



Hilversum 2024-2025

Altijd in de buurt

**Onze sociaal werkers werken in teams in de diverse Hilversumse wijken.
Dicht bij de bewoners met wie wij samenwerken, van mens tot mens.
Wij werken aan verbinding tussen mensen én saamhorigheid in de wijk.
En wij zorgen ervoor dat iedereen mee kan blijven doen aan de maatschappij.**

Vanaf pagina 6 kun je per wijk zien bij welke sociaal werkers je terecht kunt in jouw buurt. En welke activiteiten er in het komende jaar zijn in onze wijkcentra. Als je twijfelt bij wie je moet zijn met welke vraag, dan kun je natuurlijk altijd contact met ons opnemen via ons algemene nummer 035 623 11 00 of info@versawelzijn.nl.

Goed om te weten: je hoeft niet te betalen voor onze diensten. Veel van onze activiteiten in de wijkcentra zijn ook gratis of we vragen alleen een kleine bijdrage. Voor activiteiten die door anderen worden gegeven in onze locaties moet je soms wel iets betalen. Ook in 2024-2025 zien we je graag in onze wijkcentra, buurthuizen en jongerencentra!

Alle medewerkers van Versa Welzijn in Hilversum



van mens
tot mens

Waarvoor kun je bij ons terecht?

Ontmoeting

Wijkcentra & Activiteiten

Versa Welzijn maakt het inwoners mogelijk om op een makkelijke manier anderen te ontmoeten. Dit doen we via activiteiten in onze wijkcentra, de Buurtbus of op een andere locatie in je buurt. Iedereen is daar welkom!

Vanaf pagina 6 kun je zien welke wijkcentra er bij jou in de buurt zijn en welke activiteiten daar plaatsvinden voor jong en oud. Je kunt natuurlijk ook deelnemen aan activiteiten in andere wijkcentra in Hilversum. Zie ook versawelzijn.nl/activiteiten.

Opbouwwerk

Opbouwwerkers werken samen met bewoners en andere organisaties aan een prettige en veilige leefomgeving. Zij organiseren activiteiten en ondersteunen bewoners die iets willen doen in en voor hun wijk. Heb je zelf een idee voor jouw straat, buurt of wijk en vind je het prettig als iemand met je meedenkt over de uitvoering?

Zit je met een vraag over je omgeving? Of zie je iets dat niet goed gaat in de buurt? Neem dan contact op met de opbouwwerker in jouw buurt.

Je vindt hun gegevens hieronder en vanaf pagina 6.

Opbouwwerkers per wijk

Buurtbus

Wellicht heb je hem wel eens zien rijden of ergens zien staan in jouw straat, buurt of wijk, de Buurtbus van Versa Welzijn. De Buurtbus organiseert activiteiten voor bewoners van jong tot oud. Informatie bij Idsert Wouda, iwouda@versawelzijn.nl, 06 46 10 80 30.



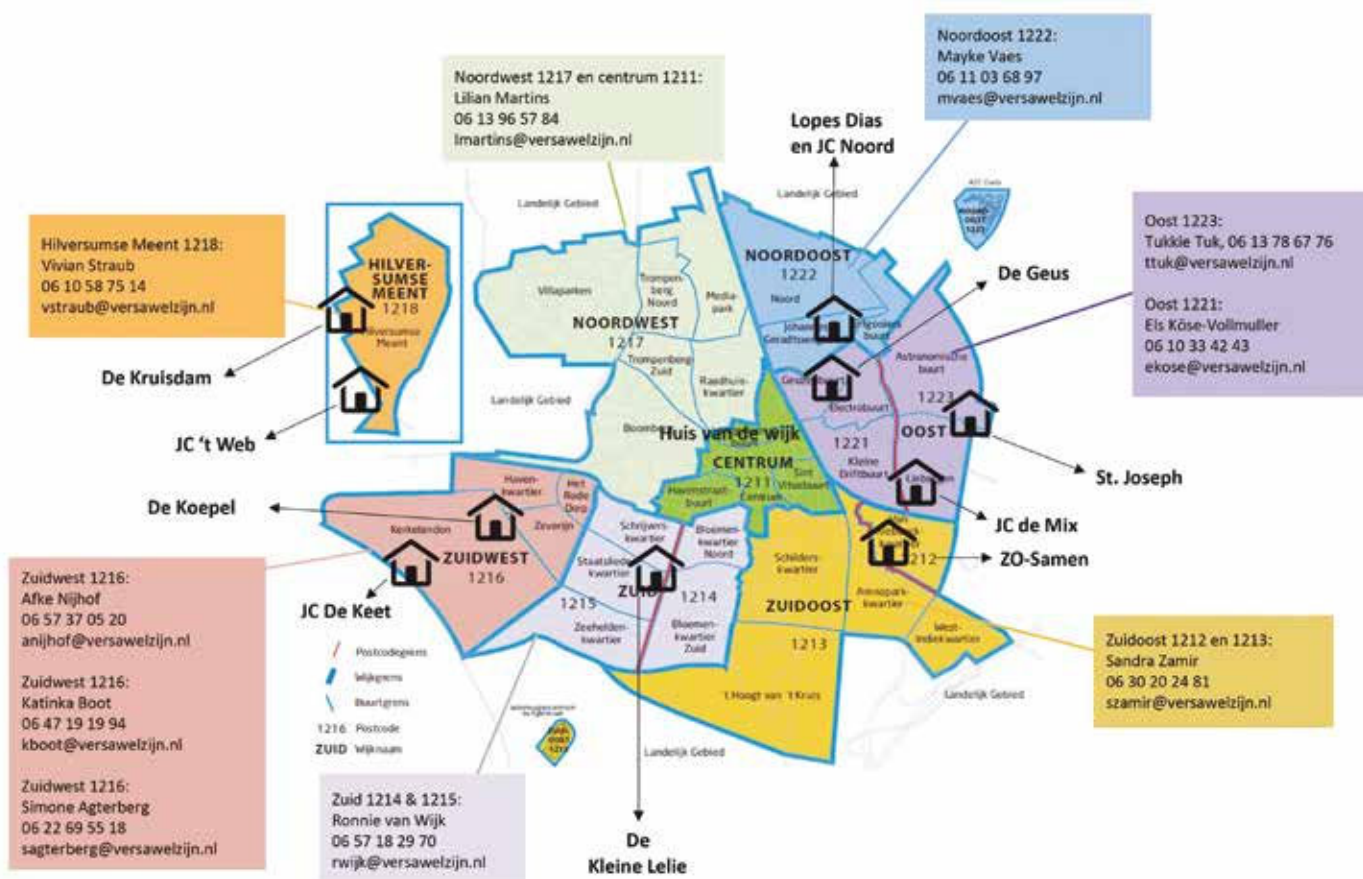
Idsert Wouda

Eet & Ontmoet

Vind je het gezellig om anderen te ontmoeten en af en toe samen te eten? In Hilversum zijn er verschillende mogelijkheden! We hebben ze voor je op een rijtje gezet op onze website www.versawelzijn.nl/ons-aanbod/eet-en-ontmoet-hilversum. Kom je ook een keer langs?

De Smaak van Samen

Dit is een kookactiviteit op de donderdag in wijkcentrum St. Joseph (15.30-19.00) waar iedereen welkom is. Je kunt meehelpen met boodschappen doen, koken, de bediening of de afwas, maar ook muziek maken, zingen en koffie drinken na afloop. Het idee is om er gezamenlijk een gezellige activiteit van te maken. Gewoon aanschuiven en genieten van het eten mag natuurlijk ook. Aanmelden kan bij Elsbeth Mulder, emulder@versawelzijn.nl, 06 82 05 09 20.



Huis van Fatima

Dit is een dagbesteding/ontmoeting voor kwetsbare ouderen van de eerste generatie migranten. Meer informatie: Tulay Becer, tbecer@versawelzijn.nl, 06 29 59 80 00.

Taalgroepen of Taalcafé

Inwoners van verschillende afkomst kunnen hier oefenen met de Nederlandse taal. Onder begeleiding van een taalcoach praat je over alledaagse dingen en het leven in Nederland. Zo leer je de taal beter spreken en ook de Nederlandse samenleving kennen. Zie ook de activiteitenoverzichten van de wijkcentra vanaf pagina 6 of kijk op www.versawelzijn.nl/activiteiten.

Fietsen

Vind je het leuk om te fietsen, maar kun je dat niet meer alleen? Maak dan samen een tochtje in de riksja met een deskundige bestuurder. Dit kan op afspraak vanuit wijkcentrum St. Joseph, stjoseph@versawelzijn.nl, 035 647 83 47.

Opgroeien & opvoeden

Kinderen

Onze kinderwerkers leren kinderen op een speelse manier in een veilige omgeving te ontdekken wat ze kunnen. En hoe ze zich daarin verder kunnen ontwikkelen. De kinderwerkers organiseren activiteiten voor kinderen van 4 t/m 12 jaar in wijkcentra, op straat en op scholen. Ook hebben zij contact met ouders en opvoeders en geven zij lichte opvoedondersteuning als jij daar behoefte aan hebt. Vanaf pagina 6 kun je zien welke kinderwerkers er in jouw wijk actief zijn en welke activiteiten er voor kinderen zijn in onze wijkcentra.

Ouders van betekenis/Mama-café

Dit is een laagdrempelige ontmoetingsplek voor alle opvoeders met kinderen van 0 t/m 4 jaar. Je zet je met liefde en energie in voor de opvoeding van je kind(eren). Maar soms heb je vragen of gewoon behoefte aan contact met andere opvoeders van kleine kinderen. Komt dit je bekend voor? Dan kun je terecht bij Ouders van Betekenis/Mama-café in Wijkcentrum St. Joseph, Minckelersstraat 71 (di 10.00-11.00) of/en in Buurthuis ZO-samen, Oosterengweg 44 B (woe 10.00-11.30). Contact: Kati Lipusz, klipusz@versawelzijn.nl, 06 23 67 26 91.

