



Lente 2026

Programma

Buurthuizen Zuidoost

Informatie en planning

Ma - Vr: 09:00 - 17:00

info@pbazo.nl
020 240 11 78

Holendrecht

Ma, Vr: 09:00 - 20:00

Di: 09:00 - 22:00

Wo, Do: 09:00 - 21:00

Za: 09:00 - 17:00

Holendrechtplein 38
1106 LP Amsterdam
020 240 66 33

Nellestein

Bewonersvereniging Nellestein

bvnellestein.nl
info@bvnellestein.nl

Gezondheidscentrum

Liendenhof 114
1108 HE Amsterdam

 facebook.com/buurthuizenzo

 instagram.com/buurthuizenzo

Bonte Kraai

Ma - Vr: 09:00 - 22:00

Za: 13:00 - 17:00

Kraaiennest 68
1104 CD Amsterdam
020 240 66 55

Kwakoe

Ma - Vr: 11:00 - 22:00

Za: Incidenteel

E. Cady Stantonplein 1
1102 BL Amsterdam
020 240 66 11

Amsta

Lopikhof 1
1108 GH Amsterdam

IKC Brasa

Leksmondplein 31
1108 EL Amsterdam

Gein

Ma, Wo, Do: 09:00 - 20:00

Di: 09:00 - 21:00

Vr: 09:00 - 23:00

Za: Incidenteel

Wisseloord 83
1107 NB Amsterdam
020 240 66 44

NoLIMIT

Ma - Vr: 09:00 - 22:00

Za: 13:00 - 17:00

Geldershoofd 80
1103 BG Amsterdam
020 240 66 56

Campanile Hotel

Loosdrechtdreef 3
1108 AX Amsterdam

Planetarium Amsterdam

Kromwijkdreef 11
1108 JA Amsterdam

Informatie

De Buurthuizen zijn er voor alle buurtbewoners. Het zijn plekken waar buurtbewoners van verschillende leeftijden elkaar kunnen ontmoeten en hun talenten kunnen ontwikkelen.

Bent u buurtbewoner van Zuidoost en wilt u graag een activiteit of evenement organiseren in een Buurthuis? Vul het online formulier in op onze website of stuur een e-mail naar info@pbazo.nl.

Tot ziens in de Buurthuizen!



Kijk voor meer informatie en actuele activiteiten op bhzo.nl



Bij evenementen kunnen aangepaste openingstijden gelden.

Beste bezoekers van de Buurthuizen in Zuidoost,

Als programmeur van de Buurthuizen heb ik de eer om een eerste bijdrage te schrijven voor dit vernieuwde programmaboekje van de Buurthuizen Zuidoost. PBAZO publiceert al jarenlang het bekende DOEN-boekje, waarin alle reguliere activiteiten in de verschillende buurthuizen terug te vinden zijn. Door de jaren heen is dit boekje uitgegroeid tot een begrip onder bewoners én organisaties, en daar zijn we trots op.

Na meer dan tien jaar vonden wij het tijd voor een frisse vernieuwing. Niet alleen heeft het boekje een nieuwe uitstraling gekregen, ook hebben wij gewerkt aan een betere indeling, meer overzicht en een prettigere leesbaarheid.

Het vernieuwde programmaboekje verschijnt ieder kwartaal en is verkrijgbaar in de verschillende Buurthuizen. Daarnaast vindt u alle activiteiten ook op onze website, die later dit jaar eveneens volledig vernieuwd zal worden. Daarover binnenkort meer.

Het programmaboekje staat weer boordevol leuke activiteiten en evenementen voor alle leeftijden. Er is voor iedereen iets te beleven. Of u nu wilt dansen, muziek maken, lekker eten, een nieuwe taal wilt leren of gewoon gezellig samen wil komen: het kan allemaal in de Buurthuizen.

Dit kwartaal staan er weer mooie evenementen op het programma, zoals Podium Wereldmuziek, Reggae Friday, Oriëntal Night en Het Danspaleis. Daarnaast is er in juni een meerdaags Afrikaans dansfestival met diverse workshops en internationale docenten én is er nieuw terugkerend evenement in Buurthuis Gein. Dit jaar besteden we extra aandacht aan Keti Koti, met een uitgebreid maandprogramma waaraan iedereen kan bijdragen en deelnemen, u leest hier snel meer over op onze website en socials.

Ik wens u veel leesplezier en vooral veel plezier bij deelname aan onze activiteiten. Houd ook onze website en socials goed in de gaten voor actuele informatie en nieuwe ontwikkelingen.

Wilt u zelf iets organiseren in de Buurthuizen? Stuur dan een e-mail naar info@pbazo.nl of vul het aanvraagformulier op onze website in.

Namens het gehele team van PBAZO: heel graag tot ziens in de Buurthuizen!

Brasa,



Abigal Jacobs

Coördinator Programmering & Planning PBAZO

Bonte Kraai

vr 10 apr, 12 mei, 8 juni
22.00-02.00

Reggae Friday

Maandelijkse reggae dansavond met DJ of band.

PBAZO
info@pbazo.nl

za 23 mei, 27 jun 14.00-16.00

Het Danspaleis

Swingende dansmiddag voor senioren.
Stichting Het Danspaleis ism PBAZO
info@pbazo.nl

di 19.30-21.00

Step dansles

Energieke step- en dansworkout voor conditie, plezier en beweging voor iedereen.

Stepvision
xhhstepvision@gmail.com
0634140576

do 16.30-17.30

Dansles voor kinderen

Speelse danslessen met ritme en beweging voor basisschoolkinderen.

€10,- per les
dance movements
dancemovements@outlook.com

ma 19.00-22.00

Soca carnaval vibes

Swingende socadans met carnavalsenergie voor volwassenen.

Fidelinas Entertainment
App naar 06 3942 4033

ma 10.00-11.30

Hatha yoga

Rustige yogales gericht op ademhaling, flexibiliteit en ontspanning.

Ank van Uchelen
hathayogazuidoost@gmail.com

ma 18.00-19.00

Total body workout

Intensieve full-body damestraining voor kracht en conditie.

Nisa Alibux
alibuxnisa1950@gmail.com
06 199 844 55

di 09.00-11.00, 18.00-19.00

Cardio/steps

Energieke work-out met stepbewegingen voor conditieverbetering.

Nisa Alibux
alibuxnisa1950@gmail.com
06 199 844 55

di 19.00-20.00

Prasana meditatie

Geleide meditatie voor innerlijke rust.

Stichting Prasana
stichting.prasana@gmail.com
020 696 64 95

wo 09.00-10.00

Bootcamp

Kracht- en conditietraining in circuitvorm met hoge intensiteit.

Nisa Alibux
alibuxnisa1950@gmail.com
06 199 844 55

wo 10.30-11.30

Vrouwen in beweging

Sportieve groepsles speciaal voor vrouwen.

Stichting De Cirkel van Harmonie
Lizette Pinas
zettep@hotmail.com
06 134 046 93

wo 14.30-16.30

Zwangerschapstraining

Bewegles ter ondersteuning tijdens de zwangerschap.

SAG Zorgontwikkeling
rondomdegeboorte.nl
rondomdegeboorte@sag-amsterdam.nl
020 58 14 084

wo 16.30-18.30

Training rondom de geboorte

Vorbereidende cursus op bevalling en kraamtijd.

SAG Zorgontwikkeling
rondomdegeboorte.nl
rondomdegeboorte@sag-amsterdam.nl
020 58 14 084

wo 18.00-19.00

Aerobics

Ritmische workout op muziek voor conditie en vetverbranding voor volwassenen.

Nisa Alibux
alibuxnisa1950@gmail.com
06 199 844 55

wo 20.00-21.00, vr 10.00-11.00

Pilates

Core-versterkende training voor houding en stabiliteit.

Lapilates
lapilates8@outlook.com

wo 19.00-21.00

All Vidya Yoga

Dynamische yogales met focus op balans en energie.

info@allvidyayoga.nl
€5,-/Proefles
€10,-/Les
€45,-/Maand

do 18.00-19.00

Hiit Training

Korte, intensieve intervaltraining voor maximale verbranding.

