

Al 65 jaar met elkaar!

**Cursussen & Workshops
2018 - 2019**



Inhoudsopgave

| | |
|--|----|
| ALGEMENE INFORMATIE | 3 |
| CURSUSSEN | |
| 1. Aquarelleren | 4 |
| 2. Aqua Vitaal | 5 |
| 3. Bloemschikken | 6 |
| 4. Bridge met een praatje | 7 |
| 5. Fitte Senioren | 8 |
| 6. Kerstlied, geschiedenis | 9 |
| 7. Klassieke muziek | 10 |
| Eerste inschrijfformulier met machtiging | 11 |
| Tweede inschrijfformulier met machtiging | 13 |
| 8. Mozaïek | 15 |
| 9. Samen koken: Alleen voor mannen | 16 |
| 10. Samen koken: bij 't Boerke | 17 |
| 11. Samen koken: Heel Rijen bakt | 18 |
| 12. Thai Chi Chuang | 19 |
| 13. Thuis op de tablet cursus | 20 |
| 14. Wijncursus | 21 |
| VOORWAARDEN | 22 |
| OVERZICHT met prijzen | 23 |

Algemene informatie

Het bestuur van SeniorenVereniging Rijen presenteert met veel plezier het cursusboekje 2018-2019. We hebben een mooi aanbod waarin voor iedereen iets leuks of interessants te vinden is. De cursussen vinden in het winterseizoen plaats van oktober 2018 tot en met maart 2019.

In het boekje vind je verschillende soorten cursussen en workshops

- Creatief
- Bewegen
- Kunstzinnig
- Koken/proeven
- Informatie

Voor elke bijeenkomst geldt een minimaal en maximaal aantal deelnemers. Mocht een bijeenkomst daardoor niet doorgaan dan krijg je daarvan altijd bericht.

Contactinformatie

Heb je nog vragen, aarzel niet om te bellen of te mailen naar
Wil Simons-de Nijs, tel. 0161-22 51 93 of 06-29 28 45 48
E-mail: wilsimons@sv-rijen.nl

Inschrijven

In het hart van dit boekje vind je twee inschrijfformulieren met een eenmalige machtiging. Graag afgeven bij een van de gastvrouwen in de Oase. Opsturen kan natuurlijk ook.

Nog geen lid van SV-Rijen?

Word dan snel lid! Meld je in de Oase bij een van de gastvrouwen of stuur een e-mail naar: ledenadministratie@sv-rijen.nl.
Aanmelden kan ook via www.sv-rijen.nl/lid-woorden.

1. Aquarelleren

De cursus aquarelleren is inmiddels een vast onderdeel geworden in ons cursusaanbod. En ook voor dit seizoen heeft Marjan haar medewerking toegezegd. Doe mee! Zoals de meeste deelnemers zeggen: "Ik sta versteld van mezelf!"

Na de cursus is de mogelijkheid om te exposeren in De Boodschap. Voor deelname aan een expositie moeten de werkstukken worden ingelijst. Onderling worden daar afspraken over gemaakt. Graag potlood, gum en eventueel eigen goed verf materiaal meenemen.

| | |
|--------|---|
| Data | woensdag 13, 20 en 27 februari en 13 en 20 maart 2019 |
| Tijd | 14.00 tot 16.00 uur |
| Plaats | lokaal 17 in De Boodschap |
| Kosten | € 35,00 exclusief papier en passe-partouts; inclusief plank, verf, kwastjes en plakband |

Aantal deelnemers: minimaal 8, maximaal 12

Docent: Marjan van Nistelrooij



2. Aqua Vitaal

Maak kennis met het splinternieuwe zwembad Den Butter.



We weten allemaal dat zwemmen goed is om onze spieren soepel te houden. Maar die saaie baantjes trekken, daar moet je maar net zin in hebben. Wel leuk is **Aqua Vitaal**. Op muzieklanken oefeningen doen in het water o.l.v. een ervaren instructeur. Dat is ontspanning en inspanning tegelijk en weinig kans op blessures. En ... een zwemdiploma is niet nodig.

