

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
1	09:00-11:15	Koffieochtend	Nelson Mandelacentrum				www.cjggouda.nl		
1	09:30-11:30	Badminton 55+	Sporthal De Zebra	1 sportbon (t.w.v. € 3,10)		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sporpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
1	09:30-11:30	Marktochtend	Irishof	7,50 per maand / 2,50 per keer			Linda Stavleu	linda.stavleu@zorgpartners.nl	
1	10:00-12:00	Kaarten borduren	Nelson Mandelacentrum						
1	11:00-12:00	Oudergym o.l.v. fysiotherapeut	Nelson Mandelacentrum ontmoetingsruimte	€ 6,50 per keer			onno van Schaik	0182-528141	
1	11:00-15:00	De Goudse Streek	Nelson Mandelacentrum			18+	www.degoudsestreek.nl		
1	13:30-14:30	Buurtsport 12-	Pretoriaplein	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sporpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
1	14:00-15:30	Country Line Dance	Nelson Mandelacentrum			50+	www.ano.nl		
1	15:00-16:00	Buurtsport 12-	Zoutmanplein	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sporpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
1	16:30-18:00	Buurtsport 12+	Sporthal De Zebra	gratis		12-18 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sporpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
1	17:30-19:30	Wijkeethuis Oost Diner	Nelson Mandelacentrum				www.wijkteamoot.nl/wijkeethuis		
2	10:00-11:30	Handwerken	Irishof (huiskamer Vlist)	€ 2,50	ja, bij balie		Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
2	10:00-11:30	Gespreksgroep	Irishof	7,50 per maand / 2,50 per keer			Linda Stavleu	linda.stavleu@zorgpartners.nl	

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
2	10:00-14:00	Een verse warme maaltijd op donderdag	Buurtpunt Zoutman, karnemelksloot	5 euro	ja	ouderen	Kelly de Wit	611224844	
2	12:30-13:40	Sportlessen actief 55+	Sporthal De Zebra	een bon à € 3,10		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
2	13:30-14:30	Sportlessen actief 55+	Sporthal De Zebra	1 sportbon (t.w.v. € 3,10)		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
2	14:00-17:00	Naaiatelier "het oog van de naald"	Nelson Mandelacentrum				www.steunpuntong.nl		
2	14:30-15:30	Buurtsport	Goejanverwelleschool	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
2	14:30-16:00	Bordspelen	Irishof (Grand Café)	€ 2,50	nee		Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
2	14:30-16:30	Christelijke seniorenkring	Ontmoetingskerk, Dunantsingel 314				Com Matse	0182 522606	
2	15:00-15:30	Buurtsport 12-	Middenmolenlaan	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
2	15:00-16:30	Buurtsport 12-	Tempelpolderplein	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
2	17:30-19:30	Diner, i.s.m. het Bruisnest	Nelson Mandelacentrum						
2	18:30-19:30	Yoga met Lies	Nelson Mandelacentrum			senioren	www.yogametlies.nl		
2	19:00-20:00	Stap Mee in Goverwelle	Gezondheidscentrum Goverwelle	€ 2,50 per wandeling		iedereen, met name mensen met diabetes	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
2	19:30-21:30	Speksteen snijden	Nelson Mandelacentrum			18+			
2	19:30-22:00	De Goudse Streek	Nelson Mandelacentrum			18+	www.degoudsestreek.nl		
2	20:00-21:00	Yoga met Lies	Nelson Mandelacentrum			senioren	www.yogametlies.nl		
3	09:30-11:00	Bewegen voor vrouwen	Nelson Mandelacentrum			vrouwen	www.steunpuntog.nl		
