



Wij willen u uitnodigen onze Facebook pagina te volgen,
(www.facebook.com/ontmoetingscentrumprinsenhof)
waarop wij met regelmaat de leukste en laatste nieuwtjes plaatsen.

Ontmoetingscentrum Prinsenhof
Bramanteplein 2, 3066 BH Rotterdam
Telefoon receptie: 010- 286 72 18
Informatie activiteiten: 06 - 51 26 12 16
Reserveren ruimte: reserveringen@ontmoetingscentrumprinsenhof.nl
Vrijwilligerscoach: 06 - 53 42 13 81.
www.ontmoetingscentrumprinsenhof.nl
E-mail: receptie@ontmoetingscentrumprinsenhof.nl

ntmoetingscentrum Prinsenhof

Activiteitenfolder nummer 9. September 2016

Vriendelijk verzoek de memo, over de aangepaste berichtgeving met betrekking tot het maandelijkse activiteitenaanbod te lezen die achterin deze folder is opgenomen. Alvast dank!

Als u zich inschrijft voor een activiteit graag direct en gepast betalen.

Inzameling voor de Voedselbank: Rijst

OC Prinsenhof zamelt in de maanden september en oktober pakken rijst in voor de Voedselbank in Het Palet. U kunt deze afgeven in de daarvoor bestemde mand bij de receptie. Doe ook mee en maak uw buurtgenoten met een kleine beurs heel erg blij.

Iedere donderdag: Ouderengymnastiek

Regelmatig bewegen draagt bij aan een gezond leven. Doe daarom gezellig mee met een aantal lessen ouderengymnastiek. Na de les wordt er een kopje koffie of thee gedronken. Deelname vanaf 65 jaar.

Tijd: 19.45 tot 20.15 uur. Kosten € 6,- voor 4 lessen. Inschrijven: Bij de receptie van Prinsenhof.

Maandag 12 september: Schoonheidsbehandeling

Er stralend en verzorgd uitzien? Laat u zich dan eens verzorgen. U kunt kiezen uit een gezichtsmasker, epilieren of een manicure. Ook kunt u tips krijgen voor een mooie en verzorgde make-up. Een behandeling duurt 25 minuten.

Tijd: 13.00 tot 16.00 uur (op afspraak). Prijs: € 6,-. Inschrijven: Voor donderdag 8 september, bij de receptie van Prinsenhof.

Dinsdag 13 september: Engelse les voor beginners (10 lessen)

Tijdens deze cursus leert u om Engels te spreken, te lezen en te schrijven. Ook leert u zich verstaanbaar te maken en hoe u dingen in het Engels kunt overbrengen. Iedere dinsdag vanaf 13 september t/m dinsdag 15 november.

Tijd: 10.00 tot 12.00 uur. Kosten: € 15,-- voor 10 lessen. Inschrijven Bij de receptie van Prinsenhof.

Woensdag 14 september: themabijeenkomst "Ouder worden, hoe doe je dat?"

Geestelijk verzorgende Neanske Tuinman en ouderenconsulent Angelie Roelofsen vertellen u tijdens deze themabijeenkomst hoe u kunt omgaan met het ouder worden. Wanneer begint dit, wat zijn de kenmerken en hoe blijft u jong?

Tijd: 10.00 tot 12.00 uur. Kosten: € 2,50. Inschrijven: Voor dinsdag 13 september, bij de receptie van Prinsenhof.

Woensdag 14 september: Stichting Belastingwinkel Rotterdam (SBR)

SBR verleent met ondersteuning van studenten van de Erasmus Universiteit fiscaal recht/economie gratis fiscaal advies aan de mindervermogenden van Rotterdam e.o. Deze hulp varieert van het helpen bij het doen van de aangifte inkomstenbelasting tot de bezwaar- en beroepsprocedures die hier mee samenhangen. Een afspraak is 30 minuten voor 1 opgave, wilt u opgaven doen voor meerdere jaren dan kunt u een verlengde afspraak maken. U dient als u een afspraak wilt maken uw naam, telefoonnummer, BSN nummer, geboortedatum en om welke aangifte het gaat te melden.

Tijd: Tussen 18.00 en 20.00 uur op afspraak. Kosten gratis. Inschrijven: Voor maandag 12 september, bij de receptie van Prinsenhof.

Maandag 19 september: Filmmiddag "Intouchables"

Hoe het huishouden van miljonair Philippe, een aan een rolstoel gekluisterde man, op zijn kop wordt gezet door Driss, een Senegalees die zijn geld verdient met schimmige zaakjes en een uitkering trekt, die opeens met een echte baan zit opgescheept.

Mededeling

Beste buurtbewoners,

Dit is de laatste folder die door onze vrijwilligers huis aan huis bezorgd wordt.

Naast de maandelijkse vermelding van het activiteiten-aanbod op onze website wil Ontmoetingscentrum Prinsenhof voortaan haar activiteitsaanbod per digitale folder verspreiden om zo een bijdrage te leveren aan minder papierverbruik. Het is beter voor het milieu en, eerlijkheidshalve, het is ook goedkoper.

Natuurlijk beseffen wij ons dat nog niet iedereen in het bezit is van een computer; daarom zullen er nog een aantal folders, in eenvoudigere vorm, blijven liggen bij de receptie van Prinsenhof. Deze kunt u daar een week voor de nieuwe maand ingaat al ophalen. Zo blijft u geïnformeerd. Voor activiteiten waar meer informatie over verstrekt dient te worden liggen er, als vanouds, losse folders in het folderrek dat in de hal van Het Alexanderhof staat.

