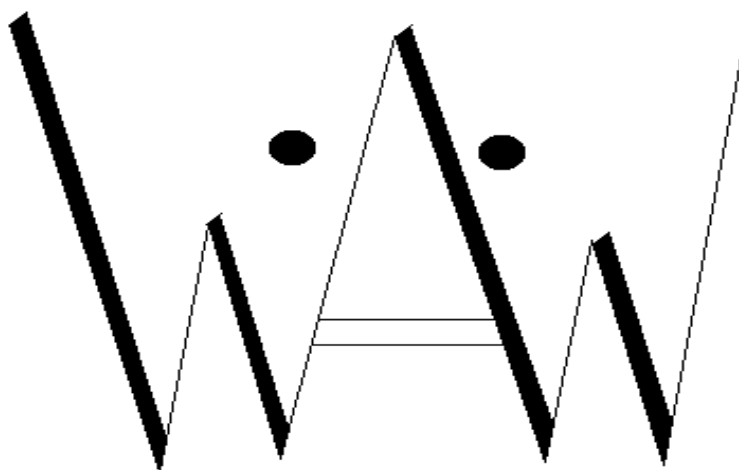


# *Programma 2007 - 2008*



TIMPAAN | Welzijn

*Werkgroep Activiteiten Wijnjewoude*



# Kidsclub

**IEDERE EERSTE WOENSDAGMIDDAG VAN DE MAAND.**

vanaf oktober tot en met april m.u.v. de schoolvakanties.

Vanaf 13.30 uur zijn we in het WAW lokaal aanwezig en je weet het voor € 2,50 heb je een gezellige middag.

We maken iedere keer wat leuks en er is altijd wat te drinken en iets lekkers.

Heb je nog vragen of wil je iets weten dan kan jij of één van je ouders altijd even bellen met Jannie ☎426296.

Magda ☎481673.

# TOT ZIENS OP DE KIDSCLUB

Aanstaande cursisten en deelnemers,

Het programmaboekje met een nieuw seizoen aan cursussen en workshops van de Werkgroep Activiteiten Wijnjewoude ligt weer voor u. Ook deze keer hebben we met veel belangstelling geluisterd naar de stemmen uit het dorp en ons programma hierop aangepast.

Aan afwisseling geen gebrek want door het uitgebreide programma zit er wel voor elk wat wils tussen. De computercursussen zijn in een nieuw jasje gestoken en ook is er aan de spirituele kant van de mens gedacht. Veel activiteit zit er in de verschillende danscursussen waar de voetjes van de vloer gaan, maar ook worden er weer nieuwe instrumenten aangeboden om te leren bespelen en al bekende instrumenten veroveren nog steeds ons dorp zoals de trekzak en de djembé.

Kortom u hoeft zich in het winterseizoen niet te vervelen want de Werkgroep Activiteiten Wijnjewoude brengt genoeg activiteit in het dorp.

Wij hebben ons best gedaan om een gezellig en leerzaam winterseizoen aan te bieden. Het is aan u om hier gebruik van te maken.

Graag tot ziens  
Werkgroep Activiteiten Wijnjewoude

Jannie ALkema  
Lydia Huisman  
Magda Landman  
Sybout Posthuma Linthorst  
Siebo Groenewold  
Dickey Gardenier

## **Line-Dance**

Line-Dance heeft allang niet meer het stoffige imago wat het had. Ook op hedendaagse muziek worden de verschillende dansstijlen gedanst.

Chacha, Mambo, Rock and Roll je kunt het zo gek niet noemen of het komt wel voor in de Line-Dance. Line-Dance is dus voor elk wat wils, en toegankelijk voor jong en oud of je nu wel of geen danservaring hebt.

Line-Dance is al een aantal jaren een officiële sport en wordt op wereld niveau beoefend. Wil je dus op een leuke manier aan je conditie werken dan is deze tak van sport misschien iets voor jou?

De lessen worden gegeven door Jan Jager gediplomeerd dansleraar en jury binnen de ANDOS.

Docent:	Jan Jager.
Datum:	vanaf woensdag 12 september wekelijks.
Kosten:	€ 55,00.
Aantal lessen:	5 + 5 oefenavonden.
Aanvang:	20.00 tot 22.00 uur.
Contactpersoon:	Magda Landman. ☎ 0516-481673.

## **De trekzak bespelen**

Helaas is deze cursus vol, maar mocht u belangstelling hebben en kunt u de trekzak al bespelen dan kunt u zich op de reservelijst laten plaatsen.

Docent:	Paul Hanraads
Datum :	vanaf dinsdag 25 september
Contactpersoon:	Sybout Posthuma Linthorst. ☎ 0516-481646.

## **Djembé ( Afrikaans trommelen)**

Al enige jaren staat de cursus djembé bij ons op het programma. De djembé is een Afrikaanse trommel in de vorm van een beker waarover één vel is gespannen. Het geluid klinkt mijlen ver en verschillende manieren van slagtechniek zorgen voor een afwisselende klank en timbre. Improvisatie is een belangrijk element. Samen met andere spelers wordt vanuit het niets naar een climax toegewerkt, waarbij iedereen op zijn/haar niveau een rol in het geheel vervult. Djembé is niet alleen spelen, maar ook beleven. Ritmische kennis is niet nodig, een ritmisch geheugen des te meer.

Ook dit jaar willen we beginners deze cursus aanbieden.

Docent:	Fred Claassen.
Datum :	vanaf dinsdag 2 oktober wekelijks.
Aanvang:	beginners 18.30 tot 19.30 uur. gevorderden 19.30 tot 20.30 uur.
Aantal lessen:	8.
Kosten:	tot 17 jaar € 50,00. 17 jaar en ouder € 70,00.
Aantal deelnemers:	minimaal 10.
Locatie:	OBS It Twaspan.
Contactpersoon:	Jannie Alkema. ☎ 0516-426296
Opgave:	voor 17 september.

## **Workshop bloemschikken**

Wilt u de vrolijkheid en de sfeer van het seizoen in huis halen dan zijn deze workshops aan u besteedt. Onder leiding van bloemstyliste Janny Bakker maakt u een mooie creatie voor de herfst. Voor de adventperiode maakt u een mooie krans.

