

Welkom bij Naut!

In dit boekje vind je alle activiteiten die wij in Maassluis organiseren. Spreekt een of meer van deze activiteiten je aan? Loop dan gewoon even bij ons binnen. Wil je liever eerst nog wat informatie? Neem dan contact op met een van onze medewerkers.

Bij onze ontmoetingscentra De Vloot, Oud Sluys en De Hooftzaak gaan de deuren elke doordeweekse dag om 09.00 uur open. Je bent welkom voor verschillende activiteiten. Er is voor iedereen wel wat passends te doen!

Natuurlijk kun je ook gewoon even bijkletsen onder het genot van een kopje koffie of thee. Om 16.30 uur sluiten wij de deuren van De Hooftzaak. Oud Sluys en De Vloot zijn open tot 17.00 uur.

Onze enthousiaste en altijd vriendelijke gastvrouwen en -heren zijn er om je op je gemak te laten voelen en alles in goede banen te leiden.

#### Kantoor Naut

Zuidvliet 111a  
3141 AP Maassluis

#### Postadres

Postbus 65  
3140 AB Maassluis

**Naut** is er voor jouw sociale, lichamelijke en mentale welzijn en gezondheid.

#### Activiteitenlocaties

- **Ontmoetingscentrum De Vloot**, Vloot 66 (Kapelpolder)
- **Ontmoetingscentrum Oud Sluys**, G.A. Brederolaan 37 (Sluispolder)
- **Ontmoetingscentrum De Hooftzaak**, P.C. Hooftlaan 11a (Sluispolder)

#### Contact

Voor vragen over de activiteiten in Oud Sluys kun je terecht bij Frits Lens (ouderenwerker): 06 12 92 03 44, 010 591 50 00 of [f.lens@welkombijnaut.nl](mailto:f.lens@welkombijnaut.nl).

Wil je meer weten over de activiteiten in De Vloot, dan kun je contact opnemen met Michella Harte (Vlootcoach/community builder): 06 51 18 43 69, 010 591 11 44 of [m.harte@welkombijnaut.nl](mailto:m.harte@welkombijnaut.nl). Of met Jolanda den Otter op 06 22 41 59 94 of [j.denotter@welkombijnaut.nl](mailto:j.denotter@welkombijnaut.nl).

Voor De Hooftzaak bel je naar 010 4 608 981 of je belt naar David Snoeck op 06 57 72 62 81. Mailen kan ook: [d.snoeck@welkombijnaut.nl](mailto:d.snoeck@welkombijnaut.nl).

[welkombijnaut.nl](http://welkombijnaut.nl)

#### 't Winkeltje in De Hooftzaak

In het atelier en de houtwerkplaats van De Hooftzaak maken deelnemers de mooiste dingen, zoals schalen, insectenhôtels en schilderijen. Die kun je kopen in 't Winkeltje. Zoek je iets leuks voor thuis of als cadeau? Loop dan even binnen bij De Hooftzaak. Met het geld dat we verdienen, kopen we materialen voor de houtwerkplaats en het atelier. Zo kunnen we mooie dingen blijven maken!

't Winkeltje is geopend van maandag tot en met vrijdag tussen 09.00 en 16.00 uur.



