

## MIJN DAG



Dit is mijn dag: Ayse vertelt  
Jij mag zelf kiezen  
Zoekplaat: Mijn dag

# Colofon

**CORSO** biedt een schat aan informatie over Cordaan. Het blad is bestemd voor Amsterdammers met een verstandelijke beperking.

**Corso**

Nummer 3  
September 2026

**Redactie**

Kadri Akbas, Petra Borst, Judith Luyckx,  
Marije Matzinger, Evi Winnubst  
Gastredacteur: Angelique Abelaar – lid Cliëntenraad VGZ

**Drukker**

DR&DV Media Services

**Basis vormgeving**

www.NLXL.com

**Lay out**

Forma Concreta

**Aan dit nummer werkten mee**

Daphne Alberding - Belder, Nikky van Beusekom, Lizzy Christofoli,  
Watzelien van Gelderen, Imca Groot, Minki Gyles, Sylvia Houweling - Abels,  
Wendy Kattouw, Ot Kleiterp, Mitch Molenaar, Team Seksualiteit,  
Wouter Schless, Ariane Smorenburg, Teske Zonneveld

**Redactieadres**

Cordaan  
t.a.v. Redactie Corso  
Postbus 1103  
1000 BC Amsterdam



**Telefoon**  
020 43 56 210



**E-mail**  
corso@cordaan.nl



**Website**  
www.cordaan.nl



**Facebook**  
www.facebook.com/cordaan

**Aan- of afmelden van de Corso**

Wil je de Corso ook ontvangen?  
Of wil je de Corso niet meer ontvangen?  
Of ga je verhuizen?  
Mail dan je gegevens met je vraag naar  
corso@cordaan.nl.

# INHOUD



**Weetje**

Jij mag zelf kiezen.  
Rubriek: Durf te vragen.



**In de stad  
Amsterdam**

Maak kennis met ...



**Pret**

Zoekplaat: Mijn dag.



**Dit is mijn dag:  
Ayse vertelt**

4



**Mijn vrije tijd**

Met Tom.



**Contact**

Erna zoekt contact.



**Cliëntenraad**

Nieuws van de Centrale  
Cliëntenraad VGZ.



**VOORWOORD**

Angelique is lid van de Cliëntenraad VGZ.  
En leest mee met deze Corso over 'Mijn dag'.

In de rubriek 'Dit is mijn werk' kun je lezen  
over Michelle die appeltaarten bakt.  
Ik maak zelf ook appeltaarten, maar dan  
heel anders.  
Met custard en abrikozenjam.  
En stukjes brood op de bodem,  
zodat dat het vocht van de appel opneemt.  
En ik versier de bovenkant met dunne deegslinteren.

Bij 'Weetje' gaat het over dat je zelf mag kiezen.  
Dit is heel belangrijk.  
In de Raad heb ik weer geleerd om zelf te kiezen.  
Ik wist het vroeger wel, maar moest het weer leren.

Er zit verschil in kiezen.  
Ik ben zelf wel mondig, maar dat is niet iedereen.  
Als iemand bijvoorbeeld niet zelf kan bepalen of kiezen.  
Dan kun je nog steeds iemand laten kiezen tussen een paar opties.  
Die de begeleiding dan aangeeft.  
Bijvoorbeeld of je kaas of hagelslag op je brood wilt.  
Maar ook met moeilijkere dingen.  
Je geeft iemand dan het gevoel dat hij zelf kan kiezen.  
En dat is belangrijk voor je gevoel van welzijn.  
Als alles voor je wordt bepaald is namelijk niet fijn.  
En dit is een makkelijke manier om iemand zelf een keuze te laten maken.



**Reportage**

De dag van Aliou.



**Dit is mijn werk**

De werkdag van Michelle  
bij Winkel 43.



**Agenda**

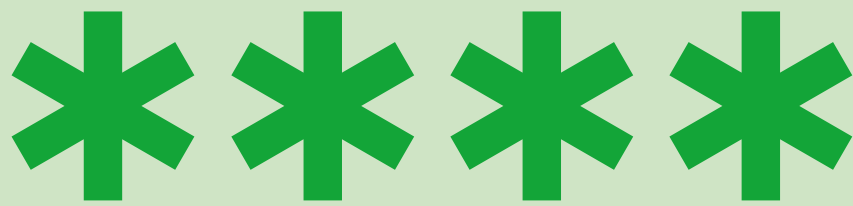
Activiteiten Prisma.  
Special Social Club – Vraag  
Maar Raak!