Nisa Alibux
alibuxnisa1950@gmail.com
06 199 844 55

vr 18.00-19.00

Body shape

Spierverstevigende workout voor het hele lichaam.

Nisa Alibux
alibuxnisa1950@gmail.com
06 199 844 55

za 13.00-16.00

Baadja baadja dansles

Culturele danslessen voor kinderen.

Ashvita Baadjabaadja
baadjabaadja@gmail.com

ma 18.00-20.00

Setdans

Traditionele Surinaamse dans voor volwassenen in groepsverband.

Setdans vereniging De Pelikaan
Juliet Klaverweide
jaklaverweide@hotmail.com
06 142 856 18

wo 18.30-19.30

Zumba dansles

Dansworkout voor volwassenen op Latijns-Amerikaanse muziek.

Nierma
nmp5691@gmail.com

di 11.00-15.30, do 17.00-20.00**Haakclub***Gezellig samen haken en creatieve technieken uitwisselen.*Leticia Williams
ladylam7@hotmail.com
06 497 215 98**vr 15.00-18.00 (laatste vd mnd)****Repair café***Kapotte spullen repareren en hergebruiken.*Inloop gratis
repaircafe.zuidoost@gmail.com
repaircafe-zuidoost.nl**ma-vr 10.00-12.00****Ontbijt voor 3 euro***Gezellig en betaalbaar ontbijt om de dag goed te beginnen.*PBAZO
info@pbazo.nl**ma-vr 12.00-16.00****Lunch vanaf 2 euro***Betaalbare lunch met verse broodjes in een fijne sfeer.*PBAZO
info@pbazo.nl**ma-wo 17.00-19.00****Maaltijd vanaf 7,50 euro***Verse, smakelijke avondmaaltijd voor buurtbewoners.*

Het beheer van uw BuurtHuis

do 11.30-16.00, vr 09.00-12.00**Voedselbank uitgifte***Uitgiftepunt voor voedselpakketten voor inwoners die steun nodig hebben.*info@voedselbank.org
020 638 44 77**do, vr 15.00-21.00****De Kraaibundel maaltijdservice***Verse Surinaamse maaltijden voor bewoners uit de wijk.*De Kraaibundel
06 454 883 50
06 385 671 12
dekraaibundel@gmail.com**za 14.00-17.00 (1x/maand)****Bont Eten***Maandelijks een gratis maaltijd voor bewoners met verrassende gerechten en ontmoeting.*Elsbeth Smulders en Nico van de Ven
nicovandeven@hetnet.nl
022 45 734 45
06 330 823 43**ma 17.00-18.00, vr 17.00-18.30****(muv schoolvakanties)****Huiswerkbegeleiding***Ondersteuning bij schoolwerk en studievaardigheden voor basisschoolkinderen.*Stichting De Cirkel van Harmonie
lizette pinas
zettep@hotmail.com
06 134 046 93**ma 10.00-12.00****(muv schoolvakanties)****Begeleid oefenen op de computer***Hulp voor volwassenen bij het oefenen van digitale vaardigheden.*Stichting Aan de Knoppen
aandeknoppen.nl
info@aandeknoppen.nl
06 128 482 37**vr 10.00-11.30****(muv schoolvakanties)****Computerles voor beginners***Basisvaardigheden voor volwassenen op computer en internet.*Stichting Aan de Knoppen
aandeknoppen.nl
info@aandeknoppen.nl
06 128 482 37**di-do 09.00-13.00****(muv schoolvakanties)****Nederlandse inburgeringsles Youtaal***Taal- en inburgeringslessen voor nieuwkomers.*youtaal.nl
info@youtaal.nl
020 737 27 08**di 13.00-17.00****(muv schoolvakanties)****Participatie middag Youtaal***Activiteiten gericht op meedoen in de samenleving.*youtaal.nl
info@youtaal.nl
020 737 27 08**wo 09.15-12.00****Weerbaarheidstraining***Training in zelfvertrouwen en persoonlijke kracht voor volwassenen.*Blijfgroep
088 234 2400
blijfgroep.nl**ma-wo 13.00-17.00****The Bridge 2 Hope***Ondersteuning en begeleiding voor kwetsbare bewoners.*Bridge 2 Hope
thebridge2hope.org
info@thebridge2hope.org**ma 11.00-12.30****Leefstijlinterventie***Advies en begeleiding voor een gezondere leefstijl.*Diëtistenpraktijk Trutchka
info@dietist-trutchka.nl
grip op je geld**ma 12.30-15.30****Financieel Café***Hulp bij geldzaken en financiële vragen.*B&A Groep
www.gripopjegeld.amsterdam**op afspraak****Contactpunt PBAZO***Persoonlijk contact met een planner van PBAZO voor het opstarten van nieuwe buurtinitiatieven.*PBAZO
info@pbazo.nl**di 09.00-17.00****Gebiedsmakelaar Bijlmer Oost***Spreekuur voor vragen over de wijk en leefomgeving.*Gemeente Amsterdam
r.rijkaard@amsterdam.nl**wo 19.00-20.00****Sociaal Servicepunt***Ondersteuning bij sociale en praktische hulpvragen.*De Kraaibundel
06 454 883 50
06 385 671 12
dekraaibundel@gmail.com

do 11.30-13.30

Steungroep Team Ed

Lotgenotenbijeenkomsten in diverse thema's met ervaringsdeskundigen.

Team Ed
info@teamed.nl

do 13.00-16.00

Taaladvies Spreekuur

Advies over taal, scholing en inburgering voor volwassenen.

Gemeente Amsterdam
020 252 60 08
helpdesk.educatie@amsterdam.nl

do 17.00-22.00

Men 4 Better Life

Groepsbijeenkomsten gericht op persoonlijke ontwikkeling voor mannen met Afrikaanse roots.

Men4betterlife
Newton Nechi
men4betterlife1@gmail.com

vr 19.00-21.00 (3e vd maand)

Psychiatrie café

Ontmoeting en gesprek over mentale gezondheid.

De Regenbooggroep
info@deregenboog.org

di 13.30-16.30

**wo, do 12.30-16.30
Dagbesteding Je Naaste Care**

Begeleide dagactiviteiten met zorgondersteuning voor volwassenen.

Je Naaste Care
info@jenaaste.nl
020 240 02

ma 10.00-14.00

Dagbesteding Odensehuis

Activiteiten en ondersteuning voor mensen met een haperend brein.

Odensehuis
zuidoost@odensehuis.nl
06 356 339 02

vr 12.30-18.00

Activiteiten voor ouderen

Sociale en recreatieve activiteiten voor senioren.

Stichting Pasensie
Yvonne Penig
yvonnepenig@live.nl
06 200 444 05

vr 19.00-22.00

Pasensi Famiri

Culturele kennisoverdracht met muziek, ontmoeting en samenzijn.

T. Mijns
mijnalsolga@gmail.com
06 307 227 11

di 16.00-20.00

Hindoestaanse Cultuurgroep

Activiteiten rondom Hindoestaanse cultuur en tradities.

Ingrid Ramdien
ingrid2606@hotmail.com
06 292 620 10

za 13.00-17.00

Little Miss Kwakoe

Cultureel programma voor meisjes met dans en klederdracht uit Suriname.

