

### Inloop Spreekuur in Activiteitscentrum Reigersbos

Heeft u interesse om mee te denken hoe uw buurt leuker kan worden? Heeft u zelf een idee voor het organiseren van een buurtactiviteit? Wilt u zich opgeven als vrijwilliger of heeft uw organisatie advies en ondersteuning nodig?  
Wilt u informatie over huren en wonen?

#### U bent welkom!

Elke woensdagmiddag van 12:00 – 14:00 uur, in de maanden: februari, maart en april 2008. Het spreekuur is in Activiteitscentrum Reigersbos Reigersbos 309, 1107 EX Amsterdam

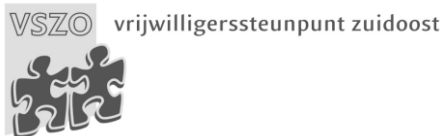
Ook de buurtregisseur houdt daar dan spreekuur.

Voor meer informatie kijk op:

[www.maazo.nl](http://www.maazo.nl) [www.vszo.nl](http://www.vszo.nl) [www.wswonen.nl](http://www.wswonen.nl)

of bel: MAAZO / VSZO / WSW 020-3140710

**Let op! Dit is een proef voor 3 maanden voor de wijken Holendrecht en Reigersbos. U wordt tijdig op de hoogte gesteld over een eventueel vervolg van dit project.**



## BIJMERLENTEWANDELING

Bericht van Wim Niesing

**OP** zondag 30 maart 2008 wordt in Amsterdam Zuidoost de Bijmerlentewandeling gehouden. De startplaats zal zijn in de Sporthal Gaasperdam. We hebben 4 afstanden namelijk 5, 10, 15 en 25 km. Het inschrijfgeld bedraagt 3,- euro.

<u>Starttijden:</u>	25 km	9.00-10.00 uur
	15 km	9.00-11.00 uur
	10 km	9.00-13.00 uur
	5 km	9.00-14.00 uur

#### Inlichtingen:

H.Hermes	tel:06-22073855
J. Warning	tel:06-50894435
M.Alexander	tel:06-44932630 <a href="mailto:m.alexander@planet.nl">m.alexander@planet.nl</a>
W.Niesing	tel:06-12820062 <a href="mailto:w.niesing@chello.nl">w.niesing@chello.nl</a>

### ALGEMENE INFORMATIE

**VANUIT** de sporthal lopen de wandelaars naar de Gaasperplas. Die is in de jaren zestig ontstaan door zandwinning voor de woningbouw van de Bijmermeer. In 1982 is rond de Gaasperplas de Floriade aangelegd. Dit is nu het Gaasperpark. De 5 km zal vanaf de Gaasperplas weer teruggaan naar de sporthal. De 10, 15 en 25 km lopen door naar het Bijmerpark en het natuurgebied de Bijmerweide. De 25 km gaat ook nog naar het mooie plaatsje Nigtevecht.

**ATTENTIE:** Er is EHBO aanwezig. Graag met gepast geld betalen. Er is een herinnering na afloop. Honden mogen aangelijnd mee. Het startbureau sluit 16.30 uur.

**NAMENS** het bestuur van de Bijmerlentewandeling, met vriendelijke groet, Wim Niesing

## REANIMATIECURSUS

Bericht van De Laagbouw

**ZOALS** al zo vele jaren organiseert De Laagbouw ook dit jaar (bij voldoende belangstelling) een reanimatiecursus en wel op maandag 14 april met een examen op maandag 21 april 2008. De kosten zijn: voor leden van De Laagbouw € 10,50, voor niet leden € 15,50. De aanvang op beide data is 19.30 uur. De sluitingsdatum om op te geven voor de nieuwe cursus is 10 april 2008.

**OOK** willen wij dit jaar herhalingscursussen van één avond houden, op

maandag 28 april en maandag 19 mei 2008. De kosten zijn: voor leden van De Laagbouw € 5,50, voor niet leden € 8,- De aanvang op beide data is 19.30 uur. De sluitingsdata zijn 24 april en 15 mei 2008. Op de cursusavond zelf betalen. Bij niet tijdig afmelden blijft de plicht tot betaling bestaan. De cursussen worden gegeven samen met Anand Joti, die deze avonden de zaal beschikbaar stelt, aan het Mijehof 1 tot 11. De Hartstichting verstrekt geen gratis lesboekjes meer. Het nieuwe boekje is te koop voor € 7,50 in de boekhandel. Het heet "Basale Reanimatie en Automatische Externe Defibrillatie". ISBN nr. 90 06 920 932

✂ -----  
0 Ik geef mij op voor de cursus reanimatie op 14 en 21 april 2008  
0 Ik geef mij op voor de herhalingscursus op 28 april 2008  
0 Ik geef mij op voor de herhalingscursus op 19 mei 2008  
Aankruisen wat van toepassing is  
Naam .....  
Adres .....  
Tel.nr. ....(a.u.b. melden voor als er onverhoopt iets misgaat).  
Inleveradres: Yvonne Boomgaard-Thiry, Maldenhof 367, 1106 EL Amsterdam, Tel.: 6973106 (niet tussen 18.00 en 20.00 uur), of 06-47133995.