16

**DE VOLGENDE CORSO KOMT EIND DECEMBER 2026!**

Wil je ook in de Corso komen?

Stuur dan een mail naar corso@cordaan.nl



# DIT IS MIJN DAG: AYSE VERTELT

**Ayse woont in De Diem.**  
**Dat is een woonzorgcentrum in Diemen.**

**Ayse heeft een mooie kamer met douche**  
**en een keukenblok.**  
**Hier kan ze zelf maaltijden opwarmen.**  
**En koffie zetten.**

**Ayse werkt bij het Atelier in Noord.**  
**Zij vertelt hoe een dag van haar eruit ziet.**



## Wat doe je op een dag?

Om 7 uur moet ik wakker worden.  
Dan gaat de wekker.  
Ik wil wel blijven liggen, maar ga toch meteen eruit.  
Eerst kleren uitzoeken.  
Dan douchen en aankleden.  
Ik eet altijd 's morgens yoghurt.  
En ik drink mijn eigen koffie. Caramel.  
Daar ben ik dol op.  
Ik eet zelfstandig op mijn kamer.  
Anders wordt het druk aan mijn hoofd.  
Dan ga ik mijn tas inpakken en naar de bus.



## Werken in Noord

Met de bus ga ik naar mijn werk.  
Dat is in het Atelier in Noord.  
Maandag, dinsdag en woensdag ga ik tekenen.  
Ik maak van alles.  
Waar ik zin in heb.  
Poppetjes of kaarten bijvoorbeeld.  
Donderdag werk ik bij het textielatelier.  
Dan ga ik borduren.  
Kussentjes maken enzo.

Ik heb ook gewerkt met Bas Kusters.  
Dat is een bekende kledingontwerper.  
En soms is er een expositie.  
Bijvoorbeeld in het Dordrechts Museum.  
Daar hebben ze ook een schilderij gekocht!  
Dat kan iedereen zien.

Om half vier ben ik klaar met werken.  
Soms komt het busje al om drie uur.  
Als ik thuiskom ga ik douchen.  
Omdat het zo warm is.  
Dan krijg ik een plakkend lijf.  
Ik wil wel lekker fris zijn!

Daarna ga ik koffie drinken om even bij te komen.  
Eten doe ik alleen.  
En dan iets voor mezelf doen.  
Op mijn telefoon kijken.  
Tot ik moe word.  
Als mijn ogen dichtvallen ga ik slapen.



## En wat doe je op vrijdag?

Dan ga ik boodschappen halen.  
Drinken en maaltijden.  
Pasta vind ik lekker.  
Die kan ik zelf opwarmen in de magnetron.  
Ik vind alle soorten pasta lekker.

Op vrijdag ga ik ook buiten de deur lunchen.  
Samen met Sylvia.  
Bij de snackbar of bij de brasserie  
in het winkelcentrum.  
Daar werkt opaasje.  
Zo noem ik hem.  
Hij pest mij altijd en dan pest ik terug. Haha.

## Vakantie

Volgende week heb ik vakantie.  
Een hele week.  
Ik weet nog niet wat ik ga doen.  
Van alles vind ik leuk.  
Uitstapjes met mijn begeleider.  
Leuke dingen doen.  
We gaan een dagje naar de Albert Cuyp.  
En bijvoorbeeld een rondvaart.  
Misschien naar Artis.



Vorige vakantie gingen we op de pannenkoekenboot.  
En naar de Dappermarkt.

