



ZevenKrant



Uitgave van de Bewoners Organisatie Zevenkamp de BOZ

Dialogotafel 7 november bijzonder geslaagd

Vrijdag 7 november 2008 was de opkomst voor de dialogotafel in Zevenkamp overweldigend!

Alle stoelen in de knusse vergaderruimte van de Bewonersorganisatie Zevenkamp in het LCC Zevenkamp waren bezet. Met dertien bewoners werd de dag van dialoog dan ook werkelijkheid.

Vanaf half twaalf druppelden de eerste deelnemers binnen. De gespreksleider van deze dag heette iedereen van harte welkom. De lunch stond inmiddels al klaar om genuttigd te worden.

Smaken verschillen

Tijdens de lunch werden vier rondes gehouden waarbij het thema "smaken verschillen", van alle kanten werd belicht. Om smaken verschillen tastbaar te maken konden de deelnemers kiezen uit vele soorten thee. Duidelijk werd dat één smaak niet bestaat. Dertien bewoners en dertien soorten thee!

Zeven nationaliteiten

Na de eerste ronde van kennismaken werden ervaringen uitgewisseld over hoe het was om 'andere' bewoners te zien en te ontmoeten.



ten. Met zeven nationaliteiten rond de tafel, kwamen boeiende verhalen boven tafel. Jaren van levenservaring werden zodoende gedeeld en zorgde voor zowel hilarische als ontroerende momenten tijdens de tweede ronde.

Ronde drie bood alle deelnemers de ruimte om zijn of haar smaakmakende droom voor 2009 te verklappen. Al gauw bleek dat er grote behoefte bestaat aan uitwisseling van ieders gewoonten en gebruiken, de achtergronden, gerechten, muziek enzovoort. Een gezamenlijke grote activiteit waar alle bewoners uit Zevenkamp bij

uitgenodigd werden, werd als een grote droom gezien.

Moet vaker gebeuren

Ronde vier bood aanwezigen alle ruimte om verdere initiatieven te delen. Er bleek grote behoefte aan het vaker bijeenkomen in deze vorm. Een van de aanwezigen wil graag het initiatief nemen om in 2009 daarmee te starten.

Alle deelnemers aan deze dialogotafel vonden de dialogotafel bijzonder geslaagd. De organisatie van deze dialogotafel lag in handen van het opbouwwerk Zevenkamp SONOR.

Kerst sfeer Ambachtsplein



*Bewonersorganisatie
Zevenkamp en de
medewerkers van sonor
wensen u een*

*Prettig Kerstfeest
&
Gelukkig Nieuwjaar*

Dit jaar kunt u op woensdag 17 december 2008 alvast genieten van de kerstsfeer. Op het Ambachtsplein kunnen kinderen en ouderen genieten van de levende kerststal. In de ochtend uren komen kinderen van de basisscholen de Waterlelie en de Vliedberg gezellige kerstliedjes zingen. En net als vorig jaar kunnen de kinderen, maar ook bezoekers van het Ambachtsplein genieten van een gratis lekker portie poffertjes. Tot 12.00 uur staat de poffertjes kraam op het plein. Natuurlijk ontbreekt ook de grote Opzoomer-kerstboom niet. Ook dit jaar wordt deze weer versierd en als het mee zit ook verlicht. Bewonersorganisatie Zevenkamp is de initiatiefnemer van deze dag.



Didjana woont zelfstandig

Didjana wilde graag zelfstandig wonen en daarmee haar ouderlijk huis verlaten. Het werd wel tijd vond zij zelf. Maar zelfstandig wonen was niet zo vanzelfsprekend en makkelijk voor Didjana, want zij heeft het syndroom van Down.

Aan geheel zelfstandig willen zijn met een verstandelijke en/of fysieke beperking kan tegenwoordig goed voldaan worden. Daarvoor zijn projecten gestart, waarbij onder begeleiding de mensen met een indicatie zelfstandig kunnen gaan wonen. De begeleiding kan op velerlei manieren ingevuld worden. Zo heeft de een meer hulp nodig om op tijd de deur uit te komen, de ander weer meer hulp met de administratie of zijn/haar huisje onderhouden.

Almondehof verbouwd

In Zevenkamp staat het complex Almondehof aan het Almondepad hoek Kuinder. Didjana woont daar al heel lang zo vertelt zij. Sinds het complex verbouwd is hebben alle bewoners een eigen appartement met een ruime woonkamer met geschakelde keuken, aparte slaapkamer en een badkamer. Zij heeft een eigen wasmachine, koelkast, vrieskast, magnetron, kooktoestel en TV. Bij het doen van de was krijgt ze enige begeleiding indien nodig. Ze hangt trouwens

zelf haar was aan de waslijn. Soms moet ze even overgehaald worden om toch vooral haar eigen afwas te doen.

Trots op haar eigen leven

Didjana doet eenmaal per week een paar boodschappen bij Bas van haar zakgeld. Zij koopt dan wat koekjes en ook wel eens nasi, bami of spaghetti. Spruitjes met gehakt is haar lievelingskostje. De maaltijden kan zij kiezen uit een menulijst en een week later staan de maaltijden in de vriezer van de centrale keuken. 's Avonds worden de maaltijden in de oven gezet en eet Didjana gezellig met de anderen beneden aan tafel en als ze daar eens geen zin in heeft, neemt zij haar warme maaltijd mee naar haar appartement.

Visite

Regelmatig komen haar oma, broer en moeder op visite. Vader even niet, want die is momenteel op Curaçao. Met haar vriend Henk die ze erg lief vindt, kijkt ze 's avonds Goede Tijden Slechte Tijden en soms geven ze elkaar zelfs een zoen en een knuffel. Didjana werkt drie dagen op kantoor in de keuken. Ze wordt gehaald en gebracht met de taxi, de chauffeur Astrid kent haar door en door en ze zijn gek op elkaar. Enkele bewoners komen vrijwel nooit beneden aan tafel, want die

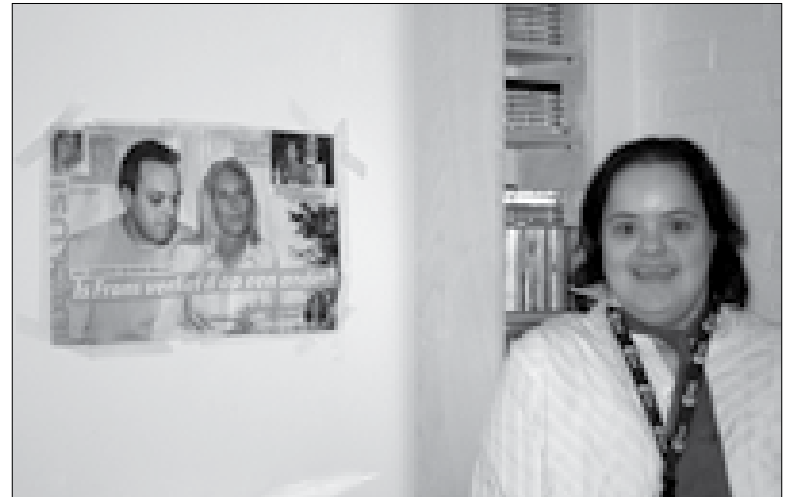


Didjana aan haar tafeltje waar ze vaak tekent.

zijn het liefst op het Steunpunt. Daar zitten ze overdag wat met elkaar, doen een spelletje en eten ze. 's Avonds echter moeten ze altijd naar huis, want dan gaat het Steunpunt dicht en de begeleiders naar huis.

