

Overzicht Huis van de Wijk Het Anker vanaf **september 2019**

Maandag:

<p>Activiteit: OVS Yoga Ruimte: <i>Kleine spiegelzaal</i> Voor wie: ♂ en ♀ volwassenen Tijden: 09.30 - 10.30 uur (Vol) 10.45 - 11.45 uur 18.30 - 19.30 uur 19.45 - 20.45 uur 21.00 - 22.00 uur Kosten: € 15,- per maand. S.v.p. per seizoen te betalen Contactpersoon: Marga Hooiveld Telefoon: 020 6830847 Extra info: Proefles mogelijk (€ 4,50)</p>	<p>Activiteit: JVS Bridge Ruimte: <i>Groot cursus lokaal</i> Voor wie: ♂ en ♀ alle leeftijden Tijden: 13.00 - 16.30 uur Kosten: € 47,50 per jaar Contactpersoon: Dhr. H. van de Vuurst / Jan de Jong Telefoon: 020 6150509 / 020 6157697</p>
<p>Activiteit: Ankerkoor Ruimte: <i>Grote spiegelzaal</i> Voor wie: ♀♀ 55+ Vrouwen Tijden: 10.00 - 11.30 uur Kosten: € 3,50 per week (te voldoen per maand) Contactpersoon: Conny van Belle/Loes Westrus Telefoon: 06 22106512/ 6153100</p>	<p>Activiteit: Ontspanning Body and Mind Ruimte: <i>Grote spiegelzaal</i> Voor wie: ♂ en ♀ volwassenen Tijden: 11.00 - 13.00 uur Kosten: Gratis Contactpersoon: Rita/ 06 39367132 Email: r.degroot@combiwel.nl</p>
<p>Activiteit: Kappers & Beautysalon Ruimte: <i>Inloop</i> Voor wie: ♀♀ Vrouwen Tijden: 09.30 - 13.30 uur Kosten: Gratis Contact: Fay Eijken Email: f.eijken@gmail.com Telefoon: 0624116067 Extra info: Inloop</p>	<p>Activiteit: Inloopsprekuraad is daad Ruimte: <i>Inloop</i> Kosten: Gratis Voor wie: ♂ en ♀ Volwassenen Tijden: 13.00 - 15.00 uur Contact: Ozlem Bayar Email: info@raadisdraad.nl Telefoon: 06 52064485</p>
<p>Activiteit: Spaanse les voor beginners Ruimte: <i>Klein cursuslokaal</i> Voor wie: ♂ en ♀ Volwassenen Tijden: 10.45 - 11.45 uur niveau 1 12.00 - 13.00 uur beginners Kosten: € 10,- voor 4 lessen Contactpersoon: Martha Email: marthasofir@yahoo.com Telefoon: 06 10086448</p>	<p>Activiteit: Met elkaar Schaken Ruimte: <i>Inloop</i> Kosten: Gratis Voor wie: ♂ en ♀ Volwassenen Tijden: 14.00 - 16.00 uur Contact: Margriet Essink Email: m.essink@combiwel.nl Telefoon: 06 57949128</p>
<p>Activiteit: MBVO Country Line 55+ Ruimte: <i>Grote spiegelzaal</i> Voor wie: ♂ en ♀ 55+ Tijden: 11.45 - 12.45 uur Kosten: € 12,50 per maand Contactpersoon: Marianne van Engelen Telefoon: 020 8861070</p>	<p>Activiteit: Yoga Physics Ruimte: <i>Grote spiegelzaal</i> Voor wie: Voor ♂ en ♀ die lenig en sterk willen blijven. Tijden: 18.30 - 21.00 uur Kosten: € 70,- voor 10 lessen Meer info: Marie Louise Leslie Prengel Email: yogastudio61@gmail.com Telefoon: 06 52378824</p>
<p>Activiteit: Nederlandse les – middengroep Ruimte: <i>Hobbylokaal</i> Voor wie: ♀♀ Vrouwen Tijden: 11.00 - 12.30 uur Contactpersoon: Vraag naar Rita Email: r.degroot@combiwel.nl Telefoon: 06 39367132</p>	<p>Activiteit: Kantklossen Ruimte: <i>Hobbylokaal</i> Voor wie: Iedereen die wil kantklossen Tijden: 19.00 - 21.00 uur Kosten: Een kleine bijdrage voor materialen Contactpersoon: Lia Baumeister Telefoon: 020 6135736</p>

Dinsdag:

Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Telefoon: Extra info:	OVS Yoga <i>Kleine spiegelzaal</i> ♂ en ♀ volwassenen 09.30 - 10.30 uur (Vol) 10.45 - 11.45 uur 19.00 - 20.00 uur 20.15 - 21.15 uur € 15,- per maand. S.v.p. per seizoen te betalen Marga Hooiveld 020 6830847 Proefles mogelijk (€ 4,50)	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Email: Telefoon: Extra info:	Huiswerkbegeleiding <i>Groot cursuslokaal</i> Groep 3 t/m 5 15.00 - 16.30 uur Gratis Rita r.degroot@combiwel.nl 06 39367132 Aanmelden van te voren verplicht
Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Email: Telefoon:	Actieve Gym voor Vrouwen 55+ <i>Grote spiegelzaal</i> ♀♀ Vrouwen van 55+ die lenig en sterk willen blijven 09.45 - 10.45 uur 11.00 - 12.00 uur € 4,50 per keer / € 18,- p.m. Paola Stempels / T. Polak Paola46@gmail.com 06 30321525 / 020 6156216	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Telefoon: Email: Website: Extra info:	VCA spreekuur <i>Inloop ruimte</i> ♂ en ♀ volwassenen 15.00 - 17.00 uur Gratis Jelle Guijt 06 34030720 j.guijt@vca.nu www.vca.nu/nieuwwest Liefst op afspraak
Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Extra info:	Helpdesk in het Anker <i>Groot cursuslokaal</i> Iedereen 11.00 - 14.00 uur Gratis Inloop	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Telefoon:	Beweegpret 55+ Kleine spiegelzaal ♂ en ♀ volwassenen 13.50 – 15.00 uur € 2,- per les incl. lunch 06 40810363
Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Contactpersoon: Email: Telefoon:	NT2 <i>Klein cursuslokaal</i> ♂ en ♀ volwassenen 09.30 – 11.30 uur Rita/ r.degroot@combiwel.nl 06 39367132	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Email: Telefoon:	Sporten voor jonge dames <i>Kleine spiegelzaal</i> <i>Dames 13-25 jaar</i> 16.45 -18.15 uur Gratis Soumaya Abdelhoussain Soumaya_houssalen@hotmail.com 06 40956114
Activiteit: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Email: Internet: Telefoon:	De EDplaats Voor iedereen Lunch: 12:00 - 13:00 uur Inloop: 13:00 - 16:00 uur Gratis Paul Hendriks Paul@teamed.nl www.teamed.nl 06 18424350	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Telefoon: Email: Extra info:	PRISMA Yoga <i>Grote spiegelzaal</i> ♂ en ♀ volwassenen 19.15 – 20.30 uur € 185,- per jaar Annemieke Baauw 020 8866260 abaauw@stichtingprisma.nl <i>Start 17 sept weer</i>
Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Extra info	De Studiekring <i>Grote spiegelzaal</i> ♂ en ♀ 55+ 13.30 - 15.30 uur € 5,- per maand Pieter/06 15601757 <i>Start 3 sept weer</i>	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon:	Inloop jongeren <i>Inloopruimte</i> Voor 16+ 17.00 - 20.00 uur Gratis Alhossain

Woensdag:

Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon:	OVS Yoga <i>Kleine spiegelzaal</i> ♂ en ♀ volwassenen 09.30 - 10.30 uur 10.45 - 11.45 uur (Vol) 12.00 - 13.00 uur 18.45 - 19.45 uur 20.00 - 21.00 uur 21.15 - 22.15 uur € 15,- p/m. Per seizoen betalen Marga Hooiveld/020 6830847	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Telefoon:	Handvaardigheid <i>Klein cursus lokaal</i> ♀♀ Vrouwen 13.30 - 15.30 uur Kom langs op woensdagmiddag Betty 020 7736057
Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Contactpersoon: Email: Telefoon:	Bewegen en gezondheid <i>Grote spiegelzaal</i> ♀♀ Vrouwen 09.30 - 10.30 uur / Gratis Rita r.degroot@combiwel.nl 06 39367132	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Telefoon:	JVS Bridge <i>Groot cursus lokaal</i> ♂ en ♀ alle leeftijden 13.00 - 16.30 uur € 47,50 per jaar H. van de Vuurst / Jan de Jong 020 6150509 / 020 6157697
Activiteit: Voor wie: Tijden: Kosten: Contact: Email: Telefoon: Data:	Leesgroep 1 x 6 weken ♂ en ♀ alle leeftijden 10.00 - 12.00 uur € 32,50 per jaar, € 5 inschrijven Stichting Senia Janna Scheide-Duinker scheide-duinker@hotmail.com 0206152533 www.senia.nl Neem contact op	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Email: Telefoon:	Creatieve middag voor kinderen <i>Hobbylokaal</i> ♂ en ♀ kinderen 6 - 11 jaar 15.00 - 16.30 uur € 1,00 per les Maaike info@maaikevanderlinden.nl 06 42147439
Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contact: Extra info:	Tekenen / Schilderen <i>Hobbylokaal</i> ♂ en ♀ alle leeftijden 10.00 - 12.00 uur € 75,- per 10 lessen Els/ elsdegruijter@hotmail.com 020 6753584 / alles is vol <i>Start 17 sept weer</i>	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Contactpersoon: Telefoon:	Meidenclub <i>Grote spiegelzaal</i> ♀♀ Meiden 14.30 - 16.30 uur 10-13 jaar 17.00 - 19.00 uur 14+ s.tadmine@combiwel.nl 06 13849617
	 <p style="text-align: center;"><i>Tekenen</i></p>	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Contact: Email:	Zouk <i>Grote spiegelzaal</i> ♂ en ♀ alle leeftijden Beg: 19.30 - 20.30 uur € 5,- per les Wendell reckets/06 50409498 amsterdamzouk@gmail.com
Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Email:	Nederlandse les voor beginners <i>Groot cursuslokaal</i> ♀♀ Vrouwen 10.00 - 12.00 uur Alleen kopiekosten Rita/ r.degroot@combiwel.nl 06 39367132	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contact: Telefoon:	OVS Dans-aerobics <i>Grote spiegelzaal</i> ♂ en ♀ alle leeftijden 20.30 - 21.45 uur € 17,15 per maand Rietje Snijder 020 6153174



Huis  buurtwerk
van de Wijk
Het Anker

Donderdag:

Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon:	OVS Yoga <i>Kleine spiegelzaal</i> ♂ en ♀ volwassenen 09.45 - 10.45 uur (Vol) 11.00 - 12.00 uur (Vol) 12.30 - 13.30 uur 19.00 - 20.00 uur (Vol) 20.15 - 21.15 uur (Vol) € 15,- per maand. Marga Hooiveld/020 6830847	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Email: Telefoon:	Huiskamer huis van de wijk het Anker <i>Bar/Inloop</i> ♂ en ♀ Volwassen 12.30 - 16.30 Gratis Vraag naar Rita r.degroot@combiwel.nl 06 39367132
Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contact: Telefoon: Extra info:	Tekenen / Schilderen <i>Hobbylokaal</i> ♂ en ♀ alle leeftijden 10.00 - 12.00 uur € 75,- per 10 lessen elsdegruijter@hotmail.com 020 6753584 <i>Begint 17 sept weer</i>	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Email: Telefoon:	Huiswerkbegeleiding <i>Groot cursuslokaal</i> Groep 6 t/m 8 15.00 - 16.30 uur Gratis / Aanmelden verplicht Vraag naar Rita r.degroot@combiwel.nl 06 39367132
Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Telefoon:	MBVO Linedance 55+ <i>Grote spiegelzaal</i> ♂ en ♀ 55+ 9.45 -10.45 uur € 12,50,- per maand Marianne van Engelen 020 8861070	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon:	Inloop jongeren <i>Inloopruimte</i> Voor 16+ 17.00 - 20.00 uur Gratis Alhossain
Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Contactpersoon: Email Telefoon:	Nederlandse les <i>Groot cursuslokaal</i> ♀♀ Gevorderden 10.00 - 12.00 (Vol) Vraag naar Rita r.degroot@combiwel.nl 06 39367132	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Contactpersoon: Email: Telefoon: Internet:	Portretschilderen met olieverf Hobbylokaal ♂ en ♀ alle leeftijden 19.00 – 21.00 uur Imael Snijders Imael.snijders@gmail.com 06 28271610 www.bonsaibalcony.com
Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Extra info:	Helpdesk in het Anker <i>Klein cursuslokaal</i> Iedereen 11.00 - 14.00 uur Gratis Inloop	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Email:	Zouk <i>Grote spiegelzaal</i> ♂ en ♀ alle leeftijden Beg: 19.30 - 20.30 uur Half Gev: 20.30 - 21.30 uur € 5,- per les Wendell reckets/06 50409498 amsterdamzouk@gmail.com
Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Kosten: Contactpersoon: Telefoon:	MBVO Gym 60+ <i>Grote spiegelzaal</i> ♂ en ♀ 60+ 11.00 - 11.45 uur € 7,- per maand Marianne van Engelen 020 8861070	Activiteit: Voor wie: Tijden: Email: Telefoon: Internet:	Mama Vita ♀♀ Mantelzorgers/moeders van kinderen met autisme 19.30 - 21.30 uur Data neem contact op met: Claudette@mamavita.nl 06 53524006 www.stichtingmamavita.nl
Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijden: Contact: Email: Telefoon:	Saswitha Yoga <i>Kleine spiegelzaal</i> ♂ en ♀ alle leeftijden Beg: 13.30 - 14.30 uur € 20,- per maand deerik@hetnet.nl 020 6176565	Activiteit: Ruimte: Voor wie: Tijd: Contactpersoon: Telefoon:	OVS Dans-aerobics <i>Grote spiegelzaal</i> ♂ en ♀ alle leeftijden 18.00 - 19.15 uur € 17,15 per maand Rietje Snijder/020 6153174

