

Nieuw: nu programma per maand!
WIJ NOVA - PROGRAMMA DECEMBER

December 2017

ma	04 dec	17.15 uur	Themamaaltijd	Sinterklaasmenu
wo	06 dec	20.00 uur	Film	Journal d'une femme de chambre
do	07 dec	16.00 uur	NIEUW: Film&Diner	La la Land en Wintermaaltijd
do	07 dec	20.00 uur	Workshop	Afrikaanse dans met percussie door Janny Hofland en Martin van der Putte
di	12 dec	13.30 uur	Trefpunt-WIJ Lezing	Fotopresentatie Roemenië en Bulgarije
wo	13 dec	20.00 uur	Film	Rainman
wo	13 dec	19.30 uur	Lezing/workshop	Compassie voor Kerst met Rick Shamier
wo	13 dec	19.00 uur	Informatie-avond	Trefpunt Dementie: Onbegrepen gedrag
do	14 dec	13.30 uur	Open inloop	Mediacafe voor smartphone en I-pad/tablet
do	14 dec	17.15 uur	Kerstdiner	Eethuis de Luifel
do	14 dec	20.00 uur	Workshop	Pinterest door Michiel Kersten
za	16 dec	09.00 uur	Excursie	Kerstmarkt in Dordrecht
ma	18 dec	14.00 uur	Lezing	Nineveh door Diana de Wild
di	19 dec	10.00 uur	Open inloop/lezing	Seniorweb
wo	20 dec	20.00 uur	Film	The Family Holiday
do	21 dec	10.30 uur	Film&Lunch extra	Doctor Zhivago
do	21 dec	20.00 uur	Lezing	Rouw en verlies met Ineke Smit
vr	29 dec.	14.00 uur	Open inloop	Vrolijke Vrijdag extra december editie

**Het team van WIJ Heemstede
 wenst u gezellige feestdagen!**



VOORPROEFJES JANUARI 2018

di	09 jan.	13.30 uur	Trefpunt lezing	Grappen en grollen met Michiel Kersten
do	11 jan.	20.00 uur	Concert	Klankschalen met Hennie de Bruijn
do	18 jan.	16.00 uur	Film&Diner	Film Philomena en Wintermaaltijd
do	18 jan	20.00 uur	Lezing	De kerstboom de deur uit en opruimen maar door Irma Spaans

Eethuis de Luifel

Van maandag t/m donderdag bereidt onze kok een heerlijke maaltijd. Iedere maand zijn er ook twee Themamaaltijden:

Maandag 4 december Sinterklaasmenu

Pasteitje met kipragôut



Lof uit de oven met ham en kaas
Gebakken aardappelwedges
Kipfilet met bacon en champignonsaus
Groene salade

Surprise nagerecht

Voor het Sinterklaasmenu kunt u aan tafel tussen 17.15 en 18.00 uur. De tafel staat gedekt voor het aantal personen waarvoor u reserveert.

De themamaaltijd kost € 9,95. Reserveren hiervoor kan tot uiterlijk 10.00 uur op de dag zelf: 548 38 28.

Donderdag 14 december Traditioneel 5-gangen-Kerstdiner

Trio van rollade, paté en carpaccio met stokbroodje en kruidenboter

Gebonden bospaddenstoelensoep

Wildstoofvlees
Gemengde aardappelmix
Rode kool met appeltjes
Salade melange met lekkere dressing



Flensje met walnotenijis, warme kersen met slagroom en een kerstchoclaatje

Koffie met koffie-crémelikeur en bonbon

Voor het Kerstdiner gaat gezamenlijk aan tafel om 17.30 uur (bar open vanaf 16.30 uur). Kosten van het Kerstdiner zijn € 27,00 exclusief drankjes. Opgeven voor het Kerstdiner kan tot uiterlijk maandag 11 december. Wacht u niet te lang, het traditionele Kerstdiner is altijd populair!

Reserveren kan via www.wijheemstede.nl of u kunt bellen van maandag tot en met donderdag tussen 9 en 16 uur en op vrijdag tussen 9 en 13 uur: tel. (023)548 38 28.

Film & Diner



La La Land

Donderdag 7 december

Bijna iedere week draait er bij WIJ Heemstede een film in de grote zaal. Nieuw is het concept film & diner: 1x per maand in de middag om 16.00 uur naar de film en aansluitend dineren. Film & Diner kosten samen € 15,-.

