



**HUIS VAN
DE WIJK**

**HUIZEN VAN DE WIJK
IN PRINS ALEXANDER**

PROGRAMMERING AUGUSTUS-DECEMBER 2019

Welkom in uw Huis van de Wijk

Een centrale ontmoetingsplek waar bewoners, buren, groepen, sociaal ondernemers en wijkorganisaties diensten en activiteiten aanbieden voor buurtbewoners en waar u welkom bent om daaraan deel te nemen.

De sociaal beheerder in het Huis van de Wijk zorgt ervoor dat iedereen zich er thuis voelt. Heeft u zelf een leuk idee? Hij of zij helpt u graag verder om dit uit te werken. Zo ontstaat een gevarieerd activiteitenprogramma voor jong en oud.

In deze uitgave vindt u de actuele programmering in de Huizen van de Wijken Prins Alexander. In schoolvakanties kan er een afwijkend programma zijn. Wijzigingen in het programma zijn voorbehouden. Wijzigingen worden zelfs verwacht, want u heeft vast een heleboel goede ideeën over wat er in uw Huis van de Wijk kan plaatsvinden. U bent in ieder geval van harte welkom, als deelnemer en/of organisator van uw eigen idee.

Dit overzicht is uitgegeven door Buurtwerk, de welzijnsorganisatie in Prins Alexander. Voor meer informatie en/of aanvullingen kunt u contact opnemen met de sociaal beheerder van het Huis van de Wijk.

De telefoonnummers vindt u in deze uitgave. Voor algemene informatie kunt u contact opnemen met info@buurtwerk.nl of via 010 - 455 37 99.



KRALINGSEVEER

Rendierhof

Rendierstraat 3 • 3064 AX Rotterdam • 06 - 12 72 49 29

| | Activiteit | Tijd | Kosten | Afwijkende frequentie* | Afwijkende locatie |
|----------------------|---|---------------|---|------------------------|--------------------|
| maandag | De Buurtwinkel | 13.00 - 17.30 | n.v.t. | | Lamastraat 39 |
| | Kaarten klaverjassen/jokeren | 13.30 - 16.00 | € 1,70 | | |
| | Hatha Yoga (beginners) | 18.30 - 19.30 | € 5,00 | | |
| | Kaarten maken | 19.00 - 21.30 | € 4,75 | | |
| | Biljarten | 20.00 - 22.00 | € 1,50 | | |
| dinsdag | Wat de boer niet kent, dat vreet hij niet | 12.30 - 14.00 | € 5,00 | maandelijks 1e week | |
| | Veilig bewegen | 14.30 - 16.00 | Jasper Bier 010-2881128 / Jasper@fsfysio.nl | 9 x start 17-09-19 | |
| | EHBO Vereniging Kralingseveer | 19.30 - 22.00 | tel. 06-40195799 | | |
| woensdag | Amateurfotografen club de Maasstad | 20.00 - 23.00 | tel. 06-41850801 | | |
| | Kinder tentoonstelling Amatze Kunst | 10.00 - 13.00 | info@amatzekunst.nl | 6-11-2019 | |
| | Koffieochtend | 10.00 - 11.00 | gratis | | |
| | Biljarten | 13.30 - 16.00 | biljart klok | | |
| | Sjoelen voor 55+ | 13.30 - 16.00 | € 1,70 | | |
| | Speelzoo | 14.30 - 16.00 | gratis | maandelijks 3e week | |
| | Spellenavond | 18.30 - 23.00 | gratis | | |
| donderdag | Kerstviering 55+ | 10.00 - 16.00 | € 2,50 | 19-12-2019 | |
| | Kinder tentoonstelling Amatze Kunst | 10.00 - 16.00 | info@amatzekunst.nl | | |
| | Bingo Kralingseveer | 13.30 - 16.00 | € 6,00 | maandelijks 2e week | |
| | Sinterklaasbingo 55+ | 13.30 - 16.00 | | 28-11-2019 | |
| | Russische les | 15.30 - 17.00 | tel. 06-18818419 | | |
| Eetcafé "Eet je mee" | 17.00 - 19.00 | € 5,50 | maandelijks laatste week | | |

* Alle activiteiten zijn wekelijks tenzij anders aangegeven.



KRALINGSEVEER

Rendierhof

Rendierstraat 3 • 3064 AX Rotterdam • 06 - 12 72 49 29

| | | | | | |
|----------|---------------------------------------|-----------------|--|---------------------|--|
| | Geocaching Stammisch Rotterdam | 19.30 - 21.00 | gratis / info volgt via FB Kralingseveer | | |
| | Najaarsworkshop | 19.30 - 22.00 | info volgt | 17-10-2019 | |
| | Kerstworkshop | 19.30 - 22.00 | info volgt | 12-12-2019 | |
| vrijdag | Russische les | 15.30 - 17.30 | tel. 06-18818419 | | |
| | Pleinsport voor kinderen | 16.30 - 18.00 | robert.gardenier@buurtwerk.nl | | |
| | Taalles Nederlands groep | tijd in overleg | € 20,00 (sept t/m dec) | | |
| | Taalles Nederlands individueel | tijd in overleg | € 40,00 (sept t/m dec) | | |
| | Halloween | 19.00 - 21.30 | gratis | 25-10-2019 | |
| | Biljartvereniging 'de Holle Keu' | 19.30 - 23.30 | www.dehollekeu.nl | | |
| zaterdag | Stekjes ruil middag | 13.00 - 15.00 | gratis | 7-9-2019 | |
| | Toneel vereniging Rotterdam bij Nacht | 20.00 - 23.00 | rotterdambijnacht@gmail.com | maandelijks 3e week | |
| zondag | Geocaching event | 13.00 - 17.00 | gratis | 8-9-2019 | |



