



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.

WEEK

overzicht

April 1



Ma 31	10.00 uur keek op de week met Henk 12.00 uur lunch & verrassing (€ 1,50) 13.30 uur Her-stel jezelf training - (trainers: Natalie & Sylvia)
Di 1	10.00 uur diamond painting 10.30 uur wandelen met Chris 12.00 uur pannenkoekenlunch (€ 1,50) 14.00 uur flauwe moppen tap middag - 1 april kikker in je...ook is het deze middag spelletjes middag
Wo 2	10.00 uur tafelgesprek met kaartjes 12.00 uur lunch & soep (€ 1,50) 14.00 uur beeldhouwworkshop € 1,50 per keer 14.00 uur suikerfeest
Do 3	12.00 uur lunch & snack (€ 1,50) 14.00 uur keramiek met Franka 17.00 uur gezellig samen dineren (€ 5,-)
Vrij 4	12.00 uur lunch (€ 1,50) 14.00 uur workshop: je interne en externe voorjaars schoonmaak
Zon 6	Geen wijkdiner op deze zondag!
Ma 7	10.00 uur keek op de week met Henk 12.00 uur lunch & verrassing (€ 1,50) 13.00 uur maak je eigen placemat 13.30 uur Her-stel jezelf training - (trainers: Natalie & Sylvia)



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.

WEEK

overzicht

April 2

Reakt^{PG}



Di 8	10.00 uur diamond painting 10.30 uur wandelen met Chris 12.00 uur pannenkoekenlunch (€ 1,50) deze middag sluit Indigo aan met een tafelgesprek over communicatie 14.00 uur game middag: verschillende spelen op de Nintendo Switch
Wo 9	12.00 uur lunch & soep (€ 1,50) 14.00 uur Workshop paasdecoratie maken met Gerda 14.00 uur beeldhouwworkshop € 1,50
Don 10	09.30 uur Reakt de Post Bakt met lily 12.00 uur lunch met snack (€ 1,50) 14.00 uur Paas bingo de Post (€ 1,- per kaart) 17.00 uur gezellig samen dineren (€ 5,-)
Vrij 11	12.00 uur lunch (€ 1,50) 14.00 uur workshop: creatief rondom Paasthema
Zo 13	17.00 uur wijkdiner op deze datum ivm feestdagen - gezellig samen eten (€ 5,-), graag reserveren
Ma 14	10.00 uur keek op de week met Henk 12.00 uur lunch & verrassing (€ 1,50) 13.30 uur Her-stel jezelf training - (trainers: Natalie & Sylvia)
Di 15	10.00 uur diamond painting 10.30 uur wandelen met Chris 12.00 uur pannenkoekenlunch (€ 1,50) 14.00 uur workshop: positieve psychologie en geluk



WEEK

overzicht
April 3

Reakt^{PG}



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.

Wo 16	12.00 uur lunch & soep (€ 1,50) 14.00 uur workshop: mindfulness en stressmanagement' 14.00 uur beeldhouwworkshop € 1,50
Don 17	10.00 uur workshop in het teken van: 'zelfcompassie, liever zijn voor jezelf' 12.00 uur lunch met snack (€ 1,50) 14.00 uur keramiek met Franka 17.00 uur gezellig samen dineren (€ 5,-)
Vrij 18	12.00 uur lunch (€ 1,50) 14.00 uur creatief in herstel - breng je eigen verhaal in beeld
Zo 20	Pasen - geen wijkdiner
Ma 21	12.00 uur - tweede Paasdag - Paasbrunch - € 3,50 aanmelden graag
Di 22	10.00 uur diamond painting 10.30 uur wandelen met Chris 12.00 uur pannenkoekenlunch (€ 1,50) 14.00 uur workshop: je energie weer op peil
Wo 23	12.00 uur lunch & soep (€ 1,50) 14.00 uur workshop: 'wrap' herstelthema's 14.00 uur Beeldhouwworkshop € 1,50



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

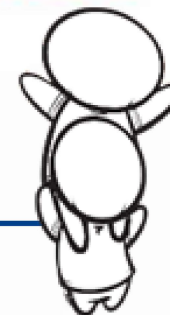
BEN JE OP ZOEK NAAR
EEN PLEK WAAR JE NIET
ALLEEN DEELNEEMT,
MAAR OOK DE KANS
KRIJGT OM JE EIGEN
IDEEEN TOT LEVEN TE
BRENGEN?

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* *April 4*



Do
24

09.30 uur Reakt bakt met Lily
12.00 uur lunch met snack (€ 1,50)
14.00 uur keramiek met Franka
14.00 uur spelletjes middag met Lily

Vrij
25

12.00 uur lunch & verrassing (€ 1,50)
14.00 uur Aga's massage
14.00 uur Creatief in herstel - breng je eigen verhaal in beeld

Zo
27

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

Ma
28

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

Di
29

12.00 uur lunch & pannenkoeken (€ 1,50)
14.00 uur workshop: wereld wensdag & internationale dag van de dans

Wo
30

12.00 uur lunch & soep (€ 1,50)
14.00 uur Kick off/kennismaking tbv 'powervrouwen'

Ma
5

Vooruitblik:

Diner: 'de smaak van vrijheid!' € 3,50
Zondag 4 mei komt het reguliere wijkdiner te vervallen

