

N I V O N

**NEDERLANDS INSTITUUT VOOR
VOLKSONTWIKKELING EN NATUURVRIENDENWERK**

SLOTERMEER/GEUZENVELD



ACTIVITEITENKALENDER

SEIZOEN

2018/2019

**Afzender:
Jan de Louterpad 8
1063 ME Amsterdam**

Inhoudsopgave

Afdelingsbestuur	4
Beheercommissie	5
Bridge	6
Creatief	6
Darts	6
Excursies.....	7
Filmochtenden	7
Gezamenlijk eten.....	6
Gezellige middag.....	7
Jaarvergadering	7
Klaverjassen	7
Koffieochtend.....	8
Nieuwjaarsbijeenkomst	8
Open inloop met lunch	8
Paasweekend	8
Soos	9
Spelletjesmiddag	9
Tabletcursus voor senioren.....	9
Videopera.....	10
Voorwoord	3
Vrouwen Ontwikkelings Groep.....	10
Yoga/mindfull bewegen	10

Voorwoord

Zoals in voorafgaande jaren hebben het bestuur en de organisatoren van de diverse activiteiten het activiteitenprogramma van Nivon Sloterveer/Geuzenveld gemaakt.

Jullie dankbaarheid voor hun werk kan verwoord worden door jullie deelname aan deze programma's. Sommige activiteiten hebben dringend aanvulling van deelnemers nodig, dus schroom niet!

Zonder jullie geen activiteiten.

Ook de ESAN heeft weer een aantal activiteiten in ons Honk verzorgd en zoals u weet zijn al onze activiteiten en die van de ESAN te bezoeken tegen ledentarief.

Het afdelingsbestuur, de kernleiders(sters) en de ESAN wensen een ieder een goed, gezond en actief seizoen toe.

Afdelingsbestuur

Voorzitter:

Ton Bakker ad interim

Secretaris:

Wim van der Velde

Erich Salomonstraat 587, 1087 GT Amsterdam

telefoon 693 90 39 of 06-504 72 267

e-mail wvandervelde@planet.nl

Penningmeester / aanmeldingsadres:

Ton Bakker

Pieter Borstraat 18, 1065 AE Amsterdam

telefoon 614 07 33

e-mail bakkat@zonnet.nl

postbankgironummer NL38INGB0004875041

t.n.v. Nivon Afd Slotermeer-Geuzenveld

2^e voorzitter:

Wim van der Velde

Erich Salomonstraat 587, 1087 GT Amsterdam

telefoon 693 90 39 of 06-504 72 267

e-mail wvandervelde@planet.nl

Notuliste:

Mieke Mastenbroek

Grondzeiler 38, 1035 AL Amsterdam

Telefoon 6310528

e-mail w.mastenbroekwitter@upcmail.nl

Ledenadministratie:

via bestuur Amsterdam en Omstreken

Beheercommissie “Het Honk”

Adres:

Het Honk
Jan de Louterpad 8,
1063 ME Amsterdam
telefoon 614 96 96

Penningmeester:

Geer Witter
Troelstralaan 329,
1067 MX Amsterdam
Telefoon 613 73 02

Aanmeldingsadres:

Wim van der Velde
Erich Salomonstraat 587, 1087 GT Amsterdam
telefoon 693 90 39 of 06-504 72 267

e-mail wvandervelde@planet.nl

Huishoudelijke dienst:

Margriet Boers
Willem Bartjenshof 9
1068 VT Amsterdam
Telefoon 619 16 24

Technische zaken:

Flip Boers
Willem Bartjenshof 9
1068 VT Amsterdam
Telefoon 619 16 24

Bridge

Wij willen gaan bridgen. Dit is bridgen voor beginners en wij willen dit doen op de tweede zondag van de maand van 13.00 tot 15.30 uur (samen met de spelletjesmiddag) en de vierde zondag van de maand van 10.00 tot 14.00 uur (samen met de soos).

- Kosten €2,00 (niet-Nivon leden €3,00) per keer incl. koffie of thee en kleine lunch.
- Informatie bij Wil van den Braak, telefoon 020-683 47 09

Creatief

Toetreding tot deze activiteit is voor iedereen open.

Werkbenodigdheden moet men zelf meenemen, zoals schaar, mesje enz. De kaarten en andere te verwerken materialen worden centraal ingekocht.

