

## ACTIVITEITEN EN CURSUSSEN HET COUVÉEHUIS



Het Couvéehuis  
Frankenslag 139  
2582 HJ Den Haag  
070 – 350 06 94  
balie.hch@welzijnscheveningen.nl  
www.welzijnscheveningen.nl

### Kaartverkoop Diner Couvée

Er zijn nu kaartjes te koop voor:

- Donderdag 7 febr. en 14 febr.
- Vrijdag 8 febr. en 15 febr.
- Zaterdag 16 febr. en 2 mrt.
- Zondag 10 febr. en 10 mrt.

| <b>Maandag</b>  | <b>Tijd</b>   | <b>Docent/begeleider</b> | <b>Prijs</b>   |              |
|---|---------------|--------------------------|--|--------------|
| Engelse grammatica les – niveau 1                           | 9.00 – 10.00  | Linda Bennett            | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Nederlands – niveau 2                                       | 9.15 – 10.15  | Hermine Swarte           | € 2,00   | Per les      |
| Nederlands – niveau 3                                       | 9.15 – 10.15  | Will Nanne               | € 2,00   | Per les      |
| Tekenatelier  | 9.30 – 13.00  | Els Thijsse              | € 64,00  | Per 8 lessen |
| Naailes   | 9.30 – 11.30  | Marry Zonneveld          | € 60,00  | Per 8 lessen |
| Engelse conversatie groep 1                                 | 10.00 – 11.00 | Linda Bennett            | € 24,00  | Per 8 lessen |
| De Ontmoeting   | 10.30 – 14.00 | De ouderenadviseur       | Op afspraak: 070 – 416 20 20                                   |              |
| Nederlands – niveau 1                                       | 10.30 – 11.30 | Hermine Swarte           | € 2,00   | Per les      |
| Engelse conversatie groep 2                                 | 10.30 – 12.00 | Ewa Szemraj              | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Engelse conversatie groep 3                                 | 11.00 – 12.00 | Linda Bennett            | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Bridge  | 13.00 – 16.00 | Greet Mensinga           | € 4,00   | Per maand    |
| Mantrakoor – Zingen met hart en ziel (groep 1)              | 13.30 – 15.00 | Marion Kuipéri           | € 35,00  | Per 8 lessen |
| Talentplus jobfinding hoger opgeleiden                      | 13.30 – 16.30 | Hans Kleinrensink        | Info: <a href="http://www.talentplus.nl">www.talentplus.nl</a> |              |
| Teken- en schilderles                                       | 13.30 – 15.30 | Sandra Thie              | € 50,00  | Per 8 lessen |
| Portugees – niveau 1 – groep 1                              | 14.00 – 15.00 | Rosi Bertoni             | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Portugees – niveau 1 – groep 2                              | 15.00 – 16.00 | Rosi Bertoni             | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Mantrakoor – Zingen met hart en ziel (groep 2)              | 15.45 – 17.15 | Marion Kuipéri           | € 35,00  | Per 8 lessen |
| Russische les – niveau 1                                    | 16.30 – 17.30 | Irina Gomzina            | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Tekenles in het Russisch                                    | 17.30 – 19.30 | Gregory Kohelet          | Info: 06 – 47 010 019  |              |
| Russische les – niveau 2                                    | 17.30 – 18.30 | Irina Gomzina            | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Naailes   | 18.00 – 20.00 | Marry Zonneveld          | € 50,00  | Per 8 lessen |
| Tai Chi – niveau 2  | 18.00 – 19.00 | Dick Plug                | € 28,00  | Per 8 lessen |
| Tai Chi – niveau 4  | 19.00 – 20.30 | Dick Plug                | € 42,00  | Per 8 lessen |
| Mahjong – op de even weken                                  | 19.30 – 22.00 | Joyce Goddijn            | € 7,50   | Per kwartaal |
| Koor “Haagse Herrie”  | 20.00 – 21.30 | Annick van Gennip        | Info: 06 – 46 084 309  |              |
