

Nieuwsbrief

september 2022

Bericht van het bestuur

In augustus vakantiemaand bruiste Ontmoetingscentrum Prinsenhof van allerlei leuke activiteiten. In deze nieuwsbrief een kleine terugblik. Ook voor september zijn er weer veel activiteiten gepland. De “gouwe ouwe”, die populair blijven en goed worden bezocht, maar natuurlijk ook weer nieuwe evenementen die we nog niet eerder hebben gehad. In deze nieuwsbrief van september leest u daar alles over. Zo blijft er altijd wat voor iedereen te doen. U bent van harte welkom! U komt toch ook?

Tot ziens in Prinsenhof!

Inzameling

Voedselbank – koffie en thee

De Voedselbank deelt elke week eten uit aan mensen die dat tijdelijk hard nodig hebben. Dit voedsel wordt verkregen vanuit overschotten en donaties, waardoor verspilling wordt tegengegaan. Om de voedselpakketten verder aan te vullen met artikelen die niet in het standaardpakket voorkomen, staat er bij de receptie van OC Prinsenhof altijd een mand. In juli en augustus kunt u daar koffie en thee doneren. Helpt u ook mee? Wij zorgen dan dat het bij de Voedselbank in het Lage Land komt. Alvast hartelijk dank.



VOEDSELBANK
Rotterdam

Activiteiten augustus

Taallessen

Voor taallessen bent u bij Prinsenhof aan het juiste adres. Nederlands wordt wekelijks gegeven. De lessen Spaans zijn al begonnen, maar u kunt natuurlijk altijd inhaken. En volgende maand beginnen we weer met Engelse les, zie verderop in deze nieuwsbrief.

Nederlandse les

Datum: dinsdagochtend en donderdag middag

Kosten: gratis

Inschrijving: aanmelden via de receptie



Nederlandse les van Alsare

Datum: dinsdag- en donderdagavond

Kosten: gratis

Inschrijving: aanmelden via de receptie

Na beëindiging van de cursus krijgt u een certificaat



Nederlands voor beginners (A1 en A2)

Kom uw Nederlandse taal verbeteren tijdens deze lessen.

Doormiddel van klassikale oefeningen en conversatie werkt u aan uw Nederlandse taal onder begeleiding van Jos en Fred. Waar nodig helpt vrijwilliger Marisol u met individuele begeleiding.

Woord voor woord gaat u een stapje vooruit. Al doende leert men.

Datum: iedere woensdag

Tijd: 10:00 uur tot 11:00 uur.

Kosten: gratis

Inschrijving: aanmelden bij de receptie

Spaanse les gevorderden

Datum: iedere vrijdag

Tijd: 10:30 – 12:00 uur

Kosten: 10 lessen voor €25

Inschrijving: aanmelden via de receptie



Muzikale zondagmiddag, 4 september

Op zondag 4 september komt Hugo Franks Live Music.

Hugo heeft al meerdere keren opgetreden en is met zijn mooie repertoire bekend in de Prinsenhof.

Muzikaal is er weer een gezellig optreden te verwachten, met een gevarieerd programma.

De tijdloze Evergreens, Jazz, Pop Classics en de onvergetelijke hits en meezingers

Kom gezellig op deze zondagmiddag naar de Prinsenhof voor een hapje, drankje en misschien een dansje of luisteren naar de mooie muziek van Hugo.

Het belooft weer een fijn optreden te worden.



Datum: 4 september.

Tijd: 13:00 uur tot 16:00 uur.

Zaal open: 12:30 uur.

Inschrijving: vrije inloop, maar vol=vol er is plek voor 60 personen .

Workshop gebakjes maken, zaterdag 10 september

Deze maand bieden wij u weer een gesubsidieerde workshop aan tegen een mooie prijs.

Onder leiding van enthousiaste vrijwilligers gaat u deze middag met elkaar aan de slag om zelf 4 verschillende soorten gebakjes te maken, die u daarna mee naar huis kunt nemen voor bij de koffie of thee.



