

De leukste dingen

doe je samen bij stichting De Baan*



Ons activiteitenprogramma 2024-2025

Samen is écht leuker

Heb jij zin om erop uit te gaan? Met De Baan kun je regelmatig op pad: voor een vakantie week of een uitstapje. Met een groep vrijwilligers en deelnemers maken we het super gezellig en doen nieuwe ervaringen op.

Maar ook dichterbij huis, in jouw eigen woonplaats of wijk, is vaak wel een leuke Baan-activiteit te vinden. Of je nou zin hebt om aan te schuiven bij ons eetcafé, lekker te sporten of uit te gaan, het kan allemaal. Je ontmoet nieuwe mensen en kunt bijkletsen met vrienden.



Kom met ons in beweging

Iedereen weet wel dat sporten gezond is. Maar het is ook heel belangrijk dat het leuk is om te doen en dat je goed begeleid wordt. Voor je het weet heb je alweer een fijne, sportieve activiteit achter de rug. Bij De Baan kun je ontdekken welke sport het beste bij jou past: iets actiefs als schaatsen of paardrijden of wat rustigers als yoga of wandelen. Dus waar wacht je nog op... kom samen met ons in beweging!



Onze vrijwilligers zijn goud waard!

Zonder onze 180 vrijwilligers zijn er geen clubs, uitjes en vakanties... We zijn ontzettend blij en trots met zoveel fijne, enthousiaste, verschillende mensen, die de Baan-activiteiten begeleiden. Zij zorgen dat alles soepel loopt, goed georganiseerd is en dat er een fijne sfeer en leuke gesprekken zijn. Het allerbelangrijkste is dat iedereen een leuke tijd heeft! Op onze website vind je meer informatie over vrijwilligerswerk en stages bij De Baan. Kijk ook op de volgende pagina.



Wij maken dromen waar van mensen met een verstandelijke beperking



De Droomwolk



Bij de Droomwolk laten we dromen van mensen met een verstandelijke beperking uitkomen: stewardess voor een dag, bij de reddingsbrigade, naar een televisiestudio, sporten met je held. Ons droomteam is niets te gek. Laat ons jouw droom weten: misschien wordt het werkelijkheid! Scan de QR-code om dromen te zien die we hebben laten uitkomen.

Wil je weten wat je allemaal bij ons kunt doen? Kijk gauw verder!



of op www.stichtingdebaan.nl

*Stichting De Baan is er voor iedereen met een verstandelijke beperking

VOOR KINDEREN EN TIENERS

VRIENDEN MAKEN

De LEGO-Club

Houd je van bouwen met LEGO? Kom dan meedoen met onze LEGO-bouwclub! We bouwen van alles en elke week maken we weer nieuwe dingen. Samen met anderen kun je mooie bouwwerken maken.

- 12+
- zaterdag van 10.00-12.00 uur
- De Baan
- 213,75

Wil je een keer proberen? Stuur ons een berichtje, dan regelen wij een gratis proefles.

NIEUW



IETS LEREN

Muziek- en zangles

Onze vakdocent geeft zangles en muziekles op keyboard of blokfluit: je kunt noten leren met behulp van kleurtjes.

- 8+
- individueel/duoles
- maandag tussen 13.30-19.00 uur (in overleg)
- De Baan
- € 551,25 (1 uur duoles),
€ 734,50 (1/2 uur privés)



BuurtBand

Mensen mét en zónder beperking vormen een band en maken samen muziek, onder leiding van een ervaren bandleider; er zijn instrumenten beschikbaar voor iedereen.

- 16+
- donderdag van 15.00-16.00 uur, De Baan
- donderdag van 19.00-20.00 uur, Het Slachthuis
- € 110,25

SPORT & ONTSPANNING

Sportmix

Een wekelijks sport-uur onder begeleiding van een docent: basketbal, voetbal, hockey, tikspellen en andere zaalsporten komen aan bod.

