

AKTIVITEITEN EN CURSUSSEN

IN IT KOARTLING, SCHOOLSTRAAT 31 BUITENPOST



(TEKENING: HETTY COMBS)

Cursusoverzicht

Schaken voor volwassenen.



Schaken is een prachtig oud bordspel welke van jong tot oud beoefend kan worden en één van de bekendste denksporten die wereldwijd gespeeld wordt. Zodra men de basisregels onder de knie heeft kan het spel gespeeld worden, wat garant staat voor vele uren spelplezier. Met het spelen gaat het spelniveau omhoog en is het handig om met tips en trucs van anderen nog beter in het spel te worden.

Een van de gebruikers van It Koartling is Schaakclub De Twee Kastelen (DTK). Dit najaar heeft It Koartling het voornemen , in samenwerking met DTK een schaakcursus aan te bieden op de woensdagmiddag. Een ervaren schaaktrainer van DTK zal eerst aandacht besteden aan de loop van de stukken en andere basisregels om daarna aandacht te schenken aan opbouw van de partij en tactische wendingen (trucjes). De lessen kennen een interactief karakter, stukjes verwerking van de lesstof met opdrachtjes en natuurlijk is er tijd ingeruimd om e.e.a. in spelvorm te oefenen. Als gezegd, de trainer is zeer ervaren met allerlei leeftijdsgroepen, zal de lesstof aan laten sluiten bij het niveau van de groep en kan anticiperen op niveaoverschil binnen de groep. De cursus zal, bij voldoende belangstelling, starten op woensdag 9 oktober. De cursusduur is 6 middagen van 14.00 tot 16.00 uur. De kosten zijn € 70,- per persoon inclusief gebruik van materiaal en een kop koffie.

Voor meer informatie en inschrijving kunt u contact opnemen met infor@itkoartling.nl of 0511-541214

Fotografie: vier workshops



Jerry Tillema is bereid gevonden om weer een cursus fotografie te geven, maar wel aangepast aan deze tijd: workshops en smartphone. Tegenwoordig maakt iedereen zeer veel foto's met de smartphone en dan? In vier workshops geeft Jerry tips om meer met je foto's te doen.

- Fotograferen met je smartphone (9 en 16 september)
- Betere vakantiefoto's maken (23 en 30 september)
- De mens voor de lens (7 en 14 oktober)
- Laat je foto's zien! (21 en 28 oktober).

Elke workshop bestaat uit twee opeenvolgende maandagavonden van 19.30-21.30 uur en je kunt je per onderwerp opgeven. De kosten zijn € 20,- per workshop. Voor meer informatie en je opgeven voor een workshop: e-mail: info@itkoartling.nl of telefoon: 0511 541 214.

Tekenen en schilderen



Op maandagmiddag van 13.30 tot 15.30 uur geeft Hetty Combs als vakdocent en beeldend kunstenaar les aan volwassenen in Buitenpost. De basis is figuratief en de lessen zijn geschikt voor beginners, gevorderden en “opfrissers”. Er worden verschillende technieken en materialen gebruikt: cursisten bepalen zelf waarmee ze willen werken en krijgen individueel ondersteuning bij het leerproces. Ook is er aandacht voor o.a. kunstgeschiedenis, materiaalkennis en kleurenleer. Meer info over kosten en opgave bij Hetty Combs 06-16480635, hettycombs@gmail.com.

Luisteren naar muziek.



Al jaren is dit een tophit. Ook in oktober wordt dit weer georganiseerd; de start is op dinsdagavond 8 oktober. Verder in 2024 ook op 22 oktober, 5 en 19 november. In 2025 zijn de data: 7 en 21 januari en 4 en 25 februari. Er is altijd grote belangstelling voor de lezingen van de deskundige Rudolf Nammensma. In de Binnenstebuiten van september wordt hier meer over bekend gemaakt. De kosten zijn €70,- Opgave en meer info over kosten via Marianne Looijen: looijencm@upcmail.nl.

Naar Spanje met vakantie? Leer Spaans!



Misschien gaat u dit jaar wel naar Spanje op vakantie. Is het niet leuk om dan ook wat van de taal en het land af te weten? Onze docent Klaske Kommery heeft in het verleden velen enthousiast gemaakt voor Spanje en het Spaans. Daarom biedt It Koartling nu opnieuw een cursus Spaans voor beginners aan. De nadruk ligt op conversatie over alledaagse onderwerpen. De cursus wordt gehouden op de woensdag van 19.30 tot 21.00 uur. Er zijn 15 lessen: in 2024 2, 9, 16 en 23 oktober, 27 november en 4, 11 en 18 december; in 2025 8, 15, 22 en 29 januari en 5, 12 en 19 februari. Kosten voor de 15 lessen € 150,-. Meer informatie op <https://itkoartling.nl> en via info@itkoartling.nl en 0511-541214.

