

SENIORENSOOS IN HET HOEKHUIS

‘Gezellig praten, informatie en leuke activiteiten’

Elke woensdag is er voor zelfstandig wonende ouderen Seniorensoos in Wijkservicepunt Hoekhuis, met gezellige activiteiten. En elke keer een gezonde lunch. “Hier ontmoeten buurtbewoners elkaar en worden ze gezien.”

Door Linda van den Dobbelsteen

Josien Bisschop, activiteitenbegeleider bij ZGAO, organiseert de soos, enthousiast en energiek. Ze wil een spil zijn in de wijk, zegt ze. “We beginnen altijd met koffie. Dan komt de wijkverpleegkundige vaak langs, of een gast die inspeelt op vragen die leven. Dat kan een dominee zijn, maar net zo goed een pedicure. We luisteren en regelen, verwijzen door als dat nodig is. Zo zijn wij een schakel tussen de vele vormen van zorg en ondersteuning die er zijn. Als een vaste bezoeker er ineens twee weken niet is, checken we even hoe het gaat. Die sociale controle is belangrijk.”

Aan tafel deze woensdagmiddag een aantal dames die, zoals een van hen het kras verwoordt, tegen de negentig lopen. De ergotherapeut is aangeschoven. Een bezoeker vraagt: “Vanochtend liet een plank uit mijn garderobekast zomaar los. Kent u een klusjes-



Deze woensdag 12 juni zijn na het koffiedrinken de ergotherapeut en wijkverpleegkundige aanwezig om vragen te beantwoorden en tips te geven. Daarna worden kunstwerkjes voor de markt gemaakt. Josien: “De sfeer is ontspannen, dat vind ik belangrijk.”

man die snel kan komen?” Josien: “Dan kijken we of er een vrijwilliger is die kan helpen. Het gaat hier over zelfstandigheid, geldzaken en ja, ook over eenzaamheid. Intussen praten we gezellig en doen we leuke dingen.”

De soos is laagdrempelig – ‘kom en ga wanneer je wilt’ – en heeft vaak een thema. Op 26 juni is het

Amerikadag, met toepasselijke muziek, een film en hamburgers bij de lunch. Josien: “Het is het belangrijkste dat de mensen het fijn hebben en dat het vertrouwd voelt.”

Annette Bense knikt, zij is coördinator van Wijkservicepunt Hoekhuis. “Dit zijn zelfstandig wonende senioren, die soms toch hulp nodig hebben of ergens

tegenaan lopen. Hier ontmoeten ze elkaar, worden ze gezien en voelen ze dat ze erbij horen.”

De seniorensoos vindt elke woensdag plaats tussen 10.00 en 15.30 uur in Wijkservicepunt Hoekhuis aan de Fizeastraat 3 in Amsteldorp. Meer info? j.bisschop@zgao.nl, 020-4623353.

Advertorial

Kom naar Amsteldorp Ontdekt

Op zaterdag 6 juli vindt Amsteldorp Ontdekt plaats, een buurtfeest waar ook organisaties uit de buurt zich presenteren. De seniorensoos staat op de markt met zelfgemaakte spulletjes. Josien: “Van de opbrengst kunnen we wensen realiseren, zoals een tripje naar het Amsterdamse Bos.” Annette: “In Amsteldorp wonen veel mensen die zich bekommeren om hun burens. Met dit evenement willen we die saamhorigheid nog meer versterken. Het blijft bovendien belangrijk om aandacht te vragen voor vrijwilligerswerk.” Op het programma staan onder meer een speurtocht, een demonstratie van de brandweer, eten en muziek, een informatie- en rommelmarkt en kinderactiviteiten. Amsteldorp Ontdekt: zaterdag 6 juli, Fizeastraat, 13.00-19.00 uur.