

Doe mee



Van 24 april-8 mei 2024

Activiteiten in de wijken, wijkcentra en andere locaties in en rond Amstelveen

Dit overzicht met activiteiten** verschijnt eens per 2 weken. Wilt u ook een activiteit melden? Of wilt u dit overzicht zelf in uw mailbox ontvangen?

Mail naar: ladder@participe.nu

[Participe Wijkcentrum Alleman, Den Bloeyenden Wijngaardt 1, 020 645 39 45](#)

GGZ-inloop, Gewaardeerd en GeZien. Een open inloop voor eenieder die behoefte heeft aan contact. Elke dinsdag 9:00-15:00 en zondag 10:00-16:00 met lunch, gespreksgroep. Heb je misschien vooraf vragen? Je kunt altijd e-mail sturen: ggzinloopamstelveen@participe.nu Of kom gezellig langs voor een kopje koffie of thee.

Hobby kantine Elke tweede en vierde vrijdag (26 april, 10 mei) van de maand. Neem je eigen UFO's (unfinished objects) mee. Kosten: €1,50

Taalvijver taalles voor kids, elke woensdag van 13:30 – 15:30. Kom langs voor meer informatie!

Mokum Folk Op de 3^e zondag van elke maand is er van 14:00 – 17:00 fantastische live muziek in Alleman!

Buurtborrel. Kom lekker een drankje drinken met alle gezellige mensen van de buurt, iedereen is welkom! Iedere vrijdag van 14:30 tot 16:30.

Allemaat muziekgroep We zijn voor een nieuwe muziek activiteit op zoek een huis band! Speel je een instrument en lijkt het je leuk om vaker met andere samen te spelen? Stuur een mailtje naar alleman@participe.nu of bel naar Alleman op 020 645 39 45 dan kunnen we kennis maken met een kopje koffie.



Leer Nederlands en maak contact Wil je op een laagdrempelige manier oefenen met Nederlands? Kom langs! Elke woensdag ochtend van 10:30 – 12:00. Toegang is gratis.

[Nieuw Vredeveld, Rembrandtweg 428.](#)

Bridge op dinsdag van 13.30 tot ca 16.30. We spelen ca 16 spelletjes in een rustig tempo af. Kosten € 44,00 per jaar incl. een kop koffie of thee. Info Virginie van Engen-de Witte 06 24694411 of 020-8221589.

[Stadsplein 100 A \(ingang P60\)](#)

Klaverjassen woensdag 13:00-17:00 uur kosten €1,00 excl. drankjes.

[Cobra museum, Sandbergplein 1](#)

Kunst met een koekje Op dinsdag 14 mei van 10:30-11:30. We krijgen een rondleiding door de tentoonstelling. Graag aanmelden bij r.rondema@participe.nu Bellen mag ook: 06-86855542

Participe Wijkcentrum Pluspunt, Smeenklaan 1, 020-645 81 41

Crea-Club elke maandag 10.30-12.00, onder het genot van een kopje koffie lekker aan de slag met uw eigen hobby. Géén kosten aan verbonden. Aanmelden niet nodig.

Haken elke dinsdag 10.00-12.00

Neem gerust je eigen werkje mee, of laat je inspireren door de ideeën van Ilonka

“Soep”kamer elke maandag vanaf 12.30-14.30 verse soep voor € 1 per kop

GGZ-inloop, Gewaardeerd en GeZien. Een open inloop voor eenieder die behoefte heeft aan contact.

Elke woensdag, 9.30-12.00 & 14.00-16.00. Heb je misschien vooraf vragen? Je kunt altijd e-mail sturen: ggzinloopamstelveen@participe.nu

Klaverjassen elke woensdag, aanvang 13.30 tot 16.00 en 20.00-23.00 uur.

Vindt u het gezellig om een middag/avond te klaverjassen, kom dan vooral langs.

Meer info neem contact op met Gerard Wijfjes: 020-6417107

Koersballen vrijdag 26 april van 14.00-16.00. Koersbal is een rustige sport.

In eerste instantie lijkt het makkelijker dan het is. Je speelt samen met een groep gezellige mensen op vrijdagmiddag.

Koningsdag zaterdag 27 april Pluspunt open 09.00-16.00 uur

de ochtend bij het nemen van een consumptie een heerlijke tompouce, welke wordt aangeboden door: St. Amstelveen Oranje. Let wel: op=op!

Traditiegetrouw worden er weer heerlijke poffertjes gebakken. Kom ook!



