



**HUIS VAN
DE WIJK**



HUIZEN VAN DE WIJK IN PRINS ALEXANDER

PROGRAMMERING JANUARI-JULI 2020



**HUIS VAN
DE WIJK**

Dit Huis van de Wijk is voor iedereen in de buurt:
van jong tot oud!
Loop eens binnen en kom kennis maken

- ✓ Een kop koffie, praatje en lekkere lunch*
- ✓ Leuke activiteiten
- ✓ Andere mensen ontmoeten
- ✓ Vrijwilligerswerk
- ✓ Antwoord op vragen
- ✓ Samen werken aan de buurt

Het Huis van de Wijk is er voor jou en voor u.

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	€ 6,00 incl. 1 kaartje		
	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	
	EHBO Vereniging Kralingseveer	19.30 - 22.00	tel. 06 - 40 19 57 99		
	Amateurfotografen club de Maasstad	20.00 - 23.00	tel. 06 - 41 85 08 01		
woensdag	Koffieochtend	10.00 - 11.00	gratis		
	Biljarten	13.30 - 16.00	biljart klok		
	Sjoelen voor 55+	13.30 - 16.00	€ 1,70		
	Buitenspeeldag 2020	13.30 - 16.00	info volgt	10-6-2020	
	Speurdersclub	13.30 - 16.00	gratis	maandelijks 1e week	
	Speelzoo	14.30 - 16.00	gratis	maandelijks 3e week	
	Spellenavond	18.30 - 23.00	gratis		
donderdag	Bingo Kralingseveer	13.30 - 16.00	€ 6,00	maandelijks 2e week	
	Koningsbingo	13.30 - 16.00		23-4-2020	
	Russische les	15.30 - 17.00	tel. 06 - 18 81 84 19		
	Eetcafé "Eet je mee"	17.00 - 19.00	€ 5,50	maandelijks laatste week	
	Geocaching Stammtisch Rotterdam	19.30 - 21.00	gratis / info volgt via FB Kralingseveer	maandelijks	
	Voorjaars workshop	19.30 - 22.00	info volgt	2-4-2020	
	Sluitingsmiddag 55+	13.30 - 16.00	info volgt	25-6-2020	

* Alle activiteiten zijn wekelijks tenzij anders aangegeven.



KRALINGSEVEER

Rendierhof

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

vrijdag	Russische les	15.30 - 17.30	tel. 06 - 18 81 84 19		
	Pleinsport voor kinderen	16.30 - 18.00	robert.gardenier@buurtwerk.nl		
	Taalles Nederlands groep	tijd in overleg	€ 20,00 (sept t/m dec)	wekelijks	
	Taalles Nederlands individueel	tijd in overleg	€ 40,00 (sept t/m dec)	wekelijks	
	Biljartvereniging 'de Holle Keu'	19.30 - 23.30	www.dehollekeu.nl		
zaterdag	Paasdiner 55+	18.00 - 22.00	miranda.rietveld@buurtwerk.nl	10-4-2020	
	Nintendo switch speelmiddag	13.00 - 15.00	gratis / info volgt via FB Kralingseveer		
	Stekjes ruil middag	13.00 - 15.00	gratis / info volgt via FB Kralingseveer		
	Toneel vereniging Rotterdam bij Nacht	20.00 - 23.00	rotterdambijnacht@gmail.com	maandelijks 3e week	
zondag	Geocaching event	13.00 - 17.00	data volgt		



