

# Water graafs meer

SOCIALE KAART





Deze kaart is met zorg samengesteld voor Dynamo, maar omvat natuurlijk niet alle locaties in dit gebied. Kunt u niet vinden waar u naar opzoek bent?

Loop dan binnen bij één van de Buurteam spreekuren! Deze vindt u achterop deze kaart.

---

Gemaakt in opdracht van Dynamo  
Ontwerp door Liam van Dijk



Sociale Kaart

# Watergraafsmeer



## Legenda

- 1** Sociaal Loket & Stadsloket Oost  
Oranje-Vrijstaatplein 2
- 2** Servicepunt Het Brinkhuis  
Landbouwstraat 63
- 3** Servicepunt Het Hoekhuis  
Fizeastraat 3
- 4** Dienstencentr. Watergraafsmeer  
Kamerlingh Onneslaan 34
- 5** De Nieuwe Ooster  
Kruislaan 126
- 6** Servicepunt Het Parkhuis  
Anfieldroad 110
- 7** Servicepunt Jeruzalem  
Van T Hofflaan 29
- 8** Buurtatelier Koch  
Robert Kochplantsoen 19
- 9** Senioren café  
Hofkerk - Linnaeushof 94
- 10** Kinderboerderij De Werf  
Archimedeslaan 59
- 11** 't Hartje - Kringloopwinkel  
Van T Hofflaan 27
- 12** Alzheimer Café  
Grand Café Frankendael  
Middenweg 116

## Algemeen

### Belastingdienst

Voor o.a. vragen over belastingen/toeslagen of het aanvragen van een betalingsregeling.  
Telefoon: 0800 - 0543  
Website: [www.belastingdienst.nl](http://www.belastingdienst.nl)

### Huisartsenpost OLVG Oost

**Bij spoed** 's avonds & in het weekend.  
Telefoon: 088 - 00 30 600

### Het Juridisch Loket

Bieden gratis eerste hulp bij juridische vragen.  
Telefoon: 0800 - 8020

### Politiebureau Oost Watergraafsmeer / Wijkagent

Adres: Linnaeusstraat 111  
Telefoon: **bij spoed 112**, geen spoed: 0900 - 8844

### Sociaal Loket

Voor gratis informatie en advies rondom zorg, welzijn. U kunt bij het loket terecht voor o.a. aangepast vervoer, het aanpassen van uw woning, urgentie, WMOvoorzieningen en regelingen voor Amsterdammers met een laag inkomen.

Adres: Oranje-Vrijstaatplein 2  
Telefoon: 020 - 2552 916

### Stadsloket Oost

Voor o.a. het aanvragen van uw paspoort, rijbewijs, parkeervergunning en gehandicaptenparkeerplaats.  
Adres: Oranje-Vrijstraatplein 2  
Telefoon: 14 020

### WMO Helpdesk

Voor aanvragen rondom woonvoorzieningen (traplift, tillift etc.), aanvullend openbaar vervoer (AOV) & vervoersvoorzieningen (scootmobiel, aangepaste fiets, etc.)  
Telefoon: 0800 - 0643

## Zorg & Welzijn

### Buurtteam Inloospreekuren

Komt u er zelf niet meer uit? Met vragen of zorgen op het gebied van zorg, welzijn, geld, wonen, gezondheid, werk, meedoen of veiligheid kunt u terecht bij het inloospreekuur van het Buurtteam.

Algemeen nummer: 020 - 46 20 300

### Servicepunt Brinkhuis

Adres: Landbouwstraat 63  
Spreekuur: maandag 13:00 – 15:30

### Het Hoekhuis

Adres: Fizeaustraat 3  
Spreekuur: dinsdag 11:00 – 13:00

### Dienstencentr. Watergraafsmeer

Adres: Kamerlingh Onneslaan 34  
Spreekuur: donderdag 9:30 – 11:30

### OBA Linnaeusstraat Buurtcampus

Studenten beantwoorden vragen van bewoners.

Adres: Linnaeusstraat 44

Spreekuur: woensdag 9:30 – 12:30

### ATA personenalarmering

Met een druk op de knop altijd hulp dichtbij. Zo kunt u langer en gezonder thuis wonen.  
Telefoon: 020 - 5923 131  
Website: [www.atapersonenalarmering.nl](http://www.atapersonenalarmering.nl)

### Centrum voor Levensvragen

Luisteren met aandacht wanneer er iets ingrijpends is gebeurd in ons leven, zoals verlies of ziekte. Geestelijke verzorgers zijn gespecialiseerd om over zulke onderwerpen in gesprek te gaan en zijn er voor iedereen, ongeacht geloof of levensfilosofie. Kosteloos voor iedereen boven de 50 jaar, palliatieve patiënten en hun naasten.  
Telefoon: 06 - 38 84 02 77  
Website: [www.stichtingquestio.nl](http://www.stichtingquestio.nl)

### Dagbesteding

Als u andere mensen wilt ontmoeten en dat niet zelf kunt organiseren is dagbesteding een mogelijkheid. Meld u hiervoor aan bij het Buurtteam.  
Telefoon: 020 - 4620 300

