

# Doe mee



Van 10 april-24 april 2025

*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](mailto:ladder@participe.nu)

**Wijkcentrum Alleman, Den Bloeyenden Wijngaerd 1, tel. 020 – 6 453 945**

**Repaircafé:** zaterdag 12 april, 10:00-13:00 uur. Geef uw spullen een tweede kans! De vrijwilligers van het repaircafé doen hun uiterste best om uw defecte spullen te repareren.

**Tafeltennis** Elke maandag middag kun je lekker komen tafeltennissen in Alleman. Er zijn twee groepen, groep 1 van 12:30-14:30, groep 2 van 14:30-16:30. Kosten €1,50

**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.

**Bridge** elke 1e en 3e vrijdag van de maand. 11 - 15 uur. 1e keer gratis. Aanmelden tel. 0641278169 of ter plekke.

**Landenavond** vrijdag 11 april vindt weer een landenavond plaats met presentator Freek Slangen. Wij gaan naar Senegal waar wij de belangrijkste culturele en natuurlijke hoogtepunten zoals Saint Louis en Dakar bezoeken, daarna maken wij kennis met de West Afrikaanse muziekcultuur in het dorp Abéné dat bekend staat om het jaarlijkse muziek festival. Aanvang 20.00 uur tot circa 22.15 uur. Zaal open 19.15 uur. Toegangsprijs: € 4,50. Het parkeren is gratis.

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

**ED Talk Café** Inloop voor iedereen die wilt praten met een ervaringsdeskundige over psychische of verslavingsproblematiek. Elke woensdag van 13:00 tot 15:00. Meer informatie bij Ineke. 06 39 84 29 60 of [ineke@teamed.nl](mailto:ineke@teamed.nl)

**Hobby kantine** Elke tweede en vierde vrijdag van de maand, 11 en 25 april 10:00-12:00 uur. Neem je eigen UFO's (unfinished objects) mee. Kosten: €1,50

**Koffie Wandelgroep** Elke maandag vertrekken er om 10:00 twee wandelgroepen vanuit Alleman, een snelle groep en een rustige groep. Loop gezellig mee en drink daarna een lekker kopje koffie!

**Ontmoetingscentrum BijKlaasje, Klaasje Zevensterstraat 209, tel. 020–2378 638**

**Aan tafel,** 16 april, 2-gangen lente-diner, € 12,50 aanmelden Ontmoetingscentrum

**Burenkoffie,** 17 april, gezellig koffie drinken met de burens, gratis, aanmelden is niet nodig

**Soep!** Samen verse soep eten, iedere woensdag 12:00 – 13:00 uur, kosten € 2,50

**Spelletjesmiddag** Iedere dinsdag 14:30 – 16:00 uur, gratis

**Buurtwandeling** iedere woensdag 14:00 uur, verzamelen BijKlaasje

**Internetcafé** iedere dinsdag van 12:00-14:00, donderdag 11:00-13:00 uur, afspraak 06-38761797

**Wandelclub,** wandelen onder begeleiding van een beweegagoog, ook geschikt voor mensen met rollator, iedere vrijdag 10:30-11:30 uur, meer informatie 06-45691432

**Vrijdag snackdag**, iedere vrijdag 12.00-16.30 uur keuken open

**Leesclub**, iedere 1<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> woensdag van de maand, meer informatie 06-23741771

**Meer bewegen voor ouderen**, iedere dinsdag 09.30-10.15 uur, meer informatie 06-48539533

### **Wijkcentrum De Bolder, Groenhof 140, tel. 020 – 6 471 509**

**Verse soep van Dennis**: Elke maandag prijs € 2,75 per kom, op=op.

**Diepvriesmaaltijden**: elke dinsdag vanaf 10.00 uur € 6,50. Met Amstelveenpas € 4,00 korting.

**Wijkontbijt**: Elke woensdagochtend van 08.45 tot 10.00 uur. Wijkontbijt voor € 3,25

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

**Stoelmassage**: Elke 3<sup>e</sup> donderdag van de maand geeft Margot Kiewied stoelmassage. Een afspraak kunt u maken via: 06-21220222

**Open Tafel**: elke woensdag aanmelden bij Ellen Schade 020-6451559. Met Amstelveenpas € 4,00 korting.

**Infopunt**: elke donderdag vanaf 12.30-14.00 uur voor al uw vragen. Elke 2<sup>e</sup> en 4<sup>e</sup> donderdag Peter Dekkers voor computerhulp aanwezig.