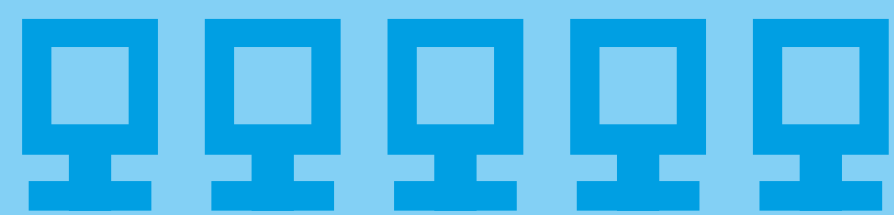
Mijn begeleider is Sylvia.  
Daar kan ik het goed mee vinden.  
We kennen elkaar al heel lang.  
Al 8 jaar!  
Met Sylvia kan ik alles doen.  
Ik ben bijna jarig.  
Dan ga ik samen met Sylvia uit eten.  
Altijd bij de Chinees.  
Dat is heel lekker.

## Weekend

In het weekend ben ik thuis.  
Dan doe ik van alles.  
Ik vind knutselen en tekenen heel leuk.  
Dan ga ik versieringen maken voor mijn kamer.  
Ook met kerst.  
Dat maak ik zelf.

En ik houd van shoppen!  
Ik wil altijd alles wel hebben.  
Vorige keer heb ik deze beer gekocht.  
Raad eens hoe die heet?

De beer heet Sylvia



# JIJ MAG ZELF KIEZEN!

Je maakt elke dag veel keuzes.

Je kiest bijvoorbeeld zelf wat je aantrekt en wat je eet.

Ook beslis je wat je op een dag wilt doen.

Wist je dat jij zelf mag kiezen?

Jij mag zelf kiezen wat belangrijk is in jouw leven.

Dit noemen we zeggenschap.

Veel mensen weten niet dat ze zelf mogen kiezen.

Soms maken andere mensen een keuze voor jou.

Maar misschien heb jij hier zelf ook iets over te zeggen.

Andere mensen mogen jou helpen.

Ze kunnen informatie geven en met jou meedenken.

Maar jij mag je eigen keuzes maken.



Jij hebt iets te zeggen over je eigen leven!

Scan de QR-code voor een video over zeggenschap.

Wat is zeggenschap en hoe werkt het?



## DURF TE VRAGEN...

In deze rubriek zijn alle vragen over intimiteit en seksualiteit welkom.

**VRAAG:**

Ik vind iemand op het werk heel erg leuk.

En ik zou graag samen iets leuks willen doen.

Hoe moet ik dit vragen of doen?

**ANTWOORD:**

Wat fijn dat je iemand leuk vindt!

Dit geeft je een prettig gevoel.

Door samen iets leuks te doen ontdek je of diegene echt zo leuk is als je denkt.

Je kunt vragen of je collega zin heeft om een keer wat te drinken.

Of een wandeling te maken.

Bijvoorbeeld na werk.

Heel veel plezier samen!



**Heb jij een vraag over intimiteit of seksualiteit?**

Het team Seksualiteit van Cordaan kan je vraag beantwoorden.

Stuur je vraag aan [corso@cordaan.nl](mailto:corso@cordaan.nl)

Misschien komt jouw vraag wel in de volgende Corso.

Dat is altijd anoniem zonder vermelding van je naam.



# IN DE STAD AMSTERDAM

## MAAK KENNIS MET...

Bij Cordaan werken veel mensen.

Op deze pagina stellen een paar zich voor.

Misschien zie je ze wel eens.

Want ze komen op veel plekken in de stad.

Ze vertellen wie zij zijn en wat zij doen.

Kom je een van deze mensen tegen?

Je mag altijd een vraag stellen.

Zij denken graag met je mee.



**THIJS METS**

Psychomotorisch therapeut (PMT)

Door sport, spel en bewegen help ik je om beter om te gaan met boosheid, spanningen en voor jezelf opkomen.



**ANNE-MARIE SCHRAMA**

Trajectcoördinator Team Sport en Bewegen & Bewegingsagoog

Ik doe beweegactiviteiten bij De Rank en ga zwemmen met deelnemers.

Ik regel alles voor Team Sport en Bewegen. Zodat zoveel mogelijk deelnemers mee kunnen doen.



**GEERT HUIJGEN**

Fysiotherapeut

Samen kijken we hoe jij goed kunt bewegen, zodat je minder last hebt van je lichaam en zo gezond en zelfstandig mogelijk blijft.



