

# Activiteiten

Januari - februari

2024



**De Evenaar**

## **Huis van de Wijk De Evenaar**

Kometensingel 189,  
1033 BE Amsterdam  
020 238 29 73

Website: [huisvandewijknoord.nl/de-evenaar/](http://huisvandewijknoord.nl/de-evenaar/)

Voor vragen over verhuur: [evenaar@dock.nl](mailto:evenaar@dock.nl)

Voor vragen over activiteiten: [evenaar@huisvandewijknoord.nl](mailto:evenaar@huisvandewijknoord.nl)

Coördinator: Monique Dames, 06 – 5154 1720

Beheerder: Mik Plokkaar, 06 – 5993 9555

Buurtwerk Tuindorp: Ellen Stoevelaar, 06 – 59999897 Buurtwerk Molenwijk: Mike Bonsen, 06 – 59979612

**DE EVENAAR KAN ALTIJD VRIJWILLIGERS GEBRUIKEN.  
VOOR EEN PAAR UURTJES, IN DE OCHTEND, MIDDAG OF AVOND.  
KOM EVEN LANGS OM KENNIS TE MAKEN! VRAAG NAAR DE COÖRDINATOR OF BEHEERDER.**

**Gratis:**

- Boeken, Tijdschriften en Kranten**
- Kleding en Schoenen ( In de kledingkast)**
- Spullen (Weggeeftafel)**
- Advies, Praatje, Folders, Informatie en meer**

# Maandag

Tijd	Cursus / activiteit	Informatie	contact
09.15 – 11.30 u	Spreekuur Buurtteam (op afspraak)	U kunt via het telefoonnummer een afspraak maken.	020 - 4354555
09:30 – 10:30 u 10:30 – 11:30 u 11:30 – 12:30 u 13:30 – 14:15 u 14:15 – 15:00 u	Meer bewegen voor ouderen (45 minuten per les)	Gratis proefles voor 60+ Aanmelden voor de proefles van te voren niet nodig. Kosten:	020-8861070 mbvo-amsterdam.nl/Noord
10.15 – 11.15 u Elke 1 <sup>e</sup> en 3 <sup>e</sup> maandag van de maand. Uitzondering: di 2 april / 21 mei	Gezond Natuur Wandelen	Gezond Natuur Wandelen = buurtgenoten ontmoeten, bewegen op een rustig tempo en de mooie natuur ervaren. Samen wandelen maakt de week leuker! Verzamelen vanaf 10.00 u. Vertrek om 10.15 u. Deelname is gratis. Na afloop een kopje koffie/thee is voor eigen rekening.	Voor meer informatie of aanmelden: <a href="mailto:greenelements2013@gmail.com">greenelements2013@gmail.com</a>  www.gezondnatuurwandelen.nl
11:00 – 13:00 u	Schildergroep "Noordwester"	Samen gezellig schilderen. Leden Welkom. Gratis proefles.	Etie 06-28207643
13:00 – 15:00 u	Eva & Adam inloopspreekuur	Wil je de Nederlandse taal leren of een computertraining volgen? Ben je op zoek naar een baan? Heb je interesse in vrijwilligerswerk?	Adinda 06-12210081
13:00 – 15:30 u	Biljarten	Kom gezellig langs! Kosten: €1,- p.p.	Via De Evenaar 020-2382973