HET LAGE LAND

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

	Activiteit	Tijd	Kosten	Afwijkende frequentie*	Afwijkende locatie
in overleg	Jeu de Boules	in overleg	gratis / Ronald de Koning tel. 06 - 51 13 77 42		buiten bij De Burcht/ prinsenland
maandag	Workshop Smarttelefoon en Ipad	13.00-15.00	diversen locaties in de wijk		zie flyer voor locaties
ma. t/m vrij.	Wijkbedrijf (ondernemers, werkzoekenden en ruimteverhuur)	op afspraak	Tom Boxman tel. 06 - 38 29 05 93		
	Kineka (Stoel)massage (heerlijk!)	op afspraak	Karine Paceyka tel. 06 - 29 43 47 95		
	Fietswerkplaats	op afspraak	Tom Boxman tel. 06 - 38 29 05 93		
ma. t/m do.	Spreekuur Vraagwijzer	09.00 - 15.00	gratis		Pr. Alexanderplein 21
	Inloopcafé	10.00 - 13.00	gratis, koffie/thee € 0,50		Het Palet
	Stiltecentrum	10.00 - 11.30	gratis		Caeciliakerk
	in overleg	Fietslessen Het Lage Land	09.00 - 11.00	€ 25,00 (10x) Tom Boxman tel. 06 - 38 29 05 93	
maandag	Vruchten van het leven - kunstzinnige groepstherapie voor mensen met een trauma	10.00 - 12.00	Yvonne Pechier tel. 06 - 18 31 78 10		
	Pianoles va. 6 jaar + volw.	in overleg	Armand Dusault tel. 06 - 14 28 06 31		
	Taalles Nederlandse taal groepsles	09.30 - 12.00	€ 20,00 (20X) Anneke Zwart tel. 06 - 23 92 39 60		
	Consultatiebureau voor 55+	09.30 - 11.30	gratis		Helga
	Inloopspreekuur Opbouwwerker Henk	09.30 - 11.30	gratis		Het Palet
	Keramiek cursus	09.30 - 12.00	Hannie van Dort tel. 06 - 30 22 17 75		
	Senioren Café	10.00 - 11.30	gratis		Het Palet
	Repair-café	10.00 - 12.00	gratis	2-wekelijks 1e, 3e week	Het Palet
	De Boekendief (boekenclub voor literatuurlijfhebbers)	10.30 - 12.00	gratis		
	Lunchcafé	11.30 - 13.00	€ 2,50		Het Palet
	Op Stap met Sonja (wandclub)	13.00 - 14.00	gratis		
	Hartenclub/klaverjasclub	13.30 - 16.00	€ 3,00		De Burcht
	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 - 44 69 44 82		
	Reizend Alzheimercafe	19.00 - 20.30	gratis	maandelijks	de Brucht/Laurens gebouw
Beter Nederlands voor gevorderden	19.00 - 20.45	€ 10,00 (lesboek)		Het Palet	

* 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
	ZUMBA!	19.30 - 20.30	Celi Hermans tel. 06 - 23 33 14 48		
di. t/m vrij. dinsdag	Kringloopwinkel Het Palet	10.00 - 14.00	gratis		Het Palet
	Pilates	09.00 - 10.00	Ellyn Petimesas tel. 06 - 41 13 86 34		
	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		
	Comfortwoning	10.00 - 12.00	Gratis. Ook op afspraak: 06 - 58 90 35 07		Helga, Hendrick Staetsweg 17
	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		
	Tijd voor een praatje - koffieochtend	10.30 - 12.00	gratis		
	Bewegen voor ouderen	12.30 - 13.00	€ 3,50 Marion Cohen tel. 06 - 42 34 78 98		
	Mijn Diabetes Mijn Zorg (voor anders-taligen)	13.00 - 15.00	Joanneke Engel tel. 06 - 83 07 63 71		
	Bingo Het Lage Land	13.30 - 15.30	€ 6,00	maandelijks 1e week	
	Ouderensoos	14.00 - 16.00	gratis	maandelijks 1e week	Het Palet
	Popkoor Lage Land kids/jongeren	16.00 - 17.00	SKVR (Sjharlie Vos) tel. 010 - 436 13 66		
	Aan Tafel	17.00 - 19.00	€ 7,50	maandelijks 3e week	Het Palet
woensdag	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 - 12.00	Miranda Brantjes tel. 06 - 15 39 21 72		
	Tekenen & Schilderen	10.15 - 12.15	SKVR (Carlos Staudacher) tel. 010 - 436 13 66		
	Tuinieren rondom Huis van de Wijk	10.00 - 12.00	Patty Ehrbecker tel. 06 - 23 57 38 52		
	Inloopsprekuren Dominee Bas	10.00 - 12.00	gratis		Het Palet
	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	12.30 - 14.30	SKVR (Carlos Staudacher) tel. 010 - 436 13 66		
	Scootmobielclub	start 13.00	€ 5,00 p.m.	2-wekelijks 2e, 4e week	Het Palet
	Computer- en tabletcfé	13.00 - 16.00	gratis		Het Palet
	Dans voor kinderen (6-9 jaar)	13.15 - 13.45	€ 15,00 (5x)		
	Ravottuh! 4-15 jaar	13.30 - 15.00	gratis		Lieven de Keystraat
	Crea Café vrouwen	13.30 - 15.30	vrijwillige bijdrage min. € 0,50		Het Palet
	Dans voor tieners (va. 10 jaar)	13.45 - 14.30	€ 15,00 (5x)		
	Dans voor kinderen (3 - 5 jaar)	14.30 - 15.00	€ 15,00 (5x)		
	Schaken (inloop recreatief niveau)	15.00 - 17.00	gratis		
	Salsadansen	18.00 - 19.00	S Joghi tel. 06 - 20 50 08 69		
	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 Plaazier tel. 06 - 10 14 32 74		
	Hobbykeramiegroep	19.30 - 21.30	Anne Hofman tel. 06 - 28 73 48 45		
	Basis cursus Fotografie	19.30 - 21.30	SKVR (Selma Hengeveld) tel. 010 - 436 13 66		
donderdag	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
	BBB	09.30 - 10.30	Celi Hermans tel. 06 - 23 33 14 48		
	Tekenen & Schilderen	10.00 - 12.00	SKVR (Carlos Staudacher) tel. 010 - 436 13 66		
	Spreekuur vluchtelingen	10.00 - 11.30	gratis		Caeciliakerk

