

# stadsdorp orp

Nieuwsbrief 5, september 2020, *8<sup>e</sup> jaargang*

In deze nieuwsbrief onder andere veel actuele informatie van de werkgroep  
Zorg en Wonen.

De Dorpspomp gaat dit keer over pompen in de Jekerstraat. En je kunt een  
mooi verhaal lezen over de voormalige Arabische school, in diezelfde  
straat.

Met divers nieuws en wetenswaardigheden sluiten we zoals altijd de  
niewsbrief af. Maar **let op**: ditmaal zit er een informatief aanhangsel  
helemaal achteraan de nieuwsbrief!

---

## Van de Kerngroep

Nu het heerlijke lente- en zomerweer helaas voorbij is, trekken we ons allemaal  
weer wat terug achter onze eigen voordeur. Minder ontmoetingen op straat, sinds  
de persconferentie van dinsdag 13 oktober geen terrasbezoekjes meer en de  
mogelijkheden voor een picknick of borrel in het park zijn voorlopig waarschijnlijk  
weer voorbij. Gezien de stringentere coronamaatregelen kan ook de Inloop  
voorlopig nog niet doorgaan en het geplande decemberconcert moest jammer  
genoeg worden gecancelled. Maar gaan we nu allemaal zitten treuren? Nee, laten we  
dat niet doen. Laten we vooral kijken naar wat er nog wel kan. We kunnen nog  
naar concert, film, theater en musea. Wil je de deur niet uit, dan zijn virtuele  
bezoeken aan musea over de hele wereld mogelijk, kun je online concerten  
bijwonen, films en series kijken via Netflix, etc. En, niet onbelangrijk, bewegen  
kan ook binnenshuis!

Gelukkig worden in de meeste Binnenbuurten op een of andere manier  
oplossingen gevonden, waardoor de deelnemers toch contact met elkaar kunnen  
houden. Behalve per e-mail, WhatsApp of via de telefoon, ook live in kleine  
groepjes. Zo is in Binnenbuurt Schelde Oost het plan opgevat om de maandelijkse  
etentjes met z'n allen buiten - in iemands tuin en in het ML Kingpark - om te

zetten in afspraken thuis met maximaal 4 personen, in wisselende samenstelling. Om toch samen een hapje te eten, of een kop koffie of een borreltje te drinken. Het is fijn dat zich ook nog steeds nieuwe deelnemers aanmelden. Zij kunnen, als ze dat willen, gelijk deelnemen aan de activiteiten van hun Binnenbuurt.

De schrijfclub schrijft onvermoeibaar verder aan mooie verhalen, en tussen de herfstbuien door wordt er ook nog steeds gewandeld, een prima mogelijkheid om contact met elkaar te houden. We zijn zelfs bezig een nieuwe wandelgroep te starten, zoveel animo is er voor. Dus heb je zin, laat het ons weten via [info@stadsdorprivierenbuurt.nl](mailto:info@stadsdorprivierenbuurt.nl). Ook de jeu de boulers blijven actief, met maximaal 4 personen tegelijk. Enthousiast geworden door de beginners les tijdens de ZomerinZuid weken, hebben zich nieuwe spelers gemeld, zodat deze zomer een tweede groep kon worden gestart. Heb je zin om mee te doen? Stuur ook dan een mailtje naar ons Stadsdorp e-mailadres.

## Verhalen bij de Dorpspomp



Dit keer een bijdrage van *Andrea Balk*.

### Dorpspomp/Stadspomp

Mijn straat ondergaat een flinke metamorfose. We hebben een moderne dorpspomp gekregen, die urenlang water uit diepe geulen pompt en verderop een vlakke laat onderlopen. Enorme machines, met en zonder rupsbanden, pruttelen langs mijn ramen; mijn stoel trilt alsof er een aardbeving plaatsvindt. Mannen met helmen roepen kameraadschappelijk de werkorders.



Dit hele gegraaf, gepomp, gezandhap en gehei trekt met name vaders en hun kleine jongens. Er wordt geduid, de kleuteroogjes stralen van ontzag en nee, ze willen niet verder naar de winkel of naar huis: het is mooier dan een scherm met filmpje. Na urenlange machine-herrie worden hekken gesloten en dan ineens is het on-stads stil: je hoort vogels, en ruisende bladeren! Maar vooral, wat hoor je niet? Voor 't eerst in jaren is er geen verkeer, op een enkel brommertje na die over de stoep een bestelling brengt.