Datum: 10 september

Tijd : 12:00-15:00 uur

Kosten: € 2,50 p.p. (vooraf betalen)

Inschrijving: voor woensdag 7 september via de receptie. Plek voor 10 personen.

Bingo



Voor een gezellige bingo-middag komt u natuurlijk naar Ontmoetingscentrum Prinsenhof. Er zijn mooie prijzen ingekocht en de vrijwilligers hebben er altijd veel zin in. We drinken wat, we spelen bingo, we praten wat, we luisteren wat. Kortom, we maken het gezellig! En wie weet gaat u wel met een leuke prijs naar huis!

Datum: woensdag 14 september

Tijd: 14:00 – 16:00 uur

Kosten: € 6,00 voor 7 rondes

Inschrijving: vrije inloop

Repair Café, vanaf 5 september iedere maandagmorgen

We gooien ontzettend veel weg. Ook dingen waar bijna niets mis mee is en die na een eenvoudige reparatie weer prima bruikbaar zouden zijn. Helaas zit repareren bij veel mensen niet meer in het systeem en reparatiekennis verdwijnt snel.

Daarom is er het Repair Café! Mensen met reparatiekennis kijken of zij uw spullen een tweede leven kunnen geven. U kunt meehelpen en leren of hen hun magie laten uitvoeren

De Repair Cafés vormen intussen een wereldwijde beweging die zich inzet voor het behoud van reparatiekennis in de samenleving en voor beter repareerbare producten. Behalve in Nederland zijn er ook Repair Cafés in België, Duitsland, Frankrijk, het Verenigd Koninkrijk, de Verenigde Staten en in tientallen andere landen

verspreid over de hele wereld. Het Repair Café is zelfs doorgedrongen tot India en Japan!
Heeft u een kapot apparaat gooi deze dan niet weg maar kom langs!

Datum: Vanaf 5 september de even weken op maandagmorgen.

Tijd: 9:30 uur tot 12:00 uur.

Inschrijving: vrije inloop

Workshop T-shirt pimpen



Vindt u de T-shirts in de winkel ook zo saai?

Tijdens deze workshop transformeert u uw saaie shirt in een hippe naar uw smaak gemaakt kledingstuk.

Onder begeleiding van vrijwilliger Yvonne haalt u elementen weg en voegt u toe aan uw T-shirt.

Wij zorgen voor leuke stofjes, andere furnituren en dat er een naaimachine ter beschikking is. Neem zelf een nieuw of oud T-shirt mee om te pimpen.

Datum: 14 september

Tijd: 12:00 – 15:00 uur

Kosten: € 4,00

Inschrijving: aanmelden via de receptie, plek voor 7 personen

Oproep ideeën Burendag

Zaterdag 24 september is het weer burendag. Heeft u een leuk idee wat u altijd al in onze buurt heeft willen doen? Laat het ons dan weten en mail naar receptie@ocprinsenhof.nl! We gaan dan met u in gesprek om te kijken hoe we uw idee gezamenlijk kunnen realiseren.

Themabijeenkomst: “Hoe wordt gezond brood gemaakt”



Deze middag vertelt Louis van der Valk ons alles over het bakken van gezond brood. Louis is leefstijlcoach en bij een gezonde leefstijl hoort natuurlijk gezonde voeding. Daarbij is brood voor de meesten van ons onmisbaar. Maar wat zit er eigenlijk allemaal in dat brood, waar komt het vandaan, en hoe wordt het gebakken?

Op al deze vragen krijg je bij deze thema bijeenkomst antwoord; Louis laat je zien wat er allemaal komt kijken bij het bakken van brood. Je krijgt uitleg over;

- alle ingrediënten die je nodig hebt voor het bakken van brood;
- Welke apparatuur nodig is om een heerlijk gezond brood te maken;
- Vervolgens laat Louis zien hoe hij zelf deeg voor het brood maakt, tot en met het rijzen;
- Daarbij geeft hij uitleg over wat gezonde voeding is, dus over de ingrediënten in het algemeen, b.v. vetten, eiwitten, koolhydraten (vezels), zout, water, vitamines, mineralen etc.

