

Kralingen-Crooswijk

Activiteitenoverzicht Volwassenen

***Huis van de Wijk Pompgebouw De Esch
Rijnwaterstraat 23, Rotterdam***

Weekprogramma Volwassenen

MAANDAG

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
10.00 - 13.00	Wijkservicepunt de Esch Voor al uw vragen	Gratis	Graag vooraf aanmelden	Rudi: 06-28717663 wijksteun@super-actief.nl
13.30 - 16.00	Yoga (alleen voor leden)	10 rittenkaart € 90	Ja	Pascale: 06-18425473 www.BewustZen.nl
14.00 - 16.00	Theater Oude Rotten	Gratis	Ja	Sonja: 06-59942116 srietkerken@dock.nl
10 november 14.00 - 16.00	Dag van de Mantelzorg Kom gezellig langs voor koffie/ thee en wat lekkers!	Gratis	Ja	Anjana: 06-43772320 akoendanpandaij@dock.nl
17.00 - 18.00	Afsluiting van de dag Bewoners samenkomst	Gratis	Nee	Sonja: 06-59942116 srietkerken@dock.nl

DINSDAG

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
10.00 - 13.00	Wijkservicepunt de Esch Voor al uw vragen	Gratis	Graag vooraf aanmelden	Rudi: 06-28717663 wijksteun@super-actief.nl
10.00 - 13.00	Wijkservicepunt de Esch Voor al uw vragen	Gratis	Graag vooraf aanmelden	Rudi: 06-28717663 wijksteun@super-actief.nl
13.00 - 14.00	Spreekuur Bewonersinitiatief	Gratis	Nee	Anjana: 06-43772320
13.00 - 16.00	Repair cafe	Gratis	Nee	-
13.30 - 15.30	Rummycub (gezelschapsspel)	€ 2	Ja	Sandy / Lilly: 010-3046322 info@super-actief.nl
14.00 - 15.00	Spreekuur voor mantelzorgers	Gratis	Nee	Anjana: 06-43772320
14.00 - 16.00	Mannencafé	Gratis	Nee	Sandy / Lilly: 010-3046322
17.30 - 18.30	Wijk maaltijd	€ 7,50	Telefonisch aanmelden of aan de balie voor 11.00 uur	Sonja: 06-59942116 srietkerken@dock.nl
17.00 - 18.00	Afsluiting van de dag Bewoners samenkomst	Gratis	Nee	Sonja: 06-59942116 srietkerken@dock.nl

WOENSDAG

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
10.00 - 13.00	Wijkservicepunt de Esch Voor al uw vragen	Gratis	Graag vooraf aanmelden	Rudi: 06-28717663 wijksteun@super-actief.nl
13.00 - 16.00	Repair cafe	Gratis	Nee	-
13.00 - 16.00	Kaarten maken	Gratis	Nee	Sonja: 06-59942116 / 0888-555014 / srietkerken@dock.nl
17.00 - 18.00	Afsluiting van de dag - Bewoners samenkomst	Gratis	Nee	Sonja: 06-59942116 srietkerken@dock.nl
20.00 - 23.00	Popkoor Puur Zang enzo	Graag contact opnemen	Ja	06-45265643

Alle activiteiten zijn onder voorbehoud van eventuele wijzigingen.

Voor meer informatie volg ons op

 Huis van de wijk Pompgebouw de Esch | www.dock.nl

Weekprogramma Volwassenen

DONDERDAG

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
10.00 - 12.00	Computer inloop Senioren	Gratis	Nee	Marcel Tiel: 06-38634835 mtiel@dock.nl
10.00 - 13.00	Wijkservicepunt de Esch Voor al uw vragen	Gratis	Graag vooraf aanmelden	Rudi van Arend: 06-28717663 wijksteun@super-actief.nl
10.00 - 12.00	SuperDag (voor senioren)	€ 3,50 voor de lunch	Ja	Sandy / Lilly: 010-3046322 info@super-actief.nl
Vanaf 11 nov 10.30 - 13.30	Buurtkamer Locatie: 't Hofje Gerrit de Koker	-	Nee	Ingeborg Rülander: 06 5994 3094 irunlander@dock.nl
11.00 - 12.00	Senioren Fitgym Locatie: de Dojozaal van Sportcentrum Kralingen De Slaak 15, Rotterdam	€ 15 per maand	Ja	Sonja Rietkerken: 06-59942116 srietkerken@dock.nl
13.00 - 16.00	Repair cafe	Gratis	Nee	-
13.30 - 15.30	Handwerk (breien/ haken)	Gratis	Nee	Marcel Tiel: 06-38634835 mtiel@dock.nl
17.00 - 18.00	Afsluiting van de dag - Bewoners samenkomst	Gratis	Nee	Sonja Rietkerken: 06-59942116 srietkerken@dock.nl
19.30 - 22.00	Bingo (iedere 2e donderdag van de maand)	€ 1 per ronde (totaal 8 rondes)	Nee	Sonja Rietkerken: 06-59942116 srietkerken@dock.nl
20.00 - 23.00	Turks Theater Koor	Gratis	Ja	Sonja Rietkerken: 06-59942116 srietkerken@dock.nl

VRIJDAG

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
10.00 - 13.00	Wijkservicepunt de Esch Voor al uw vragen	Gratis	Graag vooraf aanmelden	Rudi van Arend: 06-28717663 wijksteun@super-actief.nl
10.00 - 11.00	Beweging voor 18+ jaar		Ja	Vrijwilligerswinkel: 010-4414050
17.00 - 18.00	Afsluiting van de dag - Bewoners samenkomst	Gratis	Nee	Sonja Rietkerken: 06-59942116 srietkerken@dock.nl

Alle activiteiten zijn onder voorbehoud van eventuele wijzigingen.

Voor meer informatie volg ons op

 Huis van de wijk Pompgebouw de Esch | www.dock.nl