Bij droog weer gaan de deuren open en stromen kinderen van uk tot tiener naar buiten: ze schieten tussen de hekken door de enorme zandbak in, spelen met plastic kiepauto's het werk van de grote mannen na. De groten verzamelen zich het liefst op het dak van een container en hebben daar hun alternatief clubhuis met prachtuitzicht. De kinderen hebben de straat ingenomen.

## De Bouschrâschool, een Arabische school in de Rivierenbuurt

Onze buurtgenoot Nadia Bouras, universitair docent migratiegeschiedenis in Leiden, beschreef in *Een klas apart* de geschiedenis van haar lagere school, de eerste Arabische school in Nederland. Het boek is ook een persoonlijke zoektocht. De Arabische school was sinds augustus 1982 gevestigd in de Jekerstraat op nummer 86 en had een dependance in de Roerstraat. De school groeide in de loop der jaren uit tot een van de grootste basisscholen van Amsterdam.

De Arabische school is in 1971 opgericht door het predikantenechtpaar Boiten – Du Rieu dat destijds actief was in een oecumenisch- christelijke leefgemeenschap op de Wallen. Zij hadden de overtuiging dat zorg voor de naaste ook zorg voor vreemdelingen inhield en vingen gastarbeiders en hun gezinnen op. Op de Bouschrâschool zaten uitsluitend Marokkaanse kinderen. De leerlingen kregen naast het Nederlandse onderwijs iedere dag een uur Arabische les als voorbereiding op hun terugkeer naar Marokko. De school sloot aan bij de thuissituatie van de kinderen en bood veiligheid en geborgenheid. Er waren zowel Nederlandse als Marokkaanse leerkrachten werkzaam en het onderwijs was van hoog niveau.



Na een voorlopige vestiging in een pand van het GVB in de Vechtstraat, verhuisde de school in 1982 naar de Jekerstraat, een gebouw waar in de tweede wereldoorlog de Joodse school gevestigd was. Daar werd de Arabische school omgedoopt tot de Bouschrâschool. Bouschrâ betekent in het Arabisch “goed nieuws”, maar het is ook de naam van een rivier in Marokko, heel toepasselijk voor een school in de Rivierenbuurt.

Veel leerlingen van de Bouschrâschool groeiden op in armoede. De meeste ouders spraken gebrekkig Nederlands

en hadden zelf geen of weinig scholing gehad. Een Nederlandstalige brief kon men dikwijls niet lezen, maar een brief in het Arabisch evenmin. De school was laagdrempelig voor de ouders en kreeg al snel ook een sociale functie. Vooral moeders ontmoetten elkaar op koffieochtenden en bij andere activiteiten. Lang voordat er discussies ontstonden over zwarte en witte scholen en de integratie van etnische minderheden, was er in de Rivierenbuurt dus al een school waar men vrijwillig koos voor segregatie. De grondleggers gingen ervan uit dat het voor de kinderen belangrijk was om de eigen taal te leren en op te groeien in een omgeving die de idealen, normen en waarden van de ouders deelde en hun culturele identiteit ondersteunde. De terugkeer naar Marokko bleef echter in de meeste gevallen uit. De Marokkaanse gezinnen bleven in Nederland en daarmee verviel ook het doel van de Arabische school. In 1996 hield de Bouschrâschool wegens een afnemend leerlingenaantal op te bestaan. Interviews met de oprichters, leerkrachten en andere medewerkers van de Bouschrâschool en met oud-leerlingen maken *Een klas apart* tot een levendig verhaal met een diepere laag. Nadia Bouras verweeft het verleden met het heden en het persoonlijke met het politiek-maatschappelijke. Zo probeert ze antwoorden te formuleren op vragen die nog steeds actueel zijn.

Bouras, N. (2020). *Een klas apart. Geschiedenis van een Arabische school in Amsterdam*. Boom Uitgevers Amsterdam.

Er is een documentaire terug te kijken waarin Nadia Bouras op zoek gaat naar oud-klas- en schoolgenoten, met wie zij in 1994 de Bouschrâschool in de Amsterdamse Rivierenbuurt verliet voor de middelbare school.

[https://www.npostart.nl/de-klas-van-94/30-10-2019/VPWON\\_1301511](https://www.npostart.nl/de-klas-van-94/30-10-2019/VPWON_1301511).