Het is even doorklikken maar u kunt vrijwel alle informatie over begeleid wonen vinden op www.mee.nl.

Wij van de redactie nemen afscheid van Didjana en wensen haar veel plezier in haar woning.



Didjana staat hier bij haar favoriete zanger: Frans Bauer.

Column:

Pleziervuur

De laatste maand van het jaar is een bijzondere periode. Wie altijd zegt dat Nederlanders hun tradities vergeten, die kan nu even stil blijven, want december is vergeven van Oud-Hollandse traditie. Sinterklaas, Kerst, oliebollen en appelflappen. Het is tegelijk ook een donkere periode, letterlijk. Het duurt 's morgens lang voor de dag begint en aan het eind van de middag is het al weer donker. Sommige mensen worden daar wat somber van. We staan weer eens stil bij waar we mee bezig zijn en wat echt belangrijk is in ons leven. Is dat geld, bezit, macht? Of gaat het welzijn van je dierbaren boven alles? Dit soort gedachten kunnen erg confronterend zijn. Misschien willen mensen dergelijke gedachten verdrijven door al vanaf half november huis en tuin te versieren met veel licht en glitter. Sommige huizen zijn van de voortuin tot ver achter in de woonkamer versierd en overdadig verlicht. Als nuchtere Rotterdammer van Friese kom af, snap ik daar werkelijk niets van. Maar ik hoor van andere mensen dat ze het een leuk gezicht vinden. Ach, ik vind het best. De energierekening zal een tegenvaller voor ze zijn. Ik hoop niet dat na al dat licht in december, het donker in januari extra hard zal toeslaan.

Op Oudejaarsavond gaan of krijgen we bezoek van familie en vrienden en vieren samen de jaarwisseling. Wat mij betreft is een uurtje siervuurwerk, pijlen en wat gefluit en geknetter vanaf 12.00 uur 's nachts wel okee. Het hoort er nu eenmaal bij. Maar helaas gebruiken sommige mensen deze periode als dé gelegenheid om, hersenloos, zoveel mogelijk geld te besteden aan zoveel mogelijk knalvuurwerk. Met als bijkomende narigheid, vuil in de lucht en vuil op de grond. Het is vooral jammer dat het soms ontaard in vuurwerkvandalisme en vernielingen op straat. Er zijn momenten dat het voor kleine kinderen, oude mensen en (huis)dieren niet veilig is om buiten te zijn. Bovendien lopen er ook jonge kinderen met vuurwerk rond. Levensgevaarlijk voor henzelf en voor anderen. Vorig jaar gooiden kinderen zelfs vuurwerk naar eenden! Het moet toch niet erger worden.

Laat ik deze laatste Dalia van het jaar positief eindigen: ik wens u allen een fijne decembermaand, prettige feestdagen en een gezellige, veilige jaarwisseling. Houd een beetje rekening met elkaar alstublieft?

Dalia

Sahr - Nieuws

Stichting Alexander Helpt Roemenië



Dit is alweer het laatste stukje in de ZevenKrant voor 2008. In het jaar 2008 is er veel gebeurd, er waren leuke momenten en soms ook nare momenten. De laatste moeten we maar gauw vergeten. We moeten verder gaan met de leuke momenten, als eerste de opbrengst van de statiegeldbox bij Super de Boer, begin week 49 was de totale opbrengst van € 321,60 een heel mooi resultaat. We hebben voor de huisartsenpost in Braiesti met het laatste transport mooie dingen mee kunnen geven, die voor Dr. Daniela heel welkom waren. We zijn met een bestelauto naar het Erasmus MC geweest en hebben daar een behandeltafel, een kleine verrijdbare O.K.-lamp, bloeddrukmeter, een verrijdbare opbergkast en nog een aantal kleine zaken mee gekregen. Ook

hebben we met medewerking van Apotheek Zevenkamp een basispakket meegekregen om het bloedsuikergehalte te bepalen. De middag die we gehouden hebben in LCC Zevenkamp op 25 oktober 2008, waar we beelden hebben laten zien uit Roemenië, is druk

bezoekt. We zijn alweer druk in de weer om het een en ander te realiseren voor het transport in 2009. Daarover houden we u op de hoogte in het komende jaar. Rest ons alleen nog een ieder een heel voorspoedig en vooral een gezond 2009 toe te wensen.



Dr. Daniela

Lekker eten met ...

Rundervink met kersensaus (4 personen)

Bereiding

Uien pellen en snipperen.
Boter in pan verhitten en uien in circa 3 minuten bakken.
Rundervinken toevoegen en rondom bruinbakken, vuur laag zetten en in circa 15 minuten gaar bakken.
Groenteschotel verwarmen volgens gebruiksaanwijzing.
Vinken uit de pan halen en warm houden.
Aanbaksel losroeren met kriebier.
Kersen laten uitlekken en toevoegen aan saus.
Saus licht binden met aardappelmeel en op smaak brengen met peper en zout.

Vinken serveren met saus en groenteschotel.

Eet smakelijk!



Ingrediënten

2 uien
50 gram boter
4 rundervinken
2 pakken Vlaamse groenteschotel
1 dl kriebier
1 pot kersen zonder pit op siroop
1 eetlepel aardappelmeel
Zout, peper



Zin in een gezond patatje?

Nieuw bij Warm: gezonde patat!
50 % minder vet
30% minder calorieën

Warm is:
Snacks, Patat, Gebakken Vis
en verse koffie.

Ambachtsplein 21
Winkelcentrum Zevenkamp

Vanavond eten we WARM!

Curzus & Zo LCC Zevenkamp ☎ 010 - 4563993

Geweldige vrouwen

Voor Vrouwen die hun innerlijke kracht willen hervinden
 Voor vrouwen die 'vastgelopen' zijn, of het gevoel hebben vastgelopen te zijn. Voor vrouwen die verandering willen in hun huidige bestaan, maar niet precies weten hoe of wat. Voor vrouwen die wel van binnenuit het gevoel hebben 'er zou toch iets moeten veranderen, zo kan het niet langer, zo wil ik het niet langer'. Maar hoe?

Bij geweldige vrouwen ben je samen met andere vrouwen in een kleine groep met jezelf bezig. De rode draad voor het komende programma is: luisteren naar jezelf en doen wat goed voor je is. Tijdens dit programma leer je luisteren naar jezelf. Hiervoor maken we onder andere gebruik van meditatie en yoga. Eind december is er een kennismakingsbijeenkomst, waarin kennismaken met het programma en elkaar centraal staan. Het werkelijke programma start in januari met 6 bijeenkomsten van 9.15 uur tot 14.30 uur eenmaal per twee weken.

Geweldige Vrouwen is een programma waarin je in een bepaalde periode bewust gaat kijken naar: hoe is je leven nu? En waar zou je diep vanuit je hart, 'naar toe' willen? Op welke manier zou jij graag in je leven willen staan? Wat heb jij in jou mogelijkheden? En waardoor word en/of voel je je beperkt in wat je graag zou willen. Je wordt je meer bewust van jezelf en de invloed die jij op jou eigen leven hebt. Het is een aanzet tot diepgaande verandering op hoe jij in jou leven kunt staan.

Ben je geïnteresseerd? En zou je meer willen weten of het programma iets voor je is? Of wil je je opgeven? Neem contact op met Petra Reef ☎ 010 - 4563993 of via de email petra.reef@buurtwerk-alexander.nl. Vooraf aan de deelname vindt een persoonlijk intake gesprek plaats.



