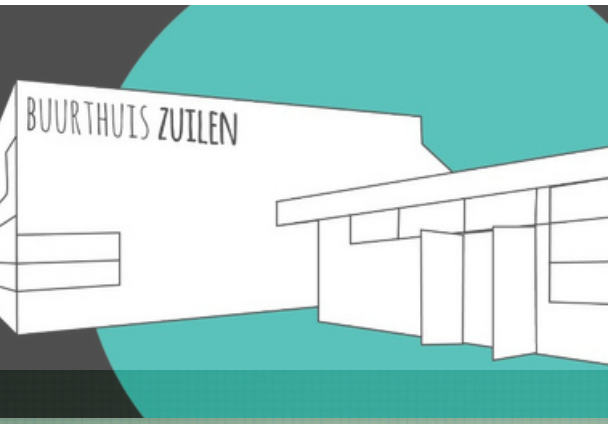
BUURTHUIS ZUILEN

Programma 2023
Kom je ook eens langs?
Koffie-inloop Ma-Vrij 9-12 uur

Ik wil weer wat gaan doen!

ik mis waardevolle contacten

ik heb behoefte aan meer gezelligheid



Buurthuis Zuilen
St.Ludgerusstraat 251
3553 CX Utrecht
Tel.06-59946520

De kracht van wij samen DOCK dock.nl

Programma 2023

	Tijd	Activiteit	Kosten	Contact
Ma	11.00-13.00	Diverse Lunch	€1,- tot €2,50	06-59977946
	10.00-12.00	Buurtkoffie	Koffie en thee	06-59977946
	13.00-15.30	Computer cursus beginners	€26,- voor 10 weken of U-pas betalen	030-8781535 www.Digiwijs30.nl
	13.00-16.30	Creatief met speksteen	Eigen materiaal	06-24243734
	17.00-21.00	Kickboksen kinderen	Eigen materiaal	info@fightkills.nl
	16.30-19.00	Koken met kerels	Ong. €2,50 voor eten	06-59977946
Di	09.30-12.00	Open atelier schilderen	Eigen materiaal	06-24243734
	10.00-13.00	Huiskamer koffie	Gratis	06-271194440
	10.00-11:30	Taalles Taal doet meer	informeer	030-2947594
	11.30-13.00	Buurtwandeling met koffie	Eigen bijdrage koffie/thee	06-59977946
	20.00-21.15	Yin Yoga	Proefles €10,-	06-22862468
	20:30-22:00	Spaanse les	€190,- voor 10 lessen	rutnegro@hotmail.com
Wo	09.00-10.30	Yoga	€10,- proefles €199,- voor 15 lessen	06-22862468
	09.00-12.00	Open atelier / schilderen	Eigen materiaal	06-24243734
	14.00-16.00	Darten	Kosten koffie / thee	06-59955558
	14:00-16:30	Meidengroep en jeugd-inloop	Gratis	06-81318632
	17:00-19:30	Belle's bistro	€3,50	info@stichtingonderanderen.nl
	16:00-19:00	Kickboksen kinderen	Eigen materiaal	info@fightkills.nl
	18:45-22:15	Theorielessen voor mensen die moeilijk leren Auto rijbewijs B	€5,- per maand	030-2934776 06-10697845
	19:30-22:30	Badminton	Gratis	06-46410996

Programma 2023

	Tijd	Activiteit	Kosten	Contact
Do	10:00-11.30	Taalles	Informeer	marijkevdkuijlen@gmail.com
	13:00-18:00	Nos Bohio	Informeer	06-51967115
	15:00-16:00	Miggys dance	€60,- voor 10 lessen of U-pas betalen	06-14673062 miggysdance@gmail.com
	19:00-21:30	Ontmoeting zelfhulpgroep	Gratis	06-23320179
	19:30-20:45	Buikdansen Hadyr	6 lessen voor €70,-	06-11065606 030-6911868 www.buikdansenutrecht.nl
Vr	09:45-11:45	M/V Café (1x per 2 weken)	Gratis	06-51967115
	19:00-21:30	Bewegen Buurtvaders / bezoekers	Gratis	06-44498317 ch_elhassan@hotmail.com
	19:00-23:00	Buurtvaders Ontmoeting / Koken Voorlichting Cursus	Gratis	06-44498317 ch_elhassan@hotmail.com
Zat	09:00-14:00	Repair Café	Vrijwillige bijdrage	06-27119440
	10:00-15:00	Taalles / Computerles / Handarbeid / Bewegen voor kinderen	Informeer	06-84792248
	15:00-18:00	Breakdance	Gratis	06-24750872
	18:00-21:00	Verdedigingssport voor kinderen	Eigen materiaal	06-24116620
	18:30-23:00	Ontmoeting / koken Syrische mannengroep	Gratis	06-18649790 info@stichting-elaaf.nl
	18:30-23:00	Ontmoeting Syrische vrouwengroep	Gratis	06-18649790 info@stichting-elaaf.nl
Zo	09:00-17:00	Buurtvaders Ontmoeting / Koken Voorlichting Cursus / Computer	Gratis	06-44498317 ch_elhassan@hotmail.com
	15:00-17:00	Ukele spelen en oefenen	Gratis	06-11765914 ben.van.alphen@ziggo.nl
	17:00-22:00	Sporten voor ouderen	Gratis	06-12733191 obeqqali@live.nl
	17:00-23:00	Koken / ontmoeten voor ouderen	Gratis	06-12733191 obeqqali@live.nl

In buurthuis Zuilen is van alles te doen. We kijken uit naar je komst. Voor informatie over deelname en kosten kunt u bellen of mailen met de desbetreffende contactpersoon.

Heeft u een leuk idee voor een activiteit die er nog niet is? Neem gerust contact met ons op.

Sociaal Beheerder
Marloes Pieper
mpieper@dock.nl
06-59946520

Sociaal makelaar
Ed Lasseur
elasseur@dock.nl
06-27119440

Sociaal makelaar jeugd
Aster Blaauboer
ablaauboer@dock.nl
0681318632

BUURTTEAM

inloopbalie ma t/m vrijdag 9 tot 16 uur
030-7400503 van 9 tot 17 uur

De kracht van wij samen DOCK dock.nl