

Stemt u op ONS?

Stichting vrienden van de bewoners van de Meerstede heeft zich weer aangemeld voor de Rabo club support actie. Van **1 tot en met 23 september** kunnen leden van de Rabobank 3 punten uitdelen aan goede doelen – en dus ook aan de Stichting vrienden van de bewoners. Voor de leden kost dit niets.

Het doel waar wij graag geld voor willen hebben is: Een Thema – Dinershow voor cliënten van de somatische afdeling en wijkbewoners. Het is niet zo groots zoals de dinershows in bijv. Hilversum. Maar het is zeker een avond vol vermaak.



Uitgelicht September & Oktober 2025

Het is dus zover.

U kunt wanneer u lid bent van de Rabobank en in deze regio woont op ons stemmen.

Dit kan via de Rabobank app of via de site rabobank.nl/clubsupport.

U zoekt bij ouderen/senioren naar de Stichting vrienden van en dan kunt u uw stem uitbrengen.

Tot ziens bij ONS...

Met vriendelijke groet, het animatieteam,
Diana, Brenda en Haddie



Activiteiten September

Maandag 1 september

ONS wijk koffie-uurtje

Locatie: de BuurtBrasserie

Kosten: Consumptie

Aanvang: 11:00

Maandag 1 september

Stoelyoga

Onder leiding van Diana

Locatie: De Kapel

Kosten: ONS strippenkaart

Aanvang: 13:30 uur

Dinsdag 2 september

Hersengym

Onder leiding van Carla & Cathrien

Locatie: 't Trefpunt

Kosten: Consumptie

Aanvang: 10:30 uur

Woensdag 3 september

ONS Stoelfit

Onder leiding van Diana

Locatie: De Kapel

Kosten: ONS strippenkaart

Aanvang: 13:30 uur

Maandag 8 september

ONS wijk koffie-uurtje

Locatie: de BuurtBrasserie

Kosten: Consumptie

Aanvang: 11:00

Activiteiten September

Maandag 8 september

Pilates

Onder leiding van Ingrid

Locatie: De Kapel

Kosten: ONS strippenkaart

Aanvang: 13:30 uur

Maandag 9 september

Muziek in de kapel

Onder leiding van Peter & Hennie

Locatie: De kapel

Aanvang: 19:00 uur



Dinsdag 9 september

Spelcircuit

Onder leiding van Marjan en Thea.

Locatie: de Kapel

Kosten: Consumptie

Aanvang: 13:45 uur

Maandag 15 september

ONS wijk koffie-uurtje

Locatie: de BuurtBrasserie

Kosten: Consumptie

Aanvang: 11:00

Dinsdag 16 september

Hersengym

Onder leiding van Carla & Cathrien

Locatie: 't Trefpunt

Kosten: Consumptie

Aanvang: 10:30 uur

Activiteiten September

Dinsdag 16 september

Spelcircuit

Onder leiding van Marjan en Thea.

Locatie: de Kapel

Kosten: Consumptie

Aanvang: 13:45 uur

Maandag 22 september

ONS wijk koffie-uurtje

Locatie: de BuurtBrasserie

Kosten: Consumptie

Aanvang: 11:00

Donderdag 25 september

Modehuis Jorg & Nelly, Hidzo accessoires en Irene Loep

Jorg en Nelly staan met mooie dameskleding voor een marktprijsje in de BuurtBrasserie. In de hal vindt u Hidzo met diverse leuke accessoires en Irene Loep staat met leuke creatieve spullen in de hal. Kom gerust kijken.

