

	Ochtend	Tijd	Middag/Avond	Tijd
Maandag	Arc in beweging 1-6 Glas etsen 8-6 bakken 15-6 pergamano 22-6 Digitaal cafe 29-6 Eigen werk	09.30- 12.00	1-6 glas etsen 8-6 Spelletjes in de buitenlucht 15-6 Puzzelmiddag 22-6 Eigen werk 29-6 Schilderen en tekenen	13.30 - 16.00
Dinsdag	9-6 Eigen werk 23-6		9-6 Eigen werk/opruimen 23-6	
Woensdag	Hertenkamp 3-6 glas etsen 10-6 Pergamano 17-6 Creatief + boodschappen BBQ 24-6 Krimpie Dinkie	10.00- 12.15 09.30- 12.00	3-6 Puzzelmiddag + tocht 10-6 eigen werk 17-6 Muziek middag 24-6 Rijmen en dichten	
Donderdag	Arc in beweging 4-6 Heidebloemstraat bezoeken (Robin) 11-6 Koffie-uurtje 10.00- 11.00 18-6 Voorbereiding BBQ 25-6 Bingo	09.30- 12.00	4-6 Eetclub 11-6 Eigen werk 18-6 Eetclub BBQ 25-6 Spelletjesmiddag	13.30 - 16.00
Vrijdag	5-6 Consumerrun Henk 19-6 Consumerrun Henk			
Koffie-uurtje 10.00-11.00 uur met Coordinator				

Let op: voor de speciale activiteiten welke dikgedrukt zijn is een aparte flyer met informatie gemaakt welke op de locatie de Arc op het prikbord hangt. Denk bijv. Aan bijzonderheden/eigen bijdrage. Zie verdere informatie voor aanmeldgegevens.

Van maandag, woensdag en donderdag is er een lunchactiviteit. 12:30-13:30. Aanmelden wenselijk maar hoeft niet. Kosten €0,-

Spraakmakers: Iedere donderdag van 10u tot 12u ben je welkom in de doorkijk in Puiflijk. Deze herstelgerichte inloop wordt verzorgd door ervaringsdeskundigen uit de wijk. Kom je graag in contact met andere mensen uit de buurt of heb je zin in een laagdrempelige knutselactiviteit, wees dan welkom! Je kunt ons volgen op facebook voor actualiteiten rondom Spraakmakers.

	Ochtend	Tijd	Middag	Tijd
Maandag	Ontbijten tussen 09:00-09:30 aanmelden verplicht. Makkelijke lunch	09.30-12.00 12.00-12.30	Zingeving Stilteruimte Keukenhof activiteit vanaf 15:00 aanmelden verplicht. (kosten €3,50)	13.30-15.00 13.30-16.00
Dinsdag	Ontmoeten Creatief Eigen werk Tuin werk Uitgebreide lunch	10.00-12.00 12.15- 13.30	Keukenhof activiteit vanaf 15:00 aanmelden verplicht. (kosten €3,50) Ontmoeten Creatief Wandelclub samen met Lies 09-06 Oudhollandse spellen	13.30 - 16.00 13.00-16.00 13.30 – 16.00
Woensdag	Ontbijten tussen 09:00-09:30 aanmelden Schilderen in stilte	09.30-11.00	Sporten Keukenhof activiteit vanaf 15:00 aanmelden verplicht. (kosten €3,50)	13.00-16.00
Donderdag	Creatief: Eigen werk Kleine wandeling	09.30-12.30 10.00-11.30 Lunch 12.15-13.30	Creatief: 04-06-> schilderen met techniek 11-06 -> bloemen kleien 18-06 -> vlinders met kralen 25-06 -> natuur kunst Elke donderdag naar de kringloop	13.30 – 15.00 13.00 – 16.00
Vrijdag	Ontbijt van 9u tot 9.30 (Aanmelden verplicht) Hapjes en drankjes maken voor de middag	09.30-12.30 Lunch 12.15-13.30 9.00-11.30	Keukenhof activiteit vanaf 15:00 aanmelden verplicht. (kosten €3,50) Spelletjes Gezellige weekafsluiting met een hapje en drankje 05-06 -> Skip bo 12-06 -> Kahoot (quiz) 18-06 -> pim pam pet op papier 25-06 -> Bingo	13.30 - 16.00 14.30 – 16.00

