

Summerschool



VAKANTIE
BOEK 2022

COLOFON:

Het Summerschool vakantieboek 2022 is een uitgave van DIA Rozenburg. Niets uit deze publicatie mag zonder toestemming vooraf worden overgenomen.

REDACTIE:

DIA Rozenburg

VORMGEVING EN DRUKWERK:

Dennis Oosterveld

OOSTERVELDDDESIGN

OPLAGE:

1.500 exemplaren

mede mogelijk gemaakt door:



Inhoudsopgave

Onderwerp:	Blz.
Programma Summerschool	4
Conferentie	31
Persoonlijke vragen	32
Verse Pesto	33
Yaya's Griekse gehaktballen	34
Woordzoeker	35
Vitaal blijven, hoe doe je dat?	36
Blote voetenpad	37
Sudoku	38
Mooie herinneringen	39
Vrijwilligerswerk	40
DIA Rozenburg	41



Beste Rozenburger,

Je hebt nu de 2022 editie van het DIA Summerschoolboekje in je handen.

Ook dit jaar hebben we allerlei activiteiten opgenomen die wij tijdens de zomervakantie aanbieden.

Het is een groot en veelzijdig aanbod, ook dankzij de inzet van vrijwilligers, organisaties uit de omgeving en de Cultuurschool Rotterdam.

De Summerschool 2022 is van maandag 11 juli tot en met donderdag 18 augustus. Er zijn activiteiten voor alle leeftijden van jong tot oud.

Voor de activiteiten moet je je vooraf inschrijven zodat wij weten op hoeveel deelnemers we kunnen rekenen. Voor enkele activiteiten geldt een maximaal aantal deelnemers. Wacht dus niet te lang met inschrijven.

Het gehele programma van de Summerschool 2022 is ook te vinden op onze website www.diarozenburg.nl

Wij wensen je een fijne en zonnige zomer toe en hopen je te zien bij één of meerdere activiteiten.

Veel plezier!
Team DIA

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

MAANDAG 11 JULI

Sportcircuit 7+ (jongens en meisjes)

Tijd: 12:00 - 12:45 uur
Doelgroep: 7+ (jongens en meisjes)
Locatie: Juliana van Stolberglaan 1 - Jamies Dance Corner
Gegeven door: Jamie Debets
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of bel 06 - 53 13 93 76

Kinderballet 4+

Tijd: 13:00 - 13:45 uur
Doelgroep: 4+
Locatie: Juliana van Stolberglaan 1 - Jamies Dance Corner
Gegeven door: Jamie Debets
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of bel 06 - 53 13 93 76

Moderne dans voor volwassenen

Tijd: 19:00 - 20:00 uur
Doelgroep: volwassenen
Locatie: Juliana van Stolberglaan 1 - Jamies Dance Corner
Gegeven door: Jamie Debets
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of bel 06 - 53 13 93 76

Heels class (op hakken dansen, geen dunne naaldhakken)

Tijd: 20:00 - 21:00 uur
Doelgroep: volwassenen
Locatie: Juliana van Stolberglaan 1 - Jamies Dance Corner
Gegeven door: Jamie Debets
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of bel 06 - 53 13 93 76

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

DINSDAG 12 JULI

Positieve Gezondheid

Tijdens deze workshop maak je kennis met 'Positieve Gezondheid'. Je merkt dat gezondheid over meer gaat dan alleen ziek zijn. Kom erachter waar 'Positieve Gezondheid' vandaan komt en wat jij kunt doen om je nog beter te voelen.

Tijd: 10:00 - 11:30 uur
Doelgroep: volwassenen
Locatie: Huis van de wijk - Lekstraat 2-4
Gegeven door: Mireille David
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of bel 06 - 53 13 93 76

Workshop Gezonde voeding en hun werking

Wat doet gezonde voeding met je lichaam? Denk aan preventieve ondersteuning van je lichaam en het tegengaan van alledaagse kwaaltjes.

Tijd: 10:00 - 11:30 uur
Doelgroep: 18+
Locatie: Huis van de wijk - Lekstraat 2-4
Gegeven door: Sahidan Goelamhaider
Aanmelden: c.mc.givern@diarozenburg.nl of bel 06 - 30 98 69 25

2-Daagse Rots- en Watertraining (max 15 deelnemers)

Rots en Water is een actieve weerbaarheidstraining om te leren assertiever te zijn, meer voor jezelf op te komen, je zelfvertrouwen te vergroten, te focussen en leren omgaan met lastige situaties. Het is een fysieke training waarin ook samenwerking een belangrijke rol speelt.

Datum: 12 en 13 juli
Doelgroep: 6 - 12 jaar
Locatie: Huis van de wijk - Lekstraat 2-4
Gegeven door: Lindsey Driessen en Iris Bekkers
Aanmelden: L.driessen@diarozenburg.nl

Tijd: 10:00 - 13:00 uur

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Dance Dance Dance (max 12 deelnemers)

Ben jij liever in beweging dan dat je stilzit en wil jij nieuwe dansmoves leren? Tijdens de summerschool is dat geen probleem, want samen met Fierce Dance Crew gaan we dansen. Doe mee en krijg les van één van onze dansjuffen.

Tijd: 19:00 - 20:00 uur
Doelgroep: 8-15 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Tamar Woldemanuel
Aanmelden: contact@diarozenburg.nl

WOENSDAG 13 JULI

Peuter en Kleuterdans

Tijd: 10:00 - 10:45 uur
Doelgroep: peuters en kleuters
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Jamie Debets
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of bel 06 - 53 13 93 76

Stencil graffiti art (max 15 deelnemers)

Stap in de wereld van graffiti, Eerst ontwerpen de deelnemers een eigen tag of stencil, deze knippen ze uit. Met deze tag-stencil maken ze hun eigen spray-art op vlaggen en papier door middel van rietjes. Pak je spuitbus en taggen maar!

Tijd: 14:30 - 16:00 uur
Doelgroep: 7 - 12 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Cultuurschool
Aanmelden: contact@diarozenburg.nl of bel 06 - 27 32 68 54

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Moderne dans 7+

Tijd: 11:00 - 12:00 uur
Doelgroep: 7+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Jamie Debets
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of bel 06 - 53 13 93 76

Musicaldans 7+

Tijd: 12:00 - 13:00 uur
Doelgroep: 7+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Jamie Debets
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of bel 06 - 53 13 93 76

2-Daagse Rots- en Watertraining (max 15 deelnemers)

Rots en Water is een actieve weerbaarheidstraining om te leren assertiever te zijn, meer voor jezelf op te komen, je zelfvertrouwen te vergroten, te focussen en leren omgaan met lastige situaties. Het is een fysieke training waarin ook samenwerking een belangrijke rol speelt.

