

PROGRAMMABOEKJE WEEK VAN DE MANTELZORG

Beste mantelzorger(s),

Op 10 november 2024 is de Dag van de Mantelzorg. Om je als mantelzorger in het zonnetje te zetten organiseert al enkele jaren de Sociaal Wijkteams de "Week van de Mantelzorg".

Een week lang vol ontspannende, creatieve en actieve activiteiten.

Ook dit jaar hebben we weer een verrassend programma samengesteld.

Hoe werkt het? Zoek in dit programmaboekje een activiteit uit die je graag wilt doen.

Geef je voor maandag 21 oktober '24 op, via het telefoonnummer of emailadres dat bij de activiteit staat vermeld. Bij veel activiteiten zijn er beperkte plaatsen, dus wacht niet te lang met opgeven.

Bij dit programmaboekje zit een voucher die je tijdens het deelnemen aan de activiteit moet inleveren.

Bij sommige activiteiten mag je op één voucher met twee personen komen, dit staat dan specifiek bij de activiteit aangegeven.

Mocht je nog vragen hebben of informatie willen, neem dan contact op met de mantelzorgconsulent van uw Sociaal Wijkteam.

Wij wensen je een prettige activiteit.

ZATERDAG 9 NOVEMBER

12:00-14:30 UUR

LUNCH

RESTAURANT
JONGWIJS

Verrassingslunch bij restaurant Jongwijs in Westzaan

Geniet en laat je verrassen door een heerlijke lunch voor 1 persoon. Vegan is ook mogelijk. Restaurant Jongwijs, J.J. Allanstraat 119-121 in Westzaan. Opgeven via: www.jongwijs.nl of 075 7710202. Vermeld bij de reservering via internet dat je mantelzorger bent. Je bent welkom om 12:00 uur

12:00-14:30 UUR

LUNCH

RESTAURANT
DE WATERRAAF

Verrassingslunch bij restaurant De Waterraaf in Assendelft

Geniet en laat je verrassen door een heerlijke lunch voor 1 persoon. Vegan is ook mogelijk. Restaurant De Waterraaf Kanaaldijk 33 in Assendelft. Opgeven via: www.waterraaf.nl of 075 7710202. Vermeld bij de reservering via internet dat je mantelzorger bent. Je bent welkom om 12:00 uur

12:00-15:00 UUR

KOFFIE- EN
THEEMOMENT

EETCAFÉ DE TOOG

Koffie- en theemoment bij Eetcafé De Toog

Geniet van een heerlijk kopje koffie of thee voor 2 personen. Natuurlijk kan iets lekkers daar niet bij ontbreken! Eetcafé De Toog, Zuideinde 50, 1541 CE Koog aan de Zaan. Opgeven via: 075 6140927

Je bent welkom tussen 12:00 en 15:00 uur

12:00-15:00 UUR

KOFFIE- EN
THEEMOMENT

GRAND CAFÉ
ATLANTIC

Koffie- en theemoment bij Grand Café Atlantic

Geniet van een heerlijk kopje koffie of thee voor 2 personen. Natuurlijk kan iets lekkers daar niet bij ontbreken!

Grand Café Atlantic, Zuiderhoofdstraat 84, 1561 AP Krommenie.

Opgeven via: info@grandcafeatlantic.nl

Je bent welkom tussen 12:00 en 15:00 uur

13:00 UUR

GRANDE OPENING

NEW MOON
ORCHESTRA

Grande opening met New Moon Orchestra

Kom naar de feestelijke opening van de Week van de Mantelzorg en geniet van New Moon Orchestra. In het New Moon Orchestra spelen Nederlanders en nieuwkomers, jong en oud en amateurs en professionals met elkaar. Zij spelen muziek uit de hele wereld. Fluxus, Pasveerzaal, Westzijde 148 in Zaandam.

Opgeven via: E: weekvdmantelzorg22@gmail.com

Je bent welkom vanaf 13:00 uur

ZONDAG 10 NOVEMBER

Voorpremière film Monsieur Aznavour in Filmhuis De Fabriek

Ontdek de uitzonderlijke reis van een kunstenaar, van zijn arme jeugd tot zijn opkomst tot roem, van zijn successen tot zijn mislukkingen, van Parijs tot New York. Filmvoorstelling is voor 2 personen. Filmhuis De Fabriek, Jan Sijbrandsteeg 12 in Zaandam. Opgeven via E: weekvdmantelzorg22@gmail.com, onder vermelding van Monsieur Aznavour en geef aan of je alleen of met z'n tweeën komt.

