

FILMS/LEZINGEN/CULTURELE MIDDAGEN/THEMAMAALTIJDEN

WIJ NOVA - PROGRAMMA APRIL 2018

wo	04 apr	20.00 uur	Film	Kedi (2016)
do	05 apr	16.00 uur	Film & Diner	Victoria & Abdul (2017)
vr	06 apr	10.00 uur	Ontmoeting	Verhalentafel met Sybil van Dam i.s.m. Bibliotheek
ma	09 apr	17.15 uur	Themamaaltijd	Negenennegentig dagen menu
di	10 apr	10.30 uur	Optreden	Blaasorkest Princehof
di	10 apr	13.30 uur	Trefpunt-WIJ lezing	Kerala (India) door fietsende reiziger Frank van den Berge
wo	11 apr	19.00 uur	Trefpunt Dementie	Wat doet dementie met de familie?
wo	11 apr	20.00 uur	Film	The sea inside (2004)
do	12 apr	13.30 uur	Open inloop	Mediacafé i.s.m. Bibliotheek
do	12 apr	19.30 uur	Lezing	De eerste Nederlandse kubist: Lodewijk Schelfhout door Michiel Kersten
di	17 apr	10.00 uur	Open inloop	Seniorweb met themalezing Foto app W10 door Ad Brokx
wo	18 apr	09.30 uur	Workshop Lentekriebels	Grote schoonmaak en opruimen maar! door Irma Spaans.
wo	18 apr	20.00 uur	Film	Tulipani (2017)
do	19 apr	20.00 uur	Lente labyrint lopen	met Ad de Graaf en Gerard van der Waard
ma	23 apr	17.15 uur	Themamaaltijd	Koninklijk menu
di	24 apr	13.30 uur	Trefpunt-WIJ lezing	200 jaar Rijksmuseum van Oudheden door Diana de Wild
wo	25 apr	20.00 uur	Film	Hampstead (2017)
do	26 apr	10.30 uur	Film & Lunch	Woman in Gold (2015)
do	26 apr	20.00 uur	Documentaire	Heal (2017) (onder voorbehoud)

VOORPROEFJES MEI 2018

din	15 mei	09.00 uur	Busexcursie	Vestingstad Woudrichem en Slot Loevestein
wo	16 mei	20.00 uur	Film	Victoria & Abdul
wo	23 mei	20.00 uur	Film	Loving Vincent (over Vincent van Gogh) (2017)
do	24 mei	16.00 uur	Film & Diner	Aquarius (2016)

**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 9 april

Negenennegentig dagen menu

Kipcocktail

Rode kool met appeltjes
Aardappelpuree
Runderstoofpotje
Gemengde salade

Sorbet



Maandag 23 april

Koninklijk menu

Feuillette eiersalade

Roerbakgroenten
Aardappelkroketten
Kip Cajun
Gemengde salade

Huisgemaakt tiramisu

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 Nederlandse kubist: Lodewijk Schelfhout

Lezing door Michiel Kersten

Donderdag 12 april om 19.30 uur

In deze lezing staat de eerste Nederlandse kubist Lodewijk Schelfhout centraal, naar aanleiding van de huidige tentoonstelling in het Singer museum in Laren over dit onderwerp. Rond 1910 ontwikkelden Picasso, Braque en Gris het kubisme in Montmartre, op de voet gevolgd door kunstenaars in Montparnasse. Henri le Fauconnier is daarvan de bekendste. De Nederlandse kunstenaar Schelfhout zag in Parijs hun werk en was verkocht. De eerste Nederlandse kubist was geboren.... Een lezing over kubisme en de Nederlandse modernisten Lodewijk Schelfhout, Jan Sluyters en Leo Gestel. Entree € 12,50.



LEZINGEN IN DE LUIFEL

Lente Labyrint lopen

Met Ad de Graaf en Gerard van der Waart

Donderdag 19 april om 20.00 uur

2018 Het labyrint, een magische weg naar jezelf.

In deze workshop ligt het accent op het ervaren van het labyrint en het actief gebruiken met een eigen thema. Dit doen we in twee labyrintlopen.

In de eerste loop gaat het om vertrouwd raken met het labyrint en krijg je hiervoor tips. In de tweede loop ga je met een eigen thema werken en maken we gebruik van de Labyrinth Wisdomcards.

We hebben hiervoor twee labyrinten: het Santa Rosa labyrint (een verkleining van het labyrint in Chartres) en het (oeroude) klassieke labyrint die je beide kunt lopen.

