

HET RIVIERENKRANTJE

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 Zuid:



Deze krant digitaal ontvangen?

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

Iedere maand sturen wij u *Het Rivierenkrantje* 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 20 365.



Zelf in Het Rivierenkrantje

Heeft u een leuk gedicht, een oproepje of een leuke activiteit in de buurt? Dan kan dat wellicht in Het Rivierenkrantje!

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

Het Rivierenkrantje wordt iedere 24^e van de maand gemaakt voor de volgende maand, dus wees op tijd!

Programma Rijn 58

Maandag

- 10.00-13.00 uur Koffie-inloop en spelletjes
- 11.30-12.30 uur Samen soep eten (gratis)
- 13.30-14.30 uur Gouden mannen
- 16.00-16.30 uur Stoelyoga
Kosten: €2,-
- 19.30-21.30 uur Nederlandse taal

Dinsdag

- 10.00-12.00 uur Koffie-inloop
- 13.00-16.00 uur Variétémiddag:
spelletjes en meer!
- 17.30-21.00 uur Multiculturele mannengroep
Samenkomst van mannen uit
Zuid voor ontspanning en
ontmoeting.

Woensdag

- 9.00-10.00 uur Nederlandse les door Ineke
- 10.00-12.00 uur Koffie-inloop
- 13.00-15.00 uur Digitale hulp
- 14.00-16.00 uur Ontmoeting voor statushouders
- 14.00-16.00 uur Taalcafé
2^e & 4^e van de maand
- 17.30-19.00 uur Meet & Eat
Ontmoet andere burens en eet gezellig
mee. Kosten: €2,-. Aanmelden
verplicht!
- 19.00-21.00 uur Nederlandse taal

Donderdag

- 9.00-10.00 uur Nederlandse les door Ineke
- 10.00-12.00 uur Koffie-inloop
- 10.00-11.00 uur Inloopspreekuur taal
- 10.15-11.15 uur Nederlandse taal beginnersgroep (A0)
Ineke
- 10.00-12.00 uur Digitale hulp
- 13.30-16.00 uur Handwerkgroep vrouwen
- 16.30-18.00 uur Buurtcirkel
Elkaar helpen met alledaagse dingen
en ondersteuning waar nodig.
Aanmelden: Susie 06 20 89 74 86

Vrijdag

- 10.00-13.00 uur Koffie-inloop en spelletjes
- 11.30-12.30 uur Samen soep eten (gratis)
- 13.00-16.00 uur Creatieve middag/spelletjes
Hierbij is het mogelijk om vrij
bezig te zijn. Materiaal is
aanwezig, maar neem gerust
wat van huis mee.

Rijn 58

Rijnstraat 58 – 1078 RD Amsterdam

020 46 20 365

Maandag t/m vrijdag 9.00-17.00 uur

Woensdag 9.00-21.00 uur

www.dynamo-amsterdam.nl/locatie/rijn-58

Contact: Khalid Dadah / Beheerder

k.dadah@dynamo-amsterdam.nl

06 19 47 06 08



Programma Atelier 77

Maandag

15.00-18.00 uur Crealab
Tekenen, schilderen, kleien
en nog veel meer. Kosten
€1,- (materiaal).

Dinsdag

9.00-11.00 uur Nederlandse les
Vrouwengroep A2,
conversatieles.
13.00-16.30 uur Gouden Mannen in Zuid
Aanmelden: 06 45 24 40 25.

Woensdag

8.30-10.30 uur Oudercafé OKT
Open inloop voor ouders/verzorgers
van opgroeiende kinderen.
Contact: oudercafe@oktamsterdam.nl
10.00-12.00 uur De Groene kans
Verdelen groenten, fruit & brood
onder buurtbewoners. Tegengaan van
voedselverspilling.
13.00-17.00 uur Crealab
Tekenen, schilderen, kleien
en nog veel meer. Kosten
€1,- (materiaal).