En natuurlijk gaan we tot slot proeven hoe het zelfgebakken brood smaakt!

Datum: woensdag 21 september

Tijd: 13.00 – 13.30 uur inloop

13.30 start presentatie

Kosten: € 2,00 per persoon, graag bij inschrijving voldoen

Inschrijving: aanmelden via de receptie, plek voor 15 personen

Tablet Cursus

Vanaf 23 september organiseren wij op de vrijdagochtend een tabletcursus.

Raak meer bedreven met uw tablet. Tijdens de cursus leert u handige snufjes over wat u er allemaal mee kunt doen. Zoals, waar vind ik een lekker recept, waar vind ik een spelletje, hoe kan ik beeldbellen en nog veel meer.

In 10 lessen komen de volgende onderwerpen aan bod:
Internet / Accounts / Adresboek / Mail / Foto, Film / Apps / Sociale Media / Geheugen / Printen.

Schrijf u snel in, want er is maar een beperkt aantal plaatsen beschikbaar.

Datum: start op vrijdag 23 september

Tijd: 10.00-12.00 uur

Kosten: € 15,- per persoon voor 10 lessen

Inschrijving: aanmelden via de receptie, vol=vol

Voor aankondiging oktober

Naaidag



Gezellig met andere naailiefhebbers kletsen en uw naaiproject afmaken? Kom dan naar deze leuke middag.

Wij zorgen voor een heerlijke lunch en de hele dag koffie en thee. U neemt zelf uw eigen naaimachine en materialen mee.

Datum: 15 oktober

Tijd: 10:00 – 15:00 uur

Kosten: € 15,00

Inschrijving: aanmelden vanaf 1 september via de receptie, plek voor 10 personen.

Even terug kijken

De Muzikale zondagmiddag.

Een hapje, een drankje en fijne muziek zijn de ingrediënten van de maandelijkse muzikale zondagmiddag in de Prinsenhof. Een evenement waaraan velen iedere keer weer heel veel plezier beleven.

Op 7 augustus jl. was het weer zover met een optreden van de Four Mixx. Drie dames, Connie, Yolanda en Miranda, stuk voor stuk bekwame zangeressen, die in prachtige harmonie, driestemmig, tweestemmig maar ook solo de stemming er goed in wisten te brengen. Geen onbekenden voor oud gedienden zij traden 9 jaar geleden eerder op in de oude Prinsenhof.

De groep, oorspronkelijk met vier, kennissen, vrienden lid van PAC atletiek begon in 2014 bepaald niet zonder succes samen te zingen en wekelijks te oefenen. Hoogtepunten waren onder meer een optreden voor de radio en op een cruiseboot in de Cariben. In 2015 kwam een cd uit. Het repertoire wordt gekenmerkt door Nederlands, jazz, ballads en rock en roll. Er wordt vooral geput uit de oude doos. Volgend jaar gaan zij optreden met een vaste band, de Bahama's.

Aanstekelijk werkte niet alleen de muzikaliteit maar ook de voelbare saamhorigheid en het vakkundig inspelen op ons, het publiek. Er werd volop meegezongen en gedanst ook met polonaise.

Lof voor de organisatie die alweer drie jaar regelmatig plaats vindt. Er is steeds weer veel werk te verzetten door vrijwilligers. Ook de keuken van de Prinsenhof verdient weer een pluim, gepaste snacks waaronder bitterballen en een huisgemaakte gehaktbal.

Nico

010 Jam editie 2022

Tijdens de 2022 010 jam editie zijn vier verschillende workshops gegeven. Jongeren hadden zich vooraf niet hoeven inschrijven en konden zo binnenlopen voor de workshops.

