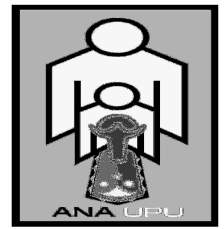


# Nieuwsbrief

*Molukse Sociaal Cultureel Centrum Stichting Ana Upu*



In deze nieuwsbrief willen we melding maken van een aantal nieuwe activiteiten die inmiddels gestart zijn. U ziet tevens een overzicht en de (voorlopige) planning van de activiteiten van 2012. Heel belangrijk is de brief van het bestuur van stichting Ana Upu die u bij deze nieuwsbrief als bijlage vindt, waarbij een dringend oproep wordt gedaan om nieuwe bestuursleden!!

## Nieuwe activiteiten Ana Upu in 2012

### Workshop koken met kinderen:

Voor de kinderen die van kokkerellen houden of het leuk vinden om hun pappa of mama in de keuken te helpen is Ana Upu op 9 maart gestart met een "Workshop koken met kinderen". Doelstelling is om voor hun pappa en mama een eigen 3 gangen menu op tafel te zetten. De workshop is een succes en is inmiddels volgeboekt. Er kunnen helaas geen kinderen meer bij. De volgende workshops zijn op : 13 april, 11 mei en 8 juni.

Waar : Gebouw Ina Ama

Hoe laat : 16.00 - 17.30 uur

Kosten : 1 euro per keer

Voor wie : Kinderen van 6-12 jaar

Er worden hele simpele gerechten gemaakt.

9 maart - Begonnen we met een voorgerecht

13 april - Maken we een hoofdgerecht

11 mei - Gaan we voor het nagerecht

8 juni - De Grote Finale: dan worden de pappa's en mama's uitgenodigd in " ons eigen restaurantje".

Informatie Chella Manuputty tel. 0318-486070 of 06-23676594

### Workshops Koken & Bakken:

Wat gaan we doen : Samen een gerecht (leren) koken of bakken. Zoals soto, sushi, cupcakes, Amerikaanse taarten etc.

Waar : Gebouw Ina Ama

Wanneer : Elke derde woensdag van de maand

Tijdstip : 19.30 uur

Voor wie : Jong en oud, voor zowel vrouwen als mannen.

Kosten : 2 euro per persoon

De eerste workshop is inmiddels gehouden op woensdag 29 februari 2012 om 19.30 uur. Heb je zin om hier een keer aan deel te nemen?

Geef je dan op via [jomimanuputty@hotmail.com](mailto:jomimanuputty@hotmail.com) of bel 06-41215469.

Graag van te voren [aanmelden](#). !!

### Muziekworkshop "Kuntji GI":

De voorheen welbekende muziekworkshop "Kuntji GI" wordt nieuw leven ingeblazen. De eerste van de reeks muziekworkshops is op vrijdag 24 februari 2012 gestart.

Waar : Grote zaal van " Gebouw Ina Ama"

Wanneer : Elke laatste vrijdag van de maand

Tijdstip : 19.00 - 20.00 uur Leeftijdsgroep 5-12 jaar. Voor kinderen die bezig willen zijn met muziek

20.00 - 21.00 uur Leeftijdsgroep 13-16 jaar (beginners)

21.00 - 22.30 uur Leeftijdsgroep 17 jaar en ouder (gevorderden)

Kosten : Eerste deelname gratis

Vind je muziek maken leuk en bespeel je een instrument? Neem dan je instrument en eventueel je eigen liedjesmap mee.

### PES-toernooi (Pro Evolution Soccer)

Stichting Ana Upu organiseert op 25 maart a.s. een PES-toernooi (digitale voetbalspeltoernooi) voor jongeren. Er kunnen 24 deelnemers meedoen. Schrijf je snel in want vol=vol !!.

Aanvang 11.00 uur. Inschrijven kan per mail bij Gianni Loppies: [g\\_loppies@hotmail.com](mailto:g_loppies@hotmail.com)

Nieuwsbrief  
Stichting Ana Upu  
7e jaargang  
Nummer: 20

21 maart 2012

Redactie Nieuwsbrief:

Redactieteam

Stichting Ana Upu

Vd Duyn v Maasdamstr 16

6741WP Lunteren

Telefoon : 0318- 481023

Correspondentie-adres:

Postbus 18

6740 AA Lunteren

Email: [info@ana-upu.nl](mailto:info@ana-upu.nl)

Website: [www.ana-upu.nl](http://www.ana-upu.nl)

