

LeunInfo

Contact & aanmelden activiteiten

Voor vragen, suggesties of aanmelding voor activiteiten kunt u contact opnemen met het algemene nummer Welzijnscentrum De Leuning & Seniorenbus:

U kunt ons bellen van maandag t/m vrijdag tussen 09.00 en 16.00 uur | 035 - 542 1129

U kunt ons ook bereiken per mail: leuninfo@pitbaarn.nl

Voorwoord

De maanden vol feestdagen liggen weer achter ons. Toch staat er in juni nog een bijzondere dag op de kalender: Vaderdag. Voor sommigen een mooie en gezellige dag, voor anderen misschien een dag met gemengde gevoelens of herinneringen. Hoe u deze dag ook beleeft, we hopen dat er ruimte is voor fijne momenten.

Voor ons ligt nog een wat rustigere maand, voordat de vakantietijd begint. Ook bij De Leuning zullen de zomermaanden merkbaar zijn. We doen ons best om zoveel mogelijk activiteiten gewoon door te laten gaan, zodat iedereen elkaar kan blijven ontmoeten en samen kan genieten van gezellige momenten.

Daarnaast zijn er plannen voor enkele extra zomeractiviteiten. Daarover vertellen we u graag meer in de volgende editie van het activiteitenblad.

Voor nu wensen wij u een fijne maand toe en hopen we u snel weer te ontmoeten bij één van onze activiteiten.



Gezondheid & Welzijn



Juni – Zomerfit

De dagen zijn lang en warm. Beweeg minimaal 30 minuten per dag, bijvoorbeeld wandelen, fietsen of tuinieren, zodat uw spieren soepel blijven.

Extra tip: vergeet niet regelmatig water te drinken, vooral bij warmte en zon.

MBvO (gym) Vervolg nationale bewegeweek

De Nationale Bewegeweek voor Ouderen is een landelijk initiatief dat jaarlijks in mei plaatsvindt.

Heeft u dit gemist? Ook in juni bent u nog van harte welkom om vrijblijvend een proefles te volgen bij Pit.

Maak kennis met onze activiteiten, ontmoet andere deelnemers en ontdek hoe fijn en gezellig samen bewegen kan zijn. Iedereen kan meedoen op zijn of haar eigen niveau.

09.00 – 09.45 uur | Frisse start met pit

Voor wie van aanpakken houdt. Energieke oefeningen om de dag krachtig te beginnen.

10.00 – 10.45 uur | In beweging met balans

Een mooie middenweg. Bewegen met aandacht, kracht en controle.

11.00 – 11.45 uur | Rustig en bewust bewegen

Voor wie het rustig aan wil doen. Zachte bewegingen, balans en ademhaling staan centraal.

Kom gerust meedoen!





Samen aan tafel

DE BONGERD - Tante Bello, gezamenlijk warme maaltijd

Vindt u het ook prettig om samen met anderen de warme maaltijd te nuttigen? Zou u het fijn vinden om eenmaal per maand op een ongedwongen wijze van een lekkere en gezonde warme maaltijd te genieten? Meldt u zich dan aan! Iedere 1ste vrijdagavond van de maand wordt een aantal belangstellenden met de Seniorenbus naar Tante Bello in De Bongerd in Eemnes gebracht, waar u een lekkere verse maaltijd krijgt voorgeschoteld. U krijgt een hoofdgerecht, een bijgerecht en een dessert. De Seniorenbus haalt u op en brengt u na afloop weer thuis.

Datum: **Vrijdag 5 juni**

Tijd: **aanvang rond 17.30 uur**

Kosten: **€ 12,50 exclusief drankjes (een karaf water staat op tafel)**

Seniorenbus: **€ 4,55 enkele reis**

Aanmelden kan bij Welzijnscentrum De Leuning.

PANNENKOEKENLUNCH

Komt u gezellig mee lunchen?

U kunt genieten van versgebakken pannenkoeken en een kopje soep in goed gezelschap. Wilt u deelnemen? Schrijf u dan snel in, het aantal plaatsen is beperkt!

Datum: **Dinsdag 16 juni**

TIJD: **12.30-14.00 uur**

Kosten: **€ 4,00 per persoon**

Reserveren: **t/m dinsdag 9 juni bij de receptie.**

LUNCH

Elke laatste vrijdag van de maand kunt u bij De Leuning genieten van een heerlijke lunch. Laat u verrassen en meldt u aan. De lunch begint om 12.45 uur en u bent vanaf 12.30 uur van harte welkom.