Docent:	Janny Bakker.
Datum:	woensdag 10 oktober en 28 november.
Kosten:	€ 25,00. (incl. materiaal)
Aanvang:	20.00 tot 22.00 uur.
Contactpersoon:	Jannie Alkema. ☎ 0516-426296.

# **Innerlijke reis, een zoektocht naar jezelf**

Door middel van verschillende oefeningen zoals: ontspanning, visualisatie, meditatie, ademhaling, beweging, spelenderwijs werken aan: Emotionele en mentale blokkades, Zelfvertrouwen (durven risico nemen), Zelf-esteeem.

Durf je deze stap te doen? Ga de confrontatie met jezelf aan.

Schrijf je dan snel in, vol=vol. Maximaal 12 deelnemers.

Na de kennismakingsworkshop volgen bij voldoende deelname tien sessies à twee uur.

Docent: Sheba.  
Datum: woensdag 3 oktober.  
Aanvang: 20.00 tot 22.00 uur.  
Kosten: € 3,00.  
Contactpersoon: Siebo Groenewold. ☎ 0516-481878.

## **Stijldansen**

Door de eeuwen heen heeft men altijd gedanst, iedere cultuur had wel zijn eigen dans. Denk maar even aan onze Nederlandse klompdansen. Vanaf ongeveer 1600 is het stijldansen, de Latin-American en het Ballroom dansen in Europa geïntroduceerd. Een stijl van dansen die altijd heel populair is geweest en lange tijd een onderdeel van de opvoeding was. Na de succesvolle tv-serie `Dancing with the stars` is stijldansen helemaal terug. Geïnteresseerd in stijldansen, en wil je van stijldansen je favoriete hobby maken?

Dan is dit de juiste cursus voor jou.

Docent: Lute en Meta van Dijk.  
Datum: woensdag 3 oktober.  
Kosten: € 80,00 per persoon.  
Aantal lessen: 12  
Aanvang: 21.00 tot 22.00 uur.  
Contactpersoon: Jannie Alkema. ☎ 0516-426296.

## **Workshop mini-album scrappen**

Scrappen is een decoratieve en creatieve manier om je foto's in te plakken, met behulp van allerlei attributen. Scrapbooking hoort bij foto's, baby-, kinder-, puber-, tiener-, jong volwassen-, volwassen-, trouw en vakantiefoto's enz. Nieuwsgierig? Ga op zoek naar foto's die je altijd nog had willen in plakken en kom scrappen, want een gescrept fotoboekje ziet er heel anders uit als een gewoon fotoboek, en daardoor:

- pakt je het sneller van de plank om er nog eens in te kijken.
- vinden de kinderen het prachtig.
- laat je, je fotoalbum met plezier aan andere mensen zien.
- ga je op een andere manier foto's maken en kijk je anders naar het fotograferen.

Docent: Wietske van Kesteren.  
Datum: maandag 8 oktober.  
Kosten: € 25,00. (incl materiaal)  
Aanvang: 19.30 tot 22.00 uur.  
Contactpersoon: Lydia Huisman. ☎ 0516-481178.

## **Breien**

Breien is weer helemaal terug van weggeweest. De patronen van nu zijn hedendaags en echt niet ouderwets. Het is bijvoorbeeld leuk om een eigen sjaal in kleurtjes te breien. Het kan ook heel leuk zijn om je eigen baby kleertjes te ontwerpen en te breien, of wat denk je van een kussenhoes of plaid voor in huis. Allemaal trendy! Heb je eenmaal de smaak te pakken dan kom je nooit weer van het breivirus af. Geef je dus op en begin met een leuke sjaal voor je zelf of voor je kleintje. De eerste avond zorgen wij voor het materiaal.

Docent: Veronica de Bruin.  
Datum: maandag 15 oktober, 29 oktober, 12 november, 26 november en 10 december.  
Aanvang: 19.30 uur.  
Kosten: € 2,50 per avond.  
Contactpersoon: Lydia Huisman. ☎ 0516-481178.

## **Mandala-tekenen**

Zodra we een cirkel tekenen, ontstaat er niet alleen een perfecte binnenruimte met een middelpunt, maar ook een buitenruimte die als een wereldbol uitnodigt om langs de cirkelrand te wandelen.

De mandala is bedoeld om binnen- en buitenwereld met elkaar te verbinden, waarbij de cirkelrand als huid tussen jou en de wereld fungeert. Met verschillende thema's zullen we ons al tekenend bewegen binnen, buiten en op de cirkelrand. Met kleur, vorm, beweging, energie, licht en donker ontstaat zo, geheel vanzelf, je eigen originele ontwerp.

Docent: Froukje Prummel.  
Datum: maandagmiddag 22 oktober, 5 en 19 november, 3 en 17 december. en 7 januari.  
Aanvang: 13.30 tot 15.30 uur.  
Kosten: € 60,00.  
Nodig: kleurpotloden.  
Contactpersoon: Lydia Huisman. ☎ 0516-481178.

## **Kantklossen**

Je hebt er vast wel eens aan gedacht maar toch (nog) niet gedaan omdat je dacht: “dat leer ik nooit”. Nou, dat valt best mee, hoor!

Kant is weer in en deze oude techniek wordt nu zelfs in moderne werkstukken toegepast. Dit is de kans om kennis te maken met kantklossen. In deze cursus worden je de beginselen bijgebracht. Kantkloswerk ontstaat door de klosjes -met garen- op een bepaalde manier over elkaar te leggen en deze bewerking steeds te herhalen. De materialen die nodig zijn, worden deels in bruikleen beschikbaar gesteld en voor een klein deel moeten ze zelf worden aangeschaft.

Docent: Ina Zijp.  
Datum: maandag 22 oktober, 5 en 19 november en 3 december.  
Kosten: € 28,00. (excl. € 5,00 borg voor leenmateriaal)  
Aanvang: 19.30 tot 21.30 uur.  
Contactpersoon: Lydia Huisman. ☎ 0516-481178.