Locatie: De BuurtBrasserie & de hal

Aanvang: 09:30 uur tot 12:00 uur



Vrijdag 26 september

Heren Café

Onder leiding van Rinie, Rinus en Bert

Locatie: De BuurtBrasserie

Kosten: Consumptie

Aanvang: 14:30 uur

Activiteiten September

Maandag 29 september

ONS wijk koffie-uurtje

Locatie: de BuurtBrasserie

Kosten: Consumptie

Aanvang: 10:00

Maandag 29 september

Stoelyoga

Onder leiding van Diana

Locatie: De Kapel

Kosten: ONS strippenkaart

Aanvang: 13:30 uur

Dinsdag 30 september

Hersengym

Onder leiding van Carla & Cathrien

Locatie: 't Trefpunt

Kosten: Consumptie

Aanvang: 10:30 uur

Vrijdag 26 september

Pannenkoeken dag

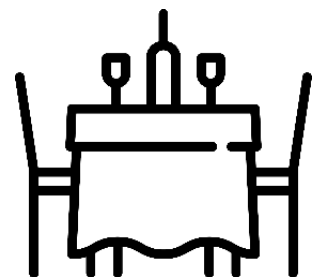
Tijd: 11:30 tot 14:00 uur

Kosten: Pannenkoek per stuk: €1.95

Naturel/spek of appel pannenkoek

Reserveren is niet nodig

De BuurtBrasserie is dagelijks open vanaf 10:30 uur voor een kopje koffie of thee en vanaf 12:00 uur voor een goedkope maar heerlijke lunch of een borrel en hapje in de middag.



ONS Busrit September 2025

Zaterdag 27 september 2025

Doel: Rondje Gooimeer/Flevoland

Tijd: 13:00 uur

Kosten: €6.00 met wijkservicepas

€6.50 zonder wijkservicepas

Tijdens deze rit wordt een stop gemaakt voor een kopje koffie/thee. Dit zijn extra kosten op de dag zelf.

Reserveren en betalen kan vanaf nu.

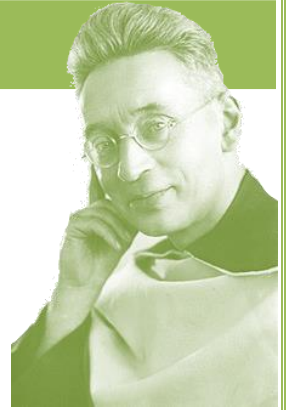


**** Mededeling ****

Om deel te kunnen nemen aan deze busritten, is het de bedoeling dat u zelfstandig naar de Meerstede komt en ook weer zelfstandig naar huis gaat. Dit kunt u organiseren met uw familie of met de regiotaxi.

Met vriendelijke groet,

Bus coördinator Haddie v.d. Wal



Kapelvieringen in september:

Zondag 7 september

10:00 uur

Woord- en communieviering

Voorganger: Bernadette Dullens

Zondag 14 september

10:00 uur

Woord- en communieviering

Voorganger: De lectoren

Zondag 21 september

10:00 uur

Woord- en communieviering

Voorganger: Bernadette Dullens

Zondag 28 september

10:00 uur

Woord- en communieviering

Voorganger: Ramon Roks

Tijdens deze viering wordt er gecollecteerd

Contact:

Bernadette Dullens, geestelijk verzorger

E-mail: b.dullens@zorgcentra-meerlanden.nl

Kruiswoordpuzzel

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

BEUKENNOOTJE	HERFST
BINNEN	KAAL
BLAADJES	KASTANJES
BOEK	KOUD
BOOM	LAARZEN
BOS	PADDENSTOEL
BRUIN	REGEN
EGEL	REGENJAS
EIKELTJES	ROOD
GEEL	STRUIK
GUUR	THEE
HAARDVUUR	VOGELS

Oplossing:

Het inleveren van deze puzzel kan bij de receptie van de Meerstede. U maakt dan kans op een leuke prijs! Inleveren kan t/m 17 september.