## Activiteiten overzicht

# Maassluis

april – juli 2026

Wanneer	Activiteit	Kosten	Locatie
<b>Maandag</b>			
09:00 - 10:00	Fit door bewegen	Meer informatie op locatie	De Vloot
09:30 - 12:30	Houtbewerking	Materiaal	De Hoofzaak
10:00 - 10:45	Stoelgym	€4,60 p.mnd	De Vloot
10:00 - 11:30	Koersbal	€4,60 p.mnd	Oud Sluys
10:00 - 12:00	Wandelen	€2,50 (vervoer)	De Hoofzaak
10:00 - 16:00	Vrij biljarten	€0,50 per keer	Oud Sluys
10:30 - 11:30	Koffietijd	Gratis	De Hoofzaak
11:00 - 12:00	Vrolijke Nootjes	Gratis	De Hoofzaak
12:00 - 13:00	Lunch	Zie menu	De Hoofzaak
12:00 - 13:00	Eettafel*	€9,90 per keer	De Vloot
13:00 - 15:00	Koffiecontactclub	€4,60 p.mnd	De Vloot
13.30 - 14.30	De Beweegtuin	€17,50 p.mnd	De Vloot
13:00 - 16:00	Keramiek/atelier	Materiaal	De Hoofzaak
13:00 - 14.30	Meten is weten (Argos)	Meer informatie op locatie	Oud Sluys
13:30 - 14:30	Spreekuur verpleegkundige Argos Zorggroep	Info: 06 108 944 39	Oud Sluys
13:30 - 15:30	Bridge voor beginners	€4,60 p.mnd	Oud Sluys
14:00 - 15:00	Kracht en grenzen	Gratis	De Hoofzaak
19:00 - 23:00	Bridgeclub	€4,60 p.mnd Meer info 06 23 26 81 09	Oud Sluys
19:00 - 23:00	Driebanden competitie	€4,60 p.mnd	De Vloot
1e ma. v/d maand 19:30 - 22:00	Bingo	€5,00 per kaart	De Vloot
<b>Dinsdag</b>			
09:00 - 10:00	Yoga	€17,50 p.mnd	De Vloot
09:00 - 16.30	Pedicure	Meer informatie: 06 34 00 51 44	Oud Sluys
09.30 - 10.15	Pilates	€17,50 p.mnd	Oud Sluys
09:30 - 12:30	Houtbewerking	Materiaal	De Hoofzaak
10.15 - 11.00	Pilates	€17,50 p.mnd	Oud Sluys
09:30 - 12:00	Dames biljarten	€4,60 p.mnd	De Vloot
10:00 - 11:30	Teken- en schilderclub	€4,60 p.mnd	De Vloot
10:00 - 12:00	Vrij biljarten	€0,50 per keer	Oud Sluys
10:00 - 12:00	Schilderen/tekenen	Materiaal	De Hoofzaak
10:30 - 11:30	Koffietijd	Gratis	De Hoofzaak
10:45 - 11:45	Yoga	€17,50 p.mnd	De Vloot
12:00 - 13:00	Eettafel*	€9,90 per keer	De Vloot
12:00 - 13:00	Lunch	Zie menu	De Hoofzaak
12:00 - 16:00	Biljartvereniging wedstrijd	Meer info bij de club	Oud Sluys
12:30 - 16:30	Biljarten	€4,60 p.mnd	De Vloot
13:00 - 14:00	Linedance	€17,50 p.mnd	De Vloot
13:30 - 16:00	Schilderclub	€4,60 p.mnd	Oud Sluys
14:00 - 16:00	Medisch inloopspreekuur Careyn	Gratis	De Vloot
14:30 - 16:00	Spelletjes	Gratis	De Hoofzaak
19:30 - 21:30 (t/m 30-4)	Linedance	€4,60 p.mnd	De Vloot
<b>Woensdag</b>			
08:00 - 09:30	Bloedbank Franciscus	op afspraak: 010 893 00 09	Oud Sluys
09:30 - 12:30	Keramiek/atelier	Materiaal	De Hoofzaak
09:45 - 11:45	Sjoelclub	€4,60 p.mnd	De Vloot
10:00 - 11:30 (even weken)	Breinfitt	Gratis	De Vloot
10:00 - 11:00	Koffieochtend	Op eigen kosten	Oud Sluys
