

Zomeractiviteiten senioren

juli & augustus 2025



Deze zomer organiseert MET Heemskerk weer verschillende activiteiten voor senioren. Lekker buiten en samen met anderen.

Doe vooral mee en schrijf u tijdig in!



JEU DE BOULES

Jeu de Boules bij Bonne Chance in Park Assumburg! Bij deze gezellige club kunt u **14 juli** gratis spelen. Ballen zijn aanwezig, assistentie ook. Deze dag krijgt u gratis koffie of thee met iets lekkers van de club. Opgeven is verplicht.

In juli en augustus kunt u elke maandagmiddag en zaterdagmiddag spelen zonder vooraf op te geven.

Start: 13.15 uur
Kosten: €2,50 per keer
exclusief koffie of thee.



RONDLEIDING VOLKSTUINVERENIGING BICKERSHOF

Bickershof heeft een oppervlakte van circa 6 hectare, telt 140 tuinen met elk een oppervlakte van circa 300 m². De gids verzorgt een leuke rondleiding op dit complex en vertelt over de verschillende tuinen op Bickershof, met bloemen, groenten en elk zijn eigen stijl.

Data: dinsdag 15 juli en
dinsdag 12 augustus om
10.30 uur
Kosten: €2,00
inclusief koffie of thee.



CLINIC HANDBOOGSPOORT

Tijdens deze clinic krijgt u uitleg over het boogschieten en de veiligheidsregels. Er is een demonstratie door leden van de vereniging en u gaat natuurlijk ook zelf indoor boogschieten op de baan onder begeleiding. De clinic wordt afgesloten met een onderlinge wedstrijd.

Datum: donderdag 17 juli
om 13.30 uur.
Kosten: €15,00
inclusief koffie of thee.
Ter plekke contant betalen.



OER-IJ FIETSEXCURSIE

Het Oer-IJ gebied laat zich uitstekend verkennen vanaf de fiets. Er gaat een gids mee. Het gebied ligt vol autoluwe fietspaden en de diverse landschappen bevinden zich hier dichtbij elkaar. Vertrek is vanuit Heemskerk. Duur van de tocht is ongeveer 3 uur.

Data: woensdag 23 juli en 13 augustus om 13.00 uur. Kosten €5,00 betalen aan de gids.



STRANDEXCURSIE HEEMSKERK

Het strand kennen we: om te wandelen, uit te waaien. Maar wat weten we over schelpdieren en andere organismen die leven op de grens van zee en land. Waar leven ze van en hoe planten ze zich voort? Gedurende 1,5 uur neemt de gids u mee in de wondere wereld van strand en zee.

Data: donderdag 24 juli en donderdag 7 augustus om 10.30 uur. Deelname gratis.



RONDLEIDING & LUNCH BIJ MARQUETTE

Chateau Marquette stamt uit de periode rond 1250. Met een gids van de Historische Kring Heemskerk kunt u het kasteel van binnen bewonderen en komt u meer te weten over de geschiedenis. We sluiten af met een heerlijke lunch op het kasteel.

Datum: woensdag 30 juli om 11.00 uur. Lunch om 12.30 uur. Lunch €20,00: vooruit betalen*. Kosten rondleiding: €4,00 te betalen aan de gids. Inschrijven t/m 7 juli.



HISTORISCHE WANDELING

Een interessante wandeling door het centrum van Heemskerk onder leiding van een gids van de Historische Kring. U komt meer te weten over de geschiedenis van Heemskerk en u krijgt leuke feitjes te horen. We starten bij de Historische Kring.

Datum: Donderdag 31 juli 10.30 uur. Kosten: €4,00 te betalen aan de gids.



HEEMSKERKSE FIETSVIERDAAGSE

Heerlijk fietsen voor jong en oud. Door het duin, de Zaan, de Noord- en Zuidroute. Er zijn 3 verschillende afstanden: 25, 40 en 60 km. Fiets lekker mee door de mooie natuur!

Datum: 4 t/m 7 augustus. Start tussen 9.00 en 10.00 uur vanaf buurtcentrum het Spectrum. Kosten: €10,00 voor 4 dagen of €3,00 per dag. Kinderen t/m 12 jaar half geld.



RONDLEIDING SLOT ASSUMBURG

Slot Assumburg dateert oorspronkelijk waarschijnlijk uit de 13e eeuw, werd in 1546 verbouwd en is genoemd naar het buurtschap Assum tussen Heemskerk en Uitgeest. Een gids van de Historische Kring Heemskerk verzorgt een interessante rondleiding.

Datum: woensdag 6 augustus 10.30 uur. Kosten: €4,00 te betalen aan de gids.



WANDELING PARK ASSUMBURG

Park Assumburg: een verborgen parel in de regio met een rijke geschiedenis, een mix van natuur en cultuur. Een geliefde plek voor wandelaars, natuur- en geschiedenisliehebbers. In een wandeling van 1,5 uur vertelt de IVN-gids u alles over dit gebied.

