

2023 - 2024



# Het team



**Twan Beckers**

Directeur  
Ma | Di | Do | Vr



**Miranda Aalmoes**

Financiën  
Ma | Di | Do



**Marja Smeets**

Secretariaat  
Ma t/m Vr

## SWOS kantoor

Molenstraat 8C  
3764 TG Soest

info@swos.nl  
035 - 602 36 81

Telefonisch bereikbaar:  
08:30 - 13:30 uur



**Mirian Dijkstra**

Secretariaat  
Ma | Do | Vr



**Maria Muis**

Secretariaat  
Di | Wo



**Daphne Wagenaar**

Vrijwilligersmakelaar +  
Ouderenadviseur  
Ma | Di | Do | Vr



**Jenneke Hotke**

Ouderenadviseur  
Ma | Di | Do



**Christien Hoekstra**

Ouderenadviseur +  
Communicatie  
Di | Wo | Vr



**Tineke Campschreur**

Seniorencoach  
Ma | Di | Do



**Marijke Roest**

Beweegmakelaar  
Ma | Di | Do



**Sanne van den Berg**

Beweegmakelaar  
Di | Wo | Do | Vr



**Esperanza Reina**

Mantelzorgondersteuning  
Ma | Di



**Jozef Hornman**

OC de Klarinet  
Ma | Di | Do



**Dolores van Enkhuijzen**

OC Soesterberg  
Ma | Di | Wo | Vr



**Anja van Vliet**

OC Klarwater  
Ma | Di | Wo | Do

# Voorwoord

Voor u ligt de nieuwe activiteitengids. In deze vernieuwde uitgave zijn de activiteiten voor het seizoen 2023 - 2024 opgenomen. De ontmoetingscentra in Klarwater, de Klarinet en Soesterberg bieden een diversiteit aan activiteiten.

Naast het aanbod van activiteiten in de ontmoetingscentra worden gedurende het jaar allerlei extra activiteiten georganiseerd die niet zijn opgenomen in deze activiteitengids. Het is daarom van belang om de vernieuwde website [www.swos.nl](http://www.swos.nl) goed in de gaten te houden voor informatie over nieuwe activiteiten.

Voor bepaalde activiteiten is het mogelijk om later in het seizoen in te stromen. Actuele informatie over het activiteitenaanbod wordt ook gecommuniceerd via de digitale nieuwsbrief. Hiervoor kunt u zich kosteloos aanmelden via [www.swos.nl/nieuwsbrief](http://www.swos.nl/nieuwsbrief)

Om het inschrijven voor een activiteit eenvoudiger te maken, vindt u in deze activiteitengids de

inschrijfformulieren voor de activiteiten die worden georganiseerd in de drie verschillende ontmoetingscentra. Daarnaast is een inschrijfformulier toegevoegd voor activiteiten die plaats vinden buiten het ontmoetingscentra. Tot slot is het standaardformulier voor een automatische machtiging bijgevoegd.

We wensen u veel leesplezier en hopen u uiteraard snel te ontmoeten tijdens één van onze activiteiten.

## Partners

De SWOS heeft als doel inwoners binnen de gemeente Soest zo lang mogelijk zelfstandig thuis te laten wonen en zo lang mogelijk deel te laten nemen aan activiteiten in de samenleving. Hierbij wordt de SWOS ondersteund door talloze lokale partners en vrijwilligers. De partners die de SWOS een warm hart toedragen, zijn op de volgende pagina weergegeven. Naast de betrokkenheid van lokale partners kan de SWOS niet zonder de inzet van de vele vrijwilligers.



# Partners

**Hulleman optiek**  
VOOR OOGZORG

**BROUWER**  
WIJNHANDEL - SLIJTERIJ  
PARTYSERVICE

 **De Bundeling**  
Fysiotherapie

**Rotary**  
Soest-Baarn 

**fysiotherapie**  
Honsbergen

**FYSIOCENTRUM**  
VEENSTREEK

 **FYSIOTHERAPIE**  
SOESTDIJK

 **Martin van Zijp**  
juwelier

 **Van de Ven**  
FOR OFFICE & MORE  
van-de-ven.nl

**stalenhoef**  
total sign

**TOP'S**  
EDELGEBAK

**WASIEL STEITNER**  
uw interieurspecialist

**JUMBO**  
Arnaud van de Graaf

 **TANDHEELKUNDIG CENTRUM**  
BEUKENLAAN

 **WIJNHANDEL**  
Gommers

 **IJSSALON**  
BEMER

**MMS**  
MEUBEL MAATWERK SOEST

 **KUNSTGEBIT SOEST**  
TANDPROTHETISCHE PRAKTIJK

 **van Foeken**  
Schilderwerken

**R. OUD**  
Verhuur SOEST

 **DE BIRKT**  
BENZINESTATION EN AUTOVERHUUR

**sabrosa**  
KITCHEN | BAR

 **VAKGARAGE NEWO SOEST**

**expert** 

 **ROYAL TASTE**  
COMPANY

 **DE LINDENHOF**

 **WONINGINRICHTING**  
-AANHUIS.NL

**M**  
Verrips Makelaardij o.z.

**@to**  
internetburo

# Diensten

## INFORMATIE EN ADVIES

### Informatiepunt senioren

De SWOS is voor alle inwoners het eerste aanspreekpunt en het centrale informatiepunt voor vragen rondom senioren in Soest en Soesterberg. Het secretariaat is op werkdagen bereikbaar van 08:30 – 13:30. Mocht u als inwoner van Soest en Soesterberg ergens tegenaan lopen, een behoefte en/ of wens onder de aandacht willen brengen, schroom dan niet om contact met het secretariaat op te nemen.



### Ouderenadviseurs

De ouderenadviseurs zijn deskundige medewerkers die zelfstandig wonende ouderen en mensen uit hun directe omgeving helpen bij allerlei vragen op het gebied van wonen, welzijn en zorg.

Het gevoel er alleen voor te staan of zich geïsoleerd voelen kan ons allemaal overkomen. De activiteiten tegen vereenzaming kunnen helpen. Onze ouderenadviseurs luisteren en bespreken met u knelpunten rond eenzaamheid en verlies.

De ouderenadviseurs werken onafhankelijk en helpen u om uw vragen of problemen op een rijtje te zetten. Uw privacy wordt daarbij beschermd. Samen met de ouderenadviseur wordt gezocht naar oplossingen die bij uw situatie passen. De ouderenadviseurs ondersteunen eveneens bij het contact leggen met andere instanties.

### Signaalpunt Eenzaamheid

Maakt u zich zorgen om iemand uit Soest of Soesterberg die eenzaam is? Via het 'Signaalpunt Soest

tegen Eenzaamheid' kunt u een melding doen. Dit kan geheel anoniem (maar hoeft niet).

Het is een laagdrempelig loket waar iedereen (bv professionals, familieleden, bureaus, ondernemers) zijn of haar zorg over eenzame inwoners kan achterlaten. Ook als jij jezelf eenzaam voelt mag je een melding doen. Binnen 48 uur wordt de melding opgepakt door de welzijnsinstanties SWOS, Welzin of Balans. Samen met de inwoner -waarvoor is gemeld- wordt gekeken naar de situatie en waar mogelijk ondersteuning gewenst is.

Het melden van een signaal kan via 035 609 00 04 of via [www.signaalpuntsoest.nl](http://www.signaalpuntsoest.nl).

### Seniorenconsulenten

De seniorenconsulenten zijn vrijwilligers die als vertrouwenspersonen, onder verantwoordelijkheid van de SWOS, inwoners helpen en adviseren bij administratieve en/of financiële vragen. U kunt hierbij denken aan o.a. hulp bij: huurtoeslag en zorgtoeslag | WMO-voorzieningen | bijzondere bijstand | kwijtschelding of vermindering van provinciale en/of gemeentelijke belastingen | hulp bij de belastingaangifte | vragen over AOW en pensioen | ziektekostenverzekeringen | opstellen van brieven en bezwaarschriften.

De seniorenconsulenten helpen ook bij het op orde brengen van uw administratie thuis als u het overzicht mist of niet veel ervaring heeft met het bijhouden van uw administratie.

### Mantelzorgondersteuning

Het zorgen voor een naaste is voor de meeste mensen vanzelfsprekend. Iedereen krijgt vroeg of laat te maken met mantelzorg en mensen doen dit uit liefde en/of zorg voor elkaar. Er kan veel van u worden gevraagd als mantelzorger. Voor individuele ondersteuning voor mantelzorgers kunt terecht het Steunpunt Mantelzorg en bij de mantelzorgondersteuner van de SWOS.

