

Stadsdeel Loosduinen en Westland

Stadsdeel Loosduinen

Muziek maken

Bandessies - Muzikanten wekelijks onder begeleiding van 3 band coaches in diverse samenstelling muziek.

Popradar – dinsdag: 10.30-18.30 uur

Tuinieren en natuur

Framblj - Diversen kaswerkzaamheden

Framblj Westland - Maandag: 13.00 - 16.00 uur

Locaties Loosduinen

Popradar: Burgemeester Hovylaan 12, Den Haag

Locaties Westland

Framblj Westland, Zwartenland 11, 2681 LM Monster



Neem contact op met Marilva Edhardt of Simone Wardenaar - Mooijman voor vragen over de activiteiten die Anton Constandse biedt.

Tel. 06 216 286 97, m.edhardt@stichtingantonconstandse.nl of tel. 06 251 817 61, s.mooijman@stichtingantonconstandse.nl



Voor het meest actuele overzicht zie QR code of op
<https://antonconstandse.nl/ons-aanbod/participatie/dagbestedingsactiviteiten/>

Stadsdeel Segbroek en Escamp

Stadsdeel Segbroek

Techniek en computers

Haaitek – Een leerwerktraject voor computer refurbishment en ict-basisvaardigheden opdoen.

Haaitek – maandag t/m donderdag: 9.30-16.00 uur

Creatief

Modelbouw en modellen beschilderen

Haaitek – maandag: 13.00-16.00 uur

3D prints – Samen met elkaar de fijne kneepjes van 3D printen ontdekken en ontwikkelen.

Haaitek – woensdag: 09.30-16.00 uur

Horeca en keuken

Werelds koken – Elke week een vegetarische maaltijd bereiden uit een wereldse keuken. Haaitek – donderdag: 10.00-13.30 uur

Theehuis – Een gezellige plek om bij te praten met vrienden of buurtgenoten en/of creatief bezig zijn.

De Serre – donderdag 13.00-15.00 uur

Samen koken en eten – Met buurtbewoners samen een warme lunch bereiden en eten. Serre – maandag: 11.00-14.00 uur

Mensen ontmoeten en praten

Spellendag – Bordspellen met elkaar spelen.

Haaitek

vrijdag 13.00-16.00 uur Bordspellen

Sport en bewegen

Fitessies – persoonlijke begeleiding en vrij sporten

SportCity Loosduinseweg – woensdag 10.00-11.30 uur

Kickboksen – Onder begeleiding van een instructeur kickboksen.

Weesperstraat 78 – woensdag: 19.45-21.30 uur

Kracht- en cardiotraining – samen naar de sportschool en werken aan je conditie. Sportcity Houtrust – donderdag 14.00 - 15.30 uur

Tennis – Onder begeleiding van een sportinstructeur tennissen.

Tennispark Never Out Houtrust – zaterdag: 13.00-15.00 uur

Bij slecht weer is er geen tennis, dan wordt er indoor beachvolleybal (Sporthal Lindobeach) of squashen (Squash Houtrust) aangeboden.

Stoelgym – Samen bewegen voor ouderen.

Serre – maandag: 9.30-10.30 uur

Stadsdeel Escamp

Werken met je handen

Houtwerkplaats – Houten meubels maken en opknappen.

Houtwerkplaats – maandag t/m donderdag: 09.00-16.00 uur

Nijkamphoeve

Meewerken in de biologische tuin, het onderhouden van bomen en planten. Samen de dieren eten geven en verzorgen.

Meewerken in het theehuis (alleen donderdags)
maandag en donderdag: 09.30-16.00 uur

Muziek maken

Wijkmuzikanten – Nieuwe muzieknummers maken met bandcoaches

Musicon – donderdag 11.00 -13.30 uur

Locaties Segbroek

Haaitek: Vinkesteijnstraat 141, Den Haag, T 06 283 002 18

Tennispark Never Out: Laan van Poot 38, Den Haag

SportCity Loosduinseweg: Loosduinseweg 627, Den Haag

SportCity Houtrust, Tjalie Robinsonduin 76, Den Haag

Sporthal Lindobeach, Lindoduin 36-38, Den Haag

Squash Houtrust, Laan van Poot 18, Den Haag

Locaties Escamp

Buurtboerderij Nijkamphoeve: Escamplaan 1750, Den Haag

Houtwerkplaats: De Werf 15, Den Haag

Musicon, Soestdijksekade 345, Den Haag

SportCity Loosduinseweg: Loosduinseweg 627, Den Haag

Serre: Carry van Bruggenhof 143, Den Haag

Stadsdeel Scheveningen, Haagse Hout, en Leidschendam/Voorburg

Stadsdeel Scheveningen

Kleding en retail

't Keizertje – Het runnen van het winkeltje in tweedehands kleding.
De Regisseur – donderdag: 12.00-15.00 uur

Sport en bewegen

Hart voor gezondheid – Rustige groepswandeling.

De Regisseur – maandag: 12.30-15.00 uur

Beachvolleybal – dinsdagavond 19.00 uur

Boonoonoonoos, Noorderstrand of Copa cabana

Sportinstuif – Samen sporten zoals badminton en tafeltennis.