Op donderdag 7 december draait de film La La Land en kookt de kok voor u een heerlijk diner. Het verhaal in deze romantische muzikale film volgt Sebastian en Mia, die nader tot elkaar komen doordat ze een gemeenschappelijk verlangen hebben om datgene te doen waar ze van houden. Maar wanneer het succes op de loer ligt, worden ze geconfronteerd met enkele keuzes die hun liefdesrelatie op het spel zet en waarbij hun gekoesterde dromen dreigen verscheurd te worden. Met Emma Stone, Ryan Gosling en John Legend in de hoofdrollen. De filmduur is 126 minuten.

Film & Diner zijn in de Luifel. Reserveren kan via www.wijheemstede.nl of u kunt bellen van maandag tot en met donderdag tussen 9 en 16 uur en op vrijdag tussen 9 en 13 uur: tel. (023)548 38 28.



op 29 december!

Kom allemaal, of je nu jong bent of al wat ouder, samen met ons het jaar feestelijk afsluiten tijdens de speciale Vrolijke Vrijdag op 29 december van 14.00 - 17.00 uur in de Luifel met:

- Koffie&thee met oliebollen voor 1 euro,
- DJ Ferry draait fijne muziek om met elkaar een dansje te wagen
- Gaby gaat weer iets moois met u maken
- Verrassingsact en bingo met leuke prijsjes
- Gezellig samen een oud Hollands volksspelletje spelen
- Elkaar verhalen vertellen en herinneringen ophalen
- Alvast proosten op het nieuwe jaar met een glaasje en nog veel meer!

Deze speciale dag is mogelijk gemaakt door de Bavo Stichting.

BAVO STICHTING
HEEMSTEDE

TREFPUNT - WIJ Heemstede Culturele Middagen

Twee keer per maand is er een culturele lezing en/of presentatie op dinsdagmiddag in de Luifel. Deze middagen beginnen om 13.30 uur. De entree is € 5,-. Deze populaire middagen zijn wel vaak snel vol. Wij adviseren u om te reserveren als u verzekerd wilt zijn van een plekje.

Dinsdag 12 december

Fotopresentatie Roemenië en Bulgarije

door Anne-Catrien Gielens

Anne-Catrien laat u het leven van de mensen in dorpen en steden in Roemenië en Bulgarije zien, en de mooie bouw van de Orthodoxe kerken. Schitterende kerkjes, aan de buitenkant beschilderd met Bijbelse fresco's. En het "vrolijke" Kerkhof in Sapinta, waarvan de kleur blauw de hoofdkleur is. Plovdiv, een van de oudste steden van Europa is net een groot openlucht theater, met prachtige kloosters, o.a. van Bachkovo uit het jaar 1083. Natuurlijk ziet u ook de zeer vriendelijke bevolking van Bulgarije en de vele marktjes.

**CULTUUR
KLEURT HET
LEVEN!**



Nineveh

Lezing door Diana de Wild

Maandag 18 december in de Luifel om 14.00 uur

In oktober 2017 opent in het Rijksmuseum van Oudheden een tentoonstelling over Nineveh, één van de hoofdsteden van het Assyrische Rijk. De bloeiperiode van Nineveh lag in de achtste en zevende eeuw v.Chr.. Toen bouwden Assyrische koningen als Assoerbanipal grote paleizen in de stad. De wanden van de paleizen waren voorzien van gekleurde reliëfs. Op de reliëfs zijn de goden en beschermgeesten van de Assyriërs te zien. De belangrijkste figuur op de reliëfs was echter de koning. Veel van deze reliëfs zijn in de negentiende eeuw naar westerse musea gehaald. Nineveh ligt nu in het noorden van Irak. Helaas is het lange tijd in handen van IS geweest, zodat er vele verwoestingen zijn aangericht. Entree € 12,50.



Verlies, uitvaart en rouw Lezing door Ineke Smit

Donderdag 21 december in de Luifel om 20.00 uur

“Liefde en rouw zijn nauw verbonden”. Het verlies van dierbare is heel ingrijpend in het leven van de nabestaanden. In deze lezing wil Ineke aandacht geven aan het verlies, de uitvaart, wat daar bij komt kijken en de gevolgen die dit kan hebben voor het rouwproces.

Een rouwproces is een uniek proces. Voor iedereen is verlies anders, dit maakt het pad dat wordt gelopen vaak zo eenzaam. Er is een afwisselend gesprek mét en informatie voor de aanwezigen.

Vele jaren werkte Ineke als verpleegkundige, leraar in de zorg en rouwbegeleidster. Sinds 8 jaar heeft zij een uitvaartbedrijf waar alles tezamen komt. Voor meer informatie: www.inekesmit.nl. Entree € 8,-.

