

Programma Buurtcentrum Horizon 2019

Sociaal Wijkteam in de Horizon:

Maatschappelijke dienstverlening – Sociaal Raadslieden – Buurtwerk– Ouderenwerk – Mantelzorg

Maandag Inloop Maatschappelijk Werk van 9.30 tot 11.00 uur

Dinsdag Financiële Salon. Hulp bij het invullen van formulieren en reageren naar instanties. (van 09.00-11.00 uur)

U dient hiervoor een afspraak te maken, dat kan vaak bij de balie.

Woensdag Taal Informatie Punt – TIP -Nederlands leren, schrijven, lezen. Inburgeren. 09.30-11.30 uur

Woensdag Inloopspreekuur Grip op je Geld – Financieel Inloopspreekuur van 9.30 tot 11.00 uur

Woensdag Wegwijssalon van 9.30 tot 12.00 uur

De Mantelzorglijn West - telefonisch spreekuur- elke woensdag van 19.30 tot 21.30: 06-57595929.

Bewonersinitiatieven Westerpark: Buurtwerker Peter de Haan e-mail: p.dehaan@abc-west.nl, inleveren aanvraagformulier: postvak achter de balie.

Activiteiten voor Volwassenen:

Maandag	Tijd	Kosten	Contactpersoon
Fietsles	9.30 -10.30	€ 30 voor 15 x	Nadia Kasmi 0687294940
Wandelgroep Westerpark	10.00-12.00	€ 1,- per keer	Maureen Russell 06-21107544
Aikido 55+	11.15-12.45	Op aanvraag	shoshinamsterdam25@gmail.com
Buurtlunch Mi Inti Ocio	12.00-14.00	€ 2,50,- per keer of € 4,-	Nusta Aida 06-15587084
Creatieve Middag	14.00-16.00	€ 1,- per keer	Maureen Russell (Roads) 06-21107544
Kaartclub Eigen Haard Klaverjassen	19.00-23.00		Nel en Han van Driel 020-6259810
Social-Tech Open inloop Computerhulp/advies	15.00-19.00	Gratis	06-12045000
Dinsdag	Tijd	Kosten	Contactpersoon
Open leercentrum	09.00 – 12.00	Gratis	Pia
Marokkaans Maaltje Warme lunch	12.00-14.00	€ 3,- (doneren mag)	Aicha Chaaoui 06-884072608
Hardlopen (ROADS)	12.30-14.00		Eelke Mollenbrok 06-10942484
Fit op Muziek	18.45-19.45	10 lessen € 20,- losse les € 3,50	Yuniel Guerra Avila 06-44567071
Nederlandse Taallessen voor mannen	19.00-21.00		Roberto Morsink, via het TIP woensdag 9.30- 11.30
Hardlopen Amsterdam	19.30-21.30	Zie website	David Knapstein 06-21460099
Social-Tech Open inloop volwassenen Computerhulp/advies	17.00-20.00	Gratis	06-12045000
Lachyoga 1 x per maand	20.00-21.00	Op aanvraag	Maarten Vos 06-21642386

Programma Buurtcentrum Horizon 2019

Woensdag	Tijd	Kosten	Contactpersoon
Fitgym 55+ MBVO	09.30-10.30		Marianne van Engelen 020-8661070 (Cordaan)
Cursus Tekenen en Schilderen	10.00-12.00		Kees van Veen 06-40655200
Social Tech-Open inloop Computerhulp/advies	15.00-19.00	Gratis	06-12045000
Zumba	11.00-12.00	€ 1,- per keer	Mariana de Castellanos 06-38931009
Nederlandse Conversatie Les voor vrouwen	13.00-15.00	Gratis	Dorien Putman 06-15574739
Handwerk en Naailes	13.30-16.00		Razao en Karime 06-29121588
Q Kitchen – LGBTQ (de even weken)	17.30-21.00	Donatie, Ong. € 5,-	qkitchenamsterdam@hotmail.com
GJ Plate Filosofenvereniging	18.00-21.00		Dalva da Cruz admin@jgplate.nl
Zeza Naailes	19.00-21.00	Op aanvraag	Zeza Fernandes 06-28140310
Power hour (bootcamp)	18.00-19.15	€ 2,50 per keer	Asmara Haltman
Stretch Yoga	19.30-21.00		Rian Suyl 06-40768061
Donderdag	Tijd	Kosten	Contactpersoon
Gymnastiek 60+ MBVO	09.30-11.00		Marianne van Engelen 020-8661070 (Cordaan)
High Tea Zoet VEW) (op de even donderdagdagen)	09.30-12.00	€ 1,- per keer	vrouwenexpeditiewest@gmail.com
Nederlandse taalles voor mannen	10.30-12.00	€ 1,- per keer of via WPI	Roberto Morsink via TIP
Pilates Gezonde Voeding, lunch	11.00-12.00 12.00-13.30		Daniëlle Maas van Roads 06-11346829
Country Line Dance Horizon Hoppers	14.00-15.30	Op aanvraag	Lydia Hagen 020-6824309
Social-Tech Computer- inloop volwassenen	14.00-17.00		06-12045000
Jammen met Jamal	15.30-18.00	€ 2,- (incl. drankje)	06-30292270
Zonneschijn Buurtmaaltijd (de even donderdagdagen)	18.00	Gratis omdat ah sponsort, donatie voor materiaal mag	Wendy 06-40045276
Vrijdag	Tijd	Kosten	Contactpersoon
Samen zingen met vrouwen	9.00-10.30	Gratis	Hajar321gmail.com
Social Tech-Open inloop Computerhulp/advies	15.00-19.00	Gratis	06-12045000
Regenbooggroep 3-gangen Buurtdiner 1e drie weken v.d. mnd. In het Buurtrestaurant	18.00 uur	€ 5,-	020-5317639 ikdoemee@deregenboog.org
Nederlandse Conversatieles	13.00-15.00	Gratis (wachtljst)	Yvonne/ Dorien Putman 06-15574739

Programma Buurtcentrum Horizon 2019

Zaterdag	Tijd	Kosten	Contactpersoon
Buurtbuik Gratis eten maken en/of mee eten.	13.00-15.00 In het Burtrestaurant	Gratis	info@buurtbuik.nl
Filmspot Elke laatste zaterdagavond van de maand	Filmvertoning start om 20.30	Film € 2,- Vanaf 19.00 vóór aanvang film heerlijk diner voor € 7,-	stichtingfilmspot@gmail.com www.facebook.com.nl/filmspotinfo
Zondag	Tijd	Kosten	Contactpersoon
Oud Goud dinner dance	16.00-20.00 Elke 2 ^e zondag van de maand		Irving Gill 06-51241614
Arabische les voor kinderen	9.00-13.00		Mw. El Bamby



Activiteiten voor Kinderen:

Dag	Tijd	Kosten	Contactpersoon
Maandag Spaarndammer Kinderclubje	16.00-18.00	Gratis	Tante Audry Knott 06-39209270
Dinsdag Koken met Kids	16.00-18.00	Gratis	Tante Audry Knott 06-39209270
Woensdag , 1xp. mnd Baobao Baby Massage	12.45-14.15	Op aanvraag	Anita de Roode 06-81806603

Het Buurtrestaurant met low-budgetprijzen, is doordeweeks van 11.00-20.00 uur geopend,
Chef-kok: Isam Nadaf. 06-38770074, 'maatwerk' voor groepen mogelijk: www.mbuffet.nl

