



BUURTHUIZEN ZUIDOOST | WINTER

A photograph of three polar bears in a snowy, icy landscape. One large bear is on the left, looking towards the right. Two smaller bears are on the right, one looking forward and one partially visible behind it. The background is a soft-focus view of snow-covered hills under a pale blue sky.

**ALGEMENE INFORMATIE EN PLANNING**

MA.DI.WO.DO.VR 09.00-17.00

info@pbazo.nl, 020 240 11 78

**BONTE KRAAI**

MA.DI.WO.DO.VR 09.00-22.00 | ZA 13.00-17.00

Kraaiennest 68

1104 CD Amsterdam

020 240 66 55

**GEIN**

MA.DI.WO.DO.VR 09.00-20.00

Wisseloord 83

1107 NB Amsterdam

020 240 66 44

**HOLENDRECHT**

MA.DI.WO.DO.VR 09.00-20.00 | ZA 09.00-17.00

Holendrechtplein 38

1106 LP Amsterdam

020 240 66 33

**KWAKOE**

MA.DI.WO.DO.VR 09.00-19.00

E. Cady Stantonplein 1

1102 BL Amsterdam

020 240 66 11

**NoLIMIT**

MA.DI.WO.DO.VR 09.00-22.00 | ZA 13.00-17.00

Geldershoofd 80

1103 BG Amsterdam

020 240 66 56



# INFORMATIE

De BuurtHuizen zijn er voor alle buurtbewoners. Het zijn plekken waar buurtbewoners van verschillende leeftijden elkaar kunnen ontmoeten en hun talenten kunnen ontwikkelen.

Bent u inwoner van Zuidoost en wilt u graag een activiteit of evenement organiseren in een BuurtHuis? Vul het online formulier in op onze website of stuur een e-mail naar [info@pbazo.nl](mailto:info@pbazo.nl).

Tot ziens in de BuurtHuizen!

# BEWEGEN

## BONTE KRAAI

**TOTAL BODY WORKOUT | 23+**

NISA ALIBUX | [ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM](mailto:ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM) | 06 199 844 55

MA 18.00-19.00

**CARDIO/STEPS | 23+**

NISA ALIBUX | [ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM](mailto:ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM) | 06 199 844 55

DI 09.00-11.00 | 18.00-19.00

**BOOTCAMP | 23+**

NISA ALIBUX | [ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM](mailto:ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM) | 06 199 844 55

WO 09.00-10.00

**YOGA | 23+**

ROADS | KAVITA | [KAVITA.BINDA@ROADS.NL](mailto:KAVITA.BINDA@ROADS.NL) | 06155 197 28 | GRATIS

WO 11.00-12.00

**AEROBICS | 23+**

NISA ALIBUX | [ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM](mailto:ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM) | 06 199 844 55

WO 18.00-19.00

**HIIT TRAINING | 23+**

NISA ALIBUX | [ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM](mailto:ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM) | 06 199 844 55

DO 18.00-19.00

**BODY SHAPE | 23+**

NISA ALIBUX | [ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM](mailto:ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM) | 06 199 844 55

VR 18.00-19.00

## GEIN

**GYMNASTIEK | 60+**

MEER BEWEGEN VOOR OUDEREN | 5,50 PM | [MBVO\\_AMSTERDAM@HOTMAIL.COM](mailto:MBVO_AMSTERDAM@HOTMAIL.COM) | 020 886 10 70

DO 13.30-15.30

**KICKBOXEN | 12-23**

SWAZOOM | INLOOP | GRATIS | [INFO@SWAZOOM.NL](mailto:INFO@SWAZOOM.NL) | 020 569 68 67

VR 18.00-20.00

## HOLENDRECHT

**GYMNASTIEK | 60+**

MEER BEWEGEN VOOR OUDEREN | 5,50 PM | [MBVO\\_AMSTERDAM@HOTMAIL.COM](mailto:MBVO_AMSTERDAM@HOTMAIL.COM) | 020 886 10 70

VR 11.15-12.15

## KWAKOE

**KWAKOE IN BEWEGING | 55+**

[EJANSEN@TEAMSPOORTSERVICE.NL](mailto:EJANSEN@TEAMSPOORTSERVICE.NL) | 06 390 181 86

DO 10.00-11.00

## NOLIMIT

**GYMNASTIEK | 60+**

MEER BEWEGEN VOOR OUDEREN | 5,50 PM | [MBVO\\_AMSTERDAM@HOTMAIL.COM](mailto:MBVO_AMSTERDAM@HOTMAIL.COM) | 020 886 10 70

DO 12.00-13.00

**TAI CHI | 23+**

JOS CHEN | 2,- PER LES | [JOS@CHEN.NL](mailto:JOS@CHEN.NL) | 06 181 885 57

VR 09.00-11.00

# CREFEREN

## BONTE KRAAI

NAAIATELIER ROADS | 23+ MA 15.00-18.00 | DI 13.00-17.00 | WO.DO 14.00-16.00

ROADS | MARIJKE BREIDEL | MARIJKE.BREIDEL@ROADS.NL | 06 276 544 62

HAAKCLUB | 23+ DI 11.00-15.30 | DO 17.00-20.00

LETICIA WILLIAMS | LADYLAM7@HOTMAIL.COM | 06 497 215 98

HAAKUURTJE ROADS | 23+ DI 16.00-18.00

ROADS | MARIJKE BREIDEL | MARIJKE.BREIDEL@ROADS.NL | 06 276 544 62

SIERADEN MAKEN | 23+ VR 13.00-15.00

ROADS | MARIJKE BREIDEL | MARIJKE.BREIDEL@ROADS.NL | 06 276 544 62

REPAIR CAFÉ | 23+ VR 15.00-18.00 (LAATSTE VD MND)

