



Activiteitenoverzicht Huis van de Wijk Het Lage Land

Remmet van Milplaats 15 3067 AN Rotterdam

Tel. 010 455 37 99 / balielageland@buurtwerk.nl

Je vervelen in Het Lage Land? Of alleen zijn? Dat hoeft echt niet! Het Huis van de Wijk is er voor bewoners. Van (heel) jong tot (heel) oud! Zij kunnen er meedoen met allerlei activiteiten of gewoon 's langskomen voor een kop koffie en een leuk gesprek.

Er zijn creatieve, sportieve, muzikale, theater & ontspannende activiteiten. Er is taalonderwijs. U en Je kunt er terecht voor vragen op welk gebied dan ook. Er wordt gelachen, gepraat en soms gehuild. In dat geval zoeken we samen naar wat er nodig is. Bewoners leren elkaar kennen. Zo maken we het leven in Het Lage Land met elkaar een stuk aangenamer!

Kijk in het overzicht wat er voor u bij zit. Vindt u het niet? Dan gaan we graag in gesprek met u om te bekijken of we het met elkaar kunnen realiseren!

Tot slot, bent u niet in staat om langs te komen en heeft u toch een vraag, idee of verzoek, bel ons! Onze Buurtwerkers en vrijwilligers gaan ook op huisbezoek

De activiteiten voor kinderen en jongeren die er zijn, zijn superleuk. We willen graag dat dat aanbod uitgebreid wordt en roepen kinderen, jongeren & ouders op om met ons in gesprek te gaan over leuke activiteiten voor hen!

Fietswerkplaats	ma. t/m vrij.	op afspraak	Tom Boxman tel. 06 3829 0593
Fietslessen Het Lage Land	in overleg	09.00 - 11.00	€ 25,00 (10x) Tom Boxman tel. 06 3829 0593
Pianoles va. 6 jaar + volw.	maandag	in overleg	Armand Dusault tel. 06 1428 0631
Consultatiebureau voor 55+	maandag	09.30 - 11.30	gratis
Taalles Nederlandse taal groepsles	maandag	09.30 - 12.00	€ 20,00 (20X) Erna 't Hart tel. 06 5140 4768
Repair Cafe apparaten/kleding ed. (2x p mnd. In de even weken)	maandag	09.30 - 12.00	€ 2,00 per reparatie/ balie tel. 010 455 37 99
Keramiek cursus	maandag	09.30 - 12.00	Hannie van Dort tel. 06 3022 1775
Speelochtend peuters tot 4 jr.	maandag	10.00 - 11.30	gratis / balie tel. 010 455 37 99
De Boekendief (boekenclub)	maandag	10.30 - 12.00	gratis / balie tel. 010 455 37 99
Op Stap met Sonja (wandclub)	maandag	13.00 - 14.30	gratis / balie tel. 010 455 37 99
Tekenen & Schilderen (7-12 jaar)	maandag	16.00- 18.00	SKVR (docent onbekend) tel. 010 436 13 66
ZUMBA!	maandag	18.45 - 19.45	Celi Hermans tel. 0623331448
Salsa ONI ONI (2 groepen)	maandag	20.00 - 22.00	Oni Oni Mundo Cubano tel. 06 4197 3116
Pilates	dinsdag	09.00 - 10.00	Ellyn Petimesas tel. 06 4113 8634
Comfortwoning Hendrick Staetsweg	dinsdag	10.00 - 12.00	Gratis. Ook op afspraak: 06 5890 3507
Inloop voor mensen met beginnende geheugenproblematiek	dinsdag	10.00 - 14.30	Odensehuis tel. 010 466 67 22
Tijd voor een praatje - koffieochtend	dinsdag	10.30 - 12.00	balie tel. 010 455 37 99
Bewegen voor ouderen	dinsdag	12.30 - 13.00	€ 3,50 Marion Cohen tel. 06 4234 7898
Welness massages 30 min of 1 uur	dinsdag	13.00 - 16.00	€ 12,50 / € 20,00 / balie tel. 010 455 37 99
Valpreventie senioren	dinsdag	13.30 - 14.30	€ 25,00 / balie tel. 010 455 37 99
Popkoor Lage Land kids/jongeren	dinsdag	16.00 - 17.00	SKVR (Sjharlie Vos) tel. 010 436 13 66
Meditatie in flow	dinsdag	18.15 - 19.45	Dorine vd. Gaag tel. 06 4469 4482
Vormgeving met metaal	dinsdag	19.30 - 22.00	SKVR (Dick Miedema) tel. 010 436 13 66

