

# W E E K *overzicht* Reakt<sup>PG</sup> *Jun 1*



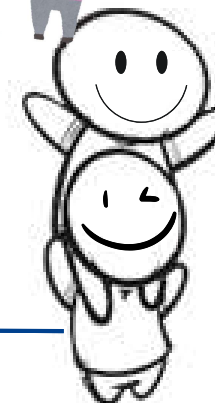
**ONTDEK, CREËER EN  
GENIET BIJ DE POST!**

BEN JE OP ZOEK NAAR  
EEN PLEK WAAR JE NIET  
ALLEEN DEELNEEMT,  
MAAR OOK DE KANS  
KRIJGT OM JE EIGEN  
IDEEËN TOT LEVEN TE  
BRENGEN? BIJ DE POST  
NODIGEN WE 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? LAAT HET ONS  
WETEN – MISSCHIEN  
WORDT JOUW IDEE  
WERKELIJKHEID!  
HET PROGRAMMA VAN DE  
POST WORDT  
SAMENGESTELD DOOR  
ERVARINGSDESKUNDIGEN  
, MENSEN ONDERWEG  
NAAR HERSTEL EN  
BETROKKEN  
VRIJWILLIGERS DIE IETS  
WILLEN BETEKENEN  
VOOR DE SAMENLEVING.

**DE POST IS GEOPEND  
VAN 09.30 – 16.30 UUR.  
KOM GERUST EENS  
LANGS!**

Ma 1	10.00 uur <u>wereld melkdag</u> 12.00 uur lunch & verrassing (€ 1,50) 13.30 uur <b>Ont-dek jezelf</b>
Di 2	10.30 uur wandelen met Chris 12.00 uur pannenkoekenlunch (€ 1,50) 13.00 uur stoelyoga met David de buurtsportcoach en Grace
Woe 3	12.00 uur lunch & soep (€ 1,50) 14.00 uur Creatief met Aurie <u>wereldfietsdag kom gezellig naar de post toe fietsend</u>
Do 4	12.00 uur lunch & snack (€ 1,50) 13.00 uur wandelen met Chris 17.00 uur gezellig samen eten, diner de Post (€ 5,-) <u>Nationale Opa en Oma dag (Zet jou opa of oma in het zonnetje)</u>
Vrij 5	12.00 uur lunch (€ 1,50) 13.00 uur Lily bakt (aanmelden verplicht)
Za 6	
Zo 7	17.00 uur wijkdiner, georganiseerd door Stichting Mentaaliteit





# W E E K *overzicht* *Juni 2*

# Reakt <sup>PG</sup>

## ONTDEK, CREËER 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  
IDEEËN TOT LEVEN TE  
BRENGEN? BIJ DE POST  
NODIGEN WE 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? LAAT HET ONS  
WETEN – MISSCHIEN  
WORDT JOUW IDEE  
WERKELIJKHEID!  
HET PROGRAMMA VAN DE  
POST WORDT  
SAMENGESTELD DOOR  
ERVARINGSDESKUNDIGEN  
, MENSEN ONDERWEG  
NAAR HERSTEL EN  
BETROKKEN  
VRIJWILLIGERS DIE IETS  
WILLEN BETEKENEN  
VOOR DE SAMENLEVING.

**DE POST IS GEOPEND  
VAN 09.30 – 16.30 UUR.  
KOM GERUST EENS  
LANGS!**

Ma  
8

Di  
9

Woe  
10

Do  
11

Vrij  
12

Za  
13

Zo  
14

### wij zijn vanaf 13:00 uur geopend i.v.m. een training

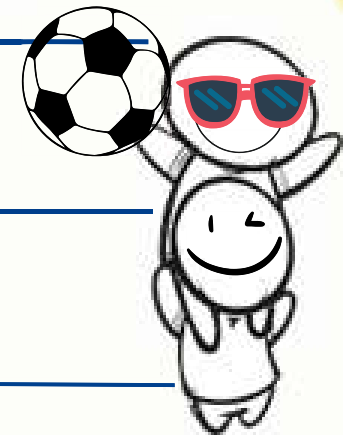
**10.30 uur** wandelen met Chris  
**12.00 uur** pannenkoekenlunch (€ 1,50)  
**13.00 uur** stoelyoga met David de buurtsportcoach en Grace

