

Nieuwsbrief HvA United,

het netwerk voor HvA gepensioneerden, Nummer 1, Oktober 2015



Met veel plezier mailen we je de 1^e Nieuwsbrief van HvA United met informatie over (HvA) activiteiten die voor ex HvA-ers interessant kunnen zijn en/of waar we aan deel kunnen nemen. De Nieuwsbrief is ook de opmaat naar onze eigen pagina op de HvA website die naar verwachting in januari 2016 live gaat; op tijd om de datum van onze volgende activiteit in februari/maart aan te kondigen.

Het Team HvA United bestaat uit Afien Nap, David Noordhoff, Elly Mathijssen, Peter Blok, Pim de Vries, Rob Henneman, Saskia Simon



LAAT JE HERSENEN NIET ZITTEN!

Prof. Dr. Erik Scherder, hoogleraar Klinische Neuropsychologie aan de VU, vertelde 14 oktober jl. op zijn eigen indringende wijze, over het positieve effect van bewegen op onze hersenen en het belang daarvan voor onze gezondheid. ¾ uur brisk walking per dag heeft zichtbaar effect op de ontwikkeling van de hersenen en ook van het actief luisteren naar muziek gaat een stimulerende werking uit. Ruim 200 collega's en studenten luisterden ademloos naar zijn verhaal.

MEELOPERS GEZOCHT!

HvA United vraagt jullie aandacht voor de **Climate Miles** van Urgenda. Van 1 t/m 29 november wordt van Utrecht naar Parijs, gelopen om aandacht te vragen voor de klimaattop daar. Wil je een of meer dagen meelopen, meld je dan aan via www.theclimatemiles.nl. Er is al een kleine groep enthousiaste collega's die op verschillende dagen meelopen.



FLOOR

DOE MEE AAN HET GROOT UvA-HvA DICTEE 2015 !

Ook HvA United belangstellenden zijn welkom en kunnen zich voor het GROOT UvA-HvA DICTEE 2015 via [FLOOR](#) opgeven.

Datum en tijd: 9 december 2015 van 16.00-18.30 uur.

Plaats: Wibauthuis, Wibautstraat 3b , 1091 GH Amsterdam.



**VRJWILLIGERS
ACADEMIE** Amsterdam

WIL JE JE EXPERTISE INZETTEN?

Marjella van der Zee schrijft ons over
De [Vrijwilligersacademie Amsterdam](#) (VWA):

*'De VWA geeft cursussen aan vrijwilligers in dienst van
zg. Projectpartners zoals Markant, Humanitas, Centram, de
Regenbooggroep e.a. en ik hoorde dat de HvA ook een
Projectpartner is.*

*De VWA heeft altijd behoefte aan mensen die op vrijwillige
basis zo nu en dan workshops of lezingen willen geven en ik
dacht aan onze alumni-vereniging, waar vast veel oud-
collega's het leuk vinden om zo nu en dan een cursus of
workshop te geven aan vrijwilligers, over bv.*

*Oplossingsgericht werken, Verbindend communiceren,
Talentontwikkeling, Presentatietraining, Conflictantering,
Verbale agressieregulatie, Bouwen aan een Portfolio ed.*

*Er zijn plannen voor een nieuw op te zetten buurtacademie
Centrum. Altijd interessant in het kader van de nieuwe
wet MO, maar ook met de gedachte hiervoor vrijwilligers
onder de HvA-oudgedienden enthousiast te maken om zich
aan te melden voor het geven van cursussen, lezingen,
workshops, waarvoor zij de expertise in huis hebben'.*

Ben je geïnteresseerd ?

Mail Karin Hanekroot: karin@vrijwilligersacademie.net of

bel naar: 06 20203301