



**BUURTHUIZEN ZUIDOOST | LENTE**



**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!

## BONTE KRAAI

### HATHA YOGA | 23+

ANK VAN UCHELEN | [HATHAYOGAZUIDOOST@GMAIL.COM](mailto:HATHAYOGAZUIDOOST@GMAIL.COM) | [WWW.HATHAYOGAZUIDOOST.NL](http://WWW.HATHAYOGAZUIDOOST.NL)

### TOTAL BODY WORKOUT | 23+

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

### CARDIO/STEPS | 23+

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

### BOOTCAMP | 23+

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

### PRILLE MOEDERS BEWEGEN | 23+

SAG ZORGONTWIKKELING | [RONDONDEGEBOORTE.NL](http://RONDONDEGEBOORTE.NL) | [RONDONDEGEBOORTE@SAG-AMSTERDAM.NL](mailto:RONDONDEGEBOORTE@SAG-AMSTERDAM.NL) | 020 58 14 084

### ZWANGERE VROUWEN BEWEGEN | 23+

SAG ZORGONTWIKKELING | [RONDONDEGEBOORTE.NL](http://RONDONDEGEBOORTE.NL) | [RONDONDEGEBOORTE@SAG-AMSTERDAM.NL](mailto:RONDONDEGEBOORTE@SAG-AMSTERDAM.NL) | 020 58 14 084

### K-ZONE | 0-12

K-ZONE SPORTS | [KZONESPORTS.NL](http://KZONESPORTS.NL) | 020 368 1490

### AEROBICS | 23+

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

### HIIT TRAINING | 23+

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

### BODY SHAPE | 23+

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

## GEIN

### GYMNASTIEK | 60+

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

## HOLENDRICHT

### BEWEGEN OP MUZIEK IEDER ZIJN WERK | 23+

IEDER ZIJN WERK | [IEDERZIJNWERK.NL](http://IEDERZIJNWERK.NL) | [INFO@IEDERZIJNWERK.NL](mailto:INFO@IEDERZIJNWERK.NL) | 06 839 992 00

### GYMNASTIEK | 60+

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

# BEWEGEN

MA 10.00-11.30

MA 18.00-19.00

DI 09.00-11.00 | 18.00-19.00

WO 09.00-10.00

WO 14.30-15.30

WO 15.30-16.30

WO 15.30-17.30

WO 18.00-19.00

DO 18.00-19.00

VR 18.00-19.00

DO 13.30-15.30

WO 13.30-16.00

VR 11.15-12.15

# BEWEGEN

## NOLIMIT

SPORTINSTUUF | 55+

ELLEN | E.JANSEN@TEAMSSPORTSERVICE.NL

GYMNASTIEK | 60+

MEER BEWEGEN VOOR OUDEREN | 5,50 PM | MBVO\_AMSTERDAM@HOTMAIL.COM | 020 886 10 70

TAI CHI | 23+

JOS CHEN | 2,- PER LES | JOS@CHEN.NL | 06 181 885 57

DO 10.00-12.00

DO 12.00-13.00

VR 09.00-11.00

# CREEREN

## BONTE KRAAI

NAAIATELIER | 23+

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

HAAKCLUB | 23+

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

HAAKUURTJE ROADS | 23+

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

NEDERLANDSE LES & NAAIATELIER | 23+

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

SIERADEN MAKEN | 23+

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

REPAIR CAFÉ | 23+

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

MA 15.00-18.00 | DI 12.30-15.30

DI 11.00-15.30 | DO 17.00-20.00

DI 16.00-18.00

WO 09.30-17.30 | DO 09.00-17.00

VR 13.00-15.00

VR 15.00-18.00 (LAATSTE VD MND)

## GEIN

ELKAAR HELPEN MET NAALD EN DRAAD | 23+

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

NAAICURSUS | 23+

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

HOOFDDOEK BINDEN | 23+

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

CREACLUB | 23+

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

AQUARELLEN | 23+

HERMELIEN HOUWERS | HERMIENHOUWERS@HOTMAIL.COM.

