

Activiteiten MOC Participe augustus 2026

Maandag:

Koffie met een Taartje en Praatje

Loop binnen voor een gezellige koffieochtend met lekkernijtjes, spelletjes of een goed gesprek. Prijs €4,-. Tijd: 10:00 - 12:00 uur

3 augustus: Schelpen decoreren. Elsa laat ons zien hoe je van een oesterschelp een decoratief item maakt. Prijs: €6,50 incl. koffie en wat lekkers, graag aanmelden via moc@participe.nu (er is plek voor 10p)
Tijd: 10:00 - 12:00 uur

MBVO- Fit & Vitaal op muziek 65+ Bewegen op muziek m.b.v. ballonnen, gewichten, kegels, stokken en kussentjes. Afsluitend met een kopje koffie. Opgeven via cursusburo*, start 24-8
Tijd: 10:00 - 11:00 uur en Tijd: 11:15 - 12:15 uur

Dinsdag:

Linedance Kom dansen op leuke muziek en daarna gezellig koffie drinken. Opgeven via cursusburo* start 1-9
Tijd beginners: 13.45-14.30u Tijd gevorderden: 14.30-15.30u

Woensdag:

Wilma's Crea Club; kaarten maken, borduren, diamond painting ."Nieuwe vrienden maken gaat hier makkelijk" Neem je eigen hobbyspullen mee. Deelname €1,50. Info bij Wilma Heijsteeg 06-40663400
koffie/thee voor eigen rekening. Tijd: 9.30-11.30 uur

Tosti lunch! Elke woensdag kun je heerlijke tosti's komen lunchen, wit en bruin, Tijd: 12.00 - 13.00 uur.

Donderdag:

Dansmix 60+ Lekker bewegen op muziek onder begeleiding van dansdocent Nikkie. Na afloop samen koffie/thee drinken. Opgeven en info creatief@dansconnects, start weer in september
Tijd: 9.15- 10.15 uur

MOC Participe, Lindelaan 75 , Grote zaal , volg ons op Facebook

*Cursusburo: cursus@participe.nu of 020-5430441 MOC: moc@participe.nu

Donderdag:

Tekenen & schilderen Leer werken met verschillende materialen en technieken met docent Graciële, opgeven en info bij cursusburo*

Tijd: 10.00 - 12.00 uur , start 20-8

Zomerlunch schuif aan bij je wijkgenoten voor verse soep en tosti's en een afwisselend zomermenu. Aanmelden niet nodig.

Prijs €2,25 tot €4,- Tijd: 12.00 - 13.00 uur

Klaverjas zomertoernooi Laat jij je in de kaarten kijken? Doe mee met het toernooi! Op 23 en 30 juli, 6 en 13 augustus (prijsuitreiking)

Deelname €10,- p.p. voor 4 x deelname incl. hapjes en prijsjes. De drankjes voor eigen rekening. Info en opgeven bij Hennie 020-6432699

Tijd: 13.00 – 16.00 uur. Graag 12.45u aanwezig

Vrijdag:

Soundhealing Journey: Maak kennis met heilzame muziekinstrumenten in een meditatieve muzikale klankreis, verzorgd door Studio 528/Yem
aanmelden via moc@participe.nu

Vrijdag 7 augustus Tijd: 13.00 -15.00 uur, kosten: €20,-

Eten & Bingo: Een bruisende middag met 3-gangen menu en Bingo (inclusief prijzen). Opgeven voor de dinsdag bij Marisa 06-82991242
Kosten eten €11,- en bingo €6,-

Vrijdag 21 augustus Tijd: 12.30 -16.00 uur

De mooiste momenten uit 75 jaar Nederlandse televisie Gaat uw hart sneller kloppen van de televisie van vroeger? Dan mag u deze bijzondere middag niet missen! Journalist en t.v.-kenner Lex Sternfeld neemt u mee op deze nostalgische reis door televisieland. Wel even aanmelden via moc@participe.nu, want vol=vol!

Vrijdag 28 augustus Tijd: van 14.00-16.15 uur



MOC Participe, Lindelaan 75 , Grote zaal , volg ons op Facebook

*Cursusburo: cursus@participe.nu of 020-5430441 MOC: moc@participe.nu