

HUIS VAN DE WIJK
OLYMPUS

huis van de wijkkrant

hoofddorpleinbuurt schinkelbuurt stadionbuurt

maart 2023



Voorjaar! Tijd
om de boomtuinjes in
het zonnetje te zetten.

Zie pagina 7.

inhoudsopgave

- 2 Werkperikelen
- 3 Even voorstellen Luuk Schimmel
- 4 Canopy theater
- 4 Ouderenhuisvesting in de Stadionbuurt
- 5 Buurtkamer Hoofdkwartier
- 6 Overzicht Activiteitencentrum Olympisch Kwartier
- 7 Groenebuurten
- 8 Eettafel De Brahmschhof
- 8 Uniek Cobra-Museumbezoek met rondleiding
- 9 Huiskamerconcert door Jazzband New French Touch
- 9 Buurtkamer Welkom
- 10 Iets doen voor uw buurt?
- 10 Open Mic in Willem de Zwijgerkerk
- 11 Schrijfgroep Zuid
- 11 Buurtmoestuin Olympiaplein
- 11 Vrijwilligers Centrale Amsterdam
- 12 4 & 5 herdenkingen
- 13 Face tot Face
- 14 Heb je een lvb? Doe dan met ons mee!
- 14 Buurtkamer De Baarshaven
- 15 Eenoudergezinnen in Amsterdam Zuid
- 16 Activiteiten Huis van de Wijk Olympus

colofon

De Huis van de Wijkkrant Olympus is een uitgave van Stichting S00Z.
Oplage 11.500 exemplaren
12^e jaargang, nummer 1
maart 2023
Foto voorpagina: S00Z

Redactieadres:
S00Z
Olympiaweg 29
1076 VM Amsterdam
Telefoon: (020) 679 6825
E-mail: info@soozamsterdam.nl
Website www.soozamsterdam.nl

Drukkerij: Rodi Rotatiedruk/Broek op Langedijk
Vormgeving: Larissa van Hornsveld,
www.going.nu

Werkperikelen

Denk jij wel eens na over een andere baan, stage of vrijwilligerswerk? Zin in iets nieuws, een nieuwe uitdaging? Maar weet je niet waar te beginnen?

Kom dan eens langs bij Huis van de Wijk Olympus voor een eerste kennismaking! Ik kan met je meedenken en kijken wat een eerste logische stap zou kunnen zijn naar die andere baan, stage of vrijwilligerswerk.

Met mijn achtergrond als loopbaanadviseur heb ik veel ervaring in het begeleiden van mensen bij het zoeken naar ander werk of een andere vrijetijdsbesteding.

Ik kan je o.a. helpen met het opstellen van een CV anno 2023, het bekijken van een vacature om te zien of deze bij je past en met het schrijven van een sollicitatiebrief.

Vaak is één gesprek al voldoende om je op weg te helpen zodat jij een stap(je) kan gaan zetten richting iets nieuws.

Is je interesse gewekt?

Kom dan eens langs bij Huis van de Wijk Olympus (Olympiaweg 29) of bel/mail met Luuk Schimmel 06-2506 7715 of l.schimmel@soozamsterdam.nl voor een eerste kennismaking.

Adverteren



U kunt in de Huis van de Wijkkrant Olympus een eenvoudige annonce plaatsen met een standaard opmaak: een kop en 4 regels tekst. Deze kost €15. De meerprijs per extra regel is €5.

U kunt ook een advertentie plaatsen. Afhankelijk van de breedte betaalt u:

- voor een advertentie van 6,8 cm breed: €10 per cm (hoogte)
- voor een advertentie van 10 cm breed: €14,50 per cm (hoogte)

Meer informatie via info@soozamsterdam.nl

Even voorstellen

Luuk Schimmel

Voordat ik 's ochtends op de fiets stap om richting S00Z te gaan heb ik een online yogasessie op de mat gedaan en de hond Bennie uitgelaten. Opstaan voordat de zon opkomt en de dag actief van start gaan is voor mij een goed begin. Sinds oktober is mijn fietsroute gewijzigd van Bijlmer ING naar Huis van de Wijk Olympus aan de Olympiaweg 29. Het startpunt is ongewijzigd: de Staatliedenbuurt waar ik ruim twintig jaar met veel plezier woon.

Na 21 jaar gewerkt te hebben in de zakelijke dienstverlening ben ik mij gaan heroriënteren op mijn loopbaan en ben op zoek gegaan naar een job in het sociale domein. Na een aantal sollicitaties is S00Z uit de bus gekomen.

Hier voelde ik mij al snel thuis. Fijne collega's, ruimte voor eigen inbreng en veel afwisseling in mijn werkzaamheden. Olympus is een plek waar buurtbewoners welkom worden geheten en waar er echt even aandacht is voor elkaar. Daarnaast is er een mooi gevarieerd aanbod van activiteiten voor verschillende doelgroepen. Een huis van de wijk om trots op te zijn!

Ik richt mij deels op de administratieve processen binnen S00Z maar ook het begeleiden van een aantal activiteiten, zoals de verwenwinkel op de woensdagochtend. Deze gezellige verwenwinkel, waar je een gratis outfit en knipbeurt kunt krijgen of je nagels worden gelakt, is vanaf het begin goed bezocht. Aansluitend is er een warme lunch waar we ook serieuze gesprekken hebben met elkaar over allerlei onderwerpen over de actualiteit, zoals armoedebestrijding in al zijn facetten. Ook ben ik eens per maand te vinden in ons buurtrestaurant Brahmschhof. Daar eten we samen met een aantal buurtgenoten met een lvb en maken we er een gezellige boel van!

Verder ben ik, als het even kan, op de zondagen te vinden in de Dominicus aan de Spuistraat. Een uurtje bezinnen en voor mij het oplaadpunt van de week. In mijn vrije tijd

ga ik graag aan de wandel in bos of duin. Op de Veluwe heb ik een caravan staan waar ik in de zomer, als ik vrij ben, graag vertoef.

De collega die ik graag de pen geef voor de volgende wijkkrant bij de rubriek Even voorstellen... is **Simone Sikking van GroeneBuurten**.

Wij zien en spreken elkaar in één van de buurtkamers!

Met vriendelijke groet,
Luuk Schimmel



Canopy Theater

Canopy Theater brengt theater in het Nederlands en het Engels (al of niet als moedertaal). Zo hopen we allen die in Nederland wonen bij elkaar te brengen. Taal moet geen barrière vormen, dit kan onder de paraplu van cultuur.

Theater Bites!

Drie keer in januari was de Willem de Zwijgerkerk een uitverkocht huis bij onze toneelvoorstellingen van Theater Bites! Korte toneelstukken en poëzie vroegen en kregen de aandacht van een publiek dat in een caféopstelling zat te kijken. De grote ruimte was veranderd in een intiem theater. De twee talen werkten, het Engels was voor de Nederlanders te volgen en het Nederlands bleek minder moeilijk voor niet-Nederlandstaligen als de verhaallijn in het stuk duidelijk was. En humor en ontroering blijven ook zonder taal overeind.