Aanvang film: 11:00 uur

11:00-13:00 UUR
VOORPREMIÈRE
MONSIEUR
AZNAVOUR
FILMHUIS
DE FABRIEK

12:00-14:30 UUR
LUNCH
RESTAURANT
JONGWIJS

Verrassingslunch bij restaurant Jongwijs in Westzaan

Geniet en laat je verrassen door een heerlijke lunch voor 1 persoon. Vegan is ook mogelijk. Restaurant Jongwijs, J.J. Allanstraat 119-121 in Westzaan. Opgeven via: www.jongwijs.nl of 075 7710202. Vermeld bij de reservering via internet dat je mantelzorger bent. Je bent welkom om 12:00 uur

12:00-14:30 UUR
LUNCH
RESTAURANT
DE WATERRAAF

Verrassingslunch bij restaurant De Waterraaf in Assendelft

Geniet en laat je verrassen door een heerlijke lunch voor 1 persoon. Vegan is ook mogelijk.

Restaurant De Waterraaf Kanaaldijk 33 in Assendelft. Opgeven via: www.waterraaf.nl of 075 7710202. Vermeld bij de reservering via internet dat je mantelzorger bent.

Je bent welkom om 12:00 uur

12:00-15:00 UUR
KOFFIE- EN
THEEMOMENT
EETCAFÉ DE TOOG

Koffie- en theemoment bij Eetcafé De Toog

Geniet van een heerlijk kopje koffie of thee voor 2 personen. Natuurlijk kan iets lekkers daar niet bij ontbreken!

Eetcafé De Toog, Zuideinde 50, 1541 CE Koog aan de Zaan.

Opgeven via: 075 6140927

Je bent welkom tussen 12:00 en 15:00 uur

12:00-15:00 UUR
KOFFIE- EN
THEEMOMENT
GRAND CAFÉ
ATLANTIC

Koffie- en theemoment bij Grand Café Atlantic

Geniet van een heerlijk kopje koffie of thee voor 2 personen. Natuurlijk kan iets lekkers daar niet bij ontbreken!

Grand Café Atlantic, Zuiderhoofdstraat 84, 1561 AP Krommenie.

Opgeven via: info@grandcafeatlantic.nl

Je bent welkom tussen 12:00 en 15:00 uur

MAANDAG 11 NOVEMBER

10:45-11:30 UUR
AQUA FIT ONDIEP
ZWEMBAD DE
CROMMENIJE

Aqua fit in ondiep water bij zwembad De Crommenije

Op muziek worden diverse oefeningen uitgevoerd gericht op concentratievermogen, het soepel houden van het lichaam en ter verbetering van de conditie.

Zwembad De Crommenije, Rosariumpark 1 in Krommenie.

Opgeven via: T: 075 6286806 of E: decrommenije@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!

12:00-15:00 UUR
KOFFIE- EN
THEEMOMENT
EETCAFÉ DE TOOG

Koffie- en theemoment bij Eetcafé De Toog

Geniet van een heerlijk kopje koffie of thee voor 2 personen. Natuurlijk kan iets lekkers daar niet bij ontbreken!

Eetcafé De Toog, Zuideinde 50, 1541 CE Koog aan de Zaan.

Opgeven via: 075 6140927

Je bent welkom tussen 12:00 en 15:00 uur

12:00-15:00 UUR
KOFFIE- EN
THEEMOMENT
GRAND CAFÉ
ATLANTIC

Koffie- en theemoment bij Grand Café Atlantic

Geniet van een heerlijk kopje koffie of thee voor 2 personen. Natuurlijk kan iets lekkers daar niet bij ontbreken!

Grand Café Atlantic, Zuiderhoofdstraat 84, 1561 AP Krommenie.

Opgeven via: info@grandcafeatlantic.nl

Je bent welkom tussen 12:00 en 15:00 uur



VR Beleving (Virtual Reality) over dementie

Hoe beleeft een naaste die dementie heeft de wereld. Ontdek en ervaar deze wereld door een reis met de VR beleving. Van 13:30 tot 15:30 uur bij SWT Zaandam Noord-Kogerveld, Drielse Wetering 49 in Zaandam.

