Weekprogramma

November 2026

Huis van de Wijk
Pompgebouw De Esch

Maandag

10:00 - 14:00
Wijkservicepunt Kralingen-Crooswijk
aanmelden verplicht: Rudi van Arend 06-28717663

11:00 - 12:00
Minder vallen, meer bewegen
aanmelden verplicht bij super actief via 010 304 63 22 of via lilly@super-actief.nl

13:00- 14:00
Thuis Onbeperkt Mobiel
aanmelden verplicht bij super actief via 010 304 63 22 of via lilly@super-actief.nl

13:30 - 16:00
Yoga
alleen voor leden, aanmelden bij Pascalle, Bewust Zen; 06 18425473

13:00 - 16:00
Repair Café
06-59101700

20:00 -
Iedere eerste Maandag van de Maand
info@010veteranen.nl
Veteranen010

Dinsdag

10:00 - 14:00
Wijkservicepunt Kralingen-Crooswijk
aanmelden verplicht: Rudi van Arend 06-28717663

13:30 - 16:30
Rummycub € 2 (inclusief koffie of thee)
aanmelden verplicht bij super actief via 010 304 63 22 of via info@super-actief.nl

13:00 - 16:00
Repair Café
06-59101700

17:30 - 19:00
Samen eten
aanmelden verplicht voor maandag 11:00, bij Sonja via 06 59942 116 srietkerken@dock.nl

Woensdag

10:00 - 14:00
Wijkservicepunt Kralingen-Crooswijk
aanmelden verplicht: Rudi van Arend 06-28717663

10:00 - 11:30
Digi Plein
Marcel Tiel: 06-38634835
mtiel@dock.nl

13:00 - 15:30
Kaarten maken

13:00 - 16:00
Repair Café
06-59101700

20:00 - 22:30
Popkoor Puur Zang Enzo
alleen voor leden: 06-45265643

Iedere eerste Woensdag van de Maand.
14:00 - 16:00
Bakkie de Esch, in gesprek met de gemeente, politie, en andere organisaties. Aanmelden niet verplicht.

Donderdag

10:00 - 14:00
Wijkservicepunt Kralingen-Crooswijk
aanmelden verplicht: Rudi van Arend 06-28717663

10:00 - 14:00 **Super dag Senioren**
aanmelden verplicht bij super actief via 010 304 63 22 of via info@super-actief.nl
Kosten voor de lunch € 3,50)

11:00 - 12:00
Senioren Fitgym (€ 15 per maand)
aanmelden verplicht bij Anne Hanon: 06-48728716

13:00-14:00
Thuis Onbeperkt Mobiel
aanmelden verplicht bij super actief via 010 304 63 22 of via lilly@super-actief.nl
(begint met de lunch om 12:00 voor de deelnemers)

13:00 - 16:00
Repair Café
06-59101700

13:30 - 15:30
Handwerken, breien of haken.
Marcel Tiel: 06-38634835
mtiel@dock.nl

14:00 - 16:00
Mannen Café
meer informatie via 010 304 63 22 of via info@super-actief.nl

17:30 - 19:00
Samen Eten
iedere tweede en derde donderdag van de maand.
aanmelden verplicht: Sonja, 0659942116

Vrijdag

10:00 - 14:00
Wijkservicepunt Kralingen-Crooswijk
aanmelden verplicht: Rudi van Arend 06-28717663

10:00 - 12:00
Gym Conchita van Iersel
aanmelden verplicht bij super actief: 010-3046322

INFORMATIE

Heb je vragen? Neem contact op of kom langs:

Huis van de Wijk
Rijnwaterstraat 23,
3063HC Rotterdam

Sonja Rietkerken
06 599 42 116

Super-Actief
'ECH WEL ROTTERDAMS WELZIJN!'

DOCK verbonden door mensenwerk