



**BUURTHUIZEN ZUIDOOST | HERFST-WINTER**



**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.WO.DO 09.00-20.00 | DI 09.00-21.00

VR 09.00-23.00 | ZA INCIDENTIEEL

Wisseloord 83

1107 NB Amsterdam

020 240 66 44

**HOLENDRECHT**

MA.VR 09.00-20.00 | DI 09.00-22.00

WO.DO 09.00-21.00 | ZA 09.00-17.00

Holendrechtplein 38

1106 LP Amsterdam

020 240 66 33

**KWAKOE**

MA 09.00-21.00 | DI.WO 09.00-19.00

DO 09.00-22.00 | VR 09.00-23.00 | ZA INCIDENTIEEL

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)



# 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](mailto:HATHAYOGAZUIDOOST@GMAIL.COM)

MA 10.00-11.30

### TOTAL BODY WORKOUT | 23+

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

MA 18.00-19.00

### CAPOEIRA LES | 23+

PAULO | [JPGURGELDASILVA@GMAIL.COM](mailto:JPGURGELDASILVA@GMAIL.COM)

MA 19.30-21.00

### 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

### YOGA | 23+

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

WO 11.00-12.30

### PRILLE MOEDERS BEWEGEN | 23+

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

WO 14.30-16.30 | 16.30-18.30

### 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

## HOLENDRECHT

### BEWEGINGSLES VOOR VROUWEN | 23+

VIVELL | [INFO@VIVELL.NL](mailto:INFO@VIVELL.NL) | 020 760 11 70

MA 16.30-17.30

### GYMNASTIEK 60+ | 23+

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

# BEWEGEN

**KWAKOE**  
**SENIORENSPORT | 55+**  
WEBMASTER@B-STRONG.ONLINE

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

**TAI CHI | 23+**

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

VR 09.00-12.00

**KIDSCLUB SPORT & SPEL | 0-12**

G-BUURT MOVING FORWARD | CONTACT@HILLYRAIN.NL

VR 15.00-18.00

# CREEREN

## **BONTE KRAAI**

**NAAIATELIER ROADS | 23+ MA, DO 14.00-17.00 | DI 12.30-16.00 | WO 14.30-17.30**

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

**JEUGDGROEP ZUIDOOST | 12-23**

DEBBIE KEIJNER | DEAKEIJNER@GMAIL.COM.

MA 16.30-18.00

**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

**DE NIEUWE MAKERS | 12-23**

GROTE MAKERS | GROTEMAKERS@GMAIL.COM

WO 17.00-20.00 | ZA 13.00-17.00

**DRAMALESSEN | 12-23**

ORION COLLEGE | I.REDING@ORION.NL

DO 09.00-14.00

**SIERADEN MAKEN | 23+**

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

VR 13.00-17.00

**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 / HOOFDDOEK BINDEN | 23+**

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

MA 15.00-19.00 | DO 14.00-18.00

**CREACLUB | 23+**

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

DI 17.30-21.00

**AQUARELLEN | 23+**

HERMELIEN HOUWERS | HERMIENHOUWERS@HOTMAIL.COM

DO 10.00-12.00

# CREELEN

## HOLENDRICHT

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

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 | 06 549 213 14 | FAMSLOOT@ICLOUD.COM

