

Weekprogramma

Maandag

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
13.30 - 16.00	Yoga (alleen voor leden)	10 rittenkaart €90,-	Ja	Pascale van der Gaag 06 1842 5473 www.BewustZen.nl

Dinsdag

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
10.00 - 13.00	Wijkservicepunt de Esch Voor al uw vragen	Gratis	Nee	Rudi van Arend 06 2871 7663
13.00 - 16.00	Repair cafe	Gratis	Nee	-
13.30 - 15.30	Rummycub (gezelschapsspel)	€2,00	Ja	Sandy / Lilly Aanmelden via info@super-actief.nl 010 304 63 22
15.00 - 16.30	Huiskamer van de Wijk (8- 12 jaar) Huiswerk & leuke spelletjes	Gratis	Ja	Desiree Duijvestijn dduijvestijn@dock.nl / 06 2835 7930
17.00 - 18.30	Wijk maaltijd	€7,50	Nee	Jos van Veen (beheerder Pompgebouw) 06 2430 4395

Woensdag

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
10.00 - 13.00	Wijkservicepunt de Esch Voor al uw vragen	Gratis	Nee	Rudi van Arend 06 2871 7663
13.00 - 16.00	Kaarten maken	Gratis	Nee	-
13.00 - 16.00	Repair cafe	Gratis	Nee	-
13.00 - 15.00	Superchefs (7-12 jaar) Kookles voor kinderen	Gratis	Ja	Desiree Duijvestijn dduijvestijn@dock.nl / 06 2835 7930
14.00 - 16.00	Bakkie doen? Samen met met de wijkagent en wijknetwerker	Gratis	Ja	Marcel Tiel mtiel@dock.nl / 06 3863 4835

Alle activiteiten zijn onder voorbehoud van eventuele wijzigingen.

Voor meer informatie volg ons op

 **DOCK** Kralingen-Crooswijk

 **dockkracrojeugd**



Super-Actief
'ECH WEL ROTTERDAMS WELZIJN!'

De kracht van
wij samen



Weekprogramma

Donderdag

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
10.00 - 12.00	Computer inloop Senioren	Gratis	Nee	Marcel Tiel mtiel@dock.nl / 06 3863 4835
10.00 - 13.00	Wijkservicepunt de Esch Voor al uw vragen	Gratis	Nee	Rudi van Arend 06 2871 7663
10.00 - 12.00	SuperDag (voor senioren)	€3,50 voor de lunch	Ja	Sandy / Lilly Aanmelden via info@super-actief.nl 010 304 63 22
11.00 - 12.00	55+ Fitgym	€2,00	Ja	Marcel Tiel mtiel@dock.nl / 06 3863 4835
13.00 - 16.00	Repair cafe	Gratis	Nee	-
13.30 - 15.30	Handwerk (breien/ haken)	Gratis	Nee	Marcel Tiel mtiel@dock.nl/ 06 3863 4835
15.00 - 16.00	Huiskamer van de Wijk (7- 12 jaar) Huiswerk & leuke spelletjes	Gratis	Nee	Jos Jonkergouw jjonkergouw@dock.nl / 06 3934 1561
15.30 - 17.30	Superchefs (7-12 jaar) Kookles voor kinderen	Gratis	Ja	Jos Jonkergouw jjonkergouw@dock.nl / 06 3934 1561
19.30 - 22.00	Bingo (iedere 2e donderdag van de maand)	€1,00 per ronde (totaal 8 rondes)	Nee	Jos van Veen (beheerder Pompgebouw) 06 2430 4395

Vrijdag

Tijdstip	Activiteit	Kosten	Aanmelden	Contactpersonen
10.00 - 11.00	Beweging voor 55+	Gratis	Ja	Vrijwilligerswinkel 010 441 4050
11.30 - 12.30	Nederlandse taalles	Gratis	Ja	Marcel Tiel mtiel@dock.nl / 06 3863 4835
15.00 - 16.30	Powergirls (6-12 jaar) Knutselen, koken, nagels versieren, dansen en nog veel meer	Gratis	Ja	Desiree Duijvestijn dduijvestijn@dock.nl / 06 2835 7930

Alle activiteiten zijn onder voorbehoud van eventuele wijzigingen.

Voor meer informatie volg ons op

 **DOCK Kralingen-Crooswijk**

 **dockkracrojeugd**



Super-Actief
'ECH WEL ROTTERDAMS WELZIJN!'

De kracht van
wij samen