## Hondengroetje

*Flora Wagenaar schrijft:*

Mijn wereld is klein geworden.

Vanmiddag zit ik heerlijk met een boekje op een bankje aan het tegelpad langs de heg van de Kennedylaan aan het groene parkje aan het begin van de Uiterwaardenstraat.

Ik zit daar alleen en denk: ben ik eenzaam?

Maar dat ben ik niet, want over het tegelpad passeren mij veel hondenbezitters **en die groeten mij!**

Hoe komt dat? Dat komt omdat hun hondje mij eerst passeert en mij aankijkt met de vraag: wie ben jij mevrouw, dat je hier zo alleen zit?

Houd de corona uit de buurt en geniet van wat mogelijk is!



*Flora Wagenaar is behalve lid van het Stadsdorp, coördinator van het Felicitatieproject. Het Felicitatieproject is een vrijwilligers-huisbezoekproject in de Rivierenbuurt, voor kroonjarigen- en gezelligheidsbezoekjes. Telefoon: 020 - 644 24 28.*

## Nieuws over de Inloop

### Nog geen inloopbijeenkomsten

Al vanaf maart ligt de Inloop van ons Stadsdorp stil door corona. Hoe lang dit nog zo zal blijven, kan geen mens zeggen. Door de onzekere ontwikkelingen heeft het inloopteam besloten om ook de laatste maanden van het jaar geen Inloop te organiseren.

Hopelijk biedt het nieuwe jaar 2021 weer perspectief op mooie samenkomsten. We houden jullie op de hoogte.

## Nieuws van de werkgroep Concerten&Lezingen

### Hartverwarmend decemberconcert door corona uitgesteld

Ondanks corona heeft de werkgroep Concerten&Lezingen besloten om niet bij de pakken neer te zitten. Er lag al een afspraak dat er op 12 december, in plaats van de Inloop, weer een concert zou worden georganiseerd in de Gabrielkerk. De ruimte was al gereserveerd en de musici hadden aanvankelijk enthousiast hun medewerking toegezegd. Maar door de snel toenemende besmettingen in onze regio hebben we helaas moeten besluiten om het concert uit te stellen tot betere tijden.

## Nieuws van de werkgroep Zorg en Wonen

### Wachtlijst voor Hulp bij het huishouden

De gemeente heeft laten weten dat er geen plek meer is voor nieuwe vragen rond hulp bij het huishouden. Er melden zich veel meer mensen voor hulp bij het huishouden dan de gemeente verwacht heeft. Om kosten te beheersen gaat zij werken met een wachtlijst. Het duurt in ieder geval tot januari 2021 voordat iemand aan de beurt is.

*Als je al hulp bij huishouden hebt dan verandert er niets, je houdt je hulp.*

### Blijf bewegen!

De wetenschap bewijst het keer op keer: zitten en liggen is schadelijk voor de gezondheid. Soms zitten en liggen we meer dan 10 uur op een dag. Voor de televisie, achter de computer, tijdens het lezen of muziek luisteren en in de auto of (rol)stoel.



Bewegen houdt je lichamelijk maar ook mentaal gezond. En wat leuk is, alle beweging helpt. Ook bijvoorbeeld steeds even opstaan of een stukje de trap op en neer lopen. Lees hier mooie tips:

<https://www.hulpmiddelenwijzer.nl/tips/bewegen-en-sporten>.

### Weet je wat je wilt als je iets overkomt?

Over het belang van deze vraag organiseerde de Kerngroep en de werkgroep Zorg en Wonen op verzoek al heel wat bijeenkomsten. Maar wij spreken veel Stadsdorpers die het uitstellen er echt werk van te maken om zaken vast te leggen.

#### *Wat is het voordeel van iets vastleggen?*

Allereerst dat je ervoor gaat zitten om echt na te denken over wat je wilt als je iets overkomt. En in de tweede plaats dat anderen, je huisarts en familie, ook weten wat je wilt.

#### *Hoe kan je dat vastleggen?*

Bij voorbeeld in een behandelpaspoort, een klein boekje dat je altijd bij je kunt hebben (<https://www.behandelpaspoort.nl>) of in een zorgverklaring

(<http://www.zorgverklaring.nl/index.php/zorgverklaring-zorg/wat-is-een-zorgverklaring>). Beide documenten zijn voor een klein bedrag te koop.

