

FILMS/LEZINGEN/CULTURELE MIDDAGEN/THEMAMAALTIJDEN

WIJ NOVA - PROGRAMMA MAART 2018

ma	05 mrt	17.15 uur	Themamaaltijd	'Maart roert zijn staart' menu
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	Suffragette (2015)
do	08 mrt	13.30 uur	Open Inloop	Mediacafé i.s.m. Bibliotheek
do	08 mrt	20.00 uur	Lezing	'Eigen verborgen verleden' door Elly Landzaat, docente genealogie
di	13 mrt	13.30 uur	Trefpunt-WIJ lezing	Napoleon door Flip Hamman
wo	14 mrt	20.00 uur	Film	Tulip Fever (2017)
do	15 mrt	20.00 uur	Workshop	Vrij zingen over de liefde en de lente door Henriette Middelkoop
ma	19 mrt	17.15 uur	Themamaaltijd	Bijna Lente menu
di	20 mrt	10.00 uur	Open inloop	Seniorweb met themalezing Cloud opslag door Ludo Korteman
wo	21 mrt	14.00 uur	Expositie 'Doekjesdag'	'Alles danst' met poëzielezing door Sylvia Hubers in de Molenwerf
wo	21 mrt	20.00 uur	Film	Sing Song (2017)
do	22 mrt	10.30 uur	Film & Lunch	Jesus Christ Superstar (1973)
do	22 mrt	20.00 uur	Lezing	Rembrandt in de Jordaan door Jacques Hendrixx
di	27 mrt	13.30 uur	Trefpunt WIJ-lezing	De zeespiegelgeschiedenis door Salomon Kroonenberg
wo	28 mrt	09.00 uur	Busexcursie	Singer museum in Laren i.s.m. de Heemsteedse Kunstkring
wo	28 mrt	20.00 uur	Film	My cousin Rachel (2017)
do	29 mrt	20.00 uur	Documentaire	Heal (2017)

VOORPROEFJES APRIL 2018

do	05 apr	16.00 uur	Film & Diner	Victoria & Abdul (2017)
di	10 apr	13.30 uur	Trefpunt-WIJ lezing	Kerala (India) door fietsende reiziger Frank van den Berge
do	19 apr	20.00 uur	Lente Labyrint lopen met Ad de Graaf en Gerard van der Waard	

**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 maart

'Maart roert zijn staart' menu

Pasteitje champignonragout

Lof met ham en kaas uit de oven

Gebakken aardappelen

Schnitzel met stroganoffsaus

Gemengde salade

Apfelstrudel met vanillesaus



Maandag 19 maart

Bijna Lente menu

Wrap met tonijnsalade

Sperzieboontjes

met spekjes

Frites

Rollade met romige pepersaus

Gemengde salade

Roomijs met poffertjes

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.



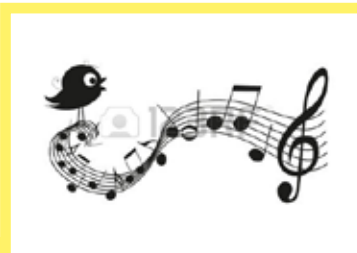
'Eigen verborgen verleden'

Lezing door Elly Landzaat, docente genealogie

Donderdag 8 maart om 20.00 uur

In de archieven is veel te vinden over het leven van onze voorouders. Als voorbeeld zal Elly Landzaat op deze Internationale Vrouwendag het leven van de ongehuwde Sybilla bespreken die in de 18e eeuw leefde. Aan de hand van haar testamenten kunnen we haar bezittingen, maar ook haar gedachten en wensen door de tijd volgen.

Bent u nieuwsgierig hoe uw verborgen verleden er uit zou zien? Elly zal een tipje van de sluier oplichten. U kunt bij haar ook terecht voor persoonlijke vragen over uw familie-geschiedenis. Entree: € 8,-.