In

Geheugenfitness donderdag 2 mei. Altijd de 1ste en 3de donderdag vd maand.

Kosten € 3,75 per persoon voor koffie of thee 2x van 10.00-11.30.

Filmmiddag Pluspunt, donderdag 2 mei

Draaien wij de heerlijke film “Neem Me Mee”. Genre komedie.

Tijdstip: 13.45 met in de pauze kopje koffie/thee met lekkers à € 6,50,= p.p.

Buurtborrel op vrijdag 3 mei van 14.30-16.30 uur. Gezellig samen het weekend in!

Kosten € 7,= incl. 2 drankjes en een heerlijke hapje. U komt toch ook...



Vrije inloop Biljarten (via de klok) elke vrijdag van 14.30-16.30 uur

NIEUW: Sociaal Steunpunt vrijdag 3 mei van 15.00-16.00 uur. Voor al uw hulp bij vragen over uitkeringen, toeslagen ect. Gratis inloop spreekuur, elke vrijdag!

Dodenherdenking zaterdag 4 mei Pluspunt is vanaf 19.00 uur open voor bezoekers, die de dodenherdenking, via de tv. willen volgen. Na het defilé schenken wij koffie/thee.

Muzikaal Vrijheidsdinér zondag 5 mei, 17.30 uur, 3-gangen menu;

Tomatensoep, Varkenshaas medaillon met paprika/roomsaus en peterselie-aardappeltjeslente Sinaasappelbavarois met verse slagroom.

Muzikale omljsting: “Rudolf Goedhart” Prijs à € 19,= p.p. Wel reserveren tot 2 mei.

Mede mogelijk gemaakt door: St. Amstelveen Oranje, en het V-fonds



Repair Café dinsdag 7 mei van 14.00-16.00 uur, open inloop!

Is er iets defect? Het Repair Café weet vast raad! Gun uw spullen een tweede leven

Concert zondag 12 mei Inloop: 10.45 uur | aanvang 11.00-12.00 uur

Het Amstelveens senioren kamerorkest, o.l.v. Yvonne de Winter heeft weer hard gerepeteerd om hun jaarlijks concert ten gehore te brengen. Het belooft een mooi toegankelijk concert te worden. U bent van harte welkom! Entreé GRATIS. Na afloop koffie/lekkers, voor eigen rekening.



MOC & Buurtkamer KKP, Lindenlaan 75

Koningsdag Koffieochtend: Op 27 april van 10.00 tot 12.00 uur met een gratis kopje koffie of thee met oranje tompoezen.

Koffieochtenden: Van maandag t/m zaterdag van 10.00 tot 12.00 uur kun je buurtbewoners ontmoeten met een gratis kopje koffie of thee.



Taalpunt Buurtkamer KKP: Van maandag t/m vrijdag van 10.00 tot 12.00 uur informatie en inschrijvingen taallessen.

Wereldsoep: elke donderdag van 11.30 tot 13.30 uur tijdens onze spelletjesochtend. Proef de smaken uit de wereld. Kosten €2,50.

Participe Wijkcentrum Kastanjelaan, Kastanjelaan 21

Buurtborrel vrijdag 3 mei vanaf 16.00 uur. Even bijpraten onder het genot van een drankje en hapje. Welkom!!

Koningsdag, zaterdag 27 april, koffie drinken kan 's morgens vanaf 10.30 uur (wordt u aangeboden. En een muzikaal optreden van Professor Russolo, aanvang 14.00 uur. U betaalt € 6,50 voor 2 drankjes en heerlijke hapjes.



Broodje kroket Gezamenlijk een broodje kroket eten op dinsdag 7 mei, ± 12.15 uur. Opgeven kan tot dinsdag (7 mei) om 11.00 bij Anja. Kosten: € 2,50

Vragen over een iPad, telefoon Willem komt weer iedere 2 weken. En is er weer op dinsdag 7 & 21 mei 2024 van 10.30 – 12.00. Kosten € 1 per keer.

Groentevrouw Donna woensdag 8 mei komt Donna 14.00 i.p.v. donderdag 9 mei (Hemelvaartsdag).



3 gangen maaltijd zaterdag 11 mei, aanvang 17.00. Schuif aan voor een 3-gangen maaltijd. Op het menu staat: courgettesoep, broodje shoarma met saus en een heerlijke salade, en een chocoladetoetje U betaalt € 15 inc. 2 drankjes en koffie. Opgeven kan tot woensdag 8 mei, i.v.m. Hemelvaartsdag (donderdag 9 mei).