In dit nummer: blz

Nieuwe activiteiten  
Ana Upu in 2012 1

Workshop koken met  
kinderen 1

Workshop Koken  
& Bakken 1

Muziekworkshop  
"Kuntji GI" 1

PES-toernooi  
(Pro Evolution Soccer) 1

Culturele busexcursie  
Tong Tong Fair 2

Homepage website  
Ana Upu aangevuld  
met Facebook en  
Picasa 2

Overzicht en planning  
activiteiten 2012 2

## **Culturele busexcursie Tong Tong Fair te Den Haag 23 mei 2012**

Op woensdag 23 mei, de Molukse Dag, organiseert Ana Upu de jaarlijkse busexcursie naar de Tong Tong Fair (voorheen Pasar Malam) op het Malieveld in Den Haag. (website: [www.tong.tongfair.nl](http://www.tong.tongfair.nl)) De kosten zijn 15,00 euro per persoon. Vertrek uit Lunteren om 12.30 uur. Vertrek naar huis: 21.00 uur. Wilt u mee, dan kunt u contact opnemen met Mieke Loppies-Manuputty tel. 0318- 844164

## **Homepage website Ana Upu aangevuld met Facebook en Picasa**

De homepage (voorpagina) van de website van Ana Upu heeft een kleine wijziging ondergaan. Naast de afbeelding van de fotowebsite FLICKR (linksonder) staan nu nieuw Facebook en Picasa. Stichting Ana Upu heeft nu ook een Facebookaccount. Op Facebook staan mededelingen over de evenementen van stichting Ana Upu. Picasa is de fotowebalbum van Ana Upu. Door de afbeeldingen aan te klikken komt u rechtstreeks op de betreffende pagina's. Dit geldt uiteraard ook voor die van het Moluks Platform, Kerk-tijden, Groene Hart en Nieuws.

## **Overzicht en planning activiteiten 2012**

### **Agenda:**

#### **maandag:**

-20.15 uur - 22.15 uur - Repetitieveavond Together

#### **dinsdag:**

-10.00 uur - 14.00 uur - Huiskamerproject Hari Tenang Senang Molukse Ouderen

-11.00 uur - 12.00 uur - Meer Bewegen voor Ouderen

-14.00 uur - 19.00 uur - Muzieklessen gitaar of keyboard

#### **woensdag:**

-19.30 uur - 22.30 uur - Workshop "Koken & Bakken" voor jong en oud/mannen en vrouwen (elke derde woensdag van de maand)

#### **donderdag:**

-18.30 uur - 22.00 uur - Cursus Tai Chi Tao

#### **vrijdag:**

-16.00 uur - 17.30 uur - Workshop "Koken met Kinderen" (9 maart, 13 april, 11 mei en 8 juni)

-19.00 uur - 22.30 uur - Muziekworkshop "Kuntji Gl"(elke laatste vrijdag van de maand)

#### **zaterdag:**

Indien er geen activiteiten zijn, is er een optie tot verhuur

### **Evenementen:**

- vrijdag 27 januari - Pesta Kain Merah Kebaja Merah (Moluks Nieuwjaarsfeest)
- maandag 20 februari - Rode Kruis vakantieweek tbv Molukse Ouderen Hotel IJsselviert te Wezep t/m zaterdag 25 februari
- zondag 25 maart - PES-toernooi (Pro Evolution Soccer) in grote zaal "Gebouw Ina Ama"
- woensdag 23 mei - Busevenement Tong Tong Fair (Pasar Malam) te Den Haag
- zaterdag ?? juni - Zaalvoetbaltoernooi in sporthal De Reehorst in Ede
- zaterdag 30 juni - Landelijke Molukse Ouderendag Pelita te Barneveld
- zaterdag 3 november - Molukse Mantelzorgdag in het Museum Maluku in Utrecht
- zondag 9 december - Kerst-inn "Gebouw Ina Ama"

### **Cursussen en trainingen:**

- Cursus Tai Chi Tao - wekelijks
- Muzieklessen gitaar of keyboard - wekelijks
- Meer Bewegen voor Ouderen ism Sector Welzijn Ouderen uit Ede- wekelijks

### **Trainingen tbv seniorenvoorlichters door het NOOM (Netwerk Organisatie Oudere Migranten):**

- 19 januari - Valpreventie " Bewegen voorkomt vallen" bij het NISB (Ned. Inst. Sport& Beweging) in Ede
- 27 februari - Conditietraining voor je hersenen " Beweeg je Brein" gebouw Aristo in Utrecht
- 4 maart - Familiezorg (Zorgdriehoek) gebouw Aristo in Utrecht
- 9 september - Studieweekend LSMO (Landelijke Stuurgroep Molukse Ouderen) Conferentiecentrum Mennorode in Elspeek

### **Projecten en workshops:**

- Huiskamerproject Tenang Senang ism Sector Welzijn Ouderen uit Ede- wekelijks
- Muziekworkshop " Kuntji Gl" - laatste vrijdag van de maand
- Workshop "Koken met Kinderen" - vrijdag 1x per maand
- Workshop " Koken & Bakken" voor jong en oud (mannen en vrouwen)- elke derde woensdag vd maand