HET LAGE LAND

Remmet van Milplaats 15 • 3067 AN Rotterdam • 010 - 455 37 99

| | Activiteit | Tijd | Kosten | Afwijkende frequentie* | Afwijkende locatie |
|---------------|---|---------------|--|-------------------------|--------------------------|
| in overleg | Fietslessen Het Lage Land | 09.00 - 11.00 | € 25,00 (10x) Tom Boxman tel. 06 3829 0593 | | Het Palet |
| | Jeu de Boules | in overleg | gratis / Ronald de Koning tel. 06 5113 7742 | | buiten bij De Burcht |
| ma. t/m vrij. | Diverse gratis open lessen tijdens Week van de Mantelzorg | | gratis; info bij de balie | | |
| | Wijkbedrijf (ondernemers, werkzoekenden en ruimteverhuur) | op afspraak | Tom Boxman tel. 06 3829 0593 | | |
| | Kineka (Stoel)massage (heerlijk!) | op afspraak | Karine Paceyka tel. 06 2943 4795 | | |
| | Fietswerkplaats | op afspraak | Tom Boxman tel. 06 3829 0593 | | |
| | Spreekuur Vraagwijzer | 09.00 - 15.00 | gratis | | Pr. Alexanderplein 21 |
| | Inloopcafé | 10.00 - 13.00 | gratis, koffie/thee € 0,50 | | Het Palet |
| ma. t/m do. | Stiltecentrum | 10.00 - 11.30 | gratis | | Caeciliakerk |
| maandag | Vruchten van het leven - kunstzinnige groepstherapie voor mensen met een trauma | 10.00-12.00 | Yvonne Pechier tel. 06 1831 7810 | | |
| | Pianoles va. 6 jaar + volw. | in overleg | Armand Dusault tel. 06 1428 0631 | | |
| | Taalles Nederlandse taal groepsles | 09.00 - 12.00 | € 20,00 (20X) Anneke Zwart tel. 06 2392 3960 | | |
| | Consultatiebureau voor 55+ | 09.30 - 11.30 | gratis | | Helga |
| | Keramiek cursus | 09.30 - 12.00 | Hannie van Dort tel. 06 3022 1775 | | |
| | Senioren Café | 10.00 - 11.30 | gratis | | Het Palet |
| | Repair-café | 10.00 - 12.00 | gratis | 2-wekelijks 1e en 3e wk | Het Palet |
| | De Boekendief (boekenclub voor literatuurlijfhebbers) | 10.30 - 12.00 | gratis | | |
| | Lunchcafé | 11.30 - 13.00 | € 2,50 | | Het Palet |
| | Wijkteam Lage Land | 12.00 - 15.00 | gratis | | |
| | Op stap met Sonja (wandelclub) | 13.00 - 14.00 | gratis | | |
| | Hartenclub/klaverjasclub | 13.30 - 16.00 | € 3,00 | | De Burcht |
| | Virtuele wandeling door het Rotterdam van de 50-jaren | 13.30 - 15.00 | gratis | 14-10 / 11-11 / 09-12 | |
| | Ouderensoos | 13.30 - 16.00 | gratis | | Caeciliakerk |
| | Tekenen & Schilderen (7-12 jaar) | 16.00- 18.00 | SKVR (Vincent in 't Hout) tel. 010 436 13 66 | | |
| | Buurtcirkel (met elkaar eten) | 17.00 - 19.00 | € 4,50 | maandelijks 1e week | Het Palet |
| | Dru Yoga & Meditatie | 17.45 - 19.15 | Dorine vd. Gaag tel. 06 4469 4482 | | |
| | Reizend Alzheimercafe | 19.00 - 20.30 | gratis | maandelijks | de Brucht/Laurens gebouw |

* Alle activiteiten zijn wekelijks tenzij anders aangegeven.



HET LAGE LAND

Remmet van Milplaats 15 • 3067 AN Rotterdam • 010 - 455 37 99

| | Activiteit | Tijd | Kosten | Afwijkende frequentie* | Afwijkende locatie |
|---|--|---------------------------------|--|-------------------------|----------------------------------|
| di. t/m vrij. dinsdag | Beter Nederlands voor gevorderden | 19.00 - 20.45 | € 10,00 (lesboek) | | Het Palet |
| | ZUMBA! | 19.30 - 20.30 | Celi Hermans tel. 06 2333 1448 | | |
| | Kringloopwinkel Het Palet | 10.00 - 14.00 | gratis | | Het Palet |
| | Gitaar les va. 7 jaar + volw. | in overleg | SKVR tel. 010 436 13 66 | | |
| | Pilates | 09.00 - 10.00 | Ellyn Petimesas tel. 06 4113 8634 | | |
| | Tablet- en smartphone spreekuur | 09.30 - 11.30 | gratis | | Het Palet |
| | Nederlands voor gevorderden | 10.00 - 12.00 | € 10,00 (lesboek) | | Het Palet |
| | Inloopsprekuren Havensteder | 10.00 - 12.00 | gratis | | Het Palet |
| | Aquarelleren | 10.00 - 12.30 | SKVR (Ilse van der Laan) tel. 010 436 13 66 | | |
| | Biljartclub | 10.00 - 14.00 | tel. 010 420 77 29 | | Speeltuin Lage Land |
| | Inloop voor mensen met beginnende geheugenproblematiek | 10.00 - 14.30 | Odensehuis tel. 010 466 67 22 | | |
| | Sinterklaas koffie-inloop met lekkers & liedjes | 10.30 - 12.00 | gratis | 3-12-2019 | |
| | Tijd voor een praatje - koffieochtend | 10.30 - 12.00 | gratis | | |
| | Wandelclub Het Lage Land (55+) | 10.30 - 12.00 | € 3,00 | | Het Palet |
| woensdag | Bewonerslunch Het Lage Land | 12.00 - 13.00 | € 3,25 | | |
| | Bewegen voor ouderen | 12.30 - 13.00 | € 3,50 Marion Cohen tel. 06 4234 7898 | | |
| | Mijn Diabetes Mijn Zorg (voor anderstaligen) | 13.00 - 15.00 | Joanneke Engel tel. 06 8307 6371 | 17-9-2019 | |
| | Computer- en tabletcfé | 13.00 - 16.00 | gratis | | Het Palet |
| | Bingo Het Lage Land | 13.30 - 15.30 | € 6,00 | maandelijks 1e week | Brasserie Wijsheid (Prinsenwiek) |
| | Ouderensoos | 14.00 - 16.00 | gratis | maandelijks 1e week | Het Palet |
| | Popkoor Lage Land kids/jongeren | 16.00 - 18.00 | SKVR (Sjharlie Vos) tel. 010 436 13 66 | | |
| | Aan Tafel | 17.00 - 19.00 | € 7,50 | maandelijks 3e week | Het Palet |
| | Klaverjassen | 19.00 - 23.00 | tel. 010 420 77 29 | | Speeltuin Lage Land |
| | Gitaar les va. 7 jaar + volw. | in overleg | SKVR (Hans Hendrik) tel. 010 436 13 66 | | |
| | Pianoles va. 6 jaar + volw. | in overleg | SKVR (Elise Polman) tel. 010 436 13 66 | | |
| | De Opknapperij mannenochtend | 09.00 - 12.30 | gratis / info: www.openarms.nl | | Het Palet |
| | Hatha Yoga (4 groepen van 1 uur) | 09.00 - 13.00 | Susanna Willis tel. 06 4497 4078 | | |
| | Tekenen & Schilderen | 09.30 - 11.30 | SKVR (Carlos Staudacher) tel. 010 436 13 66 | | |
| | Themaochtend 55+ - Beperkt Horen | 10.00 - 11.30 | € 2,50 incl. koffie / Aanmelden: tel. 06 1228 0873 | 11-9-2019 | |
| | Studio KNAPP vrouwenochtend | 10.00 - 12.00 | gratis / info: www.openarms.nl | | Het Palet |
| | Walk and Talk | 10.00 - 12.00 | € 5,00 Trudy van Bregt: tvbregt@gmail.com | | Het Palet |
| | Digi-taal-café (NL taal) | 10.00 - 12.00 | gratis | | Het Palet |
| | De Boodschappentas | 10.30 - 13.00 | gratis | | Xpreszo (naast Onze Wereld) |
| | Lunch in de Helga | 12.00 - 13.00 | tel. 010 421 41 44 | maandelijks 4e week | De Helga |
| | Tekenen & Schilderen | 12.00 - 14.00 | SKVR (Carlos Staudacher) tel. 010 436 13 66 | | |
| | Scootmobielclub | start 13.00 | € 5,00 p.m. | 2-wekelijks 2e en 4e wk | Het Palet |
| | Computer- en tabletcfé | 13.00 - 16.00 | gratis | | Het Palet |
| | Dans voor kinderen (4-6 jaar) | 13.15 - 13.45 | € 15,00 (5x) tel. 06 1706 3983 | | |
| | Ravottuh! 4-15 jaar | 13.30 - 15.00 | gratis | | Lieven de Keystraat |
| | Crea Café vrouwen | 13.30 - 15.30 | vrijwillige bijdrage | | Het Palet |
| Kerstmiddag met live Muziek | 13.30 - 16.00 | gratis | 18-12-2019 | | |
| Dans voor kinderen (7-9 jaar) | 13.45 - 14.30 | € 15,00 (5x) tel. 06 1706 3983 | | | |
| Dans voor kinderen (va. 10 jaar) | 14.30 - 15.30 | € 15,00 (5x) tel. 06 1706 3983 | | | |
| Schaken (inloop recreatief niveau) | 15.00 - 17.00 | gratis | | | |
| Verkoop & reparatie houten speelgoed | 15.00 - 17.00 | nvt | 25-09 / 30-10 / 27-11 / 18-12 | | |
| Kinderboekenweek voorlees- en knutselmiddag 4 t/m 6 jr. | 15.15 - 16.15 | gratis | 9-10-2019 | | |
| Buurtwerk Eetcafé | 17.30 - 19.30 | € 6,50 incl. koffie | maandelijks laatste week | Swedoro | |
| Salsadansen | 18.00 - 19.00 | S Joghi tel. 06 2050 0869 | | | |
| Jongeren spreekuur | 19.00 - 20.00 | gratis | | | |
| Taalgroep Het Lage Land-avond (NL) | 19.30 - 21.00 | € 40,00 (20x) | | De Burcht | |
| Conversatiegroep Lage Land | 19.30 - 21.00 | gratis | | De Burcht | |
| Shantykoor De Walzangers | 19.30 - 21.30 | Rina Plaizier tel. 06 1014 3274 | | | |
| Fotocursus | 19.30 - 21.30 | SKVR tel. 010 436 13 66 | | | |