Zij denken met u mee over hoe om te gaan met de ziekte van uw naaste en helpt u bij antwoorden op vragen en bespreekt de mogelijkheden waar u als mantelzorg zelf gebruik van kunt maken. Daarnaast kunnen zij meedenken in het tijdelijk overnemen van uw taken als mantelzorg door een vrijwilliger.

Ook op [zorgzaam.soest.nl](http://zorgzaam.soest.nl) vindt u veel informatie over mantelzorgondersteuning.

## Cursus omgaan met dementie (voor vrijwilligers)

In Nederland hebben ruim 290.000 mensen dementie. Het aantal mensen met dementie zal als gevolg van de vergrijzing in de toekomst explosief stijgen naar meer dan een half miljoen in 2040.

De SWOS organiseert jaarlijks voor de vrijwilligers van de SWOS bijeenkomsten in Soest en Soesterberg over het onderwerp dementie. Hierin krijgt u informatie over het onderwerp en tips over hoe om te gaan met mensen met dementie in uw naaste omgeving. Op basis van behoefte worden deze bijeenkomsten georganiseerd. Aanmelden kan via het secretariaat of door binnen te lopen in één van de OC's.

## PRAKTISCHE HULP THUIS

### Maaltijden aan huis

Het liefst kookt u natuurlijk zelf maar er kunnen verschillende redenen zijn waardoor u tijdelijk of permanent niet meer in staat bent zelf boodschappen te doen en/of te koken. Dan is een maaltijdvoorziening aan huis een mooie oplossing.



Bij de SWOS kunt u terecht voor warme, koelvers en vriesvers maaltijden. De warme maaltijden worden

dagelijks tussen 12:00 en 13:00 bij u thuis bezorgd. De koelvers maaltijden worden vier maal per week (ma | wo | vr | za) thuis bezorgd tussen 09:30 en 11:00. De vriesvers maaltijden worden iedere dinsdag (1x per week) bezorgd tussen 09:30 en 11:00.

De maaltijden worden door een vaste groep vrijwilligers bezorgd. Naast het bezorgen van de maaltijden hebben de maaltijdbezorgers ook aandacht voor al uw vragen.

### Klusjesdienst

De Klusjesdienst bestaat uit vakkundige vrijwilligers, die kleine klusjes in en om uw woning uitvoeren. Denk hierbij o.a. aan: lekkende kranen | ophangen van schilderijen e.d. | Instellen van radio en televisie | vervangen van lampen | bijvullen van de centrale verwarming | herstellen van rolgordijnen | reparatie van schemerlampen e.d. | vervangen van filters van de afzuigkap | hulp bij computerproblemen | leren omgaan met nieuwe huishoudelijke apparaten | technisch advies.

Deze dienstverlening is voor alle senioren en/of gehandicapten die zelfstandig wonen in Soest en door fysieke beperkingen zelf niet de mogelijkheid hebben een klusje uit te voeren. Aan deze dienst zijn kosten verbonden (€ 3,00 voorrijkosten en een bedrag van € 6,50 per halfuur)

### Tuinonderhoud

De tuinonderhouddienst bestaat uit vrijwilligers die ervoor zorgen dat uw (kleine) tuin er netjes uit blijft zien. Deze dienstverlening is bedoeld voor senioren en/of gehandicapten met een kleine portemonnee die zelfstandig wonen in Soest/Soesterberg en door fysieke beperkingen niet in staat zijn hun (kleine) tuin te onderhouden. Hierbij wordt een inkomensgrens gehanteerd (1 pers. huishouden max. €35.000 en meerpersoons huishouden max. €45.000).

De werkzaamheden bestaan uit onkruid wieden, bloemperken schoffelen en aanharken, snoeiwerk en overig klein onderhoud dat in overleg met de tuinvrijwilliger wordt besproken.

Het aanleggen van tuinen, tuinpaden, terrassen en onderhouden van vijvers, gras maaien en het snoeien/rooien van bomen valt niet onder deze dienstverlening.

Aan deze dienst zijn kosten verbonden (€ 3,00 voorrijkosten en een bedrag van € 6,50 per halfuur).



### Personenalarmering

Personenalarmering is een systeem waarmee u in noodsituaties via één druk op de knop hulp kunt inschakelen. Dat kan met behulp van een hals hanger of een horloge. Als u alleen woont of bang bent om te vallen dan is personenalarmering een geruststellende oplossing om snel noodzakelijke hulp in te schakelen. De SWOS kan u hierin adviseren.



### Seniorenbus

Iedere werkdag (maandag t/m vrijdag) is het tussen 09:00 en 17:00 mogelijk om gebruik te maken van de seniorenbus. De seniorenbus brengt u binnen Soest/Soesterberg van deur tot deur naar familie, vrienden, bekenden, winkelcentra, ontmoetingscentra, markt, huisarts, fysio etc.

Vanaf 1 januari 2024 is het tarief voor een enkele rit € 1,80 en voor een retour € 3,60 voor ritten binnen Soest/Soesterberg.

De seniorenbus vervoert inwoners ook naar Ziekenhuis "Meander" in Baarn en Amersfoort en naar Zorgcentrum De Lichtenberg, Birkhoven en Zon en Schild in Amersfoort. De ritprijs voor een enkele reis naar deze bestemmingen bedraagt € 3,60 en € 7,30 retour.



De SWOS beschikt over twee seniorenbussen met 8 zitplaatsen per bus. De bus beschikt over een lift en rolstoelen en rollators kunnen worden vervoerd. In de seniorenbussen kan alleen betaald worden via de pin.

Het inplannen van een rit is alleen telefonisch mogelijk op werkdagen tussen 09:00 en 17:00 via 035 – 601 91 90.

### Valpreventie "cursus Vallen Verleden Tijd"

Al veel senioren hebben meegedaan aan de cursus Vallen Verleden Tijd. Dit valpreventieprogramma is ontwikkeld voor mensen die gevallen zijn en/of een risico hebben om te vallen. Tijdens de cursus leert u op de juiste manier vallen en krijgt u oefeningen die uw balans verbeteren door middel van een hindernisbaan.

Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat met deze cursus de kans op valongelukken gehalveerd wordt.

U krijgt door de cursus tevens inzicht in waar voor u zelf de risico's liggen ten aanzien van balans en vallen. Onder leiding van gespecialiseerde fysiotherapeuten krijgt u 10 lessen van 1,5 uur. De cursus wordt twee

keer per jaar georganiseerd (voorjaar en najaar). Voor informatie over de cursus en actuele cursusdata kunt u contact opnemen met het secretariaat van de SWOS.



## ONTMOETEN

### Ontmoetingscentra

De SWOS heeft drie ontmoetingscentra (OC's): OC Soesterberg, OC de Klarinet en OC Klarwater. In de OC's kunt u terecht voor een ontmoeting met een kopje koffie of thee, maar ook voor vele (club) activiteiten en cursussen. Het betreft bewegen, creativiteit, ontmoeten en ontwikkeling.

Elk ontmoetingscentrum heeft een sociaal werker plus een team van vrijwilligers die dit alles mogelijk maken.

### Groet & Ontmoet

Heeft u zin om samen met anderen iets te gaan doen? Wilt u samen fietsen of wandelen, naar een concert of museum, maar doet u dit liever met iemand anders samen? Tijdens Groet & Ontmoet leert u andere inwoners kennen die ook op zoek zijn naar contact.

Voor 2023 staan de data al gepland: 9 september, 30 september, 14 oktober (Locatie: Soesterdal in Soesterberg) en 11 november. Tijd: 14:00 - 16:00 uur. Locatie: 't Louvre.

Let op! Alle data zijn in 't Louvre, behalve 14 oktober. Dan is de locatie Soesterdal in Soesterberg.

### Museummaatje

Vindt u het leuk om een museum te bezoeken? Samen met een groepje onder begeleiding van een vrijwilliger wordt geregeld een bezoek gebracht aan

een museum. Hierbij wordt gereisd met de trein naar het betreffende museum. Vanaf 1 september start deze activiteit. Het deelnemen aan deze activiteit kost € 17,50 per jaar. Daarnaast dient u zelf de kosten voor het OV en de entree aan het museum te betalen.

### Een leuk uitje op landgoed de Paltz

In samenwerking met het Herman van Veen Arts Centre is in de strijd tegen eenzaamheid het Bertus Leerkes project door Herman van Veen geïntroduceerd. Senioren inwoners uit Soest en Soesterberg zijn van harte welkom op het landgoed de Paltz om een voorstelling bij te wonen. Kijk voor meer informatie op de website [www.hermanvanveenartscenter.com](http://www.hermanvanveenartscenter.com).