Donderdag

8.30-10.00 uur Koffie-inloop
Wekelijks een ander gespreksthema.
12.00-15.00 uur Crealab
Tekenen, schilderen, kleien
en nog veel meer. Kosten
€1,- (materiaal).
15.00-17.00 uur Handwerkatelier
Breien, haken, borduren en nog veel
meer. Kosten €1,- (materiaal).

Vrijdag

09.00-10.30 uur Nederlandse les
Vrouwengroep A2, conversatieles.
14.15-15.15 uur Meiden op vrijdag
15.45-16.45 uur Inschrijven via Talententent.

Alle activiteiten zijn gratis, tenzij anders
aangegeven.

Atelier 77

Vechtstraat 77A – 1079 JA Amsterdam
020 46 20 365

Maandag t/m vrijdag 9.00-17.00 uur
www.dynamo-amsterdam.nl/locatie/atelier77

Contact: Swetlana Sylvester/ Beheerder
ssylvester@dynamo-amsterdam.nl
06 82 00 66 13



Programma Veluwe 20

Dinsdag

- 11.00-13.00 uur Koffie-inloop
- 13.00-15.00 uur Schaakclub
Vooruit denken, een strategie verzinnen en toepassen en vooral veel geduld hebben. Onderzoek wijst uit dat schaken zeer positieve effecten heeft op het brein.
- 13.30-14.30 uur Buurtteam in beweging bij Dynamo
Beweeg samen met buurtbewoners met behulp van buurtteammedewerker en trainer Karin. Er worden laagdrempelige bewegingsoefeningen gedaan en zowel vooraf als achteraf is er ruimte voor een kopje koffie/thee.
- 14.30-16.30 uur Inloop spreekuur Buurtteam
U kunt zonder afspraak bij dit spreekuur terecht voor vragen over zorg, geld, wonen, gezondheid, werk, ontmoeten en veiligheid. Ook voor indicaties en juridische vragen.
- 16.00-17.00 uur Liefdevol luisteren naar uw hart
Meditaties en groepsgesprekken om dichterbij uw gevoel te komen.
- 17.00-18.00 uur Buurtrestaurant
Gezellig samen eten.
Kosten €2,-.

Woensdag

- 9.30-10.30 uur Yoga
Op een prettige manier bewegen en ontspannen.
- 12.00-14.30 uur Sandwichlunch met leuke activiteit

Donderdag

- 12.00-13.00 uur Buurtlunch
Gezellig samen lunchen met een achtergrond muziekje. Komt u ook?
Kosten €1,-
- 13.30-16.30 uur Vrouwengroep
Gezellig een praatje maken met andere vrouwen uit de buurt onder het genot van een kop thee.
- 17.00-18.00 uur Pranayama. De kunst van het ademen
Bij Pranayama leer je om je onbewuste ademhaling om te zetten in een bewuste ademhaling. De voordelen hiervan zijn; meer focus, minder stress, minder angst en meer fysiek gemak. Aanmelden via 06 19 45 65 47.

Veluwe 20

Veluwelaan 20 – 1079 RA Amsterdam
020 46 20 365
Dinsdag, woensdag & donderdag 9.00-17.00 uur
www.dynamo-amsterdam.nl/locatie/veluwe20/

Contact: Mimi Nijenhuis/ Opbouwwerker
mijnijenhuis@dynamo-amsterdam.nl
06 82 01 12 36



Extra activiteiten



Muziekavond

Koos Speenhoff, in ons land ooit de onbetwist populairste dichter-zanger-cabaretier, maar nu vergeten. De Mirando's, twee gitaristen, brengen deze pionier van het Nederlands cabaret, zijn leven en zijn liederen in de context van de geschiedenis in een historisch-muzikaal programma weer terug voor het voetlicht.

