

In deze nieuwsbrief

- Vrijwilligersraad
- Het jaarlijkse Vitis-vrijwilligersuitje
- Save the date: eindejaarsbijeenkomst!
- Meer dan 600 senioren bezocht tijdens Informatief Huisbezoek
- Week van de Mantelzorg: wij zien jou!
- Actiedag
- Sport- en Spe(e)lzones langs de marathon: hier gebeurt het
- Workshop Vergroot je veerkracht
- Rondleiding door Huis van de Buurt in Honselersdijk
- Workshop Van Perfect naar Goed Genoeg

Beste vrijwilliger,

Dankzij de inzet van jou als vrijwilliger gebeurt er veel moois. In deze nieuwsbrief delen we een aantal mooie momenten zoals de vrijwilligersuitjes, het Informatief Huisbezoek en de Week van de Mantelzorg. En zet de datum van de kerstbijeenkomst alvast in de agenda!

Verder informeren wij je in deze nieuwsbrief over de Vrijwilligersraad, (nieuwe) projecten, activiteiten en bestaande diensten.

Veel leesplezier.

Met warme groet, Vitis Welzijn

Vrijwilligersraad

De vrijwilligersraad houdt je graag op de hoogte!

Vragen, opmerkingen of goede ideeën? Neem contact op
via vrijwilligersraad@vitiswelzijn.nl of 0174 630 358



Het jaarlijkse Vitis-vrijwilligersuitje

Ook dit jaar kijken we terug op het jaarlijkse Vitis-vrijwilligersuitje. Vooraf kon een keuze gemaakt worden uit: Muziekbingo bij De Bosrand, Walking dinner bij Villa Elzenhage en Dagtocht klompenmakerij. We kunnen met plezier terugkijken op een zeer geslaagde editie. We willen je bedanken voor de gezellige aanwezigheid. Nieuwsgierig naar de foto's? Klik [hier](#).

Save the date:
eindejaarsbijeenkomst!



Save the date: eindejaarsbijeenkomst!

We verklappen nog niet waar en vertellen nog niet precies wat, maar zet **zaterdag 19 december** alvast in je agenda!

De feestdagen lijken nog ver weg maar wij zijn al volop bezig met de voorbereidingen voor de gezellige eindejaarsbijeenkomst. Een mooi moment om jou te ontmoeten en het jaar samen feestelijk af te sluiten.

De officiële uitnodiging met alle informatie volgt half november. Save the date en we kijken er naar uit jou te zien!



Meer dan 600 senioren
bezocht tijdens
Informatief Huisbezoek

Meer dan 600 senioren bezocht tijdens informatief Huisbezoek

De afgelopen maanden hebben ruim 50 vrijwilligers maar liefst 647 senioren bezocht tijdens een Informatief Huisbezoek (IHB).

Alle inwoners van 80 jaar en ouder krijgen eens per vijf jaar een uitnodiging voor zo'n bezoek. Tijdens het gesprek komen allerlei onderwerpen aan bod die belangrijk zijn om prettig en zelfstandig thuis te kunnen blijven wonen, zoals wonen, zorg, mobiliteit, sociale contacten, zelfredzaamheid en financiën. Als er een hulpvraag naar voren komt, koppelt de vrijwilliger dit terug aan de welzijnsadviseur, die vervolgens samen met de inwoner kijkt naar passende ondersteuning.

Vitis heeft senioren na het huisbezoek gevraagd wat zij van het gesprek vonden. Van de bezochte senioren vulde ongeveer 40% de enquête in. De reacties zijn zeer positief: bijna 90% waardeert het huisbezoek met een hoog cijfer. Vooral de persoonlijke aandacht, het luisterend oor en de informatie over ondersteuningsmogelijkheden worden gewaardeerd. Een mooi compliment voor onze vrijwilligers, die met hun betrokkenheid van grote waarde zijn.

