



Groene Hub Nieuwsbrief

September 2023



Beste lieve Gaasperdammers,

Zoals je ziet zijn we overgestapt op een nieuwe e-mailnieuwsbrief, namelijk van Laposta. We zijn er nog een beetje mee aan het oefenen, maar de inhoud blijft zo groen als jullie van ons gewend zijn. Over groen gesproken: iedere september- en milieurorganisaties hebben september uitgeroepen tot "Groene Maand". Hiermee vragen ze aandacht voor de natuur, het Nederlandse landschap en onze relatie met de natuur.

Behalve dat de verschillende organisaties tal van activiteiten organiseren, nodigen ze ook iedereen uit vaker een ommetje te maken. Want wat beweging in de buitenlucht is gezond én leuk. Sluit bijvoorbeeld aan bij "Wandelen met Astrid" op de dinsdag-middag of ervaar hoe leuk het is om te *ploggen*.

Ploggen? Hieronder lees je er meer over. Verder aandacht voor onder meer de cursus filmen en filmproductie; een nieuwe ronde LevenLangLeren & Doen; een terugblik op de Afkoelmarkt en de ALV; de Bike Kitchen; batterijen; consuminderen; Yin Yoga; zonnepanelen; QuickFix; de agenda en zoals altijd het GFE-nieuws helemaal onderaan.

Veel leesplezier en hartelijke groeten van het Team van de Groene Hub!



TERUGBLIK EERSTE ALV

Wij kondigen met trots aan dat onze eerste Algemene Leden Vergadering op 16 augustus jl. succesvol is verlopen. Wij hebben waardevolle input verzameld met elkaar. Ook is er veel gedeeld over de toekomst van de Hub, daarom zijn wij druk in gesprek met de gemeente over het vervolg van de Groene Hub. Wij stellen het zeer op prijs als je hierover wilt meedenken of ons wilt steunen. Meld je [hier gratis](#) aan voor de coöperatie.



TERUGBLIK Afkoel Event 28 juli

Ondanks de klimaatverandering was de zomer van 2023 onderwets Nederlands. Een paar mooie dagen, verder zo'n 22 graden en heel veel regen. Genoeg afkoeling dus!

Toch trok de Afkoelmarkt op 28 juli weer een flink aantal buurtbewoners die langskwamen om zich te informeren over energiebesparende maatregelen, een workshop kwamen volgen of gewoon de sfeer, en de hapjes(!) kwamen proeven. We hebben de beelden nog. Bekijk hier de korte [video](#). Of leef mee met deze dag en bekijk hier het volledige [verslag](#).



VENSTER OP DE WERELD

Leer een film maken

Hoe leuk is dat, je eigen filmproductie leren maken! Mediaprogramma DIAHUB start 2 oktober voor de 3e keer een training waarin de deelnemer alles over de theorie en praktijk van de film leert. Scenario, camera, geluid, licht, regie, montage en filmanalyse brengt de wereld van de film dicht bij de deelnemers. Maar ook masterclasses, een bezoek aan het mediapark en andere bijeenkomsten maken deel uit van de cursus. Na realisering van een persoonlijke film en het behalen van een examen ontvangt de deelnemer uit handen van het DIA het certificaat "Junior audiovisueel expert". Voor dit alles betaal je eenmalig 100 euro inschrijfgeld.

De cursus wordt maandagavond van 19:00 tot 22:00 uur gegeven in de Groene Hub. De cursus duurt 4 maanden en start op 2 oktober.

Geïnteresseerd?

Mail hilbert@docinstam.nl of meld je aan bij info@docinstam.nl



RUST EN HERSTEL VRIJDAGS IN DE TUINEN VAN BRASA

Op vrijdagden gaan we de Tuinen van Brasa gebruiken om rust en herstel te vinden in de natuur. Iedereen heeft soms behoefte aan een moment om bij te komen en na een zware periode te werken aan herstel. Op de tuinen gaan we dit doen door samen te bewegen, na te praten in de tuin en voor wie wil ook direct met de handen in de aarde. Iedere maand gaan wij met een andere vorm van bewegen aan de slag. In de maand augustus gaan we met Ilma oefenen met Yin yoga!

WAAR: Rust & herstel Yin yoga

WAAR: Tuinen van Brasa

WANNEER: Elke vrijdag van 09:00 tot 10:00 uur

*Bij slecht weer gaan we naar de Groene Hub.

Wat is dat Yin yoga?

