

An elderly man with white hair and a green sweater is sitting at a wooden table, holding a fan of playing cards. He is looking towards the camera with a slight smile. The background is a bright, indoor setting with a window and curtains. The image is overlaid with various graphic elements: a large white semi-circle in the top left, a series of white diagonal lines in the top right, a white rectangular frame around the man's face, and another white rectangular frame around his hands holding the cards. The text 'Pernis' is in a white rounded orange box at the top, and 'Activiteitenoverzicht Volwassenen' is in white text on a dark teal background across the middle. The Dock logo is in the bottom right corner.

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	DOCK: 088 855 5036
10.00 - 12.00	Breiclub	Gratis	Nee	DOCK: 088 855 5036
10.00 - 12.00	Creaclub	Gratis	Nee	DOCK: 088 855 5036
13.30 - 17.00	Biljarten (heren)	€ 1	Ja	DOCK: 088 855 5036
14.00 - 15.30	Bingo (2x per maand)	€ 5	Nee	DOCK: 088 855 5036
19.30 - 21.30	Ontspanningsgroep	Gratis	Ja	Marianne: 06-14117449

DINSDAG

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
10.00 - 12.00	Spelletjesochtend	Gratis	Nee	DOCK: 088 855 5036
10.00 - 12.00	Biljarten (dames)	€ 1	Ja	DOCK: 088 855 5036
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	DOCK: 088 855 5036
13.30 - 17.00	Biljarten (heren)	€ 1	Ja	DOCK: 088 855 5036
14.00 - 15.00	Meer Bewegen	€ 2,50	Ja	Ellen: 06-43174447
14.00 - 16.00	FitGym	€ 2,50	Ja	DOCK: 088 855 5036
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	DOCK: 088 855 5036
12.00 - 13.30	Warme lunch (1x per maand)	€ 5	Ja	DOCK: 088 855 5036
13.30 - 17.00	Biljarten (heren)	€ 1	Ja	DOCK: 088 855 5036
14.00 - 16.00	Administratiespreekuur	Gratis	Nee	DOCK: 088 855 5036
19.30 - 21.30	Ontspanningsgroep	Gratis	Ja	Marianne: 06-14117449

DONDERDAG

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
09.30 - 11.30	Taaltafel/Nederlandse taal oefenen	Gratis	Ja	DOCK: 088 855 5036
12.00 - 13.30	Broodlunch - Huiskamer De Bonte Koe	€ 2,50	Ja	DOCK: 088 855 5036
13.00 - 14.00	House of Esports: Game Seniors	Gratis	Nee	DOCK: 088 855 5036
13.30 - 17.00	Biljarten (heren)	€ 1	Ja	DOCK: 088 855 5036
14.00 - 16.00	Ouderenkoor Pernis	-	Ja	Leen: 010-4381992

VRIJDAG

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
11.00 - 12.00	FitGym	€ 2,50	Ja	DOCK: 088 855 5036
13.30 - 16.00	Oudersoos	Gratis	Ja	Anneke: 06-24658434
19.00 - 21.00	Boxing Gym Pernis	€ 2,50	Ja	Peter: 06-23407231