

**LET OP! OPEN INLOOP BEPERKT MOGELIJK!
RESERVERING VERPLICHT (KAN OOK AAN DEUR)**

Dag	Tijd	Activiteit	Kosten	Ruimte
Maandag				
Wekelijks	10:30 — 12:30	Amsteldorp Actief Koffieochtend Deelnemen? Bel 06—27301404	Gratis	Praathuys & Fitkamer
Wekelijks	14:00 — 16:30	Open Inloop Maximaal 12 plekken	Gratis	Praathuys & Fitkamer
Wekelijks	14:30 — 15:30	Wandelgroep	Gratis	
Dinsdag				
Wekelijks	09:00 — 09:45 09:45 — 10:30	Meer Bewegen Voor Ouderen Deelnemen? Bel 020—8861070	€ 5,50 p.m.	Fitkamer
Wekelijks	11:00 — 14:00	Buurtteam Spreekuur Bel 020-4620300 voor een afspraak	Gratis	Praathuys & Fitkamer
Wekelijks	16:00 — 17:00	Jazzballet Deelnemen? Bel 020-4623353	€ 7,50 p.m.	Fitkamer
Woensdag				
Wekelijks	10:00 — 15.30	Seniorensoos Lunch Deelnemen? Bel 020-4623353	Gratis € 2,50	Praathuys & Fitkamer
Wekelijks	19:30 — 21:00	Yoga Deelnemen? Bel 020-4623353	€ 25,00 p.m.	Fitkamer

Spreekuren	Alleen op afspraak	Contact
Wijkagent Els van Axel Dongen	Op afspraak	0900—8844
Wijkbeheerder Ymere	Op afspraak	06—4610 8451
Wijkverpleegkundige ZGAO	Op afspraak	06—2253 0874

**LET OP! OPEN INLOOP BEPERKT MOGELIJK!
RESERVERING VERPLICHT (KAN OOK AAN DEUR)**

Dag	Tijd	Activiteit	Kosten	Ruimte
Donderdag				
Wekelijks	09:30 — 12:00	Priegelmee Deelnemen? Bel 020-4623353	€ 10,00 p.m.	Praathuys & Fitkamer
Wekelijks	12:30 — 16:30	Open Inloop Maximaal 12 plekken	Gratis	Praathuys (& Fitkamer)
Wekelijks	13:30 — 14:30	Topfit Deelnemen? Bel 020-4623369	€ 2,50	Fitkamer
Wekelijks	17:00 — 17:30	Afhaalmaaltijd Aanmelden donderdag 09:00—13:00 020-4623353 of hoekhuis@zgao.nl	€ 3,50	
Vrijdag				
Wekelijks	10:30 — 12:30	Amsteldorp Actief Koffieochtend Deelnemen? Bel 06—27301404	Gratis	Praathuys & Fitkamer
Elke 3e en 4e vrijdag van de maand	14:15 — 17:00	Filmmiddag Silver Screen Deelnemen? Bel 06—24479428 of mail silverscreen.hoekhuis@gmail.com	€ 3,00	Praathuys
Zaterdag				
Zondag				
GESLOTEN				

Spreekuren	Alleen op afspraak	Contact
Wijkagent Els van Axel Dongen	Op afspraak	0900—8844
Wijkbeheerder Ymere	Op afspraak	06—4610 8451
Wijkverpleegkundige ZGAO	Op afspraak	06—2253 0874