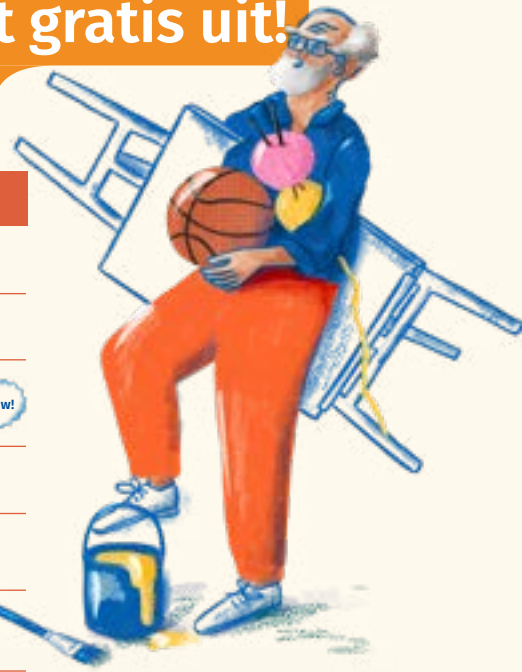


Van schilderen tot zumba:
probeer het gratis uit!

Maandag 9 september	
8.40 - 10 uur	Hatha yoga
11.30 - 12.30 uur	Zumba gold
13.10 - 14.10 uur	Body & Mind groep 2 <small>Nieuw!</small>
13.30 - 16 uur	Petanque
14 - 17 uur	Creanamiddag
14.20 - 15.20 uur	Tai chi Beginners
15.30 - 16.30 uur	Parkitango



Dinsdag 10 september	
10.15 - 11.15 uur	Yoga voor beginners
13.30 - 15 uur	Franse babbeltafel
13.30 - 17 uur	Kaarten
15.15 - 16.15 uur	Yoga vanop een stoel



Woensdag 11 september	
9 - 10 uur	Yoga
9- 11 uur	Infomoment: Computer voor gevorderden
10 - 11 uur	Korte wandeling
10.15 - 11.15 uur	Yoga nidra meditatie
14 - 17 uur	Mandala atelier



Donderdag 12 september	
9 - 11 uur	Infomoment: Computer-initiatie
13.30 - 16 uur	Petanque
13.30 - 17 uur	Kaarten
	Sjoelen
14 - 16 uur	Op stap met Nederlands
14 - 17 uur	Schildersatelier



Vrijdag 13 september	
8.50 - 9.50 uur	Tai chi gevorderden
9.30 - 11 uur	De Boei wandelt 6 km
11 - 12 uur	Fundance gevorderden
13.30 - 16.35 uur	Infomoment: Spaans 2
14 - 17 uur	Schaken
	Gezelschapsspelen



Testen toegestaan!

In de doe-mee-week kun je tal van activiteiten vrij uitproberen. Heb je iets gevonden dat je leuk vindt? Schrijf je dan vanaf 16 september in voor de volgende maanden!

- De meeste cursussen en bewegingslessen (zoals pc-lessen en yoga) starten in september of oktober. De plaatsen zijn meestal beperkt.
- Crea ateliers (zoals schilderen) en ontspannende activiteiten (zoals scrabble) lopen meestal het hele jaar door. Je kunt op elk moment instappen.

Lokaal Dienstencentrum De Boei: wie zijn wij?

Een lokaal dienstencentrum is een gezellige ontmoetingsplaats waar je terecht kunt voor tal van activiteiten en cursussen. Maar ook met al je vragen over zorg- en hulpverlening voor senioren.

In onze cafetaria kun je rustig zitten, iets drinken, een babbeltje slaan of kranten en tijdschriften lezen.

We zijn er in de eerste plaats voor senioren uit Mariakerke en de Bloemekenswijk. Maar iedereen is bij ons welkom. Wat ook je leeftijd, cultuur of overtuiging is.

DOE-MEE-WEEK 9 → 13 SEPT 24

Ontspannen | Bewegen | Bijleren | Crea

Wat?

Probeer een week lang gratis activiteiten uit, van schilderen tot zumba.

Inschrijven?

Voor de doe-mee-week hoef je niet in te schrijven.

Prijs?

In de doe-mee-week zijn alle activiteiten gratis. Na die kennismakingslessen volgen langere lessenreeksen en ateliers. De prijzen daarvoor zijn verschillend. Info hierover krijg je bij ons onthaal.

Waar?

Vaartstraat 2A
9000 Gent
09 266 34 88
ldc.deboei@stad.gent
f ldc deboei

Onthaal → maandag tot vrijdag
9-12.30 uur en 13.30-16.30 uur
Cafetaria → maandag tot vrijdag
9-12.30 uur en 13.30-17.30 uur

Lokaal Dienstencentrum
DE BOEI



V.u.: Mieke Hullebroeck - algemeen directeur - stadhuis, Botermarkt 1, 9000 Gent - 2024- 00214

gent:

DOE-MEE-WEEK 9 → 13 SEPT 24



Van schilderen tot zumba:
vind gratis je nieuwe passie
in LDC De Boei

www.stad.gent/doemeeweek