- 16+
- woensdag van 19:00-20:00 uur
- Gymzaal De Pyramide
- € 213,75



Schaatsen

Er wordt les gegeven op verschillende niveaus: op de binnenbaan oefenen de beginners en op de buitenbaan de gevorderden.

- 8+
- zaterdag van 8:10-9:10 uur
- IJsbaan Haarlem
- € 127,50 (okt-mrt)

Yoga

Een combinatie van lenigheid, kracht en flexibiliteit: je wordt je bewuster van je lichaam en leert ontspannen.

- 16+
- dinsdag van 19.00-20.30 uur
- De Baan
- € 213,75

Paardrijden

Er wordt door ruiters met verstandelijke en/of lichamelijke beperking gereden bij Stal Vosse en Manege Kennemergaarde. Een gediplomeerd instructeur verzorgt de lessen.

- 8+
- maandagmiddag: Stal Vosse
- maandagavond en dinsdagmiddag: Manege Kennemergaarde
- € 649,-

UITSTAPJES

Zomeruitstapjes

In de zomermaanden juli en augustus kun je elke week meedoen aan een leuk uitje, zoals een pretpark, dieren-tuin, boottocht of BBQ.

- 16+
- juli en augustus 2025
- kosten en locatie variëren per uitje



Word vrijwilliger bij Stichting De Baan – jouw inzet, jouw impact!

Bij Stichting De Baan geloven we in de kracht van verbinding. Als vrijwilliger kun je een wereld van verschil maken voor mensen met een verstandelijke beperking. Of je nu graag de handen uit de mouwen steekt, creatief bent, of juist wilt bijdragen achter de schermen.

Altijd iets te doen

Bij De Baan is er altijd werk aan de winkel, waar je ook enthousiast van wordt: organiseren, koken of iets heel anders. Een paar voorbeelden van hoe jij kunt bijdragen:

- **Creatief aan de slag** in een van onze clubs of activiteiten, zoals een hobbyclub.
- **Ondersteunen bij een uitgaansactiviteit** als het Baan Café of een gezellige disco-avond voor onze deelnemers.
- **Bijdragen** door een heerlijke maaltijd te bereiden voor onze deelnemers tijdens een kookclub of stamtafel.

We zoeken niet naar een standaard profiel. Waar het ons om gaat, is wat jou blij maakt en hoe we jouw passie kunnen koppelen aan een taak die jou energie geeft. Dat kan bijvoorbeeld één keer per week of eens per maand zijn - jouw inzet is altijd waardevol.

Geen ervaring vereist, alleen enthousiasme

Heb je geen ervaring met mensen met een verstandelijke beperking? Geen probleem! Wat we vooral belangrijk vinden, is dat je affiniteit hebt met onze doelgroep, dat je enthousiast bent en een warm hart hebt voor het begeleiden en ondersteunen van anderen. Of je nu graag iets praktisch doet of liever iets administratiefs oppakt, we vinden samen altijd een rol die bij je past.

Wat bieden wij jou?

- De mogelijkheid om jouw talenten en energie in te zetten voor een goed doel.
- Een warme, professionele organisatie, waar je deel van uitmaakt.
- Flexibiliteit: van wekelijkse een club ondersteunen tot af en toe een activiteit begeleiden.
- De kans om iets terug te geven aan de samenleving én tegelijkertijd jezelf te ontwikkelen.

Wat geeft jou energie? Laten we het samen ontdekken

We gaan graag met je in gesprek om te ontdekken waar jouw kracht en passie liggen. Ben jij goed in organiseren, koken, sporten of iets heel anders? We vinden altijd wel een manier waarop jij kunt bijdragen en er zelf ook plezier aan beleeft.

Neem contact op en ontdek jouw mogelijkheden

Heb je interesse of wil je meer weten over wat je kunt doen als vrijwilliger? Neem gerust contact met ons op voor een vrijblijvend gesprek. We staan altijd open voor nieuwe ideeën en samenwerkingen.