REPAIR CAFÉ | INLOOP | GRATIS | REPAIRCAFE.ZUIDOOST@GMAIL.COM | REPAIRCAFE-ZUIDOOST.NL

## GEIN

ELKAAR HELPEN MET NAALD EN DRAAD | 23+ MA.DI.VR 09.00-14.00

URSULA MAKOSI | URSULAMAKOSI@LIVE.NL | 06 180 357 28

NAAICURSUS | 23+ MA 15.00-17.00 | DO 14.00-18.00

RINA OVERMAN | RINIACGROOTFAAM1943@GMAIL.COM | 06 829 070 75

HOOFDDOEK BINDEN | 23+ MA 17.00-19.00

RINA OVERMAN | RINIACGROOTFAAM1943@GMAIL.COM | 06 829 070 75

CREACLUB | 23+ DI 17.30-20.00

YVONNE BOOMGAARD | YVONNEBOOMGAARD@GMAIL.COM | 06 471 339 95

AQUARELLEN | 23+ DO 10.00-12.00

HERMELIEN HOUWERS | HERMIENHOUWERS@HOTMAIL.COM

## HOLENDRECHT

CREACLUB | 23+ DI 13.00-15.00

LIES BERNABELA | LIESBERNA@LIVE.NL | 06 280 838 41

ELKAAR HELPEN MET NAALD EN DRAAD | 23+ WO 13.15-15.45 | DO 09.00-14.00

URSULA MAKOSI | URSULAMAKOSI@LIVE.NL | 06 180 357 28

BREIEN EN HAKEN | 23+ WO 13.30-17.00

IVONNE DE MEZA | IVONNEJONATHAN90@GMAIL.COM | 06 108 181 99

CREACLUB | 23+ VR 11.00-13.00

LIEN SLOOT

## KWAKOE

SENIOREN HAAKCLUB | 23+ MA 14.30-17.00

L. WILLIAMS | LADYLAM7@HOTMAIL.COM | 06 497 215 98

NAAILES & HOOFDDOEK BINDEN | 23+ MA.WO 16.00-19.00

GEORGERY SNIJDERS | GEORGERYRS@LIVE.NL

CREACLUB | 23+ VR 13.00-17.00 (1X P MND)

LIA FELLER | 1,50 | L.FELLER@HOTMAIL.COM | 06 254 915 62

## NOLIMIT

NAACLUB | 23+ MA 11.00-13.00

G-BUURT MOVING FORWARD | JULIETTELOKHIN@GMAIL.COM

# DANSEN

## BONTE KRAAI

SETDANS | 23+

MA 18.00-20.00

SETDANS VERENIGING DE PELIKAAN | JULIET KLAVERWEIDE | JAKLAVERWEIDE@HOTMAIL.COM | 06 142 856 18

DANSLES | 12-23

DI 14.45-16.00

T.VANDIJK@STICHTINGTAMINO.NL | 06 194 388 02

DANSREPETITIE BRAIDS4KIDSS | 12-23

WO 16.30-20.00 | VR 16.00-21.00

BRAIDS4KIDS | INFO@BRAIDS4KIDS.NL | 06 228 085 86

ZUMBA DANSLES | 23+

WO 18.30-19.30

N. PARMESAR | N.PARMESAR@GMAIL.COM

DANSREPETITIE BRAIDS4KIDSS | 0-12

VR 16.00-18.00

BRAIDS4KIDS | INFO@BRAIDS4KIDS.NL | 06 228 085 86

DANSLES | 12-23

ZA 13.00-15.00

ASHVITA BAADJABAADJA

KINDERDANS | 0-12

ZA 13.00-14.30

EDITH NORTAN | 06 147 193 06 | EDITHNORTAN1961@GMAIL.COM.

## HOLENDRECHT

MODERNE DANS | 60+

MA 11.00-12.00

WWW.DANCECONNECTS.NL | INFO@DANCECONNECTS.NL | 020 261 10 58

AFRO DANCE SWAZOOM | 12-23

WO 16.30-18.00

SWAZOOM | SWAZOOM.NL | INFO@SWAZOOM.NL | 020 569 68 67

HET DANSENDE BREIN | 23+

DO 12.30-13.30 (2E VD MND)

MICHELLE | 06 385 119 07

## KWAKOE

SRANAN BROMKI DYARI | 23+

WO 13.00-18.00

LOTHY BOUWE-DAY | LOTHY.BOUWE.DAY@GMAIL.COM | 06 539 378 31

## NOLIMIT

SETDANS | 23+

MA 18.30-21.00

MARJORY BRAAFHEID | M.BRAAFHEID@AMSTERDAM.NL

SALSA (VRIJE INLOOP) | 23+

MA 19.00-21.00 (LAATSTE VD MND)

FELTER | FELTERBEWINDVOERINGEN@GMAIL.COM

SAMBA LES | 12-23

WO.DO 19.00-21.00

FIDELINAS ENTERTAINMENT | JANICE@FIDELINAS-ENTERTAINMENT.COM | 06 394 240 33

DANSMIX | 50+

DO 10.00-11.30

WWW.DANCECONNECTS.NL | INFO@DANCECONNECTS.NL | 020 261 10 58

MAJURI AMSTERDAM | 23+

VR 18.00-21.00

LINDA LINDVELD | ARIES\_@LIVE.NL | 06 588 168 29

NAKS KULTURU POSU | 23+

VR 19.00-21.00

STICHTING NAKS NEDERLAND | MARITHA KITAMAN | M.KITAMAN@HOTMAIL.COM

DANSLES KULA SKORO | 12-23

ZA 13.00-15.00

STICHTING KULA SKORO | JOSE TOJO | KULASCORO@GMAIL.COM.