Opgeven via: E: weekvdmantelzorg22@gmail.com Bij aanmelding graag aangeven uw naam en telefoonnummer en welke dag, tijdstip en locatie.



Aqua aerobics in bij zwembad Zaangolf

Aqua aerobics is een populaire fitnessactiviteit die wordt uitgevoerd in het water. Zwembad Zaangolf, Wezelstraat 1B in Koog aan de Zaan.

Opgeven via: T: 075 6871540 of E: zaangolf@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!



Aqua aerobics bij zwembad De Slag

Aqua aerobics is een populaire fitnessactiviteit die wordt uitgevoerd in het water. Zwembad De Slag, Koningsgeelstraat 3 in Zaandam.

Opgeven via: T: 075 6161065 of E: deslag@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!

DINSDAG 12 NOVEMBER



Aqua fit in ondiep water bij zwembad De Crommenije

Op muziek worden diverse oefeningen uitgevoerd gericht op concentratievermogen, het soepel houden van het lichaam en ter verbetering van de conditie.

Zwembad De Crommenije, Rosariumpark 1 in Krommenie.

Opgeven via: T: 075 6286806 of E: decrommenije@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!



Workshop Edelsmeden

Even lekker zelf aan de slag. Bij edelsmid Sacha Ofman wordt een echt zilveren hanger gemaakt.

Fluxus Verkadefabriek, Westzijde 168 in Zaandam. Aanmelden via E: info@fluxus.nl (vermeld je naam en telefoonnummer en welke workshop, datum en tijd).

Vergeet je leesbril niet!



Workshop illustratie/collages maken

Tijdens deze workshop ben je even lekker bezig met je handen. Je gaat met verschillende soorten papier een collage maken.

Fluxus Verkadefabriek, Westzijde 168 in Zaandam. Aanmelden via E: info@fluxus.nl (vermeld je naam en telefoonnummer en welke workshop, datum en tijd).

Vergeet je leesbril niet!



Koffie- en theemoment bij Eetcafé De Toog

Geniet van een heerlijk kopje koffie of thee voor 2 personen. Natuurlijk kan iets lekkers daar niet bij ontbreken!

Eetcafé De Toog, Zuideinde 50, 1541 CE Koog aan de Zaan.

Opgeven via: 075 6140927

Je bent welkom tussen 12:00 en 15:00 uur



Koffie- en theemoment bij Grand Café Atlantic

Geniet van een heerlijk kopje koffie of thee voor 2 personen. Natuurlijk kan iets lekkers daar niet bij ontbreken!

Grand Café Atlantic, Zuiderhoofdstraat 84, 1561 AP Krommenie.

Opgeven via: info@grandcafeatlantic.nl

Je bent welkom tussen 12:00 en 15:00 uur



Uitsmijtermoment bij de Uitsmijterij

Schuif aan en geniet van een heerlijke uitsmijter met drinken voor 2 personen. De Uitsmijterij in de Bullekerk, Westzijde 75 in Zaandam (ingang aan de zijkant van de kerk).

Opgeven via: weekvdmantelzorg22@gmail.com

Je bent welkom tussen 12:30 en 13:30 uur



Workshop illustratie/collages maken

Tijdens deze workshop ben je even lekker bezig met je handen. Je gaat met verschillende soorten papier een collage maken.

Fluxus Verkadefabriek, Westzijde 168 in Zaandam. Aanmelden via E: info@fluxus.nl (vermeld je naam en telefoonnummer en welke workshop, datum en tijd).

Vergeet je leesbril niet!



Kunst en historisch stadswandeling in Oud West Zaandam

Wandel met Marena Kok mee door de wijk Oud West in Zaandam. En laat je meevoeren in de historie van de wijk en de kunst in de openbare ruimte.

Opgeven via: weekvdmantelzorg22@gmail.com

Startpunt: SWT Zaandam West-Oude Haven, Nova Zembla 2 in Zaandam.

Starttijd 14:30 uur.



Aqua aerobics bij zwembad De Crommenije

Aqua aerobics is een populaire fitnessactiviteit die wordt uitgevoerd in het water.

Zwembad De Crommenije, Rosariumpark 1 in Krommenie.