| Franse les – niveau 2                                       | 20.00 – 21.30 | Danielle Kurent          | € 30,00  | Per 8 lessen |
| Naailes   | 20.00 – 22.00 | Marry Zonneveld          | € 60,00  | Per 8 lessen |
| <b>Dinsdag</b>  | <b>Tijd</b>   | <b>Docent/begeleider</b> | <b>Prijs</b>   |              |
| Boetseren   | 9.00 – 12.30  | Maarten van der Hout     | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Welkom buitenlandse vrouwen                                 | 9.15 – 11.45  | Hermine Swarte           | Gratis   |              |
| Spaanse les – niveau 4                                      | 9.30 – 10.30  | Maria Freyre             | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Franse les – niveau 4                                       | 9.30 – 10.30  | Remco Lodeweges          | € 30,00  | Per 8 lessen |
| Teken- en schilderles                                       | 9.30 – 12.00  | Sandra Thie              | Info: 06 – 51 49 51 02   |              |
| Lezing vaderlandse gesch. 1 <sup>e</sup> dinsdag v.d. maand | 9.45 – 11.45  | Janny Jonkman            | € 1,50   | Per keer     |
| Spaanse les – niveau 1                                      | 10.45 – 11.45 | Maria Freyre             | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Franse conversatie  | 11.00 – 12.00 | Remco Lodeweges          | € 30,00  | Per 8 lessen |
| Spaanse les – niveau 3                                      | 11.50 – 12.50 | Maria Freyre             | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Lunch - 1 <sup>e</sup> dinsdag v.d. maand                   | 12.00 – 13.00 | Ank/Lyda/Adrie           | € 3,50   | Per keer     |
| Spaanse les – niveau 2                                      | 13.00 – 14.00 | Maria Freyre             | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Tekenatelier  | 12.30 – 15.00 | Els Thijsse              | € 45,00  | Per 8 lessen |
| Bridge  | 12.45 – 16.00 | Giok Tie-So              | € 4,00   | Per maand    |
| Tai Chi – niveau 3  | 17.30 – 18.30 | Dick Plug                | € 28,00  | Per 8 lessen |
| Naailes   | 19.00 – 21.00 | Marry Zonneveld          | € 60,00  | Per 8 lessen |
| Nohbem – Portugese Filosofische studiegroep                 | 19.15 – 21.30 | Christiane de Freitas    | € 10,00  | Per kwartaal |
| Yoga  | 19.30 – 20.30 | Ine Stomps               | € 28,00  | Per 8 lessen |
| Italiaanse les – niveau 1..... <b>NIEUW</b>                 | 18.15 – 19.15 | Francesca Rozzi          | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Italiaanse les – niveau 1                                   | 19.30 – 20.30 | Francesca Rozzi          | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Franse les – niveau 1                                       | 20.00 – 21.00 | Danielle Kurent          | € 24,00  | Per 8 lessen |
| Yoga  | 20.45 – 21.45 | Ine Stomps               | € 28,00  | Per 8 lessen |
| <b>Woensdag</b>   | <b>Tijd</b>   | <b>Docent/begeleider</b> | <b>Prijs</b>   |              |
| Naailes   | 9.30 – 11.30  | Marry Zonneveld          | € 60,00  | Per 8 lessen |
| Franse les - niveau 4 – cultuur en literatuur               | 9.30 – 10.30  | Veronique Jullian        | € 30,00  | Per 8 lessen |
| Gespreksgroep Mantelzorgers – 2 <sup>e</sup> woensdag       | 10.00 – 11.45 | Janneke Ariaans          | Gratis   | Open inloop  |
| Statenkoor  | 10.30 – 11.30 | Albertine van Kesteren   | € 3,50   | Per maand    |
| Spaans (volksuniversiteit)                                  | 10.30 – 12.00 | Claudia Garcia Capacho   | Info: 070 – 328 0341   |              |
| Stoelyoga   | 10.00 – 11.00 | Yvonne van Helvoirt      | € 28,00  | Per 8 lessen |
| Franse les – niveau 2                                       | 10.45 – 11.45 | Remco Lodeweges          | € 30,00  | Per 8 lessen |
| Franse les – niveau 1                                       | 12.00 – 13.00 | Remco Lodeweges          | € 30,00  | Per 8 lessen |

