

Welzijn op de Hoek – Programma overzicht

Huis van de Wijk 'De Hoekstee' is dé centrale ontmoetingsplek in Hoek van Holland, waar een rijk en gevarieerd aanbod aan activiteiten het hele jaar door plaatsvindt. Of je nu op zoek bent naar beweging, creativiteit, ontmoeting of ontspanning: er is voor ieder wat wils. Niet alleen in De Hoekstee, maar ook op andere locaties in Hoek van Holland worden activiteiten georganiseerd, zodat er altijd iets in de buurt te vinden is.

Ook zijn er meerdere verenigingen en vaste gebruikers in Huis van de Wijk 'De Hoekstee' gehuisvest, die hun vaste plek hebben in het (wekelijkse) programma. Denk aan: Muziekvereniging Rotterdam aan Zee, Koor Hoekse Tranentrekkers, Big Band, Balletschool Domingos, Eerste Hoekse Accordeon Vereniging, Stichting De Zonnebloem, De Bazuin, Caprice Do-Re-Muziek, Aikido Shinkitai, Biljart vereniging, Centrum Jeugd en Gezin, Vraagwijzer, Wijkteam, Stadswinkel en Dorpsraad. En in de wintermaanden ONDO korfbal en Hockey Westland.

Naast een vast aanbod van terugkerende activiteiten, biedt Welzijn op de Hoek ook regelmatig doorlopende én eenmalige initiatieven aan voor de verschillende doelgroepen, zoals workshops, cursussen, trainingen en voorstellingen. Voor deze speciale activiteiten kun je terecht op onze social media-kanalen, Nieuwsblad Hoek van Holland en de website. De Hoekstee is niet alleen een plek voor activiteiten, maar ook een fijne ontmoetingsplek waar professionals werken, elkaar en bewoners ontmoeten, en regelmatig samenwerken.

BELEVINGSTUIN

De belevingstuin is op werkdagen geopend van 08.30 – 17.00 uur. De tuin is toegankelijk via de foyer van Huis van de Wijk 'De Hoekstee' of via het tuinhek aan het Orteliuspad.

MAANDAG

€ = betaalde activiteit G = gratis activiteit J = jongeren V = volwassenen

De activiteiten vinden wekelijks plaats, tenzij er bij bijzonderheden een ander frequentie vermeld staat.

€/G	J/V	Activiteit	Tijdstip	Bijzonderheden	Meer informatie
€*	V	Biljart	08.30 – 17.00		b.c.europoort@gmail.com
€	V	Clup Ontmoeten – 'De Hoekstee'	09.30 – 12.00	€ 5,- per maand excl. lunch	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
€	V	Creatief	09.30 – 11.30	€ 10,- per kwartaal excl. bijzondere activiteiten	hoekstee@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
€	V	Sjoelen	13.45 – 15.45	€ 2,50 per maand	hoekstee@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
G	J	First Lego League - seizoensgebonden	15.00 – 18.00	Gratis**, aanmelden verplicht 9 t/m 15 jaar	activiteit@welzijnopdehoek.nl 06 – 184 330 81
€*	V	Ouderen gym Dominique	16.00 – 17.00		hoekstee@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
€*	V	Buurtrestaurant BijMekaar	17.30 – 19.30	Iedere 1 ^e maandag van de maand, inloop vanaf 17.15	ringing@live.nl 06 – 170 110 58