Het wordt een sfeervolle ervarings- en doe-avond die je dichterbij jezelf brengt.

Gerard van der Waart en Ad de Graaf geven geregeld workshops labyrintlopen met uiteenlopende thema's en zijn gepassioneerde labyrintwerkers. Entree: € 10,-.

Lentekriebels, grote schoonmaak en opruimen maar...

Workshop door Irma Spaans

Woensdag 18 april om 9.30 - 11.30 uur

Lukt het je niet om je huis op orde te krijgen? Word je moe van spullen die je steeds moet verzetten? Wil je wel beginnen met opruimen maar weet je niet hoe? Volg de workshop vol tips van Irma Spaans van Mijn Huis Op Orde. Zij geeft inzicht in:

- Kijk met een andere bril naar je huis. Herken (on)zichtbare achterstand.
- Aan de slag met de 4 O's van opruimen. Hoe doe ik dat?
- Leuk die theorie van de 4 O's. Maar hoe blijf ik uit mijn valkuilen?
- Volhouden, ook als het tegenzit. Leer jezelf en je huis beter kennen.

Met deze inzichten wordt opruimen en opgeruimd blijven een stuk leuker! Deelname: € 8,-.

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 10 april

Kerala, Zuid-West India door Frank van den Berge

In 1976 houdt Frank een korte stop in Cochin (in de Indiase deelstaat Kerala) tijdens zijn 1 jaar durende reis met de Lelijke Eind: Amsterdam-India-Amsterdam. Cochin maakt indruk door zijn "Zanzibar"-sfeer en de enorme Chinese visnetten.

In 2004 gaat hij terug naar Kerala en trekt met het openbaar vervoer door dit tropische deel van India. Alhoewel de zuidpunt van het land (Kanyakumari) en de stad Mysore buiten Kerala liggen, neemt hij ze ook op in zijn trip. Hitte, heel veel mensen en veel lawaai, maar ook een enorme rijkdom aan kleuren en de tropische natuur 'overvallen' hem gedurende 6 weken. Een prachtige serie dia's en bijzondere ontmoetingen geven blijk van de goede keus van reiziger Frank van den Berge terug te zijn gegaan.

Dinsdag 24 april

200 jaar Rijksmuseum van Oudheden

door Diana de Wild

Dit jaar bestaat het Rijksmuseum van Oudheden 200 jaar. Hoe de collectie ontstaan is wordt in deze lezing verteld. Over sommige voorwerpen zijn bijzondere verhalen te vertellen zoals een Griekse reliëf uit de 5e eeuw v. Chr., dat in de 17e eeuw in een Nederlands landhuis werd ingebouwd en ternauwernood gered kon worden toen het landhuis in de negentiende eeuw werd gesloopt. De verhalen van Diana de Wild bij de prachtige voorwerpen in het museum vormen de rode draad tijdens deze lezing.



AL 200 JAAR VAN NU



VERHALENTAFEL i.s.m. de Bibliotheek

Vindt u het leuk om verhalen over vroeger met anderen te delen? Ook dit jaar organiseert de Bibliotheek Heemstede in samenwerking met WIJ Heemstede tien weken lang op vrijdagochtend van 10.00-12.00 uur een gezellige verhalentafel onder leiding van Sybil van Dam.

Gezellige bijeenkomsten waarbij de deelnemers elkaar verhalen vertellen over het alledaagse leven van vroeger in Heemstede. Komt u ook?

Het is leuk om oude voorwerpen en foto's mee te nemen. Ook Sybil zelf neemt soms foto's en filmbeelden mee om de verhalen weer in herinnering te brengen. Van de wekelijkse bijeenkomsten wordt een verslag gemaakt om later nog weer eens terug te lezen.

Elke vrijdag van 6 april t/m 15 juni (m.u.v. 27 april) | Gratis entree

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 Kedi (2016)

Woensdag 4 april 20.00 uur

Kedi is een film over de honderdduizenden katten die al duizenden jaren zwerven door de stad Istanbul en in en uit het leven van vele mensen dwalen. Katten en hun jongen brengen vreugde en geven een doel aan de mensen die voor hen kiezen. Een bijzondere film met prachtige beelden! Filmduur: 79 min.



FILM&DINER Victoria & Abdul (2017)

Donderdag 5 april 16.00 uur - Entree incl.diner € 15,-.