Geweldige Vrouwen is een project van Stichting Buurtwerk Alexander. Het programma vindt plaats op de locatie: Activiteiten centrum Zjaak, Maria Wesselingstraat 8, 3065 GA Rotterdam, ☎ 010 - 2668777.

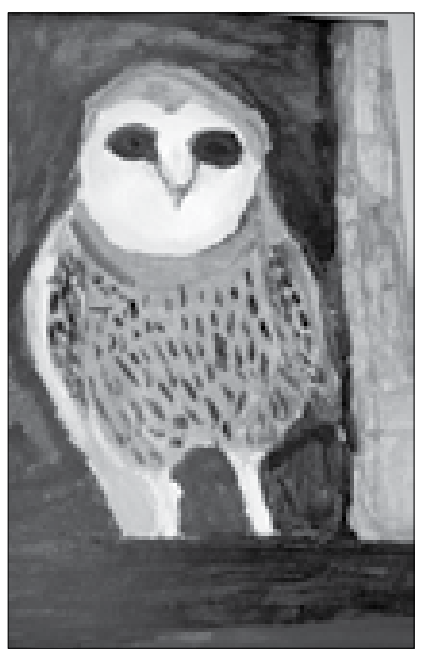
Expositie en veiling Kunst

Van 16 december 2008 tot 8 februari 2009 is in Lokaal Cultureel Centrum Zevenkamp, Ambachtsplein 141, een expositie te zien. De schilderijen zijn het resultaat van een cursus, die is begeleid door Aad Smit. Er zijn hele mooie kunstwerken bij.

Als u de expositie tevoren komt zien, kunt u alvast zelf bedenken of u voor zelf een schilderij in uw bezit zou willen hebben of al seen cadeau voor een ander en hoeveel u ervoor zou willen betalen.

Op dinsdag 6 januari 2009 is in de foyer van het Lokaal Cultureel Centrum een veiling van deze kunstwerken. De veiling begint om 19.00 uur en de toegang is gratis. De opbrengst van de schilderijen gaat voor 75% naar de kunstenaar en voor 25% naar de Stichting Buurtwerk Alexander om activiteiten voor verstandelijk gehandicapten te financieren. Ook al bent u niet van plan om iets te kopen, het zal een ervaring zijn om dat allemaal mee te maken.

Iedereen is van harte welkom. Telefonische informatie is te verkrijgen bij Willem te Molder, LCC Zevenkamp 010 - 4563993 op maandag, woensdag en vrijdag.



PAULUSMA • LOOF

NOTARISSEN

- Onroerend goed
- Hypotheken
- Vennootschappen/ondernemingsrecht
- Stichtingen/verenigingen
- Familierecht
- Estate planning
- Overige notariële diensten

Kantooradres: Klaas Timmerstraat 4,
 3067 NX Rotterdam

Telefoon: 010 - 413 51 86

E-mail: notarissen@paulusma.loof.knb.nl

Website: www.paulusmalooft.nl



Bewonersorganisatie Zevenkamp
 Ambachtsplein 141 - 3068 GV Rotterdam
www.boz7kamp.nl - infozevenkamp@xs4all.nl
 Telefoon 010 - 2892400 - Fax 010 - 2892409



Hifi Studio Zwaard
 Een gefundeerd audioadvies is de garantie voor jarenlang muziekplezier!

Kom luisteren in onze studio en ervaar hoe muziek kan klinken!

Wij maken daartoe gebruik van speciaal voor u geselecteerde topmerken met een gunstige prijs-kwaliteit verhouding.

- VAN MEEDVOORT • CYRUS • DYNABO
- ACOUSTIC ENERGY • LINK • BB QUART
- ARRAY • MUSICAL FIDELITY • REL
- HECO • DIAPASON • OODS • C.E.C.
- PIONEER • ROTEL • TEAC • TANNY
- XARADO s.a.s.

Hifi Studio Zwaard
 een luisterbezoek waard!

Grote keuze audiotiele CD's

Ambachtsplein 89, Rotterdam-Zevenkamp
Afslag A20 Pr. Alex. (16), Tel. 010 - 420 03 03

Toekomst in beeld

Ontwerp uw eigen inspirerende toekomst.

Naarmate we ouder worden hebben we meer vragen over de eigen toekomstinvulling. Het lichaam verandert, de woonsituatie verandert vaak en verlieservaringen liggen op de loer of zijn inmiddels een feit. Maar ouder worden biedt ook nieuwe mogelijkheden. U krijgt meer tijd voor uzelf. Wat gaat u doen? Welke keuzes gaat u maken? Wacht u af en ziet u wel wat er op uw pad komt of neemt u het heft in eigen hand? De workshops Toekomst in Beeld kunnen een aanzet geven tot het vinden van een hernieuwde balans in uw leven.

In totaal zijn er vier bijeenkomsten:

- Contacten met anderen
- Gezond leven, een balans tussen lichaam en geest
- Woonvormen en woonomgeving
- Zingeving, waaruit halen we onze waardering en erkenning.

Deze workshops zijn met name gericht op mannen en vrouwen van 55 tot 65 jaar. De prijs voor deze cursus bedraagt 25 euro. De cursus wordt gegeven in samenwerking met Plus Punt het expertisecentrum voor

Toekomst in beeld

Cursus onbekend talent

Bent u tussen de 55 en 65 jaar en wilt u uw ongekende talenten ontdekken en ontwikkelen? Dan is deze korte cursus precies dat wat bij u past. Tijdens de cursus brengt u uw talenten en kwaliteiten in kaart en maakt een stappenplan om te bepalen hoe u uw talenten kunt versterken en hoe u ze in kunt zetten.

Deze cursus bestaat uit vijf bijeenkomsten en is opgezet in het kader van het project 'Actief Ouder Worden' van het Oranjefonds. Door deze bijdrage kunnen we deze cursus aanbieden voor 25 euro. Deze cursus wordt gegeven in samenwerking met Plus Punt het expertisecentrum voor senioren en participatie. Deze cursus start in januari 2009. LCC Zevenkamp 010 - 4563993.



LCC Zevenkamp ☎ **010 - 4563993**

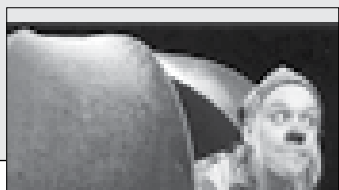
email: lcczevenkamp@senr.rotterdam.nl

Wie komt er in mijn huisje

Kindervoorstelling Ellen de Smet(2-6)

In het midden van de speelvloer staat een grote zachte pompoen. Er steken twee voeten uit. Die zijn van Pompelepoen, het wortelvrouw-tje. Ze woont in de pompoen. Als ze haar kleren moet wassen, verandert haar huisje in een wasmachine, compleet met zeepbellen. Op een dag komt op wonderbaarlijke wijze het wezentje Bo in haar leven. Ze moet voor hem zorgen en dat is leuk en lastig. Wat als Bo niet wil eten, of stoute dingen uithaalt en Pompelepoen voor de gek houdt? Maar het is ook fijn om gezelschap te hebben. Een grappige en zachtaardige voorstelling met spel, dans, poppenspel en clownerie

Op woensdag 17 december 2008.
Om 14:00 uur.
Entree € 2,50, Rotterdampas € 1,90.



Mijn Held

Stichting Amazigh (6-12)

Interactieve vertelvoorstelling waarin de spelers samen met het publiek op zoek gaan naar hun persoonlijke held. Tijdens het ontdekken van de eigenschappen en belevenissen van hun eigen held, worden de kinderen gestimuleerd om hun gevoelens en ervaringen met elkaar te delen.