**12.00 uur** lunch & soep (€ 1,50)  
**14.00 uur** Creatief met Aurie  
**13.30 uur** Groei en geluk ( gesloten groep)

**12.00 uur** lunch & snack (€ 1,50)  
**13.00 uur** wandelen met Chris  
**13.30 uur** **Bingo de Post**  
**17.00 uur** gezellig samen eten, diner de Post (€ 5,-)

**12.00 uur** lunch (€ 1,50)  
**13.00 uur** Lily bakt ( **aanmelden verplicht**)

**17.00 uur** wijkdiner, georganiseerd door Stichting Mentaaliteit





# WEEK

overzicht  
Juni 3

Reakt <sup>PG</sup>

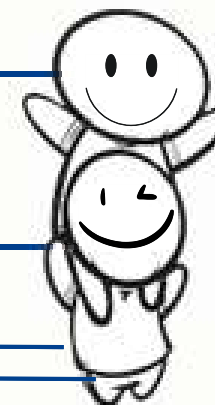
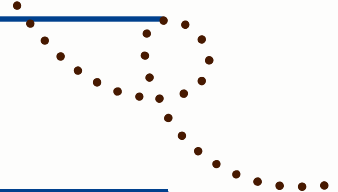
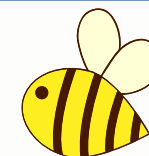
## ONTDEK, CREËER EN GENIET BIJ DE POST!

BEN JE OP ZOEK NAAR  
EEN PLEK WAAR JE NIET  
ALLEEN DEELNEEMT,  
MAAR OOK DE KANS  
KRIJGT OM JE EIGEN  
IDEEËN TOT LEVEN TE  
BRENGEN? BIJ DE POST  
NODIGEN WE 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? LAAT HET ONS  
WETEN – MISSCHIEN  
WORDT JOUW IDEE  
WERKELIJKHEID!  
HET PROGRAMMA VAN DE  
POST WORDT  
SAMENGESTELD DOOR  
ERVARINGSDESKUNDIGEN  
, MENSEN ONDERWEG  
NAAR HERSTEL EN  
BETROKKEN  
VRIJWILLIGERS DIE IETS  
WILLEN BETEKENEN  
VOOR DE SAMENLEVING.

**DE POST IS GEOPEND**  
VAN 09.30 – 16.30 UUR.  
KOM GERUST EENS  
LANGS!

Ma 15	12.00 uur lunch & verrassing (€ 1,50) 14.00 uur ontspanning/meditatie moment.
Di 16	10.30 uur wandelen met Chris 12.00 uur pannenkoeknlunch (€ 1,50) 13.00 uur stoelyoga met David de buurtsportcoach en Grace
Woe 17	12.00 uur lunch & soep (€ 1,50) 14.00 uur Creatief met Aurie 13.30 uur Groei en geluk ( gesloten groep)
Do 18	12.00 uur lunch & snack (€ 1,50) 13.00 uur wandelen met Chris 13.00 uur jeu de boules toernooi 17.00 uur gezellig samen eten, diner de Post (€ 5,-)
Vrij 19	12.00 uur lunch (€ 1,50) 13.00 uur Lily bakt ( <b>aanmelden verplicht</b> ) 14.00 uur Aga's stoelmassage (aanmelden verplicht)
Za 20	
Zo 21	17.00 uur wijkdiner, georganiseerd door Stichting Mentaaliteit





# WEEK *overzicht* *Junie 4*

# Reakt<sup>PG</sup>

## ONTDEK, CREËER 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 IDEEËN TOT LEVEN TE BRENGEN? BIJ DE POST NODIGEN WE JE UIT OM SAMEN MET ONS EEN PROGRAMMA VOL PLEZIER, HERSTEL EN CREATIVITEIT TE VORMEN.