Activiteitenoverzicht



Suska, de eerste en derde maandag van de maand van 14.00 -15.30 uur, gratis, informatie: info@suska.fr of via het contactformulier op www.suska.fr



Kinderactiviteiten, 1x per maand op maandag van 14.00 – 17.00. Het programma is in september bekend. Informatie: Erwin Douma 06 1552 3096



Ochtendcafé, iedere week op dinsdagochtend van 9.30-11.30 uur, kosten: €2,50. Meer informatie Hieke de Jong 06 1862 4506



Schilderclub, 10 x per jaar op dinsdagmiddag van 13.00 tot 16.00 uur. Al jaren kent it Koartling een schildersclub. Amateurschilders die elkaar inspireren, waardoor zij prachtige schilderijen maken (zie bijgaande afbeelding). Zij komen 10 keer per jaar op een dinsdagmiddag bij elkaar, waarbij 5x een deskundige wordt uitgenodigd voor een gastles. De deelnemers bepalen zelf welk favoriete schildersmateriaal ze willen gebruiken. De club organiseert alles zelf en heel lang was het niet mogelijk voor geïnteresseerden om deel te nemen. De club stelt namelijk eisen aan de zelfstandigheid van de deelnemers én de grootte van de club. De groep kan niet te groot worden, omdat anders de reden van samenkomst

niet meer gehaald kan worden: elkaar inspireren door het werk met elkaar te bespreken. Nu is er een mogelijkheid om tot de club toe te treden. Er zijn echter maar een paar plaatsen beschikbaar, dus als je belangstelling hebt, is het goed om snel te reageren. Meer informatie: Tineke van der Wal 06 5132 4441



't Stationnetje, iedere week op woensdag van 15.00 – 21.00 uur en op donderdag van 15.00 – 19.00 uur, voor jongeren van 14 – 30 jaar, meer informatie: stationnetje.com

't Stationnetje is een plek voor jongeren tussen de 14 en 28 jaar. Je kunt bij 't Stationnetje terecht als je graag aan een doel wilt werken, in de breedste zin van het woord. Wil je weer naar school, maar kun je niet kiezen welke opleiding? Wil je weer aan het werk, maar heb je moeite met solliciteren? Of wil je misschien een eigen bedrijf starten, maar weet je niet hoe je dit aan moet pakken? Ga zo maar door, je kunt met elk doel terecht bij 't Stationnetje. Dit wordt een MDT-Reis genoemd. Woon je in de gemeente Achtkarspelen? Of heb je gewoon interesse? Kom dan gerust langs, de thee en koffie staan klaar en we vertellen je graag meer over deze MDT Reis.



Biodanza, iedere woensdagavond van 19.30 tot 21.30 uur, behalve in de schoolvakanties.

Vanaf 4 september 2024 ben je van harte welkom om in te stromen in de wekelijkse Biodanza groep op de woensdagavond in it Koartling. Hiervoor is geen danservaring nodig, omdat er niet met pasjes wordt gewerkt. Biodanza betekent dans van het leven. Het gaat om het uitdrukken van de muziek, die heel divers is. Er wordt afwisselend alleen, samen met anderen en met de hele groep gedanst. Door middel van dans kun je in contact komen met levensvreugde, vitaliteit, ontspanning en je vermogen om genietend in het hier en nu aanwezig te zijn. In september kun je gebruik maken van het kennismakingsaanbod van 3 keer dansen (binnen 4 weken) voor € 36. Voor meer informatie zie de website van de VBN (Vereniging Biodanza docenten Nederland) waar Titia van Kammen lid van is: <https://www.biodanza.nl/groep/biodanza-met-titia-1>. Aanmelden via email: titiabiodanza@gmail.com of telefoon 06 – 12663313.



De Jeugdsoos, 1x in de 14 dagen op donderdag van 13.30 tot 18.00 uur voor 13+jongeren. Scholieren kunnen meteen na school de soos bezoeken. Er worden verschillende activiteiten georganiseerd. Informatie: Ruben Roodhart 06 8367 1548



Happy dance; dansen alleen voor vrouwen, iedere derde donderdagavond van 19.30 uur -21.30 uur. De eerste avond is 19 september. Vijf redenen voor een avondje Happy Dance: dansen maakt gelukkig, is de ideale work-out, is goed voor je hersenen, vermindert stress en boost je creativiteit. Ben je een vrouw van 40+ en hou je van muziek uit de jaren '80 en '90 en gezellig socializen met andere vrouwen? Informatie: Linda Wassenaar 06 4783 6097 of info@stapnaarbeter.nl



Dans op recept, voor mensen met een beperking en met name de ziekte van Parkinson. Iedere vrijdag van 10.30-11.30 uur met docente Trijntje de Vries. Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat de danslessen een gunstig effect hebben op het zelfvertrouwen, de kwaliteit van leven en de motorische symptomen van Parkinson. In de lessen wordt de nadruk gelegd op veerkracht, eigen regie en het aanpassingsvermogen van de mens en niet op de beperkingen of de ziekte. Meer informatie: <https://dansoprecept.nl> en

Marieke Mostert 06 1264 4362 en de Binnenste buitenpost van juli j.l.

