

'T BINNENVELDERTJE

Bij Dynamo organiseren we allerlei leuke activiteiten met de buurt voor de buurt. Wist u dat u bij ons uzelf mag en kan zijn? En dat we een veilige plek en een luisterend oor bieden, u met hulpvragen bij ons mag komen, u kunt aansluiten bij activiteiten om nieuwe mensen te ontmoeten of u ook zelf activiteiten voor de buurt kunt opzetten. U bent altijd van harte welkom op onze 3 locaties in Buitenveldertje:

- Het **Menno buurtcentrum** op de Noordhollandstraat 17B
- Het **meergeneratieplein Goudestein** op Landkroon 90
- De **Ernst** op de A.J. Ernststraat 195-197



Deze krant digitaal ontvangen?

Dan kunt u mailen naar:
mbos@dynamo-amsterdam.nl

Iedere maand sturen wij u 't *Binnenveldertje* via de mail. Zo denken we samen aan het milieu en verspillen we minder papier.

Wij zijn Dynamo

We helpen u graag als u vragen heeft en wij kennen ook veel organisaties in de buurt om u verder te helpen. Spreek ons aan of bel ons op 020 46 28 484.



Zelf in 't Binnenveldertje

Heeft u een leuk gedicht, een oproepje of een leuke activiteit in de buurt? Dan kan dat wellicht in 't Binnenveldertje!

Stuur een mailtje met uw idee/voorstel naar:
mbos@dynamo-amsterdam.nl

't Binnenveldertje wordt iedere 25^e van de maand gemaakt voor de volgende maand, dus wees op tijd!

Programma Menno

Maandag

10.30-12.00 uur Koffie-inloop
Kom gezellig een kopje koffie drinken met Hennie.

12.30-13.30 uur Buurtlunch
Warme verrassingslunch. Kosten: € 4,50.

14.00-17.00 uur Menno café met sjoelen
Kom langs in het Menno café voor een potje sjoelen, praatje en lekker drankje (op eigen kosten).

Dinsdag

10.30-12.00 uur Koffie-inloop
Kom gezellig een kopje koffie drinken met Charlotte.

14.00-16.00 uur Menno café
Kom langs in het Menno café, er worden leuke activiteiten georganiseerd. Met iedere **eerste dinsdag** van de maand een mantelzorg koffie-contactmoment en de verhalentafel (**2 juli**).

13.30-15.30 uur Cognitief bewegen 55+ (op de 4^e verdieping)

19.00-20.00 uur Taalcafé/ Language cafe

Woensdag

09.30-12.00 uur Koffie-inloop
Kom gezellig een kop koffie drinken met Nico en Joke.

10.00-11.30 uur Buurtteam inloop
Voor vragen over financiën, telefoon of andere hulpvragen. Elke **eerste woensdag** van de maand is er een digi-inloop met Victor.

14.00-16.30 uur Menno café & buurtkamer
Kom langs in het Menno café waar verschillende activiteiten worden georganiseerd, zoals klaverjassen.

16.30-18.00 uur Menno buurtrestaurant
Ons restaurant verzorgt heerlijke, verse maaltijden. Haal deze op of eet gezellig mee in restaurant Menno. Kosten: € 7,50 (afhaal) & € 9,50 (aan tafel).

19.30-20.00 uur Griekse dansles

Donderdag

10.30-11.30 uur Koffie-inloop
Kom gezellig een kopje koffie drinken met Charlotte.

12.00-13.00 uur Buurtlunch
Verrassingslunch soep & brood. Kosten € 3,50.

14.00-17.00 uur Menno café
Kom langs in het Menno café & doe mee met de spelletjesmiddag.

Vrijdag

9.30-12.00 uur Koffie-inloop
Kom gezellig een kop koffie drinken met Nico en Joke.

09.30-10.15 uur Meer Bewegen Voor Ouderen
10.30-11.15 uur

12.45-16.00 uur Kaartclub
Bridgen en klaverjassen. Lidmaatschap vereist.

16.30-18.00 uur Menno buurtrestaurant
Ons restaurant verzorgt heerlijke, verse maaltijden. Haal deze op of eet gezellig mee in restaurant Menno. Kosten: € 7,50 (afhaal) & € 9,50 (aan tafel).