## **Buikdansen**

Buikdancers La Lisa, Lisa Kraayenhagen geeft al zo'n zes jaar buikdansen in Friesland. Ze leert vrouwen hun bewegingspatroon uit te breiden met heupachtjes, buikrollen, slangenarmen enz. Ze deelt graag met anderen het plezier dat samen dansen op oriëntaalse muziek geeft! Het dansen in een kring geeft een gevoel van verbondenheid waardoor onderlinge verschillen (en de muizenissen in je hoofd) er niet meer toe doen. Buikdansen is goed voor je zelfvertrouwen, voor je souplesse, lichaamshouding en voor je figuur. Voor deze les hoef je geen buikdanservaring te hebben en ook geen slangenmens te zijn. Kledingadvies: een soepel zittende heupbroek of –rok, een strak shirt of topje (blote buik hoeft echt niet) en stevige sokken. Heupsjaaltjes zijn op de avond te leen en te koop.

Docent: Lisa Kraayenhagen.  
Datum: dinsdag 23 oktober.  
Aanvang: 19.30 tot 21.00 uur.  
Kosten: € 7,00.  
Contactpersoon: Jannie Alkema. ☎ 0516-426296.

## **Afrikaans dansen**

Ontmoet de vrolijkheid van Afrika in de Afrikaanse dans. Afrikaanse dans is een energieke dansvorm met losse en soepele bewegingen. De bewegingen die geleerd worden zijn gebaseerd op traditionele dansen zoals ze nog worden gedanst in West Afrika. Laat je inspireren door de trommels, welke live aanwezig zijn, en kom lekker swingen en zweten tijdens deze workshop. Voor jong en oud.

Docent: Heidi Schulkes.  
Datum: vrijdag 26 oktober.  
Kosten: € 15,00.  
Aanvang: 20.00 tot 21.30 uur.  
Contactpersoon: Jannie Alkema. ☎ 0516-426296.

## ***Boom in pot. (Bonsai)***

Bonsai is het Japanse woord voor “boom in pot”. In China werden bomen in potten ook wel landschapjes “Penzai” genoemd.

Bijna iedereen veronderstelt dat bonsais uit Japan komen, maar oorspronkelijk komt deze kunst uit China.

Bonsais in Europa en Amerika worden veelal gevormd naar het voorbeeld van Japanse Bonsais.

Bomen die men in Europa gebruikt om bonsai van te maken zijn b.v. kastanje, eik, alle soorten esdoorn en iepen, pinus en diverse soorten juniperus, kortom te veel om op te noemen.

De technieken die gebruikt worden om tot een mooie bonsai te komen zijn, snoeien van takken of de stam (top van de boom). Wortelsnoei is te vergelijken met het rondsteken van boom of struik. Bladsnoei is vergelijkbaar met het vallen van de bladeren in de herfst.

Met geheimzinnigheid heeft dit alles niets te maken, groene vingers zijn ook niet specifiek nodig. Waar het wel om draait is interesse in de materie, geduld, tijd en de nodige regelmaat aan het verzorgen van de boom.

Mocht u interesse gewekt zijn en wilt u meer over deze mooie hobby weten dan zien we u graag bij deze workshop. De bonsaivereniging uit Jubbega verzorgt een boeiende avond met legio voorbeelden, verhalen en leuke anekdotes.

Bij voldoende deelname wordt een bonsaigroep in Wijnjewoude opgericht.

Docent:	A.M. de Boer.
Datum:	dinsdag 30 oktober.
Aanvang:	20.00 tot 22.00 uur.
Kosten:	€ 6,00.
Contactpersoon:	Magda Landman. ☎ 0516-481673.

## **Schaal mozaïeken**

Een terracottaschaal van ongeveer 25 cm doorsnede wordt bemozaïekt. Er worden 15 verschillende soorten kleuren gebruikt. U maakt zelf een ontwerp, waarin ook altijd plaats is voor een persoonlijk stukje porselein.....

Er worden tegels aan stukken geknipt en met de stukjes maakt u een afbeelding naar keuze.

De schaal wordt aan het eind van de workshop (die 2 avonden duurt) afgevoegd.

De schaal kan buiten worden gezet. Uiteraard is hij binnen ook een lust voor het oog!

Docent: Loekie Flentge.  
Datum: woensdag 31 oktober en woensdag 7 november.  
Aanvang: 20.00 uur.  
Kosten: € 20,00. (incl. materiaal)  
Contactpersoon: Lydia Huisman. ☎ 0516-481178.

## **Workshop shibori**

Shibori is een oude Japanse verftechniek die heel ingewikkeld kan zijn, maar ook eenvoudig.

Wij gaan met een eenvoudige vorm van Shibori textiel verven.

Het eindresultaat is voor een groot deel van toeval afhankelijk, maar heel erg verrassend.

Wat kan er geleverd worden: Dunne katoen voor bv. een shawl, een mouwloos T-shirt, topje of hemd, kinder T-shirts, een lap katoen ( niet te groot) om iets van te maken, evt. een zijden shawl.

Docent: Roos van Dijk.  
Datum: dinsdag 6 november.  
Kosten: € 5,00 (excl. materiaal)  
Aanvang: 20.00 tot 22.00 uur.  
Contactpersoon: Magda Landman. ☎ 0516-481673.  
Opgave: voor 1 oktober.

## **Tekenen vanuit je gevoel**

De bedoeling van mijn workshop " Tekenen Vanuit Je Gevoel" is, om durf, intuïtie en gevoel te combineren met creativiteit. Middels het geven van workshops nodig ik geïnteresseerden uit, ook uiting te geven aan wat er in hun leeft, en om op deze manier een uitlaatklep te vinden op een positieve, opbouwende manier. Er wordt getekend met pastelkrijt. In drie avonden in november 2007 gaan we een aantal onderwerpen behandelen zoals:

Vertrouwen, Verdriet, Geluk, Harmonie en Loslaten.