Als u met eigen vervoer gaat dan kunt u de auto parkeren bij het Hilton Royal Parc Soestduinen. Tussen het Hilton en de Paltz rijdt vanaf een half uur voor de voorstelling een pendelbus die u afzet bij de Villa.

### Contactcirkel

De Contactcirkel zorgt voor dagelijks contact. Iedere dag (365 dagen per jaar) op een afgesproken tijdstip is er even telefonisch contact met de deelnemers, van mens tot mens. Vanuit OC de Klarinet wordt er iedere ochtend gebeld.

Een vrijwilliger van het Rode Kruis belt de eerste deelnemer om te horen of alles nog in orde is. Deze deelnemer belt de volgende en zo verder. De laatste deelnemer belt de vrijwilliger van het Rode Kruis. Zo is de cirkel weer rond. De wetenschap dat er bij geen gehoor iemand naar het huisadres komt en indien nodig hulp inschakelt, is geruststellend. Niet alleen voor de deelnemer, maar ook voor de familie.

### Seniorengoed

Als u thuis woont en minder goed kunt deelnemen aan activiteiten buitenshuis en/of als u geen groepsmens bent, is het van belang om de dagen op een leuke manier in te vullen. Het kan ook zijn dat u een vraag heeft over het oppakken van een oude hobby of dat u op zoek bent naar een nieuwe hobby die nu bij uw leven past.



De seniorencoach denkt mee over (her)ontdekken van passende, individuele activiteiten, binnenshuis en/ of buitenshuis. Door activiteiten uit te proberen kan de seniorencoach meekijken en ideeën en praktische oplossingen inbrengen. Er zijn twee mogelijkheden om met de seniorencoach in gesprek te gaan; tijdens een wandeling waarbij u letterlijk in beweging komt of bij een bezoek aan huis.

### Vrijwillige hulp thuis

Lukt het niet actief deel te nemen aan de maatschappij om wat voor reden dan ook? Mist u een praatje met iemand, zoekt u wat gezelligheid of zou u graag met iemand even de deur uit gaan, maar is een groepsactiviteit niet passend bij u? Er zijn vrijwilligers die één op één gekoppeld worden om samen met u op pad te gaan of bij u thuis te komen.

## BEWEGEN

### Beweegmakelaars

Als u dilemma's ervaart bij mobiliteit en/of een extra zetje nodig heeft om meer te bewegen, kunt u gebruik maken van de kennis en ervaring van de beweegmakelaars. De beweegmakelaars zijn op de hoogte van de verschillende beweeg- en sportactiviteiten binnen Soest/Soesterberg en kunnen u goed begeleiden.



De beweegmakelaar aangepast sporten is het eerste aanspreekpunt voor inwoners die te maken hebben met een beperking of handicap. Dit geldt voor alle leeftijden.

### Een rit met de Riksja

Kunt u zelf niet meer fietsen of kent u iemand die het fijn vindt om met een riksja de mooie plekjes binnen Soest/Soesterberg weer eens te verkennen? De riksja wordt bestuurd door een vrijwilliger en neemt twee passagiers mee. U gaat lekker op het bankje van de riksja zitten en de rest gaat vanzelf. Samen met bijvoorbeeld een familielid, vriend of begeleider geniet u van de omgeving en haalt u mooie herinneringen op aan plekjes in Soest/Soesterberg, waar u al jaren niet meer bent geweest.

Een rit op de riksja duurt ongeveer anderhalf uur en de vrijwilliger haalt u thuis op. Er zijn geen kosten aan verbonden. Een riksjarit kan alle dagen van de week worden geboekt, tussen eind april en half oktober (zolang het mooi weer is).

### Fietsen met de Duofiets

Naast het gebruik van de Riksja is het mogelijk om een Duofiets bij de SWOS te reserveren. Omdat u naast elkaar zit en niet achter elkaar wordt deze fiets ook wel side-by-side tandem genoemd. Met deze elektrische fiets kunt u samen met een familielid, vriend, bekende of een vrijwilliger van de SWOS een mooie tocht door de gemeente Soest maken.

Voor het gebruik van de Duofiets wordt een vergoeding gevraagd: € 5,- per keer en € 20,- voor een weekend. Om de fiets te reserveren kunt u contact opnemen met het secretariaat van de SWOS.

## RUIMTE HUREN

De SWOS heeft in Soest en Soesterberg diverse vergaderzalen ter beschikking die gehuurd kunnen worden voor vergaderingen, bijeenkomsten of andere activiteiten. Voor meer informatie over de verschillende mogelijkheden kunt u contact opnemen met het secretariaat.

## Ontmoetingscentrum Soesterberg

Dorpsplein 18  
3769 VA Soesterberg

soesterberg@swos.nl  
0346 35 14 02

### Cursussen

Bewegen	Aantal lessen	Dag	Tijd	Bedrag	Start
Pilates	35	Wo	10:00 - 11:00	€ 186,00	06 sept. '23
Yoga	30	Ma	12:00 - 13:00	€ 154,00	04 sept. '23
Yoga	30	Di	12:00 - 13:00	€ 154,00	05 sept. '23
Yoga	30	Wo	11:30 - 12:30	€ 154,00	06 sept. '23
Zumba	35	Di	16:00 - 16:45	€ 180,00	19 sept. '23

### Creatief

Schilderen	10	Di	13:30 - 15:30	€ 100,00	05 sept. '23
Smartlappenkoor	35	Ma	10:00 - 11:30	€ 241,00	04 sept. '23



### Clubaanbod (op basis van jaarlijkse contributie)

Biljarten (vrij)		Ma   Di   Wo   Do   Vr	10:00 - 23:00	€ 40,00	Doorlopend
Biljarten (club)		Do	19:30 - 22:00	€ 40,00	Doorlopend
Koersbal		Do	13:30 - 16:00	€ 40,00	Doorlopend
Bridgen *		Di	19:00 - 22:30		Doorlopend
Leesclub (8x per jaar) *		Ma	09:30 - 11:30		Doorlopend
Sjoelen		Wo	19:30 - 21:30	€ 40,00	Doorlopend



### Activiteitenaanbod (op basis van inschrijfgeld per keer)

Bingo		3e vr v/d maand	19:30 - 23:00	€ 6,50	Per bingokaart
Dansen		Laatste za v/d maand	20:00 - 23:00	€ 4,00	Per keer
Pannenkoekeninloop		Laatste za v/d oneven maand	12:30 - 14:00	€ 2,75	Per pannenkoek
Seniorendis (maaltijd)		Ma   Wo   Do	17:00	€ 9,00	Per maaltijd
Seniorendis (maaltijd)		Vr	12:30	€ 9,00	Per maaltijd
Bakkie, praatje, plaatje (thema)		3e wo v/d maand	14:00 - 16:00	€ 2,50	Per bezoeker

### Activiteitenaanbod (zonder inschrijfgeld)

Jeu de Boules		Ma   Di   Wo   Do   Vr	13:30	€ 0,00	Doorlopend
Bakkie, praatje, plaatje		Wo	14:00 - 16:00	€ 0,00	Doorlopend
Breisoos		Di	10:00 - 11:30	€ 0,00	Doorlopend
Herensoos		Di	10:00 - 11:30	€ 0,00	Doorlopend
Koffie inloop ochtend		Ma   Di   Wo   Do   Vr	10:00 - 11:30	€ 0,00	Doorlopend
Koffie inloop middag		Ma   Di   Wo   Do   Vr	15:00 - 16:30	€ 0,00	Doorlopend
Koffie inloop zaterdag		Za	10:00 - 11:30	€ 0,00	Doorlopend
Spelletjessoos		Di	13:30 - 15:30	€ 0,00	Doorlopend
Wandelen		Do	09:30 - 10:30	€ 0,00	Doorlopend



\* Deze activiteiten worden door externen aangeboden in het OC en extern gefactureerd. Voor meer informatie kunt u terecht bij de sociaal werker.