Rina Overman
riniacgrootfaam1943@gmail.com
06 829 070 75

FRIDAY (2ND OF THE MONTH) 22.00-02.00 | FREE

PBAZO PRESENTS

REGGAE FRIDAY

8 MEI 2026

12 JUNI 2026

11 SEPTEMBER 2026

9 OKTOBER 2026

13 NOVEMBER 2026

11 DECEMBER 2026



**SURINAM FOOD
BY DE KRAAIBUNDEL**

BONTE KRAAI | KRAAIENNEST 68 | BHZO.NL



do 19.00-22.00**Krin Akra***Surinaamse muziekgroep met zang en traditionele instrumenten.*Gilly Menso
grmenso@hotmail.com**vr 19.30-22.00****Muziekgroep Ametare***Culturele Surinaamse muziekformatie.*Clyde Hidalgo
j_emy_ro21@hotmail.com**vr 19.00-22.00 (1e vd maand)****Zanggroep Contru Bang***Maandelijkse zangbijeenkomst in groepsverband.*Dorine Wielzen
06 834 360 98**ma 18.30-20.00****Buurtvaders***Muzikale en sociale bijeenkomst voor vaders uit de buurt.*gilbert hamel
g.h.hamel@hotmail.com
06 269 793 52**vr 19.00-22.00****Klaverjassen***Gezellige kaartavond voor ontspanning en sociaal contact.*Ontspanningsvereniging Diemera
roy.janmahomed@diemen.nl
06 142 893 86**ma 16.30-18.00****Jeugdgroep Zuidoost***Activiteiten voor basisschoolkinderen gericht op plezier en ontwikkeling.*Debbie Keijner
deakeijner@gmail.com**wo, vr 13.30-17.30****Kinderactiviteiten gesc1104***Creatieve en speelse activiteiten voor basisschoolkinderen na schooltijd.*Joyce Bosch
j.bos68@upcmail.nl**vr 14.00-18.30****Naschoolse Activiteiten***Gevarieerd programma voor basisschoolkinderen na school met sport en spel.*Stichting De Cirkel van Harmonie
Lizette Pinas
zettep@hotmail.com
06 134 046 93**ma-vr 09.00-21.00, za 13:00-17:00****Vrije Inloop***U bent van harte welkom om binnen te lopen voor een kop koffie of thee en een praatje*PBAZO
info@pbazo.nl**ma 18.00-20.00****Vrouwencafé***Ontmoetingsplek voor vrouwen om te praten, delen en verbinden.*Stichting De Cirkel van Harmonie
Lizette Pinas
zettep@hotmail.com
06 134 046 93**ma, wo, do, vr 18.00-22.00****Activiteiten De Kraaibundel***Sociale bijeenkomsten en activiteiten voor buurtbewoners.*De Kraaibundel
dekraaibundel@gmail.com**do 17.00-18.00****K-buurt uurtje***Informeel moment om buurtzaken te bespreken en elkaar te ontmoeten.*Buurtplatform Hart voor de K-buurt
Mike Brantjes
06 51 084 879**do, 09.30 - 12.30****Katoun Vrouwen Community***Ontmoetingsplek voor vrouwen om te verbinden, eten en dansen.*Katoun Vrouwen Community
katoun.mousavi@gmail.com

za 4 juli 17.00-23.00

Oriental Night

Culturele avond met Indonesische muziek, dans en eten.

PBAZO

info@pbazo.nl

za 25 april, 30 mei 17.00-23.00

Soul & Disco Party

Dansavond met soul- en disco DJ, surprise acts en eten.

PBAZO

info@pbazo.nl

do 21 mei, 18 jun 20.00-22.00

Senioren Dansavond

Gezellige dansavond speciaal voor senioren.

Lilian Bayley

06 592 324 24

wo 10.00-11.00

Wudang Fitness

Bewegles voor volwassenen gebaseerd op Chinese trainingsvormen.

yokaarsje@gmail.com

do 13.30-15.30

Gymnastiek

Aangepaste gymnastiek voor senioren.

€5,50/maand

Meer bewegen voor ouderen

mbvo_amsterdam@hotmail.com

020 886 10 70

vr 12 juni 15.30-17.30

Meidensport Event

Sportieve activiteit speciaal voor meiden.

Stichting I-Sport Special

diana@isportspecial.eu

vr 18.00-20.00

Poco Poco Line Dance

Linedance op Indonesische muziek.

N. Aipassa

chuple70@gmail.com

ma, di, vr 09.00-14.00

Elkaar helpen met naald en draad

Onderlinge hulp bij naaien en kleding herstellen.

info@pbazo.nl

ma 15.00-17.00, do 14.00-18.00

Naaicursus

Leren naaien en kleding maken of aanpassen.

Rina Overman

riniacgrootfaam1943@gmail.com

06 829 070 75

ma 17.00-19.00

Hoofddoek binden

Workshop Surinaamse hoofddoeken vouwen en binden.

Rina Overman

riniacgrootfaam1943@gmail.com

06 829 070 75

di 17.30-21.00

Creacub

Creatieve middag met diverse knutsel- en handwerkactiviteiten voor volwassenen.

Yvonne Boomgaard

yvonneboomgaard@gmail.com

06 471 339 95

do 10.00-12.00

Aquarellen

Schilderen met waterverf en werken met kleurtechnieken voor volwassenen.

Hermelien Houwers

hermienhouwers@hotmail.com

Wudang Fitness

Bewegles voor volwassenen gebaseerd op Chinese trainingsvormen.

yokaarsje@gmail.com

do 13.30-15.30

Gymnastiek

Aangepaste gymnastiek voor senioren.

€5,50/maand

Meer bewegen voor ouderen

mbvo_amsterdam@hotmail.com

020 886 10 70

vr 12 juni 15.30-17.30

Meidensport Event

Sportieve activiteit speciaal voor meiden.

Stichting I-Sport Special

diana@isportspecial.eu

vr 18.00-20.00

Poco Poco Line Dance

Linedance op Indonesische muziek.

N. Aipassa

chuple70@gmail.com

ma-vr 10.00-12.00

Ontbijt voor 3 euro

Gezellig en betaalbaar ontbijt om de dag goed te beginnen.

PBAZO

info@pbazo.nl

ma-vr 12.00-16.00

Lunch vanaf 2 euro

Betaalbare lunch met verse broodjes in een fijne sfeer.

PBAZO

info@pbazo.nl

ma 17.00-20.00

Daghap voor 6 euro

Voordelige daghap om gezellig samen te eten met buurtgenoten.

PBAZO | info@pbazo.nl

do 13.00-16.00

Oemie Manels Green Cuisine

Samen met je buurtgenoten vegetarische gerechten en baksels maken.

Manal Stroo

manalstroo@icloud.com

vr 18.00-20.00 (1x/maand)

Resto van Harte

Gezellige maandelijkse maaltijd waar ontmoeting en samen eten centraal staan.

Stichting Resto Van Harte

restovanharte.nl

0900 900 3030

di, do 17.00-18.30
(muv schoolvakanties)
Huiswerkbegeleiding BUTO
Naschoolse ondersteuning bij huiswerk en ontwikkeling voor basisschoolkinderen.
 buurttalentontwikkeling.nl
 info@buurttalentontwikkeling.nl
 06 85 80 35 53

ma 10.30-12.00
(muv schoolvakanties)
Computerles voor beginners
Basisvaardigheden voor volwassenen op computer en internet.
 Stichting aan de Knoppen
 aandeKnoppen.nl
 info@aandeknoppen.nl
 06 128 482 37

vr 09.30-12.00
Vrouw & Ondernemerschap
Inspiratie en begeleiding voor ondernemende vrouwen.
 BVN Gaasperdam
 buurvrouwennetwerk@gmail.com

vr 10.00-12.00
(muv schoolvakanties)
Begeleid Oefenen op de computer
Hulp bij het oefenen van digitale vaardigheden voor volwassenen.
 Stichting aan de Knoppen
 aandeKnoppen.nl
 info@aandeknoppen.nl
 06 128 482 37

ma 09.00-12.30
Workshops voor Statushouders
Praktische workshops voor integratie en zelfredzaamheid.
 Vluchtelingenwerk Nederland
 vluchtelingenwerk.nl

di 17.00-20.00
Muziekles
Leren een instrument bespelen voor jongeren en volwassenen.
 Glenn Burty
 06 417 654 64
 glennburty@gmail.com

wo 14.00-16.30
Muziekactiviteit
Muzikale activiteit voor creativiteit en basiskennis voor iedereen.
 I. Walfried
 iwanwalfried@gmail.com