Ontdek de zwemactiviteit in het nieuwe zwembad en maak gebruik van dit mooie aanbod. Na de lessen is er een kopje koffie en kun je gratis gebruik maken van sauna of stoombad.

| | |
|--------|--|
| Data | maandag 8, 15, 22 en 29 oktober en 5 en 12 november 2018 |
| Tijd | 13.00 tot 14.00 uur |
| Plaats | zwembad Den Butter |
| Kosten | € 25,00 |

Aantal deelnemers: minimaal 8, maximaal 15

3. Bloemschikken

Voor een gezellige morgen zijn we te gast bij GardenMaster Rijen.

Onder het genot van een kopje koffie of thee werk je samen aan iets moois voor in huis of op de tuintafel. Neem een schaal, bord of vaas mee om je werkstuk op te maken. De andere materialen liggen al klaar. Voor vragen of hulp bij het bloemschikken is Maartje Frijters aanwezig.

Er zijn 4 workshops, telkens op een donderdag

Data:

| | |
|----------|------------------|
| Najaar | 8 november 2018 |
| Kerst | 13 december 2018 |
| Voorjaar | 28 februari 2019 |
| Pasen | 11 april 2019 |



| | |
|--------|-------------------------------------|
| Tijd | 9.30 tot 11.30 uur |
| Plaats | GardenMaster, Zwarte Dijk 60, Rijen |
| Kosten | € 20,00 per workshop |

Aantal deelnemers: minimaal 8, maximaal 12

Docent: Maartje Frijters



4. Bridge met een praatje

Wegens succes weer in het programma opgenomen!

Deze cursus is bedoeld voor iedereen die pas een beginnerscursus heeft afgerond. En natuurlijk wil je dan het moeilijke, maar o zo interessante bridgespel nog beter in de vingers krijgen. Tijdens het spel kun je alles vragen.

Heb je ooit een cursus gevolgd, maar ben je toch niet gaan bridgen, of ben je ermee gestopt, dan is dit een uitstekende kans om het geheugen weer wat op te frissen. Elke tafel wordt begeleid door een 'bridger bij uitstek' die jou met raad en daad kan bijstaan.



Data donderdag 14, 21 en 28 maart en 4 april 2019
Tijd 9.30 tot 11.30 uur
Plaats de Oase
Kosten € 18,00 per persoon, inclusief een kopje koffie of thee

Aantal deelnemers: minimaal 8, maximaal 20

Docenten: Antoinette van Brummelen, Jan Heijne, Jets Theeuwes e.a.

5. Fitte Senioren

Fit blijven is belangrijk. Maar daar moet je wel wat voor doen!
Fit & Squash biedt dit jaar weer een gevarieerd en sportief programma.
Bij aanvang is er een uitleg over de verschillende apparaten.

Tijdens een les van 60 minuten werk je aan je algehele fitheid. Je traint je spieren, ademhaling en coördinatie, alles in het teken van een goed lichaam. Het programma wordt voor elke deelnemer persoonlijk aangepast en je werkt met de nieuwste fitnessapparatuur.

De lessen zijn voor alle senioren geschikt, leeftijd speelt geen rol.
Na afloop van iedere les is er een consumptie van het huis.
Als je door wilt gaan om fit te blijven, kun je een abonnement nemen, los van SV-Rijen.

| | |
|--------|--|
| Data | vrijdag 11, 18 en 25 januari en 1, 8 en 15 februari 2019 |
| Tijd | 16.00 tot 17.00 uur |
| Plaats | Fit & Squash, Pastoor Gillisstraat 30, Rijen |
| Kosten | € 27,50 per persoon, voor 6 lessen |

Aantal deelnemers: minimaal 6, maximaal 10
Docent: Fred Hage



6. Kerstlied, geschiedenis

EST PUER NATUS HODIE, een kind, vandaag geboren

Laat je inspireren door Ben Verschuren, een enthousiaste muzikliefhebber die over het ontstaan en de ontwikkeling van het kerstlied komt vertellen.