Je kunt ook kiezen voor een levenstestament bij de notaris (zie Nieuwsbrief 4 uit 2016 met het verhaal van notaris Cora Hagendijk:

<https://www.stadsdorprivierenbuurt.nl/nieuwsbrieven/nieuwsbrief2016-4.pdf> )

#### *Wil je eerst eens een beetje puzzelen voor je de documenten aanschaft?*

Dan kan je de lijstjes op onze website gebruiken:

<https://www.stadsdorprivierenbuurt.nl/rivierenbuurt/wp-content/uploads/2018/10/WAT-DOE-JE-ALS-JOU-ONVERWACHT-IETS-OVERKOMT.pdf>; <https://www.stadsdorprivierenbuurt.nl/rivierenbuurt/wp-content/uploads/2018/10/IS-ALLES-BESPROKEN-voor-nu-straks-en-later.pdf>

Wie weet is het ook een goed idee om met een klein Binnenbuurt-groepje samen een start te maken en over de vragen na te denken en tot actie te komen.

### Buurtteams, al van gehoord?

De gemeente werkt aan een nieuw sociaal stelsel in Amsterdam. Vanaf 1 april 2021 komen op verschillende plekken in Amsterdam Buurtteams, die de toegang zijn naar sociale basiszorg voor volwassenen. Voor die tijd zal iedereen nog goed geïnformeerd worden wat dat betekent. De werkgroep Zorg en Wonen volgt het op de voet, en zal alle Stadsdorpers tijdig informeren. Heb je nu vragen, dan kan je mailen naar [zorgenwonen@stadsdorprivierenbuurt.nl](mailto:zorgenwonen@stadsdorprivierenbuurt.nl).

Als je zorg of ondersteuning hebt kun je het beste aan de mensen die je hulp geven uitleg vragen over je eigen situatie na de verandering.

### Hoe ga je om met een huisartsenportaal?

Sinds halverwege dit jaar hebben alle huisartsenpraktijken een website met digitale informatie. Sommige websites hebben basale informatie. Op andere websites kan je een (digitaal, telefonisch of live) consult of recepten aanvragen. Enkele huisartsenportalen hebben al een patiënten-omgeving waar je kunt inloggen en vragen kunt stellen aan je huisarts.

Heb je al eens gekeken op de website van je huisartsenpraktijk? Kan je alle informatie die je zoekt daar vinden? Als je meer wilt weten kan er –bij voldoende belangstelling– een onlinecursus aangeboden worden via het Stadsdorp. De cursus is ontwikkeld door de kenniskring Zorg en Wonen van de Amsterdamse Stadsdorpen. Heb je belangstelling, stuur dan een e-mail naar:

[zorgenwonen@stadsdorprivierenbuurt.nl](mailto:zorgenwonen@stadsdorprivierenbuurt.nl) met als onderwerp: cursus huisartsenportaal.

### Wandel mee!

#### Start nieuwe wandelgroep(en)

Binnen het Stadsdorp zijn verschillende wandelgroepen actief. Zij maken een ommetje in de buurt, wandelen zo'n 10 km aan de randen van Amsterdam, of maken er een flinke dag-wandeling van, van 15 à 20 km. Voor elk wat wils dus. En een prima activiteit in de huidige corona-omstandigheden, waarbij je afstand kunt houden en toch het contact in stand houdt. De animo is dan ook groot. Vooral voor de wandelingen van maximaal 10 km. Hiervoor zijn inmiddels zoveel gegadigden (en een wachtlijst!), dat het ons een goed idee leek om een tweede groep te starten, die vergelijkbare afstanden loopt.

De actualiteit heeft ons inmiddels ingehaald, nu de nieuwe corona-maatregelen voorschrijven dat je ook buiten nog maar met maximaal 4 personen mag samenkomen. Des te meer reden een of meer nieuwe groepjes te starten. Heb je zin om mee te wandelen? Laat het weten via [info@stadsdorprivierenbuurt.nl](mailto:info@stadsdorprivierenbuurt.nl); vermeld daarbij als onderwerp: wandelen.

Zoals voor alle activiteiten geldt ook hiervoor dat het wel handig is als een of twee personen de coördinatie op zich nemen. Wil je dat doen? Laat ook dat aan ons weten. Alice Schippers, coördinator van de bestaande 10 km wandelgroep, is bereid de nieuwe coördinator(en) op gang te helpen. Zij heeft een flinke lijst met mogelijke wandelingen in en rond Amsterdam, waar je gebruik van kunt maken. Over het moment in de week en over de frequentie van de wandelingen overleggen de deelnemers onderling.