VOOR VOLWASSENEN



RECREATIE en ONTMOETING



De Vrijbuiters

Een club voor mensen die in het weekend graag anderen ontmoeten en gezelligheid zoeken: puzzelen, creatief bezig zijn, kletsen of spelletjes doen.

- zaterdag van 10.00-14.00 uur
- De Baan
- € 251,-

Eetcafé

Bij het maandelijkse eetcafé kun je anderen ontmoeten en genieten van een lekkere 3-gangen maaltijd.

- 3e woensdag van de maand van 17.45-19.30 uur
- De Baan
- € 115,50 voor 10 keer (incl. 1 drankje)
€ 13,25 voor losse deelname

GayOkay

Ontmoetingsgroep voor mannen die (ook) op mannen vallen, vrouwen die (ook) op vrouwen vallen en transgenders: samen leuke dingen doen, zoals grachtenparade, borrel of BBQ.

- zondagmiddag, 6 x per jaar
- kosten en locatie variëren per keer

Disco Eksjun

Eén keer per maand is het feest en draait alles om muziek en gezelligheid: de laatste hits, leuke themafeesten, dansen en bijkletsen.

- 1e vrijdag van de maand van 19.30-22.30 uur
- De Baan
- € 78,75 voor 10 keer (incl. 2 drankjes)
- € 10,50 voor losse deelname (incl. 2 drankjes)

Baan Café

Op vrijdag maken we er 1 keer per maand een gezellige café avond van: we draaien muziek, kletsen en doen karaoke.

- 3e vrijdag van de maand van 19.30-22.30 uur
- De Baan
- € 78,75 voor 10 keer (incl. 2 drankjes)
- € 10,50 voor losse deelname (incl. 2 drankjes)

De stamtafel

Hier kun je terecht voor lekker eten, leuke gesprekken en advies door ambulante begeleiding van Philadelphia. Er is koffie/thee, soep en een hoofdgerecht.

- donderdag van 17.00-19.30
- De Baan
- € 4,50

SPORT & ONTSPANNING

Bewegen op Muziek

Leuke beweegles door een vakdocent: we dansen op muziek, maar doen bijvoorbeeld ook spellen met ballen of kegels.

- maandag van 19.30-21.00 uur
- De Baan
- € 213,75

Yoga

Je wordt je bewuster van je lichaam en leert ontspannen.

- dinsdag van 19.00-20.30 uur
- De Baan
- € 213,75

Schaatsen

Er wordt les gegeven op verschillende niveaus: op de binnenbaan oefenen de beginners en op de buitenbaan de gevorderden.

- zaterdag van 8:10-9:10 uur
- IJbaan Haarlem
- € 127,50 (okt-mrt)

Sportmix

Een wekelijks sport-uur onder begeleiding van een docent: basketbal, voetbal, hockey, tikspellen en andere zaalsporten komen aan bod. In Haarlem Noord en nu ook in Schalkwijk!

- woensdag van 19:00-20:00 uur, Gymzaal De Pyramide
- € 213,75

Bowlen

Gooi met een bal alle kegels omver en haal een zo hoog mogelijke score. Je kunt met of zonder 'hekke' bowlen.

- 1 x per maand op zaterdag van 12.30-14.30 uur
- De Zoete Inval
- € 107,75 voor 12 keer

Actieve wandelclub

Elke week wandelen mensen met én zonder verstandelijke beperking samen 8-12 km. Iedereen reist zelfstandig naar het verzamelpunt.

- zaterdag van 10.00-12.00 uur
- Nova College, Zijlweg in Haarlem
- € 78,25

Baanwandeling

Bij deze maandelijkse club wandel je in rustig tempo ongeveer 1 ½ uur door de stad, het bos of de duinen.