* Alle activiteiten zijn wekelijks tenzij anders aangegeven.



HET LAGE LAND

Remmet van Milplaats 15 • 3067 AN Rotterdam • 010 - 455 37 99

| | Activiteit | Tijd | Kosten | Afwijkende frequentie* | Afwijkende locatie |
|----------------------------------|---|--|--|--------------------------|-----------------------------|
| donderdag | Hobbykeramiekgroep | 19.30 - 21.30 | Anne Hofman tel. 06 2873 4845 | | |
| | Basis Fotografie | 19.30 - 22.00 | SKVR (Bosse Beckers) tel. 010 436 13 66 | | |
| | Repetities Calandkoor | 19.45 - 22.00 | € 240,00 p.j. | | St. Caeciliakerk |
| | Gitaar les va. 7 jaar + volw. | in overleg | SKVR (Hans Hendrik) tel. 010 436 13 66 | | |
| | Verwenochtend - manicure | 09.00 - 12.00 | € 6,00 per onderdeel | maandelijks laatste week | Het Palet |
| | Voedselbank | 09.00 - 13.00 | n.v.t. | | Het Palet |
| | Wijkteam Het Lage Land | 09.00 - 15.00 | gratis | | |
| | BBB | 09.30 - 10.30 | Celi Hermans tel. 06 2333 1448 | | |
| | Tekenen & Schilderen | 09.30 - 11.30 | SKVR (Carlos Staudacher) tel. 010 436 13 66 | | |
| | Inloop voor mensen met beginnende geheugenproblematiek | 10.00 - 14.30 | Odensehuis tel. 010 466 67 22 | | |
| | Spreekuur vluchtelingen | 10.00 - 11.30 | gratis | | Caeciliakerk |
| | Biljartclub | 10.00 - 14.00 | tel. 010 420 77 29 | | Speeltuin Lage Land |
| | Inloop voor mensen met beginnende geheugenproblematiek | 10.00 - 14.30 | Odensehuis tel. 010 466 67 22 | | |
| | Inloopspreekuur Open Arms | 11.30 - 13.00 | gratis | | Het Palet |
| | Tekenen & Schilderen | 12.00 - 14.00 | SKVR (Carlos Staudacher) tel. 010 436 13 66 | | |
| | Thema Lunch High Tea | 12.30 - 14.00 | € 4,50 | 5-9-2019 | |
| | Thema Lunch Franse Lekkernijen | 12.30 - 14.00 | € 4,50 | 3-10-2019 | |
| | Thema Lunch Sinterklaas | 12.30 - 14.00 | € 4,50 | 5-12-2019 | |
| | Spreekuur Vraagwijzer | 13.00 - 16.00 | gratis | | Kleine Burcht De |
| | Franse muziekmiddag | 13.00 - 14.30 | € 1,50 | 14-11-2019 | |
| Spelmiddag (rummikub en meer) | 13.30 - 15.30 | € 1,00 | 2-wekelijks 1e en 3e wk | Het Palet | |
| Naaicursus | 14.00 - 16.00 | € 20,00 (10x) info bij Miriam van Mil tel. 06 4128 1524 | | | |
| Kinderkunstklas | 16.00 - 18.00 | SKVR tel. 010 436 13 66 | | | |
| Kookcafé 3-gangen | 17.30 - 19.00 | € 5,50 | | Trefpunt Berlage | |
| Wijkerstconcert | inloop 19.00 | gratis / info balie HvdW Lage Land | | St. Caeciliakerk | |
| Tafeltennis | 19.00 - 23.00 | tel. 010 420 77 29 | | Speeltuin Lage Land | |
| Hatha Yoga (2 groepen van 1 uur) | 19.15 - 21.15 | SKVR (Eline Gijjt) tel. 010 436 13 66 | | | |
| Tekenen & Schilderen | 19.30 - 21.30 | SKVR (Norman James) tel. 010 436 13 66 | | | |
| Edelsmeden | 19.30 - 22.00 | SKVR (Mira Woutersen) tel. 010 436 13 66 | | | |
| vrijdag | Inloop voor mensen met beginnende geheugenproblematiek | 10.00 - 14.30 | Odensehuis tel. 010 466 67 22 | | |
| | Edelsmeden | 09.30 - 12.00 | SKVR (Dick Miedema) tel. 010 436 13 66 | | |
| | Peutergym 1,5-2 jaar | 09.45 - 10.30 | SKVR (Mirella Kramer) tel. 010 436 13 66 | | |
| | Taalcursus diverse groepen | 10.00 - 11.30 | gratis | | Het Palet |
| | Basis Fotografie | 10.00 - 12.00 | SKVR (Bosse Beckers) tel. 010 436 13 66 | 20-9 t/m 11-10 | |
| | Fotograferen met je Smartphone | 10.00 - 12.00 | SKVR tel. 010 436 13 66 | 1-11 t/m 22-11 | |
| | Stiltecentrum | 10.00 - 14.00 | gratis | | Caeciliakerk |
| | Peutergym 2,5-4 jaar | 10.30 - 11.15 | SKVR (Mirella Kramer) tel. 010 436 13 66 | | |
| | Bewegen voor ouderen | 12.30 - 13.00 | € 3,50 Marion Cohen tel. 06 4234 7898 | | |
| | Buurtwerk Wereldkeuken | 13.00 - 14.30 | € 6,50 incl. koffie | maandelijks 2e week | Swedoro |
| | Muziekcafé | 14.00 - 15.30 | gratis | maandelijks 2e week | |
| | Jongeren spreekuur | 14.00 - 15.00 | gratis | | |
| | Zienerige nazomermiddag met Harmonieorkest SOREO | 14.00 - 16.30 | gratis | 13-9-2019 | |
| | Biljartclub | 19.00 - 23.00 | tel. 010 420 77 29 | | Speeltuin Lage Land |
| | Lezing Anna van Leeuwen Intuïtie, loslaten & onthaasten | 19.30 - 22.00 | € 5,00 / tel. 010 420 39 24 | | |
| zaterdag | Kleutertheater | 10.00 - 11.00 | SKVR tel. 010 436 13 66 | | |
| | De verhalenclub mix | 10.00 - 12.00 | SKVR tel. 010 436 13 66 | | |
| | Boekenmarkt | 10.00 - 16.00 | gratis | maandelijks 3e week | Caeciliakerk |
| | De Boodschappentas | 10.30 - 13.00 | gratis | | Xpreszo (naast Onze Wereld) |
| | Theaterlessen (6-8) | 11.15 - 12.15 | SKVR tel. 010 436 13 66 | | |
| | Productiejaar | 12.30 - 14.00 | SKVR tel. 010 436 13 66 | | |
| | Wijkbingo Het Lage Land | 14.00 - 16.00 | € 4,00 | maandelijks 3e week | Burcht de |
| | Eten in de buurt - 3-gangenmenu | 16.30 - 19.00 | € 9,00 | maandelijks laatste week | Burcht de |
| | Bijbelcafé | 17.00 - 19.00 | gratis / info: www.openarms.nl | 2-wekelijks 1e en 3e wk | Het Palet |