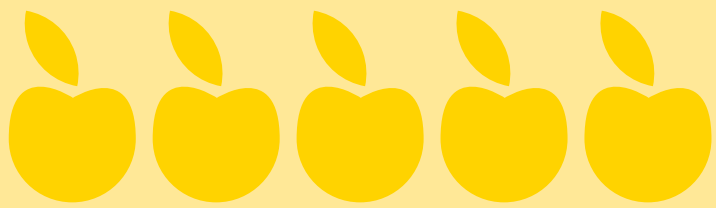
**HEIDI MEIJER, WENDY BRONÉ, ILSE DE PIJPER, NIENKE DIJKSTRA, EMMA DE LAAT**  
Logopedisten

Wij helpen je om beter te communiceren met anderen. Wij helpen ook bij problemen met slikken. En wij kunnen je gehoor testen.



**MIKE SMIT EN HEIDI MEIJER**  
Consulenten Seksuele gezondheid

Wij kunnen je helpen met vragen over liefde, intimiteit en seksualiteit.



# ZOEKPLAAT: MIJN DAG

Geen dag is hetzelfde!  
Je staat op, ontbijt, gaat aan het werk, beweegt,  
drinkt koffie en eet samen met anderen.  
Elke dag brengt iets nieuws.

Op deze zoekplaat gebeurt van alles.  
Kijk goed rond en ontdek wat iedereen doet.  
Kun jij alle spullen en mensen in de zoeklijst vinden?  
Veel zoekplezier!

ZOEK DEZE DINGEN

☐ Cordaanbusje  
(1 keer)

☐ Begeleider met keycord  
(1 keer)

☐ Gitaar  
(1 keer)

☐ Kat  
(1 keer)

☐ Gele bloem  
(1 keer)

☐ Vogelhuisje  
(1 keer)

☐ Witte koffiemok  
(10 keer)

☐ Bordspel  
(1 keer)

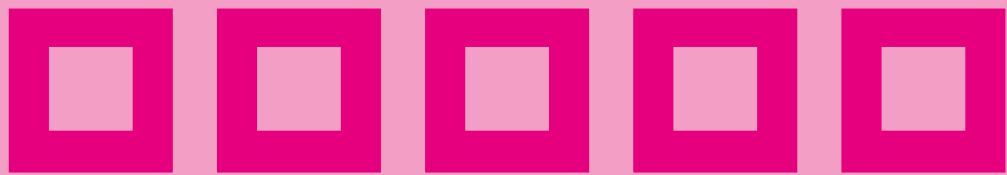
☐ Rolstoel  
(1 keer)

☐ Gieter  
(1 keer)

☐ Duo-fiets  
(1 keer)

☐ Boek  
(1 keer)

Met behulp van AI opgemaakt



# MIJN VRIJE TIJD

## MET TOM



Tom is 26 jaar en woont in Amsterdam Oost.  
En hij heeft heel veel verschillende hobby's.

**Wat doe jij graag op een vrije dag?**  
Meestal start ik mijn dag met het verzorgen van mijn huisdier.  
Het is een korenslang en ze heet Hollie.  
Ze is al bijna 3,5 jaar bij mij.  
Ik verschoon altijd het water.  
Doe de lichten in haar bak aan.  
En ruim ik de ontlasting op.  
Soms doe ik haar hanteren.  
Dat is oppakken om contact te maken met haar.  
Ik ben opgevoed met dieren om mij heen.  
En ook met slangen.

**Reizen**  
Ik hou heel erg van reizen.  
Ik kom oorspronkelijk uit Australië.  
Maar woon al bijna mijn hele leven in Nederland.  
Mijn familie woont overal in de wereld.  
Ik heb een zus in Japan en een zus in Duitsland.  
Er woont ook nog familie in Engeland.

**Comic Con evenementen bezoeken**  
Ik ga graag naar Comic Con evenementen.  
Het is een evenement met Cosplay en Gaming.  
Cosplay is dat je je kunt verkleden als je favoriete held of schurk.  
Dan loop ik in een pak en poseer ik voor foto's.