Vrij zingen over de liefde en de lente

Workshop door Henriette Middelkoop

Donderdag 15 maart om 20.00 uur

De lente is in aantocht, vogels beginnen weer te fluiten, de knoppen worden dikker en het zonnetje warmer op je huid. Reden genoeg om te zingen en in volle jubel uit te barsten. Vanavond zingen we over de liefde en de lente, over verlangen en het nieuwe leven. Zingen raakt het hart. Met je stem en zingend kan je alle facetten van jezelf laten horen en tot uitdrukking brengen. Hoe meer je dit doet en niet nadenkt over hoe het klinkt, of het mooi of vals is, hoe heerlijker, bevrijdend en vrijer zingen wordt. Je zingt met hart en ziel. Heb je nog nooit gezongen, durf je niet te zingen, wil je wel zingen maar vrijer en speelser dan in een vast koor, kom kennismaken met deze manier van zingen. We beginnen de avond met oefeningen. Entree: € 8,-.

LEZINGEN IN DE LUIFEL

Rembrandt in de Jordaan

(Rozengracht)

Lezing door Jacques Hendriks

Donderdag 22 maart om 20.00 uur

Op originele wijze stelt deze lezing Rembrandt de kunstenaar, zijn kunst en de maatschappij aan de orde en schetst het sociale landschap van de laatste 10 jaar van zijn leven of zoals Joost van den Vondel, een tijdgenoot van Rembrandt, al zei: "De wereld is een speeltoneel, elk speelt zijn rol en krijgt zijn deel". Wat dat voor Rembrandt en zijn schilderkunst betekende? Daarvan krijgt u tijdens deze lezing een helder beeld. Wij hopen dat u nieuwsgierig bent geworden naar Rembrandts laatste 10 levensjaren. Jacques Hendriks is schrijver en expert op het gebied van De Nachtwacht en Rembrandts leven en werk in zeventiende eeuws Amsterdam.

meer info: www.nachtwachtwandelingen.nl

www.nightwatchwalks.nl. Entree: € 12,50.



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 maart

Napoleon door Flip Hamman

Het leven van Joséphine de Beauharnais verliep onstuimig: ze ontsnapte tenauwernood aan de guillotine, trouwde met een militair van bescheiden afkomst, werd keizerin van Frankrijk en eindigde haar leven als gescheiden vrouw. Minstens zo onstuimig verliep het leven van Napoleon Bonaparte en zijn relatie met vrouwen. Joséphine was zijn grote liefde, maar was niet de enige vrouw in zijn leven. Er was zijn moeder, er waren vrouwelijke familieleden, er waren vriendinnen en minnaressen. De laatste bleef hem trouw tot in zijn ballingschap. In deze lezing staan de vrouwen in het leven van Napoleon centraal, maar dat verhaal kan niet verteld worden zonder de persoon van Napoleon en zijn betekenis in de geschiedenis erbij te betrekken. Flip Hammann zal het verhaal vertellen aan de hand van veel plaatjes.



Dinsdag 27 maart

De zeespiegelgeschiedenis van de mens

door Salomon Kroonenberg

Wie zich zorgen maakt over een stijgende zeespiegel vergeet dat de mensheid zo iets al eerder heeft meegemaakt. Zo'n 120.000 jaar geleden stond de zeespiegel zes meter hoger dan nu, en lag Amersfoort aan zee. Onze voorouders hebben hun dieet en grondstoffenvoorziening aangepast aan de zeespiegelveranderingen. In het koudste deel van de laatste ijstijd, 20.000 jaar geleden, stond de zeespiegel juist 120 meter lager, en lag de Noordzee droog. De laatste 6.000 jaar is onze zeespiegel redelijk stabiel, en wereldwijde peilschaalmetingen van de laatste eeuw laten nog geen versnelling zien tengevolge van de uitstoot van broeikasgassen. Wie inziet hoe inventief onze voorouders zich met weinig middelen aan zeespiegelveranderingen aanpasten, hoeft niet bang te zijn dat wij dat in de toekomst niet ook zelf zouden kunnen.



POLITIEKE MIDDAG

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.



