



AlmerePlus nieuwsbrief
november 2020

1. [Voorwoord](#)
2. [Tekenen en schilderen online](#)
3. [Uit de oude \(boeken\)doos](#)
4. [Taalmaatjes Online](#)
5. [Sjoelen in de Lichtboog](#)
6. [Bijzondere Bouwkunst in Oosterwold](#)
7. [Onze Volkstuinen revisited](#)
8. [Goede Rede Concerten](#)



1. Voorwoord



We zijn weer terug bij 'af', wat corona betreft. Het virus is nog niet weg. Voordeel is wel dat we alles al een keer voorbij hebben zien komen, dus we kunnen tegen een stootje. Ook seizoenen komen en gaan en al worden sommige mensen een beetje droevig van de herfst, het is ook een creatief seizoen, met prachtige kleuren en nieuwe poëzie. Je hoeft daarvoor de deur niet uit. Lang leve het digitale tijdperk.

2. Tekenen en schilderen online



Was het indertijd niet Pipi Langkous die zei: "ik heb het nog nooit gedaan dus ik denk dat ik het wel kan". En voor wat je niet kunt is er bovendien altijd wel een mogelijkheid om het te leren, zelfs zonder dat je daarvoor de deur uit hoeft.

Sinds 2019 bestaat er een online tekenclub en sinds een paar maanden ook een online schilderclub. Via het Internet kun je je aanmelden voor een gratis webinar tekenen of schilderen of voor allebei. Als je die hebt gevolgd kun je nog een maand proefdraaien voor 1 Euro. Daarna betaal je € 12,95 voor een cursus of € 17,95 voor allebei. Zo zijn er bijvoorbeeld op maandagavond de tekenlessen van Lineke Lijn. Stap voor stap legt ze uit hoe je te werk gaat en tekent ze tegelijkertijd zelf haar eigen voorbeeld na. Zij geeft ook schilder- en aquarelleerlessen. Naast Lineke zijn er nog vier docenten die op andere tijdstippen onlinelessen verzorgen.

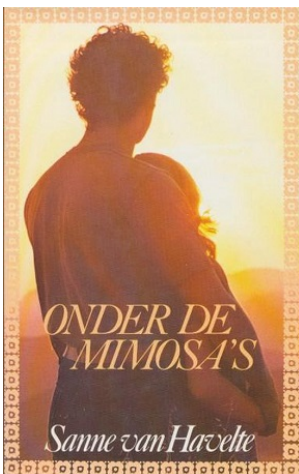
Zodra je lid bent, heb je ook op ieder moment toegang tot de ledenomgeving die boordevol staat met tutorials over tekenen en schilderen. Daar leer je van A tot Z om bijvoorbeeld een portret te tekenen of te schilderen, een dier of een mooi landschap. Ook zijn er cursussen met technieken en informatie over wat voor materialen je nodig hebt. Je kunt dus inloggen wanneer je zin en tijd hebt. Je kunt de video's pauzeren en in je eigen tijd en op je eigen tempo de lessen volgen.



Het is ook heel prettig om feedback te krijgen op je gemaakte tekening of schilderij. Je kunt daarvoor een foto van je kunstwerk uploaden op de ledensite en vragen om feedback van de docent of reacties van andere leden. Op de ledensite kun je ook een video van een gemiste les terug kijken.

Tekenclub heeft ondertussen al 1.200 deelnemers, ook in België en zelfs op de Antillen. Op www.tekenclub.nl vind je alle informatie.

3. Uit de oude (boeken)doos



Ooit het boekenprogramma gekeken gepresenteerd door Matthijs van Nieuwkerk? Daarbij nodigde hij per keer twee gasten uit om te vertellen over hun favoriete boeken. Dat konden allerlei genres zijn, ook jeugdboeken.