wo 18.00-20.00, do 17.00-20.00
Studio Time
Oefenen en opnemen van muziek in een studio-omgeving voor kinderen.
 Vivell
 info@vivell.nl
 020 760 11 70

ma 14.30-15.30, do 10.00-11.00
Viool les
Individuele viool lessen op afspraak.
 J. Christ
 jose194511@live.nl

ma, vr 14.30-18.00
Saxofoon les
Leren saxofoon spelen met persoonlijke begeleiding.
 Kenneth Brand Flu
 06 430 589 28
 Kennethb726@gmail.com

wo 18.30-20.00
Koorrepetities
Samen repeteren en zingen in koorverband voor volwassenen.
 N. Aipassa
 chuple70@gmail.com

vr 18.30-22.00
Muziekles
Muziekonderwijs voor volwassenen op verschillende niveaus.
 Carlo Bijlhout
 06 482 588 93

do 17.00-20.00
Makandra muziekactiviteit
Muzikale activiteit speciaal voor senioren.
 makadra 60+
 erwien52@hotmail.com

op afspraak
Contactpunt PBAZO
Persoonlijk contact met een planner van PBAZO voor het opstarten van nieuwe buurtinitiatieven.
 PBAZO
 info@pbazo.nl

ma 11.30-13.30
Steungroep Team Ed
Lotgenotenbijeenkomsten in diverse thema's met ervaringsdeskundigen.
 Team Ed
 info@teamed.nl

wo 12.00-14.00
Spreekuur Gebiedsmakelaar
Inloopmoment voor wijkgerelateerde vragen.
 Gemeente Amsterdam
 r.kathusing@amsterdam.nl
ma 10.00-13.00
Spreekuur Hand in Hand Begeleiding
Persoonlijke begeleiding bij hulpvragen.
 mira warmerdam
 mira@handinhandbegeleiding.nl
 06 371 952 96

di, vr 09.00-16.00
WPI Activering
Begeleiding richting werk en participatie.
 Gemeente Amsterdam
 amsterdam.nl
 020 252 6000
di, wo 09.00-17.00 (1x/maand)
Mind-Pro Medisch Onderzoek
Deelname aan medisch onderzoek Amsterdam UMC.
 Amsterdam AMC UMC
 amsterdamumc.nl

ma-vr 09.00-20.00
Vrije Inloop
U bent van harte welkom om binnen te lopen voor een kop koffie of thee en een praatje
 PBAZO
 info@pbazo.nl

wo 13.00-16.00
Buurtgenoten
Gezellige inloop voor ontmoeting en contact met buurtbewoners.
 Vivell
 info@vivell.nl
 020 760 11 70

di 17.00-21.00
Jongeren van Gein voor Gein
Activiteiten door en voor ondernemende jongeren uit de buurt.
 Team Sportservice
 E. Jansen
 06 390 181 86
wo 14.00-20.00

Chill Zone
Ontmoetingsplek voor jongeren om te chillen.
 Vivell
 info@vivell.nl
 020 760 11 70

vr 19.00-20.00

**Schaakvereniging
Chaturanga**

*Schaaklessen en wedstrijden voor
jeugd.*

www.chaturanga.nl

jgwierstra@gmail.com

vr 20.00-23.30

**Schaakvereniging
Chaturanga**

*Schaken voor volwassenen op
verschillende niveaus.*

www.chaturanga.nl

jgwierstra@gmail.com

ZATERDAGAVOND 17.00 - 00.00 | GRATIS

SOUL & DISCO PARTY

MET
DJ LILIAN

30 MEI 2026 | R&B EDITIE

29 AUG 2026 | LATIN EDITIE

26 SEPT 2026 | CLASSICS EDITIE

31 OKT 2026 | HALLOWEEN EDITIE

28 NOV 2026 | WINTER EDITIE

KEUKEN GEOPEND

GEIN | WISSELOORD 83 | BHZO.NL



Holendrecht

Ontwikkelingen Buurthuis Holendrecht

Zoals u misschien al heeft vernomen, wordt het huidige Buurthuis Holendrecht in 2027 afgebroken. Op deze plek bouwt de gemeente ongeveer 400 nieuwe woningen in flats. In de begane grond van één van deze flats komt een mooi modern buurthuis.

Voor de tussenliggende periode 2027-2030 komt er een tijdelijk buurthuis. Gemeente en PBAZO doen hun best om samen met een gebruikersgroep van buurthuis Holendrecht de tijdelijke voorziening zo bruikbaar en toegankelijk mogelijk te maken, zodat er zoveel mogelijk activiteiten kunnen doorgaan.

Buurthuis Holendrecht blijft in heel 2026 gewoon open. Zodra er meer duidelijkheid is over de planning en de tijdelijke locatie, informeren wij u hierover.

Vr 5 juni, 7 aug 17.00-23.00

70's & 80's senioren dansavond

Dansavond met live muziek uit de jaren '70 en '80.

PBAZO
info@pbazo.nl

ma 18.00-20.00

Rollerskaten

Gezellig rolschaatsen voor volwassenen.

Sr. Summer skaters
esajassaskia@hotmail.com

di, do 19.00-20.00

Dance Workout

Energieke combinatie van dans en fitness.

Live Body Moves
mnaardenliefeld@gmail.com

ma 10.30-12.00

Move & Relax

Laagdrempelige bewegingsles met ontspanningsoefeningen voor volwassenen.

Mira Warmerdam
mira@handinhandbegeleiding.nl
06 371 952 96

wo 19.00-21.00

Bachata Dominicana lessen

Swingende danspassen in een energieke sfeer voor volwassenen.

€3,50
Linde & Ternel
encuentro.zuidoost@gmail.com

ma 17.00-19.00

Marron Danslessen

Traditionele Marron dans voor basisschoolkinderen.

Sabi Pe I Komoto
sabipeikomoto@gmail.com

di 19.00-20.00 (om de week)

Dance Fitness

Dansgerichte conditietraining op muziek voor volwassenen.

Dachel Dominique
06 243 232 21
Dacheldominique@hotmail.com

do 12.30-13.30 (1x/maand)

Slow Flow

Rustige yogavorm met vloeiende bewegingen.

Het Odensehuis
zuidoost.odensehuis.nl

vr 11.15-12.15

Gymnastiek

Aangepaste gymnastiek voor senioren.

Meer bewegen voor ouderen
€5,50 pm
mbvo_amsterdam@hotmail.com
020 886 10 70

vr 13.15-14.30

Yoga

Ontspannende les voor flexibiliteit en balans.

€ 15 voor 5 lessen
tami-ruis@live.nl

za 14.00-17.00

Naks Amani

Culturele dans- en bewegingsactiviteiten voor jeugd.

Stichtin Naks Nederland
m.kitaman@hotmail.com

ma 11.00-12.00

Moderne Dans

Dansles met eigentijdse bewegingen voor senioren.

www.danceconnects.nl
info@danceconnects.nl
020 261 10 58

di 13.00-15.00

Creacub

Creatieve middag met knutsel- en handwerkactiviteiten voor volwassenen.

Lies Bernabela
liesberna@live.nl
06 280 838 41

wo 13.15-15.45, do 09.00-14.00

Elkaar Helpen met Naald en Draad

Onderlinge hulp bij naaien en kleding herstellen.

Ursula Makosi
ursulamakosi@live.nl
06 180 357 28

wo 13.30-17.00

Breien en Haken

Samen breien en haken in ontspannen sfeer.

Ivonne De Meza
yvonnejonathan90@gmail.com

vr 11.00-13.00

Creacub

Creatieve ochtend met diverse knutsel- en handwerkactiviteiten voor volwassenen.

Lien Sloot
06 549 213 14
Famsloot@icloud.com

ma 12.30-15.30

Kookcursus

Praktische kooklessen met diverse recepten voor volwassenen.

Stichting Kracht en Pracht

€5,-

Murielrichard@live.nl

06 275 119 01

ma 16.00-20.00

Samen koken, samen eten

Gezamenlijk koken en daarna samen genieten van de maaltijd.

