

# Alfrink UIT

Culturele buitenschoolse activiteiten  
schooljaar 2025-2026



1.	Act Alfrink College theater – voor iedereen	3
2.	Aulacommissie – voor iedereen	3
3.	Biologie Olympiade – voor iedereen	3
4.	Danscoaches – voor iedereen vanaf klas 3	3
5.	Dancecrew	4
6.	Feestcommissie – voor alle feestgangers van ob en bb	4
7.	Filmcrew – voor iedereen	4
8.	Goethe zertifikat – voor klas 3, 4h of 5v	4
9.	HB café – voor iedereen	5
10.	Kerst – voor iedereen	5
11.	Kloosterdagen – voor iedereen vanaf klas 4	5
12.	Kunstlab!	5
13.	Mindfulness-trainingen – voor iedereen	5
14.	Open podium – voor iedereen	6
15.	Regieteam (2Danz!) – voor iedereen vanaf klas 4	6
16.	Sport – Team NL Moves – voor iedereen	6
17.	Unesco Goede Doelenteam – voor iedereen	7
18.	Unesco Greenteam – voor iedereen	7
19.	Unesco GSA team – voor iedereen	7
20.	Unesco Human Rights team – voor iedereen	7



## 1. Act Alfrink College theater – voor iedereen

Houd je van toneelspelen? Dan is dit echt iets voor jou. Het maakt niet uit of je veel of weinig toneelervaring hebt. We gaan improviseren, leuke scènes maken en met teksten werken. Ook maken we met elkaar een korte voorstelling voor publiek. We staan open voor al jullie ideeën. We gaan dit schooljaar werken in twee blokken:

Blok 1: Vrijdag 19 september tot en met vrijdag 12 december (14.45- 16.00 uur)

Blok 2: Vrijdag 30 januari tot en met vrijdag 17 april (14.45- 16.00 uur)

Je kunt aan allebei de blokken meedoen. Als je later nog instroomt, maakt dat niet uit. We spelen in het dramalokaal (010). Ben je enthousiast? Stuur dan een mail naar [sze@alfrink.nl](mailto:sze@alfrink.nl). Je kunt je ook aanmelden bij je eigen dramadocent in de les.

## 2. Aulacommissie – voor iedereen

Het regelen van de lichten, sound- en audiovisuele effecten en het geluid in het theater en bij de schoolfeesten ... onmisbaar voor de sfeer! Wij regelen de technische kant van alle voorstellingen in (en soms buiten) de aula. Je krijgt een training door en begeleiding van professionals die dit werk doen. Stuur een mailtje naar [brk@alfrink.nl](mailto:brk@alfrink.nl) of loop binnen bij lokaal 003. Zet in een mail even "aanmelding aulacie" in de onderwerpsregel. Vermeld ook je naam, klas en telefoonnummer.

## 3. Biologie Olympiade – voor iedereen

De Biologie Olympiade is een wedstrijd voor zowel de onderbouw, als de bovenbouw. Heb je interesse in biologie en wil je kijken hoe goed je kennis is? Doe dan mee! Voor de bovenbouw leerlingen is de Biologie Olympiade in december. Alle bovenbouw leerlingen met biologie krijgen eind november een mail met daarin de datum voor de Biologie Olympiade dit jaar en hoe ze zich in moeten schrijven. Voor de onderbouw leerlingen is de Biologie Olympiade eind januari/begin februari. Alle onderbouw leerlingen krijgen begin januari een mail met daarin de datum voor de Biologie Olympiade dit jaar en hoe ze zich in moeten schrijven.

Vragen erover kunnen gesteld worden aan mevrouw Mulder [mld@alfrink.nl](mailto:mld@alfrink.nl).

## 4. Danscoaches – voor iedereen vanaf klas 3

Al jaren een succes: 2Danz! Klas 2 studeert in drie middagen een choreografie in onder leiding van danscoaches. Dit jaar in week 48, 6 en 14. We repeteren op maandag, dinsdag en donderdag (dan ook voorstelling). Nodig: danservaring, betrouwbaarheid, enthousiasme en de bereidheid er drie middagen en een avond te zijn. Mail naar [rad@alfrink.nl](mailto:rad@alfrink.nl) met je naam, klas, je coachpartner en zet "danscoach" in de onderwerpsregel.