Op dinsdag 23 december 2008. Aanvang 14:00 uur.
Entree à € 3,00; RotterdamPas à € 1,90.



Kerstconcert

Vocalisten ensemble Servus

Dit amateur-gezelschap trakteert ons deze middag op een Kerstconcert, bestaande uit operetmelodin, Weense liedjes, selecties uit bekende operettes, Duitse filmmuziek en diverse Nederlandse liedjes.

Op zondag 21 december 2008.
Aanvang 14:00 uur
Entree à € 3,00; RotterdamPas à € 1,90.



Repelsteeltje (4+)

RPHO

Repelsteeltje (4+)

Een muzikaal sprookje over de arme molenaarsdochter die door haar vader naar het kasteel wordt gestuurd om stro in goud te veranderen. En als het lukt mag zij trouwen met de prins!

Repelsteeltje komt haar helpen, maar niet voor niks.....

Als instrumenten spelen mee: fluit/ piccolo, klarinet/basklarinet, harp, altviool, contrabas en slagwerk.

Een onvergetelijke ervaring voor iedereen vanaf 4 jaar.

Op woensdag 7 januari 2009.

Om 14.30 uur.

h 2,50, Rotterdampas € 1,90.



The Harmony Singers

Een groep van ongeveer 60 mannen en vrouwen, die geheel in eigen stijl, nummers laten horen in verschillende genres, stijlen en muziek, zoals Country, Rock & Roll en Nederlandstalig. Oftewel, toppers vanaf de jaren 60 tot heden. Het repertoire wordt omgeven door een show van dans, acts en decorwerk.

Om 14.00 uur.

Entree € 3,00, Rotterdampas € 2,50



Fred en de gouden harp (5-9)

Joris Lutz

De hond Fred woont in Honderloo, maar is verdwaald. Op zijn zoektocht naar huis, is hij dit keer terecht gekomen in Amsterdam. Hier komt hij de rode kater Toets tegen. Toets neemt Fred mee naar het concertgebouw met de gouden harp op het dak. Fred leert van alles over wat er in het gebouw gebeurt en over klassieke muziek. Dan komen er twee mannen langslipen die zeggen dat ze de muizenplaag, die er in het gebouw heerst, komen oplossen. Maar is dit wel zo? Eigenlijk komen ze om de gouden harp te stelen. Hoe loopt dit spannende verhaal af?

Op woensdag 21 januari 2009.

Om 14.00 uur.

Om € 2,50, met Rotterdampas € 1,90.



Spaanse Flamenco middag

Jonay en Grupo Flamenco Espana y olé

Het publiek wordt meegenomen in de wondere wereld van de Flamenco. Kleurrijke kleding, ritmische dansjes en strakke pasjes, het is een genot voor het oog.

Op zondag 18 januari 2009.

Om 14.00 uur.

Entree € 3,00, Rotterdampas € 2,50.

Programma 2008/2009

Maandag

Copperheads Country Line Dancers	13.00 uur - 15.00 uur	Inlichtingen via het LCC	☎ 010 - 4563993
Delta Sound Factory	16.00 uur - 20.00 uur	Willem Paul Majoie	☎ 010 - 4334352
E.G.A. Gezond afslanken	20.00 uur - 21.00 uur	Thea de Ruiter-Huisman	☎ 0180 - 461192
SVO	Opleidingen	Trainings	Advies
vakopleiding en fruit	aardappelen,		groenten
	19.00 uur - 21.00 uur		☎ 030 - 2758156
Popkoor 'O JEE'	20.00 uur - 22.00 uur	Anneke Holtzer	☎ 010 - 4420494
Meditatiegroep	20.00 uur - 22.00 uur	Linda Ista	☎ 010 - 4562647
			☎ 06 - 20087687

Dinsdag

Eetsalon, drie gangen menu	□ 4,25	17.00 uur - 18.30 uur	Inlichtingen via het LCC	☎ 010 - 4563993
opgeven voor 13.00 uur.				
Yoga (Meditatie, ontspanningslessen)		19.15 uur - 21.30 uur	Irma Groenendijk	☎ 018 - 0320207
Egyptisch Buikdansen		19.00 uur - 20.00 uur	Malukha	☎ 06 - 44632861
Copperheads Country Line Dancers		20.00 uur - 22.00 uur	Inlichtingen via het LCC	☎ 010 - 4563993
Hindi lessen		19.30 uur - 21.30 uur	inlichtingen via het LCC	☎ 010 - 4563993

Woensdag

Yoga 50-Plusers		09.00 uur - 11.00 uur	Jeanette Adriaanse	☎ 010 - 4215475
Crea 55+		09.30 uur - 11.30 uur	Inlichtingen via het LCC	☎ 010 - 4563993
Kantklossen		09.30 uur - 11.30 uur	Mevr. Fassotte	☎ 010 - 4201189
Kantklossen		13.00 uur - 15.00 uur	Mevr. Fassotte	☎ 010 - 4201189
Koersbal		13.00 uur - 16.30 uur	info	☎ 010 - 4555783
Bridge		13.00 uur - 16.30 uur	info	☎ 010 - 4562597
Heritage Full Gospel International		19.00 uur - 21.00 uur	Pastor Nosa	☎ 06 - 41894367
Traditioneel Indonesisch dansen				☎ 010 - 4563993

Donderdag

Nederlandse Taallessen		Inlichtingen Jopie v.d. Heuvel	☎ 010 - 4211342	
Volksdansen		14.00 uur - 16.00 uur	Mevrouw van Es	☎ 010 - 4557662
Algemene Modelbouwvereniging		19.30 uur - 22.30 uur	Dhr. Snoek	☎ 010 - 2206137
Slanke Lijn		19.00 uur - 20.00 uur	Linda Graper	☎ 010 - 4556581
Klaverjasvereniging Zevenkamp		20.00 uur - 22.30 uur	Olv Hans Doff	☎ 06 - 10629483

Vrijdag

BBB-Steps		09.30 uur - 10.30 uur	Inlichtingen via het LCC	☎ 010 - 4563993
Praten en doen voor alle culturen			Inlichtingen via LCC	☎ 010 - 4563993

De eetsalon elke dinsdag vanaf 6 januari

U kunt als wijkbewoner wekelijks terecht voor een drie gangen diner. We gebruiken de maaltijd vanaf 17.30 uur gezamenlijk in de foyer, een goede ontmoetingsplek voor jong en oud. Ook uw kinderen zijn welkom en voor hen hanteren we tot 12 jaar de prijs van €



2,15 in plaats van het gebruikelijke tarief van € 4,25. Inschrijven elke dinsdag tot 13.00 uur en menulijst ligt voor u klaar!

Kinderkleding- en speelgoedbeurs

Elke laatste dinsdag van de maand kinderkleding- en speelgoedbeurs, dus op dinsdag 24 februari 2009.

Wilt u meer informatie bel gerust even met wijkcentrum LCC

Zevenkamp of kom gezellig even langs en wij leggen u graag de spelregels uit!

De vrijwilligers van LCC Zevenkamp zullen u gastvrij ontvangen of dit nu is om te kopen of te verkopen, dus... Tot ziens.