Datum: **Vrijdag 26 juni**

Kosten: **€ 6,00 per persoon**

Reserveren: **t/m dinsdag 23 juni 14.00 uur bij de receptie.**

Wij hopen u te verwelkomen voor een smakelijke en gezellige lunch!



Nieuws uit de buurt



BUSLIJN 59 U - BUS

Tot en met 25 mei is Lage Vuursche verstoken van openbaar vervoer. Buslijn 59 van U-bus, doet het dorp voorlopig niet meer aan. De lijn Hilversum - Zeist rijdt normaal via Lage Vuursche, maar de haltes zijn komen te vervallen vanwege werkzaamheden in het dorp.

Het gaat om de haltes Lage Vuursche Prins Hendriksoord, Lage Vuursche Venwoude, Lage Vuursche Dorp en Lage Vuursche Hoge Vuurseweg richting Zeist. Reizigers kunnen gebruik maken van halte: Lage Vuursche, Hoge Vuurseweg (lijn 70 richting Soest). Wie richting Lage Vuursche reist kan bellen met de Regiotaxi 088-6251870. Vanaf Lage Vuursche Dorp richting Baarn: bel 088-6251870, richting Zeist: bel 088-6251860. In de avonduren en het weekend rijden busjes van U-flex op afroep.

Meer informatie is te vinden via de [website: www.u-ov.nl/](http://www.u-ov.nl/)

Prago (Praktisch Gericht Onderwijs) biedt al meer dan 40 jaar praktische lessen voor volwassenen die moeite hebben met lezen, schrijven, rekenen of digitale vaardigheden.

Ben je 18+ en vindt u leren moeilijk? Prago helpt!

Bij Prago draait alles om vertrouwen, veiligheid en persoonlijke aandacht. In kleine groepen werken cursisten aan hun eigen leerdoelen, in hun eigen tempo. Zo groeit niet alleen de vaardigheid, maar ook het zelfvertrouwen.

Onze cursisten worden zelfstandiger en doen weer mee in het dagelijks leven thuis, op het werk en in de maatschappij.

Vindt u leren moeilijk? In september start in Baarn een nieuwe Prago-groep (Praktisch Gericht Onderwijs). U bent van harte welkom om mee te doen.

Bij Prago leert u:

- lezen en schrijven
- rekenen
- werken met computer of telefoon

De lessen zijn gratis, 2 uur in de week, gezellig en in een veilige sfeer. U leert in je eigen tempo, met persoonlijke begeleiding.

Meer weten? 06 14683295 (Jitske.velders@prago.nl)

Bij Prago lukt leren wél!



Informatie



Vervoer naar het ziekenhuis in Amersfoort of Hilversum

Woont u in Baarn en heeft u een afspraak in het ziekenhuis in Amersfoort (Meander Medisch Centrum) of Hilversum (Ter Gooi MC)? En kunt u daar niet zelfstandig naartoe? Dan kunt u gebruikmaken van ons vrijwilligersvervoer speciaal voor ziekenhuisafspraken.

Waarom dit vervoer?

De reguliere seniorenbus rijdt alleen binnen Baarn. Voor ziekenhuisafspraken buiten Baarn in Amersfoort of Hilversum is er geen standaard vervoer. Daarom bieden wij

maatwerk: een vrijwillige chauffeur met een eigen auto brengt en haalt u op.

Wat houdt het in?

Een vrijwilliger haalt u thuis op, brengt u naar uw ziekenhuisafpraak in Amersfoort of Hilversum en zorgt ervoor dat u na afloop weer veilig thuiskomt. U wordt van deur tot deur begeleid.

Wat kost het?

- U betaalt € 0,38 per kilometer aan de chauffeur.
- U rekent direct met de chauffeur af na afloop van de rit.
- Er is geen tussenkomst van Pit Baarn bij de betaling.
- Evt. parkeerkaart.

Hoe werkt het aanvragen?

U belt Welzijnscentrum De Leuning 035-5421192 om uw ziekenhuisvervoer aan te vragen.

- Wij zoeken een beschikbare vrijwillige chauffeur.
- U wordt op het afgesproken moment opgehaald en na de afspraak weer thuisgebracht.
- U betaalt de chauffeur direct na de rit.