MA,DI,VR 09.00-14.00

MA 15.00-17.00

MA 17.00-19.00

DI 17.30-20.00

DO 10.00-12.00

## HOLENDRICHT

CREACLUB | 23+

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

ELKAAR HELPEN MET NAALD EN DRAAD | 23+

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

BREIEN EN HAKEN | 23+

IVONNE DE MEZA | IVONNEJONATHAN90@GMAIL.COM

CREACLUB IEDER ZIJN WERK | 23+

IEDER ZIJN WERK | IEDERZIJNWERK.NL | INFO@IEDERZIJNWERK.NL | 06 839 992 00

DI 13.00-15.00

WO 13.15-15.45 | DO 09.00-14.00

WO 13.30-17.00

VR 11.00-13.00

## KWAKOE

SENIOREN HAAKCLUB | 23+

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

HOOFDDOEK BINDEN | 23+

GEORGERY SNIJDERS | GEORGERYRS@LIVE.NL

NAAILESSSEN & HOOFDDOEK BINDEN | 23+

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

CREACLUB | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

# CREEREN

MA 14.30-17.00

MA.VR 16.00-19.00

DI.DO 14.00-18.00

VR 13.00-17.00 (1X P MND)

## NOLIMIT

THE VILLAGE ACADEMY | 23+

THE VILLAGE ACADEMY | THEVILLAGEACADEMY@HOTMAIL.COM

MA 18.00-21.00

## BONTE KRAAI

SETDANS | 23+

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

ZUMBA VOOR SENIOREN | 23+

VERONICA RIKKEN | VARIKKEN73@GMAIL.COM

ZUMBA DANSLES | 23+

N. PARMESAR | N.PERMESAR@GMAIL.COM

DANSREPETITIE BRAIDS4KIDSS | 0-12

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

DANSREPETITIE BRAIDS4KIDSS | 12-23

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

DANSLES | 12-23

ASHVITA BAADJABAADJA

KINDERDANS | 0-12

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

# DANSEN

MA 18.00-20.00

DI 11.15-12.00

WO 18.30-19.30

VR 16.00-17.30

VR 18.30-21.00

ZA 13.00-15.00

ZA 13.00-14.30

## HOLENDRECHT

MODERNE DANS 60+ | 23+

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

LIVING IN FREESTYLE | 0-12

DI 16.00-18.00 | ZA 12.00-17.00

KISAYA BALKER | CHANNELYKISAYA321@GMAIL.COM | 06 877 234 72

AFRO DANCE SWAZOOM | 12-23

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

DANSREPETITIE BRAIDS4KIDSS | 12-23

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

AEROBIC DANCE | 23+

RAJU | 06 340 272 33 | RAJUGURUNG@OUTLOOK.COM

HET DANSENDE BREIN | 23+

MICHELLE | 06 385 119 07

WO 16.30-18.00

WO 16.30-19.00

DO 10.00-11.30

DO 12.30-13.30 (2E VD MND)

# DANSEN

## KWAKOE

SRANAN BROMKI DYARI | 23+

LOTHY BOUWE-DAY | [LOTHY.BOUWE.DAY@GMAIL.COM](mailto:LOTHY.BOUWE.DAY@GMAIL.COM) | 06 539 378 31

MOENDEH DANSI | 23+

STICHTING ONS PLEZIER | [VANGEEENENPHILIP@GMAIL.COM](mailto:VANGEEENENPHILIP@GMAIL.COM)

WO 13.00-18.00

VR 15.00-17.00 (2E VD MND)

## NOLIMIT

SETDANS | 23+

MARJORY BRAAFHEID | [M.BRAAFHEID@AMSTERDAM.NL](mailto:M.BRAAFHEID@AMSTERDAM.NL)

SALSA (VRIJE INLOOP) | 23+

FELTER | [FELTERBEWINDVOERINGEN@GMAIL.COM](mailto:FELTERBEWINDVOERINGEN@GMAIL.COM)

HET DANSENDE BREIN | 23+

MICHELLE | 06 385 119 07

SAMBA LES | 12-23

FIDELINAS ENTERTAINMENT | [JANICE@FIDELINAS-ENTERTAINMENT.COM](mailto:JANICE@FIDELINAS-ENTERTAINMENT.COM) | 06 394 240 33

DANSMIX 50+ | 23+

[WWW.DANCECONNECTS.NL](http://WWW.DANCECONNECTS.NL) | [INFO@DANCECONNECTS.NL](mailto:INFO@DANCECONNECTS.NL) | 020 261 10 58

