

## Programma Huis van de Wijk De Meeuw – Maart 2017

<b>Maandag</b>	<b>Tijd</b>	<b>Kosten</b>	<b>Organisatie/contact</b>
Theesalon met Nederlandse en Engelse les en naailes	9.00 – 13.00	Gratis	Kedija Mohmed 0686229081
Club voor ouderen met beginnende geheugenproblemen	Ma. t/m vrij 10.00 – 15.30	WMO/AWBZ	AOC / Combiwel Katrien: 06.41522383
Omgaan met stress & spanning Korte cursus 5x p/jaar	10.00 – 12.00	Gratis	PuntP Caro:020-5901330
Conversatie & uitspraak	14:00 – 15:00	Gratis	Rien Heukelom
Mantelzorgoverleg 1 <sup>e</sup> v/d maand	14.00 – 15.30	Gratis	Combiwel / AOC
Huiswerkbegeleiding leerlingen middelbare en basisschool	Ma/di:16.00-19.30 Wo: 15.00 – 19.00	€ 35-€40 per maand	Kids Future Begeleiding Ikram: 06-488 68 244
Musical 6+	16.00 – 17.15	Vanaf €4,50 per les	administratie@dancingdays.nl
Resto van Harte	17.30 – 19.30	€ 5,00/ € 4,00 minima	Aanmelden niet nodig
Zumba 7+	17.30 – 18.30	Vanaf €4,50 per les	administratie@dancingdays.nl
Streetdance 9+	18.30 – 19.30	Vanaf €4,50 per les	administratie@dancingdays.nl
Modern 18+	19.30 – 20.30	Vanaf €4,50 per les	administratie@dancingdays.nl
Showdance 18+	20.30 – 21.30	Vanaf €4,50 per les	administratie@dancingdays.nl
<b>Dinsdag</b>	<b>Tijd</b>	<b>Kosten</b>	<b>Organisatie/contact</b>
Zumba	9.30 - 10.30	€ 10,00 p/maand	Stadsdeel afdeling sport
Spelinloop ouder & kind tot 4 jr	10.00 -11.30	Gratis	SPIN
Tekenen & schilderen	10.00 - 12.00	€ 3,50 per maand	Froukje
Inloop steunvrouwen	10.00 – 12.00	Gratis	Sonja Manjic 020 235 95 87 Ingrid Smoor 020 235 95 64
Volksdansen 55+	10.15 - 11.30	€ 7,00 per maand	MBvO 020-8861070
Country 55+	10.30 - 11.30	€ 12,00 per maand	MBvO 020-8861070
Conversatie & uitspraak	11.00 – 12.00	Gratis	Rien Heukelom
Nicole's Favoriete Soep	12.00 -13.30	€ 1,00 voor kop soep	Aanmelden niet nodig
Coupeuse / naailes	13.00 - 14.30	€ 1,50 per les	Renske
Sport (High Intensity Training)	13.00 - 14.00	Gratis	Marco/Mike
Gymnastiek 60+	13.30 -14.15	€ 6,50 per maand	MBvO 020-8861070
Inloop beweegcoach (even weken)	13.00 -15.00	Gratis	Janine Drewes 06-13118509
Boksen voor beginners	14.00 – 15.00	Gratis	Marco/Mike
Telekids Musicalschoon (4t/m6jr)	15.15 -16.15	€ 8,50 per les	033 455 25 41
Telekids Musicalschoon (7tm9jr)	16.15 – 17,45	€ 12,50 per les	033 455 25 41
Inloop	15.00-17.00	Gratis	Cordaan
Buurtbudgetmaaltijd (muv eerste dinsdag van de maand)	18.00-19.30	€ 1	ikdoemee@deregenboog.org 020-5317639
Modern-Jazz/Streetdance	20.15-21.15	Vanaf €4,50 per les	administratie@dancingdays.nl
Hiphop	21.15-22.15	Vanaf €4,50 per les	administratie@dancingdays.nl
<b>Woensdag</b>	<b>Tijd</b>	<b>Kosten</b>	<b>Organisatie/contact</b>
2e woensdag vd maand Rommelmarkt	9.00 – 12.00	Toegang gratis Tafelhuur € 3,50	Vrijwilliger Combiwel
Kunstclub	9.15 – 11.15	€ 2 per maand	Petra
Handwerken	9.15 - 11.45	€ 0,50 per keer	Nora en Najat
Inloop over activiteiten	9.15 – 11.00	Gratis	Eva&Adam
Financieel Café	11.00-12.00	Gratis	Www.doras.nl
Inloop over inzamelen plastic	14.00 – 16.30	Gratis	Zero Waste Lab
Kantklossen	13.30 - 15.30	€ 10 per maand	Ria: 020-6370841