Ben Verschuren neemt ons mee in de historie vanaf de eerste christentijd. Met veel beeld- en geluidsmateriaal vertelt hij:

- hoe het kerstfeest ontstond in de eerste eeuwen na Christus
- hoe de kerkmuziek daarop inspeelde in het begin van de Middeleeuwen
- hoe het volk in de late Middeleeuwen erbij werd betrokken en de eerste Christmas Carols ontstonden
- hoe in de Renaissance en de Barok componisten allerlei soorten kerstmuziek gingen schrijven
- hoe in de 19e eeuw de eenvoud terug kwam in het kerstlied in de sfeer van Anton Pieck
- hoe in de 20e eeuw het kerstlied steeds populairder werd, vanaf Jingle Bells tot zelfs een kerst-rap



Datum vrijdag 14 december 2018
Tijd 10.00 tot 12.30 uur
Plaats de Oase
Kosten € 6,00 per persoon

Inleider: Ben Verschuren



7. Klassieke muziek beluisteren en beleven!

Dit is een herhaling van vorig jaar. Maar zoals een deelnemer zei: “Voor de tweede keer aan deze cursus deelnemen heeft zijn voordelen: het wordt weer anders, beter herkenbaar en mooier”.

In drie ochtenden neemt Karin je mee door de muziekgeschiedenis van 1700 tot ongeveer 1900. Daarbij komen bekende componisten aan bod, zoals Bach, Mozart en Beethoven. Er wordt ook aandacht besteed aan minder bekende componisten. Zij hadden vaak de pech dat ze gelijktijdig leefden met een van de grootste meesters en daarom onterecht minder aandacht kregen.

| | |
|--------|---------------------------------|
| Data | vrijdag 15, 22 en 29 maart 2019 |
| Tijd | 9.30 tot 11.30 uur |
| Plaats | lokaal 12, De Boodschap |
| Kosten | € 18,00 per persoon |

Aantal deelnemers: minimaal 8, maximaal 15
Docent: Karin Schade



Eerste Inschrijfformulier/ incassomachtiging

Het inschrijfformulier inleveren in de Oase of opsturen naar:
SeniorenVereniging Rijen, Nassaulaan 62-64, 5121 BC Rijen

Per persoon één formulier invullen en aangeven aan welke cursus(sen) je wilt deelnemen op de achterzijde van dit formulier.

Naam: _____ Voornaam: _____

Adres: _____

Postcode: _____ Plaats: _____

Telefoon: _____

e-mail: _____

Eenmalige machtiging:

Ik verklaar hierbij aan SeniorenVereniging Rijen
ID nr.38ZZZ180761120000, eenmalig toestemming te verlenen tot auto-
matische incassering van het verschuldigde cursusgeld, vanaf 2 weken
vóór aanvang van de betreffende cursus(sen).

Deze opdracht geldt voor de cursussen seizoen 2018/2019 waarvoor ik mij heb ingeschreven.

Iban banknummer: NL _ _ _ _ _

Naam rekeninghouder: _____

Rijen, datum: _____

Handtekening: _____

Ik meld me aan voor de volgende cursus(sen)

| nr. | naam van de cursus | kosten |
|------------|---------------------------|---------------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | Totaal | |

SV-Rijen gebruikt de door jou op dit formulier verstrekte informatie alleen maar om ervoor te zorgen dat de cursussen kunnen worden gerealiseerd.

Tweede Inschrijfformulier/ incassomachtiging

Het inschrijfformulier inleveren in de Oase of opsturen naar:
SeniorenVereniging Rijen, Nassaulaan 62-64, 5121 BC Rijen

Per persoon één formulier invullen en aangeven aan welke cursus(sen) je wilt deelnemen op de achterzijde van dit formulier.