In Yin yoga worden posities langer vastgehouden, zo heb je meer tijd om je grenzen te verkennen en te verleggen. Je gebruikt je lijf niet om in een houding te komen, maar je gebruikt de houding om je lijf beter te voelen. Yin Yoga kan je helpen in je flexibiliteit, helpt je om eigen grenzen te leren kennen, meer zelfstof in je systeem te krijgen, meer in verbinding met jezelf te komen en te versterking geven aan immuunsysteem.

Ilma heeft meer dan 30 jaar ervaring in Yin Yoga en werkt vanuit persoonlijke aandacht. Iedereen is welkom en er is geen ervaring vereist.

Contactgegevens: Neem contact op als je interesse hebt om aan te sluiten op de vrijdagden - er is beperkt plek zodat we de rust kunnen waarborgen in deze groep (maximaal 10 deelnemers)

na wel@groenehub.org via:

nathalie@groenehub.org of bel naar 06-10686526

Zo weten we zeker dat er voldoende plek is en kunnen we je informeren bij wijzigingen bij slecht weer.

Lees [hier](#) alles over de tuinen van Brasa. [Instagram](#) [Facebook](#)

Zonproject van Zuiderlicht in Zuidoost: Anton de Komplein

Energiecoöperatie Zuiderlicht gaat zonnepanelen ophalen op het stadsdeelkantoor van Zuidoost aan het Anton de Komplein. Als je mee wilt doen aan dit project, dan kan dat. Je kunt geld [lenen](#) aan Zuiderlicht, je krijgt dan jaarlijks een klein bedrag aan rente en na 10 jaar krijg je je inleg terug. Lees hier meer over [Zuiderlicht](#) en hier over het [project Anton de Komplein](#).



AGENDA

De Groene Hub is van maandag tot en met vrijdag van 10:00 tot 15:00! Openend. De koffie en thee staat dan klaar! Ook de komende maand zijn er weer volop activiteiten.

Zaterdag 16 september - Ploggen

14:45 uur verzamelen we bij de Groene Hub om wandelen of joggen afval te verzamelen. We sluiten af met een lunch en een lezing.

Woensdag 20 september - Leven Lang Leren en Doen

10:00 uur start de nieuwe cursus. Aanmelden kan nog.

Zaterdag 23 september - Oogstfeest

In de Tuinen van Brasa

Maandag 25 september - Training

QuickFixer Word een QuickFixer vrijwilliger op weg naar een volwaardige plek in ons QuickFix Team. Tussen 10:45 en 13:00u. [Meld je aan!](#)

Maandag 2 oktober - Mediaprogramma DIAHUB

Om 19:00 uur start de nieuwe cursus voor het certificaat "Junior audiovisueel expert" Aanmelden kan nog: info@docinstam.nl.

Dinsdag 3 oktober - GFE/T bakjes ophalen op Holendrechtplein

Tussen 13:00u en 19:00u deelt de gemeente bij het buurthuis Holendrecht handige bakjes uit aan mensen die een GFE/T rolcontainer krijgen. Neem de bon mee die bij de brief zit. Lees meer bij het GFE Nieuws hieronder.

Vrijdag 6 oktober Repair Café (elke 1e vrijdag van de maand)

Van 15:00 tot 18:00 uur heb je van harte welkom voor gratis reparatie van je kapotte apparaten. Je betaalt alleen voor de onderdelen.

Elke maandag Workshops up-cycling met Astrid

Elke maandag van 11:00 tot 14:30 geeft Astrid een workshop up-cycling. De workshops zijn gratis, wij vragen wel om zelf de materialen mee te nemen zoals aangegeven in het programma. Informatie en aanmelden via: concita1961@live.nl. Er is plaats voor maximaal 15 personen.

Elke dinsdag naailes voor Mannen

Disdags van 13:30 tot 15:30 uur. De professionele kleermaker Rabin leert mannen alles over het vak. En dat helemaal gratis. Geïnteresseerd? Opgeven kan via Johninson@groenehub.org

Elke dinsdag wandelen met Astrid

Vanaf 12:30 verzamelen in de Groene Hub, om 13:00 uur start de wandeling.

Elke dinsdag en woensdag Bike Kitchen

Kinderfietsen kunnen elke dinsdag en woensdag tussen 10:00 en 14:00 uur ter reparatie worden aangeboden. De laatste dinsdag en woensdag van de maand kunnen ook volwassenfietsen worden gebracht. Kijk wat de [fietsdokters](#) voor u kunnen doen!

