



Weekprogramma winter 2023/2024

# Paviljoen C

Zuiderzeeweg 11c

MAANDAG		
14:00 – 16.30	<b>WRAP training</b> Wellness Recovery Action Plan en is een persoonlijk plan voor herstel WRAP helpt om weer grip te krijgen op je leven – <b>aanmelden verplicht</b>	Marjanne Hart (06-11261828)
20:00-21:00	<b>YOGA</b> Voor een dosis stretchen en relaxen Kosten: € 0,50	Leonie van Zest 06 33 66 16 92
DINSDAG		
18:00 – 20:00	<b>KOOKWORKSHOP (vegan) – start 6 feb - om de week</b> Leer onder professionele begeleiding hoe je simpele maar voedzame maaltijden maakt. Kosten: €25,- voor 7 keer	Danielle Maas 06-55306843
DONDERDAG		
18:00-20:00	<b>SOUP NIGHT</b> Vers bereide veganistische soep kosten: € 1,-	Lisanne Binnenmars (contactgegevens onderaan pagina)
VRIJDAG		
10:00-12:00	<b>KAPPER – start 19 jan - om de week</b> Heb je een klein budget, dan kan je jezelf aanmelden voor de kapper. Alleen op afspraak en vol is vol.	Lisanne Binnenmars (contactgegevens onderaan pagina)

Nederlandse taal leren? Aanmelden via inloopspreekuur (zonder afspraak). Iedere woensdag van 11.00 tot 12.00 uur, IJburglaan 727c



Weekprogramma winter 2023/2024

# Paviljoen C

Zuiderzeeweg 11c