

WIJ NOVA - PROGRAMMA FEBRUARI 2018
Februari 2018

do	01 feb	10.30 uur	Film & Lunch	On Golden Pond
do	01 feb	20.00 uur	Lezing	Hooggevoeligheid en burn out door Kirsty van de Vijver
ma	05 feb	17.15 uur	Themamaaltijd	Carnavals menu
wo	07 feb	20.00 uur	Film	Une vie
do	08 feb	13.30 uur	Open Inloop	Mediacafé i.s.m. Bibliotheek
do	08 feb	20.00 uur	Boekpresentatie	"Zolang ik er ben' door Erik Zwiers
di	13 feb	13.30 uur	Trefpunt-WIJ lezing	Het ontstaan van Noord Holland door Marius Thijssen
wo	14 feb	20.00 uur	Film	West Side story
wo	14 feb	19.00 uur	Informatie-avond	Trefpunt Dementie Wat doet dementie met je relatie
do	15 feb	13.30 uur	Dansmiddag	De Sociëteit voor ouderen - Dans op donderdag
do	15 feb	19.30 uur	Audiovisuele presentatie	IJsland door Ans & Chris Breet
ma	19 feb	17.15 uur	Themamaaltijd	Sprokkelmaand menu
di	20 feb	10.00 uur	Open inloop	Seniorweb met themalezing?
wo	21 feb	20.00 uur	Film	Wakefield
do	22 feb	16.00 uur	Film & Diner	Gifted
do	22 feb	20.00 uur	Lezing	De ontwikkeling van de Jazzmuziek door Gerrit Wolfswinkel
di	27 feb	13.30 uur	Trefpunt-WIJ lezing	Al Andalus door Ciska & Evert Abspoel

VOORPROEFJES MAART 2018

wo	07 mrt	13.00 uur	Politieke Middag	voor senioren in het Raadhuis in het kader van de komende gemeenteraadsverkiezingen
wo	07 mrt	20.00 uur	Film	Sufragettes
di	13 mrt	13.30 uur	Trefpunt-WIJ lezing	Napoleon door Flip Hamman
wo	14 mrt	20.00 uur	Film	Tulip Fever
do	22 mrt	20.00 uur	Lezing	Rembrandt in de Jordaan door Jacques Hendrixx
wo	28 mrt	09.00 uur	Busexcursie	Singer museum in Laren i.s.m. de Heemsteedse Kunstkring

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

Eethuis de Luifel

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

Maandag 5 februari Carnavals menu

Carpaccio

Sperzieboontjes in spek gerold
Aardappelwedges
Kipfilet met stroganoffsaus
Gemengde salade

Sorbet



Maandag 19 februari Sprokkelmaand menu

Feuillette huisgemaakte paté



Broccoli
Gebakken aardappelen
Rosbief met saus
Gemengde salade

Banane Royale

Voor de Themamaaltijden 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 € 10,25.

Reserveren hiervoor kan tot uiterlijk 10.00 uur op de dag zelf: 548 38 28.

De eerste themamaaltijd in maart is op maandag 5 maart?



Hooggevoeligheid en Burnout

Lezing door Kirsty van de Vijver

Donderdag 1 februari om 20.00 uur

Stel je kunt voelen wat er in een ander omgaat, drukte is je snel te veel. Je bent gauw afgeleid en presteert slechter wanneer er iemand op je vingers kijkt. Je bent creatief, loyaal, betrouwbaar en hebt vaak een andere kijk op de dingen. Herken je dit? Misschien ben je dan wel hooggevoelig. Door alle indrukken die je in je opneemt kun je snel overprikkeld raken. Vermoeidheid en burn-out liggen op de loer. Wil je meer weten over hooggevoeligheid en burn-out? Wil je tips hoe je je gevoeligheid positief kunt inzetten? Kom dan naar deze lezing!

Entree: € 8,-.



Boekpresentatie op donderdag 8 februari

'Zolang ik er ben'

door Erik Swiers

aanvang 20.00 uur, entree € 8,-

“Doe ik nog mee?”, vraagt de 70-jarige Nico zich af. Hij heeft Alzheimer, verliest grip op zijn leven. Hij raakt langzaam maar zeker zijn geheugen en zijn verstandelijke vermogens kwijt. De ene keer klinkt Nico opvallend helder, soms is hij vreselijk in de war. Ook voor zijn naasten is het een zeer emotionele en ingewikkelde tijd. Hoe ga je daarmee om?

Journalist Erik Swiers mocht twee jaar lang zes mensen met dementie dagelijks volgen en legde hun verhalen vast in 'Zolang ik er ben'. Een prachtig vormgegeven en rijk geïllustreerd boek dat het leven met dementie beschrijft vanuit de Alzheimerpatiënt.

