

JAARVERSLAG 2024

Met elkaar; voor elkaar

Pas bij het samenstellen van het Jaarverslag over 2024 beseffen we, als bestuur, weer ten volle hoe we met 165 vrijwilligers, inclusief het bestuur, en twee sociaal werkers bijdragen aan het welzijn en ondersteunen van de inwoners van Scherpenzeel en Renswoude. Dit deden we in het afgelopen kalenderjaar door uitvoering te geven aan negen gesubsidieerde opdrachten voor zowel Scherpenzeel als Renswoude, drie projecten in Scherpenzeel en zes in Renswoude. Maar vooral door de verschillende activiteiten daaromheen die door vrijwilligers georganiseerd en uitgevoerd worden, wel of niet onder begeleiding van de sociaal werkers, zoals preventief 75+-huisbezoek, de 80+-bezoekdienst, netwerkondersteuning voor inwoners, ontmoetingsgroepen en de formulierenbrigade. Maar ook hoe (diep) we in beide dorpse samenlevingen geworteld zijn, zien we aan de door SWO-SR georganiseerde activiteiten:

1. Ontmoeting en spel -> 273 deelnemers;
2. Ontmoeten en bewegen -> 187 deelnemers;
3. Ontmoeting en ontspanning -> 604 deelnemers;
4. Ontmoeting en educatie -> 167 deelnemers;
5. Diensten -> 678 keer gebruik van gemaakt.

En dat allemaal door een vrijwilligersorganisatie die 50 jaar bestaat en waar we als bestuur trots op zijn. Nieuwsgierig geworden naar onze terugblik op 2024? Lees het [Jaarverslag](#).



IN DIT NUMMER

Stoelgymnastiek Renswoude

Koffiegesprekstafel voor mantelzorgers

Terugblik *Doortrappen*

Gezond(er) ouder worden

AGENDA



WEKELIJKS

MAANDAG (2, 16, 23 en 30 juni) *(2e pinksterdag, 9 juni, zijn er geen activiteiten)*

10:00 tot 11:00 uur : Handwerkatelier (Bibliotheek Renswoude)

13:30 tot 15:30 uur : Wandelgroep Renswoude; alleen bij droog weer (De Hokhorst)

DINSDAG (3, 10, 17 en 24 juni)

14:00 tot 15:00 uur : Trefpuntbalie (Bibliotheek Renswoude)

14:00 tot 16:00 uur : Zoete inval (Het Trefpunt)

WOENSDAG (4, 11, 18 en 25 juni)

09:00 tot 9:40 uur : Meer bewegen voor ouderen (De Achthoek)

09:30 tot 10:30 uur : Spreekuur Scherpenzeel (De Achthoek)

10:00 tot 12:00 uur : Ontmoetingsgroep Scherpenzeel (De Achthoek)

DONDERDAG (5, 12, 19 en 26 juni)

15:00 tot 16:00 uur : Dynamic tennis (De Hokhorst)

15:00 tot 16:00 uur : Koersbal (De Hokhorst)

VRIJDAG (6, 13, 20 en 27 juni)

09:30 tot 11:00 uur : Taalcafé (Bibliotheek Renswoude)

Vervoer nodig voor een bezoek aan een SWO-activiteit? Dien uw aanvraag minimaal 24 uur van tevoren in, door te bellen op maandag tot zaterdag tussen 9:00 en 19:00 uur. Scherpenzeel: Atie Jochemsen, tel. 06 11 20 27 85, of Jan Cozijnsen, tel. 06 14 02 00 53. Renswoude: Hans Oosterink, tel. 06 28 20 14 80. Kosten binnen de bebouwde kom bedragen €2,- per rit, buiten de bebouwde kom €0,40 per km. Gepast betalen.