MAJURI AMSTERDAM | 23+

LINDA LINDVELD | [ARIES\\_@LIVE.NL](mailto:ARIES_@LIVE.NL) | 06 588 168 29

NAKS KULTURU POSU | 23+

STICHTING NAKS NEDERLAND | [MARITHA.KITAMAN@HOTMAIL.COM](mailto:MARITHA.KITAMAN@HOTMAIL.COM)

DANSLES KULA SKORO | 12-23

STICHTING KULA SKORO | [JOSE.TOJO@KULASCORO@GMAIL.COM](mailto:JOSE.TOJO@KULASCORO@GMAIL.COM)

MADAN DANSLES | 12-23

[INFO@MADANDANCE.COM](mailto:INFO@MADANDANCE.COM)

MA 18.30-21.00

MA 19.00-21.00

DI 11.00-12.00 (2E VD MND)

WO.DO 19.00-21.00

DO 10.00-11.30

VR 18.00-21.00

VR 19.00-21.00

ZA 13.00-15.00

ZA 13.00-16.00

# ETEN

## BONTE KRAAI

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

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

MAALTIJDSERVICE | 23+

VRAAG DE DE BEHEERDER VAN UW BUURTHUIS

DE KRAAIBUNDEL MAALTIJDSERVICE | 23+

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

SOCIAAL EETCAFÉ | 23+

ROADS | [MARIJKE.BREIDEL@ROADS.NL](mailto:MARIJKE.BREIDEL@ROADS.NL) | 06 276 544 62

BONT ETEN | 23+

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

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

MA.DI.WO 17.00-19.00

DO 15.00-20.00 | VR 15.00-21.00

VR 16.15-20.30

ZA 14.00-17.00 (1 À 2X P MND)

## GEIN

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

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

MAALTIJDSERVICE | 23+

VRAAG DE DE BEHEERDER VAN UW BUURTHUIS

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

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

# ETEN

## HOLENDRECHT

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

MAALTIJDSERVICE | 23+

VRAAG DE DE BEHEERDER VAN UW BUURTHUIS

RESTO VAN HARTE | 23+

STICHTING RESTO VAN HARTE | J.VANLAAR@RESTOVANHARTE.NL | 0900 900 3030

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

MA.WO.VR 17.00-19.00

DI 13.00-21.00

## KWAKOE

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

BAKANA SUPU | 23+

STICHTING ONS PLEZIER | VANGEENENPHILIP@GMAIL.COM

MAALTIJDSERVICE VANAF 5 EURO | 23+

VRAAG DE DE BEHEERDER VAN UW BUURTHUIS

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

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

MA.WO 13.00-16.00

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

DI.DO.VR 12.00-14.00

## NOLIMIT

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

MAALTIJDSERVICE | 23+

VRAAG DE DE BEHEERDER VAN UW BUURTHUIS

KAMMIES KRIORO KUKRU | 23+

CLAUDIAKAMMERON@HOTMAIL.COM | 06 263 927 83

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

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

ZA 13.00-17.00

## BONTE KRAAI

REGGAE FRIDAY | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

VR 20.00-02.00 (1X P MND)

## KWAKOE

HVO QUERIDO LIVE JAM | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

GOLDEN OLDIES PARTY | 23+

GLEONE ROZENDAAL | 06 370 470 40

VR 17.00-21.00 (1X P MND)

ZA 19.00-01.00 (1X P MND)

## NOLIMIT

JAZZ CAFÉ NOLIMIT | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

DE LUIDSPREKERS & FRIENDS | 23+

ED RINK | RINKDADON@HOTMAIL.COM | 06 439 397 69

VR 18.30-21.00 (3E VD MND)