Kinderfeestje

Ben je jarig of wil je zomaar gezellig met je vriendjes of vriendinnetjes uit eten na de kindervoorstelling in LCC Zevenkamp? Vraag meer informatie over hoe of wat. ☎ 010 - 4563993

Kindermenu

Onbeperkt pannenkoeken eten met stroop of suiker, frisdrank en een ijsje, inclusief theaterkaartje € 5,75 of Patat met kipnuggets, frisdrank en een ijsje inclusief theaterkaartje € 6,50. Wel reserveren!



Subsidie vrijwilligers

Bewonersorganisaties uit deelgemeente Prins Alexander bezoeken het stadhuis. Op 3 november 2008 bezocht een delegatie van bewoners, namens alle bewonersorganisaties in deelgemeente Prins Alexander, een bijeenkomst op het stadhuis aan de Coolsingel. Op uitnodiging van de gemeente werd hun mening gevraagd over de ervaring met de subsidieverordening.

Verordening en vrijwilligers

Dat de bewonersorganisaties uit de deelgemeente Prins Alexander uitgenodigd werden was niet zo vreemd. Eerder dit jaar hebben de organisaties bij zowel de deelgemeente Prins Alexander als bij de gemeente Rotterdam kenbaar gemaakt, dat de subsidieverordening het vrijwilligerswerk van de bewonersorganisaties onmogelijk maakt. De opgelegde prestatieafspraken met financiële strafkorting gaat volledig voorbij aan de

reden waarom bewoners als vrijwilligers actief zijn in hun buurt en wijk. Wijkbewoners die actief zijn bij een bewonersorganisatie zijn zeer bewogen mensen die zich extra in willen zetten voor de wijk. Dankzij deze inzet kan heel veel werk verzet worden in de zeven wijken binnen de deelgemeente. Door extra eisen te stellen en de organisaties af te rekenen op wel dan niet behaalde doelen, wordt het vrijwilligerswerk om zeep geholpen.

Het gesprek

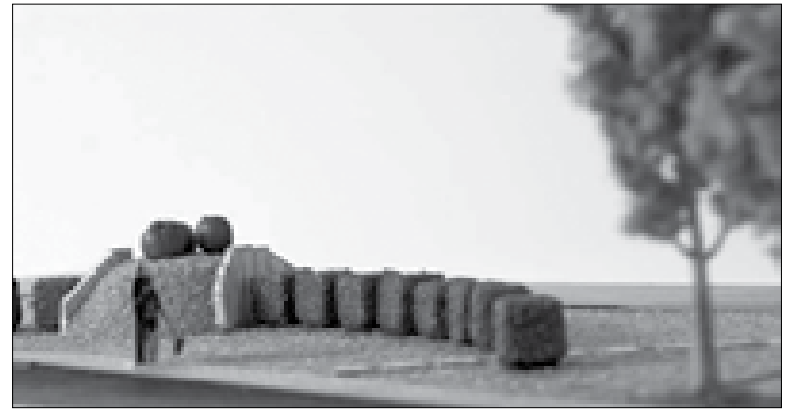
Voor de delegatie was het wel even onwennig om aan tafel te zitten met vertegenwoordigers van onder andere grote professionele instellingen. „Zitten we hier wel goed”? Zo was de vraag. Na een half uur praten en toelichting geven was iedereen aan tafel het er wel over eens dat deze subsidievorm niet klopt. Vrijwilligers moet je als gemeente en deelge-

meente juist koesteren en niet overladen met regels die feitelijk voor professionele instellingen zijn bedoeld. De politiek moet juist blij zijn met het feit dat bewoners zich op vrijwillige basis inzetten voor het wel en wee van hun wijk!

Goed gevoel

Het bezoek aan het stadhuis was een succes. Niet alleen om het verhaal te vertellen maar ook om van anderen te horen wat zij er van vinden. Het was prettig om van die kant waardering te krijgen voor het werk wat verzet wordt. Echte waardering is de bodem onder het vrijwilligerswerk.

Kunstwerk Fija



Ontwerp voor Entree van Zevenkamp gekozen!

Het ontwerp van Fija Jongenburger is door bewoners gekozen voor de Entree van Zevenkamp. Bewoners konden de afgelopen maanden kiezen uit drie ontwerpen. De Lichtboom van Cor Kraat, de drie Vazen van Paul Vinken en de taxusblokken en de bloemobjecten van Fija Jongenburger.

Verkeersgroep

Wijziging verkeersregels voor gehandicaptenvoertuigen in 2008.

De verkeersregels voor gebruikers van gehandicapten vervoermiddelen zijn begin dit jaar deels gewijzigd. Niet iedereen is hiervan op de hoogte daarom de gewijzigde regels op een rijtje:

- * Invoering rijexamen voor bestuurders van brommobielen
- * Verbod op mobiel bellen tijdens deelname aan het verkeer voor gebruikers van mechanisch voortbewogen gehandicapten vervoermiddelen zoals scootmobiel en elektrische rolstoel.
- * De snelheidslimiet van mechanisch voortbewogen gehandicapten vervoermiddelen die gebruik

(mogen) maken van de openbare weg gaat omhoog naar 45 km per uur.

- * De snelheidslimiet van mechanisch voortbewogen gehandicapten vervoermiddelen die gebruik maken van voetgangersgebieden en/of het trottoir wordt beperkt tot zes kilometer per uur.
 - * Ook handbewogen rolstoelen dienen in het vervolg een voor- en achterlicht te voeren in het donker of bij slecht zicht overdag.
 - * Fietsers en bestuurders van gehandicapten vervoermiddelen, die gebruik maken van de openbare weg, worden verplicht gebruik te maken van voorsorteerstroken, als die zich op de rijbaan bevinden.
- Bron: WMO nieuwsbrief.

Kans op Kerstbokaal 2008

Maak kans op de gigantische kerstboom-bokaal 2008.

De Opzoomerstraat in Zevenkamp die met zoveel mogelijk bewoners uit straat (jong en oud) de kerstboom het mooist kan versiering maakt kans op een gigantische kerstboom-bokaal 2008.

Alle Opzoomerstraten die zich via OpzoomerMee hebben aangemeld en een boom krijgen, krijgen na een afspraak te hebben gemaakt bij de Bewonersorganisatie Zevenkamp, nadere informatie.

Een jury gaat onaangekondigd op pad om de versierde kerstbomen te bekijken.

Vanaf maandag 22 december 2008 tot en met zondag 4 januari 2009 is de Bewonersorganisatie Zevenkamp niet bereikbaar in verband met de kerstvakantie.

Vanaf 5 januari 2009 bent u van harte welkom.



Buurtbemiddeling: kinderen...

Ik breng een geleend boek terug bij Mia, een kennisje. Ze woont in een flat. Ik moet drie hoog zijn en neem de trap. Daar volg ik een spoor van lege snoep- en chipszakken en sappakjes. Ik hoor kindergejoel. Op de galerij

raast een kind me op een fietsje voorbij. Ik wijk snel uit. Vier kinderen van een jaar of 8 rennen er schreeuwend achteraan. „Hee-ijj” roep ik naar ze, „Zit er soms een monster achter jullie aan?” Ze reageren niet en schieten de hoek

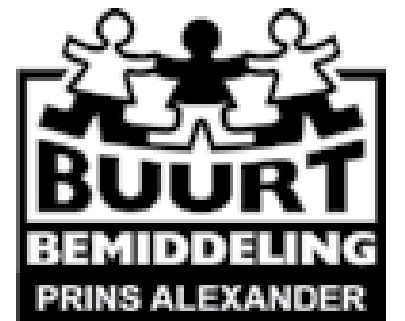
om. Een paar deuren verder bel ik bij Mia aan. Als ze opendoet, rent het groepje kinderen weer de galerij op. Haar gezicht verstrakt, ze doet een stap naar buiten en zegt met stemverheffing: „Jongéns! Doe toch eens rustig!”. Een paar kinderen draaien zich rennend half om en trekken gekke gezichten en roepen lelijke woorden.