Dinsdag					
€ = betaalde activiteit G = gratis activiteit J = jongeren V = volwassenen					
De activiteiten vinden wekelijks plaats, tenzij er bij bijzonderheden een ander frequentie vermeld staat.					
€/G	J/V	Activiteit	Tijdstip	Bijzonderheden	Meer informatie
€*	V	Biljart	08.30 – 17.00		b.c.europoort@gmail.com
€	V	Meer Bewegen Voor Ouderen (MBMO)	09.00 – 11.45	09.00 – 09.45 uur bewegen & lopen 10.15 – 11.00 uur bewegen zit-les 11.00 – 11.45 uur bewegen & lopen 10,- per maand	hoekstee@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
G	J/V	Spreekuur Heskes Uitvaartzorg	09.00 – 11.00	Iedere 3 ^e dinsdag van de maand	info@heskesuitvaartzorg.nl 06 – 202 687 68
G	J/V	Wijkhub - spreekuur welzijn en zorg	09.00 – 11.00	In de Wijkhub	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
€*	V	Ouderen Gym HSV	09.00 – 10.00	*	p.pille1989@hotmail.com 06-34334949
€	V	Country Line Dance	13.00 – 15.30	€ 3,50 per keer	hoekstee@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
G	J/V	Eten bij de Schuilplaats	17.00 – 19.00		hoekstee@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
€*	V	Biljart	18.30 – 22.00		b.c.europoort@gmail.com
Woensdag					
€ = betaalde activiteit G = gratis activiteit J = jongeren V = volwassenen					
De activiteiten vinden wekelijks plaats, tenzij er bij bijzonderheden een ander frequentie vermeld staat.					
€/G	J/V	Activiteit	Tijdstip	Bijzonderheden	Meer informatie
€*	V	Biljart	08.30 – 17.00		b.c.europoort@gmail.com
€*	V	Yoga	09.00 – 11.15	9.00 - 10.00 uur en 10.15 - 11.15 uur	esther.mfn@outlook.com 06 – 127 455 08
€	V	Zangkoor Vitaal Vocaal	09.30 – 11.30		hoekstee@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
€*	V	Computerclub	13.00 – 14.30 15.00 – 16.30	- beginners - gevorderden	wil.oef.tab@gmail.com 0174 - 384 588
€	J	Woensdagmiddag Knutsel	13.30 – 15.00	Zie voor data/ tijden en kosten Facebook & Instagram	activiteit@welzijnopdehoek.nl 06 – 167 527 37
€	V	Koppelklaverjassen	14.00 – 16.30	1x in de maand € 1,50 per keer	hoekstee@welzijnopdehoek.nl 0174 - 384 588
€*	V	Bingo	14.00 – 16.30	Iedere 3 ^e woensdag	hoekstee@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
G	J	Spel en Sport	15.00 – 16.00	Zie voor data/ tijden Facebook & Instagram	activiteit@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588 6 – 12 jaar
€*	V	Bingo	19.45 – 22.00		06 – 167 527 37
G	V	Taalles Alsare	18.00 – 20.30	Op inschrijving	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
G	J/V	Vluchtelingenwerk	-	Op afspraak	jgeradts@vluchtelingenwerk.nl