Optreden Big Band zaterdag 25 mei 14.00 met heerlijke herkenbare muziek van vroeger.

Filmmiddag donderdag 30 mei start 14.00

Bingoavond vrijdag 31 mei start om 19.30

De Sjoelclub 'Laat ze maar schuiven' zou graag nieuwe enthousiastelingen verwelkomen op dinsdag, 13.30. Doe gezellig mee.

Bridgen iedere woensdagmiddag 13.00

Klaverjassen iedere woensdagavond 19.00

Koersballen altijd al eens een balletje willen gooien? (Het lijkt op de jeu de boules). Iedere vrijdag vanaf 10.00 uur in de grote zaal. Welkom! Ook voor een kopje koffie.

Bibliotheek iedere maandagmorgen zitten de dames weer voor u klaar, voor een nieuw boek, praatje en \ of een kopje koffie.

Participe Wijkcentrum De Bolder, Groenhof 140, 020 6471509

Koningsdag De Bolder is open van 13.00 – 17.00.

Bevrijdingsdag Vrijheidsoranjebitter met tompouce van 14.00 – 16.00. Toegang gratis. Wel aanmelden bij de balie van De Bolder

Verse soep van Dennis elke maandag vanaf 11.30 uur kunt u genieten van een heerlijke kom verse soep gemaakt door onze kok Dennis. Prijs € 2,75 zolang de voorraad strekt.

Sociaal Steunpunt: Dinsdag van 10:00 tot 12:00. Voor al uw hulp bij vragen over uitkeringen, toeslagen etc. Gratis inloop spreekuur

Diepvriesmaaltijden kopen elke dinsdag 10:00-12:00 prijs € 5 per stuk; met Amstelveenpas € 2,50

Wijkontbijt: Elke woensdagochtend van 08.45 tot 10.30 uur. Voor € 3,25 krijgt u een heerlijk ontbijtje, met een kopje thee of koffie.

GGZ-inloop, Gewaardeerd en GeZien. Een open inloop voor eenieder die behoefte heeft aan contact. Elke donderdag 13:00-19:00, wandeling, koken gespreksgroep. Heb je misschien vooraf vragen? Je kunt altijd een e-mail sturen: ggzinloopamstelveen@participe.nu Of kom gezellig langs voor een kopje koffie of thee.

!Woon: Elke woensdag vanaf 15.30 vrije inloop. Gratis advies voor al uw woonproblemen met uw verhuurder.

Open tafel: Elke woensdag kunt u gezellig samen eten van 17 tot 19. Aanmelden bij mevr. Schade 020-6451559.

Gratis bibliotheek: Dagelijks kunt u bij ons terecht voor het lenen (en terugbrengen) van een spannend, romantisch of kinderboek.

Biljarten: U kunt de gehele dag terecht om een potje biljart te spelen.

De Bruine Bolder: Maak kennis met de nieuwe Bruine Bolder op de vrijdagen en bestel wat lekkers uit de keuken. Keuken open tot 20.30.

Rijbewijskeuring: Voor informatie over keuring t.b.v. het verlengen van uw rijbewijs kunt u telefonisch terecht bij De Bolder 020-6471509

Ontmoetingsplek "Ons Paretje", Parlevinker 29

Inloop Koffie & een Praatje dinsdag 9.00 - 12.00 & Zaterdag 11.00 - 13.00 zaterdag 4 mei zijn wij gesloten

Wandelen met Tilly donderdag 2 mei 15.00 - 16.00 uur We maken een gezellige wandeling van ongeveer 5 km en na afloop staat een kopje thee en lekkers voor u klaar. Meedoen is gratis!



Workshop lentekrans maken donderdag 23 mei 10.00 - 12.00 uur Onder leiding van Petra maken we een mooie lentekrans om zelf op te hangen of cadeau te doen. Kosten € 2,50 incl. materiaal en kopje koffie/thee. Aanmelden vóór 21 mei

Wandelen donderdag 2 mei 15.00 uur. Maak onder begeleiding van Tilly samen met uw buurtgenoten een gezellige wandeling van hooguit een uur. Na afloop drinken we een kopje koffie/thee.

Spreekuur wijkagent en wijkcoach ledere tweede dinsdag van de maand (14 mei) van 11.00 – 12.00 uur

Heeft u een leuk idee of wilt u helpen in Ons Parelkje? Meld u dan aan bij Brenda:
b.van.oeveren@participe.nu/ 06 134 76 165 of loop eens binnen om kennis te maken.