* 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
	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		
	Tai Chi cursus & oefengroep	11.15 - 12.15	Fred Remeus tel. 06 - 15 24 79 82		
	Inloopspreekuur Open Arms	11.30 - 13.00	gratis		Het Palet
	Tekenen & Schilderen	12.45 - 14.45	SKVR (Carlos Staudacher) tel. 010 - 436 13 66		
	Spelmiddag (rummikub en meer)	13.30 - 15.30	€ 1,00	2-wekelijks 1e, 3e week	Het Palet
	Spreekuur Vraagwijzer	13.00 - 16.00	gratis		Kleine Burcht De
	Ontmoetingsmiddag voor vrouwen	13.00 - 16.00	gratis		Het Palet
	Bordspellenavond	19.30 - 21.00	gratis	23-1; 20-2; 19-3;	
	Naailes	13.30 - 15.30	€ 3,00 Myriam van Mil tel. 06 - 41 28 15 24		
	Kinderkunstklas	16.00 - 18.00	SKVR tel. 010 - 436 13 66		
	Kookcafé 3-gangen	17.30 - 19.00	€ 5,50		Trefpunt Berlage
	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
	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 - 42 34 78 98		
	Paletkring	13.00 - 15.30	gratis		Het Palet
	Muziekcafé	14.00 - 15.30	gratis	maandelijks 2e week	
	Biljartclub	19.00 - 23.00	tel. 010 - 420 77 29		Speeltuin Lage Land
zaterdag	Kleutertheater	10.00 - 11.00	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)
	Productiejaar	11.15 - 12.45	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, 3e week	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
	Koffieletje	10.00 - 11.30	€ 1,00		
	Mik's Fix service (klussendienst)	10.00 - 12.00	gratis	op afspraak	
	Bewegen op muziek 70+	09.45 - 10.30	€ 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		
	Lookies Diner	17.30-19.00	€ 8,50	2-wekelijks wisselend	
	Smaak van vroeger 50+	18.00 - 19.30	€ 5,00	2-wekelijks wisselend	
	Buurtcirkel	19.00 - 20.00	€ 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	09.00 - 10.00	€ 1,00		
	Club Vitaal Sport 55+	10.00 - 11.00	€ 4,00		
	Yoga en bewegingsleer 50+	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)		
	Schilderen - verstandelijke beperkten	19.00 - 21.00	€ 90,00 incl. mat.		
woensdag	Popkoor Ameezing volw.	20.15 - 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	
	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
	Huiskamergroep ouderen	13.30 - 15.30	€ 5,00 p.m.		
	Viooles	13.30 - 17.30	€ 40,00 p.u.		
donderdag	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	€ 3,00		
	Zumba	09.45 - 10.45	€ 80,00(15x)		
	Mik's Fix service (klussendienst)	10.00 - 12.00	gratis		
	Yoga en bewegingsleer 50+	11.00 - 12.00	€ 6,50 per keer		
	Lijnclub	13.30 - 14.30	€ 7,50		
	Kunst op donderdag	13.30 - 15.30	€ 2,00		
	Toen was geluk heel gewoon	15.00 - 16.30	€ 1,00 per keer	2-wekelijks	
vrijdag	Kinder kook café	16.00 - 18.00	10,00 per maand		
	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		
	power walking	09.00 - 10.00	35,00 p.m.		
	Club vitaal Sport 55+	09.30 - 10.30	€ 4,00		
	Country gevorderden	13.30 - 15.30	€ 8,00 p.m.		
	Buurtlab buitenactiviteiten	15.30 - 17.00	gratis	3/9 t/m 27/9	Frida Kahlopad
zaterdag	jongeren inloop	18.00 - 19.30	gratis		
	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 / Aanmelden 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 / Aanmelden bij balie HvdW			
	Ontdek je creatieve talent! (schilderen, tekenen en knutselen etc.)*	14.00 - 15.30	€ 1,00			
	Eetcafé Ommoord *	18.00 - 19.30	€ 6,00 / Aanmelden bij balie HvdW	maandelijks laatste week		
	Reizend Alzheimercafe	19.00 - 20.30	gratis	maandelijks 3e week		
	Power walking (Power Walking Club)	19.30 - 20.30	Ellemieke Vliegen, tel. 06 - 55 94 22 82			
	dinsdag	Country line dance	19.00 - 22.00	contributie p.m.		
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	
Vrouwen Koraal Capelle		20.00 - 21.30	contributie p.m.			
woensdag		Power walking (Power Walking Club)	09.00 - 10.00	Ellemieke Vliegen, tel. 06 - 55 94 22 82		
		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+	10:00 - 17:00	gratis / Info & afspraak: tel. 06 - 12 28 08 73			
	Spellenclub	13.30 - 15.30	gratis			
	Eetcafé Two Gather	18.00 - 19.00	€ 5,50 / Info & reserveren: tel. 010 - 848 83 64		Cordell Hullplaats 22	
	donderdag	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	m.u.v. schoolvakanties		
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	
Taalgroep Ommoord		13.30 - 15.00	€ 40,00 (20x) (via het Taalpunt)		Romeynshof	
vrijdag	Op de thee bij Loes	14.00 - 15.30	gratis			