AGENDA

TWEEWEKELIJKS

DINSDAG 3 en 17 juni

19:00 tot 20:30 uur : 't Blijje Draadje (De Breehoek)

DINSDAG 3 en 17 juni

10:00 tot 11:30 uur : Digicafé Renswoude (Bibliotheek Renswoude)

DONDERDAG 12 en 26 juni

10:00 tot 11:30 uur : Digicafé Scherpenzeel (De Breehoek)

DONDERDAG 12 en 26 juni

14:00 tot 16:00 uur : Samen Creatief (De Achthoek)

DONDERDAG 12 en 26 juni

14:00 tot 16:00 uur : 't Blijje Draadje (De Achthoek)

MAANDELIJKS

MAANDAG 2 juni

10:00 tot 11:00 uur : Spreekuur woonconsulent Woningbedrijf Renswoude

MAANDAG 2 juni

15:00 tot 16:30 uur : Studiekring; inleiding door Jan Ruijgrok (De Breehoek)

WOENSDAG 4 juni

19:00 tot 21:00 uur : Creatieve workshop (Bibliotheek Renswoude)

VRIJDAG 6 juni

14:00 tot 16:00 uur : Repaircafé (De Breehoek)

DINSDAG 10 juni

12:00 tot 13:00 uur : Samen soepen Renswoude (Bibliotheek Renswoude)

DINSDAG 10 juni

13:30 uur : Fietsclub *Samen om Scherpenzeel* (De Achthoek)

WOENSDAG 18 juni

12:00 tot 13:00 uur : Samen soepen Scherpenzeel (De Breehoek)

DONDERDAG 19 juni

17:15 uur : Samen eten Renswoude (De Hokhorst)

VRIJDAG 20 juni

9:30 tot 10:30 uur : Spreekuur Onbeperkt Talent (Bibliotheek Renswoude)

WOENSDAG 25 juni

19:00 tot 21:00 uur : Bingoavond (Bibliotheek Renswoude)

VRIJDAG 27 juni

17:00 uur : Samen eten Scherpenzeel (De Breehoek)

MAANDAG 30 juni

15:00 tot 16:30 uur : Studiekring; inleiding door Ronald Machielse (De Breehoek)

EENMALIG IN JUNI

DONDERDAG 5 juni

10:00 tot 11:00 uur : Koffiegesprekstafel (Bibliotheek Renswoude)

VRIJDAG 6 juni

op afspraak : Rijbewijskeuring (Huis in de Wei, Scherpenzeel)

DONDERDAG 26 juni

10:00 tot 11:00 uur : Uitreiking Mantelzorgverwijzer (Bibliotheek Renswoude)

ACTUEEL

Deze activiteiten vinden in **juni** plaats. Ze worden op deze pagina uitgelicht en - indien nodig - later in deze nieuwsbrief verder toegelicht. Ook als u niet eerder bent geweest, bent u van harte welkom.



STUDIEKRING

- maandag **2 en 30 juni** (let op: vanaf juni op maandag)
- 15:00 tot 16:30 uur
- De Breehoek
- gratis; koffie/thee betalen de deelnemers bij toerbeurt



CREATIEVE WORKSHOP

- woensdag **4 juni**
- 19:00 uur
- Bibliotheek Renswoude
- €11,- plus €1,- voor koffie of thee



Als u zorgt voor een naaste met dementie

KOFFIEGESPREKSTAFEL

- donderdag **5 juni**
- 10:00 tot 11:00 uur
- Bibliotheek Renswoude
- geen



REPAIRCAFÉ

- vrijdag **6 juni**
- 14:00 - 16:00 uur
- De Breehoek
- gratis, m.u.v. onderdelen die moeten worden vervangen



SAMEN ETEN

Ontmoeting, gezelligheid én lekker eten. R'woude: **19 juni**, 17:15 uur (De Hokhorst), €15 p.p. excl. drankjes. Opgeven: 06 52 31 39 96 (Jannie Nieboer). S'zeel: **27 juni**, 17:00 uur (De Breehoek), €15 p.p. incl. 1 drankje. Aanmelden: 06 20 24 42 29 (Ally Mosterd).