Eenmaal binnen vertelt Mia hoe vervelend ze het gedrag van de kinderen vindt. Maar ook dat ze zich zorgen maakt. Ze is bang dat er eentje naar beneden zal vallen. Of, dat ze één van de oudere bewoners omver zullen lopen met nare gevolgen. „Want oude mensen hebben broze botten.” zegt ze. Ik vraag of ze de ouders kent, misschien kan ze met ze gaan praten. Dat ziet Mia helemaal niet zitten. Ze denkt dat het nare mensen zijn, niet voor rede vatbaar en ze voelt niets voor ruzie. Ik voel haar weerstand en zeg: „Maar Mia, als je met die mensen gaat

praten hoeft je toch geen ruzie te krijgen. Je kunt ze toch eerst vragen of ze weten hoe hun kinderen op de galerijen en trappen spelen. En je bezorgdheid over de kans op ongelukken aan ze vertellen. Misschien hebben ze dat niet in de gaten. Dat weet je niet zolang je niet met ze gesproken hebt.”

Ze blijft bij haar standpunt dat met die mensen niet te praten valt, zonder dat ze ooit met ze gesproken heeft en voelt zich machteloos. Dat is jammer. Want nu blijft ze zich ergeren. En, stel dat er toch een ongeluk gebeurt? Dan blijft ze met het gevoel zitten dat ze niets heeft gedaan om dat te voorkomen. Ik begrijp wel dat het niet makkelijk is om naar burens of mensen in je buurt of flat af te stappen met een minder leuke boodschap. Toch kan het echt helpen en soms een verrassend goede uitwerking hebben.

Herkent u deze situatie of dat ge-



voel? Als u wilt praten met een neutrale persoon over een probleem met de burens, of als u een burensprobleem wilt oplossen mét of zonder hulp van bemiddelaars kunt u een beroep op Buurtbemiddeling Prins Alexander doen. De projectleider bespreekt altijd met u welke ondersteuning het beste bij de situatie past.

Amalia Rustwat

BuurtbemiddelingPrinsAlexander
☎ 010 - 4560409.
www.buurtbemiddelingprinsalexander.nl.



De lekkerste kaas voor messcherpe prijzen

Elke vrijdag:
Max Planckplaats 9.00 - 12.00 uur



LET OP

De kaaswagen is verhuisd en staat nu op de Max Planckplaats in Ommoord

Bij inlevering van deze advertentie krijgt iedere kaaswagenklant 10 kakelverse eieren gratis!

Onze standplaats in Zevenkamp is vanaf heden vervallen.

*Kleermakerij
*Verstelwerkzaamheden
*Gordijnen naar model maken

Nieuw:
* Gordijnen op maat maken
* Nieuwe kleding op maat maken
* Bankbekleding op maat, zowel leer/als stoffen bekleding

Het Coupeusehuis

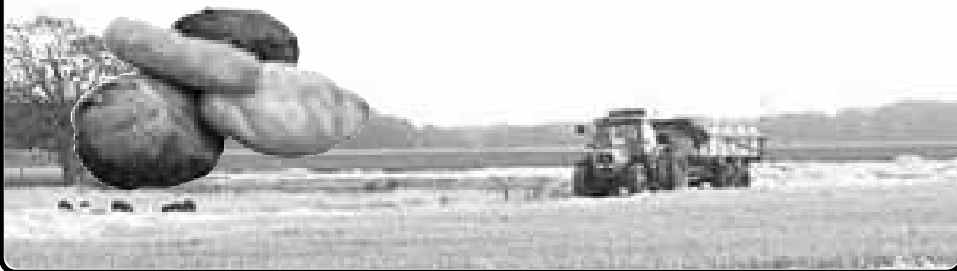
Ambachtsplein 15 - Winkelcentrum Zevenkamp
06 - 17129284 - 16397339

De redactie van de ZevenKrant stelt zich niet verantwoordelijk voor zet- en drukfouten.

Bakker Klootwijk

Ambachtsplein

**Voor al uw brood,
banket & eierkoeken
steeds knapperig vers
van top-kwaliteit**



Winkeliersvereniging Ambachtsplein wenst u allemaal een

*Prettig Kerstfeest &
Gelukkig Nieuwjaar*

De Vleeschhouwerij Zevenkamp

Ambachtsplein 28 - 010-4200760

Voor al uw schotels en/of koud of warm buffet

- | | |
|---------------------------------|------------|
| Fondue | Soepen |
| Gourmet | Balletjes |
| Steen grill schotels | Saté's |
| Rundvlees | Snacks |
| Kipkerry | Kip |
| Zalm | Maaltijden |
| Waldorf | enzovoort |
| Vleeswaren schotels en Salade's | |
| Warm Buffet naar keuze | |

Alles is mogelijk!!!

Du Buf
(Ambachtsplein 12)

Uw schoenmaker die meer in huis heeft

- * Schoenreparaties
- * Sleutels bij laten maken
- * Tassen en portemonnees
- * Schoeisel
- * Sieraden
- * Onderhoudsartikelen
- * Naamplaten

Bridge club De Tochten heeft behoefte aan nieuwe leden op de donderdagavond. Info bij Du Buf Ambachtsplein.

Persberichten

Zoek hulp bij depressie

Je hebt nergens zin in, eet weinig tot niets, slaapt niet lekker en je piekert je suf. Je hebt hooguit zin om op bed te gaan liggen en naar het plafond te gaan staren, maar daar is eigenlijk ook niets aan. Kortom, je bent somber en er is niemand die jou op dit moment kan opvrolijken.

Dipje

Het is heel normaal om je een tijdje rot te voelen, zeker als er iets vervelends is gebeurd. Helemaal sombere gevoelens ook langer blijven. Sombere gevoelens die langer duren dan een paar weken, noemen we geen dipje meer, maar een depressie. Wil je testen of je een dipje of een depressie hebt, dan kan dat op www.zwaarweer.nl. Dit is een site speciaal voor jongeren over dipjes en depressies.

Depressie

Een lange tijd werd er gedacht dat jongeren niet depressief konden zijn, maar depressies bij jongeren komen best vaak voor. Bij een depressie voel je je niet alleen somber, maar je denkt ook negatief over jezelf en je voelt je waardeloos, mislukt en je bent prikkelbaar, angstig en humeurig. Je hebt nergens meer plezier in en je hebt de neiging om je af te sluiten van vrienden en familie. Je hebt slechte prestaties op school en je bent agressief of juist heel stil en teruggetrokken. Deze negatieve gevoelens kunnen wel maanden duren. Sommige jongeren denken veel na over de dood of fantaseren wel eens over zelfmoord. Soms gaat het gewoon weer over, maar meestal heb je er hulp en/of medicijnen voor nodig.

Zelfmoord

Je kunt last hebben van depressieve buiten, die zo erg zijn, dat je dood zou willen. Belangrijk is dat je erachter komt waarom je zo verdrietig bent, dat je het leven niet meer ziet zitten. Het is wel belangrijk dat je om hulp durft te vragen, want het is vaak heel moeilijk om hier alleen uit te komen. Als je niemand vindt of als je het moeilijk vindt om met een bekende te praten dan kun je ook bellen met de Kindertelefoon (www.kindertelefoon.nl). Je kan ook naar je huisarts gaan en een verwijzing krijgen naar een professionele hulpverlener.

