

Samen sterker,  
verbonden in het moment.



## WEEK VAN **VERBINDING & ENERGIE**

1 t/m 7 juni 2026

### THEMA: **OVERBRUGGEN**

Verbinding maken tussen  
jezelf, anderen en de wereld  
om ons heen.



Samen voor  
verbinding & energie!

# Welkom!

Van 1 t/m 7 juni staat Gooise Meren in het teken van **verbinding, ontmoeting** en **positieve energie**.

Tijdens deze week organiseren we inspirerende activiteiten voor jong en oud. Activiteiten waarbij we elkaar ontmoeten, ervaringen delen en samen bouwen aan meer mentale veerkracht.

Het thema dit jaar is **OVERBRUGGEN**.  
Laten we samen bruggen slaan – tussen hoofd en hart, tussen jou en mij, tussen wij en zij.

**Doe mee, ontmoet en laat je inspireren!**



Ontmoet  
anderen



Versterk je  
mentale  
veerkracht



Ervaar ruimte  
voor jezelf



Samen maken  
we het  
verschil



# Maandag 1 juni

**10:00 – 12:00**

**Beauty Event**

**Doelgroep:** Vrouwen

 Majoor Kampsstraat 3, Naarden  
De Plataan



**10:15**

**65+ Gym op/rond de stoel**

**Doelgroep:** Senioren

 Koekoeklaan 3, 1403 EA Bussum  
De Palmpit

**14:30 – 16:30**

**Leefstijlpunt – Ga in gesprek over je (mentale) gezondheid**

**Doelgroep:** Algemeen

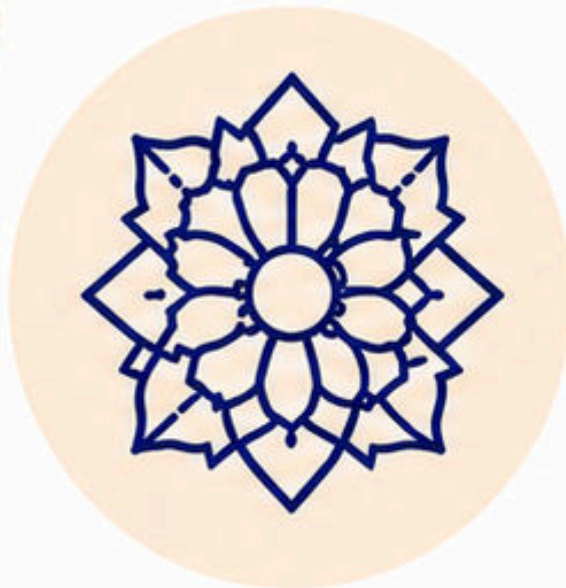
 Majoor Kampsstraat 3, Naarden  
De Plataan



Kleine  
stappen  
maken  
groot  
verschil.



# Dinsdag 2 juni



15:00 – 16:30

## Mandala tekenen

**Doelgroep:** Kinderen 4–12 jr

 Majoor Kampsstraat 3, Naarden  
De Plataan



18:00 – 20:00

## Paudy Care Services – Connect & Chill

**Doelgroep:** Jongeren 16–30 jr

 Dr. Schaepmanlaan 10, Bussum  
De Uit-wijk



Verbinding  
begint met  
een simpele  
stap. Kom  
langs en  
ontmoet!



# Woensdag 3 juni *deel 1*



09:45

## Old Stars hardlopen

**Doelgroep:** Senioren

 Voormeulenweg 24C Bussum, AV Tempo



10:00 – 11:00

## Buurtsporthuis

**Doelgroep:** Ouderen 50+

 Gerard Doulaan 2A Muiderberg, MHC



10:00 – 12:00

## Retrovo workshop – De kracht schuilt in de breuklijnen

**Doelgroep:** Iedereen

 Majoor Kampsstraat 3, Naarden  
De Plataan



Nieuwe  
inzichten  
ontstaan  
door te  
doen.




# Woensdag 3 juni *deel 2*

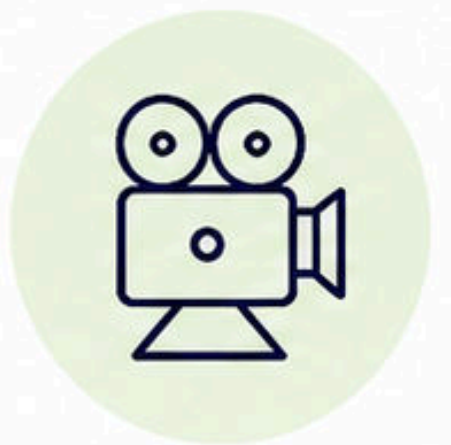


12:00 – 14:00

## Leefstijlpunt – Ga in gesprek over je (mentale) gezondheid

**Doelgroep:** Algemeen


 Nienhuis Ruyskade 26, Muiderberg  
De Rijver



16:00

## Film

**Doelgroep:** Jonge mantelzorgers 14–19 jr

 Brediusweg 1, Bussum  
Filmhuis



18:30 – 20:30

## Diner

**Doelgroep:** Jonge mantelzorgers 14–19 jr

 Majoor Kampsstraat 3, Naarden  
De Plataan



Even  
ontspannen,  
samen  
beleven.



# Donderdag 4 juni



**11:00**

**Gooise Meren Wandelt**

**Doelgroep:** Iedereen

 Randweg 203, Bussum  
Heidezicht




**16:00 – 18:00**

**Spel: Alleskunner**

**Doelgroep:** Jongeren 12–18 jr

 Majoor Kampsstraat 3, Naarden  
De Plataan


# Vrijdag 5 juni



**10:00 – 12:00**

**Beauty Event**

**Doelgroep:** Vrouwen

 IJsselmeerweg 3, Naarden  
Oekraïense opvang



**14:00 – 16:00**

**Stress kan positief zijn.  
Wil jij hier meer over weten?**

**Doelgroep:** Iedereen

 IJsselmeerweg 3, Naarden  
Oekraïense opvang



**15:30**

**Wandelend het weekend in**

**Doelgroep:** Iedereen

 Centrale hal Mauritzhof  
Hooftlaan 26 – 30, Bussum



**17:00 – 21:00**

**BBQ – Afsluiting ‘ Week van  
de Mentale Gezondheid ’**

**Doelgroep:** Iedereen

 **De Uit-wijk**  
Dr. Schaepmanlaan 10, Bussum

Meld je op tijd aan  
**VOL = VOL**

# Samen maken we het verschil

Dank aan alle organisaties, vrijwilligers en deelnemers die deze week mogelijk maken.

Laten we blijven **OVERBRUGGEN** – ook na deze week.

## Meer informatie/aanmelden:

 Zaineb Toama

 06 31 99 56 55 (bellen/WhatsApp)

 ztoama@versawelzijn.nl



 Ga voor meer informatie langs bij een van de Leefstijlpunten.

[www.leefstijlpuntgooisemeren.nl](http://www.leefstijlpuntgooisemeren.nl)

Volg ons!



  
Samen blijven we  
**overbruggen** 

Scan de QR-code en luister naar inspirerende verhalen van **May-May Meijer** over mentale gezondheid, herstel en veerkracht.

