

Doe mee

Van 5 juli –19 juli 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, tel. 020 645 39 45](#)

Klaverjassen - maandag 8 juli tussen 13:30–16:30u.

De hobby kantine - vrijdag 12 juli tussen 10:00–12:00u. €1,50. Neem je UFO's mee (unfinished objects) en zo inspireren we elkaar!

Repair café - zaterdag 13 juli tussen 10:00–13:00u. Onze vrijwilligers staan voor u klaar om uw kapotte spellen zo goed mogelijk te repareren.

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 - op een laagdrempelige manier oefenen met Nederlands? Kom langs! Elke woensdag ochtend van 10:30 – 12:00 uur. Toegang is gratis.

Buurtborrel – elke vrijdagmiddag van 14.30 – 16.30 uur.

[Participe Wijkcentrum De Bolder, Groenhof 140, tel. 020 – 64 71 509](#)

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.

Wijkontbijt - elke woensdagochtend van 8.45 tot 10.30 uur. Voor € 3,25 krijgt u een heerlijk ontbijtje, met een kopje thee of koffie.

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

Sociaal Steunpunt - dinsdag van 10.00 tot 12.00 uur. Voor al uw hulp bij vragen over uitkeringen, toeslagen etc. Gratis inloop spreekuur

Diepvriesmaaltijden kopen - elke dinsdag 10.00-12.00 uur prijs € 6,50 per stuk korting met Amstelveenpas

Biljarten - u kunt de gehele dag terecht om een potje biljart te spelen.

Dineren bij De Bruine Bolder – 1^e en 2^e vrijdag van de maand. De keuken is open van 18.00 - 21.00 uur. Voor een zachte prijs een lekkere maaltijd.



Pubquiz bij De Bruine Bolder 3^e vrijdag van de maand Ben jij klaar om je brein te laten kraken en je kennis te testen in een leuke pubquiz? Van 19:30 - 21.00 uur €2 p.p.

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.

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

[Cobra Museum Sandbergplein 1 Amstelveen](#)

Kunst met een Koekje dinsdag 9 juli van 10.30-11.30u. U krijgt een rondleiding door de tentoonstelling van Diana Blok en/of Pierre Verger. Aanmelden bij r.rondema@participe.nu of bel 06- 86 85 55 42.

[Participe Ontmoetingscentrum Kastanjehof, Kastanjelaan 21, 020-64 03 251/ 06 13 47 60 66 \(Anja\)](#)

Eetclub – zondag 14 juli 17.00u. Menu: Tomatensoep, macaroni, toetje. Inclusief 2 drankjes, koffie/thee betaalt u € 15,00. Opgeven kan tot 12 juli.

Vragen over een iPad, telefoon - Willem is er weer op dinsdag 16 juli van 10.30 – 12.00. Kosten € 1 per keer.

Dartclub Kastanje - iedere dinsdag 19.00u. Kom ook een keer kijken.

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

[Wijkcentrum De Meent, Orion 3 020 – 643 80 15](#)

Repair Cafe - zaterdag 6 juli reparatiehulp voor u defecte apparaten. Geef je spullen een tweede kans. Iedere eerste zaterdag van de maand van 10:00 tot 13:30

Boekenhoek - een ruim gesorteerde bibliotheek te vinden. Ruim 2000 staan klaar om gelezen te worden. Deelname is gratis en u kunt zich opgeven bij de balie. De boekenhoek is geopend van maandag t/m vrijdag van 9:00 tot 17:00 uur.

Financieel Café - elke dinsdagochtend 10:00 – 12:00u. Voor informatie over geldzaken en administratie.

Wandelvierdaagse - dinsdag 16 juli t/m vrijdag 19 juli is het weer tijd voor de leukste avondvierdaagse van Amstelveen en omstreken. Meer informatie volgt binnenkort.

[Participe Wijkcentrum Middenhof, Dr. 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 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

[MOC & Buurtkamer KKP, Lindenlaan 75, tel. 020-64 30 453](#) -

Eten & Bingo - vrijdag 19 juli van 12.30 tot 16.00 uur. Kosten eten & bingo is €15,-, alleen eten is €9,50, alleen bingo is €5,50. Meld je aan bij Marisa via 06-82991242.

Klaverjassen - elke donderdag van 13.00 tot 15.30 uur voor ervaren spelers. €1,50 per keer.

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.