Opgeven via: T: 075 6286806 of E: decrommenije@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!



Aqua aerobics bij zwembad De Slag

Aqua aerobics is een populaire fitnessactiviteit die wordt uitgevoerd in het water.

Zwembad De Slag, Koningsgeelstraat 3 in Zaandam.

Opgeven via: T: 075 6161065 of E: deslag@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!



Aqua aerobics bij zwembad De Crommenije

Aqua aerobics is een populaire fitnessactiviteit die wordt uitgevoerd in het water.

Zwembad De Crommenije, Rosariumpark 1 in Krommenie.

Opgeven via: T: 075 6286806 of E: decrommenije@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!



Aqua aerobics bij zwembad Zaangolf

Aqua aerobics is een populaire fitnessactiviteit die wordt uitgevoerd in het water.

Zwembad Zaangolf, Wezelstraat 1B in Koog aan de Zaan.

Opgeven via: T: 075 6871540 of E: zaangolf@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!



Aqua jogging bij zwembad Zaangolf

Boots je hardloophbewegingen na in bij voorkeur diep water.

Zwembad Zaangolf, Wezelstraat 1B in Koog aan de Zaan.

Opgeven via: T: 075 6871540 of E: zaangolf@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!

WOENSDAG 13 NOVEMBER



Aqua jogging bij zwembad De Crommenije

Boots je hardloophbewegingen na in bij voorkeur diep water.

Zwembad De Crommenije, Rosariumpark 1 in Krommenie.

Opgeven via: T: 075 6286806 of E: decrommenije@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!

10:00-10:45 UUR

AQUA AEROBICS

ZWEMBAD
DE SLAG

Aqua aerobics bij zwembad De Slag

Aqua aerobics is een populaire fitnessactiviteit die wordt uitgevoerd in het water. Zwembad De Slag, Koningsgeelstraat 3 in Zaandam.

Opgeven via: T: 075 6161065 of E: deslag@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!

10:00-10:45 UUR

AQUA JOGGING

ZWEMBAD
DE SLAG

Aqua jogging bij zwembad De Crommenije

Boots je hardloophbewegingen na in bij voorkeur diep water.

Zwembad De Slag, Koningsgeelstraat 3 in Zaandam.

Opgeven via: T: 075 6161065 of E: deslag@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!

10:00-10:45 UUR

AQUA FIT

ZWEMBAD
ZAANGOLF

Aqua fit bij Zwembad Zaangolf

Op muziek worden diverse oefeningen uitgevoerd gericht op concentratievermogen, het soepel houden van het lichaam en ter verbetering van de conditie.

Zwembad Zaangolf, Wezelstraat 1B in Koog aan de Zaan.

Opgeven via: T: 075 6871540 of E: zaangolf@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!

11:00-11:45 UUR

AQUA FIT

ZWEMBAD
ZAANGOLF

Aqua fit bij Zwembad Zaangolf

Op muziek worden diverse oefeningen uitgevoerd gericht op concentratievermogen, het soepel houden van het lichaam en ter verbetering van de conditie.

Zwembad Zaangolf, Wezelstraat 1B in Koog aan de Zaan.

Opgeven via: T: 075 6871540 of E: zaangolf@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!

12:00-15:00 UUR

KOFFIE- EN
THEEMOMENT

EETCAFÉ DE TOOG

Koffie- en theemoment bij Eetcafé De Toog

Geniet van een heerlijk kopje koffie of thee voor 2 personen. Natuurlijk kan iets lekkers daar niet bij ontbreken!

Eetcafé De Toog, Zuideinde 50, 1541 CE Koog aan de Zaan.

Opgeven via: 075 6140927

Je bent welkom tussen 12:00 en 15:00 uur

12:00-15:00 UUR

KOFFIE- EN
THEEMOMENT

GRAND CAFÉ
ATLANTIC

Koffie- en theemoment bij Grand Café Atlantic

Geniet van een heerlijk kopje koffie of thee voor 2 personen. Natuurlijk kan iets lekkers daar niet bij ontbreken!

Grand Café Atlantic, Zuiderhoofdstraat 84, 1561 AP Krommenie.