Elke donderdag naailes met Astrid

Donderdags van 10:00 tot 13:00 uur. Heb jij er ook wel eens van gedroomd hoe leuk het zou zijn als je jouw eigen spulletjes kan maken? Een kledingstuk of een tas of zo. En lijk het jou ook een uitdaging om iets ouds om te toveren in iets dat weer spiksplinternieuw is? Om bijvoorbeeld van restjes stof een lekkere warme lappendeken te maken?

HELAAS IS ER VOOR DEZE CURSUS OP HET OGENBLIK GEEN PLAATS MEER VOOR NIEUWE CURSISTEN. WE LATEN HET WETEN WANNEER JE JE WEER KUNT AANMELDEN.

WEL BEN JE VAN HARTE WELKOM OM EEN KIJKJE TE NEMEN. BIJ VOLDOENDE BELANGSTELLING KAN ASTRID EVENTUEEL EEN EXTRA DAGDEEL PROGRAMMEREN.

Elke vrijdag - Rust en Herstel bij de Tuinen van Brasa

Elke vrijdag in september: van 9:00 tot 10:00 uur Yin Yoga met Ilma.

Elke zondag - De tuinen van Brasa

Elke zondag van 11:00 tot 15:00 wordt er gezellig getuind in de [tuinen van Brasa](#). Kom gezellig langs en doe mee! Er worden ook regelmatig leuke workshops gegeven. Hou onze social media kanalen in de gaten om op de hoogte te blijven.

Dit is de eerste keer dat we de nieuwsbrief via Laposta versturen. Heb je op- of aanmerkingen, of wil je de redactie meehelpen, graag! Stuur een mail aan marjan@groenehub.org en/of peter@groenehub.org. We zijn benieuwd naar je reactie :-)

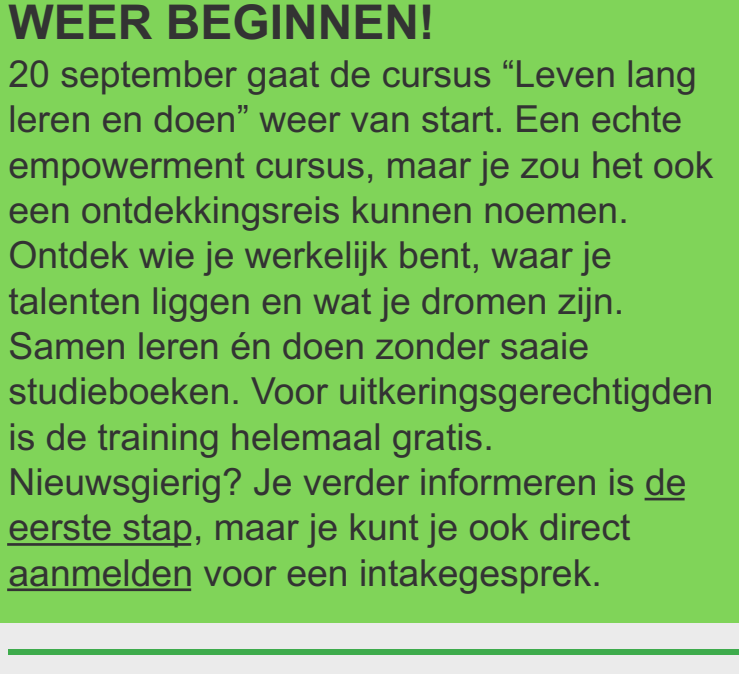
Wat is ploggen?



16 september WORLD CLEANUP DAY

Fit en schoon, ja toch! Al joggend of wandelend met Holendrecht schoner maken door afval te rapen. Het woord 'ploggen' komt uit het Zweeds, een combinatie van *plocka upp* (oprapen) en *jogga* (joggen). Mooi toch!

Tijdens de World Cleanup Day organiseert het ZO ZZP Platform in samenwerking met de Groene Hub haar 2e Plog event. Zaterdag 16 september om 10:45u verzamelen bij de Groene Hub en 11:00u beginnen met **PLOGGEN!** We sluiten af met een lekkere lunch en een lezing van een milieu-expert over bewustzijn van onze natuur. Je kan je hier aanmelden of stuur een mailtje naar info@groenehub.org.



LEVEN LANG LEREN GAAT WEER BEGINNEN!

20 september gaat de cursus "Leven lang leren en doen" weer van start. Een echte empowerment cursus, maar je zou het ook een ontdekkingsreis kunnen noemen. Ontdek wie je werkelijk bent, waar je talenten liggen en wat je dromen zijn. Samen leren én doen zonder saai studieboeken. Voor uitkeringsgerechtigden is de training helemaal gratis.