## 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

NAAICLUB | 23+

MA 11.00-13.00

G-BUURT MOVING FORWARD | JULIETTELOKHIN@GMAIL.COM

DRAMALESSEN | 12-23

WO 09.00-14.00

ORION COLLEGE | I.REDING@ORION.NL

NAAICURSUS | 23+

VR 13.00-16.00

STICHTING@NULEVEN.NL

# DANSEN

## BONTE KRAAI

SETDANS | 23+

MA 18.00-20.00

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

ZUMBA DANSLES | 23+

WO 18.30-19.30

NIERMA | NMP5691@GMAIL.COM

DANSREPETITIE K-ZONE | 0-12

VR 16.00-18.00

K-ZONE SPORTS | INFO@KZONESPORTS.NL

DANSLES | 0-12

ZA 13.00-15.00

ASHVITA BAADJABAADJA | BAADJABAADJA@GMAIL.COM

## GEIN

DANCING QUEEN | 12-23

MA 18.00-20.00

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

POCO POCO | 23+

VR 19.00-21.00

N. AIPASSA | CHUPLE70@GMAIL.COM

# desayuno · breakfast déjeuner · ontbijt tück · colazione

**BROODJE  
VANAF 3,-  
& LUNCH  
12.00-16.00  
TOSTI 2,-**

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

**2**

**MAANDAG TOT EN MET VRIJDAG | 10.00-12.00**  
**BONTE KRAAI · GEIN · HOLENDRECHT · KWAKOE · NoLIMIT**

AANGEBODEN DOOR PBAZO · KIJK OF [WWW.BNTO.NL](http://WWW.BNTO.NL) VOOR MEER INFORMATIE EN ACTIVITEITEN \* INDIEN GAOPENS



# DANSEN

## HOLENDRECHT

### MODERNE DANS 60+ | 23+

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

### DANSLES | 0-12

NANCY KINGSWIJK | NANCY\_KINGSWIJK@HOTMAIL.COM

### DANSEN MET OUDEREN | 23+

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

### DANCE WORKOUT | 23+

LIVE BODY MOVES | MNAARDENLIEFELD@GMAIL.COM

### AFRO DANCE | 12-23

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

### HET DANSENDE BREIN | 23+

MICHELLE | 06 385 119 07

MA 11.00-12.00

MA 16.00-18.00

DI 09.30-11.30

DI.DO 19.00-20.00

WO 16.00-18.00

DO 12.30-13.30 (2E VD MND)

## KWAKOE

### SRANAN BROMKI DYARI | 23+

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

WO 13.00-18.00

## NOLIMIT

### SETDANS | 23+

MARJORY BRAAFHEID | MEABRAAFHEID@GMAIL.COM

### SALSA (VRIJE INLOOP) | 23+

FELTER | FELTERBEWINDVOERINGEN@GMAIL.COM

### CULTURAL WARRIORS | 0-12

G-BUURT MOVING FORWARD | CONTACT@HILLYRAIN.NL

### SAMBA LES | 12-23

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

### DANSMIX 50+ | 23+

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

### ANGELAMPOE | 23+

ROY LINGER | ROYLINGER@GMAIL.COM.

### 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 | 23+

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

### MADAN DANSLES | 0-12

INFO@MADANDANCE.COM

MA 18.30-21.00

MA 19.00-21.00 (OM DE WEEK)

DI 15.30-17.30

WO.DO 19.00-21.00

DO 10.00-11.30

VR 18.00-20.00

VR 18.00-21.00

VR 19.00-21.00

ZA 13.00-15.00

ZA 13.00-16.00

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

# ETEN

## BONTE KRAAI

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

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

LUNCH ROADS | 23+

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

MA.DO 12.00-13.30

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | 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 17.00-19.00

DE KRAAIBUNDEL MAALTIJDSERVICE | 23+

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

DO.VR 15.00-21.00

SOCIAAL EETCAFÉ ROADS | 23+

ROADS | MAIRA | 06 5205 7778 | MAIRA.ORMSKERK@ROADS.NL

VR 18.00-20.00

BONT ETEN | 23+

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

ZA 14.00-17.00 (1X P MND)

## GEIN

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

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

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

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

DAGHAP VOOR € 6,- | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

MA 17.00-20.00

## HOLENDRECHT

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

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

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

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

RESTO VAN HARTE | 23+

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

DI 18.00-20.00 | VR (2E VD MND) 18.00-20.00

## KWAKOE

ONTBIJT VOOR 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

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

LUNCH VANAF 2 EURO | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

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

TAFELTJE DEKJE | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

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

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



# ETEN

## 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 20.00-02.00 (2E VD MND)

## GEIN

SENIOREN DANSAVOND | 23+

LILIAN BAYLEY | LILIANBAYLEY@HOTMAIL.COM

DO 14 NOV 19.00-22.00

## KWAKOE

HVO QUERIDO LIVE JAM | 23+

GOLDEN OLDIES PARTY | 23+

GLEONE ROZENDAAL | 06 370 470 40

VR 19.00-23.00 (2X P MND)

