

DOCK, de kracht van wij samen.

Aanspreekpunt volwassenen

Daan Burger	Tel: 06 599 368 91	dburger@dock.nl
Floortje Schouten	Tel: 06 599 026 55	fschouten@dock.nl
Gerbina ud Hurk	Tel: 06 599 246 99	gudhurk@dock.nl
Pim van Galen	Tel: 06 225 566 03	pugalen@dock.nl

Aanspreekpunt jeugd en jongeren

Daan Burger	Tel: 06 599 368 91	dburger@dock.nl
Ferried el Hosni	Tel: 06 599 991 04	fhosni@dock.nl
Maya Hibbel	Tel: 06 599 785 79	mhibbel@dock.nl

Naschoolse activiteiten

Frederique Peters	Tel: 06 204 180 10	fpeters@dock.nl
-------------------	--------------------	-----------------

Ruimteverhuur

Sandra	boomsspijker@dock.nl
--------	----------------------

Beheer

Receptiebalie	Tel: 020 62 64 002	
Hamid (overdag)	Tel: 06 435 440 26	hkissami@dock.nl
Abdul (avonden)	Tel: 06 179 396 54	

Spreekuren

Pluspunt – maandag tussen 9.30 - 11.30 uur, op afspraak

Bij het Pluspunt kunt u terecht met vragen over wijkzorg, welzijn en wonen. Er is koffie en u kunt ook gewoon een praatje komen maken. U kunt een afspraak maken via het algemene hulpnummer 020-5573338 (Buurtteams), of mailen via info@buurtteamamsterdamcentrum.nl.

Buurtteam - donderdag tussen 13.00 - 15.00 uur, open inloop

U kunt met uw vraag wijkzorg, welzijn en wonen langskomen. Tijdens de open inloop kijken de medewerkers van het Buurtteam met u mee of ze u direct kunnen helpen of een vervolgafspraak inplannen.

Woonspreekuur – woensdag tussen 14.00 - 17.00 uur, op afspraak

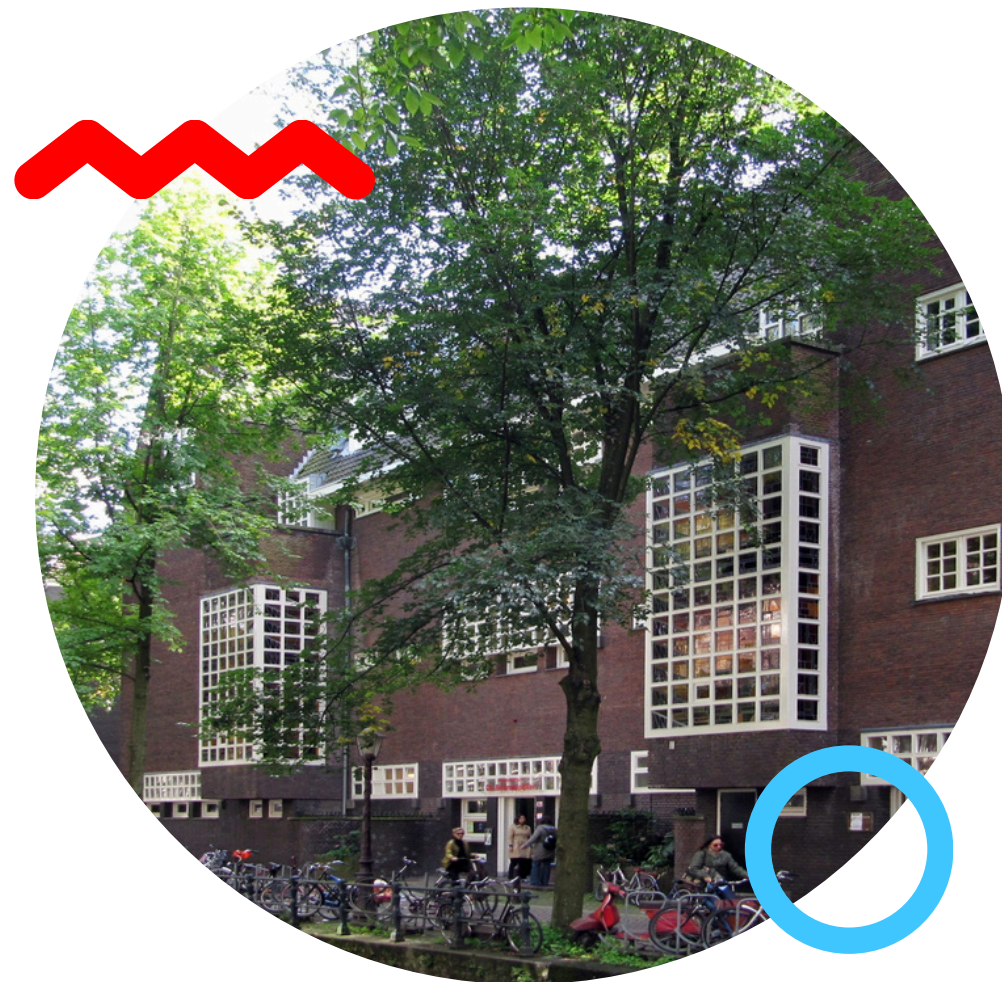
!Woon geeft bewoners informatie en advies over huren, kopen, energie, organisatie en participatie. !woon is er voor huurders, eigenaar-bewoners en woningzoekenden. U kunt een afspraak maken voor het Woonspreekuur. U kunt !WOON telefonisch bereiken op 020-5230110 of mailen naar centrum@wooninfo.nl