|   |               |                          |              |                                 |
|---|---------------|--------------------------|--------------|---------------------------------|
| Poffertjes eten   | 12.00 – 13.00 | Frits Scheelings         | € 0,75       | Per portie (8 stuks)            |
| Duitse les – niveau 2   | 11.45 – 12.45 | Barbara Eidmann          | € 24,00      | Per 8 lessen                    |
| Duitse les – niveau 4   | 13.00 – 14.00 | Barbara Eidmann          | € 24,00      | Per 8 lessen                    |
| Boetseren   | 12.00 – 15.30 | Willy de Groot           | € 24,00      | Per 8 lessen                    |
| CA-Holland  | 12.00 – 13.15 |                          |              | Hulplijn: 06 – 14 62 35 75      |
| Bridge  | 12.30 – 15.30 | Corrie van Veen          | € 40,00      | Per jaar                        |
| Franse conversatie  | 13.00 – 14.30 | Danielle Kurent          | € 30,00      | Per 8 lessen                    |
| Leesclub – laatste woensdag van de maand                                      | 14.00 – 16.00 | Helen Land               |              | info@de-vrijplaats.nl           |
| Filosofieles  | 14.30 – 16.30 | Tom Dommisse             |              | Info: 06 – 51 891 764           |
| Alzheimer Café - 1 <sup>e</sup> woensdag v.d. maand                           | 19.00 – 21.30 | Janneke Ariaans          | Gratis       | Open inloop                     |
| Teken- en schilderles   | 19.00 – 21.00 | Kunstenaar Jos           | € 50,00      | Per 8 lessen                    |
| CA-Holland  | 19.00 – 20.00 |                          |              | Hulplijn: 06 – 14 62 35 75      |
| Nederlandse conversatie voor Portugees- / Spaans- / Italiaanstaligen          | 19.30 – 21.00 | Rolf Korff de Gidts      | € 2,00       | Per les                         |
| Mindfulness voor beginners  | 19.30 – 21.30 | Robert Bronnewasser      | € 60,00      | Per 8 lessen                    |
| Boetseren   | 19.30 – 22.00 | Nel Taal                 | € 24,00      | Per 8 lessen                    |
| ACA Praatgroep Volwassen kinderen van Alcoholisten en disfunctionele families | 20.15 – 21.15 |                          |              | Info: ACAscheveningen@gmail.com |
| <b>Donderdag</b>  | <b>Tijd</b>   | <b>Docent/begeleider</b> | <b>Prijs</b> |                                 |
| Nederlands – niveau 1   | 9.15 – 10.15  | José Correa Inacio       | € 2,00       | Per les                         |
| Bridge  | 9.30 – 12.30  | Marika v.Nieuwenhuyzen   | € 40,00      | Per jaar                        |
| Volksdansen 55+   | 9.45 – 10.45  | Kees Bras                | € 24,00      | Per 8 lessen                    |
| Vilten  | 10.00 – 12.30 | Willemijn Swarte         | € 20,00      | Per 4 lessen                    |
| Ouder- en kindgroep   | 10.00 – 12.00 | Lida van Ruijven         | € 1,50       | Per keer                        |
| Schaken   | 10.30 – 13.00 | Henk Wardenaar           | Gratis       | Per maand                       |
| Bridgeles niveau 3  | 13.00 – 15.30 | Andrea Dickhoff          | € 52,00      | Per 8 lessen                    |
| Nederlands – niveau 3   | 13.00 – 14.00 | Menno Horning            | € 2,00       | Per les                         |
| Voetjes van de Vloer - Seniorengym 65+  | 13.30 – 14.45 | Dick Plug                | € 24,00      | Per 8 lessen                    |
| Mindfulness A.C.T.  | 11.00 – 13.00 | Robert Bronnewasser      | € 60,00      | Per 8 lessen                    |
| Tai Chi – niveau 5  | 14.30 – 16.30 | Rick Verbaan             | € 62,50      | Per 8 lessen                    |
| Diner Coupée – 3 gangen warme maaltijd  | 17.00 – 19.00 | Nita en haar team        | € 5,00       | 3-gangenmaaltijd                |
| Spaans – niveau 2   | 19.00 – 20.00 | Maritza Urritia          | € 24,00      | Per 8 lessen                    |
| Yoga  | 19.00 – 20.00 | Jan-Willem Hilbrands     | € 28,00      | Per 8 lessen                    |
| Yoga met meditatie  | 20.15 – 21.45 | Jan-Willem Hilbrands     | € 36,00      | Per 8 lessen                    |
| Fotoclub - op de even weken   | 19.30 – 22.00 | Leo en Brord             | € 30,00      | Per jaar                        |
| AA-praatgroep   | 20.00 – 21.15 |                          |              | Hulplijn: 06 – 13 83 34 36      |
| Franse conversatie  | 20.00 – 21.45 | Danielle Kurent          | € 30,00      | Per 8 lessen                    |
| Spaans – niveau 1   | 20.15 – 21.15 | Maritza Urritia          | € 24,00      | Per 8 lessen                    |
| <b>Vrijdag</b>  | <b>Tijd</b>   | <b>Docent/begeleider</b> | <b>Prijs</b> |                                 |
| Boekenleesclub – laatste vrijdag v.d. maand                                   | 9.30 – 11.30  | Hannah Smeets            | Gratis       | Open inloop                     |
| Engels – niveau 1   | 9.30 – 10.30  | Rosi Bertoni             | € 24,00      | Per 8 lessen                    |
| Engels – conversatie groep 4  | 9.30 – 10.30  | Linda Bennett            | € 24,00      | Per 8 lessen                    |
| Mahjong – op de oneven weken  | 9.45 – 12.30  | Joyce Goddijn            | € 7,50       | Per kwartaal                    |
| Yoga  | 10.00 – 11.15 | Johan Hoft               | € 32,00      | Per 8 lessen                    |
| Teken- en schilderles   | 10.00 – 12.00 | Kunstenaar Jos           | € 90,00      | Per 16 lessen                   |
| Bridgeles – niveau 4  | 10.00 – 12.30 | Selma van Geldere        | € 52,00      | Per 8 lessen                    |
| Country on Line 55+   | 10.00 – 11.15 | Kees Bras                | € 24,00      | Per 8 lessen                    |
| Engels – niveau 2   | 10.30 – 11.30 | Rosi Bertoni             | € 24,00      | Per 8 lessen                    |
| Engelse grammatica les – niveau 1   | 10.45 – 11.45 | Linda Bennett            | € 24,00      | Per 8 lessen                    |
| Portugees – niveau 3  | 11.30 – 13.00 | Rosi Bertoni             | € 36,00      | Per 8 lessen                    |
| Yoga  | 11.30 – 12.45 | Jan Willem Hilbrands     | € 32,00      | Per 8 lessen                    |
| Tafeltennis   | 13.15 – 16.00 | Albertine van Kesteren   | € 8,00       | Per 8 lessen                    |
| Bridgeles niveau 2  | 13.00 – 15.30 | Andrea Dickhoff          | € 52,00      | Per 8 lessen                    |
| Cursus stofferen – 8 lessen   | 14.00 – 15.30 | Radjen Dwarka            | € 50,00      | Per cursus                      |
| Franse les – niveau 1   | 14.00 – 15.30 | Danielle Kurent          | € 30,00      | Per 8 lessen                    |
| Sloveense les – jonge kinderen  | 16.00 – 17.00 | Neja Morato Stucin       |              | Info: 06 – 20 29 26 35          |
| Sloveense les – oudere kinderen   | 17.15 – 18.30 | Neja Morato Stucin       |              | Info: 06 – 20 29 26 35          |
| Sloveense les – volwassenen   | 18.30 – 20.00 | Neja Morato Stucin       |              | Info: 06 – 20 29 26 35          |
| Tekenen en schilderen 12 – 18 jaar  | 16.30 – 18.30 | Els Thijsse              | € 35,00      | Per 8 lessen                    |
| Diner Coupée – 3 gangen warme maaltijd  | 17.00 – 19.00 | Harry's kookteam         | € 6,50       | 3-gangenmaaltijd                |

