

Rotterdam Overschie

1 Reakt

Reakt is specialist in maatschappelijke participatie. Door zinnvolle daginvulling en arbeidsintegratie willen wij mensen een nieuw perspectief bieden en bijdragen aan het realiseren van een zinnvolle plek in de samenleving.

Reakt Rijnmond
Pieter de Hoochweg 14

stempel/handtekening

Datum:

2 Beweegcoach.nl

Gezellig bewegen met anderen, vlakbij huis. Op Beweegcoach.nl staat veel, leuk beweegaanbod voor mensen die wel willen bewegen, maar het al lange tijd niet meer hebben gedaan. Je hoeft geen ervaring te hebben en ook geen goede conditie. Je zoekt snel en makkelijk per wijk via onze website. Een proefles is gratis en alle lessen zijn in groepsverband en sociaal contact staat centraal. Laat jouw behandelaar je online aanmelden en dan zien we je binnenkort voor een proefles.

Zie het activiteitenoverzicht op ons website: www.beweegcoach.nl

stempel/handtekening

Datum:

3 Belevenisboerderij Schieveen

Op de Rotterdamse Belevenisboerderij is van alles te beleven: aai de boerderijdieren, wandel over het erf met de moestuin en Speelnatuur van OERRR of struin door Polder Schieveen. Toegang is gratis, consumpties dienen van de boerderij te zijn. Openingstijden zijn wisselend per seizoen, kijk op www.belevenisboerderij.nl

Oude Bovendijk 220, 3046 NL Rotterdam
Hier gelieve geen contact op te nemen, maar vrij rondlopen

stempel/handtekening

Datum:

4 Bibliotheek Rotterdam Overschie

Bibliotheek R'dam is hét kenniscentrum en cultureel podium van Rotterdam. Een veilige en warme plaats voor en van alle Rotterdammers. We hebben een grote collectie boeken en tijdschriften en organiseren activiteiten voor jong en oud. Zo is er een gratis digicafé, breicafé en wordt er voorgelezen. Kom eens langs! Kijk voor openingstijden op: www.bibliotheek.rotterdam.nl/locaties/overschie

Huis van de Wijk De Halte - Hoge Schiehof 39, 010 281 61 00

stempel/handtekening

Datum:

5 Eigen invulling

U kunt zelf op zoek gaan in de wijk naar een leuke, interessante invulling van de laatste 2 activiteiten. Dit mag van alles zijn.

stempel/handtekening

Datum:

6 Eigen invulling

U kunt zelf op zoek gaan in de wijk naar een leuke, interessante invulling van de laatste 2 activiteiten. Dit mag van alles zijn.

stempel/handtekening

Datum:

Hoe werkt het?

Met de strippenkaart van Kijk op de Wijk kun je je eigen buurt ontdekken. Je neemt contact op met de organisaties op de strippenkaart en maakt een afspraak om langs te gaan. Je krijgt een rondleiding of uitleg van een van de medewerkers en vervolgens krijg je een stempel of handtekening op je strippenkaart. Daarna doe je hetzelfde, maar dan op twee open plekken. Je mag van alles bezoeken, wij sturen je hier niet in. Zoek een locatie die jou leuk of nuttig lijkt.

Wil je geen paraaf vragen op de open plekken? Geen probleem! Je kunt ook wat folders mee terugnemen of een foto maken.

Wanneer je klaar bent kun je bij je begeleider een verzilvering ophalen. Veel plezier ermee: je hebt het verdiend!