CREATIEVE WORKSHOP

Decoupage op leisteen

In deze unieke creatieve workshop op woensdagavond **4 juni** (aanvang 19:00 uur) - de laatste voor de zomerstop - wordt een leisteen van het oude dak van de Koepelkerk gebruikt om er een gekozen afbeelding op te maken. Iedereen kan dit!

De prachtige, specifieke vorm van de leisteen is een mooie ondergrond voor bijvoorbeeld een rij grachtenhuizen of een aantal koeienkoppen. Er is ook ruimte voor een tekst of huisnummer.

Aanmelden kan na het verschijnen van deze nieuwsbrief alleen nog in overleg, via e-mail: creativeworkshopsrenswoude@gmail.com.

De kosten voor deze workshop zijn €11,- plus €1,- voor koffie of thee.

Om alvast in uw agenda te noteren: 10/09 gaat een nieuwe reeks workshops van start.



STOELGYMNASTIEK

Blijf fit met stoelgymnastiek!

Beweeg veilig en ontspannen tijdens deze gezellige les voor ouderen. Met eenvoudige en afwisselende oefeningen - zittend of met steun - werkt u aan conditie, kracht en balans, helemaal op uw eigen tempo. Stoelgymnastiek zorgt ervoor dat u lichamelijk vitaal blijft, soepel blijft bewegen én het helpt bij het behouden of verbeteren van mobiliteit. Er is geen ervaring nodig, iedereen kan meedoen!

Stoelgymnastiek is bij uitstek geschikt voor mensen die niet zo lang kunnen staan. Kom langs en ontdek hoe leuk bewegen is.

Data: dinsdag **10, 17, 24 juni en 1 juli**

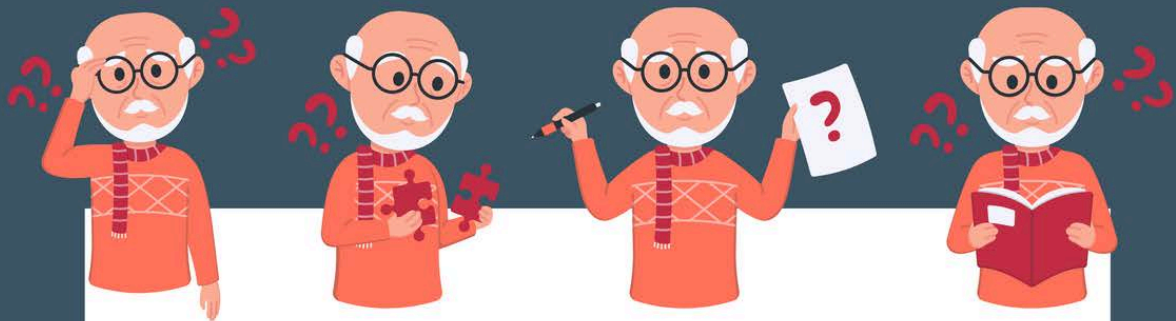
Tijd: van 9:30 uur tot 10:30 uur

Locatie: Bibliotheek ZOUT - Van Reedeweg 77

Kosten: op deze vier data kunt u kosteloos deelnemen aan de groep.

KOFFIEGESPREKSTAFEL

donderdag 5 juni 10:00 uur
bibliotheek Renswoude



ALS U ZORGT VOOR EEN NAASTE MET DEMENTIE

Stel onder het genot van een kop koffie of thee
uw vragen en wissel ervaringen uit.

Wij vertellen u over het huidige aanbod
en horen graag van u welke wensen leven, zodat wij
ons toekomstig aanbod daarop kunnen afstemmen.

Bent u mantelzorger? Kom naar de gesprekstafel!
Opgeven kan tot maandag 2 juni
via e-mail naar mantelzorgpunt@swo-sr.nl.