### Cursussen

Bewegen	Aantal lessen	Dag	Tijd	Bedrag	Start
Bewegen op muziek	35	Ma	13:30 - 14:15	€ 172,00	11 sept. '23
Countryline voor beginners	35	Ma	09:30 - 10:45	€ 178,00	11 sept. '23
Countryline	35	Ma	10:45 - 12:00	€ 178,00	11 sept. '23
Countryline	35	Do	09:30 - 10:45	€ 178,00	14 sept. '23
Countryline	35	Do	10:45 - 12:00	€ 178,00	14 sept. '23
Pilates	20	Di	11:30 - 12:30	€ 104,00	12 sept. '23
Pilates op de stoel	20	Di	12:45 - 13:45	€ 104,00	12 sept. '23
Yoga	35	Di	10:00 - 11:00	€ 186,00	12 sept. '23



### Clubaanbod (op basis van jaarlijkse contributie)

Biljarten (vrij)	Ma   Di   Wo   Do	10:00 - 16:00	€ 102,00	Doorlopend
Biljarten (vrij)	Vr	10:00 - 12:00	€ 102,00	Doorlopend
Bridge *	Ma	13:30 - 16:30		Doorlopend
Bridge *	Wo	13:30 - 16:30		Doorlopend
Jokeren en Klaverjassen *	Wo	13:30 - 17:00		Doorlopend
Sociëteit 70+	Do	14:00 - 16:00	€ 40,00	Doorlopend
Spellenmiddag	Do	14:30 - 16:30	€ 40,00	Doorlopend
Koersbal	Wo	10:00 - 12:00	€ 40,00	Doorlopend
Tai chi chuan - Chi Kung	Di	14:00 - 15:00	€ 40,00	Doorlopend
Tai chi chuan - Chi Kung	Do	14:00 - 15:00	€ 40,00	Doorlopend



### Activiteitenaanbod (op basis van inschrijfgeld per keer)

Biljarten (vrij)		Ma   Di   Wo   Do	10:00 - 12:00	€ 2,75	Dagdeelpas
Biljarten (vrij)		Ma   Di   Wo   Do	14:00 - 16:00	€ 2,75	Dagdeelpas
Biljarten (vrij)		Vr	10:00 - 12:00	€ 2,75	Dagdeelpas
Bingo		2e vr. v/d maand	13:30 - 16:00	€ 6,50	Per bingokaart
Creatief		Do (in overleg)	10:00 - 12:00	€ 1,50	Per keer
Maaltijd (lunch)		2e di. v/d maand	12:30 - 15:00	€ 8,50	Per maaltijd
Pannenkoekeninloop		4e vr. v/d maand	12:30 - 14:30	€ 2,75	Per pannenkoek
Soep van de dag		1e en 3e di v/d maand	12:00 - 13:00	€ 1,00	Per keer



### Activiteitenaanbod (zonder inschrijfgeld)

Computerinloop		Di	09:30 - 11:30	€ 0,00	Doorlopend
Fietsgroep		Wo	13:00 - 15:00	€ 0,00	Doorlopend
Koffie inloop		Ma   Di   Wo   Do	10:00 - 12:00	€ 0,00	Doorlopend
OV inlooppuur		2e di. v/d maand	10:00 - 11:30	€ 0,00	Doorlopend
Rollator spreekuur		4 keer per jaar*	10:00 - 11:00	€ 0,00	Doorlopend
Wandelen		Di	10:00 - 11:30	€ 0,00	Doorlopend
Wandelen		Wo	09:00 - 11:00	€ 0,00	Doorlopend
Yalp fitness		Di	10:00 - 11:00	€ 0,00	Doorlopend
Yalp fitness		Vr	10:00 - 11:00	€ 0,00	Doorlopend

\* Deze activiteiten worden door externen aangeboden in het OC en extern gefactureerd. Voor meer informatie kunt u terecht bij de sociaal werker.

## Cursussen

Bewegen	Aantal lessen	Dag	Tijd	Bedrag	Start
Bewegen op muziek (Op de stoel)	33	Di	09:30 - 10:15	€ 165,00	05 sept. '23
Bewegen op muziek (Actieve beweeggroep)	33	Di	10:30 - 11:15	€ 165,00	05 sept. '23
Bewegen op muziek (Conditie training)	33	Di	11:30 - 12:15	€ 165,00	05 sept. '23
Yoga	32	Do	09:00 - 10:00	€ 171,00	14 sept. '23
Yoga	32	Do	10:15 - 11:15	€ 171,00	14 sept. '23

## Creatief

Schilderen	25	Di	13:30 - 15:30	€ 225,00	05 sept. '23
Schilderen (introductiecursus)	4	Wo	09:30 - 11:30	€ 36,00	13 sept. '23

## Ontwikkeling

Filosofiekring 1	10	Do	14:00 - 16:00	€ 120,00	14 sept. '23
Filosofiekring 2	10	Do	14:00 - 16:00	€ 120,00	28 sept. '23
Levensverhaal schrijven	11	Do	09:30 - 11:30	€ 158,00	02 nov. '23
Spaans voor beginners - niveau A1 (Boekje op stap)	10	Ma	09:00 - 10:15	€ 83,00	02 okt. '23
Spaans niveau A2 / A3 (Spaans conversatie)	12	Ma	10:30 - 12:00	€ 100,00	02 okt. '23
Spaans conversatie niveau B1	12	Ma	12:30 - 14:00	€ 100,00	02 okt. '23



## Clubaanbod (op basis van jaarlijkse contributie)

Biljarten (vrij)		Ma   Di   Do   Vr	09:30 - 12:00	€ 102,00	Doorlopend
Biljarten (vrij)		Wo	09:30 - 16:00	€ 102,00	Doorlopend
Biljarten (club)		Ma   Di   Do   Vr	13:00 - 16:30	€ 102,00	Doorlopend
Bridgen		Ma	09:30 - 12:00	€ 40,00	Doorlopend
Koersbal		Ma	14:00 - 16:00	€ 40,00	Doorlopend

### Activiteitenaanbod (op basis van inschrijfgeld per keer)

Biljarten (vrij)		Ma   Di   Do   Vr	09:30 - 12:00	€ 2,75	Dagdeelpas
Biljarten (vrij)		Wo	09:30 - 16:00	€ 2,75	Dagdeelpas
Bingo		Laatste do v/d maand	13:30 - 16:00	€ 6,50	Per bingokaart
Lunch   Maaltijd		3e woe v/d maand	12:30	€ 4,50   € 8,50	Per maaltijd

### Activiteitenaanbod (zonder inschrijfgeld)

Brei café		Wo	10:00 - 11:30	€ 0,00	Doorlopend
Brei café		Vr	14:00 - 16:00	€ 0,00	Doorlopend
Koffie extra		Di	10:00 - 11:15	€ 0,00	Doorlopend
Koffie extra		Wo	14:30 - 15:45	€ 0,00	Doorlopend
Koffie inloop		Ma   Di   Wo   Do   Vr	09:30 - 16:00	€ 0,00	Doorlopend
Wandelen		Vr	10:00 - 11:00	€ 0,00	Doorlopend
Rollator spreekuur (2x per jaar) okt en mrt		N.t.b.	N.t.b.	€ 0,00	Doorlopend



## Activiteiten buiten Ontmoetingscentrum

### Cursussen

Bewegen	Aantal lessen	Dag	Tijd	Bedrag	Start
Actief sporten	35	Wo	20:45 - 21:45	€ 186,00	06 sept. '23
Actief sporten	35	Vr	09:30 - 10:30	€ 186,00	08 sept. '23
Buiten sporten	10	Vr	11:00 - 12:00	€ 57,50	08 sept. '23

### Activiteitsaanbod (op basis van jaarlijkse contributie)

Museummaatje		Zo	10:00 - 16:00	€ 17,50	Doorlopend
--------------	--	----	---------------	---------	------------

### Activiteitsaanbod (zonder inschrijfgeld)

#### Bewegen

Wandelen <i>parkeerplaats Mariënborg</i>		Ma	14:00 - 15:00	€ 0,00	Doorlopend
Wandelen <i>OC de Klarinet</i>		Di	10:30 - 11:30	€ 0,00	Doorlopend
Wandelen <i>Lou-vre</i>		Wo	10:30 - 11:30	€ 0,00	Doorlopend
Wandelen <i>Kinderboerderij de Veenweide</i>		Do	13:30 - 14:30	€ 0,00	Doorlopend
Wandelen <i>Tennispark de Toss/ Sportboulevard de Engh</i>		Do	16:30 - 17:30	€ 0,00	Doorlopend
Wandelen <i>Buurthuis de Willemien</i>		Do	09:30 - 10:30	€ 0,00	Doorlopend
Petanque <i>Pleintje Mariënborg</i>		Do	10:00 - 12:00	€ 0,00	Doorlopend

#### Ontmoeten

Groet & Ontmoet		Za (n.t.b.)	14:00 - 16:00	€ 0,00	
-----------------	--	-------------	---------------	--------	--



# Lijst met adressen

## Kantoor SWOS

Molenstraat 8C  
3764 TG Soest

## Buiten sporten

Bos bij Colenso, bij nr.93

## Kinderboerderij de Veenweide

Vedelaarpad 53  
3766 CM Soest

## 't Lou-vre

Van Weedestraat 97  
3761 CD Soest

## Parkeerplaats Mariënborg

Burgemeester Grothestraat 80  
3761 CN, Soest

## Sportboulevard De Engh

Dalweg 181  
3762 AW Soest

## Sporthal Smitsweg

Smitsweg 44  
3765 CT Soest

## Tennispark de Toss

Bosstraat 102  
3766 AJ Soest

## Buurthuis de Willemien

Soesterbergsestraat 18  
3768 EJ Soest

# Inschrijfformulieren

Als u wilt deelnemen aan een cursus of activiteit (bijv. clubaanbod) dan is het van belang dat u zich daarvoor inschrijft via het inschrijfformulier.