Opgeven via: info@grandcafeatlantic.nl

Je bent welkom tussen 12:00 en 15:00 uur

13:00 UUR

LUNCH

ORNINA
SYRISCHE KEUKEN

Verrassingslunch bij Ornina

Geniet van een verrassingslunch met allerlei Syrische hapjes voor 1 persoon bij deze mooie locatie aan het Jagersplas. De lunch is halal, vegetarisch is mogelijk. Restaurant Ornina, Kuilpad 1 in Zaandam.

Opgeven via email: weekvdmantelzorg22@gmail.com, onder vermelding van Lunch Ornina. Je bent welkom om 13:00 uur

14:00-16:00 UUR

VR BELEVING
DEMENTIE

BUURTCENTRUM
A3

VR Beleving (Virtual Reality) over dementie

Hoe beleeft een naaste die dementie heeft de wereld. Ontdek en ervaar deze wereld door een reis met de VR beleving.

Van 14:00 tot 16:00 uur bij Buurtcentrum A3, Dorpsstraat 386 in Assendelft.

Opgeven via: E: weekvdmantelzorg22@gmail.com Bij aanmelding graag aangeven uw naam en telefoonnummer en welke dag, tijdstip en locatie.

15:00-16:30 UUR

WORKSHOP
SCHILDEREN

FLUXUS
VERKADEFABRIEK

Workshop Schilderen

Zin om te schilderen! Ervaring is niet vereist, plezier is het allerbelangrijkste! Kijk wat er uit je eigen handen ontstaat.

Fluxus Verkadefabriek, Westzijde 168 in Zaandam. Aanmelden via E: info@fluxus.nl (vermeld je naam en telefoonnummer en welke workshop, datum en tijd).

Vergeet je leesbril niet!



19:15-20:00 UUR

AQUA AEROBICS

ZWEMBAD
ZAANGOLF

Aqua aerobics bij zwembad Zaangolf

Aqua aerobics is een populaire fitnessactiviteit die wordt uitgevoerd in het water. Zwembad Zaangolf, Wezelstraat 1B in Koog aan de Zaan.
Opgeven via: T: 075 6871540 of E: zaangolf@sportbedrijf.nl
Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!

DONDERDAG 14 NOVEMBER



09:15-10:00 UUR

AQUA JOGGING

ZWEMBAD
DE SLAG

Aqua jogging bij zwembad De Slag

Boots je hardloophbewegingen na in bij voorkeur diep water. Zwembad De Slag, Koningsgeelstraat 3 in Zaandam.
Opgeven via: T: 075 6161065 of E: deslag@sportbedrijf.nl
Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!



10:00-10:45 UUR

AQUA AEROBICS

ZWEMBAD
DE SLAG

Aqua aerobics bij zwembad De Slag

Aqua aerobics is een populaire fitnessactiviteit die wordt uitgevoerd in het water. Zwembad De Slag, Koningsgeelstraat 3 in Zaandam.
Opgeven via: T: 075 6161065 of E: deslag@sportbedrijf.nl
Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!



10:30-12:30 UUR

WORKSHOP
EDELSMEDEN

FLUXUS
VERKADEFABRIEK

Workshop Edelsmeden

Even lekker zelf aan de slag. Bij edelsmid Sacha Ofman wordt een echt zilveren hanger gemaakt. Fluxus Verkadefabriek, Westzijde 168 in Zaandam. Aanmelden via E: info@fluxus.nl (vermeld je naam en telefoonnummer en welke workshop, datum en tijd).
Vergeet je leesbril niet!



10:30-12:30 UUR

WORKSHOP
BOETSEREN

FLUXUS
VERKADEFABRIEK

Workshop Boetseren

Maak je eigen kaarsenhouders, kommetjes of mok met klei. Na het boetseren kun je het verfieren met texturen en wordt het gebakken in de keramiekoven. Fluxus Verkadefabriek, Westzijde 168 in Zaandam. Aanmelden via E: info@fluxus.nl (vermeld je naam en telefoonnummer en welke workshop, datum en tijd).
Vergeet je leesbril niet!



10:45-11:30 UUR

AQUA FIT ONDIEP

ZWEMBAD
DE CROMMENIJE

Aqua fit in ondiep water bij zwembad De Crommenije

Op muziek worden diverse oefeningen uitgevoerd gericht op concentratievermogen, het soepel houden van het lichaam en ter verbetering van de conditie. Zwembad De Crommenije, Rosariumpark 1 in Krommenie.
Opgeven via: T: 075 6286806 of E: decrommenije@sportbedrijf.nl
Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!