Woningzoekendenspreekuur – donderdag tussen 13.00 - 15.00 uur, op afspraak

Voor ondersteuning bij het zoeken of reageren op woningen via Woningnet kunt u op afspraak langskomen. U kunt !WOON telefonisch bereiken op 020-5230110 of mailen naar centrum@wooninfo.nl

De Boomsspijker

Vaste activiteiten 2025



Buurtcentrum de Boomsspijker

Recht Boomssloot 52
boomsspijker@dock.nl / 020 62 64 002

Openingstijden

Maandag - vrijdag 08.30-22.00 uur
Weekend en vakanties aangepaste tijden

Maandag

09.45-10.45	Yoga 55+ (deels met stoelen)	MBVO		020 88 61 070
12.30-13.15	Actieve yoga 55+	MBVO		020 88 61 070
13.00-14.45	Repair Café 1e maandag v.d. maand	Daan Burger	DOCK	06 599 368 91
14.00-16.00	Bingo eens in de twee weken	Gerbina ud Hurk	DOCK	06 599 246 99

Dinsdag

10.00-10.45	Conditietraining 55+	MBVO		020 88 61 070
11.00-11.45	Gymnastiek 60+	MBVO		020 88 61 070
13.00-15.00	Computerinloop	Cyberzoek		020 69 345 82
14.00-16.00	Museumclub 2e dinsdag ud maand	Floortje Schouten	DOCK	06 599 026 55
15.00-16.30	Taalcafé	Daan Burger	DOCK	06 599 368 91
17.30-20.00	Soep op Dinsdag	Gerbina ud Hurk	DOCK	06 599 246 99
18.00-19.15	Tai Chi	Daan Burger	DOCK	06 599 368 91
19.00-20.30	Taalcafé	Daan Burger	DOCK	06 599 368 91
19.30-22.00	Open Atelier	Gerbina u/d Hurk	DOCK	06 599 246 99

Woensdag

ACTIVITEIT	CONTACTPERSOON	CONTACTGEGEVENS
09.30-10.15	Yoga 55+	MBVO 020 88 61 070
10.30-11.30	Stoelyoga 55+	MBVO 020 88 61 070
12.00-13.30	Buurtlunch	Pim van Galen DOCK 06 225 566 03
16.00-18.00	Kaartclub	Maya Hibbel DOCK 06 59978579
16.30-17.30	Zaalvoetbal (ism Sciandri)	Ferried el Hosni DOCK 06 599 991 04
18.00-19.15	Tafeltennis	Daan Burger DOCK 06 599 368 91
18.00-20.30	Jongereninloop	Ferried el Hosni DOCK 06 599 991 04

Donderdag

09.30-10.15u	Gymnastiek 60+	MBVO		020 88 61 070
15.00-17.00u	Roads filmclub	ROADS (Gerard)		
18.30-21.00u	Comfi Food Night (ENG) eens in de 6 weken	Daan Burger	DOCK	06 599 368 91

Vrijdag

09.45-10.30	Yoga 55+	MBVO		020 88 61 070
11.00-11.45	Yoga 55+	MBVO		020 88 61 070
14.00-15.30	Open Meditatie	Daan Burger	DOCK	06 599 368 91
15.00-17.00	Naschoolse hangout	Maya Hibbel	DOCK	06 599 785 79
16.00-17.00	Werken aan je conditie	Daan Burger	DOCK	06 599 368 91
16.00-18.00	Sfera, dansen in de Boomsspijker	Daan Burger	DOCK	06 599 368 91
17.15-18.15	Auond Workout	Daan Burger	DOCK	06 599 368 91
18:00-20:00	Buurtrestaurant 1e vrijdag v.d. maand	Pim van Galen	DOCK	06 22 55 66 03
18.00-21.00	Psychiatrie cafe 4e vrijdag v.d. maand	Regenbooggroep		020 53 17 600
19.00-22.00	Spelletjes avond 2e en 3e vrijdag ud maand	Daan Burger	DOCK	06 599 368 91

Weekend

ACTIVITEIT	CONTACTPERSOON	CONTACTGEGEVENS
19.00-22.00	Filmlokaal eens in de 6 weken	Daan Burger DOCK 06 599 368 91

Overig programma

Naast de vaste activiteiten zijn er ook nog speciale programma's zoals bijvoorbeeld de groenactiviteiten, workshops, culturele evenementen, jeugd- en jongerenactiviteiten. Deze worden aangekondigd op onze maandposter, flyers, de socials of schrijf je in voor de Boomsspijker nieuwsbrief door een mailtje te sturen naar pugalen@dock.nl



@Buurtcentrum de Boomsspijker



@Boomsspijker