	Digicafé (ondersteuning bij computer, mobiele telefoon etc.)	14.00 - 16.00	gratis		DOCK	
	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 - 38 28 03 66			
	Klassieke muziekavond	19.00 - 21.00	€ 3,00 per keer			
	Taalgroep Ommoord	19.30 - 21.00	€ 40,00 (20x)		Romeynshof	
	Power walking (Power Walking Club)	09.00 - 10.00	Ellemieke Vliegen, tel. 06 - 55 94 22 82			
	Koersbal	10.00 - 12.00	gratis			
	Quiltgroep	10.00 - 12.00	gratis	even weken		
	Praten & breien	10.00 - 12.00	gratis			
zondag	Mindfulness licht *	09.45 - 10.45	€ 2,00 / Aanmelden bij Christine: tel. 088 - 271 48 82			
	Yin Yoga *	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 - 18 42 54 73			
	BINGO	13.30 - 15.30	€ 2,50 per keer	maandelijks laatste week		
	High tea	14.00 - 16.00	€ 4,00/ Aanmelden bij balie HvdW	even maanden 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		
	Omgaan met de Naaimachine	10.00 - 15.00	gratis		De Wende
	Koffie-uurtje	10.30 - 11.30	gratis		De Wende
	Fietsgroep	va. 12.45	gratis		vanaf de Oriënt
	Nederlandse taalles (groepsles)	12.30 - 15.00	€ 20,00 (20x) via Taalpunt		
	Dames sport	12.30 - 13.15	gratis		De Wende
	Boksen	13.30 - 14.30	gratis		De Wende
	Bewegen op muziek 60+ (SKVR)	13.30 - 14.30	tel. 010 436 13 66		
	Crea Anneke	13.00 - 16.30	gratis		
dinsdag	Kookkring maandag	17.00 - 20.00	variabel		
	Biljarten	09.00 - 12.30	n.v.t.		
	Nederlandse taalles (groepsles)	09.15 - 11.45	€ 20,00 (20x) via Taalpunt		
	Inloop Jeugdfonds	09.30 - 11.30			
	Crea Inloop	10.00 - 16.00	gratis		
	Koffie-uurtje met knuffelkat Boef	10.30 - 11.30	koffie gratis		De Wende
	Kracht en Kwaliteit	13.00 - 15.30	via balie of receptiedewende@cvd.nl		De Wende
	Bingo	14.00 - 16.00	€ 4,50 & € 11,00	2-wekelijks 2e, 4e week	
	Wijkkeuken Oosterflank	17.30 - 18.30	€ 3,00		
	Checkpoint Alexander	19.00 - 21.00	gratis		
	woensdag	Vitaal door dans (SKVR)	09.00 - 10.00	tel. 010 - 436 13 66	
Naailles		09.00 - 11.30	€ 2,00		
Nederlandse taalles (groepsles)		09.15 - 11.45	€ 20,00 (20x) via Taalpunt		
Computerles		09.15 - 12.00	gratis		
SAMENspeelochtend		10.00 - 11.30	gratis	wekelijks	
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	www.indigo.nl		
Kids club		14.00 - 15.30	gratis		De Wende
Biljarten - verstandelijk beperkten		14.00 - 16.00	gratis		
Leesclub Oosterflank		14.00 - 16.00	€ 3,00	maandelijks 2e week	
donderdag	Country dansen	15.00 - 17.00	€ 1,80		
	Nederlandse taalles (groepsles)	09.15 - 11.45	€ 20,00 (20x) via Taalpunt		
	Knutselen en handwerken	10.00 - 15.00	gratis		De Wende
	Kracht en Kwaliteit	09.30 - 12.00	via balie of receptiedewende@cvd.nl		De Wende
	Crea Inloop	10.00 - 16.00	gratis		
	Koffie-uurtje	10.30 - 11.30	gratis		De Wende
	Spelletjes ochtend	11.30 - 12.30	gratis		
	Donderdag Soepdag	12.30 - 13.30	€ 1,50		
	Kickboksen	13.30 - 14.30	gratis		De Wende
	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	10.00 - 12.00	gratis		De Wende
	Koffie-uurtje	10.30 - 11.30	gratis		De Wende
	De Wende in beweging (ouderen)	10.30 - 11.15	gratis		De Wende
	Dames sport	11.30 - 12.30	gratis		De Wende
	Krachtraining	13.30 - 14.30	gratis		De Wende
	Spelletjes middag	14.00 - 16.00	gratis		De Wende
	Crea Anneke	12.30 - 14.30	gratis		
	Film	14.00 - 16.00	gratis		De Wende
	Pameijer Party avond	19.30 - 23.30	€ 4,00	maandelijks laatste week	
zondag	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 Bart Grootkoerkamp, bart.grootkoerkamp@buurtwerk.nl of tel. 06 - 83 03 33 78 / 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	09.15 - 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		
	"Second Life" Kledingreparatie / vermaken. Met begeleiding.	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
	Linedance	19.30 - 22.00	gratis		
dinsdag	Fysiofit (Bewegen in warm ondiep water)	08.30 - 09.30	€ 4,60		Zwembad Zevenkampse Ring
	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		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
	Koekenbakkers van Zevenkamp	14.00 - 16.30	gratis		
	Seniorenzwemmen (In warm water)	14.00 - 15.15	€ 4,60		Zwembad Zevenkampse Ring
	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
	Studio Time (Maak 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			
Familie en mantelzorgavond	19.30 - 21.00	gratis	eenmalig	Aafje De Vijf Havens	

