

Zorg voor morgen

Marvin van der Nat: “Ik droom van een inclusieve wereld”

Marvin van der Nat is niet iemand die je snel vergeet. Zijn glimlach is oprecht, zijn woorden helder en zijn betrokkenheid hartverwarmend. Hij leeft met een zeldzame chromosomenafwijking, die in zeer klein aantal op de wereld voorkomt, en is rolstoelgebonden. Maar wie alleen dát ziet, mist alles wat Marvin wél is: een bevlogen mens, een politiek actief idealist, een luisterend oor, een sporter op hoog niveau én een krachtige stem voor mensen die te vaak worden vergeten.

door Iris Oostlander

“Ik moet altijd op onderzoek uit,” zegt Marvin. “Als je een beperking hebt, komt er niets vanzelf naar je toe.” Het is een zin die niet klaagt, maar wel kraakt. Want Marvin weet als geen ander hoe moeizaam het leven kan zijn als je afhankelijk bent van systemen die niet zijn ingericht op anders-zijn.

Nooit vanzelfsprekend

Hij groeide op in Oegstgeest, in een liefdevol gezin. Zijn moeder was zijn steunpilaar, bracht hem dagelijks naar school, sport- en sociale activiteiten. “Mijn pad was echter nooit vanzelfsprekend, want ik zou niet ouder worden dan één jaar”, aldus Marvin. Het begon al bij geboorte in ziekenhuizen en later bij de keuze van een school. “Die keuze was er niet. Ik moest naar de Mytyl-school, speciaal basis- en middelbaar onderwijs op een voor mij te laag niveau.” Hij studeerde later, ook op te laag niveau, juridische dienstverlening. Dit was niet zijn eerste keuze omdat vele reguliere scholen hem afwezen wegens zijn beperking. Maar door gezondheidsproblemen en zonder enige medewerking van de desbetreffende school moest hij alsnog de opleiding afbreken.

Marvin wilde niet stil blijven zitten na deze tegenvaller. Hij was teleurgesteld in hoe de overheid regels maakt en hoge ver-



Marvin van der Nat. Foto: Patrick Kop.

wachtingen legt bij bijvoorbeeld scholen. Hij is uiteindelijk via een thuisstudie alsnog afgestudeerd als grafisch ontwerper. In 2022 heeft hij een intensieve tijd met operaties en revalidatie gehad, omdat hij in 2019 hoorde dat hij nog maar vijf jaar te leven had. Hij heeft een opleiding tot life-coach gevolgd, en stapte vlak voor dit alles in de politiek. Hij gelooft dat iedereen gehoord moet worden. Zeker als het gaat om inclusie.

Voor iedereen

In Wassenaar is Marvin nu commissielid voor de PvdA. Hij zit niet voor zichzelf aan tafel, maar voor iedereen die leeft met een beperking, lichamelijk of mentaal en voor ouderen, of inwoners die simpelweg buiten de boot dreigen te vallen. Volgens Marvin verdient iedereen een plek in de samenleving. Niet als gunst, maar als recht.

Knelpunten

Hij ziet als geen ander waar het knelt, ook in ons dorp. De ontoegankelijke openbare ruimte. Het eeuwige papierwerk en wachttijden in de zorg. De ondoordringelijke regels van de Wmo, PGB, Wlz. Maar ook de misverstanden en aannames van men-

sen die denken dat je niet kunt meedelen, omdat je in een rolstoel zit.

Kansen

Marvin ziet ook kansen en resultaten. Het Sociaal Team Wassenaar – één loket voor hulpvragen – noemt hij een verademing voor de inwoners. De plaatsing van een toegankelijke toiletvoorziening is zo’n ogenschijnlijk klein succes met grote waarde. Evenals dat iedere kwetsbare doelgroep een eigen beleidsplan met uitvoering heeft gekregen. En zijn inzet voor normalisering en bewustwording begint vruchten af te werpen binnen de gemeenteraad. “Het hoeft niet groots en meeslepend. Het begint bij zien. Echt zien.”

Altijd met een doel

In zijn vrije tijd speelt Marvin rolstoelhockey op het hoogste niveau als spelverdeler. Eén keer per week traint hij drie uur lang. En ongeveer één keer per maand speelt hij meerdere wedstrijden op een dag, meestal ver weg en soms over de grens. Hij doet het met passie. Net zoals hij zijn vrijwilligerswerk bij de Luisterlijn doet, of als voorzitter van de cliëntenraad van zorgorganisatie Amarosa. Altijd betrokken. Altijd met een

Samen werken aan een inclusieve samenleving

Inclusie. Een woord dat steeds vaker klinkt in gesprekken over onze samenleving. En terecht. Want een inclusieve samenleving is er één waarin iedereen mee kan doen. Waarin niemand wordt buitengesloten vanwege een beperking, afkomst, leeftijd of welke andere reden dan ook. Een samenleving waarin we elkaar zien, horen en ondersteunen.

Maar inclusie is meer dan een ideaal, het is ook een praktijk. En die praktijk is weerbarstig. Dat merken we in het hele land, maar ook hier, in Wassenaar. Tegelijkertijd zien we dat er hard wordt gewerkt om dit ideaal stap voor stap dichterbij te brengen. De gemeente Wassenaar zet zich actief in voor inclusie, met ondersteuning van lokale partners en ervaringsdeskundigen.