FILMS en FILM&LUNCH

Iedere woensdagavond wordt er in de Luifel een film gedraaid in de grote zaal. Vaak zijn dat nieuw uitgekomen films, met een actueel thema. De aanvang is 20.00 uur en de entree € 7,-.

Maandelijks is er een film&lunch op donderdagochtend om 10.30 uur, entree incl.lunch € 13,50.

FILM (1964)

Woensdag 6 december 20.00 uur

Le Journal d'une femme de chambre

Celestine neemt een baan aan als kamermeisje voor de familie Monteil. De fascistische bediende Joseph wordt verliefd op haar, maar zij moet niets van hem hebben. Als een meisje uit de buurt verkracht en vermoord wordt, verdenkt zij Joseph.

Filmduur: 101 min.



FILM (1988)

Woensdag 13 december 20.00 uur

Rainman

Als Charlie's vader overlijdt, blijkt dat hij een broer heeft, de autistische Raymond. Charlie is woedend dat Raymond alles erft en ontvoert hem. Raymond weigert te reizen per vliegtuig, dus volgt is een lange rit waarbij de twee elkaar leren waarderen. Filmduur: 133 min.



FILM (2007)

Woensdag 20 december 20.00 uur

The Family Holiday

De weeskinderen Tim en Amanda lopen weg met een hondje. Donald 'Doc' Holiday is juist op dat moment op zoek naar een familie om het fortuin van zijn overleden oom te kunnen erven. Tim, Amanda en de oppas spelen zijn vrouw en kinderen. Zal de truc werken?

Filmduur: 90 min.



FILM & KERSTLUNCH

Donderdag 21 december 20.00 uur

Doctor Zhivago (1965)

De film, die zich af speelt vlak voor en de jaren na de Russische Revolutie, volgt het leven van Zhivago die zijn leven totaal verwoest ziet worden door de Eerste Wereldoorlog en de Revolutie. Filmduur: 197 min.



START OM 10.30 UUR, FEESTELIJKE KERSTLUNCH,
DAARNA NOG 1 UUR FILM EINDTIJD 15.00 UUR
PRIJS ZOALS ALTIJD € 13,50, DANKZIJ DE BAVO STICHTING!

BAVO STICHTING
HEEMSTEDEN

EXCURSIE: een dagje uit, gaat u mee?

Inschrijven voor de excursies kan d.m.v. betalen bij de receptie van de Luifel.
U ontvangt een bewijs van inschrijving. Voor al de excursies geldt dat u goed ter been moet zijn.

Kerstmarkt Dordrecht - Busexcursie

inclusief boottocht en warm/koud buffet aan boord

Zaterdag 16 december - vertrek 8.30 uur vanaf de Luifel

Op zaterdag 16 december is er een busexcursie naar de Kerstmarkt in Dordrecht. De Dortse binnenstad wordt volledig omgetoverd in kerstsfeer tijdens de Kerstmarkt. De honderden monumenten en de iconische binnenhavens vormen het decor voor een route van kramen en pagodes. Ook is er entertainment, van winter-terrassen en straattheater tot Christmas sing-a-long! Vertrek: 8.30 uur met luxe touringcar vanaf de Luifel. Kosten: € 79,95 voor de hele dag, inclusief vervoer per luxe touringcar, boottocht, koffie met appelstrudel, warm- en koud buffet op de boot terug. Rond 20.15 uur zijn we weer terug in Heemstede. Reserveren of meer informatie: 023 - 548 38 28.



WORKSHOPS

Om u niet te hoeven teleurstellen waarderen wij het zeer als u van te voren reserveert !

Afrikaanse Dans door Janny Hofland en Martin van der Putte

Een energieke, sociale, vrolijke en "geaarde" dansvorm. Veel bewegingen zijn afgeleid van handelingen uit het dagelijkse leven. Het is goed voor je conditie; inspannend en ontspannend tegelijkertijd. De live percussie-muziek zorgt ervoor dat je niet meer stil kunt staan! Voor iedereen die houdt van dansen en plezier heeft in bewegen op muziek, alle leeftijden, óók voor 50+ en 60+. Na afloop merk je hoe fijn het is om te dansen en je lijf weer te voelen! De workshop is op donderdag 7 december om 20.00 uur in de Luifel. Kosten: € 15,-.