3	10:00-11:30	Creatief	Irishof (Kleine zaal)	€ 2,50	ja, bij balie		Reshma Jagroep	T 06-10032286 ; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
3	11:00-13:00	Open kerk en lunch	Ontmoetingskerk Dunantsingel 314					0182 510959	11:00 opening daarna lunch
3	13:00-15:00	Naaiatelier "het oog van de naald"	Nelson Mandelacentrum				www.steunpuntog.nl		
3	14:00-16:00	Badminton & tafeltennis 55+	Sporthal De Zebra	1 sportbon (t.w.v. € 3,10)		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
3	16:00-17:00	Trommelles	Nelson Mandelacentrum				www.steunpuntog.nl		
3	17:30-19:30	Diner; Wereldkeuken & La cuisine des Femmes	Nelson Mandelacentrum						
3	15:15-16:15	Let's move by sports	Gymzaal Nansenstraat			Kwetsbare mensen	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	
5	11:00-17:00	Bijeenkomst Poolse gemeenschap	Nelson Mandelacentrum						
6	09:00-11:00	Bewegen voor vrouwen	Nelson Mandelacentrum			Vrouwen	www.steunpuntog.nl		

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
6	10:00-14:00	Een verse warme maaltijd op maandag	Buurtpunt Zoutman, karnemelksloot	5 euro	ja	ouderen	Kelly de Wit	611224844	
6	10:30-11:30	Bewegen op muziek	Irishof	€ 2,50 per keer			Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
6	11:00-13:00	Wijkeethuis Oost Lunch	Nelson Mandelacentrum				www.wijkteamoot.nl/wijkeethuis		
6	14:00-17:00	Bridge Middag	Nelson Mandelacentrum						
6	15:00-16:30	Buurtsport 12-	Schoolplein Wereldwijs	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
6	19:30-21:30	Naailes	Nelson Mandelacentrum			18+	www.bibliotheekgouda.nl		
7	09:30-14:30	Dar-Na, inloop incl lunch	Nelson Mandelacentrum			vrouwen	Zonta Gouda		
7	10:30-11:30	Bewegen op muziek	Irishof	€ 2,50 per keer			Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
7	10:30-11:30	Stap Mee in Goverwelle	Gezondheidscentrum Goverwelle	Gratis		iedereen, met name mensen met diabetes	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	
7	14:30-16:00	Kegelen	Irishof	€ 2,50 per keer			Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
7	14:30-16:30	Koffie met een glimlach in de "huiskamer van Goverwelle"	De Oostpoort. Aderpolderweg 19	1,00 per keer	nee		Ada Hartog	06 1282 1811	ontmoeten, gesprek, bibliotheek

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
7	15:15-16:15	Buurtsport 12-	Marathonlaan	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
7	19:00-20:30	Bingo	Irishof (grote zaal)	€ 5,00	nee		Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
7	19:30-22:00	De Goudse Streek	Nelson Mandelacentrum			18+	www.degoudsestreek.nl		
8	10:00	wandeling doelgroep Boek en Troost	zie website	€ 2,00	ja	nabestaanden	Hanneke van den Broek	06-57925970	
8	09:00-11:15	Koffieochtend	Nelson Mandelacentrum				www.cjggouda.nl		
8	09:30-11:30	Badminton 55+	Sporthal De Zebra	1 sportbon (t.w.v. € 3,10)		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
8	09:30-11:30	Marktochtend	Irishof	7,50 per maand / 2,50 per keer			Linda Stavleu	linda.stavleu@zorgpartners.nl	
8	10:00-12:00	Kaarten borduren	Nelson Mandelacentrum						
8	11:00-12:00	Oudergym o.l.v. fysiotherapeut	Nelson Mandelacentrum ontmoetingsruimte	€ 6,50 per keer			onno van Schaik	0182-528141	
8	11:00-15:00	De Goudse Streek	Nelson Mandelacentrum			18+	www.degoudsestreek.nl		
8	13:30-14:30	Buurtsport 12-	Pretoriaplein	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