* 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	
woensdag	Aquavitaal (Bewegen op muziek in ondiep water)	09.00 - 10.00	€ 4,60		Zwembad Zevenkampse Ring	
	Beter leren lezen en schrijven (NL taal)	09.30 - 12.00	€ 20,00 (20x) (via het Taalpunt)			
	Computerles	10.00 - 11.30	gratis		Buurtsteunpunt	
	Computercafe inloopspreekuur (Hulp met laptop, tablet & telefoon)	10.00 - 12.00	gratis			
	Administratiecafé	10.00 - 12.00	gratis		Buurtsteunpunt	
	Walking basketbal	10.30 - 11.30	€ 3,00		Zwembad Zevenkampse Ring	
	Ontmoetingsactiviteit Himmat groep	12.00 - 17.00	gratis			
	Broodjesexpress (o.a. broodje kip-kerrie)	12.30 - 14.00	variabel			
	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	
	Ma & Ma Bakery (8-12 jaar)	14.00 - 16.00	gratis			
	Leesclub	14.00 - 16.00	gratis	maandelijks		
	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 2e week	Aafje De Vijf Havens	
	Raad & daad balie	18.30 - 20.30	gratis		Leger des Heils	
	Studio Time (Maak eigen muziek 12-18 jr)	19.00 - 21.00	gratis			
	donderdag	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)		
		Wereldskoken (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			
Badminton		11.00 - 12.00	€ 3,00		Zwembad Zevenkampse Ring	
Soepmiddag		12.00 - 13.00	gratis		Buurtsteunpunt	
7kampsbakkie		13.30 - 15.00	gratis	2e en laatste do.		
Schilderclub (Tekenen & schilderen)		13.30 - 15.30	gratis			
Ontmoetingsplein		14.00 - 15.30	gratis		Aafje De Vijf Havens	
DocShop Spreekuur 12-23 jr. (woonachtig in Prins Alexander)		15.00 - 17.00	gratis			
Game Night (10 - 15 jaar)		18.00 - 20.00	gratis			
Studio Time (Maak eigen muziek 12-18 jr)		19.00 - 21.00	gratis	op afspraak		
Slanke lijn balans		19.00 - 20.00	gratis		Leger des Heils	
vrijdag		Naald- en draadclub	19.00 - 21.00	gratis		Leger des Heils
		Seniorenzwemmen (In warm water)	09.00 - 10.30	€ 4,60		Zwembad Zevenkampse Ring
		Werkplaats Administratie Ordenen (Stop de Schulden)	09.15 - 12.00	gratis		
		Seniorengym (in de sporthal)	09.30 - 10.30	€ 3,00		Zwembad Zevenkampse Ring
		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		



