

Ik wil met jou...

EDITIE
NOORD

meedoen



aan
leuke



activiteiten



in de
buurt



Dat wil



jij toch
ook?



Buurtbewoners met een verstandelijke beperking hebben verschillende activiteiten getest. Het blijkt dat het heel goed mogelijk is om aan de activiteiten in de buurt mee te doen. Dit boekje geeft een overzicht van deze activiteiten. Kom langs om te kijken of mee te doen!

Inhoud

Tuindorp Oostzaan

Soep op Zaterdag	10
Bodywork	10
Meer Bewegen Voor Ouderen	11
Theatersport	12
Zondagsoos	12
Spelletjesmiddag	13
Muziekfilm	13
Surinaamse eettafel	14
Plaatjes BINGO	15
Repair Café	15
Koffieochtend	16
Buurtmaaltijd	16

Banne

Buurtrestaurant	17
Huiskamer van de buurt	17

Nieuwendam

Hobbyclub	18
Bingo	18
Sjoelen	19
Open Huis	20
Buurtrestaurant	20
Computerles door Patrick	21
Bingo	22
Bowlen	22
Tuinieren	23
Korenmiddag	23
Zondag klassiek	24
Sjoelen	24
Even naar Co's	25
Bingo	25

Senioren sport	26
Spelletjesmiddag	26
De zondagsalon	27
Bewegen Boven 't Y	28
Special Olympics Zwemmen	29
Zaalvoetbal	29
Vriendenkringen Noord	45

Tuindorp Buiksloot

Koffietafel	30
Bingo	30
Volksdansen	31
Mozaïek club	31

Vogelbuurt IJplein

Seniorensoos	32
Fitt4all	32
Resto VanHarte	33
TienerResto	34
Huiskamer Kerk en Buurt Noord	34
Handwerken	35
Broodje van de week met een activiteit	35
Voedseltuin IJplein	36

Bloemenbuurt

Stijldansen	37
Tafeltennis	37
Dijk 270	38
Zwemmen	38
Vrije Tijd Soos	39
Buurtmaaltijd	39
Bingo	40
Country/Line dansen	41
Fröbelen	41
Culturele zondag	42
Noorderpark in Beweging	42
Meet2Move	43

Heel Noord

SPIN	44
Jongeren Productiehuizen Dockzz	44
Only Friends	46

locaties in Noord

1. Huis van de Wijk de Evenaar
2. Gymzaal De Werf Cordaan
Dr. Sarphatihuus
3. Restaurant het Anker
Cordaan
4. Theaterstraat
5. Bethelkerk
6. CoCo's Keuken
Kadoelerbreek

7. Bij Bosshardt
8. Dani's in de Bunker
9. Huis van de Buurt
Het Schouw
10. Sporthal de Weeren
11. Huis van de Buurt De Kimme
12. Ronald McDonald Centre
13. Buurtcentrum de Driehoek
14. De Luifel
15. Huis van de Wijk de Meeuw

16. Jongeren productiehuis
De Valk
17. Ontmoetingscentrum
Albatros
18. Huiskamer Kerk en Buurt
Noord
19. Voedseltuin
20. Dansschool Eddy Spier
21. Speeltuinvereniging
Bloemenkwartier
22. Dijk 270
23. Floraparkbad
24. Buurtkamer Heliotroopstraat
25. Buurtcentrum 't Anker
26. School voor speciaal
onderwijs De Heldring
27. De Noorderparkkamer
28. Noorderpark
29. Speeltuinen SPIN
30. Jongeren productiehuizen-
Dockzz

Thema:

Eten& Drinken

Buurtmaaltijd Bethelkerk	16
Buurtmaaltijd Heliotroopstraat	39
Buurtrestaurant CoCo's Keuken	17
Buurtrestaurant Het Schouw	20
Even naar Co's	25
Dijk 270	38
TienerResto	34
Broodje van de week	35
Resto VanHarte	33
Soep op Zaterdag	10
Surinaamse eettafel	14

Bewegen

Bewegen Boven 't Y	28
Bodywork	10
Fit4All	32
Meer bewegen voor ouderen	11
Meet2Move	43
Noorderpark in Beweging	42
Only Friends	46
Senioren sport	26
Special Olympics zwemmen	29
Tafeltennis	37
Zaalvoetbal	29
Zwemmen	38

Theater

Theatersport	12
--------------	----

Ontmoeting

Culturele zondag	42
Zondagsoos	12
Dijk 270	38

Spelletjes

Bingo bij Bosshardt	18
Bingo bij Dani's	22
Bingo bij De Kimme	25
Bingo bij de Driehoek	30
Bingo bij 't Anker	40
Bowlen	21
Plaatjes BINGO	15
Sjoelen bij Bosshardt	19
Sjoelen bij De Kimme	24
Spelletjesmiddag bij De Kimme	26
Spelletjesmiddag Cordaan	13