In deze bijlage van Zorg voor morgen delen we verhalen van mensen die werken aan een meer inclusieve gemeenschap. Zoals Marvin van der Nat, die zich gesteund voelt door het Sociaal Team Wassenaar, maar ook laat zien waar het nog wringt. Dana Stolk van MEE vertelt hoe zij als onafhankelijke cliëntondersteuner mensen helpt om hun stem te laten horen. En Maria Beunder, mantelzorgconsulent bij SMOW, wijst op het belang van zichtbaarheid van mantelzorgers, mensen die soms zelf aan de zijlijn raken doordat zij altijd voor anderen zorgen.

Ook Stichting Gehandicapten Wassenaar draagt bij aan een inclusiever dorp, door drempels weg te nemen, letterlijk én figuurlijk.

Inclusie vraagt om aandacht, inzet en samenwerking. Het is geen eindpunt, maar een voortdurend proces. In deze editie nodigen we u uit om mee te denken en mee te doen. Want alleen samen zorgen we voor morgen.

Mede namens het team achter de Zorg voor morgen-bijlage,
Iris Oostlander

doel: bijdragen aan een samenleving die beter snapt dat anders zijn niet minder is. Zodat mensen zoals hij geen strijd hoeven te leveren om mee te mogen doen, maar gewoon mogen zijn.

Inclusie in Wassenaar: Iedereen moet mee kunnen doen

Inclusie betekent dat iedereen, met of zonder beperking, volwaardig kan deelnemen aan onze samenleving. Dat lijkt vanzelfsprekend, maar in de praktijk is dat vaak niet zo eenvoudig. Gelukkig zet de Stichting Gehandicapten Wassenaar (SGW) zich met hart en ziel in om Wassenaar inclusiever te maken. En met succes! Ida Spelt, voormalig huisarts met ruim veertig jaar ervaring, is de drijvende kracht achter SGW als voorzitter.

door Iris Oostlander

“Hoewel ik een medische achtergrond heb, zijn mijn ogen pas écht geopend sinds ik me hier actief mee bezighoud,” vertelt Ida.



Ida Spelt. Foto: Patrick Kop.

“Wist je dat één op de tien Nederlanders een matige of ernstige lichamelijke of verstandelijke beperking heeft? Soms is dat niet eens zichtbaar. Voor hen kunnen kleine aanpassingen een wereld van verschil maken.” Midden in ons dorp is een sprekend voorbeeld: een invalideparkeerplaats met een prullenbak te dichtbij. “Als je een aangepaste auto hebt, kun je de achterdeur dan niet openen. Zo’n prullenbak lijkt onschuldig, maar belemmert de toegankelijkheid enorm. Die gaat dus weg!”

Een gemeente die luistert

Gelukkig staat de gemeente Wassenaar open voor verandering en werkt zij nauw samen met SGW. “We hebben een wethouder die echt naar ons luistert, en dat werpt zijn vruchten af,” vertelt Ida enthousiast. Zo is er inmiddels een toegankelijk toilet geplaatst bij de Wassenaarse Slag, waar veel mensen dankbaar gebruik van

maken. “Nu alleen nog de bewegwijzering,” lacht ze.

En er is meer goed nieuws: “Binnenkort komen er nog twee van deze zelfreinigende toiletten bij. Eentje op de Berkhei en eentje bij de speeltuin aan de Dr. Mansvelt-kade. Overigens kunnen mensen via de ‘Hoge Nood’-app precies zien waar alle openbare en toegankelijke toiletten zich bevinden.”

Speelplekken voor álle kinderen

Toegankelijke speelplekken zijn helaas geen vanzelfsprekendheid. “Dankzij het team van Fit in Wassenaar kwamen we erachter hoe slecht het gesteld was met de speelplekken in onze gemeente. We hebben alle 54 locaties bezocht en de conclusie was duidelijk: er moest iets gebeuren.”

Een prachtige samenwerking volgde. Via de Vrijwilligerscentrale vond SGW een match met de firma Van der Holst. Samen realiseerden zij een volledig inclusieve speeltuin aan de Dr. Mansvelt-kade. “Dankzij sponsors en giften van fondsen is dit een speelplek geworden waar alle kinde-

ren kunnen spelen. Dat maakt ons enorm trots!”

Blijven bouwen aan een inclusieve toekomst

SGW blijft onvermoeibaar werken aan toegankelijkheid. “We denken mee over sport- en strandvisies, voet- en wandelpaden en andere infrastructuur. Soms worden we helaas te laat betrokken, zoals bij de nieuwe sporthal. Die is nog niet volledig inclusief, maar daar wordt nu gelukkig aan gewerkt.” Daarnaast helpt SGW winkeliers en ondernemers bij het verbeteren van hun toegankelijkheid en hebben ze strandrolstoelen geregeld voor rolstoelafhankelijke bezoekers. “Met de rolstoelbus van de bij-Bus kunnen zij naar het strand en bij de tweede parkeerplaats van Dolf Groenewegen een strandrolstoel ophalen.”

Help mee

Wil jij meedenken of bijdragen aan een inclusiever Wassenaar? Neem contact op via de website van SGW en help mee om onze gemeente toegankelijk te maken voor iedereen! Ga voor meer informatie naar www.sgwassenaar.nl.

