

Vaste activiteiten

Maandag

Repaircafé, elke eerste maandag van de maand van 10.00 - 12.30 uur

Coenenkoor van 14.30 uur tot 16.00 uur in de Koelmanzaal o.l.v. Pia Mercx. Inlichtingen: Wil van der Wal, tel. 020-6718506

CoenenAcademie workshops 19.30 tot 22.00 uur
1 en 29 oktober 'Tijdgenoten' (Goed oud worden)
8 en 22 oktober 'Samen Schrijven'

Dinsdag

Bridge van 12.30 tot 15.45 uur

Info: Hennie Wolff, tel 020 6716064

Diner om 18.00 uur (Zie de site voor menu)

Woensdag

Raad en D(r)aad van 10.30 tot 12.30 Inspiratie en hulp bij naaien en breien en nog veel meer

Gymmen in de Koelmanzaal

Meer Bewegen Voor Ouderen o.l.v. Els Gilliot

van 9.30 tot 10.15 uur gymnastiek voor 65+

van 10.30 tot 11.15 uur fitgym

van 11.30 tot 12.15 uur gymnastiek voor 65+

Voorleesclub van 15.00 tot 16.30 uur

Inlichtingen bij Joost Heijmeijer, tel. 020-6797630.

Donderdag

Filosofie, eenmaal per twee weken van 15.00 tot 16.30 uur o.l.v. Bart Voorsluis

Info en aanmelding: Wil van der Wal, 020-6718506

Diner om 18.00 uur (Zie de site voor menu)

Vrijdag

Tekenen en schilderen, van 13.15 tot 15.30 uur o.l.v. Sandra Kruisbrink.

Info en aanmelden: 06 25 320 152

Dankjewel, Tom!

En ook de mensen van de 'oude' Coenen, die ervoor zorgen dat de CoenenKoerier ook buiten het 'Samenwerkinggebied' in de bus komt. Wie wil ze helpen?

Openingstijden

Elke werkdag open van 10.00 tot 17.00 uur voor koffie, thee, (meestal) taart en fris- en andere dranken. Dagelijks een complete lunch van 12.00 tot 13.30 uur. Dinsdag en donderdag diner om 18.00 uur (voor diner is reserveren noodzakelijk, liefst een dag van tevoren).



J.M. Coenenstraat 4 Amsterdam
www.decoenen.com
Telefoon : 020 370 9355
Voor reserveringen ook: 06 57 89 8370

Varia

1 oktober	14.30 u Informatie 'In Balans'
18 oktober	10.30 u ZorgSaam Zuid 'Op de koffie' met Marion Russchen
20 oktober	Grote Herfstburenborrel
2 november	Inbreng voor de brocante
4 november	11.00 u Brocante
9 november	Nieuwe expositie, werk van Christine Fonseca en Henk Jansen

Zingen is gezond

Het Coenenkoor, onder leiding van Pia Mercx, repeteert elke maandagmiddag in de Koelmanzaal en praat meestal nog even gezellig na in De Coenen. Een paar maal per jaar zijn er uitvoeringen. Nog meer goed nieuws: het koor kan altijd nieuwe stemmen gebruiken. Wil van der Wal vertelt er graag meer over: 020 6718506.

Nog meer zang: eveneens in de Koelmanzaal geeft Eveline Juten les. Regelmatig laat zij groepjes nieuwelingen zien dat – in haar eigen woorden – iedereen kan zingen.

Info: www.evelinejuten.nl

Brocante

Gezellig snuffelen, mooie dingen bekijken en en passant zorgen voor financiën voor De Coenen. Dat kan allemaal op onze jaarlijkse **Brocante op 4 november tussen 12 en 5 uur**. U hebt dus nog even tijd om alvast te sparen en tegelijk kelder of zolder te inspecteren op wellicht allang vergeten spullen voor de verkoop. Op 2 november zijn ze welkom in De Coenen. Alles wat mooi, oud en/of verleidelijk is. Nou ja, geen kleding of boeken. Maar kunst, sieraden, aardewerk, porselein, glaswerk, bestekjes, antieke tafelkleden en zo.. prachtig!

