

't Zwaantje

Maandblad voor Landelijk Noord



www.centraledorpenraad.nl

december 2013

nummer 11

jaargang 38



Nieuws van de Centrale Dorpenraad Landelijk Noord

Voor u ligt alweer het laatste 't Zwaantje van dit jaar. Vanzelfsprekend staat het bol van de kerst-activiteiten die deze maand gaan plaatsvinden. Binnenkort verschijnt er ook een speciale CDR Nieuwsbrief met een compleet overzicht van 'Kerst in Landelijk Noord'. Inschrijven voor de Nieuwsbrief kan nog steeds via onze website:

www.centraledorpenraad.nl

Vanwege de kerstvakantie is het kantoor van de CDR beperkt geopend.

Langs deze weg wil de CDR graag al zijn vrijwilligers van o.a. de dorpsraden en werkgroepen en iedereen die heeft meegeholpen aan de werkzaamheden van de CDR heel hartelijk bedanken voor jullie inzet van het afgelopen jaar !

De Centrale Dorpenraad wenst u fijne feestdagen en een goed 2014 !

Agenda Centrale Dorpenraad

3 december Vergadering Dagelijks Bestuur

13 december Bestuurlijk overleg

17 december Vergadering Dagelijks Bestuur

3 januari Uiterste datum inleveren kopij 't Zwaantje

De vergaderingen van het Dagelijks Bestuur en de Werkgroepen zijn op het kantoor van de CDR en beginnen doorgaans om 20.00 uur.

Hoge respons bij bewonersenquête Zunderdorp

Begin november is de Dorpsraad bij alle huishoudens in Zunderdorp langs geweest om vragenlijsten uit te delen en weer op te halen. Uit de hoge respons blijkt dat Zunderdorpers erg betrokken zijn bij hun dorp want maar liefst 87% van de Zunderdorpers heeft de enquête ingevuld. Dit is een enorm hoge score en daar zijn de Dorpsraad en de CDR erg blij mee. In de komende weken worden de vragenlijsten verwerkt. De resultaten hiervan zullen op woensdag 15 januari 2014 tijdens een bewonersbijeenkomst bekend gemaakt worden.

U ontvangt voor deze bewonersavond begin januari nog een uitnodiging.

Nieuws van Dorpsraad Ransdorp

Op 12 november heeft de dorpsraad (DR) van Ransdorp weer vergaderd, een korte samenvatting van de besproken onderwerpen.

Nieuwe Gouw: De DR is blij met het nieuwe wegdek van de Nieuwe Gouw, maar hoopt ook dat de Liergouw snel wordt aangepakt en verbaast zich erover dat de Liergouw geen voorrang had. Aangezien daar ook veel meer verkeer over heen rijdt. De Liergouw bevindt zich inmiddels in zeer slechte staat en het is nog steeds onduidelijk wanneer deze wordt aangepakt. Terwijl er regelmatig incidenten plaatsvinden met auto's die te water raken en/of vast komen te zitten in de berm. Ook kunnen de diepe geulen langs het wegdek tot schade aan auto's leiden.

Bouwplannen Elders Rust: In september heeft de heer van Arum (projectontwikkelaar) een informatieavond georganiseerd om zijn plannen met de boerderij en het erf Elders Rust aan de Durgerdammergouw 1, kruising Dorpsweg toe te lichten. De aanvraag voor een omgevingsvergunning is ingediend bij het stadsdeel maar navraag door de DR leverde op dat die onlangs is opgeschort in afwachting van vaststelling van het nieuwe bestemmingsplan. De DR wil het proces rond de aanvraag volgen om ervoor te zorgen dat het dorp voldoende geïnformeerd wordt. Daarom wil de DR dorpsgenoten tijdens de volgende DR-vergadering op 10 december (locatie: boerderij Nico Smit, Nieuwe Gouw 94), vanaf 20.00 uur de gelegenheid te geven om signalen/klachten/meningen over Elders Rust over te brengen. Dat kan ook via: randsorp@centraledorpenraad.nl
Parkeerterrein achter schoolplein, staat van berm en weg Poppendammergouw: De wateroverlast langs de Poppendammergouw is met drainerende roosters inmiddels aardig opgelost. Op het parkeerterrein bij de school staan echter nog steeds plassen. DR gaat na wat er met de brief is gebeurd die de DR hierover aan het stadsdeel heeft geschreven. Er is hier tot op heden nog geen antwoord op gekomen.