Muziek/ Film

Muziekfilm Cordaan	13
Korenmiddag	23
Zondagklassiek	24



Creatief

Handwerken	35
Fröbelen	41
Hobbyclub bij Bosshardt	18
Mozaïek club	31
Repair Café	15

Inloop

De Zondagsalon	27
Jongeren productiehuisen Dockzz	44
Huiskamer van de Buurt	17
Koffieochtend Bethelkerk	16
Koffietafel	30
Open Huis bij Bosshardt	20
Seniorensoos	32
Huiskamer Kerk en Buurt Noord	34
SPIN Speeltuinen	44
Vriendenkringen Noord	45
Vrije Tijd Soos	39

Computers

Computerles bij Bosshardt	21
---------------------------	----

Natuur

Tuinieren bij Het Schouw	23
Voedseltuin IJplein	36

Dansen

Country/Line dansen	41
Stijldansen	37
Volksdansen	31

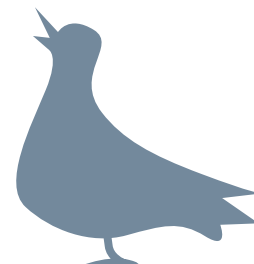
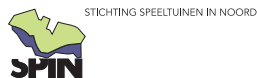
Ik wil met jou...

Ik wil met jou... in Noord is een initiatief van Stichting Prisma in samenwerking met zorg, welzijn en stadsdeel Noord. Samen met buurtgenoten en welzijnspartners is in Noord onderzocht welke bestaande activiteiten toegankelijk zijn voor mensen met een verstandelijke beperking. Zowel voor kinderen, jongeren als volwassenen. De activiteiten variëren van ontmoeten, bewegen, sporten, samen eten tot creatieve activiteiten.

Een initiatief van:



In samenwerking met:



Soep op Zaterdag

Huis van de Wijk de Evenaar

Een heerlijke kop soep met broodjes en daarna gezellig luisteren naar muziek, accordeon en spelletjes spelen.

zaterdag 12.00 - 15.00 uur

€ 3,50

Kometensingel 189, 1033 BE Amsterdam

Info: Stichting Prisma, 020-886 62 60

info@stichtingprisma.nl

www.stichtingprisma.nl

Tuindorp Oostzaan

Eten & Drinken



Bodywork

Huis van de Wijk de Evenaar

Bewegen op muziek in een combinatie van aerobic, pilates en trainen met kleine gewichten.

donderdag 19.00 - 20.00 uur €

€ 7,-

Kometensingel 189, 1033 BE Amsterdam

Info: Rose-Ann Esquibil, 06-55 81 73 81

www.welsaen.nl

Tuindorp Oostzaan

Bewegen



Meer Bewegen voor Ouderen

Gymzaal De Werf Cordaan

Bewegen op eigen niveau en tempo, geschikt voor mensen met een verstandelijke beperking, maar ook voor senioren uit de wijk.

maandag 11.00 - 12.00 uur €

€ 16,- per 4 keer

Klinkerweg 79, 1033 PK Amsterdam

Info: M.B.v.O, 020-886 10 70

mbvo_amsterdam@hotmail.com

www.mbvo-amsterdam.nl

Tuindorp Oostzaan

Bewegen



Aerobic, pilates en trainen met kleine gewichten.

Theatersport

Gymzaal De Werf Cordaan

Theater zonder decor, kostuums of tekst, waarbij alles ter plekke wordt bedacht. Een beetje zoals in het tv-programma De Lama's.

zaterdag 10.30 - 11.45 uur

€ 32,- voor 10 lessen

Klinkerweg 79, 1033 PK Amsterdam

Info: Stichting Prisma, 020-886 62 60

info@stichtingprisma.nl

www.stichtingprisma.nl

Tuindorp Oostzaan

Theater



**Gezelligheid
met muziek.**

Zondagsoos

Restaurant het Anker Cordaan

Gezelligheid met muziek.

zondag 13.30 - 17.00 uur

€ 1,50

Klinkerweg 73, 1033 PK Amsterdam

Info: Cordaan, Lois Debiasi

020-637 17 85, 06-14 39 81 37

www.cordaan.nl

lois.debiasi@hotmail.com

Tuindorp Oostzaan

Ontmoeting



Spelletjesmiddag

Restaurant het Anker Cordaan

Dammen, sjoelen, vier op een rij, puzzelen en nog veel meer spelletjes.

