

# Overzicht activiteiten 2018/2019

## Ontmoeten



Activiteit	Dag	Tijd	Locatie	Start Cursus	Prijs
Buurtkamer Rozenprieel	maandag	10.00 - 12.00 uur	Buurtcentrum De Tulp		€ 1,- (€ 2,- incl. lunch)
Buurtkamer	maandag	13.00 - 16.00 uur	Cultureel centrum Selimiye *		gratis
Buurtkamer	maandag	13.00 - 15.00 uur	Wijkcentrum De Fjord		€ 1,- of € 2,- per keer
Koffie inloop	ma t/m vr	09.00 - 16.00 uur	Trefpunt 't Trionk		kostprijs consumpties
Biljarten, inloop	ma t/m vr	09.00 - 16.00 uur	Trefpunt 't Trionk		Biljartklok
Huiskamer Zuidwest	ma t/m do	10.00 - 14.00 uur	Trefpunt 't Trionk		€ 8,- incl. diner (€ 2,- zonder diner)
Klaverjassen, inloop	ma t/m vr	13.00 - 16.00 uur	Trefpunt 't Trionk		gratis
Schaken, inloop	dinsdag	10.00 - 12.00 uur	Trefpunt 't Trionk	13 september	gratis
Buurtkamer	woensdag	10.00 - 12.00 uur	De Brug *		€ 2,-
Buurtkamer	woensdag	10.00 - 12.00 uur	Wijkcentrum De Fjord		€ 1,- (1e woensdag v.d. maand aansluitend lunch € 2,-)
Sjoelen	donderdag	10.00 - 12.00 uur	Trefpunt 't Trionk		gratis
Biljartclub	donderdag	12.30 - 16.00 uur	Trefpunt 't Trionk		Biljartklok
Klaverjasclub	donderdag	13.00 - 16.00 uur	Trefpunt 't Trionk		€2,- per maand
Buurtkamer multiculturele vrouwengroep	donderdag	13.30 - 15.30 uur	De Roos *		gratis
Buurtkamer Alliance	donderdag (1e van de maand)	10.00 - 12.00 uur	Kantine Alliance *		€ 1,- voor koffie of thee
Roze Salon	donderdag (2e van de maand)	16.30 - 19.30 uur	Wijkcentrum Binnensteeds		gratis
Soos Binnensteeds	vrijdag	19.30 - 21.30 uur	Wijkcentrum Binnensteeds		gratis
"Mee met mij"	vrijdag (elke maand 2 uitjes)		Trefpunt 't Trionk		vervoer + consumptie

\* Cultureel centrum Selimiye, Minaretstraat 1, 2033 WX Haarlem, 023 - 531 67 79

De Brug, Oudeweg 10, 2031 CC Haarlem, 023 - 532 0767

De Roos, Tybautstraat 1, 2012 XJ Haarlem, 023 - 517 44 00

Kantine Alliance, Zeedistelweg 2, 2015 KT Haarlem, 023 - 524 40 57

## Eten



Activiteit	Dag	Tijd	Locatie	Start Cursus	Prijs
Lunchen met Raphaël	maandag	12.30 - 13.00 uur	Wijkcentrum Binnensteeds		€ 2,-
Open Eettafel (3 gangen)	maandag	12.30 uur	Trefpunt 't Trionk		€ 7,-
Gezonde hap	dinsdag	11.00 - 13.30 uur	Wijkcentrum Binnensteeds		€ 3,- (met kortingspas € 2,-)
Gezonde lunch	dinsdag	12.00 - 13.00 uur	Buurtcentrum De Tulp		€ 2,-
Stamtafel	dinsdag	16.30 - 19.30 uur	Wijkcentrum Binnensteeds		€ 3,50
3 gangen-lunch	woensdag (1e van de maand)	12.30 uur	Trefpunt 't Trionk		€ 8,-
Open Eettafel (3 gangen)	woensdag	12.30 uur	Trefpunt 't Trionk		€ 7,-
Stamtafel	woensdag	16.30 - 19.30 uur	Wijkcentrum De Fjord		€ 3,50 (Hoofdgerecht en dessert)
Open eettafel	donderdag (1e van de maand)	17.30 - 19.30 uur	Wijkcentrum De Fjord		€ 4,- of € 5,- per keer (Hoofdgerecht en dessert)
Open Eettafel (3-gangen)	donderdag	17.00 - 19.00 uur	Buurtcentrum De Tulp		€ 5,-
Gezonde buurtmaaltijd	vrijdag	18.00 - 19.30 uur	Buurtcentrum De Tulp		€ 3,50
Soep op Zondag (maaltijdsoep)	zondag (2e en 4e van de maand)	17.00 uur	Buurtcentrum De Tulp		€ 2,50

