


Badminton steeds populairder

Nu Nederland steeds meer aansluiting krijgt bij de wereldtop, wordt badminton ook in Gaasperdam steeds populairder. Veel nieuwe leden hebben zich in september aangemeld bij de **Badminton Vereniging Gaasperdam** tijdens de Week van de Sporthal. Recreatieve spelers zoeken de sportieve uitdaging en de gezelligheid, jeugdspelers gaan voor de ontwikkeling van de sportieve en sociale vaardigheden, competitiepelers voor training, wedstrijden en teamsport.



Onze vereniging stelt zich open voor spelers van elke leeftijd, sekse, ambitie, niveau en afkomst. Sportiviteit en gezelligheid staan voorop. Nog steeds is er plaats voor enkele nieuwe leden. Op dinsdag is er nog plaats voor enkele jeugdspelers, vanaf 11 tot en met 16 jaar van 18.00 tot 19.30 uur. Trainer is Kenneth van Leeuwarde. Beginnende senioren recreanten zijn op  dinsdagavond van 21.00 tot 23.00 uur van harte welkom. Er is begeleiding aanwezig en er kan kosteloos 2 keer worden meegespeeld.

Badminton Vereniging Gaasperdam heeft zijn thuishaven in Sporthal Gaasperdam, Ravenswaaipad 5, nabij metrostation Reigersbos. Voor meer informatie kunt u terecht bij Corrie van Kampen, telefoonnummer: 020-679 48 43, info@bvgaasperdam.nl of bezoek onze website: www.bvgaasperdam.nl.

BuurtBBQ

Het was zaterdag de 19de augustus zoals ieder jaar een fantastische hof-BBQ. De tent werd opgezet en de gezellige versiering en lichtjes werden aangebracht. We konden weer eens heerlijk bijpraten onder het genot van een drankje en een hapje. Ook aan de kinderen was gedacht, langzamerhand is er toch weer een nieuwe generatie op komst. De "salad-bar" was weer uitstekend, het blijft toch uniek dat de verschillende culturen hun eigen salades hebben en dat dit dan samen vloeit in één mooie grote salade-tafel waar iedereen van kan genieten en heerlijk smullen maar.

We hebben van de BBQ wat foto's genomen en daar willen wij er één van laten zien zodat U mee kunt genieten. Misschien is het ook een idee om dit op uw hof te organiseren. Wij hebben de foto's aan iedereen doorgestuurd zodat we er van de winter nog eens op terug kunnen kijken en nog even hiervan kunnen genieten en uitkijken naar het volgend jaar. Dank zij ons allen was het weer een succes.



Cursus voor kinderen met overgewicht SLIMKIDS



De laatste tijd wordt er veel aandacht besteed aan kinderen die te zwaar zijn, u leest erover in de krant en u ziet het op televisie. Er is een groep kinderen die te zwaar is om dat ze niet gezond eten en te weinig bewegen. De kinderen kunnen er last van hebben: nu en later. Ze worden geplaatst of kunnen niet goed meedoen aan de gym.

De cursus **Slimkids!** is bedoeld voor kinderen tussen 4 en 12 jaar met hun ouders/verzorgers die samen iets willen leren over de manier waarop het eet-, opvoedings- en beweegpatroon veranderd kan worden. De kinderen gaan onder begeleiding gymmen. De ouders krijgen gezamenlijk een cursus "eten/opvoeden zo!". Op **woensdag 21 februari** houden we een informatiebijeenkomst van 19.00 tot 20.30 uur. Daarna kunt u een afspraak maken voor een intakegesprek. De gehele cursus duurt 10 weken en kost € 25,-. U overlegt eerst met de huisarts en vraagt een verwijsbrief naar de fysiotherapie aan.

De informatieochtend en de cursus voor de ouders worden gegeven in het gezondheidscentrum Holendrecht, Millingenhof 158. De kinderen gaan bewegen in de gymzaal van de Holendrechtschool, Holendrechtplein 41. Zijn u en uw zoon of dochter gemotiveerd en wilt u hieraan deelnemen? Neem dan contact op met: Nel Asman in Gezondheidscentrum Holendrecht tel. 020-6964858 of Annet Pluister, diëtist Amsterdam Thuiszorg tel. 020-8868700.

Slimkids is georganiseerd door Amsterdam Thuiszorg en Gezondheidscentrum Holendrecht. Begeleiding door Annet Pluister, diëtist, Irene van de Bosch, jeugdverpleegkundige, Fennie Kuipers, fysiotherapeut en Nel Asman, leerkracht lichamelijke opvoeding.



tekst en foto:
BBQ Commissie
Maldenhof 323 - 361