NESSELANDE

De Kristal

Cypruslaan 406 • 3059 XA Rotterdam • 06 - 15 02 46 65

| | Activiteit | Tijd | Kosten | Afwijkende frequentie* | Afwijkende locatie |
|--------------------------|---------------------------------------|---------------|-----------------------|------------------------------|-------------------------|
| ma. t/m vrij. maandag | Spreekuur Vraagwijzer | 09.00 - 12.00 | gratis | | Prins Alexanderplein 21 |
| | Koffieleutje | 10.00 - 11.30 | € 1,00 | | |
| | Welzijn op recept | 10.00 - 11.30 | gratis | op afspraak | |
| | Mik's Fix service (klussendienst) | 10.00 - 12.00 | gratis | op afspraak | |
| | Bewegen op muziek 70+ | 09.30 - 10.45 | € 2,00 | | |
| | Bridge competitie | 12.15 - 16.00 | € 30,00 | | |
| | Koersbal | 13.30 - 15.00 | € 8,00 p.m. | | |
| | Schildersgroep 50+ | 13.30 - 16.00 | € 30,00 | | |
| | Smaak van vroeger 50+ | 18.00 - 19.30 | € 5,00 | maandelijks wisselend | |
| | Buurtcirkel | 19.00 - 21.00 | € 1,00 | | |
| dinsdag | Power Walking | 19.00 - 20.00 | € 35,00 p.m. | | |
| | Onder Andere(n)' film- of muziekavond | 19.30 - 22.30 | € 3,50 | maandelijks wisselend | |
| | Power Walking | 09.00 - 10.00 | € 35,00 p.m. | | |
| | Nordic Walking | 09.30 - 11.00 | € 1,00 | | |
| | Club Vitaal Sport 55+ | 10.00 - 11.00 | € 4,00 | | |
| | Yoga | 11.00 - 12.00 | € 6,50 | | |
| | Country basis | 13.30 - 15.30 | € 8,00 p.m. | | |
| | Buurtlab buitenactiviteiten | 15.30 - 17.00 | gratis | 3/9 t/m 27/9 | Frida Kahlopad |
| | Loopgroep Nesselande | 18.30 - 20.30 | € 40,00 (15x) | | |
| | Koor - verstandelijk beperkten | 19.00 - 20.00 | € 30,00 incl. drankje | | |
| woensdag | Schilderen - verstandelijke beperkten | 19.00 - 21.00 | € 90,00 incl. mat. | | |
| | Brei Café 50+ | 19.30 - 21.30 | € 1,00 | | |
| | Popkoor Amezeezing volw. | 20.30 - 22.15 | € 240,00 p.j. | | |
| | Power Walking | 09.00 - 10.00 | € 35,00 p.m. | | |
| | Ondernemerscafé | 09.30 - 12.00 | gratis | maandelijks laatste week | |
| | FitNess XL | 10.00 - 11.30 | € 80,00 | | |
| | Schaken | 10.00 - 11.30 | € 1,00 | 2-wekelijks 2e en laatste wk | |
| | Power Walking | 10.30 - 11.30 | € 35,00 | | |
| | Piano/keyboardles | 13.00 - 18.00 | | | |
| | Buurtlab buitenactiviteiten | 13.30 - 15.30 | gratis | 3/9 t/m 27/9 | Frida Kahlopad |
| donderdag | Huiskamergroep ouderen | 13.30 - 15.30 | € 5,00 p.m. | | |
| | Viooles | 13.30 - 17.30 | € 40,00 p.u. | | |
| | Kinderwerkplaats | 14.00 - 15.30 | € 2,00 | | |
| | Thema middag | 14.00 - 15.30 | € 2,00 | maandelijks wisselend | |
| | Fitclub 24 Powerwalking | 20.00 - 21.00 | € 25,00 | | |
| | Sportief wandelen voor ouderen | 09.15 - 10.15 | € 2,50 | | |
| | Zumba | 09.45 - 10.45 | € 80,00(15x) | | |
| | Mik's Fix service (klussendienst) | 10.00 - 12.00 | gratis | op afspraak | |
| | yoga | 11.00 - 12.00 | € 6,50 per keer | | |
| | Kunst op donderdag | 13.30 - 15.30 | € 2,00 | | |
| vrijdag | Toen was geluk heel gewoon | 15.00 - 16.30 | € 1,00 per keer | tweewekelijks | |
| | Thee Leutje | 15.00 - 17.00 | | tweewekelijks | |
| | Loopgroep Nesselande | 18.30 - 20.30 | € 40,00 (15x) | | |
| | Nieuwe vrienden club | 19.00 - 21.00 | € 2,50 | maandelijks | |
| | Power Walking | 19.15 - 20.15 | € 35,00 p.m. | | |
| | Smartlappenkoor volw. | 19.30 - 21.00 | € 15,00 p.m. | | |
| | Schildergroep Neseart volw. | 19.30 - 21.30 | € 2,00 | | |
| | Club vitaal Sport 55+ | 09.30 - 10.30 | € 4,00 | | |
| | Welzijn op recept | 10.00 - 11.30 | gratis | op afspraak | |
| | Country gevorderden | 13.30 - 15.30 | € 8,00 p.m. | | |
| zaterdag | Buurtlab buitenactiviteiten | 15.30 - 17.00 | gratis | 3/9 t/m 27/9 | Frida Kahlopad |
| | Loopgroep Nesselande | 08.30 - 11.00 | € 40,00 | | |



* Alle activiteiten zijn wekelijks tenzij anders aangegeven.