Jij hebt ook vast wel een kinderboek of een jeugdboek dat je vroeger stukgelezen hebt of waar je een leuke herinnering aan hebt. Misschien ken je het boek *Onder de Mimosa's* nog, geschreven door Sanne van Havelte. Een echt meisjesroman, met een heerlijke romantische sfeer.

Hier in Nederland zijn wel eens takken Mimosa in bloemenwinkels te koop. Deze worden in kassen gekweekt of geïmporteerd uit Zuid Europa. De bloemen

bestaan uit kleine gele bolletjes die dikker worden wanneer ze gaan bloeien. Ze verspreiden een heerlijke zoetige geur.

De Mimosa wordt ook als kamerplant verkocht maar het is wel een moeilijke plant om "goed" te houden. Maar als je de plant in huis hebt, de gele bloemetjes allemaal in bloei krijgt en de heerlijke zoete geur ruikt dan is dat echt genieten.



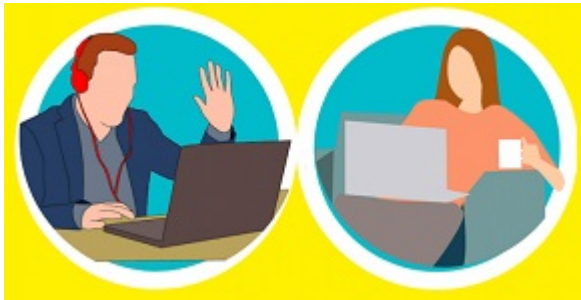
En natuurlijk is de Mimosa bij uitstek een mooi onderwerp om te tekenen of te aquarelleren als je de tekenlessen hebt gevolgd waarover je in deze Nieuwsbrief kunt lezen.

4. Taalmaatjes Online



In het project Taalmaatjes Online worden Taalstudenten op een vernieuwende manier gekoppeld aan Taalmaatjes. Er zijn veel nieuwe Nederlanders die de basis wel beheersen maar vervolgens veel te weinig oefenen. Zonde, want gesprekken voeren leer je door veel te oefenen. Gebleken is dat senioren zich hiervoor graag willen inzetten. Senior-Live kan daarbij behulpzaam zijn en de senioren de technologie van nu laten zien.

Nadat je bent gekoppeld aan je Taalmaatje kun je meteen beginnen met de één op één gesprekken, via videobellen. Die gesprekken kun je gemakkelijk voeren vanuit je eigen huis op de momenten die je zelf kiest, in principe een keer per week.



Videobellen is bellen met beeld erbij. Vele senioren doen dat al met o.a. kinderen en kleinkinderen. Het leuke is dat je elkaar niet alleen hoort, maar ook ziet. Voor videobellen heb je een laptop of tablet nodig met een webcam en natuurlijk een internetverbinding.

Als je assistentie nodig hebt kunnen ervaren ICT adviseurs van Senior-Live je daarbij helpen.

Zo nodig is iemand bij de eerste keer videobellen aanwezig zodat je zeker weet dat het goed en veilig gebeurt.

Het project loopt tot en met december. Op 9 en 23 november organiseert Senior-Live in Almere-Haven voor de deelnemers een gezellige bijeenkomst (van 14.00 tot 16.00).

Aanwezigheid is echter niet verplicht en in verband met ontwikkelingen rond Covid-19 krijg je 24 uur van tevoren bericht of de bijeenkomst al of niet doorgaat.

Ben je 65 jaar of ouder? Vind jij het leuk om iemand te helpen met het oefenen van de Nederlandse taal? Wil jij iets voor een ander betekenen? Meld je dan nu aan en word een Taalmaatje in dit vernieuwende project!

Aanmelden via contact@senior-live.nl

5. Sjoelen in de Lichtboog



Sjoelen is veel meer dan het gezelschapsspelletje dat je met familie op een donkere winterdag of verjaardag speelt.