Voor meer info kijk op mijn site [www.rositadalima.nl](http://www.rositadalima.nl)

Docent: Rosita da Lima.  
Datum: dinsdag 6, 13 en 20 november.  
Kosten: € 45,00. (incl. materiaal)  
Aanvang: 20.00 tot 22.00 uur.  
Contactpersoon: Magda Landman. ☎ 0516-481673.

## **Workshop porselein schilderen**

In deze workshop gaan wij tapasschaaltjes beschilderen. Voor het beschilderen van porselein zijn zeer veel technieken mogelijk, van heel eenvoudig tot zeer ingewikkeld. Iedereen kan het. Als u klaar bent met het schilderen kunt u het zelf afbakken in uw huishoudoven en na het bakken zijn de versierde voorwerpen bestand tegen water en afwasmiddelen. Kom en maak het mee.

U gaat zeker met iets moois naar huis.

Docent: Wietske van Kesteren.  
Datum: maandag 13 november.  
Kosten: € 25,00. (incl materiaal)  
Aanvang: 19.30 tot 22.00 uur.  
Contactpersoon: Lydia Huisman. ☎ 0516-481178.

## **Gezond gewicht, gezonde voeding. Ik help u graag op weg!**

Iedereen weet dat gezond, lekker en veilig eten belangrijk is. Toch is dit niet altijd vanzelfsprekend. Vaak weet u wel hoe het zou moeten, maar is het in de praktijk best lastig! De diëtist kan u daarbij helpen. Ze is deskundig op het gebied van de voeding en alles wat daarbij komt kijken. Ze loodst u door de wirwar van voedingsmiddelen.

Op deze lezing hoort u feiten en fabeltjes over Gezonde Voeding.

Want Gezonde Voeding en een gezond gewicht, dat geeft toch een goed gevoel, voor jong en oud.

Docent: Jitske Visser.  
Datum: dinsdag 20 november.  
Aanvang: 20.00 uur.  
Kosten: geen.  
Contactpersoon: Lydia Huisman. ☎ 0516-481178.

## **Speculaas maken**

Deze van oudsher uit Nederland en België afkomstige lekkernij wordt veel aan het eind van het jaar gegeten.

Een grote speculaaspop wordt een “vrijer” genoemd. Vroeger versierde een jongen een speculaaspop met bijvoorbeeld glazuur en noten. Deze bracht hij naar een meisje om haar te laten merken dat hij gevoelens had voor haar. Als de pop door het meisje werd aangenomen, waren de gevoelens wederzijds. Hier komt de uitdrukking “*iemand versieren*” vandaan. Wij stellen u in de gelegenheid om deze lekkernij zelf te maken bij het Culinair Historisch Kookmuseum te Appelscha.

Een avondvullende bezigheid waarbij u vorstelijk in de watten wordt gelegd en de zelfgemaakte speculaas mee naar huis kunt nemen.

Docent: Medewerkers kookmuseum.  
Datum: dinsdag 27 november.  
Vertrektijd: 19.00 uur vanaf MFC de Swingel.  
Kosten: € 22,50.  
Contactpersoon: Magda Landman. ☎ 0516-481673.

## **Feestelijke tafelaankleding**

Wilt u met de feestdagen ook een gezellig gedekte tafel? Hoe ziet een goed gedekte tafel eruit? U kunt het allemaal zien bij deze workshop. Welk servies, glazen, bestek e.d. kan ik gebruiken en waarvoor is het. Hoe vouw ik op verschillende manieren servetten erbij en hoe maak ik het af met een passend tafelstuk van bloemen.

Docenten: Jeanet, Jellie en Hilly.  
Datum: woensdag 12 december.  
Kosten: € 7,50.  
Aanvang: 19.30 tot 21.30 uur.  
Contactpersoon: Dickey Gardenier. ☎ 06-22655828.

## **Van beslag tot nieuwjaarsrolletjes**

Voor je het weet is het weer zover, de jaarwisseling staat weer voor de deur. Vele tradities, zoals oliebollen bakken, kniepertjes, dikke spekkejannen maken, passeren de revue. Deze avond demonstreren we het maken van nieuwjaarsrolletjes, u maakt en proeft zelf een aantal en ervaart het aloude gevoel van nieuwjaarsrolletjes maken.

Docent: Siebo en Géke Groenewold.  
Datum: dinsdag 18 december.  
Kosten: € 2,50.  
Aanvang: 20.00 tot 22.00.  
Contactpersoon: Sybout Posthuma Linthorst. ☎ 0516-481646.

## **Kalligrafie**

Volgens van Dale betekent kalligrafie schoonschrijfkunst.

Door gebruik te maken van een speciale pen zijn er mooie effecten te krijgen.

Zelf een kaartje maken of een uitnodiging? Diploma's of een oorkonde invullen?

Kalligrafie geeft net een beetje extra.

Docent:	Klaske Mekkes.
Datum:	maandag 7, 14, 21, 28 januari en 4 februari.
Aanvang:	20.00 tot 22.00 uur.
Kosten:	€ 25,00. (excl. kalligrafie-pen)
Contactpersoon:	Dickey Gardenier. ☎ 06-22655828.
Opgave:	voor 1 december.

## **Lekker vegetarisch voor iedereen**

Steeds vaker is de roep naar een vleesloze dag een begrip van deze tijd aan het worden. In deze cursus leer je verschillende verantwoorde vegetarische gerechten maken die ook voor niet vegetariërs heerlijk zijn. De eerste les zal een theorie gedeelte zijn, met veel dia's, recepten en uitleg over de voedingswaarde van de vegetarische maaltijd. De tweede les gaat u ook echt aan de slag en gaat u lekker koken in de keuken van Kookstudio Rozemarijn. U gaat vegetarische gerechten maken die voor iedereen lekker en aantrekkelijk zijn.

Docent:	Martin Vlasma.
Datum:	dinsdag 8 en donderdag 17 januari.
Aanvang:	20.00 tot 22.00 uur.
Kosten:	€ 37,50.
Contactpersoon:	Siebo Groenewold. ☎ 0516-481878.

## **Lachen**

Lachen is gezond. En voor volwassenen is een flinke dosis lachen geen overbodige luxe.