Datum: dinsdag 19 augustus om 14.00 uur.
Deelname gratis.



LUNCHPROEVERIJ GOED VOOR ELKAAR

Goed voor Elkaar is een verfrissende dagbesteding in het centrum van Heemskerk. In het oude rusthuis St. Joseph, later kraamkliniek en muziekschool, genieten we van een heerlijke lunchproeverij!

Datum: donderdag 21 augustus om 12.00 uur.
Kosten: €12,50 vooruit te betalen*.
Inschrijven t/m 17 augustus.



KOMBINNEN!

Een kop koffie en een goed gesprek. Even een fijn sociaal contact met anderen, want alleen is maar alleen. Op vrijdag van 9.30 tot 11.00 uur in buurtcentrum de Schuilhoek. Wees welkom bij KomBinnen!

Deelname €1,00 inclusief een kop koffie of thee.
In juli en augustus elke vrijdag behalve 22 augustus.
Aanmelden is niet nodig.



RECREATIEMIDDAG

Een gezellige middag waarop we samen Klaverjassen, Keezen, Rummikub, Scrabble of een ander spelletje spelen. Het Klaverjassen is bedoeld voor mensen die al bekend zijn met de regels.

Data: 10, 17, 24, 31 juli en 12, 19 augustus
van 13.30 tot 16.30 uur
Kosten: €2,50
Locatie: buurtcentrum het Spectrum



SCOOTMOBIELCLUB

Heeft u een scootmobiel? Dan kunt u gezellig meerijden. De bestemming wisselt. Vaak lunchen we met een eigen broodje, bezoeken we een locatie of krijgen we een rondleiding.

Data: 24 juli en 5, 14, 28 augustus
Kosten: €1,50
Start: 10.00 uur bij buurtcentrum het Spectrum.
Aanmelden: Judith de Ruyter via 06 421 30 828



MUZIEKVOORSTELLING BIBLIOTHEEK

'Een zolder vol verhalen' is een voorstelling over verhalen en muziek van vroeger met Nederlands- en Engelstalige liedjes om mee te zingen.

Datum: dinsdag 22 juli 2025
van 14.00 - 15.30 uur in buurtcentrum het Spectrum
Kosten: €7,50
Voor leden bibliotheek: €5,00
Aanmelden:
www.bibliotheekijmondnoord.nl

ACTIVITEIT	DAG	TIJD
KomBinnen	Vrijdag 4, 11, 18, 25 juli en 1, 8, 15, 29 augustus	9.30 - 11.00 uur
Jeu de Boules	Maandag 14 juli	13.15 uur
Rondleiding Volks- tuinen Bickershof	Dinsdag 15 juli	10.30 uur
Handboogsport clinic	Donderdag 17 juli	13.30 uur
Jeu de Boules	Zaterdag en maandag 19 juli t/m 23 augustus	13.15 uur
Muziekvoorstelling Bibliotheek	Dinsdag 22 juli	14.00 - 15.30 uur
Oer-IJ fietsexcursie	Woensdag 23 juli	13.00 uur
Strandexcursie Heemskerk	Donderdag 24 juli	10.30 uur
Rondleiding Chateau Marquette incl. lunch	Woensdag 30 juli	11.00 uur lunch om 12.30 uur
Historische wandeling door Heemskerk	Donderdag 31 juli	10.30 uur

ACTIVITEIT	DAG	TIJD
Heemskerkse Fietsvierdaagse	Maandag 4 t/m donderdag 7 augustus	Starten tussen 9.00 en 10.00 uur
Rondleiding Slot Assumburg	Woensdag 6 augustus	10.30 uur
Strandexcursie Heemskerk	Donderdag 7 augustus	10.30 uur
Rondleiding Volks- tuinen Bickershof	Dinsdag 12 augustus	14.00 uur
Oer-IJ fietsexcursie	Woensdag 13 augustus	13.00 uur
Rondleiding Park Assumburg	Dinsdag 19 augustus	14.00 uur
Lunchproeverij Goed voor Elkaar	Donderdag 21 augustus	12.00 uur



INSCHRIJVEN

Voor elke activiteit moet u vooraf inschrijven.

Stuur een e-mail naar: ouderenwerk@metheemskerk.nl
met vermelding van:

- Aan welke activiteiten u wilt deelnemen
- Datum van de activiteiten
- Naam van de deelnemers
- Telefoonnummer en postcode

Heeft u geen e-mail, dan kunt u zich inschrijven op:

Maandag 30 juni en **donderdag 3 juli** van 10.00 - 11.00 uur
Buurtcentrum het Spectrum, Lauraplein 1.

Dit zijn ook de momenten dat u de lunches* die vooraf moeten worden betaald, contant (gepast) kunt afrekenen.

*Dit geldt voor de lunch op Chateau Marquette op 30 juli en voor de Lunch bij Goed voor Elkaar op 21 augustus.

Na inschrijving ontvangt u een bevestiging én de juiste startlocatie.

Zonder bevestiging bent u niet ingeschreven.