MADAN DANSLES | 12-23

ZA 13.00-16.00

INFO@MADANDANCE.COM

# desayuno · breakfast petit déjeuner · ontbijt frühstück · colazione

CROISSANTJE  
EN WIT OF BRUIN  
PISTOLETJE GESERVEERD  
MET BOTER, BELEG,  
THEE OF KOFFIE,  
JUS D'ORANGE EN EEN  
GEKOOKT EITJE



**MAANDAG TOT EN MET VRIJDAG | 10.00-12.00**   
**BONTE KRAAI · GEIN · HOLENDRECHT · KWAKOE · NOLIMIT**  
AANGEBODEN DOOR PBAZO · KIJK OP [WWW.BHZO.NL](http://WWW.BHZO.NL) VOOR MEER INFORMATIE EN ACTIVITEITEN \* INDIEN GEOPEND

**LUNCH | TOSTI € 2 | BROODJE V.A. € 3 | 12.00-16.00**  
**MAALTIJD | V.A. € 5 |**  **BONTE KRAAI · HOLENDRECHT (DI/DO) · KWAKOE**  
**VRAAG HET BEHEER NAAR BESCHIKBARE MAALTIJDEN | 17.00-19.00**

# ETEN

## BONTE KRAAI

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)

MA.DI.WO.DO.VR 10.00-12.00

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)

MA.DI.WO.DO.VR 12.00-16.00

MAALTIJD VANAF 7,50 EURO | 23+

HET BEHEER VAN UW BUURTHUIS

MA.DI.WO.DO.VR 17.00-19.00

DE KRAAIBUNDEL MAALTIJDSERVICE | 23+

DO 15.00-20.00 | VR 15.00-21.00

DE KRAAIBUNDEL | 06 454 883 50 | 06 385 671 12 | [DEKRAAIBUNDEL@GMAIL.COM](mailto:DEKRAAIBUNDEL@GMAIL.COM)

SOCIAAL EETCAFÉ ROADS | 23+

VR 16.15-20.30

ROADS | MAIRA | 06 5205 7778 | [MAIRA.ORMSKERK@ROADS.NL](mailto:MAIRA.ORMSKERK@ROADS.NL)

BONT ETEN | 23+

ZA 14.00-17.00 (1 À 2X P MND)

ELSBETH SMULDERS EN NICO VAN DE VEN | [NICOVANDEVEN@HETNET.NL](mailto:NICOVANDEVEN@HETNET.NL) | 022 45 734 45 | 06 330 823 43

## GEIN

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)

MA.DI.WO.DO.VR 10.00-12.00

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)

MA.DI.WO.DO.VR 12.00-16.00

## HOLENDRECHT

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)

MA.DI.WO.DO.VR 10.00-12.00

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)

MA.DI.WO.DO.VR 12.00-16.00

RESTO VAN HARTE | 23+

DI 18.00-20.00 | VR 18.00-20.00 2 & 23 FEB

STICHTING RESTO VAN HARTE | [J.VANLAAR@RESTOVANHARTE.NL](mailto:J.VANLAAR@RESTOVANHARTE.NL) | 0900 900 3030

## KWAKOE

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)

MA.DI.WO.DO.VR 10.00-12.00

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)

DI.DO.VR 12.00-16.00

## NOLIMIT

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)

MA.DI.WO.DO.VR 10.00-12.00

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)

MA.DI.WO.DO.VR 12.00-16.00

KAMMIES KRIORO KUKRU | 23+

ZA 13.00-17.00

[CLAUDIAKAMMERON@HOTMAIL.COM](mailto:CLAUDIAKAMMERON@HOTMAIL.COM) | 06 263 927 83

KIJK VOOR MEER INFORMATIE EN HET LAATSTE NIEUWS OP [WWW.BHZO.NL](http://WWW.BHZO.NL)

# EVENEMENTEN

## BONTE KRAAI

REGGAE FRIDAY | 23+

PBAZO | [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)

VR 9 FEB, 8 MRT, 12 APR, 10 MEI 20.00-02.00

## HOLENDRECHT

AFRICAN MUSIC LOUNGE | 23+

PBAZO | [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)

VR 23 FEB, 22 MRT, 26 APR, 24 MEI 18.30-23.00

## KWAKOE

HVO QUERIDO LIVE JAM | 23+

HVO QUERIDO

VR 17.00-21.00 (2X P MND)

GOLDEN OLDIES PARTY | 23+

GLEONE ROZENDAAL | 06 370 470 40

ZA 19.00-01.00 (1X P MND)

## NOLIMIT

PIANODUO CONCERT | 23+

PBAZO | [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)

DO 1 FEB 18.30-20.30

JAZZ CAFÉ NOLIMIT | 23+

PBAZO | [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)

VR 16 FEB, 15 MRT, 19 APR, 17 MEI 18.30-21.00

# KOKEN

## BONTE KRAAI

SENIOREN KOOKCAFÉ | 23+

PARTICIPATIE TEAM AMSTERDAM ZUIDOOST | [PTEAMAMSTERDAMZUIDOOST@GMAIL.COM](mailto:PTEAMAMSTERDAMZUIDOOST@GMAIL.COM)