Dit kan op twee manieren:

- U gebruikt het inschrijfformulier in deze activiteitengids. Dit formulier kunt u invullen en inleveren bij het secretariaat (Molenstraat 8c, Soest) of in het betreffende ontmoetingscentrum.
- U kunt ook gebruik maken van het digitale inschrijfformulier op de website. Dit is een pdf die u digitaal kunt invullen en digitaal kunt ondertekenen. Vervolgens kunt u dit pdf-formulier opslaan op uw computer en mailen naar [info@swos.nl](mailto:info@swos.nl).

Als u deelneemt aan een doorlopende clubactiviteit is het van belang dat u gelijktijdig met het inschrijfformulier een **doorlopende machtiging** invult. Dit formulier is ook toegevoegd in de activiteitengids en kunt u ook downloaden via de website.

Links voor de digitale inschrijfformulieren en doorlopende machtiging:

- OC Soesterberg:  
[www.swos.nl/inschrijfpagina-soesterberg](http://www.swos.nl/inschrijfpagina-soesterberg)
- OC de Klarinet  
[www.swos.nl/inschrijfpagina-klarinet](http://www.swos.nl/inschrijfpagina-klarinet)
- OC Klarwater:  
[www.swos.nl/inschrijfpagina-klaarwater](http://www.swos.nl/inschrijfpagina-klaarwater)
- Inschrijfpagina algemeen:  
[www.swos.nl/actief-sporten](http://www.swos.nl/actief-sporten) en  
[www.swos.nl/museummaatje](http://www.swos.nl/museummaatje)

# Algemene voorwaarden inschrijving

## Definitieve inschrijving

De inschrijving is definitief als dit formulier ondertekend is. Per e-mail wordt een bevestiging naar het opgegeven e-mailadres verzonden. Als je twee weken voor de start van de cursus geen schriftelijke bevestiging hebt ontvangen, neem dan contact op met het secretariaat van de SWOS. Het secretariaat is op werkdagen bereikbaar van 08:30 - 13:30 op telefoonnummer 035 - 602 36 81. Het is ook mogelijk een e-mail te sturen naar [info@swos.nl](mailto:info@swos.nl)

## Restitutie of annulering

De SWOS behoudt het recht de cursus te annuleren bij onvoldoende aanmeldingen. In dat geval zal het cursusbedrag niet geïncasseerd worden. Hierover word je uiterlijk 1 week voor aanvang van de cursus geïnformeerd.

Als deelnemer kun je de inschrijving tot **twee weken voor aanvang** van de cursus kosteloos annuleren. Daarna is restitutie of annulering niet mogelijk. Aan niet-gevolgde lessen kunnen geen rechten worden ontleend voor teruggave of reductie van het cursusgeld.

## Incasso cursusaanbod

Bedragen tot € 150,- worden in 1 termijn (oktober) geïncasseerd. Bedragen boven de € 150,- worden in twee termijnen van gelijke delen (50% | 50%) geïncasseerd (oktober en januari). Het incasseren van bedragen boven de € 150,- rechtvaardigt de cursist niet tussentijds te stoppen. Er wordt een betalingsverplichting aangegaan voor de gehele cursus en het daarbijbehorende cursusbedrag.

## Doorlopende machtiging inzake clubaanbod

Bezoekers die gebruik maken van het clubaanbod **betalen per kalenderjaar** (1 jan. t/m 31. dec). Indien je geen gebruik meer wilt maken van het clubaanbod dan dient dit **vóór 15 december** per e-mail (via [info@swos.nl](mailto:info@swos.nl)) kenbaar te worden gemaakt. Daarna is restitutie niet meer mogelijk. Bij een doorlopende machtiging (dit geldt alleen voor het clubaanbod en niet het cursusaanbod) kan de machtiging ingetrokken worden door het formulier met de rode balk in te vullen.

## Niet nakomen betalingsverplichting

Bij het niet nakomen van een betalingsverplichting behoudt de SWOS het recht de deelnemer direct te weigeren bij een activiteit en eventuele vervolgstappen te ondernemen. Het dossier zal in dat geval worden overgedragen aan een erkend incassobureau.

## Aansprakelijkheid

De ontmoetingscentra van de SWOS kunnen niet aansprakelijk gesteld worden voor schade aan personen en/of eigendommen, noch voor vermissing van persoonlijke goederen, door welke oorzaak ontstaan.

## Privacy

Jouw persoonsgegevens door de SWOS zorgvuldig verwerkt en bewaard volgens de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) in ons administratiesysteem. Om een cursus goed te kunnen organiseren, worden alleen jouw naam, telefoonnummer en e-mailadres gedeeld met de docent van de cursus. Tot het administratiesysteem hebben alleen bevoegde medewerkers vanuit de SWOS toegang.

# INSCHRIFFFORMULIER OC SOESTERBERG CURSUS- EN CLUBAANBOD 2023 - 2024

**Roepnaam: \*** \_\_\_\_\_ **Voorletter(s): \*** \_\_\_\_\_  
**Achternaam: \*** \_\_\_\_\_  
**Adres: \*** \_\_\_\_\_  
**Postcode: \*** \_\_\_\_\_ **Plaats:** \_\_\_\_\_  
**Geboortedatum: \*** \_\_\_\_\_  
**Telefoon: \*** 0346 - \_\_\_\_\_ **Mobiel: 06 -** \_\_\_\_\_  
**E-mailadres: \*** \_\_\_\_\_  
**IBAN Rekeningnr: \* NL** \_\_\_\_\_ \* Verplichte velden

## CURSUSAANBOD SOESTERBERG

**Ik schrijf me in voor (zet een "x" achter de kolom bedrag):**

Omschrijving cursus	Aantal lessen	Start	Dag	Tijdstip	Bedrag per cursus	
Pilates	35	6-sep-23	Wo	10:00 - 11:00	€ 186,00	<input type="checkbox"/>
Yoga	30	4-sep-23	Ma	12:00 - 13:00	€ 154,00	<input type="checkbox"/>
Yoga	30	5-sep-23	Di	12:00 - 13:00	€ 154,00	<input type="checkbox"/>
Yoga	30	6-sep-23	Wo	11:30 - 12:30	€ 154,00	<input type="checkbox"/>
Zumba	35	19-sep-23	Di	16:00 - 16:45	€ 180,00	<input type="checkbox"/>
Schilderen	10	5-sep-23	Di	13:30 - 15:30	€ 100,00	<input type="checkbox"/>
Smartlappenkoor	35	4-sep-23	Ma	10:00 - 11:30	€ 241,00	<input type="checkbox"/>

## CLUBAANBOD SOESTERBERG (o.b.v. jaarlijks contributiebedrag)

*Dit geldt alleen voor bezoekers die nog niet eerder gebruik hebben gemaakt van onderstaand clubaanbod.*

*Als je al gebruik maakt van onderstaand clubaanbod in **Soesterberg**, is opnieuw inschrijven niet nodig.*

Biljarten (vrij)	Ma   Di   Wo   Do   Vr	10:00 - 23:00	€ 40,00	<input type="checkbox"/>
Biljarten (club)	Do	19:30 - 22:00	€ 40,00	<input type="checkbox"/>
Koersbal	Do	13:30 - 16:00	€ 40,00	<input type="checkbox"/>
Sjoelen	Wo	19:30 - 21:30	€ 40,00	<input type="checkbox"/>

## INCASSOMACHTIGING

Ondergetekende machtigt de SWOS het hierboven vermelde **cursusbedrag** in maximaal 2 termijnen (okt. en/of jan) te incasseren (zie voorwaarden achterzijde). Voor het gebruik van het **clubaanbod** wordt eenmalig een doorlopende machtiging (zie bijlage) afgegeven om de contributie jaarlijks medio januari te innen.

