



Thuis in
Heemstede

• FILMS • LEZINGEN • WORKSHOPS • ONTMOETING •

NIEUWSBRIEF - MEI 2024

MEI

Wo 01 mei	20.00 uur	Ontmoeting	BinnenH'stede borrelavond in Café de 1e Aanleg
Ma 06 mei	14.00 uur	Ontmoeting	Spelletjesmiddag in 't Bremmetje
Di 07 mei	10.00 uur	Wandeling	naar 't Pomphuis met HVHB, start op Plein1
Di 07 mei	10.00 uur	EXTRA Open inloop	Seniorweb LET OP: geen presentatie
Wo 08 mei	19.30 uur	Film	Soof 3 (2022) Komisch drama
Wo 08 mei	13.30 uur	Ontmoeting	Cinecafé Plein1 voor ouderen met klassieker en koffie/thee
Ma 13 mei	14.00 uur	Ontmoeting	Vriendinnenclub met themagesprek 'Vreugde'
Di 14 mei	13.30 uur	Trefpuntlezing	Kadinsky en de bevrijding van kleur door Michiel Kersten
Wo 15 mei	10.00 uur	Ontmoeting	Nabestaanden Café in de Petrakerk
Wo 15 mei	17.00 uur	Ontmoeting	Trefpunt Dementie met koffie en broodjes
Do 16 mei	13.30 uur	Informatie	Mediacafé op Plein1
Di 21 mei	10.00 uur	Wandeling	naar 't Pomphuis met HVHB, start op Plein1
Di 21 mei	10.00 uur	Open inloop	Seniorweb met presentatie met de Polar Steps app op vakantie door Piet-Hein Buur
Wo 22 mei	10.00 uur	Cursus	Seniorweb Werken met Android smartphone en tablet vervolg
Do 23 mei	10.30 uur	Film & lunch	Oppenheimer (2023) Biografisch drama (Lange film!)
Do 23 mei	14.00 uur	Ontmoeting	Creatieve middag Molenwerf met Gaby Godijk
Di 28 mei	13.30 uur	Trefpuntlezing	De kleine zeemeermin en andere watermonsters door Flip Hammann
Wo 29 mei	15.00 uur	Ontmoeting	Elpee Café in Plein1 met Ton en Ellen
Wo 29 mei	19.30 uur	Film	Past lives (2023) Romantisch drama

VOORPROEFJES JUNI

Ma 03 juni	14.00 uur	Ontmoeting	Spelletjesmiddag in 't Bremmetje
Di 04 juni	10.00 uur	Wandeling	Meermond met HVHB, start op Plein1
Do 06 juni	19.30 uur	Film	Le pot au feu (2023) Romantiek
Ma 10 juni	14.00 uur	Ontmoeting	Vriendinnenclub met themagesprek 'Luisteren'
Di 11 juni	13.30 uur	Trefpuntlezing	Oekraïne door Freek van Schie
Vrij 14 juni	10.00 uur	Workshop	Zing je vrij met Henriette Middelkoop
Di 18 juni	10.00 uur	Wandeling	Meermond met HVHB, start op Plein1
Do 20 juni	10.30 uur	Film & lunch	The Colour Purple (2023) Muziek drama
Di 25 juni	13.30 uur	Trefpuntlezing	Eendekooien door Sander Wassing

Alle activiteiten zijn in de Luifel, tenzij anders aangegeven

Wij Heemstede de Luifel
Herenweg 96
2101 MP Heemstede
telefoon (023) 548 38 28

www.wijheemstede.nl

of: info@wijheemstede.nl

de receptie van de Luifel is geopend en telefonisch
bereikbaar op werkdagen van ma t/m do
tussen 9 - 16 uur en op vrijdag tussen 9 - 13 uur

Locatie: de Luifel

WIJ Heemstede films

LET OP: Om teleurstellingen te voorkomen is **RESERVEREN VERPLICHT**

Bij te weinig aanmeldingen kan de film geannuleerd worden.