Zaterdag

9.30-12.00 uur Koffie-inloop met Willy & Peter

Menno

Noordhollandstraat 17B – 1081 AS Amsterdam
020 46 28 484 | **Maandag t/m vrijdag 9.00-17.00 uur,**
zaterdag 9.30-12.00u

dynamo-amsterdam.nl/locatie/servicepunt-menno/
Contact: Mike Bos mbos@dynamo-amsterdam.nl



Programma Ernst

Maandag

10.00-12.00 uur Inloop buurtkamer
Kom gezellig langs voor een kopje koffie of thee. Neem een kijkje in onze weggeefkast en kleding ruilboetiek.

14.00-16.00 uur Ontmoeting & een goed gesprek
Ontmoet burens.

Dinsdag

11.00-12.00 uur Koffie-inloop
Kom gezellig langs voor een kopje koffie, praatje en gezelligheid.

12.00-13.00 uur Soeplunch
Eet gezellig vers gemaakte soep met fruit en een broodje mee | Kosten € 1,- (broodje)

14.00-16.00 uur Wereldmannen
Ontmoetingsmiddag voor mannen uit alle windstreken. Samen koffie/thee drinken en een spelletje spelen (schaken, sjoelen, kaarten).

Donderdag

10.00-12.00 uur Inloop buurtkamer
Kom gezellig langs voor een kopje koffie of thee. Neem een kijkje in onze weggeefkast en kleding ruilboetiek.

13.00-15.00 uur Taalcafé voor vrouwen
Voor vrouwen die de Nederlandse taal (beter) willen leren spreken.

Ernst

A.J. Ernststraat 195-197 – 1083 GV Amsterdam
06 26 63 35 56

Maandag 10.00-16.00 uur

Dinsdag 11.00-16.00 uur

Donderdag 10.00-15.00 uur

dynamo-amsterdam.nl/locatie/ernst

Contact: Nynke van der Veldt

nveldt@dynamo-amsterdam.nl

Zomerborrel

Een gezellige zomerborrel met lekkere hapjes, verfrissende drankjes en zomerse muziek van Nakumba. Nakumba is een gezelschap dat zowel Latin als Braziliaanse muziek speelt. Het trio bestaat uit Sofia Nakou (zang), Paulo Bouwman (gitarist) en Patricia Mancheño (contrabas).

Kom langs en neem gerust burens, vrienden en/of familie mee! Iedereen is welkom!

Dag: donderdag 4 juli 2024
Tijd: 15.00-18.00 uur
Locatie: Ernst | A.J. Ernststraat 195-197
Kosten: € 2,00
Meer info: aajouidi@dynamo-amsterdam.nl
06 57 24 32 43



Programma Goudestein

Maandag

10.00-17.00 uur Inloop buurtkamer & kringloop

Dinsdag

10.00-17.00 uur Inloop buurtkamer & kringloop

Woensdag

10.00-17.00 uur Inloop buurtkamer & kringloop

12.00-13.00 uur Buurtlunch | Kosten: € 2,-

Donderdag

10.00-17.00 uur Inloop buurtkamer & kringloop

Vrijdag

10.00-17.00 uur Inloop buurtkamer & kringloop

Goudestein

Landskroon 90 – 1081 BV Amsterdam

06 26 63 52 36

Maandag t/m vrijdag 10.00-17.00 uur

dynamo-amsterdam.nl/locatie/meergeneratieplein-goudestein/

Contact: Hester Siegers

hsiegers@dynamo-amsterdam.nl



Muziek op schoot

Save the date! Speciaal voor kinderen van 2-5 jaar met hun (groot)ouders, organiseren we Muziek op schoot. Houd onze website in de gaten voor meer informatie.

Vanaf maandag 8 juli kan er ingeschreven worden via de website van Talententent:

<https://talententent.nl/vakantie-activiteiten-zomer/?buurt=buitenveldert>

Dag: woensdag 31 juli 2024

Tijd: 10.30-11.30 uur

Locatie: Meergeneratieplein Goudestein | Landskroon 90

Kosten: € 2,00 (€ 1,00 met stadspas)

Meer info: bpeters@dynamo-amsterdam.nl

06 26 63 35 49



Buurtidee: naaiatelier

Laat iedere dinsdag en donderdag uw kleding repareren door Mohamad. Met de inkomsten worden nieuwe apparatuur en materialen aangeschaft.

