

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

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.