Niet alleen dat er mooie dingen gemaakt worden maar ook een gezellig samenzijn is toch waar we na streven?

De bedoeling is dat wij dit jaar gaan punniken.

- Iedere eerste woensdag van de maand vanaf 9 september 2018 van 10.00 tot 12.00 uur.
- Kosten €1,00 (niet-Nivon leden €1,50) per keer incl. koffie of thee.
- Informatie bij Jo Bakker, telefoon 020-611 35 90.

Gezamenlijk eten

Omdat wij het samenzijn en gezelligheid erg belangrijk vinden organiseren wij dit seizoen 2 maal gezamenlijk eten en drinken dat is 27 oktober 2018 en 9 maart 2019

Zaterdag 27 oktober 2018 vanaf 16.00 uur in ons eigen Honk een **Mosselmaaltijd** er kan ook iets anders gegeten worden. Aanmelden hiervoor is wel noodzakelijk. In verband met inkopen, en wel uiterlijk 14 dagen voor de genoemde datum.

Voor 9 maart 2019 moet nog iets geregeld worden.

- Kosten: ongeveer €10,00
- Informatie en aanmelding: Louis Schra telefoon 020-699 62 60.

Darts

Darts is een behendigheidssport waarbij ook gerekend moet worden, met andere woorden goed voor iedereen.

Bij ons wordt darts gespeeld voor de gezelligheid, dus niet dubbel uitgooien.

Hoewel het aanbeveling verdient over eigen darts (pijltjes) te beschikken, bestaat de mogelijkheid, eerst gebruik te maken van de door ons aangeschafte reservedarts.

Dus schroom niet, kom gezellig eens een avondje langs om de sfeer te proeven en “een schot in de roos” te wagen. Nieuwe leden zijn van harte welkom.

- Iedere tweede dinsdag van de maand vanaf 11 september 2018 van 20.00 tot 22.00 uur.
- Kosten €1,00 (niet-Nivon leden €1,50) per keer incl. koffie of thee.
- Informatie bij: Flip Boers, telefoon 020-619 16 24.

Excursies

Als er belangstelling is willen we een bustocht houden op woensdag 22 mei 2019 maar waar wij naar toe gaan is nog niet bekend. Heeft u interesse geef u op.
Info: Wim van der Velde telefoon 06-50472267

Filmochtenden

Gelet op de vaste kern aan bezoekers blijkt deze activiteit in een bestaande behoefte te voorzien. Dat is ook niet verwonderlijk, want het verzoek om niet alleen natuurfilms, maar ook films over steden en wereldnatuurgoed te vertonen wordt ruimschoots ingewilligd.

- Iedere eerste zondag van de maand vanaf 2 september 2018 van 10.30 tot 12.30 uur.
- Kosten: €1,00 (niet Nivon leden €1,50) per keer incl. koffie of thee.
- Informatie en aanmelding bij: Wil van den Braak, telefoon 020-683 47 09

Gezellige middag

Het bestuur nodigt u uit om op 15 november 2018 en 14 maart 2019, een gezellige middag bij te wonen.

Het programma op 15 november 2018 treedt Michel van Grinsven op met zijn programma **“Zomaar gewoon een lekker Hollands liedje”**.

Het programma voor 14 maart 2019 is nog niet bekend.

- Locatie: het Honk, Jan de Louterpad 8, Amsterdam.
- Zaal open 13.00 uur, aanvang 13.30 uur
- Prijs: €4,00 per persoon incl. consumptie.
- Informatie en aanmelden: Mieke Mastenbroek 020-6310528.

Jaarvergadering

De afdelingsjaarvergadering van Amsterdam en omstreken wordt gehouden in het Honk, Jan de Louterpad 8.

- Zondag 31 maart 2019, aanvang rond 13.30 uur, zaal open 13.00 uur.
- Informatie: Wim van der Velde, telefoon 020-693 90 39 of 06-50472267.

Klaverjassen

Iedereen die dit kaartspel graag speelt en houdt van een beetje competitie, is van harte welkom in ons nivonhonk.

Wij spelen om de veertien dagen op vrijdagmiddag.

- Start van deze activiteit is op vrijdag 14 september 2018 aanvang 13.00 uur.
- Kosten €1,00 (niet-Nivon leden €1,50) per keer incl. koffie of thee.
- Informatie bij: Wim van der Velde, telefoon 020-693 90 39 of 06-50472267.