Door alle verantwoordelijkheden zijn we soms ‘vergeten’ om ongeremd te lachen. Dan biedt een lachsessie de oplossing.

Humor is één van de wonderbaarlijkste vaardigheden van de mens. Het is daarom alleen al belangrijk dat we deze vaardigheid gebruiken. Hevige stress wordt door lachen voorkomen en grote problemen lijken opeens een stuk kleiner. Daarnaast hebben onderzoekers ontdekt dat mensen die vaak lachen veel gezonder zijn. Zij hebben een beter immuunsysteem en zijn minder vatbaar voor infecties. Dus kom een avondje alle zorgen even van je af gooien en kijk hoe het voor jou werkt in deze workshop.

Docent: Gonnie Wingers.  
Datum: maandag 21 januari.  
Kosten: € 15,00.  
Aanvang: 19.30 tot 21.00 uur.  
Contactpersoon: Jannie Alkema. ☎ 0516-426296.

## **Recepten uitwisselen**

Je kent het wel, lekker bij vrienden of burens eten en dan na afloop vragen om het recept van dat overheerlijke gerecht. Het belandt vervolgens in een plakboek en alleen jij weet ervan. Deze avond gaan we dit soort recepten uitwisselen aan elkaar. Het kopieerapparaat staat klaar, en een map vol nieuwe recepten kan aan uw collectie worden toegevoegd.

Docent: Siebo Groenewold.  
Datum: woensdag 30 januari.  
Kosten: € 0,05 per kopie.  
Aanvang: 20.00 tot 22.00 uur.  
Contactpersoon: Siebo Groenewold. ☎ 0516-481878.

## **Workshop glasfusen**

Je eigen unieke glazen schaal of raamhanger maken, d.m.v. glasfusen, dat kan in de Glas-in-Lood Boerderij in Haule. Met allerlei kleuren glaspoeder, "schilder" je de afbeelding op de betreffende glazen voorwerp, die vervolgens in de fuse- oven in het glas versmolten wordt.

Locatie: De Glas in Lood Boerderij, Dorpsstraat 91, Haule.  
Datum: woensdag 6 februari.  
Kosten: € 45,00.  
Aanvang: 19.00 uur,  
vertrek vanaf MFC de Swingel 18.30 uur  
Contactpersoon: Lydia Huisman. ☎ 0516-481178.

## **Workshop glas in lood**

Heeft u altijd al zelf glas-in-lood willen maken?

In de Glas-in Lood Boerderij in Haule kan dat. In een dagworkshop worden de basisvaardigheden als snijden van glas, lood zetten, solderen en kitten u aangeleerd.

Er wordt een raam gemaakt van 30 bij 45 cm.

Koffie, thee en een lunch zitten bij de prijs inbegrepen.

Lokatie: De Glas in Lood Boerderij, Dorpsstraat 91, Haule.  
Datum: woensdag 13 februari.  
Kosten: € 85,00.  
Aanvang: 9.30 uur tot ongeveer 16.30 uur, vertrek vanaf  
MFC de Swingel 9.00 uur.  
Contactpersoon: Lydia Huisman. ☎ 0516-481178.

## **Tuinstoel maken**

Altijd al graag je eigen tuinstoel willen maken? Dan is dit je kans. Er zijn verschillende modellen mogelijk, o.a. van Gerrit Rietveld. De houtsoort die gebruikt wordt, is robinia; wat kwalitatief te vergelijken is met teakhout. De stoel is dus uitermate geschikt voor gebruik buiten. Opgave voor 1 januari 2008 in verband met het bestellen van het materiaal.

Locatie: JOOST Meubelmakerij & restauratie atelier  
Weinterp 32.  
Docent: Joost Sopers.  
Datum: maandag 18, 25 februari en 3 maart.  
Kosten: € 150,00. (incl. materiaal)  
Aanvang: 19.30 tot 21.30 uur.  
Contactpersoon: Siebo Groenewold. ☎ 0516-481878.

## **Wijnjewoude, door de eeuwen heen**

Deze avond is bedoeld om wat meer te weten te komen over de vroegste geschiedenis van ons dorp. We gaan terug naar de ijstijden en de gevolgen daarvan voor de vorming van het landschap. We proberen een beeld te schetsen van de leefomstandigheden van onze préhistorische voorouders.

We nemen u mee naar de duistere en geheimzinnige middeleeuwen en we vertellen over de gevolgen die vervening en ontginning teweeg hebben gebracht voor de mensen hier, sociaal-maatschappelijk en cultuurlandschappelijk.

Kortom we nemen u deze avond mee terug in de tijd, naar het verre maar boeiende verleden van Wijnjewoude.

Docent: Roel van der Heide.  
Datum: 18 februari.  
Kosten: geen.  
Aanvang: 20.00 tot 22.00 uur.  
Contactpersoon: Jannie Alkema. ☎ 0516-426296.

## **Oppoetsen & bijtanken**

Een rijbewijs- opfriscursus is in deze tijd van verkeersregel- en borden verandering geen overbodige luxe. Onder leiding van een expert gaat u na deze cursus weer veilig op weg.

Docent: Jentsje de Haan.  
Datum: 18, 25 februari en 3 maart.  
Kosten: € 20,00  
Aanvang: 19.30 tot 21.30 uur.  
Contactpersoon: Jannie Alkema. ☎ 0516-426296.

## **Beeldhouwen voor beginners**

Leer in vijf lessen een beeld maken.

Altijd al eens willen beeldhouwen? Nu kan het!

In vijf lessen leert Martje Hoogstra u de beginselen van het beeldhouwen met gasbeton. De avonden duren elk twee en een half uur.

Martje zal een tweetal beelden meebrengen als voorbeeld voor u om te maken. Maar het is ook mogelijk dat u zelf een beeld meeneemt of een tekening maakt van wat u graag zou willen maken.

Wat hebt u nodig?

Het is de bedoeling dat u een aantal gereedschappen zelf meeneemt.

Het belangrijkste is een hamer en een beitelsest. Dit hoeft geen nieuw materieel te zijn, maar denk er wel om dat de beitels scherp zijn. Verder hebt u nog nodig een oude verfkraabber. Een mondkapje is verplicht.