[Participe Ontmoetingscentrum De Meent, Orion 3, 020 643 80 15](#)

Spreekuur Wijkagent Michiel en Wijkcoach Brenda Dinsdag 7 mei 10.00 uur

Buurtbankjesdag zondag 19 mei 13.00 uur; Schuif deze middag gezellig aan op het bankje/ terras van de Meent! Op nationale Buurtbankjesdag is er extra aandacht voor de verbinding in de buurt. Op het terras van de Meent (bij slecht weer binnen) is het goed vertoeven met een hapje/ drankje en fijne live muziek van Paul Herber. Komt u ook?

Koningsdag: zaterdag 27 april 9.00 – 14.00 uur. Komt u ook Koningsdag met ons vieren? Buiten zijn er weer springkussens, een supergrote sjoelbak, cupcakes versieren en nog veel meer. En: alle kinderen mogen “brandjes blussen” met de Brandweer. Binnen is er heerlijke koffie met een tompouce en andere lekkernijen.



Kinderactiviteit Reuzespellen: maandag 29 april van 13.30 – 15.00 uur

Voor kinderen van 6 -12 jaar. De kosten zijn € 2,00 per persoon.

Kinderbingo: dinsdag 30 april van 13.30 – 15.00 uur.

Voor kinderen van 6-12 jaar. De kosten zijn € 2,00 per persoon. Er zijn leuke prijsjes te winnen!



Repaircafé: zaterdag 4 mei van 10.00 -13.30 uur Geef uw spullen een tweede kans! De vrijwilligers van het repaircafé doen hun uiterste best om uw defecte spullen te repareren.

Dansen met de Hansen: zondag 5 mei 13:00 – 17:00 uur. Gezellige stijldansmiddag onder leiding van Hans en Hans. Gina en Marie-Anja zorgen voor een lekker hapje. De kosten zijn € 2,50 per persoon.

BéPé, koken met liefde: donderdag 16 mei 17.30 uur

BéPé verzorgt weer een heerlijk driegangendiner bij ons. De kosten zijn € 17,50 per persoon, u kunt contant betalen (u kunt niet pinnen!) op de avond zelf bij Bé-Pé. U kunt zich opgeven bij de balie van De Meent of bij BéPe: 0682588987.

Taalcafé: elke donderdag 10.00 – 11.30 uur Oefen en verbeter uw Nederlands en ontmoet nieuwe mensen. Aanmelden hoeft niet & meedoen is gratis! Voor informatie email: b.van.oeveren@participe.nu of telefoon: 06 134 76 165

Financieel café: elke dinsdagochtend van 10.00 – 12.00 uur. Voor informatie over geldzaken en administratie. Een afspraak maken is niet nodig en het advies is gratis.

Schildersoois: Elke woensdagochtend van 10.30 – 13.30 uur.

Vrije inloop tekenen en schilderen. Werk aan wat u leuk vindt met eigen materiaal. Kosten: € 2,00 per keer.

Participe Wijkcentrum Middenhof, Dr. W. Dreesweg 155, 06 23 05 36 86

Elke donderdag eten: elke donderdag eten we om 17.30 uur met elkaar. Kosten zijn € 12,50 p.p. Informatie en opgeven bij Elly Zaal.

Tafeltennis: elke donderdag van 10.00 tot 11.30 uur is er de vrije inloop tafeltennis. Kosten zijn € 1,50 per keer.

Darten: elke dinsdagavond vanaf 19.30 uur is er een klein dartclubje die nog leden kan gebruiken, kosten zijn € 42,50 voor het hele jaar of € 1,50 per keer.



Curling: iedere woensdagmorgen van 10.00 tot 12.00 uur wordt er curling gespeeld. Kosten zijn €3,50 per keer inclusief koffie of thee.

Spelletjes middag: elke woensdagmiddag van 13.30 tot 17.00 uur is er een spelletjesmiddag in het Middenhof. Hier wordt geklaverjast, kosten € 2,00 inclusief koffie/ thee. Maar er kan ook rummikub gespeeld worden en nog veel meer.

Koffieochtenden: op maandag, dinsdag en donderdag hebben we een gezellige koffieochtend. Van 10.00 tot 12.00 uur kunt u gezellig een kopje koffie/ thee komen drinken



Mentaal fit: elke dinsdagmorgen van 10.00 tot 11.30 uur is er geheugen fitness. Kosten zijn voor het hele jaar € 42,50

Memorykoor: elke vrijdagmorgen van 10.15 tot 11.45 uur heerlijke meezingers zingen. Kosten € 42,50 per jaar.