## 5. Dancecrew

Op school hebben wij een heel gaaf dansteam. Met dit dansteam, bestaande uit jongens en meiden, doen we mee met danstoernooien en treden we op bij bijzondere gelegenheden in school. Bijvoorbeeld bij de Lichtjesavond en op schoolfeesten.

Heb jij danstalent en klinkt dit als iets voor jou? Geef je dan op bij mevrouw De Boer [bre@alfrink.nl](mailto:bre@alfrink.nl).

De audities hiervoor zijn vaak net voor de herfstvakantie en we trainen daarna een keer in de week samen onder leiding van een professionele danscoach.

Onder voorbehoud van voldoende aanmeldingen en beschikbaarheid van de dansdocent kunnen wij een nieuw dansteam vormen.

## 6. Feestcommissie – voor alle feestgangers van ob en bb

De feestcommissie organiseert voor alle leerlingen een aantal feesten per jaar, op school, of bijvoorbeeld in Snowworld. Denk aan de onderbouwfeesten, het Kerstgala en het eindfeest. Let op de posters en de insta (ac.feco) voor de aankondigingen en feest mee!

Lijkt je het leuk om feesten mee te organiseren meld je dan aan (dit kan pas vanaf het 4<sup>e</sup> jaar).

Contactpersonen van de feco zijn meneer Kooter, meneer Steltman en mevrouw Van Dijk ([ktr@alfrink.nl](mailto:ktr@alfrink.nl), [ste@alfrink.nl](mailto:ste@alfrink.nl) en [dkm@alfrink.nl](mailto:dkm@alfrink.nl)).

## 7. Filmcrew – voor iedereen

De filmcrew is voor leerlingen die het leuk vinden om bezig te zijn met videografie en editen. Dit jaar zal er ook een cursus worden aangeboden, waarin je leert editen en filmen.

In de filmcrew hebben we mooie 4K camera's, een Gopro en een drone waarmee we leuke schoolactiviteiten filmen. Mocht je interesse hebben, dan kun je je aanmelden bij [ktr@alfrink.nl](mailto:ktr@alfrink.nl).

## 8. Goethe zertifikat – voor klas 3, 4h of 5v

Voor leerlingen uit de derde klas, uit 4H of 5V: na de herfstvakantie kunnen jullie deelnemen aan een extra cursus Duits, waarmee je je voorbereidt op het examen van het Goethe-Institut. Als je ervoor slaagt, heb je bewezen dat je Duits op A2- resp. B1/B2-niveau kunt spreken, schrijven, lezen en horen en ontvang je het "Goethe Zertifikat". Om dit internationaal erkend diploma te krijgen, volg je na de herfstvakantie tot februari wekelijks één extra uur op school waar je alle vaardigheden traint en met oude examens oefent. Binnenkort krijg je meer informatie van je docent Duits over de kosten en de aanmeldingsprocedure. Wil je nu alvast meer weten, neem dan contact op met mevrouw Mengerink ([men@alfrink.nl](mailto:men@alfrink.nl)).

## 9. HB café – voor iedereen

Denk je net even anders dan anderen? Heb je behoefte aan extra uitdaging? Of loop je juist, ondanks je intelligentie, vast? Vind je het leuk om andere (hoog)begaafde leerlingen te ontmoeten? Dan ben je welkom in ons HB -café.

We hebben ongeveer negen bijeenkomsten per schooljaar, op maandag het 9<sup>e</sup> lesuur. Tijdens de bijeenkomsten krijg je informatie over hoogbegaafdheid, we bespreken met elkaar waar je als HB'er tegenaan kan lopen en we doen gezellige en uitdagende spelletjes.

