

Marente thuis!

ALTIJD IN BEWEGING
OPLAGE 24.500
OKTOBER 2026 | NR. 4

Kom naar ons Inspiratiefestival!

Het festival voor senioren, mantelzorgers en iedereen die vooruit wil kijken

Kom kennismaken, meedoen en proeven van alles wat het leven makkelijker, leuker en betekenisvoller maakt. Kijk samen vooruit tijdens het gezellige Inspiratiefestival op zaterdag 31 oktober van 10.00-14.00 uur. Laat je inspireren, ontmoet mensen uit je omgeving en doe nieuwe ideeën op. Ontdek hoe je lekker in je vel kunt blijven zitten en welke mogelijkheden er zijn voor nu én in de toekomst. Ervaar dat je kunt blijven doen wat voor jou waardevol is en ontdek hoe kleine stappen een groot verschil kunnen maken.

Zin in morgen

Wat kun je verwachten?



Informatiemarkt

Maak kennis met diverse partners van Ledenservice en proef en ontdek de vele mogelijkheden die het leven makkelijker, leuker en betekenisvoller maken.



Optredens en presentaties

Geniet van het optreden van onze Hiphopgroep en ontdek handige tips over positieve gezondheid en veilig onderweg zijn.



Gratis workshops

Van zelfverdediging tot slim gebruik van je tablet of smartphone en van zorgen voor een naaste tot goed zorgen voor jezelf.



Ontdek en beleef

Ontdek de wellnessruimte, creatieve ruimte, muziekruimte, beweegruimte, de keuken en de kas van het Dag- & Doecentrum van Bernardus. Laat je verrassen!



Ontmoet en ervaar

Je bent welkom in het restaurant voor koffie, thee, heerlijke broodjes of iets anders lekkers. Ontmoet anderen, deel ervaringen en praat mee over de toekomst.



Proef en geniet

Geniet van heerlijke hapjes en soepjes van onze cursisten van kookcursus De oude garde en onze maaltijdleveranciers.

**Zaterdag
31 oktober
10.00 - 14.00 uur**

**Bernardus
Hoofdstraat 82
Sassenheim**

Diensten aan huis & kortingen

Kan je wel wat hulp gebruiken bij je belastingzaken of je tuin? Of iemand die je haar knipt of maaltijden bezorgt? Misschien wil je wel besparen op je sportschool, zorgverzekering of hulpmiddelen.

Kijk voor meer informatie en het volledig aanbod op marente.nl/diensten of marente.nl/kortingen. Leden van Marente profiteren van veel voordeel, fijn! Zo heb je het lidmaatschap snel terugverdiend. Het lidmaatschap geldt voor het hele huishouden en loopt per kalenderjaar. De contributie bedraagt vanaf 1 januari 2027 € 27,50 per jaar.



Je ogen en oren zijn belangrijk!

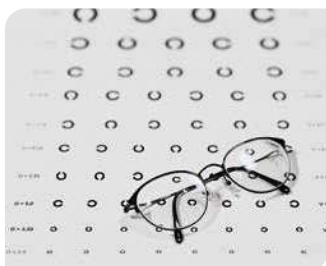
Laat ze dan ook regelmatig controleren.

Dat kan eenvoudig bij onze opticiens **Van de Brillen** en audiciens van **Beter Horen**.

Van de Brillen maakt zorgen voor je ogen gemakkelijk en voordelig.

Gewoon bij jou thuis. Van oogmetingen tot oogdrukmetingen en zelfs brilreparaties, alles wordt thuis gedaan met professionele apparatuur en een breed assortiment brillen.

Slecht zicht kan vervelende gevolgen hebben. Struikelen, moeite met lezen of het verwaarlozen van oogaandoeningen. Laat je niet verrassen door slechter zicht, wees slim en zorg goed voor je ogen!



Leden krijgen een gratis oogmeting, **10% korting op een montuur**, **25% korting op de glazen** van een 2e bril en je betaalt geen voorrijkosten.

Beter Horen geeft jou de persoonlijke aandacht die je nodig hebt.

Ontdek binnen 30 minuten hoe het met je gehoor gesteld is.

Gehoorverlies is heel normaal en treft vroeg of laat bijna iedereen. Gelukkig kan je er iets aan doen, met hulp van onze thuisaudiciens. Je kunt een hoortoestel volledig afgestemd op jouw gehoor enkele weken vrijblijvend uitproberen.



Leden krijgen onder andere een gratis diagnose- en adviesgesprek plus gehoorstest en **€ 75,- korting** per hoortoestel.

Meer informatie over deze en de andere diensten in ons aanbod vind je op marente.nl/diensten

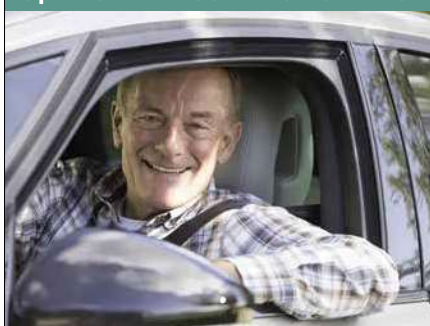


Kom langs in de Vegro winkel in Lisse en Katwijk en profiteer van deze **speciale ledenactie**. Koop een rollator, rolstoel, scootmobiel of (driewiel)fiets en krijg tijdelijk **20% korting**.

