

SWAZOOM

Janke Baklum



IN BuurtHuis Holendrecht organiseert welzijnsorganisatie Swazoom activiteiten voor kinderen, jongeren en volwassenen.

Kinderen

DINSDAGS is er van 15.00 tot 18.00 uur *research-club*; hoe komt het dat je kriebels in je buik krijgt in de achtbaan? Waarom is lachen zo gezond? Hoe komt het dat je lippen paars worden als je het koud hebt? In de *research-club* gaan ze op onderzoek uit om antwoord te vinden op dit soort vragen. Op woensdag is er van 13.00 tot 17.00 uur *Playground*. Dit is elke woensdag weer anders; creatief, theaterdrama, muziek & dans en vooral veel door de kinderen zelf bedachte activiteiten. Op donderdag komt er van 15.00 tot 18.00 uur *Computer-club* en op de vrijdag op dezelfde tijd *weekend club*; het is dan bijna weekend dus kinderen kunnen lekker ontspannen na een drukke week. Ze kunnen relaxen en meedoen met *check your talent*, een leuke film kijken, koken of een kinderdisco organiseren! Alle activiteiten zijn voor 4 tot 12 jaar.

Tieners en jongeren



VOOR tieners en jongeren is er in BuurtHuis Holendrecht Jongerencentrum Fresh. Hier kun je van maandag t/m vrijdag van 18.00 tot 22.00 uur terecht bij *Chillzone*. De school- of

werkdag zit er weer op. Je kan komen poolen, tafeltennissen, tafelfoetballen, gamen, muziek draaien, boeken/tijdschriften lezen, spelletjes doen, televisie kijken en nog veel meer. Op maandag is er van 19.00 tot 21.00 uur *theater/drama* in de spiegelzaal. Jongeren die willen acteren worden door een professional begeleid. Van 19.00 tot 21.00 uur is er ook *jamsessie / band-coaching* in de studio; hier maak je samen met een professional eigen muziek in de studio. Op dinsdag en donderdag is er van 18.00 tot 21.00 uur *PlayZone* waarbij gamers 'tips & tricks' uitwisselen of een krachtmeting aangaan op de PS3. Op dinsdag is er ook van 18.30 tot 20.00 uur *hiphop/breakdance* waarbij jongeren hun dansskills kunnen ontwikkelen. Ook is er van 18.30 tot 20.30 uur muziek *opname/producer* waarbij je in een echte studio met hulp van een producer je eigen 'beats' kan opnemen. Op woensdag is er van 17.30 tot 19.00 uur *capoeira*. Dit is een mix van muziek, theater, filosofie, zang, acrobatie, ritme, dans, aanval en verdedigingstechnieken. Het spel is een

uitwisseling van aanval en verdedigingstechnieken op het ritme van de muziek, waarbij de verdedigende technieken vaak uit laag gebukte en ook sprong ontvijkende bewegingen bestaan. Op donderdag is er van 19.00 tot 21.00 uur *Stretdance masterclass* en speciaal voor meiden van 18.00 tot 19.00 uur (jonger dan 15 jaar) en van 19.00 tot 20.00 uur (15+) *ladiesjam / vocal-training*. Hier kun je onder professionele begeleiding je zangtalent ontwikkelen. Elke eerste vrijdag van de maand is er *Cinemaniamia* met de nieuwste topfilms. Om de twee maanden is er op de laatste vrijdag van de maand van 18.00 tot 22.00 uur *Tienerdisco* (tot 16 jaar).

Volwassenen

IN BuurtHuis Holendrecht is er iedere week Buurtgenoten voor volwassenen. Mensen uit de buurt kunnen langskomen voor een kop thee of koffie. Er wordt een taart gebakken, gehaakt, gebreid of iets anders creatiefs gedaan. Er kan een kaartje gelegd worden of een buurtwandeling gemaakt worden. Ook worden er eenmalige workshops aangeboden, bijvoorbeeld over basis make-up of gezonde voeding. Alles wordt in samenspraak met de groep gedaan. Wel is Buurtgenoten Holendrecht nog op zoek naar gastvrouwen en gastheren. Buurtgenoten is op maandag en donderdag van 13.00 tot 16.00 uur.

Ouders met (jonge) kinderen

IEDERE maandag van 9.30 tot 12.00 uur en iedere woensdag van 10.00 tot 12.00 uur is er opvoedspreekuur in BuurtHuis Holendrecht voor ouders die wel eens willen praten over opvoeden of tips wil krijgen om de opvoeding van hun kind makkelijker en prettiger te maken. Op de eerste en de derde woensdag van de maand heeft Swazoom van 10.30 tot 12.30 uur ook een opvoedspreekuur op afspraak in gezondheidscentrum Holendrecht op Millingenhof 158. U kunt zich voor bovenstaande activiteiten aanmelden bij-, of verdere informatie hierover vragen aan Pooja Makhija, pedagogisch adviseur van Swazoom 06-2394 4499. Op dinsdag van 10.30 tot 13.00 uur en woensdag en donderdag van 13.30 tot 16.00 uur is *Speel-o-theek Speel 's Goed!* geopend. Dit is een plek waar ouders en kinderen van 0 tot 12 jaar speelgoed kunnen lenen, waar kinderen kunnen samenspelen en waar ouders advies kunnen krijgen over spel en speelgoed. U kunt hiervoor terecht bij Miranda Tiel 06-2394 4489. Op woensdag is er van 10.00 tot 11.30 uur ook een *Spel-ochtend* waar ouders met kinderen van 0 tot 4 met andere ouders ervaringen uit kunnen wisselen, terwijl hun kind met andere kinderen kan spelen. Daarnaast is er informatie en advies over opvoedingsvragen. Voor de allerlaatste gegevens en verdere informatie kijk op www.swazoom.nl