

# Activiteiten voor senioren in de wijken Seghwaert en Noordhove

## Activiteitenoverzicht recreatiezaal Petuniatuin (Petuniatuin 7a)

### Maandag:

09.30 tot 11.30 uur	Tekenen en schilderen
12.00 tot 13.00 uur	Open tafel
14.00 tot 16.30 uur	Biljartcompetitie (volgens rooster)
19.30 tot 23.00 uur	Kaartclub Seghwaert (klaverjassen)

### Dinsdag:

08.00 tot 09.00 uur	Prikpost laboratorium 't Lange Land Ziekenhuis
09.30 tot 11.30 uur	Koorrepetitie Seghwaertkoor (9 uur inloop)
12.00 tot 13.00 uur	Open tafel
14.00 tot 15.30 uur	Kaartclub AVA (klaverjassen) en vrij biljart
19.00 tot 23.00 uur	Bridgeclub Seghwaert

### Woensdag:

10.00 tot 11.00 uur	Gymnastiek voor ouderen
11.00 tot 12.00 uur	Gymnastiek voor ouderen
12.00 tot 13.00 uur	Open tafel
14.00 tot 16.00 uur	(KBOZ) Bingo (1x per 2 weken) oneven weken

### Donderdag:

08.00 tot 09.00 uur	Prikpost laboratorium 't Lange Land Ziekenhuis
09.00 tot 13.00 uur	Biljartclub 'Petunia'
10.30 tot 12.00 uur	Schilderclub
12.00 tot 13.00 uur	Open tafel
13.30 tot 17.00 uur	Biljartclub "Seghwaert"
14.00 tot 16.00 uur	Jokeren

### Vrijdag:

08.00 tot 09.30 uur	Trombosedienst
10.00 tot 12.00 uur	Hobbyclub, kaarten maken (UVV)
12.00 tot 13.00 uur	Open tafel
13.30 tot 15.30 uur	Handwerksoos (UVV)

### Zaterdag:

19.30 tot 22.00 uur	Bingo (1 <sup>e</sup> zaterdag van de maand)
---------------------	--

### Zondag:

13.00 tot 16.00 uur	Zondagmiddag spellensoos (2 <sup>e</sup> zondag van de maand) (UVV)
---------------------	---

## **Activiteiten recreatiezaal 't Seghewaert (3<sup>e</sup> etage, aan de Vaartdreef)**

**Maandag:** 13.30 uur tot 14.30 uur ouderengym

**Onder deskundige leiding kunt u deelnemen aan de volgende activiteiten in buurtcentrum 'T Span (Sullivanlijn 31)**

**Dinsdag:**

13.30 uur tot 14.30 uur Ouderengymnastiek

**Vrijdag:**

12.00 uur tot 13.00 uur Jazzballet

In dit centrum worden ook veel activiteiten voor senioren georganiseerd door de wijkvereniging.

### **Sociaal makelaar**

De sociaal makelaar voor de wijken Seghwaert en Noorhove is Diana van der Sluis. Zij organiseert activiteiten en begeleidt de cursusleiders, docenten en vrijwilligers die de activiteiten verzorgen.

U kunt bij haar terecht met uw vragen. Zij is te bereiken via telefoonnummer 088 02 34 244. Zij kan u ook over andere activiteiten in Zoetermeer vertellen en uw wensen voor nieuwe activiteiten doorgeven.