Vrijdag:

<p>Activiteit: Bodyshape Ruimte: <i>Grote spiegelzaal</i> Voor wie: ♂ en ♀ alle leeftijden Tijden: 9.00 - 10.00 uur 10.15 - 11.15 uur Kosten: €35,- voor 10 lessen Contactpersoon: Karin Hagen Telefoon: 06 30601986</p>	<p>Activiteit: Meidenclub Ruimte: <i>Grote zaal</i> Voor wie: ♀♀ Meiden Tijden: 15.30 - 17.00 uur 10 - 13 jr 18.00 - 20.00 uur 18+ Kosten: Gratis Contact: Siham/s.tadmine@combiwel.nl Telefoon: 06 13849617 Extra info: Max. 10 meiden</p>
<p>Activiteit: Kappers & Beautysalon Ruimte: <i>Hobbylokaal</i> Voor wie: ♀♀ Vrouwen Tijden: 09.30 - 13.30 uur Kosten: Gratis Extra info: Inloop</p>	<p>Activiteit: Indiase klassieke dans Ruimte: <i>Kleine spiegelzaal</i> Voor wie: Kinderen en volwassenen Kosten: € 5,- per les Tijden: 16.45 - 17.45 uur (alleen kinderen) 17.45 - 18.45 uur (kinderen + volwassenen) Contactpersoon: Henriette van Staal Telefoon: 06 55531561</p>
<p>Activiteit: Creatief met textiel voor vrouwen Ruimte: <i>Cursuslokaal</i> Voor wie: ♀♀ Vrouwen Tijden: 09.30 - 11.30 uur Kosten: Gratis, neem wel zoveel mogelijk materiaal zelf mee Contactpersoon: Vraag naar Rita Telefoon: 06 39367132 Email: r.degroot@combiwel.nl</p>	<p>Activiteit: Zumba Ruimte: <i>Grote spiegelzaal</i> Voor wie: ♀♀ alle leeftijden Tijden: 17.45 - 18.45 uur Kosten: € 2,50 per les Contact: Joany Email: jobodywork@hotmail.com Telefoon: 06 28757800 Extra info: Bij vold. aanmeldingen begint de les ook op woensdag</p>
<p>Activiteit: Buikdansen Ruimte: <i>Grote spiegelzaal</i> Voor wie: Volwassenen Tijden: 10.00 - 11.00 uur Kosten: € 50,- Per 10 lessen Contactpersoon: Isabella Ruggiero Email: info@danzeasud.com Telefoon: www.danzeasud.com</p>	<p>Activiteit: Yoga Ruimte: <i>Kleine spiegelzaal</i> Voor wie: ♂ en ♀ alle leeftijden Tijden: 19.00 - 20.30 uur Kosten: € 4,- per les Contactpersoon: St. Swagatan Email: j.gajadhar@planet.nl Telefoon: 020 6963444</p>
<p>Activiteit: MBVO gym 60+ Ruimte: <i>Grote spiegelzaal</i> Voor wie: ♂ en ♀ 60+ Tijden: 12.00 - 12.45 uur Kosten: €7,- per maand Contactpersoon: Marianne van Engelen Telefoon: 020 8861070 Extra info: Begint in sept weer</p>	<p>Activiteit: Salsa Ruimte: <i>Grote spiegelzaal</i> Voor wie: ♂ en ♀ Volwassenen Tijden: Beginners 1: 19.00 - 20.00 uur Beginners 2: 20.00 - 21.00 uur Gevorderden: 21.00 - 22.00 Kosten: € 48,- Per 8 lessen Telefoon: 06 34937130 Internet: www.salsarolf.com</p>
<p>Activiteit: Mode ontwerpen (naaien) Ruimte: <i>Cursuslokaal</i> Voor wie: ♀♀ Vrouwen Tijden: 12.30 - 14.30 uur Kosten: Gratis, neem wel zoveel mogelijk materiaal zelf mee Contactpersoon: Vraag naar Rita Email: r.degroot@combiwel.nl Telefoon: 06 39367132</p>	 <p>Huis  van de Wijk Het Anker</p>