dinsdag 14.00 - 16.00 uur

gratis

Klinkerweg 73, 1033 PK Amsterdam

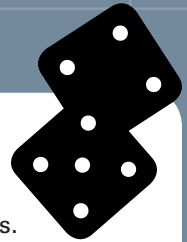
Info: Cordaan, 020-630 62 50

www.cordaan.nl

dewerfrecreatie@cordaan.nl

Tuindorp Oostzaan

Spelletjes



gratis

Muziekfilm

Restaurant het Anker Cordaan

Licht klassieke films, musicals, of cabaret.

woensdag 14.00 - 16.00 uur

gratis

Klinkerweg 73, 1033 PK Amsterdam

Info: Cordaan, 020-630 62 50

www.cordaan.nl

dewerfrecreatie@cordaan.nl

Tuindorp Oostzaan

Film





Surinaamse eettafel

Restaurant het Anker Cordaan

Surinaamse buurtmaaltijd gemaakt door Jetty.

Bij Jetty is het altijd gezellig en lekker.

laatste vrijdag van de maand

17.00 uur inloop

18.00 - 19.30 uur maaltijd

€ 6,-

Klinkerweg 73, 1033 PK Amsterdam

Jetty Noten, 06-30 71 59 68

Info: j_noten@hotmail.com

Tuindorp Oostzaan

Eten & Drinken



Plaatjes BINGO

Restaurant het Anker Cordaan

Gezellige bingo met plaatjes in plaats

van cijfers. Er worden twee rondes gespeeld.

vrijdag 14.00 - 16.00 uur

€ 1,50

Klinkerweg 73, 1033 PK Amsterdam

Info: Cordaan, 020-630 62 50, www.cordaan.nl

dewerfrecreatie@cordaan.nl

Tuindorp Oostzaan

Spelletjes

Repair Café

Theaterstraat

Wat doe je met een broodrooster dat het niet meer doet? Met een fiets waarvan het wiel aanloopt? Of met een trui waar mottengaatjes in zitten? Weggooid? Mooi niet!

tweede zaterdag van de maand

11.00 - 15.00 uur

gratis

Zonneplein 4, 1033 EK Amsterdam

Info: Stichting Repair Café, 020-223 25 86

info@repaircafe.nl

www.repaircafe.nl

Tuindorp Oostzaan

Creatief



gratis

gratis

Koffieochtend

Bethelkerk

Koffie, een praatje en samen zijn.

woensdag 10.00 - 12.00 uur

gratis

Plejadeplein 44, 1033 VL Amsterdam

Info: Bethelkerk, Henny Linde, 020-772 59 34

l.linde2@upcmail.nl

www.bethelkerkamsterdam.nl

Tuindorp Oostzaan

Inloop



Buurtmaaltijd

Bethelkerk

Gezellig samen eten.

laatste woensdag van de maand

18.00-20.00 uur

€ 6,-

Plejadeplein 44, 1033 VL Amsterdam

Info: Bethelkerk, Henny Linde, 020-772 59 34

l.linde2@upcmail.nl

www.bethelkerkamsterdam.nl

Tuindorp Oostzaan

Eten & Drinken



**Gewoon
lekker eten
in de buurt.**



Buurtrestaurant

CoCo's Keuken Kadoelerbreek

Gewoon lekker eten in een bijzondere omgeving.

maandag tot en met donderdag 10.00 - 21.00 uur

vrijdag 10.00 - 21.00 uur

zaterdag 17.00 - 21.00 uur

dagschotel € 8,50

à la carte vanaf € 11,95

Bannebuikslootlaan 147, 1034 AC Amsterdam

Info: Combiwel, 020-631 00 23

www.cocoskeuken.nl

Banne

Eten & Drinken

gratis

Huiskamer van de buurt

CoCo's Keuken Kadoelerbreek

Spelletjes, knutselen en handwerken.

Een praatje en gezellig samen zijn.

maandag 13.30 - 15.30 uur

gratis

Bannebuikslootlaan 147, 1034 AC Amsterdam

Info: Combiwel, 020-631 00 23

www.combiwel.nl

Banne

Inloop



Hobbyclub

Bij Bosshardt

Ben je creatief? Of heb je dit nog niet ontdekt? Kom eens meedoen. Ella maakt samen met de aanwezigen leuke dingen.

maandag 13.30 - 16.00 uur

€ 1,50

Loenermark 317-318, 1025 TD Amsterdam

Info: Leger des Heils, 020-636 82 19

www.goodwillcentra.legerdesheils.nl/bij-bosshardt

Nieuwendam

Creatief



Bingo

Bij Bosshardt

Gezelligheid en bingo.

