Activiteitenprogramma WIJ a/d Werf - november

Vast activiteitenrooster

maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag
11.00 - 12.00 **Wandelgroep:** start vanaf de werfkelder **12.00-13.00** **Individueel sporten:** onder begeleiding van sportcoach	**11.00 - 11.45** **Tae Bo fitness workout:** alle niveaus welkom			
12.00 **Lunch ***	**12.00** **Lunch ***	**12.00** **Lunch ***	**12.00** **Lunch ***	**12.00** **Lunch ***
13.00 **Schaken:** iedereen welkom!	**13:30** **Creatieve middag:** kaarten maken, schilderen e.d.	**13.00** **Schaken:** iedereen welkom!	**13.15-13.45** **Samen fitnessen** **13.45** **Gezelschaps-spelletjes spelen** (Hitster, klaverjassen, rummikub etc.)	**13.30** **Karaoke:** samen luisteren naar muziek en meezingen (als je wil)

*Bijna elke dag wordt er om 12:00 uur lunch geserveerd voor 1,50 euro (op=op)

Extra activiteiten *(allemaal gratis deelname, aanmelden niet nodig)*

- Donderdag 5 november 13:00 uur Deelnemersoverleg
- Dinsdag 10 november 13:00-14:30 Lantaarns of windlichtjes versieren voor Sint Maarten
- Woensdag 11 november 13:00-14:30 'Beauty dagje' (oa nagels lakken)
- Woensdag 18 november 13:00-14:30 Cake of koekjes bakken
- Donderdag 26 november 13:00-14:00 Bingo

Daarnaast kun je dagelijks bij ons terecht voor:

- Inloop met koffie/thee
- Creatieve en ontspannende activiteiten zoals tekenen, kaarten maken, boeken lezen & fitnessen
- Arbeidsmatige activiteiten zoals boekjes maken, schoonmaken, koken, bardienst. Bij interesse en voor meer informatie graag melden bij de begeleiding.
- **Gezocht: klaverjaspartners**
  Wie vindt het leuk om een klaverjasgroepje te vormen bij Wij aan de werf?
  Bij interesse graag bellen of mailen:

Contact

Oudegracht 281-283 (werfkelder), 3511 PA Utrecht
telefoon: 030-737 10 24 |06 55 00 30 25
e-mail: wijaandewerf@wij30.nl
Openingstijden: maandag t/m vrijdag tussen 09.00 en 15.00 uur