

## Huis van de Buurt Matilo

Zaanstraat 126, 2314 BM Leiden

**Maandag:** 13.30 - 16.30 uur Koersballen  
Een strippenkaart voor 8 x koersballen kost €11

**Dinsdag:** 13.00 - 16.30 uur Bridge  
De kosten zijn € 46 per jaar

**Woensdag:** 13.30 - 15.00 uur De Knutselclub (4-12 jaar)  
Hier wordt in een gezellige sfeer gespeeld en geknutseld.

Kijk voor het actuele en complete programma op [www.libertasleiden.nl](http://www.libertasleiden.nl) of neem contact op met Tineke Tegelaar: 071-5412515, E-mail: [Matilo@libertasleiden.nl](mailto:Matilo@libertasleiden.nl)

### Bijzondere activiteit:

**Zaterdag 19 januari**, vanaf 17.00 uur  
Nieuwjaarsborrel voor alle vrijwilligers en wijkbewoners

## Zelfregiecentrum Zaanstraat 126, 2314 BM Leiden

Zaanstraat 126, e-mail [zelfregiecentrumleiden@gmail.com](mailto:zelfregiecentrumleiden@gmail.com)  
[www.zelfregiecentrumleiden.nl](http://www.zelfregiecentrumleiden.nl) Contactpersoon: Sonja v.d. Flier.  
Maandag t/m zaterdag open van 13.00-17.00 uur in HvdB Matilo

### Bijzondere activiteiten:

Maandag: vanaf 14 januari van 13.00-15.00 uur **muziekproject**  
10 keer bij Popschool Leiden. Inschrijven bij het ZRC i.v.m. statiegeld en de 10 rittenkaart.

Dinsdag: **Powerkiten** aan het Valkenburgs meertje.

Vrijdag: **Tafeltennis** in grote zaal van 13.00-15.30 uur.

**Diamond painten** van 13.00-15.00 uur, kennismakingspakketje liggen in de kast evenals wat pakketjes ter overname tegen kostprijs. Iedere laatste vrijdag van de maand **ezelwandeling** in de duinen. Inschrijven is verplicht i.v.m. statiegeld betaling en maximaal aantal deelnemers van 4.

### Cursus WRAP (Wellness Recovery Action Plan)

Bij het Zelfregiecentrum Leiden start een cursus WRAP voor mensen die meer grip willen hebben op hun eigen leven. De WRAP is een zelfhulp-instrument ontwikkeld in Amerika door Mary Ellen Copeland.

De cursus is bedoeld voor mensen die handvatten zoeken om zichzelf te ondersteunen bij het dagelijkse leven.

De cursus wordt gegeven door twee opgeleide WRAP-facilitators. Aanmelden bij zelfregiecentrum.

Iedere twee weken is er een lotgenotengroep voor mensen die stemmen horen. Dit is een besloten groep waar eerst een kennismakingsgesprek voor nodig is. Aanmelden kan bij zelfregiecentrumleiden.

**Deelname aan de activiteiten is kosteloos. Bekijk onze website voor ons cursusaanbod en aanvullende informatie: [zelfregiecentrumleiden.nl](http://zelfregiecentrumleiden.nl)**

## Brede school De Arcade

Octavialaan 61, 2314 BN Leiden  
Tel.071 - 5464060 Contactpersoon: Annette Rozeboom,  
e-mail [a.rozeboom@bredeschooldearcade.nl](mailto:a.rozeboom@bredeschooldearcade.nl)  
Website: [www.bredeschool-de-arcade.nl](http://www.bredeschool-de-arcade.nl)

### Dinsdag 11 december:

Kennismaken met uw wijkagent en de wijkboa  
Inloop van 17.30 tot 18.30 of van 19.30 tot 20.30

**Zaterdag 12 januari 2019** start de cursus Fotografie in de Praktijk 1. Een heerlijke cursus van 5 bijeenkomsten waar je, in gezamenlijkheid, heel veel van opsteekt. Het gaat onder meer over licht en compositie, scherptediepte, snelheid en tegenlicht, beweging en nog veel meer. Kosten: € 125,00.

Kijk voor meer info op: <http://www.robbeurfotografie.nl>

**Vrijdag 18 januari 2019** Nieuwjaars/netwerkbijeenkomst van de Wijkverenigingen Roomburg en Meerburg: 16.00 tot 18.00 uur.



Workshop Romeinse cosmetica maken was een succes



## Zorgcentrum Roomburgh

Hof van Roomburgh 46, 2314 ZC Leiden  
Tel. 071 - 589 2200 wijkcontactpersoon Leo Cremers,  
e-mail: [wijkcoordinator@roomburgh.nl](mailto:wijkcoordinator@roomburgh.nl)  
Website: [www.Roomburgh.nl](http://www.Roomburgh.nl)

Resto van Harte 17.30 - 21.00 uur

Iedere maandag kan je voor € 7,- heerlijk eten bij Resto van Harte, Kom langs, ontmoet je buurtgenoten, schuif gezellig aan of help mee als vrijwilliger. Inloop vanaf 17.30 uur. Aanvang diner 18.00 uur. Aanmelden bij de receptie: 071 - 5892200

SPEL en BINGO woensdag en donderdag

In het bedrijfsrestaurant van ZC Roomburgh kunt u iedere woensdag terecht voor de Spelmiddag van 13.45 - 15.45 en op donderdagmiddag meedoen met Bingo van 14.00 -16.00 uur. (behalve op 20 en 27 december)

OPTREDENS: 14.00 uur tot 16.00 uur.

