



Wijkpunt Bleijerhoes

Activiteiten

Bleijerheide: Activiteitenruimte (Ursulastraat 234):

Maandag

Koersbal 09.30 - 12.00 uur
Hobby 13.30 - 16.00 uur
Fitball 30+ 19.00 – 20.00 uur

Dinsdag

Yoga 09.45 - 10.45 uur
Body work-out 11.00 - 12.00 uur
Sjoelen 13.00 - 15.30 uur
Powerstep 40+ 19.00 - 20.00 uur

Woensdag

Tai Chi 08.45 - 09.45 uur
Tai Chi 10.00 - 11.00 uur
Gym 11.30 - 12.30 uur
Yoga 13.30 - 14.30 uur
Tai Chi 18.00 - 19.00 uur
Pilates 40+ 20.00 - 21.00 uur

Donderdag

Fitness op muziek 09.30 - 10.30 uur
Yoga 14.00 - 15.00 uur
Jazz-dance 40+ 15.00 - 16.00 uur

Bloemschikken: 1x per maand 19.00 - 20.30 uur

Vrijdag

Tai Chi 09.15 - 10.15 uur
Body work-out 11.00 - 12.00 uur
Schilderen 15.00 - 17.00 uur

Wandelen 4^e vrijdag van de maand start 12.00 uur



Wijkpunt Bleijerhoes Activiteiten

Gymzaal Bleijerheide / Bleijerheidestraat 125:

Dinsdag

Sport en spel 20.00 - 21.00 uur

Centrum: Muziekschool Kerkrade (Niersprinkstraat 2):

Maandag

Tai Chi 09.15 - 10.15 uur

Yoga 10.30 - 11.30 uur

Dinsdag

Ismakogie 10.00 - 11.00 uur

Ismakogie 11.00 - 12.00 uur

Donderdag

Tai Chi 09.30 - 10.30 uur

Tai Chi 10.30 - 11.30 uur

Vrijdag

Mindfulness 09.30 - 10.30 uur

Centrum: Stichting Gehandicaptenzorg Limburg (SGL) (Caspar Sprokelstraat 4):

Dinsdag

Zumba 18.30 - 19.30 uur

Fitness voor mannen 19.30 - 20.30 uur

Donderdag

Zit yoga 17.30 - 18.30 uur

Body fit 17.30 - 18.30 uur

Fitness voor vrouwen 18.30 - 19.30 uur

Fitness voor mannen 19.30 - 20.30 uur



Wijkpunt Bleijerhoes Activiteiten

Centrum: 'd'r Maatkroam' (Marktstraat 106 B):

Dinsdag

Zit yoga 16.00 - 17.00 uur

Holz: Catharinahoes (Lambertistraat 12)

Dinsdag

Yoga 09.00 - 10.00 uur

Yoga 10.00 - 11.00 uur

Yoga 11.00 - 12.00 uur

Woensdag

Yoga 09.30 - 10.30 uur

Donderdag

Gym 10.30 - 11.30 uur

Voor meer informatie over activiteiten kunt u contact opnemen met de voorzitter van Kerngroep-Zuid, Riet Geurts, telefoonnummer: 06 -12 26 08 88.



Wijkpunt Bleijerhoes **Informatie / spreekuren**

Infobalie

Elke dinsdag tussen 11.30 - 13.30 uur.

U kunt terecht met persoonlijke (hulp)vragen, vragen over vrijwilligerswerk in de wijk, voorzieningen en activiteiten en voor uitleg van brieven en eenvoudige formulieren. U kunt zonder afspraak terecht.

Adres: Nico Ploumstraat 8

Inloop geldwijzer winkel

Elke vrijdag tussen 9.00 - 12.00 uur.

U kunt terecht voor informatie over financiële of juridische kwesties.

We helpen u graag op weg bij het oplossen van problemen rond uitkeringen, geldzaken, werk, wonen en belastingen.

U kunt zonder afspraak terecht.

Geldwijzerwinkel adres: Martin Buberplein 21

Lukt het niet op deze dag? Neem dan contact op met Impuls, telefoonnummer: 045 - 545 63 51.

Inloop Financieel maatschappelijk werk

Elke vrijdag tussen 10.00 - 12.00 uur.

Het Informatiepunt is er voor iedereen die vragen heeft op het gebied van taal, digitaal, geld, werk, gezondheid of op juridisch gebied. U kunt zonder afspraak terecht.

Adres: HUB: Theaterplein 30

Jeugd- en jongerenwerk

Jeugd- en jongerenwerk verzorgt in iedere wijk in Kerkrade activiteiten. Kinderen tussen 4 en 12 jaar zijn welkom in Jongerencentrum The Mix. De activiteitenplanning wordt wekelijks gedeeld via Facebook Jongerencentrum The Mix. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Impuls, telefoonnummer 045 - 545 63 51.

Adres: Ursulastraat 234

***Voor meer informatie kunt u telefonisch contact opnemen via 045 545 6351. Vraag naar ons wijkteam (Bleijerheide).
Wilt u de nieuwsbrief van uw wijk ontvangen? Stuur dan een mail naar rsittrop@impulskerkrade.nl***