



Chapeaubeldje voor Linda Bregman-Labrujère

Linda Bregman-Labrujère heeft dinsdag een Chapeaubeldje ontvangen voor haar bijzondere inzet voor het behoud van de geboortezorg in het Haga Ziekenhuis Zoetermeer. Burgemeester Michel Bezuijen reikte het beeldje uit tijdens een bezoek aan de kraamafdeling van het ziekenhuis.



Petitie en Serene Tocht
Linda Bregman-Labrujère hoorde van de mogelijke plannen voor het sluiten van de afdeling geboortezorg in het Haga Ziekenhuis Zoetermeer en heeft toen direct actie ondernomen. Zij startte een petitie om de afdeling te behouden. Ruim 15.000 mensen ondertekenden de petitie. De petitie overhandigde zij vervolgens aan de Tweede Kamer. Daarnaast organiseerde zij een Serene Tocht, waar ruim 1000 bezorgde (aanstaande) ouders en zorgmedewerkers meegelopen hebben.

Invloed op besluit
Mede dankzij haar initiatieven en de inzet van alle medewerkers van de kraamafdeling, is er veel aandacht geweest in zowel de landelijke als lokale media en de politiek. Met de acties maakte

zij de zorgen en de betrokkenheid van inwoners zichtbaar. Dit is van grote invloed geweest op het uiteindelijke besluit van het Haga Ziekenhuis om de geboortezorg in Zoetermeer te behouden.

Linda Bregman-Labrujère is 28 jaar werkzaam geweest in de geboortezorg en is oprichter van PKZ Kraamzorg. Hoewel zij onlangs officieel met pensioen is gegaan, is zij nog regelmatig aan het werk in het ziekenhuis.

Chapeaubeldje
Het Chapeaubeldje is een initiatief van de gemeente Zoetermeer. Met dit gebaar spreekt de gemeente haar waardering uit voor inwoners die zich op een bijzondere wijze inzetten voor de gemeente Zoetermeer en haar inwoners.

Oefenstemmen voor inwoners met een visuele beperking



Op donderdag 6 juni vinden de Europese Parlementsverkiezingen plaats. Tijdens de verkiezingen is het stembureau op het Stadhuis voorzien van hulpmiddelen voor inwoners met een visuele beperking. Heeft u, of kent u iemand met een visuele beperking? Op dinsdag 28 mei kunt u oefenen met de stemmalen en soundbox. Dit kan bij de tafel bij de Omgevingsbalie in het Stadhuis-Forum tussen 10.30 en 12.00 uur. Leden van de Toegankelijkheidsraad staan klaar bij de ingang Stadhuisplein om u te begeleiden.

Eikenprocessierups

Warm weer brengt ook minder leuke dingen met zich mee: vervelende beestjes. De eikenprocessierups is zo'n vervelend beestje. De brandharen van dit insect kunnen zorgen voor jeuk, bultjes, oogklachten en allergische reacties. Ook huisdieren kunnen last krijgen. Heeft u klachten? Spoel dan de huid en ogen, zonder te krabben of wrijven. Of neem contact op met uw huisarts. Ziet u een nest in het openbaar gebied? Maak hier dan een melding van. Op risicovolle plekken laten we het nest verwijderen. Ga voor het contactformulier naar www.zoetermeer.nl/eikenprocessierups.

Een leven redden kan iedereen: u ook! Word burgerhulpverlener bij HartslagNu

Bij een hartstilstand telt elke minuut, waarbij de eerste zes minuten van levensbelang zijn. Als de ambulance onderweg is, kunt u al iets doen. Kunt u reanimeren en wilt u helpen wanneer iemand bij u in de buurt een hartstilstand krijgt? Meld u dan aan als burgerhulpverlener bij het reanimatie oproepsysteem HartslagNu. U verleent de eerste acute hulp totdat het ambulancepersoneel het overneemt. Zo helpt u mee levens te redden. Wilt u burgerhulpverlener worden, maar kunt u nog niet reanimeren? Volg dan eerst een reanimatiecursus.

Zes-minutenzone
HartslagNu is een uniek reanimatieoproepsysteem in Nederland, dat ook actief is in Zoetermeer. Het is een netwerk van vrijwillige burgerhulpverleners die kunnen reanimeren en weten hoe ze een Automatische Externe

Defibrillator (AED) moeten gebruiken. Ook AED's zijn in het oproepsysteem aangemeld, zodat snel duidelijk is welke AED beschikbaar is in de buurt van het slachtoffer. Zoetermeer wil een zes-minutenzone opzetten. Als bij een hartstilstand binnen zes minuten wordt gestart met reanimatie en er een AED wordt ingezet, heeft het slachtoffer de beste overlevingskans.