Heeft u talenten die u voor de wijk wil inzetten? Of denkt u erover om vrijwilligerswerk* te gaan doen? Bel ons. Daar wordt u niet alleen blij van, maar wij ook! Telefoon 010 455 37 99 en vraag naar de balie van Het Lage Land. Kijk verder op de achterkant.

*Vrijwilligerswerk betekent niet dat u wekelijks beschikbaar moet zijn. We kijken altijd naar de mogelijkheden die u heeft.

Gitaar les va. 7 jaar + volw.	woensdag	in overleg	SKVR (Hans Hendrik) tel. 010 436 13 66
Pianoles va. 6 jaar + volw.	woensdag	in overleg	SKVR (Elise Polman) tel. 010 436 13 66
Yoga & koffie groep 1	woensdag	09.00 - 10.30	Miranda Brantjes tel. 06 1539 2172
Yoga & koffie groep 2	woensdag	10.30 - 12.00	Miranda Brantjes tel. 06 1539 2172
Tekenen & Schilderen	woensdag	10.15 - 12.15	SKVR (Carlos Staudacher) tel. 010 436 13 66
Tuinieren rondom Huis van de Wijk	woensdag	10.00 - 12.00	Patty Ehrbecker tel. 06 2357 3852
Visje eten! 1x op 30-09-2020	woensdag	11.45 - 13.15	balie tel. 010 455 37 99
Tai Chi les- en oefengroep	woensdag	12.15 - 13.15	€ 40,00 (16x) Fred Remeus tel.06 1524 7982
Tekenen & Schilderen	woensdag	12.30 - 14.30	SKVR (Carlos Staudacher) tel. 010 436 13 66
Workshop Smarttelefoon en tablet voor senioren	woensdag	13.30 - 15.00	€ 10,00 (4x) / balie 010 455 37 99
Themaachtend Effectieve behandeling bij artrose 1x op 14-10-20	woensdag	14.00 - 15.30	€ 2,50 / Angelie Roelofsen tel. 06 12280873
Schaken (inloop recreatief niveau)	woensdag	14.00 - 16.00	gratis / balie tel. 010 455 37 99
ZUMBA! Steps Toning (voor vrouwen)	woensdag	18.30 - 19.30	Celi Hermans tel. 06 2333 1448
Taalles individuele lessen	woensdag	18.30 - 19.45	taalpuntprinsalexander@gmail.com of Erna 't Hart tel. 06 5140 4768
Eetcafe Swedoro 3-gangen menu in Swedoro 1x p mnd.	woensdag	17.30 - 19.30	€ 5,50 / balie tel. 010 455 37 99
Shantykoor De Walzangers	woensdag	19.30 - 22.00	Rina Plaizier tel. 06 1014 3274
Hobbykeramiegroep	woensdag	19.30 - 21.30	Anne Hofman tel. 06 2873 4845
Taalles individuele lessen	woensdag	20.00 - 21.15	taalpuntprinsalexander@gmail.com of Erna 't Hart tel. 06 5140 4768
Gitaar les va. 7 jaar + volw.	donderdag	in overleg	SKVR (Hans Hendrik) tel. 010 436 13 66
Loopbaantraining S.N.T.R.	donderdag	09.00 - 12.00	S.N.T.R. tel. 06 4167 7961
BBB voor vrouwen (Buik Billen Benen)	donderdag	09.30 - 10.30	Celi Hermans tel. 06 2333 1448