MA 10.00-14.00

KINDERKOOKCAFÉ | 0-12

STICHTING CIRKEL VAN HARMONIE | LIZETTE PINAS | [ZETTEP@HOTMAIL.COM](mailto:ZETTEP@HOTMAIL.COM) | 06 134 046 63

ZA 13.00-17.00

## GEIN

HEALTHY CHEF SWAZOOM | 12-23

SWAZOOM | [SWAZOOM.NL](mailto:SWAZOOM.NL) | [INFO@SWAZOOM.NL](mailto:INFO@SWAZOOM.NL) | 020 569 68 67

DI 15.00-19.00 | WO 17.00-19.00

VOEDSELKRINGLOOP KOKEN | 23+

VOEDSELKRINGLOOP GEIN | ANNET HOORN | 06 253 023 15 | [ANNET@AHORN.NL](mailto:ANNET@AHORN.NL)

DO 12.15-16.00

## HOLENDRECHT

KOOKCURSUS | 23+

STICHTING KRACHT EN PRACHT | 5,- | [MURIELRICHARD@LIVE.NL](mailto:MURIELRICHARD@LIVE.NL) | 06 275 119 01

MA 12.30-15.30

KOOKWORKSHOP | 23+

MLUIJJDJENS@YAHOO.COM | 06 415 692 25

WO 18.00-20.00

INDIASE KOOKCURSUS | 23+

SAMRIDHI BANSAL | [INFO@INDIASEKOOKCURSUS.NL](mailto:INFO@INDIASEKOOKCURSUS.NL)

ZA 13.00-17.00

BENT U INWONER VAN ZUIDOOST EN WILT U GRAAG EEN ACTIVITEIT OF  
EVENEMENT ORGANISEREN IN EEN BUURTHUIS? VUL HET ONLINE FORMULIER  
IN OP ONZE WEBSITE OF STUUR EEN E-MAIL NAAR [INFO@PBAZO.NL](mailto:INFO@PBAZO.NL)



VR 18.30-21.00 | INLOOP 17.00 | 1X PER MAAND | GRATIS

16 FEB | 15 MRT | 19 APR | 17 MEI

JAZZ **Café**  
NoLIMIT

**16 februari**

Marco Ullstein Quintet

**15 maart**

The Congruent Five

**19 april**

The News

**17 mei**

Denise Jannah & Wolf Martini

NoLIMIT | GELDERSHOOFD 80 | BHZO.NL



## BONTE KRAAI

### BEGELEID OEFENEN OP DE COMPUTER | 23+

MA 10.00-12.00

STICHTING AAN DE KNOPPEN | AANDEKNOPPEN.NL | INFO@AANDEKNOPPEN.NL | 06 128 482 37

### NEDERLANDSE LES ROADS | GRATIS | 23+

MA 12.00-14.30 | DO 10.00-11.30

ROADS | KAVITA | KAVITA.BINDA@ROADS.NL | 06 155 197 28

### HUISWERKBEGELEIDING | 0-12

MA 17.00-18.00 | VR 17.00-18.30

STICHTING DE CIRKEL VAN HARMONIE | LIZETTE PINAS | ZETTEP@HOTMAIL.COM | 06 134 046 93

### NEDERLANDSE CONVERSATIELES | 23+

WO 13.00-14.30

ROADS | KAVITA | KAVITA.BINDA@ROADS.NL | 06155 197 28 | GRATIS

### NAAIATELIER | 23+

WO 14.30-17.30

ROADS | KAVITA | KAVITA.BINDA@ROADS.NL | 06155 197 28 | GRATIS

### COMPUTERLES VOOR BEGINNERS | 23+

VR 10.00-11.30

STICHTING AAN DE KNOPPEN | AANDEKNOPPEN.NL | INFO@AANDEKNOPPEN.NL | 06 128 482 37

## GEIN

### COMPUTERLES VOOR BEGINNERS | 23+

MA 10.30-12.00

STICHTING AAN DE KNOPPEN | AANDEKNOPPEN.NL | INFO@AANDEKNOPPEN.NL | 06 128 482 37

### HUISWERKBEGELEIDING BUTO | 0-12

DI.DO 17.00-18.30

BUURTTALENTONTWIKKELING.NL | INFO@BUURTTALENTONTWIKKELING.NL | 06 85 80 35 53

### BEGELEID OEFENEN OP DE COMPUTER | 23+

VR 10.00-12.00

STICHTING AAN DE KNOPPEN | AANDEKNOPPEN.NL | INFO@AANDEKNOPPEN.NL | 06 128 482 37

## HOLENDRICHT

### NEDERLANDSE TAALLES | 23+

MA.WO 10.00-12.00

STICHTING KRACHT EN PRACHT | 5,- | MURIELRICHARD@LIVE.NL | 06 275 119 01

### COMPUTERLES VOOR BEGINNERS | 23+

MA 13.30-15.00

STICHTING AAN DE KNOPPEN | AANDEKNOPPEN.NL | INFO@AANDEKNOPPEN.NL | 06 128 482 37

### HUISWERKBEGELEIDING BUTO | 0-12

MA.WO 16.30-19.30

BUURTTALENTONTWIKKELING.NL | INFO@BUURTTALENTONTWIKKELING.NL | 06 85 80 35 53

### NAAICURSUS | 23+

DI 09.00-15.00 | VR 09.00-12.30

STICHTING KRACHT EN PRACHT | 7,50 | MURIELRICHARD@LIVE.NL | 06 275 119 01

### HUISWERKBEGELEIDING MR BOB | 0-12 WO 12.30-17.00 | VR 13.00-17.00 | ZA 09.30-16.30

MEESTER BOB | HUNTE-CURSIST@LIVE.NL | 06 511 055 32

### BEGELEID OEFENEN OP DE COMPUTER | 23+

DO 10.00-12.00

STICHTING AAN DE KNOPPEN | AANDEKNOPPEN.NL | INFO@AANDEKNOPPEN.NL | 06 128 482 37

### NEDERLANDSE LES | 23+

ZA 15.00-17.00

RANDY ANAMOAH | RANAMOAH@HOTMAIL.COM | 06 226 709 95

BENT U INWONER VAN ZUIDOOST EN WILT U GRAAG EEN ACTIVITEIT OF  
EVENEMENT ORGANISEREN IN EEN BUURTHUIS? VUL HET ONLINE FORMULIER  
IN OP ONZE WEBSITE OF STUUR EEN E-MAIL NAAR INFO@PBAZO.NL