Compassie voor Kerst door Rick Shamier

Deze avond gaat over compassie. Niet alleen voor familieleden waar je het benauwd van krijgt, maar voor alle mensen die 'anders doen' dan hoe jij het prettig vind. Wanneer spreek je eigenlijk van acceptatie en wanneer van compassie? En hoe werkt compassie eigenlijk? Een avond over de grondbeginselen van NLP, de praktische toepasbaarheid en hoe deze jouw kerstdagen - en verdere leven - kunnen verrijken. Interactief, want aan het begin van de avond wordt je uitgenodigd om een concrete persoon en situatie in gedachten te nemen. Als je dit lastig vind, mag je voorafgaand aan de avond een specifieke vraag mailen naar: rick@thehugconnection.com. De workshop is op woensdag 13 december om 19.30 uur in de Luifel en de entree is € 8,-.



Pinterest door Michiel Kersten

Pinterest is een app met duizenden afbeeldingen op het gebied van koken, natuur, kunst, enz. die inspireren, enthousiasmeren, je op ideeën brengen. Wat heb je nodig? Een tablet, laptop of smartphone, dat is alles. Michiel helpt je graag deze geweldige schatkamer te ontdekken. De workshop is op donderdag 14 december om 20.00 in de Luifel en de entree is € 8,-.



Media Café

WIJ Heemstede werkt samen met de Bibliotheek

Donderdag 14 december is er om *13.30 uur* een *Open Inloop* bij het *Media Café*: hier kunt u terecht met al uw vragen over uw computer, tablet en smartphone. Het Media Café is in de Luifel en gratis.



Open Inloop Seniorweb met themazezing 'Facebook' (aanvang 11.00 uur)

Dinsdag 19 december - 10.00-12.00 uur



Een aantal ervaringsdeskundigen is aanwezig om u te helpen met al uw computervragen. Neem gerust uw laptop, tablet of smartphone mee.

De presentatie met het thema is om 11.00 uur en duurt ca ½ uur. Verder kunt u informatie krijgen over de

cursussen en u kunt inschrijven voor een cursus. De Open Inloop is gratis.

Trefpunt Dementie Informatie avond Onbegrepen gedrag bij dementie

Leven met dementie is geen gemakkelijke opgave, ook niet voor een naaste. Zeker als je partner of ouder ander gedrag gaat vertonen, bijvoorbeeld snel boos wordt, wantrouwend is, agressief of apathisch wordt. Een gevaar is om dit probleemgedrag te noemen. Soms ontstaat dit gedrag door verandering in de hersenen, door aanpassingsproblemen, soms ook door medicatie of reacties van de omgeving. Belangrijk is ons erin te verdiepen en te kijken hoe we hiermee om kunnen gaan.

Vanavond praten we met een gedragsdeskundige hierover; Jenna Hildersom, GZ-psycholoog. Leny Haaring van Alzheimer Nederland Zuid-Kennemerland zal Jenna Hildersom, GZ-psycholoog bij Zorgbalans, interviewen.

De informatie avond is in de Luifel, inloop en koffie vanaf 19.00 uur, start 19.15 uur. De toegang is gratis, we vragen alleen 2,50 als bijdrage voor de koffie en thee.

Wie wil kan voor die tijd (samen) eten in Eethuis de Luifel om 18.00 uur, Hiervoor kunt u zich uiterlijk een dag van te voren opgeven bij de receptie van de Luifel 023-5483828 of via info@wijheemstede.nl

Het Trefpunt Dementie Heemstede is een samenwerking van Wij Heemstede, Tandem, Zorgbalans, SHDH, Home Instead Thuiservice en Alzheimer Nederland, afdeling Zuid-Kennemerland

De Trefpuntavonden zijn er voor mensen met dementie, hun partners, familieleden en vrienden. Ook hulpverleners en andere belangstellenden zijn van harte welkom.



VANAF 1 JANUARI 2018
VERHOGEN WIJ DE KOSTEN
VAN HET POSTABONNEMENT
VOOR DE WIJ NOVA NIEUWSBRIEF
NAAR € 14,-
VANWEGE DE STIJGING
VAN DE TARIEVEN VAN POST NL.

**NEEM OOK EEN GRATIS E-MAIL ABONNEMENT OP DE WIJ NOVA NIEUWSBRIEF!
BELT U HIERVOOR MET 548 38 28.**

Aanmelden en informatie: wijheemstede.nl

Van ma t/m do 9-16 uur / vrij 9-13 uur tel. 548 38 28 - info@wijheemstede.nl -
of bij de Luifel - Herenweg 96 - Heemstede