

Mezenhof Wekelijks Programma

Dag en tijd	Activiteit	Info
Iedere werkdag	Biljartvereniging	Begane grond
Maandag 12.00 - 16.00	Klaverjassen	Wijkvereniging
Maandag 19.00 - 20.30	Teken- en Schilderclub	€1,00
Dinsdag 9.00 - 10.00	Hatha Yoga	Mike Hartog
Dinsdag 10.30 - 12.00	Passende Yoga	Mike Hartog
Dinsdag 14.00 - 15.00	Yoga, alleen vrouwen	Yvonne Hoogendoorn
Dinsdag 17.00 - 18.00	Buurthap - Kom gezellig eten!	€ 4,50
Woensdag 10.00 - 12.30	Handwerkgroep/Quiltclub	Oneven weken
Woensdag 10.00 - 12.30	Hartenlief, help jij ook mee?	Vrijwilligers
Woensdag 10.30 - 12.00	27 mei : Dans als helende kunst	€ 3,00 per les
Woensdag 14.30 - 16.00	Teken- en Schilderclub	€1,00
Woensdag 19.00 - 20.00	Lijn Mee!	Hennie Steehouwer
Donderdag 12.00 - 16.00	Klaverjassen	Wijkvereniging
Donderdag 12.30 - 16.00	Repaircafé, geef jouw spullen een tweede kans!	Thuiskamer
Donderdag 16.30 - 19.00	Buurthap, vegan of vegetarisch	afhalen/opeten
Donderdag 19.30 - 22.15	Bingo, eens per 2 weken	Wijkvereniging
Vrijdag 9.15 - 10.15	Meditatiecursus	Fauzia
Vrijdag 10.00 - 12.00	Keramiek lessen beginners	Helaas vol!
Vrijdag 14.00 - 16.00	Keramiek lessen gevorderden	Vol !
3e Vrijdagavond vd maand	Prijsklaverjassen	Wijkvereniging
Zaterdag 10.30 - 11.15	Kleuterdans 4-7 jaar	Anuschka
2e Zaterdagavond vd maand	Stijldansen bij Tante Sjaar	€ 5 incl. hapjes
Zondag 13.30 - 16.30	Modeltekenen, 3e zondag vd maand	€ 10 per les

Per activiteit vind je meer informatie op de website

Binnenkort vind je hier ook het programma van de Huismanstraat
Heb je vragen loop gerust binnen, mail naar info@denieuwenachtegal.nl of
bel 010 - 32 20 455



 **Programma 55+ Sociëteit (Wijkvereniging)**

Dag en tijd	Activiteit	Info
Woensdag 3 juni	Dierentuin Blijdorp (gratis met Rotterdampas)	Uitstapje
Woensdag 17 juni	Spelletjes	
Woensdag 1 juli	Pannekoekenboot (25% korting Rotterdampas)	Uitstapje

Vooraf aanmelden voor de uitstapjes bij
Jacoline de Haan: 06 - 20 13 81 87. We reizen met het OV.



Reserveer deze data alvast in je agenda!

Zondag 16 augustus - Rommelmarkt - Locatie veld Mezenhof
meer info via : rommelmarkt.charlois@yahoo.com

Vrijdag 5 juni - 10.00 - 12.00 uur

Gratis gezondheidstraining : Leef & Beweeg

Let op ! locatie : Hvdw de Nieuwe Nachtegaal - Huismanstraat 30

<https://www.inmovement.nl/training/leef-en-beweeg>

Woensdag 10 + 17 juni 18.00 - 20.00 uur of

Dinsdag 30 juni + 7 juli 12.30 - 14.30 uur

Workshops AI & smartphone fotografie voor 55+

Let op ! locatie : HvdW de Nieuwe Nachtegaal - Huismanstraat 30

Voor meer info : Hanneke@denieuwenachtegaal.nl of bel : 06-48132033

Elke woensdag 10.00 - 12.00 uur

- DEELWINKEL - maak kennis met de Deelwinkel, de koffie staat klaar !

Let op ! locatie : HvdW de Nieuwe Nachtegaal - Huismanstraat 30

Woensdag 2 september tot 21 oktober + 4 november 13.00 - 14.30 uur

Een nieuwe Val preventie cursus !

Locatie : Mezenhof

Zondag 13 december - Kerstmarkt/Rommelmarkt - Locatie Mezenhof
meer info via : rommelmarkt.charlois@yahoo.com