Wat verder dit seizoen

In juni komt ons volgende project: The American Musical Songbook. Het is een revue van bekende musical melodietjes uit de klassieke Amerikaanse musicals in solo's en ensemblestukken. Denk Funny Girl, My Fair Lady, Oklahoma etc. Ja, die zijn in het Engels, en gelukkig zijn we dat in muziek gewend. Een Nederlandstalige verteller begeleidt de toeschouwer op deze wervelende musicalreis. Repetities zijn begonnen en het klinkt nu al als een swingend feest. Voorstellingen in de Willem de Zwijgerkerk op 23, 24, en 25 juni.

Zelf aan de slag

Zelf iets doen met theater kan ook. Canopy geeft geregeld toneellessen. Ontdek je eigen creativiteit en speel eens iemand anders. Gewoon omdat dat leuk is. Samen met anderen creatief bezig zijn is een verrijking. Engels- of Nederlandstalig, het kan allebei. De volgende cursus wordt gegeven in het Dufayhuis, Dufaystraat 19, op woensdagen 19 april, 3 mei en 17 mei van 19.00-20.30 uur. Meer informatie op de website. Ooit gedacht hoe een hoorspel gemaakt wordt? Hier komen (geluids)technieken en verhalen samen. Hoe dat werkt kan je leren in Canopy's cursus Audio Drama. Hou de website in de gaten voor data en meer informatie.

Plannen voor seizoen 2023-2024

Ook voor het nieuwe seizoen staat er een toneelavond in het Engels en Nederlands op het programma. En een nieuwe Musicalavond. Waarom niet nu eens van Nederlandstalige musicals? We voegen er dan een Engelstalige verteller aan toe en dat wordt weer een feest van herkenning.

Volg onze website en schrijf je in voor de nieuwsbrief.

www.canopytheater.nl

Willem de Zwijgerkerk,
Olympiaweg 14
Dufayhuis, Dufaystraat 19



Ouderenhuisvesting in de Stadionbuurt

Half februari maakte wethouder Wonen, Zita Pels, haar plannen voor volkshuisvesting bekend. Plannen die interessant zijn, omdat er nog steeds een groot gebrek is aan geschikte woningen. De wethouder wil zich sterk maken voor doorstroming. Mensen die te groot wonen zouden kunnen doorschuiven, zodat hun woningen beschikbaar komen voor mensen die te klein wonen, bijvoorbeeld grote gezinnen.

In de Stadionbuurt bestaat al bijna twee jaar een groep die zich bezighoudt met huisvesting voor ouderen: de TaskForce Ouderenhuisvesting Stadionbuurt, 'OK, Bloomers'. Uitgangspunt is dat ouderen zolang mogelijk in hun buurt moeten kunnen blijven wonen, wanneer ze dat zelf ook graag willen. Soms lukt het niet meer om op de eigen plek te blijven, bijvoorbeeld omdat traplopen moeilijk wordt, als het huis te groot wordt, of omdat iemand alleen of met z'n tweeën zijn overgebleven; dan is het fijn om toch in de buurt te kunnen blijven wonen.

Is er dan makkelijk een andere, geschikte woning in de buurt te vinden? Daar zit vaak het probleem.

De TaskForce heeft met een aantal corporaties, Rochdale, Ymere, Eigen Haard en Stadgenoot afgesproken dat al hun sociale huurwoningen die in de Stadionbuurt vrijkomen op de begane grond en eerste verdieping, met voorrang aangeboden worden aan senioren. Op WoningNet. Oudere bewoners kunnen ook zelf bij de corporatie, waar ze van huren, aangeven dat ze graag lager willen gaan wonen. Of hulp vragen bij de stichting! Woon of het Buurtteam.

De komende jaren gaat er ook nieuw gebouwd worden in de wijk. Aan de Fred Roeskestraat zullen 180 sociale huurwoningen gebouwd worden door Eigen Haard. De helft daarvan voor senioren. Op het Havenstraatterrein zal De Alliantie 500 woningen gaan bouwen. 150 daarvan in de sociale huur en 50 daarvan voor senioren. Voor die klaar zijn en opgeleverd worden zijn we enkele jaren verder. Maar het is de moeite waard om inspraak te hebben bij de vormgeving van de plannen. De TaskForce Ouderenhuisvesting wil zich daarvoor inzetten.

En kan daarbij zeker nieuwe leden gebruiken. Als u interesse hebt, laat het weten.

Namens **TASKFORCE 'OK BLOOMERS'**,

Werkgroep Ouderenhuisvesting Stadionbuurt
Frans Schouwenaar, secretaris a.i.
Tel: 06-8128 3076

GRANDE OPENING VAN BUURTKAMER HOOFDKWARTIER

Buurtkamer HoofdKwartier was toe aan een flinke opknappbeurt! Samen met vrijwilligers is het nu een frisse en vrolijke buurtkamer geworden. Dat willen wij met u vieren tijdens de Grande Opening!

Om het nieuw jasje van buurtkamer HoofdKwartier te vieren, is er **open huis op zaterdag 1 april van 13.00 uur tot 16.00 uur**. Er zijn drankjes en hapjes, muziek en de kinderen kunnen zich laten schminken!

Komt u ook met ons proosten op dit nieuwe begin? Het eerste drankje en hapje is gratis! We zien u graag in buurtkamer HoofdKwartier, Hoofddorppweg 25.



HoofdKwartier®

WEEKOVERZICHT ACTIVITEITEN

BUURTKAMER HOOFDKWARTIER

MAANDAG

Koffie-inloop	9.00-11.00 uur
Ontbijt voor €1,50	9.00-11.00 uur
Klaverjassen	13.00-16.00 uur
Inloop	16.00-17.00 uur

DINSDAG

Koffie-inloop	9.00-11.00 uur
Soep voor €2	12.00-14.00 uur
Bingo	14.00-17.00 uur

WOENSDAG

Koffie-inloop	9.00-11.00 uur
Wandelen	13.30-15.00 uur
Inloop	13.00-17.00 uur
Eettafel voor €5	16.30-19.00 uur

DONDERDAG

Koffie-inloop	9.00-11.00 uur
Pannenkoeken (€1,50)	11.00-13.00 uur

VRIJDAG

Koffie-inloop	9.00-11.00 uur
Inloop	11.00-17.00 uur

ZATERDAG

Inloop	10.00-14.00 uur
--------	-----------------

We zijn van maandag tot en met vrijdag open van 9.00 tot 17.00 uur.
Buurtkamer HoofdKwartier
Hoofddorppweg 25

CONTACT

U bent van maandag tot en met vrijdag tussen 9.00 tot 10.00 uur welkom om buurtkamer HoofdKwartier te bezoeken voor een gratis koffie of thee.