**Kinderbingo**: 16 april vanaf 15.00 uur Kosten € 2,50

**Muzikale Bingo** 18 april 19.00 uur Toegang € 7,00

**Buurtborrel**: vrijdag 25 april van 17.30-19.30 uur. Toegang € 6,00

**Koffie ochtend** elke vrijdagochtend van 11.00-12.00 uur. Koffie Gratis

**Mandala tekenen**: Elke 1<sup>e</sup> vrijdag van de maand, 2 mei : van 13.00-15.00 uur. Kosten € 15,00

**Bibliotheek (gratis)** dagelijks kunt u bij ons terecht voor het lenen (en terugbrengen) van een spannend, romantisch of kinderboek. Ook kunt u bij ons terecht om een biljartje te doen.

**Wijkkoepeloverleg**: 19 juni en 23 oktober

### **Bovenkerkerpolder, hoek Nesserlaan/Middenweg**

**De vogels zijn er weer!** Natuurgidsen van IVN Amstelveen geven een fiets-rondleiding door de Bovenkerkerpolder, want daar zijn momenteel veel vogels: grutto, kievit, scholekster en nog veel meer hebben hun nest in de weilanden. Start zondag 13 april, hoek Nesserlaan - Middenweg, 10 uur. Deelname gratis, want de natuur is van ons allemaal.

### **Wijkcentrum Dignahof , Dignahoeve 174, tel. 020 – 6 407 171**

**Koffie/ thee** - elke dinsdag van 10.00-12:00 uur.

**Koffie/ thee** - elke donderdag van 10.00-12:00 uur en brei- en handwerkclub

**Vrije inloop en lunch** elke donderdag 10:00-15:00 uur € 5,00, alleen op de koffie € 2,50

### **Ontmoetingscentrum Kastanjehof , Kastanjelaan 21, tel. 020 – 6 403 251**

**Sjoelclub** "Laat ze maar schuiven" op dinsdag 15 april 13:30 uur

**Koersballen**, Altijd al eens willen koersballen? Iedere vrijdagmorgen om 10.00 uur ligt de lange groene mat in de klaar om met de bijzondere ballen te koersen!! Gastvrouw Annie schenkt wekelijks een kopje koffie.

**Klaverjasclub** iedere woensdag 19:00 uur

**Sociaal Bridgen** op woensdag, aanvang 13:00 uur, de competitie is weer gestart, belangstelling?

**Bibliotheek** iedere maandag zijn Gerdi en Wil aanwezig 10.30 – 12.00 uur, voor een praatje of vragen over een mooi boek. Er zijn ook spannende thrillers\detectives!! Iets voor de heren??

**Conditietraining** iedere maandag, 13.00 u of 14.00 uur kan er weer aan de conditie worden gewerkt door Nel. Doe ook mee, en altijd welkom voor een proefles!!

**Koffiedrinken** met gastvrouw Elly, iedere dinsdag tussen 10.00 – 11.30 uur.

**Vragen over een iPad, telefoon?** Om de 2 weken op dinsdag, 10.30 – 12.00 uur. Willem komt 22 april. U betaalt € 1,=.

**Dartclub Kastanje 2019** komt iedere dinsdag om 19.00 uur bij elkaar voor een serieuze, maar altijd gezellige Dartavond. Komt u ook eens een pijltje gooien?

**Eetclub** op zaterdag 12 april, 17.00 uur: een 3-gangenmenu (€ 15,00); u kunt kiezen voor pasta met kip of pasta met garnalen!! Laat u dit even weten?