Activiteitenkalender juni, juli en augustus 2025

Wekelijkse activiteiten

Dag	Tijd	Door wie?	Wat?	Goed om te weten
Ma	09.30-11.30	De Oosthof	Tekenen en schilderen	Aanmelden: SMOW
Ma	10.00-11.00	Buurtvereniging Kerkehout en Omgeving	Beweeggroep / Ouderengym	Locatie: Charlottestraat 5. Eigen bijdrage € 15 p/mnd
Ma, wo, do, vr	10.00-11.00	WOB	Zwemmen in het doelgroepenbad	Locatie: Sportplaza Sterrenbad. Zie website zwembad voor evt. zomersluiting.
Ma	10.00-11.00	Deijlerhuis	Tai Chi	Info: 06 23 13 23 44
Ma, di, do en vr	10.30-12.00	De Peppel	Koffieochtend	Di tot 11.30 uur. Elke laatste ma vd mnd een thema ism SMOW. Let op: De Peppel is gesloten van 28 juli tot 23 aug.
Ma	10.30	WOB	Wandelgroep	Verschillende vertrekpunten.
Ma	10.30	Amarosa Sophieke	Bewegen op muziek	
Ma t/m vr en zo	13.00-15.30	Wassenaarse Petanque Club (WPC)	Jeu de boules	Locatie: Dr. Mansveltkade 5. U hoeft u niet aan te melden. U bent altijd van harte welkom. Van zo t/m vr 13.00 uur. Tevens elke wo-avond 19.00 uur.
Ma	14.00-16.00	De Peppel	Schilderen met Loes	Let op: De Peppel is gesloten van 28 juli tot 23 aug.
Ma	14.00-16.00	Amarosa Sophieke	Handwerkcafé	
Ma	16.00-17.00	WOB	Sport en Spel Bloemcamp	Locatie: Bloemcampschool, Bloemcampplan 52
Ma	19.00-20.00	De Oosthof	Blue Zone Connection Wandelgroep	Verzamelen bij De Oosthof. Aanmelden / info: Jacqueline@rookvrijenfitter.nl
Ma	20.00-21.00	WZK Dance	Aerobicsles vrouwen 50+	Locatie: St. Bonifaciussschool. Wzk.dance.aerobics@gmail.com
Ma	Avond	Deijlerhuis	Schaken	Info: Mw. Erwich, 06 43 58 73 91
Di	09.30-10.30	WOB	Zwemmen in het doelgroepenbad	Locatie: Sportplaza Sterrenbad. Zie website zwembad voor evt. zomersluiting.
Di	10.00	WOB	Nordic Walken	Verschillende vertrekpunten
Di	10.00-11.00	Fit in Wassenaar	QR Fit wandelen met spierverstevigende oefeningen	Gratis beweegactiviteit met beweegcoach. Verzamelen bij brug over water bij parkeerplaats Sterrenbad. Info: www.fitinwassenaar.nl
Di	10.00-12.00	De Plataan	Koffieochtend	Elke 3e di vd maand een thema ism SMOW. Niet van 8 juli t/m 4 aug.
Di	10.00-12.00	De Oosthof	Handwerken	Vrije inloop
Di	10.00-12.00	Amarosa de Wijck	Inloop/koffieochtend	
Di	10.30-11.15	WOB	Trimzwemmen	Locatie: Sportplaza Sterrenbad. Zie website zwembad voor evt. zomersluiting.
Di	10.30-12.00	Amarosa Sophieke	Actieve gym	
Di	11.15-12.00	WOB	Banenzwemmen	Locatie: Sportplaza Sterrenbad. Zie website zwembad voor evt. zomersluiting.
Di	12.30-14.30	De Plataan	Open Eettafel	1e di vd mnd. Kosten: € 7,50. Aanmelden: Marjolein Becker. Graag aanwezig 12.15 uur
Di	13.30-16.00	Amarosa Bellesteijn	Handwerken	
Di	13.30-16.00	De Plataan	31-en	Niet na de Open Eettafel (= elke 1e di vd mnd). Niet van 8 juli t/m 4 aug.
Di	14.00	Amarosa Sophieke	Jeu de boules	
Di	14.00-16.00	De Oosthof	Samen Sterk – Blue Zone	Gezelligheid voor mensen met chronische gezondheidsuitdagingen (25-65 jaar) -17 juni
Di	14.00-16.00	Buurtvereniging Kerkehout en Omgeving	Spel en creamiddag	Locatie: Charlottestraat 5
Di	14.00-17.00	De Buurthaven ism Amarosa de Wijck	Gezelligheid, handwerken en spelletjes	Handwerk- en andere creatieve artikelen zelf meenemen. Koffie en thee gratis. Locatie: Amarosa de Wijck, Zuidwijcklaan
Di	14.00-16.00	Bibliotheek Wasse-naar	Digitaal spreekuur	



Wist u dat?

het sinds het vertrek van Vegro uit Wassenaar lastiger is geworden voor inwoners om hulpmiddelen te bekijken of uit te proberen? Gelukkig biedt natuurdrogist Anneke, aan de Gravestraat 6, nu uitkomst! Deze winkel neemt het stokje over van Vegro en heeft een aantal hulpmiddelen standaard op voorraad om te bekijken of uit te proberen. Daarnaast is er een overzichtelijke catalogus beschikbaar met het volledige assortiment. Deze ligt onder andere ter inzage bij de Front Office van SMOW, Van Heeckerenstraat 2. Vraag er gerust naar als u interesse heeft!