Steunouder

Soms kun je de verzorging en opvoeding van je kind of kinderen (tijdelijk) moeilijk aan. Dan kan een steunouder je helpen. Steunouders zijn een soort tante en oom, of opa en oma, bij wie jouw kind terecht kan. Dit kan één of meer dagdelen per week, afhankelijk van wat jij als overbelaste ouder nodig hebt. Heb je behoefte aan een steunouder of wil je zelf steunouder worden? Neem dan contact op met Roselien Ramkhelawan, rramkhelawan@versawelzijn.nl, 06 30 21 78 22 of kijk op www.steunouder.nl.

Gezinshulp 'Samen Oplopen'

Kan jouw gezin wel wat steun gebruiken? Dan vind je het misschien fijn als een gezinsvrijwilliger even met jullie wil 'Samen Oplopen'. Deze vrijwilliger komt wekelijks (of om de week) bij jullie thuis langs om naar jullie te luisteren en mee te denken. Hij/zij kan jullie steunen bij het oplossen van de problemen waar jullie mee te maken hebben. Misschien wil je graag leren hoe je meer grip krijgt op je administratie of heb je vragen over de opvoeding van je kinderen. Of is door omstandigheden het huis een rommel geworden en weet je niet goed waar je moet beginnen en hoe je het bij kunt houden.

Gezinshulp Samen Oplopen is bedoeld voor alle gezinnen die onvoldoende steun vanuit hun eigen netwerk kunnen vragen. Deze hulp is gratis en duurt minimaal 6 maanden tot maximaal 2 jaar. Wil je weten of Samen Oplopen past bij jouw gezin? Of lijkt het je mooi om gezinsvrijwilliger te worden? Neem dan contact op met Roxanne Callenbach, rcallenbach@versawelzijn.nl, 06 13 96 56 67.

Jeugd en Gezin Gooi en Vechtstreek

Bij Jeugd en Gezin kunnen ouders, kinderen én jongeren tot 23 jaar terecht met vragen over opvoeden en opgroeien: zie www.ggdgv.nl/jeugd-en-gezin.

Jongeren

Heb je een leuk idee voor een activiteit, maar weet je niet goed hoe je het moet aanpakken? Zit je ergens mee en kun je er thuis niet over praten? Zoek je iets leuks om te doen bij jou in de buurt? Heb je problemen met school? Je kunt met al je vragen terecht bij onze jongerenwerkers. Zij ondersteunen en helpen je bij dingen die voor jou belangrijk zijn. En zij organiseren samen met jou en andere jongeren boeiende en sportieve activiteiten in onze jongerencentra en in de wijken. Vanaf pagina 6 kun je zien welke jongerenwerkers er in jouw wijk actief zijn en welke activiteiten er voor tieners en jongeren zijn in onze jongerencentra.



JEJO

JEJO – Jij En Je Ontwikkeling – is een project voor schoolgaande jongeren in Hilversum die een steuntje in de rug kunnen gebruiken. We bieden huiswerkbegeleiding, sportactiviteiten, workshops, individuele coaching (mentor) en ondersteuning voor ouders.

Meer informatie: Mert Kilickaya mkilickaya@versawelzijn.nl, 06 30 25 68 40, Insta: jejo_project

Maatschappelijk werk

Soms zijn er situaties waar je zelf niet uitkomt. Ook niet met hulp van familie of anderen uit je omgeving. Denk aan geldzorgen, werkeloosheid, opvoedproblemen, eenzaamheid, verwerking, relatieproblemen of huiselijk geweld. Dan kun je terecht bij het maatschappelijk werk van Versa Welzijn. De gesprekken zijn gratis en vertrouwelijk. Meer informatie en aanmelden: 035 623 11 00.

Cursussen en gespreksgroepen

Versa Welzijn organiseert, vaak samen met andere organisaties, cursussen, trainingen en gespreksgroepen. Bijvoorbeeld voor ouders/opvoeders of kinderen, jongeren en volwassenen die sterker in het leven willen staan. Zie onze website of mail voor meer informatie naar groepswerk@versawelzijn.nl.

Geld & administratie

Weg en Wijzer

Bij Weg en Wijzer kunnen alle inwoners van Hilversum gratis terecht met vragen over hun administratie, formulieren, inkomen, toeslagen, voorzieningen en meer. Je kunt zonder afspraak langskomen op onderstaande inloopspreekuren:

- **Wijkcentrum Lopes Dias**, maandag 10.00-12.00 uur, (Lopes Diaslaan 213).
- **Wijkcentrum De Kleine Lelie**, dinsdag 15.30-17.30 uur, (Hilvertsweg 89-91).
- **Wijkcentrum St. Joseph**, donderdag 10.00-12.00, (Minckelersstraat 71).
- **Wijkcentrum De Koepel**, dinsdag 10.00-12.00 uur, (Kapittelweg 399a).
- **Buurthuis ZO-Samen**, maandag 10.00-12.00 uur, (Oosterengweg 44B).
- **Jongeren centrum Web035 – Hilversumse Meent**, donderdag 10.00-13.00 uur, (De Meent4a).
- **Versa Welzijn-Hilversum**, woensdag 10.00-12.00 uur, (Ruitersweg 35).

Ook kan een vrijwilliger bij je thuis komen om je te helpen met je administratie.

Meer informatie: 035 623 11 00.

Sociaal Juridische Dienstverlening

Heb je een vraag of zit je met een probleem over ingewikkelde wetten en regels? Dan kan een sociaal juridisch dienstverlener je weer op weg helpen. Als het nodig is, helpt de sociaal juridisch dienstverlener je ook bij het schrijven van een brief, klacht of bezwaarschrift en het bellen naar instanties. Je kunt een afspraak maken via: 035 623 11 00.

Zelfstandig wonen

Vrijwillige Thuishulp (VTH)

Woon je zelfstandig en heb je hulp nodig? Kun je niet terugvallen op iemand in je omgeving? Is beschikbare hulp te duur? Dan kun je terecht bij Versa Vrijwillige Thuishulp. Onze vrijwilligers zijn er voor jong en oud.



Charlotte Meynen, VTH



Erwin Mantel, VTH

Wij bieden:

Praktische hulp

- Vervoer/begeleiding bij bezoek aan familie, huisarts, ziekenhuis e.d.
 - Boodschappen doen (ook samen).
 - Eenvoudige klusjes in of om het huis en lichte tuinwerkzaamheden.
 - Hulp bij computervragen of je administratie.
- Voor een aantal diensten betaal je de vrijwilliger een kleine vergoeding.

Maatjescontact

Voor mensen die eenzaamheid ervaren en mensen met een beperking door b.v. ouderdom, een chronische ziekte, een lichamelijke of verstandelijke beperking en hun mantelzorgers.

- Regelmatig bezoek of samen activiteiten ondernemen.
- Sociaal emotionele steun.
- Taalmaatje: op een ongedwongen manier de Nederlandse taal leren.
- Gezelschap voor de zorgvrager, zodat de mantelzorg even vrijaf heeft (respijtzorg).

Meer informatie en aanmelden 035 625 00 00 (ma t/m vr 10-13 uur), vthhilversum@versawelzijn.nl. Zelf vrijwilliger worden? Ook dat kan, graag zelfs! Laat het weten!

Preventieve Huisbezoeken 80+

Dit is een gratis informatief gesprek voor ouderen van 80 jaar en ouder over de mogelijkheden en ondersteuning rondom het ouder worden in je eigen leefomgeving. Het gesprek met een vrijwilliger vindt bij je thuis plaats, op afspraak. Meer informatie kun je krijgen bij de coördinator van het Preventief Huisbezoek in jouw wijk/postcodegebied:

- **Noordwest 1217 & centrum 1211:**
Lilian Martins, 06 13 96 57 84, lmartins@versawelzijn.nl
- **Oost 1223 & 1221:**
Tukkie Tuk, 06 13 78 67 76, ttuk@versawelzijn.nl

- **Zuidoost 1212 en 1213:**
Sandra Zamir, 06 30 20 24 81, szamir@versawelzijn.nl
- **Noordoost 1222:**
Mayke Vaes, 06 11 03 68 97, mvaes@versawelzijn.nl
- **Zuidwest 1216:**
Katinka Boot, 06 47 19 19 94, kboot@versawelzijn.nl
- **Zuid 1214 & 1215:**
Ronnie van Wijk, 06 57 18 29 70, rwijk@versawelzijn.nl
- **Hilversumse Meent 1218:**
Vivian Straub, 06 10 58 75 14, vstraub@versawelzijn.nl

Onpartijdige hulp bij burenruzies

Ervaar je overlast van je burens? Onze bemiddelaars helpen je om (weer) met je burens in gesprek te komen en samen een oplossing te vinden zodat je weer prettig kunt wonen. Buurtbemiddeling is gratis. Zie www.versawelzijn.nl/buurtbemiddeling, buurtbemiddeling@versawelzijn.nl, 035 623 11 00.

Discriminatie.nl Gooi en Vechtstreek

Wil je een ervaring of voorval van discriminatie melden? Heb je het vermoeden dat je ongelijk behandeld bent en ben je op zoek naar deskundig advies en bemiddeling? Zoek je ondersteuning of informatie over wat je kunt doen bij discriminatie? Neem contact met ons op via 0800 0880 of 035 683 01 54, gooienvechtstreek@discriminatie.nl of www.discriminatie.nl



Vrijwilligerscentrale Hilversum

Wil jij je passie inzetten voor een ander? Vind je het leuk om een ander blij te maken? Kom eens kennis maken bij de Vrijwilligerscentrale aan de Ruitersweg 35-37 in het centrum of bel 06 13 13 29 87 / 06 13 96 65 25 voor een afspraak in een van de wijkcentra van Versa Welzijn of bezoek onze website www.vchilversum.nl. Tot ziens!



Waar kun je ons vinden?

