

## 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 vd 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  |

### 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](mailto:info@buurtteamamsterdamcentrum.nl).

### Buurtteam open inloop - donderdag tussen 13.00 - 15.00 uur

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

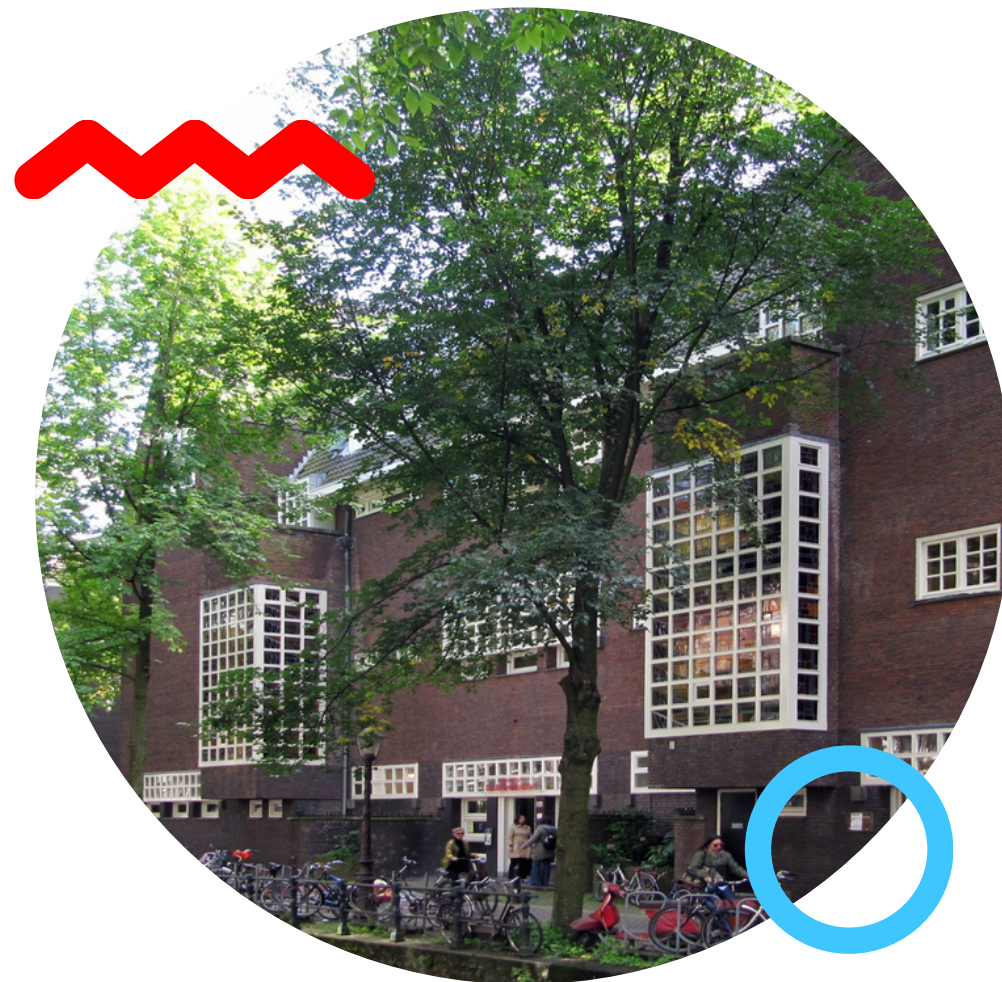
!Woon geeft bewoners informatie en adviezen over huren, kopen, energie, organisatie en participatie. !Woon is er voor huurders, eigenaar-bewoners en woningzoekenden. U kunt een afspraak maken voor het Woonspreekuur. U kunt !WOON telefonisch bereiken op 020-5230110 of mailen naar [centrum@wooninfo.nl](mailto:centrum@wooninfo.nl)

### 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](mailto:centrum@wooninfo.nl)

# De Boomsspijker

## Vaste activiteiten 2024



### Buurtcentrum de Boomsspijker

Recht Boomssloot 52  
[boomsspijker@dock.nl](mailto:boomsspijker@dock.nl) / 020 62 64 002