Dag	Tijd	Door wie?	Wat?	Goed om te weten
Di	14.00-16.30	De Peppel	Rummikub en klaverjassen	Let op: De Peppel is gesloten van 28 juli tot 23 aug.
Di	14.30-16.30	De Oosthof	Music was my first love	1e di vd mnd. Muziek luisteren/zingen. Info: SMOW of vrije inloop. Juli/aug niet.
Di	19.30-22.30	Deijlerhuis	Bridgen	Info: 070-511 91 38
Di	20.00-21.00	WZK	Jazzdancesles vrouwen 50+	Locatie: St. Jan Baptistschool. Wzk.dance.aerobics@gmail.com
Di	20.00	O&O	Klaverjassen en jokersen	
Wo	09.30-10.30	De Oosthof	Stoelyoga	12 lessen voor 45 euro. Aanmelden bij SMOW
Wo	09.30-12.00	O&O	Crea-ochtend	
Wo	09.45-12.00	SMOW	Formulierenbrigade	SMOW inloopspreekuur voor vragen over brieven of financiën. Locatie: Van Heeckerenhuis
Wo	10.00-11.30	De Plataan	Creatieve ochtend	4e wo vd mnd. Div. handwerken, tekenen, schilderen, knutselen, glasbewerken tegen vergoeding. Ook op don 5 juni van 14.00-15.30 uur
Wo	10.00-10.45	WOB	Bewegingstoestel	Hofcampweg
Wo	10.00-12.00	Amarosa de Wijck	Inloop/koffieochtend	
Wo	10.00-12.00	De Plataan	Sjoelen	1e en 3e wo vd mnd. Niet op 2 en 16 juli
Wo	10.30-11.30	WOB	Sport en spelclub 55+	Sporthal Dr Mansveltkade
Wo	10.30	Amarosa Sophieke	Bewegen op de stoel (yoga)	1e wo vd mnd
Wo	12.00-13.30	De Oosthof	Open Eettafel	1e wo vd maand. Warme maaltijd à € 7,50. Aanmelden: SMOW (uiterlijk week van tevoren).
Wo	13.00-14.00	Amarosa de Wijck	Spreekuur casemanagers van Amarosa	1e wo vd mnd
Wo	13.00-16.00	Buurtvereniging Kerkehout en Omgeving	Klaverjasmiddag	Locatie: Charlottestraat 5. Kosten: € 5 per mnd
Wo	13.30-16.30	Deijlerhuis	Bridgen	Info: 06 22 24 27 29
Wo	13.45	Amarosa Sophieke	Zomerbios	3e wo vd mnd
Wo	14.00	Amarosa Sophieke	Bingo	2e wo vd mnd
Wo	14.00	Amarosa Sophieke	Kegelspel Boemering	4e wo vd mnd
Wo	13.00-15.00	VCW	Kledinginzameling	2e wo vd mnd
Wo	17.00	Amarosa Sophieke	Buurtdiner	Laatste wo vd mnd
Wo	19.00-21.30	De Plataan	Rummikub, klaverjassen en jokersen	Niet in juli
Wo	19.30	De Oosthof	Smaragdgroep	1e wo vd mnd. Lotgenoten mantelzorg. Meer info bij SMOW.
Wo	19.30-22.30	Deijlerhuis	Bridgen	Info: 06 52 04 51 35
Do	09.30-10.30	Amarosa Sophieke	Yoga 60+ vervalt en start weer in sept.	Aanmelden en info: info@vansi.eu / 06 43 55 75 04
Do	09.30-12.00	VCW	Open Spreekuur Vrijwilligerswerk	
Do	10.00-11.00	Fit in Wassenaar	QR Fit wandelen met spierverstevigende oefeningen	Gratis beweegactiviteit met beweegcoach. Verzamelen bij brug over water bij parkeerplaats Sterrenbad. Info: www.fitinwassenaar.nl
Do	10.00-11.00	HGC	Walking hockey voor 55+	
Do	10.00	Amarosa Sophieke	Aquarel en tekenen	Niet op 5 en 12 juni.
Do	10.00-12.00	De Oosthof	Koffiedrinken met Klazien	Met elke 3e do vd mnd thema va 10.30 uur
Do	10.15-12.00	NPB	Koffie met een praatje en wat lekkers	2e do vd mnd
Do	10.30-11.30	WOB	Cognitieve Fitness	In Sportplaza Sterrenbad
Do	10.30-12.00	Amarosa Sophieke	(Stoel)yoga 60+ vervalt en start weer in sept.	Aanmelden en info: info@vansi.eu / 06 43 55 75 04. Niet in schoolvakanties.
Do	12.15-13.00	De Peppel	Lekker bewegen met Tessa	Kosten: € 36 voor 10 lessen. Aanmelden: SMOW. Let op: De Peppel is gesloten van 28 juli tot 23 aug.
Do	13.15-14.00	De Oosthof	Lekker bewegen met Tessa	Kosten: € 36 voor 10 lessen. Aanmelden: SMOW
Do	13.30	Bibliotheek	Filmclub	
Do	13.30	WOB	Fietsclub	
Do	13.30-16.30	Deijlerhuis	Bridgen	Info: 070-511 63 53
Do	13.45	Amarosa Bellesteijn	Spelmiddag	
Do	14.00	Amarosa Sophieke	Rummikub, klaverjassen, sjoelen en bridge 60+	Ivm zomervakantie geen bridge in juli