Ik ga akkoord met algemene voorwaarden (z.o.z.) en het verwerken van mijn gegevens:

JA	<input type="checkbox"/>
NEE	<input type="checkbox"/>

**Handtekening:** \_\_\_\_\_ **Datum:** \_\_\_\_\_



# INSCHRIFFFORMULIER OC DE KLARINET CURSUS- EN CLUBAANBOD 2023 - 2024

**Roepnaam: \*** \_\_\_\_\_ **Voorletter(s): \*** \_\_\_\_\_

**Achternaam: \*** \_\_\_\_\_

**Adres: \*** \_\_\_\_\_

**Postcode: \*** \_\_\_\_\_ **Plaats:** \_\_\_\_\_

**Geboortedatum: \*** \_\_\_\_\_

**Telefoon: \*** 035 - \_\_\_\_\_ **Mobiel:** 06 - \_\_\_\_\_

**E-mailadres: \*** \_\_\_\_\_

**IBAN Rekeningnr: \*** NL \_\_\_\_\_ \* Verplichte velden

## CURSUSAANBOD DE KLARINET

**Ik schrijf me in voor (zet een "x" achter de kolom bedrag):**

Omschrijving cursus	Aantal lessen	Start	Dag	Tijdstip	Bedrag per cursus	
Bewegen op muziek	35	11-sep-23	Ma	13:30 - 14:15	€ 172,00	<input type="checkbox"/>
Countryline voor beginners	35	11-sep-23	Ma	09:30 - 10:45	€ 178,00	<input type="checkbox"/>
Countryline	35	11-sep-23	Ma	10:45 - 12:00	€ 178,00	<input type="checkbox"/>
Countryline	35	14-sep-23	Do	09:30 - 10:45	€ 178,00	<input type="checkbox"/>
Countryline	35	14-sep-23	Do	10:45 - 12:00	€ 178,00	<input type="checkbox"/>
Pilates	20	12-sep-23	Di	11:30 - 12:30	€ 104,00	<input type="checkbox"/>
Pilates op de stoel	20	12-sep-23	Di	12:45 - 13:45	€ 104,00	<input type="checkbox"/>
Yoga	35	12-sep-23	Di	10:00 - 11:00	€ 186,00	<input type="checkbox"/>

## CLUBAANBOD DE KLARINET (o.b.v. jaarlijks contributiebedrag)

*Dit geldt alleen voor bezoekers die nog niet eerder gebruik hebben gemaakt van onderstaand clubaanbod. Als je al gebruik maakt van onderstaand clubaanbod in de **Klarinet**, is opnieuw inschrijven niet nodig.*

Biljarten (vrij)	Ma   Di   Wo   Do	10:00 - 16:00	€ 102,00	<input type="checkbox"/>
Biljarten (vrij)	Vr	10:00 - 12:00	€ 102,00	<input type="checkbox"/>
Sociëteit 70+	Do	14:00 - 16:00	€ 40,00	<input type="checkbox"/>
Spellenmiddag	Do	14:30 - 16:30	€ 40,00	<input type="checkbox"/>
Koersbal	Wo	10:00 - 12:00	€ 40,00	<input type="checkbox"/>
Tai chi chuan - Chi Kung	Di	14:00 - 15:00	€ 40,00	<input type="checkbox"/>
Tai chi chuan - Chi Kung	Do	14:00 - 15:00	€ 40,00	<input type="checkbox"/>

## INCASSOMACHTIGING

Ondergetekende machtigt de SWOS het hierboven vermelde **cursusbedrag** in maximaal 2 termijnen (okt. en/of jan) te incasseren (zie voorwaarden achterzijde). Voor het gebruik van het **clubaanbod** wordt eenmalig een doorlopende machtiging (zie bijlage) afgegeven om de contributie jaarlijks medio januari te innen.

Ik ga akkoord met algemene voorwaarden (z.o.z.) en het verwerken van mijn gegevens:

JA	<input type="checkbox"/>
NEE	<input type="checkbox"/>

**Handtekening:** \_\_\_\_\_

**Datum:** \_\_\_\_\_

# INSCHRIFFFORMULIER OC KLAARWATER CURSUS- EN CLUBAANBOD 2023 - 2024

**Roepnaam: \*** \_\_\_\_\_ **Voorletter(s): \*** \_\_\_\_\_  
**Achternaam: \*** \_\_\_\_\_  
**Adres: \*** \_\_\_\_\_  
**Postcode: \*** \_\_\_\_\_ **Plaats:** \_\_\_\_\_  
**Geboortedatum: \*** \_\_\_\_\_  
**Telefoon: \*** 035 - \_\_\_\_\_ **Mobiel: 06 -** \_\_\_\_\_  
**E-mailadres: \*** \_\_\_\_\_  
**IBAN Rekeningnr: \* NL** \_\_\_\_\_ \* Verplichte velden

## CURSUSAANBOD KLAARWATER

**Ik schrijf me in voor (zet een "x" achter de kolom bedrag):**

Omschrijving cursus	Aantal lessen	Start	Dag	Tijdstip	Bedrag per cursus	
Bewegen op muziek (Op de stoel)	33	05-sep-23	Di	09:30 - 10:15	€ 165,00	<input type="checkbox"/>
Bewegen op muziek (Actieve beweeggroep)	33	05-sep-23	Di	10:30 - 11:15	€ 165,00	<input type="checkbox"/>
Bewegen op muziek (Conditie training)	33	05-sep-23	Di	11:30 - 12:15	€ 165,00	<input type="checkbox"/>
Yoga	32	14-sep-23	Do	09:00 - 10:00	€ 171,00	<input type="checkbox"/>
Yoga	32	14-sep-23	Do	10:15 - 11:15	€ 171,00	<input type="checkbox"/>
Schilderen	25	05-sep-23	Di	13:30 - 15:30	€ 225,00	<input type="checkbox"/>
Schilderen (introductiecursus)	4	13-sep-23	Wo	09:30 - 11:30	€ 36,00	<input type="checkbox"/>
Workshop Samen Zingen	4	05-okt-23	Do	09:30 - 10:30	€ 25,00	<input type="checkbox"/>
Filosofiekring 1	10	14-sep-23	Do	14:00 - 16:00	€ 120,00	<input type="checkbox"/>
Filosofiekring 2	10	28-sep-23	Do	14:00 - 16:00	€ 120,00	<input type="checkbox"/>
Levensverhaal schrijven	11	02-nov-23	Do	09:30 - 11:30	€ 158,00	<input type="checkbox"/>
Spaans voor beginners - niveau A1 (Boekje op stap)	10	02-okt-23	Ma	09:00 - 10:15	€ 83,00	<input type="checkbox"/>
Spaans niveau A2 / A3 (Spaans conversatie)	12	02-okt-23	Ma	10:30 - 12:00	€ 100,00	<input type="checkbox"/>
Spaans conversatie niveau B1	12	02-okt-23	Ma	12:30 - 14:00	€ 100,00	<input type="checkbox"/>

## CLUBAANBOD KLAARWATER (o.b.v. jaarlijks contributiebedrag)

*Dit geldt alleen voor bezoekers die nog niet eerder gebruik hebben gemaakt van onderstaand clubaanbod.*

*Als je al gebruik maakt van onderstaand clubaanbod in **Klaarwater**, is opnieuw inschrijven niet nodig.*

Biljarten (vrij)	Ma   Di   Do   Vr	09:30 - 12:00	€ 102,00	<input type="checkbox"/>
Biljarten (vrij)	Wo	09:30 - 16:00	€ 102,00	<input type="checkbox"/>
Biljarten (club)	Ma   Di   Do   Vr	13:00 - 16:30	€ 102,00	<input type="checkbox"/>
Bridgen	Ma	09:30 - 12:00	€ 40,00	<input type="checkbox"/>
Koersbal	Ma	14:00 - 16:00	€ 40,00	<input type="checkbox"/>

## INCASSOMACHTIGING

Ondergetekende machtigt de SWOS het hierboven vermelde **cursusbedrag** in maximaal 2 termijnen (okt. en/of jan) te incasseren (zie voorwaarden achterzijde). Voor het gebruik van het **clubaanbod** wordt eenmalig een doorlopende machtiging (zie bijlage) afgegeven om de contributie jaarlijks medio januari te innen.

