



BOUW  
EEN  
NIEUW  
WONING



**BUURTHUIZEN ZUIDOOST | HERFST**



**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

**HOLENDRICHT**

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

### HATHA YOGA | 23+

ANK VAN UCHELEN | HATHAYOGAZUIDOOST@GMAIL.COM | WWW.HATHAYOGAZUIDOOST.NL

MA 10.00-11.30

### TOTAL BODY WORKOUT | 23+

NISA ALIBUX | ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM | 06 199 844 55

MA 18.00-19.00

### CARDIO/STEPS | 23+

NISA ALIBUX | ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM | 06 199 844 55

DI 09.00-11.00 | 18.00-19.00

### BOOTCAMP | 23+

NISA ALIBUX | ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM | 06 199 844 55

WO 09.00-10.00

### YOGA | 23+

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

WO 11.00-12.00

### STOEL YOGA | 23+

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

WO 12.30-13.30

### PRILLE MOEDERS BEWEGEN | 23+

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

WO 14.30-15.30

### ZWANGERE VROUWEN BEWEGEN | 23+

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

WO 15.30-16.30

### AEROBICS | 23+

NISA ALIBUX | ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM | 06 199 844 55

WO 18.00-19.00

### HIIT TRAINING | 23+

NISA ALIBUX | ALIBUXNISA1950@GMAIL.COM | 06 199 844 55

DO 18.00-19.00

### BODY SHAPE | 23+

NISA ALIBUX | 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 | 020 886 10 70

DO 13.30-15.30

## HOLENDRECHT

### GYMNASTIEK | 60+

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

VR 11.15-12.15



# BEWEGEN

**KWAKOE**  
**KWAKOE IN BEWEGING | 55+**

EJANSEN@TEAMSPORTSERVICE.NL | 06 390 181 86

DO 10.00-11.00

## **NOLIMIT**

**GYMNASTIEK | 60+**

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

DO 12.00-13.00

**VITALITEITSBIJEENKOMST | 23+**

ST. KRAKTIE | 06 255 543 38 | STICHTINGKRAKTIE@GMAIL.COM

DO 12.00-14.30

**TAI CHI | 23+**

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

VR 09.00-11.00

# CREEREN

**BONTE KRAAI**  
**NAAIATELIER | 23+**

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

MA 15.00-18.00 | DI 12.30-15.30

**HAAKCLUB | 23+**

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

DI 11.00-15.30 | DO 17.00-20.00

**HAAKUURTJE ROADS | 23+**

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

DI 16.00-18.00

**SIERADEN MAKEN | 23+**

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

VR 13.00-15.00

**REPAIR CAFÉ | 23+**

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

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

MA,DI,VR 09.00-14.00

**NAACURSUS | 23+**

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

MA 15.00-17.00 | DO 14.00-18.00

**HOOFDDOEK BINDEN | 23+**

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

MA 17.00-19.00

**CREACLUB | 23+**

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

DI 17.30-20.00

**AQUARELLEN | 23+**

HERMELIEN HOUWERS | HERMIENHOUWERS@HOTMAIL.COM

DO 10.00-12.00

## **HOLENDRICHT**

**CREACLUB | 23+**

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

DI 13.00-15.00

**ELKAAR HELPEN MET NAALD EN DRAAD | 23+**

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

WO 13.15-15.45 | DO 09.00-14.00

**CREACLUB | 23+**

LIEN SLOOT

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+

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

# 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)

## BONTE KRAAI

SETDANS | 23+

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

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.PERMESAR@GMAIL.COM

DANSREPETITIE BRAIDS4KIDSS | 0-12

VR 16.00-18.00

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

KINDERDANS | 0-12

ZA 13.00-14.30

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

DANSLES | 12-23

ZA 13.00-15.00

ASHVITA BAADJABAADJA

## HOLENDRECHT

MODERNE DANS | 60+

MA 10.30-11.30

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

DANCE WORKOUT | 23+

DI.DO 19.00-20.00

LIVE BODY MOVES | MNAARDENLIEFELD@GMAIL.COM.

AFRO DANCE SWAZOOM | 12-23

WO 16.30-18.00

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

AEROBIC DANCE | 23+

DO 10.00-11.30

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

HET DANSENDE BREIN | 23+

DO 12.30-13.30 (2E VD MND)