Dag	Tijd	Door wie?	Wat?	Goed om te weten
Do	14.00-15.30	De Peppel	Muziekuurtje	3e do vd mnd. Let op: De Peppel is gesloten van 28 juli tot 23 aug.
Do	14.00-16.30	De Peppel	Haak aan bij Linda	Haakclub. Niet op de 3e do. Kosten € 2,50 per keer. Aanmelden: SMOW of vrije inloop. Let op: De Peppel is gesloten van 28 juli tot 23 aug.
Do	14.30-16.30	De Oosthof	Crealab	Laatste do vd mnd. Kosten: € 5 per keer. Aanmelden: SMOW
Do	19.00-20.00	Sporthal de Duinpan	Pickle Ball – Blue Zone Connection	Meer info: pickleballwassenaar@gmail.com op do.avond t/m juni
Do	19.00-21.30	De Plataan	Bingo	3e do vd mnd. Niet op 17 juli
Vr	09.30-10.30	Dagschool 50+	Yogales	In principe elke vr.ochtend. Info, tel: 06 44 88 01 63
Vr	10.00	WOB	Nordic Walken	Verschillende vertrekpunten. Info: Carla Danen, 06 48 58 70 31
Vr	10.00	Amarosa Sophieke	Eucharistieviering	1e vr vd mnd.
Vr	10.00-11.00	De Oosthof	Blue Zone Fit Forever (Aerobics)	Aanmelden bij Jacqueline@rookvrijenfitter.nl
Vr	10.45-11.45	Dagschool 50+	Yogales	In principe elke vrijdagochtend. Info, tel: 06 44 88 01 63
Vr	14.00	Amarosa Sophieke	Jeu de boules	
Vr	14.00	Amarosa Sophieke	Zingen met José la Haye	1e vr vd mnd muv 6 juni
Vr	14.00-16.00	Amarosa Sophieke	Muzikale verhalen	3e vr vd mnd
Vr	14.00-16.00	Bibliotheek/FWO	Spelletjesmiddag ‘Palaver’	Locatie: Bibliotheek Wassenaar
Vr	14.00-16.00	De Oosthof	Bloemschikken	3e vr vd mnd. Kosten: € 10. Aanmelden: SMOW (wachttijst)
Vr	15.00	RKsv Blauw-Zwart	Walking Football	
Vr	15.00-17.00	De Peppel	Borrelen	Laatste vr vd mnd. Vrije inloop. Let op: De Peppel is gesloten van 28 juli tot 23 aug.
Vr	16.30-18.30	De Oosthof	Borrelen	1e vr vd mnd. Vrije inloop.
Vr	17.00-20.00	SMOW bij Amarosa de Wijck	Kookclub, samen koken en samen eten	3e vr vd mnd. Aanmelden via: Ldegroot@smowwassenaar.nl
Za	10.00-11.00	Bermbrigade	Bermen onderhouden/schoonmaken	Info: tel. 06 51 35 93 34
Zo	11.45	Buurtkerk Wasse-naar	Buurtsoep	Elke laatste zo vd mnd. Locatie: Deijlerhuis, Hofcampweg 3. Welkom!
Zo	14.00	Amarosa Sophieke	Zondagmiddagcafé/Spelmiddag	

Overige activiteiten

Wanneer?	Hoe laat?	Georganiseerd door?	Wat?	Goed om te weten
Ma 2 juni	13.15-17.00	KBO	Klaverjassen	Locatie: kantine vv Blauw-Zwart
Ma 2 juni	16.30-17.30	SKW	Bijeenkomst	Seniorweb en Politie (digitale criminaliteit)

Locatie en informatie:

Amarosa Bellesteijn, Ontmoetingspunt Bellesteijn, Prof. Molenaarlaan 111. Info 070-512 32 00. www.Amarosa.nl

Amarosa Sophieke, Ontmoetingspunt Sophieke, Van Zuylen van Nijeveltstraat 313. 070-512 32 00. www.Amarosa.nl

Amarosa de Wijck, Ontmoetingspunt de Wijck, Zuidwijcklaan 127, info: 070-512 32 00. www.Amarosa.nl

Bibliotheek, Langstraat 40. www.obvwn.nl

Blauw-Zwart, Dr. Mansveltkade. Info: Jos van Veen, josmargo@ziggo.nl. www.blauwzwart.nl

Buurthaven, Ontmoetingspunt de Wijck, Zuidwijcklaan 127. Info: Caroline: 06 13 73 21 28.

Buurtvereniging Kerkehout en Omgeving, Charlottestraat 5. info@kerkehout.nl. www.kerkehout.nl

Deijlerhuis, Wijkgemeenschap Groot Deijleroord, Hofcampweg 3. www.wijkgemeenschapgrootdeijleroord.nl

HGC, sportpark De Roggewoning, Buurtweg 120. www.hgc.nl of ouderencommissie@hgc.nl

KBO klaverjassen, kantine RKsv Blauw-Zwart. Info: Ben Gerse, 06 11 16 53 04.

Muziek Matinee Messiaskerk. Locatie: Messiaskerk, Zijllaan 57. www.pkn-wassenaar.nl

O&O, Dr. Mansveltkade 9. www.oostdorpenomgeving.nl

Oosthof, Buurtcentrum, Donker Curtiusstraat 69. www.smowwassenaar.nl

Peppel, Buurtcentrum, Hillenaarlaan 18. Contactpersonen: Martha, tel.: 06 41 81 93 84 en Claasje, tel.: 06 41 27 06 82. Let op: De Peppel is gesloten van 28 juli tot 23 aug.