OMMOORD

Gerard Goosenflat

Thomas Mannplaats 150 • 3069 NJ Rotterdam • 06 - 12 58 73 85

| | Activiteit | Tijd | Kosten | Afwijkende frequentie* | Afwijkende locatie |
|--------------------------|--|---------------|--|---------------------------------|----------------------------|
| ma. t/m vrij. maandag | Spreekuur Vraagwijzer | 09.00 - 15.00 | gratis | | Prins Alexanderplein 21 |
| | Koersbal | 10.00 - 12.00 | gratis | | |
| | Wijkbrunch * | 11.30 - 13.00 | € 4,00 / Aanm. bij balie HvdW | maandelijks 2e week | |
| | Vitaal door dans (SKVR) | 11.45 - 12.45 | € 10,00 (5x) | | |
| | Tablet- en smartphonecursus | 13.30 - 15.00 | gratis / Aanm. bij balie HvdW | | |
| | Ontdek je creatieve talent! (schilderen, tekenen en knutselen etc.)* | 14.00 - 15.30 | € 1,00 | | |
| | Herfst bloemschikworkshop | 14.00 - 16.00 | € 15,00 / Aanm. bij balie HvdW | 7-10-2019 | |
| | Kerst bloemschikworkshop | 14.00 - 16.00 | € 15,00 / Aanm. bij balie HvdW | 16-12-2019 | |
| | Eetcafé Ommoord * | 18.00 - 19.30 | € 6,00 / Aanm. bij balie HvdW | maandelijks laatste week | |
| | Reizend Alzheimercafe | 19.00 - 20.30 | gratis | maandelijks | De Burcht / Laurens gebouw |
| dinsdag | Power walking (Power Walking Club) | 19.30 - 20.30 | Ellemieke Vliegen, tel. 06 5594 2282 | | |
| | Bridgen | 13:00 - 16:00 | € 5,00 p.m. tel. 010 421 61 86 | | Joliotplaats |
| | Rotterdam in koor | 14.00 - 15.00 | € 1,00 | | |
| | Klaverjassen | 14.00 - 15.30 | € 5,00 p.m. | | |
| | Country line dance | 14.00 - 16.00 | contributie p.m. | | |
| | Eetcafé Two Gather | 18.00 - 19.00 | € 5,50 / Info & reserveren tel. 010 848 83 64 | | Cordell Hullplaats 22 |
| woensdag | Vrouwen Koraal Capelle | 20.00 - 21.30 | contributie p.m. | | |
| | Power walking (Power Walking Club) | 09.00 - 10.00 | Ellemieke Vliegen, tel. 06 5594 2282 | | |
| | Zorg & Welzijnsplein (vragen, informatie & ontmoeting) | 10.00 - 12.00 | gratis | | |
| | Spreekuur Vraagwijzer | 10.00 - 12.00 | gratis | | |
| | Rotterdams bakkie * | 10.00 - 12.00 | gratis | | |
| | Checkpoint Alexander | 10.00 - 13.00 | gratis | | |
| | Filosofiegroep | 10.30 - 12.00 | gratis | even weken | |
| | Consultatiebureau voor 55+ | 12.00 - 17.00 | gratis / Info & afspraak: tel. 06 1228 0873 | | |
| | Spellenclub | 13.30 - 15.30 | gratis | | |
| | Koor Loch Ness | 14.00 - 16.00 | contributie p.m. | | |
| donderdag | Eetcafé Two Gather | 18.00 - 19.00 | € 5,50 / Info & reserveren: tel. 010 848 83 64 | | Cordell Hullplaats 22 |
| | Fotobewerking | 19.30 - 21.30 | € 1,00 | Start 9 oktober 2019 | |
| | Senioren fit (vitale groep) | 09.30 - 10.30 | € 2,50 | | |
| | Taalgroep Ommoord | 09.30 - 11.00 | € 40,00 (20x) (via het Taalpunt) | | Romeynshof |
| | Taalpunt - informatie over en inschrijven taallessen | 09.30 - 11.00 | gratis | | Romeynshof |
| | SamenSpeelochtend (0-4 jaar) | 09.30 - 11.30 | € 0,50 | | |
| | Checkpoint Alexander | 10.00 - 13.00 | gratis | | Romeynshof |
| | Senioren fit (minder vitale groep) | 11.00 - 12.00 | € 2,50 | | |
| | Inloop Historische Commissie "De Ommoordse Polder" | 13.00 - 16.00 | gratis | maandelijks 3e week | |
| | Klaverjassen | 13.15 - 16.15 | € 2,50 per keer | | Bertrand Russellplaats |
| vrijdag | Taalgroep Ommoord | 13.30 - 15.00 | € 40,00 (20x) (via het Taalpunt) | | Romeynshof |
| | Damessoos café de Rietgans * | 14.00 - 15.30 | gratis | | |
| | Digicafé (ondersteuning bij computer, mobiele telefoon etc.) | 14.00 - 16.00 | gratis | | |
| | Eetcafé Two Gather | 18.00 - 19.00 | € 5,50 / Info & reserveren: tel. 010 848 83 64 | | Cordell Hullplaats 22 |
| | Damclub | 19.00 - 20.30 | tel. 06 3828 0366 | | |
| | Klassieke muziekavond | 19.00 - 21.00 | € 2,50 per keer | maandelijks 3e week | |
| | Taalgroep Ommoord | 19.30 - 21.00 | € 40,00 (20x) | | Romeynshof |
| | Power walking (Power Walking Club) | 09.00 - 10.00 | Ellemieke Vliegen, tel. 06 5594 2282 | | |
| | Koersbal | 10.00 - 12.00 | gratis | | |
| | Quiltgroep | 10.00 - 12.00 | gratis | even weken | |
| zondag | Praten & breien | 10.00 - 12.00 | gratis | | |
| | Mindfulness light * | 09.45 - 10.45 | € 2,00 / Aanmelden bij Christine: tel. 088 271 48 82 | | |
| | Yoga light * | 11.00 - 12.00 | € 2,00 / Aanmelden bij balie HvdW | | |
| | Vrijdagmiddag wandeling * | 13.00 - 14.00 | gratis | | |
| | Samen sterk (praatgroep) | 13.00 - 14.00 | gratis | | |
| | Klaverjassen | 14.00 - 15.30 | € 5,00 p.m. | | |
| | Yoga (Mind your Mind) | 19.00 - 20.00 | tel. 06-18425473 | | |
| | BINGO | 13.30 - 15.30 | € 2,50 per keer | maandelijks laatste week | |
| | High tea | 14.00 - 16.00 | € 3,50/ Aanmelden bij balie HvdW | nov. & dec. maandelijks 1e week | |

* Alle activiteiten zijn wekelijks tenzij anders aangegeven.