Noordoost • postcode 1222

Wijkcentrum Lopes Dias

Lopes Diaslaan 213, 1222 VE Hilversum, 035 642 24 70, lopesdias@versawelzijn.nl

Jongerencentrum Noord in Lopes Dias

Lopes Diaslaan 213, 1222 VE, 035 640 91 57, twitter: @jongerennoord

Het Versa Welzijn wijkteam Hilversum noordoost ondersteunt en faciliteert alle inwoners in postcodegebied 1222. Inwoners van alle leeftijden die iets willen ondernemen in de wijk of wijkcentrum Lopes Dias kunnen contact met ons opnemen. Ook kun je met vragen of voor advies bij ons terecht. Dit is altijd kosteloos.

Wijkcentrum Lopes Dias is een plek waar wijkbewoners elkaar kunnen ontmoeten. Bijvoorbeeld met een kopje koffie, lunch (ma t/m vrij) of avondmaaltijd (ma en do). In diverse ruimtes worden cursussen en activiteiten georganiseerd waar iedereen aan mee kan doen. Wij horen het graag als je nieuwe ideeën of activiteiten voor de wijk of het wijkcentrum hebt.

Team Versa Welzijn

- **Kinderwerkers:** Roxanne Callenbach, rcallenbach@versawelzijn.nl, 06 13 96 56 67 en Ursula Visser, uvisser@versawelzijn.nl, 06 45 18 87 94.
Voor activiteiten voor kinderen en vragen over opvoeding/opgroeien.
- **Jongerenwerkers:** Ibrahim Kumcu, ikumcu@versawelzijn.nl, 06 10 77 53 76, insta: versa_ibrahim en Hafid Taibi, htaibi@versawelzijn.nl, 06 30 24 84 04, insta: versa_hafid.
Voor activiteiten voor jongeren en vragen over opvoeding/opgroeien.
- **Maatschappelijk werker:** 035 623 11 00.
Voor praktische en psychische ondersteuning.
- **Sociaal Juridisch Dienstverlener:** Tulay Becer, tbecer@versawelzijn.nl, 06 29 59 80 00.
Voor vragen op financieel of juridisch gebied.
- **Opbouwwerker:** Mayke Vaes, mvaes@versawelzijn.nl, 06 11 03 68 97, insta: versa_mayke.
Voor initiatieven en ondersteuning in de wijk.
- **Beheerder Lopes Dias:** Trinette Boer, tboer@versawelzijn.nl, 06 13 42 63 96.
Voor info over gebruik van ruimtes of zaalverhuur.
- **Sociaal verbinder:** Damaris Lensink, dlensink@versawelzijn.nl, 06 22 62 00 98.
Voor twijfel bij wie je in ons team terecht kunt.



Roxanne Callenbach



Ursula Visser



Ibrahim Kumcu



Hafid Taibi



Tulay Becer



Mayke Vaes



Trinette Boer



Damaris Lensink

Wijkcentrum Lopes Dias en jongerencentrum Noord

Zie voor meer informatie www.versawelzijn.nl/activiteiten

MAANDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Maandag 9.00-16.00	Biljarten inloop € 1 per uur-max. 4 personen	Bar Lopes Dias 035 642 2470
Maandag 9.30-11.00	Koffietafel / buurtinloop Consumptie	Infobalie 035 642 2470
Maandag 10.00-12.00	Administratie Weg & Wijzer Inloopspreekuur	Tulay Becer 06 29 59 80 00 of 035 623 1100
Maandag 10.00-11.00	Arabische les Opgeven bij Naamatt	Naamatt 06 24 18 86 45
Maandag 10.30-11.30	Yin Yoga met Marjoleine Voor volwassenen	Marjoleine v. Kalken 06 13 05 48 94
Maandag 11.00-11.30 & 11.30-12.00	30 minuten ommetje met Miranda	mvernooij@teamsportservice.nl 06 45 75 05 09
Maandag 12.00-13.30	Lunchcafé Consumptie	Infobalie 035 642 2470
Maandag 14.00-16.00	Leefstijlloket-gratis Vragen over gezonde leefstijl en bewegen	Dyonne Dekkers 06 47 85 47 74 ddekkers@teamsportservice.nl
Maandag 15.30-17.30	Meidenclub Vanaf 10 jaar @Jongerencentrum	Ursula Visser 06 45 18 87 94 uvisser@versawelzijn.nl
Maandag 16.30-17.30	Spreekbeurten, werkstukken, boekbesprekingen & presentaties ondersteuning AANMELDEN	Roxanne Callenbach 06 13 96 56 67 rcallenbach@versawelzijn.nl
Maandag 17.30-18.30	Eetcafé, samen aan tafel in het buurthuis vooraf inschrijven, € 4,75 per maaltijd	Inschrijven bij infobalie Lopes Dias
Maandag 19.00-22.00	Biljartclub Noord € 5,50 per maand	Fam. Schaapherder 035 685 83 65 greetschaapherder@hotmail.com
Maandag 19.00-21.00 3e vd maand	NAH-Café (Niet Aangeboren Hersenletsel) Consumptie	Meike Suesan 06 83 17 36 24 m.suesan@mee-az.nl

DINSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Dinsdag 9.00-16.00	Biljarten inloop € 1 per uur Max 4 personen. (1e dinsdagmiddag van de maand NIET)	Bar Lopes Dias 035 642 2470
Dinsdag 09.30-11.00	Koffietafel / buurtinloop Consumptie	Infobalie 035 642 24 70
Dinsdag 09.15-10.30	Yoga en meditatie met Sigrid Voor volwassenen	Sigrid 06 14 98 49 87 yogasigrid@ziggo.nl
Dinsdag 10.00-11.30	Taalgroep Nederlands (wachtlijst) Samen Nederlandse taal oefenen	Mayke Vaes 06 11 03 68 97 mvaes@versawelzijn.nl
Dinsdag 10.15-11.15	Wandelgroep , verzamelen: 10.00, vertrek:10.15 Damesgroep, consumptie na afloop	Infobalie 035 642 24 70
Dinsdag 10.45-12.00	Yoga en meditatie met Sigrid Voor volwassenen	Sigrid 06 14 98 49 87 yogasigrid@ziggo.nl

Dinsdag 12.00-13.30	Lunchcafé Consumptie	Infobalie 035 642 24 70
Dinsdag 13.00-16.30	Bridge Dimi instuif € 2,50/1x, € 20/10x	Dhr. Lefebvre 035 772 64 12 06 17 88 72 22
Dinsdag 13.00-17.00	Schaken Senver Consumptie	Harry Sibbing 06 33 49 57 82
Dinsdag 13.00-14.00	Sport en bewegen voor senioren Strippenkaart € 50 (2,50 per keer)	Miranda Vernooij 06 45 75 05 09 mirandavernooij75@gmail.com
Dinsdag 14.00-16.00 1e vd maand	Fotoworkshop Senver € 5 inclusief koffie/thee voor Senver leden	Agnes Schopman 035 201 02 95 a.schopman@xmsnet.nl
Dinsdag 14.00-16.30 2e/4e vd mnd	Scrabble Senver Consumptie	Joke Feddema 035 624 45 18 jokefeddema@hotmail.com
Dinsdag 14.30-15.30	Sport en bewegen voor senioren 19 lessen € 105	Miranda Vernooij 06 45 75 05 09 mirandavernooij75@gmail.com
Dinsdag 15.00-16.30	Samen Sterk mensen met een kwetsbaarheid komen samen, kletsen en elkaar helpen waar nodig	Manuela Roskam 06 11 16 76 59 manuela.roskam@kwintes.nl
Dinsdag 19.30-22.00	Biljartgroep De Drie ballen Afhankelijk van aantal deelnemers	R. van den Berg 06 27 89 66 53 rengervandenberglive.nl
Dinsdag 19.30-23.00	Black horse Linedance Country Line dans € 5 per keer-inloop	Ton van Bruchem 06 42 23 3 490 tvanbruchem@ziggo.nl

WOENSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Woensdag 09.00-16.00	Biljarten inloop € 1 per uur-max 4 personen	Bar Lopes Dias 035 642 24 70
Woensdag 09.30-11.00	Koffietafel / buurtinloop Consumptie	Infobalie 035 642 24 70
Woensdag 10.00-12.15 oneven weken	Fiets samen met koffiepauze onderweg Consumptie onderweg	Miranda Vernooij 06 45 75 05 09 mirandavernooij75@gmail.com
Woensdag 10.00-12.15 even weken	Jeu de Boules op veldje ingang van Strijlandstraat tussen Wirixstraat en Bonnikestraat	Miranda Vernooij 06 45 75 05 09 mirandavernooij75@gmail.com
Woensdag 12.00-13.30	Lunchcafé consumptie	Infobalie 035 642 24 70
Woensdag 13.30-14.30	Kinderwerk inloop 4 tot 12 jaar kinderen van de Titus Brandsma en Lelyschool, € 0,50	Ursula Visser 06 45 18 87 94 uvisser@versawelzijn.nl
Woensdag 14.00-15.30	Rummikub spelen , schuif gezellig aan, speel mee (even weken) Consumptie	informatiebalie 035 642 24 70
Woensdag 15.00-16.00	Kinderwerk inloop 4 tot 12 jaar kinderen van overige scholen, € 0,50	Ursula Visser 06 45 18 87 94 uvisser@versawelzijn.nl
Woensdag 15.30-17.30	Tienerinloop (10 t/m 15 jaar) in het Jongerencentrum	Ibrahim 06 10 77 53 76

Woensdag 19.30-20.30 1e-3e vd mnd	Spreekuur Ombudsteam PvdA , inloop	06 86 13 41 48 ombudsteam@pvdahilversum.nl
Woensdag 20.00-22.00 oneven weken	Fotoclub 't Gooi € 75 per seizoen	Bert Caris 06 36 11 52 27 www.fotoclubhetgooi.nl info@fotoclubhetgooi.nl
Woensdag 20.00-22.00	Mahjong (even weken) € 52 per seizoen	mahjonghilversum@gmail.com www.mahjong-gooi.nl

DONDERDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Donderdag 09.00-16.00	Biljarten inloop € 1 per uur-max 4 personen	Bar Lopes Dias 035 642 24 70
Donderdag 09.30-11.00	Koffietafel / buurtinloop Consumptie	Infobalie 035 642 24 70
Donderdag 10.00-12.00	Samen creatief zijn met eigen werk, inloop (haken, breien, kleuren), consumptie	Damaris Lensink 06 22 62 00 98 dlensink@versawelzijn.nl
Donderdag 10.00-12.30	Schilderen Acryl, olieverf, mengvormen	Joke van Wees via infobalie 035 642 24 70
Donderdag 12.00-13.00	Brandweer inloop Vragen over brandveiligheid	Edo Brouwer 06 51 09 61 90
Donderdag 12.00-13.30	Lunchcafé Consumptie	Infobalie 035 642 24 70
Donderdag 13.00-14.00	Wandelen samen, voor volwassenen startpunt buurthuis Lopes Dias	Mayke Vaes 06 11 03 68 97
Donderdag 15.00-16.00	Spelletjesmiddag voor kinderen die graag een spelletje doen	Roxanne Callenbach 06 13 96 56 67 rcallenbach@versawelzijn.nl
Donderdag 15.00-16.00	Mini repair café	Mayke Vaes 06 11 03 68 97
Donderdag 17.30-18.30	Eetcafé, samen aan tafel in het buurthuis vooraf inschrijven, € 4,75 per maaltijd	Inschrijven bij infobalie Lopes Dias
Donderdag 19.00-20.30	Lekker Bakkie (gratis) Spelletjes en schilder/tekenactiviteit	info g.steffens@philadelphia.nl
Donderdag 19.00-21.30	Jongereninloop (13 jaar en ouder) In het Jongeren centrum	Hafid 06 30 24 84 04 Ibrahim 06 10 77 53 78
Donderdag 19.00-21.30	Inlooppreekuur 'als je 18 jaar wordt' wat moet je dan regelen?	Ibrahim 06 10 77 53 76
Donderdag 19.00-22.00	Rock & Roll www.guysendolls.com 10 lessen € 70	Linda Majoor 06 23 47 35 07 info@guysendolls.nl

VRIJDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Vrijdag 09.00-16.00	Biljarten Inloop € 1 per uur Max. 4 personen	Bar Lopes Dias 035 642 24 70
Vrijdag 09.30-11.00	Koffietafel / buurtinloop Consumptie	Infobalie 035 642 2470
Vrijdag 10.00-12.00	Kerkdienst /koffie	Pastoor Huis in 't Veld
Vrijdag 10.30-12.00	Breicafé inloop (Senver) Consumptie	www.senver.nl

Vrijdag 10.30-12.00	Naailles Opgeven (wachtlIJst)	Mayke Vaes 06 11 03 68 97 mvaes@versawelzijn.nl
Vrijdag 12.00-13.30	Lunchcafé Consumptie	Infobalie 035 642 24 70
Vrijdag 14.00-15.15	Lopes Dias Zangkoor, samen zingen, gratis Geen zangtalent nodig, goed humeur is genoeg	Gilia Steffens 06 53 38 56 13 gsteffens@philadelphia.nl
Vrijdag 14.00-15.00	Wandelen op rustig tempo (rollator ook welkom) Pauzes onderweg	Miranda Vernooij 06 45 75 05 09 mirandavernooij75@gmail.com
Vrijdag 15.30-17.30	Tienerinloop (10 t/m 15 jaar) In het Jongeren centrum	Hafid 06 30 24 84 04 Ibrahim 06 10 77 53 78
Vrijdag, 1ste vd maand	Ratatouille , eet & ontmoet opgeven: € 5 inloop	gooischverband@gmail.com

ZONDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Zondag 15.00-17.00	Borrel buurtcafé inloop Consumptie	Sonja Vilbach/Agnes Kreuning 035 642 24 70

IN DE WIJK

Dag/tijd	Waar	Contact
Woensdag (winter) 10.00-11.00	Buurttuin La Rivièrestraat 9 Kom helpen in de buurttuin	Mayke Vaes 06 11 03 68 97 mvaes@versawelzijn.nl
Donderdag 19.30-21.00 (zomer)	Buurttuin La Rivièrestraat 9 Kom helpen in de buurttuin	Mayke Vaes 06 11 03 68 97 mvaes@versawelzijn.nl
Dinsdag en donderdag 15.30-17.30	Sporten jeugd, inloop Locatie: Cruyffcourt	Idsert Wouda en Hafid Taibi
Woensdag 18.00 uur 3de vd maand	Hapje eten in Noord, inloop Locatie: Erfgooiersspeeltuin	Erfgooiersstraat 92a voorhilversum@gmail.com

Noordwest • postcode 1217

Team Versa Welzijn

Opbouwwerker: Lilian Martins, lmartins@versawelzijn.nl, 06 13 96 57 84

Maatschappelijk werker: Trees Daas, tdaas@versawelzijn.nl, 06 58 98 14 90



Lilian Martins



Trees Daas

IN DE WIJK

Dag/tijd	Waar	Contact
Dinsdag 15.00-17.00	Walk & Talk Startplek Palace Residence – 's Gravelandseweg 86	Lia van der Geest lvdgeest@zwagemaker.nl

Oost • postcode 1221 & 1223

Wijkcentrum St. Joseph

Minckelersstraat 71, 1223 LD Hilversum, 035 647 83 47, stjoseph@versawelzijn.nl, www.stjosephhilversum.nl

Wijkcentrum De Geus (zelfstandig)

Geuzenweg 84, 1221 BV Hilversum, 06 50 55 60 66, info@degeus-hilversum.nl, www.degeus-hilversum.nl

Jongerencentrum de Mix

Jan van der Heijdenstraat 170a, 1221 EM Hilversum, 06 30 25 68 40, twitter: @Jcdemix, facebook: #Versa jongerenwerk HilversumOost, insta: versa_Demix

Het Verbindingshuis

Verbindingslaan 49, 1221 CD Hilversum

Dit is een buurtkamer in Hilversum oost 1221. Er worden diverse activiteiten georganiseerd voor en met de buurt.

Ontmoeten, nieuwe ideeën of initiatieven, je bent van harte welkom! Meer informatie: Irma van Dijk, idijk@versawelzijn.nl, 06 51 07 55 44.

Team Versa Welzijn

- **Kinderwerker & coördinator Steunouder:** Jet van der Wal, jwal@versawelzijn.nl, 06 13 96 59 81
- **Kinderwerker:** Michelle van Os, mos@versawelzijn.nl, 06 45 67 41 57
- **Jongerenwerker:** Mert Kilickaya, mkilickaya@versawelzijn.nl, 06 30 25 68 40, insta: versa_mert
- **Opbouwwerker 1223:** Tukkie Tuk, ttuk@versawelzijn.nl, 06 13 78 67 76
- **Opbouwwerker 1221:** Els Köse, ekose@versawelzijn.nl, 06 10 33 42 43
- **Maatschappelijk werk 1223 & Steunouder project:** Roselien Ramkhelawan, rramkhelawan@versawelzijn.nl, 06 30 21 78 22
- **Maatschappelijk werker 1221 & 1223:** Driss Kaamouchi, dkaamouchi@versawelzijn.nl, 06 82 46 50 24
- **Maatschappelijk werker 1221:** Najat Ouchrif, nouchrif@versawelzijn.nl, 06 84 62 04 55
- **Sociaal Juridisch Dienstverlener & Huis van Fatima:** Tulay Becer, tbecer@versawelzijn.nl, 06 29 59 80 00
- **Sociaal Juridisch Dienstverlener:** Moumen El Mansouri, elmansouri@versawelzijn.nl, 06 13 96 60 09
- **Sociaal verbinder/coördinator info & adviespunt:** Leila Aboujid, laboujid@versawelzijn.nl, 06 13 49 53 46
- **Sociaal verbinder/ggz-ondersteuning 1223:** Elsbeth Mulder, emulder@versawelzijn.nl, 06 82 05 09 20
- **Sociaal verbinder/ggz-ondersteuning 1221:** Irma van Dijk, idijk@versawelzijn.nl, 06 51 07 55 44
- **Huismeester/beheerder St. Joseph:** Nancy Keijzers-van der Pol, npol@versawelzijn.nl, 06 47 98 02 90



Jet van der Wal



Michelle van Os



Mert Kilickaya



Tukkie Tuk



Els Köse



Roselien Ramkhelawan



Driss Kaamouchi



Tulay Becer



Leila Aboujid



Elsbeth Mulder



Irma van Dijk



Nancy Keijzers

Wijkcentrum St. Joseph

Zie voor meer informatie www.versawelzijn.nl/activiteiten

DIVERS

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Op afspraak	Riksja met piloot Ontmoeten	ttuk@versawelzijn.nl Op afspraak
Inloop	Pr. Rookvrije wijk Motiverend Langer zelfstandig wonen	stjoseph@versawelzijn.nl ttuk@versawelzijn.nl 06 13 78 67 76
Ma & vr 09.00-12.30	Huis van Fatima Ontmoeten	tbecer@versawelzijn.nl
Ma-vrij 09.00-16.00	Info & Advies Informatief	St. Joseph 035 647 85 47
Ma-vrij 09.00-16.00	Bij JooZ! Restaurant	Bij JooZ! 06 30 17 85 17
Ma-wo-vrij 11.00-14.00	Piccobello! 2e Hands Kledingwinkel	laboujid@versawelzijn.nl

MAANDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Maandag 09.00-12.00	Leefstijloket	Dyonne Dekkers 06 47 85 47 74 ddekkers@teamsportservice.nl
Maandag 09.45-10.45	Cursus In balans	Aranka Windmeijer 06 30 17 61 74
Maandag 09.30-11.30	Taal oefengroep Educatief	laboujid@versawelzijn.nl
Maandag 10.00-11.30	Ontmoetmoment Ontmoeten	laboujid@versawelzijn.nl
Maandag 10.45-11.45	Fysiogym Sportief	M. Barselaar 06 55 17 65 26
Maandag 12.00-14.00	Taal oefengroep Educatief	laboujid@versawelzijn.nl
Maandag 13.00-15.00	Toffe kwast Creatief	emulder@versawelzijn.nl
Maandag 13.30-14.30	Volksdansen Recreatief	R. Burgwal 033 494 29 46
Maandag 13.30-16.30	Klaverjasclub Recreatief	kvandenborn@ziggo.nl

DINSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Dinsdag 09.30-11.00	Wandelgroep Sportief	laboujid@versawelzijn.nl
Dinsdag 09.30-12.00	Koersbal Bewegen	J. v. Vliet 035 685 75 30
Dinsdag 09.30-11.30	Taalgroep (gevorderden)	laboujid@versawelzijn.nl
Dinsdag 10.00-11.00	Mama café Informatief	emulder@versawelzijn.nl

Dinsdag 11.30-12.30	Buurteam 1223 Informatief (inloopspreekuur)	dkaamouchi@versawelzijn.nl
Dinsdag 13.30-14.00	Gezond wandelen in de wijk	ttuk@versawelzijn.nl
Dinsdag 14.00-15.30	Tekenclub Creatief	laboujid@versawelzijn.nl
Dinsdag 15.00-16.00	Spreekuur Veiligheid (oneven weken): Informatief	Brandweer/BOA/Wijkagent 06 13 27 52 39
Dinsdag 15.30-17.00	Techniekles kids Creatief	mos@versawelzijn.nl
Dinsdag 15.30-17.00	Kinderclub Creatief	mos@versawelzijn.nl
Dinsdag 17.00-18.30	Warme Maaltijden Ontmoeten	Bij Jooz! 06 30 17 85 71
Dinsdag 19.00-21.00	Keepfit voor dames Sportief	Mariane Boellee 06 21 87 87 66 mbconditietraining@gmail.com
Dinsdag 19.00-21.00	Knutselclub Volwassenen	Dini Bisschop 06 21 32 58 55
Dinsdag 19.00-21.00	Lekker Bakkie (Sherpa)	npol@versawelzijn.nl

WOENSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Woensdag 10.00-11.30	Ontmoetmoment Ontmoeten	laboujid@versawelzijn.nl
Woensdag 12.00-16.00	Leefstijloket	Dyonne Dekkers 06 47 85 47 74 ddekkers@teamsportservice.nl
Woensdag 13.30-16.00	BINGO iedere 1e van de maand	Nancy vd Pol npol@versawelzijn.nl
Woensdag 13.30-16.00	3D-ansichtkaarten Creatief	npol@versawelzijn.nl
Woensdag 15.00-16.00	Rots & Water kids Educatief	mos@versawelzijn.nl
Woensdag 19.30-21.30	Mantelzorgkoor (3e van de maand)	Ria de Jong 035 772 93 70
Woensdag 20.00-22.30	Bordspellen Creatief	R. Vendetta 06 24 27 88 64

DONDERDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Donderdag 10.00-11.00	Eucharistieviering Religieus	St. Joseph 035 647 83 47
Donderdag 09.30-12.30	Inloop Joodse achtergrond (3e van de maand)	E. Bernards 035 541 47 50
Donderdag 09.30-11.30	A.M. Breiclub Creatief (1e & 3e van de maand)	A.M. de Swart 035 683 52 02
Donderdag 10.00-11.30	Weg & Wijzer Juridische hulp (inloopspreekuur)	Versa Balie 035 623 11 00
Donderdag 13.30-14.30	Stoelfit Sportief	Aranka Windmeijer 06 30 17 61 71
Donderdag 15.30-17.30	Kunstgeschiedenis	D. Kostman 06 14 35 40 48

Donderdag 15.30-19.00	De Smaak van Samen Ontmoeten	emulder@versawelzijn.nl
Donderdag 19.30-21.30	Ombudsman Juridische hulp (1e & 3e van de maand)	Ombudsteam 06 86 13 41 48
Donderdag 19.30-22.00	Bordspellen	Floris Anemaat 06 41 42 85 10
Donderdag 19.30-22.00	AI-Anon (2e & 4e v/d maand)	Reinki / npol@versawelzijn.nl 06 47 98 02 90
Donderdag 20.00-21.30	Inloopcafé Roken en zo!	Marco Post 06 57 80 75 02

VRIJDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Vrijdag 09.30-11.30	Seniorenfit Sportief	R. van Engelen 06 24 13 71 44
Vrijdag 15.30-17.30	Buurtcontact Ontmoeten	ttuk@versawelzijn.nl
Vrijdag 17.00-19.00	Ratatouille (Gooisch Verband) – 3e van de maand	ttuk@versawelzijn.nl / gooischverband@gmail.com
Vrijdag 19.00-23.00	Herstelcafé Ontmoeten	npol@versawelzijn.nl
Vrijdag 19.30-21.00	N.A. Meeting Ontmoeten	npol@versawelzijn.nl

ZONDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Zondag 14.00-16.00	Filosofiekring H'sum Educatief	Hans Beuk 06 24 22 71 76

Jongerencentrum De Mix

Zie voor meer informatie www.versawelzijn.nl/activiteiten

MAANDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Maandag 12.30-17.30	1 op 1 begeleiding/coaching/talentontwikkeling/join us project/MDT	Mert Kilickaya 06 30 25 68 40 mkilickaya@versawelzijn.nl

DINSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Dinsdag 15.30-17.30	Meidenmiddag 10-16 jaar Bij St.Joseph grote boven lokaal	Mert Kilickaya 06 30 25 68 40 mkilickaya@versawelzijn.nl
Dinsdag 18.30-22.30	Ambulant in de wijk oost 11-15 jaar	Mert Kilickaya 06 30 25 68 40 mkilickaya@versawelzijn.nl

WOENSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Woensdag 15.30-17.30	Sport en spelinloop (samen met BINK) 11-15 jaar Bij OBS de Dubbeldekker	Mert Kilickaya 06 30 25 68 40 mkilickaya@versawelzijn.nl
Woensdag 15.30-17.30	Sport en spelinloop (met Buurtbus) Bij Davy Klaassen court 11-18 jaar	Mert Kilickaya 06 30 25 68 40 mkilickaya@versawelzijn.nl

DONDERDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Donderdag 13.30-17.30	JEJO huiswerkbegeleiding, coaching & Jongeren Informatie Punt op afspraak 12-23 jaar	Mert Kilickaya 06 30 25 68 40 mkilickaya@versawelzijn.nl
Donderdag 19.30-22.00	Jongerenwerk in de wijk 14-23 jaar	Mert Kilickaya 06 30 25 68 40 mkilickaya@versawelzijn.nl

VRIJDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Vrijdag 15.00-22.00	Jongerenwerk in de wijk 14-23 jaar	Mert Kilickaya 06 30 25 68 40 mkilickaya@versawelzijn.nl

Verbindingshuis

Zie voor meer informatie www.versawelzijn.nl/activiteiten

MAANDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Maandag 10.00-11.00	Inloopspreekuur voor vragen/meldingen rondom je woning.	Antoine – De Alliantie 088 00 23 200
Maandag 12.45-14.00	Vrouwen (taal)groep	Els – Versa Welzijn 06 10 33 42 43
Maandag 16.00-20.00	Samen koken en eten Kosten € 5. Vrij entree, koffie en thee gratis	Havva – Sherpa 06 57 32 21 11

DINSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Dinsdag 16.00-20.00	Open inloop	Sabine – Sherpa 06 29 98 89 15

WOENSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Woensdag 14.00-15.00	Mini-kidsclub, 4-7 jaar Kosten € 0,50	Hanny Rozendaal 06 18 56 26 46 & Michelle van Os 06 45 67 41 57

DONDERDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Donderdag 10.00-11.30	Lotgenotengroep Overleven	Irma – Versa Welzijn 06 51 07 55 44
Donderdag 15.00-19.00	Samen koken en eten Kosten € 5. Vrij entree, koffie en thee gratis	Arthur van 't Hoff – Kwintes 06 29 41 91 22

VRIJDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Vrijdag 15.00-19.00	Frisse VrijMiBo. Hapje, drankje, spelletje Kosten € 0,50	Arthur van 't Hoff – Kwintes 06 29 41 91 22

ZONDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Zondag 13.30-16.30	Bridgeclub, om de zondag Kosten € 1	Kitty 06 45 13 88 67

Zuid • postcode 1214 & 1215

Wijkcentrum de Kleine Lelie

Hilvertsweg 89-91, 1214 JB Hilversum, 035 750 41 23, delelie@versawelzijn.nl.

Het Versa Welzijn team Hilversum zuid werkt vanuit wijkcentrum de Kleine Lelie. In de Kleine Lelie worden door en voor bewoners allerlei ontmoetingsactiviteiten georganiseerd. Van een koffie inloop tot een handwerkmiddag, af en toe een bingo of schilderlessen. De sociaal werkers van Versa in zuid denken graag met je mee als je iets wilt organiseren in de buurt of als je op zoek bent naar een activiteit of vrijwilligersklusje. Ook kun je met vragen of voor advies terecht bij de sociaal werkers, bij het formulierensprek uur Weg en Wijzer en de senioren computer hulp. Daarnaast is er een geef-en-neem tafel, een boekenkast en een zwerfboekenkast voor kinderen.

Kortom: je bent welkom in ons wijkcentrum!

P.S. Wij gaan rond de zomer van 2025 verhuizen naar het nieuwe multifunctionele centrum Bloemrijk. Ons wijkcentrum krijgt dan ook de nieuwe naam Buurthuis Bloemrijk. Wil je nu al de (bouw)ontwikkelingen volgen rondom het nieuwe buurthuis? Volg ons dan op facebook.com/buurthuisbloemrijk.