| Zaterdag  | Tijd          | Docent/begeleider      | Prijs/info |                                    |
|---|---------------|------------------------|------------|------------------------------------|
| Portugees voor Braziliaanse kinderen ***                            | 13.00 – 15.00 | Rosi Bertoni           | Info:      | 06 – 46 091 579                    |
| Diner Couvée – 1 <sup>e</sup> en 3 <sup>e</sup> zaterdag v.d. maand | 17.00 – 19.00 | Wim Romijns kookteam   | € 6,50     | 3-gangenmaaltijd                   |
| Kookclub Statenkwartier – 2 <sup>e</sup> zaterdag v.d. maand        | 10.00 – 12.00 | Mark de Kroon          |            | Info: 06 – 54 303 083              |
| Luxe maaltijd Maison de Kú Kú                                       | 18.00 – 21.30 | Mariëtte Bauer         |            | Info: 06 – 14 408 727              |
| Zondag  | Tijd          | Docent/begeleider      | Prijs/info |                                    |
| Theorielessen rijbewijs – in het Engels                             | 9.00 – 16.00  | Bastiaan Westdijk      | Info:      | 020 – 48 90 801                    |
| CA-Holland  | 11.00 – 12.30 |                        |            | Hulplijn: 06 – 14 62 35 75         |
| Weekenduitstapje laatste zondag van de maand                        | Hele dag      | Ingrid of Lucia        | € 30,00    | Inclusief reis/eten/entree         |
| Diner Couvée – 2e zondag van de maand                               | 12.30 – 15.00 | Giok Tie-So            | € 6,50     | Per keer                           |
| Onze huurders   | Op afspraak   | Docent/begeleider      | Prijs/info |                                    |
| Pedicure Norma Paredes op maandag                                   | 070-          | Norma Paredes          | € 27,00    | Ooievaarspas € 10,00               |
| Pedicure Juliana op dinsdag   | Op afspraak   | Juliana Eleveld-Larico | € 27,00    | Ooievaarspas € 10,00               |
| Mediation (ma. t/m vrijdag)   | Op afspraak   | Saskia Heinen          | Info:      | heinen@beeldspraakmediation.eu     |
| Fietsles (ma. t/m vrijdag)  | Op afspraak   | Hermine Swarte         | € 2,00     | Tel. 070 – 364 38 98               |
| Stoppen met roken door hypnose (ma. t/m vrijdag)                    | Op afspraak   | Diederik Wawoe         | Info:      | hypnosescheveningen@gmail.com      |
| Pianoles (dins-dond-en vrijdag)                                     | Op afspraak   | Maria Esteves          | Info:      | piano.maria@hotmail.com/0636589722 |
| Pianoles (woensdag)   | Op afspraak   | Avinoam Shalev         | Info:      | 06 – 12 424 393                    |
| Hypnotherapie en healing  | Op afspraak   | Vinod Bhagwandin       | Info:      | 06 – 48 981 375                    |
| Taalles: Engels door native speaker (woensdag)                      | Op afspraak   | Linda Bennett          | Info:..... | 06 – 13 3441 93                    |
| Taalles: Engels-Spaans-Hongaars-NL (vrijdag)                        | Op afspraak   | Conny van Sluijs       | Info:      | 06 – 18 777 545                    |