Datum: 12 en 13 juli
Doelgroep: 6 - 12 jaar
Locatie: Huis van de wijk - Lekstraat 2-4
Gegeven door: Lindsey Driessen en Iris van Avant Sanare
Aanmelden: L.driessen@diarozenburg.nl

Tijd: 10:00 - 13:00 uur



SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Beter slapen

Tijdens de workshop bespreken we de verschillende vormen van slaap en het belang ervan. Ook gaan we in op technieken om beter te kunnen slapen.

Tijd: 19:30 - 20:30 uur
Doelgroep: 18+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Catherine McGivern
Aanmelden: c.mc.givern@diarozenburg.nl of 06 - 30 98 69 25

Stencil graffiti art (max 15 deelnemers)

Stap in de wereld van graffiti, Eerst ontwerpen de deelnemers een eigen tag of stencil, deze knippen ze uit. Met deze tag-stencil maken ze hun eigen spray-art op vlaggen en papier door middel van rietjes. Pak je spuitbus en taggen maar!

Tijd: 14:30 - 16:00 uur
Doelgroep: 7 - 12 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Cultuurschool
Aanmelden: contact@diarozenburg.nl of bel 06 - 27 32 68 54

DONDERDAG 14 JULI

Crea College (max 15 deelnemers)

Met kleine figuurtjes van hout gaan we een familie, gezin of fictieve personen creëren. Je zal zien dat met een paar basismaterialen iedereen een uniek tafereel zal maken. Even lekker creatief aan de slag dus en een hoop gezelligheid.

Tijd: 10:00 - 12:00 uur
Doelgroep: Volwassenen
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Mireille David
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of bel 06 - 53 13 93 76

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

VRIJDAG 15 JULI

Vitaliteitsles 21+

Tijd: 9:00 - 10:00 uur
Doelgroep: 21+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Jamie Debets
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of bel 06 - 53 13 93 76

Vitaliteitsles 55+

Tijd: 10:00 - 11:00 uur
Doelgroep: 55+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Jamie Debets
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of bel 06 - 53 13 93 76

DINSDAG 19 JULI

3-Daagse Training Bibbers de Baas (max 10 deelnemers)

Voor kinderen met (faal)angst of onzekerheid die willen leren om zich zelfverzekerder en dapper te voelen. Kinderen tussen 8-12 jaar leren om hun gevoelens te herkennen en te benoemen. Ze leren om positief te denken (helpende gedachten), lastige situaties in kleine stapjes aan te pakken en sociale contacten aan te gaan.

Datum: 19, 20 en 21 juli
Doelgroep: 8 - 12 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Lisa Bouman, Amy Luijk en Lindsey Driessen
Aanmelden: L.driessen@diarozenburg.nl

Tijd: 10:00 - 13:00 uur



SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Crea College (max 14 deelnemers)

Tijdens het crea college gaan we een figuur van hout verven en versieren. Er zijn verschillende figuren beschikbaar, zodat iedereen een exemplaar kan kiezen dat bij hem/haar past. Dus laat je creativiteit even de loop en kom gezellig naar de Lekstraat!

Tijd: 10:00 - 12:00 uur
Doelgroep: Volwassenen
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Mireille David
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of bel 06 - 53 13 93 76

Engelse Conversatie les

Al pratend gaan we met elkaar Engels leren en oefenen.

Tijd: 10:00 - 11:00 uur
Doelgroep: 18+
Locatie: Huis van de wijk 'De Bieb', Molenweg 20
Gegeven door: Catherine McGivern
Aanmelden: c.mc.givern@diarozenburg.nl of 06 - 30 98 69 25

Maak je dromen waar

Tijdens de workshop gaan we kijken welke kleine dingen we in het nu kunnen doen om onze dromen waar te maken.

Tijd: 13:30 - 14:30 uur
Doelgroep: 18+
Locatie: Huis van de wijk 'De Bieb', Molenweg 20
Gegeven door: Catherine McGivern
Aanmelden: c.mc.givern@diarozenburg.nl of 06 - 30 98 69 25



SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Urban 7+

Tijd: 17:30 - 18:30 uur
Doelgroep: 7+
Locatie: Juliana van Stolberglaan 1 - Jamies Dance Corner
Gegeven door: Jamie Debets
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of 06 - 53 13 93 76

Urban 12+

Tijd: 18:30 - 19:30 uur
Doelgroep: 12+
Locatie: Juliana van Stolberglaan 1 - Jamies Dance Corner
Gegeven door: Jamie Debets
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of 06 - 53 13 93 76

Dance classics 21+

Tijd: 19:45 - 20:45 uur
Doelgroep: 21+
Locatie: Juliana van Stolberglaan 1 - Jamies Dance Corner
Gegeven door: Jamie Debets
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of 06 - 53 13 93 76



SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

WOENSDAG 20 JULI

3-Daagse Training Bibbers de Baas (max 10 deelnemers)

Voor kinderen met (faal)angst of onzekerheid die willen leren om zich zelfverzekerder en dapper te voelen. Kinderen tussen 8-12 jaar leren om hun gevoelens te herkennen en te benoemen. Ze leren om positief te denken (helpende gedachten), lastige situaties in kleine stapjes aan te pakken en sociale contacten aan te gaan.

Datum:	19, 20 en 21 juli	Tijd:	10:00 - 13:00 uur
Doelgroep:	8 - 12 jaar		
Locatie:	Lekstraat 2-4		
Gegeven door:	Lisa Bouman, Amy Luijk, Lindsey Driessen		
Aanmelden:	L.driessen@diarozenburg.nl		

Selfieworkshop

In deze workshop leer je nadenken over wat je leuk vindt aan jezelf en het leven. En wat niet. Wat leuk is gaan we uitvergroten. En wat we willen veranderen dat doen we gewoon! We gaan aan de slag met papier, scharen, verf, stof en andere materialen. Aan het einde van de workshop heb jij jouw allerbeste selfie gemaakt.

Tijd:	13:00 - 14:30 uur
Doelgroep:	8 - 15 jaar
Locatie:	Lekstraat 2-4
Gegeven door:	Ellen Zoetmulder en Blossom van der Vlies Avant Sanare
Aanmelden:	L.driessen@diarozenburg.nl



SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Longboarden (max 15 deelnemers)

Ouiji Boards heeft een te gek feestje. Wij nemen jullie mee op pad en gaan jullie stap voor stap de basis van longboarden leren. Door ons enthousiasme en onze passie voor deze sport zorgen wij dat iedere stap van het leren longboarden een plezier zal zijn. Omdat wij van ieder aspect van longboarden genieten, hebben wij de rust en het geduld om de tijd voor jou te nemen. Kom en doe mee!