Dan is het fijn als we uw contactgegevens hebben.

Entree film: € 7,- / Film & lunch: € 13,50. Alle films zijn in de Luifel.

FILM Soof 3 (2022) KOMISCH DRAMA

Woensdag 8 mei - start film om 19.30 uur

Soof heeft eindelijk haar leven lekker op de rit. Ze is gelukkig, de Kooksoof loopt prima en de kinderen zijn groot en klaar om uit te vliegen. Op het moment dat ze slecht nieuws krijgt, komt Sascha thuis en stelt haar verloofde voor. Soof grijpt het huwelijk van haar dochter met beide handen aan om haar kop in het zand te steken. Soof moet leren zelf ook eens hulp toe te laten, omdat ze die hulp waard is en haar familie van haar houdt. Filmduur: 98 min.



FILM & LUNCH Oppenheimer (2023)

BIOGRAFISCH DRAMA

Donderdag 23 mei - start film om 10.30 uur

LET OP: pauze valt in de film i.v.m. lengte film!

"The world forever changes."

De wetenschapper J. Robert Oppenheimer leidt het zeer geheime Manhattan-project. Onder meer de Hongaarse wetenschapper Edward Teller, die de waterstofbom uitvindt, werkt eraan mee. Oppenheimer is getrouwd met Katherine, maar heeft een affaire met Jean Tatlock, een lid van de Communistische Partij. De overheid acht haar gevaarlijk voor de belangen van de Amerikaanse veiligheid. Oppenheimer is uiteindelijk verantwoordelijk voor de uitvinding van de atoombom. In de pauze van de film gaat u gezellig lunchen in de foyer van de Luifel. Filmduur: 180 min.



FILM Past lives (2023) ROMANTIEK

Woensdag 29 mei - start film om 19.30 uur

De kinderen Nora en Hae Sung zijn hechte vrienden die uit elkaar moeten gaan wanneer Nora's gezin Zuid-Korea voor Canada verruult. Twaalf jaar later begint Nora in New York haar studie voor toneelschrijver en merkt ze dat haar jeugdvriend online naar haar op zoek is. Online pikken ze de draad van hun vriendschap weer op. Maar een fysieke hereniging laat lang op zich wachten. Filmduur: 105 min.



OPEN INLOOP SENIORWEB

Dinsdag 21 mei van 10.00 - 12.00 uur

Met themazezing Met de Polar steps app op vakantie door Piet-Hein Buur

Polarsteps is een reis app die je helpt om je reizen te plannen, te volgen en te delen.

De app biedt een aantal functies die je kunnen helpen om het meeste uit je reizen te halen. Zodra je op reis bent, kan men je reis volgen met Polarsteps. De app gebruikt GPS om je locatie bij te houden en je route op een kaart te plotten. Je kunt ook foto's en video's toevoegen aan je reis, evenals tekst en herinneringen. Na je vakantie stel je eenvoudig een prachtig fotoalbum samen.

Na deze presentatie van ca. 20 minuten helpen wij u geheel gratis met uw pc, laptop, tablet, iPad, smartphone en iPhone. Vrijwilligers van Seniorweb zijn aanwezig die hiervan kennis hebben en ook bekend zijn met Windows 10 en 11. Deelnemers worden geholpen met hun persoonlijke vragen op het digitale gebied. Afhankelijk van de drukte en het aantal vrijwilligers is er soms een wachttijd tot u wordt geholpen. Wilt u meer weten, kijk op: www.seniorwebhaarlem.nl.

Op dinsdag 7 mei is er een EXTRA Open inloop, er is dan geen presentatie, maar u kunt wel terecht met al uw vragen.

De cursus is van 10.00 - 12.00 uur:

- Woensdag 22 en 29 mei: **Cursus Android smartphone en tabelt vervolg** door Ludo Korteman, 2 lessen, nu € 10,-.

