



De Pauwehof

*Ontmoetings- en activiteitencentrum
voor ouderen*

Achterweg 19, 2103 SW Heemstede

023-528 60 22

pauwehof@wijheemstede.nl

Activiteiten

2022 - 2023



Protestantse Gemeente
Heemstede



WELKOM IN DE PAUWEHOF!

De Pauwehof is een ontmoetings- en activiteitscentrum voor ouderen.

Het is een samenwerking tussen de diaconie van de Protestantse Gemeente Heemstede en WIJ Heemstede. Voor u is het de plek om leeftijdgenoten te ontmoeten en samen creatief, educatief en/of actief bezig te zijn in een gezellige en gemoedelijke sfeer. In deze flyer vindt u al onze activiteiten op een rij. Meer informatie over de diverse activiteiten kunt u vinden op onze website www.wijheemstede.nl U kunt natuurlijk ook altijd even bellen om informatie te vragen.

INSCHRIJVEN EN BETALEN

Deelnemers die al op de activiteit zaten hebben voorrang bij inschrijving. Indien er een wachtlijst is hebben inwoners uit Heemstede voorrang bij plaatsing. Deelname aan de activiteit is definitief als u van ons een bevestiging ontvangt. Als de activiteit vol is krijgt u bericht. We werken bij voorkeur met automatische incasso maar u kunt ook de eerste les per pin betalen. De incasso wordt rond de 25e van de maand waarin uw activiteit begint van uw rekening afgeschreven. U kunt zich inschrijven via dit online programmaboekje. Klik op de naam van de activiteit of als er meerdere tijden zijn op de (gewenste) tijd. Of via de website. Of door middel van het bijgevoegde inschrijfformulier. Het inschrijfformulier kunt u opsturen naar De Pauwehof, Achterweg 19, 2103 SW Heemstede.

ZAKELIJKE INFORMATIE

De activiteiten in De Pauwehof staan open voor ouderen van alle gezindten.

De prijzen kunnen laag gehouden worden door de samenwerking van de Diaconie van de Protestantse Gemeente Heemstede en Stichting WIJ Heemstede. Mocht de hoogte ervan voor u toch onoverkomelijk zijn dan kunt u zich wenden tot Anky Weitkamp, sociaal werker van de Pauwehof tel: 06-38 24 12 65 of Hans van der Kroon, penningmeester van de Diaconie tel: 023-528 94 26. Ook bij de gemeente Heemstede kunt u een vergoeding van maximaal € 175,- per jaar ontvangen voor sociaal-culturele en sportieve activiteiten.

Meer informatie hierover bij Loket Heemstede telefoon: 023-548 30 40.



Open Huis

woensdag

31 augustus 2022

10.00 - 12.00 uur

HANDWERK OCHTEND

Start: dinsdag 6 september 2022
Tijd: 09:30 - 11:30
Lessen: wekelijks
Prijs: koffie / thee € 1,- per kopje
Vrijwilliger: Sandra Reukers



TEKENEN EN SCHILDEREN woensdag

Start: woensdag 7 september 2022
woensdag 18 januari 2023
Tijd: 9:30 - 12:00 uur
Lessen: 13
Prijs: € 132,50 (inclusief papier en verf)
Docent: Margriet van Tilborg

TEKENEN EN SCHILDEREN donderdag

Start: donderdag 15 september 2022
donderdag 12 januari 2023
Tijd: 9:45 - 12:15 uur
Lessen: 13
Prijs: € 127,50 (inclusief papier en verf)
Docent: Christiaan Veltkamp



Tegen de tijd dat
je lekker in je vel
zit, gaat het
rimpelen

TEKENEN en SCHILDEREN met ZIN

Start: dinsdag 27 september
Tijd: 9:30 - 12:00 uur
Lessen: 13 (1 x per 2 weken)
Prijs: € 122,50
Docent: Gerda van Rooyen

AQUARELLEREN MAANDAG

Start: maandag 12 september 2022
maandag 9 januari 2023

Tijd: 13:45 - 16:00 uur

Lessen: 13

Prijs: € 112,50

Docent: Arja van der Vossen



AQUARELLEREN DINSDAG

Start: dinsdag 13 september 2022
dinsdag 10 januari 2023

Tijd: 9:30 - 11:45 uur

Lessen: 13

Prijs: € 112,50

Docent: Jeichina Hovingh

MANDALA dinsdag / MANDALA donderdag

Start: dinsdag 6 september
donderdag 1 september

Tijd: 9:30 - 12:00 uur

Lessen: 14 (1 x per 2 weken)

Prijs: € 130,-

Docent: Henny Cornelis



SPEKSTEEN BEWERKEN

Start: vrijdag 23 september /
4 november 2022 en 13 januari / 10 maart 2023

Tijd: 9:45 - 11:45 uur

Lessen: 6

Prijs: € 72,50 (inclusief materiaal)

