

# Welzijn Teylingen

DOELSTEN

NIEUWS

ACTIVITEITEN

IN TEYLINGEN



Het jaar loopt op zijn einde en bij Welzijn Teylingen kijken we met trots terug op een periode vol ontmoetingen, meedoen en omzien naar elkaar. In deze nieuwsbrief nemen we je in een notendop mee langs de hoogtepunten van het afgelopen jaar én geven we alvast een voorproefje van de activiteiten die in 2026 op de planning staan.

## oh wat een jaar



### 2025...

was weer een jaar bomvol initiatieven, verbindingen en mooie groei. We hebben hard gewerkt aan het versterken van buurten, het vergroten van welzijn en het samenbrengen van inwoners en organisaties en dat heeft prachtige resultaten opgeleverd.

Zo kregen onze zorgzame buurten een flinke boost. Bewoners zetten, samen met onze professionals, allerlei nieuwe initiatieven op poten: van het haak- en breicafé tot de varkentjes duizendknoopactie, van de Moondance (goed voor 132 vaaruren én ruim 230 gasten aan boord) tot Hermans huiskamerrestaurant, waar talloze Teylingers aanschoven voor een warm diner en warme ontmoeting. Er werden buurtuindagen georganiseerd, jam gemaakt van buurtfruit en door kinderen uitgedeeld, en de Vitality Club, voor iedereen die vitaal ouder wil worden, draait inmiddels zelfstandig door dankzij de buurtbewoners. En eerlijk: dit rijtje kunnen we nog heel wat langer maken.

Er kwamen ook dit jaar nieuwe ontmoetingsplekken bij. We openden de buurtkamer in De 7 Sprong in Sassenheim en buurtkamer Kagercorner in de Kagerbuurt staat al klaar om in het nieuwe jaar haar deuren te openen. Daarnaast reikten we zo'n 10 Buur & Buurt Boxen uit om

bewoners te helpen een zorgzame buurt op te bouwen. We plaatsten 3 buurtbankjes én sloten het jaar af met een enorm gezellige buurtkerstboomactie waarbij we maar liefst 63 bomen verspreidden door straten en wijken.

Vrijwilligerswerk speelde natuurlijk ook een grote rol in 2025. Voor het eerst organiseerden we een Pop-Up Vrijwilligersproeverij midden in de winkelstraat van Sassenheim. Iedereen kon daar ontdekken wat voor moois er in Teylingen allemaal te doen is. En ook hebben we weer 7 inspirerende vrijwilligersactiviteiten in het zonnetje mogen zetten met de Teylingen Vrijwilligersprijzen.

En dan het thema mantelzorg. Tijdens de Mantelzorgdag stonden we stil bij de mensen die dagelijks klaarstaan voor een ander. We organiseerden een dag vol activiteiten, ontspanning, kleine verwenmomenten en vooral veel lachen. Bovendien reikten we ruim 400 mantelzorgcomplimenten uit, een welverdiend dankjewel.

Ook lanceerden we de serie Oog voor Elkaar, een reeks van acht persoonlijke verhalen over eenzaamheid en het belang van sociale verbinding. Open, eerlijk en enorm waardevol. Met de serie Oog voor Elkaar vroegen we aandacht voor eenzaamheid en door ontmoetingsactiviteiten zoals Verhalentafels, creatieve workshops, eetavonden, het 60+ Singles Café, ouderenactiviteiten en buurtbakkies brachten we talloze mensen samen.

Ook op het gebied van persoonlijke ontwikkeling zaten we niet stil. Er waren diverse cursussen en workshops die inwoners hielpen om veerkracht op te bouwen en hun balans te vinden, zoals Lekker Fit, cursus Positief Leven, en cursus Lekker in je vel. Daarnaast organiseerden we diverse bijeenkomsten rond maatschappelijke thema's om de leefwereld van Teylingers prettiger te maken.

Kortom, het was een jaar waarin buurten sterker werden, mensen elkaar vonden en initiatieven tot leven kwamen. En voor 2026 zetten we deze koers graag samen met jullie voort!

**Dankjewel aan onze partners, vrijwilligers en buurtbewoners, samen hebben we een jaar neergezet waar we trots op mogen zijn.**

## in de buurt

### *Nieuwe data Buurtdiner*

#### **Buurtdiner in De Spelewey, eet je mee?**

Beleef een gezellige avond met buurtgenoten en geniet van een heerlijk diner in wijkcentrum De Spelewey in Voorhout. Een groep buurtbewoners kookt onder leiding van een professionele kok en serveert met plezier aan jou en je buurt.

Check [hier](#) de nieuwe data en kom gezellig langs.



---

### *Buur & Buurt kerstbomen schitteren in Teylingen*



In heel Teylingen staan sinds 6 december ruim 60 Buur & Buurt kerstbomen te schitteren. Verdeeld over verschillende wijken en straten zorgen zij deze decembermaand voor licht, verbinding en ontmoetingen.

De insteek is eenvoudig én krachtig: samen een kerstboom optuigen is een laagdrempelige manier om elkaar beter te leren kennen. Met de burens naar buiten, een praatje maken, lichtjes ophangen en samen iets moois creëren in de straat, dat is precies waar deze actie om draait.

Met 63 stralende bomen laten betrokken buurten zien dat samen kerst vieren niet binnen vier muren hoeft te blijven. Het gebeurt gewoon op straat.

## vrijwilligers

### *Dag van de Vrijwilliger... Dankjewel!*

Op 7 december was het de "Dag van de Vrijwilliger".

Aan al onze fantastische vrijwilligers: **dankjewel** voor jullie tijd, energie, creativiteit en grote betrokkenheid. Dankzij jullie kunnen we elke dag weer het verschil maken in Teylingen.