Heeft u een leuke idee of wilt u een workshop geven, neem dan contact op met Genesis Yagual, tel 06-4524 4025 of g.yagual@soozamsterdam.nl

Overzicht Activiteitscentrum Olympisch Kwartier

Dagbesteding

Wilt u meer contact met uw buurtgenoten? Heeft u wat last van uw geheugen? Dan kunt u terecht op de dagbesteding. We doen samen activiteiten, eten gezamenlijk een maaltijd en maken regelmatig een uitstapje.
Wie: (seniore) buurtbewoners met een hulpvraag
Wanneer: woensdag en vrijdag van 10.00-16.00 uur
Bijdrage: financiering vanuit de WMO, geen eigen bijdrage
Waar: Olympisch Kwartier, Amstelveenseweg 308
Info: Team dagbesteding 06-1153 2461

Yoga/Pilates lessen

Op verschillende dagen worden Yoga/Pilates lessen gegeven door Sandra Gilkes. Een combinatie van Thai Chi, Yoga, Pilates en meditatie aan het einde van de les. Geschikt voor ieder niveau. De les duurt 1 uur.
Wie: 55+ bewoners
Wanneer: maandagochtend om 9.45 uur en om 11.00 uur, woensdagavond om 19.30 uur, donderdagochtend om 9.00 uur- 10.15 uur en om 11.30 uur (alleen voor mannen)
Bijdrage: vanaf €7,50 per les
Waar: Olympisch Kwartier, Amstelveenseweg 308
Info: Sandra Gilkes 06-5012 9581

Salsa-linedance

Danspassen leren op opzwevend ritme!
Wie: 50+ bewoners
Wanneer: maandag van 13.30-14.30 uur
Bijdrage: €6,50 per maand
Waar: Olympisch Kwartier, Amstelveenseweg 308
Info: Sandra Gilkes 06-5012 9581

Bingo spelen. Leuke prijsjes en gezelligheid!

Wie: alle buurtbewoner
Wanneer: maandagavond 17 april van 19.30-21.30 uur
Bijdrage: €6,50
Waar: Olympisch Kwartier, Amstelveenseweg 308
Info: Jelly Jager 020-689 0132

MBVO Fitgym

Verschillende trainingen (kracht, uithoudingsvermogen en balance) obv muziek en veel lol!
Wie: 55+
Wanneer: dinsdag om 9.00, 10.00 en 11.00 uur
Bijdrage: €6,50 per maand
Waar: Olympisch Kwartier, Amstelveenseweg 308
Info: Sandra Gilkes 06-5012 9581

Leesgroep Olympisch Kwartier

Vindt u het leuk om voor te lezen of om te luisteren? Doe dan mee! We lezen over actuele onderwerpen en organiseren ook de nationale voorleeslunch.
Wie: alle buurtbewoners
Wanneer: dinsdagochtend van 10.30-11.30 uur
Bijdrage: deelname is kosteloos
Waar: OBA, Laan der Hesperiden 18
Info: loop gerust binnen op dinsdag

Parkinson Café Amsterdam

Maandelijke bijeenkomsten met interessante sprekers waarbij ruimte is voor lotgenotencontact.
Wie: Parkinsonpatiënten en hun mantelzorgers
Wanneer: elke derde dinsdag van de maand van 13.30-15.30 uur
Bijdrage: een drankje tegen een schappelijke prijs. Koffie/thee gesponsord door de Parkinsonvereniging
Waar: Olympisch Kwartier, Amstelveenseweg 308
Info: info@parkinsoncafeamsterdam.nl

Silverscreen, de filmclub op de hoek vertoont mooie films

Heerlijk lachen om Britse humor? Of een traantje wegpinken bij een ontroerende film? Er is een gevarieerd aanbod. Op 13 april is de eerstvolgende.
Wie: alle buurtbewoners
Wanneer: elke tweede donderdag van de maand van 13.30-16.30 uur
Bijdrage: €6, inclusief een lekker drankje
Waar: Olympisch Kwartier, Amstelveenseweg 308
Info: silverscreenzuid@gmail.com

Samen schilderen. Je hoeft geen talent te hebben maar wél plezier in het schilderen!

Wie: alle buurtbewoners
Wanneer: donderdagavond 20.00 tot 22.00 uur
Waar: Olympisch Kwartier, Amstelveenseweg 308
Bijdrage: reeks van 5 bijeenkomsten €17,50
Info: lcorlu@cordaan.nl

Maandelijke Vrijmibo, een drankje en klein hapje

Leer je buurtgenoten kennen op een laagdrempelige manier. Vrijdag 7 april is de eerstvolgende.
Wie: alle buurtbewoners
Wanneer: eerste vrijdag van de maand van 17.00-19.30 uur
Waar: Olympisch Kwartier, Amstelveenseweg 308
Bijdrage: drankje tegen een schappelijke prijs
Info: loop eens binnen en maak kennis!

En verder

Op zaterdag 18 maart doen we mee met de landelijke opschoondag. We starten in de ochtend. De koffie en de grippers staan dan klaar. **Doe je mee? Stuur een mail naar lcorlu@cordaan.nl.** In het weekend zijn er regelmatig activiteiten o.m. muzikale salons, poëziemiddag en burendag. Hou de borden in de gaten aan de Amstelveenseweg 308!

Oproep

De stuurgroep Olympisch Kwartier zoekt versterking!
Wij zijn een groep van zeven betrokken buurtbewoners. We komen eens per twee maanden bij elkaar om buurtactiviteiten op te zetten, te stimuleren en helpen mee bij de uitvoering. Dit doen we samen met de coördinator Olympisch Kwartier. Wil je ook iets voor onze mooie buurt betekenen en ben je best handig met de computer? Stuur dan een mailtje naar lcorlu@cordaan.nl.



Stadionplein 65
1076 CJ Amsterdam
www.groenebuurten.nl
info@groenebuurten.nl



COMPOSTEREN BIJ GROENPUNT WELKOM

Per jaar belandt er maar liefst 10 miljoen kg aan Amsterdams gft-afval in de verbrandingsoven. Zonde! Door middel van composteren kun je van groente- en fruitresten weer vruchtbare grond maken waar weer nieuw voedsel op kan groeien, een natuurlijke kringloop!

Opening compost Groenpunt Welkom

Vanaf maart kun je elke maandag en woensdag tussen 10.00-17.00 uur jouw gft-afval inleveren bij het Groenpunt Welkom op het Stadionplein 65. Zo maken we gezamenlijk en lokaal nieuwe vruchtbare grond.

Hoe werkt het?

Je hebt vele manieren om te composteren. Je kunt dat doen in de buitenlucht met grote bakken, in een emmer op het balkon, met of zonder wormen, of je kunt je organisch afval fermenteren in een speciale bokashi-emmer. Bij het Groenpunt Welkom composteren we met een compost-trommel. Deze trommels houden warmte goed vast en door ze regelmatig te draaien versnel je het afbraakproces van het groenafval. Soms kan de temperatuur in de trommel wel oplopen tot 70 graden Celsius! Na 2-3 maanden is het afval bijna volledig gecomposteerd.