ZA 19.00-01.00 (1X P MND)

## NOLIMIT

JAZZ CAFÉ NOLIMIT | 23+

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

VR 18.30-21.00 (1X P MND)

## BONTE KRAAI

SENIOREN KOOKCAFÉ | 23+

PARTICIPATIE TEAM AMSTERDAM ZUIDOOST | PTEAMAMSTERDAMZUIDOOST@GMAIL.COM

VROUWEN COMMUNITY | 23+

KHATOUN VROUWEN COMMUNITY | KHATOUN.MOUSAVI@GMAIL.COM

# KOKEN

MA 10.00-14.00

MA 14.30-17.30

## GEIN

HEALTHY CHEF | 12-23

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

VOEDSELKRINGLOOP KOKEN | 23+

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

DI 15.00-19.00 | WO 17.00-19.00

DO 12.15-16.00

## HOLENDRÉCHT

KOOKCURSUS | 23+

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

KOOKWORKSHOP | 23+

M: LUIJDJENS, 06 415 692 25, MLUIJDJENS@YAHOO.COM

MA 12.30-15.30

WO 18.00-20.00

# LEREN

BONTE KRAAI

NEDERLANDSE LES ROADS | 23+

MA.DO 10.00-11.30 | WO 13.00-14.30

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

BEGELEID OEFENEN OP DE COMPUTER | 23+

MA 10.00-12.00

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

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

TAAL & COMPUTERLES | 23+

DI 13.00-17.00

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

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

HUISWERKBEG. 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

THE SAFE SPACE | 12-23

WO 17.00-20.00

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

BEGELEID OEFENEN OP DE COMPUTER | 23+

DO 10.00-12.00

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

THE VILLAGE ACADEMY | 12-23

DO 18.00-21.00

THE VILLAGE ACADEMY | SHARON.BISPHAM@GMAIL.COM

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

ACTIVITEITENCLUB | 0-12

MA.WO 16.00-18.00 | VR 15.00-18.30

GEEFJEKINDEENVOORSPRONG.NL | 06 242 985 89

HUISWERKBEGELEIDING BUTO | 0-12

MA.WO 16.30-19.30

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

KUNSTLES | 12-23

DI 15.00-16.15

STICHTING TAMINO | S.DEHOOG@STICHTINGTAMINO.NL

SPEELS REKENEN | 0-12

DI 15.00-18.00

G-BUURT MOVING FORWARD | CONTACT@HILLYRAIN.NL

HINDI LES | 23+

DI 18.00-20.00

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

COMPUTERCURSUS VOOR SENIOREN | 23+

WO 09.00-13.00

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

WEEKENDSCHOOL SABI YU RUTU | 0-12

ZA 13.00-17.00

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

## BONTE KRAAI

HINDOESTAANSE CULTUURGROEP | 23+

DI 16.00-20.00

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

PASENSI FAMIRI | 23+

DI 17.30-20.00 | VR 19.00-21.00

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

## GEIN

SAXOFOON LESSEN | 23+

MA 14.30-18.00

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

BUURTVADERS | 23+

MA 18.15-20.00

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

ZO MUSIC PROJECT | 23+

DI 17.00-20.00 | VR 18.30-22.00

GLENN 06 430 098 04 | CARLO 06 482 588 92

MUZIEKLES | 12-23

DI 17.00-20.00

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

STUDIO TIME | 12-23

WO 17.00-20.00

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

KOOR PERKI | 23+

WO 18.30-20.00

N. AIPASSA | CHUPLE70@GMAIL.COM

SAXOFOON SPELEN | 23+

VR 14.30-18.00

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

## KWAKOE

SAXOFOON SPELEN | 23+

WO 15.00-19.00

MARJORY BRAAFHEID | M.BRAAFHEID@AMSTERDAM.NL

# MUSICEREN

VRIJDAG 20 DEC 18.30-21.00 | INLOOP 17.00 | GRATIS

ERIK RITFELD UNIT-E

NO LIMIT Café

Erik Ritfeld, a Surinamese musician, leads Unit-E, a vibrant Rotterdam-based ensemble. Influenced by 'Kawina' rhythms, Afro Latin Jazz, Reggae, and Blues, Ritfeld's sound masterfully blends his rich heritage with his musical passions.