We staan stil bij jullie inzet, maar eigenlijk verdienen jullie iedere dag een applaus.

**Bedankt dat jullie er zijn.**



## *Inschrijving Meerlandenfonds geopend*

Verenigingen en stichtingen kunnen zich nog tot maandag 15 december inschrijven voor het Meerlandenfonds. Dit fonds stelt dit jaar €55.000 beschikbaar voor (sport)verenigingen en goede doelen in het verzorgingsgebied.

Kijk [hier](#) voor meer informatie en hoe je je kunt aanmelden.



# meedoen

## *Singles café op 31 januari 2026*



Of je nu gewoon zin hebt in een leuke middag, openstaat voor vriendschap, of misschien zelfs op zoek bent naar een bijzondere klik, dit is dé gelegenheid.

Denk aan een fijne borrel, leuke mensen en een gemoedelijke sfeer. Het **Singles Café** is dé plek voor alleenstaanden die op een ontspannen manier anderen willen leren kennen.

**Zet de stap en doe mee! Meld je [hier](#) aan.**

# Oog voor Elkaar, een reeks verhalen die verbindt

Met trots hebben we onze 8-delige verhalenserie **Oog voor Elkaar** afgerond. In deze reeks delen inwoners openhartige, soms ontroerende en altijd inspirerende ervaringen over verbinding, veerkracht en gezien worden.

Hun verhalen laten zien hoe kleine gebaren écht het verschil kunnen maken.

Alle verhalen zijn terug te lezen op onze [nieuwspagina](#). Wil jij ook iets betekenen voor iemand die zich eenzaam voelt? Kijk [hier](#) voor meer tips. Samen kunnen we het verschil maken.



## zelf ontwikkeling

### Cursus Positief Leven



Wil je meer plezier, veerkracht en rust in je leven? In de cursus *Positief Leven* ontdek je hoe je brein werkt, wat de invloed is van je gedachten en hoe je beter met stress om kunt gaan. Je leert je aandacht te richten op wat wél goed gaat, vriendelijker naar jezelf te kijken, je sterke kanten in te zetten en meer verbinding te ervaren met jezelf en anderen.

De cursus start op **donderdag 22 januari 2026**. Kijk [hier](#) voor meer informatie!

## mantelzorg

### Mantelzorg vergoeding 2026

**Als je langdurig zorgt voor een familielid of naaste, ben je een mantelzorger en dat is waardevol én zwaar werk. Gelukkig bestaan er vergoedingen via de aanvullende zorgverzekering die je kunt inzetten om de zorg iets makkelijker te maken.**

Via zo'n aanvullende verzekering kun je recht hebben op bijvoorbeeld:

- Vervangende mantelzorg (respijtzorg): iemand neemt tijdelijk jouw zorgtaken over, zodat jij even tijd hebt voor rust of eigen dingen.
- Ondersteuning van een mantelzorgmakelaar: iemand helpt jou met regeltaken of het combineren van werk en mantelzorg.
- Cursussen voor mantelzorgers: om handvatten te krijgen voor zorg, balans en jezelf behouden.

De vergoeding verschilt per verzekeraar en pakket, dus check jouw polisvoorwaarden of bel je verzekeraar hiervoor. Neem ook eens een kijkje op [zorgwijzer](#).



### Voorlichtingsavond mantelzorg

Op 14 januari organiseren we samen met Marente een



voorlichtingsavond speciaal voor mantelzorgers. Tijdens deze avond vertellen wij hoe we mantelzorgers kunnen ondersteunen met informatie en advies, begeleiding, en zowel emotionele als praktische ondersteuning.

Marente geeft die avond een inkijkje in het Dag- & Doecentrum: een activerende plek waar ouderen op een fijne en motiverende manier werken aan het behouden of versterken van hun zelfstandigheid. Met activiteiten die aansluiten bij ieders mogelijkheden en interesses oefenen bezoekers vaardigheden zoals zelf koken, bewegen of omgaan met technologie.

We hopen je op 14 januari te ontmoeten bij de Bernardus. De inloop is vanaf 19 uur en de presentatie duurt tot 20.00 uur.

Daarna is er eventueel nog de mogelijkheid tot het stellen van vragen.

## Over ons

### *Afwijkende zaken rondom de feestdagen*

#### **Automaatje tijdens de feestdagen**

Rondom de feestdagen is ANWB Automaatje van Welzijn Teylingen niet bereikbaar. Vanaf vrijdag 19 december tot en met zondag 4 januari 2026 is er geen mogelijkheid om een rit aan te vragen. Maandag 5 januari starten we weer en kun je een rit aanmelden.

#### **Kantoor gesloten**

Onze receptie is gesloten van 29 december t/m 2 januari 2026.



*We wensen jou fijne feestdagen toe...*

*vol warmte, aandacht en  
mooie ontmoetingen.*

*Laten we ook in het nieuwe  
jaar naar elkaar blijven  
omzien en de verbinding  
opzoeken.*

*In 2026 staan we weer  
naast je, klaar om te  
ondersteunen, te verbinden  
en te inspireren.*





**Welzijn  
Teylingen**  
DE VERBINDENDE SCHAKEL

WWW.WELZIJNTEYLINGEN.NL | INFO@WELZIJNTEYLINGEN.NL | 0252 231 805

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}.

Als je geen e-mails meer wilt ontvangen dan kun je je [hier afmelden](#).

Je kunt ook je [gegevens inzien en wijzigen](#).

Voeg [info@welzijnteylingen.nl](mailto:info@welzijnteylingen.nl) toe aan je adresboek voor een betere ontvangst.