

SOOPNIEUWSBRIEF

nr. 69
21 december 2011

Beste belangstellenden,

Allereerst veel goede wensen voor het komende jaar! We hopen ook in 2012 regelmatig nieuwsbrieven vol mooie en interessante cursussen en evenementen aan jullie allemaal toe te kunnen sturen. We hoeven eigenlijk niet vaak zelf iets te verzinnen, steeds komen er mensen naar ons toe met geweldige ideeën en plannen voor weer iets heel nieuws en anders en het is ons een waar genoegen om al die plannen te helpen uitvoeren. Ook in deze nieuwsbrief staat weer een aantal splinternieuwe activiteiten om het nieuwe jaar avontuurlijk mee te beginnen.

We hopen velen van jullie te kunnen verwelkomen, niet alleen in het nieuwe, maar ook nog in het oude jaar, op 26 december voor de Kerstinloop en daarna nog op 29 december voor de allerlaatste buurtborrel van 2011.

Een goed en gelukkig Nieuwjaar!

Het Bestuur van de SOOP

Nieuwe Kerkstraat 124

www.soopnet.nl

CURSUSSEN EN CLUBS

Bij onderstaande cursussen/clubs staat onderaan de contactpersoon bij wie je je kunt aanmelden.

Spreekuur mobieltjes en camera's

Elke dinsdagmiddag geeft Henry Kloostra hulp en advies bij het gebruik van mobiele telefoons en digitale camera's. In beide gevallen is het zaak het apparaat van te voren op te laden en de nodige kabeltjes en snoertjes mee te nemen.

De kosten zijn € 1,50.

Aanmelden bij contactpersoon Gon van Boxel, tel.: 665 44 84

COMPUTERCURSUSSEN

Het computer-team heeft een cursusprogramma opgesteld voor de periode februari tot en met juni 2012. Het hele cursusprogramma zal binnenkort op onze website zijn te vinden. Bovendien liggen in de kast in de hal folders met een cursusoverzicht. Ook kan het cursusprogramma opgevraagd worden via soopcomputercursus@gmail.com. Op alle cursussen in het programma kan nu al worden ingeschreven. In de maand februari worden onderstaande cursussen gegeven.

Cursus Fotoalbum maken

Maak een fotoalbum met je eigen foto's, voeg teksten toe en laat het afdrukken in een mooi boek. In deze cursus leer je een fotoalbum te maken met een gratis programma van de Albelli afdrukcentrale.

Cursusgegevens

Startdatum: 6 februari (4 lessen)

Lestijd: maandag van 11.15 – 13.15 uur

Kosten: € 18,-- plus € 12,-- voor het boek Fotoalbums maken.

Docent: Evert Kulk

Voorkennis: Goed kunnen omgaan met de computer op het niveau van een afgeronde beginnerscursus.

Benodigheden: Een USB-stick om oefenmateriaal en het gemaakte fotoalbum mee naar huis te nemen.

Workshop Opfrissen computer-vaardigheden

Deze workshop is bedoeld voor hen die behoefte hebben aan het opfrissen van hun kennis over de computer. In drie lessen komen onderwerpen aan de orde als bestandsbeheer, opslaan van e-mail bijlagen, het Configuratiescherm, het werken met

vensters en het organiseren van het Bureaublad.

Cursusgegevens

Startdatum: 21 februari (3 lessen)

Lestijd: dinsdagmiddag van 14.00 – 16.00 uur

Kosten: € 16,--, inclusief cursusdocumentatie

Docent: Riny Jaarsma

Voorkennis: Om mee te kunnen doen is het nodig goed om te kunnen gaan met de computer (eindniveau basiscursus) en een computer met Windows Vista of Windows 7 te hebben.

Workshop Movie Maker

De foto's die we maken verdwijnen meestal in een doos, maar we kunnen er ook een show of verhaal van maken en dat op een dvd branden. Je leert hoe je dit kunt doen met het gratis programma "Movie Maker".

Cursusgegevens

Startdatum: 29 februari (3 lessen)

Lestijd: woensdagmiddag van 14.00 – 16.00 uur

Kosten: € 15,--, inclusief cursusdocumentatie

Docent: Elly van der Kleyn

Voorkennis: Goed kunnen omgaan met de computer op het niveau van een afgeronde beginnerscursus.