Nieuwe naam: www.decoenen.com

Het heeft hier en daar nog wat voeten in de aarde, de overstap van De Nieuwe Coenen naar De Coenen. Zo ook in het geval van de website. Maar om een lang verhaal kort te maken: hij heet voortaan **www.decoenen.com**. Zet 'm bij je favorieten en kijk regelmatig of er wat nieuws bij komt. Dat zijn in ieder geval de menu's, maar er staat veel meer op stapel. Zodra er weer iets meer capaciteit voor is. Misschien iets voor jou, handige webschrijver?

Contact

Bestuur De Coenen:

Annelies van Mansfeld mail: a.van.mansfeld@kpnplanet.nl

Madeliën Krips mail: krips@dds.nl

Redactie DeCoenenKoerier:

Alice Ottersberg, Hanneke Stoppelenburg, Madeliën Krips en

Martin v.d. Akker mail: redactie@decoenen.com

Informatie over het huren van een ruimte:

mail: verhuur@decoenen.com

DeCoenenKoerier

BERICHTEN VAN ONTMOETINGSCENTRUM DE COENEN

Welkom in
de vernieuwde Coenen

Dankzij een financiële bijdrage van de gemeente en de grote inzet van enthousiaste vrijwilligers is de Coenen vernieuwd. De keuken is ingrijpend gemoderniseerd, er is een tweede flexibele wand geplaatst en het activiteitenprogramma wordt verder uitgebreid. Kortom, de Coenen is dé plek in de buurt waar je zomaar binnen kan lopen voor de krant, een praatje of een kop koffie, waar je mee kan doen aan de verschillende activiteiten, waar je kan aanschuiven bij een van de workshops of themamiddagen van de CoenenAcademie, waar je voor je eigen club, groep of familie een mooie ruimte kan huren en waar je natuurlijk lekker kan eten. Nieuwsgierig geworden? Maak het van dichtbij mee op de grote herfstburenborrel op zondag 20 oktober. Of kom naar de feestelijke opening van de nieuwe expositie op 30 september. Nou ja, natuurlijk bent u elke (werk)dag van harte welkom!

In dit nummer onder andere:

CoenenAcademie Een goed gesprek over vluchtelingen

Nieuwe expositie Jos van der Molen en Henk Rohde met fotogrammen, schilderijen en beeldjes

Grote Herfstburenborrel Bijkletsen en kennismaken op 20 oktober

Praten met statushouders Oude en nieuwe stadgenoten praten over het dagelijks leven in Amsterdam

Op de koffie met... Marion Russchen over fysiotherapie

Modeshow in de Brahmshof De herfst in met een nieuwe garderobe

Grote Herfstburenborrel op 20 oktober

Het is weer hoog tijd voor een Grote Burenborrel. Dat vonden de organisatoren van Nabuurschap Harmoniebuurt, die er op 20 oktober weer eentje organiseren in samenwerking met De Coenen. Het succes van de borrels is inmiddels bekend. Steeds verzamelen minstens rond de 100 buurtbewoners (en het begrip 'buurt' nemen we zeker dit keer heel ruim!) zich rond hapjes en een drankje om weer eens bij te kletsen en nieuwe gezichten te zien.

U bent van harte welkom tussen 17.00 en 19.00 uur. De toegang is € 3,- (voor de hapjes, kinderen gratis) en de drankjes zijn voor eigen rekening.



Vrijwilliger zijn, is...

Vrijwilliger zijn bij De Coenen. Dat is 's-morgens het licht aan doen, het koffieapparaat aanzetten en even de wc's controleren. Praatje maken met de eerste gasten en een ballon van het feest van de vorige dag van het plafond plukken. Dat is de taart aansnijden en alvast de lunch voorbereiden. Huurders ontvangen die komen vergaderen, studeren of feestvieren. Het is koken, bedienen en afwassen als in een gewoon restaurant, iemand in zijn of haar jas helpen en 'wel thuis' wensen. En vervolgens een emmer sop maken om de vloer te doen. Het is ook samen piekeren. Over de organisatie. Over activiteiten, over roosters, over hygiëne. Over het rondbrengen van de CoenenKoerier. Het is samen puzzelen om met dertig mensen het werk van zestig te doen. Het is heel veel dingen. Maar het is vooral ook veel plezier. Omdat het fijn is om iets bij te dragen aan een gemeenschappelijk doel: een extra huiskamer in de buurt. Voor wie de eigen huiskamer op den duur te benauwd is. Of te klein voor je tachtigste verjaardag. Of te stil voor een hele dag. Vrijwilliger bij De Coenen, dat bèn je, vanuit je hart. En anders wordt het tijd dat je het wordt. Praat maar eens met (mw) Hans Dresden, tel. 020 223 2118.