Kerk: De website van de kerk is online: www.kerkinransdorp.nl, zoals eerder gezegd is de site bedoeld om het gebruik van te stimuleren.

Parkeren: DR wil nagaan of weiland langs Liergouw, kruising Dorpsweg, geschikt kan worden gemaakt voor parkeren tijdens ochtenddrukke door schoolverkeer. Gesprek met eigenaar loopt.

Volgende vergadering: 10 december, boerderij Nico Smit aan de Nieuwe Gouw 94.

Werkzaamheden Nieuwe Gouw opgeleverd

Afgelopen week zijn de werkzaamheden aan de Nieuwe Gouw opgeleverd, een week eerder zijn de omleidingsborden al verwijderd en was de weg weer vrij. De komende tijd zullen er nog wat laatste werkzaamheden plaatsvinden zoals het plaatsen van extra bermplaatjes en het aanbrengen van de belijning op het fietspad (wat nu niet gaat i.v.m. de weersomstandigheden).

Ook wordt er bekeken of er langs het fietspad extra schrikhekken geplaatst moeten worden, b.v. bij de nieuwe brug en bij het begin van het pad bij Ransdorp.

De gehele weg is hoger komen te liggen en de bermen zijn aangevuld met grond. Deze bermen zijn nu nog zacht. In het voorjaar worden de bermen opnieuw gefreesd en ingezaaid en zal de grasmat voor meer stevigheid zorgen.

Vanwege het nieuwe asfalt is de stroefheid van de verharding nog niet optimaal, de weg moet nog "uitslijten". De weg en het fietspad zijn dus gladder dan bij een weg die al langer in gebruik is. Wees hier attent op !. Het duurt een paar weken voordat deze eerste 'gladdigheid' door het gebruik en het weer verdwenen is.

De CDR zal aan Stadsdeel vragen om bij vorst extra te strooien op het nieuwe wegdek.

Een tijd om te oogsten

vissersverhalen uit Waterland

door Hennie J.A. Koopman

Vlak voor de tweede wereldoorlog in de Staatslieden-buurt geboren en als opgroeiende jongen in Nieuwendam woonachtig, leerde de hoofdpersoon van dit boekje, het vissen van zijn beide ooms. Later, als inwoner van een van de Waterlandse dorpen, stortte hij zich enthousiast in de lokale cultuur om met verschillende vistuigen op paling te vissen.

Het boekje, 60 pagina's met vis- en stropersverhalen, is te verkrijgen bij:

Hennie Koopman, Durgerdammerdijk 65, tel.: 020-4904479 en bij de

Centrale Dorpenraad L.N., Dorpsweg 35 te Ransdorp.

Het boekje kost € 5,-

Gevonden !

Op 10 november is er op de Nieuwe Gouw, ten hoogte van boerderij 'De Dikhoeve' een sleutelbos gevonden. De sleutels zijn af te halen bij het kantoor van de CDR.

BEJAARDENHOEK

Revalidatie

We vervolgen waar we vorige maand zijn gestopt. Ik was sterk verzwakt na een 'buikgriep'. Forian, mijn fysiotherapeut van GOED in Schellingwoude heeft daarvoor een revalidatieprogramma opgesteld. Eenmaal stokoud en kwetsbaar overkomt je zoiets voor je het weet, daarom gaan we samen deze revalidatie volgen. Inmiddels ben ik al enige weken hiermee bezig, dus de inmiddels bereikte resultaten en attentiepunten kan ik in de instructies verwerken.

De resultaten zijn prima, vooral als je er hard aan werkt maak je de eerste week inspirerende vorderingen. Inmiddels beseft ik dat ik zelfs beter kan worden dan ik oorspronkelijk was. Door correctie van in de loop der jaren ingeslopen fouten, zoals niet rechtop lopen, verbeterd met hulp van mijn verlengde kruk.

Eerste algemene leefregel voor bejaarden om gezond te blijven, ten nadele van het pensioenfonds: Maak van je tegenslagen en zwaktes je verbeteringen en sterktes door dagelijks minimaal 15 minuten te oefenen, liefst 's ochtends en ook 's middags.