FILMS • FILM&LUNCH • DOCUMENTAIRE

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 Suffragette (2015)

Woensdag 7 maart 20.00 uur

De begindagen van de feministische beweging in het Verenigd Koninkrijk en hun strijd om één van de meest fundamentele grondrechten: stemrecht. Maud is een jonge werkende vrouw in de feministische beweging aan het begin van de 20ste eeuw. Wanneer ze merkt dat vreedzaam protest niets verandert, wendt ze zich tot geweld als middel om haar doel te bereiken. Filmduur: 106 min.



FILM Tulip Fever (2017)

Woensdag 14 maart 20.00 uur

In het Nederland van de 17de eeuw, tijdens de periode van de Tulpenmanie, wordt een kunstenaar verliefd op een getrouwde jonge vrouw, terwijl hij van haar echtgenoot de opdracht heeft om haar portret te schilderen. De twee investeren in de riskante tulpenhandel in de hoop samen een toekomst op te bouwen. Filmduur: 107 min.



FILM Sing Song (2017)

Woensdag 21 maart 20.00 uur

In deze muzikale film wordt de 16-jarige Jasmine uitgenodigd voor een song-contest in Suriname. Vol enthousiasme vertrekt ze met gitarist Stijn naar haar geboorteland. Zonder dat iemand het weet gaat ze op zoek naar haar moeder. Met haar zoektocht zet ze zowel haar vriendschap met Stijn als het winnen van de wedstrijd op het spel. Dan doet ze een bijzondere ontdekking die alles op zijn kop zet. Filmduur: 96 min.



FILM&LUNCH

Jesus Christ Superstar (1973)

Donderdag 22 maart 10.30 - 13.30 uur

De film vertelt het verhaal van de laatste 6 dagen van het leven van Jezus Christus door de ogen van Judas Escariot. Gebaseerd op het concept-album van Andrew Lloyd Webber en Tim Rice, en de daaropvolgende Broadway-musical. Filmduur: 108 minuten. Entree incl.lunch € 13,50.



FILM My cousin Rachel (2017)

Woensdag 28 maart 20.00 uur

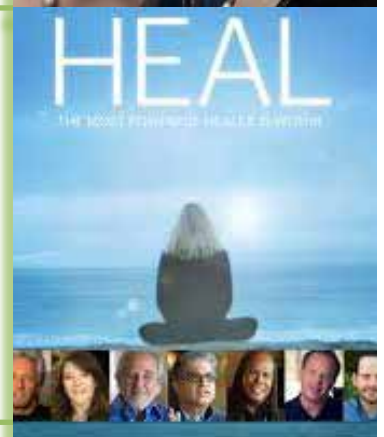
Een jonge Engelsman genaamd Philip de Cornish erft het landgoed van zijn voorgd. Al snel wordt Philip verliefd op zijn verleidelijke nichtje Rachel. Zijn gevoelens worden echter complex als er bewijs naar boven komt dat suggereert dat Rachel Philip's voorgd heeft vermoord en ze alleen belangstelling in Philip heeft om de erfenis te stelen. Filmduur: 106 min.



DOCUMENTAIRE Heal (2017)

Donderdag 29 maart 20.00 uur - entree € 10,-

Een boeiende film over een zoektocht langs wetenschappelijke en spirituele wegen om de kracht van de mens tot heling te ontdekken. Inspirerende en emotionele verhalen die deuren kunnen openen. HEAL laat zien dat we meer controle over ons leven en onze gezondheid hebben dan we vaak denken. Diverse experts als Bruce Lipton, Deepak Chopra, Joe Dispenza, Gregg Braden, Anita Moorjani, Kelly Turner, Marianne Williamson en Micheal Beckwith verkennen het snijvlak van wetenschap en spiritualiteit. De wonderlijke natuur van de mens kan een krachtig instrument voor heling zijn. HEAL helpt je praktisch op weg. Een inspirerende documentaire met prachtige beelden en interessante verhalen.



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.