Nieuw! Inleiding in de Islam als godsdienst

In deze cursus worden o.a. behandeld: de Koran, de rol van *tafsir* (tekstuitleg van de Koran), *sunna* (navolging van de levenswijze van de profeet), *hadith* (verzamelde uitspraken en handelingen van de profeet) en de Shari'a (religieuze wetgeving). En verder: de shi'itische Islam, de mystieke Islam, fundamentalisme/islamisme en volksgeloof en praktijken.

In christelijke landen worden moslims vaak afgeschilderd als agressief en militant. Ook dat is een cliché. In deze cursus kijken wij naar ficties en feiten over de Islam als religie.

Cursusgegevens

Startdatum: 9 januari 2012

Lestijd: maandag van 11.00 – 13.00 uur (3 lessen)

Kosten: €4,50

Kosten syllabus: € 5,-- (uitgebreid met afbeeldingen en kaarten)

Docent: Gerda Sengers, Arabist en cultureel antropoloog

Aanmelden bij contactpersoon: Jaap Jonker, e-mail: jajo41@kpnmail.nl

Nieuwe cursus Duits! Deutsche Gedichte

In deze cursus spreken we Duits met elkaar, zo goed en zo kwaad als het gaat. Onderwerp van gesprek is deze keer de Duitse poëzie van Martin Luther (1483 - 1546) tot Katja Winkler (1960 -). Daarbij zullen Goethe, Hölderlin, Heine, Rilke, Brecht en vele andere dichters en dichtersessen aan de orde komen met bekende en minder bekende gedichten.

Cursusgegevens

Startdatum: 10 januari (10 lessen)

Lestijd: op dinsdag van 11.00 – 13.00 uur

Docent: Harald Kunst, h.kunst@uu.nl

Kosten: € 20,-- (inclusief kosten voor kopiemateriaal)

Maximum aantal deelnemers: 12.

Aanmelden bij contactpersoon: Aartje van Zwieten de Blom. aartjezb@hetnet.nl, uitsluitend via e-mail. Alleen als u geen computer heeft, kunt u haar bellen: tel.: 421 12 46.

Nieuw! Textiel, een landschapsschilderij van stof

In deze cursus gaan we aan de slag met verschillende materialen van textiel. We gebruiken stoffen zoals katoen, jute, organza, tule en zijde, maar ook handgeschept papier, kant, kralen, borduurzijde en wol, lint, knopen, etc. Kortom, we kunnen alles gebruiken wat voor ons inspirerend is. Met dit materiaal gaan we een landschapsschilderij maken, waarbij vorm en kleur belangrijke elementen zijn. We nemen daarvoor een landschapsfoto als uitgangspunt en scheuren repen stof die op een ondergrond van textiel worden genaaid met de hand. We kunnen deze reepjes stof

eventueel ook zelf van tevoren verven.

Cursusgegevens

Startdatum: 11 januari 2012

Lestijd: woensdag van 11.00 - 13.00 uur

Aantal bijeenkomsten: 6 lessen: 1x per 14 dagen

Kosten: € 9,- exclusief materialen. Men kan ook zelf materiaal meenemen.

Docent: Riet Dorrestein

Aanmelden bij contactpersoon Jaap Jonker, e-mail: jajo41@kpnmail.nl

Kubisme met houtskool

In ons atelier op zolder zal een workshop kubisme met houtskool van start gaan.

Eenmaal per jaar worden de resultaten tentoongesteld in de SOOP, tezamen met die van de andere creatieve groepen.

Cursusgegevens

Startdatum: 19 januari (4 lessen om de week)

Lestijd: donderdagmiddag van 14.00 – 16.00 uur

Kosten: € 13,00

Docent: Evert van Barneveld

Aanmelden bij contactpersoon Anneke Feenstra, tel.: 420 57 62, e-mail:

annekefeenstra1@gmail.com

Basiscursus zelfverdediging voor ouderen

Uit onderzoek is gebleken dat aanvallers op zoek zijn naar makkelijke slachtoffers.

Het doel van deze bijeenkomsten is dan ook: dat je er zo bij loopt en gedraagt dat een aanvaller denkt "oh nee, die moet ik niet pakken, dat je meer vertrouwen krijgt in je mentale en lichamelijke kracht, en dat je alerter wordt, waardoor je soms situaties zult kunnen voorkomen of als dat niet mogelijk is, minder angstig zult zijn en meer creativiteit ten toon zult spreiden zodat je de schade zo veel mogelijk beperkt.