Dag: iedere dinsdag & donderdag

Tijd: 13.00-17.00 uur

Locatie: Meergeneratieplein Goudestein | Landskroon 90

Kosten: € 2,00

Meer info: hsiegers@dynamo-amsterdam.nl

06 26 63 52 36

Extra activiteiten

Anton's zomertour

Op **vrijdag 5 juli** is Anton er weer met zijn zomertour. Een gezellig praatje en vrolijke vakantiemuziek van de CD.

Kom langs en swing mee op de zomerse muziek!

Dag: vrijdag 5 juli 2024
Tijd: 14.00-15.30 uur
Locatie: Menno | Noordhollandstraat 17B
Kosten: gratis
Aanmelden: mbos@dynamo-amsterdam.nl
06 30 65 91 74



Swingend eerbetoon

Corinna & the Cosmopolitans komen op **dinsdag 9 juli** naar het Menno en zingen als eerbetoon veel prachtige hits van jazz-zangeres Peggy Lee. Iedere song heeft wel een bijzonder verhaal hoe die tot stand gekomen is; vlot en bondig gepresenteerd uiteraard! Al met al geeft het een prachtig overzicht van haar leven en ook een interessant beeld van de veranderende tijdgeest van vorige eeuw.

Dag: dinsdag 9 juli 2024
Tijd: 14.00-15.00 uur
Locatie: Menno | Noordhollandstraat 17B
Kosten: gratis
Meer info: mbos@dynamo-amsterdam.nl
06 30 65 91 74



Mantelzorgbijeenkomst

Speciaal voor mantelzorgers een informatiebijeenkomst op **dinsdag 9 juli**. Wij vertellen wat Markant en Dynamo kunnen betekenen voor mantelzorgers en wij horen graag waar de behoeftes liggen om als mantelzorgers te worden ondersteund.

Inloop is vanaf 18.30 uur met soep en een broodje.

Dag: dinsdag 9 juli 2024
Tijd: 19.00-20.00 uur
Locatie: Menno | Noordhollandstraat 17B
Kosten: gratis
Meer info: mcelie@dynamo-amsterdam.nl
020 46 28 484



Zomer buurtborrel

Een zomerse buurtborrel op **zaterdag 13 juli** op het Menno terras, samen georganiseerd met Ouderenvriendelijk Buitenveldert. Er is live muziek voor een gezellige, zomerse sfeer en verfrissende drankjes en heerlijke hapjes worden aangeboden door sponsors van winkelcentrum Rooswijk. Komt u ook?

Dag: zaterdag 13 juli 2024
Tijd: 15.00-17.00 uur
Locatie: Menno | Noordhollandstraat 17B
Kosten: gratis
Meer info: mbos@dynamo-amsterdam.nl
06 30 65 91 74

Even voorstellen... vrijwilligers Marion & Tamara

Moeder en dochter aan het woord.



Moeder Marion en dochter Tamara zijn beiden rasechte Amsterdammers. Ze wonen vlakbij elkaar in Amsterdam Noord en zien elkaar daardoor heel regelmatig. Marion heeft vele jaren winkelwerk gedaan en Tamara o.a. administratief werk.

Sinds 3 jaar doen ze vrijwilligerswerk. Marion: "We zijn gestart met vrijwilligerswerk omdat je dan in de maatschappij bezig bent en niet alleen voor jezelf, maar ook voor anderen kun je iets betekenen. Dat geeft veel voldoening."

Samen vrijwilligerswerk

Tamara kwam via de vrijwilligerscentrale bij het Menno terecht. "Hier werd ik direct warm ontvangen door het Menno team. Ik zat gelijk helemaal op mijn plek. Het bleek dat ze nog meer vrijwilligers zochten en zo kwam het dat ik na twee maanden mijn moeder introduceerde.", vertelt Tamara. Marion vult aan: "Hoe leuk is dat? Samen doen we een activiteitenmiddag die we invullen met een paar uur gezellig sjoelen. De groep is inmiddels uitgegroeid van twee personen naar 12-14 personen. Heel gezellig!"

Extra

Tamara: "Inmiddels doen we ook barwerkzaamheden en een keer per maand organiseren we samen met Inge de bingo. Het doel is om een gezellige middag voor buurtbewoners te verzorgen!" Marion vervolgt: "De bingo is een populaire activiteit in het Menno en veel buurtbewoners kijken er naar uit. En wanneer ze blijven terugkomen, betekent dit ook dat het altijd weer een geslaagde middag is!"