12:00-14:30 UUR

LUNCH

RESTAURANT
JONGWIJS

Verrassingslunch bij restaurant Jongwijs in Westzaan

Geniet en laat je verrassen door een heerlijke lunch voor 1 persoon. Vegan is ook mogelijk. Restaurant Jongwijs, J.J. Allanstraat 119-121 in Westzaan. Opgeven via: www.jongwijs.nl of 075 7710202. Vermeld bij de reservering via internet dat je mantelzorger bent. Je bent welkom om 12:00 uur



12:00-14:30 UUR

LUNCH

RESTAURANT
DE WATERRAAF

Verrassingslunch bij restaurant De Waterraaf in Assendelft

Geniet en laat je verrassen door een heerlijke lunch voor 1 persoon. Vegan is ook mogelijk. Restaurant De Waterraaf Kanaaldijk 33 in Assendelft. Opgeven via: www.waterraaf.nl of 075 7710202. Vermeld bij de reservering via internet dat je mantelzorger bent. Je bent welkom om 12:00 uur



12:00-15:00 UUR

KOFFIE- EN
THEEMOMENT

EETCAFÉ DE TOOG

Koffie- en theemoment bij eetcafé De Toog

Geniet van een heerlijk kopje koffie of thee voor 2 personen. Natuurlijk kan iets lekkers daar niet bij ontbreken! Eetcafé De Toog, Zuideinde 50, 1541 CE Koog aan de Zaan.
Opgeven via: 075 6140927
Je bent welkom tussen 12:00 en 15:00 uur



Koffie- en theemoment bij Grand Café Atlantic

Geniet van een heerlijk kopje koffie of thee voor 2 personen. Natuurlijk kan iets lekkers daar niet bij ontbreken!

Grand Café Atlantic, Zuiderhoofdstraat 84, 1561 AP Krommenie.

Opgeven via: info@grandcafeatlantic.nl

Je bent welkom tussen 12:00 en 15:00 uur



Workshop Edelsmeden

Even lekker zelf aan de slag. Bij edelsmid Sacha Ofman wordt een echt zilveren hanger gemaakt.

Fluxus Verkadefabriek, Westzijde 168 in Zaandam. Aanmelden via E: info@fluxus.nl (vermeld je naam en telefoonnummer en welke workshop, datum en tijd).

Vergeet je leesbril niet!



Workshop Keramiek Schilderen

Deelnemers kiezen een biscuitgebakken werkstuk uit, dat nog helemaal wit is en kunnen daarop een design op tekenen. Daarna wordt het ontwerp geschilderd met onderglazuur.

Fluxus Verkadefabriek, Westzijde 168 in Zaandam. Aanmelden via E: info@fluxus.nl (vermeld je naam en telefoonnummer en welke workshop, datum en tijd).



VR Beleving (Virtual Reality) over dementie

Hoe beleeft een naaste die dementie heeft de wereld. Ontdek en ervaar deze wereld door een reis met de VR beleving.

Van 14:00 tot 16:00 uur bij Zorgcentrum Saenden, Nova Zembla 2 in Zaandam.

Opgeven via: E: weekvdmantelzorg22@gmail.com Bij aanmelding graag aangeven uw naam en telefoonnummer en welke dag, tijdstip en locatie.



Première film Tegendraads in Filmhuis De Fabriek

De film speelt in de Twentse textielindustrie van begin jaren 60 en volgt de jonge arbeidster Johanna, die tegen de maatschappelijke verhoudingen van destijds in hogerop wil komen. Filmvoorstelling is voor 2 personen.

Filmhuis De Fabriek, Jan Sijbrandsteeg 12 in Zaandam. Opgeven via E: weekvdmantelzorg22@gmail.com, onder vermelding van Tegendraads en geef aan of je alleen of met z'n tweeën komt. Aanvang film: 17:30 uur

VRIJDAG 15 NOVEMBER



Aqua aerobics in bij zwembad Zaangolf

Aqua aerobics is een populaire fitnessactiviteit die wordt uitgevoerd in het water. Zwembad Zaangolf, Wezelstraat 1B in Koog aan de Zaan.

Opgeven via: T: 075 6871540 of E: zaangolf@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!