Iedereen kan mee doen aan deze cursus. Ook als je lichamelijke beperkingen hebt en niet meer alles kan, ben je welkom. Trek gemakkelijke kleding aan s.v.p.

Cursusgegevens

Startdatum: 19 januari 2012 (5 lessen)

Lestijd: donderdagochtend van 11.00 – 12.00 uur

Kosten: € 7,50

Docent: Tineke Kalk, zelfverdedigingsdocent

Aanmelden bij contactpersoon Jaap Jonker, e-mail: jajo41@kpnmail.nl

Cursus creatief schrijven

Deze cursus is bedoeld voor iedereen, die het plezier van schrijven wil ontdekken of herontdekken. Schrijft u al? Dan is dat ook prima. Wat we gaan doen is door middel van praktische en doelgerichte opdrachten verschillende vormen van schrijven uitproberen.

Onderzoek doen naar uw eigen verbeeldend vermogen, waarbij u zichzelf en anderen wellicht verrast. We maken gebruik van eigen ervaringen, fantasie en werkelijkheid.

De docente is Annelies de Bruin. Zij werkt al jaren in het onderwijs. Daar geeft zij creatief schrijven aan kinderen. Zij heeft zelf verschillende cursussen creatief dagboekschrijven gevolgd. Momenteel doet zij met veel plezier de opleiding 'Docent creatief schrijven'.

Cursusgegevens

Startdatum: 6 februari 2012 (8 lessen)

Lestijd: maandag van 11.00 – 13.30 uur

Kosten: € 1,50 per keer, totaal € 12,-

Docent: Annelies de Bruin

Zelf meenemen: papier en pen

Aanmelden bij contactpersoon Jaap Jonker, e-mail: jajo41@kpnmail.nl

Introductiecursus bridge

Bridge is een kaartspel dat zich in toenemende populariteit mag verheugen. Veel ouderen spelen het spel tot op hoge leeftijd. Laatst hoorde ik zelfs iemand zeggen: het is een investering in je oude dag.

Het leuke van bridge is dat je het niet alleen, maar met een partner speelt en dat je je

hersens moet gebruiken. En het is bekend: use them or lose them.

Vandaar dat de SOOP een introductiecursus biedt.

Cursusgegevens

Startdatum: 14 februari (12 lessen)

Lestijd: dinsdagmiddag van 14.00 - 16.00 uur

Kosten: € 18,- en € 12,80 voor het boek "Bridge beter met Berry Westra deel 1"

Docent: Kees van den Hoek

Voorkennis: geen

Aanmelden bij Wim Claassen, tel.: 625 75 49, e-mail: wjclaassen@hetnet.nl

Vóór 8 januari 2012 krijgt u bericht of er plaats is.

EVENEMENTEN

Maandag 26 december vanaf 14.00 uur: SOOP KERSTINLOOP

De deuren van de SOOP staan open voor de traditionele kerstinloop. Een middag vol sfeer, gezelligheid en lekker eten.

Donderdag 29 december 17.30 uur: MAANDELIJKSE BUURTBORREL

In samenwerking met de Plantage-Weesperbuurtvereniging en de Vrienden van de Plantage.

Donderdag 12 januari 16.30 uur: SOOP-SALON

Van Scarlatti tot Poulenc, een muzikale reis door de tijd. Het Franse duo Fernand Bernadi (bas) en Laure Boudot (piano) brengen liederen ten gehore uit voorbije eeuwen tot aan onze tijd van een keur aan componisten, zoals onder meer Schubert en Bizet.

Dinsdag 17 januari 16.30 uur: PAS OP UW TELLEN

Een kijkje in de groei van ons getallenstelsel voor ieder die de lagere school heeft afgemaakt. Waarom zijn Romeinse cijfers onhandiger dan de onze. Waarom wantrouwde de kerk die nieuwe cijfers en wat heeft de invoering van de nul betekend. Hoe komt het dat de oude Pythagorieërs in hun maag zaten met de gevolgen van de stelling van Pythagoras. Is een breuk eigenlijk wel een getal? Deze en soortgelijke vragen worden op luchtige wijze van een antwoord voorzien door Jack van Vlijmen.

Donderdag 19 januari 16.30 uur: TAI CHI – WAAR DRAAIT HET OM?

Fitness voor 50 – plussers.

Jaap van Ruller neemt ons mee achter schermen van Tai Chi, een oeroude Chinese vorm van zelfverdediging. Dit is een eenvoudige methode om de gezondheid positief te beïnvloeden, om meer in balans te komen, innerlijke rust en ontspanning te bereiken en om meer vertrouwen te krijgen in jezelf en in anderen.