De Twee Kastelen



Schaken, iedere week op vrijdagavond van 19.00 – 23.00 uur. Er is schaakles voor de jeugd en de leden spelen hun partijen. Informatie: LEF.Nicolai@gmail.com en/of 06 1510 8108



Zaterdag 7 september van 13.00-16.00 uur
Plaats: It Koartling, Schoolstraat 31

Defecte huishoudelijke en audio-apparaten, gereedschap, speelgoed e.d. kunt u ter beoordeling en/of reparatie aanbieden!
Wij proberen dan (samen met u) te repareren.
Kosten: vrijwillige bijdrage.

Niet vergeten! Neem zoveel mogelijk bijbehorende zaken mee met het te repareren apparaat, zodat we goed kunnen testen!

TIP

Bewaar altijd de aankoopbon en het garantiebewijs van nieuw aangeschafte apparatuur. U hebt minimaal 2 jaar garantie en soms geldt daarnaast ook 'een minimaal redelijk te verwachten levensduur'.

Repaircafé, iedere eerste zaterdag van de maand, van 13.00-16.00 uur, voor iedereen die zijn/haar apparaten een tweede leven gunt. Meer informatie: 0511 541214



De Húskeamer, de eerste en derde zondag van de maand van 14.00 – 20.00 uur. Meer informatie: Geeske Henstra 06 3360 7587

De Húskeamer fan Bûtenpost is dé plek als je even de deur uit wilt voor een kop koffie, een spelletje, knutselen, hulp bij een knoop aanzetten of een luisterend oor. Nieuwe mensen leren kennen, nieuwe dingen leren? Andere mensen iets leren dat jij goed kunt? Iets moois maken? Samen bakken of koken en daarna gezellig samen opeten? Het kan allemaal in de Húskeamer!

Geen geld voor het bijwonen van een cursus of activiteit?

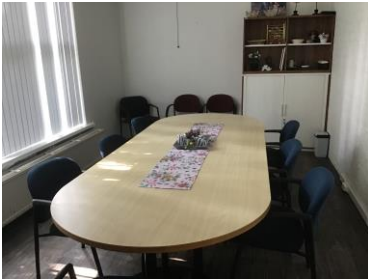
Er is het Volwassenenfonds Sport & Cultuur. Kijk voor meer informatie op www.volwassenenfonds.nl. Ook op het spreekuur van Suska kunt u informatie inwinnen, daar is de intermediair aanwezig die de aanvraag kan verzorgen.

Geen geld voor sport of een culturele hobby?

Het Volwassenenfonds Sport & Cultuur helpt!

Haak aan bij
Volwassenenfonds
Sport & Cultuur

Naast activiteiten en cursussen biedt it Koartling ook vergaderruimte, keuken, soos en een zaal voor ongeveer 75 personen, alles tegen een zeer redelijk tarief. De accommodatie kan worden gehuurd voor zakelijke, educatieve, feestelijke en privé-bijeenkomsten. Daarvoor heeft It Koartling zeven divers ingerichte ruimtes beschikbaar. Hulpmiddelen zoals een flip-over, beamer en geluidsinstallatie kunnen desgewenst worden gebruikt. Aan de bar in de ontvangstruimte kunt u ook gezellig zitten en een drankje bestellen bij onze gastheer Ton.



Ook staat it Koartling open voor mensen met ideeën voor sociaal-cultureel werk. Wil je een leuke cursus voor bijvoorbeeld kinderen organiseren, een speurtocht of spokentocht: alles is mogelijk in overleg met het bestuur. Ook voor de kleuters is er voldoende materiaal voor knutselen. Kortom: iedereen met een goed idee voor welke doelgroep ook; overleg met het bestuur en financiën zijn (meestal) geen probleem.

Geen vervoer?

U kunt gebruik maken van de Bumo en It Koartling zorgt voor de vervoerskaartjes voor iedereen die wel it Koartling wil bezoeken, maar niet er kan komen.





Iedereen is welkom in It Koartling

In 1974 werd de stichting **Sociaal-Cultureel Werk Buitenpost** opgericht. Haar doelstelling is het aanbieden of ondersteunen van activiteiten die de leefbaarheid in Buitenpost en de persoonlijke ontwikkeling van haar inwoners bevorderen.