Doc.shop, Wijkgebouw Romeynshof, Stresemanplaats 8, Rotterdam ☎ 010 - 4202313.



Huurrecht

Huurder en verhuurder

Regels

Er zijn ingewikkelde rechten en plichten tussen huurders en verhuurders. Wat zijn de regels.

Advies

Het Bewonerskompas kan u de weg wijzen en advies geven over hoe u uw vraag of probleem het beste aan kunt pakken, uw klacht melden, welke argumenten kunt u gebruiken, een verzoek indienen bij uw verhuurder, naar de Huurcommissie stappen, hoe komt u achter de mening van uw burea, moet u toch naar de rechter? In het Burgerlijk Wetboek zijn regels vastgelegd over onder andere:

- * huurcontract
- * onderhoud (wie is verantwoordelijk?)
- * huurbescherming
- * rekening huurder – verhuurder
- * dringend eigen gebruik
- * huurprijs
- * onderhuurder
- * servicekosten
- * medehuurder
- * overlast

Overleg

Overleg huurder verhuurder, Woningcorporaties en particuliere verhuurders met meer dan 100 woningen moeten overleggen met hun huurders over hun beleid en concrete plannen. Huurders hebben recht op informatie, overleg en het recht op advies.

- * Wat staat er precies in de wet
- * Wat spreek je af in een sociaal plan
- * Over welke onderwerpen
- * Hoe regel je contact tussen actieve huurders
- * Wat kan en mag een bewoners commissie
- * Mogelijke participatiestructuur
- * Financiële ondersteuning door verhuurder
- * Wij willen alleen maar eenmalig overleg

Meer info

Huurrecht ☎ 010 - 2806422
www@bewonerskompas.nl

Ouderen Nieuws Zevenkamp

Rotterdam, Zevenkamp, 2 december 2008.
De ouderen waren een middagje Bingo aan het doen in het LCC Zevenkamp. De zaal was helemaal vol en de Bingo was een groot succes.



Kerstavond Ichthuskerk met gratis diner

Voorafgaand aan de Kerstzangavond in de Ichthuskerk aan de Jaap van der Hoekplaats 1 is er een gratis drie gangen-diner voor iedereen. De avond, op woensdag 24 december, begint om 17.00 uur met glühwein en warme chocolademelk, vanaf 17.45 uur worden de drie gangen van het diner opgediend en aansluitend is er om 20.30 uur een Kerstzangavond, een muzikaal programma met veel samenzang en een korte meditatie. Wie mee wil dineren kan zich van tevoren opgeven via ☎ 010 - 2024768, ☎ 06 - 46500363 of ☎ 010 - 4152777. Degenen die vervoer nodig hebben kunnen dat telefonisch doorgeven.



Nieuws vanuit de Wijk Informatiewinkel

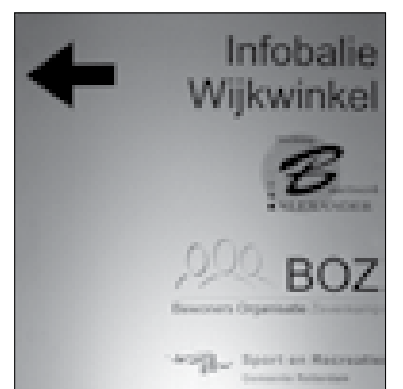


De Wijk Informatie Winkel van de Bewonersorganisatie Zevenkamp is nog altijd te vinden in het LCC Zevenkamp, Ambachtsplein 141. Deze informatie winkel deelt de ruimte met medewerkers van het SBA en het LCC Zevenkamp. In deze Wijk Informatie Winkel is informatie te vinden over de wijk, de verhuurders, artsen, scholen, deelgemeente, welzijn, gezondheid en dergelijke. Tot voor kort

kon de winkel nog bemenst worden door een aantal vrijwilligers. Helaas hebben de vrijwilligers zich jammer genoeg, om diverse redenen, moeten terugtrekken.

Bewonersorganisatie Zevenkamp gaat de huidige formule van de Wijk Informatie Winkel onder de loep nemen. Samen met het opbouwwerk en 'oud-vrijwilligers' wordt bekeken welke aanpassingen nodig zijn in de WijkWinkel-Winkel. Het streven is om in de loop van het nieuwe jaar weer een voorziening als een wijkwinkel te

kunnen starten. In het nieuwe jaar volgt nadere informatie.



ZevenKrant Colofon

De ZevenKrant is een uitgave van de Bewonersorganisatie Zevenkamp

Oplage: 7.300 met een frequentie van zesmaal per jaar.

Redactie

BOZ Ambachtsplein 141 - 3068 GV Rotterdam
Telefoon 010 - 2892400 - Telefax 010 - 2892409
email: ZevenKrant@xs4all.nl
www.bo7kamp.nl

Freelance journalistiek
Corstiaan Breedveld

Fotografie:

Corstiaan Breedveld
Ben van Zanten

Lay-out/opmaak:

Corstiaan Breedveld
www@kunst-en-design.be

Druk: Maassluise Courant

ZevenKrant nummer 6
verschijnt op 12 december 2008

Sluitingsdatum kopij is
20 november 2008

ZevenKrant's Puzzelrubriek

De oplossing van ZevenKrant 5 van 2008 is: In de modezaak CaVa zijn ook grotere maten te koop. Thema voor deze puzzel is: **Boeken**. De redactie van de ZevenKrant wenst alle deelnemers veel puzzel-plezier. Ook deze keer zijn er prijzen te winnen en uit de goede inzendingen zullen drie winnaars worden getrokken. Deze keer is de **eerste prijs** is voor Anneke de Bruin aan de Beerze, de **tweede prijs** is voor E. de Wilt aan de Tochtenweg, de **derde prijs** is voor Oudenes aan het M. Woiskinstraat. U kunt uw prijs afhalen bij de modezaak CaVa aan het Ambachtsplein, neem wel deze krant mee en laat zien wie u bent. Laat u verrassen!

NSBNETNARKNINSSTHEPK
 ERAEREENVELOPPENUAI
 TELDDSHBTSOISPENSNN
 OKPNIUFESLYEKTESVD
 LCEAEDIJECCTEEJTENE
 SINBDTTSRHRONDERJPR
 ATOISEIEOABSAEZAKSB
 RSETLAPLMKLAKEWAEPO
 KSLNNAOKOILTNEKIRE
 TIEUPGAOJBADNLCETOK
 VPPMIAPKPESEAPISOE
 SFOERSEIJOKRDPOTAKN
 RASTARTEZAGEOTSALJE
 EXTESISSEANAKLOTTEED
 DRKTTSNRRUCRTPZIAASA
 NOAOHATPPBPAOTECDEL
 ELNENEZAIJOMPAGINJB
 LLTNNBPPOEKEESELEFK
 AEONEINIKRANKSLEGUE
 KNOPENNENBAKJESFATE
 TERRSCHRIFTENNNN.SW

Agenda	Elastiekjes	Kalenders
Balpen	Enveloppen	Kinderboeken
Boeken	Faxrollen	Kookboeken
Buddies	Felicitatiekaarten	Kopieerpapier
Cadeaupapier	Insteektasjes	Kranten

Krasloten
 Laptotassen
 Luisterboeken
 Markers
 Multibanden
 Notitieblaadjes
 Paperclips
 Pennen
 Pennenbakjes
 Postkantoor
 Postzegels
 Potloden
 Psychologie
 Punaises
 Puntenslijpers
 Schriften
 Spelletjes
 Sprookjes
 Stickers
 Stufjes
 Tramkaart
 Verzendozen
 Viltstiften
 Weekbladen
 Wenskaarten

Alle inzendingen voor 9 januari 2009 naar de redactie van de ZevenKrant. (Zie colofon pagina 7).