Ik ga akkoord met algemene voorwaarden (z.o.z.) en het verwerken van mijn gegevens:

JA	<input type="checkbox"/>
NEE	<input type="checkbox"/>

**Handtekening:** \_\_\_\_\_

**Datum:** \_\_\_\_\_



# INSCHRIFFFORMULIER ALGEMEEN CURSUS- EN CLUBAANBOD 2023 - 2024

**Roepnaam: \*** \_\_\_\_\_ **Voorletter(s): \*** \_\_\_\_\_

**Achternaam: \*** \_\_\_\_\_

**Adres: \*** \_\_\_\_\_

**Postcode: \*** \_\_\_\_\_ **Plaats:** \_\_\_\_\_

**Geboortedatum: \*** \_\_\_\_\_

**Telefoon: \*** 035 - \_\_\_\_\_ **Mobiel:** 06 - \_\_\_\_\_

**E-mailadres: \*** \_\_\_\_\_

**IBAN Rekeningnr: \*** NL \_\_\_\_\_ \* Verplichte velden

## CURSUSAANBOD BUITEN DE ONTMOETINGSCENTRA

**Ik schrijf me in voor (zet een "x" achter de kolom bedrag):**

Omschrijving cursus	Aantal lessen	Start	Dag	Tijdstip	Bedrag per cursus	
Actief sporten (Smitsweg)	35	6-sep-23	Wo	20:45 - 21:45	€ 186,00	<input type="checkbox"/>
Actief sporten (De Engh)	35	8-sep-23	Vr	09:30 - 10:30	€ 186,00	<input type="checkbox"/>
Buiten sporten	10	8-sep-23	Vr	11:00 - 12:00	€ 57,50	<input type="checkbox"/>

## OVERIG AANBOD (o.b.v. jaarlijks contributiebedrag)

*Dit geldt alleen voor bezoekers die nog niet eerder gebruik hebben gemaakt van onderstaand aanbod.*

*Als je al gebruik maakt van onderstaand aanbod is opnieuw inschrijven niet nodig.*

Museummaatje	Zo	10:00 - 16:00	€ 17,50	<input type="checkbox"/>
--------------	----	---------------	---------	--------------------------

## INCASSOMACHTIGING

Ondergetekende machtigt de SWOS het hierboven vermelde **cursusbedrag** in maximaal 2 termijnen (okt. en/of jan) te incasseren (zie voorwaarden achterzijde). Voor het gebruik van het **overige aanbod** wordt eenmalig een doorlopende machtiging (zie bijlage) afgegeven om de contributie jaarlijks medio januari te innen.

Ik ga akkoord met algemene voorwaarden (z.o.z.) en het verwerken van mijn gegevens:

JA	<input type="checkbox"/>
NEE	<input type="checkbox"/>

**Handtekening:** \_\_\_\_\_ **Datum:** \_\_\_\_\_



## Machtiging voor standaard Europese incasso

SEPA

Machtigen is gemakkelijk:

- U vergeet nooit te betalen;
- U bespaart uzelf de rompslomp van het steeds regelen van terugkerende betalingen;
- U houdt zeggenschap doordat u een afgeschreven bedrag binnen 8 weken terug kunt laten boeken;
- U kunt een machtiging ook weer eenvoudig intrekken.

€ Een betaling met een standaard Europese incasso kan plaatsvinden als u daar zelf toestemming voor geeft door het afgeven van een machtiging. Noteer uw persoonlijke gegevens en datum op de aangehechte **Groene machtigingskaart**, zet uw handtekening en stuur de machtiging naar degene die u wilt betalen. Deze kan daarmee de betalingen automatisch van uw rekening laten afschrijven.

€ U wordt voorafgaand aan een afboeking, bijvoorbeeld via het contract of bij een jaaroverzicht, door de incassant geïnformeerd over het bedrag en moment van afschrijving. Als u het niet eens bent met een betaling, kunt u deze binnen 8 weken zonder opgaaf van reden terug laten boeken. Zie de **Gele kaart** voor nadere informatie.

€ U kunt de automatische betaling ook stoppen, bijvoorbeeld omdat u uw lidmaatschap of abonnement opzegt. U kunt dan de **Rode kaart** 'Intrekken machtiging' gebruiken. U vult de kaart in, stuurt deze op naar de incassant en de afschrijvingen stoppen. Houd rekening met enige tijd voor verwerking.

**Machtigen: de makkelijke manier van betalen.**

## Intrekken machtiging

SEPA

Deze kaart in een envelop verzenden naar het bedrijf of instelling waaraan de betaling wordt gedaan.

Ondergetekende trekt hierbij de machtiging in die is verleend aan

Naam \_\_\_\_\_  
 Adres \_\_\_\_\_  
 Postcode \_\_\_\_\_ Plaats \_\_\_\_\_ Land \_\_\_\_\_  
 Incassant ID \_\_\_\_\_

om van zijn/haar bankrekening bedragen af te schrijven wegens:

Reden betaling \_\_\_\_\_  
 Kenmerk machtiging\* \_\_\_\_\_

\* Deze gegevens staan op uw rekeningafschrift of het overzicht dat u van de incassant heeft ontvangen.

Naam \_\_\_\_\_  
 Adres \_\_\_\_\_  
 Postcode \_\_\_\_\_ Plaats \_\_\_\_\_ Land \_\_\_\_\_  
 IBAN       
 BIC\*\* \_\_\_\_\_  
 Plaats en datum \_\_\_\_\_ Handtekening \_\_\_\_\_

\*\* Geen verplicht veld bij Nederlands IBAN.



## Terugboeken? Neem contact op met uw bank.

SEPA

Indien u een doorlopende machtiging heeft afgegeven en u bent het niet eens met een afschrijving, kunt u deze laten terugboeken. Neem hiervoor binnen 8 weken na afschrijving contact op met uw bank.

U kunt uw bank ook vóór het moment van afschrijving verzoeken om een standaard Europese incasso-opdracht tegen te houden.

Als u van mening bent dat een bedrag ten onrechte van uw rekening is afgeschreven, omdat u geen machtiging heeft afgegeven, kunt u tot 13 maanden na datum afschrijving een verzoek indienen bij uw bank om dit te corrigeren.

Informeer bij uw bank naar de voorwaarden.

## Doorlopende machtiging

SEPA

Naam	_____
Adres	_____
Postcode	_____ Plaats _____ Land _____
Incassant ID	_____
Kenmerk machtiging	_____
Reden betaling	_____

Door ondertekening van dit formulier geeft u toestemming aan

\_\_\_\_\_ om doorlopende incasso-opdrachten te sturen naar uw bank om een bedrag van uw rekening af te schrijven en aan uw bank om doorlopend een bedrag van uw rekening af te schrijven overeenkomstig de opdracht van \_\_\_\_\_

Als u het niet eens bent met deze afschrijving kunt u deze laten terugboeken. Neem hiervoor binnen 8 weken na afschrijving contact op met uw bank. Vraag uw bank naar de voorwaarden.

Naam	_____
Adres	_____
Postcode	_____ Plaats _____ Land _____
IBAN	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
BIC*	_____
Plaats en datum	_____ Handtekening _____

\* Geen verplicht veld bij Nederlands IBAN.

B. SEPA.085.02 Deze kaart in een envelop verzenden naar het bedrijf of instelling waaraan de betaling wordt gedaan.



# Goed om te weten:

## U kunt meer dan u denkt!

Beperkt zijn werpt drempels op, soms letterlijk. Mensen die een verstandelijke of lichamelijke beperking hebben, kunnen zich beperkt voelen in hun sociale omgeving. Door hun handicap zien zij voor zichzelf geen mogelijkheden om actief mee te doen of lid te worden van een sportvereniging. Zelfstandig sporten, ook buiten verenigingsverband, lijkt een te grote opgave.

Het Bentinckfonds ([www.bentinckfonds.nl](http://www.bentinckfonds.nl)) heeft als doel om zoveel mogelijk mensen aan het bewegen te krijgen want sporten betekent: naar buiten, vrienden maken en contacten leggen. In samenwerking met de SWOS worden zwemlessen aangeboden voor mensen met een lichamelijke beperking. Deze lessen vinden gedurende 37 weken plaats op zaterdagochtend van 09:00 – 10:00 in Sportboulevard de Engh. Voor meer informatie kan contact worden opgenomen met de beweegmakelaar aangepast sporten.

## Nieuwsbrief

Iedere twee weken verstuurt de SWOS een nieuwsbrief met informatie, handige tips, het laatste nieuws, nieuwe activiteiten en interessante lezingen binnen de gemeente Soest. Wilt u ook de nieuwsbrief ontvangen? U kunt uzelf aanmelden via [www.swos.nl/nieuwsbrief](http://www.swos.nl/nieuwsbrief).