Kerst-/Paasklaverjassen

Kerstklaverjassen: zaterdag 15 december 2018, aanvang 13.00 uur.

Paasklaverjassen: zaterdag 13 april 2019, aanvang 13.00 uur.

- Kosten: €6,00 (niet-Nivonleden €7,50).
- Informatie en aanmelding bij Wim van der Velde, telefoon 020-693 90 39 of 06-50472267.

Koffieochtend

Elke tweede zondag van de maand houden wij een koffieochtend.

Het streven blijft steeds interessante en actuele onderwerpen aan de orde te stellen. Een welslagen daarin is afhankelijk van ieders medewerking.

- Elke tweede zondag van de maand van 10.00 tot 12.00 uur, beginnende 12 september 2018
- Kosten: €1,00 per keer incl. koffie/thee.
- Informatie: Louis Schraa telefoon 020-6996260

Nieuwjaarsbijeenkomst

Deze bijeenkomst wordt gehouden op 6 januari 2019, en georganiseerd door de afdeling Amsterdam en Omstreken voor alle nivon leden uit Amsterdam.

Locatie: De Vuurdoorn, Ouwerdigenpad 3, 1069 AJ Amsterdam

Te bereiken met tram 17 en bus 63

Zaal open om 13.00 uur en aanvang om 13.30 uur tot 16.00 uur.

- Informatie: Wim van der Velde, telefoon 020-693 90 39 of 06-50472267.

Open inloop met lunch

Wilt u mensen ontmoeten en heeft u behoefte aan een gezellig praatje of een luisterend oor? Kom langs. Tevens kunt u hier horen welke activiteiten wij (Nivon en ESAN) nog meer aanbieden.

- Elke dinsdag van 10.00-13.00 uur, vanaf 4 september 2018
- Kosten: inloop €1,00, lunch €1,00 broodje e/o €0,50 voor snoep of snack.
- Info: Elisabeth Riemenschitter telefoon 020-614 68 44.

Paasweekend

Met Pasen gaan we naar het natuurvriendenhuis De Bosbeek te Bennekom. Van vrijdag 19 april t/m maandag 22 april 2019. U moet zelf voor eigen vervoer zorgen.

Kosten zijn: €200,00 niet leden €250,00.

In de kosten zijn inbegrepen overnachting, verzorging, lakenpakket, bustocht en een avondvullend programma.

Aanmelding, betaling en aanbetaling: gironummer NL38INGB0004875041 tnv Nivon afd

Slotermeer/Geuzenveld. Bij omschrijving opgeven aantal personen, diëten en/of andere zaken.

- Informatie bij: Henny de Kat, telefoon 020-614 03 53.

Soos

Iedere 4^e zondag van de maand houden we een soosochtend. Wij beginnen met koffie of thee met koek. Na bijgepraat te hebben worden de spelletjes (klaverjassen, bridge, rummikub, triomino enz.) gespeeld.

Wij besluiten met een lichte lunch zodat u niet direct naar huis hoeft te gaan om te lunchen.

Kom eens kijken. Onze slagzin is “gezelligheid kent geen tijd”.

- Elke vierde zondag van de maand vanaf 23 september 2018 van 10.00 tot 14.00 uur.
- Kosten: €2,00 incl. koffie of thee en lichte lunch.
- Informatie bij: Geer Witter, telefoon 020-613 73 02.

Spelletjesmiddag

Iedere 2^e zondag van de maand houden wij, in samenwerking met Nivon Centrum/Oud west en Nivon Zuid, een spelletjesmiddag. Wij beginnen met een kleine warme lunch met een kopje thee. Daarna kunt u deze middag naar harte lust klaverjassen, triominos, rummikub of bridge spelen, dus voor elk wat wils. Nieuwe deelnemers zijn altijd welkom.

- Elke tweede zondag van de maand vanaf 10 september van 13.00 tot 15.30 uur.
- Kosten: €2,00 incl. kleine, warme lunch, kopje thee en een drankje tijdens de spelletjes.
- Informatie bij: Margriet Boers, telefoon 020-619 16 24.