**15 december:** Stageband Amigo.

**18 december:** Adventviering met begeleiding van harp en klarinet.

**22 december:** Gemengd koor Ad Novum

**23 december:** Kinderkoor de Kisi Kids

**5 januari:** La Familia, in concert sfeer van Andre Rieu.

**27 januari:** Muziek in Huis

**3 februari:** Gospel koor Living Words

**30 maart:** Zeemanskoor "Doeshavenkoor".

## Historische Tuinen

Matilo historichetuinenmatilo.nl contactpersoon Dorothee Olthof:  
[info@prae.biz](mailto:info@prae.biz) of 06 - 30 40 44 39

### Tuinieren in de Historische Tuinen Matilo

Zin in tuinieren met een gezellige groep mensen? Kom dan meehel-  
pen in de Historische Tuinen Matilo. Vanaf eind maart/begin april  
beginnen we weer met het buitenwerk iedere maandagochtend van  
9.30 tot 12.00 uur in de Romeinse kruidentuin en de Kloostertuin  
in Park Matilo. Vrijwilligers die zin en tijd hebben om ons gezellige  
team te komen versterken zijn van harte welkom! Tuinier ervaring is  
niet vereist, wij leren je alles wat je moet weten.

### Activiteiten Historische Tuinen Matilo en Matties van Matilo

Workshops Historische Tuinen Matilo voor volwassenen en ouders  
met kinderen vanaf 9 jaar

**Zaterdag 12 januari 2019**, 14-16 uur: Geneeskrachtige kruiden,  
zalven en oliën

Tijdens deze workshop ontdekken we de geneeskrachtige werking  
van de kruiden uit de Historische Tuinen Matilo. We maken er  
heilzame zalven en oliën van om onze huid en algehele gezondheid te  
ondersteunen in de koude wintermaanden.

De workshop wordt gegeven door Corrie Bocxe, holistisch gezond-  
heidstherapeut.

Locatie: Huis van de Buurt Matilo, Zaanstraat 126, Leiden

Kosten: € 5,00 p.p.

Meer informatie en opgeven:

Corrie Bocxe, 06-14744426, [corrie.bocxe@hgt.nu](mailto:corrie.bocxe@hgt.nu)

## 't Trefpunt

Professorenpad 1, 2313 TA Leiden  
Tel. 06 11450737, e-mail contactpersoon Jolanda Swart, e-mail [j.swart@radiuswelzijn.nl](mailto:j.swart@radiuswelzijn.nl)  
Website: [www.radiuswelzijn.nl](http://www.radiuswelzijn.nl)

### Maandag

10.00 - 12.00 uur Inloopochtend voor koffie/thee en een praatje

12.00 - 13.00 uur 'Buurtsoepie', iedere eerste maandag van de maand  
samen soep eten met een broodje

### Dinsdag

14.00 - 16.00 uur Themabijeenkomsten (zie kwartaalprogramma)

14.00 - 16.00 uur Filmmiddag, iedere derde dinsdag van de maand

### Woensdag

09.30 - 12.30 uur Bridge

18.00 - 19.30 uur De Roompot, samen eten in Zorgcentrum Roomburgh..

### Donderdag

10.00 - 12.00 uur Hobbyclub

17.30 - 19.20 uur Buurttafel. Om de twee weken op donderdagavond.  
Eten wat de pot schaft

### Vrijdag

09.15 - 10.15 uur Yoga

14.00 - 16.00 uur Internetcafé. Iedere eerste vrijdag van de maand

19.30 - 22.30 uur Klaverjasclub

### Zaterdag 16 februari 2019, 14-16 uur:

Romeinse en middeleeuwse hapjes

Wat aten de Romeinen? Wat was lekker in de middeleeuwen?

Maak kennis met de keuken van het verleden tijdens deze smakelij-  
ke workshop! De workshop wordt gegeven door Dorothee Olthof,  
archeoloog en initiatiefnemer van de Historische Tuinen Matilo.

Locatie: Huis van de Buurt Matilo, Zaanstraat 126, Leiden

Kosten: € 5,00

Meer informatie en opgeven:

Dorothee Olthof, 06-30404439, [info@prae.biz](mailto:info@prae.biz)

### Zaterdag 16 maart 2019, 14-16 uur: Wildplukken

Wildplukken is van alle tijden. Ook de Romeinen en middeleeuwers  
gebruikten wilde planten in hun gerechten. Ontdek de eetbare  
planten in Park Matilo tijdens deze wildplukwandeling en proef na  
afloop de smaak van dit Leidse park.

De workshop wordt gegeven door Ellis Grootveld, archeoloog,  
botanist en initiatiefnemer van de Historische Tuinen Matilo.

Locatie: Huis van de Buurt Matilo, Zaanstraat 126, Leiden

Kosten: € 5,00

Meer informatie en opgeven:

Ellis Grootveld, 06-18519714, [ellisgrootveld@gmail.com](mailto:ellisgrootveld@gmail.com)