Kom vooral langs en maak van jouw gft-afval weer nieuwe grondstof. Op onze website zie je een lijst van wat er wel en niet kan worden ingeleverd. Voor vragen kun je ook mailen naar FLOOR@GROENEBUURTEN.NL.

VLINDERTELLERS GEZOCHT

Vrijwilligers tellen op twee locaties in het Vondelpark dagvlinders. Het doel van vlindertellingen is het verzamelen van actuele informatie over de veranderingen in de vlinderstand in Nederland. De waarnemingen geven op de lange termijn ook inzicht in de voor- en achteruitgang van vlindersoorten op beide locaties in het Vondelpark. Hiermee kunnen we de gemeente stimuleren om hun beheer aan te passen. Alle tellingen worden doorgegeven aan het landelijk meetnet van de Vlinderstichting.

Vlinderteller Suzanne 'Het is soms echt een verrassing. Ik raakte laatst zelfs even de tel kwijt toen er heel veel atalanta's bij elkaar vlogen en als afsluiting ook nog een kleine vuurvlieder'.



GroeneBuurten zoekt nieuwe mensen die zich willen inzetten voor onze fladderende vrienden. Word jij onze nieuwe vlinderteller? Mail voor meer informatie naar INFO@GROENEBUURTEN.NL

BOOMTUIN-STARTPAKKET

We hebben leuk nieuws voor bewoners in Oud-Zuid en Zuidas die graag een boomtuin willen starten of al een boomtuin onderhouden! Het aanleggen van een goede boomtuin is nog best een uitdaging. Daarom bedachten wij iets leuks, namelijk een gratis boomtuin-startpakket. Deze zijn vanaf nu op te halen bij het Groenpunt Welkom, Stadionplein 65. In het pakket vind je materialen voor een natuurlijke maar robuuste omheining:

- 4x kastanje houten paaltjes
- ijzerdraad
- bevestigingsmateriaal
- Beheerd-door-de-buurt-bord (zolang de voorraad strekt)
- instructies aanleg en onderhoud boomtuin

Je kunt een boomtuin adopteren via de website van de gemeente. Let hierbij goed op de voorwaarden want niet alle boomspiegels zijn geschikt om te beplanten. Heb je één of meerdere boomspiegels geadopteerd en wil je een boomtuin-startpakket ontvangen? Meld deze dan aan door een mailtje te sturen naar FLOOR@GROENEBUURTEN.NL, dan maken we een afspraak wanneer het pakket kan worden opgehaald.

START GROENEMIDDAG

Vanaf maart wordt er elke woensdagmiddag tussen 14.00-16.00 uur* een activiteit met een groen of duurzaam thema georganiseerd bij Groenpunt Welkom. Deze activiteiten zijn gratis en laagdrempelig, dus kom gezellig langs.

Wat kun je verwachten?

Elke eerste woensdag van de maand gaan we de buurt schoner maken door zwerfvuil te rapen. De tweede woensdag van maand richten we ons op activiteiten voor kinderen. De derde en vierde woensdag van de maand gaan we aan de slag met een thema activiteit, zoals natuurfotografie, voedsel fermenteren en composteren. Wil je meer weten? Heb je zelf een leuk idee voor een activiteit? Mail naar info@groenebuurten.nl of kom langs bij Groenpunt Welkom op het Stadionplein 65.

*Afhankelijk van de activiteit, hou daarom de agenda op onze website in de gaten.

Welkom Knutselmiddag

Iedere donderdag van 13.00-16.00 uur wordt er geknutseld bij Buurtkamer Welkom. Alles is mogelijk: breien, haken, kaarten maken en zelfs de schilderkwast kan worden



gebruikt worden! Het is een groot succes met een al gezelligheid. Met veel plezier wordt er geknutseld aan verschillende projecten En na afloop is er een heerlijk vers gemaakte soep van Peter.

Kom eens een kijkje nemen!
**Buurtkamer Welkom,
Stadionplein 65.**

Gezellig eten in buurtrestaurant Brahmshof



Bij buurtrestaurant Brahmshof kan je terecht voor lekker eten en een fijne sfeer. Twee keer per week, op woensdag en vrijdag, serveren we een drie-gangendiner. Op de maandag een hoofd- en nagerecht. Of kom bijvoorbeeld op donderdag lunchen. Op vrijdag hebben we een Happy Hour, waar onze kok Jim zelfgemaakte hapjes serveert.

Jim kookt, vol passie en enthousiasme, heerlijke gerechten en bijzondere nagerechten. Hij wordt ondersteund door een team van gastvrouwen en -heren. Dit team van Brahmshof staat voor je klaar! Eet je gezellig mee?

Openingstijden:

Maandag van 17.30-19.30 uur

Hoofdgerecht en nagerecht voor €5

Woensdag van 17.30-19.30 uur

Drie-gangendiner voor € 9,50

Donderdag van 12.00-13.30 uur

Lunch voor €7,50

Vrijdag van 16.30-17.30 uur

Happy hour met zelfgemaakte hapjes van het huis

Vrijdag van 17.30-19.30 uur

Drie-gangendiner voor € 9,50

Locatie: Brahmshof, Brahmshofstraat 32

COBRA MUSEUM VOOR MODERNE KUNST

Uniek Cobra-Museumbezoek met rondleiding

De in de glossy Q 2023 geïnterviewde directeur van het Cobra-museum, Stefan van Raay, biedt lhbtq-ers in Zuid op donderdag 30 maart van 10.00-12.00 uur een rondleiding door een speciale gids over de tentoonstelling 'Becoming Overtaci' in het Cobra-museum aan. Dit in het kader van de jaarlijkse Queer Geschiedenismaand.

Tijdens deze maand wordt door musea en andere culturele instellingen nauw samengewerkt om de lhbtq-geschiedenis te vieren en over te brengen. De werkgroep GreyPrideZuid (www.greypridezuid.nl) biedt u na afloop van de rondleiding een gesprek aan met koffie, thee en iets lekkers.

Als u wilt deelnemen aan dit bijzondere bezoek aan de tentoonstelling 'Becoming Overtaci' kunt u zich aanmelden via paulerikhofman@planet.nl

Er is plaats voor maximaal 15 personen. Voor toegang van het Cobra-museum gelden de reguliere tarieven.

Voor meer informatie hierover en de expositie kijk op www.cobra-museum.nl/tentoonstelling/becoming-overtaci

Paul Hofman

Huiskamerconcert door Jazzband New French Touch

Met trots presenteert Buurtrestaurant Brahmshof de jazzband **New French Touch!** De jazzband speelt op een huiskamerconcert in Brahmshof op zondagmiddag 12 maart. Het belooft een mooie muzikale middag te worden.

Het kwartet New French Touch richt zich op Franse jazz én geeft jazz een Frans randje. De geheel eigen stijl van de Manouche van begin vorige eeuw spreekt onmiddellijk tot de verbeelding. Tijdens dit huiskamerconcert geeft de band uitleg over de muziek.