Tabletcursus voor senioren

In september 2018 starten we weer, in samenwerking met de ESAN, met een nieuwe basiscursus “omgaan met een tablet” voor senioren in ons Honk. Deze cursus bestaat uit 5 bijeenkomsten. De volgende onderdelen worden behandeld: downloaden en verwijderen van app's, een email account aanmaken (incl. het instellen van wachtwoorden) het “surfen” op internet, skype, gebruik en beveiliging van facebook, gebruik van you tube en het beveiligen van uw tablet met gratis antivirusprogramma's. Maak kennis met programma's (app's) die voor senioren zeer belangrijk zijn. Leer appen en sms'en. Oefen met skype (beeldtelefoon) en gratis telefoneren via whatsapp. De docent is Mohamed Yuarti en wordt daarbij ondersteund door Ton Bakker en Joke Veltkamp.

Voor aanmelding dient u in het bezit te zijn van een eigen tablet!! Indien u een Ipad gebruikt, neem dan uw wachtwoord van APPLE mee, dat voorkomt veel oponthoud.

- 5 maandagochtenden: 10 en 17 september, 8, 15 en 22 oktober 2018 van 10.00 tot 12.00 uur
- Kosten: €5,00 voor de hele cursus incl. koffie of thee
- Informatie bij: Ton Bakker, telefoon 020-6140733 of 06-20439829
Joke Veltkamp, telefoon 020-6146844 of 06-29482731

Videopera

Wilt u een gezellige middag hebben met opera, operette of musical getoond op een groot scherm, kom dan bij ons langs. Wij ontvangen u met een kopje koffie of thee en in de pauze is er een drankje en een hapje.

- Elke derde zondag van de maand vanaf 16 september 2018 t/m 19 mei 2019 van 13.30 tot 16.00 uur (zaal open vanaf 13.00 uur). Met uitzondering van april 2019.
- Kosten €2,50 (niet-Nivon leden €3,75) incl. programmaboekje, koffie of thee en pauzedrankje.
- Informatie en kaartreservering bij Mieke Mastenbroek, telefoon 020-631 05 28 of Jo Bakker, telefoon 020-611 35 90.

Vrouwen Ontwikkelings Groep

Onze bijeenkomsten op de donderdagmiddag zijn altijd heel gezellig.

We beginnen met het drinken van thee met koek.

De middagen worden gevuld met een interessante lezing of we vertonen een natuur of een speelfilm en we hebben altijd een creatieve middag per kwartaal. Verder gaan we een dagje uit of we gaan naar een museum. In december aan het einde van het eerste kwartaal hebben we een middag in kerstsfeer.

- Iedere donderdag vanaf 4 oktober, aanvang 13.30 uur.
- Kosten: tweemaal €15,00 (niet-Nivon leden €22,50) per seizoen.
- Informatie bij: Wil van den Braak telefoon 020-6834709 of Mieke Mastenbroek, telefoon 020-631 05 28.

Easy Yoga / mindfull bewegen

Geschikt voor alle leeftijden, toegankelijk voor iedereen.

Een uurtje echt voor jezelf, je hoofd leegmaken. Door middel van bewegingen die in combinatie met de ademhaling worden uitgevoerd is dit een heerlijke (flow) les.

Na de les voel je je prettiger in je lichaam en is je hoofd weer leeg. Ontspanning van de geest is het doel, meer Flexibiliteit in je lijf krijg je erbij.

Deze les is echt voor iedereen toegankelijk. Voor iedereen geschikt. Na de les is er gelegenheid om samen een kop thee te drinken en na te praten wanneer je dit wenst.

Na een les is je hoofd leeg en ben je gegarandeerd ontspannen. Kom gerust eens langs voor een proefles!

De lessen worden geleid door een daartoe bevoegde leerkracht.

- Iedere maandag, vanaf 10 september 2018 vanaf 9.30 tot 21.00.
- Iedere donderdag vanaf 13 september 2018 van 19.30 tot 21.00 uur.
- Kosten: 1^e halfjaar maandag €2,00 (niet-Nivon leden €66,00) 4 maanden
1^e halfjaar donderdag €2,00 (niet-Nivon leden €66,00) 4 maanden
2^e halfjaar maandag €5,50 (niet Nivon leden €83,00) 5 maanden
2^e halfjaar donderdag €9,00 (niet Nivon leden €100,00) 6 maanden
- Informatie en aanmelding: Helma Baas, telefoon 020-659 47 70, e-mail wlm.baas@quicknet.nl