## NOLIMIT

HUISWERKBEGELEIDING | 0-12

GEEFJEKINDEENVOORSPRONG.NL | 06 242 985 89

MA.WO 16.00-18.00 | VR 15.00-18.30

HUISWERKBEGELEIDING BUTO | 0-12

BUURTTALENTONTWIKKELING.NL | INFO@BUURTTALENTONTWIKKELING.NL | 06 85 80 35 53

MA.WO 16.30-19.30

SPEELS REKENEN | 0-12

G-BUURT MOVING FORWARD | JULIETTELOKHIN@GMAIL.COM

DI 15.00-18.00

HINDI LES | 23+

SATSANGNED@GMAIL.COM | SONATA: 06 140 521 42 | POERNIMA: 06 112 850 36

DI 18.00-20.00

COMPUTERCURSUS VOOR SENIOREN | 23+

ST SYNCHROON PLUS | 06 241 287 40 | 06 308 669 36 | SYNCHROONPLUS.COM | SYNCHROONPLUS@GMAIL.COM

WO.VR 09.00-13.00

WEEKENDSCHOOL SABI YU RUTU | 12-23

STICHTING GRANI | P. RICHELIEU | P\_RICHELIEU@HOTMAIL.COM

ZA 13.00-17.00

## BONTE KRAAI

HINDOESTAANSE CULTUURGROEP | 23+

INGRID RAMDIEN | INGRID2606@HOTMAIL.COM | 06 292 620 10

DI 16.00-20.00

PASENSI FAMIRI | 23+

T. MIJNALS | O.MIJNALS@CHELLO.NL | 06 307 227 11

DI 17.30-20.00 | VR 19.00-21.00

## GEIN

SAXOFOON LESSEN | 23+

KENNETH | 06 430 589 28 | KENNETHB726@GMAIL.COM.

MA 14.30-18.00

BUURTVADERS | 23+

GILBERT HAMEL | G.H.HAMEL@HOTMAIL.COM | 06 269 793 52

MA 18.15-20.00

MUZIEKLES | 12-23

GLENN BURTY | 06 417 654 64 | GLENNBURTY@GMAIL.COM

DI 17.00-20.00

STUDIO TIME SWAZOOM | 12-23

SWAZOOM | SWAZOOM.NL | INFO@SWAZOOM.NL | 020 569 68 67

WO 17.00-20.00

SAXOFOON SPELEN | 23+

KENNETH BRAND FLU | 06 430 589 28 | KENNETHB726@GMAIL.COM

VR 14.30-18.00

ZO MUSIC PROJECT | 23+

GLENN 06 430 098 04 | CARLO 06 482 588 92

VR 18.30-22.00

## KWAKOE

SAXOFOON SPELEN | 23+

MARJORY BRAAFHEID | M.BRAAFHEID@AMSTERDAM.NL

WO 15.00-19.00

## BONTE KRAAI

DAGBESTEDING ROADS | 23+

ROADS | MARIJKE BREIDEL | MARIJKE.BREIDEL@ROADS.NL | 06 276 544 62

MA 09.30-11.30

SENIOREN ACTIVITEITEN | 23+

PARTICIPATIE TEAM AMSTERDAM ZUIDOOST | PTEAMAMSTERDAMZUIDOOST@GMAIL.COM

MA 10.00-14.00

FRIDAY (SECOND OF THE MONTH) 20.00-02.00 | FREE

PBAZO PRESENTS

# REGGAE FRIDAY

FRIDAY FEBRUARI 9

FRIDAY MARCH 8

FRIDAY APRIL 12

FRIDAY MAY 10

FOOD & DRINKS AVAILABLE

FREE ENTRANCE

BONTE KRAAI | KRAAIENNEST 68 | BHZO.NL



# ONTSPANNEN

## BONTE KRAAI

DAGBESTEDING BIDGE 2 HOPE | 23+

MA.WO 13.00-17.00 | VR 12.00-16.00

BRIDGE 2 HOPE | THEBRIDGE2HOPE.ORG | INFO@THEBRIDGE2HOPE.ORG

JEUGD GROEP ZUIDOOST | 12-23

MA 16.30-18.00

DEBBIE KEIJNER | DEAKEIJNER@GMAIL.COM.