Er zijn 3 voedseltassen te winnen.

woensdag 13.15 - 14.30 uur

€ 2,50 per bingoboekje

Loenermark 317-318, 1025 TD Amsterdam

Info: Leger des Heils, 020-636 82 19

www.goodwillcentra.legerdesheils.nl/bij-bosshardt

Nieuwendam

Spelletjes



gratis

Sjoelen

Bij Bosshardt

Een oer-Hollands spelletje wat leuk is voor jong en oud.

vrijdag 10.00 - 12.00 uur

gratis

Loenermark 317-318, 1025 TD Amsterdam

Info: Leger des Heils, 020-636 82 19

www.goodwillcentra.legerdesheils.nl/bij-bosshardt

Nieuwendam

Spelletjes



gratis

Open Huis

Bij Bosshardt

Koffie, een praatje, gewoon even zitten, een spelletje doen of meedoen aan een activiteit.

maandag tot en met donderdag

10.00 - 16.00 uur

gratis

Loenermark 317-318, 1025 TD Amsterdam

Info: Leger des Heils, 020-636 82 19

www.goodwillcentra.legerdesheils.nl/bij-bosshardt

Nieuwendam

Inloop



Buurtrestaurant

Huis van de Buurt Het Schouw

Elke dag een driegangenmenu in ons restaurant. Echte koks maken dagelijks lekkere en gezonde maaltijden klaar. Zowel bewoners van Het Schouw als buurtbewoners zijn welkom.

dagelijks vanaf 17.00 - 19.30 uur

€ 7,35 voor een driegangen menu

Dollardplein 2, 1025 XJ Amsterdam

Info: Amstelring, 020-756 40 00

www.amstelring.nl/hetschouw

Nieuwendam

Eten & Drinken



Er wordt de tijd
genomen om je alles
rustig uit te leggen.

Bowlen

Bij Dani's

Gezellig samen actief bezig zijn op de bowlingbaan. Als je nog nooit gebowld hebt, is dat geen probleem. Er wordt de tijd genomen om je alles rustig uit te leggen.

zaterdag 16.00 - 17.00 uur

€ 100,- per 15 lessen

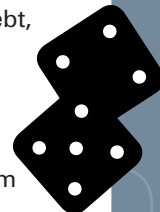
Buikslotermeerplein 4, 1025 EV Amsterdam

Info: Prisma, 020-886 62 60

info@stichtingprisma.nl, www.stichtingprisma.nl

Nieuwendam

Spelletjes



Computerles door Patrick

Bij Bosshardt

Voor mensen die de basisbeginselen van de computer willen leren. Wel van te voren even opgeven!

vrijdag 10.30 - 12.00 uur

gratis

Loenermark 317-318, 1025 TD Amsterdam

Leger des Heils, 020-636 82 19

www.goodwillcentra.legerdesheils.nl/bij-bosshardt

Nieuwendam

Computers



gratis

Bingo

Dani's in de Bunker

Bingo spelen in rasechte Amsterdamse sfeer!

woensdag 20.00 - 22.30 uur

€ 10,- voor 7 rondes

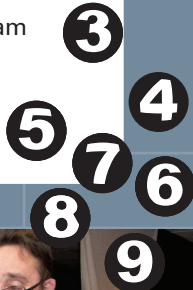
Buikslotermeerplein 4, 1025 EV Amsterdam

Info: André Elferink, 020-636 23 42

a.elferink5@upcmail.nl

Nieuwendam

Spelletjes



Korenmiddag

Huis van de Buurt Het Schouw

Elke maand treedt er een ander koor op en soms speelt er een accordeonvereniging.

eerste zondag van de maand 13.30 - 15.30 uur

€ 2,50

Dollardplein 2, 1025 XJ Amsterdam

Info: Amstelring, 020-756 40 00

www.amstelring.nl/hetschouw

Nieuwendam

Muziek



Tuinieren

Huis van de Buurt Het Schouw

In de Heemtuin naast Het Schouw vind je botanische planten en bomen.

Elke woensdag kun je Thomas van der Veer gezellig helpen met tuinieren!

woensdag 13.00 - 14.30 uur

gratis

Dollardplein 2, 1025 XJ Amsterdam

Info: Amstelring, Thomas van der Veer
020-636 93 26

t.van.der.veer@noord.amsterdam.nl

www.noord.amsterdam.nl/nme

Nieuwendam

Natuur

gratis

Hou je van muziek? Kom dan ook.