*Kunt u (al) reanimeren?
Word dan burgerhulpverlener via hartslagnu.nl/burgerhulpverlening.*

Hoe werkt HartslagNu?
Als iemand 112 belt met het vermoeden van een hartstilstand, roept HartslagNu automatisch burgerhulpverleners in de buurt van het slachtoffer op. Zij krijgen de opdracht om te reanimeren of om de dichtstbijzijnde AED op te halen die is aangemeld bij het oproepsysteem. Burgerhulpverleners zijn gemiddeld

2,5 minuut sneller dan de ambulance en kunnen het verschil maken tussen leven en dood.



Reanimatiecursus volgen
Als burgerhulpverlener moet u kunnen reanimeren. Kijk op reanimatiecursus.hartstichting.nl voor een reanimatiecursus in de buurt. Het is belangrijk dat de training volgens de regels van de Nederlandse Reanimatie Raad wordt gegeven. Een basis reanimatiecursus kost gemiddeld € 35, een herhalingscursus kost gemiddeld € 15. Veel zorgverzekeraars vergoeden deze cursus als u aanvullend verzekerd bent.

Kijk voor meer informatie op de website van uw zorgverzekeraar. Volgt u een bhv-training op het werk? Dan is dit voldoende en hoeft u geen aparte reanimatiecursus te volgen.

ONS Zoetermeer - toen, nu en straks

Op dinsdag 14 mei vond 'Zoetermeeders in gesprek' deel 2 plaats. Dit was het vervolg op de gesprekken die plaatsvonden op woensdag 27 maart over het Zoetermeer van straks. Op 27 maart ging het vooral over de keuzes voor later rondom thema's zoals mobiliteit, economie, wonen, voorzieningen, energie en buitenruimte.

- Op 14 mei ging het over hoe deze thema's passen in Zoetermeer als:
- sociale en gezonde stad
 - levendige stad
 - stad met een eigen verleden (erfgoed, trots, eigenheid)

Onder leiding van gespreksleiders gingen de aanwezigen per thema in gesprek over de vraag: Wat moet Zoetermeer doen op het gebied van ruimtelijke inrichting om ervoor te zorgen dat zij zich ontwikkelt tot een sociale/gezonde/levendige stad met een uniek eigen verleden?

Enthousiaste inbreng van inwoners
De opkomst bij beide bijeenkomsten was hoog.

De inwoners dachten actief mee over de toekomst van hun leefomgeving en brachten veel ideeën en suggesties naar voren. Deze gesprekken zijn levendig samengevat door een sneltekenaar, met een uitgebeeld eindverslag als resultaat. De gesprekken worden verwerkt in een einddocument die in 2025 aan de raad en vervolgens aan de Zoetermeeders gepresenteerd wordt.

Visie Zoetermeer 2040 en de Ruimtelijke Strategie
'Zoetermeeders in gesprek' is één van de activiteiten die plaatsvindt om inwoners te betrekken bij het opstellen van de Ruimtelijke Strategie. De strategie is de ruimtelijke vertaling van de Visie Zoetermeer 2040. Het geeft richting aan voor het gebruik en de ontwikkeling van de ruimte om ons heen. Met als doel: een geordende, functionele en aantrekkelijke leefomgeving creëren die voldoet aan de behoeften en wensen van de samenleving.

Pop-Up Expo ONS Zoetermeer
De Pop-Up Expo ONS Zoetermeer is nog tot half juli 2024 geopend. U bent van harte welkom om de expositie te

bekijken en aan te geven wat voor u belangrijk is voor de toekomst van de stad. Meer informatie hierover leest u op www.zoetermeer.nl/rsz.





Neem eens een kijkje bij de raadsvergadering op maandag 27 mei

Op maandagavond 27 mei neemt de gemeenteraad weer besluiten. De raadsvergadering begint om 19.30 uur in de raadzaal van het Stadhuis-Forum. Neem eens een kijkje bij deze raadsvergadering. Iedereen is van harte welkom om (een deel van) de vergadering te volgen vanaf de publieke tribune.

Onderwerpen en internetuitzending

U kunt vast kijken welke onderwerpen er die avond worden besproken. De meest actuele agenda's en stukken vindt u onder 'Agenda's en raadsinformatie' op raad.zoetermeer.nl. Hier kunt u de vergadering(en) ook live volgen via internet. Alle raads- en commissie-vergaderingen zijn daar ook (met ondertiteling) terug te kijken.