Santé Partners

SW
stichting welzijn & ondersteuning
Scherpenzeel - Renswoude

 **Lelie zorggroep**
wonen, zorg en welzijn

www.swo-sr.nl | info@swo-sr.nl

Renswoude: Rianne van Ginkel 06 51 64 75 25 | Scherpenzeel: Wendy van de Visch 06 83 77 58 54

TIP VAN DE MAAND: MAAK UW VEILIGER

Ieder jaar valt ruim een derde van de thuiswonende ouderen boven de 65 jaar. Een val kan leiden tot verwondingen of zelfs een ziekenhuisopname. U kunt uw huis zonder grote ingrepen veiliger maken, zodat u minder risico loopt om te vallen.

Kleine aanpassingen die vaak al veel meer veiligheid in huis geven, zijn bijvoorbeeld:

- Kijk goed naar uw looproutes. Zijn ze breed genoeg en is de vloer vrij van drempels en vloerkleden waarover u zou kunnen struikelen?
- Gebruik draadloze apparatuur, zoals de telefoon. Dan kunt u niet struikelen over snoeren;
- Zet de spullen niet te hoog in de keukenkastjes, zodat u er goed bij kunt. Als u toch een opstapje nodig hebt, neem dan een opstapje met leuning.
- Ga niet op een stoel staan, maar gebruik een veilige huishoudtrap;
- Zorg overal voor voldoende verlichting en doe het licht aan als u 's nachts moet opstaan;
- Houd de trap vrij van spullen;
- Bevestig een stevige trapleuning.

Tip van de maand: een veilig(er) huis

'Met een paar kleine aanpassingen
kunt u uw huis
een stuk veiliger maken.'





DOORTRAPPEN

Fietsen zorgt ervoor dat senioren langer gezond, sociaal en zelfredzaam blijven. Tegelijkertijd zijn ouderen ook kwetsbaar in het verkeer. Het programma Doortrappen, een initiatief van het ministerie van Infrastructuur en Waterstaat, zorgt ervoor dat ouderen zo lang mogelijk veilig kunnen blijven fietsen, oftewel 'veiliger fietsen tot je 100ste'.

De aftrap van *Doortrappen* vond in Renswoude plaats op 21 mei, tijdens de Valpreventiedag voor e-bikes. Na de officiële ondertekening van de wethouder werd dit door de wethouder en Chantal Kronenburg van de provincie en Bert van Voorthuizen zichtbaar gemaakt:



Caroline van der Helm en Rianne van Ginkel zijn doortrapcoördinatoren geworden.

Op de volgende pagina's volgt een foto-impressie van een mooie (fiets)dag, waarvan de deelnemers hebben genoten.

TERUGBLIK: FIETSDAG VALPREVENTIE (2)



www.swo-sr.nl | info@swo-sr.nl

Renswoude: Rianne van Ginkel 06 51 64 75 25 | Scherpenzeel: Wendy van de Visch 06 83 77 58 54

TERUGBLIK: FIETSDAG VALPREVENTIE (3)



www.swo-sr.nl | info@swo-sr.nl

Renswoude: Rianne van Ginkel 06 51 64 75 25 | Scherpenzeel: Wendy van de Visch 06 83 77 58 54

RENSWOUDE *vitaal*

donderdag 3 juli

12:30 tot 16:30 uur

De Hokhorst

Dé dag rondom gezondheid en vitaliteit

Programma

- 12:30 uur inloop
- 13:00 uur opening met wethouder Kees Eskes
- 13:15 uur start fietsfit warming-up
- 13:30 uur start vitaliteitsmarkt
- 14:00 uur start gymnastiek
- 15:00 uur start beweegproeverij



fiets je fit (13:15 uur)



gezondheidstesten
(vanaf 13:30 uur)



informatiestands



gymnastiek (14:00 uur)



sport- en beweegaanbod



krijg tips en advies van
leefstijlcoaches,
fysio- en ergotherapeuten





Ouder worden gaat vaak gepaard met pijntjes en andere lichamelijke klachten.

Verschillende natuurlijke middelen én bewuste voeding kunnen bijdragen aan comfortabeler ouder worden.