Deze actie is geldig t/m 31 december 2026. Niet in combinatie met andere acties en met een maximaal kortingsbedrag van € 500,- per order.



Opfriscursus voor automobilisten



Donderdag 8 oktober Katwijk

€ 5,- korting voor leden • marente.nl/opfriscursus

Actie geldig t/m 31 december 2026. Niet geldig in combinatie met andere acties. Vraag naar de voorwaarden.

9,6 ★★★★★

Speciaal voor leden van Marente

€50 korting op een enkelvoudige bril

€100 korting op een multifocale bril

van de Brillen

06 83 33 75 67 | info@vandebrillen.nl | vandebrillen.nl

BETER LOPEN WINKEL

aetrex

15% KORTING VOOR MARENTE LEDEN OP ALLE AETREX HUISCHOENEN

DE AETREX MEMORY FOAM VOETBED MUILEN, VOOR DE GEVOELIGE VOETEN

intratuin LISSE

20% KORTING OP EEN KERSTARTIKEL NAAR KEUZE!

Alleen t/m 24 december 2026 te besteden bij Intratuin Lisse.

Tijdelijk € 250 extra korting op uw Otolift traplift

Profiteer als lid van Marente van een exclusieve aanbieding van Otolift Trapliften.

- ✓ 10% ledenkorting op een Otolift
- ✓ Tijdelijk € 250 extra korting*
- ✓ Gratis & vrijblijvend thuisadvies

★★★★★ 9,1

*De extra korting is geldig t/m 31 december op vertoon van dit magazine aan de Otolift-adviseur.

Meld u aan voor een vrijblijvend thuisadvies via de QR-code of via Otolift.nl/marente

Cursussen & trainingen

Aanmelden voor een cursus?
Meld je aan via
marente.nl/cursussen of
071 409 3223.



Leden: € 110,-
Niet-leden € 140,-

Marente Danst (Mogelijkheid tot instromen)

Blijf fit met Marente Danst! Leer een unieke mix van dansstijlen, waaronder salsa, samba, chachacha, hiphop, jazz en moderne dansen.

Plaats	Datum	Aantal lessen
Noordwijk	30 sept.	10



Leden: € 95,-
Niet-leden € 125,-

Acteerplezier

Op een ongedwongen manier oefen je met emoties, stemgebruik, het benutten van de ruimte en leert een eenvoudige tekst op meerdere manieren te spelen.

Plaats	Datum	Aantal lessen
Katwijk	28 oktober	6



Leden: per les: € 11,-
Niet-leden betalen € 30,- meer per cursus.

Happy Dance

Bij Happy Dance draait het om plezier, vitaliteit en nieuwe vriendschappen. Onder leiding van dansdocent Lisanne dans je op moderne muziek en werk je aan conditie, spieren én balans.

Plaats	Datum	Aantal lessen
Noordwijkerhout	Inschrijven 1 november	12



Leden: per les: € 11,-
Niet-leden betalen € 30,- meer per cursus.

Marente Hiphop cursus (Mogelijkheid tot instromen)

Ervaar het plezier van het dansen op geweldige beats en werk tegelijkertijd aan je balans en kracht.

Plaats	Datum	Aantal lessen
Katwijk	Inschrijven 1 november	12
Oegstgeest		12
Lisse		12
Sassenheim		12



Leden: per les: € 13,50
Niet-leden betalen € 30,- meer per cursus.

Medische training voor ouderen

(Mogelijkheid tot instromen)

Voorom valpartijen en blijf zelfstandig. Train je kracht, balans en conditie en verbeter je vitaliteit!

Plaats	Datum	Aantal lessen
Sassenheim		12
Katwijk	Inschrijven 1 november	12
Oegstgeest		12
Voorschoten		12
Noordwijkerhout		12



Leden: per les: € 11,-
Niet-leden betalen € 30,- meer per cursus.

Stoelyoga

Blijf soepel en ontspannen met deze rustige en toegankelijke vorm van yoga. De oefeningen kun je gewoon zittend op een stoel doen.

Plaats	Datum	Aantal lessen
Lisse	Inschrijven 1 november	12



Leden: per les: € 11,-
Niet-leden betalen € 30,- meer per cursus.

Yoga (Mogelijkheid tot instromen)

Werk ontspannen aan je vitaliteit. Alle spieren worden getraind, waardoor je na afloop fitter voelt dan ooit tevoren!

Plaats	Datum	Aantal lessen
Katwijk	Inschrijven 1 november	22



Leden: € 7,50
Niet-leden € 15,-

Beter Slapen

We helpen je beter te slapen door niet alleen inzicht in slaapproblemen te geven maar ook praktische handvatten, ontspanningsoefeningen en andere tips.