Ik doe dit door rond het ontbijt wat te gymen en/of goed rechtop, lamme linkerbeen optillend, met en zonder stok in huis te lopen, om zo de stramme gewrichten en stijve spieren weer soepel te maken. 's Middags maak ik als het niet regent liefst een wandeling, lettend op de hectometerpaaltjes op de dijk, om afstand en snelheid in de gaten te houden. Ik haal inmiddels 1 km afstand met een snelheid van bijna 2 km per uur.

De gym gaat als volgt; let wel, mijn linker arm is verlamd en linkerbeen gedeeltelijk:

- Beenoefeningen, uitgevoerd aan de kruk van de balcondeur naar buiten kijkend en kruk vasthoudend.
- Eerst de rug 5 maal zo ver mogelijk strekken door horizon zo hoog mogelijk boven de roede van het raam te krijgen.
- Nu linkerbeen zo hoog mogelijk optillen en 5 seconden zo hooghouden; dit 5 x; dan been gestrekt dwars hoog uitzwaaien en 5 tellen zo hooghouden 5 x; nu rechts idem.
- Ook 5x diepe kniebuigingen maken, voor het beter opstaan uit stoelen.
- Tenslotte, deurkruk loslaten en wat door je knieën gezakt wijdbeens gaan staan en post oprapen van de deurmat.
- Nu gaan lopen met en zonder steun, met een zeemansgang (iets wijdbeens en door de knieën gezakt voor stabiliteit).

OEFEN. Dit is de sleutel naar mobiliteit, dus naar kwaliteit van leven!

Ernst 12/ 2013

Hoor wie klopt daar?

Op 16 november kwam Sinterklaas aan in Durgerdam. Het was weer een bijzondere intocht met blije kinderen en gelukkig minstens zoveel pepernoten. Bijna 75 mensen hielpen een klein of groter handje mee om de intocht tot een succes te maken. We willen daarbij iedereen nog eens enorm bedanken. Een bijzonder woord van dank past hier ook De Pietels, die jarenlang de muzikale omlijsting verzorgden die de intocht zo leuk en swingend maakte. Zij kondigden eerder dit jaar hun pensioen aan. Wij kunnen ons nog niets voorstellen bij een startschot zonder Hitpiet, Sir Piet, Beat Piet, YoPiet en Meer Piet en draaien ook hun laatste CD 'Het Is Mooi Zo' grijs. Hoe het muzikaal verder moet met de intocht? Met hits als Ka-ka-kadootjes? Wie heeft de Voice, de Piet-Factor én Durgerdams talent? Wij weten: vervangen is niet mogelijk. Maar we hopen dat nieuw enthousiast talent opstaat en zich aanmeldt bij de Sinterklaascommissie. Datzelfde geldt voor Theatermakers die volgend jaar de kindervoorstelling in de kerk willen verzorgen. Wie meldt zich aan om een leuk stuk voor de kinderen in elkaar te draaien? Op 6 december vertrekt de Goedheiligman weer en gelukkig kent Sinterklaas geen pensioen. Hij keert op zaterdag 22 november 2014 weer terug. Zet het vast in je agenda.

Namens de Sinterklaascommissie,

Mirjam Flik mirjam@centrale.nu of 06-14405507

Gala Concert door de Waterlandse Harmonie

Zaterdagavond 14 december en zondagmiddag 15 december kunt u genieten van een spetterend Operaconcert, uitgevoerd door de Waterlandse Harmonie met medewerking van:

Wendeline van Houten	sopraan
Gabor Balint	tenor

Met dit concert speelt de Waterlandse Harmonie zowel hits uit het ijzeren operarepertoire als ook minder bekende juweeltjes. En hoewel een operaprogramma in eerste instantie dient om de zangers te laten schitteren, staat ook het orkest volop in de spotlights met enkele beroemde ouvertures.

Uitgevoerd worden aria's en hoogtepunten uit o.a.

