

# decoenen ACTIVITEITENKALENDER

Editie mei-juni 2023

PAS OPI!  
ALTIJD NOG EVEN  
CHECKEN OP DE SITE

## Elke week of op z'n minst regelmatig:

### Om te beginnen... buurtcafé en lunchplek

Elke werkdag is De Coenen van 10.00 tot 17.00 uur open voor koffie, thee, (meestal) taart, fris- en andere dranken. Met dagelijks lunch van 12.00 tot 13.30 uur. Loop gewoon eens binnen, bekijk de expositie, bestel wat te drinken en zie wie d'r allemaal nog meer is.

#### RepairCafé

Geef je kapotte spullen een tweede leven. Neem ze mee naar De Coenen en kijk wat de handige mannen en vrouwen daar er nog mee kunnen.

Elke eerste maandag van de maand.

1 mei en 5 juni | 10:00 - 12:30 uur.

Reserveren is niet nodig.

Bijdrage: foaienpot.

#### Bridgeclub

Dinsdag | 13:00 - 16:00 uur.

Reserveren: neem contact op met Marion Bakker  
T 06 12713878.

Bijdrage: € 3,00 p.p.

#### Diner in De Coenen

Samen heel lekker eten voor een heel redelijke prijs. Schuif ook eens aan!

Dinsdag en donderdag | 18:00 - ca. 19:30 uur.

Bijdrage: € 12,50 voor hoofd- en nagerecht.

Reserveren en menu: zie website.

#### Online mediteren

Begin de dag met een half uurtje meditatie. Zonder poespas en met een beetje begeleiding. Daar kun je weer de hele dag mee toe.

Woensdag | 10:00 - 10:30 uur.

Reserveren: geef je op via [info@decoenen.com](mailto:info@decoenen.com), dan krijg je een Zoom-linkje. Deelname is gratis.

#### Raad en D(r)aad

Deskundige hulp en inspiratie bij naaien en breien.

En, samen maar apart: weven met kleine ramen

Woensdag | 10:30 - 12:30 uur.

Reserveren is niet nodig

Bijdrage: € 3,00 p.p.

#### Samen gymmen op woensdag

Bewegen is belangrijk, zeker als je ouder wordt. En het is extra leuk en gezellig in groepsverband.

Er zijn drie groepen:

Gymmen voor 65+, 9:30 - 10:15 uur.

Fitgym, 10:30 - 11:15 uur.

Gymnastiek MBVO 65+, 11:30 - 12:15 uur.

Info bij docent Irina Hüfner, T 020 886 10 70.

#### Computerlessen

Voor de Windows-computer, met Ewoud Zeldenrust.

Donderdag | 10:30 - 12:30 uur.

Reserveren is niet nodig

Bijdrage: € 3,00 p.p.

#### Filosofiegespreksgroep

Donderdag om de week | 13:00 - 14:30 uur.

Reserveren bij Ruud Westerkamp T 06 54753507.

Bijdrage: € 3,00 p.p.

#### Voorleesclub

Donderdag | 15:00 - 16:00 uur.

Reserveren bij Joost Heijmeijer T 020 6797630.

Bijdrage: € 3,00 p.p.

#### Zingen is gezond

Ons eigen Coenenkoor, een dameskoor o.l.v. Pia Mercx bestaat al meer dan 30 jaar! Het repertoire omvat vooral semi-klassieke tweestemmige liederen.

Vrijdag 14:30 - 16:00 uur.

Alle informatie bij Pia Mercx, T 06 28 090 490.

#### Exposities

Het hele jaar door is De Coenen ook expositieruimte voor (veelal amateur)kunstenaars uit de buurt of uit de kring van buurtbewoners. Een mooie gelegenheid voor de kunstenaars om hun werk te tonen en tegelijk een fraaie aanvulling op het interieur van de beide ruimten. In veel gevallen is de kunst ook te koop. Nog tot eind mei exposeert **Co Papavoine** zijn schilderijen. Kleurige afbeeldingen van vogels en natuur, geschilderd vanuit het hart.

Vanaf 5 juni zijn in De Coenen de schilderijen te zien van **Ronald de Haan**: voornamelijk realistisch geschilderde landschappen in acryl, in heldere kleuren; daarnaast enkele getekende portretten van BN'ers, deels realistisch, deels karikaturaal.

Wil je zeker zijn dat de hele expositie te bezichtigen is? Dan even bellen, want soms is de Tuinzaal in gebruik.

#### Laat je portret schilderen...

... door buurtgenoot Gerard Paradies, in olieverf op linnen. Elke vrijdag van 13.00 tot 15.00 uur is hij in De Coenen aan het werk. Afname van je portret en vergoeding van het materiaal in overleg met Gerard.

Bel hem even als je geschilderd wil worden: 020 - 66 20 753.

AANMELDEN/RESERVEREN? BEL 020 370 955 OF MAIL NAAR [INFO@DECOENEN.COM](mailto:INFO@DECOENEN.COM)

Voor alle bijzonderheden en actueel nieuws: [www.decoenen.com](http://www.decoenen.com)

020 370 9355

Z.O.Z.