Wilt u meer weten?
Kom luisteren!

GEZONDER OUDER WORDEN



16 JULI

19:30 UUR

Rehoboth,
Renswoude

INFORMATIEVE LEZING

over natuurlijke middelen om klachten te verlichten en de invloed van gezonde voeding

door Adriaan Jansen,
drogisterij Soap & Spices uit Scherpenzeel



**RENSWOUDE
VOOR ELKAAR**

Gebouw Rehoboth, Taets van Amerongenweg 80 Renswoude
Opgeven kan tot 10 juli via e-mail: trefpuntbalie@swo-sr.nl.



RENSWOUDE

Verkoop afgeschreven boeken: koop boeken die niet meer worden uitgeleend voor slechts €0,50 per stuk.

Ontdek Kasteel Renswoude: eens in de maand op dinsdagmiddag kunt u mee met een rondleiding door het kasteel. Deze maand op **10 juni**. Een mooie kans om dit rijksmonument vanbinnen te zien! De kosten voor de rondleiding bedragen € 9,- per persoon, contant te betalen. We verzamelen om 13:45 uur in de bibliotheek. Gaat u mee? Mail kasteelrenswoude@bibliotheekzout.nl voor uw (verplichte) aanmelding.

Kids Knutselen: We gaan vogeltjes maken van wc rollen (zie de foto hierboven) op **11 juni** om 15:30 uur.

Ouder-kindochtend: 24 juni van 9:00 tot 10:00 uur.



SCHERPENZEEL

Filmmiddag: The Old Oak

20 juni, Wereldvluchtelingendag, organiseert VluchtelingenWerk.NL op diverse locaties in het land een speciale filmvertoning rondom het thema 'vluchtelingen', om stil te staan bij de kracht en de verhalen van mensen op de vlucht én bij de waarde van gemeenschappen die nieuwkomers verwelkomen.

In Scherpenzeel kunnen bezoekers op vrijdag **20 juni** gratis de film *The Old Oak* bekijken, waarin het verhaal van een ontmoeting tussen bewoners van een oud mijnwerkersdorp en Syrische vluchtelingen wordt verteld. Een onwaarschijnlijke vriendschap brengt de verschillende werelden voorzichtig tot elkaar.

Aanvang: 14:00 uur.

Locatie: De Breehoek.

Aanmelden (het aantal plaatsen is beperkt) kan via deze [link](#).



WOUDENBERG-SCHERPENZEEL

Woensdag **11 juni** is er weer een bijeenkomst van het Alzheimer Café Woudenberg-Scherpenzeel. Het onderwerp is: *De kracht van muziek; samen zingen, samen genieten*. Mannenkoor "De Poortzangers" uit Woudenberg is deze avond bij ons te gast.

Locatie: De Schans 33 te Woudenberg

De avond start om 19:30 uur (inloop vanaf 19:00 uur). Einde: rond 21:00 uur.

De koffie en thee staan voor u klaar. De toegang is gratis en aanmelden is niet nodig.

Heeft u vragen of wilt u meer weten? Hélène Colen, contactpersoon Alzheimer Café Woudenberg-Scherpenzeel, is bereikbaar via e-mail: h.colen@alzheimerwilligers.nl.

VEENENDAAL-RENSWOUDE

Dinsdag **17 juni** bent u van harte welkom bij het Alzheimer Café over het onderwerp: *De waarde van herinneringen ophalen en hoe een Levensboek daarbij kan helpen*. Te gast is een welzijnswerker.

Het Alzheimer Café Veenendaal-Renswoude is elke derde dinsdagavond van de maand in de centrale ontmoetingsruimte van De Engelenburgh, Kerkewijk 77 te Veenendaal. Parkeren kan voor de deur of aan de achterkant van De Engelenburgh (revalidatie-ingang).

Inloop vanaf 19:00 uur, start om 19:30 uur. Einde: 21:00 uur. Vooraf aanmelden is niet nodig.