MICHELLE | 06 385 119 07

# DANSEN

MA 18.00-20.00

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

# DANSEN

## KWAKOE

SRANAN BROMKI DYARI | 23+

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

MOENDEH DANSI | 23+

STICHTING ONS PLEZIER | 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

SALSA (VRIJE INLOOP) | 23+

FELTER | FELTERBEWINDVOERINGEN@GMAIL.COM

SAMBA LES | 12-23

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

DANSMIX | 50+

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

MAJURI AMSTERDAM | 23+

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

NAKS KULTURU POSU | 23+

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

DANSLES KULA SKORO | 12-23

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

MADAN DANSLES | 12-23

INFO@MADANDANCE.COM

MA 18.30-21.00

MA 19.00-21.00 (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

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

MAALTIJD VANAF 7,50 EURO | 23+

HET BEHEER VAN UW BUURTHUIS

DE KRAAIBUNDEL MAALTIJDSERVICE | 23+

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

SOCIAAL EETCAFÉ | 23+

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

BONT ETEN | 23+

ELSBETH SMULDERS EN NICO VAN DE VEN | NICOVANDEVEN@HETNET.NL | 022 45 734 45 | 06 330 823 43

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

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

MA.DI.WO.DO.VR 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

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

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

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

# ETEN

## HOLENDRECHT

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

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.DI.WO.DO.VR 12.00-16.00

DI 13.00-21.00

## KWAKOE

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

BAKANA SUPU | 23+

STICHTING ONS PLEZIER | VANGEEENENPHILIP@GMAIL.COM

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

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

MA.WO 13.00-16.00

DI.DO.VR 12.00-16.00

## NOLIMIT

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

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 12.00-16.00

ZA 13.00-17.00

# EVENEMENTEN

## BONTE KRAAI

REGGAE FRIDAY | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

VR 13 OKT/10 NOV 20.00-02.00

## 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

VR 20 OKT/17 NOV/15 DEC 18.30-21.00

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

# KOKEN

**BONTE KRAAI  
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

**SENIOREN KOOKCAFÉ | 23+**

**MA 10.00-14.00**

PARTICIPATIE TEAM AMSTERDAM ZUIDOOST | PTEAMAMSTERDAMZUIDOOST@GMAIL.COM

## **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

# LEREN

**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 17.00-18.00 | VR 17.00-18.30**

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

**MEDITATIE LES | 23+**

**WO 10.00-10.30**

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

**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

**NEDERLANDSE LES & NAAIATELIER | 23+**

**DO 09.00-17.00**

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

**COMPUTERLES VOOR BEGINNERS | 23+**

**VR 10.00-11.30**

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

**PSYCHIATRIE CAFE | 23+**

**VR 19.00-21.00 (2E VD MND)**

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

**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

### HUISWERKBEGELEIDING BUTO | 0-12

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

### COMPUTERLES VOOR BEGINNERS | 23+

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

### BEGELEID OEFENEN OP DE COMPUTER | 23+

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

# LEREN

DI.DO 17.00-18.30

MA 10.30-12.00

VR 10.00-12.00

## HOLENDRECHT

### NEDERLANDSE TAALLES | 23+

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

### COMPUTERLES VOOR BEGINNERS | 23+

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

### HUISWERKBEGELEIDING BUTO | 0-12

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

### NAACURSUS | 23+

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

### HUISWERKBEG MR BOB | 0-12

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

MA.WO 10.00-12.00

MA 13.30-15.00

MA.WO 16.30-19.30

DI 09.00-15.00 | VR 09.00-12.30

WO 12.30-17.00 | VR 13.00-17.00 | ZA 09.30-16.30

DO 10.00-12.00

ZA 15.00-17.00

## NOLIMIT

### HINDI LES | 12-23

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

### HUISWERKBEGELEIDING | 0-12

GEEFJEKINDEENVOORSPRONG.NL | 06 242 985 89

### HUISWERKBEGELEIDING BUTO | 0-12

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

### WEEKENDSCHOOL SABI YU RUTU | 12-23

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

### COMPUTERCURSUS VOOR SENIOREN | 23+

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

DI 18.00-20.00 | 18.30-21.00

MA.WO 16.00-18.00 | VR 15.00-18.30

MA.WO.VR 16.30-19.30

ZA 13.00-17.00

WO.VR 09.00-13.00

## 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

# MUSICEREN

KIJK VOOR MEER INFORMATIE EN HET LAATSTE NIEUWS OP WWW.BHZO.NL

# MUSICEREN

GEIN

SAXOFOON LESSEN | 23+

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

MA 14.30-18.00

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 18.00-20.00 | DO 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

# 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

DAGBESTEDING BIDGE 2 HOPE | 23+

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

MA.WO 13.00-17.00 | VR 12.00-16.00

JEUGD GROEP ZUIDOOST | 12-23

DEBBIE KEIJNER | DEAKEIJNER@GMAIL.COM.