Marion sluit het interview mooi af: "Wij worden zowel door het Menno team als de buurtbewoners met open armen ontvangen en met respect behandeld. Dat geeft voldoening!"

Enthousiast geworden en wilt u ook als vrijwilliger aan de slag? Neem contact met ons op via: vrijwilligers@dynamo-amsterdam.nl of 020 46 09 300.

Alzheimer trefpunt: zorgen voor uzelf

Deze keer gaat het Alzheimer trefpunt over zorgen voor uzelf. Als mantelzorger neemt u vaak steeds meer zorg op uw schouders. Dit kan een zware last worden, waarvoor ondersteuning mogelijk is. Een stukje zorg voor u kan enorm helpen. Op **donderdag 25 juli** gaat Alexander Witmond, mantelzorg-makelaar, hierover met ons in gesprek.

Dag: donderdag 25 juli 2024
Tijd: 16.00-17.30 uur
Locatie: Menno | Noordhollandstraat 17B
Kosten: gratis
Meer info: soostwaard@dynamo-amsterdam.nl
06 26 06 21 80
m.vanonna@zhga.nl

Samen op Stap kalender

Oost & Zuid
Juli - 2024



Woensdag 3 juli: Haagse markt

Deze markt is de grootste van Europa en dus uitgelezen om door ons te worden vereerd met een bezoek. Er is hier voor ieder wat wils!

Zaterdag 6 juli: Schoorl - Kofferbarkmarkt

Oftewel de vlooienmarkt in het mooie duindorp Schoorl. De locatie is direct naast de duinen. Dus een goede gelegenheid om ook nog even van de natuur te genieten.

Dinsdag 9 juli: Kasteel Haarzuilens

Mooi herbouwd kasteel van de jetset uit begin van de 20e eeuw. Entree Kasteel is €19,- (incl. tuin), alleen tuin € 7,- maar gratis voor Museumkaart en Vriendenloterij.



Vrijdag 12 juli: Hilversum - Beeldentuin

In de Beeldentuin de Zanderij staan allerlei mooie en leuke beelden verspreid over een flinke tuin met veel groen. Soms is er iets in de aanbieding uit de moestuin. Is er tijd over, dan wippen we even aan in de tuin van Sperwershof.

Woensdag 17 juli: Callantsoog - Strand

Callantsoog is wel een stukje rijden maar dan heb je ook wat! Een grote trap naar het strand dus niet geschikt voor rollators.



Zaterdag 20 juli: Delft - Antiekmarkt

De Antiekmarkt Delft heeft ruim honderd kraampjes rondom Oude Kerk en op de Voldersgracht, Wijnhaven, Vrouwjutteland en Hippolytusbuurt. Je koopt er servies, sieraden, glaswerk.

Dinsdag 23 juli: Katwijk - Strand

We gaan lekker naar het strand! Uitwaaien op het brede strand, gezellige strandpaviljoens en ook Katwijk

Vrijdag 26 juli: Monnickendam (Vissersdag)

De mooie binnenhaven is omgetoverd in een markt uit vroegere tijden. Er is veel te zien en te koop. Een schipperskoor en meer muziek. Ze waren hier geen vissers, maar bekend om het roken van allerlei vissoorten.



Woensdag 31 juli: Hoorn

Deze mooie kleine stad ademt nog veel "grandeur" uit de VOC tijd. De bus zet ons af bij de VVV aan de haven en dan ga je je eigen weg. Er is 'Het Museum van de 20e Eeuw' waar je je waant in de kamers uit onze jeugd. Er is ook markt in t centrum.

Opstapplaatsen voor alle uitjes:

- | | |
|---|-----------------------------------|
| - Dynamo-locatie Haveneiland, IJburglaan 727 C (IJburg) | vertrek 9:30, retour circa 16:15 |
| - Dynamo-locatie Jeruzalem, Van 't Hofflaan 29 (Oost): | vertrek 9:45, retour circa 16:00 |
| - Dynamo-locatie Rijn 58, Rijnstraat 58 (Zuid): | vertrek 10:00, retour circa 15:45 |
| - Dynamo-locatie Menno Simons, Noordhollandstraat 17b (Zuid): | vertrek 10:15, retour circa 15:30 |

Let op, belangrijke informatie!