De Blinkerd – dinsdag: 14.45-16.00 uur

Boksen – bij min. 5 deelnemers.

Woensdag: Locatie en tijd wordt bekend gemaakt

Bowlen – bij min. 5 deelnemers.

Bowling Scheveningen – Woensdag: 13.50 uur

Wandeling De Steltlopers – Soep eten en daarna groepswandeling.

De Regisseur – woensdag: 12.30-15.00 uur

Fietstocht – vanaf mei (vanaf elke locatie mogelijk)

woensdag 11.00 uur

Voetballen – competitie voetballen

SVV Scheveningen – donderdag 20.00 uur

Loopsessies – Op eigen tempo opbouwend joggen/hardlopen.

De Regisseur – vrijdag – 09.30-10.30 uur

Surfen – Altijd al een keer willen surfen?! Leer surfen, suppen, spelen met de golven, zwemmen met een surfpak aan,

De Regisseur – vrijdag 10.30-13.00 uur

Zwemmen – Onder begeleiding zwemmen.

Het Hofbad – vrijdag: 13.00-15.00 uur

Wisselende sportieve activiteiten – zaterdag, zondag neem contact op met Mario Kok, 06 832 467 44

Mensen ontmoeten en praten

De ontmoeting: Inloop met koffie en thee.

De Regisseur – maandag t/m vrijdag: 10.00-15.00 uur

Narcotic Anonymous – Zelfhulpgroep voor verslaafden.

De Regisseur – dinsdag: 19.30-21.00 uur

Lunch & creatief – Creatief werken en samen lunchen.

De Regisseur – 1e zondag van de maand: 12.00-15.00 uur

Lunch & bingo – Gezellig samen lunchen en bingo spelen.

De Regisseur – 3e zondag v/d maand: 12.00-15.00 uur

Quiz – De Regisseur – vrijdag 10.45-11.15 uur

Horeca en keuken

Anton's kitchen – Sambal, chutney en ijs maken voor de verkoop.

De Regisseur – dinsdag: 10.00-15.00 uur

Omeletten – Verse omeletten met groente en brood (op bestelling).

De Regisseur – dinsdag: 12.30-13.30 uur

Vegan lunch – Samen een vegan lunch bereiden en eten.

De Regisseur – donderdag: 12.00-13.00 uur

Kook café – Gezellig samen eten.

De Regisseur – vrijdag: 15.00-19.00 uur

Creatief

Tekenen en schilderen – Onder begeleiding tekenen en schilderen.

De Regisseur – dinsdag: 13.30-15.00 uur

Schilderen – Samen mooie schilderwerkstukken maken.

De Regisseur – donderdag: 13.00-15.00 uur

Creatief – Knutselen en creatief werken onder begeleiding.

De Regisseur – vrijdag: 13.00-15.00 uur

Locaties Scheveningen

Boonoonoonoos, Noorderstrand, Strandnoord 15

De Regisseur: Jacob Pronkstraat 6, Den Haag. Tel: 06 311 364 35

Bowling Scheveningen, Gevers Deynootweg 990-01 2, Den Haag

Sportcentrum De Blinkerd: Seinpoststraat 150, Den Haag

SVV, Laan van Poot 38c, Den Haag

Stadsdeel Leidschenveen en Ypenburg

Tuinieren en natuur

Meewerken in de biologische moestuin* – Meewerken, telen en verkopen van biologische groenten en bloemen. Van 12.00 tot 13.00 uur lunch met tosties.

dinsdag en vrijdag: 09.30-12.00 uur en 13.00-15.00 uur

Creatief

Klei, klei en nog eens klei – Keramieken, kleien, pottenbakken alles wat met klei en creativiteit te maken heeft*

maandag en woensdag: 09.30-15.30 uur

Creatieve werkplaats – Kunstwerken maken met diverse materialen (wol, papier en kralen).

maandag en woensdag: 13.00-15.00 uur

Beeldentuin – Beelden maken van verschillende materialen voor in de tuin.

dinsdag: 09.30-15.30 uur

Beeldende kunst – We werken individueel en naar behoefte aan een opdracht.

dinsdag: 13.00-15.00 uur

Schilderen, tekenen en druktechnieken – werken met verschillende soorten verf en druktechnieken.

dinsdag en vrijdag: 09.30-12.00 uur

Keramiekwerkplaats – Producten maken voor de verkoop*

maandag en woensdag: 09.30-12.00 uur

Creatief & Natuur – besloten activiteit met weinig prikkels

donderdagmiddag: 13.30-15.30 uur

Mensen ontmoeten

Muziek uit de oude doos – Samen naar muziek luisteren (voor ouderen).

't Koetshuis – woensdag: 9.30-12.00 uur

Spelletjesmiddag – Verschillende bordspelen

vrijdagmiddag: 13.00-15.00 uur

Locaties Leidschenveen en Ypenburg

't Koetshuis: Westvlietweg 148, Den Haag. Tel: 070 336 8224

*In overleg kan bij deze activiteiten een dagvergoeding verdiend worden.