Unit-E's core message is freedom of mind, heart, and soul. They create uplifting music spaces that inspire and encourage. Passionate about transformative experiences, Unit-E delivers immersive performances, aiming to leave a lasting impact on the music world through their unity and boundless creativity.

Zack Lober - bass | Claudio de Rosa - tenor sax  
Greg Smith - drums | Erik Ritfeld - piano, bandleader

Dit jazz concert komt tot stand i.s.m. MO Music Activation en PBAZO.

NO LIMIT | GELDERSHOOFD 80 | BHZO.NL



**NOLIMIT**

**KIDSCLUB MUZIEK | 0-12**

G-BUURT MOVING FORWARD | CONTACT@HILLYRAIN.NL

# MUSICEREN

**DO 14.30-17.00**

# ONTSPANNEN

**BONTE KRAAI**

**DAGBESTEDING BIDGE 2 HOPE | 23+**

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

**MA.WO 13.00-17.00**

**VROUWENCAFÉ | 23+**

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

**MA 18.00-20.00**

**DE KRAAIBUNDEL | 23+**

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

**MA.DO.VR 18.30-22.00**

**JONGERENACTIVITEITEN | 16+**

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 7601 170

**MA.VR 19.00-21.00**

**DAGBESTEDING SENIOR MANNEN | 23+**

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

**DI.DO 11.00-17.00**

**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 MEDITATIE | 23+**

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

**DI 19.00-20.00**

**DAGBESTEDING SENIOREN | 23+**

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

**WO 09.00-12.15 | VR 13.00-17.00**

**DAGBESTEDING ROADS | 23+**

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

**WO 09.30-13.00**

**STOEL YOGA ROADS | GRATIS | 23+**

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

**WO 11.00-12.30**

**KOFFIE INLOOP ROADS | 23+**

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

**DO 09.00-10.00**

**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 12.30-18.00**

**KLAVERJASSEN | 23+**

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

**VR 19.00-22.00**

**ROMMELMARKT | 23+**

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

**ZA 23 NOV 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**

# ONTSPANNEN

**GEIN**

**ONTMOET & DOE | 23+**

LIA COLLIGNON | LIA.COLLIGNON@GMAIL.COM

DI 10.00-12.30

**CHILLZONE | 12-23**

DI 17.00-20.00

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

**SPELLETJES OCHTEND | 23+**

WO 10.00-12.00

N. KALLOU | KALLOU18@GMAIL.COM

**KLEDING WEGGEEFMARKT | 23+**

WO 10.00-14.00 (1X P MND)

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

**BUURTGENOTEN | 23+**

WO 13.00-16.00

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

**MAKANDRA 60+ | 23+**

DO 17.00-20.00

ERWIEN CASTILLION | ERWIEN52@HOTMAIL.COM | 06 304 043 49

**SCHAAKGROEP CHATURANGA | 6-16**

VR 19.00-20.00

WWW.CHATURANGA.NL | JGWIERSTRA@GMAIL.COM

**SCHAAKGROEP CHATURANGA | 23+**

VR 20.00-23.00

WWW.CHATURANGA.NL | JGWIERSTRA@GMAIL.COM

## **HOLENDRICHT**

**BUURTGENOTEN | 23+**

MA.DO 13.00-16.00

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

**SISTERHOOD HOLENDRICHT | 23+**

MA 16.30-19.30

D. REES, ANTONETTEREES@HOTMAIL.COM

**MOVE & RELAX | 23+**

WO 10.30-12.00

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

**JONGERENRAAD | 12-23**

WO 17.00-20.00 | DO 16.00-20.00

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

**KARAOKE | 23+**

WO 18.30-20.00

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

**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

**CHILLZONE | 12-23**

VR 16.00-21.00

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

**BINGO | 23+**

ZA 13.00-16.00 (1X PM)

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

## **KWAKOE**

**TROEFCALL TOERNOOI | 23+**

MA 17.00-21.00 (1X P MND)

STICHTING ONS PLEZIER | VANGEENENPHILIP@GMAIL.COM

**TORI OSO | 23+**

DI 17.00-19.00 (2X P MND)

STICHTING ONS PLEZIER | VANGEENENPHILIP@GMAIL.COM

**CULTUURGROEP ASAGO | 23+**

DO 18.30-22.00

URMY BLIKSLAGER, URMYBLIKSLAGER@HOTMAIL.COM.

