

Van tekenen tot yoga:
probeer het gratis uit!

Maandag 9 september	
9.30 uur	Spaans voor beginners Infomoment Nieuw!
10 – 11 uur	Pilates
13.30 – 16.30 uur	Samen haken en breien
13.30 – 16.30 uur	Naaiatelier
13.30 – 16 uur	Naailes voor beginners
14 – 15 uur	Yin yoga Nieuw!
15 – 16 uur	Fit & flex
14 – 17 uur	Casino Kick-off!



Dinsdag 10 september	
9 – 12 uur	Naaiatelier en retoucheke
10 – 11 uur	Creatieve dans Nieuw!
11 – 12 uur	Mindful ontspannen Nieuw!
13.30 uur	Bingo iedereen prijs
13.30 – 16 uur	Naailes voor gevorderden
13.30 – 16 uur	Aquarel, pastel, schetsen en tekenen Nieuw!
14 – 17 uur	Samen kaarten Nieuw!



Woensdag 11 september	
9.30 – 11.30 uur	Keyboard
9.30 – 11.30 uur	Op stap met Nederlands
10 – 11.30 uur	Engelse conversatie
14 – 15 uur	Stoelyoga
14 – 16.30 uur	Digipunt



Donderdag 12 september	
9.45 – 10.45 uur	Tai chi
11 – 12 uur	Yoga
14.30 – 17 uur	Infosessie: Keramiek met Bieke
15.15 – 16.45 uur	Koor



Vrijdag 13 september	
9.30 – 11.30 uur	Portret tekenen
9.45 – 11.45 uur	Franse Conversatie
14 – 17 uur	Glas in lood
14.30 – 17 uur	Infomoment Stamboomonderzoek
13.30 – 16.30 uur	Pop-up kaartjes maken
14 – 17 uur	Samen Rummikub spelen Nieuw!





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 Thuishaven: 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 Afrikalaan, Sluizeken - Tolhuis - Ham en Rabot - Blaisantvest. 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 tekenen tot yoga.

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?

Neuseplein 33
9000 Gent
09 266 34 66
ldc.dethuishaven@stad.gent
f ldc.dethuishaven

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 THUIHAVEN



V.u.: Mieke Hullebroeck - algemeen directeur - stadhuis, Botermarkt 1, 9000 Gent - 2024- 00218

gent:

DOE-MEE-WEEK 9 → 13 SEPT 24



Van tekenen tot yoga:
vind gratis je nieuwe passie
in LDC De Thuishaven

www.stad.gent/doemeeweek