VROUWENCAFÉ | 23+

MA 18.00-21.00

STICHTING DE CIRKEL VAN HARMONIE | LIZETTE PINAS | ZETTEP@HOTMAIL.COM | 06 134 046 93

DE KRAAIBUNDEL | 23+

MA.WO.DO.VR 18.00-21.00

DE KRAAIBUNDEL | 06 454 883 50 | 06 385 671 12 | DEKRAAIBUNDEL@GMAIL.COM

SWAZOOM JONGERENACTIVITEITEN | 16+

MA.VR 19.00-21.00

SWAZOOM | SWAZOOM.NL | INFO@SWAZOOM.NL | 020 569 68 67

DAGBEST SENIOREN | 23+

DI.VR 13.00-17.00 | WO 09.00-12.00 | DO 12.30-16.30

ST MAVENCIO MULTI-COMORBIDITEIT GROUP | MAVENCIOONTMOETINGSGROEP@HOTMAIL.COM | 06 274 311 52

DAGBESTEDING JE NAASTE CARE | 23+

DI 13.30-16.30 | WO.DO 12.30-16.30

JE NAASTE CARE | INFO@JENAASTE.NL | 020 240 02 35

MEDITATIE LES ROADS | GRATIS | 23+

WO 10.00-10.45

ROADS | KAVITA | KAVITA.BINDA@ROADS.NL | 06155 197 28

STOEL YOGA ROADS | GRATIS | 23+

WO 11.00-12.00

ROADS | KAVITA | KAVITA.BINDA@ROADS.NL | 06155 197 28 | GRATIS

K-BUURT UURTJE | 23+

DO 17.00-18.00

BUURTPLATFORM HART VOOR DE K-BUURT | MIKE BRANTJES | 06 51 084 879

ACTIVITEITEN VOOR OUDEREN | 23+

VR 13.00-18.00

STICHTING PASENSIE | YVONNE PENIG | YVONNEPENIG@LIVE.NL | 06 200 444 05

KLAVERJASSEN | 23+

VR 19.00-22.00

ONTSPANNINGSVERENIGING DIEMERA | ROY.JANMAHOMED@DIEMEN.NL | 06 142 893 86

## GEIN

CHILLZONE SWAZOOM | 12-23

DI 17.00-20.00

SWAZOOM | SWAZOOM.NL | INFO@SWAZOOM.NL | 020 569 68 67

ONTMOET & DOE | 23+

DI 10.00-12.30

MEVR. J. JAMES TROUT | C.JAMES2@UPCMAIL.NL | 020 697 24 75

BUURTGENOTEN SWAZOOM | 23+

WO 13.00-16.00

SWAZOOM | INLOOP | GRATIS | INFO@SWAZOOM.NL | 020 569 68 67

TROEFCALL CLUB DOSTI | 23+

WO 15.00-20.00 | VR 16.00-22.00

TROEFCALLCLUBDOSTI@GMAIL.COM | 06 199 294 02

DRU YOGA | 23+

VR 09.00-10.30

JOYCE LICHTVELD | SMILE@HAPPYBUDDHA.NL | 06 265 286 31

SCHAAKGROEP CHATURANGA | 6-23+

VR 19.00-23.30

WWW.CHATURANGA.NL | JGWIERSTRA@GMAIL.COM

## HOLENDRECHT

BUURTGENOTEN | 23+

MA.DO 13.00-16.00

SWAZOOM | INLOOP | GRATIS | INFO@SWAZOOM.NL | 020 569 68 67

DANSEN MET OUDEREN | 23+

DI 09.30-11.30

SWAZOOM | SWAZOOM.NL | INFO@SWAZOOM.NL | 020 569 68 67

# ONTSPANNEN

## HOLENDRECHT

MOVE & RELAX | 23+

MIRA WARMERDAM | MIRA@HANDINHANDBEGELEIDING.NL | 06 371 952 96.

WO 10.30-12.00

STUDY & CHILL SWAZOOM | 0-12

SWAZOOM | SWAZOOM.NL | INFO@SWAZOOM.NL | 020 569 68 67

WO 14.00-17.00

JONGERENRAAD | 12-23

SWAZOOM | SWAZOOM.NL | INFO@SWAZOOM.NL | 020 569 68 67

WO 17.00-20.00 | DO 16.00-20.00

KARAOKE | 23+

KRISH KALIDIN | 06 228 755 48 | KALIDIN@GMAIL.COM

WO 18.30-20.00

PYAAR BHAREE SEVA | 23+

PYAAR2023@GMAIL.COM | KRISH 06 228 755 48

DO 15.00-20.00

YOGA | 23+

TAMI-RUIS@LIVE.NL

VR 13.00-14.00

CHILLZONE SWAZOOM | 12-23

SWAZOOM | SWAZOOM.NL | INFO@SWAZOOM.NL | 020 569 68 67

VR 16.00-21.00

BINGO | 23+

SWAZOOM | INLOOP | GRATIS | INFO@SWAZOOM.NL | 020 569 68 67

ZA 13.00-16.00 (1X PM)

## KWAKOE

VRIJE INLOOP | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

MA.DI.WO.DO.VR 09.00-19.00

VRIENDEN VAN KWAKOE | 23+

HUMPREY TILBORG | TILLIE2104@HOTMAIL.COM

MA.DI.WO.DO.VR 14.00-19.00

TROEFCALL TOERNOOI | 23+

STICHTING ONS PLEZIER | VANGEEENPHILIP@GMAIL.COM

MA 17.00-21.00 (1X P MND)

TORI OSO | 23+

STICHTING ONS PLEZIER | VANGEEENPHILIP@GMAIL.COM

DI 17.00-19.00 (2X P MND)

AFI YURU | 23+

LIA FELLER | 1,50 | L.FELLER@HOTMAIL.COM | 06 254 915 62

VR 12.00-17.00

INHEEMSE CULTUUR- EN PANELGROEP | 23+

RONNY RANAJOE | RONNY551960@HOTMAIL.COM

VR 17.00-19.00

BINGO | 23+

STICHTING ONS PLEZIER | VANGEEENPHILIP@GMAIL.COM

VR 17.30-21.30 (1X P MND)

DOMINO TOERNOOI | 23+

HUMPREY TILBORG | TILLIE2104@HOTMAIL.COM

ZA 14.00-19.00 (2E VD MND)

## NOLIMIT

YOGA SWAGATAM | 23+

STICHTING SWAGATAM | J.GAJADHAR@PLANET.NL | 06 452 478 16

WO 19.00-20.30

BENT U INWONER VAN ZUIDOOST EN WILT U GRAAG EEN ACTIVITEIT OF  
EVENEMENT ORGANISEREN IN EEN BUURTHUIS? VUL HET ONLINE FORMULIER  
IN OP ONZE WEBSITE OF STUUR EEN E-MAIL NAAR INFO@PBAZO.NL