Tijd: 14:30 tot 16:00 uur
Doelgroep: 7-12 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Cultuurschool
Aanmelden: contact@diarozenburg.nl

VR experience (max 15 deelnemers)

Je staat plotseling op de bodem van de oceaan, omringd door vissen, kijk je je ogen uit. Ineens begeef je je in een andere wereld, waar je al gillend met enorme snelheid naar beneden stort. En dan plotseling.. loop je door de verfspetters en het kunstwerk wat je zojuist hebt gemaakt. Het kan allemaal door de virtuele of gesimuleerde werkelijkheid die je met een VR bril kunt ervaren. Dankzij de 3D effecten en volledige 360 graden beelden krijg je het gevoel alsof je er echt middenin staat. Met de Cultuurschool kan je een virtueel schilderij maken.

Tijd: 17:00 tot 18:30 uur
Doelgroep: 13-17 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Cultuurschool
Aanmelden: contact@diarozenburg.nl

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Dance Dance Dance (max 12 deelnemers)

Ben jij liever in beweging dan dat je stilzit en wil jij nieuwe dansmoves leren? Tijdens de Summerschool is dat geen probleem, want samen met Fierce Dance Crew gaan we dansen. Doe mee en krijg les van een van onze dansjuffen.

Tijd: 19:00 – 20:00 uur
Doelgroep: 8-15 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4,
Gegeven door: Tamar Woldemanuel
Aanmelden bij: contact@diarozenburg.nl

DONDERDAG 21 JULI

3-Daagse Training Bibbers de Baas (max 10 deelnemers)

Voor kinderen met (faal)angst of onzekerheid die willen leren om zich zelfverzekerder en dapper te voelen. Kinderen tussen 9-12 jaar leren om hun gevoelens te herkennen en te benoemen. Ze leren positief te denken (helpende gedachten), lastige situaties in kleine stapjes aan te pakken en sociale contacten aan te gaan.

Tijd: 10:00 – 13:00 uur
Doelgroep: 8 – 12 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Lisa Bouman, Amy Luijk, Lindsey Driessen
Aanmelden: L.driessen@diarozenburg.nl

Mandala tekenen

Je leert hoe je een eigen Mandala kan ontwerpen en inkleuren. Alleen ontspannen inkleuren kan ook.

Tijd: 14:00 – 15:30 uur
Doelgroep: 15+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Catherine McGivern
Aanmelden: c.mc.givern@diarozenburg.nl, of 06 - 30 98 69 25

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Maak je eigen beker van keramiek (max 12 deelnemers)

Onder begeleiding van Edith ontwerp je je eigen beker van keramiek. Uiteindelijk kan je de komende jaren dan jouw thee of melk uit een unieke beker drinken.

Tijd: 13:00 – 15:00 uur
Doelgroep: 10+ en volwassenen
Locatie: Lekstraat 2-4 – Keramiek atelier
Gegeven door: Edith Verdonkschot
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of tel: 06 - 53 13 93 76

VRIJDAG 22 JULI

Ouder en (klein)kind dans

Tijd: 09:30-10:30 uur
Doelgroep: ouders met hun (klein)kind
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Jamie Debets
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of tel: 06 - 53 13 93 76

Tiktok workshop 7+

Tijd: 10:45-11:30 uur
Doelgroep: 7+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Jamie Debets
Aanmelden: m.david@diarozenburg.nl of tel: 06 - 53 13 93 76



SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

DINSDAG 26 JULI

Drie-daagse 4U training inclusief circusschool (max 10 deelnemers)

Kinderen die het moeilijk hebben thuis of met zichzelf, gaan in 4U samen plezier maken, ontspannen en leren. In deze training leren kinderen gevoelens uiten en omgaan met emoties, meer zelfvertrouwen te krijgen en positief te denken. Deze training is in samenwerking met de circusschool waarin kinderen les krijgen van een echte circusdocent.

Datum:	Dinsdag 26, Woensdag 27 en Donderdag 28 juli
Tijd:	10:00 – 13:00 uur
Doelgroep:	6 – 12 jaar
Locatie:	Lekstraat 2-4
Gegeven door:	Melanie Twigt en Amy Luijk
Aanmelden:	L.driessen@diarozenburg.nl

Summerschool Loopmeditatie

In stilte met vertraagde pas, volg je met elke voetstap je ademhaling. Je keert terug naar de werkelijkheid van dit moment, loop in het hier en nu en laat de alledaagse stress van 'het achter jezelf aanlopen' los. Je ervaart ontspanning en ruimte.

Tijd:	10:00 - 11:00 uur
Doelgroep:	Jong en oud (14- onder begeleiding van een volwassene)
Locatie:	Huis van de Wijk 'de Bieb', Molenweg 20
Gegeven door:	Julia Kooij
Aanmelden:	c.mc.givern@diarozenburg.nl of bel 06 - 30 98 69 25

Egypte leer - Honderd jaar farao Toet.

In november van dit jaar is het 100 jaar geleden dat het graf van koning Toetanchamon werd ontdekt en vervolgens in ruim 10 jaar werd opgegraven. Een ontdekking van wereldformaat, groter en rijker is (nog) niet vertoond. Op dinsdag 26 en donderdag 28 juli zal in de summerschool aandacht hieraan besteed worden. Dinsdag verkennen we de oud-Egyptische beschaving in het algemeen en op donderdag richten we ons dan op koning Toet, de ontdekking en het graf.

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Datum: 26 juli + 28 juli
Tijd: 09:30 – 12:00 uur
Doelgroep: Jong en oud
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Roel Vos
Aanmelden: contact@diarozenburg.nl

Dance Dance Dance (max 12 deelnemers)

Ben jij liever in beweging dan dat je stilzit en wil jij nieuwe dansmoves leren? Tijdens de Summerschool is dat geen probleem, want samen met Fierce Dance Crew gaan we dansen. Doe mee en krijg les van een van onze dansjuffen.

Tijd: 19:00 – 20:00 uur
Doelgroep: 8-15 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Tamar Woldemanuel
Aanmelden: contact@diarozenburg.nl

WOENSDAG 27 JULI

Drie-daagse 4U training inclusief circusschool (max 10 deelnemers)

Kinderen die het moeilijk hebben thuis of met zichzelf, gaan in 4U samen plezier maken, ontspannen en leren. In deze training leren kinderen gevoelens uiten en omgaan met emoties, meer zelfvertrouwen te krijgen en positief te denken. Deze training is in samenwerking met de circusschool waarin kinderen les krijgen van een echte circusdocent.

Datum: Dinsdag 26, Woensdag 27 en Donderdag 28 juli
Tijd: 10:00 – 13:00 uur
Doelgroep: 6 – 12 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Melanie Twigt en Amy Luijk
Aanmelden: L.driessen@diarozenburg.nl

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Wellness workshop (max 10 deelnemers)

Een rustige ochtend waarin kinderen leren hoe ze goed tot rust kunnen komen. Een combinatie van jezelf in de watten leggen en mindfulness oefeningen.

Tijd: 10:30 – 12:00 uur
Doelgroep: 6 – 15 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Youandi Revalles, Avant sanare
Aanmelden: L.driessen@diarozenburg.nl

Leer een sjaal breien (max 10 deelnemers)

Heb je altijd al willen leren breien, nu kan het!

