

Activiteiten voor senioren in de Wijken Dorp, Palenstein, Driemanspolder en Stadscentrum

Overzicht Recreatieruimte Bijdorp

Maandag	Zaal/ruimte
08.30 - 12.30 uur Biljartclub `De Schoutenboys`	1
10.00 - 11.00 uur Yoga (KBOZ)	4
10.00 - 12.00 uur Inloop koffieochtend	2
11.15 - 12.15 uur Yoga (KBOZ)	4
13.00 - 15.30 uur Sjoelen en Kaarten (UVV)	1
13.00 - 15.30 uur Schilderen	2 en 3
14.00 - 15.00 uur Tai Chi Chuan	4
19.30 - 23.00 uur Bridgeclub "Dorp"	1 en 2
19.30 - 23.00 uur HCC Computerclub (1e en 3e maandag v.d. maand)	3
Dinsdag	
9.00-12.00 Biljarten	1
09.15 - 12.15 uur Naaiclub	3
09.30 - 12.00 uur Quilten	2
13.00 - 16.00 uur Computerclub (2e en 4e dinsdag v.d. maand)	2 en 3
13.00 - 17.00 uur Vrij Biljarten	1
13.30 - 15.00 uur Line dance voor beginners	4
14.00 - 15.30 uur Bibliotheek wisselcollectie	Ontmoetingsruimte
14.30 -17.00 uur Parkinson café (3de dinsdag v.d. maand)	2 en 3
19.30 - 23.00 uur Klaverjassen/jokeren	3
20.00 - 23.00 uur Klaverjassen	1 en 2
Woensdag	
09.00 - 12.00 uur Teken en schilderen	3
10.00 - 11.30 uur Kun je zingen, zing dan mee (1e woensdag v.d. maand)	2 en 3
10.00 - 12.00 uur Handwerken Rode Kruis (2e/3e, 4e, woensdag v.d. maand)	2 en 3
09.30 - 11.30 uur Internationale dans	4
13.15 - 17.00 uur Bridgeclub `Dunant`	1 en 2
13.30 - 16.00 uur Klaverjasclub `de Jonge Prins`	3
13.30 - 15.30 uur Bingo KBOZ (2e woensdag v/d mnd.) (cultureel 4e woensdag)	4

Donderdag		Zaal/ruimte
09.00 - 12.00 uur	Vrij Biljarten	1
09.00 - 12.00 uur	Bridge voor dames	2
13.00 - 15.00 uur	Creacub	3
09.15 - 10.15 uur	Ouderengymnastiek	4
10.30 - 11.30 uur	Ouderengymnastiek	4
11.45 - 12.45 uur	Jazz- Gym	4
13.00 - 14.45 uur	Jazz – Aerobic	4
12.30 - 16.30 uur	Biljartclub “ADO”	1
20.00 - 23.00 uur	Klaverjasclub “Dorp”	1 en 2
20.00 - 22.00 uur	Koor ‘De paradijsvogels’	4

Vrijdag

09.00 - 12.00 uur	Senioren van Nu (kaarten maken)	3
10.00 - 12.00 uur	Bloemschikken (om de week)	2
13.30 - 15.00 uur	Line dance voor gevorderden	4
13.30 - 16.00 uur	Bingo Activiteitencommissie (1e en 3e vrijdag v.d. maand)	1, 2 en 3
13.30 - 16.00 uur	ANBO Bingo (4e vrijdag v.d. maand)	1, 2 en 3

Castellum Palenstein

Maandag

15.00 - 17.00 uur inloop 50 + Huiskamer

Sociaal makelaar

De sociaal makelaar voor de wijken Dorp, Palenstein, Driemanspolder en Stadscentrum is Nicole Roelen. Zij organiseert activiteiten en begeleidt de cursusleiders, docenten en vrijwilligers die de activiteiten verzorgen. U kunt bij haar terecht met uw vragen. Haar werkdagen zijn maandag, dinsdag en donderdag.

Ze is bereikbaar via telefoonnummer 088 0234 241 of via mail n.roelen@paletwelzijn.nl Zij kan u ook over andere activiteiten in Zoetermeer vertellen en uw wensen voor nieuwe activiteiten doorgeven.