VRIJDAG 18.30-23.00 (1X PM) | INLOOP 17.00 | GRATIS

# AFRICAN MUSIC LOUNGE



23 FEBRUARI | 22 MAART | 26 APRIL | 24 MEI



HOLENDRICHT | HOLENDRICHTPLEIN 38 | BHZO.NL



# ONTSPANNEN

## NOLIMIT

YOGA | 23+

1 LES 5,- | 50,- SEIZOEN | WWW.HETOOGVANDEORKAAN.NL | CISKA.MATTHES@GMAIL.COM

DO 18.15-19.15

RAMAYAN SATSANG | 23+

SATSANGNED@GMAIL.COM | SONATA: 06 140 521 42 | POERNIMA: 06 112 850 36

DO 19.00-21.00

ZENMEDITATIE | 23+

1 LES 5,- | 50,- SEIZOEN | WWW.HETOOGVANDEORKAAN.NL | CISKA.MATTHES@GMAIL.COM

DO 19.30-21.00

# SPELEN

## BONTE KRAAI

JEUGDACTIVITEITEN | 0-12

STICHTING DE CIRKEL VAN HARMONIE | LIZETTE PINAS | ZETTEP@HOTMAIL.COM | 06 134 046 93

VR 14.00-18.30

LITTLE MISS KWAKOE | 0-12

RINA OVERMAN | RINIACGROOTFAAM1943@GMAIL.COM | 06 829 070 75

ZA 13.00-17.00

## GEIN

OUDER- EN KIND INLOOP | 0-4

SWAZOOM | INLOOP | GRATIS | INFO@SWAZOOM.NL | 020 569 68 67

MA.DO 09.00-12.00

SWAZOOM KIDS 'N FUN | 12-23

SWAZOOM | SWAZOOM.NL | INFO@SWAZOOM.NL | 020 569 68 67

DI.WO 14.00-16.00

## NOLIMIT

OUDER- EN KIND INLOOP | 0-4

SWAZOOM | INLOOP | GRATIS | INFO@SWAZOOM.NL | 020 569 68 67

MA 09.00-12.00

KIDSCLUB MOVING FORWARD | 0-12

GBUURTMOVINGFORWARD@GMAIL.COM | 06 8205 5585

WO 14.30-17.30 | DO 15.30-17.30

# VOORLICHTING

## BONTE KRAAI

OBA NEXT LAB | 23+

OBA.NL

MA.DI.WO.DO.VR 09.00-20.00

INLOOP ZUIDOOST WERKT | 23+

ZUIDOOSTWERKT@AMSTERDAM.NL | APP 06 185 367 00

MA 09.00-12.00

GRIP OP JE GELD | FINANCIËEL CAFÉ | 23+

INLOOP ZONDER AFSpraak | MEE AMSTEL EN ZAAAN | INFORMATIE@MEE-AZ.NL | 020 512 72 72

MA 12.30-15.30

HERSTEL-LAB ZUIDOOST | 23+

BRAM VREESWIJK | 06 8103 3723 | BVREESWIJK@DEREGENBOOG.ORG

MA T/M 19 FEB 14.30-17.00

HAND IN HAND BEGELEIDING SPREEKuur | 23+

MIRA WARMERDAM | MIRA@HANDINHANDBEGELEIDING.NL | 06 371 952 96

DI 10.30-13.00

SPREEKuur VENZO | 23+

VENZO | VENZO.CO.NL | INFO@VENZO.CO.NL | 020 760 11 70

WO 09.00-12.00



# VOORLICHTING

## BONTE KRAAI

SOCIAAL SERVICEPUNT | 23+

DE KRAAIBUNDEL | 06 454 883 50 | 06 385 671 12 | DEKRAAIBUNDEL@GMAIL.COM

WO 19.00-20.00

MEN 4 BETTER LIFE | 23+

MEN4BETTERLIFE | NEWTON NECHI | MEN4BETTERLIFE1@GMAIL.COM

DO 18.00-20.00

MEN4BETTERLIFE SPREEKUR | 23+

MEN4BETTERLIFE | ENDY NEWTON | MEN4BETTERLIFE1@GMAIL.COM

VR 10.00-12.00

PSYCHIATRIE CAFE ROADS | 23+

ROADS | KAVITA | KAVITA.BINDA@ROADS.NL | 06155 197 28 | GRATIS

VR 19.00-21.00 (2E VD MND)