Activiteiten Oktober

Woensdag 1 oktober

ONS Stoelfit

Onder leiding van Diana

Locatie: De Kapel

Kosten: ONS strippenkaart

Aanvang: 13:30 uur



Maandag 6 oktober

ONS wijk koffie-uurtje

Locatie: de BuurtBrasserie

Kosten: Consumptie

Aanvang: 11:00

Maandag 6 oktober

Stoelyoga

Onder leiding van Diana

Locatie: De Kapel

Kosten: ONS strippenkaart

Aanvang: 13:30 uur

Woensdag 8 oktober

ONS Stoelfit

Onder leiding van Diana

Locatie: De Kapel

Kosten: ONS strippenkaart

Aanvang: 13:30 uur

Maandag 13 oktober

ONS wijk koffie-uurtje

Locatie: de BuurtBrasserie

Kosten: Consumptie

Aanvang: 11:00

Activiteiten Oktober

Maandag 13 oktober

Stoelyoga

Onder leiding van Diana

Locatie: De Kapel

Kosten: ONS strippenkaart

Aanvang: 13:30 uur

Maandag 13 oktober

Muziek in de kapel

Onder leiding van Peter en Hennie

Locatie: De kapel

Aanvang: 19:00 uur



Dinsdag 14 oktober

Hersengym

Onder leiding van Carla & Cathrien

Locatie: 't Trefpunt

Kosten: Consumptie

Aanvang: 10:30 uur

Dinsdag 14 oktober

Spelcircuit

Onder leiding van Marjan en Thea.

Locatie: de Kapel

Kosten: Consumptie

Aanvang: 13:45 uur

Woensdag 15 oktober

ONS Stoelfit

Onder leiding van Diana

Locatie: De Kapel

Kosten: ONS strippenkaart

Aanvang: 13:30 uur

Activiteiten Oktober

Maandag 20 oktober

ONS wijk koffie-uurtje

Locatie: de BuurtBrasserie

Kosten: Consumptie

Aanvang: 11:00

Maandag 20 oktober

Stoelyoga

Onder leiding van Diana

Locatie: De Kapel

Kosten: ONS strippenkaart

Aanvang: 13:30 uur

Woensdag 22 oktober

ONS Stoelfit

Onder leiding van Diana

Locatie: De Kapel

Kosten: ONS strippenkaart

Aanvang: 13:30 uur

Maandag 27 oktober

ONS wijk koffie-uurtje

Locatie: de BuurtBrasserie

Kosten: Consumptie

Aanvang: 11:00

Maandag 27 oktober

Stoelyoga

Onder leiding van Diana

Locatie: De Kapel

Kosten: ONS strippenkaart

Aanvang: 13:30 uur

Activiteiten Oktober

Dinsdag 28 oktober

Hersengym

Onder leiding van Carla & Cathrien

Locatie: de Serre

Kosten: Consumptie

Aanvang: 10:30 uur

Dinsdag 28 oktober

Spelcircuit

Onder leiding van Marjan en Thea.

Locatie: de Kapel

Kosten: Consumptie

Aanvang: 13:45 uur

Woensdag 29 oktober

ONS Stoelfit

Onder leiding van Diana

Locatie: De Kapel

Kosten: ONS strippenkaart

Aanvang: 13:30 uur

Vrijdag 31 oktober

Heren Café

Onder leiding van Rinie, Rinus en Bert

Locatie: De BuurtBrasserie

Kosten: Consumptie

Aanvang: 14:30 uur



De BuurtBrasserie

Vrijdag 31 oktober

Pannenkoeken dag

Tijd: 11:30 tot 14:00 uur

Kosten: Pannenkoek per stuk: €1.95

Naturel/spek of appel pannenkoek

Reserveren is niet nodig

De BuurtBrasserie is dagelijks open vanaf 10:30 uur voor een kopje koffie of thee en vanaf 12:00 uur voor een goedkope maar heerlijke lunch of een borrel en hapje in de middag.

ONS Busrit Oktober 2025

Zaterdag 25 oktober 2025

Doel: Rondje IJsselmeerkust

Tijd: 13:00 uur

Kosten: €6.00 met wijkservicepas

€6.50 zonder wijkservicepas

Tijdens deze rit wordt een stop gemaakt voor een kopje koffie/thee. Dit zijn extra kosten op de dag zelf.