# ONTSPANNEN

**KWAKOE**  
**AFI YURU | 23+**

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

VR 12.00-17.00

**DOMINO TOERNOOI | 23+**

ZA 14.00-19.00 (2E VD MND)

HUMPREY TILBORG | TILLIE2104@HOTMAIL.COM

## **NOLIMIT**

**BOOM VAN KENNIS | 23+**

DI 18.00-21.00

STICHTING GYAAN SATSANG | RABINDER | 06 207 474 65

**YOGA SWAGATAM | 23+**

WO 19.00-20.30

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

**BILLY BOEM | 0-12**

DO 15.15-18.15

STICHTING ARKIN PREVENTIE JEUGD | KOPPKOV@ARKINJEUGD.NL

**PIEP ZEI DE MUIS | 0-12**

DO 16.00-17.30

STICHTING ARKIN PREVENTIE JEUGD | KOPPKOV@ARKINJEUGD.NL

**YOGA | 23+**

DO 18.15-19.15

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

**RAMAYAN SATSANG | 23+**

DO 18.30-21.00

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

**ZENMEDITATIE | 23+**

DO 19.30-21.00

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

**MONDIGE SENIOREN | 23+**

VR 13.00-16.00

MURIEL PEERWIJK | MURIELPEERWIJK@GMAIL.COM

# SPELEN

## **BONTE KRAAI**

**JEUGDACTIVITEITEN | 0-12**

VR 14.00-18.30

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

**LITTLE MISS KWAKOE | 0-12**

ZA 13.00-17.00

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

## **GEIN**

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

MA.DO 09.00-12.00

VIVELL | GRATIS | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

**KIDS 'N FUN | 12-23**

DI.WO 14.00-16.00

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

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

# SPELEN

**HOLENDRECHT**  
**KIDS PLAY | 0-12**

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

MA,DI 15.00-18.00

## **NOLIMIT**

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

VIVELL | INFO@VIVELL.NL | 020 760 11 70

MA 09.00-12.00

**KIDSCLUB CREATIEF | 0-12**

G-BUURT MOVING FORWARD | CONTACT@HILLYRAIN.NL

WO 14.30-17.30

# 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

**LEEFSTIJLINTERVENTIE COOL | 23+**

DIETISTENPRAKTIJK TRUTCHKA | 06 153 138 35 | DIETIST-TRUTCHKA@XS4ALL.NL

MA 12.00-14.00 | WO 17.00-18.30

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

B&A GROEP | WWW.GRIPOPJEGELD.AMSTERDAM

MA 12.30-15.30

**CONTACTPUNT | 23+**

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

MA 15.00-17.00

**HAND IN HAND BEGELEIDING SPREEKuur | 23+**

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

DI 10.30-13.00

**SPREEKuur GEBIEDSMAKELAAR K-BUURT | 23+**

GEMEENTE AMSTERDAM | FVEER@AMSTERDAM.NL

WO 09.00-11.00

**WEERBAARHEIDSTRaining | 12-23**

BLIJF GROEP AMSTERDAM | P.SINGERLING@BLIJFGROEP.NL | 088 234 26 50

WO 09.15-10.45 | 11.00-12.00

**SOCIAAL SERVICEPUNT | 23+**

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

WO 19.00-20.00

**STEUNGROEP TEAM ED | 23+**

TEAM ED | INFO@TEAMED.NL

DO 11.30-13.30

**TAALADVIES SPREEKuur | 23+**

GEMEENTE AMSTERDAM | 020 252 60 08 | HELPDESK.EDUCATIE@AMSTERDAM.NL

DO 13.00-16.00

**MEN 4 BETTER LIFE | 23+**

MEN4BETTERLIFE | NEWTON NECHI | MEN4BETTERLIFE1@GMAIL.COM

