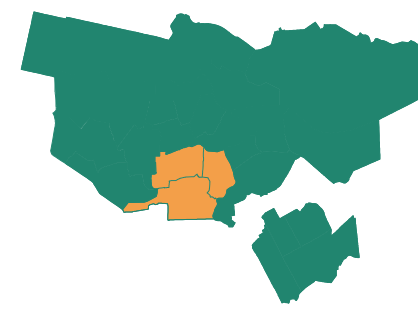


Lente in Zuid

de krant voor de thuisblijvers

editie Stadsdeel Zuid 2023



VERBONDENHEID IN DELENTE

Voor u ligt weer Lente in Zuid krantje, met daarin van alles wat er gebeurt in onze wijken in Stadsdeel Zuid. Elke keer dat dit krantje verschijnt kunnen we nieuwe plekken en nieuwe activiteiten aankondigen. Ik ben daar trots op, maar het is ook hard nodig. Want zo stellen we Amsterdammers in staat om elkaar te ontmoeten en om samen te zorgen voor een verbonden stad.

Flora Breemer, stadsdeelbestuurder Amsterdam Zuid

Sociaal betrokken in Zuid

De lente is weer aangebroken. Het zonnetje begint meer te schijnen en veel Amsterdammers zijn weer buiten te vinden. Het is echter niet voor alle Amsterdammers vanzelfsprekend om te genieten van het weer en naar buiten te gaan. Veel bewoners in Amsterdam Zuid kunnen wel een steuntje in de rug gebruiken.

Wim, een bewoner uit de Rivierenbuurt, weet hier alles van. Wim (68) is op veel verschillende manieren actief in zijn eigen buurt. Hij woont al 58 jaar in de Rivierenbuurt en kent inmiddels de buurt en veel van zijn buurtbewoners. Wim bekommert zich om andere buurtbewoners en gaat om de dag op bezoek bij zijn buurvrouw. Zij is op leeftijd en heeft weinig sociale contacten. Wim zorgt voor gezelschap en een helpende hand. Daarnaast doet hij vrijwilligerswerk bij welzijnsorganisatie Dynamo. Voor een buurtkamer van Dynamo zet Wim zich op verschillende manieren in, bijvoorbeeld door te helpen met een boodschap of buurtbewoners informatie te geven over activiteiten.

Wim is erg sociaal betrokken. Voor hem is het vanzelfsprekend om zich in te zetten voor de buurt, maar het is wel van belang dat hij er zelf energie van krijgt. Zijn advies om sociaal betrokken te zijn luidt als volgt: 'Houd je aandacht bij de dingen die je doet en doe niet te veel dingen door elkaar. Mensen moeten tegenwoordig heel veel. Alles moet bijna tegelijk. Mensen zien hierdoor hun eigen omgeving soms over het hoofd. Kijk eens niet te ver in de wereld, maar begin bij je eigen straat. Begin klein.'

Een manier om klein te beginnen is om eens te kijken op platform BUUV Amsterdam Zuid (amsterdamzuid.buuv.nl). Op dit platform kunnen buurtbewoners zelfstandig op zoek naar vrijwilligerswerk in de buurt of ze kunnen zelf hulpvragen online plaatsen. Daarnaast kun je je ook via organisaties aanmelden voor vrijwilligerswerk of



Een buurtbewoner en vrijwilliger van VEIZ samen aan de koffie.

juist aangeven als je hulp nodig hebt. Via Voor Elkaar in Zuid (www.voorelkaarinzuid.nl / 020 67 94 441) kun je je inzetten als vrijwilliger voor sociaal contact, klussen in huis of tuin, thuisadministratie, hulp bij computer en vervoer & begeleiding. Bij Voor Elkaar in Zuid krijg je een intake en je wordt als vrijwilliger begeleid. Er wordt gekeken naar de wens van de buurtbewoner en de vrijwilliger, en een mooie match wordt gezocht.