Reserveren en betalen kan vanaf nu.



**** Mededeling ****

Om deel te kunnen nemen aan deze busritten, is het de bedoeling dat u zelfstandig naar de Meerstede komt en ook weer zelfstandig naar huis gaat. Dit kunt u organiseren met uw familie of met de regiotaxi.

Met vriendelijke groet,

Bus coördinator Haddie v.d. Wal



Kapelvieringen Oktober

Zondag 5 oktober

10:00 uur

Woord- en communieviering

Voorganger: Bernadette Dullens

Zondag 12 oktober

10:00 uur

Woord- en communieviering

Voorganger: Bernadette Dullens

Zondag 19 oktober

10:00 uur

Woord- en communieviering

Voorganger: Ramon Roks

Zondag 26 oktober

10:00 uur

Woord- en communieviering

Voorganger: Ramon Roks

Tijdens deze viering wordt er gecollecteerd

Contact:

E-mail: b.dullens@zorgcentra-meerlanden.nl

De rolstoel- en Duofiets

Samen genieten van de buitenlucht? Dat kan met onze **Duofiets** en **Rolstoelfiets**!

- Met de **Duofiets** fietst u gezellig naast elkaar, ideaal voor een rit met een vriend, familielid of vrijwilliger.
- Met de **Rolstoelfiets** kan iemand in de rolstoel comfortabel voorop plaatsnemen, terwijl de ander trapt. Zo kan iedereen mee op avontuur, ongeacht mobiliteit.

Wilt u een ritje maken? Reserveer via onze receptie en geef de gewenste tijdsduur door.

Kosten:

- €5,00 per uur

Bij uw eerste reservering krijgt u een korte uitleg, zodat u veilig en met plezier op pad kunt.

Stap op, voel de wind, en beleef samen een mooie tocht – op twee wielen of met de rolstoel voorop!



Vrienden van de bewoners



De Stichting vrienden van de bewoners proberen extraatjes op aanvraag van medewerkers en het management te realiseren voor onze bewoners.

In de afgelopen jaren is er bijgedragen aan: Optredens op Ouderendag, bijdrage rolstoelbus enz.

De stichting vrienden van de bewoners kan dit doen door middel van donaties en acties om geld op te halen. Denk hierbij aan een bingo en een rommelmarkt.

Mocht u een donatie willen doen aan de stichting vrienden van de bewoners dan kan dit door een bijdrage te storten op:

Rekeningnummer: **NL62RABO0359636527**

t.n.v. Stichting vrienden van de Meerstede en Meerwende.

Graag in de omschrijving vermelden: Donatie t.b.v. de Meerstede. Iedere donatie groot of klein is welkom.

Bedankt namens het bestuur:

Lia Redeker – interim voorzitter
Tineke Meirmans - Penningmeester

De Cliënten- en familieraad

Wat is een Cliënten- en Familieraad?

Een groep betrokken mensen die de gemeenschappelijke belangen behartigt van cliënten van de Meerstede, Wijkzorg cliënten en wijkbewoners die diensten van de Meerstede afnemen.

De cliëntenraad geeft mensen die zorg en/of diensten ontvangen een stem en komt op voor hun belangen. De cliëntenraad praat mee over uiteenlopende onderwerpen: van eten en drinken tot een reorganisatie en van een mogelijke verbouwing tot geestelijke verzorging.

Zo draagt medezeggenschap bij aan betere zorg en ziet toe op de kwaliteit van de dienstverlening. De cliëntenraad is zowel een antenne als een waakhond en een adviseur over zaken zoals: veiligheid; gezondheid of hygiëne; geestelijke verzorging; maatschappelijke bijstand; recreatiemogelijkheden en ontspanningsactiviteiten.

Om zijn werk goed te kunnen doen moet de cliëntenraad weten wat mensen die zorg en/of diensten krijgen belangrijk vinden en hoe zij de zorg- en dienstverlening ervaren.