De laatste keer was ik in Utrecht als de Joker.  
Ik ben dan ook echt de Joker.  
Je kunt me dan niet meer herkennen.  
Ik maak zelf mijn kostuums.  
Ik ben nu bezig met het masker van Spiderman en Ironman.  
Van jongs af aan heb ik theater meegekregen van mijn moeder.

**Creatief bezig zijn**  
Ik lees en teken graag manga's en comics.  
Dat zijn Japanse stripverhalen.  
En die lees je van rechts naar links.  
Dat is wel even wennen.

Mijn vader is muzikant.  
Zelf speel ik gitaar.  
Ik heb lessen gevolgd.  
Als ik iets hoor kan ik het leren naspelen.

Stemacteren doe ik al heel lang.  
Ik spreek animaties en videogames in.  
Gamen doe ik ook graag op de computer en VR bril.

Ik maak lego figuren op maat.  
Ik maak en schilder ze zelf.  
Precies hoe ik ze eruit wil laten zien.





# IK ZOEK CONTACT



Hallo,

Ik ben Erna en ik ben 65 jaar.  
En ik woon in Amsterdam.

In mijn vrije tijd vind ik het leuk om te gaan winkelen.  
Of naar de markt gaan.  
Maar ook ergens lekker een kopje koffie of theedrinken.  
Ik hou van gezelligheid.  
Daarom lijkt het mij leuk om deze dingen samen met iemand te doen.

Dus ben ik op zoek naar een maatje.  
Dat mag een man of vrouw zijn.  
Iemand die het leuk vindt om deze dingen samen met mij te doen.

Ik kijk uit naar je reactie!

Groetjes,  
Erna



## Wil je reageren op de advertentie van Erna?

Stuur je brief naar:  
Cordaan t.a.v. redactie Corso  
Postbus 1103  
1000 BC Amsterdam  
Of mail naar: corso@cordaan.nl

Wij zorgen dat je brief bij haar terecht komt.

## SPECIAL SOCIAL CLUB: VRAAG MAAR RAAK! VOOR DATEN EN VRIENDSCHAP

Nieuwe mensen leren kennen is soms spannend.  
Daarom organiseert de Special Social Club leuke activiteiten.  
Bij Vraag Maar Raak ontmoet je nieuwe mensen.

Eerst doe je leuke opdrachten.  
En leer je hoe je een gesprek begint en een compliment geeft.  
Daarna is er slowdaten.  
Je praat rustig met anderen over allerlei dingen.

Kijk voor meer informatie op de agenda van deze Corso.  
Die vind je op de achterzijde.



# CLIËNTENRAAD VGZ

## NIEUWS VAN DE CLIËNTENRAAD VGZ



De Raad heeft zomervakantie gehad.  
En is nu weer begonnen!  
1 raadslid moest helaas stoppen.  
Daarom is er een nieuw raadslid  
aangesloten.  
Wisal stond op de reservelijst.  
En is nu begonnen in de Raad.  
Welkom Wisal!

In het najaar wil de Raad graag weer een bijeenkomst houden.  
Om in gesprek te gaan.  
Met de voorzitters en leden van lokale raden.  
Er is nog geen datum.  
Maar de Raad wil wel graag weten wie er zou willen komen.

Wil jij erbij zijn?  
En meepraten met de Raad?  
Geef het door aan jouw raadsondersteuner!

De Raad bedankt ook iedereen  
Die ervaringen met het vervoersbedrijf RMC heeft gedeeld.  
De Raad gaat er dit najaar mee aan de slag!



## HOE WERKT DE MEDEZEGGENSCHAP OOK ALWEER?

Op veel locaties wordt er vergaderd.  
In een bewonersvergadering of locatieraad.

Tijdens de vergadering kun je meepraten.  
Bijvoorbeeld over hoe het huis eruit ziet.  
De regels in huis.  
Of je kunt het vertellen als je een goed idee hebt.

Veel raden hebben een ondersteuner.  
Die helpt tijdens de vergadering.  
Met het maken van de agenda of de notulen.  
Ben jij nog niet bij een vergadering geweest?  
Vraag wanneer er op jullie locatie vergaderd wordt!