Niet alleen als individu kun je je inzetten voor de samenleving, ook als bedrijf kun je zorgen voor sociale betrokkenheid in de stad of buurt waarin je opereert. Bij welzijnsorganisatie Dynamo kunnen bedrijven zich aanmelden om zich in te zetten voor de buurt. Middels een nieuw concept "go SOCIAL make IMPACT" nodigt Dynamo bedrijven uit om maatschappelijk betrokken te raken bij een sociaal project in de buurt. Samen met je team of afdeling kun je mee doen.

'Een superleuke dag vol uitwisselingen en mooie verhalen. Heerlijk om iets goeds te doen voor de buurt, maar er ook veel voor terug te krijgen!' aldus Melissa van ING.



Medewerkers van ING doen vrijwilligerswerk in Buitenveldert

VAN DE REDACTIE

De lente is weer begonnen. Ook dit seizoen een mini editie van de Lente in Zuid krant.

Verwachte volgende edities:

- Zomer in Zuid krant -
- Herfst in Zuid krant (mini editie) -
- Winter in Zuid krant -

REACTIE voor de REDACTIE

Heb je vragen, opmerkingen, suggesties of inspirerende verhalen?

Graag ontvangen we die via:
zuidkrant@dynamo-amsterdam.nl

DE BUURTVUIST - BUURT- EN SPEELTUINVERENIGING AMSTERDAM ZUID

Speeltuinvereniging De speeltuin Vuist bestaat dit jaar 100 jaar en is voor veel generaties een begrip in Amsterdam Zuid, de Rivierenbuurt en omgeving. Het clubaanbod wordt bepaald door de behoeftes en verlangens van de buurtbewoners. De clubs zijn niet alleen gericht op kinderen, zoals in de beginjaren vanzelfsprekend was. Zo zijn er diverse 'volwassenen' clubs als yoga, country line dancing, tekenen en schilderen, klaverjassen, Newen Copihue (Zuid-Amerikaanse dans) en de ouderen eettafel. Iedere buurtbewoner die lid is van de vereniging kan een club starten.

De organisatie draait op vrijwilligers. Er is altijd wel wat te doen, bijvoorbeeld klussen, schoonmaken en onderhoud. Daarnaast worden diverse activiteiten georganiseerd voor jong en oud. Ook daar zijn mensen voor nodig.

Wij zijn op zoek naar mensen die ons willen helpen en vrijwilliger willen worden. Voorwaarden om vrijwilliger bij ons te worden zijn er niet. Wel vragen wij om een VOG. Mocht je deze niet in bezit hebben, willen wij graag in onze vrijwilligers investeren en deze vergoeden, ook eventueel een cursus BHV en EHBO. Betrouwbaarheid wordt op prijs gesteld. Het werk is geheel op vrijwillige basis. Hier staat dan ook geen vergoeding tegenover, maar wel veel gezelligheid en het bieden van een veilige speelplek voor de kinderen.

Interesse?

Neem contact op met telefoonnummer 020 644 08 66, stuur een mail naar bsvaz@live.nl of kom gerust eens langs op de Gaaspstraat 8.

Hulp is welkom want: zonder vrijwilligers, geen Speeltuinvereniging.

STICHTING HEENENWEER



Je hebt ze vast wel eens zien rijden in de buurt: die kleine felgroen gekleurde autootjes (Canta's) met het logo van HeenenWeer. Vanaf 2017 bestaat de Stichting HeenenWeer De Pijp, Rivierenbuurt, met als doel met kleine elektrische autootjes bewoners die geen korte afstanden zelfstandig kunnen overbruggen te vervoeren binnen de gebiedsgrenzen. Zo rijden ze bijvoorbeeld naar de huisarts, fysio, eetclubs, etc. Sinds augustus 2021 rijden er ook Canta's in Oud-Zuid.