Wist je dat het een door de NOC*NSF erkende sport is. Buiten het Nederlands kampioenschap sjoelen, is er zelfs een wereldkampioenschap en.... de nummers twee en drie van de wereld komen uit Almere!



In de Lichtboog, bij 'Sjoelvereniging "vijf voor" Almere', hoor je iedere maandagavond het schuiven van de stenen in de sjoelbakken.

Gezelligheid staat hoog in het vaandel. Soms wordt er, in de interne competitie, op het scherpst van de snede gespeeld, maar ook dan

wordt er veel gelachen.

Er wordt gespeeld volgens het libre systeem; uitzondering hierop is de negende maandag, dan is een van de vele andere spelsystemen aan de beurt.

Ben je helemaal door de sport gegrepen en wil je je vaardigheden verbeteren, dan bestaat de mogelijkheid om persoonlijke trainingen te volgen bij één van de hoofdklasse spelers. Wie weet sta je dan over een paar jaar zelf op het hoogste podium.

Op maandagavond ben je van harte welkom in de Lichtboog om een kijkje te nemen, de sfeer te proeven en natuurlijk zelf te sjoelen. Aarzel niet en ga langs!

Wel even van tevoren aanmelden bij secretaris@svvijfvoormalmere.nl. Kijk voor meer informatie op <https://www.svvijfvoormalmere.nl/>

Momenteel worden de coronamaatregelen strikt in acht genomen. De tafels staan ruim uit elkaar en natuurlijk houden we 1,5 meter afstand.

6. Bijzondere Bouwkunst in Oosterwold



Gelukkig is kortgeleden de verwarming geïnstalleerd in het zelfbouwhuis van Freerk. Drie jaar geleden kocht deze voormalige timmerman en docent bouwkunde in Oosterwold een kavel om zijn huis op te bouwen. Daar is, behalve een gezond lijf op de leeftijd van zesenzeventig, ook kennis en veel moed voor nodig. Na een studie bouwkunde op de HTS gaf hij les in het voortgezet en middelbaar onderwijs en aan makelaars op het gebied van bouwkunde. Eerder al ontwierp en bouwde hij huizen in Groningen en Harderwijk. Ook een tweejarig verblijf in Canada droeg bij aan zijn kennis over huizenbouw.



Voor de bouw van zijn huis in Oosterwold werd Freerk geïnspireerd door het gebouw van de Gasunie in Groningen. Hij zat in het ontwerpteam van architectenbureau Alberts en van Huut dat ook het "Zandkasteel" van de ING in de Bijlmermeer ontwierp. De door het architectenbureau gebruikte organische vormen zijn terug te vinden in het huis in Oosterwold.

Helemaal alleen bouwt hij met liefde gestaag door aan het zeshoekige huis. De keus voor Almere werd gemaakt omdat de kavels in Oosterwold ruim zijn en de grond indertijd betaalbaar. Zoals in iedere Gemeente moesten er veel aanvragen en tekeningen worden ingediend. Het ontbreken van een Welstandscommissie scheelde wat tijd. Onder het huis is een kelder van beton met een "koekoek", ofwel een raam in de kelder. Het huis heeft geen verdiepingen. De woonkamer is de centrale ruimte en het hoogste punt in deze ruimte is zes meter. Door de vele ramen, waarvan sommige met een organische vorm, heb je een prachtig panoramisch uitzicht op o.a. de zonsondergang met prachtige kleuren. Je kunt de schapen zien lopen die worden geleased door de bewoners. De kosten van de verzorging worden gedeeld, maar ook de opbrengst van de wol.

Omdat Freerk en zijn partner sinds kort full-time in het huis wonen kan hij op ieder moment verder gaan met het afwerken van de binnenkant. Er staat nog wel een tijdje een steiger in de woonkamer, maar veel planten en gekleurde kussens op de stoelen van het tuinmeubilair maken het toch gezellig. Er kan gekookt worden in de keuken en ook het sanitair en de slaapkamer zijn gereed.

