



## Wijkpunt Bleijerhoes

### Activiteiten

#### **Bleijerheide: Activiteitenruimte (Ursulastraat 234):**

#### **Maandag**

Koersbal 09.30 - 12.00 uur

Hobby 13.30 - 16.00 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<sup>e</sup> vrijdag van de maand start 12.00 uur***



## Wijkpunt Bleijerhoes Activiteiten

### Centrum: Muziekschool Kerkrade (Niersprinkstraat 2):

#### Maandag

Tai Chi 09.00 - 09.45 uur

Yoga 10.00 - 11.00 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 woensdag en 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: Einderstraat 22**

**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 Jongeren centrum The Mix. De activiteitenplanning wordt wekelijks gedeeld via Facebook Jongeren centrum The Mix.

**Adres: Ursulastraat 234**

Jongeren tussen 12 en 18 jaar zijn welkom in Jongeren centrum The New Generation. Kijk voor meer informatie op de facebook The New Generation.

**Adres: Einderstraat 21**

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Impuls, telefoonnummer 045 - 545 63 51.

**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? Scan dan deze QR-code. Lukt het niet om deze te scannen, stuur dan een mail naar [WijkpuntPatronaat@welzijnsgroep.nl](mailto:WijkpuntPatronaat@welzijnsgroep.nl)**