13:00 – 16:00 u	Schilderclub “de Evenaar”	Kosten €17,- p.m. Zelfstandig werken aan een werkstuk. Gezelligheid en kennis delen staan voorop. Kom je een keer meedoen?	
15:30 – 16:30 u	Ju Jitsu Kids G1 , 4–7jr	Kosten: €48,- per maand of €123,- per 3 maanden. Jeugdsportfonds mogelijk.	Martina Ykr.amsterdam@gmail.com
16:00 – 17:00 u	Moderne dans, 7+ jr	Kosten: 1x p.w. €26,- / 2x p.w. €45,- p.m. Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
16:30 –17:30 u	Ju Jitsu Kids G2 , 8-10jr	Kosten: €48,- per maand of €123,- per 3 maanden. Jeugdsportfonds mogelijk.	Martina Ykr.amsterdam@gmail.com
17:00 – 18:00 u	Hiphop, 10+ jr.	Kosten: 1x p.w. €26,- / 2x p.w. €45,- p.m. Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
17:30 – 18:30 u	Ju Jitsu Junior, 11-16jr	Kosten: €48,- per maand of €123,- per 3 maanden. Jeugdsportfonds mogelijk.	Martina Ykr.amsterdam@gmail.com
17:30 – 19.00 u	Engelse les (beginners)	Op een leuke, laagdrempelige en speelse manier Engels leren onder begeleiding van een docent (Engels, Drama, Literatuur). Aanmelden via Adinda van Eva&Adam	Adinda 06-12210081
18.00 – 19.00 u	Female Hiphop, 12+ jr	Kosten: 1x p.w. €26,- / 2x p.w. €45,- p.m. Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
18:45 – 20:45 u	Jui jitsu volwassenen, 16+	Kosten: €55,- per maand of €147,- per 3 maanden.	Martina Ykr.amsterdam@gmail.com
19.00 – 20.30 u	Engelse les (gevorderden)	Op een leuke, laagdrempelige en speelse manier Engels leren onder begeleiding van een docent (Engels, Drama, Literatuur). Aanmelden via Adinda van Eva&Adam	Adinda 06-12210081
19:00 – 21:30 u	Keramiek atelier	Kosten €5,00 p.m.	Hilda 06-16525792
19:00 – 21:30 u	Biljarten	Kom gezellig langs! Kosten: €1,- p.p.	Via De Evenaar 020-2382973

19:15 – 20:15 u	Ladies Urbandance volwassenen	Kosten: 1x p.w. €29,- / 2x p.w. €53,- p.m. Rittenkaart 4 lessen €40,-	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
19:30 – 21:30 u	Rock 'n Roll		
20:45 - 21:45 u	All style karate/boksen		Yota 06 – 87671365

## Dinsdag

tijd	Cursus/activiteit	Informatie	contact
09:15 – 11:30 u	Spreekuur Buurtteam (op afspraak)	U kunt via het telefoonnummer een afspraak maken.	020 – 4354555
10:00 – 12:00 u	Koffie inloop	Ontmoeting en taal oefenen. Kom gezellig langs!	Via De Evenaar 020-2382973
10:00 – 10:30 u	Peuterdans 2-4 jr	Kosten: 1x p.w. €19,- / 2x p.w. €34 p.m. Rittenkaart 4 lessen €28,- / 8 lessen €50,- Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
10.00 – 12.00 u 6,12,27 febr. + 5 mrt	Samen tegen Stress	Zit je niet lekker in je vel? Voel je je gespannen? Maak je je veel zorgen? Kom dan naar deze cursus. De cursus is gratis.	Info en/of aanmelden: <a href="https://huisvandewijknoord.nl">https://huisvandewijknoord.nl</a> Linda: 06-51201509 Sanne: 06-47564560
10:45 – 11:15 u	Peuterdans 2-4 jr	Kosten: 1x p.w. €19,- / 2x p.w. €34 p.m. Rittenkaart 4 lessen €28,- / 8 lessen €50,- Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
12:30 – 13:30 u	Modern/Stretch volwassen	Kosten: 1x p.w. €29,- / 2x p.w. €53,- p.m. Rittenkaart 4 lessen €40,-	Mirella 06-41423865, dancematic.nl

13:00 – 15:30 u	Creatief met Annie		Via De Evenaar 020-2382973
13:30 – 15:30 u	Fietsen in Noord – Doortrappen	Iedereen kan mee doen! Fiets iedere week gezellig mee langs mooie fietsroutes in en om Amsterdam Noord. Routes 15 – 30 km. E-bike welkom. Verzamelen bij De Evenaar	Aanmelden: Ankie 06-51311666 Janine 06-13118509
13:45 – 14:30 u	Ouderen dans	Ook geschikt voor mensen met fysieke klachten en/of rollator Kosten: €22,- p.m. / Stadspas 55+ korting	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
14.00 – 16.00 u 27 febr; 5, 12, 19, 26 mrt; 2, 9, 16, 23 apr; 14 mei	Gezond op Eigen kracht voor Senioren	Bent u 70 jaar of ouder en wilt u meer te weten komen over fit blijven, gezonde voeding en veiligheid? En daarnaast met leeftijdsgenoten uw levenservaring delen? Deze cursus is speciaal voor u ontworpen. Doet u gezellig mee? De cursus is gratis.	Info en/of aanmelden: <a href="https://huisvandewijknoord.nl">https://huisvandewijknoord.nl</a> Ankie: 06-51311666 Janine: 06-13118509
14.45 – 15.30 u	Streetdance 6+ jr	Kosten: 1x p.w. €26,- / 2x p.w. €45,- p.m. Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
15:30 – 16:30 u	Nederlandse les (beginners)	Aanmelden via Adinda van Eva&Adam	Adinda 06-12210081
15:30 – 16:15 u	Kleuterdans 4-6 jr	Kosten: 1x p.w. €24,- / 2x p.w. €34,- p.m. Rittenkaart 4 lessen €36,- / 8 lessen €67,- Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
16:30 – 17:30 u	Nederlandse les (beginners+)	Aanmelden via Adinda van Eva&Adam	Adinda 06-12210081
17:15 – 17.45 u	Zangles	Kosten: individueel €30,- per les / groep €15,- per les	Mirella 06-41423865, dancematic.nl