**MUSIC ALL-IN** : The Bayou Mosquitos speelt America!! Op zondag 13 april, 14.00 uur.

Toegangskaartje is € 7,50 (inclusief 2 drankjes en hapjes) Geen pauze. **Opgeven is zeer gewenst, dank u wel!!**

**Uitgebreide PAASBRUNCH** op maandag 21 april, 13.00 uur (inloop 12.30 uur). Aanmelden, tot 18 april, kan bij Anja, u krijgt dan ook het menu. Kosten alles: € 15,=.

**Filmmiddag** Donderdag 24 april, 14.00 uur

**Bingoavond** Vrijdag 25 april, 19.30 uur

**Koningsdag** op zaterdag 26 april. 's Morgens koffie met oranjesoos. Om 13.30 uur een optreden met Niek Vianen: swingen en zingen!! Met natuurlijk na afloop drankjes en heerlijke hapjes. Kosten: € 5,00.

#### Ontmoetingscentrum De Meent, Orion 3, tel. 020 – 6 438 015

**Meentrun:** Op zondag 13 april gaat de 13<sup>e</sup> Amstelveense Meentrun van start. Kijk voor meer informatie en inschrijven op: [www.meentrun.nl](http://www.meentrun.nl)

**BéPé, koken met liefde:** donderdag 17 april 17.30 uur. BéPé verzorgt weer een heerlijk Paasdriegangendiner bij ons. De kosten zijn € 19,50 per persoon, u kunt contant betalen (u kunt niet pinnen!) op de avond zelf bij BéPé. U kunt zich opgeven bij de balie van De Meent of bij BéPé: 06-82588987.

**Koffie Inloop "Ons Paretje"** in ontmoetingscentrum de Meent. Iedere dinsdag van 10.00 – 12.00 uur Schuif gezellig aan voor een kopje koffie/ thee en een praatje!

**PubQuiz:** vrijdag 18 april 20.00 – 22.30 uur. De gezelligste PubQuiz van Amstelveen! Kom langs met je team of schuif gewoon gezellig aan. De toegang is gratis!

**Koningsdag:** zaterdag 26 april 8.30 – 14.00 uur. Buiten hebben we springkussens, cake versieren, grote spellen. De brandweer komt, de kinderen kunnen een "brandje" kunnen blussen. En niet te vergeten lekkere soep en broodjes! Natuurlijk hebben we ook Oranjetompouces!

**Soep en een praatje:** iedere woensdag van 12.00 – 13.00. Semiha maakt heerlijke verse soep. Schuif gezellig aan en maak een praatje onder het genot van een kop soep. U bent van harte welkom van 12.00 – 13.00 uur. De kosten zijn € 2,00. U hoeft zich niet aan te melden!

**Taalcafé:** elke donderdag tussen 10 en 11 uur. Iedereen is welkom bij het Taalcafé. Of je nu al heel goed of juist nog maar een klein beetje Nederlands spreekt, dat maakt niet uit. Het gaat om het plezier beleven van het spreken in de Nederlandse taal.

**Financieel Café** elke dinsdagochtend 10:00 – 12:00 uur. Voor informatie en advies over geldzaken en administratie. U hoeft geen afspraak te maken.

**Boekenhoek** Bij ons is een ruim gesorteerde bibliotheek te vinden. Ruim 2000 boeken staan klaar om gelezen te worden. Lenen is gratis, wel graag even aanmelden bij de balie. De boekenhoek is geopend van maandag t/m vrijdag van 9:00 tot 17:00 uur. Heeft u thuis nog boeken die niet ouder zijn dan 10 jaar? Wij willen ze graag hebben voor onze boekenhoek! (Geen reis- of kookboeken).



**Wijkcentrum Middenhof, W. Dreesweg 155, tel. 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 € 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. 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. Kosten zijn € 45,00 per jaar. Kom gezellig een keer meezingen.

**Paasbingo:** zaterdag 12 april is er de paasbingo. Aanvang om 14.00 uur, kosten € 10,00 voor 3 rondes. Ook hebben we een loten verkoop.

