

## Nieuwsbrief 9 Maart 2023



### Inhoud

Netwerk Salon Lekpoort 7 april: Omgaan met stress. Annerie Verploeg.

Terugblik: Stadhuis, uitwisseling jeugd, hardlopen en Netwerk Salon, Podium.

Podium Vianen Lekpoort: 2 april, 7 mei en 11 juni.

Lekpoort Concert: 28 mei. Performance zang en vleugel. Duo Divergente.

Goochelen met opa's en oma's Job van der Ploeg.

Tentoonstelling Willem den Ouden

Filmcursus: een groep jongeren en een groep ouderen: Reza Allamehzadeh.

### Vrijdag 7 april: Workshop omgaan met stress. Annerie Verploeg.

#### Netwerk Salon Lekpoort

**7 april**

**16.00 uur**

**Iedere 2 weken  
Netwerk Salon**

Drukke en stress zijn in onze huidige maatschappij aan de orde van de dag. Er is altijd wel wat te doen en er wordt van alles van je verwacht. Natuurlijk kun je niet alle stressbronnen uit je leven bannen. Stress hoort nu eenmaal bij het leven. Je kunt wél leren effectiever om te gaan met stress. Tijdens deze bijeenkomst gaan we samen kijken naar hoe je effectief om kunt gaan met stress. De inhoud is praktisch, waarbij je kennis en inzicht opdoet, maar ook zelf aan de slag gaat. Je gaat met behulp van een model de stressopbouw en de stressafbouw in je leven visueel maken; een handige manier om na te denken over hoe je de hoeveelheid stress in je leven (beter) kan hanteren. Annerie Verploeg is professioneel en erkend coach, trainer en yogadocent. In haar werk ondersteunt, stimuleert en inspireert zij mensen om te (leren) leven en werken vanuit hun eigenheid. Zij heeft zich gespecialiseerd in begeleiding bij stress- en burn-out gerelateerde klachten.

Bij Netwerk Salon Lekpoort nieuwe mensen leren kennen, jezelf ontwikkelen en je netwerk uitbreiden. Ontmoeten bij een drankje en een thema. Van harte welkom! Vrije Lekpoort in Vianen, Buitenstad1. Parkeren gratis op P3. [www.vrijelekpoort.nl](http://www.vrijelekpoort.nl), info: 06 13983203. Vrijdag 7 april, 16.00 uur welkomstdrankje. Programma 16.30 uur. Einde 18.00 uur borreltje. Gratis, vrije gift.



## Terugblik maart

Historisch Stadhuis moet blijven. Partijen zochten contact voor dit raadsbesluit.



Uitwisselingsgroep op bezoek van kinderen uit diverse landen van IJsland tot Frankrijk.

Vrijstad Vianen Loop vanuit de Lekpoort



Netwerk Salon  
Lekpoort over  
Ecologische

Voetafdruk en Rosanna Denis over het persoonlijke Waarden Kompas.



## Podium Vianen Lekpoort

---

### Podium voor muziek en zang, 15.00 -18.00 uur

*Zondag 2 april*

*Diverse muziek!*

*Neem zelf deel...*

*...of kom gewoon  
langs*

Podium voor zang en instrument! Solo en ensemble. Beneden de Lekpoort. Ibach vleugel, begeleiding Paul de Boer. Alle stijlen, try outs en last minute combinaties ook hartelijk welkom. In intieme ongedwongen sfeer zingen, een instrument bespelen of lekker komen luisteren en je laten inspireren om zelf ook een keer mee te doen. Hanna, Hendrik, Janna, Ronald, Ben, Elena, Elly, Frans, Wim en nog verrassende onbekenden wellicht. Een hoogwaardig podium dit keer, maar ook met bescheiden starters. Het gaat ons om de spirit van het muziek maken, de vonk die we voelen om ons uit te drukken. Als het je passie is, ben je uitgenodigd om deel te nemen. Een eerste stap, of een professionele try out. Het podium is de plek om dit te delen.

Publiek kan vrij in- en uitlopen. Gratis entree, vrijwillige donatie.

Deelnemers op podium vooraf aanmelden: 5 euro, jongeren tot 24 gratis. Indien begeleid op piano 10.00 euro. Eigen begeleiding altijd welkom.

Voorstraat 2, Vianen. Zondag 2 april, 15.00 uur - 18.00 uur.

Info 06 558 63 705. Ook op 7 mei en 11 juni.

---

**NIEUW**

**Lekpoort Concert**

***Kwaliteits  
concerten in  
intieme sfeer***

**Zondag 28 mei, 15.00 uur**

**Duo Divergente speelt**

**La Dame d' André.**

**Zangtheater met vleugel, eigen productie  
Duo Divergente.**

Lekpoort Concert. Een nieuwe reeks koffieconcerten in besloten sfeer. Dat doet recht aan de prachtige Vleugel; de Ibach uit 1970. Als eerste presenteren we een hoogwaardige productie van Duo Divergente. Zangeres Hanna van Rooijen uit Utrecht ontwikkelde zich van musical tot een klassieke zangeres. Ze studeerde af aan het conservatorium Tilburg en richt zich op moderne klassieke muziek. Haar duo partner is Michelle van Malsen.

### Duo Divergente speelt La Dame d'André.

Een tragiekomische theatrale liedvoorstelling over hopeloos verlangen, machteloos toekijken, verliezen en verloren zijn.