## Divers nieuws

### Vragen voor hulp



Wil je weten waar je allemaal terecht kan met vragen voor hulp? Hulp voor jezelf of voor burens of voor iemand in de buurt?

Het Platform informele Zorg Amsterdam Zuid heeft alle bekende hulporganisaties op een rijtje gezet. Dit overzicht is als 'aanhangel' achteraan deze nieuwsbrief geplakt.

### Blij van schoonmaakklusjes

Wie is er nu niet blij met een schoon huis? Alleszelf.nl maakte een selectie van blij makende, hanteerbare poetszaken voor een willekeurige week. Fijn als het weer gebeurd is en je blijft fit door de extra beweging in huis. Wat te denken van de waterkoker ontkalken, of het tv-scherm schoonmaken, of de kalkaanslag op glazen verwijderen... Voor inspiratie zie: <https://www.alleszelf.nl/huishoudelijke-hulp/schoonmaakklusjes>.



### Kansennet



Het project 'Nederlands Spreken' van Stichting Kansennet zoekt vrijwilligers die taalondersteuning willen geven aan mensen die de Nederlandse taal aan het leren zijn. Het gaat niet alleen om vluchtelingen, maar ook om mensen die om wat voor reden dan ook in Nederland zijn komen wonen en hier willen blijven. De bedoeling is de spreekvaardigheid van de Nederlandse taal te vergroten, de anderstalige heeft daartoe vaak weinig gelegenheid.

Van de taalcoaches worden geen specifieke vaardigheden verwacht, alleen dat de Nederlandse taal hun moedertaal is en dat ze bereid zijn wekelijks één tot twee uur met de anderstalige te praten. Het gaat dus om 'praten met elkaar' en niet om 'lesgeven'. Van de anderstaligen vragen wij wel een basiskennis van de Nederlandse taal.

Lijkt het je wat om taalcoach te worden? Neem dan contact op met Kansennet – Nederlands Spreken, telefoon 06-458 342 42, of stuur een e-mail naar [nederlands@kansennet.nl](mailto:nederlands@kansennet.nl). Meer informatie vind je op [www.kansennet.nl](http://www.kansennet.nl).



## Aanpak stoepfietsen

Omdat bewoners in de Wielingenbuurt, als voetganger, regelmatig te maken hebben met (bijna) aanrijdingen met fietsers, scooters en zelfs bestelauto's is in overleg door de gemeente een proef in gang gezet tegen het stoepfietsen. Als je langs de Wielingenstraat komt zie je, als onderdeel van de proef, hekjes waarop aangegeven 'voetgangersgebied' en het verzoek af te stappen. Er volgen nog aanduidingen op de stoep met dezelfde boodschap. En er wordt handhaving ingezet. De bewoners in de buurt zijn heel benieuwd of dit verandering in gedrag oplevert. Na de proef laten zij meer horen.



## Belmaatjes Cybersoek

Moeite met online je weg vinden? Cybersoek biedt digitale belmaatjes!

Gratis / 8 weken lang / een uurtje per week word je gebeld. In het Nederlands / Engels / Turks / Arabisch / Spaans / Indiaas. Zo kun je leren computeren met wat telefonische hulp.

Iets voor jou of iemand die je kent? Geef je op bij Kim, 020 693 45 82 / kim@cybersoek.nl.

Cybersoek heeft digitale belmaatjes die je kunnen helpen online je weg te vinden. Dat kan in diverse talen! Is het niet voor jezelf, dan misschien voor iemand die je kent? Bel Kim op telefoonnummer 020-693 45 82 of stuur een e-mail naar [kim@cybersoek.nl](mailto:kim@cybersoek.nl).

## Wetenswaardigheden



### TIPS

- ...er heel goede informatie is, van Senioren en veiligheid, over onveilige situaties waarin je terecht kan komen?  
<https://www.maakhetzeniettemakkelijk.nl/>.
- ...het eerste Stadsdorp Zuid 10 jaar bestaat? En dat de oprichter en de twee stuwkrachten geëerd
- Er is een prachtige website waar je uren kunt ronddwalen langs kunstwerken van over de hele wereld, zie:  
<https://artsandculture.google.com/>.
- De ommetjes-app helpt je om regelmatig een ommetje te maken. Via de app kun je samen wandelen, zonder op dezelfde locatie te zijn. Je

zijn door de gemeente? Omdat zij zoveel navolging gehad hebben? <https://www.stadsdorpzuid.nl/be-richt-van-flora-breemer-stadsdeelbestuurder-amsterdam-zguid/>.

kunt zelfs een wandelencompetitie starten. Neuropsycholoog Erik Scherder vertelt je na iedere wandeling een interessant hersenfeitje. Kijk op <https://www.hersenstichting.nl/om-metje/> en wandel mee.