8	14:00-15:30	Country Line Dance	Nelson Mandelacentrum			50+	www.ano.nl		
8	15:00-16:00	Buurtsport 12-	Zoutmanplein	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
8	16:30-18:00	Buurtsport 12+	Sporthal De Zebra	gratis		12-18 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
8	17:30-19:30	Wijkeethuis Oost Diner	Nelson Mandelacentrum				www.wijkteamoot.nl/wijkeethuis		
9	10:00-11:30	Handwerken	Irishof (huiskamer Vlist)	€ 2,50	ja, bij balie		Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
9	10:00-11:30	Gespreksgroep	Irishof	7,50 per maand / 2,50 per keer			Linda Stavleu	linda.stavleu@zorgpartners.nl	
9	10:00-14:00	Een verse warme maaltijd op donderdag	Buurtpunt Zoutman, karnemelksloot	5 euro	ja	ouderen	Kelly de Wit	611224844	
9	12:30-13:40	Sportlessen actief 55+	Sporthal De Zebra	een bon à € 3,10		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
9	13:30-14:30	Sportlessen actief 55+	Sporthal De Zebra	1 sportbon (t.w.v. € 3,10)		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
9	14:00-17:00	Naaiatelier "het oog van de naald"	Nelson Mandelacentrum				www.steunpuntog.nl		
9	14:30-15:30	Buurtsport	Goejanvervelleschool	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
9	14:30-16:00	Bordspelen	Irishof (Grand Café)	€ 2,50	nee		Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
9	14:30-16:30	Christelijke seniorenkring	Ontmoetingskerk, Dunantsingel 314				Com Matse	0182 522606	
9	15:00-15:30	Buurtsport 12-	Middenmolenlaan	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
9	15:00-16:30	Buurtsport 12-	Tempelpolderplein	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
9	17:30-19:30	Diner, i.s.m. het Bruisnest	Nelson Mandelacentrum						
9	18:30-19:30	Yoga met Lies	Nelson Mandelacentrum			senioren	www.yogametlies.nl		
9	19:00-20:00	Stap Mee in Goverwelle	Gezondheidscentrum Goverwelle	€ 2,50 per wandeling		iedereen, met name mensen met diabetes	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	
9	19:30-21:30	Speksteen snijden	Nelson Mandelacentrum			18+			
9	19:30-22:00	De Goudse Streek	Nelson Mandelacentrum			18+	www.degoudsestreek.nl		
9	20:00-21:00	Yoga met Lies	Nelson Mandelacentrum			senioren	www.yogametlies.nl		
10	09:30-11:00	Bewegen voor vrouwen	Nelson Mandelacentrum			vrouwen	www.steunpuntogg.nl		
10	10:00-11:30	Creatief	Irishof (Kleine zaal)	€ 2,50	ja, bij balie		Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
10	11:00-13:00	Open kerk en lunch	Ontmoetingskerk Dunantsingel 314					0182 510959	11:00 opening daarna lunch
10	13:00-15:00	Naaiatelier "het oog van de naald"	Nelson Mandelacentrum				www.steunpuntogg.nl		
10	14:00-16:00	Badminton & tafeltennis 55+	Sporthal De Zebra	1 sportbon (t.w.v. € 3,10)		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
10	16:00-17:00	Trommelles	Nelson Mandelacentrum				www.steunpuntogg.nl		

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
10	17:30-19:30	Diner; Wereldkeuken & La cuisine des Femmes	Nelson Mandelacentrum						
10	a5:15-16:15	Let's move by sports	Gymzaal Nansenstraat			Kwetsbare mensen	Denise Blom	Denise.Blom@steunpuntgouda.nl	
12	11:00-17:00	Bijeenkomst Poolse gemeenschap	Nelson Mandelacentrum						
13	09:00-11:00	Bewegen voor vrouwen	Nelson Mandelacentrum			Vrouwen	www.steunpuntgouda.nl		
13	10:00-14:00	Een verse warme maaltijd op maandag	Buurtpunt Zoutman, karnemelksloot	5 euro	ja	ouderen	Kelly de Wit	611224844	