Tijd: 15:00 – 16:30 uur
Doelgroep: Vanaf 8 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Uitvoerder: Anneke en Chantal van Kranenburg
Aanmelden bij: c.mc.givern@diarozenburg.nl of 06 - 30 98 69 25

Jouw reis naar geluk

Hoe kunnen we in de praktijk meer plezier in ons leven ervaren? Zeker in alle drukte en hectiek van deze tijd. We gaan onderzoeken waar we tijd aan besteden, en hoe we onze tijd beter kunnen besteden willen we meer geluk in het dagelijks leven ervaren.

Tijd: 19:30-21:00 uur
Doelgroep: 18 +
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Catherine McGivern
Aanmelden: c.mc.givern@diarozenburg.nl of 06 - 30 98 69 25

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

DONDERDAG 28 JULI

Drie-daagse 4U training inclusief circusschool

Kinderen die het moeilijk hebben thuis of met zichzelf, gaan in 4U samen plezier maken, ontspannen en leren. In deze training leren kinderen gevoelens uiten en omgaan met emoties, meer zelfvertrouwen te krijgen en positief te denken. Deze training is in samenwerking met de circusschool waarin kinderen les krijgen van een echte circusdocent.

Datum: Dinsdag 26, Woensdag 27 en Donderdag 28 juli
Tijd: 10:00 – 13:00 uur
Doelgroep: 6 – 12 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Melanie Twigt en Amy Luijk
Aanmelden: L.driessen@diarozenburg.nl

Henna tattoo maken (max 12 deelnemers)

Leer een mooie henna tattoo maken onder begeleiding van een ervaren henna tatoeëerder.

Tijd: 10:00 -12:00 uur
Doelgroep: 18+
Locatie: Huis van de Wijk 'de Bieb', Molenweg 20
Gegeven door: Munevver Yalniz
Aanmelden: m.yalniz@diarozenburg.nl

Egypte leer

In november van dit jaar is het 100 jaar geleden dat het graf van koning Toetanchamon werd ontdekt en vervolgens in ruim 10 jaar werd opgegraven. Een ontdekking van wereldformaat, groter en rijker is (nog) niet vertoond.

Op dinsdag 26 en donderdag 28 juli zal in de summerschool aandacht hieraan besteed worden. Dinsdag verkennen we de oud-Egyptische beschaving in het algemeen en op donderdag richten we ons dan op koning Toet, de ontdekking en het graf.

Tijd: 09:30-12:00 uur
Doelgroep: Jong en oud

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Roel Vos
Aanmelden: Contact@diarozenburg.nl

Strip/cartoon tekenen (max 15 deelnemers)

Cartoons maak je door eerst een bijzonder figuur te bedenken en te tekenen, van spiderman tot De Hulk, allemaal zijn ze een keer bedacht en daarna getekend. Welke held heb jij in je hoofd?

Tijd: 14:30 tot 16:00 uur
Doelgroep: 7-12 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Cultuurschool
Aanmelden: contact@diarozenburg.nl

DINSDAG 2 AUGUSTUS

Beeldenwandelroute Rozenburg oost

Wandel mee tijdens een beeldenroute van ongeveer 5 km langs de mooiste beelden. René van den Beemt vertelt onderweg over de beelden die jullie tegenkomen en wat over de geschiedenis van Rozenburg.

Tijd: 10:00-11:00
Doelgroep: Jong en oud (14- onder begeleiding van een volwassene)
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Rene van den Beemt
Aanmelden: c.mc.givern@diarozenburg.nl of 06 - 30 98 69 25

Adem bewust (max 15 deelnemers)

Tijdens deze workshop maak ik je bewust van je ademhaling, wat het met je doet, maar vooral wat jij er mee kan doen. Wat is bijvoorbeeld het effect van sneller en langzamer ademen of het verschil tussen neus en mond ademhaling. Dit en nog veel meer weet je na vandaag. Leef en Adem Bewust na deze kennismaking

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Tijd: 11:00-12:15 uur
Doelgroep: 18+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Alex van der Wal van AwareLex.
Aanmelden: c.mc.givern@diarozenburg.nl of 06 - 30 98 69 25

Geleide meditatie met Thema Eenheid

Geniet van een ontspannen moment voor jezelf via een geleide meditatie met als thema Eenheid. Er zijn matjes en kledjes aanwezig, maar wees vrij om zelf een mat en/of kledje mee te nemen.

Tijd: 14:00 – 15:00 uur
Doelgroep: 15+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Catherine McGivern
Aanmelden: c.mc.givern@diarozenburg.nl of 06 - 30 98 69 25

Workshop Culturele gebruiken delen.

Tijdens deze workshop delen we onze kruidenkennis met elkaar ten behoeve van het gezonde lijf.

Tijd: 15:30-16:30
Doelgroep: 18+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Sahidan Goelamhaider
Aanmelden: c.mc.givern@diarozenburg.nl of 06 - 30 98 69 25

WOENSDAG 3 AUGUSTUS

Zuinig, zuiniger, zuinigst

Simpele oplossingen om zuiniger met energie om te gaan

Tijd: 13:00 -14:30 uur
Doelgroep: 18+
Locatie: Lekstraat 2-4
Uitvoerder: Geertje Timmer
Aanmelden: g.timmer@diarozenburg.nl of 06 - 27 39 49 10

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Opvoeden en Zo (max 8 deelnemers)

Opvoedcursus voor ouders waarin alle vragen die met opvoeding te maken hebben behandeld kunnen worden!

Tijd:	Nader afstemmen met de ouders zelf
Doelgroep:	Ouders met kinderen tussen de 4 en 12 jaar
Locatie:	Lekstraat 2-4
Gegeven door:	Lindsey Driessen en Lisa Bouman
Aanmelden:	L.driessen@diarozenburg.nl

Spaanse fiesta

In deze workshop gaan we onszelf trakteren. We hebben Spaanse muziek en gaan Spaans eten klaarmaken in onze Spaanse keuken. Aan het einde hebben we lekkere zonnige hapjes gemaakt die op onze menukaart staan. Die mogen de vaders en moeders (opa's en oma's, burens of vrienden) komen proeven. Ook weten we dat een tomaat un tomato is en waarom ze in Spanje tapas eten.

Tijd:	13:00 – 14:30 uur
Doelgroep:	8-15 jaar
Locatie:	Lekstraat 2-4
Gegeven door:	Ellen Zoetmulder en Blossom van der Vlies, Avant sanare
Aanmelden:	L.driessen@diarozenburg.nl

Yoga & Mindfulness workshop (max 10 deelnemers)

Een mindfulness les waarin je leert om aandachtig en tegelijkertijd ontspannen te zijn. Daardoor ben je beter bestand tegen stress en ontwikkel je meer zelfvertrouwen. En dat geeft je weer meer plezier in alles wat je doet. In deze cursus ga je zelf aan de slag, en krijg je begeleiding van onze mindfulness trainer.