Let op: voor de speciale activiteiten welke schuingedrukt zijn is een aparte flyer met informatie gemaakt welke op de locatie de Dolfijn op het prikbord hangt. Denk bijv. Aan bijzonderheden/eigen bijdrage. Zie verdere informatie voor aanmeldgegevens.

Van Dinsdag, donderdag en vrijdag is er een lunchactiviteit. 12:15-13:00. Aanmelden wenselijk maar hoeft niet. Kosten €0,-

Clarissenstraat 1a Wamel

	Ochtend	Tijd		Tijd
Maandag	Gesloten en kan gebruik worden gemaakt van locatie in Druten			
Dinsdag	Versillende activiteiten waarbij we met elkaar creatief samen zijn maar waar ontmoeten en gezelligheid voorop staan. Creatief kan van alles zijn we sluiten aan bij de wensen van de bezoekers. Vind je het leuk om iets nieuws te ontdekken laat je verrassen! In de middag is er een lunch waarbij iedereen welkom is.	9.30-12.30 Vitalunch 12:15-13:00	In de middag is er ruimte om je creativiteit verder te ontwikkelen of iets nieuws te ontdekken.	13.30 - 16.00
Woensdag	Gesloten en kan gebruik worden gemaakt van locatie in Druten			
Donderdag	Gesloten en kan gebruik worden gemaakt van locatie in Druten			
Vrijdag	Versillende activiteiten waarbij we met elkaar creatief samen zijn maar waar ontmoeten en gezelligheid voorop staan. Creatief kan van alles zijn we sluiten aan bij de wensen van de bezoekers. Vind je het leuk om iets nieuws te ontdekken laat je verrassen! In de middag is er een lunch waarbij iedereen welkom is.	09:30-12:30 Lunch 12:15-13:00	In de middag is er ruimte om je creativiteit verder te ontwikkelen of iets nieuws te ontdekken.	13:30-16:00

Op de openingsdagen is er een gratis lunchactiviteit. 12:15-13:00 uur.

We gaan er met regelmaat ook met elkaar op uit om de omgeving te verkennen. Deze zullen we dan apart vermelden.

	Ochtend	Tijd	Middag/Avond	Tijd
Maandag	1-6 tekenen / mandala's kleuren en tosti eten 8-6 ontspannen met geleide meditatie, aansluitend lunch 15-6 ontspannen met geleide meditatie, aansluitend lunch met smoothie 22-6 ontspannen met geleide meditatie, aansluitend lunch 29-6 ansichtkaarten maken en lunch met omelet.	10.00-13.00		
Dinsdag	2-6 wandelen 9-6 wandelen met koffie bij de Salaamander 16-6 wandelen 23-6 wandelen en bezoek moestuin 30-6 wandelen en thema sociale media.	09.30-12.30		
Woensdag				
Donderdag			4-6 spelletjesmiddag en koken 11-6 spelletjesmiddag en koken met Natasja 18-6 spelletjesmiddag en koken 25-6 spelletjesmiddag en koken	14:00-20:00
Vrijdag				

*Van 12:00 tot 13:00 uur is er een lunchactiviteit op maandag. Aanmelden is wenselijk maar hoeft niet. Kosten €0,-.

**Op donderdag kun je komen eten, kosten hiervoor zijn € 3,00. We stellen het op prijs als je voor 14:30 op die dag jezelf aanmeldt, dit kan via de app op telefoonnummer 06-15069991