Naam: _____ Voornaam: _____

Adres: _____

Postcode: _____ Plaats: _____

Tel. nr: _____

e-mail: _____

Eenmalige machtiging:

Ik verklaar hierbij aan SeniorenVereniging Rijen
ID nr.38ZZZ180761120000, eenmalig toestemming te verlenen tot auto-
matische incassering van het verschuldigde cursusgeld, vanaf 2 weken
vóór aanvang van de betreffende cursus(sen).

Deze opdracht geldt voor de cursussen seizoen 2018/2019 waarvoor ik mij
heb ingeschreven.

Iban banknummer: NL_ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Naam rekeninghouder: _____

Rijen, datum: _____

Handtekening: _____

Ik meld me aan voor de volgende cursus(sen)

| nr. | naam van de cursus | kosten |
|------------|---------------------------|---------------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | Totaal | |

SV-Rijen gebruikt de door jou op dit formulier verstrekte informatie alleen maar om ervoor te zorgen dat de cursussen kunnen worden gerealiseerd.

8. Mozaïek

Er was vorig jaar heel wat animo voor deze nieuwe workshop. We zijn dan ook blij, dat Sara nogmaals bereid is om onze deelnemers in deze techniek te begeleiden.

Het lijkt makkelijk maar 'je moet het goed in de vingers hebben'. We bedoelen de tangetjes om de stukjes keramiek te knippen. Ervaring is niet nodig, gewoon meedoen en genieten van het bezig zijn met elkaar en van een mooi eindresultaat.

Na afloop neem je in ieder geval iets moois mee naar huis.
Kopje koffie of thee is gratis

| | |
|--------|--------------------------------------|
| Data | vrijdag 1, 8, 15 en 22 februari 2019 |
| Tijd | 13.30 tot 15.30 uur |
| Plaats | de Oase |
| Kosten | € 30.00.inclusief alle materialen |

Aantal deelnemers: minimaal 5, maximaal 8
Docent: Sara van Roon



9. Samen koken: speciaal voor mannen

Ja, je leest het goed. Meestal zijn er geen mannen bij onze kookworkshops, maar wij willen jullie eens op de voorgrond zetten. Je hebt geen kookervaring nodig! Dus kom gerust.

In de keuken van 't Boerke bereid je onder leiding van een enthousiaste hobbykok een maaltijd. Na gedane arbeid geniet je samen van een heerlijke maaltijd in het restaurant.

Er zijn twee avonden met ieder een ander menu. Een eenvoudig menu van drie gangen en een gevorderd menu van vier gangen. Je hoeft geen boodschappen te doen. De consumpties zijn voor eigen rekening. Het is de bedoeling dat alles weer netjes wordt achtergelaten. Het belooft een gezellige avond te worden: mannen onder elkaar.

Je kunt per workshop inschrijven.

| | |
|--------------------------|---|
| Kookworkshop Oostenrijks | maandag 5 november 2018 |
| Kookworkshop Italiaans | maandag 14 januari 2019 |
| Aanvang | 17.00 uur |
| Plaats | de keuken van café-restaurant 't Boerke |
| Kosten | € 20,00 per workshop |

Docent: Tino Prohaszka

Locatie: keuken café-restaurant 't Boerke



10. Samen koken: bij 't Boerke

Ja, het gaat toch nog door! We kunnen ook dit seizoen weer samen koken in de keuken en eten in het restaurant van 't Boerke! Wilma zwaait er de scepter.

Enkele spelregels zijn:

De recepten ontvang je na afloop per mail.

De drankjes zijn voor eigen rekening.

De keukens laten we netjes achter.