## Gezonde leefstijl, lichaam en geest



Activiteit	Dag	Tijd	Locatie	Start Cursus	Prijs
Koersbal	maandag	09.30 - 11.30 uur	Trefpunt 't Trionk		€ 53,- per jaar
Kom in beweging	dinsdag	10.00 - 11.30 uur	Wijkcentrum Binnensteeds		€ 2,- (met kortingspas € 1,-)
Gezond Natuurwandelen	dinsdag	11.00 - 12.00 uur	Buurtcentrum De Tulp		gratis
Sjoelen	dinsdag	13.30 - 15.30 uur	Wijkcentrum Binnensteeds		€ 53,- per jaar
Line dance	dinsdag	14.00 - 15.30 uur	Trefpunt 't Trionk	Half september, half mei	€ 3,50 per keer
Stijldansen	dinsdag	20.00 - 22.00 uur	Trefpunt 't Trionk	28 augustus, half mei	€ 2,50 per keer
Tafeltennis	woensdag	14.00 - 16.00 uur	Wijkcentrum Binnensteeds		€ 5,- per maand
Sport en spel	woensdag	14.00 - 16.00 uur	Wijkcentrum De Fjord		€ 2,- per keer (€ 1,- met kortingspas)
Mindfulness yoga	woensdag	16.30 - 18.00 uur	Trefpunt 't Trionk	19 september	€ 87,- 10 lessen
Yoga	woensdag	19.00 - 20.00 uur	Trefpunt 't Trionk	19 september	€ 196,- 30 lessen
Yoga	woensdag	20.15 - 21.15 uur	Trefpunt 't Trionk	19 september	€ 196,- 30 lessen
Ontspannen en bewegen	donderdag	10.30 - 11.30 uur	Wijkcentrum De Fjord		€ 2,- per keer (€ 1,- met kortingspas)
Yoga 55 +	vrijdag	09.15 - 10.15 uur	Trefpunt 't Trionk	21 september	€ 165,- 30 lessen
Wandelgroep zuid west	vrijdag	09.30 uur	Trefpunt 't Trionk		gratis
Yoga	vrijdag	09.45 - 10.45 uur	Buurtcentrum De Tulp		€ 2,- (€ 1,- met kortingspas)
Yoga 55+	vrijdag	10.30 - 11.30 uur	Trefpunt 't Trionk	21 september	€ 165,- 30 lessen
Yoga 55+	vrijdag	11.45 - 12.45 uur	Trefpunt 't Trionk	21 september	€ 125,- 23 lessen

# Overzicht activiteiten 2018/2019

## Educatie



Activiteit	Dag	Tijd	Locatie	Start Cursus	Prijs
Frans conversatie 2	maandag	09.00 - 10.30 uur	Trefpunt 't Trionk	17 september	€ 215,- (26 lessen)
Frans conversatie 1	maandag	10.30 - 12.00 uur	Trefpunt 't Trionk	17 september	€ 215,- (26 lessen)
Engels conversatie	maandag	14.00 - 15.00 uur	Trefpunt 't Trionk	17 september	€ 165,- (30 lessen)
Beginnerscursus met eigen laptop	maandag	14.00 - 16.00 uur	Trefpunt 't Trionk	24 september, 12 november, 14 januari, 11 maart, 6 mei	€ 30,- (6 lessen)
Computerinloop	dinsdag	10.00 - 12.00 uur	Wijkcentrum De Fjord		gratis (Graag op afspraak)
Engels conversatie	dinsdag	13.30 - 15.00 uur	Trefpunt 't Trionk	18 september	€ 239,- (30 lessen)
Computer-, tabletinloop	woensdag	09.30 - 11.30 uur	Buurtcentrum De Tulp		gratis
Computerinloop	woensdag	13.30 - 14.00 uur	Trefpunt 't Trionk		gratis
Individuele instructie voor iPad, tablet, smartphone en laptop	woensdag	14.00 - 15.00 / 15.00 - 16.00 uur	Trefpunt 't Trionk		€ 5,00 per uur (op afspraak)
Engels beginnend gevorderden	woensdag	13.00 - 14.00 uur	Trefpunt 't Trionk	19 september	€ 165,- (30 lessen)
Computerinloop	donderdag	10.00 - 12.30 uur	Wijkcentrum Binnensteeds		gratis
Frans niveau A1/A2	donderdag	14.30 - 15.45 uur	Trefpunt 't Trionk	27 september	€ 179,- (26 lessen)
Individuele instructie voor iPad, tablet, smartphone en laptop	vrijdag	14.00 - 15.00 / 15.00 - 16.00 uur	Trefpunt 't Trionk		€ 5,00 per uur (op afspraak)