- Voor cursussen met drie sterretjes geldt: start bij voldoende deelnemers.
- Prijzen en tijden onder voorbehoud van wijzigingen.
- Waar geen prijs maar een telefoonnummer staat, zijn huurders en geen eigen activiteiten.
- Op vertoon van uw geldige ooievaarspas krijgt u bij een aantal cursussen of activiteiten korting.
- Doet u vrijwilligerswerk bij Welzijn Scheveningen dan krijgt u bij een aantal cursussen of activiteiten korting.
- Voor onze maaltijdprojecten van Diner Couvée geldt dat u zich uiterlijk 2 dagen van te voren dient op te geven.

| Diensten Couvéehuis   | Dag                     | Tijd          | Prijs   |             |
|---|-------------------------|---------------|---------|-------------|
| Boekenuitleen   | Ma. t/m vrijdag         | 9.00 – 17.00  | € 0,20  | Per boek    |
| Kledingklussendienst  | Maandag                 | 10.00 – 12.00 | divers  | Open inloop |
| Pedicure – Norma  | Maandag                 | 9.00 – 17.00  | € 26,00 | Op afspraak |
| Pedicure – Juliana  | Dinsdag                 | 9.00 – 17.00  | € 26,00 | Op afspraak |
| Mee met de Riksja, meer info zie brochure bij de balie "Fietsen alle jaren" |                         |               | gratis  | Op afspraak |
| Spreekuur wijkagent   | 3 <sup>e</sup> dinsdag  | 19.30 – 20.00 | gratis  | Open inloop |
| Spreekuur Vrijwilligerspunt Scheveningen                                    | Dinsdag                 | 11.00 – 12.00 | n.v.t.  | Open inloop |
| Spreekuur computervragen –problemen   | 3 <sup>e</sup> maandag  | 16.00 – 17.30 | gratis  | Open inloop |
| Gespreksgroep mantelzorgers dementie  | 2 <sup>e</sup> woensdag | 10.00 – 11.45 | gratis  | Open inloop |
| Trombosediens   | Woensdag                | 9.00 – 10.00  | n.v.t.  | Open inloop |

Onderstaand een overzicht van een tweetal activiteiten die plaatsvinden in Groot Hertoginneduin, Voltastraat 107. U kunt vrijblijvend langsgaan voor een proefles.

| Activiteit                    | Dag       | Tijd          | Prijs   |           |
|-------------------------------|-----------|---------------|---------|-----------|
| Kom in beweging (seniorengym) | maandag   | 12.30 – 13.30 | € 8,00  | Per maand |
| Tai Chi (65+)                 | donderdag | 11.00 – 12.00 | € 10,00 | Per maand |



**Vrijwilligerswerk:** Mocht u geïnteresseerd zijn in vrijwilligerswerk in het Couvéehuis dan kunt u contact met ons opnemen.

**Buurtinitiatieven:** Voor buurtbewoners stellen wij onze ruimtes gratis of voor een gering bedrag beschikbaar om zelf éénmalige of doorlopende activiteiten op te zetten of cursussen te organiseren. Ook kunnen wij u ondersteunen bij het aanvragen van subsidies hiervoor. Voor meer informatie hierover kunt u contact opnemen met de locatiemanager, Marja Verhoeve. [marja.verhoeve@welzijnscheveningen.nl](mailto:marja.verhoeve@welzijnscheveningen.nl).