## Jaarlijkse bijdrage

Hoewel we voor grotere bijeenkomsten op dit moment geen geld uitgeven – en er ook niets aan vrijwillige bijdragen binnenkomt – lopen de vaste kosten voor het Stadsdorp gewoon door. Zoals verzekering, bankkosten, website onderhoud, e.d. Als je dat nog niet gedaan hebt vragen we je daarom toch om je jaarlijkse bijdrage van (minimaal) €15,- te voldoen. Je kunt je bijdrage overmaken op de rekening van het Stadsdorp: NL16 TRIO 0338 5062 76 t.n.v. Stadsdorp Rivierenbuurt Amsterdam. Vermeld hierbij s.v.p. ‘voor 2020’.

## Bereikbaarheid Stadsdorp

Op onze website [www.stadsdorprivierenbuurt.nl](http://www.stadsdorprivierenbuurt.nl) is de meeste informatie over het Stadsdorp te vinden. Heb je een tip of een vraag, stel hem!

- Heb je een nieuwtje of iets waar je anderen attent op wilt maken? Geef het door via [prikbord@stadsdorprivierenbuurt.nl](mailto:prikbord@stadsdorprivierenbuurt.nl).
- Heb je een tip voor de rubrieken ‘Wist je dat?’ of ‘Tips’ in de nieuwsbrief, meld het via [info@stadsdorprivierenbuurt.nl](mailto:info@stadsdorprivierenbuurt.nl) en zet erbij: ‘Voor de Nieuwsbrief’.
- Heb je vragen over thema’s, bijeenkomsten, activiteiten, etc. van het Stadsdorp? Stel ze via [info@stadsdorprivierenbuurt.nl](mailto:info@stadsdorprivierenbuurt.nl).
- Heb je geen computer en wil je wel meer over activiteiten weten of iets melden, bel dan het Stadsdorp telefoonnummer: 06-576 356 13.

## Aan- en afmelden

**Meedoen?** Vul het aanmeldformulier in op [www.stadsdorprivierenbuurt.nl](http://www.stadsdorprivierenbuurt.nl) onder ‘Contact...Interesse...Meedoen > Aanmelden?’

**Afmelden?** Vul het afmeldformulier in op [www.stadsdorprivierenbuurt.nl](http://www.stadsdorprivierenbuurt.nl) onder ‘Contact...Interesse...Meedoen > Afmelden?’

Heb je geen e-mail, bel dan het Stadsdorp telefoonnummer 06-576 356 13.

## Redactie en bijdragen

**Kerngroep:** Carolien van den Handel en Guuske Kotte

**Met bijdragen van:** Andrea Balk, Carin Giesen, Hiltje Berkenbosch, Margôt Ottens, Marjan Stomph, Maaïke Rol, Flora Wagenaar, Annemiek de Witte

Heb je iets voor de volgende Nieuwsbrief?

Laat het weten vóór 5 december via

[info@stadsdorprivierenbuurt.nl](mailto:info@stadsdorprivierenbuurt.nl)

**Op de volgende pagina vind je  
het overzicht van hulporganisaties in Amsterdam Zuid**

# ORGANISATIES

**BURENNETWERK** | 020-6239771 | [HELDESK@BURENNETWERK.NL](mailto:HELDESK@BURENNETWERK.NL) | EENVOUDIGE BURENHULD

**TEAM ED** | 06-42528197 | [TIZIANA@TEAMED.NL](mailto:TIZIANA@TEAMED.NL) | DE EDPLAATS IS EEN ONTMOETINGSPLEK VOOR EN DOOR MENSEN MET PSYCHISCHE, FINANCIËLE OF SOCIALE KWETSBAARHEDEN

**PRISMA** | 020-8866260 | [INFO@STICHTINGPRISMA.NL](mailto:INFO@STICHTINGPRISMA.NL) | VOOR AMSTERDAMMERS MET EEN LICHT VERSTANDELIJKE BEPERKING |