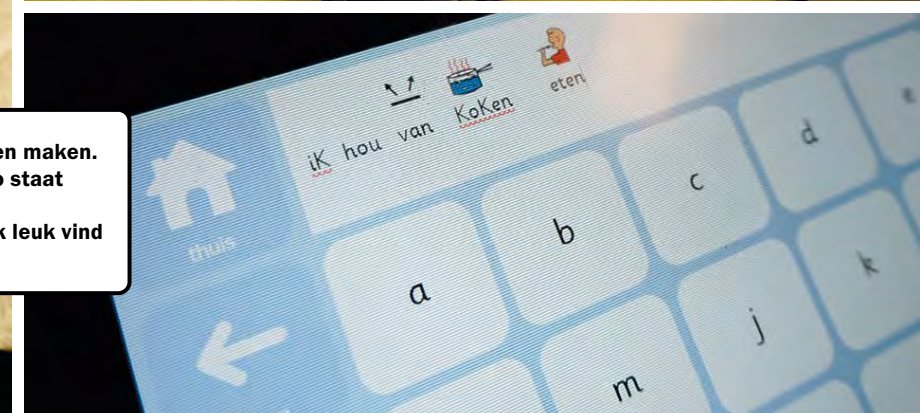
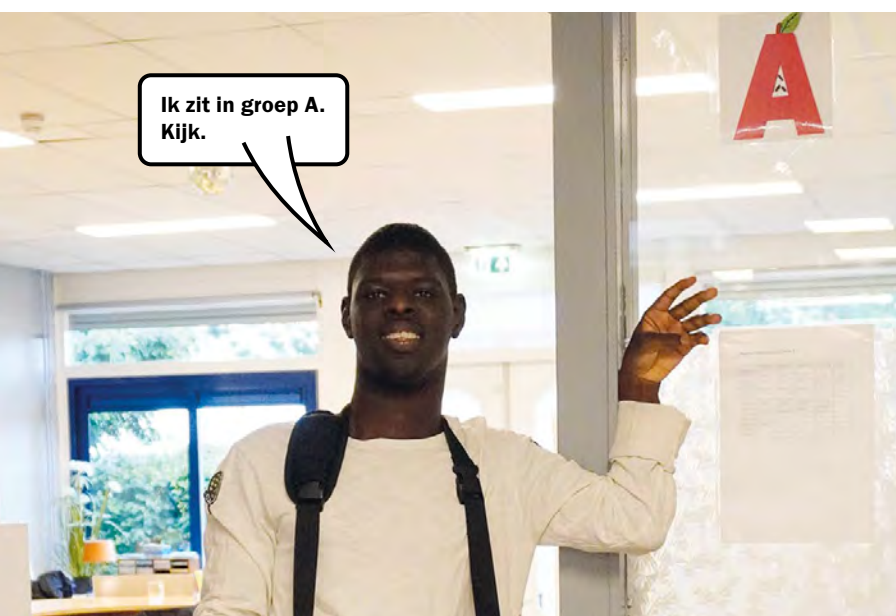


# DE DAG VAN ALIEU

Bij De Rank volgen deelnemers dagbesteding.  
De deelnemers doen samen activiteiten.  
Soms doen zij ook alleen een activiteit.  
Elke dag hangt het programma op de muur.  
De activiteiten staan in de goede volgorde.  
Daarvoor worden picto's gebruikt.

De Rank heeft 8 groepen.  
De groepen heten A, B, C, D, E, F, G en H.

Alieu (A-lie-oe) zit in groep A.  
Hij laat zien wat hij op een dag doet.  
Kijk je mee? Alieu laat zijn dag zien.



# DE WERKDAG VAN MICHELLE

**Michelle werkt bij Winkel 43.**  
**Dat is een bekend café aan de Noordermarkt in Amsterdam.**  
**Hier kun je heerlijke appeltaart eten.**  
**De appeltaart is wereldberoemd geworden door TikTok.**  
**Michelle werkt in de keuken en maakt appeltaarten.**  
**Dat doet ze 2 dagen in de week.**  
**Ze neemt je mee tijdens haar werkdag.**

## Hoe kwam je bij deze werkplek?

Ik houd altijd al van koken en bakken. Eerst maakte ik broodjes bij het Mediacafé. Dat bestaat nu helaas niet meer. Daarna ging ik werken bij de kinderboerderij in het Westerpark. Ik werk daar nu nog steeds 1 dag in de week. Ook bij de kinderboerderij maak ik appeltaarten. Via Ariana van Cordaan kwam ik bij Winkel 43. Hier werk ik zonder begeleider van Cordaan. De bakker van Winkel 43 helpt mij als ik vragen heb.