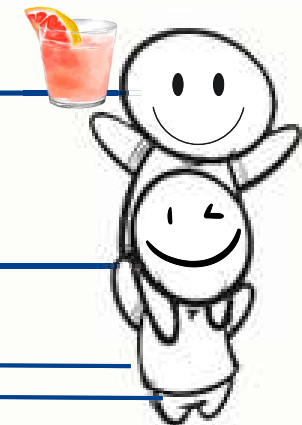
HEB JE EEN PASSIE VOOR TUINIEREN, CREATIEF BEZIG ZIJN, MUZIEK MAKEN OF IETS HEEL ANDERS? LAAT HET ONS WETEN – MISSCHIEN WORDT JOUW IDEE WERKELIJKHEID!

HET PROGRAMMA VAN DE POST WORDT SAMENGESTELD DOOR ERVARINGSDESKUNDIGEN, MENSEN ONDERWEG NAAR HERSTEL EN BETROKKEN VRIJWILLIGERS DIE IETS WILLEN BETEKENEN VOOR DE SAMENLEVING.

**DE POST IS GEOPEND**  
VAN 09.30 – 16.30 UUR.  
KOM GERUST EENS  
LANGS!

Ma 22	12.00 uur lunch & verrassing (€ 1,50) 14.00 uur ontspanning/meditatie moment. 14.00 uur Aga's stoelmassage (aanmelden verplicht)
Di 23	10.30 uur wandelen met Chris 12.00 uur pannenkoekenlunch (€ 1,50) 13.00 uur stoelyoga met David de buurtsportcoach en Grace
Woe 24	12.00 uur lunch & soep (€ 1,50) 14.00 uur Creatief met Aurie 13.30 uur Groei en geluk ( gesloten groep)
Do 25	12.00 uur lunch & snack (€ 1,50) 13.00 uur wandelen met Chris 13:00 uur <b>dag van de levensvragen</b> 17.00 uur gezellig samen eten, diner de Post (€ 5,-)
Vrij 26	12.00 uur lunch (€ 1,50) 13.00 uur Lily bakt (aanmelden verplicht) 14.00 uur Aga's stoelmassage (aanmelden verplicht)
Za 27	
Zo 28	17.00 uur <b>wijkdiner, georganiseerd door Stichting Mentaaliteit</b>

# SUMMER





# WEEK *overzicht* Reakt<sup>PG</sup> *Juni 5 / Juli 1*

**ONTDEK, CREËER 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  
IDEEËN TOT LEVEN TE  
BRENGEN? BIJ DE POST  
NODIGEN WE 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? LAAT HET ONS  
WETEN – MISSCHIEN  
WORDT JOUW IDEE  
WERKELIJKHEID!  
HET PROGRAMMA VAN DE  
POST WORDT  
SAMENGESTELD DOOR  
ERVARINGSDESKUNDIGEN  
, MENSEN ONDERWEG  
NAAR HERSTEL EN  
BETROKKEN  
VRIJWILLIGERS DIE IETS  
WILLEN BETEKENEN  
VOOR DE SAMENLEVING.

**DE POST IS GEOPEND  
VAN 09.30 – 16.30 UUR.  
KOM GERUST EENS  
LANGS!**

Ma  
29

12.00 uur lunch & verrassing (€ 1,50)  
13.30 uur **Start ontlast- jezelf training (aanmelden hiervoor)**

Di  
30

10.30 uur wandelen met Chris  
12.00 uur pannenkoekenlunch (€ 1,50)  
13.00 uur stoelyoga met David de buurtsportcoach en Grace

Woe  
1

12.00 uur lunch & soep (€ 1,50)  
14.00 uur keramiek met Franka  
14.00 uur Creatief met Aurie

Do  
2

12.00 uur lunch & snack (€ 1,50)  
13.00 uur wandelen met Chris  
17.00 uur gezellig samen eten, diner de Post (€ 5,-)

Vrij  
3

12.00 uur lunch (€ 1,50)  
13.00 uur Lily bakt

Za  
4

Zo  
5

17.00 uur **wijkdiner, georganiseerd door Stichting Mentaaliteit**