ZA 15 APR & 6 MEI 14.00-16.00

# EVENEMENTEN

# KOKEN

**BONTE KRAAI**

**SENIOREN KOOKCAFÉ | 23+**

PARTICIPATIE TEAM AMSTERDAM ZUIDOOST | PTEAMAMSTERDAMZUIDOOST@GMAIL.COM

MA 10.00-14.00

**KINDERKOOKCAFÉ | 0-12**

VR 14.00-18.30 | ZA 13.00-17.00

STICHTING CIRKEL VAN HARMONIE | LIZETTE PINAS | ZETTEP@HOTMAIL.COM | 06 134 046 63

**GEIN**

**HEALTHY CHEF SWAZOOM | 12-23**

DI 15.00-19.00 | WO 17.00-20.00

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

**VOEDSELKRINGLOOP KOKEN | 23+**

DO 12.15-16.00

VOEDSELKRINGLOOP GEIN | ANNET HOORN | 06 253 023 15 | ANNET@AHORN.NL

**HOLENDRECHT**

**KOOKCURSUS | 23+**

MA 12.30-15.30

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

**INDIASE KOOKCURSUS | 23+**

ZA 13.00-17.00

SAMRIDHI BANSAL | INFO@INDIASEKOOKCURSUS.NL

# LEVEN

**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 | 23+**

MA 12.00-14.30

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

**HUISWERKBEGELEIDING | 0-12**

MA.VR 17.00-18.00

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

**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 | 06 460 850 00

**BEGELEID OEFENEN OP DE COMPUTER | 23+ VR 10.00-12.00**

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

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



## HOLENDRICHT

NEDERLANDSE TAALLES | 23+

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

HUISWERKBEGELEIDING BUTO | 0-12

BUURTTALENTONTWIKKELING.NL | INFO@BUURTTALENTONTWIKKELING.NL | 06 460 850 00

COMPUTERLES VOOR BEGINNERS | 23+

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

NAAICURSUS | 23+

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

HUISWERKBEG. MSTR BOB | 0-12 WO 12.30-16.30 | 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+

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

NEDERLANDSE LES | 23+

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

# LEREN

MA.WO 10.00-12.00

MA.WO 16.30-19.30

MA 13.30-15.00

DI 09.00-15.00 | VR 09.00-12.30

DO 10.00-12.00

ZA 15.00-17.00

## NOLIMIT

CURSUS MINDFULNESS | 23+

WWW.ARKIN.NL/AGENDA | 020 590 13 30

HUISWERKBEGELEIDING | 0-12

GEEFJEKINDEENVOORSPRONG.NL | 06 242 985 89

COMPUTERCURSUS VOOR SENIOREN | 23+

STICHTING SYNCHROON PLUS | WWW.SYNCHROONPLUS.COM | SYNCHROONPLUS@GMAIL.COM

HUISWERKBEGELEIDING BUTO | 0-12

BUURTTALENTONTWIKKELING.NL | INFO@BUURTTALENTONTWIKKELING.NL | 06 460 850 00

WEEKENDSCHOOL SABI YU RUTU | 12-23

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

MA 14.00-16.00 (START 5 JUNI)

MA.WO 16.00-18.00 | VR 15.00-18.30

WO.VR 09.00-13.00

WO.VR 16.00-19.30

ZA 13.00-17.00

## BONTE KRAAI

HINDOESTAANSE CULTUURGROEP | 23+

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

PASENSI FAMIRI | 23+

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

DI 16.00-20.00

VR 19.00-21.00

## GEIN

SAXOFOON LESSEN | 23+

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

MUZIEKLES | 12-23

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

STUDIO TIME SWAZOOM | 12-23

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

MA 14.30-18.00

DI 17.00-20.00

WO 18.00-20.00 | DO 17.00-20.00

# MUSICEREN

# MUSICEREN

GEIN

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

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

# ONTSPANNEN

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

JEUGD GROEP ZUIDOOST | 12-23

MA 16.30-18.00 | DI 16.00-17.30

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 18.00-20.00 | 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

DAGBESTEDING SENIOREN | 23+

DI.DO 12.30-15.30 | WO.VR 13.00-17.00

D. HIWAT | 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

PRASANA YOGA | 23+

DI 19.00-20.00

STICHTING PRASANA | STICHTING.PRASANA@GMAIL.COM | 020 696 64 95

MEDITATIE LES | 23+

WO 10.00-11.30

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

DAGBESTEDING BIDGE 2 HOPE | 23+

WO 13.00-17.00 | VR 12.00-16.00

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

K-BUURT UURTJE | 23+

DO 17.00-18.00

BUURTPLATFORM HART VOOR DE K-BUURT | ANGELIQUE HOOGMOED | 06 153 865

# CEIN ONTSPANNEN

ONTMOET & DOE | 23+

DI 10.00-12.30

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

CHILLZONE SWAZOOM | 12-23 DI 17.00-20.00 | DO 17.00-19.00 | VR 17.30-20.00

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

KLEDING WEGGEEFMARKT | 23+

WO 10.00-12.30 (1X P MND)