Vragen of suggesties? Kom inspreken!

Heeft u een vraag, wens of suggestie? Dat kunt u tijdens vergaderingen van de gemeenteraad of raadscommissie laten weten. U maakt dan gebruik van uw spreekrecht. Aanmelden hiervoor kan tot op de dag van de vergadering uiterlijk tot 12.00 uur, via het

aanmeldformulier op de website raad.zoetermeer.nl onder 'Denk & doe mee – inspreken'. Hier vindt u ook meer informatie over inspreken. Wilt u niet in beeld komen, maar wel gebruikmaken van uw spreekrecht? Stuur de gemeenteraad dan een e-mail via griffie@zoetermeer.nl.

Ontvang de nieuwsbrief

Wilt u op de hoogte blijven van het laatste nieuws van de raad? Meld u dan via de website aan voor de nieuwsbrief. Na elke raadsvergadering krijgt u dan het laatste nieuws over de besluiten van de gemeenteraad per e-mail.

Volgt u de raad al?

GemeenteraadZoetermeer @raadzoetermeer

Praat eens met een raadslid

De gemeenteraad bestaat uit 39 raadsleden. Dit zijn allemaal Zoetermeesters die graag met u meedenken. U kunt hen -of de fracties- altijd vragen stellen of een afspraak maken voor een persoonlijk gesprek.

Kijk eens op raad.zoetermeer.nl onder 'Over de raad' om te zien wie de raadsleden zijn en hoe u contact kunt opnemen. Wilt u de hele gemeenteraad iets laten weten of een vraag stellen, dan kunt u de griffie mailen of bellen. Tenslotte is de gemeenteraad er voor u!

Laat raadsleden weten wat u ergens van vindt

Ook u kunt meedenken en meedoen met de raad. Enkele mogelijkheden:

- vertel raadsleden wat u belangrijk vindt;
- ontmoet raadsleden bij u in de buurt of op (bewoners) bijeenkomsten en ga met elkaar in gesprek;
- maak een afspraak met een raadslid of politieke partij;
- geef informatie: mail of schrijf een brief aan de raad (via griffie);
- kom inspreken;
- nodig raadsleden uit;
- dien een burgerinitiatief in.

Kijk voor meer informatie onder Denk & Doe mee op raad.zoetermeer.nl.

De griffie ondersteunt de gemeenteraad • 14 079 • griffie@zoetermeer.nl • raad.zoetermeer.nl

Colofon Stadsnieuws

Gemeente Zoetermeer

Engelandlaan 502
Postbus 15
2700 AA Zoetermeer
 www.zoetermeer.nl
 /gemeentezoetermeer
 gemeentezoetermeer
 WhatsApp 06-55449955
 14 079

Publieksplein

Alleen op afspraak
Engelandlaan 502
 www.zoetermeer.nl/afsprakenmaken
 14 079

Meldingen openbare ruimte

www.zoetermeer.nl/contactformulier
 Spoedmeldingen:
tussen 17.00 - 08.00 uur en in het weekend
14 079

Wegwerkzaamheden

www.zoetermeer.nl/wegwerkzaamheden

Meldpunt Veilig Thuis

0800-2000
24 uur per dag/7 dagen per week.
 www.veiligthuis Haaglanden.nl

Meldpunt Bezorgd, tijdens kantooruren

088 - 900 4000

Contact redactie

redactie@zoetermeer.nl

Zoetermeer is de plek

Of je nu op zoek bent naar vrijetijdsbesteding, woonplezier, wilt ondernemen of studeren: Zoetermeer is de plek!

WK 21

23 - MEI - 2024

De leukste activiteiten!

Dit is de plek.



Zoetje Skate Night

24 mei

Ben jij klaar voor een avond vol plezier en beweging? Neem gratis deel aan de Zoetje Skate Night en skate mee met de prachtige route van meer dan 10 kilometer door het groen! Het start- en eindfeestpunt is bij de Grizzlies in het Van Tuylpark. Kijk voor meer informatie op www.uitagendazoetermeer.nl.



Zoete herinneringen

26 mei

Leer Zoetermeer op een hele nieuwe manier kennen tijdens Zoete Herinneringen. Op zondag openen acht plekken in de stad hun deuren. Locaties die normaal gesproken gesloten blijven voor het publiek. Hier hebben theatermakers zich laten inspireren door de omgeving en nieuwe korte voorstellingen gecreëerd, passend bij de locatie. Meer dan 20 artiesten staan deze dag op deze wel hele bijzondere Bühnes. Kijk voor meer informatie op www.uitagendazoetermeer.nl.