La Dame d' André neemt je mee in het doolhof van gedachten waarin zij haar André verloor. Het zijn de jaren 30 in Parijs en er hangt onrust in de lucht. Economische depressie, dreigende oorlog, problemen met huisvesting. Het klinkt ons maar al te bekend in de oren. Te midden van alle onrust ontstaat een intense liefde tussen la Dame -het toonbeeld van een Franse rijke dame, en André -een arme kunstenaar. Een onwaarschijnlijke, verboden liefde. Van begin af aan gedoemd om te mislukken. Maar wat doe je als het laatste uur geslagen heeft? Als de allesomvattende duisternis in alle kieren is gekropen? Als je alles hebt gegeven tot er niets meer van je over is? Met muziek van Francis Poulenc en Fran Van Lysebettens.

**Zondag 28 mei. 15.00 uur. Tickets €15,- Reserveer via [info@misscharms.nl](mailto:info@misscharms.nl) Lekpoort Concert Vianen Voorstraat 2, Vianen. Parkeren P3 op zomerdijk.**




---

*Goochelen voor  
Opa's en Oma's*

---

## Goochelen met je kleinkinderen?

**Geef je op!**

**Binnenkort een leuke bijeenkomst.**

**Aanmelden kan vanaf nu.**

**Door Job van de Groep**



---

## Tentoonstelling ieder weekend

*Weekends open!*

*Willem den Ouden  
grafiek*

---

**Willem den Ouden Grafiek**

Lekpoort toont grafiek Willem den Ouden

Lekpoort dependance Stedelijk Museum Vianen

---

*Film maken met  
telefoon.*

*Inschrijvingen open!*

*Ook voor  
volwassenen!*

**FILM cursus in voorjaar!**

**Voor jongeren en een  
groep voor volwassenen.**

**Op eigen kracht ontwikkelen**

Er wordt gezegd dat iedereen een verhalenverteller in zich heeft. Ik ga nog een stap verder en beweer dat iedereen een cineaste – filmmaker – in zich heeft.

Als je twijfelt, kom dan naar de filmcursus hier in Lekpoort en probeer het! Je hebt niets nodig behalve in jezelf te geloven; de moed hebben om je ideeën te uiten en bereid zijn om enkele film-hoofddregels te leren in mijn les in visuele taal. En natuurlijk je mobiele telefoon als camera!

### **Waarom deze cursus 'Zelfportret' heet?**

Het meest intieme gevoel ontstaat wanneer een verhalenverteller vertelt over zijn of haar directe ervaring. Je zal creatiever zijn als je over jezelf praat of over wat met je verband houdt.

In mijn filmcursus maak je dus geen film met een onderwerp buiten jou en je leven. Je bent vrij om een documentaire of een fictie te maken, maar het onderwerp moet iets met jou als maker ervan te maken hebben. Daarom heet het Zelfportret, or met andere woorden: Mijn Eigen Verhaal.

Geef je op door een mail te sturen naar [info@vrijelekpoort.nl](mailto:info@vrijelekpoort.nl)  
Docent is Viaans/Iraans professioneel filmmaker Reza Allamehzadeh. Iedere maand start een nieuwe groep. Gratis in Lekpoort Vianen. Geef je op [info@vrijelekpoort.nl](mailto:info@vrijelekpoort.nl) of bel/app: 06 13983203.



---

*Alle initiatieven  
welkom*

---

## Uw idee

**UITNODIGING** Geef uw idee, reserveer uw eigen datum, mail ons en we bellen u om het mogelijk te maken

De activiteiten van bewoners kunnen heel divers zijn. Alle ideeën en groepen zijn welkom. Het gaat zeker niet alleen over organisaties, maar over alle inwoners. Denk aan een reünie, een familiebijeenkomst over vroeger, een lezing, een prijsuitreiking, een workshop voor jongeren over hun toekomst, een vergadering van een vereniging, lessen in tekenen, het starten van een groep over zonnepanelen of zwerfvuil, een straat- of wijkoverleg, een cursus bewegen, ZZP-ochtenden, een herdenking. Prijsuitreiking of start van een actie of wijkproject.

Geef uw idee, reserveer uw eigen datum, mail ons en we bellen u om het mogelijk te maken. De Lekpoort is speciaal voor inwoners tegen een kleine vergoeding naar draagkracht.

---

*Versterk ons team*

---

## Vrijwilligers in ons team worden?

Het team zoekt versterking om dit verder uit te bouwen en is op zoek naar mensen die willen deelnemen als teamlid mee initiatieven ondersteunen of als gastheer en gastvrouw. Deze vrijwilligers treden op als ambassadeur van de Vrije Lekpoort. Alle mogelijke bijdragen klein en groot zijn welkom. Veel verschillende taken kunnen worden opgepakt. Het ontvangen van de gasten, het meedenken met nieuwe gebruikers en tot stand brengen van hun initiatief.

---

**Disclaimer: indien u deze nieuwsbrief niet wenst te ontvangen, graag afmelden bij:**

**Stichting Vrije Lekpoort**

Vianen, Buitenstad 1, 4132 AA

[www.vrijelekpoort.nl](http://www.vrijelekpoort.nl)

[info@vrijelekpoort.nl](mailto:info@vrijelekpoort.nl)

Voorzitter 06 - 13983203