Dus ben jij hoogbegaafd of vermoed je dat je dat bent? Kom gewoon langs! Opgeven hoeft niet, mag wel. Mail dan naar [hb@alfrink.nl](mailto:hb@alfrink.nl).

De bijeenkomsten dit schooljaar zijn op: maandag 15 september, maandag 3 november, maandag 1 december, maandag 12 januari, maandag 26 januari, maandag 2 maart, dinsdag 7 april, maandag 18 mei (o.v.b.) en maandag 15 juni.

## 10. Kerst – voor iedereen

Kerst is groots op het Alfrink College! Wil je iets doen voor de adventkalender, wil je versieren, doe je iets op de Lichtjesavond, wil je bij het Kerstkoor, heb je iets te verkopen voor het Goede Doel? Meld je aan bij [lichtjesavond@alfrink.nl](mailto:lichtjesavond@alfrink.nl), zet in de onderwerpsregel "Kerst" en vertel wat je plannen zijn. Je hoort dan vanzelf meer.

## 11. Kloosterdagen – voor iedereen vanaf klas 4

De kloosterdagen zijn een moment om even helemaal tot rust te komen. Je maakt kennis met het kloosterleven en neemt even de tijd voor jezelf. We gaan altijd met een gezellig kleine groep waar je een leuke band mee opbouwt. Heb je interesse, vraag dan het formulier bij je docent levensbeschouwing. Je mag mee vanaf de 4<sup>de</sup> klas.

## 12. Kunstlab!

Ben jij creatief of wil je jouw creativiteit ontwikkelen? Vind je het leuk om (zelfstandig) met verschillende materialen en technieken je ideeën uit te werken? Meld je dan aan bij voor het KunstLab! We werken in 036 op vrijdag les 8 en 9. Aanmelden kan via een mailtje naar [pts@alfrink.nl](mailto:pts@alfrink.nl).

## 13. Mindfulness-trainingen – voor iedereen

We geven faalangst-reductie trainingen en mindfulness/aandacht-trainingen, van 8 tot 10 weken, waarin je leert omgaan met stress en controle krijgt over je gedachten, zodat je meer in het

moment leert leven en beter kan focussen op de dingen die belangrijk voor je zijn. De eerste trainingen starten na herfstvakantie. Aanmelden kan nu al; via een mailtje naar [stressdebaas@alfrink.nl](mailto:stressdebaas@alfrink.nl).

## 14. Open podium – voor iedereen

Op donderdag 5 maart 2025 vindt ons jaarlijkse Open Podium plaats. De plek waar leerlingen en collega's hun talenten kunnen laten zien. Dus kan je goed zingen, toneelspelen of dansen? Speel je een instrument? Of heb je een ander talent waarmee je op het podium wil staan? Meld je dan vóór 6 februari aan via [dft@alfrink.nl](mailto:dft@alfrink.nl). We hopen dat veel leerlingen en collega's mee willen doen!

## 15. Regieteam (2Danz!) – voor iedereen vanaf klas 4

Om 2Danz! van klas 2 in goede banen te leiden tijdens de repetities en de voorstelling op donderdag is er regie nodig. Dit jaar in week 48, 7 en 15. We repeteren op maandag, dinsdag en donderdag (dan ook voorstelling).

Assistentie bij het verdelen van lokalen, vragen beantwoorden, oplossen van problemen en vooral het samenstellen en begeleiden van de voorstelling op donderdag.

Nodig: organisatietalent en de bereidheid er drie middagen en een avond te zijn.

Mail naar [rad@alfrink.nl](mailto:rad@alfrink.nl) met je naam, klas en zet "regieteam" in de onderwerpsregel.

## 16. Sport – Team NL Moves – voor iedereen

Elk jaar doet onze school mee aan het leukste en fanatiekste schoolsporttoernooi van Nederland: **Team NL Moves**. Het nationale schoolsporttoernooi staat in het teken van sportiviteit, gezelligheid, samen sporten en het ontdekken van nieuwe sporten en talenten.