- 1x per maand op zondag van 10.30-12.30 uur
- verzamelen bij De Baan
- € 73,- voor 10 keer

Paardrijden

Er wordt door ruiters met verstandelijke en/of lichamelijke beperking gereden bij Stal Vosse en Manege Kennemergaarde. Een gediplomeerd instructeur verzorgt de lessen.

- maandagmiddag: Stal Vosse
- maandagavond en dinsdagmiddag: Manege Kennemergaarde
- € 649,-

KUNST & CULTUUR

Muziek- en zangles

Onze vakdocent geeft zangles en muzikles op keyboard of blokfluit: je kunt noten leren met behulp van kleurtjes.

- individueel/duoles
- maandag tussen 13.30-19.00 uur (in overleg)
- De Baan
- € 551,25 (1 uur duoles)
€ 734,50 (1/2 uur privéles)

BuurtBand

Mensen mét en zónder beperking vormen een band en maken samen muziek, onder leiding van een ervaren bandleider; er zijn instrumenten beschikbaar voor iedereen.

- donderdag van 15.00-16.00 uur, De Baan
- donderdag van 19.00-20.00 uur, Het Slachthuis
- € 110,25



Theatergroep Klapstuk

Hier leer je acteren, stemtraining en alles wat met theater te maken heeft. Samen werk je toe naar een voorstelling.

- dinsdag van 19.30-21.30 uur
- De Baan
- € 213,75

HOBBY'S en CURSUSSEN

Kookcursus 't kookdiner

In een kleine groep leer je allerlei lekkere gerechten klaarmaken: een hoofdgerecht en een toetje. En daarna gezellig samen eten.

- maandag van 17.30-20.00 uur
- Leskeuken Gunningschool
- € 120,75 voor 10 lessen

Kookclub 't Kookpunt

Samen koken en een goede sfeer staan centraal: lekkere gerechten klaarmaken en gezellig samen eten.

- dinsdag van 19.00-21.30 uur
- Van Voorthuissenschool
- € 241,50 voor 20 lessen (2 x 10 lessen per jaar)

De LEGO-Club

Houd je van bouwen met LEGO? Kom dan meedoen met onze LEGO-bouwclub! We bouwen van alles en elke week maken we weer nieuwe dingen.

Samen met anderen kun je mooie bouwwerken maken.

- zaterdag van 10.00-12.00 uur
- De Baan
- 213,75

NIEUW

Computerclub

Hier kun je van alles doen op het gebied van computers: computerspelletjes, foto's bewerken, muziek, e-mailen of internetten.

- dinsdag van 19.00-21.00 uur
- De Baan
- € 213,75

Hobbyclub

Bij deze creatieve club kun je aan de slag met bijvoorbeeld kaarten maken, handwerken, diamond painting, tekenen, schilderen of sieraden maken.

- donderdag van 19.00-21.00 uur
- De Baan
- € 213,75

VAKANTIE en UITSTAPJES

Bungalowvakantie

Een week met De Baan op vakantie in de zomer: met vertrouwde vrijwilligers en reisgenoten verblijf je in een luxe bungalow op een mooi vakantiepark.

- Bungalowpark in Nederland
- 5 t/m 11 juli 2025

Zomeruitstapjes

In de zomermaanden juli en augustus kun je elke week meedoen aan een leuk uitje, zoals een pretpark, dieren-tuin, boottocht of BBQ.

- juli en augustus 2025
- De Baan en andere locaties



Winteruitje: beauty day

Een heerlijke vevendag voor jezelf vol beauty en creativiteit.

- Zondag 9 februari van 13.00-16.30 uur
- € 10,- incl. materiaal, hapje en drankje



De Baan

www.stichtingdebaan.nl

Voor mensen met een LVB



Aloha organiseert gezellige ontmoetingen en leuke activiteiten voor iedereen met een LVB en/of een vorm van autisme.