Victoria Agyakwah

victoriaagyakwah@outlook.com

za 13.00-17.00

Indiase kookcursus

Leren koken met authentieke Indiase kruiden en recepten voor volwassenen.

Samridhi Bansal

info@indiasekookcursus.nl

za 10.00-17.00

Kookworkshop Vrouwen

Kooklessen speciaal voor vrouwen in een relaxte sfeer.

Stichting Kracht en Pracht

murielrichard@live.nl

06 275 119 01

2^e vr vd maand 15.00-20.00

Seniorenkeuken Holendrecht

Sfeervol 3-gangen diner voor ouderen uit de buurt

€8,- pp

Aanmelden bij beheerder in het buurthuis

info@pbazo.nl

za 09.30 - 11.30

Abacus Methode Cursus

Reken cursus voor basisschoolkinderen met de abacusermethode voor sneller hoofdrekken.

Stichting Kracht en Pracht

murielrichard@live.nl

06 275 119 01

ma, wo 16.30-19.30

(muv schoolvakanties)

Huiswerkbegeleiding Buto

Naschoolse ondersteuning bij huiswerk en ontwikkeling voor basisschoolkinderen.

buurtalentontwikkeling.nl

info@buurtalentontwikkeling.nl

06 85 80 35 53

wo 12.30-17.00, vr 13.00-17.00,

za 09.30-16.30

(muv schoolvakanties)

Huiswerkbegeleiding

Meester Bob

Intensieve begeleiding bij leerachterstand voor basisschoolkinderen.

Meester Bob

hunte-cursist@live.nl

06 511 055 32

ma, wo 10.00-12.00

Nederlandse taalles

Taalonderwijs gericht op spreken, lezen en schrijven voor volwassenen.

Stichting Kracht en Pracht

€5,-

murielrichard@live.nl

06 275 119 01

ma 13.30-15.00

(muv schoolvakanties)

Computerles voor beginners

Basisvaardigheden voor volwassenen op computer en internet.

Stichting Aan de Knoppen

aandeknoppen.nl

info@aandeknoppen.nl

06 128 482 37

di 09.00-15.00, vr 09.00-12.30

Naaicursus

Leren naaien als vaardigheid of creatieve ontwikkeling.

Stichting Kracht en Pracht

€7,50

Murielrichard@live.nl

06 275 119 01

VRIJDAGAVOND 17.00 - 23.00 | GRATIS

70'S & 80'S PARTY

SENIOREN DANSVOND

VRIJDAG 5 JUNI 2026

VRIJDAG 7 AUGUSTUS 2026

VRIJDAG 2 OKTOBER 2026

VRIJDAG 4 DECEMBER 2026

HOLENDRECHT | HOLENDRECHTPLEIN 38 | BHZO.NL



do 10.00-12.00 (muv schoolvakanties)
Begeleid oefenen op de computer

Hulp bij het oefenen van digitale vaardigheden voor volwassenen.
 Stichting Aan de Knoppen
 aande knoppen.nl
 info@aandeknoppen.nl
 06 128 482 37

za 15.00-17.00
Nederlandse les

Basis- en vervolglussen Nederlandse taal voor volwassenen.
 Randy Anamoah
 ranamoah@hotmail.com
 06 226 709 95

vr 09.00-13.00
Taaladvies spreekuur

Advies over taal, scholing en inburgering voor volwassenen.
 Gemeente Amsterdam
 020 252 6008
 helpdesk.educatie@amsterdam.nl

vr 09.00-12.00 (inloop zonder afspraak)
Grip op je Geld Financieel café

Hulp bij geldzaken en financiële vragen.
 Mee Amstel en Zaan
 informatie@mee-az.nl
 020 512 72 72

za 10.30-13.30
Voorlichting voor Vrouwen

Informatiebijeenkomst over thema's die vrouwen raken.
 Stichting Kracht en Pracht
 murielrichard@live.nl
 06 275 119 01

do 10.00-12.00
Dagbesteding Odensehuis

Activiteiten en ondersteuning voor mensen met een haperend brein.
 Odensehuis
 zuidoost@odensehuis.nl
 06 356 339 02

vr 22 mei 13.00-16.00
Voorlichtingsbijeenkomst Ouderenmishandeling

Informatie en bewustwording over ouderenmishandeling.
 buurvrouwennetwerk gaasperdam
 buurvrouwennetwerk@gmail.com

ma-do 09.00-12.30
Buurtteam spreekuur

Ondersteuning bij zorg, welzijn en financiën.
 www.buurtteamamsterdam.nl

ma, do 09.00-13.00
WPI Activering

Begeleiding richting werk en participatie.
 Gemeente Amsterdam
 amsterdam.nl
 020 252 6000

ma-vr 09.00-16.00
Wijk Actie Team

Meldpunt en ondersteuning bij wijkproblemen.
 Gemeente Amsterdam
 y.van.ravenswaaij@amsterdam.nl

ma-vr 09.00-17.00
Ouder en Kind spreekuur

Advies over opvoeding en gezinsvragen.
 Ouder en Kind team
 www.oktamsterdam.nl
 020 581 40 80

op afspraak
Contactpunt PBAZO

Persoonlijk contact met een planner van PBAZO voor het opstarten van nieuwe buurtinitiatieven.
 PBAZO
 info@pbazo.nl

di 19.00-22.00
FNV Spreekuur Werk & Inkomen

Juridisch advies over werk en inkomen.
 FNV
 088 368 03 68

wo 09.00-12.00
Energiebespaarservice

Advies over energiebesparing in huis.
 groenehub.org

do 15.00-17.00
Steungroep Team Ed

Lotgenotenbijeenkomsten in diverse thema's met ervaringsdeskundigen.
 Team Ed
 info@teamed.nl

za 14.00-17.00 (muv schoolvakanties)
Naks Amani Muziek & Zanglessen

Surinaamse muziek- en zanglessen met culturele kennisoverdracht voor jeugd.
 Stichting Naks Nederland
 M. Kitaman
 06 447 020 46

za 10.00-15.00
Perzische Culturele Jeugdactiviteiten

Activiteiten gericht op Perzische jongeren rond taal en cultuur.
 Aseman Community
 elhkey1@gmail.com

wo 18.00-21.00
Karaoke

Vrij zingen op bekende nummers in gezellige sfeer.
 Krish Kalidin
 06 228 755 48
 Kkalidin@gmail.com

za 14.00-17.00 (muv schoolvakanties)
Naks Amani Muziek & Zanglessen

Culturele muziek- en zanglessen voor basisschoolkinderen met aandacht voor talentontwikkeling.
 Stichting Naks Nederland
 m. Kitaman 06 447 020 46

ma-vr 09.00-20.00, za 09:00-17:00

Vrije Inloop

U bent van harte welkom om binnen te lopen voor een kop koffie of thee en een praatje

PBAZO
info@pbazo.nl

ma, do 13.00-16.00

Buurtgenoten

Ontmoetingsmoment met creatieve activiteiten voor buurtbewoners.

Vivell
info@vivell.nl
020 760 11 70

di 09.30-12.00

Vivell Volwassenen

Activiteiten

Sociale en activerende bijeenkomsten voor volwassenen.

Vivell
info@vivell.nl
020 760 11 70

28 april, 26 mei

Moedercirkel Zuidoost

Ontmoetingsgroep voor moeders met ruimte voor steun en dialoog.

Dorien Tatalas
moedercirkel@proton.me

ma, di 15.00-18.00

Kids play

Speelmomenten voor basisschoolkinderen met diverse leuke activiteiten.

Vivell
info@vivell.nl
020 760 11 70

do 17.00-21.00 (om de week)

Senioren spelletjes avond

Gezellige spelavond speciaal voor senioren.

Krish Kalidin
06 228 755 48
Kkalidin@gmail.com

za 13.00-16.00 (1x pm)

Bingo

Gezellige buurtbingo voor volwassenen met kans op leuke prijzen.