10:00 - 16:00	Vrij biljarten	€0,50 per keer	Oud Sluys
12:00 - 13:00	Eettafel*	€9,90 per keer	De Vloot
12:00 - 13:00	Lunch	Zie menu	De Hoofzaak
12:00 - 13:00 (elke 3e woensdag v/d maand)	Pannenkoekenmiddag	€2,50/ €3,-	De Hoofzaak
12:30 - 16:30	Biljarten	€4,60 p.mnd	De Vloot
13:00 - 14:00	Creatief met tekst	Gratis	De Hoofzaak
13:00 - 16:00	Keramiek/atelier	Materiaal	De Hoofzaak
13:30 - 16:30	Klaverjassen	€4,60 p.mnd	De Vloot
14:00 - 15:00	Bellydance	Gratis	De Hoofzaak
14:00 - 16:00 (elke 2e & 4e v/d maand)	Repair cafe	Gratis	De Hoofzaak
14:30 - 15:30	Koffietijd	Gratis	De Hoofzaak
19:30 - 22:30	Stijldansen De Oude Vliet	€3,00 p.mnd	De Vloot
<b>Donderdag</b>			
09:00 - 13:00 (vanaf 7 mei)	Inloopspreekuur Straatarts		De Hoofzaak
09:00 - 16:30	Kapster	Op afspraak: 06 51 89 49 08	Oud Sluys
10:00 - 10:45	Fit in beweging	€17,50 p.mnd	Oud Sluys
10:00 - 10:45	Stoelgym	€4,60 p.mnd	De Vloot
10:00 - 16:00	Vrij biljarten	€0,50 per keer	Oud Sluys
10:00 - 14:00	Visiteclub	€9,90	De Hoofzaak
10:30 - 11:30	Koffietijd	Gratis	De Hoofzaak
11:00 - 12:00 (1e v/d maand)	Inloopspreekuur Leefstijloket	Gratis	De Hoofzaak
12:00 - 13:00	Lunch	Zie menu	De Hoofzaak
12:00 - 13:00	Eettafel*	€9,90 per keer	De Vloot
12:00 - 16:30	Bridgeclub	€4,60 p.mnd	De Vloot
12:30 - 16:30	Biljarten	€4,60 p.mnd	De Vloot
13:30 - 16:30	Marja's hobbyclubje 'Steekje Los' (BC Oud Sluys)	Gratis	Oud Sluys
13:45 - 15:45	Creacub	€4,60 p.mnd	De Vloot
14:00 - 16:00 (3e v/d maand)	Bingo	€5,00 per kaart	Oud Sluys
14:00 - 16:00	Spelletjes	Gratis	De Hoofzaak
19:00 - 23:00	Bridgeclub	€4,60 p.mnd - meer informatie: 06 23 26 81 09	Oud Sluys
19:30 - 21:30	Stijldansen	€4,60 p.mnd	De Vloot
<b>Vrijdag</b>			
09:00 - 10:00	Yoga	€17,50 p.mnd	De Vloot
09:00 - 16.30	Pedicure	Meer info: 06 34 00 51 44	Oud Sluys
09:30 - 11:30	Biljartclub	€4,60 p.mnd	Oud Sluys
09:45 - 11:45	Koersbal	€4,60 p.mnd	De Vloot
10:00 - 12:00	Schilderen & tekenen	Materiaal	De Hoofzaak
10:00 - 12:00 (elke 2e & 4e v/d maand)	Creatief met textiel	Materiaal	De Hoofzaak
13.30 - 16.00 (laatste v/d mnd)	Bloemschikken	€11,00	Oud Sluys
10:15 - 11:15	Yoga	€17,50 p.mnd	De Vloot
12:00 - 13:00	Eettafel*	€9,90 per keer	De Vloot
12:00 - 13:00	Vrijdaglunch 12-uurtje	Zie menu	De Hoofzaak
12:00 - 16:00	Vrij biljarten	€0,50 per keer	Oud Sluys
13:30 - 16:30	Spellenmiddag	Gratis	Oud Sluys
13:30 uur zaal open, 14:00 uur start (3e v/d maand)	Bingo	€5,00 per kaart	De Vloot
14:00 - 15:30	Spelletjes en muziek	Gratis	De Hoofzaak
14:30 - 15:30	Weekafsluiting met een kopje koffie	Gratis	De Hoofzaak