Contact leggen en onderhouden met de achterban is daarom een belangrijke taak van de raad.

De Cliënten- en familieraad



Leden:

Jose van Oldenmark, Voorzitter

E-mail: josevanoldenmark@hotmail.com

Ingrid Bouwmeester, Secretaris

E-mail: ingridbouwmeester@me.com

Aminah Antheunisse

E-mail: Aminah_rayman@hotmail.com

Jan Baars

E-mail: jan_baars@hetnet.nl

Marja v.d. Hooft

E-mail: marjenvanderhooft@gmail.com

Theo Vermeij

E-mail: theovermeij@quicknet.nl

Monique Verzeilberg

E-mail: moniqueverzeilberg@quicknet.nl

Wat kunt u van de Cliënten- en Familieraad verwachten?

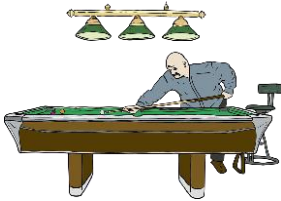
De raad:

- Bewaakt de kwaliteit van wonen, welzijn en zorg;
- Brengt advies uit aan het management en andere medewerkers over onderwerpen op het gebied van wonen, welzijn en zorg aan cliënten;
- Biedt cliënten en hun vertegenwoordigers de mogelijkheid mee te praten en mee te beslissen over zaken die hen aangaan;
- Houdt contact met andere belangenorganisaties;
- Overlegt regelmatig met een afgevaardigde van het locatiemanagement.

Faciliteiten in en rond De Meerstede

Biljart en Darts

Deze zijn gelegen achterin in de BuurtBrasserie.



De BuurtBrasserie



Dagelijks geopend van 10:30 – 16:00 uur. De prijzen zijn laag en betalen kan via pin en cash. Voor een 3-gangen menu kunt u dagelijks terecht om 17:00 uur.

De strippenkaart kost € 74,00 en € 69,00 met een WijkServicePas. Deze strippenkaart is bruikbaar voor 10 maaltijden. Een losse maaltijd kost €8,- en met een WijkServicePas kost één maaltijd €7,50 euro.

Gaarne uw deelname aan deze maaltijd voor 13.00 uur in de middag doorgeven via de receptie van De Meerstede.

Dagbesteding

Rozarium

10:00 -16:00 uur



Dit houdt in dat u overdag bij ons bent. Er worden activiteiten georganiseerd, hulp bij lunch, Tussen verzorging en begeleiding. Samen kijken we welke activiteiten passen bij u, wat u nodig heeft en waar u wel en geen behoefte aan heeft. U kunt contact opnemen met Jenny, Coördinator dagbesteding.

023 - 303 3800

Faciliteiten in en rond De Meerstede

Duofiets en Rolstoelfiets



De Meerstede is in het bezit van een **Duofiets** en een **Rolstoelfiets**. Deze is te huur voor €5,- per uur. Wanneer u een dag en tijdstip in gedachten heeft kunt u navraag doen bij de receptie of de fiets beschikbaar is en deze dag en tijdstip reserveren. Dit kan nadat u uitleg heeft gehad over de fiets.

Fietslabyrint



Wie niet zelfstandig buiten kan fietsen, kan met het "Fietslabyrint" virtuele fietstochten maken en zo toch de wereld ontdekken. De realistische fietservering brengt buiten naar binnen en geeft mensen het gevoel dat zij erop uit zijn. Er staan twee fietsen in de ontvangsthal van De Meerstede. Op de tweede fiets kunt u ook uw armen trainen.

Maandag t/m donderdagochtend worden de fietsen voor intern gebruikt en zijn dan niet beschikbaar.