Je kunt gebruik maken van de HeenenWeer als je ingeschreven bent in het gebied waar je woont. Dit kan via de website heenenweeramsterdam.nl

Wil je een rit boeken, dan bel je vervolgens met de boekingslijn en voor €1,- per rit word je door een chauffeur thuis opgehaald en naar de plaats van bestemming gereden. In ieder gebied zijn zeker ruim 30 vrijwilligers aan de slag om dit allemaal mogelijk te maken.

Wil je een rit boeken bel dan met de boekingslijn. Voor een reservering in de Pijp, Rivierenbuurt is het nummer 06 28 18 13 43 en voor een reservering in Oud-Zuid bel je 06 20 07 88 71. Je kunt deze nummers ook bellen als je vragen hebt of als het met de inschrijving niet lukt.

Nieuwe vrijwilligers zijn altijd welkom. Heb je interesse om boeker of chauffeur te worden kijk dan op de site. Je komt in een organisatie met een leuke groep vrijwilligers die je graag verwelkomen!

VOOR ELKAAR IN AMSTERDAM



Voor Elkaar in Amsterdam roept Amsterdammers op om er voor elkaar te zijn. Om naar elkaar om te kijken. Om zich aan te melden als vrijwilliger. Je kunt veel betekenen voor een ander!

Bekijk het filmpje "Voor wie kom jij in beweging?"

Help dit filmpje viraal te laten gaan!

Deel het op je sociale media! <https://youtu.be/n0RfvFghReM> is de link naar het filmpje of google bij Youtube "Voor wie kom jij in beweging".

Voorelkaarinamsterdam.nl

BUURTKAMER QUELIJN IS OPEN!



De sfeervolle buurtkamer op Quellijnstraat 62 is een plek voor iedereen in de buurt. In samenwerking met maatschappelijke organisaties worden er allerlei activiteiten georganiseerd, waarbij ontmoeting centraal staat. Veel verschillende mensen komen samen in de buurtkamer. Je kunt binnen stappen voor een kop koffie, een creatieve workshop volgen en er komt een wekelijkse buurtmaaltijd. Een grote troef van de buurtkamer is de tuin. Hier komt een fijn terras en samen met bewoners wordt er een moestuin en bloementuin aangelegd.

Voor meer informatie kun je mailen naar buurtkamer@stichtingprisma.nl of bellen naar 06 81 03 27 27.

NIEUWE KRINGLOOP & BUURTGEBOUW GOUDESTEIN EINDELIJK EEN FEIT!



Drie jaar geleden is het plan opgevat om van het speelterrein Goudestein aan Landskroon 90 een plek te maken voor jong en oud. Naast dat Buitenveldert een grote groep ouderen kent, wonen er namelijk ook veel gezinnen in de wijk. Op een aantal plekken in Buitenveldert worden al veel activiteiten aangeboden, voor zowel jong als oud. Maar er is niet een plek waar alle leeftijden samenkomen. Terwijl oudere mensen het juist fijn vinden om jonge mensen om zich heen te hebben en jonge mensen genieten van de tijd en aandacht die oudere mensen voor ze hebben.

Daarom is drie jaar geleden gestart met het plan om van speeltuin Goudestein een Meergeneratieplein te maken; dé plek voor jong en oud!

Eind februari is er een grote stap gezet met de opening van een prachtig nieuw gebouw op dit terrein. In dit gebouw wordt een kringloopwinkel gerealiseerd, waar mensen spullen kunnen komen brengen (helaas zijn we niet heel groot, dus alles behalve boeken, volwassenkleding en meubels). Zodra er genoeg spullen zijn, kunnen mensen ook lekker komen neuzen tussen alle tweedehands spullen voor kleine prijzen. Met de opbrengst van de winkel worden er grotere evenementen voor de hele buurt op het terrein georganiseerd.

Daarnaast is er een gezellige buurtkamer waar iedereen van harte welkom is om lekker een gratis kopje koffie of thee te komen drinken.