Tijdens deze heerlijke muzikale middag ontvangt u een welkomstdrankje van het huis en een hapje. Een kaartje kost €6,50 en is verkrijgbaar bij Huis van de Wijk Olympus (Olympiaweg 29) en Brahmshof. Wees er op tijd bij want: op is op!

Het jazzoptreden is in ons gezellige Buurtrestaurant Brahmshof op 12 maart van 14.00 tot 16.00 uur op Brahmshofstraat 32.



WEEKOVERZICHT WELKOM

MAANDAG

14.00-16.00 uur OPEN INLOOPSPEEKUUR GROEN EN DUURZAAM: een spreekuur voor alle mensen uit Oud Zuid en de Zuidas met vragen over vergroening en verduurzaming, zowel bewoners als bedrijven en organisaties.



DINSDAG

14.00-16.00 uur KOFFIE-INLOOP

WOENSDAG

14.00-16.00 uur GROENEMIDDAG (zie voor meer informatie pagina 7 - GroeneBuurten)

19.00-21.00 uur REPAIR CAFÉ (1 keer per maand, eerste woensdag van de maand)

DONDERDAG

13.00-16.00 uur KNUTSELCAFÉ

vanaf 15.00 uur VERSE MAALTIJD SOEP

VRIJDAG

10.00-12.00 uur ONTBIJT

13.00-16.00 uur INLOOP GGZ



**BUURTKAMER WELKOM,
STADIONPLEIN 65**

Iets doen voor uw buurt?

Maak gebruik van de subsidie voor bewonersinitiatieven!

Wilt u iets doen om uw straat of buurt leuker, groener en gezelliger te maken? Bijvoorbeeld een moestuintje of een sportdag of muziekavond voor de buurt? Dan kunt u aanspraak maken op de subsidieregeling voor bewonersinitiatieven in Zuid.

Meer over deze regeling vind u via www.amsterdam.nl bij stadsdeel Zuid: Subsidieregeling Bewonersinitiatieven of lees verder over hoe buurtgenoot Mirjam Simons dit heeft aangepakt met haar project **Open Mic**!

Open Mic in de Willem de Zwijgerkerk

Mirjam Simons organiseert dit jaar vijf Open Mic avonden in de Willem de Zwijgerkerk. Met deze avonden wil zij muzikale buurtbewoners samenbrengen met mensen die belangstelling hebben om te komen luisteren en die het leuk vinden elkaar te ontmoeten. Open Mic is voor zowel bewoners als voor deelnemers gratis toegankelijk dit maakt dat het laagdrempelig.

De eerstvolgende avond vindt plaats op zaterdag 22 april. U bent van harte welkom! De vorige Open Mic dagen werden door maar liefst ruim 80 mensen bezocht. Open Mic wordt met behulp van actieve bewoners, enthousiaste muzikanten en Combiwel georganiseerd om buurtgenoten met elkaar kennis te laten maken. Stadsdeel Zuid financiert dit project via de Subsidieregeling Bewonersinitiatieven.



Schrijfgroep Zuid Schutkleur

We zijn in het Jac. Thijssepark in Amstelveen, het is midden op de dag en veel warmer dan ik van tevoren had gedacht. We lopen rustig over de paden. Bosjes narcissen groeien aan de rand van het pad. Verder groeit er nog weinig, we kijken dwars door de heemtuin heen.

'Kijk daar, in die boom', fluistert Laura. Ze wijst naar een boom. 'Aan de overkant van de sloot.' Wij duiken allebei ineen en turen naar de boom. 'Ik zag, geloof ik, een eekhoorn.' Ik knijp mijn ogen tot spleetjes maar zie niets. 'Of is het een stuk van de boom?' vraag ik, want dat zie ik wel, een soort knobbel aan de boom. 'Ja, misschien,' begint Laura nu ook te twijfelen, 'nee, nee, hij beweegt.' Nou zie ik het ook. Het is een klein beestje. Hij is door zijn schutkleur niet goed te onderscheiden en wij staan er ver vanaf. 'Het is een eekhoorn,' zegt Laura beslist.

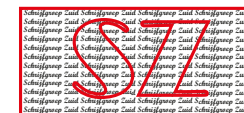


We kijken een tijdje. Och, wat is het een schattig beestje, hij hipt heen en weer. Het is dat we er zo ver vanaf staan, anders hadden we hem willen aaien. Tot ik ineens iets opmerk: 'Ik zie geen dikke staart. Is het wel een eekhoorn?' 'Hij zat toch straks in die boom?' zegt Laura maar ik hoor dat ze twijfelt. Misschien is het een rat. Meteen vinden we het niet zo schattig meer, een beetje vies zelfs. Gadsie, zouden er meer ratten zijn? Er ritselt iets vlakbij. We kijken schichtig op ons heen.

Het beest is met een vaartje uit de boom gesprongen. Hij zit weer op hetzelfde plekje op de grond. 'Het is wel een eekhoorn, kijk maar.' Hij steekt zijn voorpootjes in de grond en haalt er iets uit. Wij worden weer enthousiast. Natuurlijk is het een eekhoorn. De eekhoorn houdt z'n pootjes bij zijn koppie. 'Kijk wat ie doet', fluisteren we tegen elkaar, 'hij peuzelt een nootje op.' Ik fluit, zomaar. Eén vogel fluit terug maar onze eekhoorn geeft geen krimp. We zouden nog langer willen blijven kijken, maar onze ogen worden moe van het turen.

We lopen verder en zijn tevreden met het leven.

Caluke van Hoften



Buurtmoestuin Olympiaplein



Het valt niet zo op, onze Olympiatuin naast de voetbalvelden aan de korte kant tegenover het Indiëmonument, op het Olympiaplein Maar als je even door de sierhekken heen kijkt, zie je onze rijtjes boerenkool, palmkool, postelein, aardbeien, bloemen en kruiden, artisjokplanten en heel veel meer. Elk seizoen weer anders – we doen het al bijna vijf jaar. Het is superplezierig om te tuinieren, mest en compost te kruien, zaadjes in de grond te stoppen of gewoon wat te wieden of zwerfafval te rapen. Ieder doet wat hij kan naar eigen kunnen. Of breng uw groente-fruit-afval voor onze composthoppen. Of neem iets lekkers mee voor bij de thee die we altijd na afloop drinken. Dan kijken we ook wat de oogst die dag is en verdelen dat tussen de mensen die die dag op de tuin zijn.

Kom vrijblijvend eens buurten!

Misschien is het ook wat voor u? Het is buiten, veel bewegen en het hoofd is een paar uur lekker leeg. U krijgt er vanzelf verstand van als u regelmatig meewerkt. De beloning is zoet: verse biologische groenten en fruit en uitzicht op blijmakende bloemen en planten.

We werken altijd op de maandag en de woensdag tussen 14.00 en 16.00 uur en op de zaterdag tussen 10.00 en 12.00 uur. Tenzij het serieus regent.