## Creatief



Activiteit	Dag	Tijd	Locatie	Start Cursus	Prijs
Creaclub	maandag	10.00 - 12.00 uur	Trefpunt 't Trionk		gratis (eigen materiaal)
Sumi-E Japans Zen Schilderen	maandag	10.00 - 12.00 uur	Wijkcentrum Binnensteeds		€ 2,- (met kortingspas € 1,-)
Muziekgroep	maandag	13.00 - 14.30 uur	Wijkcentrum Binnensteeds		€ 2,- (met kortingspas € 1,-)
Brei- en haakclub	maandag	13.00 - 15.00 uur	Wijkcentrum De Fjord		€ 1,- per keer
Creatieve ochtend	dinsdag	10.00 - 11.30 uur	Trefpunt 't Trionk		€ 2,- per keer (incl. materiaal)
Naai-, brei en haakatelier	dinsdag	13.30 - 15.30 uur	Buurtcentrum De Tulp		gratis
Zanggroep	dinsdag	14.00 - 16.00 uur	Wijkcentrum Binnensteeds		€ 1,- (met kortingspas gratis)
3D kaarten maken	woensdag	10.00 - 12.00 uur	Trefpunt 't Trionk	(v.a. 5 september om de week)	€ 3,- per keer
Quilten	woensdag	10.00 - 12.00 uur	Trefpunt 't Trionk		gratis (eigen materiaal)
Gouden Boeken *	woensdag	10.00 - 12.30 uur	Trefpunt 't Trionk	3, 10, 17, 31 okt., 7, 14, 21 nov. en 12 dec. 2018	€ 45,- (Aanmelden: uiterlijk 24 september)
Theatergroep Vonk	woensdag	10.00 - 12.00 uur	Buurtcentrum De Tulp		€ 1,- (€ 0,- met HE-pas gratis)
Schilderen	woensdag	14.30 - 16.00 uur	Trefpunt 't Trionk	3 oktober, 16 januari 2019	€ 75,- (10 lessen incl. startpakket met materialen)
Theatergroep Wereldhuis	donderdag	10.00 - 12.00 uur	Wijkcentrum Binnensteeds		gratis
Creatief Atelier	donderdag	13.30 - 15.00 uur	Wijkcentrum Binnensteeds		€ 2,- per keer
Aquarelleren	donderdag	13.30 - 15.30 uur	Trefpunt 't Trionk	20 september	€ 220,- (22 lessen)

\* Het project Gouden Boeken is voor mensen die meer uit hun leven willen halen. Tijdens deze creatieve schrijf- en tekenochtenden krijg je inspirerende opdrachten om jouw eigen verhalen en gevoelens tot uitdrukking te brengen. Er wordt gewerkt op losse bladzijden die later gebonden worden tot een boek. Je geeft op een creatieve en expressie wijze vorm aan jouw eigen levensboek.

## Overige



Activiteit	Dag	Tijd	Locatie	Start Cursus	Prijs
Modeshow	donderdag	10.00 uur	Trefpunt 't Trionk	4 oktober	€ 2,-
Modeshow	donderdag	10.00 uur	Trefpunt 't Trionk	4 april	€ 2,-
Aan Tafel *	dinsdag	9.30 uur	Trefpunt 't Trionk	18 september, 16 oktober, 20 november, 11 december	gratis
Open dag	zaterdag	10.30 - 14.00 uur	Trefpunt 't Trionk	15 september	

\* Nieuwe energie, inspiratie en ideeën... schuif "aan Tafel!" in Trefpunt 't Trionk  
Heb je zin in een goed gesprek met vriendinnen of vrouwen die je nog niet kent? Even over iets anders praten en elkaar een (energie)boost geven? Schuif dan aan Tafel! Bij aan Tafel ga je met elkaar in gesprek aan de hand van een van de thema's: Doel, Lef of Netwerk. Heel simpel en het brengt je altijd wat nieuws!

### Locaties

#### Wijkcentrum Binnensteeds

Nieuwe Groenmarkt 20, 2011 TW Haarlem, 023 - 531 90 30  
www.facebook.com/wijkcentrumbinnensteeds

#### Trefpunt 't Trionk

Van Oosten de Bruijnstraat 60, 2014 VS Haarlem, 023 - 532 42 61  
www.facebook.com/trefpuntrionk

#### Buurtcentrum De Tulp

Voortingplantsoen 56, 2012 XZ Haarlem, 023 - 542 28 62  
www.facebook.com/buurtcentrumdetulp

#### Wijkcentrum De Fjord

Paul Krugerkade 6, 2021 BN Haarlem, 023 - 534 86 28  
www.facebook.com/DeFjordHaarlem  
www.wijkcentrumdefjord.nl



info@haarlemeffect.nl  
www.haarlemeffect.nl



info@ecosoleffect.nl  
www.ecosoleffect.nl