Voor wie is dit vervoer bedoeld?

- Voor inwoners van Baarn.
- Die geen eigen vervoer of netwerk hebben.
- Een ziekenhuisafpraak hebben in Amersfoort of Hilversum.

Wij doen altijd ons uiterste best om een vrijwilliger voor u te regelen. Het kan echter voorkomen dat er geen vrijwilliger beschikbaar is. In dat geval nemen wij contact met u op en hopen op uw begrip.

Vervoer nodig?

Bel Welzijnscentrum De Leuning 035-5421129 Wij helpen u graag verder.

Pit Baarn bemiddelt bij het vervoer, maar is niet verantwoordelijk voor de uitvoering ervan.

Op reis met de nieuwe OV-pas

Het betalen in het openbaar vervoer is aan het veranderen. Reizen met trein, bus en tram gaat over op OVpay. In- en uitchecken kan eenvoudig met de nieuwe OV-pas of de betaalpas. Daarmee is OVpay de opvolger van de vertrouwde OV-chipkaart.

Loopt de OV-chipkaart binnenkort af? Is er behoefte aan meer informatie over OVpay of hulp nodig bij het aanvragen van een OV-pas? Bezoek dan het gratis OV-inloopsprekuren op:



Datum: dinsdag 2 juni 2026
Tijd: 9.30 – 11.00 uur
Locatie: Gemeentehuis, Stationsweg 18, Baarn

Tijdens een OV-inloopsprekuren kunnen vragen worden gesteld aan OV-ambassadeurs. Zij kunnen meer vertellen over de verschillende vervoersbewijzen, abonnementen en helpen bij het overstappen op OVpay.

Loop vrijblijvend binnen, de OV-ambassadeurs nemen rustig de tijd om alle vragen te beantwoorden.

Kijk voor meer informatie op www.doemeemethetov.nl

Telefonisch spreekuren

Liever telefonisch advies? Bel dagelijks met een OV-ambassadeur tijdens het telefonisch spreekuren. Zij zijn bereikbaar op: 033 208 23 80.

Maandag- t/m vrijdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur
Dinsdag- en donderdagmiddag van 13.30 tot 15.00 uur
Maandag- en woensdagavond van 18.30 tot 20.00 uur

Duofiets



Houdt u van fietsen, maar lukt dat niet meer altijd alleen? Met de duofiets van De Leuning kunt u toch blijven genieten van een fijne fietstocht in de buitenlucht.

Samen met u zoeken wij naar een vrijwilliger om gezellig samen op pad te gaan. Dankzij de elektrische trapondersteuning fietst u comfortabel en ontspannen.

De duofiets is ook ideaal om samen met bijvoorbeeld uw moeder, vriendin of kennis een mooie tocht te maken.

Wilt u meer weten of zich aanmelden voor Fietsmaatjes? Loop gerust binnen bij de receptie van De Leuning en informeer naar de mogelijkheden.



Activiteiten

Inloop de Ontmoeting

Wekelijks samenkomen voor een gezellig gesprek met andere senioren. Buurtbewoners ontmoeten en samen een praatje maken?

Dat kan in Welzijnscentrum De Leuning op dinsdagochtend. Er is een gespreksleidster aanwezig die het gesprek begeleidt en zorgt voor een fijne, ontspannen sfeer.

Een mooi moment om anderen te ontmoeten, ervaringen te delen en gezellig samen te zijn. Loop gerust eens binnen!



Wekelijks: op dinsdag tussen 09:30 - 12:00 uur
Kosten: € 2,50 incl. koffie/thee
Locatie: Welzijnscentrum de Leuning, Oranjestraat 8 Baarn



Rummikub

Heeft u zin in een leuke en ontspannen middag? Kom gezellig rummikubben! Rummikub is niet alleen een gezellig spel, maar ook een leuke manier om nieuwe mensen te ontmoeten en uw hersenen actief te houden.

Wanneer: **dinsdag 16 juni**
Hoe laat: **14.30-circa 16.30 uur**
Waar: **Oranjestraat 8, Baarn**
Kosten: **€ 2,50 inclusief koffie en thee**
Inschrijven: **Graag inschrijven bij de receptie van de Leuning of via 035 542 1129**

Lezing | Hoezo, oud?