Fysiotherapie

Piet Hein Fysiotherapie is gevestigd in de "Meerstede". Voor een behandeling of afspraak kunt u terecht via:

tel: 023-5616826

E-mail: info@pietheinfysiotherapie.nl

Website: www.pietheinfysiotherapie.nl



Faciliteiten in en rond De Meerstede

Kapsalon



Kapster Jannie knipt en kapt uw haren op **dinsdag** en **vrijdag** volgens afspraak. U kunt een afspraak maken door te bellen naar: **06-15 393 821** of kom langs in de salon.

Krant



De Meerstede is een afhaalpunt voor de **Hoofddorpse Courant**.

Elke woensdag na 12:00 uur ligt de nieuwste editie van de krant in de sluis bij de receptie van De Meerstede.

Parkeren



Max 1 uur kunt u gebruik maken van het kort parkeervak voor de Meerstede.

Pedicure



Elke **maandag, woensdag**, en **donderdag** aanwezig. Een afspraak kunt u bij Judith zelf maken op de dagen dat zij aanwezig is.

Faciliteiten in en rond De Meerstede

SICH: senioren internetcafé Haarlemmermeer



Een stichting die met plezier senioren helpt de digitale snelweg in te slaan en te bewandelen. SICH doet dit op een niveau en in een tempo dat wordt aangepast aan de mogelijkheden van onze deelnemers. Dit alles gebeurt in een ongedwongen en gezellige sfeer.

Uitvaartconsulent Dunweg



Iedere **eerste dinsdag** van de maand is uitvaartconsulent Adri van den Bergh aanwezig in De Meerstede om vrijblijvend uw uitvaartwensen in kaart te brengen tussen 14:00 en 15:00.

Thuisoptiek Goedemans



Voor een vrijblijvende en geheel kosteloze oog-meting. Ook voor kleine reparaties en/of afstellen van uw huidige bril. Vakkundig advies bij aanschaf van een nieuwe bril. Dit alles bij u thuis! Vooraf opgave bij de receptie.

WIFI- CODE



U kunt gratis gebruik maken van ons WIFI netwerk.

Inlog: Meerlanden gast.

Wachtwoord: WelkombijMeerlanden

Onze medewerkers van het wijkzorgteam van De Meerstede staan voor u klaar om u thuis te helpen.

Wij bespreken met u welke ondersteuning u nodig heeft. De zorg die wijkzorg De Meerstede u biedt is afgestemd op uw persoonlijke omstandigheden en thuissituatie waarbij de regie in uw handen ligt.

Welke zorg bieden wij?

- Zorg na een ziekenhuisopname.
- Persoonlijke verzorging, zoals hulp bij wassen en aankleden en aan- en uitrekken van steunkousen.
- Medicatie toedienen
- Huid- en wondzorg
- Verpleegtechnische handelingen
- Zorg in de laatste levensfase

Hoe vraagt u wijkzorg aan?

U, uw naasten of de huisarts kan zelf wijkzorg aanvragen. De wijkverpleegkundige komt vervolgens bij u thuis om een indicatie op te stellen.

U krijgt de benodigde zorg en ondersteuning voor de periode die u heeft afgesproken met de wijkverpleegkundige.

Tussentijds bespreekt de wijkverpleegkundige met u of nieuwe afspraken nodig zijn of dat u zelfstandig verder kunt.

Hoe neemt u contact op?

Telefoon: 023 – 303 83 90

E- mail: wijkzorgdemeerstede@zorgcentra-meerlanden.nl



Wat kunt u met de WijkServicePas?

Ouderen die in de buurt van De Meerstede wonen, kunnen gebruik maken van de WijkServicePas (WSP).

Met deze **WijkServicePas** kunt u met korting deelnemen aan diverse activiteiten in De Meerstede en krijgt u korting in onze BuurtBrasserie.

De WijkServicePas wordt verstrekt op basis van een lidmaatschap. Dit lidmaatschap kost u € 25,00 per huishouden, per jaar.



Wilt u zich inschrijven of meer informatie? Kom dan langs bij de receptie van De Meerstede of kijk online op:

www.zorgcentra-meerlanden.nl/wijkservicepas