Plataan, Buurtcentrum, Ernst Casimirstraat 54. Contactpersoon: Marjolein Becker, tel.: 06 12 15 40 51. Gesloten van 2 juli t/m 4 aug.

Samen-Zijn 22 via stichting De Stille Kracht. www.dekrachtvanwassenaar.nl

SKW: Sociaal Kontakt Wassenaar. sociaalkontaktwassenaar@gmail.com. Bijeenkomsten Hofcampweg 3.

SKW: Sociaal Kontakt Wassenaar. sociaalkontaktwassenaar@gmail.com. Bijeenkomsten Hofcampweg 3.

SMOW, Van Heeckerenstraat 2. 070 511 22 26 (tussen 09.00 en 14.00 uur). www.smowwassenaar.nl. Voor workshops/cursussen uiterlijk 1 week van tevoren aanmelden!

Van Ommerenpark Service Residentie, Van Ommerenpark 200. www.vanommerenpark.nl

Wanneer?	Hoe laat?	Georganiseerd door?	Wat?	Goed om te weten
Di 3 juni	12.30-14.30	De Plataan	Open Eettafel	Graag komen om 12.15 uur. Kosten: € 7,50. Aanmelden bij Marjolein Becker
Di 3 juni	19.00-21.00	SMOW / Amarosa ism casemanagers dementie	Alzheimer Café	Elke 1e di vd mnd. Niet in juli/aug. Locatie: Amarosa Sophieke. Dit keer met muziek van Pieter Hoogland (Beatles Sing-a-Long)
Wo 4 juni	Vanaf 11.00	Amarosa Bel-lesteijn	Visserij-dag	Met makreelrokers en live muziek
Wo 4 juni	14.00-15.30	Amarosa Sophieke	Ierse muziek	Ierse gezelligheid met trio MEP
Wo 4 juni	Vanaf 16.00	SMOW	Sport + Spel middag	Sport + Spel middag voor Jonge Mantelzorgers. Meer info: SMOW
Wo 11 juni	10.30-11.30	Fit in Wassenaar, Amarosa, Fysio & Sport Stadhoudersplein	Stoelyoga, Parkinson-boksen en wandelen	Samen buiten bewegen voor ouderen (ook dementie en parkinson). Inloop vanaf 10.15, na afloop koffie/thee. Locatie: Ontmoetingspunt Sophieke. Kosten: gratis.
Wo 11 juni	14.00-17.00	Samen-Zijn 22	Bijeenkomst	Locatie: kantine vv Blauw-Zwart
Wo 11 juni	13.30-16.00	VCW	Repair Café Wassenaar	
Ma 16 juni	13.30-17.00	WASBO	Ontspanningsmiddag	Met de Zingende Advocaat
Wo 18 juni	12.30-17.00	KBO	Jaarvergadering en Klaverjassen	Locatie: kantine vv Blauw-Zwart
Wo 18 juni	14.00-15.30	Amarosa Sophieke	Kooroptreden	Koor Pluk uit Den Haag (Fonds 1818)
Do 19 juni	19.00-21.30	De Plataan	Bingo	
Za 21 juni	10.00-13.00	VCW	Kledingmarkt	Voor mensen met een kleine beurs
Za 21 juni	10.00-12.00	De Plataan	Marijke Mode	Met zomermode voor dames en heren en uitverkoop
Zo 22 juni	14.00-15.30	Amarosa Sophieke	Pianoconcert	Door leerlingen van Lucia Marucci
Di 1 juli	12.30-14.30	De Plataan	Open Eettafel	Graag komen om 12.15 uur. Kosten: € 7,50. Aanmelden bij Marjolein Becker
Wo 9 juli	10.30-15.3	Van Ommerenpark	Zomermarkt	Iedereen is welkom. Er is kleding en gezelligheid, er zijn sieraden, lekkernijen en snuisterijen.
Wo 9 juli	14.00-17.00	Samen-Zijn 22	Bijeenkomst	Locatie: kantine vv Blauw-Zwart
Wo 30 juli	10.30-15.30	Amarosa Sophieke	Zomerfeest	Themafeest met muziek en buurtdiner.
Di 5 aug	12.30-14.30	De Plataan	Open Eettafel	Graag komen om 12.15 uur. Kosten: € 7,50. Aanmelden bij Marjolein Becker
Wo 13 aug	14.00-17.00	Samen-Zijn 22	Bijeenkomst	Locatie: kantine vv Blauw-Zwart
Do 21 aug	19.00-21.30	De Plataan	Bingo	
Ma 25 aug	13.30-16.00	De Plataan	Film	Vrije inloop

VCW, Van Heeckerenstraat 2. www.vrijwilligerscentralewassenaar.nl

Wasbo bij O&O, Dr. Mansveltkade 9. www.wasbo.nl

WOB: www.wobactief.nl Houd website zwembad en WOB in de gaten ivm evt. zomersluiting.

WPC, jeu de boulesclub, Dr. Mansveltkade 5. Ruud Adam: 070-327 91 97 / 06 44 822 730, ruudadam@casema.nl

Kijk ook eens op: nutwassenaar.nl, warenar.nl, jazzsocieteitwassenaar.nl en obvwn.nl voor activiteiten.

Deze informatie is verzameld in mei 2025. De eerstvolgende bijlage verschijnt vrijdag 29 augustus 2025. Heeft u een bijdrage voor de kalender van september, oktober en/of november 2025? Stuur dan een e-mail naar de redactie van de bijlage 'Zorg voor morgen' via: iris@dooririsooostlander.nl. Deadline is maandag 18 augustus 2025.