Tekenen & Schilderen	donderdag	10.00 - 12.00	SKVR (Carlos Staudacher) tel. 010 436 13 66
Inloop voor mensen met beginnende geheugenproblematiek	donderdag	10.00 - 14.30	Odensehuis tel. 010 466 67 22
Valpreventie senioren	donderdag	11.00 - 12.00	€ 25,00 / balie tel. 010 455 37 99
Tekenen & Schilderen	donderdag	12.45 - 14.45	SKVR (Carlos Staudacher) tel. 010 436 13 66
Jeu de Boules	donderdag	13.00 - 15.00	gratis / balie 010 455 37 99
Naailes	donderdag	13.30 - 15.30	€ 30,00 (10x) / balie tel. 010 455 37 99
Workshop Psychologie	donderdag	14.00 - 15.30	balie tel. 010 455 37 99
Kinderkunstklas	donderdag	16.00 - 18.00	SKVR (docent onbekend) tel. 010 436 13 66
Hatha Yoga (2 groepen van 1 uur)	donderdag	19.15 - 21.15	SKVR (Eline Guijt) tel. 010 436 13 66
Tekenen & Schilderen	donderdag	19.30 - 21.30	SKVR (Norman James) tel. 010 436 13 66
Edelsmeden	donderdag	19.30 - 22.00	SKVR (Mira Woutersen) tel. 010 436 13 66
Inloop voor mensen met beginnende geheugenproblematiek	vrijdag	10.00 - 14.30	Odensehuis tel. 010 466 67 22
Edelsmeden	vrijdag	09.30 - 12.00	SKVR (Dick Miedema) tel. 010 436 13 66
Peutergym 1,5-2 jaar	vrijdag	09.45 - 10.30	SKVR (Mirella Kramer) tel. 010 436 13 66
Peutergym 2,5-4 jaar	vrijdag	10.30 - 11.15	SKVR (Mirella Kramer) tel. 010 436 13 66
Verkoop & reparatie houten speelgoed 1x op 25-09-20	vrijdag	10.00 - 12.00	balie tel. 010 455 37 99
Bewegen voor ouderen	vrijdag	12.30 - 13.00	€ 3,50 Marion Cohen tel. 06 4234 7898
Wereldkeuken 3-gangen in Swedoro 1x p mnd.	vrijdag	13.00 - 14.30	€ 5,50 balie tel. 010 455 37 99
Bingo Swedoro	vrijdag	13.30 - 15.30	€ 6,00 balie 010 455 37 99
Afro Dansles voor jongeren	vrijdag	17.00 - 18.00	Gina Anches tel. 06-22866884
Kleutertheater	zaterdag	10.00 - 11.00	SKVR (David Verschoor) tel. 010 436 13 66
Theater les 6 - 8 jaar	zaterdag	11.15 - 12.15	SKVR (David Verschoor) tel. 010 436 13 66
Productiejaar	zaterdag	12.30 - 14.00	SKVR (David Verschoor) tel. 010 436 13 66
Keramiek Werkplaats kind.&volw.	zaterdag	11.00 - 13.00	€ 15,00 (3x) / ebkeramiek@gmail.com
Gezellige zondagmiddag met Jeruzalem/Line Dance 1x 11-10-2020	zondag	13.00 - 15.00	€ 2,00 Yvonne Vermeer tel. 06 1642 0891
Gezellige zondagmiddag met klaverjassen / jokeren 1x 18-10-2020	zondag	13.00 - 15.00	€ 2,00 Yvonne Vermeer tel. 06 1642 0891
Gezellige zondagmiddag live muziek van De Vrijbuiters 1x 25-10-2020	zondag	13.30 - 16.30	€ 4,00 Yvonne Vermeer tel. 06 1642 0891