Plaats	Datum	Aantal lessen
Sassenheim	4 november	1



Leden: € 60,-
Niet-leden € 90,-

Reanimatie en AED training

In slechts één dagdeel leer je reanimeren en hoe je een AED (defibrillator) gebruikt.

Plaats	Datum	Aantal lessen
Voorhout	5 november	1



Vergoeding Zorg en Zekerheid

Eropuit

AGENDA



Spaar stickers voor korting op uitstapjes.

VOL
=
VOL

Filmmiddag met stampotbuffet

Woensdag 4 november | 12.30-17.00 uur | Lisse | € 32,50

Reis met ons mee naar het sfeervolle Vrijthof in Maastricht voor de gloednieuwe concertfilm André Rieu's 2026 Summer Concert: Viva Maastricht! Speciaal voor zijn 20-jarig jubileum op het Vrijthof pakt de 'Koning van de Wals' dit jaar groots uit met een concert vol passie, kleur en onvergetelijke melodien. Je wordt ontvangen met een heerlijke pompoensoep, tijdens de pauze van film serveren we je een trio van stampot met een rookworstje en na de film sluiten we af met een klassieke dame blanche. Overige drankjes zijn voor eigen rekening.



Proef de smaak van ambacht bij Bakker van Maanen

Woensdag 11 november | 9.45-12.00 uur | Katwijk | € 16,50

Beleef een smakelijk en inspirerend uitstapje bij Bakker van Maanen. We ontvangen je met koffie, thee en iets lekkers uit de bakkerij. Tijdens een korte presentatie ontdek je de rijke historie van dit familiebedrijf, dat volgend jaar zijn 120-jarig jubileum viert. Aansluitend volgt een rondleiding door de bakkerij waar vakmanschap, passie en liefde voor het ambacht samenkomen.



Let op: vanwege trappen en gladde vloeren is dit uitstapje alleen geschikt voor mensen die goed ter been zijn.

Winterwandeltocht met snert

Donderdag 26 november | 11.00-13.30 uur | Noordwijk | € 18,50

Ga je mee wandelen door de duinen, het bos en langs het strand? Restaurant Langs Berg en Dal ontvangt ons met koffie/thee en heerlijk gebak waarna we een route van 5 kilometer wandelen. Bij terugkomst wacht er een dampende kom erwtensoep en een drankje (koffie/thee of fris) op ons. Overige drankjes zijn voor eigen rekening.



Kerstworkshop Intratuin

Dinsdag 8 december | 11.00-13.30 uur | Lisse | € 32,50

Ook weer zin in een inspirerende workshop vol gezelligheid? Doe mee met onze kerstworkshop en combineer creativiteit, groen en een heerlijke lunch op één ochtend. Met verschillende materialen maak je je eigen unieke kerststukje voor thuis. Na de workshop serveren we je een heerlijke lunch. Overige drankjes zijn voor eigen rekening.



Kerstbuffet aan Zee

Woensdag 16 december | 14.00-16.00 uur | Katwijk | € 37,50

Heerlijk eten met uitzicht op zee! In Restaurant aan Zee, wat volledig is omgetoverd in kerstfeer, gaan we genieten van een heerlijk kerstbuffet. Speciaal voor Ledenservice is er een nieuw buffet samengesteld wat onder andere bestaat uit diverse broodjes, kerststol, kaneelbroodjes, beleg, gerookte paling en zalm, diverse salades, eitjes, kroketjes en scones. Inclusief melk, jus d'orange, koffie en thee en uiteraard chocolade kerstkransjes. 'Overige drankjes zijn voor eigen rekening'.



Kerstdiner Intratuin

Donderdag 17 december | 17.30-20.30 uur | Lisse | € 39,50

In een sfeervolle kerstomgeving geniet je van een uniek kerstdiner. We ontvangen je met een welkomstdrankje, gevolgd door carpaccio, langzaam gegaarde kalfssukade met rodevijnjus en tiramisu met speculaas. We sluiten af met koffie of thee. Inclusief twee drankjes per persoon (bier, fris of wijn).



Kerstdiners KTS

De planning van de kerstdiners is in volle gang, zodra de data bekend zijn vind je deze vanaf 1 november op marente.nl/eropuit. Helaas is het niet mogelijk om je op een wachtlijst te plaatsen of telefonisch alvast informatie te vragen over de KTS kerstdiners.

Ga je mee? Meld je aan!

Deze uitstapjes zijn exclusief voor leden. Aanmelden is simpel via marente.nl/eropuit met een Mijn Ledenservice account. Wees er snel bij, want vol = vol. Deelnemers krijgen een spaarkaart voor korting op hun volgende uitstapje. Heb je er al één? Neem 'm mee. Nog geen kaart? Dan ontvang je die ter plekke, inclusief je eerste sticker.

Vragen?

Mail ons op ledenservice@marente.nl of bel ons op werkdagen van 8.30 tot 12.00 uur via 071 409 3223.

Tip: houd de website in de gaten voor het meest actuele programma.

