



**ONTDEK, CREEER EN
GENIET BIJ DE POST!**

BEN JE OP ZOEK NAAR
EEN PLEK WAAR JE NIET
ALLEEN DEELNEEMT,
MAAR OOK DE KANS
KRIJGT OM JE EIGEN
IDEEEN TOT LEVEN TE
BRENGEN?

WE NODIGEN JE UIT OM
SAMEN MET ONS EEN
PROGRAMMA VOL
PLEZIER, HERSTEL EN
CREATIVITEIT TE
VORMEN.

HEB JE EEN PASSIE VOOR
TUINIEREN, CREATIEF
BEZIG ZIJN, MUZIEK
MAKEN OF IETS HEEL
ANDERS? VERTEL HET
ONS EN WIE WEET KAN
JOUW IDEE UITGEVOERD
WORDEN.

DE POST IS GEOPEND
VAN 09.30 - 16.30 UUR

WEEK *overzicht* *Junij 1*

Zo
1

17.00 uur wijkdiner - gezellig samen eten (€ 5,-), graag reserveren

Ma
2

10.00 uur keek op de week met Henk

12.00 uur lunch & verrassing (€ 1,50)

13.30 uur Her-stel jezelf training start weer snel, datum op aanvraag
- (trainers: Natalie & Sylvia)

Di
3

10.00 uur diamond painting

10.30 uur wandelen met Chris

12.00 uur pannenkoekenlunch (€ 1,50)

14.00 uur workshop: de kracht van gedachten

wo
4

12.00 uur lunch & soep (€ 1,50)

13.15 uur start op eigen kracht training olv. Marian - graag aanmelden

14.00 uur beeldhouwworkshop € 1,50

14:00 uur nationale oma en opa dag

Do
5

12.00 uur lunch & snack (€ 1,50)

14.00 uur wereldmilieu dag

13.30 uur Keramiek met Franka

17.00 uur gezellig samen eten, diner de Post (€ 5,-)

vrij
6

09.30 uur start van de powervrouwen groep met Charron & Sylvia - graag aanmelden

12.00 uur lunch (€ 1,50)

14.00 uur workshop: creatief rondom herstel (vrij werk)

14.00 uur training - digitale wereld met Lily & Roos





**ONTDEK, CREEER EN
GENIET BIJ DE POST!**

BEN JE OP ZOEK NAAR
EEN PLEK WAAR JE NIET
ALLEEN DEELNEEMT,
MAAR OOK DE KANS
KRIJGT OM JE EIGEN
IDEEEN TOT LEVEN TE
BRENGEN?

WE NODIGEN JE UIT OM
SAMEN MET ONS EEN
PROGRAMMA VOL
PLEZIER, HERSTEL EN
CREATIVITEIT TE
VORMEN.

HEB JE EEN PASSIE VOOR
TUINIEREN, CREATIEF
BEZIG ZIJN, MUZIEK
MAKEN OF IETS HEEL
ANDERS? VERTEL HET
ONS EN WIE WEET KAN
JOUW IDEE UITGEVOERD
WORDEN.

DE POST IS GEOPEND
VAN 09.30 - 16.30 UUR

WEEK *overzicht* *Juni 2*

Ma
9

10.00 uur keek op de week met Henk
12.00 uur lunch & verrassing (€ 1,50)
13.30 uur Her-stel jezelf training, start weer snel
- (trainers: Natalie & Sylvia)

Di
10

10.00 uur diamond painting
10.30 uur wandelen met Chris
12.00 uur pannenkoekenlunch (€ 1,50)
14.00 uur workshop: hoe ga je om met tegenslag

Wo
11

10.00 uur verdiepend tafelgesprek
12.00 uur lunch & soep (€ 1,50)
13.15 uur start op eigen kracht training olv. Marian - graag aanmelden
14.00 uur buitenspeeldag we gaan met een groep mini golfen - graag aanmelden

DO
12

10.00 uur bakken met lily
12.00 uur lunch & snack (€ 1,50)
14.00 uur bingo de Post (0,50 per kaart)
17.00 uur gezellig samen eten, diner de Post (€ 5,-)

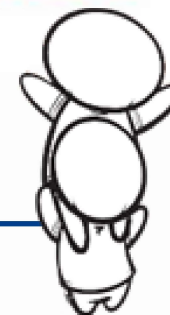
Vrij
13

09.30 uur Powervrouwen groep, samen met Charron & Sylvia - graag aanmelden
12.00 uur lunch € 1,50)
14.00 uur workshop: creatief rondom herstel (teken waar je op zit)
14.00 uur Aga's massage - graag aanmelden
~~**14.00 uur** training - digitale wereld met Lily & Roos~~

Za
14

Zo
15

17.00 uur wijkdiner - gezellig samen eten (€ 5,-), graag reserveren





ONTDEK, CREEER EN GENIET BIJ DE POST!