Of mail naar olympiatuinboon@gmail.com

Mechtild Rietveld

 **Vrijwilligers Centrale Amsterdam**
Jij. Wij. Blij.

Veel kleine stapjes, samen een reuzensprong

Op naar een mooiere, lievere en schonere stad.

Er gebeurt veel in de wereld momenteel, met diverse gevolgen. Om moedeloos van te worden soms. Het is als individu onmogelijk er iets aan te veranderen. Maar op kleine schaal, dichtbij, kan het wel.

Vrijwilligers Centrale Amsterdam biedt perspectief: jij kan iets doen en dát maakt echt verschil! Het maakt uit wat jij doet. Wat wij doen. Help jij de stad of jouw buurt beter, socialer of groener te maken? Start met vrijwilligerswerk, als is het maar één keer of een paar uurtjes per maand.

Kijk voor meer informatie op www.VCA.nu of bel 020-530 1220.

4 mei herdenking monument Amstelveenseweg

Op 4 mei zal vanaf 19.30 uur de jaarlijkse herdenking plaatsvinden bij het monument aan de Amstelveenseweg, bij het hek van het Vondelpark. Er zijn sprekers en er wordt muziek gespeeld. Op 6 en 7 mei 1945 – Amsterdam was nog niet bevrijd – raakten op deze plek de Binnenlandse Strijdkrachten (BS) in gevecht met Duitse soldaten. Hierbij kwamen 5 BS'ers om het leven. Hun namen staan vermeld op de gedenksteen. De volgende dag, 8 mei, werd Amsterdam door de Canadezen bevrijd. De herdenking vindt hier al plaats sinds 1946.

Op de facebookpagina van het comité, herdenkingamstelveenseweg, staat meer informatie.

Het gedeelte van de Amstelveenseweg waar de herdenking plaatsvindt is tijdens de herdenking afgesloten voor verkeer.

5 mei Van verhalen over de tram tot vrijheidsdiner

Op vrijdag 5 mei vertelt in Huis van de Wijk Olympus een trambestuurder van het trammuseum over de **Amsterdamse tram in oorlogstijd**, zoals het aangrijpende verhaal over tramlijn 8. Aansluitend wordt er traditioneel weer een **vrijheidssoep** geserveerd.

Locatie: Huis van de Wijk Olympus, Olympiaweg 29.
Tijd: van 10.30-12.30 uur.

Deze **vrijheidssoep** wordt ook op de buurtkamers HoofdKwartier (Hoofddorppweg 25), Welkom (Stadionplein 65) en Baarshaven Baarsstraat 31) geserveerd. Iedereen is van harte uitgenodigd om samen te vieren en soep te komen eten. Toegang is gratis en aanmelden is niet nodig.

In de avond van vrijdag 5 mei bent u van harte welkom in ons buurtrestaurant Brahmshof (Brahmsstraat 32). Vanaf 17.00 uur starten we met een hapje en drankje om vervolgens om 18.00 uur aan tafel te gaan voor het **drie-gangen-vrijheidsdiner**. Aansluitend gaan de tafels en stoelen aan de kant en kan er **gedanst** worden tot in de late uurtjes. Kosten diner: €9,50; de drankjes zijn voor eigen rekening. Graag van tevoren aanmelden op onderstaande mail-adressen.

Voor meer informatie kunt u mailen met Anita Muschner of Luuk Schimmel via a.muschner@soozamsterdam.nl of l.schimmel@soozamsterdam.nl

Dodenherdenking op de Apollolaan op 4 mei

Vanaf 19.30 uur zal op 4 mei de dodenherdenking plaatsvinden bij het "Verzetsmonument" op de Apollolaan.

Spreker: Rabbijn Menno ten Brink, Liberaal Joodse Gemeente Amsterdam Leerlingen van de Eerste Montessori-school "de Wielewaal", dragen zelfgeschreven gedichten voor.

Sinds april 2020 is een plaquette toegevoegd aan het monument met daarop de namen van de 29 mannen die op 24 oktober 1944 werden gefusilleerd als represaille voor een actie van het Verzet door de Duitse bezetters. De 29 gevangenen werden uit het Huis van Bewaring aan de Weteringschans gehaald en naar de Apollolaan overgebracht. Ze werden in de vroege ochtend van 24 oktober 1944 zonder vorm van proces gefusilleerd.



Foto Anita Muschner

Face to Face

FACE TO FACE OLYMPISCH KWARTIER, ook op Facebook door Marion Algra

Het verhaal van een portiek

Iedereen kent de razzia van februari 1941, op straat, in het centrum van Amsterdam. Met de Februaristaking als gevolg; jaarlijks herdacht op het Waterlooplein. Maar wie kent de tweede razzia, in Zuid dit keer, 3,5 maand later? Op 11 juni 1941, werden – zowel vanaf huis als vanaf straat – uit heel Zuid zo'n 300 Joodse jongens opgepakt. Het waren vooral Duits-Joodse vluchtelingen. Ze werden via een kamp in de duinen van Schoorl gedeporteerd naar het Oostenrijkse concentratiekamp Mauthausen. Daar moesten ze uit een steengroeve zware granietblokken en sjouwen. Niemand overleefde dit.

Voor de Stadionbuurt gaat dat die junidag om 23 jonge jongens. Een van die buurtjongens was de 21-jarige **Felix Herbert Scheier** van Stadionplein 69-II. In oktober stierf hij, vermoedelijk van uitputting.

Het bleef stil in Amsterdam, na deze tweede razzia. Er kwamen geen stakingsprotesten. Ook na volgende razzia's niet. Ik schreef in juni 2022 een online-blog over de juni-razzia, op mijn website 'Face to Face Olympisch Kwartier'. Ik gaf een overzicht van de 23 adressen uit de Stadionbuurt, waar jongens op 11 juni 1941 verdwenen.

Ik schreef o.a. over de Duits-Joodse jongen van Stadionkade 135-hs, die nog een (gedicteerde) brief uit Mauthausen aan zijn ouders stuurde ("Mir geht es gut") en over de Duits-Joodse jongen uit Herculesstraat 18-hs, die wist te ontsnappen aan deze razzia en overleefde door vier jaar lang te vluchten en onder te duiken op een Amsterdams bovenhuis, 2,5 jaar lang zonder buitenlucht op een piepklein kamertje, samen met zijn moeder. Zijn indrukwekkende mondelinge getuigenis over zijn ontsnapping en onderduik kunt u online beluisteren, via mijn blog.

Duitse vluchtelingen

Felix, voor wie we vorig jaar een Stolpersteen neerlegden bij Stadionplein 69-II, woonde daar sinds 1938 met zijn moeder **Charlotte Kuttner-Levy** (1891-1956) en stiefvader **Isodor Kuttner** (1897-1973), nadat ze eerst als vluchtelingen een paar maanden in een

pension in Cliostraat-6 hadden gewoond, *Huize Clio*.