Zondag klassiek

Huis van de Buurt Het Schouw
Een afwisselend programma met muzikale optredens.

derde zondag van de maand

13.30 - 15.15 uur

€ 2,50

Dollardplein 2, 1025 XJ Amsterdam

Info: Amstelring, 020-756 40 00

www.amstelring.nl/hetschouw

Nieuwendam

Muziek



Sjoelen

Huis van de Buurt De Kimme
Gezellig met elkaar een potje sjoelen.
Een spelletje dat iedereen kent.

woensdag 13.30 - 15.30 uur

gratis

Beemsterstraat 546, 1024 BV Amsterdam

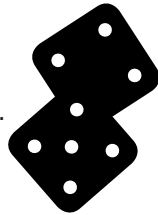
Info: Combiwel en Evean, 020-636 95 44

www.combiwel.nl

www.evean.nl

Nieuwendam

Spelletjes



gratis

Even naar Go's

Huis van de Buurt De Kimme

Een gezonde maaltijd in het gezellige restaurant van de Kimme.

dagelijks 17.00 - 20.00 uur

€ 8,50 hoofdgerecht

€ 2,- voor- en nagerecht

Beemsterstraat 546, 1024 BV Amsterdam

Info: Combiwel en Evean, 020-636 95 44

www.cocoskeuken.nl

Nieuwendam

Eten & Drinken



Bingo

Huis van de Buurt De Kimme

Een bekend spelletje: altijd gezellig!

laatste dinsdag van de maand

14.00 - 15.45 uur

€ 0,25 per bingokaart

Beemsterstraat 546, 1024 BV Amsterdam

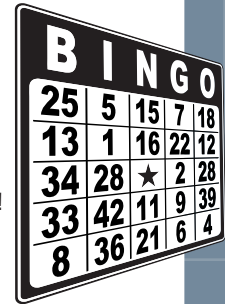
Info: Combiwel en Evean, 020-636 95 44

www.combiwel.nl

www.evean.nl

Nieuwendam

Spelletjes



Goed, gezond
en plezier!

Senioren­sport

Sporthal de Weeren

Eerst werk je samen aan je conditie en daarna doe je allerlei sport- en spelactiviteiten.

maandag 10.00 - 15.00 **dinsdag 9.30 - 11.30 uur**

woensdag 10.00 - 12.00 **vrijdag 9.00 - 11.00 uur**

€ 3,20 inclusief kopje koffie

Beemsterstraat 656, 1027 EC Amsterdam

Info: Afdeling sport Stadsdeel Noord

020-632 27 56, www.noord.amsterdam.nl/sport

Nieuwendam

Bewegen



Spelletjesmiddag

Huis van de Buurt De Kimme

Verschillende gezelschapsspelletjes zoals mens-erger-je-niet, Rummikub en alle andere spelletjes die je leuk vindt.

dinsdag 13.30 - 15.30 uur

gratis

Beemsterstraat 546, 1024 BV Amsterdam

Info: Combiwel en Eveen, 020-636 95 44

www.combiwel.nl

www.evean.nl

Nieuwendam

Spelletjes



gratis



De zondagsalon

Huis van de Buurt De Kimme

Gezellige zondagmiddag met elke keer weer een ander thema of optreden.

Laatste zondag van de maand

voorverkoop € 3,50

aan de deur € 4,-

Beemsterstraat 546, 1024 BV Amsterdam

Info: Stanley Vyent, Combiwel en Eveen

020-636 95 44, s.vyent@combiwel.nl

www.combiwel.nl, www.evean.nl

Nieuwendam

Inloop



Bewegen Boven 't Y

Ronald McDonald Centre

Beweegprogramma voor senioren en mensen met een verstandelijke beperking op de prachtige sportlocatie van het Ronald McDonald Centre

dinsdag 10.30 - 11.30 uur

€ 4,- per keer (tienrittenkaart € 35,-)

incl. kopje koffie

Beemsterstraat 652, 1027 ED Amsterdam

Info: Stichting Prisma, 020-333 12 34

info@stichtingprisma.nl

www.stichtingprisma.nl

Nieuwendam

Bewegen



Special Olympics Zwemmen

Ronald McDonald Centre

Zwemtraining voor deelname aan de wedstrijdcompetitie.

donderdag 19.00 - 20.00 uur

€ 95,- per 15 lessen

Beemsterstraat 652, 1027 ED Amsterdam

Info: Ronald McDonald Centre, 020-333 12 34

Stichting Prisma, 020-886 62 60

info@stichtingprisma.nl, www.stichtingprisma.nl

Nieuwendam

Bewegen



Zaalvoetbal

Ronald McDonald Centre

Toegankelijk voor mensen die goed en minder goed kunnen bewegen. Elk jaar wordt er deelgenomen aan een wedstrijd.

donderdag 19.00 - 20.00 uur

€ 115,- per 15 lessen

Beemsterstraat 652, 1027 ED Amsterdam

Info: Ronald McDonald Centre, 020-333 12 34

Stichting Prisma, 020-886 62 60

info@stichtingprisma.nl, www.stichtingprisma.nl

Nieuwendam

Bewegen

Samen binnen een balletje trappen.