De workshops gingen over de volgende onderwerpen:

- Brassband
- Dans
- Media entertainment
- Studio opnamen & rap

Er waren maar liefst 24 jongeren en de deelnemers waren erg tevreden. Het was een gemixte groep en de sfeer was top.

De groep jongeren en begeleiders hadden een leuke interactie met de buurtbewoners, die aangenaam verrast waren door de 010 Jam. De samenwerking met Ontmoetingscentrum Prinsenhof was geslaagd. De samenwerking verliep vloeiend en de medewerking was open en behulpzaam.

Na de evaluatie van de laatste editie van 010 Jam 2022 vielen een aantal zaken op. Ondanks de soms brute weersomstandigheden, kwamen jongeren toch. Bezoekers reageerden goed op de verschillende activiteiten en de begeleiders kregen veel positieve feedback. Er bleek ook veel animo voor brassband gerelateerde activiteiten en dat is wellicht een behoefte die verder onderzocht kan worden. Wellicht was er een correlatie tussen het weer en de bezoekersaantal. In een wat meer gematigde weerssituatie was het bezoekersaantal misschien hoger.

De samenwerking met de ontmoetingscentrum Prinsenhof beviel goed en misschien kunnen we volgend jaar weer terug komen. Ook het feit dat de omgang met omwonenden goed verliep is positief. Kortom de 2022 editie van 010 Jam was geslaagd!

Gabriel Schobe
oud deelnemer, 2022 onderdeel organisatie

In gesprek met twee vrijwilligers



Het gesprek met Geesje Meerkerk en Tim Nyborn vindt plaats in het restaurant na de lunch.

Het terras is druk en het is buiten warm. Tim vertelt dat hij al in het oude gebouw van de Prinsenhof is begonnen in de keuken. Hij heeft intussen daar allerlei dingen gedaan: de saladebar, uitsmijter, omelet e.d. en hij vindt het leuk om samen met anderen aan de slag te gaan in de keuken. Hij werkt nu 3 dagen per week in de keuken.

Geesje vertelt, ik heb een dochter en die heeft 2 meisjes. Ze geeft verder aan: ik was al eerder vrijwilliger elders, maar kwam in contact met Jacqueline en ben na een gesprek begonnen in de keuken. Rien heeft mij in de begintijd ingewerkt.

Nu werken Tim, Isabelle en ik vaak samen op dinsdag. Het samenwerken met collega's maakt het werk leuk en we hebben dezelfde inzet zegt Geesje. Tim is behulpzaam en collegiaal.

Het samenwerken om goede maaltijden te serveren is motivatie voor allebei. We zijn samen met 90 collega's het team Prinsenhof. Iedere dinsdag werken Geesje en Tim samen met Isabelle in de keuken sinds maart jl..

Tim geeft aan: ik heb een uitdaging nodig en die vind ik nu met 3 dagen in de Prinsenhof.

Bram

Voorankondiging

Engelse les vanaf 5 oktober

Altijd al uw Engels willen verbeteren? Dan is dit uw kans! Want vanaf 5 oktober biedt OC Prinsenhof u 10 weken lang elke woensdagmiddag Engelse lessen aan, op twee verschillende niveaus.



Datum: vanaf 5 oktober 10 weken lang iedere woensdagmiddag

Tijd: 13:00 – 14:00 uur (niveau beginners)

14:00 – 15:00 uur (niveau gevorderden)

Kosten: € 25,00 voor 10 lessen (vooraf betalen)

Inschrijving: aanmelden bij de receptie

Dans- en feestavond, 15 oktober



Wegens groot succes met het optreden van de Four Mixx tijdens de muzikale zondag vorige maand, is er een dans- en feestavond op zaterdag 15 oktober.

De Four Mixx heeft een breed repertoire die zij willen laten horen, populaire songs, Jazz en Country en Rock en Roll. Het wordt 15 oktober zeker weer een

spectaculaire optreden.