Bij Aloha kom je (nieuwe) vrienden tegen en mag je gewoon jezelf zijn.



www.aloha-haarlem.nl

[instagram.com/aloha.haarlem](https://www.instagram.com/aloha.haarlem)



06 51 72 59 03



Buurtactiviteiten

De Baan zit middenin de Koninginnebuurt en we vinden het leuk en belangrijk om samen dingen te organiseren. Informatie over vaste en incidentele buurtactiviteiten vind je op stichtingdebaan.nl/buurtactiviteiten.



BuurtBand op donderdagmiddag

Koffie met lezing 1 x per maand op woensdagochtend

Buurt Soep op woensdag

De Stamtafel op donderdagavond

Buurt Beweeg-uur op maandagochtend

Wintermarkt en Gluren bij de Buren

De Baan zoekt vrienden

Je kunt ons helpen als vrijwilliger, maar je kunt ons ook financieel steunen.

Scan de QR code of ga naar www.stichtingdebaan.nl/doneren en word Vriend van De Baan.



Wil je lid worden?

Proefles Als een club jou leuk lijkt, dan regelen wij een gratis proefles voor je.

Losse activiteit Hier geldt geen proefles en kun je je gewoon aanmelden.

Seizoen Ons seizoen loopt van september t/m juni, tenzij anders vermeld bij de activiteit.

Instromen Kan het hele jaar. Soms is er een (korte) wachtlijst.

Aanmelden Als je lid wilt worden, sturen wij een aanmeldformulier om in te vullen.

Betalen Na ontvangst van jouw aanmeldformulier sturen wij je een rekening.

Baanfonds Wil je aan één van onze activiteiten meedoen, maar heb je hiervoor niet genoeg geld? Dan kun je het Baanfonds om een bijdrage vragen: www.baanfonds.nl.

Jeugd- en jeugdcultuurfonds Ben je jonger dan 18 jaar? Wil je graag sporten, muziek of theater maken, maar heb je hiervoor niet voldoende geld? Deze fondsen kunnen je misschien helpen: www.jeugdsportfonds.nl en www.jeugd cultuurfonds.nl

Vakantieoverzicht 2024/2025

Herfstvakantie	maandag 28 oktober t/m zondag 3 november 2024
Kerstavakantie	maandag 23 december 2024 t/m zondag 5 januari 2025
Voorjaarsvakantie	maandag 17 t/m zondag 23 februari 2025
Pasen	zondag 20 en maandag 21 april 2025
Koningsdag	zaterdag 27 april 2025
Meivakantie	maandag 28 april t/m zondag 4 mei 2025
Bevrijdingsdag	maandag 5 mei 2025
Hemelvaart	donderdag 29 mei 2025
Pinksteren	zondag 8 en maandag 9 juni 2025
Zomervakantie	dinsdag 1 juli t/m zondag 31 augustus 2025

Locaties

Clubgebouw De Baan
Nauwe Geldelozepad 17
2012 EV Haarlem
023 – 5314463
team@stichtingdebaan.nl
www.stichtingdebaan.nl

De Zoete Inval
Haarlemmerstraatweg 183
2065 AE Haarlemmerliede

Gymzaal De Pyramide
Ingang naast dit adres:
Floris van Adrichemlaan 98
2035 VD Haarlem

Het Slachthuis
Rockplein 6
2033 KK Haarlem

Hogeschool Inholland
Bijdorplan 15
2015 CE Haarlem

Ijsbaan Haarlem
Ijsbaanlaan 2
2025 MC Haarlem

Leskeuken Van Voorthuissenschool
Professor Eijkmanlaan 1
2035 XA Haarlem

Leskeuken Gunningschool
Planetenlaan 13,
(ingang Johan de Meesterstraat)
2024 EN Haarlem

Manege Kennemergaarde
Duin en Kruidbergerweg 79
2071 LG Santpoort-Noord

Stal Vosse
Kinderhuisingel 2D
(inrit N.S.)
2013 AS Haarlem