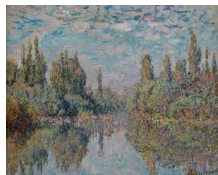
Spreker Hans Koot

We worden steeds ouder en dat merken we op allerlei manieren. Maar wat gebeurt er eigenlijk met ons lichaam en dus ook met onze hersenen als we ouder worden? En hoe houden we hoofd en hart lenig? Ouder worden is verlies, zo kijken veel mensen tegen de latere leeftijd aan. En nu we gemiddeld zoveel langer leven dan onze grootouders leggen we steeds meer nadruk op de beperkingen die samengaan met het lichamelijk verlies. Maar biedt ouder worden naast verlies ook winst? En hoe zit het eigenlijk met onze psychische gezondheid en onze sociale positie?



Waar artsen en neurologen wijzen op het belang van bewegen, voeding en slaap komt er de laatste tijd ook meer plaats voor goede denkgewoonten bij het ouder worden en is er meer oog voor individuele verschillen. Vandaag neem ik u mee langs het proces van ouder worden en wat we kunnen doen om psychologisch fit te blijven. We gaan over de toppen en door dalen van de veroudering en gaan we zien hoe mensen met een verschillende persoonlijkheid daar gezond mee kunnen omgaan.

Datum: **Dinsdag 30 juni**
Tijd: **10.30 uur**
Kosten: **€ 2,50 incl. koffie/thee**
Locatie: **Welzijnscentrum de Leuning, Oranjestraat 8 Baarn**



Tentoonstelling: Meesterwerken uit Le Havre 20 mei 2026 - 13 sep, Singer Museum

In De Leuning geeft Gees-Ineke Smit een presentatie over de tentoonstelling op dinsdagmiddag 23 Juni, aanvang 14.30 uur.

Een zonnige zomertentoonstelling in Singer Laren presenteert topstukken uit de collectie van Musée d'Art Moderne André Malraux (MuMa) in Le Havre. Deze havenstad met dat bijzondere licht van de Normandische kust was een broedplaats van vooruitstrevende ideeën en de bakermat van een van de meest geliefde kunststromingen ter wereld: het impressionisme.

Vele kunstenaars werkten hier en hun schilderijen laten tachtig jaar artistieke vernieuwing zien: van het sfeervolle impressionisme tot de felle kleuren van het fauvisme.

Het Singer Museum in Laren toont kunstwerken die zelden in Nederland te zien zijn, onder meer van Eugène Boudin, Edgar Degas, Raoul Dufy, Henri Matisse, Claude Monet, Camille Pissarro, Pierre-Auguste Renoir en Alfred Sisley.

Datum: **dinsdag 23 juni | 14.30 uur**
Kosten: **€ 2,50 incl. koffie/thee**
Locatie: **Welzijnscentrum de Leuning, Oranjestraat 8 Baarn**

ALZHEIMER CAFÉ BAARN-SOEST

Programma maandag 15 juni | Omgaan met veranderend gedrag

In juni gaan we in gesprek met een GZ-psycholoog bij Silverein, werkzaam bij het mobiel Geriatriesch Team Baarn-Soest. Bij mensen met beginnende dementie zie je naast geheugenproblemen vaak ook veranderingen in het gedrag. Waar komen deze veranderingen vandaan?



Om welke gedragingen kan het gaan? En hoe kun je hier op een goede manier mee omgaan? Ook bespreken we welke ondersteuning beschikbaar is wanneer het gedrag thuis moeilijk hanteerbaar wordt

Iedere derde maandagmiddag van de maand,
Welzijnscentrum De Leuning, Oranjestraat 8 in Baarn
Programma van 14.00 – 15.30 uur (de zaal is geopend vanaf 13.30 uur)



DAGTOCHTEN REISCLUB BAARN

WOENSDAG 22 JULI 2026

De Kersenhof Raamsdonk en Baarle Nassau.



Om 8.45 uur vertrekt de bus vanaf de laatste opstapplaats in Baarn richting Raamsdonk waar u bij De Kersenhof wordt ontvangen onder de overkapping, 'buiten' tussen de kersen met koffie/thee en een vers 'Kersenhof' gebakje. Dit is een ontzettend leuke bestemming.

Daarna volgt een fotopresentatie met uitleg over het bedrijf en de kersenteelt, en aansluitend volgt een rit per kersentreintje door de boomgaard.