**Filmmiddag:** zondag 13 april is er de filmmiddag. Kosten zijn € 3,50 p.p. incl. koffie/ thee. De film start om 14.00 uur.

**Dansmiddag:** zondag 20 april is er de dansmiddag, kosten € 3,00 p.p. van 13.30 tot 16.30 uur

**Alzheimer café** donderdag 24 april 19:30-21:00 uur, inloop vanaf 19:00 uur

**Koningsdag:** zaterdag 26 april wordt er koningsdag gevierd in het Middenhof. Vanaf 10.30 uur bent u van harte welkom voor een kopje koffie/ thee met tompoes. Daarna kijken we met zijn allen naar de tv uitzending. Om 12.30 uur is er een lekkere lunch en om 14.00 uur speelt het muziek menu heerlijke muziek voor u. Opgeven bij Elly Zaal en de kosten zijn voor de hele dag € 10,00

**5 mei:** maandag 5 mei wordt Bevrijdingsdag gevierd met een muzikale bingo met de muziek van toen. Daarna is er Indisch eten, kosten voor de hele dag zijn € 14,00. opgeven bij Elly Zaal.

**MOC Participe, Lindenlaan 75, tel. 020 – 6 430 453 of [moc@participe.nu](mailto:moc@participe.nu)**

**Koffie inloop met lunch:** Ontmoet je wijkgenoten, incl. activiteit en luxe lunch. Kosten €4,-. Opgeven bij Julie [j.edwards@participe.nu](mailto:j.edwards@participe.nu) of 06-43204174 elke maandag 10:00 - 13:00 uur

**Linedance:** dansen op leuke muziek en daarna gezellig koffiedrinken. Opgeven via cursusbureau op 020 543 04 41. Elke dinsdag om 13.45 - 14.30. De les voor gevorderden is van 14.30-15.30u.

**Vrijheidsslinger maken:** Samen vlaggetjes maken met borduur, stift of waterverf. Kom je een uurtje meedoen? Meer info bij Floor [f.kuiper@participe.nu](mailto:f.kuiper@participe.nu). Elke dinsdag van 10.00-11.00u in de centrale hal.

**Crea club:** samen craften is leuker dan alleen, kom gerust eens meedoen. Neem je eigen hobbyspullen mee, deelname is €1,50, consumpties voor eigen rekening. Elke woensdag van 9.30 - 11.30 uur. Contact: Wilma 06-40663400

**Eten & Bingo** Een bruisende middag met 3-gangen menu en Bingo (inclusief prijzen). Vrijdag 18 april: Opgeven voor de dinsdag bij Marisa 06-82991242 ,12.30 -14u eten en 14u-16u bingo Kosten eten €9,50, bingo €5,50, combi €15,-

**Lente-uitje: Bezoek aan glas museum + glasblazerij Leerdam** Vertrek met busje vanuit MOC. Donderdag 24 april 8.30 – 16.30 uur. Kosten (incl. vervoer, lunchpakket & koffie met gebak) € 17,50. Exclusief toegang museum.(gratis met museumjaarkaart) Info: [c.honold@participe.nu](mailto:c.honold@participe.nu) 0623537389

**Gezellig samen klaverjassen**, kom eens kijken en doe mee. Elke donderdag van 13.00- 15.30 uur  
Deelname €1,50 per keer, consumpties voor eigen rekening.

### Museum Cobra, Sandbergplein 1

**Tentoonstelling Amstelveen in de Tweede Wereldoorlog.** Di t/m zo van 10.00-17.00 uur. zaterdag 12 april om 14.00 uur een presentatie van René Kok met als onderwerp 'Duitse eenheden in Amstelveen'; zaterdag 19 april om 14:00 uur lezing van Hans Nauta met als onderwerp "Vliegvelden in Noord-Holland. Meer info [www.historischamstelveen.nl](http://www.historischamstelveen.nl) en FB 'Amstelveen tijdens de bezetting'

### Wijkcentrum Pluspunt, Smeenklaan 1, tel. 020 – 6 458 141

**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, schuif gewoon gezellig aan.

**Open koffie-inloop**, ma t/m do **9.30-12.00** Een gezellig praatmoment onder het genot van een lekker vers gezet kopje koffie.

