



AUTHENTICITEIT & INSPIRATIE

Tijdens het programma worden in overleg met deelnemers verschillende activiteiten aangeboden. Dat betekent dat ons aanbod steeds verandert. Nieuwe bezoekers brengen inspiratie en nieuwe mogelijkheden om elkaar op een andere manier te leren kennen.



INDIVIDU & GROEP

Onze zes locaties zijn verspreid over Amsterdam-West en Nieuw-West. Iedere dag is er een breed aanbod aan activiteiten. *Mantelzorg & Dementie* staat voor gezelligheid, humor en persoonlijke vrijheid. Wij gaan met de bezoeker op zoek naar wat deze leuk vindt om te doen en vragen naar wat iemand wil leren of ontwikkelen.



Mantelzorg & Dementie

Mantelzorg & Dementie is er voor iedereen die te maken heeft met dementie en/of gevoelens van eenzaamheid. Wij bieden ondersteuning op basis van de visie van de Ontmoetingscentra. Deze is ontwikkeld vanuit het VUmc.

Mantelzorg & Dementie biedt ruimte voor ontmoeting in een ongedwongen setting. Voorbeelden van ondersteuning die wij bieden: ontmoetingscentra, een inloopspreekuur, telefonische ondersteuning, gespreksgroepen, ontspannen en gezellige middagen voor mantelzorgers, uitstapjes met een kleine groep, naar bijvoorbeeld een museum of concert. Mensen met dementie en hun naasten zijn welkom.

Mantelzorg & Dementie heeft zes locaties, verspreid over Amsterdam-West en Nieuw-West.

Voor meer informatie: 06 43 43 73 49
www.mantelzorgendementie.nl

MANTELZORG
& DEMENTIE



STAD & GROEN

Mantelzorg & Dementie kiest voor locaties die in contact staan met de buurt. Alle locaties liggen dichtbij een park of andere groene omgeving. Bewegen in de buitenlucht is een vast onderdeel in het programma. Andere activiteiten die bij iedere locatie aan bod komen: koffie- en theemomenten, bespreken van het nieuws, de gezamenlijke lunch. Ook worden seizoensgebonden activiteiten aangeboden zoals huiskamerconcerten, natuurwandelingen en boottochtjes.

1 CLIFFORDSTRAAT 36

Stadsdeel West | Cliffordstraat 36

In dit voormalig schoolgebouw gebeurt van alles, er is bijvoorbeeld ook een werkplaats. Door de diverse gebruikers van het pand heeft de locatie een levendig karakter. Het oude speelplein is nu een binnentuin. Vanuit hier wandelen wij vaak, het Westerpark ligt om de hoek. Bezoekers die hier komen houden onder andere van: schilderen, spelletje, biljarten, sjoelen, muziek maken of luisteren, koken, erop uit naar het Rijksmuseum, het Amsterdamse bos, of een kijkje nemen achter de schermen bij een oude Citroëngarage...

3 DE KOPEREN KNOOP

Stadsdeel West | van Limburg Stirumstraat 119

Dit gezellige buurthuis ligt midden in de wijk. Bezoekers genieten van de reuring in de winkelstraat, een praatje met de bloemenman, als je behoefte hebt aan natuur dan wandel je hier zo langs de kade naar het Westerpark. De Koperen Knoop staat garant voor een ongedwongen sfeer. Er komen bezoekers die graag en lekker koken, biljarten, klaverjassen, er is ook regelmatig een club die creatief aan de slag gaat en er is nog veel meer te doen. Lieve honden geen bezwaar.

2 CLIFFORDSTRAAT 28

Stadsdeel West | Cliffordstraat 28

Cliffordstraat 28 heeft ramen met uitzicht op de gezellige buurt. Elke dinsdag wandelen we door het Westerpark naar *Nemo*, waar we een gevarieerde interculturele lunch gebruiken. Er wordt gezongen met muzikale omlijsting. Daarna nog een wandeling rond de schooltuinen, waarna we weer eindigen bij de Cliffordstraat.

Vrijdagochtend zijn er verschillende activiteiten, deze worden net als bij alle groepen aangepast aan de behoefte van deelnemers op dat moment. Activiteiten kunnen individueel of in groepsverband plaatsvinden. Onder het genot van koffie of thee vergeten we onze zorgen en spreken of 'zwijgen' over culturele onderwerpen, beeldende kunst. We wandelen in de mooie omgeving, of we zijn zelf creatief, want: *Ieder mens is een kunstenaar!* (Joseph Beuys).

4 WIJKZAAL VAN DE NASSAUKERK

Stadsdeel West | De Wittenstraat 114

Op deze sfeervolle locatie ligt het accent op muziek en bewegen. Op maandag is de liedjesclub *Monday Monday* actief met Nederlandse en als het zo uitkomt ook anderstalige liedjes. We wandelen en dansen graag en bij mooi weer doen we dat het liefst buiten. Woensdag maken we ons lijf lekker los op en luisteren naar muziek aan de hand van een thema. Dat nodigt vaak uit tot dansen, zingen en muziek maken. Als het maar even kan, maken we een wandeling. Er is altijd van alles te zien en te beleven in onze levendige buurt. Elke dag is volop gelegenheid om bij te praten en uit te wisselen over wat ons bezighoudt.

5 BONNEFANTENSTRAAT 10

Stadsdeel Nieuw-West | Bonnefantenstraat 10

Een warm welkom in deze ruim opgezette locatie in een fijne groene omgeving. Wij hebben leuk contact met de burens en komen graag samen voor een kop koffie of een goed verhaal. Bezoekers die hier komen, hebben plezier in gymnastiek, muziek maken en luisteren, dansen, biljarten, creatief bezig zijn, koken, erop uit met de natuurgids, of bijvoorbeeld huiskamerconcerten. Het fijne Kröller-Müllerpark ligt hier vlak voor de deur.

6 RU PARÉ

Stadsdeel Nieuw-West | Chris Lebeauststraat 4

Verschiedende organisaties komen samen onder één dak. Een levendige plek, met een Marokkaanse ontmoetingsgroep waar lekker gekookt wordt, muziek te beluisteren is en creativiteit de ruimte krijgt. Deelnemers die hier komen houden bijvoorbeeld van muziek, creatieve projecten en dans. In dit gebouw komt ook een groep samen die graag Surinaams, Indonesisch en Chinees kookt; *Madame Jeanette*. Het Rembrandtpark ligt om de hoek.