Nieuwsgierig? Je verder informeren is [de eerste stap](#), maar je kunt je ook direct [aanmelden](#) voor een intakegesprek.



SAVE THE DATE: 4 NOVEMBER WINTER WARMT

Wij zijn enthousiast aan het voorbereiden voor ons volgende event. Ditmaal wordt het een dag vol tips & tricks en workshops rondom het isoleren van je woning. Zo willen wij jullie meegeven hoe de winter energiezuiniger door te komen. Er zullen ook andere activiteiten zijn om aan mee te doen. Noteer zaterdag 4 november alvast in je agenda. Houd ons [Facebook](#) en [Instagram](#) in de gaten voor actuele updates!



BIKE KITCHEN

We repareren **kinderfietsen**, elke dinsdag en woensdag tussen 10u en 14u. Denk aan banden plakken; fiets op maat afstellen; ketting goed zetten; remblokken vervangen; versleten materiaal vervangen (ketting, handvaten, banden etc.)

Kom langs bij de Groene Hub, we helpen je graag!



BATTERY RECYCLING DAY

Batterijen, in ieder huishouden zijn ze wel te vinden. Volle én lege batterijen. En die lege batterijen leveren we in natuurlijk! Zodat ze gerecycled kunnen worden.

In batterijen kunnen allerlei stoffen zitten die schadelijk zijn voor het milieu, maar ook allerlei soorten metalen die weer teruggewonnen kunnen worden. Daar worden dan weer nieuwe producten van gemaakt.

Het recyclen van batterijen levert dus behoorlijk wat voordeel op. Om het invleuren te stimuleren organiseren Europese batterijen organisaties van 6 tot en met 12 september de Europese Battery Recycling Week. Maardeen is heel eenvoudig, u hoeft alleen maar uw lege batterijen in te leveren. Dat kan overal waar batterijen gekocht kunnen worden, maar u kunt ze nu ook bij de Groene Hub invleuren. Let alleen nog wél even op de [aandachtspunten](#) om de batterijen veilig in te leveren.



CONSUMINDEREN

Consuminderen is goed voor het milieu én voor je portemonnee. Bewust met voedsel omgaan is ook een manier om te consuminderen. Door je voedsel- en etensresten niet zomaar weg te gooien maar te gebruiken voor een volgende maaltijd creëer je minder afval, bespaar je op je boodschappen én ontdek je heerlijke, nieuwe recepten.

Bien je zelf niet zo creatief in de keuken en weet je niet wat te doen met je etensresten? Daar zijn tal van sites voor die je aan ideeën en recepten helpen. Bijvoorbeeld: [Empty the Fridge - Voedingscentrum - Milieu centraal](#)

Op de site van het voedingscentrum vind je ook nog tal van bespaartips. En wanneer je echt niets meer kunt met etensresten gooi je het natuurlijk weg bij je GFE-afval.

TUINEN VAN BRASA COMMUNITY MEET-UP

Iedere zondag organiseren we van 11:00 tot 15:00 uur activiteiten zoals lezingen, workshops en trainingen (sport) met als thema's: natuur, gezondheid, cultuur en welzijn. Samen met partners zorgen wij voor een serie mini workshops waarin we kennis delen. In de maand september staan de volgende activiteiten op de planning:

Zondag 17 september van 13:00 tot 14:30 uur – Qigong workshop van Nancy & Chings Tea home. Verhelpen en voorkomen van verkoudheid en griep door Traditionele Chinese geneeskunde toe te passen. Korn langs en leer meer!

Zondag 24 september van 13:00 tot 14:00 uur – Reflexologie intro met Hilde.

Sluit gezellig aan en kom de Tuinen ontdekken.



WORD EEN QUICKFIXER

Woon je in Amstelveen Zuidoost? Misschien een laag inkomen? Vind je het leuk om anderen te helpen hun huizen energiezuiniger te maken? Weet je niet hoe? Volg dan de gratis fix-training in de Groene Hub.

Het Quick Fix Team wil helpen met energie besparen, energiearmoedebestrijding en waarde creëren in de wijk. Dus we willen duurzaamheid in energiebesparing tastbaar maken en tegelijkertijd sociaal impact in de buurt creëren!

Meld je aan via [dit formulier](#), iedereen is welkom!

Na de training kan je eerst als vrijwilliger bij ons aan de slag (met een kleine vrijwilligersvergoeding). Afhankelijk van de projecten die we binnen krijgen streven we kansen voor vrijwilligers te creëren om een vast deel van het Quick Fix Team te worden.