Singer Museum Laren - Busexcursie

i.s.m. Heemstedse Kunstkring

Woensdag 28 maart - vertrek 9.00 uur vanaf de Luifel

Na aankomst in Laren beginnen we met een rondleiding door de tentoonstelling *Impressionism & beyond, A wonderful journey*. Deze tentoonstelling toont een deel van de privé collectie van de Van Vlissingen Art Collection. Als we door de vele indrukken trek hebben gekregen is het tijd voor lunch in Café 't Bonte Paard. Na de lunch maken we een rondwandeling door de Beeldentuin van het Singer Museum. De bus vertrekt rond 16 uur terug naar Heemstede. Kosten: € 52,50 met MJK, € 67,50 zonder MJK, incl. vervoer, entree, lunch, rondleiding. Als u verzekerd wilt zijn van een plaatsje raden wij u aan om in te schrijven voor woensdag 14 maart.



Media Café

WIJ Heemstede werkt samen met de Bibliotheek
Donderdag 8 maart 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 themalezing *Cloudopslag*

Dinsdag 20 maart - 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 in de Luifel en gratis.



Woensdag 21 maart van 15.00 - 18.00 uur Expositie/Doekjesdag 'Alles danst' met poëzielezing door Sylvia Hubers

Cursisten van de teken- en schildergroepen exposeren hun speciaal voor deze dag gemaakte werkstukken van 20 x 20 cm geïnspireerd op het gedicht 'Alles Danst' van Sylvia Hubers (stadsdichter Haarlem 2009-2013) Een thema wat prachtig aansluit bij het begin van de lente. Het resultaat is nu te bewonderen. De exposanten, allen deelnemers van cursussen Beeldende Vorming, laten met trots hun werk zien. Naast de volwassen groepen zal dit jaar ook de kindergroep acte de présence geven. De opening van de expositie is op woensdag 21 maart om 15.00 uur in de Molenwerf en wordt verricht door Sylvia Hubers. Onder genot van een hapje en drankje kunt u het werk bekijken en kennis maken met de makers. Op deze middag zal ook een korte kennismakingsdans worden gedaan door één of meerdere dansdocenten. Gratis entree.

Alles danst
Alles danst
We zouden
als we stilstaan
bij de dingen
kunnen zeggen
dat alles beweegt
en danst.
Jouw tenen
mijn handen
de ober
zijn dienblad
het licht
het donker
de wijn in mijn
mond in jouw
glas.
Dans ik heel even
ben ik een deel van
het hele bewegen
van alles wat wiebelt
en schuifelt
en walst

In maart starten nog drie nieuwe cursussen in de Luifel:

maandag 5 maart 14.00 - 16.00 uur 4 x Oudheid in de Provence door Diana de Wild
De Provence in het zuiden van Frankrijk staat nog vol gebouwen uit de oudheid, die deels heel goed bewaard gebleven zijn. We maken een reis door de Provence langs de beroemde en minder beroemde ruïnes uit de oudheid, o.a. het Romeinse theater, Maison Carrée en de Pont du Gard.

maandag 12 maart 10.00 - 12.00 uur 3 x Intuïtief schilderen vanuit beweging
Lente: het ontluiken van de natuur. Nieuwe start van energie. Vanuit hoofd naar lichaam, hart en in de beleving komen. Door dans, bewegen met muziek en eenvoudige yoga en adem oefeningen, visualisatie en stilte oefeningen. Dan schilderen vanuit de ontstane spontaniteit. Ervaring is niet nodig. Docent: Susanna Marijs

woensdag 14 maart 10.00 - 12.00 uur 4 x Seniorweb werken met de Ipad gevorderden
U gaat dieper in op de mogelijkheden. Instellingen nalopen, oefenen met apps. Is een antivirus nodig? Wat is een goed wachtwoord? Ook voldoende tijd voor vragen. U kunt deze cursus volgen als u de beginnerscursus heeft afgerond. Neemt u uw eigen iPad (mini) mee, dus géén tablet. Docent: Carin van Leuven.