13	10:30-11:30	Bewegen op muziek	Irishof	€ 2,50 per keer			Reshma Jagroep	T 06-10032286 ; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	stripkaart € 25 of € 50 bij de balie
13	11:00-13:00	Wijkeethuis Oost Lunch	Nelson Mandelacentrum				www.wijkteamoot.nl/wijkeethuis		
13	14:00-17:00	Bridge Middag	Nelson Mandelacentrum						
13	15:00-16:30	Buurtsport 12-	Schoolplein Wereldwijs	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@steunpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
13	19:30-21:30	Naailes	Nelson Mandelacentrum			18+	www.bibliotheekgouda.nl		
14	09:30-14:30	Dar-Na, inloop incl lunch	Nelson Mandelacentrum			vrouwen	Zonta Gouda		
14	10:30-11:30	Bewegen op muziek	Irishof	€ 2,50 per keer			Reshma Jagroep	T 06-10032286 ; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	stripkaart € 25 of € 50 bij de balie

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
14	10:30-11:30	Stap Mee in Goverwelle	Gezondheidscentrum Goverwelle	Gratis		iedereen, met name mensen met diabetes	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	
14	14:30-16:00	Kegelen	Irishof	€ 2,50 per keer			Reshma Jagroep	T 06-10032286 ; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
14	14:30-16:30	Koffie met een glimlach in de "huiskamer van Goverwelle"	De Oostpoort. Aderpolderweg 19	1,00 per keer	nee		Ada Hartog	06 1282 1811	ontmoeten, gesprek, bibliotheek
14	15:15-16:15	Buurtsport 12-	Marathonlaan	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
14	19:30-22:00	De Goudse Streek	Nelson Mandelacentrum			18+	www.degoudsestreek.nl		
15	09:00-11:15	Koffieochtend	Nelson Mandelacentrum				www.ciggouda.nl		
15	09:30-11:30	Badminton 55+	Sporthal De Zebra	1 sportbon (t.w.v. € 3,10)		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
15	09:30-11:30	Marktochtend	Irishof	7,50 per maand / 2,50 per keer			Linda Stavleu	linda.stavleu@zorgpartners.nl	
15	10:00-12:00	Kaarten borduren	Nelson Mandelacentrum						
15	11:00-12:00	Oudergym o.l.v. fysiotherapeut	Nelson Mandelacentrum ontmoetingsruimte	€ 6,50 per keer			onno van Schaik	0182-528141	
15	11:00-15:00	De Goudse Streek	Nelson Mandelacentrum			18+	www.degoudsestreek.nl		
15	13:30-14:30	Buurtsport 12-	Pretoriaplein	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
15	14:00-15:30	Country Line Dance	Nelson Mandelacentrum			50+	www.ano.nl		
15	15:00-16:00	Buurtsport 12-	Zoutmanplein	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
15	16:30-18:00	Buurtsport 12+	Sporthal De Zebra	gratis		12-18 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
15	17:30-19:30	Wijkeethuis Oost Diner	Nelson Mandelacentrum				www.wijkteamoot.nl/wijkeethuis		
16	10:00-11:30	Handwerken	Irishof (huiskamer Vlist)	€ 2,50	ja, bij balie		Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
16	10:00-11:30	Gespreksgroep	Irishof	7,50 per maand / 2,50 per keer			Linda Stavleu	linda.stavleu@zorgpartners.nl	
16	10:00-14:00	Een verse warme maaltijd op donderdag	Buurtpunt Zoutman, karnemelksloot	5 euro	ja	ouderen	Kelly de Wit	611224844	
16	12:30-13:40	Sportlessen actief 55+	Sporthal De Zebra	een bon à € 3,10		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
16	13:30-14:30	Sportlessen actief 55+	Sporthal De Zebra	1 sportbon (t.w.v. € 3,10)		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