U gebruikt uw smartphone of tablet al een tijdje waarbij de dagelijkse dingen, zoals bellen, appen of iets op internet zoeken u goed af gaan. Misschien heeft u de basiscursus doorlopen en zou u nog wat meer willen weten. Vooral wanneer er iets vreemds gebeurt op het apparaat. U krijgt zomaar een melding over updates, een programma loopt vast of u kunt niet meer mailen. In deze opfris/vervolgcursus leert u de smartphone of tablet beter kennen. We laten zien dat het apparaat nog veel meer handige en leuke functies heeft dan u dacht. Aan beveiliging besteden we natuurlijk aandacht. Meenemen: Android-smartphone/tablet (Let op géén iPad of iPhone – Apple). Controleer vooraf uw gebruikersnaam en wachtwoord van Google.

Meer informatie over de inhoud van de Seniorweb cursussen vindt u op www.wijheemstede.nl.

Opgeven kan via info@wijheemstede.nl of belt u met 023 - 548 38 28.



Vriendinnenclub met themagesprek 'Vreugde' **Maandag 13 mei van 14.00 - 16.00 uur**

Bij de Vriendinnenclub ontstaan hechte vriendschappen.

Misschien vindt u het leuk om ook eens te komen?

Tijdens de Vriendinnenclub zijn er elke maand gesprekken met een thema. Het eerste uur wordt er in kleine groepjes gesproken over het thema aan de hand van een gedicht over dit onderwerp.

Wanneer u liever niet deelneemt aan dit gesprek bent u van harte welkom vanaf 15.00 uur. Als u al graag eerder met de deelnemers wilt kennismaken en nog niet op de e-mail lijst staat neemt u dan contact op met Ellen Swart van Wij Heemstede: eswart@wijheemstede.nl of 06- 40 30 45 98. Van tevoren opgeven hoeft niet maar mag wel! Dat kan op bovenstaand telefoonnummer.

Locatie: de Luifel

Trefpuntlezing Farbenklang - Kandinsky en kleur door Michiel Kersten

Dinsdag 14 mei van 13.30 - 15.30 uur

Kleuren hebben voor Kandinsky (1866-1944), die tot 1914 in München woonde en werkte een heel specifieke betekenis: kleuren moesten gevoelens en emoties opwekken, vergelijkbaar met muziek.

De klank van kleuren, daar ging het Kandinsky om. In deze lezing van de kunsthistoricus Michiel Kersten ontrafelen wij de geheimen van zijn kunst. Kandinsky beschouwde zijn kunst als de voorbode van een nieuwe, spirituele tijd. Voor deze nieuwe era streed Kandinsky, zoals hij het zelf zag, als Sint Joris tegen de draak van het kwade. Omstreeks 1910 gaat Kandinsky op zoek naar een nieuwe beeldtaal. Dit is in zijn ogen een taal die losgezongen is van de weergave van de werkelijkheid, maar voortkomt uit het innerlijk van de kunstenaar: de innerlijke noodzaak. Hoewel Kandinsky al jaren op zoek is naar versterking van de kleurkracht in zijn compositie, laat hij in deze tijd de weergave van de werkelijkheid vrijwel geheel los: tussen vorm en kleur bestaat geen eenheid meer. Kleuren en vorm zijn tekens geworden. Maar geheel abstract is zijn werk nog niet.

In deze lezing laat Michiel Kersten u de zoektocht van Kandinsky zien naar een zuivere schilderkunst, die geen enkele verwijzing meer bevat naar de wereld om ons heen, maar naar een 'spirituele' schilderkunst die gedragen wordt door de kleurkracht. Kleur als muziek voor de ogen. Daar ging het Kandinsky om.

Kosten: € 7,50. Opgeven kan via de mail: info@wijheemstede.nl of belt u 023 - 548 38 28.



Trefpuntlezing De kleine zeemeermin en andere watermonsters door Flip Hammann

Dinsdag 28 mei van 13.30 - 15.30 uur

Er ontstond in mei 2023 tumult toen in een nieuwe Disney-productie van de kleine zeemeermin de hoofdrol wordt gespeeld door Halle Bailey, een actrice van kleur.