In het boek vertellen de zes hoofdpersonen hoe zij vorm proberen te geven aan hun veranderende leven en leggen zij Swiers vragen - en soms de verontwaardiging - voor over de maatschappelijke tegenwerking die hen ten deel valt. Vragen die leiden tot onbegrip, pijn en verdriet. Maar die ook laten zien dat de oplossing ligt in samen doen. “Maar hoe vanzelfsprekend is die verbondenheid?”, vraagt de auteur zich hardop af.

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 13 februari

Het ontstaan van Noord Holland

door Marius Thijssen

“God schiep de aarde maar de Hollanders schiepen hun eigen land” zei Voltaire en daar had hij helemaal gelijk in. Holland is letterlijk uit de zee verzezen. Eerst door natuurlijke omstandigheden, maar later heeft de mens het afgemaakt. Vaak ook in bittere strijd met het water. Door het ontginnen van het veen, het maken van polders en het droogleggen van meren kreeg (Noord-en Zuid) Holland de vorm die we nu kennen.

Dinsdag 27 februari

Al Andalus, de Europese Oriënt

door Ciska en Evert Abspoel

Al-Andalus, beter bekend als Andalusië, heeft meer diversiteit en meer gedaanten gehad dan welk ander deel van west Europa ooit. Door zijn ligging aan de zuidflank van Europa werd Spanje het strijdtoneel van allerlei volkeren. In Andalusië vinden we een unieke verwevenheid van de joodse, islamitische en christelijke cultuur. Al eeuwen raken bezoekers in de ban van de moskee in Cordoba, het Alhambra van Granada of de kathedraal van Sevilla. Maar Spanje heeft ook tradities die nu nog sterk leven en uitgebreid worden gevierd. We maken ook een uitstapje naar Valencia en Barcelona. De lezing wordt aan de hand van digitale projectie verteld en afgewisseld met audiovisuele shows.

CULTUUR
KLEURT HET
LEVEN!



Trefpunt Dementie - Wat doet dementie met je relatie?

Woensdag 14 februari - 19.00 - 21.00 uur

Als je partner dementie heeft, verandert jullie relatie ingrijpend. De liefdesrelatie verandert in een zorgrelatie, je sociale leven verandert. Je krijgt met rouwgevoelens te maken om wat was, je verliest allebei een deel van je vrijheid. De gelijkwaardigheid en wederkerigheid in de relatie nemen langzaam maar zeker af. Ook op het gebied van seksualiteit en intimiteit kan er veel veranderen. Dit vraagt nogal wat van je incassings- en aanpassingsvermogen. Elke relatie en elke situatie is uniek, er zijn nooit kant en klare oplossingen te bieden, maar het kan helpen als je ervaringen met lotgenoten uitwisselt. En misschien kan je daar tips en moed uit halen om jou en je partner te ondersteunen om met elkaar verbonden te blijven en het fijn te kunnen hebben samen. Katinka Verdonk (ouderenwerker bij Wij Heemstede) en Ankie van Dalen (mantelzorgondersteuner bij Tandem) zullen een aantal partners/mantelzorgers, van mensen met dementie, interviewen over hun ervaringen en hoe zij met deze veranderingen omgaan.

Een folder met meer informatie en het avondprogramma vindt u op www.wijheemstede.nl.

De toegang is gratis, u hoeft zich niet vooraf aan te melden, u betaalt € 2,50 als bijdrage voor koffie en thee. Wilt u graag komen maar kunt u uw partner niet alleen thuis laten, dan kunt u contact opnemen met Tandem, tel 023 - 891 06 10.



FILMS • FILM&LUNCH • FILM&DINER

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,-.

FILM&LUNCH

On Golden Pond (1981)

Donderdag 1 februari 10.30 - 13.30 uur

Norman en Ethel Thayer, een bejaard echtpaar, brengt de zomer door in hun vakantiehuisje aan het meer. Op Normans verjaardag krijgen ze bezoek van hun dochter Chelsea met haar verloofde Bill en zijn zoontje Billy. Chelsea zou graag Billy bij haar ouders achterlaten zodat ze met Bill een rustige vakantie kan doorbrengen.. Met Katharine Hepburn, Henry en Jane Fonda.

Filmduur: 109 minuten. Entree incl.lunch € 13,50.



FILM Une vie (2016)

Woensdag 7 februari 20.00 uur

Normandië, 1819. Terug thuis na te zijn opgeleid in een klooster, is Jeanne nog steeds een naïeve jonge vrouw, vervuld met kinderlijke dromen. Ze trouwt met Julien, een lokale burggraaf, die al snel een hebzuchtige en ontrouwe man blijkt te zijn. Beetje bij beetje vervagen Jeanne's illusies. Filmduur: 119 min.



FILM West Side Story (1961)

Woensdag 14 februari 20.00 uur

Een oude, prachtige musical. In New York waar de rivaliserende straatbendes de Jets en de Sharks tegen elkaar strijden voor hun territorium en respect, worden Jets-leider Tony en Maria, het zusje van de Sharks-leider verliefd. Hun liefde is gedoemd te mislukken. Filmduur: 152 min.