Een goed gesprek en meer

De CoenenAcademie breidt zich verder uit. Elke maand wordt onder de paraplu van ons eigen 'kennisinstituut' een thema-avond georganiseerd onder de titel 'Een goed gesprek over..' Op woensdag 17 oktober van 19.30 tot 21.30 uur is de eerste: **Een goed gesprek over vluchtelingen**.

We hebben het er voortdurend over maar wat weten we ervan? En hoe denken we erover? Daar gaan we over praten. Geen gemakkelijk onderwerp, maar ook over moeilijke onderwerpen moet je open kunnen praten. Wat zijn onze opvattingen, wat zijn onze oordelen en vooroordelen, wat vinden we lastig aan de vluchtelingenzaak?

Om het gesprek op gang te brengen vertelt **Geeske Hovingh** van het **Wereldhuis** (www.wereldhuis.org) ons wat zij doen voor ongedocumenteerde asielzoekers.

Daarna praten we over de dilemma's die onze omgang met vluchtelingen oproept. Gesprekscode: niemand hoeft bekeerd te worden, iedereen is vrij in zijn meningen, het gaat om de inhoud. *Toegang: € 5.-*

En dan zijn er nog steeds de **twee workshops** op maandagavond van 19.30 tot 22.00 uur: **Tijdgenoten** (over belang en onbelangrijkheid van leeftijd) en **Samen schrijven** (over het plezier van tekst). Allebei wegens succes geprolongeerd, inmiddels met veel trouwe klanten maar altijd met plek voor meer. Geen afspraak, gewoon aanschuiven. Kijk bij de 'Vaste activiteiten' voor de data.

Tot slot: het borrelt van de nieuwe ideeën voor activiteiten van de CoenenAcademie. Vooral voor incidentele activiteiten. Praktische PC-probleempjes, hobby's, muziek, die dingen gaan er allemaal komen. Maar blijf vooral meedenken. Er is zó veel kennis en ervaring om te delen in De Coenen!



De Coenen verjongd uit de verbouwing



En dan de keuken. Daar zijn we drie jaar blij mee geweest, maar hij zat wel vol onhandigheden, geniepigheidjes en plotselinge ongemakken. Die zijn nu verholpen, tot onuitsprekelijk genoegen van koks, afwassers en schoonmakers. En.. we koken voortaan op inductie. Dat proef je niet, maar het is betrouwbaarder, veiliger en zuiniger.

Zo, de verbouwing is achter de rug. Nou ja, eigenlijk de verbouwingen, meervoud. Eerst kon een lang gekoesterde wens vervuld worden: een goede geluidsdichte wand tussen keuken en Lumièrzeaal. Zo bijten stilteminnende gezelschappen en vrolijke keukengeluiden elkaar niet langer. Dus: meer mogelijkheden voor activiteiten en verhuur. Kijk maar op de website voor de mogelijkheden.



Op de koffie met....

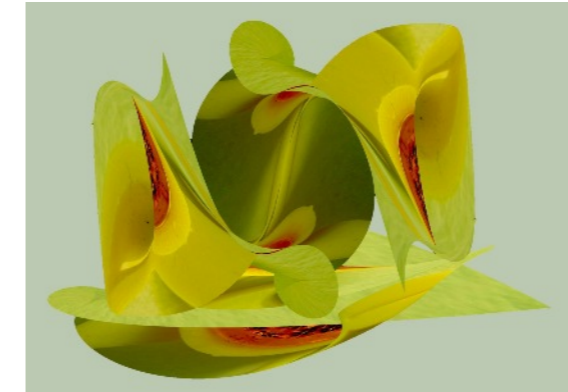
Op donderdag 18 oktober nodigt ZorgSaam Zuid u weer op de koffie. Ditmaal is Marion Russchen te gast. Ze is fysiotherapeute en heeft de afgelopen maanden de valpreventie cursus 'In Balans' gegeven in De Coenen. Een nieuwe cursus start in oktober. Ze zal natuurlijk iets vertellen over de ervaringen van de afgelopen maanden, maar het thema is ook breder: wat doet een fysiotherapeut, wanneer ga je daar naar toe, heb je een verwijzing nodig etc. En natuurlijk is er weer volop gelegenheid tot het stellen van vragen. Het koffieuurtje duurt van 10:30 - ca. 11:30 uur