Het verhaal van het lieve zeemeerminnetje gaat terug op het veel 'volwassener' sprookje van Hans Christiaan Andersen, die zich op zijn beurt baseerde op een groot aantal mythen en verhalen over zee-godinnen en watermonsters, die in alle tijden en in veel culturen hun kwaadaardige rol spelen.

Flip Hammann vertelt u daarover aan de hand van een groot aantal bijzondere illustraties.

Kosten: € 7,50. Opgeven kan via de mail: info@wijheemstede.nl of belt u 023 - 548 38 28.



Locatie: Molenwerf

Creatieve middag in de Molenwerf Donderdag 23 mei van 14.00 - 15.30 uur

Ook deze maand is er in de Molenwerf weer een gezellige creatieve middag met begeleiding van Gaby Godijk. Er wordt steeds een andere creatieve activiteit aangeboden waarmee u met elkaar bezig kunt zijn. Kosten € 3,- per keer. Als u wilt meedoen geeft u zich dan van tevoren op bij Gaby Godijk 06-14234580 i.v.m. de aankoop van materialen.

Heeft u nog goed bruikbare spullen als knutselmateriaal over? Daar zijn we heel blij mee! Belt u even met Gaby om te overleggen welke materialen nodig zijn?



OOK EEN GRATIS E-MAIL ABONNEMENT OP DE WIJ NIEUWSBRIEF?

BELT U HIERVOOR MET 548 38 28

WWW.WIJHEEMSTEDE.NL

Hieronder vindt u oproepjes & activiteiten van onze samenwerkingspartners



Spreekuur werkgroep Toegankelijkheid

De Werkgroep Toegankelijkheid houdt op woensdag 1 mei van 9.30 - 12.00 uur weer spreekuur op Plein1, Julianaplein 1, Heemstede. Boven in de gang op de eerste verdieping.

Inloopmoment Tandem Mantelzorg Plein1

Yvet van Bladeren van Tandem Mantelzorg zit om de week op dinsdag (even weken) van 10.00 -12.00 uur in Plein 1 (Plein Binnen, begane grond) met een inloopmoment voor mantelzorgers. Deze maand is dat op dinsdag 14 en 28 mei.

Heeft u een vraag of wilt u kennis maken, loop gerust eens binnen!



Heemstede Hapt Vrijheidslunch

Ook dit jaar is er weer een gezellige vrijheidslunch op 5 mei van 12.00 - 15.00 uur op Plein1.

Kom naar buiten, blijf niet alleen, iedereen is welkom!

Opgeven om mee te eten kan bij Plein1 of via info@ikziejewel.nl of 023 - 528 85 10.



Locatie: Plein1

Donderdag 16 mei van 13.30 - 15.30 uur Mediacafé

Heeft u vragen over uw tablet of smartphone? Dan kunt u terecht in het gebouw van Plein1. Vier vrijwilligers geven een keer per maand aan senioren in de Bibliotheek uitleg over het gebruik van hun smartphone en/of tablet. Vrijwilligers hebben de tijd en de senior kan altijd weer terugkomen om het geheugen weer op te frissen. U kunt terecht bij het Mediacafé op elke tweede donderdagmiddag van de maand in Plein1 van 13.30 tot 15.30 uur, op de 1e etage tussen de boeken. Aanmelden is niet nodig. Het advies wordt gratis gegeven. Het volgende Mediacafé is op: 13 jun - 11 juli.



Elpee Café Plein1 met Ton en Ellen Woensdag 29 mei van 15.00 - 16.30 uur

Elke laatste woensdag van de maand staat Plein Geel op de begane grond van Plein1 in het teken van muziek en samenzijn. Onder het genot van een hapje en een drankje komen we samen om naar muziek te luisteren. Kortom, een gezellige ontmoetingsplaats voor echte muzikliefhebbers. Er worden lp's en singles op een echte pick-up gedraaid. Verschillende muziekstijlen komen voorbij; van klassiek, Franse chanson, blues en big band tot echte Duitse schlagers, jazz en operette. Misschien heeft u nog wel oude platen thuis? Neem die dan gerust mee, wij zijn benieuwd naar uw keuzes! Let op: Graag vooraf aanmelden op tel. 023-528 85 10. Wanneer: 24 april .Kosten: € 3,00 incl. drankje en hapje.