# ACTIVITEITENKALENDER

Editie mei-juni 2023

KIJK VOOR NIEUWE  
DINGEN STEEDS OP  
DE WEBSITE!

## Incidenteel en vaker:

De Coenen is regulier op werkdagen overdag open. Dan vinden ook de meeste activiteiten plaats. Maar... ook 's avonds en in de weekends is er vaak wat te beleven. Kijk maar hieronder. En op de website. Daar vind je regelmatig nieuwe dingen die je in De Coenen kunt doen.

### Een Goed Gesprek

Een kring buurtgenoten, niet al te veel. Het gesprek - een dialoog, géén debat - gaat over wat ons beweegt. De gespreksleider geeft het woord en bewaakt de grenzen. Samen onderzoeken we wat het leven met ons doet.

Maandag 1 en 15 mei en 12 juni | 19:30 - 21:30 uur .

Reserveren niet nodig. Bijdrage: € 3,00

### Herdenking op 4 mei

Na de 4 mei-herdenking bij het monument aan de overkant, is er volop gelegenheid om na te praten en wat te drinken in De Coenen.

Donderdag 4 mei | 20:15 uur.

### Vrijheidsmaaltijd op 5 mei

We herdenken de bevrijding en vieren de vrijheid met een speciale maaltijd. Aan tafel met een immer actueel thema, met mensen zoals jezelf - of compleet anders.

Vrijdag 5 mei | 17:30 uur.

Bijdrage € 5,00. Beslist vooraf aanmelden.

### Koekjes Bakken op Zondag

We gaan zorgen voor een flinke voorraad koekjes onder leiding van een ervaren banketbakker. Onze koekjes zijn uniek: Coentjes! Iedereen welkom, vele handen maken licht werk, maar wel even aanmelden!

Zondag 7 mei | 16:00 - 19:00 uur. Bijdrage: € 3,00 p.p.

### Samen Schrijven

In de workshop 'Samen Schrijven' maken we samen ter plekke dezelfde - maar steeds andere - 'opgaven' en delen de resultaten. Met af en toe een paar tips van een ervaren tekstschrijver gaat het schrijven je steeds beter af.

Maandag 8 en 22 mei en 5 en 19 juni | 19:30 - 21:30 uur .

Reserveren niet nodig. Bijdrage: € 3,00

### AquarelAtelier

Eens in de twee weken aquarelleren, samen met andere enthousiasten en Odilia Jeuken voor instructie, tips en aansporingen. Eigen materiaal meenemen, maar wie het eens wil proberen, kan meteen aan de slag. Er is koffie en thee en gelegenheid om elkaars resultaten te bekijken.

Woensdag 10 mei en 7 en 21 juni | 14:00 - 16:00 uur.

Bijdrage € 3,00 per keer, wel vooraf aanmelden.

### Diner Musical

Voor een keer maken we het reguliere donderdagdiner, ditmaal bereid door de Coenen KookGroep, extra gezellig! Kom lekker eten, drinken en (mee)zingen en/of luisteren met buurttroubadour John Akkerman en zijn gitaar.

Donderdag 11 mei | 18:00 uur. Ruim op tijd reserveren!

Normale kosten: € 12,50

### Literair Café

Lees je verhalen, gedichten en liedjes voor of speel iets moois ergens op. Er is een piano aanwezig, en véél goodwill van de vrij binnenlopende luisteraars.

Vrijdag 9 juni | 16:00 - 19:00 uur.

Aanmelden optredenden via info@decoenen.com. Voor hen is het eerste drankje gratis.

### Creatief Café

Kom op je gemak snuffelen aan allerlei creatieve vormen van expressie en ontdek wat je leuk vindt. Er ligt en staat van alles klaar: papier, potlood, pen, penseel, krijt, verf, linoleum en gutsen, een pastamachine om mee te etsen en nog veel meer. Inclusief een paar enthousiastelingen om je de weg te wijzen. **Extra deze keer:** originele enveloppen maken voor bijzondere brieven en wenskaarten.

Zondag 18 juni | 14:00 - 17:00 uur. Bijdrage € 3,00.

### Bijpraten met blauw

Stel al je vragen over veiligheid aan de deur en in de buurt aan wijkagent Margriet de Vries.

Zij komt er speciaal voor op de koffie.

Dinsdag 20 juni | 10:30 uur. Aanmelden niet nodig

### Op de koffie met Zorgzaam Zuid

Te gast is deze keer Odensehuis Amsterdam Zuid, inloophuis voor mensen met (beginnende) dementie of geheugenproblemen, mantelzorgers, hun familie en vrienden.

Donderdag 29 juni | 10:30 uur Aanmelden is niet nodig.

Bijdrage: € 3,00 p.p. voor niet-leden van Zorgzaam Zuid.

### Juridisch spreekuur

Juridische vragen? Leg ze voor aan onze eigen juridisch expert, Mr. Yvonne Telenga, voor een frisse deskundige blik en nuttig advies.

Maandag 15 mei en 12 juni | 10:30 uur. Graag aanmelden.