U kunt zich voor de digitale nieuwsbrief aanmelden via <http://bit.do/prinsenhof> of via de link, onderaan onze website www.ontmoetingscentrumprinsenhof.nl

Kent u iemand waarvan u denkt dat deze interesse heeft in wat er in Prinsenhof wordt aangeboden, zend dan de nieuwsbrief naar deze persoon door. Onderaan de nieuwsbrief zelf staat de mogelijkheid zich aan te melden en eventueel weer af te melden.

Wij blijven u graag ontvangen in ons ontmoetingscentrum.

Met vriendelijke groet,
namens het bestuur,
Anneke Meijer-Wolters, secretaris

Programma overzicht overige activiteiten september

Dag	Locatie	Tijd	Prijs
Maandag 5 & 19 sept. Kaarten maken	Werkpaleis	10.00 - 12.00	€ 2,50 per keer
Maandag 5 & 19 sept. Repair Café	Grand Café	09.30 - 11.30	€ 2,- per aangeboden artikel + materiaalkosten
Maandag 12 september Schoonheidsbehandeling	1e kamer	13.00 - 16.00	€ 6,- per behandeling
Woensdag 14 sept. Bingo	Grand Café	14.30 - 16.30	€ 3,50 per plankje
Woensdag 14 sept. Themabijeenkomst "Ouder worden, hoe doe je dat?"	Werkpaleis	10.00 - 12.00	€ 2,50
Woensdag 14 sept. Belastingwinkel	Werkpaleis	18.00 - 20.00	gratis
Woensdag 14 & 28 sept. Praatgroep de "Koffie Club"	Werkpaleis	14.00 - 16.00	€ 1,-
Maandag 19 sept. Filmmiddag "Intouchables"	Werkpaleis	14.00 - 16.00	€ 1,-
Woensdag 21 sept. Mandala tekenen	1e kamer	14.15- 16.15	€ 1,-
Woensdag 28 sept. Workshop "etagère maken	Werkpaleis	14.00 - 16.00	€4,-
Vrijdag 30 sept. Themadiner "Frankrijk"	"Grand Café	17.30 - 19.00	€ 10,-

Tijd: 14.00 tot 16.00 uur. Kosten: € 1,-. Inschrijven: Voor donderdag 15 september bij de receptie van Prinsenhof.

Woensdag 28 september: Workshop "Etagère maken"

Uw tafel opvrolijken met een leuke, originele blikvanger? Tijdens deze workshop gaan we een leuke 3-laags etagère maken. U kunt kiezen uit diverse stijlen kopjes en schoteltjes, maar natuurlijk mag u zelf ook spulletjes meenemen.

Tijd: 14.00 tot 16.00 uur. Kosten: € 4,-. Inschrijven: Voor donderdag 22 september bij de receptie van Prinsenhof.

Vrijdag 30 september: Themadiner "Frankrijk"

Deze avond krijgt u een heerlijke Franse maaltijd geserveerd. Vooraf een mandje stokbrood met smeersels, als hoofdgerecht een stoofpotje met rundvlees en gebakken aardappeltjes en als nagerecht een chocolade Eclair. Bon appetit!

Tijd: 17.30 tot 19.00 uur. Kosten: € 10,-. Inschrijven: U kunt reserveren bij de receptie van Prinsenhof. (max. 50 personen en vol is voll!)

Programma overzicht wekelijkse activiteiten

Maandag	Locatie	Tijd	Prijs
Repetitie zangkoor	Grand Café	19.45 - 21.00	€ 3,-- per maand
Klaverjassen	Werkpaleis	19.15 - 22.15	€ 10,-- per maand
Dinsdag			
Consultatiebureau voor ouderen	Kabinet	Op afspraak via receptie Prinsenhof	gratis
Engelse les Start 13 sept.	1e kamer	10.00 - 12.00	€ 15,-- (10 lessen)
Granny's Finest	Grand Café	14.00- 16.00	gratis
Woensdag			
Wandelclub "Loopt Effe Mee"	Buiten	11.00 - 12.30	€ 3,-- per wandeling
Buurt Bieb	Gang	13.00 - 14.30	gratis
Donderdag			
Consultatiebureau voor ouderen	Kabinet	Op afspraak via receptie Prinsenhof	gratis
Tablet Cursus (gebruik van eigen tablet) Start 22 sept.	Werkpaleis	10.00 - 12.00	€ 10,-- per cursus; opgeven bij Buurtwerk 010-4553799
Kleuren voor volwassenen	Grand Café	14.00 - 16.00	€ 1,--
Ouderen gymnastiek	Werkpaleis	19.45 - 20.15	€ 6,-- (4 lessen)
Vrijdag			
Slanke Lijnclub "Balans"	Werkpaleis	09.30 - 10.30	€ 5,50 per keer

Vervolg vrijdag			
Teken- en schilderclub	Werkpaleis	10.30 - 12.30	€ 3,50 per keer
Spaanse les voor gevorderden Start 16 sept.	1e kamer	10.30 - 12.00	€ 15,-- (10 lessen)
Spaanse les voor beginners Start 16 sept.	1e kamer	12.30 - 14.00	€ 15,-- (10 lessen)
Zaterdag			
Prijs klaverjassen en jokeren	Grand Café	13.00 - 16.15	€ 4,-- per maand