16	14:00-17:00	Naaiatelier "het oog van de naald"	Nelson Mandelacentrum				www.steunpuntog.nl		
16	14:30-15:30	Buurtsport	Goejanverwelleschool	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
16	14:30-16:00	Bordspelen	Irishof (Grand Café)	€ 2,50	nee		Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
16	14:30-16:30	Christelijke seniorenkring	Ontmoetingskerk, Dunantsingel 314				Com Matse	<u>0182 522606</u>	
16	15:00-15:30	Buurtsport 12-	Middenmolenlaan	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
16	15:00-16:30	Buurtsport 12-	Tempelpolderplein	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
16	17:30-19:30	Diner, i.s.m. het Bruisnest	Nelson Mandelacentrum						
16	18:30-19:30	Yoga met Lies	Nelson Mandelacentrum			senioren	www.yogametlies.nl		
16	19:00-20:00	Stap Mee in Goverwelle	Gezondheidscentrum Goverwelle	€ 2,50 per wandeling		iedereen, met name mensen met diabetes	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	
16	19:30-21:30	Speksteen snijden	Nelson Mandelacentrum			18+			
16	19:30-22:00	De Goudse Streek	Nelson Mandelacentrum			18+	www.degoudsestreek.nl		
16	20:00-21:00	Yoga met Lies	Nelson Mandelacentrum			senioren	www.yogametlies.nl		
17	09:30-11:00	Bewegen voor vrouwen	Nelson Mandelacentrum			vrouwen	www.steunpuntogg.nl		
17	10:00-11:30	Creatief	Irishof (Kleine zaal)	€ 2,50	ja, bij balie		Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
17	11:00-13:00	Open kerk en lunch	Ontmoetingskerk Dunantsingel 314					<u>0182 510959</u>	11:00 opening daarna lunch

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
17	13:00-15:00	Naaiatelier "het oog van de naald"	Nelson Mandelacentrum				www.steunpuntoug.nl		
17	14:00-16:00	Badminton & tafeltennis 55+	Sporthal De Zebra	1 sportbon (t.w.v. € 3,10)		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
17	16:00-17:00	Trommelles	Nelson Mandelacentrum				www.steunpuntoug.nl		
17	17:30-19:30	Diner; Wereldkeuken & La cuisine des Femmes	Nelson Mandelacentrum						
17	a5:15-16:15	Let's move by sports	Gymzaal Nansenstraat			Kwetsbare mensen	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	
19	11:00-17:00	Bijeenkomst Poolse gemeenschap	Nelson Mandelacentrum						
19	15:00-17:00	Rouwcafe Boek en Troost	Nelson Mandelacentrum	€ 5,00 per keer		nabestaanden	Hanneke van den Broek	06-17159295	
20	09:00-11:00	Bewegen voor vrouwen	Nelson Mandelacentrum			Vrouwen	www.steunpuntoug.nl		
20	10:00-14:00	Een verse warme maaltijd op maandag	Buurtpunt Zoutman, karnemelksloot	5 euro	ja	ouderen	Kelly de Wit	611224844	
20	10:30-11:30	Bewegen op muziek	Irishof	€ 2,50 per keer			Reshma Jagroep	T_06-10032286 ; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	stripkaart € 25 of € 50 bij de balie
20	11:00-13:00	Wijkeethuis Oost Lunch	Nelson Mandelacentrum				www.wijkteamoot.nl/wijkeethuis		
20	14:00-17:00	Bridge Middag	Nelson Mandelacentrum						
20	15:00-16:30	Buurtsport 12-	Schoolplein Wereldwijs	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
20	19:30-21:30	Naailes	Nelson Mandelacentrum			18+	www.bibliotheekgouda.nl		
21	09:30-14:30	Dar-Na, inloop incl lunch	Nelson Mandelacentrum			vrouwen	Zonta Gouda		
21	10:30-11:30	Bewegen op muziek	Irishof	€ 2,50 per keer			Reshma Jagroep	T 06-10032286 ; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