Een verhaal over de ontstaansgeschiedenis van Tai Chi, de filosofie er achter, de principes die ten grondslag liggen aan de oefeningen en hoe je die oefeningen kunt gebruiken in de praktijk van het dagelijks leven.

De bijeenkomst houdt in: een lezing, een demonstratie (van een deel van de zogenaamde Tai Chi-vorm) en het gezamenlijk doen van een paar simpele oefeningen.

Donderdag 26 januari 17.30 uur- MAANDELIJKSE BUURTBORREL

In samenwerking met de Plantage-Weesperbuurtvereniging en de Vrienden van de Plantage.

Zondag 29 januari 14.00 uur: SOOP-FILM

De legendarische film Potemkin van regisseur Sergej Eisenstein is een zwart-witte stomme film uit de Sovjet-Unie in 1925. Het is een gedramatiseerde versie van de munitie op de pantserkruiser Potjomkin in 1905. Eisenstein gebruikte deze film om te experimenteren met montage zodat de film een zo groot mogelijke emotionele invloed op het publiek zou hebben.

De film is een tijdloos meesterwerk, dat voor sommige critici nog steeds de Beste Film Aller Tijden is en een van de belangrijkste uit de filmgeschiedenis.

Kaarten á € 2,50 (inclusief consumptie) s.v.p. vóór zondag aan de bar in de Gelaghkamer kopen. Er kunnen maximaal 20 toeschouwers worden toegelaten.

Tot en met 1 februari is op werkdagen van 11.00 - 17.00 uur de **TENTOONSTELLING** van kunstenaar Joost van der Krogt te bezichtigen.

Donderdag 2 februari 16.30 uur: VERNISSAGE

Feestelijke opening de tentoonstelling Wandobjecten aller Art van kunstenaar Mieke Folgering.

Donderdag 9 februari 16.30 uur: SOOP-SALON

Een concert in samenwerking met het Conservatorium van Amsterdam. Nadere gegevens volgen.

Zondag 12 februari 14.00 uur: SOOP-FILM

Op deze middag wordt de film The Trial van regisseur Orson Welles met o.a. Anthony Perkins, Jeanne Moreau, Romy Schneider, Orson Welles vertoond, een verfilming van het boek Het Proces van Franz Kafka uit 1925.

Het verhaal draait rond Josef K. (Anthony Perkins), een weinig betekende klerk die op een ochtend, zonder dat hij iets verkeerd heeft gedaan, wordt gearresteerd door een drietal agenten die op geen enkel moment identificatie tonen, niet zeggen door welke autoriteit ze gezonden worden. Op die manier begint een lijdensweg van K. door eindeloze gangen van het gerecht. Hij ontmoet allerlei vreemde personen en is wanhopig op weg naar mensen die hem kunnen helpen om zijn zaak te winnen.

Kaarten á € 2,50 (inclusief consumptie) te verkrijgen aan de bar van de SOOP vanaf 31 januari 2012. Er kunnen maximaal 20 toeschouwers worden toegelaten.

**Donderdag 16 februari 16.30 uur: THEMABIJEENKOMST
EIGEN KRACHT-CONFERENTIE**

De baas blijven over ziek, zeer & zorg

Informatie over de Eigen Kracht-conferentie: hoe werkt dat?

Ieder mens wil de regie voeren en baas zijn over het eigen leven. Maar soms zijn er kwesties waarbij een helpende hand erg welkom of zelfs nodig is.

De Eigen Kracht-conferentie is een besluitvormingsmodel waarin families, personen of groepen burgers zelf beslissen over wat zij nodig hebben aan hulp. De hoofdpersoon in een Eigen Kracht-conferentie kan een volwassene zijn met een ziekte of beperking, maar ook een mantelzorger. Tijdens een bijeenkomst wordt door zo veel mogelijk betrokkenen een plan voor de toekomst gemaakt: door de hoofdpersoon zelf (voor zover nog mogelijk), kinderen, familieleden, vrienden, burens, collega's.

Een Eigen Kracht-conferentie kan worden ingezet in alle situaties waar een plan moet komen om te zorgen dat het beter gaat: *samenredzaamheid*.

Door: Hilleke Crum

Eigen Kracht *Centrale* Noord-Holland, 06-23535936

Website: www.eigen-kracht.nl