

Samen In Beweging

Sportactiviteiten voor mensen met geheugenproblemen, (beginnende) dementie en/of (een vorm van) niet-aangeboren-hersenletsel

Kom 'samen in beweging'! Bewegen is in je eentje al leuk en gezond, maar samen bewegen is zelfs extra goed voor het brein. Speciaal voor inwoners van Kaag en Braassem met geheugenproblemen, (beginnende) dementie en/of met (een vorm van) niet-aangeboren-hersenletsel zijn er passende sportactiviteiten.

Samen In Beweging komt ook naar wooninstellingen, verzorgthuizen en activiteitencentra voor deze inwoners. Bij interesse kan contact opgenomen via onderstaande gegevens. Voor deze activiteiten kan niet worden aangemeld.



Zwemmen in De Tweesprong, Roelofarendsveen

Maandelijks op vrijdag van 11:15 tot 12:00 uur (tegen betaling).

De Tweesprong, Lucas van Leydenlaan 2, 2371 RW, Roelofsarendsveen

7 november 2025	3 april 2026
5 december 2025	24 april 2026
9 januari 2026	5 juni 2026
6 februari 2026	3 juli 2026
6 maart 2026	

Belangrijk: begeleiding door een mantelzorger of vrijwilliger is verplicht gedurende het hele het programma. De prijs voor het zwemmen is inclusief mantelzorger of vrijwilliger.



Gratis sporten in Sporthal Het Spant, Leimuiden

Maandelijks op vrijdag van 11:00 tot 12:00 uur.

Sporthal Het Spant, Larikslaan 20, 2451 BV, Leimuiden

10 oktober 2025	13 maart 2026
14 november 2025	10 april 2026
12 december 2025	8 mei 2026
16 januari 2026	12 juni 2026
13 februari 2026	

Na afloop is er een gratis kopje koffie of thee voor de deelnemer, mantelzorger of vrijwilliger.



Gratis sporten in Sporthal Oudendijk, Woubrugge

Maandelijks op vrijdag van 11:00 tot 12:00 uur.

Sporthal Oudendijk, Batweg 78, 2481 AN, Woubrugge

17 oktober 2025	20 maart 2026
21 november 2025	17 april 2026
19 december 2025	15 mei 2026
23 januari 2026	19 juni 2026
20 februari 2026	

Na afloop is er een gratis kopje koffie of thee voor de deelnemer, mantelzorger of vrijwilliger.

Meedoen of meer informatie?

Je kunt je opgeven bij Sportbedrijf Kaag en Braassem via sameninbeweging@sportbedrijfkaagenbraassem.nl of 071- 331 32 22. Vermeld hierbij je naam, je telefoonnummer, de activiteit en de datum. Let op: Deelname is mogelijk nadat we je aanmelding hebben bevestigd per e-mail of telefoon. Bij alle activiteiten is begeleiding van een mantelzorger of vrijwilliger vereist. Er zijn beperkte plekken voor iedere activiteit, vol = vol.