Sinds 2021 is er een eigen wijngaard aangeplant met de lekkerste en fruitigste wijndruiven. Na afloop ontvangt iedereen ook nog een heerlijke puntzak kersen voor onderweg!

De koffietafel met kroket is bij Partycentrum 't Maoske in De Moer. Hierna rijden wij naar Baarle Nassau waar u de gelegenheid heeft dit leuke plaatsje te verkennen. Omstreeks 17.15 uur volgt bij restaurant De Gouden Leeuw in Terheijden het 3-gangen diner. We verwachten om ca. 21.30 uur in Baarn terug te zijn.

Datum: woensdag 22 juli

Kosten € 93,00

Inschrijven: Vrijdag 12 juni in "De Leuning van 09.30 uur tot 11.00 uur



Recept van de maand



Juni – Koude aardappelsalade

Ingrediënten:

- 500 gram aardappelen
- 1 augurk
- ½ ui
- 2 eetlepels mayonaise

Bereiding:

Kook de aardappelen, laat afkoelen en meng met ui, augurk en mayonaise. Ideaal bij warm weer of als lichte lunch.



DE NIEUWE SENIORENBUS



Misschien heeft u er al in gezeten, of heeft u hem zien rijden: de mooie, glimmende blauwe bus in Baarn. Dit is de nieuwe elektrische Seniorenbus van PIT Baarn!

Wij zijn ontzettend blij dat we deze bus hebben mogen ontvangen van SFOB die dit mogelijk heeft gemaakt. Dankzij hun betrokkenheid kunnen wij onze dienstverlening voortzetten. Daar zijn wij hen zeer dankbaar voor.

Ook willen wij onze sponsors hartelijk bedanken. Mede dankzij hun steun blijft de bus rijden. Juist in deze financieel uitdagende tijden is dat van onschatbare waarde voor onze gemeenschap. Achter in de Leunifoto vindt u onze sponsors. Samen zorgen we ervoor dat iedereen kan blijven meedoen!



Puzzel

B U I T E N	B J E N		B I O L O G I S C H	B E M E S T E N
M I L I E U	H A R K		C O M P O S T V A T	F L O R A L I A
W I E D E N	W O R M		R E L I É F T U I N	G R O E N T E N
Z A A I E N	Z A A D		S T O B B E N P A D	R A D I J S J E S
G M L E S D E O V W I E D E N N D A L				S C H O F F E L
A B B O N E N P L U K D A G E A I A O				S P R O E I E N
D L N I U T N E D I U R K I P L A N R				T H E E T U I N
T O R E L I É F T U I N E N A I E A R				W O R K S H O P
S E E D U C A T I E F O E R R I D E I			E D U C A T I E F	
E M M E N K T U S S R B O E A J D N N			I M K E R I D A G	
E E T O R E E U P G B L T A S N I C S			K R U I W A G E N	
F N I A E I G R I O F A Z J I U N O E			P R O E F T U I N	
M T H M L R O A T N M U E L T B I M C				
O U S I K E A S W S P S V E E E U P T			De Groene Inval	
O I M C I E I S E I D A E B T M T O E			NATUUR MILIEU EDUCATIEF CENTRUM	
B N B E H B R L V I U H D U G E F S N			B L O E M E N T U I N	
N P N L J O N J U J T R E I O S E T M			G E U R P L A N T E N	
S O D E O E F R D M V D K T O T O V U			K R U I D E N T U I N	
A H N A O E K F R A R E I E R E R A U			M O E R A S V J V E R	
M C E R A N I O E A G R R N D N P T R				
E S G E O Z W E A L N E T N E O R G N			B L O E I E N	
N N E T S G O O N H C S I G O L O I B			D R O O G T E	
N E T N A L P R U E G W O R K S H O P			G R O E I E N	
			O N K R U I D	
A A R D E			O O G S T E N	
G R O E N			T U I N P A D	
S A M E N			V L I N D E R	
S C H O P			V O E D S E L	
B O N E N P L U K D A G				
B O O M F E E S T D A G				
I N S E C T E N M U U R				
L E S M A T E R I A A L				

Oplossing puzzel **mei**: Buitenzwembad

Streek de woorden rond het thema **De Groene Inval** (vroeger School- en Werktuinen) door in het grootste letterveld. Letters worden steeds eenmaal gebruikt. De overgebleven letters vormen de oplossing.

