



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

Mei 1



Do 1	12.00 uur lunch & snack (€ 1,50) 14.00 uur workshop: maak je eigen levens tijdlijn 17.00 uur gezellig samen dineren (€ 5,-)
Vrij 2	12.00 uur lunch (€ 1,50) 14.00 uur start training digitale wereld met Lily & Roos
Ma 5	17.00 uur Vrijheidsdiner, de Post is geopend van 17.00 tot 19.00 uur graag aanmelden (zondag 4 mei, wijkdiner vervalt)
Di 6	10.00 uur diamond painting 10.30 uur wandelen met Chris 12.00 uur pannenkoekenlunch (€ 1,50) 14.00 uur spelletjes middag
Woe 7	10.00 uur workshop lachen is gezond 12.00 uur lunch & soep (€ 1,50) 13.15 uur start op eigen kracht training olv. Marian
Don 8	09.30 uur Reakt de Post Bakt met lily 12.00 uur lunch met snack (€ 1,50) 14.00 uur Bingo de Post (€ 0.50,- per kaart) 17.00 uur gezellig samen dineren (€ 5,-)
Vrij 9	12.00 uur lunch in het teken van Europa dag (€ 1,50) 14.00 uur een reis door de digitale wereld - training- (trainers: 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.

WEEK

overzicht

Mei 2

Reakt^{PG}



Ma 12	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 13	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 zelfvertrouwen
Woe 14	10.00 uur workshop lachen is gezond 12.00 uur lunch & soep (€ 1,50) 13.15 uur start op eigen kracht training olv. Marian
Don 15	12.00 uur lunch met snack (€ 1,50) 13.30 uur Quilt workshop met Coby - prijs ntb. 14.00 uur spelletjes middag met Lily 17.00 uur wijkdiner - gezellig samen eten (€5,-)
Vrij 16	12.00 uur lunch in het teken van Europa dag (€ 1,50) 13.00 uur Aga's massage - graag aanmelden 14.00 uur een reis door de digitale wereld - training- (trainers: Lily & Roos)
Zo 18	17.00 uur wijkdiner - gezellig samen eten (€ 5,-), graag reserveren
Ma 19	10.00 uur keek op de week met Henk 12.00 uur lunch & verrassing (€ 1,50) 14.00 uur Her-stel jezelf training - (trainers: Natalie & Sylvia) 13.00 uur Aga's massage - graag aanmelden



WEEK

overzicht
Mei 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.

Di 20	10.00 uur diamond painting 10.30 uur wandelen met Chris 12.00 uur pannenkoekenlunch (€ 1,50) 14.00 uur Annie MG Smith middag - we gaan met elkaar naar de bibliotheek
Woe 21	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 wereldplantendag - we gaan op stap naar een leuke locatie
Don 22	12.00 uur lunch & snack (€ 1,50) 14.00 uur workshop: emoties & gevoelens 17.00 uur gezellig samen eten, diner de Post (€ 5,-)
Vrij 23	12.00 uur lunch (€ 1,50) 14.00 uur Aga's massage - graag aanmelden 14.00 uur workshop: creatief rondom herstel 14.00 uur training - digitale wereld met Lily & Roos
Ma 26	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) 14.00 uur Aga's massage - graag aanmelden
Di 27	10.00 uur diamond painting 10.30 uur wandelen met Chris 12.00 uur pannenkoekenlunch (€ 1,50) 13.30 uur Nat. dag van het sterven - we herdenken met elkaar deze dag
Wo 28	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 workshop: jouw innerlijke wereld, wat speelt erbij jou?



**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?

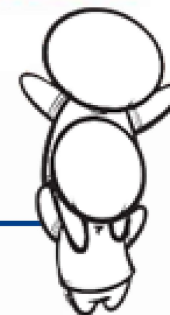
WE NODIGEN JE UIT OM
SAMEN MET ONS EEN
PROGRAMMA VOL
PLEZIER, HERSTEL EN
CREATIVITEIT TE
VORMEN.

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

W E E K *overzicht*

Mei - Juni 4



Do
29

12.00 uur lunch & snack (€ 1,50)
14.00 uur workshop: steekje los of positieve gezondheid
17.00 uur gezellig samen eten, diner de Post (€ 5,-)

Vrij
30

12.00 uur lunch (€ 1,50)
14.00 uur workshop: creatief rondom herstel
14.00 uur training - digitale wereld met Lily & Roos

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 - (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

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