Mocht u hierover niet beschikken dan kunt u het aanschaffen bij Martje. Een blok gasbeton wordt voor u geregeld en zit bij de prijs inbegrepen.

Schrijf u snel in, want er is slechts plaats voor acht personen.

Docent: Martje Hoogstra.  
Datum: dinsdag 19, 26 februari 4, 11 en 18 maart.  
Aanvang: 20.00 tot 22.00 uur.  
Kosten: € 65,00.  
Contactpersoon: Siebo Groenewold. ☎ 0516-481878.

## **Workshop tiffany**

Tiffany, de naam van een glaskunstenaar die bekend werd door de tiffanylampen.

Wij gaan een raamhanger maken, naar keuze....in de glas in lood boerderij te Haule. Je leert glas te snijden, glas te slijpen, het vervolgens in koperband te verpakken en het geheel aan elkaar te solderen in een dagworkshop. En als "finishing touch" kun je, je raamhanger patineren. Het werkstuk wordt gemaakt uit twee tiffany- plaatjes van 30 x 30 cm. Koffie, thee en lunch zitten bij de prijs inbegrepen.

Locatie: De glas in lood boerderij, Dorpstraat 91, Haule.  
Datum: woensdag 20 februari.  
Kosten: € 70,00.  
Aanvang: 10.00 tot ongeveer 16.30 uur, vertrek vanaf MFC de Swingel in overleg 9.30 uur.  
Contactpersoon: Lydia Huisman. ☎ 0516-481178.

## **Ons energieveld, wat is het en wat kunnen wij ermee**

Op deze avond wil ik u graag iets vertellen over het energieveld van de mens, Wat is het precies? Een korte uitleg over onze energiecentra, waar zitten ze, de kleuren die ze hebben en wat ze voor ons betekenen.

Ook neem ik wat materialen mee om u uit te laten testen en te laten voelen wat het energieveld doet. Dit kan bijvoorbeeld met edelstenen.

Over dit onderwerp is veel te vertellen. Uw vragen zijn altijd welkom en ik verwacht een leuke interactieve avond samen met u.

Vriendelijke groet,  
Wietske Varwijk.

Docent: Wietske Varwijk.  
Datum: woensdag 5 maart.  
Kosten: € 5,00.  
Aanvang: 20.00 uur.  
Contactpersoon: Magda Landman. ☎ 0516-481673.

## **Zoete of hartige taarten**

De lekkerste en de leukste taart maak je zelf. Vandaar dat we afreizen naar het Culinair Historisch Kookmuseum te Appelscha om de juiste technieken voor het maken van een taart onder de knie te krijgen. Of je nu van hartig of zoet houdt er is deze avond voor elk wat wils. Laat u verrassen door de medewerkers van het kookmuseum en maak zelf een culinair hoogstandje.

Docent: Medewerkers kookmuseum.  
Datum: dinsdag 11 maart.  
Vertrektijd: Vertrek vanaf MFC de Swingel 18.30 uur.  
Kosten: € 22,50.  
Contactpersoon: Magda Landman. ☎ 0516-481673.

## **Spaans voor beginners**

Een cursus ter voorbereiding op een vakantie of verblijf in een Spaanssprekend land. We zullen ingaan op thema's als kennis maken, boodschappen doen en inchecken in een hotel of op een camping. Aan de hand van teksten, oefeningen en grammatica kunt u kennis maken met deze mooie en ook belangrijke taal. De cursus zal de meeste vruchten afwerpen als u er thuis ook aandacht aan kunt besteden. De cursus wordt gegeven door een bevoegd docente, Maika Cheizoo, met een ruime ervaring in het lesgeven, waarvan de laatste 7 jaar in Oosterwolde.

Docent: Maika Cheizoo.  
Datum: vanaf 26 maart wekelijks op woensdagavond.  
Aanvang: 20.00 tot 21.30 uur.  
Aantal lessen: 12  
Kosten: € 120,00. (incl. lesmateriaal)  
Contactpersoon: Dickey Gardenier. ☎ 06-22655828.

## **Bierproefavond**

Verzorgd door Pint Regio Noord

Dat er meer biertypes bestaan dan pils alleen weten we natuurlijk allemaal, maar wat is nu eigenlijk het verschil tussen pils en bier, dubbel en tripel, of tussen wit- en blondbier? Op een bierproefavond komen deze vragen allemaal aan de orde, maar het belangrijkste van deze avond is u in aanraking te brengen met minder bekende biersoorten, zodat u thuis ook eens iets anders schenkt dan het "normale" pilsje. Naast het proeven van de bieren is er natuurlijk voldoende gelegenheid ervaringen met elkaar uit te wisselen. Elke deelnemer ontvangt van alle te proeven bieren ongeveer 10-15 cl. bier in een speciaal glas en kan de bieren proeven/ beoordelen met behulp van een proefformulier. Pint probeert altijd zoveel mogelijk achtergrondinformatie te verstrekken over de biertypes, brouwerijen en andere onderwerpen aangaande de bieren die we proeven. De proefavond is de ideale manier om eens op een andere manier te genieten van verschillende biertijlen.

Voor meer info, kijk op [www.noord.pint.nl](http://www.noord.pint.nl)

Docent: Pint Regio Noord.  
Datum: dinsdag 18 maart.  
Aanvang: 20.00 tot 22.00 uur.  
Kosten: € 10,00.  
Contactpersoon: Siebo Groenewold. ☎ 0516-481878.  
Leeftijd: vanaf 16 jaar. (legitimatie verplicht)

## **Gajon**

De cajon is een zit/slaginstrument. Een kist met daarin resonerende snaren. In 3 lessen worden basisritmes op dit instrument aangeleerd en worden een aantal hits gezongen, en van een ritmebegeleiding voorzien.