We koken een keer Bourgondisch en een keer Vegetarisch.
Inschrijven kan per keer.

| | |
|--------------------|---|
| Bourgondisch koken | dinsdag 30 oktober 2018 |
| Vegetarisch koken | maandag 28 januari 2019 |
| Aanvang | 17.00 uur |
| Plaats | de keuken van Café-restaurant 't Boerke |
| Kosten | € 18.00 per workshop |

Aantal deelnemers: minimaal 5, maximaal 8

Docent: Wilma Dazler

11. Heel Rijen Bakt: surprise!

We gaan samen koken op een zeer mooie locatie: de keuken van Zorgboerderij BELLA VITA. Misschien wordt het bakken, misschien kokkerellen. Dat laten we helemaal afhangen van onze docent Wilma Dazler. Laat je verrassen.

Na het gebruik van de keuken is het de bedoeling dat alles weer keurig wordt schoongemaakt en opgeruimd door iedereen. Consumpties zijn voor eigen rekening.

Datum dinsdag 11 december 2018
Aanvang 17.30 uur
Plaats Boerderij Bella Vita, Dongenseweg 52a, Rijen
Kosten € 18,00 per persoon

Aantal deelnemers: minimaal 6, maximaal 10
Docent: Wilma Dazler



12. Tai Chi Chuan (een bewegingsport, dus geen chinees gerecht!)

Wie de afleveringen van Hendrik Groen het afgelopen jaar heeft gezien, weet dat Tai Chi Chuan geen Chinees gerecht is, maar een bewegingsport die in Aziatische landen vooral door oudere mensen wordt beoefend. Het is dé manier om te ontspannen. En voor iedereen dé mogelijkheid om hiermee kennis te maken.

Tai Chi is zo populair geworden omdat het de energie in je hele lijf helpt te doorstromen. Zo kun je problemen (ouderdomsklachten) voorkomen en gezond blijven tot op hoge leeftijd. De cursus is ook geschikt voor mensen die slecht kunnen staan, omdat de oefeningen ook zittend op een stoel gedaan kunnen worden.

| | |
|--------|---|
| Data | vrijdag 5, 12 en 26 oktober en 2, 9 en 16 november 2018 |
| Tijd | 10.00 tot 11.00 uur |
| Plaats | lokaal 16 in De Boodschap |
| Kosten | € 47,50 per persoon |

Aantal deelnemers: minimaal 8 en maximaal 12



13. Thuis op tablet en iPad, basistechnieken

Je kunt eigenlijk niet meer zonder computers. Banken en overheid bereik je tegenwoordig via internet. En dat gaat handig en snel met je smart-phone, je iPad of een ander soort tablet.

Je leert de belangrijkste technieken: bediening, verbinding maken met wifi, surfen op internet en e-mailen. Je leert apps installeren, verplaatsen en verwijderen. En natuurlijk krijg je tips over veilig gebruik: wachtwoorden, SPAM en phishing.

iPad en iPhone (Apple):

donderdag 3, 10 en 17 januari 2019

Android tablets en phones (o.a. Samsung):

donderdag 7, 14 en 21 februari 2019



| | |
|--------|---------------------|
| Tijd | 10.00 tot 12.00 uur |
| Plaats | kantoor van de Oase |
| Kosten | € 22,00 |

Aantal deelnemers: minimaal 4, maximaal 6

Docenten: Gijs Smit, Frans Dehing, Joost Scheifes

14. Wijncursus

Als je weet wat je proeft, wordt wijn lekkerder en interessanter!
In vier middagen leer je veel over wijn: Wat is wijn? Hoe wordt wijn gemaakt? Waar moet je op letten als je wijn koopt? Hoe lees je een etiket? Je leert hoe je wijn moet proeven. De twaalf belangrijkste druivenrassen worden besproken, o.a. Chardonnay, Riesling en Merlot. Je leert door te proeven de verschillen tussen de druivenrassen herkennen en waarderen.