Zelf een huis bouwen is niet iets wat je zomaar doet. Daar gaat veel aan vooraf en er is veel kennis voor nodig. Voor een gepensioneerde is dat een spannende uitdaging waar je uiteindelijk veel voldoening uit haalt.

7. Onze Volkstuinen revisited



Vorige maand stonden we uitgebreid stil bij de heilzame werking van sopropo, de Surinaamse groente die volop verkrijgbaar is in de kas 'Onze Volkstuinen' in Almere Buiten. Dat groente sowieso gezond is hoeven we hier verder niet uit te leggen. Van 10 tot 17 oktober was het bovendien 'Dutch Food Week'. Een mooie aanleiding om in deze nieuwsbrief twee heerlijke sopropo-recepten op te nemen. Cadeautje van de redactie.

1. Gevulde sopropo

Sopropo: (afhankelijk van grootte) in twee of drie stukken snijden. Daarna uithollen en half gaar opkoken of stomen.

Vulling: Gehakt kruiden met fijngesneden ui, knoflook, een ei, paneermeel, zwarte peper en zout. Daarmee vul je de half gaar gekookte sopropo. Vervolgens bruin bakken.

Saus: Gesnipperde ui, knoflook, paar piment korrels en tomaat bakken met een theelepeltje tomatenpuree. Zwarte peper toevoegen, bouillonblok, klein schepje suiker en een scheut kokend water. Saus proeven of het op smaak is.

Afmaken: Gebakken sopropo toevoegen aan de saus en ca 45 min op zacht vuur laten sudderen. Sopropo af en toe omdraaien zodat alle kanten goed gaar zijn.

Serveren met rijst. Eet smakelijk!



2. Sopropo met zoutvlees

Sopropo: overlangs opensnijden, vruchtvlies wegkrabben en in partjes snijden.

Zoutvlees: (Vacuüm verpakt verkrijgbaar bij de Surinaamse toko of op de markt) Ongeveer 100 gram eerst uitkoken en afspoelen. In blokjes snijden en lichtjes bakken met ui en knoflook.

Sopropo toevoegen, een theelepeltje tomatenpuree, zwarte peper, bouillonblok. Het geheel omscheppen en even doorbakken.

Deksel op de pan en 10 á 15 min laten doorsudderen, af en toe omscheppen. Proeven of het op smaak is en je Sopropo-zoutvlees is klaar.

Serveren met rijst. Eet smakelijk!



8. Goede Rede Concerten ↑

Ondanks verscherpte coronamaatregelen zijn er de komende maand in ieder geval enkele Goede Rede concerten die de moeite waard zijn.

Woensdag 4 november om 20.00 uur Middeleeuwse muziek door het Aventura Ensemble, met zang en blokfluiten.

Vrijdag 06 november van 20.00 - 21.30 uur geven Siddharth Kishna en Florian Schiertz een optreden met klassieke Indiase muziek op sitar en tabla. Ook wordt er een inleiding verzorgd over de bekende Indiase sitar-speler Ravi Shankar, die 100 jaar geleden werd geboren (1920-2012).



Donderdag 12 november van 14.00 tot 15.00 uur is er een middagconcert van pianist Felix Justin en sopraan Charlotte Houberg met opera-aria's en andere liederen, afgewisseld door piano solo's.

Zaterdag 28 november van 14.00 tot 16.00 uur matineeconcert met Vera Laporeva (viool) en Thomas Herrmann (piano).

Het volledige programmaboekje voor november t/m februari 2021 staat op de website. Voor meer informatie, prijzen, reserveringen en Covid-19 protocol, kijk op www.goederedeconcerten.nl

© 2020



Deze digitale nieuwsbrief is een uitgave van De Schoor.

Wie geen prijs stelt op de ontvangst van deze nieuwsbrief kan zich hier [afmelden](#).

Voor meer informatie, mail naar: pr@deschoor.nl