Tijd:	10:00 – 11:30 uur
Locatie:	Lekstraat 2-4
Gegeven door:	Danine van Rijswijk, Avant sanare
Aanmelden:	L.driessen@diarozenburg.nl

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Bootcamp Kids

Bootcamp training! Wil je op een stoere en leuke manier sporten, doe dan mee met deze superleuke bootcamp les en kom erachter hoe sterk je bent!!

Tijd: 10:00 -11.00 uur
Doelgroep: Kinderen vanaf 7 jaar
Locatie: Buiten bij de lekstraat 2-4
Gegeven door: Patricia Healthy life
Aanmelden: s.de.vette@diarozenburg.nl of 06 - 83 21 24 03

DONDERDAG 4 AUGUSTUS

Tai Chi

Maak kennis met de kracht van je lichaam door mee te doen met een mooie en inspirerende les Tai Chi. Ontspan door beweging!

Tijd: 14:00-15:30
Doelgroep: 14 +
Locatie: Lekstraat 2-4 (Bij mooi weer buiten)
Gegeven door: Mariëlle de Bruin
Aanmelden: s.de.vette@diarozenburg.nl

Bordspelletjesochtend

Geniet van een enorme keus aan spellen, kom samen en ontmoet nieuwe spelliefhebbers! Wie zal er winnen. Plezier gegarandeerd. Alle leeftijden zijn welkom.

Tijd: 10:00-12:00 uur
Doelgroep: alle leeftijden
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Simone de Vette
Aanmelden: s.de.vette@diarozenburg.nl

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Theaterles

In deze les worden drama lessen gegeven, met verschillende thema's

Tijd: 13:00 – 14:30 uur
Doelgroep: 8-15 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Iris Bekkers en Amina Macey van Avant sanare
Aanmelden: L.driessen@diarozenburg.nl

DINSDAG 9 AUGUSTUS

Creatieve ochtend

Laat je verrassen door je eigen creativiteit! Maak prachtige ontwerpen met de verschillende materialen die bij DIA aanwezig zijn.

Tijd: 10:00 -11:30
Doelgroep: Alle leeftijden
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Simone de Vette
Aanmelden: s.de.vette@diarozenburg

WOENSDAG 10 AUGUSTUS

Gezonde grenzen stellen

Grenzen stellen is lastig maar erg belangrijk. Hoe doen we dit? Wat kunnen we verwachten wanneer we grenzen stellen?

Tijd: 10:30 – 12:00 uur
Doelgroep: 18+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Catherine McGivern
Aanmelden: c.mc.givern@diarozenburg.nl of 06 -30 98 69 25

Engelse conversatie

Al pratend gaan we met elkaar Engels leren en oefenen.

Tijd: 13:00-14:00 uur
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Catherine McGivern
Aanmelden: c.mc.givern@diarozenburg.nl of 06 - 30 98 69 25

Doelgroep: 18+

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Geheimtaal (max 12 deelnemers)

In deze workshop gaan we onze eigen taal maken, die behalve wij niemand kent. Heel handig, want dan kan je elkaar boodschappen doorgeven zonder dat anderen die begrijpen. Of een hele nieuwe taal bedenken, voor je zelfbedachte land.

Tijd: 13:00 – 14:30 uur
Doelgroep: 8-15 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Ellen Zoetmulder en Blossom van der Vlies
Avant sanare
Aanmelden: L.driessen@diarozenburg.nl

Natuurbeleving met kinderen (max 12 deelnemers)

Door met kinderen langs de kant van een sloot meerdere activiteiten te ondernemen, zullen ze meer kennis en ervaring opdoen over de natuur en het milieu.

Tijd: 10:00 – 12:00 uur
Doelgroep: 6 t/m 15 jaar
Locatie: Buiten (bij een sloot), verzamelen in de Lekstraat 2-4
Gegeven door: Oscar Meijer van Avant sanare
Aanmelden: L.driessen@diarozenburg.nl

Adem bewuster

Na vandaag kan jij je ademhaling bewuster inzetten om beter te slapen, paniek te voorkomen, je concentratie te verhogen. Ook helpt het bijvoorbeeld om spanning en stress los te laten, je gedachten tot rust te brengen en je sportprestaties te verhogen.

Tijd: 14:30-15:45 uur
Doelgroep: 18+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Alex van der Wal AwareLex
Aanmelden: c.mc.givern@diarozenburg.nl of 06 - 30 98 69 25

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

DONDERDAG 11 AUGUSTUS

Opgeruimd huis, opgeruimd hoofd.

We weten allemaal dat een opgeruimde leefomgeving voor rust zorgt. Maar waar te beginnen? Door middel van tips en handige methodes gaan we samen op weg naar een opgeruimd huis en hoofd.

Tijd: 14:00-15:00 uur
Doelgroep: 18+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Catherine McGivern
Aanmelden: c.mc.givern@diarozenburg.nl of 06 - 30 98 69 25

Natuurbeleving met kinderen

Door met kinderen langs de kant van een sloot meerdere activiteiten te ondernemen, zullen ze meer kennis en ervaring opdoen over de natuur en het milieu.

Tijd: 10:00 – 12:00 uur
Doelgroep: 6 t/m 15 jaar
Locatie: Buiten (bij een sloot), verzamelen in de Lekstraat 2-4
Gegeven door: Oscar Meijer van Avant sanare
Aanmelden: L.driessen@diarozenburg.nl

IJSBAD challenge

Wil je minder stress, meer energie en mentaal sterker worden? Zoek dan bewust het contact op met de kou en verbeter je immuunsysteem, je geheugen en je sportprestaties. Ademhalingsoefeningen, lichaamsbeweging, een gezonde snack en een overheerlijk ijsbad. Na vandaag ben je sterker dan ooit! Na aanmelding volgt een gezondheidsverklaring en meeneemlijst.

Tijd: 10:00-12:00 uur
Doelgroep: 18+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Alex van der Wal en Leona Mes
Aanmelden: awarelex@gmail.com 06 - 31 99 31 65

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Beat making

Mix je eigen beats, oefen je DJ skills met deze DJ uit Roffa en de beats vliegen in en om je oren. Kies je favoriete dansnummers, match the speed en krijg de voetjes van de vloer. Je gaat zelf aan de slag met het maken van beats en natuurlijk helpen we je.

Tijd: 17:00 tot 18:30 uur
Doelgroep: 13-17 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Uitvoerder: Cultuurschool
Aanmelden bij: contact@diarozenburg.nl

Zelf een taartje maken

We gaan vandaag een taartje maken én versieren met lekkere dingen! Na afloop mag je het taartje natuurlijk mee naar huis nemen en met z'n allen opeten.

