

Activiteiten MOC Participe september 2026

Maandag:

Praatje en Taartje

Ontmoet je wijkgenoten, onder het genot van verschillende lekkernijen. Elke maandag, kosten €6,50-. Opgeven bij moc@participe.nu. Iedere week een leuke knutselactiviteit!

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*,
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*
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, kaas, ham/kaas en kaas/ tomaat. 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 ,

Wereldlunch schuif aan bij je wijkgenoten voor een kop soep, tosti's of een broodje kroket. Aanmelden niet nodig. Eerste donderdag van de maand pannenkoeken! Prijs €2,25 tot €4,- Tijd: 12.00 - 13.00 uur

Op 27 augustus zijn ouderenadviseurs Debby en Chantal aanwezig, vanaf 11.30 uur, voor vragen en advies.

Klaverjassen Gezellig samen kaarten, kom eens kijken en doe mee. Deelname €1,50 per keer, consumpties voor eigen rekening. Info en opgeven bij Hennie 020-6432699

Tijd: 13.00 – 16.00 uur. Graag 12.45u aanwezig

Vrijdag:

Muzikale buurtborrel Kom in deze Week van de Ontmoeting een drankje doen met je burens en genieten van gezelligheid en **live muziek!** Aanmelden is fijn via moc@participe.nu maar spontaan binnenlopen is ook prima

Vrijdag 28 september Tijd: 15.00 -17.00 uur, Entree €5,- inclusief 1 drankje en een hapje

Eten & Bingo: Elke 3e vrijdag in de maand. Bingo met 3 gangen lunch. Ook los van elkaar. Lunch € 11,00 Bingokaarten € 6,00.

Opgeven bij Marisa (06-82991242)

Vrijdag 18 september Tijd: 12.30 -16.00 uur



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

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