### Openingstijden

Maandag - vrijdag 09.00-22.00 uur  
Weekend aangepaste tijden

# Activiteitenoverzicht

## April 2024

| Maandag      | ACTIVITEIT                           | CONTACTPERSOON    | CONTACTGEGEVENS    |
|--------------|--------------------------------------|-------------------|--------------------|
| 09.45-10.45u | Yoga (deels met stoelen)             | MBVO              | 020 88 61 070      |
| 12.30-13.15u | Yoga in beweging 55+                 | MBVO              | 020 88 61 070      |
| 13.00-14:45u | Repair Café<br>1e maandag u.d. maand | Daan Burger       | DOCK 06 599 368 91 |
| 14.00-16.00u | Bingo<br>eens in de twee weken       | Floortje Schouten | DOCK 06 599 026 55 |
| 18:30-19:30u | Zaalvoetbal jongeren<br>ISM Sciandri | Daan Burger       | DOCK 06 599 368 91 |

| Dinsdag      | ACTIVITEIT                                   | CONTACTPERSOON    | CONTACTGEGEVENS    |
|--------------|--|-------------------|--------------------|
| 10.00-10.45u | Conditietraining 55+                         | MBVO              | 020 88 61 070      |
| 11.00-11.45u | Gymnastiek 60+                               | MBVO              | 020 88 61 070      |
| 13.00-15.00u | Computerinloop                               | cybersoek.nl      | 020 69 345 82      |
| 13.30-14.30u | Ouderwets gezellige dinsdag<br>ISM Buurtteam | Daan Burger       | DOCK 06 599 368 91 |
| 15.00-16.30u | Taalcafé                                     | Floortje schouten | DOCK 06 599 026 55 |
| 18.00-19.30u | Tai Chi                                      | Daan Burger       | DOCK 06 599 368 91 |
| 19.00-20.30u | Taalcafé                                     | Floortje Schouten | DOCK 06 599 026 55 |

| Woensdag     | ACTIVITEIT     | CONTACTPERSOON   | CONTACTGEGEVENS    |
|--------------|----------------|------------------|--------------------|
| 09.30-10.15u | Yoga 55+       | MBVO             | 020 88 61 070      |
| 10.30-11.30u | Stoelyoga 55+  | MBVO             | 020 88 61 070      |
| 12.00-13.30u | Buurtlunch     | Pim van Galen    | DOCK 06 225 566 03 |
| 18.00-19.15u | Tafeltennis    | Daan Burger      | DOCK 06 599 368 91 |
| 17.00-20.30u | Jongereninloop | Ferried El Hosni | DOCK 06 599 991 04 |

| Donderdag    | ACTIVITEIT                                   | CONTACTPERSOON         | CONTACTGEGEVENS    |
|--------------|--|------------------------|--------------------|
| 09.30-10.15u | Gymnastiek 60+                               | MBVO                   | 020 88 61 070      |
| 11.45-12.30u | Tai Chi 55+                                  | MBVO                   | 020 88 61 070      |
| 13.00-14.00u | Wandelclub                                   | Gerbina u/d Hurk       | DOCK 06 599 026 55 |
| 15.00-17.00u | Filmclub ROADS                               | ROADS - Gerard Wassing | 06 278 653 64      |
| 18.30-21.00u | Comfi Food Night (ENG)<br>eens in de 6 weken | Floortje schouten      | DOCK 06 599 026 55 |

| Vrijdag      | ACTIVITEIT                               | CONTACTPERSOON | CONTACTGEGEVENS    |
|--------------|--|----------------|--------------------|
| 09.45-10.30u | Yoga 55+                                 | MBVO           | 020 88 61 070      |
| 11.00-11.45u | Yoga 55+                                 | MBVO           | 020 88 61 070      |
| 18.00-20.00u | Buurtrestaurant<br>1e vrijdag u.d. maand | Pim van Galen  | DOCK 06 225 566 03 |

| Zaterdag     | ACTIVITEIT                       | CONTACTPERSOON | CONTACTGEGEVENS    |
|--------------|----------------------------------|----------------|--------------------|
| 19.30-22.30u | Filmlokaal<br>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, Naschoolse Activiteiten boekje, Facebookpagina & Instagram of vraag een van de buurtwerkers.

Schrijf je in voor de Boomsspijker nieuwsbrief door een mailtje te sturen naar [pugalen@dock.nl](mailto:pugalen@dock.nl)



@Buurtcentrum de Boomsspijker



@Boomsspijker