Comeo: het filmhuis van Zoetermeer

Wist je dat Zoetermeer een eigen filmhuis heeft? Filmhuis Cameo! Bij Cameo worden films en documentaires vertoond die steeds iets speciaals bieden: vooral stof tot nadenken. Het genre varieert. Bekende en onbekende films, alles passeert de revue. Maar zeker is: het zijn verhalen die je bijblijven. Het filmhuis bevindt zich in de kleine zaal van het Stadstheater

Zoetermeer. Elke dinsdagmiddag en dinsdagavond speelt er een film. In de laatste week van de maand is er ook op zondagmiddag een filmvoorstelling te zien. Kaartjes koop je aan de kassa van het Stadstheater of bestel je op de website van Filmhuis Cameo: www.filmhuiscameo.nl. Op diezelfde website vind je ook het actuele filmaanbod van het filmhuis.



Zoetermeerisdeplek Zoetermeer



Molen De Hoop herken je al van verre. Zo ook op dit mooie plaatje waar oud en nieuw Zoetermeer samenkomt. Tijdens een wandelingetje zette @J.vanderSwam de koren-molen van Zoetermeer op de foto. Heb jij een ook een mooie foto gemaakt in Zoetermeer? Deel deze met #zoetermeerisdeplek of mail hem naarditisdeplek@zoetermeer.nl en misschien zie je jouw foto volgende week hier.



Voor de leukste activiteiten en evenementen ga je naar uitagendazoetermeer.nl!



www.zoetermeerisdeplek.nl
[@zoetermeerisdeplek](https://twitter.com/zoetermeerisdeplek)

Heb je een opmerking, vraag of suggestie? Neem contact op met de redactie van Bureau Citymarketing via ditisdeplek@zoetermeer.nl

ZOETERMEER
IS DE PLEK.



Eropuit tijdens de BRAVO! Lenteweek

Van 3 tot en met 9 juni kunt u meedoen met verschillende proefflessen speciaal voor 55+'ers. Kijk snel of er iets voor u bij zit en schrijf u in via www.zoetermeer.nl/bravo.

Step by Step fitness

Stapje voor stapje fitter worden: dat is waar het bij de Step by Step les om draait. U bouwt rustig uw kracht, uithoudingsvermogen en conditie op. De groepslessen zijn nooit hetzelfde. Ga aan de slag met fitnessmaterialen, uw eigen lichaamsgewicht en verschillende workout- en spelvormen. Daarnaast worden de deelnemers regelmatig verrast met een wandeling door de wijk Rokkeveen, waarbij tussendoor verschillende oefeningen worden gedaan.

- Maandag 3 juni van 18.45 tot 19.45 uur
- Woensdag 5 juni van 19.00 tot 20.00 uur



Locatie:
Dunea gebouw,
Plein van de Verenigde
Naties 11-15

Stoel-en-Dans

Stoel-en-Dans is een nieuwe dansvorm. U danst de les zittend op een stoel, onder begeleiding van bekende balletmuziek. Op deze manier werkt u aan uw houding, lenigheid en conditie terwijl u uw gewrichten spaart.

- Donderdag 6 juni van 14.45 tot 15.45 uur



Locatie:
Eerste verdieping
van het CKC-gebouw,
Leidsewallen 80

Meer bewegen voor ouderen

Wilt u soepeler bewegen in uw dagelijks leven? Doe dan mee met de proeffles 'meer bewegen voor ouderen'. Met afwisselende oefeningen verbetert u uw balans, uw fijne beweging of uw oog-hand-coördinatie. Het helpt spieren en gewrichten soepel te houden. Plezier en ontspanning staan centraal in de les. U kunt ook de Smart Floor uitproberen. Als u over de Smart Floor loopt, geeft de vloer informatie over hoe u loopt. Deze slimme vloer meet bijvoorbeeld de loopafstand en de snelheid.

- Donderdag 6 juni van 09.15 tot 10.00 uur
- Donderdag 6 juni van 10.30 tot 11.15 uur



Locatie:
InZet, Blijdorplan 471

Ontdek het beweegpark Noord Aa

Geniet van heerlijk buiten bewegen aan de rand van het Noord Aa in het beweegpark. De sportcoaches staan klaar om uit te leggen hoe u alle fitnessstoestellen gebruikt. Trek comfortabele kleding aan waarin u goed kunt bewegen en kom gezellig langs!