[Ontmoetingsplek "Ons Parelkje", Parlevinker 29](#)

Koffie & een Praatje - iedere dinsdag van 9.00 – 12.00 uur en donderdag van 11.00 – 12.00 uur.

Spreekuur wijkcoach - dinsdag 9 juli van 10.30 – 11.30 uur

Servies schilderen - donderdag 18 juli 10.00 – 12.00 uur Onder leiding van Petra gaan we servies versieren. € 4,-p.p incl. materiaal en kopje koffie/ thee. Aanmelden vóór 11 Juli

Heeft u een leuk idee voor een activiteit in Ons Parelkje of wilt u meehelpen om nog vaker open te kunnen zijn voor de wijk? Neem dan contact op met wijkcoach Brenda; 06 134 76 165/ b.van.oeveren@participe.nu

[Participe Wijkcentrum Pluspunt, Smeenklaan 1, tel. 020-645 81 41](#)

Crea-Club elke maandag 10.30-12.00 uur, 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 van 9.30-12.00 uur
Een gezellig praatmoment onder het genot van een lekker vers gezet kopje koffie.

"Soep"kamer - elke maandag vanaf 12.30-13.30 uur verse soep voor € 1 per kop

Crea-Plus - elke dinsdag 10.30-12.30 uur Onder het genot van een kopje koffie lekker aan de slag met uw.

Inlooppuurtje - voor vragen over het gebruik van tablets en mobiele telefoons.
Dinsdag 9 & 23 10.30-11.30 uur, door Willem Kok. Kosten: € 1,- per bezoek.

Bridgen - elke dinsdagavond (2 lijnen) aanvang 20.00-23.00 uur.
Heeft u interesse...?, neem dan contact op met Johan Snijders;06-53506322

Sociaal Steunpunt Vrijdag 5, 12 & 19 juli (laatste keer ivm vakantieperiode) van 15.00-16.00 uur.
Voor al uw hulp bij vragen over uitkeringen, toeslagen ect. Gratis inloopspreekuur, elke vrijdag!

Buurtborrel - op vrijdag 12 & 26 juli van 14.30-16.30 uur. Gezellig samen het weekend in!
Kosten € 7 incl. 2 drankjes en een heerlijke hapje.

Rijbewijskeuring dinsdag 16 juli 09.00-13.00u

Aangeklede film- middag/avond André Rieu "Love is All Around"

Donderdag 18 juli 16.00-19.30 uur. 1 drankje naar keuze, kip Kiev Kotelet met aubergine rolletjes, koffie met Oekraïense taart € 17,50 p.p. Reserveren tot 16 juli



Eénpansmaaltijd donderdag 11 juli 17.00-19.30 uur. Zomerragout van asperges met ei & beenham geserveerd met gekookte krieltjes. Dessert en koffie toe. € 12 p.p. Reserveren tot 9 juli.

"Aangekleed" soepuurtje, donderdag 18 juli van 12.00-13.30 uur.

Deze keer huisgemaakte komkommer gazpacho met een broodje & fruit toe.
de prijs van € 4,75 p.p.



Voor

Geheugenfitness donderdag 4 & 18 juli. Altijd de 1ste en 3de donderdag vd maand.
Kosten € 3,75 per persoon voor koffie of thee 2x van 10.00-11.30 uur



[Participe Wijkcentrum Westend, Westwijkplein 3, Amstelveen, tel. 020 - 643 44 44](#)

Kinderbingo - vrijdag 5 juli 15.30u De kinderbingo wordt goed bezocht. Kom op tijd voor een plekje!



Koersbal elke dinsdagochtend 10:00-12:00 uur

[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.

Wekelijks fietsen in groepen (Doortrappen) - elke donderdagochtend van 09:30-12:00 uur Gratis en vrije inloop. Vertrek en aankomst Noorddamcentrum. Meer info via www.notabenebovenkerk.nl.

[Cursusbureau, Dr. W. Dreesweg 2, Amstelveen cursus@participe.nu 020 - 5430441](#)

www.participe-amstelland.nu/cursussen

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

Yoga in Westend. Elke donderdag van 10.30-12.00 uur. Kosten € 392 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.

MBvO-cursussen op verschillende locaties in Amstelveen. Beweeg mee! Kosten € 187 voor 36 lessen.

Turks koor op donderdag 19:45-21:45 uur wijkcentrum Westend, info 020-543 04 41

[Hopelijk tot ziens bij een van de activiteiten!](#)