Team Versa Welzijn:

- **Beheerder en sociaal verbinder:** Mariëlle Oldenbeuving, moldenbeuving@versawelzijn.nl, 06 82 04 23 77
- **Maatschappelijk werker:** Leoniek van Duin, lduin@versawelzijn.nl, 06 51 72 90 93
- **Jongerenwerker:** Issam El Farissi, ifarissi@versawelzijn.nl, 06 57 68 22 02
- **Kinderwerker:** Romea Oldenburg, roldenburg@versawelzijn.nl, 06 45 18 78 86
- **Sociaal juridisch dienstverlener:** Deborah Erwich, derwich@versawelzijn.nl, 06 45 23 24 15
- **Opbouwwerker:** Ronnie van Wijk, [opbouwwerker, rwijk@versawelzijn.nl](mailto:rwijk@versawelzijn.nl), 06 57 18 29 70



Mariëlle Oldenbeuving



Leoniëk van Duin



Issam El Farissi



Deborah Erwich



Ronnie van Wijk

De Kleine Lelie

Zie voor meer informatie www.versawelzijn.nl/activiteiten

Inwoners van alle leeftijden die iets willen ondernemen in het wijkcentrum of in de wijk zijn van harte welkom. Ook kan men met vragen of voor advies terecht bij de sociaal werkers.

MAANDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Maandag 9.30-11.30	Koffie inloop	Vrije inloop
Maandag 13.30-15.30	Kaarten maken € 1 per keer	Marisa Franken 06 12 10 77 97
Maandag 15.00-17.00	Buurtbus , Nieuweg 171	Issam el Farissi 06 57 68 22 02
Maandag 16.00-17.30	Teken- en schilderles Groep 4 t/m 8 – € 3 per keer (januari februari & maart 2025)	Stefania Vicario 06 30 50 55 08 svicario@outlook.com
Maandag 17.30-20.30	Ambulant jongerenwerk	Issam el Farissi 06 57 68 22 02
Samen muziek maken met Drums and Barrels , maak je eigen buurt orkest: een vrolijke brassband met veel improvisatie en optredens op straat. Percussie, ritme, blazers zijn welkom. Iedereen kan meedoen. Ook als je nog nooit muziek hebt gemaakt. Start bij minimaal 5 deelnemers.		
Maandag 16.30-17.15	Kids brassband 'Lopend Vuur' (8 t/m 11 jaar) 2024: sept, okt, dec. 2025: maart, april, mei, juni € 7,50 per keer	Toon Oomen 06 40 26 61 33 info@drumsandbarrels.com
Maandag 18.30-19.30	Jongeren Brassband (12 t/m 15 jaar) € 10 per keer	Toon Oomen 06 40 26 61 33 info@drumsandbarrels.com
Maandag 19.45-21.30	Buurtfanfare Inloop vanaf 19.30 (volwassen) € 12 per keer	Toon Oomen 06 40 26 61 33 info@drumsandbarrels.com

DINSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Dinsdag 9.30-11.00	SeniorWeb computerhulp	Harry computerslelie@gmail.com
Dinsdag 9.30-11.30	Schilderen/tekenen: de vrije expressie	Thecla Hartman 06 53 86 15 26
Dinsdag 13.00-15.00	Haken & Breien	Greet de Bie 035 750 41 23
Dinsdag 15.30-17.00	Spreekuur Weg en Wijzer	Vrije inloop 035 623 11 00

WOENSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Woensdag 15.00-17.00	Bakpret Kinderen 4 t/m 12 jaar € 1 per keer	Romea Oldenburg 06 45 18 78 86
Woensdag 19.00-21.30	Dartgroep € 5 per maand	David Pott 06 31 96 71 83 davidpott88@gmail.com
Woensdag 20.00-21.30	Boekenclub 1x per 6-8 weken	Sarah Brill deplotgenoten@gmail.com

DONDERDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Donderdag 9.30-11.00	SeniorWeb computerhulp	Harry computerslelie@gmail.com
Donderdag 10.00-11.00	Open tekentafel	Wim Bos 06 30 03 34 86 wimbos@xs4all.nl
Donderdag 12.00-15.00	Begeleiding jeugd	Issam el Farissi 06 57 68 22 02
Donderdag 13.30-16.30	Klaverjassen € 6 per maand	Corrie 035 62 12 547
Donderdag 15.00-17.00	Schoolrondes	Issam el Farissi 06 57 68 22 02
Donderdag 15.00-16.30	Ambulant kinderwerk Resedastraat	Romea Oldenburg 06 45 18 78 86
Donderdag 17.30-20.30	Ambulant jongerenwerk	Issam el Farissi 06 57 68 22 02

VRIJDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Vrijdag 9.30-11.30	Koffie inloop	Vrije inloop
Vrijdag 12.00-13.30 4e vd maand	Buurtlunch	Vrije inloop vanaf 11.30
Vrijdag 14.00-16.00	Creacub	Hannie Kastelein 06 26 28 26 52 hanniekastelein@hotmail.com
Vrijdag 18.00-20.00 1e vd maand	Buurtkeuken	Vrije inloop vanaf 17.30
Vrijdag 18.30-20.00 2e vd maand	Kinderdisco (Groep 3 t/m 8) € 2 per keer	Beatrix Muziekgebouw Via de Kleine Lelie, meer info via Romea Oldenburg 06 45 18 78 86

Incidenteel leuke activiteiten zoals

- Bingo's
- Breaks zoals winter/lente/zomer en herfst
- Workshops zoals aardbeievrouwetje van vilt maken, doedelen, papier maché etc.

Zou je graag een activiteit doen die hier niet tussen staat? Of heb je andere ideeën over de activiteiten in het buurthuis? Neem dan contact op met de locatiebeheerder/sociaal verbinder Mariëlle Oldenbeuving of opbouwwerker Ronnie van Wijk. Dan kunnen we samen kijken naar de mogelijkheden!

Zuidoost • postcode 1212 & 1213

Buurthuis ZO-samen

Oosterengweg 44B, 1212 CN Hilversum

Studio Hillywood Underground

Oosterengweg 44B, 1212 CN Hilversum

Team Versa Welzijn:

- **Kinderwerker:** Kati Lipusz, klipusz@versawelzijn.nl, 06 23 67 26 91
- **Jongerenwerker:** Jade Marchena (tot 2025), 035 623 11 00
- **Opbouwwerker:** Sandra Zamir, szamir@versawelzijn.nl, 06 30 20 24 81
- **Maatschappelijk werker:** Corine Boonstra, cboonstra@versawelzijn.nl, 06 29 07 74 34
- **Sociaal verbinder/Locatiebeheerder:** Claudia Kruk, ckruk@versawelzijn.nl, 06 82 48 16 72

Zie voor meer informatie www.versawelzijn.nl/activiteiten



Kati Lipusz



Sandra Zamir



Corine Boonstra



Claudia Kruk

Buurthuis ZO-samen – kinderen/jongeren

MAANDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Maandag 15.00-16.00	Huiswerkbegeleiding 7-12 jaar Kindercampus	Kati Lipusz klipusz@versawelzijn.nl 06 23 67 26 91

DINSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Dinsdag 15.30-16.30	Huiswerkbegeleiding 7-12 jaar Buurthuis ZO-samen	Kati Lipusz klipusz@versawelzijn.nl 06 23 67 26 91

WOENSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Woensdag 10.00-11.30	Mama- Café kinderen 0-4 jaar en ouders/verzorgers Buurthuis ZO-samen	Kati Lipusz klipusz@versawelzijn.nl 06 23 67 26 91

VRIJDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Vrijdag 15.00-16.30	Kids Zone 3-12 jaar - Buurthuis ZO-samen (na de herfstvakantie mogelijk op een andere dag)	Kati Lipusz klipusz@versawelzijn.nl 06 23 67 26 91

DIVERS

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Maandag, woensdag, vrijdag 19.00-22.00	Muziekstudio sessies 12-23 jaar Studio Hillywood Underground	Reserveren: Jade Marchena jmachena@versawelzijn.nl 06 82 48 16 72

Buurthuis ZO-samen – volwassenen

MAANDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Maandag 09.00-12.00	Taalles Buurthuis ZO-samen/Sprekkamer	Charles Schwietert szamir@versawelzijn.nl
Maandag 10.00- 12.00	Formulier spreekuur Weg en Wijzer Buurthuis ZO-samen/Huiskamer (inloop)	035 623 11 00

DINSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Dinsdag 10.00– 12.00	Koffie inloop Buurthuis ZO-samen/Huiskamer	Corine Boonstra Claudia Kruk cboonstra@versawelzijn.nl 06 29 07 74 34 ckruk@versawelzijn.nl 06 82 48 16 72
Dinsdag 11.00-12.00 (oneven wk)	Bloeddrukmeting (gratis) Buurthuis ZO-samen/ Sprekkamer	Attie ckruk@versawelzijn.nl 06 82 48 16 72
Dinsdag 18.00–20.30 (per 2 mnd)	Kook café 'De smaak van ZO-samen' Buurthuis ZO-samen/Huiskamer	Hester ckruk@versawelzijn.nl 06 82 48 16 72
Dinsdag 10.00-12.00	Taalcafé Buurthuis ZO-samen	Kees en Dolly szamir@versawelzijn.nl 06 30 20 24 81
Dinsdag 10.00-11.00	GoldenSports Riebeecktuin/Elsplein	Majanka en Jos szamir@versawelzijn.nl 06 30 20 24 81
Dinsdag 14.30-16.00	Groet & Ontmoet Wisselend in de wijk	Sandra Zamir szamir@versawelzijn.nl 06 30 20 24 81

WOENSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Woensdag 9.00-12.00	Taalles Buurthuis ZO-samen/ Spreekkamer	Charles szamir@versawelzijn.nl 06 30 20 24 81

DONDERDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Donderdag 10.00-13.00	Wijkberaad Buurthuis ZO-samen/ Spreekkamer	Malika Boukhriss malikaboumadkar@gmail.com 06 84 44 84 47
Donderdag 10.30-11.30	StoelFit Buurthuis ZO-samen/ Zaal	Aranka Windmeijer awindmeijer@teamsportservice.nl 06 17 25 72 93
Donderdag 13.00-15.00	Spreekuur Buurtteam Buurthuis ZO-samen/Huiskamer	Erik Bres e.bres@hilversum.nl 06 34 52 03 24
Donderdag 16.00-17.00	Wandel met Buurtsportcoach Verzamelen Buurthuis ZO-samen	Ellen Steusel esteusel@teamsportservice.nl 06 16 30 63 56

VRIJDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Vrijdag 9.00-12.00	Taalles Buurthuis ZO-samen/ Spreekkamer	Charles szamir@versawelzijn.nl 06 30 20 24 81



Zuidwest • postcode 1216

Wijkcentrum De Koepel

Kapittelweg 399a, 1216 JC Hilversum, 035 624 88 15, dekoepel@versawelzijn.nl.

