**

Stadhuis Spui  
wo. 14.00 - 15.00 uur in  
groepsverband. Uitsluitend de  
deelnemers van deze groep  
kunnen op een andere dag of  
tijd ook individueel fitnessen.  
dhr. S.J.M. Beijer  
070 - 367 23 26  
s.j.m.beijer@kpnmail.nl  
per maand € 20,00

## **KOERSBAL**

Sportcomplex Erasmus  
ma. 13.30 - 15.30 uur  
dhr. H.Th. Bielefeld  
h.t.bielefeld@hetnet.nl  
070 - 345 17 62  
per maand € 1,50

## **SCHILDEREN**

ma. 9.00 - 14.00 uur  
dhr. J. Vos  
070 - 355 82 81  
strandvos@ziggo.nl  
per maand € 5,45

## **OUDERENWERK**

Leden die in Morgenstond en Leidschenveen wonen en vragen op het gebied van wonen, zorg en welzijn hebben, kunnen contact opnemen met ouderenconsulent Miriam Wilschewski, tel: 06 - 28 22 38 53, e-mail: m.wilschewski@stichtingmooi.nl.

## **YOGA**

Zorgcentrum Houthaghe  
Toon Dupuisstraat 10  
ma. 10.30 - 11.30 uur  
do. 10.30 - 11.30 uur  
mevr. M. Hendriks-Zuidwijk  
070 - 323 94 15  
greethendriks@casema.nl  
per maand € 13,00

## **WATERGYM**

Escamphof  
Escamplaan 57  
wo. 16.15 - 17.00 uur  
17.00 - 17.45 uur  
do. 15.00 - 15.45 uur  
15.45 - 16.30 uur  
mevr. Y. Heemskerk-Brunings  
06 - 309 003 75  
yvonne.heemskerk.brunings@gmail.com  
per maand € 17,50

---

Indien onbestelbaar  
gaarne retourneren naar:  
VSAG  
Zuidlarenstraat 57  
kamer 1.09  
2545 VP Den Haag

---