### Markant

Centrum voor mantelzorg. Helpt mantelzorgers balans te vinden tussen zorgen voor een ander en zorgen voor zichzelf. Je kan terecht voor informatie, advies, cursussen, begeleiding en praktische ondersteuning.  
Website: [www.markant.org](http://www.markant.org)  
Telefoon: 020 - 8868 800

### De Nieuwe Ooster

Begraafplaats, crematorium en organiseert elke laatste zondag van de maand het Nabestaandencafé onder professionele begeleiding.  
Adres: Kruislaan 126

## Wonen

### Jungle Amsterdam

Kennis- en informatiecentrum voor duurzaamheid. Biedt informatie over energiebesparing en voert kleine energiebesparende maatregelen uit.  
Telefoon: 020 - 7373 326  
Web: [www.jungle.amsterdam](http://www.jungle.amsterdam)

### Meldpunt zorg & woonoverlast

Buurtbewoner die overlast veroorzaakt of over wie u zich zorgen maakt? Geef het door aan het Meldpunt Zorg en Woonoverlast.  
Telefoon: 020 - 2552 914

### Stichting !WOON

Helpt met alle vragen over huren en wonen. Hebben verschillende spreekuren, o.a. om te helpen met zoeken op woningnet. Ook voor een energiecoach kan je bij hen terecht!  
Telefoon: 020 - 5230 130

### Verzorgingstehuizen

Voor wie niet meer zelfstandig thuis kan wonen met mantelzorg of thuiszorg zijn er in Amsterdam Oost verschillende aanbieders van verzorgingstehuizen.

### AMSTA

Telefoon: 020 - 5890 050

### Amstelring

Telefoon: 088 - 9720 200

### Cordaan

Telefoon: 088 - 2673 226

Zorggroep Amsterdam-Oost

Telefoon: 020 - 5925 420

## Vervoer

### Aanvullend Openbaar vervoer (AOV)

AOV is bestemd voor inwoners die 75 jaar of ouder zijn of niet in staat zijn zelfstandig, eigen of openbaar vervoer te gebruiken. Bel de WMO helpdesk (0800 - 0643) of ga langs bij het sociaal loket om AOV aan te vragen.

### RMC

Bent u AOV klant in Amsterdam? Bel dan direct om uw rit te boeken.  
Telefoon: 010 - 2085 855  
Website: [www.rmc-nederland.nl](http://www.rmc-nederland.nl)

### Valys

Voor reizigers met een mobiliteitsbeperking die sociaal-recreatieve uitstapjes buiten de eigen regio willen maken.  
Telefoon: 0900 - 9630  
Website: [www.valys.nl](http://www.valys.nl)

### De Winkelwagen

Hulp nodig bij het boodschappen doen? Op donderdag rijdt het busje van de winkelwagen vanuit Amsteldorp, Betondorp, Julianapark en Jeruzalem naar de winkels op de Brink en de supermarkten Albert Heijn, Vomar en de Lidl en weer terug.  
Telefoon: 06 - 27 30 14 04

## Doen & Ontmoeten

### Alzheimer Café

Biedt gezelligheid, informatieavonden, (live) muziek en verrassende ontmoetingen voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Elke 2<sup>e</sup> donderdag van de maand! Een plek om lotgenoten te ontmoeten.  
Adres: Grand Café Frankendael - Middenweg 116  
Meer info & aanmelden: [fschuiling@dynamo-amsterdam.nl](mailto:fschuiling@dynamo-amsterdam.nl)

### Buurthuizen

Ontmoetingsplek en informatiepunt in de buurt voor en door bewoners. Verschillende bewonersorganisaties organiseren hier ontmoetings- en ontwikkelingsactiviteiten. U kunt deelnemen, zelf een activiteit organiseren of aan de slag als vrijwilliger. Tevens kunt u hier terecht voor informatie, advies en Buurtteam spreekuren.

### Servicepunt het Parkhuis

Adres: Anfieldroad 110

Telefoon: 020 - 4609 369

### Servicepunt Het Brinkhuis

Adres: Landbouwstraat 63

Telefoon: 020 - 4620 331

### Servicepunt 't Hoekhuis

Adres: Fizeaustraat 3

Telefoon: 020 - 4623 353

### Servicepunt Jeruzalem

Telefoon: 020 - 4609 300

Adres: Van T Hofflaan 29

### Buurtatelier Koch

Voor kunst en cultuurbeleving. Je kunt hier terecht voor verschillende creatieve workshops.  
Adres: Robert Kochplantsoen 19  
Website: [www.buurtatelierkoch.nl](http://www.buurtatelierkoch.nl)

### Genieten

Ontmoetingsplek voor en door bewoners met activiteiten in de avond en het weekend.  
Adres: Oranje-Vrijstaatplein 2  
Spreekuur op afspraak onder leiding van de Ouderen Advies Raad: maandag 14:00– 16:00

### Je kunt meer

De vindplaats voor passend werk, leren en doen. Bij jou in de buurt.  
Telefoon: 085 - 2733 637  
Website: [www.amsterdam.jekuntmeer.nl](http://www.amsterdam.jekuntmeer.nl)