Wist u dat?

het Hidden Disabilities Sunflower initiatief mensen met een (niet-zichtbare) beperking de mogelijkheid biedt om dit herkenbaar te maken – zonder dat ze het hoeven uit te leggen? Het Sunflower-logo, bijvoorbeeld op een keycard, maakt het voor hulpdiensten en anderen makkelijker om op een gepaste manier te ondersteunen. Wat het bijzonder maakt: je bepaalt zelf hoe en of je deze informatie zichtbaar op een Sunflowerproduct maakt. Ook in Wassenaar zijn inmiddels hulpdiensten en andere partijen hierover geïnformeerd. Een mooi en krachtig initiatief dat brede steun heeft gekregen, waaronder unaniem in de gemeenteraad. De Sunflower-producten zijn gratis verkrijgbaar op het gemeentekantoor aan de Johan de Wittstraat 45, 2242LV Wassenaar. De medewerkers aan de balie zijn er klaar voor om u te helpen! Ga naar: <https://hdsunflower.com/nl/voor-jou> voor meer informatie.

MEE: Onafhankelijke cliëntondersteuning voor wie nét dat ene steuntje in de rug nodig heeft

Al negen jaar lang zet Dana Stolk zich in als cliëntondersteuner bij MEE Zuid-Holland Noord. Vanuit de vestiging aan de Rijksweg helpt zij volwassenen met een beperking om hun weg te vinden in de wirwar van regels, formulieren en instanties. “Niet als hulpverlener”, benadrukt ze zelf, “maar als dienstverlener. Ik begeleid mensen persoonlijk, één-op-één, en help ze hun zelfstandigheid te versterken. Het gaat erom dat ze zelf weer regie krijgen over hun leven.”

door Iris Oostlander

Bij MEE draait alles om maatwerk. Dana ondersteunt onder anderen mensen met een lichamelijke beperking, ggz problematiek, licht verstandelijke beperking, autisme of niet-aangeboren hersenletsel. “Dat is een brede doelgroep,” legt ze uit. “Veel van mijn cliënten weten niet waar ze terecht kunnen met hun vragen. Denk bijvoor-

Praktisch, persoonlijk
en laagdrempelig

beeld aan het aanvragen van een uitkering, passende dagbesteding/hulpverlening of aanvragen voor de Wet Maatschappelijke Ondersteuning

(Wmo) en Wet Langdurige Zorg (Wlz). Daar help ik bij: praktisch, persoonlijk en laagdrempelig.”

Vertrouwen als vertrekpunt

De aanpak begint met een goed gesprek, vaak samen met het Sociaal Team Wassenaar, waar MEE ook een vaste rol in heeft. Dana: “We kijken samen naar alle levensgebieden van iemand: wonen, werk, financiën en gezondheid. Waar zitten de knelpunten? Daarna stellen we samen een plan van aanpak op.” Dana’s kracht ligt in het écht luisteren – haar specialiteit, ontwikkeld door jarenlange ervaring en diverse opleidingen.

Onafhankelijk en deskundig

Wat MEE uniek maakt, is haar onafhankelijke positie. De organisatie is niet verbonden aan een gemeente of zorgaanbieder, waardoor zij vrij en objectief kunnen meedenken. “Dat maakt onze bemiddeling zo sterk,” vertelt Dana. “We hebben geen belangen, behalve die



Dana Stolk. Foto: Patrick Kop.

van de cliënt.” Binnen MEE zijn ook veel expertises beschikbaar, zoals verschillende vakgroepen. En juridische kennis over onder andere wet- en regelgeving met betrekking tot de Wmo en Wlz en bijvoorbeeld privacywetgeving (AVG), zodat cliënten altijd kunnen rekenen op een goed onderbouwd advies.

Voor jong en oud

Dana werkt vooral met volwassenen, maar haar collega Veronica richt zich op de jeugd. “Zo ondersteunen we mensen in elke levensfase,” vertelt Dana. “Iedereen verdient het om gezien

en gehoord te worden, ook als je op een andere manier denkt of leeft. En soms zijn er maar een paar juiste stappen nodig om het verschil te maken.”

Informatie

Dankzij MEE vinden mensen met een beperking de weg naar de juiste ondersteuning. Niet hulpeloos, maar hoopvol. Niet afhankelijk, maar zelfstandig, met een beetje hulp op maat. U kunt contact opnemen met Dana via het Sociaal Team Wassenaar op telefoonnummer 088-654 99 99 of stuur een mail naar sociaalteam@wassenaar.nl

Maria Beunder: een luisterend oor voor mantelzorgers in Wassenaar

Mantelzorger zijn doe je uit liefde, maar wie zorgt er eigenlijk voor de mantelzorger? Bij Stichting Maatschappelijke Ondersteuning Wassenaar (SMOW) is dat Maria Beunder. Met een achtergrond in het welzijnswerk en jarenlange ervaring in Den Haag weet zij als geen ander hoe intensief mantelzorg kan zijn. Bovendien spreekt zij uit ervaring: Maria is zelf mantelzorger voor haar moeder met dementie.

door Iris Oostlander

“Zorgen voor een ander wordt vaak als ‘gewoon’ gezien,” vertelt Maria, “maar het is allesbehalve vanzelfsprekend.” Dag en nacht klaarstaan voor een naaste vraagt veel. Maria is er dan ook speciaal voor de mantelzorger. Ze biedt niet alleen een luisterend oor, maar denkt actief mee en helpt bij het vinden van oplossingen wanneer de zorg te zwaar wordt.