17:15 – 18:45 u	Demo jong nieuw team	Kosten: 1x p.w. €42,50 p.m. / tot 18 jaar Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
18:45 – 20:15 u	Demoteam	Kosten: 1x p.w. €42,50 p.m. / tot 18 jaar Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
20:00 - 22:00 u	Kometenkoor	Een gezellig koor. Kom een keer meezingen. Kosten: gratis	06-2275 3095
20:15 – 21:15 u	Dancehall 16+ en volwassen	Kosten: tot 18 jr: jeugdsport/cultuurfonds mogelijk. 1x p.w. €26,- / 2x p.w. €45,- p.m. Kosten: boven 18 jr: 1x p.w. €29,- / 2x p.w. €53,- p.m. / rittenkaart 4 lessen €40,-	Mirella 06-41423865, dancematic.nl

## Woensdag

tijd	Cursus/activiteit	Informatie	Contact
09.00 – 10.00 u	Buurtontbijt	Gezellig samen ontbijten. Kosten (met ingang van 1 november) €2,- p.p.	Kom gewoon!
09.30 – 11.30 u	Multiculturele ontmoeting voor vrouwen	Ontmoeting en creatief	Via Evenaar, 020 2382973
09.30 – 12.00 u	OKT + Buurtteam	Inloopspreekuur 1x per maand 8 november; 13 december; 10 januari; 4 februari; 13 maart; 10 april; 8 mei; 12 juni	
09.45 – 11.45 u	Beeldhouwen met Merle		020 623 2623
10.00 – 11.00 u	Bewegen voor vrouwen, Fit noord		Sciandri 06-82378525 / 06-51311666

10.15 – 11.15 u	Wandelgroep bewegen werkt		06-14556000
14.00 – 14.30 u	Peuterdans 2-4 jr	Kosten: 1x p.w. €19,- / 2x p.w. €34 p.m. Rittenkaart 4 lessen €28,- / 8 lessen €50,- Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
14.30 – 15.30 u	Kleuterdans 4-6 jr	Kosten: 1x p.w. €24,- / 2x p.w. €34,- p.m. Rittenkaart 4 lessen €36,- / 8 lessen €67,- Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
15.30 – 16.30 u	Hiphop 6-9 jr	Kosten: 1x p.w. €26,- / 2x p.w. €45,- p.m. Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
16.30 – 17.30 u	Hiphop 9-12 jr	Kosten: 1x p.w. €26,- / 2x p.w. €45,- p.m. Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
17.30 – 18.55 u	Demoteam 8+	Kosten: 1x p.w. €26,- / 2x p.w. €45,- p.m. Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
19.00 – 20.00 u	Yoga voor dames	U doet wat u kunt, niets moet. Kosten: €35,- per maand. Gratis proefles.	M.J.Cobben 06-20476905
19.30 – 21.30 u	Keramiek de Albatros	Groep zit vol. Interesse in keramieklessen? Laat het weten.	
20:15 – 21.15 u	Afro 12+	Kosten: 1x p.w. €26,- / 2x p.w. €45,- p.m. Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
20:00 – 21:30 u 24 januari '24	Theatervoorstelling 'Amsterdam van 't gas af'	In deze voorstelling volgt het publiek 4 bewoners van een flat die van 't gas af moet. Na afloop is er een gesprek met stadsdeelvoorzitter Brahim Abid. Kom kijken en praat mee!	Toegang gratis! Aanmelden via <a href="http://www.debalie.nl">www.debalie.nl</a> of bij De Evenaar