## Giften en legaten

Wilt u op één of andere manier de Stichting Welzijn Ouderen Soest (SWOS) financieel ondersteunen dan wordt dit erg gewaardeerd. Als bedrijf is het bijvoorbeeld mogelijk om te sponsoren. Als particulier kunt u een gift/donatie doen of een legaat schenken. De SWOS is een ANBI instelling waardoor giften/donaties aftrekbaar zijn bij de belastingaangifte. Een bijdrage mag u overmaken op rekeningnummer: NL69 INGB0007 2300 31 t.n.v. SWOS.

De verkregen middelen worden besteed om bestaande producten/diensten door te ontwikkelen, te investeren in de ontwikkeling van nieuwe producten/diensten en/of activiteiten te ontplooiën die niet voor subsidie in aanmerking komen.

## Aanmelden voor activiteiten

Voor het aanmelden van cursussen voor het nieuwe seizoen (1 september) is het van belang dat u zich voor 1 augustus 2023 aanmeldt. Dit gebeurt via een inschrijfformulier. U kunt het ook opvragen/ophalen bij het SWOS secretariaat of in één van de drie ontmoetingscentra. De cursussen worden betaald door middel van een (éénmalige) machtiging of doorlopende incasso. U ontvangt van het secretariaat een bevestiging van uw inschrijving.

## Easybadge

Wist u dat u door het gebruik van de easybadge 10% korting krijgt op consumpties in de OC's Klarwater, de Klarinet en Soesterberg?

## [www.sportinsoest.nl](http://www.sportinsoest.nl)

Dit is een nieuwe website waar alles te vinden is over bewegen.

Wist u dat de SWOS in samenwerking met Hilton Royal Parc Soestduinen voordelig zwemmen voor senioren aanbiedt? Het Hilton Royal Parc Soestduinen beschikt over een verwarmd zwembad (30 graden en 1,40 diep) inclusief (luie) trap met armluning. Naast het zwembad kan gebruik worden gemaakt van het stoombad en de sauna. Badhanddoeken en douchespullen zijn aanwezig. Via de voucher in deze gids krijgt u € 20,- korting op een 10-rittenkaart.



**DOUBLETREE**  
by Hilton™  
ROYAL PARC SOESTDUINEN

**LEVER DEZE  
VOUCHER IN EN  
ONTVANG  
20,- KORTING  
OP EEN  
10-RITTENKAART**

Deze actie geldt alleen t/m juni 2024

# Het wandellint

Het wandellint is een wandel-netwerk dat u helpt om leuke, nieuwe en mooie routes in uw omgeving te vinden. De wandelingen zijn ook toegankelijk voor rolstoelen, rollators en handbikes. De bewegwijzering wordt aangegeven via bordjes of via een webapplicatie die is te downloaden op uw telefoon.

Dit wandellint biedt de mogelijkheid om dicht bij huis op aangename wijze door Soest en Soesterberg te wandelen.



Dit najaar wordt kunst en cultuur in de openbare ruimte toegevoegd aan het wandellint. Hiervoor komt een nieuw papieren kaart waarin kunst en cultuurpunten aangegeven zijn. Ook verschijnt er een video waarin alle routes in beeld gebracht zijn en meer uitleg gegeven wordt over kunstobjecten in de openbare ruimte.

De papieren versie van de wandelkaart is onder andere te verkrijgen bij de SWOS.



Er zijn op dit moment 5 routes in Soest en 1 in Soesterberg. Door middel van (verbindings) lussen kunnen ook kortere routes gelopen worden. Hoofdroutes worden aangegeven met dichte pijlen, de lussen met open pijlen.

Sommige routes zijn minder geschikt voor rolstoelers en handbikers. Voor hen zijn aangepaste routes met het rolstoel symbool en open pijlen aangebracht.

Het Wandellint in Soest is een wandel-netwerk dat jou helpt om leuke, nieuwe en mooie routes in je omgeving te vinden. Ze zijn toegankelijk voor wandelaars, rolstoelen, rollators en handbikes. De bewegwijzering wordt aangegeven via bordjes of via de web-applicatie die is te downloaden op je telefoon.  
Kijk op: [www.wandellint.nl](http://www.wandellint.nl)

### Soestdijk / Soest Noord | 6.6km

Tussen Soestdijk, Kerkpad en Gemeentehuis ligt langs fraaie lanen de groene route.



### Kerkebuurt & Engh | 5.4km

De blauwe route ligt rondom de Oude Kerk en de molen 'de Windhond' op de Engh.



### Klaarwater / Boerenstreek | 5.8km

Verrassende paden in de nieuwbouw wijken worden in de rode route gevolgd.



### Overhees / Smitsveen | 5.7km

De bruine route, van het waterrijke Veen naar het zand van de Engh.



### Soest-Zuid / Duinen | 6.1km

Naast een tocht door Soest-Zuid volgt de gele route de fietspaden door de duinen.

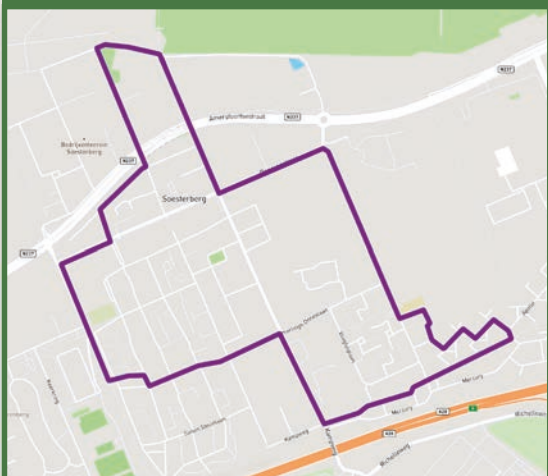


### Soesterberg | 5.3km

De paarse route omvat het grootste deel van Soesterberg met het Park Vliegbasis.



### Route Soesterberg



Bezienswaardigheden

Sport & Spel

Uitrustpunt (bankje)

Horeca



Wandellint routes worden in de kleur van de route aangegeven op bordjes op palen langs de openbare wegen.

Pijl van hoofdroute

Pijl van lus

Omleiding voor rolstoelers



Website: [www.wandellint.nl](http://www.wandellint.nl)

Bij vragen kunt u bij dit icoon terecht

Hier vindt u uw account

De routes staan hier



# Vrijwilligers van harte welkom

Het werk van de SWOS wordt voor een belangrijk deel mogelijk gemaakt door vrijwilligers! In 2022 waren 433 vrijwilligers aan de SWOS verbonden.

De SWOS zet zich in om senioren zo lang mogelijk zelfstandig thuis te laten wonen en inwoners uit de gemeente Soest zoveel mogelijk te betrekken bij activiteiten in de gemeente. Naast het feit dat de SWOS zich actief inzet voor senioren, biedt de SWOS ook een mooie omgeving met een maatschappelijk karakter voor vrijwilligers om werkzaamheden (onbezoldigd) te verrichten.

Als u over kennis/interesses (bv. vreemde talen) beschikt en het leuk vindt om die kennis en ervaring te delen met andere inwoners, neem dan contact met ons op.

Als vrijwilliger kunt u zich in Soest en Soesterberg o.a. inzetten voor:

- Het begeleiden van of ondersteunen bij activiteiten in één van de drie ontmoetingscentra;
- Het verwelkomen van bezoekers in de rol van gastheer/gastvrouw;
- Het rondbrengen van maaltijden met uw eigen auto;
- Het plannen van ritten voor de twee seniorenbussen;
- Het besturen van de seniorenbus of het fungeren als bijrijder in één van de twee seniorenbussen;
- Het ondersteunen en adviseren van inwoners bij administratieve en/of financiële vragen als seniorenconsulent;
- Het helpen van inwoners bij klusjes thuis;
- Het helpen van inwoners met het onderhouden van hun tuin;
- Het ondersteunen bij het adviseren en installeren van personenalarmering;
- Het ondersteunen van mantelzorgers bij mantelzorgers thuis;
- Eén op één maatje voor inwoner(s).

Mocht u geïnteresseerd zijn om vrijwilliger te worden bij de SWOS, maak dan vrijblijvend een afspraak met onze vrijwilligersmakelaar. Zij maakt graag kennis met u en praat u bij over alle mogelijkheden binnen de SWOS.

Kantoor SWOS  
Molenstraat 8c  
3764 TG Soest

info@swos.nl  
035 - 602 36 81  
*(Telefonisch bereikbaar  
tussen 09.30 - 13.30 uur)*



Scan de code om naar de website te gaan. Dit doet u door de camera van uw telefoon te openen en deze voor de code te houden. Dan verschijnt er een link in uw beeldscherm waarop u kunt klikken.