Sportmix kinderen tot 12 jaar	15.30 -16.30	Gratis (in voetbalkooi)	Stadsdeel
Resto van Harte Kids	16.00 – 19.30	€ 5,00/ € 4,00 minima	Aanmelden niet nodig
Schaken voor kids	17.00 - 18.30	€ 0,20 per keer	Bryan
Resto van Harte	17.30 - 19.30	€ 5,00/ € 4,00 minima	Aanmelden niet nodig
Chi Qong	19.00 - 20.00	€ 85 (of €65 met SP) per 10 keer	Isabel: 06-162 83 287
Derde woensdag van de maand: Krachtgroep Amsterdam	19.30 – 21.30	Gratis	Deirdre Bouwmans
Naailes	19.30 – 21.00		Bep
Choreo Modern Dance	20.00 – 21.30	Vanaf €4,50 per les	administratie@dancingdays.nl
<b>Donderdag</b>	<b>Tijd</b>	<b>Kosten</b>	<b>Organisatie/contact</b>
Handwerken	9.00 - 12.00	€ 0,50 per keer	Najat en Nora
Creatieve Inloop	9.30 -12.30	Gratis	Dieneke en Anke
Conversatieles voor vrouwen	9.30 - 11.30	€ 0,50 per keer	Vrijwilligers Combiwel
Lezen & schrijven gevorderden	12.30 – 13.30	Gratis	Jose Schreurs
Inloop over aanbod	13.00 – 15.00	Gratis	Cordaan
Fitness	13.00 – 14.00	Gratis	Marco/Mike
Lezen & schrijven beginners	13.30 – 14.30	Gratis	Jose Schreurs
Voetbal op het Cruifj-court	14.15 – 15.15	Gratis	Marco/Mike
Boksen voor beginners	15.30 - 16.30	Gratis	Marco/Mike
Musicalles (10tm14jr)	17.15 – 18.45	€ 12,50 per les	033 455 25 41
Kookgroep Prisma	19.00 - 21.00		
(Moderne) dans voor volwassenen	19.45 - 20.45	Vanaf € 6,50 per les	Sanne@sannefokkens.nl
<b>Vrijdag</b>	<b>Tijd</b>	<b>Kosten</b>	<b>Organisatie/contact</b>
Systema (Russische vechtkunst)	09:00 – 10.00	Gratis	Patrick
Cursus Nederlands	09.30 - 12.30	€ 10 per lesuur	Info@conrado.nl
Chi Qong	09.30 - 10.30	€85 (of €65 met SP) per 10 keer	Isabel: 06-162 83 287
Aquarel schilderen	10.00 -12.00	€ nnb	Mevr Meindersma 06 -10335505
Hadija: Samenkomst seniore Marokkaanse vrouwen	10.00 – 12.00	Gratis	Touria: touriahafid@hotmail.com
Open Spinjam (flow art)	15.00 – 20.00	Vrijwilliger donatie	Ian Rieder
Laat je zien, laat je horen (8tm12jr)	15.30 – 16.45	€95 per 20 lessen	<a href="http://www.laatjezienlaatjehoren.nl">www.laatjezienlaatjehoren.nl</a>
Bijles kinderen	17.00 – 20.00	€ 5 per maand	Stichting de Start
Samen koken en eten	15.00 – 20.00	€ 1 (met SP) per keer	Florakokjes
<b>Zaterdag</b>	<b>Tijd</b>	<b>Kosten</b>	<b>Organisatie/contact</b>
Arabische les en bijles kinderen	10.45 -13.15		Stichting de Start
Marokkaanse cultuur en -les	13.45 -16.15		Stichting Boughaz
Huiswerk en club	11.00 – 19.00	€ 1 (met SP) per keer	Florakokjes
Discotheek 23+ (laatste zaterdag vd maand)	20.00-24.00	€1,50	Linda Carolus 0611155908
<b>Zondag</b>	<b>Tijd</b>	<b>Kosten</b>	<b>Organisatie/contact</b>
Tunesische taalles kinderen	10.00 - 14.00		Tunesische vereniging
Arabische les en bijles kinderen	10.45 -13.15		Stichting de Start
Marokkaanse cultuur en -les	13.45 -16.15		Stichting Boughaz
Samen werelds koken en eten	15.00 – 20.00	€ 1 (met SP) per keer	Florakokjes
Inloop Buurtouders	17.00-19.00	Gratis	debuurtouders@hotmail.com