- Vrijdag 7 juni, u kunt vrij inlopen tussen 10.00 en 12.00 uur
- Vrijdag 7 juni, u kunt vrij inlopen tussen 14.00 en 16.00 uur



Locatie:
Naast het clubgebouw van de
Road Runners Zoetermeer,
Langeland 14, 2725 KZ

Boksen voor iedereen, ook voor mensen met Parkinson

Het verbaast u misschien, maar boksen is heel geschikt voor mensen met de ziekte van Parkinson of met CVA, niet-aangeboren-hersenletsel, MS en Alzheimer. Door te boksen verbetert u uw uithoudingsvermogen en leert u verschillende bewegingen en stoten maken. Dit zorgt voor een betere balans en motoriek en meer spierkracht. Voor deze training hoeft u niet de ring in. Bij de oefeningen wordt gewerkt met bokszakken om spieren op te bouwen. Terwijl met het voetenwerk ook aan de balans wordt gewerkt.

- Maandag 3 juni van 13.00 tot 14.00 uur
- Donderdag 6 juni van 13.00 tot 14.00 uur



Locatie: Sportcity Dekker, Scheglaan 12

Walking Football

Bent u 55+ en lijkt het u leuk om nog lekker te voetballen? Maak kennis met Walking Football. Bij deze nieuwe voetbalvorm wordt er tijdens een partijtje niet gerend. De trainers staan klaar om u van alles te leren over Walking Football, terwijl u ondertussen werkt aan uw conditie. Iedereen kan meedoen. Aan het einde van de training gaat u de competitie aan met een partijspel. Vervolgens kunt u onder het genot van een heerlijke kop koffie bijkomen in de kantine van FC Zoetermeer.

- Dinsdag 4 juni van 10.00 tot 11.00 uur



Locatie:
FC Zoetermeer
Scheglaan 1

Dansen

Dansen is sport én ontspanning in één. Kom tijdens de lenteweek langs bij dansschool Jessica Dansen. Meld u aan voor de gratis proefflessen, maak kennis met verschillende dansstijlen en ontdek de gezellige sfeer in de dansschool.

Latin moves

- Zaterdag 1 juni om 10.15 uur
- Maandag 3 juni om 18.45 uur
- Zaterdag 8 juni om 10.15 uur

Stijldansen

- Zaterdag 1 juni om 20.00 uur
- Vrijdag 7 juni om 18.45 uur

Argentijnse tango

- Maandag 3 juni om 18.45 uur

Rollatordansen

- Vrijdag 7 juni om 13.00 uur

Zumba

- Donderdag 6 juni om 10.30 uur

Locaties:

Dansschool Jessica Dansen, Gaardedraaf 181 en 185.
Het rolstoeldansen is in De Vlieger, Groen-blauwlaan 133.



Schietsport

Maak kennis met de wereld van schietsport. Deze uitdagende sport draait veel meer om precisie en concentratie dan om fysieke kracht. Het is geschikt voor zowel ervaren schutters als nieuwsgierige beginners. Het raken van de roos blijkt vaak lastiger dan verwacht, maar met de juiste oefening, kennis en ervaring zult u zien dat u snel vooruitgaat.

- Dinsdag 4 juni 19.30 tot 20.30 uur
- Dinsdag 4 juni 20.45 tot 21.45 uur



Locatie:
Schietsportvereniging
Zoetermeer,
Voorweg 54a

Benieuwd hoe fit u bent? Doe de gratis fitscan!

Wilt u meer energie of bent u benieuwd hoe fit u bent? Schrijf u dan in voor een gratis fitscan.

Tijdens de fitscan doet u een aantal korte, eenvoudige oefeningen onder begeleiding van een fysiotherapeut. Na afloop krijgt u een advies op maat, vol met handige tips die u kunnen helpen om u fitter te voelen. De fitscan en het adviesgesprek duren samen 30 minuten. Meedoen is gratis en u zit na afloop nergens aan vast. U kunt van 3 tot en met 9 juni terecht bij de volgende fysiopraktijken:

- Seghwaert Fysiotherapie (Seghwaert)
- PMC Impact (Seghwaert)
- Praktijk voor Fysiotherapie Dunantstraat (Driemanspolder)
- FysiOK (Centrum, driemanspolder)
- SPARK Fysiotherapie (Rokkeveen)
- Impact - fysiotherapie & training (Oosterheem)
- Fysiotherapie Meerzicht & Entree (Meerzicht)
- Fysio Buytenwegh (Buytenwegh)
- MTC Zoetermeer (Buytenwegh)
- Fysio Life Balance (Buytenwegh)

Schrijf u in.

Inschrijven kan via www.zoetermeer.nl/bravo.

Daar vindt u ook de beschikbare tijden en adressen.