**Bij volksdansen
dans je met
z'n allen.**

Koffietafel

De Luifel

Gezellige ontmoeting onder het genot van een lekker kopje koffie en een koekje. Daarna creatief bezig zijn of samen koken.

vrijdag 10.00 - 12.00 uur

vrijwillige bijdrage

Rode Kruisstraat 2, 1025 KN Amsterdam

Info: Philadelphia, 020-886 62 60

www.philadelphia.nl

Tuindorp Buiksloot

Inloop



Bingo

Buurtcentrum de Driehoek

Het blijft een leuk spel en het is extra leuk als je een bingo hebt! In de Driehoek spelen ze zes keer een ronde en na de derde ronde is er een pauze.

dinsdag 13.30 - 15.30 uur

€ 2,- per plankje

Waddenweg 116, 1025 PX Amsterdam

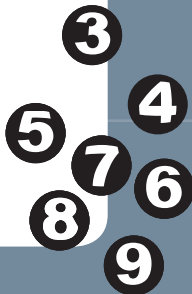
Info: 020-636 10 57

www.centrumdedriehoek.wix.com/

centrumdedriehoek

Tuindorp Buiksloot

Spelletjes



Volksdansen

Buurtcentrum de Driehoek

Met volksdansen leer je dansen van over de hele wereld. Prachtige muziek en veel mooie kringen en rijdansen. Bij volksdansen heb je geen vaste danspartner, maar dans je met z'n allen.

woensdag 19.30 - 20.30 uur

€ 80,- per 15 lessen

Waddenweg 116, 1025 PX Amsterdam

Info: Stichting Prisma, 020-886 62 60

info@stichtingprisma.nl

www.stichtingprisma.nl

Tuindorp Buiksloot

Dansen

Mozaïek club

Buurtcentrum de Driehoek

Samen creatief bezig zijn en mooie producten maken.

maandag, dinsdag & vrijdag 9.30-12.30

Prijs in overleg, afhankelijk van wat je maakt.

Waddenweg 116, 1025 PX Amsterdam

020-636 10 57

www.centrumdedriehoek.wix.com/

centrumdedriehoek

Tuindorp Buiksloot

Creatief



Seniorensoos

Huis van de Wijk de Meeuw

Gezelligheid, samen klaverjassen of Rummikub.

Een keer per maand is er ook bingo.

donderdag 13.00 - 16.00 uur

€ 4,50 per maand inclusief een

kopje koffie of thee

Motorwal 300, 1021 PH Amsterdam

Info: Combiwel, 020-632 38 45

www.combiwel.nl

Vogelbuurt IJplein

Inloop

Fitt4all

Huis van de Wijk de Meeuw

Heb je lang niet gesport? Vind je het belangrijk weer wat aan je conditie te doen? Heeft de huisarts je geadviseerd wat meer te gaan bewegen? Dan is dit wellicht voor jou een goede start.

maandag 13.00 - 14.30 uur

€ 2,- met stadspas € 1,-

Motorwal 300, 1021 PH Amsterdam

Info: Afdeling Sport stadsdeel Noord

020-632 38 45

www.noord.amsterdam.nl/sport

Vogelbuurt IJplein

Bewegen



Resto VanHarte

Huis van de Wijk de Meeuw

Een gezonde en goedkope driegangige maaltijd voor iedereen. Regelmatig komen lokale ondernemers, zorgverleners, welzijnswerkers en de wijkagent vertellen over hun activiteiten in de wijk.

maandag & woensdag 17.30 - 19.30 uur

Diner: € 7,- met stadspas € 4,-

Reserveren: gratis via de website of telefonisch tussen 09.00 - 12.30 uur (€ 0,50 per minuut) 0900-900 30 30

Info: Resto VanHarte, www.restovanharte.nl

l.geluk@restovanharte.nl

Motorwal 300

Vogelbuurt IJplein

Eten & Drinken



Huiskamer Kerk en Buurt Noord

Kerk & Buurt Noord

Wij zijn altijd in de buurt. Iedereen is welkom voor een praatje of een spelletje.

dinsdag & donderdag 11.00 - 13.00 uur

gratis inclusief koffie of thee en een kopje soep
Adelaarsweg 57-huis, 1021 BS Amsterdam

Info: 020-636 92 34

www.kerkenbuurtnoord.nl

Vogelbuurt IJplein

Inloop

gratis

TienerResto

Jongeren productiehuis De Valk

Een gezonde en goedkope driegangen maaltijd door jongeren voor iedereen.

vrijdag 17.30 - 19.30 uur

€ 7,- met stadspas € 4,-

Reserveren: gratis via de website of telefonisch tussen 09.00 - 12.30 uur
(€ 0,50 per minuut) 0900-900 30 30

Info: Resto VanHarte, www.restovanharte.nl

l.geluk@restovanharte.nl

Motorwal 300

Vogelbuurt IJplein

Eten & Drinken



Broodje van de week met een activiteit

Ontmoetingscentrum Albatros

Lekker lunchen en daarna een leuke activiteit.