Mocht u, na aanmelding, toch onverhoopt verhinderd zijn, wilt u dan zo vriendelijk zijn dit vóór 12:00 uur te laten weten door te bellen naar bovenstaand nummer? Dan kunnen we iemand anders blij maken.

Trefpunt Dementie, locatie Plein1: Hoe hou je de lol er in en waar haal je de inspiratie vandaan? Woensdag 15 mei van 17.00 - 19.00 uur

We willen dit seizoen afsluiten met een wat luchtiger onderwerp.

Over activiteiten, sociale contacten, lotgenotencontacten, bewegen, muziek, hoe humor helpend kan zijn. Een paar mensen zullen ons vertellen hoe zij dat doen.

Bijvoorbeeld Herman van de Cultuurclub van Kennemerhart en Ruud en Hanny Veenstra die samen nog altijd muziek maken. Zij zullen bovendien voor ons optreden. Hanny heeft de diagnose maar zingt onder begeleiding van Ruud prachtige jazz: mooie muziek, meezingende gasten en een lichtpuntje voor henzelf. Ze vinden het erg leuk om te doen en treden het liefst op voor lotgenoten.

Daarna bespreken we in kleine groepjes onze eigen ervaringen en delen hoe we dat zelf doen.

Het Trefpunt Dementie is in Plein1. Gastvrouw deze avond zijn Katinka Verdonk (Wij Heemstede) en Willeke Meijer (Saar aan Huis en Alzheimer Nederland)

Vanaf 17.00 uur bent u welkom.

We starten met de soepen broodjes om 17.15 uur. Om 19.00 uur sluiten we het programma af met de mogelijkheid tot napraten.



Aanmelden, noodzakelijk i.v.m. de soep en broodjes: Wij Heemstede op Plein 1, tel. 023 - 528 85 10.

U kunt natuurlijk ook langskomen bij het kantoor van Wij Heemstede op Plein1, Julianaplein 1, 2101 ZC Heemstede (op de 1e verdieping).

Wilt u graag komen maar kunt u uw partner niet alleen thuislaten dan kunt u contact opnemen met Tandem tel 023 - 891 06 10. De Trefpunt bijeenkomsten zijn er voor mensen met dementie, hun partners, familieleden en vrienden. Ook hulpverleners en andere belangstellenden zijn welkom.

Tijd voor Twee, de kracht van WIJ Maatjes

Bij WIJ Maatjes kun je door persoonlijk contact een verschil maken in jouw leven of dat van iemand anders.

- Wil je een verschil maken in jouw leven of dat van iemand anders?
- Heb je behoefte aan een praatje en samen koffiedrinken?
- Wil je samen met iemand wandelen, fietsen of naar een activiteit?
- Heb je zin om samen een spelletje te doen of ga je graag samen naar de markt?
- Wil je samen met iemand sporten?

Bij Tijd voor Twee koppelen wij bewoners met een vraag of aanbod aan elkaar. Plezier en persoonlijk contact staan voorop. Als maatje (en met een maatje) bij Tijd voor Twee maak je je eigen leven en dat van iemand anders leuker.

Heb je een vraag of wil je graag meedoen?

Mail naar: tijdvoortwee@wijheemstede.nl of bel met Hella Wanders tel. 023 - 548 38 24 / 06 - 39 82 84 53.



Signaalpunt Eenzaamheid

Gevoelens van eenzaamheid zijn normaal en horen bij het leven.

Maar altijd eenzaam zijn is dat niet. Daar kunnen we met elkaar iets aan doen.

Vermoedt u dat iemand uit uw omgeving eenzaam is?

Vraagt deze persoon niet om hulp?

Vindt u het moeilijk om deze persoon zelf aan te spreken?