Dag: donderdag 11 april 2024
Tijd: 19.00-20.00 uur
Locatie: Veluwe 20 | Veluwelaan 20
Kosten: gratis
Aanmelden: mnijenhuis@dynamo-amsterdam.nl
06 82 01 12 36

Suikerfeest

Vier samen met ons het Suikerfeest op **donderdag 18 april**. Geniet van heerlijke hapjes en prachtige Marokkaanse, Turkse en Nederlandse liederen gezongen door een koor. Iedereen is welkom!

Dag: donderdag 18 april 2024
Tijd: 14.00-16.30 uur
Locatie: Veluwe 20 | Veluwelaan 20
Kosten: gratis
Aanmelden: mnijenhuis@dynamo-amsterdam.nl
06 82 01 12 36

Bollywood discofeest

Op **vrijdag 19 april** organiseert onze vrijwilliger Faiz een Bollywood discofeest! Een avond met live muziek, een dansshow, Henna workshop en een DJ. Tijdens het feest zijn er Indiase hapjes. Komt u ook?

Dag: vrijdag 19 april 2024
Tijd: 19.30-00.00 uur
Locatie: Maarten Lutherkerk |
Uiterwaardestraat 279
Kosten: € 2,50
Aanmelden: k.dadah@dynamo-amsterdam.nl
06 19 47 06 08



Nieuw Sandwichlunch

Iedere woensdag organiseren we een sandwichlunch met een gezellige activiteit bij Veluwe 20.

Activiteiten voor de maand april:

- 3 april - sjoeltoernooi
- 10 april - knutselmiddag
- 17 april - uitgebreide maaltijd en gezelschapsspel
- 24 april - bingo

Dag: iedere woensdag
Tijd: 12.00-14.30 uur
Locatie: Veluwe 20 | Veluwelaan 20
Kosten: gratis
Aanmelden: mnijenhuis@dynamo-amsterdam.nl
06 82 01 12 36

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.

- Als u vragen of opmerkingen heeft dan kunt mailen naar samenopstap@dynamo-amsterdam.nl of een voicemail inspreken op 06-49032524. Wij mailen of bellen u dan terug.

Prikbord

Voor op de agenda



Vrijheidslunch

Geniet van een heerlijke vrijheidssoep samen met andere buurtbewoners. Er is ruimte voor gezelligheid en ontmoeting. Tegelijkertijd staan we stil bij 80 jaar vrijheid en herdenken we de slachtoffers.

Dag: zondag 5 mei 2024
Tijd: 12.00-14.00 uur
Locatie: Rijn 58 | Rijnstraat 58
Kosten: gratis
Aanmelden: mnijenhuis@dynamo-amsterdam.nl
06 82 01 12 36

Groot Danspaleis

Kom genieten van een gezellig ouderwets dansfeest! Heerlijk swingen op klassiekers. Het maak niet uit of u wel of geen ervaring heeft met dansen. Iedereen is welkom, het gaat om het plezier!

Dag: donderdag 16 mei 2024
Tijd: 14.00-16.00 uur
Locatie: Veluwe 20 | Veluwelaan 20
Kosten: gratis
Aanmelden: mnijenhuis@dynamo-amsterdam.nl
06 82 01 12 36

Bingo

Gezellige bingo-middag met buurtbewoners! Koffie/thee staat voor u klaar & we serveren kleine borrelhapjes.

Dag: vrijdag 19 april 2024
Tijd: 13.30-16.00 uur
Locatie: Rijn 58 | Rijnstraat 58
Kosten: € 2,-
Aanmelden: kdadah@dynamo-amsterdam.nl
06 19 47 06 08



HET HUISKAMER DANSPALEIS

Oudewets gezellige avond met andere buurtbewoners. Het Huiskamer Danspaleis is een unieke manier om samen te komen en te genieten van muziek en dans. Het paleis is een plek waar iedereen welkom is, ongeacht hun danservaring. Het paleis is een plek waar iedereen welkom is, ongeacht hun danservaring.