Z.O.Z. 

Let op, belangrijke informatie:

Bent u 65 jaar of ouder? Woont u in Amsterdam Zuid of Oost? Dan kunt u gebruik maken van Samen op Stap.

AANMELDEN

U kunt zich op twee manieren aanmelden (of afmelden) voor een Samen op Stap uitje:

1. Door een **mail** te sturen naar samenopstap@dynamo-amsterdam.nl
2. Door te bellen naar 06-49032524 en een **voicemail** in te spreken

Vermeld in uw mail of voicemail duidelijk:

- Uw naam
- De datum en bestemming van het uitje
- De plek waar u wilt opstappen
- Of u een rollator meeneemt

Wij mailen of bellen u dan terug om te vertellen of u mee kunt (of dat we u op de wachtlijst moeten plaatsen).

- U kunt zich opgeven voor **één uitje per maand**. Als u vaker mee wil, plaatsen wij u op de reservelijst en kunt u mee als er een plekje over is.

- De ritbijdrage voor een uitje zijn € 9,- per persoon. U kunt uitsluitend per pin betalen bij het opstappen.

- Wij vragen u om een opgeladen mobiele telefoon mee te nemen.

- Wij hebben vier opstapplaatsen: 1 op IJburg (Oost), 1 in Watergraafsmeer (Oost), 1 in de Rivierenbuurt (Zuid) en 1 in Buitenveldert (Zuid).

15 minuten voor vertrek is hier een ruimte beschikbaar waar u kunt wachten en naar de WC kunt gaan (behalve op zaterdagen). Woont u te ver van deze opstapplaatsen dan is er de mogelijkheid om u thuis op te halen.

- **LET OP:** Wees er van bewust dat de Samen op Stap bus enkel het vervoer regelt. Zorg er dus voor dat u **mobiel genoeg** bent om zelfstandig naar de opstapplaats te komen en zelfstandig te bewegen op de bestemming (er gaat namelijk geen ondersteuning maar alleen een gastvrouw mee).

- Heeft u zich aangemeld maar kunt u onverhoopt toch niet mee, meldt u zich dan uiterlijk 24 uur van te voren af. Belt u niet tijdig af of laat u niets van u horen, dan bent u de ritprijs helaas wel verschuldigd.

- De kalender wordt digitaal verstuurd. Als u deze wil ontvangen geef dan uw mailadres door via samenopstap@dynamo-amsterdam.nl. Ook ligt de kalender iedere maand in onze buurtcentra, staat hij online op de Dynamo website (www.dynamo-amsterdam.nl/activiteiten/samen-op-stap/) en verspreiden we hem in verschillende buurtkrantjes.

PRIKBORD



Oproep creatievelingen gezocht!

Workshop 'Creatief op het Menno'

Talententent organiseert op de maandagmiddag diverse creatieve activiteiten voor basisschoolleerlingen op het Menno. De kinderen gaan bijvoorbeeld waaiers maken, hangertjes en bedeltjes van fimoklei of happy stones schilderen. Maar elk idee is welkom en u kunt ook aansluiten om mee te doen!

Daarnaast zoeken we nog mensen die deze activiteit op **maandagmiddag 8 juli** samen met Dynamo willen begeleiden. Lijkt het u leuk om samen met kinderen en buurtbewoners iets moois te maken? Meld u dan aan bij Brenda Peters:

bpeters@dynamo-amsterdam.nl | 06 26 63 35 49

Extra: na deze creatieve workshop gaan de deelnemers nog samen ijs maken met Lieselot.

Buurtidee

Wist u dat op elke Dynamolocatie buurtbewoners ook zelf dingen kunnen organiseren? Heeft u een leuk idee? Wilt u iets voor de buurt organiseren of heeft u een talent dat u via een cursus of workshop met buurtbewoners wil delen? Wij stellen onze ruimtes en een klein budget graag hiervoor beschikbaar. Alle ideeën uit de buurt zijn welkom!

Let op: gesloten feesten en partijen kunnen helaas niet bij ons georganiseerd worden.

Meer informatie: Hester Siegers
hsiegers@dynamo-amsterdam.nl | 06 26 63 52 36