MA 16.30-18.00 | DI 16.00-17.30

VROUWENCAFÉ | 23+

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

MA 18.00-21.00

DE KRAAIBUNDEL | 23+

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

MA.WO.DO.VR 18.00-21.00

SWAZOOM JONGERENACTIVITEITEN | 16+

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

MA.VR 19.00-21.00

DAGBEST SENIOREN | 23+

D. HIWAT | MAVENCIOONTMOETINGSGROEP@HOTMAIL.COM | 06 274 311 52

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

DAGBESTEDING JE NAASTE CARE | 23+

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

DI 13.30-16.30 | WO.DO 12.30-16.30

PRASANA YOGA | 23+

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

DI 19.00-20.00

K-BUURT UURTJE | 23+

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

DO 17.00-18.00

ACTIVITEITEN VOOR OUDEREN | 23+

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

VR 13.00-18.00

ROMMELMARKT | 23+

MARHEYNI | 06 214 014 14 | OUDROMMARKET@OUTLOOK.COM

ZA 11 NOV 14.00-16.30

# ONTSPANNEN

GEIN

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 11.00-15.00 (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

DRU YOGA | 23+

VR 09.00-10.30

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

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

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

SWAZOOM VOLWASSENEN ACTIVITEITEN | 23+

DI 09.30-12.00

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

JONGERENINLOOP | 12-23

DI.DO 15.00-18.00

S.MELCHIOT@JONGERENDIEHETKUNNEN.NL | 020 210 1128.

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

CHILLZONE SWAZOOM | 12-23

WO 17.30-19.00 | VR 16.00-21.00

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

JONGERENRAAD | 12-23

WO 17.30-20.00 | DO 16.00-20.00

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

PYAAR BHAREE SEVA | 23+

DO 15.00-20.00

PYAAR2023@GMAIL.COM | KRISH 06 228 755 48.

YOGA | 23+

VR 13.00-14.00

TAMI-RUIS@LIVE.NL

BINGO | 23+

ZA 13.00-16.00 (1X PM)

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

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

## KWAKOE

VRIJE INLOOP | 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

CULTUURGROEP ASAGO | 23+

URMY BLIKSLAGER, URMYBLIKSLAGER@HOTMAIL.COM.

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)

VR 19.30-22.00

## NOLIMIT

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

YOGA | 23+

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

RAMAYAN SATSANG | 23+

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

ZENMEDITATIE | 23+

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

MONDIGE SENIOREN | 23+

MURIEL PEERWIJK | MURIELPEERWIJK@GMAIL.COM

WO 19.00-20.30

DO 15.15-18.15

DO 15.15-18.15

DO 18.15-19.15

DO 19.00-21.00

DO 19.30-21.00

VR 13.00-16.00

# 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

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

# SPELEN

MA.DO 09.00-12.00

DI 15.00-20.00

WO 13.00-17.00

## NOLIMIT

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

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

### KIDSCLUB MOVING FORWARD | 0-12

GBUURTMOVINGFORWARD@GMAIL.COM | 06 8205 5585

MA 09.00-12.30

WO 14.30-17.30 | DO 15.30-17.30

# 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

### SPREEKUR VENZO | 23+

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

### SOCIAAL SERVICEPUNT | 23+

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

### TAALADVIES SPREEKUR | 23+

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

### MEN 4 BETTER LIFE | 23+

MEN4BETTERLIFE | NEWTON NECHI | MEN4BETTERLIFE1@GMAIL.COM

### MEN4BETTERLIFE SPREEKUR | 23+

MEN4BETTERLIFE | ENDY NEWTON | MEN4BETTERLIFE1@GMAIL.COM

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

MA 12.30-15.30

WO 09.00-12.00

WO 19.00-20.00

DO 13.00-16.00

DO 18.00-20.00

VR 10.00-12.00

## GEIN

### WPI ACTIVERING | 23+

GEMEENTE AMSTERDAM | AMSTERDAM.NL | 020 252 6000

### BUURTTEAM SPREEKUR | 23+

WWW.BUURTTEAMAMSTERDAM.NL

DI 09.00-13.00

DO 09.00-12.30

## HOLENDRICHT

### WIJK ACTIE TEAM | 23+

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

### WPI ACTIVERING | 23+

GEMEENTE AMSTERDAM | AMSTERDAM.NL | 020 252 6000

### FNV SPREEKUR WERK & INKOMEN | 23+

FNV | 088 368 03 68

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

MA,DO 09.00-13.00

DI 19.00-22.00



# VOORLICHTING

## HOLENDRECHT

### BUURTTEAM SPREEKUUR | 23+

WWW.BUURTTEAMAMSTERDAM.NL

WO 09.00-12.30

### HAND IN HAND BEGELEIDING SPREEKUUR | 23+

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

WO 12.00-13.00

### 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 SPREEKUUR | 23+

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

VR 09.00-13.00

## NOLIMIT

### WPI ACTIVERING | 23+

GEMEENTE AMSTERDAM | AMSTERDAM.NL | 020 252 6000

DI.WO.DO 09.00-12.00

### TAALADVIES SPREEKUUR | 23+

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

DI 13.00-16.00

### SPREEKUUR ST. VVV | 23+

INFO@VIVV.ORG | 06 13 38 43 38

DI 14.00-17.00

### 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

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)

# 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!

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



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

**BUURTHUIZEN**

**OO**

**OO**



**BUURTHUIZEN ZUIDOOST | BHZO.NL**