Vorige week hebben we tijdens een evaluatiebijeenkomst de vrijwilligers bijgepraat. We hebben een aantal resultaten gedeeld, collega Sylvie vertelde meer over De Verveninging en er was volop gelegenheid om ervaringen uit te wisselen onder het genot van een kopje koffie. Natuurlijk hebben we ook onze waardering uitgesproken voor de enorme inzet van alle vrijwilligers. Ondertussen zijn de voorbereidingen voor het Informatief Huisbezoek 2027 alweer gestart.

Heb je vragen over het **Informatief Huisbezoek**? Neem gerust contact op met een van de welzijnsadviseurs. Zij vertellen je er graag meer over!

[Informatief Huisbezoek](#)

Week van de Mantelzorg:
wij zien jou!



Week van de Mantelzorg: wij zien jou!

Van 9 tot en met 14 november staat Westland in het teken van de Week van de Mantelzorg. Vanaf 12 oktober kunnen mantelzorgers zich inschrijven voor een activiteit naar keuze.

Mantelzorgers zijn van onschatbare waarde. Zij ondersteunen bijvoorbeeld een partner, ouder, kind, familielid, vriend of buur die langdurig ziek is, een beperking heeft of hulp nodig heeft. Mantelzorg vraagt tijd, aandacht en betrokkenheid. Voor veel mantelzorgers maken de zorgtaken deel uit van het dagelijks leven.

Ontmoeten, ontspannen en genieten

Tijdens de Week van de Mantelzorg kunnen mantelzorgers deelnemen aan diverse activiteiten. Er is een gevarieerd programma met onder meer creatieve workshops, bewegingsactiviteiten en gezellige ontmoetingsmomenten. De uitnodigingen zijn inmiddels verstuurd en vanaf dinsdag 13 oktober kan men zich aanmelden voor een activiteit naar keuze via www.mantelzorgwestland.nl.

Nog niet geregistreerd?

Westlanders die mantelzorg verlenen maar nog niet staan geregistreerd bij Vitis, kunnen zich aanmelden via www.vitiswelzijn.nl/mantelzorg of een e-mail sturen naar mantelzorg@vitiswelzijn.nl. Zo worden zij op de hoogte gehouden over activiteiten, bijeenkomsten en ondersteuning die speciaal voor hen wordt georganiseerd.



Actiedag

Actiedag

Op donderdag 3 december een leuke gecombineerde actiedag waarin zowel een deel van de Gewoon Doe! als de Doe je mee? cursus terugkomt. Ontdek wat voor jou belangrijk is, waar je kracht ligt en welke stappen je kunt zetten om je goed te voelen en mee te doen op een manier die bij jou past.

Wat komt er aan bod tijdens deze dag?

- Stilstaan bij jezelf: Wie ben ik, wat vind ik belangrijk & waar krijg ik energie van?
- Kijken naar je (eigen) mogelijkheden: Wat zijn je kwaliteiten? Wat gaat er goed? Wat wil je in de toekomst?
- Tijd voor ontspanning: Hoe kom je tot rust?
- Ontspanningsoefeningen & naar buiten.
- Creatief afsluiten: Maken van een moodboard, een actieplan en concrete stappen hoe verder te gaan.

Praktische informatie

Datum: Donderdag 3 december 2026

Tijd: 09.30 tot 14.00 uur (zelf lunch meebrengen)

Locatie: Wijkcentrum Hooze Hasta, Hastastraat 5 in Naaldwijk

[Informatie & aanmelden](#)

Sport- en spe(e)lzones langs de
marathon: hier gebeurt het



Sport- en spe(e)lzones langs de marathon: hier gebeurt het

Op zondag 1 november staat Westland in het teken van de NN Marathon The Hague. Niet alleen de lopers komen in beweging, ook langs het parcours is van alles te beleven. Samen met lokale sportaanbieders organiseert Westland Actief op verschillende locaties sport- en spe(e)lzones voor jong en oud.

Verspreid over Wateringen, Kwintshoeu, Honselersdijk en Monster kunnen inwoners deelnemen aan sportieve activiteiten, workshops en spellen, terwijl zij de marathonlopers aanmoedigen. De zones zijn gratis te bezoeken en bieden voor iedere doelgroep een passend programma.