Datum: wordt nader bekend gemaakt in de Bân.  
Kosten: € 20,00.  
Aanvang: 20.00 tot 22.00 uur.  
Contactpersoon: Magda Landman. ☎ 0516-481673

# Workshop Runen

Vroeger kon je op deuren of muren van huizen vaak een rune teken als bescherming vinden. Ook vond je ze wel eens langs wegen en paden als wegwijzer of voorteken. Runen zijn heel oude tekens die als talisman of symbolen werden gebruikt en waarmee je ook levensvragen kunt beantwoorden (men noemt dat wel eens voorspellen, ik heb het liever over inzichtelijk maken). Alle tekens op zich hebben hun eigen betekenis. Je kunt runen ook als alfabet gebruiken, er bestaan in verschillende culturen ook verschillende alfabetten.

In deze workshop gaan we werken met de runen van de Futhark, dit is het bekendste runen alfabet. In de workshop zal ik uiteraard vertellen over de runen, hun geschiedenis en betekenis. Ieder maakt zijn eigen persoonlijke runenset en leert daarmee te werken. We gaan bij elkaar “de runen leggen” daarbij leer je te interpreteren wat de boodschap of het antwoord op de vraag is.

In deze drie avonden komt dus alles van de runen aan bod. Voor alle materialen wordt gezorgd. Ik streef er in mijn workshops altijd naar om zo veel mogelijk aan ieders wensen te voldoen en vind daarom een eigen inbreng van cursisten heel leuk en waardevol!

Graag tot ziens bij de workshop!

Een groet en een glimlach,  
Maaike.

Docent:	Maaike Burman.
Datum:	dinsdag 8, 15 en 22 april.
Aanvang:	20.00 tot 22.00 uur.
Kosten:	€ 5,00 (excl. materiaal).
Contactpersoon:	Magda Landman. ☎ 0516-481673.

## **Computer workshops**

Computer workshops zijn eigenlijk korte cursussen van meestal één bijeenkomst, op de donderdag, waarbij een vooraf vastgesteld onderwerp d.m.v. een beamer op een groot scherm wordt behandeld en waarna u zelf de oefeningen op de computer uitvoert.

Bij een workshop zit u dus, net als bij een cursus, zelfstandig achter een computer en voert alle handelingen zelf uit.

Een workshop heeft maximaal 10 en minimaal 5 deelnemers.

Er wordt vanuit gegaan dat u na afloop van de workshop het behandelde onderwerp beheerst, eventueel na het thuis nog te oefenen met de bijbehorende handleiding.

Een workshop kost per keer € 7,50 exclusief lesmateriaal en duurt minimaal 1,5 uur.

Het lesmateriaal kost afhankelijk van de hoeveelheid slechts enkele euro's, dit wordt vooraf aangegeven.

Voor een computerworkshop moet u zich vooraf opgeven.

## **PT formatteren en opnieuw installeren**

**25 oktober.** Weg met alle ellende en ergernis om uw computer. Helemaal opnieuw beginnen, maar wel eerst een back-up van uw belangrijke gegevens maken. Alles komt in deze les aan de orde.

## **Cd/dvd branden**

**1 november.** U kunt een Cd maken, een Back-up maken, belangrijke bestanden of al uw foto's op een Cd zetten. Voor het branden van Cd's/DVD's moet er op uw computer een Cd/DVD-Brander aanwezig zijn.

## **Toveren met foto's**

**8 november.** Picasa is een gratis fotosoftware. Hiermee kunt u op een heel makkelijke manier foto's importeren, beheren, doorzoeken, mailen en printen.

## **Downloaden van het internet**

**15 november.** Op internet zijn veel onderwerpen te vinden die we graag op onze eigen computer willen hebben. Denk aan spelletjes, plaatjes, muziek enz. hoe gaat het downloaden van internet naar de eigen computer.

## **E-mail opfleuren**

**22 November.** Verras u familie, vrienden en kennissen met fleurig opgemaakte E-mail. Maak zelf briefpapier of gebruik het briefpapier van de Microsoft website.

## **Zoekmachines op internet**

**29 november.** Zoeken op internet gaat razendsnel door gebruik te maken van de z.g. zoekmachines zoals Google, Ilse, Vinden etc. Is de één beter dan de ander? Wat is de beste manier van invullen?

## **Veilig kopen en verkopen op internet**

**6 december.** De handel via internet wordt ieder jaar belangrijker. We bekijken internetwinkels en internetsites waar goederen gekocht en verkocht kunnen worden. Hoe gaat dit in z'n werk en wat zijn de eventuele risico's.

## **Adressen en etiketten in word**

**13 december.** Bewaar uw adressen in "Word". Maak gemakkelijk een koppeling met andere documenten, brieven, etiketten of enveloppen.

## **Gratis bellen met skype**

**20 december.** Skype is een gratis programma waarmee je overal ter wereld gratis kunt bellen. Skype gesprekken hebben een uitstekende geluidskwaliteit. Downloaden, installeren, registreren we gaan het allemaal doen.

## **Gen poster/flyer maken**

**10 januari.** Een poster, een reclamebiljet of een raambiljet maken in Word met Wordart en illustraties is een leuke bezigheid. Voor uw vereniging of voor verdwenen huisdieren of auto, een flyer is zo gemaakt.

## **Chatten met MSN messenger**

**17 januari.** Met MSN Messenger kun je online en in realtime met vrienden, familie of collega's chatten via tekstberichten, audioberichten, mobileberichten of zelfs via videoberichten. We beginnen natuurlijk met uitleg over MSN en chatten.

## **Kennismaken met fotobewerken**

**24 januari.** Maak op uw computer een fotoalbum, een fotopresentatie of maak mooie kaarten van uw eigen foto's, ook leuk om foto's te verbeteren, te veranderen of speciale effecten aan te brengen.

## **Hoe maak ik een eigen website**

**31 januari.** Een leuke website maak je niet in anderhalf uur, in deze les de beginselen van een eenvoudige website. In deze les komt.....aan de orde.

## **Hoe blijf ik virussen de baas**

**7 februari.** Virussen maken u en uw computer ziek en verpesten uw computerplezier. Wat zijn virussen? Leer hoe u de virussen de baas blijft.