Jongerencentrum De Keet

Kloosterlaan 5, 1216 NH Hilversum, 06 13 08 61 74.

Je bent van harte welkom voor een kop koffie op onze locatie. Heb je vragen of ideeën voor de buurt, loop gerust binnen en ontmoet onze sociaal werkers

Team Versa Welzijn:

- **Kinderwerker:** Mérijn de Winter, mwinter@versawelzijn.nl, 06 13 23 73 30
- **Jongerenwerker:** Deleaney ait Mbark, dmbark@versawelzijn.nl, 06 13 23 73 30
- **Jongerenwerker:** Youness Boughlalah, yboughlalah@versawelzijn.nl, 06 82 23 44 48
- **Opbouwwerker:** Katinka Boot, kboot@versawelzijn.nl, 06 47 19 19 94
- **Community builder:** Simone Agterberg, sagterberg@versawelzijn.nl, 06 22 69 55 18
- **Community builder:** Afke Nijhof, anijhof@versawelzijn.nl, 06 57 37 05 20
- **Maatschappelijk werker:** Margé Ruitenbeek, mruitenbeek@versawelzijn.nl, 06 16 27 14 18
- **Maatschappelijk werker:** Hâle Gurbuz, hgurbuz@versawelzijn.nl, 06 57 81 75 16
- **Sociaal Juridisch Dienstverlener:** 035 623 11 00
- **Beheerder De Koepel en Sociaal verbinder:** Monique Gijsman, mgijsman@versawelzijn.nl, 06 12 88 63 89



Mérijn de Winter



Deleaney ait Mbark



Youness Boughlalah



Katinka Boot



Simone Agterberg



Afke Nijhof



Margé Ruitenbeek



Monique Gijsman

De Koepel

Zie voor meer informatie www.versawelzijn.nl/activiteiten

MAANDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Maandag 9.45-10.45	Caesar gym € 160/28 lessen	Cokkie Lelivelt c.lelivelt@upcmail.nl 035 623 24 27
Maandag 10.30-13.00	Jongeren v.d. Zonnewijzer koken Vrij entree	ariemers@versawelzijn.nl
Maandag 15.00-16.00	Wijkkoor Kerkelanden € 5/maand	ariemers@versawelzijn.nl
Maandag 19.00-23.00	Klaverjassen € 5/maand	Ineke Marijt – 035 621 79 07 hmmarijtvandebosch1920@knpmail.nl
Maandag 20.00-21.00	Yoga	Ruud Pagee r.vanpagee@kpnmail.nl 06 57 69 29 22

DINSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Dinsdag 9.30-10.30	Yoga groep 1 € 235/30 lessen	Noor Helweg noorhelweg@gmail.com 035 624 95 70
Dinsdag 9.30-13.00	Jongeren v.d. Zonnewijzer koken	Monique Gijsman mgijsman@versawelzijn.nl
Dinsdag 10.00-12.00	Koffie inloop Vrij entree	mgijsman@versawelzijn.nl 06 12 88 63 89
Dinsdag 10.00-12.00	Inloopspreekuur Weg en Wijzer Vrij entree	035 623 11 00
Dinsdag 10.00-11.30 1e vd maand	Meldpunt Discriminatie.nl	B.Buiting en J. ter Wal gooienvechtstreek@discriminatie.nl 035 683 01 54
Dinsdag 10.45-11.45	Yoga groep 2 € 235/30 lessen	Noor Helweg noorhelweg@gmail.com 035 624 95 70
Dinsdag 12.30-17.00	Bridgeclub Hartenvrouw € 65/seizoen sept-mei	Martha v.d. Berg bergroos@cello.nl 06 40 47 50 87
Dinsdag 13.30 -16.00	3D Kaart maken € 1/kaart	Angelique Riemers 06 40 77 06 58
Dinsdag 13.30-17.00	Koepel Bingo Elke eerste van de maand, € 5	Yvonne Kemp 06 15 50 54 84
Dinsdag 16.30-20.45	Afghaans koken met Maryam € 15 per keer (incl. ingrediënten)	Maryam Nabizada 06 84 80 35 93
Dinsdag 19.00-20.30	Taalgroep Nederlands	Lucie van Cranenburgh 06 24 20 26 26

WOENSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Woensdag 9.30 -12.00	Koffie inloop	
Woensdag 9.30-10.30	Yoga groep 3 € 235/30 lessen	Noor Helweg noorhelweg@gmail.com 035 624 95 70
Woensdag 10.00-12.00	Haken Vrij entree	mgijnsman@versawelzijn.nl
Woensdag 10.15-11.45	Taalgroep voor nieuwkomers	mgijnsman@versawelzijn.nl Vrij entree
Woensdag 10.00-16.00	Seniorenweb inloopspreekuur € 5/uur	Hubert de Wind Seniorwebhilversum.nl 035 533 93 53
Woensdag 10.45-12.00	Stoelgym € 1/kaart	Aranka Windmeyer 06 30 17 61 74 awindmeijer@teamsportservice.nl
Woensdag 12.00-13.00	Groep van de Zonnewijzer maakt soep om samen te eten	mgijnsman@versawelzijn.nl
Woensdag 19.30-22.00	Linedansen € 3,50/keer	Ton van Bruchem tvanbruchem@ziggo.nl 06 42 23 34 90
Woensdag 20.00-21.00	Yoga	Ruud van Pagee r.vanpagee@kpnmail.nl 06 57 69 29 22

DONDERDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Woensdag 9.30-11.45	Schilderen of tekenen € 10/maand	Lucie van Cranenburgh lucie.v.cra@gmail.com 06 24 20 26 26
Woensdag 10.30-12.00	Partners met dementie Elke 3e donderdag v.d. maand	Caroline Selles cselles@mantelzorggv.nl 06 39 11 10 43
Woensdag 13.00-15.00	Daglichtschilders € 10/maand	Hanny Feijen Hannyfeijen@hotmail.com
Woensdag 13.30-15.30	Mantelzorgsalon Elke 1e donderdag van de mnd	Caroline Selles cselles@mantelzorggv.nl 06 39 11 10 43
Woensdag 19.30-21.30	Bridgeclub Denken en Doen Voor leden	Ton Adriaansen ton.adriaansen@kpnmail.nl
Woensdag 20.00-23.00	Schaken en Go € 20/3 maand	Siard Dwarshuis siard.dwarshuis@hccnet.nl 035 621 68 46

VRIJDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Vrijdag 9.30-12.00	Schildersgroep € 80/seizoen	Yvonne Weijermans y.weijermans@hotmail.com 06 28 42 73 47
Vrijdag 10.00-12.00	Koffie inloop met sjoelen Vrij entree	mgijnsman@versawelzijn.nl 035 624 88 15
Vrijdag 10.00-12.00	Gezelligheid en spelletjes € 3,50/mnd	Kitty Bottenhelft kmcvanb@chello.nl 06 12 87 88 89
Vrijdag 14.00-16.00	Diamond Painting Bijdrage € 5 per week	Aanmelden bij M.Gijsman mgijnsman@versawelzijn.nl
Vrijdag 17.00-20.00	Diner voor alleenstaande ouderen Bijdrage € 5 per week	Aanmelden: bij M. Gijsman mgijnsman@versawelzijn.nl
Vrijdag 18.30-20.00	Kinderdisco € 1,50 3e van de maand	Angelique Riemers 06 40 77 06 58

ZATERDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Zaterdag 9.00-17.00	Arabische les, lessen van 2 uur, lezen en schrijven Vrij entree	M. Amarzyan 06 14 35 52 87
Zaterdag 10.30-12.00	Repaircafé Kerkelanden Elke 2e van de maand Vrij entree	Lucie van Cranenburgh repaircafekerkelanden@gmail.com 06 24 20 26 26
Zaterdag 12.30-15.30	Postzegelbeurs	Martin Versteeg mjmversteeg@hotmail.com 035 621 67 49
Zaterdag 20.00-22.30	De Vriendenkring 3e zaterdag van de maand	Marc Putter vriendenkring1993@hotmail.com

ZONDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Zondag 9.00-17.00	Arabische les Lessen van 2 uur, lezen en schrijven	M. Amarzyan 06 14 35 52 87 Vrij entree
Zondag 13.00 -17.00	Bobby en Reggy € 2 Elke 1e van de maand	Monique Gijsman

Jongerencentrum De Keet

Zie voor meer informatie www.versawelzijn.nl/activiteiten

MAANDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Maandag 15.00-16.00	Kerkelanden Kidsclub 7-10 jaar	Mérijn de Winter mwinter@versawelzijn.nl 06 13 23 73 30
Maandag 16.15-17.00	Kerkelanden Kidsclub 4-7 jaar	Mérijn de Winter mwinter@versawelzijn.nl 06 13 23 73 30

DINSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Dinsdag 15.30-17.30	Chillzone	Deleaney Ait Mbark dmbark@versawelzijn.nl 06 45 71 76 63
Dinsdag 18.30-21.00	Join Us (project) 18-25 jaar	Deleaney Ait Mbark dmbark@versawelzijn.nl 06 45 71 76 63

WOENSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Woensdag 13.30-15.00	Huiswerkbegeleiding	Mérijn de Winter mwinter@versawelzijn.nl 06 13 23 73 30
Woensdag 15.30-17.30	Activiteiten inloop 10-16 jaar	Youness Boughlalah yboughlalah@versawelzijn.nl 06 82 23 44 48
Woensdag 18.30-21.00	Activiteiten inloop 16+	Youness Boughlalah yboughlalah@versawelzijn.nl 06 82 23 44 48

DONDERDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Donderdag 14.15-15.15	Huiswerkbegeleiding op de Wijde Blik	Mérijn de Winter mwinter@versawelzijn.nl 06 13 23 73 30
Donderdag 15.30-18.00	Jongerenraad 12+	Deleaney Ait Mbark dmbark@versawelzijn.nl 06 45 71 76 63
Donderdag 18.00-21.00	Meidenavond	Mérijn de Winter mwinter@versawelzijn.nl 06 13 23 73 30

VRIJDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Vrijdag 15.30-17.30	Activiteiten inloop 10-16 jaar	Youness Boughlalah yboughlalah@versawelzijn.nl 06 82 23 44 48
Vrijdag 18.30-21.00	Activiteiten inloop 16+	Youness Boughlalah yboughlalah@versawelzijn.nl 06 82 23 44 48



Hilversumse Meent • postcode 1218

Jongerencentrum Web035

De Meent 4A, 1218 CB Hilversum

Wijkcentrum De Kruisdam (van Stichting Hilversumse Meent)

De Meent 5, 1218 CB Hilversum, info@hilversumsemeent.nl, 035 693 22 06, www.hilversumsemeent.nl

Team Versa Welzijn:

- **Kinder- en jongerenwerker:** Christine Schenkel, cschenkel@versawelzijn.nl, 06 52 32 23 18, facebook: VersaTeamMeent, insta: versa_christine, twitter: @TeamVersaMeent, snapchat: jeugdwerkerchristine
- **Jongerenwerker:** Rico van Elst, relst@versawelzijn.nl, 06 57 46 38 49, insta: VersaRicoMeent
- **Kinder- en jongerenwerker:** Marco Post, mpost@versawelzijn.nl, 06 57 80 75 02, insta: VersaMarcoMeent
- **Opbouwwerker:** Vivian Straub, vstraub@versawelzijn.nl, 06 10 58 75 14
- **Maatschappelijk werker:** Rowan van de Dood, rdood@versawelzijn.nl, 06 57 31 26 76



Christine Schenkel



Rico van Elst



Marco Post



Vivian Straub



Rowan van de Dood

Jongerencentrum Web035

Zie voor meer informatie www.versawelzijn.nl/activiteiten

MAANDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Maandag 14.45-16.30	Kidsclub 7-9 jaar	Christine Schenkel 06 52 32 23 18
Maandag 14.45-16.30	Kidsclub Mini 4-6 jaar	Christine Schenkel 06 52 32 23 18
Maandag 15.00-17.00	Jongeren Informatie Punt (JIP) 14-20 jaar	Rico van Elst 06 57 46 38 49
Maandag 18.00-19.00	Jongensmiddag 9-12 jaar	Rico van Elst – 06 57 46 38 49 Marco Post – 06 57 80 75 02
Maandag 19.00-21.00	Jongereninloop 13+ jaar	Rico van Elst – 06 57 46 38 49 Marco Post – 06 57 80 75 02

DINSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Dinsdag 14.45-16.15	Meidenmiddag 9-13 jaar	Christine Schenkel 06 52 32 23 18
Dinsdag 18.00-19.00	Meideninloop	Christine Schenkel 06 52 32 23 18

DONDERDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Donderdag 10.00-13.00	Inloopspreekuur Weg & Wijzer Sociaal Juridische Dienstverlening volwassenen	035 623 11 00

VRIJDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Vrijdag 18.30-20.00	Tienerinloop 9-12 jaar	Rico van Elst – 06 57 46 38 49 Marco Post – 06 57 80 75 02
Vrijdag 20.00-22.00	Jongereninloop 13+ jaar	Rico van Elst – 06 57 46 38 49 Marco Post – 06 57 80 75 02

Wijkcentrum De Kruisdam (Stichting Hilversumse Meent)

Zie voor meer informatie www.hilversumsemeent.nl

DINSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Dinsdag 10.00-12.00	Spreekuur Informatiepunt Welzijn & Zorg en Meentbewoners voor Meentbewoners	Riny van den Broek (vrijwilliger Stichting Hilversumse Meent) 035 698 00 40
Dinsdag 10.00-12.00	Inloopspreekuur Buurteam	Rowan van de Dood (maatschappelijk werker) rdood@versawelzijn.nl 06 57 31 26 76

Sportzaal de Meent

Zie voor meer informatie www.versawelzijn.nl/activiteiten

VRIJDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Vrijdag 15.00-16.30	Voetbal 10-14 jaar	Rico van Elst 06 57 46 38 49

Centrum • postcode 1211

Wijkinformatiepunt Centrum

Inloopspreekuur woensdag 14.00-16.00 uur, bezoekadres: Kerkbrink 29, Hilversum, 06 13 96 57 84

Versa Welzijn-Hilversum

Ruitersweg 35-37, 1211 KT Hilversum, 035 623 11 00

Team Versa Welzijn

- **Jongerenwerker:** Chakir el Allachi, callachi@versawelzijn.nl, 06 30 21 74 39, insta: Versa_chakir
- **Opbouwwerker:** Lilian Martins, lmartins@versawelzijn.nl, 06 13 96 57 84
- **Maatschappelijk werker:** Trees Daas, tdaas@versawelzijn.nl, 06 58 98 14 90



Chakir el Allachi



Lilian Martins



Trees Daas

Foto Pang/avoircreatives



In de wijk

Zie voor meer informatie www.versawelzijn.nl/activiteiten

MAANDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Maandag 14.00-15.00	Wandelgroep Startplek bij het Filmtheater-Herenplein 5	Ellen – Buurtsportcoach 06 16 30 63 56 Lilian – Versa Welzijn 06 13 96 57 84

WOENSDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Woensdag 9.30-12.00	Weg & Wijzer + Energieklusser Vrij entree Ruitersweg 35	Versa Welzijn - 035 623 11 00 Gemeente Hilversum
Woensdag 10.00-11.30	Koffieochtend Grote Kerk -Kerkbrink 4	Herman Klok – 06 52 57 81 64 Nel Bruggeman – 06 46 45 78 96 Lilian – Versa Welzijn 06 13 96 57 84
Woensdag 14.00-16.00	Vrije inloop wijkteam voor centrumbewoners Kerkbrink 29 Vrij entree	Gemeente Hilversum, Sociaal plein, MEE, Sherpa Kwintes, wijkbrandweer, Wijkpolitie, Versa Welzijn

DONDERDAG

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Donderdag 10.15-11.30	Taalcafé Wijkinformatiepunt Kerkbrink 29	Marja Brandjes – 06 13 04 21 41 Lilian – Versa Welzijn 06 13 96 57 84
Donderdag 14.00-16.00 2e vd maand	Crea en Babbel Lage Naarderweg 34a	Berber van Arkel – 06 48 36 50 13 Gratis

DIVERSE DAGEN

Dag/tijd	Activiteit en kosten	Contact
Op afspraak	Buddy project-voor jongeren 12-27 jaar	Chakir El Allachi – 06 30 21 74 39
Wisselende tijden	Diverse spel- en sportactiviteiten Oude Haven	Chakir El Allachi – 06 30 21 74 39

MIJN POSITIEVE GEZONDHEID

- Zorgen voor jezelf
- Je grenzen kennen
- Kennis van gezondheid
- Omgaan met tijd
- Omgaan met geld
- Kunnen werken
- Hulp kunnen vragen



DAGELIJKS
FUNCTIONEREN



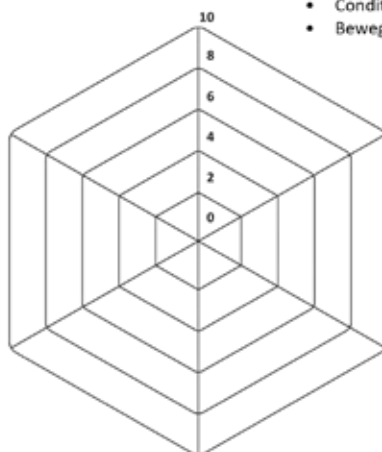
MEEDOEN

- Sociale contacten
- Serieus genomen worden
- Samen leuke dingen doen
- Steun van anderen
- Erbij horen
- Zinnige dingen doen
- Interesse in de maatschappij



LICHAAMSFUNCTIES

- Je gezond voelen
- Fitheid
- Geen klachten en pijn
- Slapen
- Eten
- Seksualiteit
- Conditie
- Beweging



MENTAAL
WELBEVINDEN

- Onthouden
- Concentreren
- Communiceren
- Vrolijk zijn
- Jezelf accepteren
- Omgaan met verandering
- Gevoel van controle



ZINGEVING

- Zinvol leven
- Levenslust
- Idealen willen bereiken
- Vertrouwen hebben
- Accepteren
- Dankbaarheid
- Blijven leren



KWALITEIT VAN LEVEN

- Genieten
- Gelukkig zijn
- Lekker in je vel zitten
- Balans
- Je veilig voelen
- Intimiteit
- Hoe je woont
- Rondkomen met je geld



Positieve gezondheid

Wij werken vanuit het gedachtegoed van Positieve Gezondheid. Dit is een manier om niet alleen naar lichamelijke gezondheid van mensen te kijken, maar ook naar geestelijke gezondheid, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en het dagelijks leven.

Zie voor meer informatie:
www.mijnpositievegezondheid.nl

ACCOUNTHOUDER

Ellen de Haan onderhoudt namens de teams van Versa Welzijn contact met de gemeente Hilversum:
ehaan@versawelzijn.nl
06 57 31 42 46



Ellen de Haan

Versa Welzijn
Postbus 253
1400 AG Bussum
035 623 11 00
info@versawelzijn.nl
versawelzijn.nl

© Versa Welzijn, augustus 2024

- 06 82 05 23 74 (alleen appen)
- [versawelzijn](https://www.facebook.com/versawelzijn)
- [@VersaWelzijn](https://twitter.com/VersaWelzijn)



van mens
tot mens