



# Kom ook **Haags Ontmoeten**

bij één van de drie ontmoetingsplekken  
in stadsdeel **Leidschenveen-Ypenburg**

# Wees welkom!

**Haags Ontmoeten is een plek in de wijk voor ouderen die thuis wonen en hun mantelzorgers. Voor deze ouderen is het een plek om andere mensen te leren kennen. U kunt er bijvoorbeeld samen koffie drinken of meedoen aan een activiteit. Mantelzorgers zijn ook welkom bij de activiteiten. Daarnaast kunnen ze er hun zorgen bespreken.**

## Voor ouderen

Op elke ontmoetingsplek van Haags Ontmoeten organiseren we activiteiten waar u aan mee kunt doen. Zoals samen eten, spelletjes doen, oefenen met dagelijkse taken of geheugentraining. Heeft u zelf ideeën voor activiteiten? Vraag op de locatie wat er mogelijk is.

## Voor mantelzorgers

Mantelzorgers zijn welkom bij Haags Ontmoeten voor bijvoorbeeld:

- informatie, advies en ondersteuning
- hulp om thuis wonen makkelijker te maken voor ouderen
- praten met andere mantelzorgers
- meedoen aan ontspannende activiteiten



## Leidschenveen

do 13.00 – 16.00, vr 10.00 – 13.00 uur  
Harriët Freezerhof 201  
06 28 24 78 41

Aan de rand van het winkelcentrum genieten bezoekers bij Leidschenveen van een kop koffie en een praatje. Of ze doen mee met een spelletje of een creatieve activiteit. Er zijn ook bijeenkomsten over bijvoorbeeld fit blijven, geldzaken regelen of gezonde voeding.

## Leefstijl, Yoga en Meer

di 09.30 – 12.30, wo 12.30 – 15.30 uur  
wo 14.30 – 17.30, do 11.00 – 14.00 uur  
Laan van Hoornwijck 260  
06 52 50 55 88

Bij Leefstijl, Yoga en Meer kan iedereen aan de slag met yoga op zijn of haar eigen niveau. Naast yoga is er veel aandacht voor leefstijl.



## De Toevlucht

ma t/m wo 09.00 – 13.00 uur

Laan van Hoornwijck 140

06 81 35 81 65

Bezoekers bepalen bij de Toevlucht wat ze willen doen, van creatief bezig zijn tot samen bewegen.



### Wilt u meer weten?

Meer weten over een ontmoetingsplek?  
Bel dan de locatie zelf of kom gezellig langs.

U leest meer over Haags Ontmoeten op [haagsontmoeten.nl](https://haagsontmoeten.nl).  
Daar staan ook alle ontmoetingsplekken met openingstijden en activiteiten.

Vragen of ideeën over de ontmoetingsplekken  
in stadsdeel Leidschenveen-Ypenburg?

Bel of mail naar Bianca Schneider:

telefoon: 06 10 53 28 43

e-mail: [b.schneider@wijkz.nl](mailto:b.schneider@wijkz.nl)