Wijngebieden worden besproken uit Frankrijk, Italië, Spanje en uit de nieuwe wereldwijn landen zoals Zuid-Afrika, Chili en Australië. Afhankelijk van het aantal deelnemers worden er 16 tot 24 verschillende wijnen geproefd. Na elke middag ontvang je de documentatie van de behandelde stof, zodat je op het einde van de cursus een mooi wijnboekje hebt. Voor iedereen die de enthousiaste uitleg en passie voor de wijn van Toon wil meemaken. Dit jaar opnieuw een kans.

| | |
|--------|--|
| Data | donderdag 1, 8, 15 en 22 november 2018 |
| Tijd | 14.00 tot 16.00 uur |
| Plaats | lokaal 16a in De Boodschap |
| Kosten | € 40,00 per persoon |

Aantal deelnemers: minimaal 8, maximaal 12
Docent: Toon de Hoon



Voorwaarden

Om deel te nemen aan de cursussen en workshops zijn er een aantal spelregels. We zetten ze hier op een rij.

Aanmelding

Aanmelden kan alleen met het inschrijfformulier in het hart van dit boekje, compleet met een machtiging voor automatische incasso. Vul de voor- en achterzijde volledig in!

Het inschrijfformulier met de ondertekende machtiging voor automatische incasso lever je in bij de gastvrouwen in de Oase.

Betaling

Enkele weken voor aanvang van de cursus wordt het cursusbedrag van je rekening afgeschreven. Mocht je de cursus daarna toch niet kunnen volgen, zorg dan voor een vervanger.

Te weinig deelnemers

De afspraken met de docenten worden gemaakt op basis van een minimaal en maximaal aantal deelnemers. Zijn er te weinig deelnemers dan kan de cursus niet doorgaan en wordt het cursusgeld ook niet afgeschreven. Zijn er te veel aanmeldingen dan wordt er een wachtlijst gemaakt of een extra cursus georganiseerd.

Aansprakelijkheid

Het bestuur van SeniorenVereniging Rijen gaat ervan uit dat iedereen die deelneemt aan een cursus dit op eigen risico en verantwoordelijkheid doet.

Overzicht van de cursussen met prijzen

| Nr. | Cursus | Omvang | Kosten |
|-----|-----------------------------|------------|---------|
| 1 | Aquarelleren | 5 lessen | € 35,00 |
| 2 | Aqua Vitaal | 6 lessen | € 25,00 |
| 3a | Bloemschikken najaar | 1 workshop | € 20,00 |
| 3b | Bloemschikken Kerstmis | 1 workshop | € 20,00 |
| 3c | Bloemschikken voorjaar | 1 workshop | € 20,00 |
| 3d | Bloemschikken Pasen | 1 workshop | € 20,00 |
| 5 | Fitte senioren | 6 lessen | € 20,00 |
| 6 | Kerstlied, geschiedenis | 1 lezing | € 6,00 |
| 7 | Klassieke muziek | 3 lessen | € 18,00 |
| 8 | Mozaïek | 4 lessen | € 30,00 |
| 9a | Mannen koken: Oostenrijks | 1 workshop | € 20,00 |
| 9b | Mannen koken: Italiaans | 1 workshop | € 20,00 |
| 10a | Samen koken: Bourgondisch | 1 workshop | € 18,00 |
| 10b | Samen koken: Vegetarisch | 1 workshop | € 18,00 |
| 11 | Heel Rijen bakt: surprise | 1 workshop | € 18,00 |
| 12 | Tai Chi Chuan | 6 lessen | € 47,50 |
| 13a | Thuis op je tablet: Apple | 3 lessen | € 22,00 |
| 13b | Thuis op je tablet: Android | 3 lessen | € 22,00 |
| 14 | Wijncursus | 4 lessen | € 40,00 |

Cursusaanbod 2018-2019

SeniorenVereniging Rijen

Locatie: De Oase

Nassaulaan 62-64

T: 0161 – 22 71 97

E: info@sv-rijen.nl

www.sv-rijen.nl

Oplage: 1.150 exemplaren