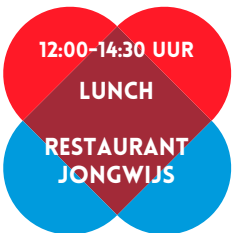


Aqua aerobics zwembad De Crommenije

Aqua aerobics is een populaire fitnessactiviteit die wordt uitgevoerd in het water. Zwembad De Crommenije, Rosariumpark 1 in Krommenie.

Opgeven via: T: 075 6286806 of E: decrommenije@sportbedrijf.nl

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!



Verrassingslunch bij restaurant Jongwijs in Westzaan

Geniet en laat je verrassen door een heerlijke lunch voor 1 persoon. Vegan is ook mogelijk. Restaurant Jongwijs, J.J. Allanstraat 119-121 in Westzaan. Opgeven via: www.jongwijs.nl of 075 7710202. Vermeld bij de reservering via internet dat je mantelzorger bent.

Je bent welkom om 12:00 uur



Verrassingslunch bij restaurant De Waterraaf in Assendelft

Geniet en laat je verrassen door een heerlijke lunch voor 1 persoon. Vegan is ook mogelijk.

Restaurant De Waterraaf Kanaaldijk 33 in Assendelft. Opgeven via: www.waterraaf.nl of 075 7710202. Vermeld bij de reservering via internet dat je mantelzorger bent.

Je bent welkom om 12:00 uur



Verrassingslunch bij VMBO Compaen

Geniet van een heerlijke lunch die door de leerlingen van het VMBO Compaen wordt bereidt en verzorgd.

VMBO Compaen, Nieuwendamstraat 6 in Zaandam.

Opgeven via email: weekvdmantelzorg22@gmail.com onder vermelding van VMBO Compaen. Graag om 12:15 uur aanwezig zijn.



Koffie- en theemoment bij eetcafé De Toog

Geniet van een heerlijk kopje koffie of thee voor 2 personen. Natuurlijk kan iets lekkers daar niet bij ontbreken!

Eetcafé De Toog, Zuideinde 50, 1541 CE Koog aan de Zaan.

Opgeven via: 075 6140927

Je bent welkom tussen 12:00 en 15:00 uur



Koffie- en theemoment bij Grand Café Atlantic

Geniet van een heerlijk kopje koffie of thee voor 2 personen. Natuurlijk kan iets lekkers daar niet bij ontbreken!

Grand Café Atlantic, Zuiderhoofdstraat 84, 1561 AP Krommenie.

Opgeven via: info@grandcafeatlantic.nl

Je bent welkom tussen 12:00 en 15:00 uur



Aqua jogging in bij zwembad De Slag

Boots je hardloopbewegingen na in bij voorkeur diep water.

Zwembad De Slag, Koningsgeelstraat 3 in Zaandam.

Opgeven via: T: 075 6161065 of E: deslag@sportbedrijf.nl.

Vergeet niet om je badkleding mee te nemen!



Film Goodrich bij Pathé Zaandam

Goodrich is een comedy film over Andy Goodrichs leven dat op zijn kop wordt gezet wanneer zijn vrouw een revalidatieprogramma ingaat, waardoor hij alleen achterblijft met hun jonge kinderen. Geniet van een heerlijke filmavond voor 2 personen. Pathé Zaandam, Hermitage 140 in Zaandam.

Opgeven via E: weekvdmantelzorg22@gmail.com, onder vermelding van film Goodrich en geef aan of je alleen of met z'n tweeën naar de film komt.

De film start om 19:30 uur

Wij willen de volgende deelnemende bedrijven, ondernemingen en organisaties bedanken voor het daverende succes van de Week van de Mantelzorg en het verwennen van onze mantelzorgers in Zaanstad:

Grand Café Atlantic, Buurtcentrum A3, Eetcafé De Toog, Filmhuis De Fabriek, Fluxus, Gemeente Zaanstad, Gids aan de Zaan Marena Kok, New Moon Orchestra, Pathé, restaurant De Waterraaf, restaurant Jongwijs, restaurant Ornina, Sociaal Wijkteams, Uitsmijterij, vmbo Compaen, Sportbedrijf Zaanstad, Zorgcentrum Saenden, zwembad De Crommenie, zwembad De Slag en zwembad Zaangolf