Op 16 APRIL 14:00 - 15:30
Op 23 APRIL 14:00 - 15:30
Op 30 APRIL 14:00 - 15:30

HUISKAMER DANSPALEIS
RIJN 58, 1019 HD AMSTERDAM
Aanmelden: zie achterzijde

MEER DANSEN IN 2024

Wij ook op: <https://hetdanspaleis.com/agenda/>

CONTACT & INFO

Mogelijk gemaakt door: **dynamo**

Aanmelden via: 06 19 47 06 08 of knissel@dynamo-amsterdam.nl

Toegangskijl voor mensen buitenwilt

Wagten of meer informatie? www.hetdanspaleis.com

Handwerkatelier

Kom samen borduren, haken, breien en nog veel meer. In goed gezelschap werkt iedereen op eigen tempo aan een eigen werkje. Voor tips en inspiratie is een begeleider aanwezig.

Nieuwsgierig? Loop vooral eens binnen!

Dag: iedere donderdag
Tijd: 15.00-17.00 uur
Locatie: Atelier 77 | Vechtstraat 77A
Kosten: €1,- (materiaalkosten)
Aanmelden: ssylvester@dynamo-amsterdam.nl
06 82 00 66 13

Samen op Stap Kalender

Oost en Zuid
April 2024



Vrijdag 5 april: Landgoed Zuylestein

Nieuw uitje! Het landgoed bij Leersum. Op vrijdag worden we voor € 5 pp (incl. koffie/thee/koekje) rondgeleid door de moestuin. Er is tijd voor een prachtige wandeling in deze bosrijke binnentuinen, bijvoorbeeld via het Klompenpad. Daarnaast is er "vergeten" groenten en fruit te koop, zo van het land.



Woensdag 10 april: Museum LAM Lisse

Het LAM is een heel bijzonder foodart museum in Lisse. Een ware belevenis om mee te maken! Ook in de omringende tuinen staan je allerlei verrassingen te wachten.

Zaterdag 13 april: Beeldentuin Hilversum

De Zanderij in Hilversum is een beeldentuin in de natuur. Geniet van de prachtig aangelegde tuin. Ook is er soms groente uit de moestuin te koop. Eventueel brengen we een bezoekje aan de Pijnbomentuin.

Dinsdag 16 april: Strand Castricum

Hoog tijd om weer eens het strand in Castricum te bezoeken. Onze favoriete plek om lekker uit te waaien en er zijn veel leuke winkeltjes.



Vrijdag 19 april: Rondje Lisse

Rond deze tijd in de lente staat alles rond Lisse al heerlijk in bloei (hopen we), zoals de bollenvelden in alle kleuren. Chauffeur Mo kent de mooie weggetjes op zijn duimpje! En zal u rondrijden langs al dit kleurrijks.
Geschikte rit als u slecht ter been bent.



Woensdag 24 april: Bloemendagen Anna Paulowna

In Anna Paulowna gaan we naar de Poldertuin. Deze tuin wordt vaak de Kleine Keukenhof genoemd. Hopelijk staat hij weer mooi in bloei, deze gratis tuin. Daarnaast rijden we langs de huisvlijt van de bewoners van Anna Paulowna, die in hun tuinen mozaïeken hebben gemaakt met de bloemetjes van hyacinten. Wandelen mag natuurlijk ook.



Vrijdag 26 april: Noord-Holland tulpenrit

Lekker zitten en je rond laten rijden langs de prachtige, in de bloei staande, bollenvelden. Gewoon in het wild in onze eigen provincie. Route vanaf Castricum via Hippolytushoef naar Enkhuizen.

Dinsdag 30 april: Strand van Scheveningen

Op deze voormalige Koninginnedag zoeken wede frisse wind op en waaien we uit aan het strand van Scheveningen. De gezellige boulevard, de kraampjes en uiteraard de duinen. De zee en het strand met de loungestoelen verwachten ons!

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!