DO 17.00-20.00

**MEN4BETTERLIFE SPREEKuur | 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)

**PAY CAFE | 23+**

DE REGENBOOGGROEP | INFO@DEREGENBOOG.ORG

VR 19.00-21.00



# VOORLICHTING

GEIN

**BUURTEAM SPREEKUR | 23+**

WWW.BUURTEAMAMSTERDAM.NL

MA 09.00-17.00

**CONTACTPUNT | 23+**

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

MA 10.00-11.00

**STEUNGROEP VROUWEN | 23+**

TEAM ED | INFO@TEAMED.NL

MA 11.30-13.30

**WPI ACTIVERING | 23+**

DI 09.00-16.00 | WO 09.00-13.00

GEMEENTE AMSTERDAM | AMSTERDAM.NL | 020 252 6000

**SPREEKUR GEBIEDSMAKELAAR GAASPERDAM | 23+**

GEMEENTE AMSTERDAM | R.KATHUSING@AMSTERDAM.NL

WO 12.00-14.00

## HOLENDRICHT

**WIJK ACTIE TEAM | 23+**

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

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

**WPI ACTIVERING | 23+**

MA.DI.WO 09.00-16.00 | DO 10.00-14.00

GEMEENTE AMSTERDAM | AMSTERDAM.NL | 020 252 6000

**CONTACTPUNT | 23+**

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

MA 12.00-14.00

**BUURTEAM SPREEKUR | 23+**

WWW.BUURTEAMAMSTERDAM.NL

DI.WO 09.00-12.30

**FNV SPREEKUR WERK & INKOMEN | 23+**

FNV | 088 368 03 68

DI 19.00-22.00

**HAND IN HAND BEGELEIDING SPREEKUR | 23+**

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

WO 12.00-13.00

**DAGBESTEDING 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

## KWAKOE

**CONTACTPUNT | 23+**

PBAZO | INFO@PBAZO.NL

VR 15.00-17.00

**JURIDISCH SPREEKUR | 23+**

FRITSCHÉ & HOLTHUIS CONSULTANCY | 085 109 11 05 | INFO@FHCONSULTANCY.NET | GRATIS

VR 16.00-17.00

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

# VOORLICHTING

**NOLIMIT**

**DE ZORGBRIGADE | 23+**

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

**MA.DI.DO 08.30-17.00**

**WPI ACTIVERING | 23+**

GEMEENTE AMSTERDAM | AMSTERDAM.NL | 020 252 6000

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

**VROUWEN EMPOWERMENT | 23+**

G-BUURT MOVING FORWARD | CONTACT@HILLYRAIN.NL

**DI 10.00-13.00**

**TAALADVIES SPREEKUUR | 23+**

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

**DI 13.00-16.00**

**SLACHTOFFER SPREEKUUR | 23+**

**WO 11.00-14.00 | DO 11.00-14.00**

S.I.S.A. | BEWEGINGSISA@GMAIL.COM | MAATSCH. 06 111 002 30 | JURIDISCH 06 288 288 22 | MEDISCH 06 831 658 34

**JURIDISCH SPREEKUUR | 23+**

**VR 14.00-16.00**

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

# 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)**

## **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.WO.DO 09.00-20.00 | DI 09.00-21.00**

**VR 09.00-23.00 | ZA INCIDENTIEEL**

Wisseloord 83

1107 NB Amsterdam

020 240 66 44

### **HOLENDRECHT**

**MA.VR 09.00-20.00 | DI 09.00-22.00**

**WO.DO 09.00-21.00 | ZA 09.00-17.00**

Holendrechtplein 38

1106 LP Amsterdam

020 240 66 33

### **KWAKOE**

**MA 09.00-21.00 | DI.WO 09.00-19.00**

**DO 09.00-22.00 | VR 09.00-23.00 | ZA INCIDENTIEEL**

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)**

Z  
E

O

O



**BUURTHUIZEN ZUIDOOST | BHZO.NL**