Oplossing:-----

POLITIE **Vuurwerk**

Het is nog lang geen 31 december en u wordt nu al regelmatig opgeschrikt door harde knallen?

Eén keer is leuk maar op den duur gaat het toch ook vervelend worden. Uw kinderen worden huilend wakker, u kunt zelf de slaap niet vatten, de televisie niet meer verstaan en zelfs in huis is een goed gesprek nauwelijks nog mogelijk. Wat kunt u van de politie verwachten?

Bij de politie zijn in de maand december extra mensen uitgemaakt om de vuurwerk-overlast zo klein mogelijk te houden. Dat houdt in dat extra gelet wordt op groepen jongeren die nu al vuurwerk af steken. De jongeren die door de politie betrappt worden zullen hiervoor een proces-verbaal krijgen. Bij kleine hoeveelheden vuurwerk gaat het om een bekeuring en bij grote hoeveelheden of illegaal vuurwerk zullen ze zich

voor de rechter moeten verantwoorden.

De minderjarige jongeren zullen worden doorverwezen naar bureau HALT. Zij krijgen daar vaak een taakstraf opgelegd waarbij u moet denken aan het vegen van de trottoirs op 1 of 2 januari.

Als u in de wijk last heeft van personen die vuurwerk afsteken dan kunt u via het algemene nummer **0900-8844** melding maken hiervan. De politie zal zo veel als mogelijk op alle gemelde locaties gaan kijken. We hopen op die manier de overlast zo laag mogelijk te houden voor u als bewoner. Tussen 31 december 2008 te 22:00 uur en 1 januari 2009 te 02:00 uur mag u zoveel vuurwerk afsteken als u wilt, mits het vuurwerk legaal en goedgekeurd is.

Rest mij u als buurtagent een prettige en vooral veilige jaarwisseling toe te wensen. *Daniëlle*



Handige adressen om te weten

Dienstverlening

Algemeen Alarmnummer

Politie/Brandweer/Ambulance
 Alleen voor spoedeisende hulp en levensbedreigende situaties.
 ☎ 112

Politiebureau Zevenkamp

Zevenkampse Ring 340
 3068 HG Rotterdam
 ☎ 0900 - 8844

Bewonersorganisatie

Zevenkamp (BoZ)
 Ambachtsplein 141
 3068 GV Rotterdam
 infozevenkamp@xs4all.nl
 www.bo7kamp.nl
 ☎ 010 - 2892400

Wijkwinkel

Onderdeel van Bewonersorganisatie Zevenkamp
 Ambachtsplein 141
 ☎ 010 - 2892404

Buurtbemiddeling Prins Alexander

Bramantestraat 34
 3066 BN Rotterdam
 ☎ 010 - 4560409
 Email: prinsalexander@buurtbemiddeling.org

Leger des Heils Welzijn- en Gezondheidszorg

Maatschappelijk Centrum Rotterdam
 Kooikerweg 28
 3069 WP Rotterdam
 ☎ 010 - 2229888
 Telefax : 010 - 2229800

Ouderenplatform Zevenkamp

Zevenkampse Ring 864
 ☎ 010 - 4556667

Stichting Maatschappelijke Dienstverlening Alexander (MDA)

Dienstverlening, het Algemeen- en School Maatschappelijk Werk, het Ouderenwerk, de Sociale Raadsliden, het Groepswerk, het Steunpunt Mantelzorg en het Steunpunt Vrijwillige Hulpdiensten.

Regiokantoor Noord

Ommoord/Zevenkamp/Nesseland
 Thomas Mannplaats 301/ 305
 3069 NJ Rotterdam
 ☎ 010 - 2868100

Cultuur en vrije tijd

HION

Nieuwe Meer 107
 3069 KJ Rotterdam
 www.rsvhion.com
 ☎ 010 - 4214191
Jongeren centrum
 Jongeren centrum 7's

Nieuwemeer 101
 3068 KJ Rotterdam
 ☎ 010 - 421.05.72

LCC Zevenkamp

Ambachtsplein 141
 3068 GV Rotterdam
 ☎ 010 - 4563993
 lcczevenkamp@senr.rotterdam.nl

Gemeentediensten

Deelgemeente Prins Alexander

Prins Alexanderplein 6
 3067 GC Rotterdam
 ☎ 010 - 2868200

Roteb

Lucie Vuylstekeweg 5
 3066 GT Rotterdam
 Algemeen nummer voor alles
 ☎ 0800 - 1545

Sociale Zaken en Werkgelegenheid (SoZaWe)

Prins Alexanderplein 20
 3067 GC Rotterdam
 ☎ 010 - 4984444 (Alg. info nr)
 ☎ 010 - 4984999 (Hoofdkantoor)

GGD gezondheidslijn

☎ 010 - 4339966
 Spoedlijn:
 ☎ 010 - 2866099
 www.ggd.rotterdam.nl

Medisch

Apotheek Zevenkamp

Imkerstraat 35
 3068 GX Rotterdam
 ☎ 010 - 4553472
 Open van 08:30 uur tot 17:30 uur

Dierenartsenpraktijk

Lammers
 Toon van Vlietstraat 25
 3069 ZP Rotterdam
 ☎ 010 - 4213176
Zevenkampse Ring
 Zevenkampse Ring 741
 3069 MD Rotterdam
 ☎ 010 - 4557410

Gezondheidscentrum

Zevenkamp

Imkerstraat 31
 3068 GX Rotterdam
 ☎ 010 - 4551677

Gezondheidscentrum Charley

Toorop
 Charley Tooropsingel 48
 3059 WG Rotterdam
 www.gccharleytoorop.nl
 ☎ 010 - 2866090 (algemeen)
 ☎ 010 - 2866099 (spoedlijn)

Huisartsen

Dr. Quispel ☎ 010 - 4555959
 Dr. Verdonk ☎ 010 - 2202185
 Dr. Van der Hoek ☎ 010 - 4562540

Dr. Sanderse ☎ 010 - 4562540
 Dr. V. d. Voorde ☎ 010 - 2866093

Fysiotherapeuten

☎ 010 - 2866090
 ☎ 010 - 4558105

Wonen

Huurtoeslag en Zorgtoeslag

Via de belastingtelefoon
 Op werkdagen van 8.00 uur tot 17.00 uur.
 ☎ 0800 - 0543 (gratis)

Vestia Rotterdam Noord

Bezoekadres Kruisplein 15
 ☎ 0900 - 1455 (7,5 cent per min.)
 www.vestia.nl

WBR Wijkteam Ommoord/Zevenkamp

Servicepunt Kelloggplaats 366
 Ma 09.00 uur tot 13.00 uur
 Do 13.00 uur tot 17.00 uur
 ☎ 010 - 4432403

Woonstad

☎ 010 - 4408800

Woonbron

Zevenkampse Ring 342
 3068 HG Rotterdam
 Postadres: Postbus 2346
 3000 CH Rotterdam,
 ☎ 010 - 2868866

Thuiszorg Compleet voor al uw zorgvragen ☎ 010 - 2518859