Elke donderdag een bijzonder broodje en daarna samen actief.

donderdag 11.30 uur - 13.00 uur lunch

14.00 - 16.00 uur activiteit

€ 2.00 per broodje

Albatrospad 68, 1021 TR Amsterdam

Info: Amstelring, 020-435 31 26

www.amstelring.nl

Vogelbuurt IJplein

Eten & Drinken

Handwerken

Huis van de Wijk de Meeuw

Leren haken of breien en werken aan je eigen werkstuk. Deskundige vrijwilligers begeleiden deze club.

woensdag 9.30 - 11.30 uur

€ 0,50

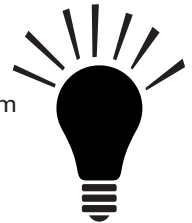
Motorwal 300, 1021 PH Amsterdam

Info: Combiwel, 020-632 38 45

www.combiwel.nl

Vogelbuurt IJplein

Creatief



Leren haken of breien en werken aan je eigen werkstuk.



Voedseltuin IJplein

Een gezamenlijke moestuin waar buurtbewoners groente voor Resto VanHarte en de Voedseltuin verbouwen. Iedereen die in de tuin werkt, krijgt een deel van de opbrengst.

woensdag 14.00 - 17.00 uur
gratis

IJplein (bij Wilhelminadok)
Info: Mariken Heitman
www.buitenruimtevoorcontact.nl
Vogelbuurt IJplein
Tuinieren

gratis

Stijldansen

Dansschool Eddy Spier

Leren dansen is plezier voor twee!

woensdag 19.15 - 20.30 uur

€ 120,- per 15 lessen

Korte Papaverweg 17-21, 1032 KA Amsterdam

Info: Stichting Prisma, 020-886 62 60

info@stichtingprisma.nl

www.stichtingprisma.nl

Bloemenbuurt

Dansen



Tafeltennis

Speeltuinenvereniging Bloemenkwartier

Tafeltennis met plezier, geen competitie maar wel af en toe een partijtje spelen.

maandag 19.30 - 22.00 uur

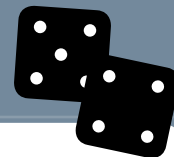
€ 5,- per maand

Wingerdweg 260b, 1032 AN Amsterdam

Info: 020-636 41 18, www.bloemenkwartier.nl

Bloemenbuurt

Bewegen



Dijk 270

Na een wandeling een ijsje eten of een kop koffie met iets lekkers. Ook zijn er soms avonden dat je lekker kunt eten in de Dijk. Startende ondernemers ontwikkelen hier hun talent!

alle dagen behalve dinsdag

kop koffie met iets lekkers € 3,-

Buiksloterdijk 270, 1034 ZD Amsterdam

Info: Combiwel, 020-631 40 45

www.combiwel.nl

Bloemenbuurt

Eten, ontmoeting

Zwemmen

Floraparkbad

Gedurende de ochtend kun je vrij zwemmen en meedoen aan korte lesjes “werken aan je conditie, spelvormen, een variatieles of een relaxles”.

woensdag 9.00 - 12.00 uur

€ 4,50

Sneeuwbalweg 5, 1032 VS Amsterdam

Info: Afdeling Sport van Stadsdeel Noord

020-435 21 20

www.noord.amsterdam.nl/floraparkbad

Bloemenbuurt

Bewegen



Zwemmen is gezond!

Vrije Tijd Soos

Buurtkamer Heliotroopstraat

Een gezellige middag voor buurtbewoners, maar ook voor iedereen die het leuk vindt.

Je kan handwerken, spelletjes doen, gewoon een kopje koffie drinken of kletsen.

dinsdag 13.00 - 15.30 uur

€ 0,50

Heliotroopstraat 27, 1032 BB Amsterdam

Info: Sandra Strosnijder, 06-23 25 12 31

www.facebook.com/buurtkamerbloemenbuurt

Bloemenbuurt

Inloop



Buurtmaaltijd

Buurtkamer Heliotroopstraat

Bewoners bereiden en serveren een driegangige maaltijd voor hun burens. Gezond en goed eten, inclusief koffie en gezelligheid.

Donderdag 17.00 - 19.30 uur

€ 5,- opgeven voor woensdag 14.00 uur

Heliotroopstraat 27, 1032 BB Amsterdam

Info: Peter Mulder, 06-143 522 89

www.facebook.com/buurtkamerbloemenbuurt

Bloemenbuurt

Eten & Drinken



Bingo

Buurtcentrum 't Anker

Een gezellige bingo met mooie prijzen.