OOSTERFLANK

Oriënt

Kobehof 5 • 3067 MC Rotterdam • 06 - 29 14 01 76

| | Activiteit | Tijd | Kosten | Afwijkende frequentie* | Afwijkende locatie |
|------------------------|---|---------------|----------------------------|--------------------------|---------------------------|
| maandag | Computerles | 09.15 - 12.00 | gratis | | |
| | Nederlandse taalles (groepsles) | 09.15 - 11.45 | € 20,00 (20x) via Taalpunt | | |
| | Praten en Breien | 09.30 - 11.30 | gratis | | |
| | Leren omgaan met de Naaimachine | 10.00 - 15.00 | gratis | | De Wende |
| | Fietsgroep | va. 12.45 | gratis | | vanaf de Oriënt |
| | Nederlandse taalles (groepsles) | 12.30 - 15.00 | € 20,00 (20x) via Taalpunt | | |
| | Boksen | 13.30 - 14.30 | | | De Wende |
| | Haken voor het Goede Doel | 13.30 - 15.00 | gratis | | De Hoeksteen |
| dinsdag | Bewegen op muziek (SKVR) | 13.00 - 14.00 | tel. 010 436 13 66 | | |
| | Crea Anneke | 13.00 - 16.30 | | | |
| | Kookkring maandag | 17.00 - 20.00 | variabel | maandelijks 1e week | |
| | Biljarten | 09.00 - 12.30 | n.v.t. | | |
| | Nederlandse taalles (groepsles) | 09.15 - 11.45 | € 20,00 (20x) via Taalpunt | | |
| | Jeugdfonds | 09.30 - 11.30 | n.v.t. | | |
| | Crea Inloop | 10.00 - 16.00 | gratis | | |
| | Koffie ochtend | 10.30 - 11.30 | koffie gratis | | De Wende |
| | Bingo | 14.00 - 16.00 | € 4,50 & € 11,00 | 2-wekelijks 2e en 4e wk | |
| | High Tea | 14.00 - 16.00 | € 5,00 | maandelijks | |
| | Wijkmaaltijd Oosterflank | 17.30 - 18.30 | € 3,00 | | |
| | Kookkring dinsdag 2 | 17.30 - 20.30 | variabel | maandelijks laatste week | |
| | Dance Yoga - verstandelijk beperkten va. 16 jr. | 19.00 - 20.00 | € 126,00 (18x) | | |
| | Checkpoint Alexander | 19.00 - 21.00 | gratis | | |
| | Mooi Kunst Maken | 19.00 - 21.00 | € 1,50 | | |
| Body & Mind | 20.00 - 21.00 | € 90,00 (18x) | | | |
| woensdag | Vitaal door dans (SKVR) | 09.00 - 10.00 | tel. 010 436 13 66 | | |
| | Nederlandse taalles (groepsles) | 09.15 - 11.45 | € 20,00 (20x) via Taalpunt | | |
| | Computerles | 09.15 - 12.00 | gratis | | |
| | Wandelgroep Oosterflank | va. 10.00 | gratis | | vanaf de Oriënt |
| | Fit Gym 50+ | 10.30 - 11.30 | € 2,75 | | |
| | Rots en Water(Indigo) | 12.30 - 14.30 | | start 11-09-19 | |
| | Bootcamp/Crossfit | 13.30 - 14.30 | | | De Wende |
| | Biljarten - verstandelijk beperkten | 14.00 - 16.00 | gratis | | |
| | Leesclub Oosterflank | 14.00 - 16.00 | € 3,00 | maandelijks 2e week | |
| | Spelletjes middag voor jong & oud | 14.00 - 16.00 | gratis | | De Wende |
| | Country dansen | 15.00 - 17.00 | € 1,80 | | |
| | Nederlandse taalles (groepsles) | 09.15 - 11.45 | € 20,00 (20x) via Taalpunt | | |
| | Brei en Haak | 10.00 - 12.00 | gratis | | De Wende |
| | Krachtgroep | 10.00 - 12.00 | gratis | | |
| Crea Inloop | 10.00 - 16.00 | gratis | | | |
| Koffie ochtend | 10.30 - 11.30 | gratis | | De Wende | |
| Spelletjes ochtend | 11.30 - 12.30 | gratis | | | |
| Donderdag Soepdag | 12.30 - 13.30 | € 1,50 | | | |
| Crea | 13.00 - 15.30 | gratis | | De Wende | |
| Vrouwensporten | 13.30 - 14.30 | | | De Wende | |
| Taart-en Theematinee | 14.00 - 16.00 | € 5,00 | 5-9-2019 | | |
| Wijkkeuken Oosterflank | 17.30 - 18.30 | € 3,00 | | | |
| Country dansen | 19.00 - 22.00 | € 2,50 | | | |
| vrijdag | Nederlandse taalles (groepsles) | 09.15 - 11.45 | € 20,00 (20x) via Taalpunt | | |
| | Computerles | 09.15 - 12.00 | gratis | | |
| | Vrouwenochtend | 09.00 - 13.00 | gratis | | De Wende |
| | Crea Anneke | 12.30 - 14.30 | | | |
| | Anna's Klanksessie | 19.30 - 22.00 | € 20,00 | 11-10-2019 | |
| zaterdag | Meubels oppimpen | 11.00 - 15.00 | gratis | even weken | De Wende |
| | Boetiek Renew (weggeef boetiek) | 11.00 - 15.00 | gratis | maandelijks 2e week | De Wende |
| | Burendag | 13.00 - 18.00 | | 28-9-2019 | Grasveld achter De Oriënt |
| | Pameijer avond | 19.30 - 23.30 | € 4,00 | maandelijks laatste week | |
| zondag | Spirituele beurs | 11.00 - 17.00 | gratis entree | 8-9-2019 | |
| | Bingo | 14.00 - 16.00 | € 3,00 | even weken | de Wende |

* Alle activiteiten zijn wekelijks tenzij anders aangegeven.



OOSTERFLANK

Oriënt

Kobehof 5 • 3067 MC Rotterdam • 06 - 29 14 01 76



Leer- en werkcentrum Oriënt

(alleen gedurende schoolweken)

Bij het Leer- en werkcentrum kunt u uzelf ontwikkelen.

U kunt meedoen aan verschillende activiteiten zoals Nederlandse en Engelse les, computerles, creatieve- en beweegactiviteiten et cetera. Samen met u maken we er elke werkdag van 9.15-11.45 uur en 12.30-15.00 uur iets moois van.

Voor informatie kunt u terecht bij Lilly Sovilj, lilly.sovilj@buurtwerk.nl of tel. 06 1272 4813 / 010 455 37 99.



