

# Activiteiten Cordaan Olympisch Kwartier 2020

## Maandag

- 09.45 – 11.00 uur : Yoga/Pilates  
Aanmelden : E-mail: [sandragilkes@hotmail.com](mailto:sandragilkes@hotmail.com)  
Kosten : 10 rittenkaart €50, losse les € 9,00  
11.15 – 12.30 uur : Yoga/Pilates, info zie hierboven
- 13.20 – 14.30 uur : MBVO Linedance  
Info en aanmelden : MBVO: 020 – 8861070, [www.mbvo-amsterdam.nl](http://www.mbvo-amsterdam.nl)  
Kosten : € 5,50 per maand
- 15.30 – 17.00 uur : Theateractiviteiten voor kinderen door Combiwel jr  
Aanmelden : Balduino Sierra,  
06 – 4227 6017  
Kosten : Neem contact op met Balduino
- 19.30 – 21.30 uur : Epilepsiecafé, een keer in de 2 maanden. Mail voor data.  
Aanmelden : E-mail: [noordwest@epilepsievereniging.nl](mailto:noordwest@epilepsievereniging.nl)

## Dinsdag

- 09.00 - 09.50 uur : Fitgym, koffie-inloop aansluitend aan de fitgym
- 10.00 - 10.50 uur : Fitgym, koffie-inloop aansluitend aan de fitgym
- 11.00 - 11.50 uur : Fitgym alleen voor dames  
Info en aanmelden : MBVO: 020 – 886107, [www.mbvo-amsterdam.nl](http://www.mbvo-amsterdam.nl)  
Kosten : € 5,50 per maand
- 13.30 – 15.30 uur : Parkinson Café Amsterdam, elke 3<sup>e</sup> dinsdag van de maand  
Aanmelden : Gratis inloop, [www.parkinson-vereniging.nl](http://www.parkinson-vereniging.nl) voor het programma of bel Linda Corlu-Kuipers 06 - 3166 7395
- 17.30 – 19.30 uur : Kookclub 'de Eethoek', voor een verse en gezonde maaltijd  
Reserveren : Bel: 06-49235311 of e-mail: [lorlu@cordaan.nl](mailto:lorlu@cordaan.nl)  
Kosten : 2/3 gangen maaltijd € 8,00 en met stadspas groene stip € 5,00

## Woensdag

- 10.00 -11.00 uur : MBVO: Gymnastiek voor 60+ers  
Info en aanmelden : MBVO: 020 – 8861070, [www.mbvo-amsterdam.nl](http://www.mbvo-amsterdam.nl)  
Kosten : € 5,50 per maand
- 10.00 – 16.00 uur : Dagactiviteit voor buurtbewoners met Willeke de Vries  
Info : 06 – 1153 2461 of mail [wdevries@cordaan.nl](mailto:wdevries@cordaan.nl)  
Kosten : Vergoed vanuit de WMO

## Donderdag

09.45 – 11.00 uur : Pilates voor vrouwen, 10 rittenkaart €50, losse les € 9,00  
Aanmelden : E-mail: [sandragilkes@hotmail.com](mailto:sandragilkes@hotmail.com)

13.30 – 16.30 uur : Silverscreen. Film kijken in het Olympisch Kwartier, elke 2<sup>e</sup> donderdag van de maand. € 4,50 entree

20.00 – 22.00 uur : Schilderen voor volwassenen € 3,50 per keer  
Aanmelden : Bel: 06-3166 7395 of e-mail: [lorlu@cordaan.nl](mailto:lorlu@cordaan.nl)

## Vrijdag

10.00 – 16.00 uur : Dagactiviteit voor buurtbewoners met Willeke de Vries  
Info : 06 – 1153 2461 of mail [wdevries@cordaan.nl](mailto:wdevries@cordaan.nl)  
Kosten : Vergoed vanuit de WMO

14.00 – 16.00 uur : Binnenkort : handwerkclub  
Info : [lorlu@cordaan.nl](mailto:lorlu@cordaan.nl)  
Kosten : Gratis entree

17.00 – 19.00 uur : Vrijdagmiddag inloop voor alle buurtbewoners, jong en oud.  
Info : [lorlu@cordaan.nl](mailto:lorlu@cordaan.nl), 06 - 3166 7395  
Kosten : Gratis entree, drankjes voor eigen kosten

## Zaterdag

13.00 – 16.00 uur : Regelmatig bijeenkomsten van MS vereniging  
Info : Voor data zie programma op [www.msvnamsterdam.nl](http://www.msvnamsterdam.nl)  
Kosten : Gratis entree

## Zondag

14.00 – 16.00 uur : regelmatig Olympische Salon: culturele, muzikale, literaire activiteiten  
Voor info : Linda Corlu-Kuipers, coördinator Olympisch Kwartier, 06-3166 7395  
Kosten : € 5 à € 6,00

## SPREEKUREN

Dagelijks 24-uur bereikbaar: Cordaan-Thuiszorg, 020 – 886 4000

Maandag: 08.30 - 15.30

Dinsdag 08.30 - 13.30

Woensdag 12.30 - 16.30

Woensdag 08.30 - 12.30

Vrijdag 08.30 - 12.30

Donderdag 08.30 - 13.30

### Maandag

08.30 – 15.30 uur

: Huismeester Eigen Haard, 06 – 1195 5147

E-mail: [r.ellens@eigenhaard.nl](mailto:r.ellens@eigenhaard.nl)

Voor technische storingen 020 – 6801 801

### Dinsdag

Elke **oneven** week

08.30 – 17.00 uur

: Diëtiste Antoinette Pieters, 06 – 2117 8552

### Woensdag

12.30 – 16.30 uur

: Huismeester Eigen Haard, 06- 1195 5147

E-mail: [r.ellens@eigenhaard.nl](mailto:r.ellens@eigenhaard.nl)

Voor technische storingen 020 – 6801 801

### Vrijdag

08.30 – 12.30 uur

: Huismeester Eigen Haard, 06 – 1195 5147

E-mail: [r.ellens@eigenhaard.nl](mailto:r.ellens@eigenhaard.nl)

Voor technische storingen 020 – 6801 801

### *Overige diensten*

De rijdende opticiens

: David van Deudekom, 06 – 5084 0766

Ambulante pedicure,  
ook voor diabetici

: Hermi de Rijk, 06 – 2345 7293 en 020 – 919 6865

Dit overzicht is ook te vinden op [www.cordaan.nl](http://www.cordaan.nl), vul bij zoekterm 'Olympisch Kwartier' in.