# Donderdag

tijd	Cursus/activiteit	Informatie	Contact
09:15 – 11:30 u	Spreekuur Buurtteam (op afspraak)	U kunt via het telefoonnummer een afspraak maken.	020 – 4354555
13:00 – 15:30 u	Biljarten	Kom gezellig langs! Kosten: €1,- p.p.	Via De Evenaar 020-2382973
14:00 – 15:00 u	Computerhulp: laptop, tablet & mobiel	Kom langs of maak een afspraak.	Bara, 06-85517798
14:45 – 15:30 u	Klassiek ballet 4/6 jr	Kosten: 1x p.w. €24,- / 2x p.w. €34,- p.m. Rittenkaart 4 lessen €36,- / 8 lessen €67,- Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
16:30 – 17:30 u	Filmclub MW	Tot 15 februari 2024 Aanmelden via Stichting Wijsneus	Carla 06-33587110
15:30 – 16:30 u	Klassiek ballet 7/10 jr	Kosten: 1x p.w. €26,- / 2x p.w. €45,- p.m. Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
16:30 – 18:00 u	Demoteam B-Flexx	Kosten: 1x p.w. €42,50 p.m. / tot 18 jaar Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
18:00 – 19:00 u	Modern 9-12 jr	Kosten: 1x p.w. €26,- / 2x p.w. €45,- p.m. Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
19:00 – 20:00 u	Modern 12+	Kosten: 1x p.w. €26,- / 2x p.w. €45,- p.m. Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
20:00 – 20:45 u	Ladies Dance Basic / Jazz / Modern volwassenen	Kosten: 1x p.w. €29,- / 2x p.w. €53,- p.m. Rittenkaart 4 lessen €40,-	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
20:45 - 21:45 u	All style karate/boksen		Yota, 06-8767 1365

# Vrijdag

Tijd	Cursus / Activiteit	Informatie	contact
09:00 – 10:00 u Start 9 februari	Taalcafé	Samen oefenen met de Nederlandse taal aan de hand van actuele of zelf in gebrachte onderwerpen. Gratis. Start 9 februari.	Je hoeft je niet aan te melden en kunt zo aanschuiven.
10:00 – 10:30 u	Peuterdans 2-4 jr	Kosten: 1x p.w. €19,- / 2x p.w. €34 p.m. Rittenkaart 4 lessen €28,- / 8 lessen €50,- Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
10:45 – 11:15 u	Peuterdans 2-4 jr	Kosten: 1x p.w. €19,- / 2x p.w. €34 p.m. Rittenkaart 4 lessen €28,- / 8 lessen €50,- Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
11.00 – 13.00 u Om de week in de even weken	Vrijwilligers Centrale Amsterdam	Wil jij graag vrijwilligerswerk doen? Maak dan eens een afspraak met Wendy. Zij vertelt je graag over de mogelijkheden.	Wendy 06-11283285
13:00 – 15:30 u	Biljarten	Kom gezellig langs! Kosten: €1,- p.p.	Via De Evenaar 020-2382973
14:45 – 15:30 u	Kleuterdans 4-6 jr	Kosten: 1x p.w. €24,- / 2x p.w. €34,- p.m. Rittenkaart 4 lessen €36,- / 8 lessen €67,- Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
15:30 – 16:30 u	Hiphop 7-10 jr	Kosten: 1x p.w. €26,- / 2x p.w. €45,- p.m. Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
15:30 – 16:30 u	Ju-Jitsu Kids G1, 4-7 jr	Kosten: €48,- p.m. of €123,- per 3 mnd. Jeugdsportfonds mogelijk.	Martina <a href="mailto:Ykr.amsterdam@gmail.com">Ykr.amsterdam@gmail.com</a>
16:30 – 17:30 u	Hiphop 11+	Kosten: 1x p.w. €26,- / 2x p.w. €45,- p.m. Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl

16:30 – 17:30 u	Ju-Jitsu Kids G2, 8-10 jr	Kosten: €48,- p.m. of €123,- per 3 mnd. Jeugdsportfonds mogelijk.	Martina <a href="mailto:Ykr.amsterdam@gmail.com">Ykr.amsterdam@gmail.com</a>
17:30 – 18:30 u	Ju-Jitsu Junior, 11-16 jr	Kosten: €48,- p.m. of €123,- per 3 mnd. Jeugdsportfonds mogelijk.	Martina <a href="mailto:Ykr.amsterdam@gmail.com">Ykr.amsterdam@gmail.com</a>
18.30 – 19.30 u	All style karate/boksen		Yota, 06-8767 1365
18:45 – 20:15 u	Ju-Jitsu Volwassenen, 16+	Kosten: €55,- p.m. of €147,- per 3 mnd.	Martina <a href="mailto:Ykr.amsterdam@gmail.com">Ykr.amsterdam@gmail.com</a>

## Zaterdag

Tijd	Cursus/activiteit	Informatie	Contact
09:30 – 10:00 u	Peuterdans 2 t/m 4 jr	Kosten: 1x p.w. €19,- / 2x p.w. €34 p.m. Rittenkaart 4 lessen €28,- / 8 lessen €50,- Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
09:30 – 10:30 u	Ju-Jitsu Kids G2, 8-10jr	Kosten: €48,- per maand of €123,- per 3 maanden. Jeugdsportfonds mogelijk.	Martina <a href="mailto:Ykr.amsterdam@gmail.com">Ykr.amsterdam@gmail.com</a>
10:00 – 16:00 u	AOC opvang	Een dagprogramma voor mensen met (beginnende) dementie en hun naasten	06 24448620 <a href="mailto:m.wolf@combiwel.nl">m.wolf@combiwel.nl</a>
10:15 – 11:00 u	Dans mix 4 ½ T/M 7 jr	Kosten: 1x p.w. €24,- / 2x p.w. €34,- p.m. Rittenkaart 4 lessen €36,- / 8 lessen €67,- Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl
11.00 – 11.30 u	Peuterdans 2 t/m 4 jr	Kosten: 1x p.w. €19,- / 2x p.w. €34 p.m. Rittenkaart 4 lessen €28,- / 8 lessen €50,- Jeugdsport/cultuurfonds mogelijk.	Mirella 06-41423865, dancematic.nl

	Ginnastica & Beweging	Kosten: €15,- per les. Wekelijks afhankelijk van aantal deelnemers	Martina <a href="mailto:Ykr.amsterdam@gmail.com">Ykr.amsterdam@gmail.com</a>
17 februari '24 14.00 – 17.00 u	IMPRO Amsterdam 2024	Workshop De Ridder Zonder Billen (leeftijden 5-7) Kosten: €5,- stadspas /€25,- bewoners Noord / €50,- overigen	Meer informatie + opgeven: <a href="https://huisvandewijknoord.nl">https://huisvandewijknoord.nl</a>
24 februari '24 10:00 – 13:00 u	IMPRO Amsterdam 2024	Workshop Kennismaking improvisatietheater voor jongeren (13-18 jaar) Kosten: €5,- stadspas /€25,- bewoners Noord / €50,- overigen	Meer informatie + opgeven: <a href="https://huisvandewijknoord.nl">https://huisvandewijknoord.nl</a>

## Zondag

Tijd	Cursus/activiteit	Informatie	Contact
10.00 – 11.00 u	Ju-Jitsu familie	1 <sup>e</sup> zondag van de maand. Open voor iedereen. Kosten: €15,- per gezin. Met stadspas €2,-	Martina <a href="mailto:Ykr.amsterdam@gmail.com">Ykr.amsterdam@gmail.com</a>
10:00 – 16:00 u	AOC opvang	Een dagprogramma voor mensen met (beginnende dementie en hun naasten	06 24448620 <a href="mailto:m.wolf@combiwel.nl">m.wolf@combiwel.nl</a>

12.00 – 17.00 u 4 februari '24	Gluren bij de Buren festival	Amateurartiesten treden op in huiskamer- en lokale locaties in Amsterdam. De Evenaar doet mee. Optredens van Vocalgroup Gaia en Wolfgang. Gratis toegang.	Meer info: <a href="https://glurenbijdeburen.nl">https://glurenbijdeburen.nl</a>
10:00 – 13:00 u 18 februari '24	IMPRO Amsterdam 2024	Workshop Ontdek de wereld van improvisatietheater! Kosten: €5,- stadspas /€25,- bewoners Noord / €50,- overigen	Meer informatie + opgeven: <a href="https://huisvandewijknoord.nl">https://huisvandewijknoord.nl</a>

**Tot ziens in Huis van de Wijk De Evenaar!**