21	10:30-11:30	Stap Mee in Goverwelle	Gezondheidscentrum Goverwelle	Gratis		iedereen, met name mensen met diabetes	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	
21	14:30-16:00	Kegelen	Irishof	€ 2,50 per keer			Reshma Jagroep	T 06-10032286 ; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
21	14:30-16:30	Koffie met een glimlach in de "huiskamer van Goverwelle"	De Oostpoort. Aderpolderweg 19	1,00 per keer	nee		Ada Hartog	06 1282 1811	ontmoeten, gesprek, bibliotheek
21	15:15-16:15	Buurtsport 12-	Marathonlaan	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
21	19:00-20:30	Bingo	Irishof (grote zaal)	€ 5,00	nee		Reshma Jagroep	T 06-10032286 ; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
21	19:30-22:00	De Goudse Streek	Nelson Mandelacentrum			18+	www.degoudsestreek.nl		
22	09:00-11:15	Koffieochtend	Nelson Mandelacentrum				www.cjggouda.nl		
22	09:30-11:30	Badminton 55+	Sporthal De Zebra	1 sportbon (t.w.v. € 3,10)		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
22	09:30-11:30	Marktochtend	Irishof	7,50 per maand / 2,50 per keer			Linda Stavleu	linda.stavleu@zorgpartners.nl	
22	10:00-12:00	Kaarten borduren	Nelson Mandelacentrum						
22	11:00-12:00	Oudergym o.l.v. fysiotherapeut	Nelson Mandelacentrum ontmoetingsruimte	€ 6,50 per keer			onno van Schaik	0182-528141	
22	11:00-15:00	De Goudse Streek	Nelson Mandelacentrum			18+	www.degoudsestreek.nl		
22	13:30-14:30	Buurtsport 12-	Pretoriaplein	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
22	14:00-15:30	Country Line Dance	Nelson Mandelacentrum			50+	www.ano.nl		
22	15:00-16:00	Buurtsport 12-	Zoutmanplein	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
22	16:30-18:00	Buurtsport 12+	Sporthal De Zebra	gratis		12-18 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
22	17:30-19:30	Wijkeethuis Oost Diner	Nelson Mandelacentrum				www.wijkteamoot.nl/wijkeethuis		
23	10:00-11:30	Handwerken	Irishof (huiskamer Vlist)	€ 2,50	ja, bij balie		Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
23	10:00-11:30	Gespreksgroep	Irishof	7,50 per maand / 2,50 per keer			Linda Stavleu	linda.stavleu@zorgpartners.nl	
23	10:00-14:00	Een verse warme maaltijd op donderdag	Buurtpunt Zoutman, karnemelksloot	5 euro	ja	ouderen	Kelly de Wit	611224844	
23	12:30-13:40	Sportlessen actief 55+	Sporthal De Zebra	een bon à € 3,10		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
23	13:30-14:30	Sportlessen actief 55+	Sporthal De Zebra	1 sportbon (t.w.v. € 3,10)		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sporpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
23	14:00-17:00	Naaiatelier "het oog van de naald"	Nelson Mandelacentrum				www.steunpuntong.nl		
23	14:30-15:30	Buurtsport	Goejanvervelleschool	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sporpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
23	14:30-16:00	Bordspelen	Irishof (Grand Café)	€ 2,50	nee		Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
23	14:30-16:30	Christelijke seniorenkring	Ontmoetingskerk, Dunantsingel 314				Com Matse	<u>0182 522606</u>	
23	15:00-15:30	Buurtsport 12-	Middenmolenlaan	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sporpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
23	15:00-16:30	Buurtsport 12-	Tempelpolderplein	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sporpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