Dit gebouw is van de buurt, voor de buurt. Dus als je het leuk

vindt om iets te gaan opstarten; een boeken- of kaartclub, een tekencursus, yogalessen, dans- of theaterworkshop...of wat dan ook. Dan is dit de plek waar je dat kan realiseren. Alles in het gebouw is makkelijk te verplaatsen, waardoor er zowel een intieme sfeer gecreëerd kan worden als juist veel ruimte gemaakt kan worden als dat nodig is. Mocht je er niets aan willen verdienen, dan is de ruimte gratis te gebruiken en anders staat er een kleine huur tegenover. Het gebouw is beschikbaar in de avonden en in de weekenden. Mocht je interesse hebben, kom vooral een keertje langs, we zijn open op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 10.00 tot 17.00 uur en in de toekomst ook op woensdag. Voor meer informatie kan je ook mailen met hsiegers@dynamo-amsterdam.nl of bel 06 26 63 52 36.

SPREEKUR BUURTEAM VELUWE 20



Je kunt vanaf nu elke donderdag tussen 9.00 en 11.00 uur terecht bij Veluwelaan 20 voor het inloopsprekuren van het Buurteam.

Onder het genot van een kop koffie/thee beantwoorden buurtteammedewerkers vragen over zorg, geld, wonen, gezondheid, werk, ontmoeten en veiligheid. Ook voor indicaties en juridische vragen kun je hier terecht.

Een mooie samenwerking tussen Dynamo en het Buurteam.

GO SOCIAL MAKE IMPACT

Dé verbinding tussen het bedrijfsleven en lokale sociale projecten! Dynamo lanceert een nieuw concept om het bedrijfsleven te betrekken bij de buurt. Lokale sociale projecten krijgen zodoende meer aandacht, meer omvang en meer waardering en voor bedrijven is het een unieke teambuilding dag. Hiermee creëert Dynamo een win-win situatie waarin zowel de buurt als het bedrijfsleven een unieke ervaring rijker zijn.

Afgelopen jaar hebben al verschillende bedrijven meegeholpen aan dit verbindende concept. Dit jaar breidt Dynamo uit met verschillende opties voor bedrijven:

- Teamdag
Een teambuilding dag waarbij een bedrijf zich inzet voor de buurt, door samen te koken, verassingspakketjes rond te brengen of een markt te organiseren.
- Structureel
Een wekelijkse activiteit die zich herhaalt en die door het team wordt uitgevoerd, afwisselend in duo's of kleine groepjes. Dit kan bijvoorbeeld boodschappenhelp zijn voor een oudere buurtbewoner of meehelpen bij een buurtlunch bij een buurthuis in de buurt.
- Op kantoor
Een activiteit waarbij de buurtbewoners welkom zijn op het kantoor en waarbij alle collega's kunnen kennismaken met de buurtbewoners. Een vraag-maar-raak lunch is een goed voorbeeld daarvan.

Bij alle activiteiten neemt Dynamo de organiserende rol, zodat het bedrijf zich kan storten op de uitvoering en weinig tot geen werk vooraf of achteraf heeft. Hierdoor is het bedrijf ontzorgd en staat ontmoeting met buurtbewoners centraal tijdens de uitvoering van de activiteiten.

Wij hebben ontzettend veel zin om alle bedrijven in Amsterdam uit te nodigen om mee te doen met go SOCIAL make IMPACT. Neem een kijkje op onze nieuwe pagina van Social Impact en kom samen met jouw bedrijf in actie!

www.dynamo-amsterdam.nl/socialimpact
socialimpact@dynamo-amsterdam.nl

DUFAYHUIS PARELTJE VAN BUURTKRACHT, WELZIJN EN ZORG



Vondeldorp onderneemt al tien jaar allerlei activiteiten om de buurt tussen de Amstelveenseweg en de Van Baerlestraat leuker te maken. Zo zijn er leesgroepen, eettafels, films en lezingen, met aandacht voor het omzien naar elkaar. In 2019 ontstond het idee om in het oude (gemeentelijke) schoolgebouw in de Dufaystraat 19, een buurtcentrum te realiseren. Een laagdrempelige buurtontmoetingsfunctie gecombineerd met zorg en welzijn. Zo werden Vondeldorp, huisartsen en Combiwel-buurtwerk de initiatiefnemers van het Dufayhuis.