Vivell
info@vivell.nl
020 760 11 70



**Ouderwets gezellig dansfeest
voor ouderen** (en iedereen die van swingen houdt)

Amsterdam

za 23 mei - 14:00 - 16:00

De Bonte Kraai **GRATIS TOEGANG**

Kwakoe

vr 3 april, 8 mei, 5 juni, 26 juni
Bondru Dey

Surinaams cultureel evenement met live muziek, dans en eten.

PBAZO
info@pbazo.nl

18 April, 23 mei 19.00-01.00
Golden Oldies Party

Dansfeest voor senioren met hits uit vroegere tijden.

Gleone Rozendaal
06 370 470 40

ma, wo 16.00-19.00
Hoofddoek binden

Workshop Surinaamse hoofddoeken vouwen en binden.

Georgery Snijders
georgerys@live.nl

do 15.00-17.00
Naaicursus

Leren naaien en kleding maken of aanpassen.

Rina Overman
riniacgrootfaam1943@gmail.com
06 829 070 75

op afspraak
Contactpunt PBAZO

Persoonlijk contact met een planner van PBAZO voor het opstarten van nieuwe buurtinitiatieven.

PBAZO
info@pbazo.nl

vr 16.00-17.00
Juridisch Spreekuur

Gratis spreekuur voor juridisch advies en hulp bij vragen of problemen.

Fritsche & Holthuis consultancy
085 109 11 05
info@fhconsultancy.net
gratis

wo 13.00-18.00

Sranan Bromki Dyari

Culturele ontmoetingsdag met Surinaamse tradities.

Rhogeia Kensenhuis-Cairo
rhogck@hotmail.com

vr 12.00-17.00

Afi Yuru

Culturele middag met ontmoeting en Surinaamse tradities.

Lia Feller
l.feller@hotmail.com
06 254 915 62

wo 15.00-19.00

Saxofoon spelen

Gezamenlijk saxofoon spelen met persoonlijke begeleiding voor volwassenen.

Marjory Braafheid
m.braafheid@amsterdam.nl

vr 19.00-22.00

Asafiti

Traditionele muziek- en cultuuractiviteit met Surinaamse roots.

PBAZO
info@pbazo.nl

do 19.00-22.00

Kwakoe Bigi Poku
Houseband Sweet Melodies

Live bandrepetities en optredens.

Ricardo
06 519 838 53

vr 19.00-23.00 (2x/maand)

Kwakoe Karaoke

Karaokeavond voor buurtbewoners.

PBAZO
info@pbazo.nl

vr 19.00-22.00

Ala Liba

Traditionele muziek- en cultuuractiviteit met Surinaamse roots.

PBAZO
info@pbazo.nl

ma-vr 11.00-21.00

Vrije Inloop

U bent van harte welkom om binnen te lopen voor een kop koffie of thee en een praatje

PBAZO
info@pbazo.nl

ma-vr 14.00-19.00

Vrienden van Kwakoe

Ontmoetingsgroep voor vaste bezoekers en buurtbetrokkenheid.

humprey tilborg
tillie2104@hotmail.com

za 14.00-19.00 (2e vd mnd)

Domino toernooi

Competitief en gezellig domino toernooi voor volwassenen met kans op leuke prijzen.

Vrienden van Kwakoe
tillie2104@hotmail.com

EVERY TUESDAY FROM 19.00-21.00 | FREE



SHARE THE JOY OF
Argentine
Tango

ALL LEVELS ARE WELCOME
AND NO PARTNER IS NEEDED

NO LIMIT | GELDERSHOOFD 80 | BHZO.NL



17 apr, 15 mei, 19 juni 20.00-23.00

Podium Wereld Muziek

Cultureel evenement met live optredens uit diverse culturen.
PBAZO
info@pbazo.nl

za 8 mei 15.00-20.00

Spelling Bee Contest

Wedstrijd waarin deelnemers hun spellingvaardigheid tonen.
Brown Education Innovation & Design
moniquebrown075@gmail.com

do 4 juni 18.00-21.00

Kwik in Concert

Muziekoptreden met HVO Queridoband KWIK.
Hvo Querido
lies.schilp@hvoquerido.nl

12-14 jun

African Origin Dance Festival 10 Year Anniversary

Meerdaags dansfestival met Afrikaanse roots.
Moussa Ndiaye
sabarchallenge@gmail.com

za 15.00-17.00, ma 20.30-21.30

Dansles

Creatieve danslessen voor jong en oud met plezier centraal.
Creative Dance Production
administratie@creativedancepassion.com

do 10.00-11.00

Senioren gym & stoelyoga

Laagdrempelige gymnastiek en yoga op of naast de stoel.
PBAZO ism Bstrong2gether
3,75
06 863 208 55

wo 19.00-20.30

Yoga Swagatam

Traditionele yogales met aandacht voor ademhaling.
Stichting Swagatam
j.gajadhar@planet.nl
06 452 478 16

do 12.00-13.00

Gymnastiek

Aangepaste gymnastiek voor senioren.
Meer bewegen voor ouderen
€5,50/maand
mbvo_amsterdam@hotmail.com
020 886 10 70

do 18.15-19.15

Yoga

Ontspannende les voor flexibiliteit en balans.
€5,-/maand
€50,- seizoen
www.hetoogvandeorkaan.nl
ciska.matthes@gmail.com

vr 09.00-12.00

Tai Chi

Rustige Chinese bewegingskunst voor balans en ontspanning.
Jos Chen
€3,-
jos@chen.nl
06 181 885 57

vr 15.00-17.00

Sport en Spel

Actieve en speelse sportactiviteiten voor jeugd.
Stichting Hilly Rain
contact@hillyrain.nl

vr 20.00-21.00

Fitness Workout

Conditietraining met spierversterkende oefeningen voor volwassenen.
Xtrordinary
xtro-dinary@outlook.com

di, do 17.00-18.30

Afro Dance: Cultural Warriors

Afro-dans met culturele focus voor jongeren.
Stichting Hilly Rain
contact@hillyrain.nl

ma 18.30-21.00

Setdans

Traditionele Surinaamse dans voor volwassenen in groepsverband.
Marjory Braafheid
meabraafheid@gmail.com

ma 19.00-21.00 (om de week)

Salsa (vrije inloop)

Informeel salsa dansavond voor iedereen.
Felter
felterbewindvoeringen@gmail.com

wo, do 19.00-21.00

Samba les

Braziliaanse danses met ritmische bewegingen.
Fidelinas Entertainment
janice@fidelinas-entertainment.com
06 394 240 33

do 10.30-11.30

Moderne Dans voor Senioren

Creatieve dans voor actieve ouderen.
Dance Connects
www.danceconnects.nl
info@danceconnects.nl
020 261 10 58

za 13.00-15.00 (om de week)

Dansles kula skoro

Traditionele dans met culturele achtergrond.
Stichting Kula Skoro
Jose Tojo
kulascoro@gmail.com

za 13.00-17.00

Sabar Danslessen

West-Afrikaanse dans met live percussie.
Moussa Ndiaye
dancemoussa@gmail.com

Ma 15.00-16.00, vr 13.00-14.00

Cursus in balans

Valpreventietraining voor ouderen.
TSA ism PBAZO
valpreventie@teamsportservice.nl

do 19.30-21.00

Zenmeditatie

Stiltemeditatie voor concentratie en innerlijke rust.
€5,-/les
€50,-/seizoen
www.hetoogvandeorkaan.nl
ciska.matthes@gmail.com

wo 15.00-17.00**Kidsclub Crea Activiteiten***Knutsel- en creatieve activiteiten voor basisschoolkinderen.*Stichting Hilly Rain
contact@hillyrain.nl**vr 13.00-16.00****Naaicursus***Leren naaien en kleding maken of aanpassen.*