## GEIN

WPI ACTIVERING | 23+

GEMEENTE AMSTERDAM | AMSTERDAM.NL | 020 252 6000

DI 09.00-13.00

MENTRUM F-ACT SPREEKUR | 23+

CATHERINE.BROEK@MENTRUM.NL | 06 524 106 97

WO 15.00-16.00

BUURTTEAM SPREEKUR | 23+

WWW.BUURTTEAMAMSTERDAM.NL

DO 09.00-12.30

## HOLENDRICHT

WIJK ACTIE TEAM | 23+

GEMEENTE AMSTERDAM | Y.VAN.RAVENSWAAIJ@AMSTERDAM.NL

MA.DI.WO.DO.VR 09.00-16.00

WPI ACTIVERING | 23+

GEMEENTE AMSTERDAM | AMSTERDAM.NL | 020 252 6000

MA 09.00-16.00 | DO 10.00-14.00

FNV SPREEKUR WERK & INKOMEN | 23+

FNV | 088 368 03 68

DI 19.00-22.00

BUURTTEAM SPREEKUR | 23+

WWW.BUURTTEAMAMSTERDAM.NL

DI.WO 09.00-12.30

HAND IN HAND BEGELEIDING SPREEKUR | 23+

MIRA WARMERDAM | MIRA@HANDINHANDBEGELEIDING.NL | 06 371 952 96

WO 12.00-13.00

INLOOP ZUIDOOST WERKT | 23+

ZUIDOOSTWERKT@AMSTERDAM.NL | APP 06 185 367 00

DO 10.00-12.00

ODENSEHUIS | 23+

ODENSEHUIS | ZUIDOOST@ODENSEHUIS.NL

DO 10.00-14.00

CORDAAN THUISDIENSTEN SPREEKUR | 23+

HBOUHARRAR@CORDAANTHUISDIENSTEN.NL | 06 227 521 15

DO 10.00-16.00

GRIP OP JE GELD | FINANCIËEL CAFÉ | 23+

INLOOP ZONDER AFSpraak | MEE AMSTEL EN ZAAAN | INFORMATIE@MEE-AZ.NL | 020 512 72 72

VR 09.00-12.00

TAALADVIES SPREEKUR | 23+

GEMEENTE AMSTERDAM | 020 252 6008 | HELPDESK.EDUCATIE@AMSTERDAM.NL

VR 09.00-13.00

BENT U INWONER VAN ZUIDOOST EN WILT U GRAAG EEN ACTIVITEIT OF  
EVENEMENT ORGANISEREN IN EEN BUURTHUIS? VUL HET ONLINE FORMULIER  
IN OP ONZE WEBSITE OF STUUR EEN E-MAIL NAAR INFO@PBAZO.NL

# VOORLICHTING

**KWAKOE**

**ADVOCATEN SPREEKUUR | 23+**

**DO 15.30-16.30**

VAN DOORN CS ADVOCATEN | 020 693 55 44 | J.VANBRAAM@VANDOORNCS.NL

**NOLIMIT**

**DE ZORGBRIGADE | 23+**

PANTAR, 020 416 80 00, INFO@PANTAR.NL

**MA.DI.DO 9.00-17.00**

**WPI ACTIVERING | 23+**

GEMEENTE AMSTERDAM | AMSTERDAM.NL | 020 252 6000

**DI.WO.DO 09.00-12.00**

**VROUWEN EMPOWERMENT | 23+**

G-BUURT MOVING FORWARD | JULIETTELOKHIN@GMAIL.COM

**DI 09.00-13.00**

**TAALADVIES SPREEKUUR | 23+**

GEMEENTE AMSTERDAM | 020 252 6008 | HELPDESK.EDUCATIE@AMSTERDAM.NL

**DI 13.00-16.00**

**SLACHTOFFER SPREEKUUR | 23+**

BEWEGINGSISA@GMAIL.COM | MAATSCHAPPELIJK 06 111 002 30 | JURIDISCH 06 288 288 22 | MEDISCH 06 831 658 34

**WO 11.00-14.00**

**JURIDISCH SPREEKUUR | 23+**

MOOIJMAN & MES ADVOCATEN | APOLONIA USTASIA | INFO@MOOIJMANENMES.NL

**VR 14.00-16.00**

# INFORMATIE

De BuurtHuizen zijn er voor alle buurtbewoners. Het zijn plekken waar buurtbewoners van verschillende leeftijden elkaar kunnen ontmoeten en hun talenten kunnen ontwikkelen.

Bent u inwoner van Zuidoost en wilt u graag een activiteit of evenement organiseren in een BuurtHuis? Vul het online formulier in op onze website of stuur een e-mail naar [info@pbazo.nl](mailto:info@pbazo.nl).

Tot ziens in de BuurtHuizen!

**BENT U INWONER VAN ZUIDOOST EN WILT U GRAAG EEN ACTIVITEIT OF  
EVENEMENT ORGANISEREN IN EEN BUURTHUIS? VUL HET ONLINE FORMULIER  
IN OP ONZE WEBSITE OF STUUR EEN E-MAIL NAAR [INFO@PBAZO.NL](mailto:info@pbazo.nl)**

**KIJK VOOR MEER INFORMATIE EN HET LAATSTE NIEUWS OP [WWW.BHZO.NL](http://WWW.BHZO.NL)**

## **ALGEMENE INFORMATIE EN PLANNING**

**MA.DI.WO.DO.VR 09.00-17.00**

info@pbazo.nl, 020 240 11 78

### **BONTE KRAAI**

**MA.DI.WO.DO.VR 09.00-22.00 | ZA 13.00-17.00**

Kraaiennest 68  
1104 CD Amsterdam  
020 240 66 55

### **GEIN**

**MA.DI.WO.DO.VR 09.00-20.00**

Wisseloord 83  
1107 NB Amsterdam  
020 240 66 44

### **HOLENDRECHT**

**MA.DI.WO.DO.VR 09.00-20.00 | ZA 09.00-17.00**

Holendrechtplein 38  
1106 LP Amsterdam  
020 240 66 33

### **KWAKOE**

**MA.DI.WO.DO.VR 09.00-19.00**

E. Cady Stantonplein 1  
1102 BL Amsterdam  
020 240 66 11

### **NoLIMIT**

**MA.DI.WO.DO.VR 09.00-22.00 | ZA 13.00-17.00**

Geldershoofd 80  
1103 BG Amsterdam  
020 240 66 56



**KLIJK VOOR MEER INFORMATIE EN HET LAATSTE NIEUWS OP [WWW.BHZO.NL](http://WWW.BHZO.NL)**

# Z M



# O

# D

BUURTHUIZEN ZUIDOOST | BHZO.NL