<i>La Gazza Ladra</i> van Rossini	<i>West Side Story</i> van Leonard Bernstein
<i>Fidelio</i> van Beethoven	<i>La Forza del Destino</i> van Verdi
<i>La Traviata Highlights</i> van Verdi	en nog diverse andere <i>Opera Favourites</i>

De muzikale leiding is in handen van Thomas Geerts

Inclusief Champagnebar en de dresscode is 'Gala'

Locatie: Balzaal van de Beke te Ransdorp

Aanvang: zaterdag 14 december 20.00 uur

zondag 15 december 14.30 uur

Toegang: € 7,50 kinderen tot 12 jaar: € 5,-

Kaarten reserveren : kaartenwaterlandseharmonie@live.nl of bij de leden

Kleine kringloop Holysloot

Ook in de maand december organiseert het 'Dorpshuis Holysloot' weer op iedere woensdag een kleine kringloop. Op de woensdagochtend 4, 11 en 18 december bent u van 9 tot 12 uur van harte welkom in de voormalige peuterspeelzaal (Dorpsstraat 40, Holysloot). Er zijn leuke en mooie kleding, schoenen, tassen, sieraden, boeken en snuisterijen.

Kom eens gezellig langs, de koffie staat klaar !

U kunt ook nog spullen inbrengen, informatie bij Linda Verhoef 06-42571323

Tijdens de kerstmarkt van 14 december in het Wijkgebouw is er van 11.00 tot 16.00 uur nog een extra openstelling van de kringloop-kledingbeurs in het dorpshuis.

Kerstmarkt in Holysloot

Sint is nog maar net naar Spanje vertrokken...

Maar niet getreurd, want de Kerstman komt ons op zaterdag 14 december ook nog even verrassen!

Wij houden onze kerstmarkt weer in het Wijkgebouw van Holysloot, van 11.00 tot 16.00 uur. Ook dit jaar kunt u bij ons weer terecht voor prachtige verse kerstkransen, kerststukjes, patchwork, sieraden, enz.

Kom gezellig even langs, ook voor een kopje koffie!

Tot dan!

Nel John (020-4904612) en Minouc (020-4910220)

Levend Kerstverhaal in Zunderdorp

Tijdens de Kerstmarkt op 14 en 15 december van 15:00 uur tot 19:00 uur wordt op Biologische Zorgboerderij 'Ons Verlangen' te Zunderdorp, het Kerstverhaal verteld en uitgebeeld. De bezoekers worden per groep met lichtjes naar het Kerstverhaal geleid. De eerste voorstelling start om 15:00 uur en wordt meerdere keren herhaald. Op de Kerstmarkt verkopen wij prachtige kerstcreaties, kerststukjes, vogelhuisjes, voederplaatsjes en nog veel meer... Entree: €2,- pp.

Meer info: www.Facebook.com/OnsVerlangen of www.zorgboerderijamsterdam.com

Wereldkerst in de Schellingwouderkerk

In Schellingwoude wordt zondag 15 december een kerstoptreden gegeven in de kerk. Aanvang 15.00 uur tot 17.00 uur, zaal open 14.30 uur

Het optreden wordt verzorgd door het Koor van Schellingwoude o.l.v. Dirigent Ricus Smid in samenwerking met orkest Les Fleurs du Nord. Het koor van Schellingwoude bestaat uit 30 leden, zij zingen muziek in kerstsfeer uit verschillende werelddelen.

Les Fleurs du Nord bestaat uit Caroline van Amerongen-zang, Peter Arends-accordeon, Roelf ter Veld-cello en Simon Kok-gitaar. Zij brengen ook gevarieerde muziek.

Een aantal liedjes wordt gezamenlijk gebracht.

Kaarten incl. consumptiebon kosten € 5,- en zijn aan de zaal verkrijgbaar of reserveren Mary Takken 06-28957866 of 020-4904477

55+ SOOS Zunderdorp

Woensdag 18 december is de Kerstviering van de 55+ SOOS in Zunderdorp. Na de koffie met wat lekker en een drankje lezen en zingen wij uit de kerstliturgie. Hierna is er een heerlijke kerstlunch.

Om half elf bent u van harte welkom. Om een indruk te krijgen op hoeveel personen wij kunnen rekenen is vooraf opgave gewenst. U kunt dit doen bij de medewerkers van de Soos of via info@kerkzunderdorp.nl

Kinderkerstfeest Holysloot

We vieren feest omdat er een kind is geboren, Jezus. We zingen veel bekende kerstliederen. Een ensemble van de Waterlandse Harmonie zal spelen en ons begeleiden. Wist je dat er kerkmuizen wonen in de kerk van Holysloot? Zij vertellen wat ze allemaal zien in de kerk. En waarom hangen we glimmerdingen in een kerstboom? Is Jezus een koningskind? Je hoort én ziet het op het kinderkerstfeest. Dit feest is op donderdagavond 19 december om 18.30 uur in de Witte Kerk in Holysloot. Er wordt een collecte gehouden voor het project "Naar school in een sloppenwijk" van Edukans. Na afloop is er een beker warme chocolademelk. De kinderen krijgen nog een uitnodiging. Iedereen is welkom om dit mee te vieren, kinderen én volwassenen.