stichting@nuleven.nl

ma-vr 10.00-12.00**Ontbijt voor 3 euro***Gezellig en betaalbaar ontbijt om de dag goed te beginnen.*PBAZO
info@pbazo.nl**ma-vr 12.00-16.00****Lunch vanaf 2 euro***Betaalbare lunch met verse broodjes in een fijne sfeer.*PBAZO
info@pbazo.nl**za 13.00-17.00****Kammies Krioro Kukru***Traditionele Surinaamse gerechten, vers bereid door Kammie.*claudiakammeron@hotmail.com
06 263 927 83**di 12.30-16.00****Gouden Mannen***Ontwikkelprogramma voor mannen gericht op participatie en groei.*Civic Amsterdam
zuidoost@goudenmannen.nl
06 203 626 08.**ma, wo, do 09.00-12.00,
13.00-16.00****(muv schoolvakanties)****Nederlandse les Sipi***Taalonderwijs met focus op integratie voor volwassenen.*s-ipi.nl
info@s-ipi.nl
020 638 28 08**ma, wo 16.30-19.30****(muv schoolvakanties)****Huiswerkbegeleiding BUTO***Naschoolse ondersteuning bij huiswerk en ontwikkeling voor basisschoolkinderen.*buurtalentontwikkeling.nl
info@buurtalentontwikkeling.nl
06 85 80 35 53**ma-vr 09.00-12.00, 18.00-21.00**
(muv schoolvakanties)**Nederlandse Les TCM Taal***Dag- en avondlessen Nederlands voor volwassenen.*tcmtaal.nl
info@tcmtaal.nl
020 609 05 22**ma, wo, vr 16.00-18.00****Huiswerkbegeleiding en naschoolse activiteiten***Combinatie van leren en creatieve activiteiten voor basisschoolkinderen.*Stichting Geef je kind een voorsprong
geefjekindeenvoorsprong@gmail.com**di 15.00-18.00****Speels rekenen***Rekenen oefenen voor basisschoolkinderen op een speelse manier.*Stichting Hilly Rain
contact@hillyrain.nl**ma 12.30-14.30****Computerles***Training in digitale basisvaardigheden voor vrouwen.*Stichting Vluchtelingen Vrouwenraad
vluchtelingenvrouwenraad@hotmail.com**ma 13.30-16.30****Cursus Mindfulness***Training in aandacht en stressvermindering.*Stichting Arkin Preventie
020 590 1330
arkin.nl/preventie**za 13.00-17.00****(muv schoolvakanties)****Weekendschool Sabi Yu Rutu***Educatief, cultureel programma voor basisschoolkinderen.*Stichting Grani
Guno Macintosh
gunomacintosh@gmail.com.**ma, di, vr 09.00-17.00****(muv schoolvakanties)****Opleiding Sociaal Werker MBO4***Beroepsopleiding tot sociaal werker.*Prosper College
info@prospercollege.nl
085 06 057 85**di 09.30-12.30****Cursus beter slapen***Training voor verbetering van slaapgewoonten voor volwassenen.*Stichting Arkin Preventie
020 590 1330
www.arkin.nl/preventie.**di, do 18.00-20.00****Hindi les***Lessen in de Hindi taal.*satsangned@gmail.com
Sonata: 06 140 521 42
Poernima: 06 112 850 36**wo 09.00-12.00****(muv schoolvakanties)****Budgetteren voor****volwassenen***Inzicht krijgen in financiën en geldbeheer.*Stichting Synchroon Plus
www.synchroonplus.com
synchroonplus@gmail.com**wo, do, vr 10.00-20.00****Coaching***Empowerment voor volwassenen die slachtoffer zijn van het toeslagenschandaal.*WoManPain
info@womanpain.nl**vr 09.00-13.00****(muv schoolvakanties)****Computer & Taallessen***Combinatie van digitale vaardigheden en taalontwikkeling voor volwassenen.*Stichting Synchroon Plus
www.synchroonplus.com
synchroonplus@gmail.com**za 13.30-17.00 (om de week muv schoolvakanties)****Komparsi voor Volwassenen***Culturele en educatieve bijeenkomsten voor volwassenen.*Stichting Grani
Guno Macintosh
gunomacintosh@gmail.com**ma 18.30-21.00****Sranan Tongo Lessen***Lessen in de Surinaamse taal Sranan Tongo voor volwassenen.*Stichting Grani
Guno Macintosh
gunomacintosh@gmail.com**di 09.00-12.00, vr 18.00-21.00****Spelling Bee Workshops***Training ter voorbereiding op spellingwedstrijden.*Brown Education Innovation & Design
moniquebrown075@gmail.com**di 09-11.00 & 15.00-17.00****MBO Zorg & Welzijn***Opleiding gericht op werken in zorg en welzijn.*Calibris Advies
calibrisadvies.nl**vr 12.30-15.30****Empowerment Workshops***Workshops gericht op persoonlijke groei en zelfvertrouwen voor vrouwen.*Stichting Human Empowerment
Lydy Blijd
06 458 217 82

di 09.30-14.00**Mantelzorg Training***Training voor mensen die zorgen voor een naaste.*

Markant Centrum voor Mantelzorg
www.markant.org
020 886 88 00

ma 15.00-16.00, vr 13.00-14.00**Cursus In Balans***Valpreventietraining voor ouderen.*

TSA ism PBAZO
valpreventie@teamsportservice.nl

**ma, wo 09.00-12.00,
do 09.00-15.00****WPI Activering***Begeleiding richting werk en participatie.*

Gemeente Amsterdam
amsterdam.nl
020 252 6000

di 13.00-16.00**Taaladvies spreekuur***Advies over taal, scholing en inburgering voor volwassenen.*

Gemeente Amsterdam
020 252 6008
helpdesk.educatie@amsterdam.nl

do 15.30-19.00**Spreekuur Stichting Vivv***Advies en ondersteuning bij hulpvragen.*

info@vivv.org
06 13 38 43 38

do 16.00-17.30**Steuntje in de rug***Ondersteuning voor kinderen met complexe thuissituatie.*

Stichting Arkin Preventie Jeugd
koppkov@arkinjeugd.nl

vr 13.00-17.00**WRAP***Training gericht op herstel en eigen regie bij mentale kwetsbaarheid.*

Team Ed
info@teamed.nl

op afspraak**Contactpunt PBAZO***Persoonlijk contact met een planner van PBAZO voor het opstarten van nieuwe buurtinitiatieven.*

PBAZO
info@pbazo.nl

do 16.00-17.30**Piep zei de muis***Groepsprogramma voor kinderen die extra ondersteuning nodig hebben.*

Stichting Arkin Preventie Jeugd
koppkov@arkinjeugd.nl

ma 19.00-20.30, 20.30-22.00**Morethanculture DJ
Academie***DJ-lessen voor jongeren met focus op techniek en performance.*

Dj Atti
Morethanculture DJ Academy
06 154 374 87

10-14 aug 09.00-16.00**Summer Music School***Een week lang diverse muzieklessen voor jeugd waarin gewerkt wordt naar een eindpresentatie.*

Muziekcentrum Zuidoost ism PBAZO
020 696 83 71

**ma-vr 09.00-21.00,
za 13.00-17.00****Vrije Inloop***U bent van harte welkom om binnen te lopen voor een kop koffie of thee en een praatje*

PBAZO
info@pbazo.nl

di 10.00-13.00**Odensehuis***Ontmoetingsplek voor mensen met een haperend brein en hun naasten.*

Odensehuis
zuidoost@odensehuis.nl
06 356 339 02

do 10.00-11.00**Senioren Gym & Stoelyoga***Beweegactiviteiten voor senioren gericht op vitaliteit en balans.*

PBAZO ism Bstrong2gether
€3,75
06 863 208 55

vr 15.00-17.00**Sport en spel***Actieve en leuke sportactiviteiten voor jeugd.*

Stichting Hilly Rain
contact@hillyrain.nl

ma 13.00-16.00**Activiteiten Afghaanse
Gemeenschap***Bijeenkomsten gericht op Afghaanse cultuur en gemeenschap.*

Stichting Pamir
stg.pamir@gmail.com

ma 19.00-21.00**Stichting Gam***Culturele en maatschappelijke groepsactiviteiten.*

Stichting Gam
a.kamp23@chello.nl

vr 18.00-21.00**Majuri Amsterdam***Culturele bijeenkomsten met Inheemse muziek, rituelen en ontmoeting.*

Linda Lindveld
aries_@live.nl
06 588 168 29

vr 19.00-21.00**Naks kultur u posu***Activiteiten voor volwassenen ter bevordering van Surinaamse cultuuroverdracht.*

Stichting Naks Nederland
Maritha Kitaman
m.kitaman@hotmail.com

INLOOP 18.30 | AANVANG 20.00
GRATIS VOOR BEWONERS UIT AMSTERDAM ZUIDOOST

PODIUM WERELD MUZIEK

15 mei 2026

19 juni 2026

18 september 2026

16 oktober 2026

20 november 2026

18 december 2026

NoLIMIT | GELDERSHOOFD 80 | BHZO.NL



AODC FESTIVAL 10 YEARS!
CELEBRATING AFRICAN DANCE & CULTURE

THE BIG SABAR AMSTERDAM

LIVE CONCERT BY
USSU NDJAI
& THE NEW BALANSA

LIVE MUSIC • DANCE • CULTURE • PARTY

LIVE MUSIC TO CLOSE THE NIGHT!