Gezellig meedansen, op deze mooie muziek van de Four Mixx.

Datum: zaterdag 15 oktober

Tijd: 20:00 – 23:00 uur

Zaal open: 19:30

Kosten: € 10,00 (incl. bitterbal en nootjes)

Inschrijving: aanmelden bij de receptie vanaf 5 september. vol=vol er is plek voor 60 personen

PETR
AASP
RAAT

En.....daar ben ik weer !!!!

Na twee maanden afwezigheid door mijn rugoperatie ben ik op 3 augustus weer begonnen bij de receptie en het Grand Café.

Het is wonderlijk hoe snel ik weer ben opgeknapt. In mijn onderrug zijn 4 wervels vastgezet. Er zat geen ruimte meer tussen de wervels. Omdat de tussenschijven oplossen zaten de zenuwen bekneld. Ik kan je verzekeren dat het geen pretje was. Dat straalde uit naar mijn benen waardoor ik spontaan viel, scheef liep en met een rollator.

Het is bizar wat ze allemaal kunnen tegenwoordig. De operatie is geslaagd. Ik loop weer recht en zonder rollator. Het eerste wat ik zei toen ik wakker werd na de operatie was "Ik heb geen pijn meer in mijn benen". Dat was al fantastisch. De pijn daarna was wel enorm en morfine (oxiconon) hielp niet echt. Na drie weken verdween de pijn en had ik alleen nog last van de wond. Na een goede tip van Truus Blom om er Zwitsal olie op te smeren, was dat ook snel verdwenen. Een super tip dus. Bedankt Truus !!!!
Inmiddels heb ik mijn eerste controle gehad en zij stonden verbaasd dat ik alweer zo goed liep. Helemaal goed gekeurd en ik mag langzaam de draad weer oppakken. Ik mag nu 1 uur zitten en daarna even lopen. Dat is bij de receptie geen probleem en in het café ook niet.

Dus ik ben er weer en heb er zin in.

Petra

Auto geluk



Mijn vader werkte in de oorlog in een garage, hij was gek op auto's.

Twee jaar na de oorlog verhuisde wij van Leiden naar Amsterdam. Daar was op maandag één keer in de maand een tweedehands autoverkoop op het stadionplein. Een uitje voor mijn vader.

Op een maandag kwam hij thuis met een tweedehands auto. Wij waren in die tijd de enige in de straat met een auto. Om de zoveel tijd werd de auto weer ingeruild voor een ander. Ze gingen meestal niet zo lang mee.

Ik heb heel wat merken voorbij zien komen in mijn leven. Op een dag stond er in dezelfde straat een splinternieuwe wagen. De reactie van mijn vader was, als ik daar toch eens in mocht rijden. Een paar weken later sprak een mevrouw mijn vader aan. Dat bleek de dame van die mooie auto te zijn. Haar man lag in het ziekenhuis en mocht weer naar huis, of mijn vader haar man wilde halen met haar mans auto. Mijn vader zei "natuurlijk doe ik dat voor u". Hij heeft niet later merken hoe blij hij was. Het was zijn droom die uitkwam.

Elleke

Vacature algemeen bestuurslid (vrijwilliger)

In de rol van algemeen bestuurslid geef je samen met het bestuur en onze professionals vorm en invulling aan het beleid van de stichting. Hierbij moet continu goed gekeken worden naar de doelen en visie van de organisatie, de verwachtingen van subsidieverstrekkingen en de behoeftes vanuit onze doelgroep en de interne stakeholders zoals vrijwilligers en medewerkers.

Het bestuur heeft circa eens per 3 weken een vergadering. Hierin worden de grotere beleidsmatige, maar vaak ook operationele zaken besproken. Je deelt jouw visie, koppelt terug en gebruikt jouw kennis en ervaring bij het maken van beslissingen.