BEN JE OP ZOEK NAAR
EEN PLEK WAAR JE NIET
ALLEEN DEELNEEMT,
MAAR OOK DE KANS
KRIJGT OM JE EIGEN
IDEEEN TOT LEVEN TE
BRENGEN?

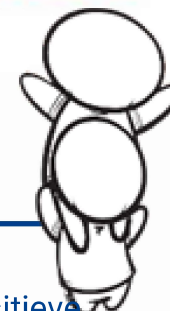
WE NODIGEN JE UIT OM
SAMEN MET ONS EEN
PROGRAMMA VOL
PLEZIER, HERSTEL EN
CREATIVITEIT TE
VORMEN.

HEB JE EEN PASSIE VOOR
TUINIEREN, CREATIEF
BEZIG ZIJN, MUZIEK
MAKEN OF IETS HEEL
ANDERS? VERTEL HET
ONS EN WIE WEET KAN
JOUW IDEE UITGEVOERD
WORDEN.

DE POST IS GEOPEND
VAN 09.30 - 16.30 UUR

WEEK *overzicht* *Juni 3*

Reakt ^{PG}



Ma
16

10.00 uur keek op de week met Henk
12.00 uur lunch & verrassing (€ 1,50)
13.30 uur Her-stel jezelf training, start snel weer
14.00 uur Aga's massage - graag aanmelden

Di
17

10.00 uur diamond painting
10.30 uur wandelen met Chris
12.00 uur pannenkoekenlunch (€ 1,50) - Indigo, tafelgesprek over positieve gezondheid
14.00 uur workshop: eenzaamheid kan je oplossen

wo
18

10.00 uur verdiepend tafelgesprek
12.00 uur lunch & soep (€ 1,50)
13.15 uur start op eigen kracht training olv. Marian - graag aanmelden
14.00 uur game middag met Lily

DO
19

12.00 uur lunch & snack (€ 1,50)
13.30 uur workshop: quilt workshop met Coby
14.00 uur Keramiek met Franka
17.00 uur gezellig samen eten, diner de Post (€ 5,-)

Vrij
20

09.30 uur Powervrouwen groep met Charron & Sylvia - graag aanmelden
12.00 uur lunch (€ 1,50)
14.00 uur workshop: creatief rondom herstel (zoete en zoute vormen)
14.00 uur training - digitale wereld met Lily & Roos
14.00 uur Aga's massage - graag aanmelden





ONTDEK, CREEER EN GENIET BIJ DE POST!

BEN JE OP ZOEK NAAR
EEN PLEK WAAR JE NIET
ALLEEN DEELNEEMT,
MAAR OOK DE KANS
KRIJGT OM JE EIGEN
IDEEEN TOT LEVEN TE
BRENGEN?

WE NODIGEN JE UIT OM
SAMEN MET ONS EEN
PROGRAMMA VOL
PLEZIER, HERSTEL EN
CREATIVITEIT TE
VORMEN.

HEB JE EEN PASSIE VOOR
TUINIEREN, CREATIEF
BEZIG ZIJN, MUZIEK
MAKEN OF IETS HEEL
ANDERS? VERTEL HET
ONS EN WIE WEET KAN
JOUW IDEE UITGEVOERD
WORDEN.

DE POST IS GEOPEND
VAN 09.30 - 16.30 UUR

WEEK

overzicht
Juni 4

Ma
23

10.00 uur keek op de week met Henk
12.00 uur lunch & verrassing (€ 1,50)
13.30 uur Her-stel jezelf training - start snel weer
14.00 uur Olympic day (spelletjes middag)
14.00 uur Aga's massage - graag aanmelden

Di
24

10.00 uur diamond painting
10.30 uur wandelen met Chris
12.00 uur pannenkoekenlunch (€ 1,50)
14.00 uur spelletjesmiddag

wo
25

10.00 uur verdiepend tafelgesprek
12.00 uur lunch & soep (€ 1,50)
13.15 uur start op eigen kracht training olv. Marian - graag aanmelden
14.00 uur beeldhouwen met Franka
14.00 uur workshop: wat zijn voor jou levensvragen ?

Do
26

12.00 uur lunch & snack (€ 1,50)
14.00 uur Keramiek met Franka
17.00 uur gezellig samen eten, diner de Post (€ 5,-)

Vrij
27

09.30 uur Powervrouwen met Charron & Sylvia - graag aanmelden
12.00 uur lunch (€ 1,50)
14.00 uur workshop: creatief rondom herstel (koffie en thee)
14.00 uur training - digitale wereld met Lily & Roos

Ma
30

10.00 uur keek op de week met Henk
12.00 uur lunch & verrassing (€ 1,50)
13.30 uur Her-stel jezelf training - start snel weer