23	17:30-19:30	Diner, i.s.m. het Bruisnest	Nelson Mandelacentrum						
23	18:30-19:30	Yoga met Lies	Nelson Mandelacentrum			senioren	www.yogametlies.nl		
23	19:00-20:00	Stap Mee in Goverwelle	Gezondheidscentrum Goverwelle	€ 2,50 per wandeling		iedereen, met name mensen met diabetes	Denise Blom	Denise.Blom@sporpuntgouda.nl	
23	19:30-21:30	Speksteen snijden	Nelson Mandelacentrum			18+			
23	19:30-22:00	De Goudse Streek	Nelson Mandelacentrum			18+	www.degoudsestreek.nl		
23	20:00-21:00	Yoga met Lies	Nelson Mandelacentrum			senioren	www.yogametlies.nl		

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
24	09:30-11:00	Bewegen voor vrouwen	Nelson Mandelacentrum			vrouwen	www.steunpuntog.nl		
24	10:00-11:30	Creatief	Irishof (Kleine zaal)	€ 2,50	ja, bij balie		Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
24	11:00-13:00	Open kerk en lunch	Ontmoetingskerk Dunantsingel 314					0182 510959	11:00 opening daarna lunch
24	13:00-15:00	Naaiatelier "het oog van de naald"	Nelson Mandelacentrum				www.steunpuntog.nl		
24	14:00-16:00	Badminton & tafeltennis 55+	Sporthal De Zebra	1 sportbon (t.w.v. € 3,10)		55+	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
24	16:00-17:00	Trommelles	Nelson Mandelacentrum				www.steunpuntog.nl		
24	17:30-19:30	Diner; Wereldkeuken & La cuisine des Femmes	Nelson Mandelacentrum						
24	19:00-20:00	Maandsluiting	de Baan						
24	a5:15-16:15	Let's move by sports	Gymzaal Nansenstraat			Kwetsbare mensen	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	
26	11:00-17:00	Bijeenkomst Poolse gemeenschap	Nelson Mandelacentrum						
27	09:00-11:00	Bewegen voor vrouwen	Nelson Mandelacentrum			Vrouwen	www.steunpuntog.nl		
27	10:00-14:00	Een verse warme maaltijd op maandag	Buurtpunt Zoutman, karnemelksloot	5 euro	ja	ouderen	Kelly de Wit	611224844	

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
27	10:30-11:30	Bewegen op muziek	Irishof	€ 2,50 per keer			Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
27	11:00-13:00	Wijkeethuis Oost Lunch	Nelson Mandelacentrum				www.wijkteamoost.nl/wijkeethuis		
27	14:00-17:00	Bridge Middag	Nelson Mandelacentrum						
27	15:00-16:30	Buurtsport 12-	Schoolplein Wereldwijs	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties
27	19:30-21:30	Naailes	Nelson Mandelacentrum			18+	www.bibliotheekgouda.nl		
28	09:30-14:30	Dar-Na, inloop incl lunch	Nelson Mandelacentrum			vrouwen	Zonta Gouda		
28	10:30-11:30	Bewegen op muziek	Irishof	€ 2,50 per keer			Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
28	10:30-11:30	Stap Mee in Goverwelle	Gezondheidscentrum Goverwelle	Gratis		iedereen, met name mensen met diabetes	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	
28	14:30-16:00	Kegelen	Irishof	€ 2,50 per keer			Reshma Jagroep	T 06-10032286; reshma.jagroep@zorgpartners.nl	strippenkaart € 25 of € 50 bij de balie
28	14:30-16:30	Koffie met een glimlach in de "huiskamer van Goverwelle"	De Oostpoort. Aderpolderweg 19	1,00 per keer	nee		Ada Hartog	<u>06 1282 1811</u>	ontmoeten, gesprek, bibliotheek
28	15:15-16:15	Buurtsport 12-	Marathonlaan	gratis		6-12 jaar	Denise Blom	Denise.Blom@sportpuntgouda.nl	m.u.v. schoolvakanties

Activiteitenkalender februari 2023

Gouda Oost

Datum	Tijd	Activiteit	Locatie	Kosten	Aanmelden	Doelgroep	Contact	Telefoon	Opmerkingen
28	19:30-22:00	De Goudse Streek	Nelson Mandelacentrum			18+	www.degoudsestreek.nl		