SPECIAL SHOW WITH INTERNATIONAL DANCE TEACHERS

SABAR AFRO DANCE DJEMBÉ DANCE

LIVE CONCERT BY USSU NDJAI & THE NEW BALANSA

DJ PARTY AFTER SHOW TILL LATE!

FEATURING ARTISTS FROM SENEGAL & EUROPE
SPECIAL GUESTS & SURPRISES!

THURSDAY 11 JUNE	FRIDAY 12 JUNE	SATURDAY 13 JUNE	SUNDAY 14 JUNE
COMMUNITY & SPORT DAY <ul style="list-style-type: none">Friendly football matchMeet & connectOpen vibes	WORKSHOPS + OUTDOOR BIG SABAR <ul style="list-style-type: none">Dance workshopsLive percussionOutdoor gathering with music & movement	WORKSHOPS + THE BIG SABAR SHOW <ul style="list-style-type: none">Workshops during the dayEvening show with all teachersLive concert by Ussu Ndjai & The New BalansaDJ Party	WORKSHOPS + CLOSING JAM <ul style="list-style-type: none">Final sessionsOpen jam & celebration

TICKETS PARTY (SATURDAY)
PRE-SALE €12
DOOR €15
FULL FESTIVAL PASS AVAILABLE!

WORKSHOPS REGISTRATION
https://docs.google.com/forms/d/1K3b5Vd6LoJZMJq7K0hdL2nBKcCpjtPSw_iQFED5TGIM/edit?chromeless=1
Limited spots – reservation confirmed after payment

PROGRAMMABUREAU AMSTERDAM ZUIDOOST

AODC AFRICAN DANCE & CULTURE

Gemeente Amsterdam AF amsterdams fonds voor de kunst

CONTACT
Moussa Ndiaye
sabarchallenge@gmail.com
+31 6 85407208

AMSTERDAM NOLIMITE
eventbrite.com

SATURDAY 13 JUNE 2026

Nellestein

za 6 juni 13.00

Groenmiddag Nutstuinen

Gezamenlijke tuinmiddag in de nutstuinen.

Nutstuinen Nellestein

BVN

activiteitennellestein@gmail.com

zo 28 juni 11.00-13.00

Koffieconcert

Live klassiek muziekconcert in ontspannen sfeer.

IKC Brasa

Leksmondplein 31

BVN

activiteitennellestein@gmail.com

vr 14.30-16.00

Sport en Spel na de Bel

Naschoolse sport- en spelactiviteiten voor basisschoolkinderen.

IKC Brasa

Leksmondplein 31

Sciandri Sportstimulering

info@sciandri.com

06 572 573 02

di 14.00-15.00

Sterke Benen Club

Training voor senioren gericht op balans en spierkracht in de benen.

€5,-/les

mdede@c-enter.org

06 4423 0834

di 16.00-17.00

Senioren Sportinstuif

Gevarieerde sport- en spelactiviteiten voor senioren.

Nellesteinschool

PBAZO ism Bstrong2gether

€2,-

06 863 208 55

wo 15.00-17.00 (1e vd mnd)

Haken en breien

IKC Brasa

Creatief handwerken met wol en patronen.

Leksmondplein 31

Irene Piek

irene.piek@gmail.com

ma, do, vr 10.00-11.30

Buurtontbijt voor 3 euro

Gezellig en betaalbaar ontbijt om de dag goed te beginnen.

Campanilehotel

Loosdrechtdreef 3

PBAZO

info@pbazo.nl

€ 3,00

Niet voor groepen groter dan 4.

zo 17.00-20.00 (laatste vd mnd)

Buurtmaaltijd Nellestein

Maandelijkse buurtmaaltijd om samen te eten en buurtgenoten te ontmoeten.

Campanile Hotel

PBAZO

aanmelden via info@pbazo.nl

wo 11.00-13.00

Adviespunt Ouder en Kindteam

Vrije inloop voor opvoed- en gezinsadvies.

Nellesteinschool

Leksmondplein 31

Buurteam & Ouder en Kindteam

Gratis vrije inloop

do 14.00-16.00

Inlooppreekuur Gebiedsmakelaar

Informatie en ondersteuning over wij kzaken.

Planetarium

Kromwijkdreef 11

Gemeente Amsterdam

e.de.bont@amsterdam.nl

op afspraak

Contactpunt PBAZO

Persoonlijk contact met een planner van PBAZO voor het opstarten van nieuwe buurtinitiatieven.

PBAZO

info@pbazo.nl

vr 11.00-13.00

Inlooppreekuur Buurteam

Vrije inloop voor hulp bij praktische vragen.

Gezondheidscentrum

Buurteam

buurteamamsterdam.nl

ma 19.30-21.00 (3e vd maand)

Buurtberaad

Buurtvergadering om samen wij kzaken te bespreken.

IKC Brasa

Leksmondplein 31

info@bvnnellestein.nl

vr 10.00-13.00

Stichting Odensehuis

Ontmoeting en ondersteuning voor ouderen met een haperend brein.

AMSTA

Lopikhof 1

Stichting Odensehuis

zuidoost@odensehuis.nl

di 19.00-21.00**Koorrepetities Nellestein Zingt***Samen zingen in een gezellig buurtkoor onder leiding van een professionele dirigent.*

IKC Brasa
 Leksmondplein 31
 Bianca Holst
 lampje@biancaholst.nl
 06 452 504 78

di 19.00-21.00**Repetities Nellesteinkoor Opmaat***Koorrepetities voor zangliefhebbers.*

Van Houtenschool
 Leksmondplein 27
 opmaat@nellesteinkoor.nl

ma, do 13.00-15.00**Koffiekamer Nellestein***Laagdrempelige koffie-inloop voor ontmoeting en gezelligheid.*

Amsta
 Lopikhof 1
 Amsta & PBAZO
 info@pbazo.nl

vr 14.30-16.00**Sport en Spel na de Bel***Naschoolse sport- en spelactiviteiten voor basisschoolkinderen.*

IKC Brasa
 Leksmondplein 31
 Sciandri Sportstimulering
 info@sciandri.com
 06 572 573 02

di 16.00-17.00**Senioren Sportinstuif***Laagdrempelige sportactiviteiten voor ouderen om fit te blijven.*

Nellesteinschool
 PBAZO ism Bstrong2gether
 €2,-
 06 863 208 55

VRIJDAG 5 JUNI 19.00-00.00 | GRATIS

STICHTING CAJ GROUP ISM PBAZO PRESENTEERT

BONDRU KETI KOTI DEY



LIVE

Yakua

Sweet Melodies

Keuken: Surinaams Smulparadijs

GRATIS ENTREE
 Kom op tijd | VOL=VOL!

KWAKOE | E CADY STANTONPLEIN 1 | BHZO.NL





Buurthuizen Zuidoost | BHZO.NL

f facebook.com/buurthuizenzo

@ instagram.com/buurthuizenzo