HENNA.KAPPAR@GMAIL.COM | 06 365 060 27

BUURTGENOTEN SWAZOOM | 23+

WO 13.00-16.00

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

VISIONBOARDS MAKEN | 12-23

WO 14.45-16.30

ST. JONGEREN DIE HET KUNNEN | S.MELCHIOT@JONGERENDIEHETKUNNEN.NL

AFTERSCHOOL CLUB SWAZOOM | 0-12

VR 15.30-17.00

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

INNER BEAUTY | 12-23

VR 17.00-20.00

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

DRU YOGA | 23+

VR 09.00-10.30

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

SCHAAKGROEP CHATURANGA | 6-16

VR 19.00-23.30

WWW.CHATURANGA.NL | JGWIERSTRA@GMAIL.COM

SCHAAKGROEP CHATURANGA | 23+

VR 19.00-23.30

WWW.CHATURANGA.NL | JGWIERSTRA@GMAIL.COM

## HOLENDRICHT

BUURTGENOTEN | 23+

MA.DO 13.00-16.00

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

CHILLZONE SWAZOOM | 12-23 MA 16.30-20.00 | WO 17.30-19.00 | VR 16.00-21.00

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

SWAZOOM VOLWASSENEN ACTIVITEITEN | 23+

DI 09.30-12.00

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

MOVE & RELAX | 23+

WO 10.30-12.00

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

STUDY & CHILL SWAZOOM | 0-12

WO 14.30-17.00

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

PREMIE PREETAM | 23+

DO 15.00-20.00

PREMIEPREETAM@GMAIL.COM | BHAN - 06 401 017 07 | KRIES - 06 228 755 48 | 3,50

JONGERENRAAD | 12-23

DO 16.00-20.00

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

YOGA IEDER ZIJN WERK | 23+

VR 13.00-14.00

IEDER ZIJN WERK | IEDERZIJNWERK.NL | INFO@IEDERZIJNWERK.NL | 06 839 992 00

SPELLETJESMIDDAG OUDEREN | 23+

ZA 12.00-17.00

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

MEDITATIEVE ADEMHALING | 23+

ZA 12.30-13.30

DEEPAK DOGRA | DEEPAKDOGRA80@GMAIL.COM

BINGO | 23+

ZA 13.00-16.00 (1X PM)

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

# ONTSPANNEN

## KWAKOE

VRIJE INLOOP | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

HVO QUERIDO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

VRIENDEN VAN KWAKOE | 23+

HUMPREY TILBORG | TILLIE2104@HOTMAIL.COM

TROEFCALL TOERNOOI | 23+

STICHTING ONS PLEZIER | VANGEEENENPHILIP@GMAIL.COM

TORI OSO | 23+

STICHTING ONS PLEZIER | VANGEEENENPHILIP@GMAIL.COM

AFI YURU | 23+

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

INHEEMSE CULTUUR- EN PANELGROEP | 23+

RONNY RANAJOE | RONNY551960@HOTMAIL.COM

BINGO | 23+

STICHTING ONS PLEZIER | VANGEEENENPHILIP@GMAIL.COM

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

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

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

MA 15.00-19.00 (1X P MND)

DI 16.00-16.00 (2X P MND)

VR 12.00-17.00

VR 17.00-19.00

VR 17.30-21.30 (1X P MND)