De vier zones op een rij:

- **Kids Adventure Zone (Wateringen)** met onder andere survivalactiviteiten, boogschieten en een klimwand.
- **Speel & Beweeg Zone (Kwintshoeu)** met Oud-Hollandse spellen, ontmoeting en beweegactiviteiten voor 55-plussers (TIP!)
- Deelnemers kunnen gratis meedoen aan verschillende activiteiten en tegelijkertijd genieten van de sfeer rondom de marathon. De beweegactiviteiten worden aangeboden in korte workshops van ongeveer 30 minuten. Na afloop staat een kopje koffie klaar. Bezoekers kunnen plaatsnemen op de tribune, luisteren naar live muziek en de marathonlopers aanmoedigen terwijl zij door Kwintshoeu komen. Aanmelden vooraf is verplicht: **Speel & Beweeg tijdens Marathon - Westland Actief**
- **Fun & Run Zone (Honselersdijk)** met de KidsRun, springkussens en familieactiviteiten.
- **Family Fun Zone (Monster)** waar gezinnen samen kunnen sporten, spelen en nieuwe activiteiten kunnen ontdekken.



Workshop Vergroot je veerkracht

Workshop Vergroot je veerkracht

Wat komt er aan bod?

Vrijwel ieder mens krijgt te maken met het feit dat het leven anders loopt dan verwacht. Veerkracht helpt je hoe je beter kunt 'terugveren' bij teleurstellingen en tegenslagen. Tijdens deze workshop ontdek je wat veerkracht betekent en hoe je je veerkracht ontwikkelt.

Welke thema's komen er aan bod?

- Wat is veerkracht?
- Omgaan met tegenslag
- De kracht van gedachten
- Praktische tips

Waar en wanneer?

Datum: Dinsdagochtend 19 november 2026

Tijd: 10.00 tot 11.30 uur

Locatie: Wijkcentrum Symfonie, Verdilaan 88 in Monster

[Informatie & aanmelden](#)

Rondleiding door Huis van de
Buurt in Honselersdijk



Rondleiding door Huis van de Buurt in Honselersdijk

De bouw van het Huis van de Buurt in Honselersdijk is in volle gang. In deze video geeft Monique je graag een kijkje hoe het er van binnen uit ziet!

In Huis van de Buurt vinden Basisschool de Hoeksteen, Bibliotheek Westland, Stichting Kwest en het wijkcentrum van Vitis Welzijn daar hun onderkomen. Een unieke plek waar onderwijs, cultuur, welzijn en kinderopvang onder één dak samen komen en elkaar kunnen versterken.

Naar verwachting neemt Vitis haar intrek vanaf februari 2027. In deze [video](#) vertelt Monique je graag hoe het er van binnen uit ziet.



Workshop Van Perfect
naar Goed Genoeg

Workshop Van Perfect naar Goed Genoeg

Leg jij de lat voor jezelf vaak hoog? Wil je alles goed doen en vind je het lastig om fouten te maken? Dan ben je niet de enige. In deze workshop ontdek je waar perfectionisme vandaan komt, hoe het je kan helpen én wanneer het je belemmert. En je krijgt handvatten om meer balans, ontspanning en mildheid voor jezelf te ontwikkelen.

Wat kun je verwachten?

Tijdens deze workshop:

- Krijg je inzicht in wat perfectionisme is en hoe het ontstaat
- Ontdek je welke hoge eisen je aan jezelf stelt en wat daarvan de gevolgen zijn
- Onderzoek je jouw eigen patronen en overtuigingen
- Leer je omgaan met fouten, onzekerheid en verwachtingen
- Ontvang je praktische tips en oefeningen voor meer balans en om milder naar jezelf te kijken

Na afloop heb je meer inzicht in jezelf en handvatten om de stap te zetten van perfect moeten zijn naar goed genoeg durven vinden.

Waar en wanneer?

Datum: Dinsdagavond 10 november 2026

Tijd: 19.30 tot 21.30 uur

Locatie: Wijkcentrum Symfonie, Verdilaan 88 in Monster

[Informatie & aanmelden](#)