ZEVENKAMP

Huis van de Wijk Zevenkamp

Ambachtsplein 141 • 3068 GV Rotterdam • 06 - 57 56 22 28

| | Activiteit | Tijd | Kosten | Afwijkende frequentie* | Afwijkende locatie |
|----------------------------|--|---------------|-----------------------------------|------------------------|--------------------------|
| ma. t/m vrij. maandag | Spreekuur Vraagwijzer | 09.00 - 15.00 | gratis | | Prins Alexanderplein 21 |
| | Ontbijt | 09.00 - 10.00 | gratis | | Buurtsteunpunt |
| | Werkplaats Administratie Ordenen (Stop de Schulden) | 09.15 - 12.00 | gratis | | |
| | Babbelgroep (NL taal) | 09.30 - 11.00 | gratis | | Zwemb. Zevenk. Ring |
| | Fit voor Vrouwen incl. gezonde lunch | 09.30 - 12.00 | € 3,00 | | |
| | WijkInformatiePunt Zevenkamp | 09.30 - 13.00 | gratis | | |
| | Zingen | 10.00 - 11.30 | € 22,00 | | Aafje De Vijf Havens |
| | Trajectbegeleiding 16-23 jr. (woonachtig in Prins Alexander) | 10.00 - 17.00 | gratis | | |
| | Kledingreparatie / vermaken. Naailes. "Second Life" | 11.00 - 13.30 | gratis (eigen materiaal meenemen) | | |
| | Ontmoetingsactiviteit Himmat groep | 13.00 - 17.00 | gratis | | |
| | Computerles | 13.30 - 15.00 | gratis | | |
| | Creamiddag | 13.30 - 15.30 | gratis | | Buurtsteunpunt |
| | Ontmoetingsplein | 14.00 - 15.30 | gratis | | Aafje De Vijf Havens |
| | Yoga met John | 19.30 - 21.00 | € 25,00 (10 strippenkaart) | | |
| dinsdag | Linedance | 19.30 - 22.00 | gratis | | |
| | Raad & daad balie | 09.00 - 12.00 | gratis | | Leger des Heils |
| | Liedjes van vroeger zingen | 10.00 - 11.00 | gratis | maandelijks 2e week | Buurtsteunpunt |
| | Taalles | 10.00 - 11.30 | gratis | | Buurtsteunpunt |
| | In beweging komen incl. lunch (i.s.m. Pameijer) | 10.00 - 12.00 | gratis | | |
| | Trajectbegeleiding 16-23 jr. (woonachtig in Prins Alexander) | 10.00 - 17.00 | gratis | | |
| | Lunch (voor senioren) | 12.00 - 13.00 | € 2,00 | maandelijks 1e week | ODC Wat Anders |
| | Schilderen & tekenen (creamiddag i.s.m.Pameijer) | 13.30 - 15.30 | gratis | | |
| | Handwerken | 14.00 - 15.30 | gratis | | Aafje De Vijf Havens |
| | De Koekenbakkers van Zevenkamp | 14.00 - 16.30 | gratis | | |
| | DocShop 12-23 jr. (woonachtig in Prins Alexander) | 15.00 - 17.00 | gratis | | |
| | Buurtlab buitenactiviteiten | 15.30 - 17.00 | gratis | 1/10-30/10 | Martinus Nijhofplantsoen |
| | Oprname studio Maak je eigen muziek 12-18 jr. | 16.30 - 21.00 | gratis | op afspraak | |
| | DocShop 12-23 jr. (woonachtig in Prins Alexander) | 19.00 - 21.00 | gratis | | |
| Jongeren talent moment | 19.00 - 21.00 | gratis | | | |
| Familie en mantelzorgavond | 19.30 - 21.00 | gratis | eenmalig | Aafje De Vijf Havens | |
| woensdag | Beter leren lezen en schrijven (NL taal) | 09.30 - 12.00 | € 20,00 (20x) (via het Taalpunt) | | |
| | Computerles | 10.00 - 11.30 | gratis | | Buurtsteunpunt |

* Alle activiteiten zijn wekelijks tenzij anders aangegeven.



ZEVENKAMP

Huis van de Wijk Zevenkamp

Ambachtsplein 141 • 3068 GV Rotterdam • 06 - 57 56 22 28

| | Activiteit | Tijd | Kosten | Afwijkende frequentie* | Afwijkende locatie |
|-----------|--|---------------|--|--------------------------|------------------------------------|
| | Computercafe (Hulp laptop, tablet & telefoon) | 10.00 - 12.00 | gratis | | |
| | Administratiecafé | 10.00 - 12.00 | gratis | | Buurtsteunpunt |
| | Ontmoetingsactiviteit Himmat groep | 12.00 - 17.00 | gratis | | |
| | Broodjesexpress (o.a. broodje kip-kerrie) | 12.30 - 14.00 | variabel | | |
| | Wijkinformatiepunt Zevenkamp | 12.30 - 16.00 | gratis | | |
| | Buurtlab buitenactiviteiten | 13.30 - 15.30 | gratis | 1/10-30/10 | Martinus Nijhofplantsoen |
| | Repair cafe | 13.30 - 15.30 | gratis | oneven weken | Buurtsteunpunt |
| | Koersbal | 14.00 - 15.30 | gratis | | Aafje De Vijf Havens |
| | Iedereen is een ster kidsclub | 14.00 - 15.30 | gratis | | |
| | Kidsclub | 14.00 - 15.30 | gratis | oneven weken | Buurtsteunpunt |
| | De Wrap (cursus 10x i.s.m. Pameijer) | 14.00 - 16.00 | gratis | | |
| | Leesclub | 14.00 - 16.00 | gratis | maandelijks 2e week | |
| | Kinderkookclub (8 - 12 jaar) | 14.00 - 16.00 | gratis | | |
| | Inloop activiteitencentrum Carry van Bruggecomplex | 14.00 - 17.00 | gratis | | Carry van Brugge Ontmoetingsruimte |
| | Muzieklessen | 14.00 - 17.00 | gratis | | Aafje De Vijf Havens |
| | Themadiner | 16.30 - 18.00 | € 7,50/€ 12,50 | maandelijks laatste week | Aafje De Vijf Havens |
| | Raad & daad balie | 18.30 - 20.30 | gratis | | Leger des Heils |
| donderdag | Jongeren talent moment | 19.00 - 21.00 | gratis | | |
| | Raad & daad balie | 09.00 - 12.00 | gratis | | Leger des Heils |
| | Alfa groep (NL taal) | 09.00 - 12.00 | € 20,00 (20x) (via het Taalpunt) | | |
| | Kookles (o.l.v. prof. kok) | 09.30 - 12.00 | gratis | | |
| | Meewerkdagen Taka Tuka Tuin | 09.30 - 14.30 | gratis | | Taka Tuka Tuin |
| | Taalles | 10.00 - 11.30 | gratis | | Buurtsteunpunt |
| | Taalgroep beginners (NL taal) | 10.00 - 12.00 | € 20,00 (20x) (via het Taalpunt) | | |
| | Checkpoint Alexander | 10.00 - 13.00 | gratis | | |
| | Trajectbegeleiding 16-23 jr. (woonachtig in Prins Alexander) | 10.00 - 17.00 | gratis | | |
| | Soepmiddag | 12.00 - 13.00 | gratis | | Buurtsteunpunt |
| | Weet u wat u slikt? (voor anderstaligen) | 13.00 - 15.00 | gratis | | |
| | 7kampsbakkie | 13.30 - 15.00 | gratis | 2e en laatste do. | |
| | Ontmoetingsplein | 14.00 - 15.30 | gratis | | Aafje De Vijf Havens |
| | Bingo | 14.00 - 15.30 | kleine bijdrage | 1e donderdag | |
| | DocShop Spreekuur 12-23 jr. (woonachtig in Prins Alexander) | 15.00 - 17.00 | gratis | | |
| | Opname studio Maak je eigen muziek 12-18 jaar | 16.30 - 21.00 | gratis | op afspraak | |
| | Slanke lijn balans | 19.00 - 20.00 | gratis | | Leger des Heils |
| | Naald- en draadclub | 19.00 - 21.00 | gratis | | Leger des Heils |
| vrijdag | Werkplaats Administratie Ordenen (Stop de Schulden) | 09.15 - 12.00 | gratis | | |
| | Taalles | 10.00 - 11.30 | gratis | | Buurtsteunpunt |
| | Wijkrestaurant (warme maaltijd) | 12.30 - 14.00 | € 3,00 a € 4,00 | | |
| | Breimiddag | 13.30 - 15.30 | gratis | | Buurtsteunpunt |
| | Bingo | 14.00 - 15.30 | gratis | maandelijks | Aafje De Vijf Havens |
| | Muziekoptreden | 14.00 - 15.30 | gratis | maandelijks | Aafje De Vijf Havens |
| | DocShop Spreekuur 12-23 jr. (woonachtig in Prins Alexander) | 15.00 - 17.00 | gratis | | |
| | De krachtige vrouwen uit Zevenkamp | 19.30 - 21.30 | gratis of kleine bijdrage | 1 a 2 x/maand wisselend | |
| | Drumcirkel | 19.00 - 22.00 | gratis (Joost Kuijpers 06-10759427) | maandelijks 2e vrijdag | |
| | Diss 'n Able | 19.00 - 23.30 | €2,00 (incl. 2 drankjes) (Joost Kuijpers 06-10759427) | 20/09 en 15/11 | |
| zaterdag | Jamming Zevenkamp | 18.00 - 22.00 | gratis (Joost Kuijpers 06-10759427) | maandelijks 3e zaterdag | |