## NOLIMIT

BE UBUNTU GIRLS ONLY | 12-23

KIJK OP ONZE SITE VOOR AANMELDING

YOGA SWAGATAM | 23+

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

DOE EN PRAAT | 12-23

STICHTING ARKIN PREVENTIE JEUGD | PREVENTIE@ARKIN.NL | 020 590 55 55

PIEP ZEI DE MUIS | 0-12

STICHTING ARKIN PREVENTIE JEUGD | PREVENTIE@ARKIN.NL | 020 590 55 55

MONDIGE SENIOREN | 23+

MURIEL PEERWIJK | MURIELPEERWIJK@GMAIL.COM

MEDITATIELES | 23+

EEN VAN DE ELF | ORIANE PREVOST | OANNASOHAI@GMAIL.COM

WO 16.30-18.30

WO 19.00-20.30

DO 15.15-18.15

DO 15.15-18.15

VR 13.00-16.00

ZA 13.00-13.45

# SPELEN

## BONTE KRAAI

JEUGDACTIVITEITEN | 0-12

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

LITTLE MISS KWAKOE | 0-12

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

VR 16.15-18.30

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

## GEIN

### OUDER- EN KIND INLOOP | 0-4

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

### TROEFCALL CLUB DOSTI | 23+

TROEFCALLCLUBDOSTI@GMAIL.COM | 06 199 294 02

### SWAZOOM KIDS 'N FUN | 12-23

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

## NOLIMIT

### OUDER- EN KIND INLOOP | 0-4

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

# SPELEN

MA DO 09.00-12.00

DI 15.00-20.00

WO 13.00-17.00

MA 09.00-12.30

# VOORLICHTING

## BONTE KRAAI

### TRANSITIEHUB K BUURT | 23+

STICHTING HART VOOR DE K BUURT | MIKEBRANTJES@GMAIL.COM.

### GRIP OP JE GELD | FINANCIËEL CAFÉ | 23+

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

### BUURTTEAM SPREEKuur | 23+

WWW.BUURTTEAMAMSTERDAM.NL

### HAND IN HAND BEGELEIDING SPREEKuur | 23+

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

### SPREEKuur VENZO | 23+

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

### SNELCUSUS VOOR ZWANGERE VROUWEN | 23+

SAG ZORGONTWIKKELING | RONDONDEGEBOORTE.NL | RONDONDEGEBOORTE@SAG-AMSTERDAM.NL | 020 58 14 084

### SOCIAAL SERVICEPUNT | 23+

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

### TAALADVIES SPREEKuur | 23+

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

### MEN 4 BETTER LIFE | 23+

MEN4BETTERLIFE | NEWTON NECHI | MEN4BETTERLIFE1@GMAIL.COM

### WPI ACTIVERING | 23+

GEMEENTE AMSTERDAM | AMSTERDAM.NL | 020 252 6000

### MEN4BETTERLIFE SPREEKuur | 23+

MEN4BETTERLIFE | ENDY NEWTON | MEN4BETTERLIFE1@GMAIL.COM

## GEIN

### WPI ACTIVERING | 23+

GEMEENTE AMSTERDAM | AMSTERDAM.NL | 020 252 6000

### BUURTTEAM SPREEKuur | 23+

WWW.BUURTTEAMAMSTERDAM.NL

MA 12.30-15.30

DI 10.00-16.00

DI 10.30-13.00

WO 09.00-12.00

WO 16.30-18.30

WO 19.00-20.00

DO 09.00-12.00 | 13.00-16.00

DO 18.00-20.00

VR 09.00-12.00

VR 10.00-12.00

DI 09.00-13.00

DO 09.00-12.30

# VOORLICHTING

## 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 09.00-14.00

BUURTTEAM SPREEKUR | 23+

WWW.BUURTTEAMAMSTERDAM.NL

DI 09.00-12.30 | WO 09.00-12.30

SPREEKUR VENZO | 23+

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

DI 14.00-17.00

FNV SPREEKUR WERK & INKOMEN | 23+

FNV | 088 368 03 68

DI 19.00-22.00

ODENSEHUIS | 23+

ODENSEHUIS | ZUIDOOST@ODENSEHUIS.NL

DO 10.00-14.00

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

## NOLIMIT

TAALADVIES SPREEKUR | 23+

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

DI 13.00-16.00

WPI ACTIVERING | 23+

GEMEENTE AMSTERDAM | AMSTERDAM.NL | 020 252 6000

DI,WO,DO 09.00-12.00

SLACHTOFFER SPREEKUR | 23+

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

WO 11.00-14.00

MAATSCHAPPELIJKE HULPDIENST | 23+

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

VR 14.00-16.00

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

# 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.

Tot ziens in de BuurtHuizen!

KIJK VOOR MEER INFORMATIE EN HET LAATSTE NIEUWS OP 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



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

KE  
E

O

O



**BUURTHUIZEN ZUIDOOST | BHZO.NL**