## Wat vind je leuk aan je werk?

Mijn werkdagen zijn heel afwisselend. Ik maak niet alleen maar appeltaarten. Soms maken we het bestek schoon, dat heet poleren. En soms zetten we nieuwe bloemen op de tafels in het café. Of we beplakken de taartdozen met een sticker van de winkel.

Ik kan rustig mijn werk doen, zonder haast. Dat vind ik eigenlijk het belangrijkste. De collega's maken mijn werk ook fijn. Ik krijg genoeg hulp als ik dat nodig heb. Ook ben ik blij dat ik al een collega kende van het Mediacafé. Dat is gezellig, vooral samen lunchen. De lunch is trouwens heel lekker. We krijgen lunch dat in de andere keuken in Winkel 43 gemaakt wordt.

## Wat vind je minder leuk?

Soms slaap ik niet goed en ben ik moe. Dan heb ik niet altijd zin om te werken. Maar ik ben gemotiveerd om altijd te gaan. Mijn collega's rekenen op mij!

## Eet je zelf ook veel appeltaart?

Nee, dat niet. Maar op feestdagen eten we wel een stuk. En op je verjaardag krijg je ook taart mee naar huis.

## Wist je dat Winkel 43 beroemd is?

Er staat altijd een rij voor de deur. En er kwam een keer een fotograaf van de krant. In de keuken merken we daar niet zoveel van. Daar is het gelukkig lekker rustig. Dan kan ik het beste mijn werk doen.



Om half 12 heb ik pauze met mijn collega's. Daarna wisselt iedereen meestal van taak. Ik ga de appels in stukken hakken.



De taartblikken die gevuld moeten worden.



Later wisselen we nog één keer van taak. Ik zet met mijn collega de appeltaarten in elkaar.



De taart moet goed gevuld zijn met appels en rozijnen.



Deeg snijden voor bovenop de taart.



Deeg bovenop en besmeren met ei, dan is de taart klaar! Daarna kan hij de oven in.



Kijk eens hoeveel! Winkel 43 verkoopt soms wel 150 taarten per dag. Dat zijn wel 1200 taartpunten!



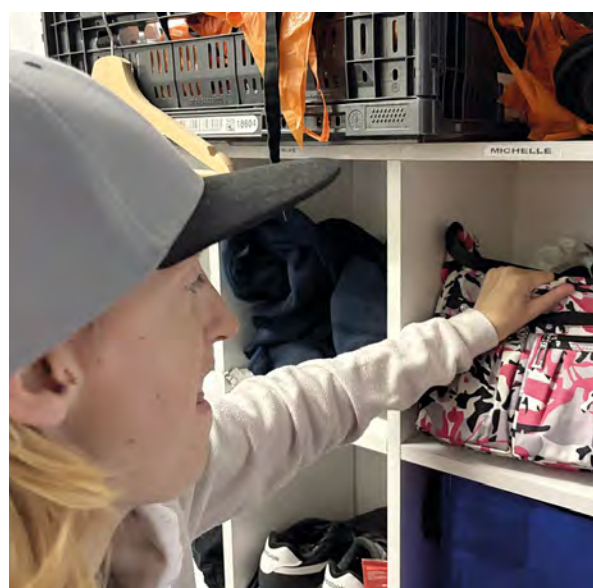
Ergens tussen 3 en 4 uur ben ik klaar met werken.



De rij wachtende mensen bij Winkel 43.



Om 9 uur vertrek ik van huis, zodat ik om half 10 aankom op mijn werk.



Mijn tas leg ik in mijn eigen kastje. Daarna drink ik thee met mijn collega's en verdelen we wie wat doet.



Om 10 uur begin ik met mijn eerste taak: appels schillen. Ik doe de appel op een boor die ronddraait. Zo gaat het extra snel!