Er ontstond een gezellige buurtontmoetingsplek met een warme sfeer. Het kan zomaar gebeuren dat je onthaald wordt met mooie muziek, gespeeld door een buurtbewoner op de vleugel. Daarnaast heeft Het Dufay Café een ware schat aan boeken die je kan lezen en lenen en elke dag liggen de kranten op de stamtafel klaar. De buurt loopt er binnen voor een kop koffie, bijzondere theesoorten, een heerlijk bord soep of een rijk belegd broodje. Op donderdagochtend bewegen 55+ buurtbewoners op muziek in de Dufaytuin. In de avonden en weekenden is er een kleurrijk programma met muziek, cultuur, briden/klaverjassen, creatieve bezigheden voor kinderen en lezingen om elkaar op een andere manier te ontmoeten. Bekijk het programma op: www.vondeldorp.nl

De openslaande deuren van het Dufay Café geven toegang tot de Dufaytuin. Dit voormalige schoolplein wordt omgetoverd tot een fantastische groene oase, met verschillende terrassen, een moestuin, vogeltjes, insectenhôtels, wadi, workshops en een waterpartij. Voor en door de buurt. Iedereen kan hier aan de slag, op welke manier dan ook. Grote klussen of kleine klussen, iedereen is welkom. Natuurlijk ook voor gewoon een kop koffie op het terras. Zin om mee te doen? Groene vingers zijn niet vereist! buurttuin@vondeldorp.nl

Wij bundelen buurtkracht, welzijn en zorg tot een mix die bijdraagt aan ontmoeting, omzien naar elkaar en meedoen in de buurt?

Het gedachtegoed van Positieve Gezondheid bleek een mooie verbindende kapstok voor een samenwerking. Positieve Gezondheid richt zich op veerkracht en wat het leven betekenisvol maakt. Dat helpt buurtbewoners om te gaan met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven. Dat verbindt mensen en voorkomt onnodig gebruik van welzijn en zorg.

Zo geven wij samen zin aan het buurtleven. Het werkt! De buurt wordt gezelliger.

Tjeerd Hulsman lid Vondeldorp en voorzitter Dufaytuin
buurttuin@vondeldorp.nl of 06 53 31 76 75

Jan Willen Vriethoff, buurtwerker Combiwel Buurtwerk in het Dufayhuis jw.vriethoff@combiwel.nl 06 06 39 71 78 76

Kunt u alles nog betalen?

Energie, boodschappen, alles wordt duurder. Het buurtteam helpt bij vragen over geld. Wacht niet te lang en maak een afspraak.



Buurtteam
Amsterdam

Er is vaak meer mogelijk dan u denkt.

Kunt u uw rekeningen niet meer betalen? Ga dan naar het buurtteam bij u in de buurt. Er is vaak meer mogelijk dan u denkt. Onze hulp is gratis.

We kijken graag samen naar uw situatie en hoe wij u het beste kunnen helpen en ondersteunen. Bijvoorbeeld bij:

- Aanvragen van de energietoeslag
- Energiecoaching
- Gratis energiebesparingsbox t.w.v. € 55,-
- Uw administratie en post ordenen
- Budgetadvies
- Regelingen waar u misschien recht op heeft
- Treffen van betalingsregelingen als dat kan
- Het kwijtschelden van schulden

Hulp bij betalingsachterstand of schulden

Zijn uw geldproblemen groter en bent u bang dat u in de schulden komt? Ook dan kunnen wij u helpen, afhankelijk van uw situatie.

Vind uw buurtteam op www.buurtteamamsterdam.nl

COLOFON

MOGELIJK GEMAAKT DOOR:

✘ Gemeente
✘ Amsterdam
✘ Zuid



MEDE MOGELIJKE GEMAAKT DOOR:



VORMGEVING

Tijshelpt.nl