Je representeert het bestuur van de stichting richting de vrijwilligers, maar ook naar buiten toe in gesprekken met onze partners.

Profiel

- Minimaal 4 – 6 uur per week beschikbaar;
- Je hebt affiniteit met de doelgroepen (mensen met een verstandelijke beperking en ouderen);
- Je bent besluitvaardig en weet goed diverse belangen af te wegen;
- Je bent een goede netwerker die de organisatie op de kaart kan en wil zetten;
- Je bent integer en transparant.

De sfeer in het bestuur is vriendschappelijk, de bestuursleden zijn enthousiaste mensen die hun taak weloverwogen verrichten.

Wij vragen van al onze vrijwilligers een VOG verklaring

Denk je dat dit iets voor je is? Of wil je gewoon wat meer weten?

Bel of mail ons voor meer informatie of een afspraak:

Solliciteren@ocprinsenhof.nl of bel ons 010-2867218

Vacature penningmeester (vrijwilliger)

Ter ondersteuning en versterking van het bestuur zijn wij met onmiddellijke ingang op zoek naar een penningmeester, een leuke job waarin je meehelpt aan de toekomst van het ontmoetingscentrum.

Heb je een goed financieel inzicht en beschik je over organisatievermogen, dan is deze rol voor jou!

De werkzaamheden houden o.a. in:

- beheren van de bankrekeningen en de kassen van de organisatie
- het periodiek verwerken van de omzet uit kasregister
- het verwerken van inkoop/kosten facturen
- het afdragen van contant geld naar bank(en)
- het periodiek maken van financiële verslagen voor bestuur en gemeente Rotterdam
- Opstellen jaarrekening en contact met externe accountant
- bijwonen van de bestuursvergaderingen (1 x 3 weken)
- aangifte omzetbelasting (kwartaal)
- het periodiek verwerken salarisadministratie en controle afdrachten sociale lasten etc.

Bij Prinsenhof werken we met een boekhoudprogramma van Exact en kassasysteem CASHR en automatische verwerking van inkoopfacturen en bankmutaties.

De sfeer in het bestuur is vriendschappelijk, de bestuursleden zijn enthousiaste mensen die hun taak weloverwogen verrichten.

Heb je interesse? Neem dan contact op met het bestuur via een e-mail naar: bestuur@ocprinsenhof.nl

*Wij vragen van al onze vrijwilligers een VOG verklaring

Ontmoetingscentrum Prinsenhof
Bramanteplein 2, 3066 BH Rotterdam
receptie@ocprinsenhof.nl
www.ocprinsenhof.nl
Tel: 010 - 286 72 18
IBAN: NL28INGB0004933809

Verse warme
maaltijd afhalen of
bezorgd Bestellen
via
[06-82 05 72 75](tel:06-82057275)

Openingstijden Prinsenhof:
Maandag – Vrijdag 9:00 – 20:00 uur

Openingstijden Receptie:
Maandag – Vrijdag 9:00 – 17:00 uur

Ruimte reserveren
Voor het reserveren van een ruimte voor een feest of een vergadering:
reserveringen@ocprinsenhof.nl

Sociaal beheerder
Voor contact met de sociaal beheerder: beheer@ocprinsenhof.nl of 06 – 830 801 30

U kunt bij aanmelding voor een activiteit alleen met pin betalen! Bij verhindering geven wij in principe geen geld terug.

Door deel te nemen aan een van onze activiteiten gaat u er mee akkoord dat er door OC Prinsenhof eventueel foto's gemaakt worden voor publicitaire doeleinden.

Voor informatie over onze vaste programmering verwijzen wij u naar onze activiteitenfolder.

Like ons ook op Facebook en volg ons op Instagram [ocprinsenhof](https://www.instagram.com/ocprinsenhof). Blijf op de hoogte van de weetjes en nieuwtjes:
www.facebook.com/ontmoetingscentrumprinsenhof

pameijer



Shareaty