

NIEUWSBRIEF

Januari 2016

Beste stadsdorpers

In deze eerste nieuwsbrief van 2016 beginnen we natuurlijk met alle stadsdorpers een goed 2016 te wensen.

LEZING LICHT EN GEZONDHEID op 28 januari

Graag nodigen we je uit voor een lezing, die Stadsdorp IJburg organiseert samen met de FlexBieb op 28 januari. Deze lezing wordt gegeven door Professor Wout van Bommel, die gespecialiseerd is in het nieuwe vakgebied: de biologische effecten van licht en verlichting.

Wout van Bommel zal vertellen hoe licht op allerlei manieren onze gezondheid, ons welbevinden en onze energie beïnvloedt.

Onze biologische klok regelt – onder invloed van licht – allerlei vitale levensprocessen, zoals lichaamstemperatuur, hormoonniveaus, slaap-waakritme, stemming, alertheid en stress.

Voorals we 's winters meer binnen zitten is het belangrijk te weten op welke manier (kunst)licht onze gezondheid en onze stemming beïnvloedt en hoe we daar misschien slimmer mee om kunnen gaan.

Wout van Bommel heeft gewerkt bij Philips Lighting in allerlei functies die te maken hebben met lichtapplicaties. Hij is deeltijdhoogleraar aan de Fudan Universiteit in Shanghai en is bestuurslid van de Stichting Onderzoek Licht en Gezondheid.

Meer informatie vindt u op www.woutvanbommel.eu

Licht en gezondheid

Spreker: Prof. Wout van Bommel

Plaats: FlexBieb, Talbotstraat 46

Aanvang: 20 uur

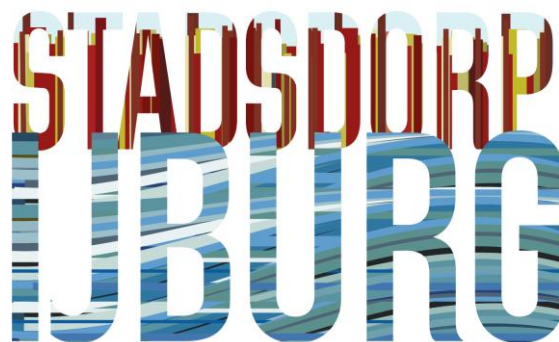
Toegang: FlexBieb-leden gratis, Niet-leden € 5

SOEP EN ZANG IN HET NIEUWE JAAR op 15 januari

Op 15 januari hadden we een gezellige en geanimeerde bijeenkomst in de FlexBieb.

Er waren heerlijke soepen klaar gemaakt en op tafel stonden allerlei heerlijkheden, die daarbij hoorden.

Zoals aangekondigd traden de VinesVibes een aantal keren op. We bleven tot over tien met elkaar drinken en praten, al met al een geslaagde bijeenkomst.



LEESCLUB

In de vorige Nieuwsbrief stond een oproep om je aan te melden voor een leesclub.

Twee mensen hebben hier op gereageerd.

Wij zorgden ervoor dat deze mensen met elkaar in contact werden gebracht, zodat ze het zelf verder kunnen opzetten en uitbouwen. Het spreekt vanzelf dat zich nog meer mensen hiervoor kunnen aanmelden.

Ben je hierin geïnteresseerd: mail ons op info@stadsdorpijburg.nl en wij zorgen dat je naam wordt doorgegeven..

FLEXSOOS

De FlexSoos in de FlexBieb is zoals gewoonlijk twee keer per maand, te weten elke tweede dinsdag en elke laatste donderdag van de maand. De komende bijeenkomsten zijn op donderdag 28 januari, dinsdag 9 februari en donderdag 25 februari in de FlexBieb, Talbotstraat 46. Kom ook eens langs en heb leuke ontmoetingen met andere stadsdorpers.

TIP : SCHRIJVER JAN BROKKEN IN DE FLEXBIEB op vrijdag 29 januari om 20.30 uur

De schrijver Jan Brokken komt op vrijdag 29 januari praten in de FlexBieb. Hij is een verteller van formaat en een van de populairste schrijvers van de laatste jaren.

Toegang € 10; voor FlexBieb-leden €5

FlexBieb, Talbotstraat 46.

Aanvang 20.30 uur.

Wil je samen met anderen iets ondernemen?

Fotograferen, samen puzzels oplossen, wandelen, gezamenlijk museumbezoek, werken met textiel, een schrijfgroep of wat dan ook? Laat het ons weten en wij zorgen ervoor dat geïnteresseerden met elkaar in contact gebracht worden.

Mail: info@stadsdorpijburg.nl

Hartelijke groet van de kartrekkers Bep en Evelien

----- www.stadsdorpijburg.nl -----