Ervaart u zelf gevoelens van eenzaamheid?

Of denkt u dat u eenzaam gaat worden? Zoek dan hulp!

Dit kunt u doen door het formulier op de website wijheemstede.nl/signaalpunt-eenzaamheid in te vullen of door te bellen met de receptie van WIJ Heemstede 023 - 548 38 28.

Een sociaal werker van WIJ Heemstede pakt het signaal op en gaat, indien nodig, op huisbezoek.

Het is nooit verkeerd om uit betrokkenheid te handelen!

Locatie: Elders

Woensdag 1 mei van 20.00 - 22.00 uur

De BinnenH'stede borrelavond

Locatie: Café de 1ste Aanleg, Raadhuisstraat 103, 2101 HE Heemstede

Heb je zin om nieuwe vrienden te maken, even te ontsnappen aan de drukte en behoefte aan een leuk gesprek? Een aantal jonge Heemstedse vrouwen én mannen hebben oog voor contact met de ander en een luisterend oor voor iedereen die op zoek is naar verbinding, een praatje of kennismaking met andere mensen uit Heemstede. Een mooi initiatief waar jonge mensen en andere buurtbewoners elkaar spontaan tegenkomen. Op 1 mei zijn ze er weer om met nieuwe bezoekers te praten. Kom je gezellig langs?



Spelletjesmiddag in 't Bremmetje **Maandag 6 mei van 14.00 - 16.00 uur**

Locatie: Raadhuisstraat 12

Iedere maand is er nu een spelmiddag in Café 't Bremmetje, Raadhuisstraat 12, Heemstede. Een initiatief tussen de Brem en Wij Heemstede. Er kan gebiljart, gesjoeld en gekaart worden onder het genot van een drankje en met jaren 50-60 muziek op de achtergrond. Alle consumpties zoals koffie met gebak kunnen zij bieden, maar ook het ouderwetse advocaatje met slagroom wordt hier nieuw leven ingeblazen. De prijzen zijn vergelijkbaar met de Luifel.

Historische wandeling met een lokale gids

De Historische Vereniging Heemstede-Bennebroek organiseert om de week een wandeling van 1 à 2 uur in Heemstede met een ervaren gids van de Historische Vereniging Heemstede Bennebroek.

- De 1e dinsdag van de maand is de wandeling wat intensiever en van 10.00 - 12.00 uur.
- Op de 3e dinsdag van de maand is het tempo langzamer en de wandeling wat korter, van 10.00 - 11.30 uur. I.s.m. Roads en Kennemerhart.

Op dinsdag 7 en 21 mei gaat de wandeling NAAR 'T POMPHUIS,

naar de tentoonstelling: 'Dansen, Drinken, Kieken'. Deze tentoonstelling gaat over 't Oude Posthuis in de jaren '60 en '70: IT, 18+ en Het Ogenblik.

Start om 10.00 uur vanaf Plein1, Julianaplein 1, Heemstede.

De wandelingen zijn gratis. Opgeven voor de wandelingen is verplicht en kan via info@wijheemstede.nl of belt u 023 - 548 38 28.



Nabestaanden Café in de Petrakerk, Limburglaan 3 **Woensdag 15 mei van 10.00 - 12.00 uur**

Het Nabestaanden Café is een maandelijks samenzijn in een informele sfeer. Tijdens een kopje koffie of thee kunnen gedachten, ervaringen en vragen worden gedeeld. Soms is een half woord al genoeg om elkaar te begrijpen, dit geeft (h)erkenning en wellicht vertrouwen naar de toekomst. Bij het Nabestaandencafé leer je nieuwe mensen kennen en soms kunnen er zelfs vriendschappen ontstaan. Iedereen die te maken heeft met het verlies van een dierbare is van harte welkom. Ook wanneer het verlies al langer geleden is.

Het Nabestaanden Café is op elke 3e woensdag van de maand. Voor vragen of informatie: 023 - 84 48 201 of info@stichting-nabestaandenzorg.nl.