Tijd: 13:00 -15:30 uur
Doelgroep: 6 t/m 10 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Lisa Koenders van Villa Wiedes
Aanmelden: g.timmer@diarozenburg.nl of 06 - 27 39 49 10



SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

DINSDAG 16 AUGUSTUS

Beeldenroute Rozenburg west

Wandel mee tijdens een beeldenroute van ongeveer 5 km langs de mooiste beelden. René van den Beemt vertelt onderweg over de beelden die jullie tegenkomen en wat over de geschiedenis van Rozenburg.

Tijd: 10:00-11:15 uur
Doelgroep: Jong en oud
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: René vd Beemt
Aanmelden: s.de.vette@diarozenburg.nl of bel 06 - 83 21 24 03

Yoga & Mindfulness workshop

Een mindfulness les waarin je leert om aandachtig en tegelijkertijd ontspannen te zijn. Daardoor ben je beter bestand tegen stress en ontwikkel je meer zelfvertrouwen. En dat geeft je weer meer plezier in alles wat je doet. In deze cursus ga je zelf aan de slag, en krijg je begeleiding van onze mindfulness trainer.

Tijd: 10:00 – 11:30 uur
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Danine van Rijswijk, Avant sanare
Aanmelden: L.driessen@diarozenburg.nl

WOENSDAG 17 AUGUSTUS

Natuurbeleving met kinderen

Door met kinderen langs de kant van een sloot meerdere activiteiten te ondernemen, zullen ze meer kennis en ervaring opdoen over de natuur en het milieu.

Tijd: 10:00 – 12:00 uur
Doelgroep: 6 t/m 15 jaar
Locatie: Buiten (bij een sloot), verzamelen in de Lekstraat 2-4
Gegeven door: Oscar Meijer van Avant sanare
Aanmelden bij: L.driessen@diarozenburg.nl

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

Petfles raket schieten

Petfles raketten schieten: een feestje op een warme dag. We gaan een raket bouwen en lanceren, eerst maken we onze eigen raketten. Met vleugels, snelle strepen en raampjes om naar buiten te kijken. Vullen met water en afschieten maar. Wie komt het hoogst en we filmen de lift off met slomo video.

Tijd: 14:30 tot 16:00 uur
Doelgroep: 7-12 jaar
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Cultuurschool
Aanmelden: contact@diarozenburg.nl

Bootcamp

Wil je ook fit worden? Heerlijk buiten sporten met leuke mensen om je heen? Kom dan meedoen met deze superleuke, uitdagende bootcamp les!! Doe alles op je eigen niveau en ontdek hoe sterk je bent!

Tijd: 10:00- 11:00 uur
Doelgroep: Vanaf 16 jaar
Locatie: Heerlijk buiten bij de Lekstraat 2-4
Gegeven door: Patricia Healthy Life
Aanmelden: s.de.vette@diazozenburg.nl

SUMMERSCHOOL PROGRAMMA 2022

DONDERDAG 18 AUGUSTUS

Positieve Gezondheid

Tijdens deze workshop maak je kennis met 'Positieve Gezondheid'. Je merkt dat gezondheid over meer gaat dan alleen ziek zijn. Kom er achter waar 'Positieve Gezondheid' vandaan komt en wat jij kunt doen om je nog beter te voelen.

Tijd: 10:00 – 11:30 uur
Doelgroep: volwassenen
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Simone de Vette
Aanmelden: s.de.vette@diarozenburg.nl of tel 06 - 83 21 24 03

IJSBAD challenge

Wil je minder stress, meer energie en mentaal sterker worden? Zoek dan bewust het contact op met de kou en verbeter je immuunsysteem, je geheugen en je sportprestaties. Ademhalingsoefeningen, lichaamsbeweging, een gezonde snack en een overheerlijk ijsbad. Na vandaag ben je sterker dan ooit! Na aanmelding volgt een gezondheidsverklaring en meeneemlijst.

Tijd: 10:00-12:00 uur
Doelgroep: 18+
Locatie: Lekstraat 2-4
Gegeven door: Alex van der Wal en Leona Mes
Aanmelden: awarelex@gmail.com 06 - 31 99 31 65

Inloophmiddag

Wil jij chillen met je vrienden. Gamen op de PS4 en PS5, gezellig dansen of een potje pingpongen. Kom dan naar de inloophmiddag op de Lekstraat!

Tijd: 16:00 tot 18:30 uur
Doelgroep: 13+ jaar
Locatie: Lekstraat 2-4

Samen plannen ontwikkelen voor de toekomst van Rozenburg

We kijken terug op een mooie conferentie op 12 mei in het EIC! Samen met actieve bewoners en netwerkpartners hebben we gesproken over wat belangrijk is voor de toekomst van Rozenburg.

We zijn in groepen uiteengegaan en hebben voor de jonge jeugd, jongeren, volwassenen en ouderen benoemd wat er nodig is voor de toekomst.

Jonge jeugd:

Sport en vrijetijdsbesteding voor jeugd met een beperking.

Aandacht voor de voorschoolse periode.

Verlagen van de drempel om hulp te vragen.

Jongeren:

Verbinden – regelmatig contact tussen iedereen.

Aan tafel met Rozenburgers.

Uitbreiding jongeren ontmoetingspunt.

Volwassenen:

Menukaart ontwerpen speciaal voor volwassenen.

Meer zicht op wat volwassenen missen om verbinding te krijgen.

Vast jaarprogramma voor Rozenburg en meer bekendheid hieraan geven.

Delen van levensverhalen en ook onderwerpen bespreken waar een taboe op rust.

Ouderen:

Voorkomen van eenzaamheid.

Bevorderen deelname activiteiten door vervoer te organiseren en promotie van aanbod.

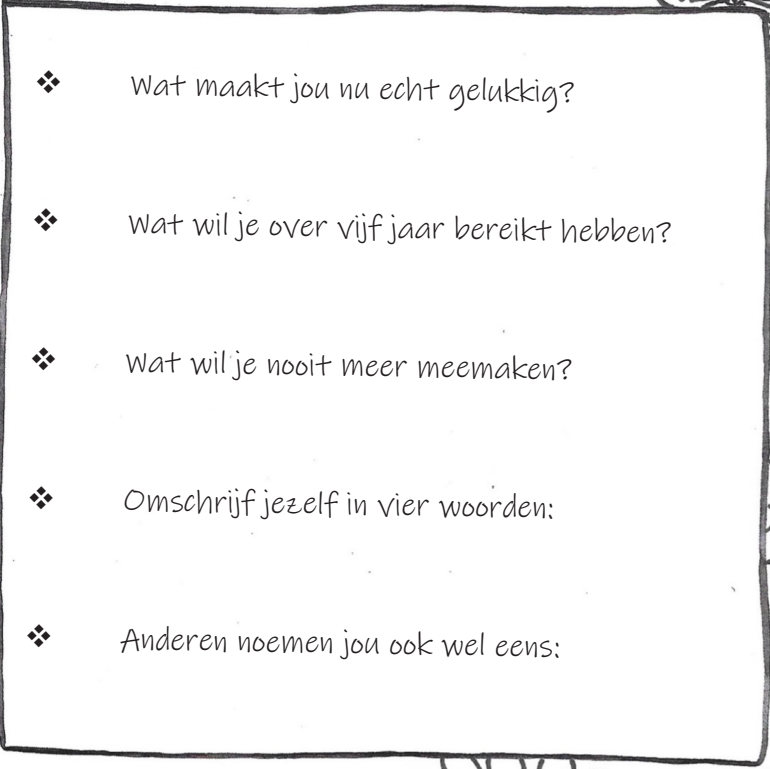
Meer zicht op welke activiteiten bij mannen aansluiten.