Het waargebeurde verhaal van de buitengewone vriendschap tussen Koningin Victoria en Abdul Karim, een jonge klerk uit India. De mensen en bedienden om hen heen proberen deze band te verbreken. Hun vriendschap wordt echter steeds sterker en de koningin gaat de wereld met andere ogen bekijken. Filmduur: 112 min.



FILM The sea inside (2004)

Woensdag 11 april 20.00 uur

Ramón ligt al bijna 30 jaar krachteloos in zijn bed, onder de hoede van zijn familie. Zijn enige uitzicht op het leven is het raam van zijn kamer, vlakbij de zee die hij ooit zo graag bereisde en waar hij het ongeluk kreeg dat een einde maakte aan zijn jeugd. Sinds dat ongeluk is het zijn doel zijn leven op een waardige manier te beëindigen. De aankomst van twee vrouwen met heel verschillende plannen verstoort zijn wereld. Filmduur: 125 min.



FILM Tulipani (2017)

Woensdag 18 april 20.00 uur

Een sprookjesachtige tragikomedie over een romantische Zeeuwse boer die na de watersnoodramp in 1953 nooit meer natte voeten wil en naar het zuiden van Italië fietst. Aan de rand van een klein dorpje weet hij op miraculeuze wijze tulpen te kweken. Dertig jaar later probeert een Italiaanse politie-inspecteur te achterhalen wat er daadwerkelijk gebeurde. Filmduur: 90 min.



FILM Hampstead (2017)

Woensdag 25 april 20.00 uur

De Amerikaanse weduwe Emily kan zich moeilijk focussen op de dingen die aandacht nodig hebben, haar mooie appartement, haar financiën en haar zoon. Op een dag is ze getuige van een aanval op een slordige bewoner van een vervallen schuur door een groep professionele misdadigers. Geschokt belt ze de politie en wacht op hulp. De volgende dag besluit ze zelf op onderzoek uit te gaan. Filmduur: 102 min.



FILM&LUNCH Woman in Gold (2015)

Donderdag 26 april 10.30 - 13.30 uur

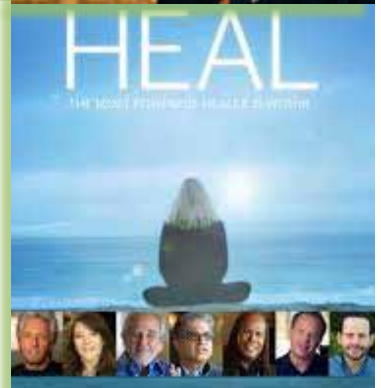
Maria Altmann, een Joodse vluchteling, gaat met behulp van een jonge advocaat een juridische strijd aan tegen de Oostenrijkse overheid om vijf schilderijen van kunstenaar Gustav Klimt. Tijdens de 2e Wereld Oorlog zouden deze gestolen zijn uit het huis van haar familie, waaronder een schilderij met de titel 'The Golden Lady'. Filmduur: 109 minuten. Entree incl.lunch € 13,50.



DOCUMENTAIRE Heal (2017) (onder voorbehoud)

Donderdag 26 april 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.



VOORPROEFJES MEI EN ZOMER 2018

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.

Vestingstad Woudrichem en Slot Loevestein Busexcursie

Dinsdag 15 mei - vertrek 9.00 uur vanaf de Luifel

We varen vanuit Woudrichem met een voetveer naar de overkant. Daar aangekomen lopen we door het prachtige natuurgebied Munikkenland naar Slot Loevestein. Hier krijgen we een rondleiding. Inclusief koffie en gebak, pannenkoekenlunch en s'middags een kopje thee.

Kosten: € 51,85 met MJK, € 63,35 zonder MJK, incl. vervoer, entree, lunch, rondleiding, kopje thee. Als u verzekerd wilt zijn van een plaatsje raden wij u aan om in te schrijven voor 30 april! VOL = VOL.



Zomer-excursieprogramma 2018

Met veel plezier kunnen we aankondigen dat het nieuwe excursieprogramma vanaf 1 april 2018 weer voor u klaar ligt bij de Luifel. In de foyer vindt u een map met uitgebreide informatie.

Noteert u alvast de volgende data in uw agenda:

- 5 juni Glasblazerij en Glasmuseum Leerdam,
- 26 juni Kasteel 's-Heerenberg,
- 17 Juli Culturele hoofdstad Leeuwarden,
- 8 augustus Boottocht Rien Poortvlietmuseum,
- 29 augustus Modeltuinen Appeltern.