### Leefstijlnetwerk

Wijst de weg naar bewegen & sporten in de buurt. Op de website vindt u een actueel overzicht van het aanbod in Oost.  
Website: [www.fitinoost.nl](http://www.fitinoost.nl)

### Openbare Bibliotheek Amsterdam, locatie Linnaeus

In de uitgebreide collectie is voor iedereen wel iets te vinden, van boek en bladmuziek tot dvd. Organiseert tevens Wij Ouder Wijzer en de geheugenstoel.  
Adres: Linnaeusstraat 44  
Telefoon: 020 - 5230 900

### Senioren café

Iedere donderdagmiddag een gezellige inloop voor senioren en mantelzorgers.  
Adres: Hofkerk - Linnaeushof 94  
Telefoon: 06 - 23 43 17 44

### Post Oost

Alles onder één dak om de bewoners te ondersteunen op het gebied van: activiteiten, computerles, taalles, vrijwilligers(werk) en opstap naar werk.  
Adres: Wijttenbachstraat 36  
Telefoon: 020 - 4609 380

### Samen op stap bus

Ga samen met andere 65+ers naar leuke activiteiten, zoals het museum, de markt, een historische plek, het bos, het strand of een activiteit bij u in de buurt.  
Telefoon: 06 - 49 03 25 24

### Kinderboerderij de Werf

Een mooie plek voor jong en oud. Elke maandag van 11.30 tot 13.00 koffie & koek voor senioren. Meld je van tevoren aan!

Adres: Archimedeslaan 59

Telefoon: 020 - 6942 694

Web: [www.kinderboerderij-de-werf.nl](http://www.kinderboerderij-de-werf.nl)

### 't Hartje - Kringloopwinkel

Kringloopwinkel en ontmoetingsplek voor bewoners uit de buurt.  
Adres: Van T Hofflaan 27

### De zonnebloem

Zet alles op alles om mensen met een lichamelijke beperking een onvergetelijke tijd te bezorgen door sociale en recreatieve activiteiten, zoals reisesjes, activiteiten en bezoeken.  
Telefoon: 020 - 6923 614

## Hulp voor & door bewoners

### Burennetwerk

Koppelen Amsterdammers die een goede buur willen zijn aan buurtgenoten met een vraag.  
Telefoon: 020 - 6239 771

### Dynamo Amsterdam

Brengt bewoners van alle leeftijden uit Amsterdam Oost bij elkaar voor ondersteuning en ontmoeting. Voor incidentele klusjes, zoals een boodschapje, kunt u terecht bij Voor Elkaar in Oost en voor maatjescontact bij Buurtsupport.

Adres: Kamerlingh Onneslaan 34

Telefoon: 020 - 4609 380

## Maaltijden aan huis

### Apetito

Bezorgt maaltijden aan huis. Dagelijks warm of wekelijks vriesvers.  
Website: [www.apetito.nl](http://www.apetito.nl)  
Telefoon: 0800 - 0232 975

### Maaltijdservice

Lekkere maaltijden aan huis, zonder verplichtingen.  
Website: [www.maaltijdservice.nl](http://www.maaltijdservice.nl)  
Telefoon: 0413 - 43 20 23

### Thuisgekookt

Lekkere, verse en gezonde maaltijden met liefde bereid door een buurtgenoot.  
Website: [www.thuisgekookt.nl](http://www.thuisgekookt.nl)  
Telefoon: 085 - 0608 768

### Uitgekookt

Geen tijd, inspiratie, zin of mogelijkheid om te koken? Uitgekookt bereidt elke dag heerlijk verse maaltijden die je alleen nog maar in de magnetron hoeft te zetten.

Website: [www.uitgekookt.nl](http://www.uitgekookt.nl)

Telefoon: 085 - 0406 065

### Liever met andere bewoners

aan tafel eten? Schuif dan gezellig aan bij een van de verschillende buurt-restaurants in het buurthuis bij jou in de wijk.

## Hulp in huis

Lukt het uzelf, uw partner en/of huisgenoten door een lichamelijke of geestelijke beperking niet meer het huishouden zelf te doen? Neem dan contact op met een van onderstaande aanbieders. Voor hulp in de huishouding bedraagt de eigen bijdrage €14,10 per maand en er is sprake van een wachtlijst. Stelt de zorgaanbieder urgentie vast moet de hulp zo snel mogelijk starten.

Cordaan Thuisdiensten

Telefoon: 020 - 2583 500

Emile Thuiszorg

Telefoon: 06 - 14 38 88 22

Madeliefje Thuiszorg

Telefoon: 020 - 7371 829

Sara Thuiszorg

Telefoon: 020 - 4212 277

ThuiszorgInHolland

Telefoon: 088 - 9911 300

Tzorg

Telefoon: 020 - 7054 444

Klop voor **wijkverpleging / psychische ondersteuning** aan bij jouw huisarts.

### Ergotherapie Praktijk Bolder

#### en Venrooij

Hulp bij uitvoering dagelijkse

activiteiten in huis.

Telefoon: 06 - 12 60 01 65

Website: [www.ergotherapiebvv.nl](http://www.ergotherapiebvv.nl)