Heb je de conferentie gemist en/of wil je ook graag mee doen en nadenken over activiteiten voor en door Rozenburgers? Meld je dan aan via contact@diarozenburg.nl Je wordt dan uitgenodigd voor de vervolgbijeenkomsten na de zomervakantie.

In die bijeenkomsten worden de plannen verder concreet gemaakt en gepresenteerd. Na de presentatie kan worden gestemd, zodat de Rozenburgers zelf kiezen voor een vervolg van een plan die zij het beste vinden. Let op! Aansluiten betekent ook mee organiseren

Wil je meer informatie?

Neem dan contact op met Sadik Kacir via s.kacir@diarozenburg.nl

- 
- ❖ Wat maakt jou nu echt gelukkig?
 - ❖ Wat wil je over vijf jaar bereikt hebben?
 - ❖ Wat wil je nooit meer meemaken?
 - ❖ Omschrijf jezelf in vier woorden:
 - ❖ Anderen noemen jou ook wel eens:
- 

Verse pesto

Ingrediënten:

- * basilicumblaadjes van 1 plant
- * 1 teentje knoflook
- * een snufje peper en zout
- * pijnboompitten
- * olijfolie
- * Parmezaanse kaas

Recept:

Rooster de pijnboompitten kort in een droge koekenpan.

Meng vervolgens alle ingrediënten goed met een staafmixer.

SERVEERTIP:
Lekker op een
stokbroodje!



Yaya's (oma's) Griekse gehaktballen

Ingrediënten:

- * 500 gr half om half gehakt
- * 500 gr rundergehakt
- * 2 eetlepels oregano (of meer naar wens)
- * 1 beschuit – gemalen
- * 2 eieren
- * 1 tl zout
- * ½ tl gemalen zwarte peper
- * 1 ui – fijn gesneden
- * 1 tl knoflookpoeder
- * 3 teentjes knoflook – fijn gesneden
- * ½ bosje peterselie
- * 4 blaadjes munt – fijn gesneden



Kneed alle ingrediënten goed door elkaar en maak er kleine balletjes van. Bak de gehaktballen in olijfolie. Kali orexi (eet smakelijk)!



WOORDZOEKER

De overgebleven letters vormen achter elkaar een uitdrukking.

D	A	G	B	E	S	T	E	D	I	N	G	N	R	M
R	O	P	G	E	E	U	L	K	M	U	E	E	U	A
U	D	U	E	K	Z	Z	B	I	O	B	H	L	S	N
P	N	V	C	N	I	O	T	N	E	A	O	E	T	T
P	O	I	I	H	S	L	E	D	D	X	O	D	E	E
E	Z	T	N	E	E	I	A	K	E	T	R	N	N	L
L	E	A	U	T	O	S	O	C	R	E	A	A	G	Z
B	G	A	N	I	E	R	T	E	H	R	P	W	N	O
R	O	L	L	A	T	O	R	O	N	R	P	E	I	R
I	N	P	K	L	G	V	L	E	E	O	A	V	G	G
L	K	E	A	N	A	I	Z	I	N	L	R	A	E	E
H	U	O	I	R	R	I	E	K	O	M	A	D	W	R
W	L	B	I	B	E	S	T	E	U	N	A	E	E	J
M	E	N	G	R	O	Z	S	I	U	H	T	R	B	E
O	G	N	E	R	E	D	N	I	K	N	I	E	L	K

auto
baxterrol
beweging
bezoek
bingo
bril
bus
dagbesteding
douchestoel

druppelbril
ervaring
gehoorappa-
raat
geluk
gezond
kind
kleinkinderen
lach

mantelzorger
moeder
oma
opa
pensioen
reizen
rollator
rusten
steun

thuiszorg
trein
vader
vitaal
wandelen
wmo

VITAAL BLIJVEN

Wat u kan doen om vitaal te blijven?



Eet gezond

Om vitaal te blijven is het belangrijk om goed op uw voeding te letten. Eet iedere dag groente en fruit en varieer voldoende met uw voedsel. Probeer ongezond voedsel te beperken of spreek bijvoorbeeld met uzelf af, om alleen in het weekend de teugels iets te laten vieren. En geniet op die momenten dan ook volop van iets lekkers, zoals een stukje taart bij de koffie of thee.

Beweeg iedere dag

Het is goed om iedere dag minimaal 30 minuten te bewegen. Stap tijdens het wandelen flink door, fiets een stuk of voer thuis oefeningen uit. Zorg ervoor dat u verschillende spiergroepen traint. Vergeet de fijne motoriek niet en activeer dus ook de vingers regelmatig.

Laat uw brein werken

Het is ook belangrijk om uw brein aan het werk te houden. Daag uzelf iedere dag uit, door een puzzel te

maken, een spelletje te spelen of door iets nieuws te leren.

Neem voldoende rust

Zorg dat u genoeg slaap krijgt en u hoeft zich niet bezwaard te voelen als u 's middags een rustmoment neemt. Probeer zoveel mogelijk op dezelfde tijd op te staan en naar bed te gaan. Ventileer de slaapkamer iedere dag en u zal slapen als een roos.

Zoek contact

Ook als u niet meer werkt of de kinderen de deur uit zijn, dan blijft het belangrijk om onder de mensen te komen. Spreek regelmatig af met familie, vrienden of burens. Of oriënteert u zich op activiteiten waar u bij aan kunt sluiten.

Blijf gelukkig

Schrijf voor uzelf iedere avond op wat u die dag gelukkig gemaakt heeft. Dit hoeven niet altijd grote dingen te zijn. Door hier even de tijd voor te nemen, zal u nog meer genieten van het leven!

