

# Doe mee



Van 24 april-8 mei 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 Wijngaardt 1, tel. 020 – 6 453 945**

**Repaircafé:** zaterdag 10 mei, 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..

**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, 25 april en 9 mei 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**

**Wijkontbijt** vrijdag 25 april 09.30 uur, wijkontbijt € 3,00, reserveren Ontmoetingscentrum

**De Eetclub** maandag 28 april, voor mensen met geheugenproblemen, meer informatie Daniëlle Jonker

**Borrel & Bites** vrijdag 2 mei 15:00 uur, onze vrijdagmiddagborrel met bites van het huis!

**Soep!** Iedere woensdag verse soep eten 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

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

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

**Snackdag** Iedere vrijdag 12.00-16.30 uur keuken open

**Leesclub,** Iedere 1e en 3e 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:** Voorlopig is er GEEN soep op maandag!!!!

**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.

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

**Infopunt:** elke donderdag vanaf 13.00-14.00 uur voor al uw vragen. Elke 2<sup>e</sup> en 4<sup>e</sup> donderdag Peter Dekkers voor computerhulp aanwezig.

**Koffie ochtend** Elke vrijdagochtend: van 11.00-12.00 uur. Koffie Gratis

**Buurtborrel:** 23 mei van 17.30-19.30 uur. Toegang € 6,00

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

**Bolder concert:** Hobbema Pianotrio; Elke derde zondag vanaf 15.00 uur 18 mei a.s.. Toegang € 8,00, kaartverkoop balie vanaf 12 mei

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

**Pizza avond:** 16 mei Gezellige avond onder genot van een verse pizza, reserveren verplicht. Toegang € 15,00 (incl toetje)

**5 mei:** Diverse activiteiten van 14.00 – 16.00 uur. Toegang gratis.

**Soep op de stoep** van 14.00 – 17.00 woensdag 7 mei; Gratis kom soep, ism Jumbop, Hestia kinderopvang en de ass. Wijkcoach van Wijkcentrum De Bolder

**Gratis bibliotheek:** 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.

**Kinderbingo:** 21 mei vanaf 15.00 uur Kosten € 2,50

**Wijkkoepeloverleg:** 19 juni en 23 oktober.

**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 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 6 mei.

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 10 mei, 17.00 uur: een 3-gangenmenu (€ 15,00); soep en Spaanse kip, gepofte aardappelmenu. Fijn als u op zich op tijd op geeft.

**Bingoavond** Vrijdag 25 april, 19.30 uur met oranje gekleurde prijzen. € 5,00 voor 3 rondes

**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.

**Buurtborrel** met heerlijke hapjes op vrijdag 2 mei. Vanaf 16.00 uur staan de gastvrouwen weer voor u klaar om u te verwelkomen!

**Bevrijdingsmaaltijd** maandag 5 mei, 17.00 uur: voorjaarstampot met snijbonen en champignons, aanvang 17.00 uur!

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

**Repaircafé:** zaterdag 3 mei 10.00 -13.30 uur (laatste inname 13.00 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 4 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.

**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!

**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).

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

**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!

**Taalcafé de Meent** Every week on Thursday from 10 a.m. to 11 a.m. We chat, play games and practice the Dutch language with each other in a relaxed manner. Are you coming too? The coffee is ready and participation is free! You can enter without registration!

Iedere donderdag van 10.00 - 11.30 uur. We kletsen, doen spelletjes en oefenen de Nederlandse taal in een ontspannen sfeer. Kom je ook? De koffie staat klaar en deelname is gratis! Je kan binnenlopen zonder aanmelding.

**Buurtbankjesdag De Meent op Zondag 18 mei van 13.00 - 15.00 uur.** Viert u Nationale

Buurtbankjesdag met ons? Onder het genot van een hapje en drankje kletst u gezellig bij met uw buurtjes of ontmoet u nieuwe mensen! Aanmelden hoeft niet, schuif gewoon gezellig bij ons aan!

**Fietstocht De Meent "Amsterdamse Bos"** Woensdag 21 mei, 16 juli & 17 september Tijd van vertrek: 13.30 uur. Rob en Raymond nemen u mee voor een mooie fietstocht naar het Amsterdamse Bos. Bij Geitenboerderij Ridammerhoeve stoppen we voor een korte pauze en een drankje (*op eigen kosten*). Aanmelden bij Wijkcoach Brenda: b.van.oeveren@participe.nu/ via whatsapp 06 134 76 165

**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.

**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

**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. Zondag 4 mei om 14:00 uur een lezing door Paul Hooger over de gebeurtenissen uit de Tweede Wereldoorlog met filmfragmenten en muziek. Meer info [www.historischamstelveen.nl](http://www.historischamstelveen.nl) en FB 'Amstelveen tijdens de bezetting'

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

**Koningsdag**, zaterdag 26 april, Pluspunt geopend van 09:00-16:00 uur Traditiegetrouw worden er poffertjes gebakken. Tot 12:00 uur gratis tompoezen bij een betaalde consumptie. De Tompoezen aangeboden door: St. Amstelveen Oranje, Let wel:op=op!

**Muzikaal vrijheidsbuffet (koud & warm) met livemuziek** “ The Golden Oidies ” Maandag 5 mei, inloop :17:45 uur, aanvang buffet :18:00 uur. Prijs € 25, p.p incl. 1 consumptie. Reserveren tot vrijdag 2 mei. Warm: Malse varkenshaas-saté met satésaus met uitjes, Boeren beenham met honing-mosterdsaus, Heerlijke rijstschotel rijkelijk gevuld met verse groenten, Romige aardappelschotel, Botermalse kippendijfilet in zachte piri-piri saus, Geroerbakte groenteschotel, Oma’s stoofpotje van zachte runde sukade, Varkensoesters in romige champignonsaus met bieslook

Koud; Ambachtelijke rundvlees-, Duitse pieper-, Tortellino broccoli ham-, Groenteman- en Fruitsalade. Uiteraard... Afgebakken stokbrood & kruidenboter .

**Repair café** , dinsdag 6 mei 14:00 -16:00 uur ,open inloop! Is er iets defect? Het repair café weet vast raad! Gun uw spullen en tweede leven.

**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 aan.(niet op 5 mei)

**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 29 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 Sniijders; 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 25 april 14.00-16.00 uur

**Rijbewijskeuring** dinsdag 6 mei 8.30-13:00 uur

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

**Filmmiddag** donderdag 1 mei , film Monsieur Aznavour , een film zoals de chansonnier zelf was; Fijnbesnaard en klasse vol. Tijd: 13:45 uur met in de pauze kopje koffie/thee met lekkers á € 6,50= p.p.

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

**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.

**Kinderbingo;** Vrijdag 2 mei, 14:00 – 16:00uur Kinderbingo, elk kind gaat naar huis met een prijsje!  
Kosten €5 pk

**Pannenkoekenmiddag** woensdag 7 mei voor jong en oud! Kosten €2,50 onbeperkt pannenkoeken eten, exclusief drankjes. Opgeven is mogelijk, niet noodzakelijk. Voor meer informatie 020 643 44 44 / westend@participe.nu