Wij kijken uit naar uw deelname!



Dinsdag 10 april - 10.30 uur Optreden Blaasorkest Princehof

Onder leiding van dirigente Barbara Karst brengt het blaasorkest Orkest Princehof weer een leuk en zeer gevarieerd programma ten gehore! Het orkest bestaat uit muzikanten met weinig tot veel samenspeelervaring. Barbara Karst arrangeert zelf de muziek, een leuke mix van lichtklassiek tot Zuid-Amerikaans. Voor het komende seizoen zijn nieuwe muzikanten welkom, waaronder trompet en klarinet. Ook is er plek voor fagot en bariton.

Kom kennismaken met dit orkest tijdens de uitvoering in de Luifel. De koffie staat klaar. Entree gratis. Een vrijwillige bijdrage is welkom.



Media Café

WIJ Heemstede werkt samen met de Bibliotheek
Donderdag 12 april 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.



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



Open Inloop Seniorweb met themalezing *Photo-app W10*

Dinsdag 17 april - 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 door Ad Brokx 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.



In april starten nog drie nieuwe cursussen in de Luifel:

maandag 9 april 10.00 - 12.00 uur 4 x Seniorweb Android vervolgcursus door Ludo Korteman

U gaat dieper in op de mogelijkheden. Instellingen nalopen, oefenen met apps. Is een antivirus nodig? Wat is een goed wachtwoord? Er is ook voldoende tijd voor uw vragen. U kunt deze cursus volgen als u de beginnerscursus heeft afgerond. Meenemen: eigen tablet, géén iP (Apple).

vrijdag 13 april 10.00 - 11.30 uur 10 x Lente cursus Tai Chi door Hans Spruit

Tai chi is een specifieke vorm van Qi gong en van oorsprong een gevechtscunst. We gebruiken het voor gezondheid en om fit en vitaal te blijven tot op hoge leeftijd. En voor praktische toepassingen zoals valpreventie en beter tillen. Ook voor bewegingsproblemen kunnen tai chi en qi gong verlichting geven. Tai chi is geschikt voor alle leeftijden, er is niets anders nodig dan makkelijke kleding. Voor informatie: www.qigonginbeweging.nl

donderdag 19 april 10.00 - 11.30 uur 8 x Spaans op reis door Charlotte Rugebregt

Voor als u uw vakantie in een Spaans sprekend land wilt doorbrengen. Niet veel grammatika, maar meer spreken in dagelijkse situaties zoals in het hotel, restaurant of winkel, op het strand of de markt. Door handouts geen extra kosten voor boeken.

U kunt hiervoor nog inschrijven!

Kijk op www.wijheemstede.nl



Trefpunt Dementie - Wat doet dementie met de familie?

Woensdag 11 april - 19.00 - 21.00 uur

Wat doet dementie met de familie?

Als je partner cq ouder dementie heeft veranderd de relatie ingrijpend. In gezinnen en families kan iemand door bijv dementie zorgbehoevend worden. De vraag om hulp kan een zware belasting vormen voor partner, familieleden en andere betrokkenen. Er ontstaan vaak lastige dilemma's rond zorgverantwoordelijkheid en de taakverdeling. Toch schuilt er in bijna iedere familie voldoende draagkracht om de problemen zelf op te lossen.

Fia Vieleers (mantelzorgondersteuner bij Tandem) zal deze avond Sandra en haar broer Jeroen, mantelzorgers van hun vader, interviewen over het onderwerp. 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.



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

De SOCIËTEIT

organiseert

KOFFIE MET KUNST

W

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.



Wat is er de komende maand te doen bij de Sociëteit?

De SOCIËTEIT +Plus Gouwe Ouwe Film

Woensdag 4 april, aansluitend aan de Sociëteit wordt in een huiselijke sfeer een Gouwe Ouwe film gedraaid met Doris Day. Kosten € 3,- incl. thee. Waar: Lieven de Keylaan 24, Heemstede.

Doris Day



Bij Sociëteit Plus kunnen er extra kosten aan verbonden zijn.

De SOCIËTEIT +Plus Presentatie



Bomen op de Heemsteedse Dreef

Woensdag 18 april, tijdens de Sociëteit komt om 10.30 uur Theo Out dia's laten zien over de Bomen op de Heemsteedse Dreef en daar wat over vertellen. Kosten gewoon € 2,-.

Waar: Lieven de Keylaan 24, Heemstede.