Expositie Wijkgebouw

Zondag 22 december is er een expositie in het wijkgebouw van Schellingwoude, Wijkergouw 12 1023NX Amsterdam

Cursisten van Atelier Schellingwoude exposeren schilderijen en tekeningen.

De expositie is van 14.00 uur tot 17.00 uur.

Er is een feestelijke afsluiting met een borrel en soep.

Iedereen is van harte welkom !

Kerstconcert in Zunderdorp

Op zondag 22 december om 14.00 uur geeft het Edams Kamerkoor een kerstconcert in de Dorpskerk van Zunderdorp.

Centraal in het programma staat het bekende Gloria van Vivaldi voor koor, solisten en orgel. Daarnaast zingt het koor een aantal prachtige a capella werken van Arvo Pärt en Morten Lauridsen.

De toegang is gratis, een vrijwillige bijdrage wordt zeer op prijs gesteld.

De medewerkers zijn:

Wim Voogd (orgel)

Charlotte van der Putten (sopraan)

Mirjam Boers (alt)

Benjamin Bakker (dirigent)

Edams Kamerkoor

Kerst brengt samen

Vier Kerstavond mee in de Kerk van Zunderdorp

Iedereen is van harte welkom om Kerstavond mee te vieren in de Kerk van Zunderdorp. Dinsdagavond 24 december a.s. om 19.30 uur branden de kaarsjes en is er na afloop van de dienst glühwein en kerstbrood.

Dominee Wim Dekker van Marken is onze voorganger en de Waterlandse Cantorij verleent haar medewerking.

Zin om bekende kerstliederen te zingen (wij zingen wel gewoon 'Stille Nacht' en 'De herdertjes lagen bij nachte') en even stil te staan bij wat Kerst ons brengt?

Weet je welkom in de Kerk van Zunderdorp!

Voor meer informatie www.kerkzunderdorp.nl en www.facebook.com/kerkvanzunderdorp

Kerstmiddagdienst in Ransdorp

In de kerk van Ransdorp is er de kerstmiddagdienst op dinsdagavond 24 december, de dienst begint om 21.30 uur. De Waterlandse Harmonie o.l.v. Thomas Geerts zal de samenzang begeleiden en enkele muziekstukken ten gehore brengen. We zingen bekende kerstliederen en horen het verhaal van de geboorte van Jezus. De voorganger in de dienst is ds. Carolina Koops-Verdoes. De toegang voor de dienst is vrij. Tijdens de dienst is er een collecte. Iedereen is van harte uitgenodigd.

Kerstmusical door de kinderen van Zunderdorp op Eerste Kerstdag

Op Eerste Kerstdag, tijdens de Kerkdienst, voeren kinderen van de kinderkerk van Zunderdorp een swingende Kerstmusical op.

Het thema van de Kerstmusical is "Ik ben een Koningskind!"

Wist je dat er stoere herders in Zunderdorp leven? Zij passen op de schapen als iedereen ligt te slapen. En wil je meer weten over het verhaal van een rijke dame en een echte grappenmaker? Wij kunnen vertellen dat er allemaal spannende dingen gebeuren op Kerstavond. Wat? Hoe? Kom naar de musical op Kerstmorgen! Een feest voor iedereen!

Na afloop van de musical is er tijdens de kerkdienst een gezellige kerstviering in het Jeugdgebouw voor alle kinderen.

25 december, 10:00 uur Kerk van Zunderdorp.

Concerten Dorpskerk Durgerdam

Concert van de Italiaanse sopraan Monica Cucca begeleid door Chiara Migliari aan de vleugel.

3 januari 2014 om 20.00 u

Na het concert is er gelegenheid om een glaasje met elkaar te drinken.

Kosten, €15,- p.p.

Italiaanse avond

5 januari 2014 om 16.00 u

Concert met Monica Cucca, sopraan, begeleid door Chiara Migliari.