BLOTE VOETENPAD

Leuk voor binnen of buiten



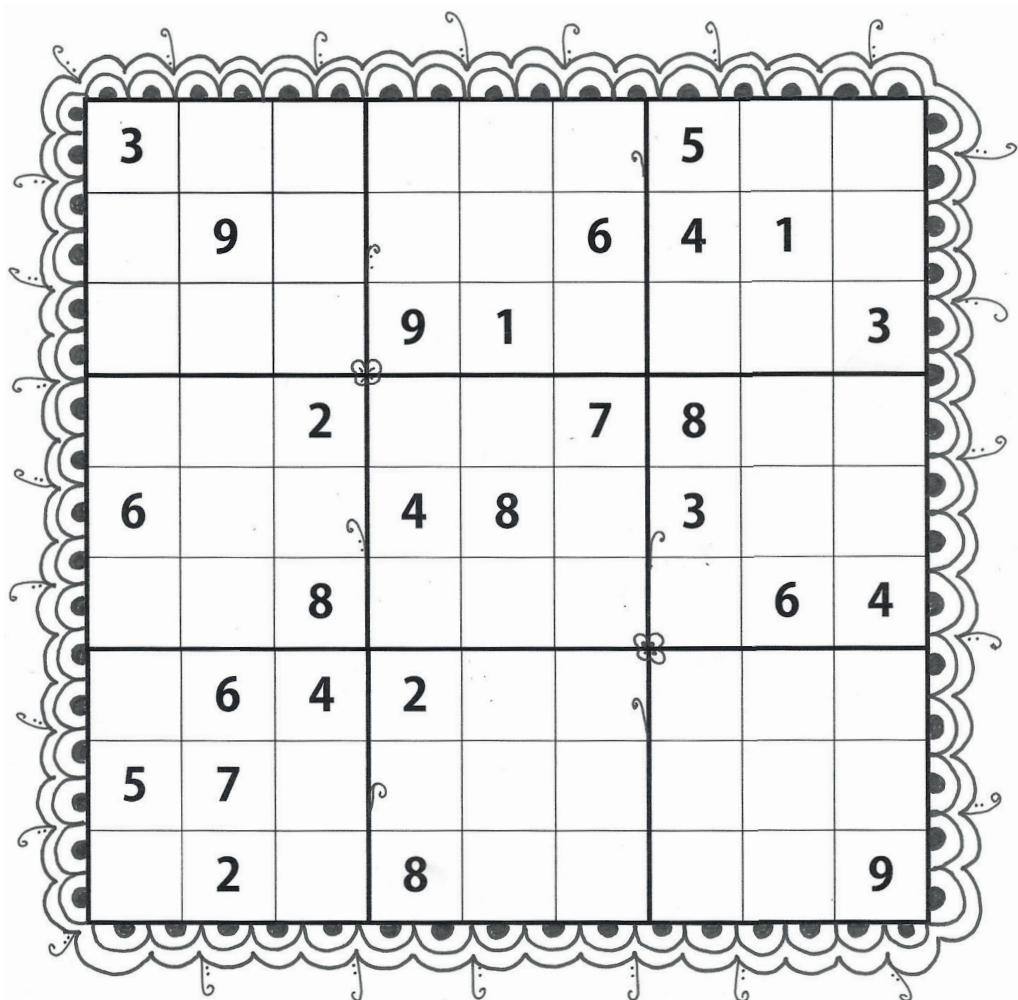
Maak een grote cirkel of wandelroute van verschillende materialen, waar kinderen met hun blote voeten overheen kunnen lopen. Je kunt de materialen op een dienblad, in een teil of kartonnen doos leggen.

Sommige attributen kun je ook meerdere keren in de route opnemen. Leg een handdoek neer achter het modderbad, de teil met water of natte spons. Of maak een aparte natte route!

- * theedoek
- * kiezels
- * mos
- * water
- * modderbad
- * deurmat
- * handdoek
- * papiersnippers
- * stro of hooi
- * bubbeltjesplastic
- * spons, nat en droog
- * veertjes
- * watten
- * zand
- * houtsnippers
- * wol
- * grasmatten
- * water met badschuim
- * karton
- * tegel
- * stapstenen
- * zaagsel

SUDOKU

Een sudoku, vertaald: 'isoleer de getallen' is een puzzel bestaande uit negen bij negen vakjes die gegroepeerd zijn als negen blokken van drie bij drie vakjes. In de vakjes moeten de cijfers 1 tot en met 9 ingevuld worden op zo'n manier dat in elke horizontale lijn én in elke verticale kolom en in elk van de negen blokjes de cijfers 1 tot en met 9 één keer voorkomen. In een aantal vakjes zijn de cijfers al ingevuld.



Mooie herinneringen...

Wat is de leukste **verjaardag** die u meegemaakt heeft?

Welke **winter** zal u nooit meer vergeten?



Welke **vakantie** heeft de meeste indruk op u gemaakt

Aan welke **feestdag** bewaart u de mooiste herinneringen?

VRIJWILLIGERSWERK!



Ben je op zoek naar vrijwilligerswerk?

Vrijwilligerswerk levert je veel op! Een goed gevoel, je leert nieuwe mensen kennen, je leert zelf nieuwe dingen en je draagt bij aan een betere samenleving.

Vrijwilligerswerk is er voor jong en oud. Bijvoorbeeld voor jongeren die ervaring willen opdoen, volwassenen die na ziekte willen re-integreren, of iemand die naast het werk iets heel anders wil doen, of bijvoorbeeld voor inwoners uit Rozenburgers die na hun pensioen actief willen blijven. Je bepaalt zelf hoe vaak, wanneer en hoeveel tijd je beschikbaar bent om vrijwilligerswerk te doen.

Vrijwilligerswerk doen is erg leuk en geeft veel voldoening!

Wil je vrijwilligerswerk doen dat bij jouw kennis, ervaring en wensen past? Neem dan contact op met de vrijwilligers coördinator van DIA: m.david@diarozenburg.nl of bel naar het algemene nummer van DIA: 06-27326854



**ROZENBURG**www.diarozenburg.nl

Welzijnsorganisatie DIA probeert op verschillende manieren de vele activiteiten die zij aanbiedt gedurende het hele jaar onder de aandacht van alle inwoners in Rozenburg te brengen. Wil je op de hoogte blijven van het aanbod, dan kan dat via:

De website: www.diarozenburg.nl

Facebook: www.facebook.com/DIARozenburg

Instagram: [Instagram.com/DIAjeugd](https://www.instagram.com/DIAjeugd)

Groepsapp: 'activiteiten en updates' - geef hiervoor jouw mobiele telefoonnummer door aan DIA

E-mail: geef hiervoor jouw e-mailadres door aan DIA

Ook plaatsen wij geregeld een bericht in de Rozenburgse Courant De Schakel. De buurtcoaches van DIA werken vanuit twee Huizen van de Wijk:

Huis van de Wijk de Bieb (Molenweg 20) en
Huis van de Wijk Rozenburg, voor elkaar (Lekstraat 2-4)

Kom gerust eens langs voor een praatje of kopje koffie of thee!

Wil je in contact komen met iemand van DIA? Bel dan 06-27 32 68 54 of stuur een bericht naar contact@diarozenburg.nl



