

An elderly man with white hair and a green sweater is sitting at a wooden table, looking towards the camera while holding a fan of playing cards. The background shows a window with blinds and a blue curtain. The image is overlaid with a white circle in the top left, a white L-shaped frame around the man's face, and another white L-shaped frame around his hands. There are also several sets of white diagonal lines in the corners.

**Pernis**

**Activiteitenoverzicht  
Volwassenen**

De kracht van  
wij samen

**DOCK**

## Weekprogramma Volwassenen

### MAANDAG

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
09.30 - 12.00	Biljarten (heren)	€ 1	Ja	Michelle: 06-28373528
10.00 - 12.00	Breiclub	Gratis	Nee	Michelle: 06-28373528
10.00 - 12.00	Creaclub	Gratis	Nee	Michelle: 06-28373528
13.30 - 17.00	Biljarten (heren)	€ 1	Ja	Michelle: 06-28373528
14.00 - 15.30	Bingo (2x per maand)	€ 5	Nee	Michelle: 06-28373528

### DINSDAG

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
10.00 - 12.00	Spelletjesochtend	Gratis	Nee	Michelle: 06-28373528
10.00 - 12.00	Biljarten (dames)	€ 1	Ja	Michelle: 06-28373528
10.00 - 12.00	PCOB (1x per maand)	Gratis	Ja	Bas: 010-4382582
12.00 - 13.30	Broodlunch - Huiskamer De Bonte Koe	€ 2,50	Ja	Michelle: 06-28373528
13.30 - 17.00	Biljarten (heren)	€ 1	Ja	Michelle: 06-28373528
14.00 - 15.00	Meer Bewegen	€ 2,50	Ja	Ellen: 06-43174447
14.00 - 16.00	FitGym	€ 2,50	Ja	Michelle: 06-28373528
19.00 - 21.00	Boxing Gym Pernis	€ 2,50	Ja	Peter: 06-23407231

### WOENSDAG

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
09.30 - 12.00	Biljarten (heren)	€ 1	Ja	Michelle: 06-28373528
12.00 - 13.30	Warme lunch (1x per maand)	€ 5	Ja	Michelle: 06-28373528
13.30 - 17.00	Biljarten (heren)	€ 1	Ja	Michelle: 06-28373528
14.00 - 16.00	Administratiespreekuur	Gratis	Nee	Michelle: 06-28373528

### DONDERDAG

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
09.30 - 11.30	Taaltafel/Nederlandse taal oefenen	Gratis	Ja	Joyce: 06-59984223
12.00 - 13.30	Broodlunch - Huiskamer De Bonte Koe	€ 2,50	Ja	Michelle: 06-28373528
13.00 - 14.00	House of Esports: Game Seniors	Gratis	Nee	Michelle: 06-28373528
13.30 - 17.00	Biljarten (heren)	€ 1	Ja	Michelle: 06-28373528
14.00 - 16.00	Ouderenkoor Pernis	-	Ja	Leen: 010-4381992

### VRIJDAG

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
11.00 - 12.00	FitGym	€ 2,50	Ja	Michelle: 06-28373528
13.30 - 16.00	Oudersoons	Gratis	Ja	Anneke: 06-24658434
19.00 - 21.00	Boxing Gym Pernis	€ 2,50	Ja	Peter: 06-23407231