Diner in italiaanse sfeer

Kosten, €35,- p.p.

Reserveren via e-mail: info@polmone.org

Telefonisch reserveren kan ook: 06-83445718

Toneelvereniging Ransdorp

Hallo publiek van toneelvereniging Ransdorp, zoals beloofd hier even een korte inhoud van de klucht: De familie Bruinsma in de bocht:groeten van de Veluwe:

Een goed gesitueerd gezin, de familie Zwaanswijk bestaande uit man, vrouw, dochter en een oma, winnen de eerste prijs met een cryptogram. De prijs is een week vakantie op de Veluwe.

Ook de familie Bruinsma: Vader, moeder en zoon gaan een weekje naar de Veluwe.

De tegenstellingen tussen deze twee families kunnen haast niet groter zijn en er ontstaan dan ook de meest hilarische toestanden.

Als jullie willen weten hoe dit spel zich gaat ontwikkelen, bestel dan vanaf 2 januari 2014 jullie kaarten voor € 5,- per stuk bij de Fam. Westerneng telefoon 020-4904264.

De speeldata zijn 8 februari 2014 dat is op zaterdagavond, zaal open 19.30 uur aanvang 20.00 uur, op zondagmiddag 9 februari 2014, zaal open 13.30 uur, aanvang 14.00 uur.

Het is misschien leuk om je vader, moeder oma, opa, tante, oom, nicht of neef, of de buurman of buurvrouw mee te vragen, en dan na afloop nog gezellig een drankje te drinken in de Beke.

Een week later op 14 en 15 februari wordt er weer gewoon op vrijdag en zaterdagavond gespeeld, zaal open 19.30, aanvang 20.00 uur, en je kan dan na afloop natuurlijk ook een lekker drankje drinken in de Beke.

Uiteraard is er ook weer een gezellige tombola met mooie prijzen.

Denk er aan de auto niet voor de brandweer te parkeren, deze wordt gegarandeerd weggesleept!

Kijk ook eens op onze website:ransdorptoneel.nl er staan een heleboel leuke dingen op. Helaas hebben wij nog geen nieuwe gezichten gezien bij de repetities, de thee en koffie staat echt klaar hoor, dus kom op, kom een keertje kijken bij de gezelligste club van Ransdorp.

Tot slot willen het bestuur en de spelers van toneelvereniging Ransdorp iedereen hele fijne feestdagen wensen en alvast een heel gezond 2014!

Oppas aan huis gezocht

Wij zoeken oppas aan huis voor de maandagmiddag na schooltijd, van ongeveer 15:15 tot 18:30 uur. We wonen in Ransdorp, dicht bij de school.

Onze drie kinderen zijn 4, 5 en 7 jaar oud.

Lijkt dit je leuk, bel ons dan op 06-24344293.

Henrik van den Berge

Naschoolse oppas gevraagd

Naschoolse oppas aan huis gevraagd voor 2 meiden van 7 en 9 in Ransdorp. 1 of 2 dagen per week, maandag, dinsdag of donderdag. Je kan bellen of mailen met Marieke van Kilsdonk: marieke_vankilsdonk@yahoo.com / 06-28830683.

Zoontje vernoemd

Mijn naam is Roos Baas en ik ben inmiddels 32 jaar. Sinds 10 januari 2013 ben ik de trotse moeder van mijn zoontje, hij heet Erik.

Ik heb hem vernoemd naar Erik Lof die al op jonge leeftijd is overleden. Ik heb jaren met hem op school gezeten en ben destijds samen met mijn moeder, Jannette Baas, op zijn uitvaart geweest wat een enorme indruk op mij gemaakt heeft. Onlangs ben ik nog even bij het graf van Erik geweest en dat raakte mij erg.

Tijdelijke woonruimte gezocht

Vanaf februari/maart 2014 zoeken wij, samen met onze 4 poezen, tijdelijke woonruimte van minimaal 2 kamers met tuin (en evt. kattenluik) voor een periode van 4-6 maanden. Wij gaan ons huis in landelijk Noord renoveren en willen graag in de buurt blijven wonen tijdens deze verbouwing.

Heeft u of weet u tijdelijke woonruimte neem dan contact met ons op via telefoonnummer 06-25312560 of per mail rcohen@xs4all.nl

Alvast dank,

Renée Cohen & Fiona Breheny

Woonschip te koop

Te koop woonschip met ligplaats (steiger1) in Schellingwoude.