In heel Nederland doen er wel 350 scholen mee en wij hopen natuurlijk dat het Alfrink College kan laten zien wat voor een talent het in huis heeft. Wij doen elk jaar met een aantal verschillende sporten mee, maar dit hangt af van de aanmeldingen en beschikbaarheid van docenten. Voorheen deden we onder andere mee aan: voetbal, basketbal 3x3, tennis, floorball, volleybal, veldloop, dodgeball (= trefbal).

Lijkt het jou gaaf om mee te doen? Houd dan goed je Outlook/Teams in de gaten en geef je op via de link die je ontvangt van je gymdocent te zijner tijd.

## 17. Unesco Goede Doelenteam – voor iedereen

Elk jaar steunt het Alfrink een goed doel. “School zijn we samen, iedereen doet ertoe” is ons schoolmotto. Door het goede doel dat we jaarlijks steunen, wordt dit motto ook echt realiteit. In de afgelopen jaren hebben we al veel mensen kunnen helpen met onze steun.

Op de goede doelenmuur is zichtbaar welke doelen we afgelopen jaren gesteund hebben. We zamelen samen geld in tijdens Lichtjesavond (de week voor de kerstvakantie) en tijdens de Goede Doelendag.

Dit schooljaar is het goede doel de Future Hope School uit Kolkata in India. Future Hope is een non-profitorganisatie die zich inzet voor het verbeteren van de levens van honderden kansarme kinderen in Kolkata, India. Door middel van onderwijs, sport en huisvestingsinitiatieven biedt Future Hope kinderen een thuis, een opleiding en een toekomst. In de veilige en stimulerende omgeving van Future Hope krijgen deze kinderen de kans om te ontsnappen aan de vicieuze cirkel van armoede en een goed leven op te bouwen voor zichzelf en hun omgeving.

Een prachtig doel om je voor in te zetten! Wil je helpen bij de organisatie of wil je een activiteit neerzetten bij de Lichtjesavond en/of de Goede Doelendag? Geef je dan op via [goededoel@alfrink.nl](mailto:goededoel@alfrink.nl), met vermelding van je naam en klas.

## 18. Unesco Greenteam – voor iedereen

Heb jij een groen hart? Wil je bijdragen aan een beter en schoner milieu en een duurzame school? Meld je aan! Leerlingen en docenten werken samen met andere scholen en de gemeente Zoetermeer aan allerlei ideeën om de school en Zoetermeer zo milieuvriendelijk mogelijk te maken. Meld je aan, met naam, klas en telefoonnummer, wij kunnen je hulp goed gebruiken [greenteam@alfrink.nl](mailto:greenteam@alfrink.nl).

## 19. Unesco GSA team – voor iedereen

De letters GSA staan voor Gender and Sexuality Alliance. De GSA is voor leerlingen die vinden dat iedereen op school de vrijheid heeft om te kunnen zijn wie ze zijn, zonder zich daarvoor te hoeven schamen of te verantwoorden. De groep zet zich in voor gelijkheid en veiligheid op school voor iedereen, welke seksuele oriëntatie of gender je ook hebt. Vind jij dit ook belangrijk? En vind je het leuk om dingen te organiseren, zoals paarse vrijdag? Dan is het Unesco GSA Team iets voor jou. Je kan je aanmelden bij [vos@alfrink.nl](mailto:vos@alfrink.nl).

## 20. Unesco Human Rights team – voor iedereen

Het Alfrink college is een Unescoschool. Dat betekent dat we lid zijn van een groep van 10.000 scholen die zich inzetten voor duurzaamheid, solidariteit en tolerantie. Wij hebben een Unesco-

werkgroep op school en zijn altijd op zoek naar nieuwe leden. Je doet als Unesco-werkgroeplid leuke contacten (op andere scholen) op, leert projecten te begeleiden, acties te organiseren en je werkt samen aan verandering in de school en daarbuiten. Aanmelden kan bij meneer De Vos ([vos@alfrink.nl](mailto:vos@alfrink.nl)) of mevrouw Van Zilfhout ([zil@alfrink.nl](mailto:zil@alfrink.nl)).