**"Soep" kamer**, elke maandag **12.30-13.30** verse soep voor € 1,50 per kop

**Crea-Plus** elke dinsdag **10.30-12.30** met een lekker kopje koffie aan de slag met uw eigen hobby.

Aquarelleren/kleuren/haken... Ruimte voor ieders creativiteit, inspireer elkaar.

Géén kosten/aanmelden niet nodig, schuif gezellig aan en neem je eigen werkje mee.

**Inloopuurtje** voor vragen over het gebruik van tablets en mobiele telefoons. Dinsdag 15 april 10.30-12.30, door Willem Kok. Kosten: € 1,= per bezoek.

**Bridgen**, elke dinsdagavond , **20:00- 23:00 uur** Heeft u interesse...?, neem dan contact op met Johan Snijders; 06-53506322

**GGZ-inloop, Gewaardeerd en GeZien.** Een open inloop voor eenieder die behoefte heeft aan contact. Elke woensdag **9.00-15.00**. Heb je misschien vooraf

vragen? [ggzinloopamstelveen@participe.nu](mailto:ggzinloopamstelveen@participe.nu)

**Klaverjassen**, elke woensdag 13.00-16.00 & avond 20.00-23.00 Interesse om een middag/avond te klaverjassen, kom dan vooral langs of neem contact op met Gerard Wijfjes: 020-6417107

**Vrije inloop Biljarten** (via de klok) elke dinsdag-, woensdag en donderdagochtend 9.30-12.30 uur vrijdag 14.30-16.30 uur

**Darten**, elke maandag **13:30- 16:30 uur** & elke vrijdag **14:30-16:30 uur** Heeft u interesse...? Neem dan contact op met Antoon 06-50871688

**Koersballen**, op vrijdag 11 april 14.00-16.00 uur

**Rijbewijskeuring** dinsdag 15 en 22 april 13.00-17.00 uur

**Geheugenfitness**, 17 april . Altijd de 1ste en 3de donderdag vd maand. Kosten € 3,75 per persoon voor koffie of thee 2x van 10.00-11.30 uur

**Bustocht bloembollen/ strand** donderdag 17 april , Vol=Vol slechts beperkt plek! Ga met ons mee "naar de bollen " en Egmond aan Zee. Bent u redelijk ter been en heeft u zin in een uitje? Voor slecht € 5 een leuk dagje weg met de bus, met patatje en drankje. Gaat u ook mee? Info en aanmelden [d.julio@participe.nu](mailto:d.julio@participe.nu)

**Paaslunch** donderdag 17 april, 13:00 uur , Div . Broodjes: Harde en zachte broodjes en paasbrood, soep : Kerrie kokos soep , Beleg: Gerookte ham, Americain filet, jong belegen en oude kaas, brie met walnoten, jam en zalmroerei. Drinks: Thee en jus d'orange , Dessert : Advocaat met slagroom kosten: €13,00 , inschrijven tot dinsdag 15 april

**Buurtborrel** op vrijdag 18 april, 14.30-16.30. Gezellig samen het weekend in! Kosten € 7,= incl. 2 drankjes en een heerlijke hapje. U komt toch ook

**Kienen** donderdag 24 april, 14:00-16:30 uur. Er zijn weer mooie prijzen te winnen. Kom ook en neem gezellig iemand mee. Kienkaarten € 6,50 per 3 rondes.

**Wijkcentrum Westend, Westwijkplein 3, Amstelveen, tel. 020 6434444**

**Wijkontbijt** elke donderdagochtend kunt u vanaf 8:30-11:00 uur uitgebreid komen ontbijten, voor slechts €3,25.

**Klaverjassen** elke dinsdag, altijd al willen leren klaverjassen? Kom oefenen onder begeleiding in klein verband, geen kosten 13:00 uur-17:00 uur