Koningsdag: zaterdag 27 april vieren we de Koningsdag in Middenhof met koffie, tompoes, lunch en een optreden. Kosten zijn € 7,50 p.p. voor de koffie, tompoes, lunch en optreden. Drinkjes zijn voor eigen rekening.

Participe Wijkcentrum Dignahof, Dignahoeve 174, Amstelveen, Tel. 020 640 71 71

Bingo!!! Dinsdag 30 april 13:30 uur in de grote zaal. Entree 7.50 entree voor twee rondes bingo, een hapje en een drankje. Opgeven kan op kantoor of via dignahof@participe.nu

Kaartmiddag en Rummikub zaterdag 11 en 25 mei 13.30-17.30 (Bridge, Klaverjassen en Rummikub)

Curling Donderdag 2, 16 en 23 mei vanaf 14:00

Sjoelen woensdag 8 en 22 mei vanaf 14.00

Drankjes doen zondag 5 en 19 mei 15.00 – 17.00 gezellig pimpelen op zondag. Ook op de 1^e Pinksterdag.

Koffie ochtend en Brei en handwerk club elke donderdag 10.00-12.00 uur Loop gezellig binnen.



Participe Wijkcentrum Westend, Westwijkplein 3, Amstelveen, tel. 020 643 44 44

Bingo vrijdag 26 april: 19:30 uur, kaartverkoop, 20:00 uur start de bingo, beperkt aantal plaatsen beschikbaar.

Koningsdag zaterdag 27 april: 08:00-14:00 uur Koningsdag! Verkoop van poffertjes, hotdogs o.a., gratis schminken, ballonnenclown tussen 10:30 & 12:30uur.



GGZ-inloop, Gewaardeerd en GeZien. Een open inloop voor eenieder die behoefte heeft aan contact.

Elke maandag 9:00-15:00 uur. Heb je misschien vooraf vragen? Je kunt altijd e-mail sturen: ggzinloopamstelveen@participe.nu Of kom gezellig langs voor een kopje koffie of thee. Geen kosten of aanmelden

Koersbal dinsdag 10:00-12:00 uur

Klaverjas voor beginners dinsdagmiddag vanaf 13:00uur



Infopunt iedere dinsdag 13:00-15:00 uur voor al uw vragen aan maatschappelijk werk, wijkcoach, wijkverpleging

3 gangen diner bij BÉPÉ: 1 mei 17:30uur, voor meer informatie kunt u terecht bij Petra: 0682588987

Kinderbingo; 3 mei 14:00 uur (tijdens de schoolvakantie), meedoen kost €5, je hoeft je niet op te geven.

Noorddamcentrum, Noorddammerweg 1, tel. 020-6416744

Dansen voor mensen met een bewegingsbeperking elke dinsdag van 14:00 – 15:00 uur. Meer info via www.notabenebovenkerk.nl. Kom kijken of vraag een proefles aan bij: Danspark (06) 2893 1693 of dido@danspark.org.

Stichting vrienden van de Bovenkerkse Urbanus, Noorddammerlaan 124, tel. 06-28875046

Cursusbureau, Dr. W. Dreesweg 2, Amstelveen cursus@participe.nu 020 5430441
www.participe-amstelland.nu/cursussen

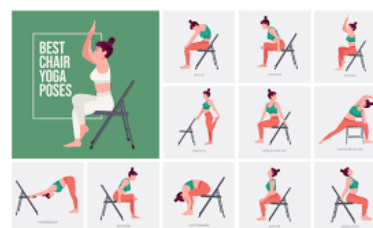
MBvO- conditietraining en volleybal 65+ donderdag in wijkcentrum de Meent 19:45-21:00 uur

Turks koor donderdag 19:30-20:30 uur wijkcentrum Westend, info 020-5430441

Hatha Yoga 65+ in Alleman. Elke maandag van 10.30-11.45 uur. Goed om de week mee te starten! Kosten € 91,00 voor 14 lessen.

Yoga in Westend. Elke donderdag van 10.30-12.00 uur. Kosten € 392,00 voor 37 lessen (les van 1,5 uur).

Yoga op de Stoel 65+ in Middenhof. Elke maandag van 15.45 – 17.00 uur. Kosten € 97,50 voor 15 lessen.



Voor meer informatie over bovenstaande cursussen bel het cursusbureau 020 – 5 430 441 of kijk op onze website www.participe-amstelland.nu/cursussen