Gastvrouw Annie den Broeder zorgt ervoor dat het je aan niets ontbreekt.

zaterdag 1x keer in de 6 weken

€ 15,- per boekje (7e ronde is € 1,-)

Kamperfoelieweg 226, 1032 HW Amsterdam

Info: Annie en Klaas den Broeder

020-636 17 01

www.buurthuishetanker.nl

Bloemenbuurt

Bingo



Country/Line dansen

Buurtcentrum 't Anker

Gezellig op je eigen tempo bewegen op countrymuziek.

dinsdag 19.00 - 21.00 uur

€ 2,-

Kamperfoelieweg 226, 1032 HW Amsterdam

Info: Annie en Klaas den Broeder

020-636 17 01

www.buurthuishetanker.nl

Bloemenbuurt

Dansen



**Knutselen voor
ieder wat wils.**

Fröbelen

Buurtcentrum 't Anker

Knutselen voor elk wat wils.

donderdag 13.30 - 15.30 uur

€ 2,-

Kamperfoelieweg 226, 1032 HW Amsterdam

Info: Annie en Klaas den Broeder, 020-636 17 01

www.buurthuishetanker.nl

Bloemenbuurt

Creatief



Culturele zondag

De Noorderparkkamer

De culturele huiskamer van Amsterdam Noord. Culturele activiteiten georganiseerd door professionele creatieve ondernemers uit Amsterdam Noord.

Culturele zondag is er van maart tot en met november gratis

Floraparkweg 1, 1032 BZ Amsterdam

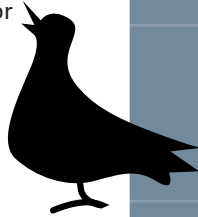
Info: 020-737 04 57

info@noorderparkkamer.nl

www.noorderparkkamer.nl

Bloemenbuurt

Ontmoeting



gratis

Noorderpark in Beweging

Noorderpark

Looptraining in het park voor beginners en gevorderden.

woensdag 16.45 uur - 18.00 uur

gratis, verzamelen bij het

Hagendoornplein 1, 1031 BV Amsterdam

Info: Doras, Els Annegarn, 06-10 36 82 98

www.noorderparkinbeweging.nl

Bloemenbuurt

Sport



Meet2Move

School voor speciaal onderwijs De Heldring

Springen, klimmen, rennen, ballen en spelen. Onder professionele sportbegeleiding bewegen voor kinderen met en zonder beperking. Voor ouders is er koffie en thee.

woensdag 12.30 - 14.30 uur

Tienrittenkaart € 10,-, met stadspas € 5,-

Bosrankstraat 1 (zijstraat van de RidderSpoorweg), 1032 LH Amsterdam

Info: Stichting Prisma, 020-886 62 60

info@stichtingprisma.nl

www.stichtingprisma.nl

Bloemenbuurt

Bewegen



Speeltuinen

SPIN

Er vinden allerlei leuke kinderactiviteiten plaats in negen verschillende speeltuinen van SPIN in Noord. Volwassenen zijn ook van harte welkom om elkaar te ontmoeten en om onze speeltuinleiders als vrijwilliger te helpen.

Info: info@stichting-spin.nl

www.stichting-spin.nl

Heel Noord

Inloop

gratis



Jongeren productiehuizen

Dockzz

Dockzz heeft verschillende jongeren productiehuizen waar je je eigen talent kunt ontwikkelen. De productiehuizen Satirus, De Valk en StatioNNrd zijn ook geschikt voor jongeren met een verstandelijke beperking.

Info: www.dockzz.nl/adamnoord

Tuindorp Oostzaan

Vogelbuurt

Banne

Inloop



Vriendenkringen Noord

Dockzz

Ben jij op zoek naar mensen met wie je regelmatig iets leuks kunt gaan doen? Meld je aan bij Vriendenkringen Noord. Vriendenkringen Noord is voor jongeren tussen de 15 en 32 jaar.

Info: Annebien Barelds, 06-38 82 48 31

noord@vriendenkringenamsterdam.nl

www.vriendenkringenamsterdam.nl

Heel Noord

Inloop



Only Friends

Ronald McDonald Centre

Sportclub speciaal voor kinderen en jongeren met een verstandelijke beperking. Er worden diverse sporten aangeboden variërend van voetbal, zwemmen, tennis, hockey tot streetdance en kickboksen.

Beemsterstraat 652, 1027 ED Amsterdam

Info: Nederland, 020-333 12 50

info@onlyfriends.nl

www.onlyfriends.nl

Nieuwendam

Bewegen



Met dank aan onder andere:



Gemeente Amsterdam
Stadsdeel Noord



STICHTING STEUNFONDS
BUURT- EN JONGERENWERK



VSBfonds,
iedereen doet mee

Ik wil met jou... in Noord

Communicatie & PR: SAMENLEVINGSARCHITECT

Vormgeving: Hollands Diep, Dorine Fliervoet

Een initiatief van Stichting Prisma