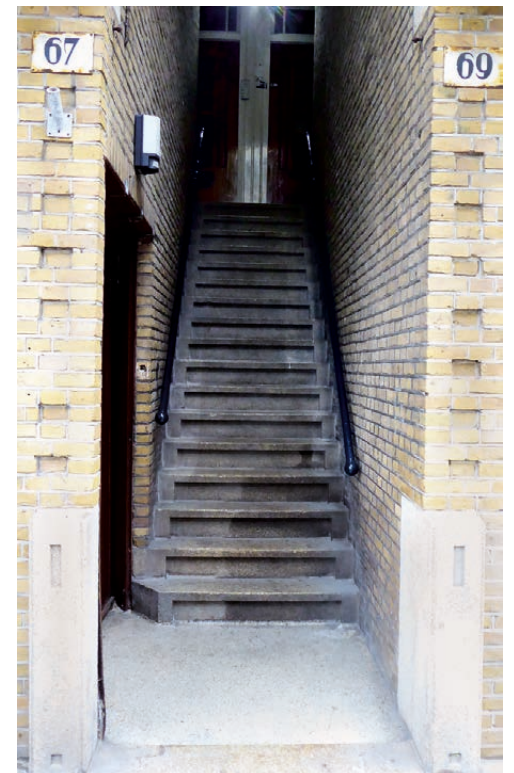
De ouders van Felix overleven de oorlog, omdat zijn stiefvader in 1942 in Westerbork als chirurg aan het werk gezet wordt als kamparts en zijn moeder, mei 1943, als doktersassistente. Na de bevrijding verlenen zij, op verzoek van de Britten, nog een jaarlang medische hulp in het Duitse kamp *Bergen-Belsen* aan uitgemergelde overlevenden. In Vijfhuizen liggen ze begraven op de Joodse begraafplaats; Felix wordt daar ook herdacht.

In hetzelfde hoge portiek woonden meer Duits-Joodse vluchtelingen. Achter dezelfde deur, op 1 hoog, woonde tijdelijk een zoon van de Duits-Joodse buurvrouw van Stadionplein 39-II, wiens man de bioscoop *Victoria* aan de Sloterkade runde sinds 1934 (zie de vorige krant); de zoon trouwde met een niet-Joodse en wisselde in de oorlog vaker van adres, en overleefde.

Ook achter de voordeur ertegenover, op 67, op 1-hoog, werd Duits gesproken bij de familie **Mayberg**, ook zij hadden als vluchtelingen in 1937 eerst op kamers in *Huize Clio* gewoond: vader Egon, moeder Hildegard, hun puberzoon zoon Falk Rolf en Egons moeder Albertine. Zij worden twee jaar na hun buurjongen Felix



gedeporteerd, mei 1943. Voor hen, een schooljongen van 14, die nog maar zeven jaar was toen hij vluchtte uit Duitsland met zijn ouders en oma, liggen er vier Stolperstenen bij dit portiek.



Zie online: De tweede razzia van '41 | FACE to FACE Olympisch Kwartier (wordpress.com)

Bij Stadsdorp Olympia kunt u een boekje met verhalen over het Stadionplein downloaden: Struikelstenen op het Stadionplein - Stadsdorp Olympia (stadsdorp-olympia.nl)

Heb je een lvb? Doe dan met ons mee!

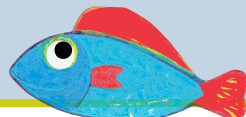
Speciaal voor mensen met een lvb gaan we één keer per maand gezellig eten in ons buurtrestaurant De Brahmshof. Wij reserveren een tafel en onze kok Jim gaat een heerlijke maaltijd bereiden. We gaan aan tafel om 18.00 uur en krijgen een hoofdgerecht en toetje geserveerd door twee charmante vrijwilligsters. We maken er altijd een gezellige boel van. Voor 5 euro eet je mee. Zet maandag 3 april en 1 mei vast in je agenda. Heb je al trek gekregen? Neem dan snel contact op met Luuk via 06-2506 7715 of l.schimmel@soozamsterdam.nl en meld je aan.

'Niemand is hetzelfde'

Stel je krijgt ondersteuning of je wordt begeleid door een instantie en je loopt ergens tegenaan... Voorafgaand aan het eten in buurtrestaurant De Brahmshof organiseren we met ervaringsdeskundigen een Meet Up! Tijdens deze Meet Up! van 17.00-18.00 uur kun je allerlei onderwerpen bespreken met een ervaringsdeskundige en een sociaal werker van SOOZ. Onderwerpen zijn bijvoorbeeld niet lekker in je vel zitten, pesten, huiselijk geweld, (pleeg) moederschap of middelengebruik. Ook kan je vragen hebben over werk. Bijvoorbeeld: hoe kom ik aan betaald of onbetaald werk, een CV check of hulp bij het schrijven van een sollicitatiebrief. Wij denken met je mee en gaan samen voor een passende oplossing. De Meet Up! is vrij toegankelijk je hoeft je hiervoor niet eerst aan te melden.

Lunch in Baarshaven!

Nieuw in Baarshaven is onze lekkere lunch! Voor €2,50 kunt u elke maandag tussen 11.00 en 13.00 uur terecht voor een uitgebreide lunch met verse broodjes, eieren en beleg. Een goed en gezellig begin van de week! Reserveren is niet nodig. Loopt u gezellig binnen?
Baarshaven
Baarsstraat 31



WEEKOVERZICHT BUURTKAMER DE BAARSHAVEN

Maandag

Lunch 11.00-13.00 uur

NAH Inloop 14.00-16.00 uur

(1 keer per maand)

Biljarten 19.00-21.00 uur (besloten groep)

Dinsdag

Danspark 11.00-12.00 uur

Hapjesmiddag 16.00-18.00 uur

Klaverjasclub 19.30-22.00 uur

Woensdag

Bingo 14.00-16.00 uur (met Dinie)

High Team mantelzorg 11.00-13.00 uur (elke derde woensdag van maand)

Autisme café 18.00-22.00 uur (iedere laatste woensdag van de maand)

Roze stadsdorp (om de 6 weken)

Donderdag

Gezonde hap 10.00-13.00 uur (met Gayetrie)

Biljarten 13.00-16.00 uur

NAH eettafel 16.30-19.30 uur

Vrijdag

Schilderclub 13.00-17.00 uur

(besloten groep)

**Buurtkamer
De Baarshaven,
Baarsstraat 31**

Gezonde Hap

Vind je het moeilijk een activiteit te bezoeken of om de deur uit te gaan? Wil je mensen uit de buurt ontmoeten? Samen een warme lunch bereiden? Je komt zelf er niet aan toe iets te ondernemen? Je hebt een steuntje in de rug nodig?

Bezoek onze laagdrempelige Gezonde Hap inloop in Buurtkamer Baarshaven, met eventueel een lunch voor €3. De inloop is iedere donderdag van 10.00-13.00 uur.

De inloop heeft een vrijblijvend karakter. De deur staat open voor een kopje koffie of thee. Er is een professionele kracht aanwezig, die er is om met je mee te denken. Je bent van harte welkom om de inloop te bezoeken.