PROGRAMMA maandag 25 september

10.45 - 11.00 - Inloop

11.00 - 12.00 - Intro + Demonstratiemuur #1

12.00 - 12.15 - Pauze

12.15 - 13.00 - Demonstratiemuur #2

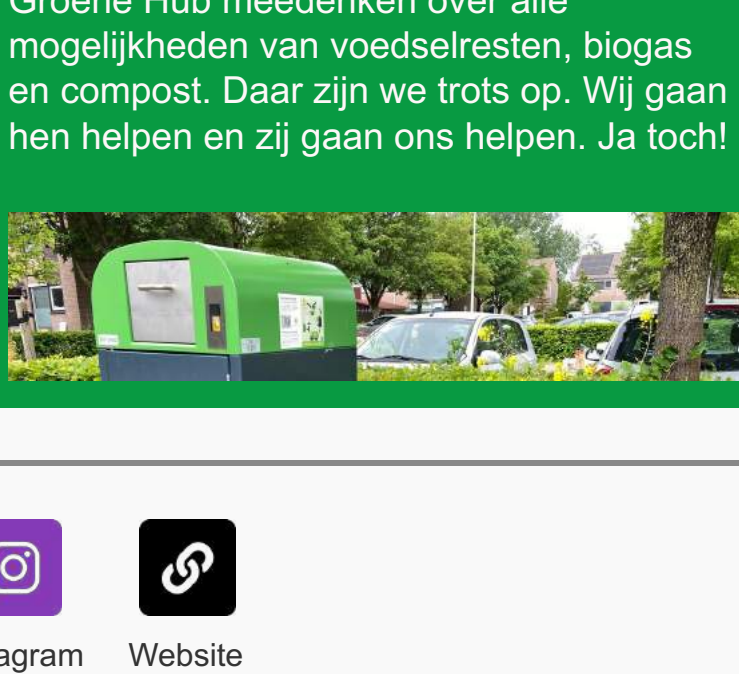


Verkiezingen 22 november

De verkiezingen voor de Tweede Kamer zijn op woensdag 22 november. Bij de Groene Hub kun je dan weer je stem uitbrengen.

GFE NIEUWS

Deze week is het de Verspillingsvrije week. Samen tegen voedsel-verspilling. Lees [hier](#) meer!



#1 GFE/T Rolcontainers laagbouw komen eraan!

De gemeente gaat beginnen met het uitdelen van de GFE/T rolcontainers aan de bewoners van verschillende buurten in Gaasperdam. Onder andere Holendrecht-Oost en Reigersbos 1.2 en 3. Dit gaat gebeuren tussen **18 september en 6 oktober**. De bewoners krijgen eerst een brief hierover van de gemeente. Andere bewoners van Gaasperdam kunnen gewoon doorgaan met de gescheiden inzameling van GFE via ons project. Lees [hier](#) meer als je nog niet meedoet.



#2 GFE Bon voor keukenbakjes

Bij de brief over de GFE/T container zit ook een bon. Met deze bon kun je gratis een GFE/T bakje ophalen (handig voor in de keuken) op de volgende dagen & locaties: **Dinsdag 3 oktober van 13:00 tot 19:00u** bij Buurthuis Holendrecht op Holendrechtplein 38. Op **4 oktober** tegenover de Vomar op Ruiseveepad. Op **5 oktober** vlakbij Anton de Komplein 120. De gemeente staat daar dan met een busje. Bij de Groene Hub kun je dan ook weer **GFE compost** afhalen (gemaakt van GFE!)

#3 GFE inzameling stopt niet!

Als je dit najaar geen GFE/T container krijgt, maar je hebt wel een GFE-cocon in de buurt waar je je etensresten afgeeft (zoals Nellestein en Ochtenhof): geen zorgen, die cocon blijft gewoon staan. Waarschijnlijk zal de cocon later zelfs vervangen worden door een grotere, ondergrondse GFE-container. De gemeente wil de gescheiden inzameling van GFE in de hele stad uitbreiden. Gelukkig maar, want voor GFE geldt: elke kilo telt!

#4 Studenten AMS beginnen onderzoek bij onze vergister

Ons project met de biovergister trekt veel interesse van onderzoekers. Nu zijn we ook geselecteerd voor een prestigieus onderzoeksproject van [AMS Living Lab](#). Vanaf september tot en met januari zal een internationale groep Master-studenten bij de Groene Hub meedenken over alle mogelijkheden van voedselresten, biogas en compost. Daar zijn we trots op, wij gaan hen helpen en zij gaan ons helpen. Ja toch!



Facebook



Instagram



Website