PRINSENLAND

Prinsenhof

Bramanteplein 2 • 3066 BH Rotterdam • 010 - 286 72 18

| | Activiteit | Tijd | Kosten | Afwijkende frequentie* | Afwijkende locatie | |
|---|--------------------------------------|---------------------------------------|--|----------------------------------|--------------------------|--------------------------------|
| ma. t/m vrij. | Spreekuur Vraagwijzer | 09.00 - 15.00 | gratis | | Prins Alexanderplein 21 | |
| | Buurtbieb | 09.00 - 17.00 | gratis | | | |
| | Openingstijden Grand Cafe Prinsenhof | 09.00 - 20.00 | nvt | | | |
| woe. t/m za. | Openingstijden Speeltuin Pietje Bell | 10.00 - 17.00 | € 1,00 | | Prinsenspark | |
| | Openingstijden Speeltuin Pietje Bell | 12.00 - 17.00 | € 1,00 | | Prinsenspark | |
| maandag | Kaarten maken | 10.00 - 12.00 | € 2,50 | | | |
| | Repair Café Prinsenhof | 10.00 - 12.00 | € 2,00 per rep. | Even wkn. | | |
| | Engels - gevorderd | 10:30 - 12:00 | € 18,00 (12x) | op inschrijving | | |
| | Engels - semi gevorderde | 13.00 - 14.30 | € 18,00 (12x) | op inschrijving | | |
| | Spaans - beginners | 15:00 - 16:30 | € 25,00 (12x) | op inschrijving | | |
| | Klaverjassen | 19.00 - 22.00 | € 5,00 p.m. | | | |
| | Repetitie zangkoor | 19:30 - 21.00 | € 4,00 p.m. | | | |
| | dinsdag | Begrijpt U mij? (Nederlandse taalles) | 09.00 - 11.00 | € 20,00 (20x) | | Swedoro |
| | | Conversatiegroep Prinsenhof | 09.00 - 10.45 | gratis | | Huslystraat - beheerdersruimte |
| | woensdag | Consultatiebureau voor Ouderen (CBO) | 13.00 - 17.30 | gratis | op afspraak | |
| Breien in het Grand Cafe | | 14.00 - 16.00 | gratis | | | |
| Meditatie | | 19.00 - 20.00 | € 12,00 (6x) | op inschrijving | | |
| Zwemmen met- en voor vrouwen | | 09.00 - 11.00 | Optisport | | | |
| Spreekuur Bewonersvereniging Prinsenhof | | 09.00 - 12.00 | gratis | | | |
| Themaochtend 55+ Vrouw/Hormonen | | 10.00 - 11.30 | € 2,50 incl. koffie / Aanmelden: tel. 06 1228 0873 | 16-10-2019 | | |
| Themaochtend 55+ Levenstestament | | 10.00 - 11.30 | € 2,50 incl. koffie / Aanmelden: tel. 06 1228 0873 | 13-11-2019 | | |
| Themaochtend 55+ Alcohol, wat doet het met je? | | 10.00 - 11.30 | € 2,50 incl. koffie / Aanmelden: tel. 06 1228 0873 | 11-12-2019 | | |
| Mantelzorg Inloop | | 10.00 - 12.00 | gratis | | | |
| Vrouwen (Mantelzorg) koffie/ochtend | | 11.00 - 12.00 | gratis | | | |
| Werkplaats Administratie Ordenen (Stop de Schulden) | | 13.00 - 15.00 | gratis | | | |
| Praatgroep de "Koffie Club" | | 14.00 - 16.00 | € 1,00 | tweewekelijks wisselt | | |
| Bingo | | 14.30 - 16.30 | € 3,50 per plankje | maandelijks 2e week | | |
| Kinder natuurclub | | 15.30 - 16.30 | € 1,00 (niet-leden) | | Pietje Bell | |
| donderdag | | Buurtwerk Eetcafe | 17.30 - 19.30 | € 6,50 incl. koffie | maandelijks laatste week | Swedoro |
| | Tabletcursus 50+ in Prinsenhof | 09.30 - 12.00 | € 15,00 (10x) | op inschrijving | | |
| | Kleuren voor volwassenen | 14.00 - 16.00 | gratis (eigen materiaal) | | | |
| | Checkpoint Alexander | 15.00 - 18.00 | gratis | | | |
| | Bordspellen avond | 19.30 - 21.00 | gratis | 26-09 / 24-10 / 21-11 / 19-12-19 | | |
| | Senioren in beweging | 19.45 - 20.15 | € 6,00 (4x) | | | |
| | HSP Cafe | 20:00 - 22:00 | € 10,00 | maandelijks 2e week | | |
| | vrijdag | Slanke lijn club 'Balans' | 09.30 - 10.30 | € 5,50 | | |
| | | Cursus Spaans - gevorderd | 10.30 - 12.00 | € 22,50 (15x) | op inschrijving | |
| | | Tekenclub en schilderclub | 10.30 - 12.30 | € 3,50 | op inschrijving | |
| Cursus Spaans - semi gevorderd | | 12.30 - 14.00 | € 22,50 (15x) | op inschrijving | | |
| Buurtwerk Wereldkeuken | | 13.00 - 14.30 | € 6,50 incl. koffie | maandelijks 2e week | Swedoro | |
| Bingo Prinsenhof | | 13.30 - 16.00 | € 6,00 per boekje | maandelijks laatste week | Swedoro | |
| Themadiner | | 18:00 - 21:00 | wisselt | laatste (op inschrijving) | | |
| zaterdag | Openingstijden Grand Cafe Prinsenhof | gesloten | | | | |

* Alle activiteiten zijn wekelijks tenzij anders aangegeven.





TOT ZIENS!