Donderdag					
€ = betaalde activiteit G = gratis activiteit J = jongeren V = volwassenen					
De activiteiten vinden wekelijks plaats, tenzij er bij bijzonderheden een ander frequentie vermeld staat.					
€/G	J/V	Activiteit	Tijdstip	Bijzonderheden	Meer informatie
€*	V	Biljart	08.30 – 17.00		b.c.europoort@gmail.com
G	V	Taalles Alsare***	09.00 – 11.30	Op inschrijving	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
€	V	Clup Ontmoeten – Herman Visserhuis	09.30 – 12.00	€ 5,- per maand excl. lunch	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
€	V	POI	11.00 – 11.45	€ 3,50 per keer	inspirationalactivity@outlook.com 06 – 333 014 34
G	V	Digi-inloopspreekuur	13.00 – 15.30	1 ^e en 3 ^e donderdag van de maand	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
G	J/V	Alzheimer Café	13.30 – 15.30	1 ^e donderdag van de maand	alzheimercafe@stichtinghumanitas.nl 010 – 271 38 00
€	V	Klaverjassen	14.00 – 17.00	€ 1,- per keer	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
Vrijdag					
€ = betaalde activiteit G = gratis activiteit J = jongeren V = volwassenen					
De activiteiten vinden wekelijks plaats, tenzij er bij bijzonderheden een ander frequentie vermeld staat.					
€/G	J/V	Activiteit	Tijdstip	Bijzonderheden	Meer informatie
€*	V	Biljart	08.30 – 17.00		b.c.europoort@gmail.com
G*	J/V	Muziek op Schoot	09.15 – 10.00	Op inschrijving	info@capriceclassic.nl 06 – 317 666 30
€	V	Koffie & Ontmoeten	10.00 – 12.00	Consumpties zijn voor eigen rekening	hoekstee@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
€*	V	Beweegplus	14.00 – 15.00	Wekelijks In de zomermaanden bij VT de Hoek, in de wintermaanden in de Hoekstee	info@vtdehoek.nl 0174 – 382 818
G	J	Jongerenvoetbal	18.30 – 20.00	Wekelijks 14 jaar en ouder	activiteit@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
Algemeen					
€ = betaalde activiteit G = gratis activiteit J = jongeren V = volwassenen					
De activiteiten vinden wekelijks plaats, tenzij er bij bijzonderheden een ander frequentie vermeld staat.					
€/G	J/V	Activiteit	Tijdstip	Bijzonderheden	Meer informatie
G	J/V	Buurtgesprekken	-	Zie voor data/tijden Facebook & Instagram	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
G	J/V	Meet & Greet	-	Zie voor data/tijden Facebook & Instagram - gratis	contact@welzijnopdehoek.nl 06 – 184 330 81
G	V	Meer Bewegen Minder Vallen	-	Alleen op inschrijving	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588

Algemeen - vervolg					
€ = betaalde activiteit G = gratis activiteit J = jongeren V = volwassenen					
De activiteiten vinden wekelijks plaats, tenzij er bij bijzonderheden een ander frequentie vermeld staat.					
€/G	J/V	Activiteit	Tijdstip	Bijzonderheden	Meer informatie
G	V	Tuis Onbezorgd Mobiel	11.00 – 13.00	Maandag en Vrijdag, alleen op inschrijving	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
G/€	J	Vakantieactiviteiten	-	Iedere vakantie zijn er activiteiten. Zie hiervoor het overzicht op de website of op social media wat per vakantie wordt verspreid	activiteit@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588 www.welzijnopdehoek.nl/aanbod
G/€	J/V	Trainingen en workshops	-	Doorlopend zijn er vele trainingen en workshops voor jong en oud. Zie hiervoor het overzicht trainingen	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588 www.welzijnopdehoek.nl/aanbod
G	J	Themamaanden	-	Iedere maand is er een ander thema voor (online) jongerenwerk	contact@welzijnopdehoek.nl Wodh_mees (Instagram)
G	J/V	Formulieren brigade	-	Op afspraak	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
G	J/V	Aanvraag fondsen	-	Op afspraak	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
€*	J/V	Klusjes dienst	-	Op afspraak	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
G	J/V	Mantelzorg spreekuur	Wisselend	Aanmelden is niet nodig	Op wisselende locaties contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
G	J/V	Buurtbezoek voor mantelzorgers – op locatie	11.00 – 13.00	Aanmelden is niet nodig	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
G	J/V	Rouwcafé		Zie data en tijden Facebook / Instagram	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588
G	J/V	Taalcafé	-	Op afspraak	contact@welzijnopdehoek.nl 0174 – 384 588

* Voor informatie over de deelnamekosten kun je terecht bij de betreffende organisator.

** Gratis tot en met de Regio Finale

*** Gaat door bij voldoende inschrijvingen

- Bij alle activiteiten kan je ook gewoon even binnenlopen, mits er bij bijzonderheden vermeld staat dat het alleen op inschrijving is.
- Onder voorbehoud van tussentijdse wijzigingen.

Kijk voor de laatste informatie op:



www.welzijnopdehoek.nl



[Wodh_hoekstee](https://www.facebook.com/Wodh_hoekstee)



[Wodh_mees](https://www.instagram.com/Wodh_mees)