## **De digitale camera**

**21 februari.** Welke typen camera's zijn er? Wat zijn de mogelijkheden? Foto's overzetten van de camera naar uw computer. Welke fotobewerkingsprogramma's zijn er en aan welke eisen moet mijn computer voldoen?

## **Verrassing workshop**

**28 februari.** Wat we gaan doen blijft nog even een verrassing, deze laatste les van dit seizoen zal geheel in het teken staan van de beleving van onze docent. En is geheel gratis.

Docent: Jan Dros.  
Datum: zie betreffende workshop.  
Aanvang: 20.00 tot 21.30 uur.  
Kosten: € 7,50 per workshop. (excl. lesmateriaal)  
Contactpersoon: Siebo Groenewold. ☎ 0516-481878.

# **Computeren: foto's bewerken**

We kunnen er bijna niet meer onderuit, iedereen heeft tegenwoordig een digitale camera.

Maar niet altijd zijn de foto's van de kwaliteit die u wenst.

Om u een beetje te ondersteunen zijn we begonnen met het geven van een cursus digitale fotobewerking.

Tijdens deze cursus komt aan de orde:

- Foto's uit uw digitale fototoestel op de computer zetten.
- Foto's ordenen en groeperen. De mooiste foto's bij elkaar groeperen.
- Foto's bewerken b.v. rode ogen wegwerken, krasjes wegwerken etc.
- Belichting van donkere of te lichte foto's aanpassen.
- Voorstellingen maken en opslaan op CD/DVD.
- Foto's in een internetpagina verwerken.
- Een eigen internet-, fotovoorstelling maken.
- Een fotocollage maken.
- Foto's per e-mail versturen zonder je druk te maken over de omvang van de mail.
- Foto's manipuleren, delen uit een foto "snijden" en die als laag in een andere foto plaatsen.
- Met meerdere (foto) lagen werken en daar één mooie combinatie van maken.
- Verschillende tekstvormen in foto's aanbrengen.
- Het formaat en resolutie van een foto wijzigen.
- De software waarmee gewerkt wordt is gratis beschikbaar en de beste in zijn soort.

Docent: Jan Dros.  
Datum: donderdag 13, 20, 27 september 4 en 11 oktober.  
Aanvang: 20.00 tot 22.00 uur.  
Kosten: € 30,00.  
Contactpersoon: Siebo Groenewold. ☎ 0516-481878.

# **Computeren: omgaan met internet**

Het werken met Internet en E-mail lijkt op het eerste gezicht makkelijk. Iedereen in de kennissenkring doet het toch. Maar als u eenmaal begint, roept het meer vragen op dan u dacht. Daarom is deze cursus een uitstekende start.

U leert hoe u over het Internet kunt bewegen. Ook wel “Surfen over het Internet” genoemd.

Gericht zoeken op Internet. Informatie over uw hobby e.d. verzamelen.

Websites (internetpagina's) die u interessant vindt vastleggen als “favoriet” zodat u deze altijd snel weer kunt terugvinden.

Verder komen de beginselen van het E-mailen ook aan de orde.

Wat te doen met bijlagen in een ontvangen mail. Zelfs een foto als bijlage meesturen met een mail.

Beveiliging van je computer tegen vreemde mails, internetpagina's en ongewenste activiteiten tijdens het internetten.

Voor iemand die al eerder aan het Internet ‘gesnuffeld’ heeft, weet onze docent altijd wel moeilijkere zaken aan te stippen. Niemand hoeft zich te vervelen! Tips en trucs genoeg.

Docent:	Jan Dros.
Datum:	donderdag 6, 13, 20, 27 maart en 3 april.
Aanvang:	20.00 tot 22.00 uur.
Kosten:	€ 30,00.
Contactpersoon:	Siebo Groenewold. ☎ 0516-481878.

# ALGEMENE BEPALINGEN.

- -Cursussen kunnen alleen doorgaan bij voldoende deelname.
- -Bij onverwacht afhaken van een cursus wordt € 10,- kosten in rekening gebracht.
- -Bij onverwacht afhaken van een workshop wordt € 5,- kosten in rekening gebracht.
- -Voor elke cursus geldt zowel een minimum als een maximum aantal deelnemers.
- -Alle aanmeldingen dienen uiterlijk drie weken voor de aanvang van de cursus of workshop in ons bezit te zijn.
- -U ontvangt ongeveer twee weken voor de aanvang van de cursus een deelnamebevestiging.
- -Het cursusgeld dient u op de eerste cursusdag gepast te betalen.
- -Voor koffie en thee wordt gezorgd, maar is voor eigen rekening.
- -Alle cursussen worden, op een paar na gegeven, in de WAW ruimte van MFC de Swingel Mr. Geertswei 4.

## OPGAVE.

U kunt zich opgeven bij de contactpersoon van de desbetreffende cursus of workshop

- |                             |                      |                |
|-----------------------------|----------------------|----------------|
| • Jannie Alkema             | Meester Geertswei 32 | ☎ 426296.      |
| • Lydia Huisman             | Klein Groningen 11   | ☎ 481178.      |
| • Magda Landman             | Russchenreed 47      | ☎ 481673.      |
| • Siebo Groenewold          | Merkebuorren 97      | ☎ 481878.      |
| • Sybout Posthuma Linthorst | Russchenreed 52      | ☎ 481646.      |
| • Dickey Gardenier.         | Russchenreed 25      | ☎ 06-22655828. |

U kunt zich ook per E-mail opgeven:

[werkgroep.wijnjewoude@gmail.com](mailto:werkgroep.wijnjewoude@gmail.com)

Geeft zich op voor de volgende cursus(sen),

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....

Naam.....

Adres.....

Postcode/ Woonplaats.....

Telefoonnummer.....

E-mail.....

Komt met.....(aantal personen)

Gelieve inleveren bij de desbetreffende contactpersoon.

U kunt zich ook per E-mail aanmelden.

[wergroep.wijnjewoude@gmail.com](mailto:wergroep.wijnjewoude@gmail.com)

Tijdig aanmelden voorkomt teleurstelling.

Handig is om alvast de cursusdata in uw agenda te noteren.





**TIMPAAN** | Welzijn