Eenoudergezinnen in Amsterdam Zuid hebben hun plek in het Huis van de Wijk Olympus

Elke dinsdag staan Single SuperMom en 1ouderpunt paraat om alleenstaande ouders te ondersteunen, te verbinden en te versterken. Op dinsdagochtend is er een inloopspreekuur van 9.00 tot 13.00 uur. Camelia en Paula zijn aanwezig voor uiteenlopende hulpvragen.

Doe mee-r-met-je-wijk bijeenkomst van 1ouderpunt

Elke dinsdag van 9.00 tot 10.30 uur is er een Doe mee-r-met je wijk bijeenkomst. Tijdens een lekker ontbijt worden belangrijke thema's besproken zoals: de risico's van social media, hoe kan je energie besparen, hoe kan je meer quality time met je kinderen doorbrengen, hoe kan je beter communiceren met je kinderen, waar kan je terecht voor juridisch advies of hoe kan je je burens helpen?

Wil je weten wat in jouw wijk gebeurt? Wil je weten waar je ondersteuning kan vragen of wil je iets betekenen voor jouw buurt? Dan zijn de 'Doe-mee/r-met je wijk-bijeenkomsten' de juiste plek.

Voor informatie over het programma volg ons op www.facebook.com/1ouderpunt/events of bel Paula op 06-8567 3545. Ons emailadres is info@1ouderpunt.nl. Voor meer informatie kijk op www.1ouderpunt.nl

Durven Doen

In april start de empowerment-training Durven Doen: 7 stappen naar een gelukkig en succesvol leven. In deze training gaan vrouwen aan de slag met een stappenplan waarin ze leren hoe ze hun persoonlijke leven kunnen vormgeven. Pak de regie en geef je op voor deze gratis training waarin je stap voor stap leert om je persoonlijke doelen te realiseren en gelukkig te zijn!

Tijdens 9 bijeenkomsten werken we aan jouw doelen. Je maakt plannen. En je onderzoekt onder andere wat je nog nodig hebt om je doelen te bereiken. Je netwerk wordt vergroot, er ontstaan nieuwe vriendschappen en je

investeert in je persoonlijke ontwikkeling. De bijeenkomsten staan gepland op 13 april, 20 april, 11 mei, 25 mei, 1 juni, 8 juni, 15 juni, 22 juni en 29 juni.

Investeer in jezelf en kom ook! Tijdens de training wordt individuele coaching aangeboden.

**Aanmelden of meer informatie via
durvendoen@singlesupermom.com of bel
Camelia: 06-55141679.**



**Iedere moeder en
elke situatie is
anders, maar iedere
moeder wil een
gelukkig
leven met haar
kind(eren).**



WEEKOVERZICHT ACTIVITEITEN

MAANDAG

Koffie-inloop 9.00-11.00 uur
(tot 10 uur is de koffie gratis)
Stap & Hap 10.30-13.00 uur
Bingo 14.00-16.00 uur
Eettafel 16.30-19.00 uur (€6,-)
Scrabble 19.00-22.00 uur

DINSDAG

Koffie-inloop/ontbijt 9.00-11.00 uur
(heerlijk ontbijt voor €1,50)
1ouderpunt 9.00-13.00 uur
(inloopspreekuur)
Computer inloop 13.00-15.00 uur
(alleen in oneven weken)

WOENSDAG

Koffie-inloop 9.00-11.00 uur (tot 10 uur is de koffie gratis)
Verwenwinkel 10.00-12.00 uur
Warme lunchmaaltijd 12.30-13.30 uur (€2,50)

DONDERDAG

Koffie-inloop 9.00-11.00 uur
(tot 10 uur is de koffie gratis)
Pannenkoeken 11.00-13.00 uur (op de eerste donderdag van de maand voor €1,50)
Woon! Spreekuur 12.00-13.00 uur
(op afspraak)

VRIJDAG

Koffie-inloop 9.00-11.00 uur
(tot 10 uur is de koffie gratis)
Schilderen 11.00-13.00 uur
Zij in Zuid 13.00-15.00 uur
Regenboogborrel GreyPride 15.00-17.00 uur



Bewegen op muziek

Ook zin om te bewegen op muziek? In maart starten we een dansproject. Acht weken lang kunt u gratis meedansen. Het dansen staat onder leiding van docent Marlie Salomé.

Met dansen doe je lichaam en geest een groot plezier! Het heeft een positieve invloed op je lichaam en helpt tegen stress. Dansen kan zelfs

angst en depressie verminderen. Dansen maakt gelukkig!
We dansen elke donderdag van 13.00-14.00 uur. Na afloop is er thee en wat lekkers.

Aanmelden kan bij Anita Muschner, a.muschner@soozamsterdam.nl.
Locatie: Huis van de Wijk Olympus, Olympiaweg 29

Marokkaanse lekkernijen... Marokkaanse lekkernijen...

Zet met stip in je agenda: vanaf april maakt Souâd heerlijke Marokkaanse hapjes voor je! Van een loempia met gehakt tot een briwat met feta. De hapjes zijn zowel vegetarisch als met vlees. Kosten 1 euro per 2 hapjes.

Op de volgende donderdagen maakt Souâd deze heerlijke hapjes: 20 april, 25 mei, 29 juni en 27 juli tussen 14.00 en 16.00 uur. Je bent van harte uitgenodigd!!

Beslama, Souâd



Het knutselparadijs voor kinderen!

Heeft u kinderen van 5 tot 12 jaar? Neem hen dan mee naar het creatieve knutselparadijs! U kunt iedere woensdagmiddag van 13.30 tot 14.30 uur terecht in Huis van de Wijk Olympus. U kunt aanschuiven voor een kopje koffie of thee en een gezonde snack, terwijl de kinderen samen met Simone en Barbara de leukste knutselwerken maken. Voor de kinderen staat er natuurlijk ook drinken klaar, want van knutselen krijg je dorst.

U betaalt 2 euro per gezin. Aanmelden kan bij hetknutselparadijs29@gmail.com.

De verwenwinkel gaat door!

We gaan van de Warme Winter naar het Vrolijke Voorjaar. Elke woensdagochtend ben je van harte welkom in het Huis van de Wijk Olympus van 10.00 tot 12.00 uur voor een gratis kleding-outfit, de kapper en nagelverzorging. Ook kan er nog steeds kleding worden gedoneerd.

We zijn nog op zoek naar mensen die het leuk vinden om samen de lunch te gaan verzorgen die na de verwenwinkel plaatsvindt. Dus ben jij die keukenprins(ses) die een heerlijke soep, een salade of een warme hap kan bereiden? Laat van je horen. Mocht je nog andere ideeën hebben voor de succesvolle verwenwinkel dan horen we dat graag. Ben jij bijvoorbeeld geschoold in het geven van een nekmassage, een tarotkaart leggen, het geven van kleuradvies of wil je je gewoon actief inzetten voor de verwenwinkel? Meld je dan aan bij **Luuk Schimmel via 06 2506 7715 of lschimmel@soozamsterdam.nl**