U kunt hiervoor nog inschrijven!



Lifestyle en gezondheid binnen Heemstede: waar heeft u behoefte aan?

Vul de enquête in en maak kans op een van de 10 vrijkaarten voor een lezing over een gezonde lifestyle!

Mijn naam is Chris Noordzij, ik ben 23 jaar oud en studeer af aan de opleiding Sport, Management en Ondernemen. Voor mijn scriptie doe ik een behoefteonderzoek op gebied van lifestyle en gezondheid binnen Heemstede.

De uitkomsten van dit onderzoek worden o.a. door WIJ Heemstede en de Drive (onderdeel van de ZorgSpecialist) gebruikt om te bekijken wat er op gebied van lifestyle en gezondheid gezamenlijk speciaal voor u ontwikkeld kan worden.

Vanaf augustus 2018 kunt u dit vernieuwde aanbod terugvinden in de bibliotheek, die grondig wordt verbouwd tot een multifunctioneel gebouw. De bibliotheek, dagopvanggroepen van Kennemerhart, kinderdagverblijf Op Stoom, Roads, RIBW en politie zullen hierin gehuisvest worden. Evenals de maatschappelijke dienstverlening, de dienstverlening voor ouderen en De Sociëteit van WIJ Heemstede.

De ZorgSpecialist opent er een nieuwe shop genaamd 'de Drive'. Bij de Drive kan iedereen terecht met vragen over lifestyle en gezondheid.

U doet mij een enorm plezier als u deze vragen voor mij beantwoord. Wilt u kans maken op een van de tien vrijkaarten? Dan kunt u een emailadres achter laten aan het einde van de enquête. U kunt dit ook leeglaten en de enquête anoniem invullen!

Klik op de link om de vragenlijst te openen:

Link naar de vragenlijst: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScD-5lbuEFkhAVJPs5imr15R-Jfg49X20_c2a10NC2vAVkBDCA/viewform - (Als deze link niet werkt, kopiëert en plakt u deze dan in uw internet browser.)

In slechts 5 minuten kunt u mij helpen met het behalen van mijn scriptie voor de opleiding Sport, Management en Ondernemen! Alvast ontzettend bedankt voor uw medewerking.

De SOCIËTEIT

organiseert

KOFFIE MET KUNST

Gespreksleider: Katinka Verdonk

Voor: ouderen , max 7 deelnemers

Start: 4 woensdagmiddagen bij voldoende aanmeldingen

Tijd: 14.00 tot 15.30 uur

Waar: de Lieven de Keylaan 24

Kosten: € 20,-, inclusief koffie/thee

Aanmelden:

- telefonisch bij de receptie van WIJ Lieven de Key, tel 023-5288510 of
- per e-mail katinkaverdonk@wijheemstede.nl



Een korte serie bijeenkomsten waarin we de tijd nemen om met een kleine groep kunstafbeeldingen te bekijken. Aan de hand van vragen volgens de VTS methode zal Katinka allen uitnodigen om open en zonder oordeel te kijken en in gesprek te gaan, naar elkaar te luisteren en voort te bouwen op elkaar over wat we zien. We verrassen elkaar met wat ons opvalt, wat we er bij bedenken en waar we dat aan zien. Zo kijken we met meer ogen en zien we zoveel meer. Deze methode prikkelt de nieuwsgierigheid en levert plezier op. Kennis van en ervaring met kijken naar kunst is niet nodig. Kunst vereist immers in wezen geen achtergrondkennis; het is toegankelijk en tijdloos. Dus doe mee en laat u verrassen!

Bij VTS (Visual Thinking Strategies) is de gespreksleider geen bron van kennis; zij faciliteert het gesprek volgens een vast patroon. Deze methode is ontwikkeld in het MOMA museum in New York en wordt inmiddels in het onderwijs, de museumwereld en de zorg gebruikt om onbevooroordeeld te leren kijken naar kunst. Katinka heeft hier een speciale training voor gevolgd.



**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