## WIL JE OOK BIJ EEN BEDRIJF WERKEN?

Je begeleider kan je hierbij helpen. Neem samen contact op met Cordaan Instroom. Zij denken mee over wat er mogelijk is.

Je kunt een e-mail sturen naar: [werk-dagbesteding@cordaan.nl](mailto:werk-dagbesteding@cordaan.nl). Of je kunt bellen op maandag t/m vrijdag tussen 9:00 en 16:00 uur. Het telefoonnummer is 020 229 00 88.

# AGENDA



## ACTIVITEITEN PRISMA

Kijk voor alle activiteiten en aanmelden op [www.stichtingprisma.nl](http://www.stichtingprisma.nl)

### WAT?

### WANNEER?

### WAAR?

### KOSTEN?

#### STIJLDANSEN OP WOENSDAGAVOND

Bij stijldansen dans je samen met een partner. Je leert de Quickstep, Chachacha en andere dansen. Een professionele docent geeft de lessen. Vrijwilligers helpen mee.

Aan het eind van het seizoen is het afdansen. Je danst voor een jury en mag mensen uitnodigen om te kijken. Het is altijd een leuke avond!

#### ELKE WOENSDAGAVOND

19.00 - 20.15 uur

Behalve in de schoolvakanties en feestdagen

#### Antoniushuis

Kamperfoelieweg 207  
Amsterdam Noord

€ 260,-

voor 32 lessen.

Heb je een  
Stadspas met  
groene stip?  
Dan betaal je  
€ 145,-

#### JONGERENCLUB

Een gezellige groep komt samen om leuke activiteiten te bedenken en te doen. Met hulp van vrijwilligers. Voor iedereen tussen 18 en 45 jaar.

Meer informatie of aanmelden?  
Bel naar 06 39 53 50 68

#### IEDERE 2E ZATERDAG VAN DE MAAND

15.00 - 18.00 uur

#### Buurtkamer Quellijn

Quellijnstraat 62  
Amsterdam

GRATIS

#### DJ-WORKSHOP OP DINSDAGMIDDAG

Wil je leren draaien als een DJ? Je leert muziek draaien en nummers goed mixen. Je mag ook je eigen muziek meenemen.

Aan het einde krijg je jouw eigen mix mee op een USB-stick.

#### ELKE DINSDAGMIDDAG

Meidengroep: 14.45 - 15.30 uur

Groep 2: 16.15 - 17.00 uur

Groep 3: 17.00 - 17.45 uur

#### Club JACO

Rijnspoorplein 1A  
Amsterdam

€ 75,-

Heb je een  
Stadspas met  
groene stip?  
Dan betaal je  
€ 37,50.

## SPECIAL SOCIAL CLUB: VRAAG MAAR RAAK! VOOR DATEN EN VRIENDSCHAP



Nieuwe mensen leren kennen is soms spannend. Daarom organiseert de Special Social Club leuke activiteiten.

Bij Vraag Maar Raak ontmoet je nieuwe mensen.

Eerst doe je leuke opdrachten.

En leer je hoe je een gesprek begint en een compliment geeft.

Daarna is er slowdaten.

Je praat rustig met anderen over allerlei dingen.

Je leert nieuwe mensen kennen, je grenzen aangeven en je krijgt meer zelfvertrouwen.

Er zijn altijd begeleiders en vrijwilligers om je te helpen.

**WANNEER:** Zaterdag 17 oktober 2026

**TIJD:** 13.00 tot 16.00 uur

**WAAR:** Boom Chicago, Rozengracht 117, 1016 LV Amsterdam

**KOSTEN:** € 5 inclusief 1 drankje en snacks

**TOEGANKELIJKHEID:** De ingang is rolstoel toegankelijk en er is een prikkelarme ruimte.

Ga je liever niet alleen naar het evenement? Vrijwilligers reizen met je mee vanaf Amsterdam Centraal. Stuur een berichtje naar 06 29 28 28 63 of stuur een mail naar [info@despecialsocialclub.nl](mailto:info@despecialsocialclub.nl)

Retouradres: Cordaan Postbus 1103 1000 BC Amsterdam