Zaterdag:



Huiswerkbegeleiding

Activiteit: **½ Huiswerkbegeleiding/
½ Arabische Les (ook voor
volwassenen)**
Ruimte: *Hobbylokaal*
Voor wie: Kinderen van de basisschool
Tijden: 12.00 - 16.00 uur
Kosten: Neem contact op met de
contactpersoon
Contactpersoon: Mohsine Benchekroune
Telefoon: 06 20408405

Zondag:

Activiteit: **½ Huiswerkbegeleiding/
½ Arabische Les (ook voor
volwassenen)**
Ruimte: *Hobbylokaal*
Voor wie: Kinderen van de basisschool
Tijden: 9.00 - 16.00 uur
Kosten: Neem contact op met de
contactpersoon
Contactpersoon: Mohsine Benchekroune
Telefoon: 06 20408405

IPA	Value	Name	Final	Medial	Initial	isolated	IPA	Value	Name	Final	Medial	Initial	isolated
[ʔ]	d	ḍād	ض	ض	ض		[ʔ]	(a)	āf	أ	-	-	ا
[t]	t	ṭāʾ	ط	ط	ط		[b]	b	bāʾ	ب	ب	ب	ب
[z]	z	zay	ظ	ظ	ظ		[t]	t	ṭāʾ	ت	ت	ت	ت
[ʕ]	ʕ	ʕayn	ع	ع	ع		[θ]	th	ṯāʾ	ث	ث	ث	ث
[ɣ]	gh	ghayn	غ	غ	غ		[j]	j	jīm	ج	ج	ج	ج
[f]	f	fāʾ	ف	ف	ف		[h]	h	hāʾ	ح	ح	ح	ح
[q]	q	qāf	ق	ق	ق		[k]	kh	khāʾ	خ	خ	خ	خ
[k]	k	kāf	ك	ك	ك		[d]	d	dāl	د	-	-	د
[l]	l	lām	ل	ل	ل		[dh]	dh	dhāl	ذ	-	-	ذ
[m]	m	mīm	م	م	م		[r]	r	rāʾ	ر	-	-	ر
[n]	n	nūn	ن	ن	ن		[z]	z	zāy	ز	-	-	ز
[h]	h	hāʾ	ه	ه	ه		[s]	s	sāʾ	س	س	س	س
[w]	w	wāw	و	-	-		[ʃ]	sh	shāʾ	ش	ش	ش	ش
[y]	y	yāʾ	ي	ي	ي		[ʕ]	ʕ	ʕayn	ع	ع	ع	ع

Arabische les



Indiase Klassieke Dans

Activiteit: **Indiase Klassieke dans**
Ruimte: *Kleine spiegelzaal*
Voor wie: ♂ en ♀ Volwassenen + kinderen
Tijden: 12.00 - 16.00 uur
Kosten: €5,- per les
Contactpersoon: Henriette van Staal
Telefoon: 06 55531561
Data bij contactpersoon

Activiteit: **Stichting Lucy**
Eritiaanse vrouwengroep +
huiswerkbegeleiding
Ruimte: *Groot cursuslokaal*
Tijden: 15.15 – 18.15 uur
Contactpersoon: Sebla Alemu
Telefoon: 06 33711010
Email: Govanie1976@yahoo.com
Extra info: Data bij contactpersoon

Activiteit: **Salsa-Mix**
Ruimte: *Grote spiegelzaal*
Voor wie: ♂ en ♀ Volwassenen
Tijden: Beginners: 13.00 - 14.00 uur
Half-gevorderden: 14.15 - 15.15
Kosten: € 56,- per 8 lessen
Contactpersoon: Hanneke Kock
Telefoon: 06 10662289



Huis  **Gombiwel**
buurtwerk
van de Wijk
Het Anker