Lengte 25 meter met mogelijkheid tot varen.

Telefoon: 020-4904976

E-mail: fmensonides@zonnet.nl

YOGA

Een nieuw seizoen met **twee nieuwe yogalessen** op de **dinsdagavond** in de dorpskerk in Durgerdam.

Deze lessen zijn voor iedereen toegankelijk, we doen oefeningen waar je beslist niet lenig voor hoeft te zijn. Je kan er wel leniger van worden. Yoga geeft je energie, helderheid en rust. Door rek en strek oefeningen leer je de grenzen van je eigen kunnen te voelen. En door middel van de adem leer je ontspannen en grenzen verleggen. Ademen is leven en jouw adem zegt heel veel over hoe je in het leven staat. Een diepe en rustige ademhaling geeft energie en helderheid. Deze energie concentreren in meditatie oefeningen leert je overgave en ontspanning. De yoga oefeningen worden in twee vormen aangeboden:

Ontspanningsyoga en **Energieyoga**. In beide lessen doen we gelijksoortige oefeningen, in de eerste les ligt de nadruk op ontspanning en bij de tweede les gaan we wat dieper in de oefeningen en zijn de oefeningen wat pittiger.

Wie ben ik?

Mijn naam is Nisvan van Sijl, ik geef al 25 jaar yogales op verschillende lokaties in Amsterdam. Ik ben gecertificeerd Hathayoga en Rayayoga docent en heb mijn opleiding genoten bij Hans Wesseling van UNIDE.

Lokatie:

Dorpskerk, Durgerdammerdijk 76, Durgerdam.

Lestijden: Elke dinsdagavond, (behalve in de kindervakanties).

De cursus start op **7 januari** en loopt door tot en met **1 juli**.

Ontspanningsyoga: 18.30 – 19.45 uur

Energieyoga: 20.00 – 21.15 uur

Kosten: Een **10 rittenkaart** kost 125 euro, deze is 13 weken geldig. Je kunt ook voor een **hele cursus** inschrijven, van 7 januari tot en met 1 juli. Dan betaal je 230 euro voor 23 lessen.

Kom eens langs voor een gratis Introductieles!

Mocht je interesse hebben om een introductieles te volgen dan kun je je opgeven bij **Nisvan**: telefoonnummer 06 24 75 4014 of via nisvan.art@gmail.com.

Ik zie er naar uit je te ontmoeten!

Nisvan van Sijl

Agenda vanaf december 2013

- 8 dec Waterlandse wijnproeverij, Schellingwoude
- 13 dec Bestuurlijk Overleg
- 14 dec Kerstmarkt Holysloot
- 14 dec Levend Kerstverhaal in Zunderdorp
- 14 dec Gala Concert Waterlandse Harmonie
- 15 dec Levend Kerstverhaal in Zunderdorp
- 15 dec Wereldkerst Concert Schellingwoude

- 15 dec Gala Concert Waterlandse Harmonie
- 16 dec 50+ Soos Holysloot, La Donna Mobile
- 17 dec Vergadering Dagelijks Bestuur, CDR
- 18 dec 55+ Soos Zunderdorp, Kerstviering
- 19 dec Kinderkerstfeest Holysloot
- 19 dec Vrouwen van nu, winteravond

- 22 dec Expositie Wijkgebouw Schellingwoude
- 22 dec Kerstconcert in Zunderdorp
- 24 dec Kerstavonddienst Zunderdorp
- 24 dec Kerstnachtdienst Ransdorp
- 25 dec Kerstmusical Zunderdorp
- 3 jan Concert Dorpskerk Durgerdam
- 5 jan Concert Dorpskerk Durgerdam

Colofon		
Kopij januari	digitaal opsturen uiterlijk tot vrijdag 3 januari	
Redactie	Dorpsweg 35 1028 BK Ransdorp 020-4904437 info@centraledorpenraad.nl	Website: www.centraledorpenraad.nl
Oplage	980 exemplaren	
Bezorging	J. Gils (020-6368967)	
't Zwaantje is het wijkblad van de Centrale Dorpenraad LN. De redactie behoudt zich het recht voor ingezonden kopij te redigeren en in te korten. De eindverantwoordelijkheid berust bij het dagelijks bestuur van de CDR.		