Persoonlijke ondersteuning zonder wachttijd

Mantelzorgers kunnen zichzelf aanmelden bij SMOW of via het Sociaal Team Wassenaar. Op dit moment is er geen wachtlijst, waardoor Maria snel contact

opneemt om een afspraak te maken. Tijdens zo’n gesprek vertelt ze wat de mantelzorgconsulent kan betekenen en wijst ze op praktische ondersteuning. Denk bijvoorbeeld aan vervoer, hulp bij het invullen van formulieren of vervangende mantelzorg, zodat de mantelzorger ook even op adem kan komen. Daarnaast organiseert SMOW elk kwartaal een themacafé mantelzorg, met steeds een thema dat aansluit bij waar je als mantelzorger mee te maken kunt krijgen.

Ondersteuning bij dementie: informatie, contact en scholing

Mantelzorg komt in veel vormen voor – van ouders met een kind met autisme tot een partner met dementie. “Dementie zien we helaas steeds vaker,” vertelt Maria. “Daarom organiseert SMOW extra activiteiten, zoals het maandelijkse Alzheimer Café in het Sophiekehuis, in samenwerking met alle casemanagers van Wassenaar.” Daarnaast start in oktober weer de cursus *Omggaan met dementie*, die twee keer per jaar wordt aangeboden. Deze wordt verzorgd door twee ervaren casemanagers dementie en biedt deelnemers inzicht in de ziekte én praktische handvatten. Door het delen van ervaringen ontstaat een leerzame en ondersteunende omgeving. De cursus gaat ook in op het doorbreken van stigma’s en het versterken van zorg en begrip. Bovendien zijn er bijdragen van een notaris en een geestelijk verzorger, die juridische en emotionele ondersteuning bieden. Zo worden mantelzorgers geholpen om met meer vertrouwen en rust om te gaan met de uitdagingen die dementie met zich meebrengt. Houd deze krant in de gaten voor meer informatie en aanmelding.

Ik ben er puur voor
de mantelzorger

Ook jonge mantelzorgers verdienen steun

Sinds kort wordt Maria versterkt door een nieuwe collega bij SMOW, Elrina Tisink. Zij richt zich mede op jonge mantelzorgers. “Het is moeilijk om deze jongeren te bereiken,” vertelt ze. “Maar juist voor hen is het zo belangrijk om jong te kunnen zijn. Daarom gaan we actief op zoek naar hen, zodat we ze passende ondersteuning kunnen bieden. Natuurlijk kunnen ze zelf ook contact opnemen.”

Week van de jonge mantelzorger

De eerste week van juni is het de Week van de Jonge Mantelzorger. Op 4 juni wordt een leuke activiteit georganiseerd voor jonge mantelzorgers, om te laten zien dat hun inzet wordt gewaardeerd. Ze kunnen zich aanmelden bij SMOW. SMOW geeft hen tijdens deze activiteit een moment om te ontspannen en in contact te komen met anderen die in hetzelfde schuitje zitten.

Met hart en ziel

Wat Maria het meeste raakt in haar werk? “Als ik merk dat iemand zich opgelucht voelt na een gesprek, of weer overzicht krijgt in een moeilijke situatie. Dan weet ik waarvoor ik het doe. Ik ben er puur voor de mantelzorger.”

Mantelzorg is waardevol, maar mag nooit eenzaam of te zwaar voelen. Dankzij mensen zoals Maria Beunder en organisaties als SMOW is er altijd een plek waar u terecht kunt. Neem contact op via het Sociaal Team Wassenaar of bel naar SMOW. Op werkdagen van 09.00 tot 14.00 uur via 070-511 22 26. Kijk voor meer informatie op: www.smowwassenaar.nl

Colofon Zorg voor morgen

Deze bijlage ‘Zorg voor morgen’ is een initiatief van de gemeente Wassenaar. De gemeente maakt deze bijlage samen met Stichting Maatschappelijke Ondersteuning Wassenaar (SMOW).

Bij vragen over opvoeden en opgroeien, vrije tijd en zingeving, geldzaken en inkomen en allerlei andere ondersteuning kunt u terecht bij het Sociaal Team Wassenaar. Op werkdagen te bereiken tussen 09.00 en 17.00 uur via: 088 – 654 99 99 of per e-mail: sociaalteam@wassenaar.nl. Wilt u liever anoniem contact? Dat kan via de chatfunctie op de website: www.sociaalteamwassenaar.nl. U kunt ook langsgaan bij het Sociaal Team Wassenaar. Elke maandag van 13.30 tot 15.30 uur in het gemeentekantoor Wassenaar aan de Johan de Wittstraat 45. Daarvoor hoeft u geen afspraak te maken.

De redactie en teksten van deze bijlage ‘Zorg voor morgen’ zijn in handen van Iris Oostlander. U kunt uw bijdragen voor de kalender en ideeën voor thema’s doorgeven door een e-mail te sturen naar: iris@dooririsooostlander.nl

Deze bijlage verschijnt vier keer per jaar in het midden van De Wassenaarse Krant. De eerstvolgende uitgave is vrijdag 29 augustus 2025. De deadline voor die bijlage is maandag 18 augustus 2025.

Gemeente Wassenaar



Maria Beunder. Foto: Patrick Kop.