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			
woe. t/m za.	Openingstijden Grand Cafe Prinsenhof	09.00 - 20.00	nvt			
	Openingstijden Speeltuin Pietje Bell	10.00 - 17.00	€ 1,00		Prinsenspark	
zondag	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.	2-wekelijks even weken		
	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	wekelijks	Huslystraat - beheerdersruimte
		Consultatiebureau voor Ouderen (CBO)	13.00 - 17.30	gratis	op afspraak	
woensdag	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+ Levenstestament	10.00 - 11.30	€ 2,50 incl. koffie / Aanmelden: tel. 010 - 286 72 18 of 06 - 12 28 08 73	22-01-2020		
	Themaochtend 55+ Haptotherapie	10.00 - 11.30	€ 2,50 incl. koffie / Aanmelden: tel. 010 - 286 72 18 of 06 - 12 28 08 73	19-02-2020		
	Themaochtend 55+ Opruimen doe je zo!	10.00 - 11.30	€ 2,50 incl. koffie / Aanmelden: tel. 010 - 286 72 18 of 06 - 12 28 08 73	18-03-2020		
	Themaochtend 55 + Verzorging van de rijpere huid	10.00 - 11.30	€ 2,50 incl. koffie / Aanmelden: tel. 010 - 286 72 18 of 06 - 12 28 08 73	15-04-2020		
	Themaochtend 55+ Levenskunst en zingeving	10.00 - 11.30	€ 2,50 incl. koffie / Aanmelden: tel. 010 - 286 72 18 of 06 - 12 28 08 73	13-05-2020		
	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	2-wekelijks wisselend		
	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	€ 5,50	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			
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	€ 5,50	maandelijks 2e week	Swedoro	
	Bingo Prinsenhof	13.30 - 16.00	€ 6,00 per boekje	maandelijks laatste week	Swedoro	
	Themadiner	18.00 - 21.00	wisselt	maandelijks laatste week op inschrijving		
zaterdag	Openingstijden Grand Cafe Prinsenhof	gesloten				

* Alle activiteiten zijn wekelijks tenzij anders aangegeven.



TOT ZIENS!

SKVR

Vanaf het voorjaar 2020 gaat SKVR in samenwerking met Buurtwerk in verschillende Huizen van de Wijk cursussen aanbieden voor Rotterdammers tussen 2,5 en 100 jaar.

Mixcursussen voor peuters t/m 9-jarigen

Weet uw kind nog niet wat het leuk vindt? Of vindt het juist alles leuk? Doe mee aan de mixcursus (9 of 12 lessen) waarin wordt kennis gemaakt met verschillende disciplines zoals dans, toneelspelen, beeldend werken en muziek/zang.

Jongeren en volwassenen

Op verschillende Buurtwerk locaties starten we met een basiscursus fotografie, fotograferen of filmen met een smartphone, basiscursus creatief schrijven, bandles Popschool en theaterlessen (5x).

Meer weten over deze cursussen? Dan kunt u uw belangstelling aangeven bij info@buurtwerk.nl of kijk op www.skvr.nl (v.a. het voorjaar 2020).