Docent: Wim Wissingh

PATCHWORK EN QUILT

Start: dinsdag 20 september 2022
dinsdag 10 januari 2023

Tijd: 9:45 - 11:45 uur

Lessen: 7 (1 x per 2 weken)

Prijs: € 62,50

Docent: Tamara van der Schot



NAALD EN DRAAD

Start: donderdag 15 september 2022
donderdag 12 januari 2023

Tijd: 10:00 - 12:00 uur

Lessen: 13

Prijs: € 97,50

Docent: Annie Groot

BLIJVEN MEEDOEN...een leven lang

Start: vrijdag 16 september

Tijd: 10:00 - 12:00 uur

Lessen: 8 (1 x per 4 weken)

Prijs: € 65,-

Docent: Elly Landzaat



GENEALOGIE

Start: vrijdag 23 september 2022
vrijdag 13 januari 2023

Tijd: 10:00 - 12:00 uur

Lessen: 6 (1 x per 2 weken)

Prijs: € 60,-

Docent: Elly Landzaat





BRIDGE HARTENCURSUS

Start: **A** maandag 26 september 2022

B maandag 3 oktober 2022

Tijd: 13:15 - 15:45 uur

Lessen: 12 (1 x per 2 weken)

Prijs: € 115,-

Docent: Driek Brongsgeest

LEESKRING MODERNE LITERATUUR

Start: **A** donderdag 26 september 2022

B donderdag 8 september 2022

Tijd: 9:30 - 11:30 uur

Lessen: 8 (1 x per 4 weken)

Prijs: € 75,-

Docent: Lidwien Derriks



SPAANSE CONVERSATIE

Start: woensdag 28 september 2022

woensdag 11 januari 2023

Tijd: 9:30 - 11:30 uur

Lessen: 12

Prijs: € 102,50

Docent: Montse Laméris

ONTSPANNEN BEWEGEN

Start: maandag 5 september 2022

maandag 9 januari 2023

Tijd: * 12:45 - 13:30 uur

* 13:45 - 14:30 uur

* 14:45 - 15:30 uur

Lessen: 15 (sept) / 18 (jan)

Prijs: € 72,50 (sept) / 87,50 (jan)

Docent: Eveline Anthonissen





HATHA YOGA

Start: woensdag 8 september 2022
woensdag 11 januari 2023

Tijd: * 09:00 - 10:00 uur
* 10:15 - 11:15 uur

Lessen: 15 (sept) / 18 (jan)

Prijs: € 72,50 (sept) / 87,50 (jan)

Docent: Claartje Duynstee

STOEL YOGA

Start: woensdag 8 september 2022
woensdag 11 januari 2023

Tijd: 11:30 - 12:30 uur

Lessen: 15 (sept) / 18 (jan)

Prijs: € 72,50 (sept) / 87,50 (jan)

Docent: Claartje Duynstee



BODY FIT

Start: vrijdag 2 september 2022
vrijdag 13 januari 2023

Tijd: 9:30 - 10:30 uur

Lessen: 15 (sept) / 18 (jan)

Prijs: € 72,50 (sept) / 87,50 (jan)

Docent: Marie Thérèse Derkinderen

SENIORENFIT

Start: vrijdag 2 september 2022
vrijdag 13 januari 2023

Tijd: 10:45 - 11:45 uur

Lessen: 15 (sept) / 18 (jan)

Prijs: € 72,50 (sept) / 87,50 (jan)

Docent: Marie Thérèse Derkinderen





FACEBOOK EN NIEUWSBRIEF

Om op de hoogte te blijven van de activiteiten in de Pauwehof kunt u ons volgen op facebook: 'Pauwehof Heemstede'.

Onze Nieuwsbrief ontvangen? Schrijf u in via de mail. pauwehof@wijheemstede.nl

KOFFIE EN THEE

Tijdens of na de les wordt voor koffie en thee gezorgd door onze vrijwilligers.

De kosten voor een kopje koffie of thee zijn € 1,-

VRIJWILLIGERS

Bij De Pauwehof is een grote groep vrijwilligers actief. Naast gastvrouwen, zijn ook een creatieve- en een kantoorvrijwilliger aanwezig.

Wij zijn heel blij met onze vrijwilligers en waarderen hun inzet!



**Protestantse Gemeente
Heemstede**

VERVOER

Wie geen gebruik kan maken van eigen of openbaar vervoer en in Heemstede woont kan bellen met WIJ Heemstede Plein 1.

Telefoon 023 - 528 85 10. Tegen vergoeding kan men gebruik maken van het vrijwilligersvervoer.

De Pauwehof is gesloten tijdens:

Kerst: 26 december 2022 t/m 6 januari 2023

Pasen: 7 t/m 10 april 2023

Koningsdag: 27 april 2023

Voor de doorgang van lessen tijdens de herfst-, voorjaars- en meivakantie kunt u informeren bij uw docent.

