



Activiteiten oktober

Maandag

10.00 - 11.30 Engelse taalles, kosten per les = 1 strip van je strippenkaart
19.30 - 20.30 Yoga, kosten per les = 3 strippen van je strippenkaart

Dinsdag

09.30 - 11.30 Nederlandse taalles, kosten per les = 1 strip van je strippenkaart
12.30 - 14.00 Nederlandse taalles, kosten per les = 1 strip van je strippenkaart

Woensdag

09.30 - 11.30 Nederlandse taalles, kosten per les = 1 strip van je strippenkaart
20.00 - 22.00 Zangcafé: 7 & 21 oktober, kosten per les = 1 strip van je strippenkaart

Donderdag

09.30 - 11.30 Naailes, kosten per les = 2 strippen van je strippenkaart
09.30 - 11.30 Handwerkcafé, kosten per les = 1 strip van je strippenkaart
11.00 - 12.00 Wandelgroep = gratis
13.00 - 15.00 Naailes, kosten per les = 2 strippen van je strippenkaart

Vrijdag

09.00 - 10.00 Yoga, kosten per les = 3 strippen van je strippenkaart
10.00 - 12.00 Inloopochtend met koffie, informatie en presentaties = GRATIS

2 oktober	bewegen op de stoel
9 oktober	spelletjes ochtend
23 oktober	Interculturele kletsspot ochtend
30 oktober	presentatie van het Consultatiebureau (GGD Flevoland)



Nieuw: Vrouwensport

Vanaf oktober starten we met **Vrouwensport**! Samen bewegen, fit blijven én andere vrouwen ontmoeten. De lessen worden gegeven door **Ellis van Diepen**.

Wanneer: maandag 17.00 - 18.30 uur
Start: maandag 5 oktober
Kosten: gratis
Voor wie: vrouwen vanaf 16 jaar
Aanmelden: niet nodig

Neem sportieve kleding en **sportschoenen met witte zolen** mee.

Let op: geen kinderen meenemen. Tijdens de schoolvakanties is er geen les.

Locatie: Gymlokaal Pampuspad, Pampuspad 47 | Emmeloord

[Bekijk locatie in Google Maps](#)



Eetcafé – proef de Italiaanse keuken!

Donderdag 22 oktober

Deze maand nemen we je tijdens het Eetcafé mee naar Italië! Kom gezellig samen eten en geniet van een heerlijke maaltijd uit de Italiaanse keuken. Een fijne avond om elkaar te ontmoeten, samen te eten en natuurlijk lekker te genieten.

Deur open: 18.15 uur

Start maaltijd: 18.30 uur

Kosten: € 7,- per persoon

Vooraf aanmelden is verplicht, VOL = VOL.

[Aanmelden via WhatsApp](#)



Vrijwilligers gezocht voor onze naailessen

Door de groei van onze naailessen zoeken wij nieuwe vrijwilligers. Kun jij naaien en vind je het leuk om jouw kennis te delen? Je hoeft geen professionele coupeuse te zijn. Geduld en enthousiasme zijn belangrijker.

Donderdag

- 09.30 - 11.30 uur
- 13.00 - 15.00 uur

Interesse?

Mail naar info@vrouwencentrumnop.nl of stuur ons een WhatsApp.



'Hulp van mens tot mens'

Heb je een probleem of vraag? Wij luisteren naar je verhaal en denken met je mee.

Taoussa: 06 - 48671320 & Cornelia: 06 - 20091698

[Stuur een WhatsApp-bericht](#)

Herfstvakantie

Het Vrouwencentrum is **gesloten** van 10 t/m 18 oktober. In deze week gaan er geen activiteiten door. Vanaf **maandag 19 oktober** staan onze deuren weer open en zien we jullie graag weer!

Fijne herfstvakantie!



Meedoen met onze activiteiten? Zo werkt het

Voor deelname aan onze activiteiten werken we met een strippenkaart. Deze is verkrijgbaar voor €10.

Bij elke activiteit staat vermeld hoeveel strippen er nodig zijn. De strippenkaart kun je vooraf aanschaffen bij de begeleidende vrijwilliger of coördinator.

Wil je meedoen?

Meld je dan van tevoren even aan via de contactgegevens onderaan deze informatie.



Website



Facebook



Instagram



LinkedIn

Nijverheidstraat 30 Emmeloord - Tel. 06 29 16 89 76

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • Voor een goede ontvangst voegt u info@vrouwencentrumnop.nl toe aan uw adresboek.



Laposta