De volgende data zijn al bekend: **donderdag 13 december** en **donderdag 21 februari 2019**.

Galerie De Coenen

Dubbel debuut

Eind september hangt er weer een mooie nieuwe expositie in De Coenen. Een belangrijk moment voor Jos van der Molen en Henk Rohde want hoewel ze al een leven lang beeldend actief zijn, is dit voor allebei hun eerste eigen expositie.



Jos, aanvankelijk röntgenlaborant, schoolde zich om tot creatief bezigheidstherapeut en maakte zich zo alle mogelijke creatieve technieken eigen. Etsen had lange tijd haar speciale belangstelling en daarna fotografie. Dat laatste, gecombineerd met vele jaren reizen over de hele wereld, leverde een kast vol fotoboeken op. Maar sinds ze in aanraking kwam met fotobewerkingsprogramma's werd ze gegrepen door alle mogelijkheden om de producten van het camera-oog te gebruiken als het palet voor een nieuwe werkelijkheid. Dat levert fascinerende beelden op, misschien wel eerder grafiek dan fotografie. 'Vormenspel' is de passende titel die ze koos.

Henk, geschoold aan de Rotterdamse Academie voor beeldende kunsten, heeft 'helemaal niks met computers'. Hij raakte verzeild in 'de reclame' en was het grootste deel van zijn leven art director voor een reeks van bedrijven. Dat weerhield hem er niet van om ondertussen ook vrij werk te maken, tekeningen, schilderijen en keramiek, dat echter maar in beperkte kring zichtbaar was. Nu exposeert hij daaruit een selectie, twee- en driedimensionaal. Toegankelijk en aansprekend werk, vaak met een knipoog. Dat komt terug in de titel: Tussen Kunst en Kitsch.

Op 30 september om 16.30 is de feestelijke opening. U bent van harte welkom om de kunstenaars te ontmoeten en hun werk te bekijken. En als galeriehouders hopen wij natuurlijk al gauw de eerste 'verkochst-stickertjes' te mogen plakken. 10% is voor ons!



Modieus de herfst in

Op woensdag 31 oktober is er om 13.00 uur weer een modeshow in de Brahmshof. Organisator is Meijssen Mode, het modehuis dat zich heeft gespecialiseerd in kleding voor de modebewuste senior.

Bent u benieuwd naar de herfstcollectie en wilt u die zelf zien? Met alle plezier tonen de mannequins u de laatste modetrends. En zoals altijd is er tijdens de show ook een antieke japon te zien! De modeshow wordt afgesloten met een gezellige verloting. Direct daarna is er gelegenheid om aankopen te doen. De ervaren medewerksters staan u graag terzijde met een eerlijk en professioneel advies. Zij helpen bij het passen, zoeken de juiste maat (de maatvoering loopt van 36 t/m 54) en zorgen voor een persoonlijke begeleiding bij het maken van de juiste keuze voor uw nieuwe herfstgarderobe.

Praten met statushouders

Vluchtelingen, statushouders, er wordt dagelijks over ze gepraat. En maar weinig mét ze. Dat is niet zo vreemd; waar kom je ze immers tegen? Sinds 14 september is er zo'n plek. **Elke vrijdag van 18.00 tot 20.00 uur** treffen buurtbewoners en statushouders uit heel Zuid elkaar bij De Coenen. Met als doel: samen praten over het dagelijks leven in Amsterdam en mogelijk tal van andere dingen die ons allemaal bezighouden. Oude en nieuwe stadgenoten hebben elkaar wat te melden, dat is het uitgangspunt. Iedereen is er dus welkom. Zonder afspraak.