FILM Wakefield (2016)

Woensdag 21 februari 20.00 uur

Howard Wakefield is een succesvol advocaat, echtgenoot en vader die in een opwelling besluit zijn perfect ogende leven achter zich te laten. Hij verschuilt zich stiekem op de zolder van zijn garage. Hoe gaan zijn vrouw en 2 dochters om met zijn plotselinge afwezigheid? Howard bespiedt zijn vertrouwde omgeving en neemt je mee in zijn herinneringen en bespiegelingen. Filmduur: 106 min.



FILM&DINER Gifted (2017)

Donderdag 22 februari 16.00 uur

Nieuw: film & diner: 1x per maand in de middag naar de film en aansluitend dineren. Kosten samen € 15,-.

Frank Adler is een vrijgezel die zijn hoogbegaafde nichtje Mary opvoedt in een kustplaatsje in Florida. Frank probeert ervoor te zorgen dat Mary een normaal leven kan leiden. Zijn plannen worden gedwarsboemd als zijn moeder de wiskundige talenten van het meisje ontdekt en plannen maakt om Frank en Mary uit elkaar te halen. De filmduur is 101 minuten.

Film & Diner zijn in de Luifel.



DE ONTWIKKELING VAN DE JAZZMUZIEK

Lezing door Gerrit Wolfswinkel

Donderdag 22 februari 20.00 uur

De geschiedenis van de jazz is uitzonderlijk omdat deze in zo'n korte tijd, ongeveer een halve eeuw, tot ontwikkeling kwam en in een schilderachtig wordingsproces zoveel andere muziekstijlen met grote vanzelfsprekendheid in zich opnam.

Het geeft deze boeiende muziekvorm iets merkwaardigs mee: aan de ene kant een enorme diversiteit, maar met daarnaast ook een soort coherentie die je als luisteraar meteen doet beseffen: ja, dit is jazz!

Entree € 8,-.



Dansen op Donderdag

Dansmiddag **De Sociëteit voor ouderen**
Donderdag 15 februari

Dans gezellig mee op muziek van vroeger en nu

- Stijldansen zoals bijv. de foxtrot, engelse wals, weense wals enz
- Workshops: line-dance, cha cha en meer
 - Workshops: zittend dansen
- en natuurlijk vrij dansen op bijv. jaren 50-60 muziek

De dansmiddag is in de Lieven de Keylaan 24, Heemstede van 13.30 -15.00 uur en helemaal gratis.

Aangeboden door : Dagcentrum Lieven de Key, Ontmoetingsgroep Dreefhart en WIJ Heemstede

POLITIEKE MIDDAG

VOORPROEFJE MAART 2018

Vooruitlopend op de gemeenteraadsverkiezingen een Politieke middag voor senioren. Op woensdag 7 maart vanaf 13.00 uur bent u hartelijk welkom in de Burgerzaal van het Raadhuis in Heemstede. De lijsttrekkers zijn uitgenodigd om te praten over de nieuwe programma's en in het bijzonder over de gevolgen voor de senioren. Deze politieke middag stelt u in de gelegenheid om vragen te stellen.

De organisatie is in handen van de Pauwehof en WIJ Heemstede. (023-528 85 10)

Media Café

WIJ Heemstede werkt samen met de Bibliotheek
Donderdag 8 februari is er om 13.30 uur een Open Inloop bij
het Media Café: hier kunt u terecht met al uw vragen over uw tablet en
smartphone. Het Media Café is in de Luifel en gratis.



Open Inloop Seniorweb met themazezing

Dinsdag 20 februari - 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 start om 10.30 uur en duurt ca ½ uur. Verder
kunt u informatie krijgen over de cursussen en u kunt u gelijk inschrijven
voor een cursus. De Open inloop is gratis.



IJSLAND

Audiovisuele presentatie
door Ans en Chris Breet

Donderdag 15 februari 19.30 uur

IJsland is een eiland aan de rand van het noordpoolgebied.
Het heeft zijn voortbestaan te danken aan het rijke viswater
langs de kust en een uitloper van de warme golfstroom die
het eiland omspoelt. Het is een eiland van heetwaterbronnen,
gletsjers, vulkanen, groene valleien en ruige hooglanden.
Het is ook een eiland van zuivere lucht, kristalhelder water
en nog helemaal vrij van luchtvervuiling. Ook fjorden en
bubbelende modderpoelen vindt u hier. Door middel van deze
presentatie start uw bezoek in de hoofdstad Reykjavík. Via
de binnenlanden cirkelen we rond over dit eiland met vele
gezichten en komen uiteindelijk weer bij de hoofdstad uit.
De vele bezienswaardigheden in deze presentatie worden
begeleid door mooie muziek en zeer duidelijk commentaar.
Entree € 10,-.

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