**STICHTING SENIOR & STUDENT** | 020-3080916 | [INFO@STICHTINGSENIORENSTUDENT.NL](mailto:INFO@STICHTINGSENIORENSTUDENT.NL) | KOPPELT STUDENTEN AAN SENIOREN VOOR ONDERSTEUNING EN GEZELNSCHAP

**ALGEMENE HULPDIENST BUITENVELDERT** | 020-6447113 | [COORDINATOR@HULPDIENSTBUITENVELDERT.NL](mailto:COORDINATOR@HULPDIENSTBUITENVELDERT.NL) | EENVOUDIGE EN VOORAL PRAKTISCHE ONDERSTEUNING AAN BEWONERS VAN BUITENVELDERT |

**MARKANT** | 020-8868800 | [INFOR@MARKANT.ORG](mailto:INFOR@MARKANT.ORG) | EVEN DE HANDEN VRIJ, EEN VRIJWILLIGER NEEMT EEN DAGDEEL PER WEEK DE ZORG VAN U OVER |

**DUUR ZUID PAPERCLIP** | 020-2359477 | [INFO@DUURZUID.NL](mailto:INFO@DUURZUID.NL) | STRUCTURELE ONDERSTEUNING BIJ DE ADMINISTRATIE VOOR OUDEREN |

**VOOR ELKAAR IN ZUID** | 020-6794441 | [INFO@VOORELKAARINZUID.NL](mailto:INFO@VOORELKAARINZUID.NL) | DE PLEK VOOR ONTMOETING EN ONDERSTEUNING IN AMSTERDAM ZUID |

**BUDDYZORG KURIA** | 020-6790797 | [BUDDY@KURIA.NL](mailto:BUDDY@KURIA.NL) | EEN BUDDY, ALS STEUN VOOR IEMAND DIE LEEFT MET EEN ERNSTIGE/LEVENSBEDREIGENDE ZIEKTE |

**STICHTING SINA** | 020-2441972 | [INFO@STICHTINGSINA.NL](mailto:INFO@STICHTINGSINA.NL) | HET ONDERSTEUNEN VAN KWETSBARE OUDEREN (PROJECT ZORGMAATJE) EN MENSEN DIE LEVEN IN ARMOEDE EN/OF EEN GROTE AFSTAND HEBBEN TOT DE PARTICIPATIEMAATSCHAPPIJ (PROJECT STUDENTMAATJE) |

**REGENBOOG GROEP** | 020-5317600 | [INFO@DEREGENBOOG.ORG](mailto:INFO@DEREGENBOOG.ORG) | MENSEN ONDER ELKAAR: VERSLAVING, PSYCHIATRIE EN (SOCIALE) ARMOEDE |

**HUMANITAS** | 020-5231100 | [KANTOOR.AMSTERDAM@HUMANITAS.NL](mailto:KANTOOR.AMSTERDAM@HUMANITAS.NL) | VOOR HULP BIJ EENZAAMHEID, VERLIES, OPVOEDING, OPGROEIEN EN ARMOEDE

**UNIE VAN VRIJWILLIGERS** | 020-202944 | [YH@UUVVAMSTERDAM.NL](mailto:YH@UUVVAMSTERDAM.NL) | BOODSCHAPPEN-HULP BEZOEK AAN HUIS VOOR GEZELNSCHAP, WANDELING, GESPREK, BEGELEIDING NAAR ZORGVERLENERS. KOSTELOOS VOOR CLIËNT . VOOR OUDEREN (75+) ZELFSTANDIG WONEND. VRIJWILLIGERSWERK

**DE ZONNEBLOEM** | 0657568668 | [ZONNEBLOEM.AMSTERDAMZUID@OUTLOOK.COM](mailto:ZONNEBLOEM.AMSTERDAMZUID@OUTLOOK.COM) | NIET IN STAAT OM ZELF DE DEUR UIT TE GAAN? DE ZONNEBLOEM HELPT |

**DYNAMO BUURTSUPPORT** | 020-4620365 OF 06-16170933 | [BAALDERS@DYNAMO-AMSTERDAM.NL](mailto:BAALDERS@DYNAMO-AMSTERDAM.NL) | U ZORGT VOOR IEMAND DIE LANGDURIG HULP NODIG HEEFT. DYNAMO ONDERSTEUNT U ALS MANTELZORGER |

