



Gemeente Amsterdam



Nieuwsbrief Ouderenvriendelijke route Makassarpleinbuurt

Wat voor ouderen werkt, werkt voor iedereen

In de Indische Buurt zijn we vorig jaar een proef begonnen met een zogenaamde ouderenvriendelijke route in de Makassarpleinbuurt. Samen met ouderen en mensen met een beperking onderzochten we of de openbare ruimte aan hun wensen voldoet en wat een ouderenvriendelijke buurt nu eigenlijk betekent.

In deze nieuwsbrief vindt u een kaartje. Hierop staat onder andere de zogenaamde 'ouderenvriendelijke route' aangegeven. Deze loopt van het Flevohuis via de Soembawastraat naar de Javastraat en het Javaplein. Verder geven we een aantal verbeteringen in de openbare ruimte aan. Zo zijn er bij het Flevohuis en in het Flevopark nieuwe seniorenbankjes geplaatst. Deze zijn extra hoog en sommigen hebben armleuningen om makkelijker weer overeind te komen. Ook zijn er bij het Flevohuis nieuwe parkeerplekken voor gehandicaptenwagens zoals een canta, aangelegd en is er een wegwijzer geplaatst om de juiste ingang van de flat sneller te kunnen vinden.

Andere wensen van ouderen gaan over activiteiten en voorzieningen, zoals betaalbare en gezellige maaltijden, parkeervoorzieningen voor bezoekende kinderen en mantelzorgers, begeleiding op maat met het Auto Maatje en de mogelijkheid om van woning te veranderen. Daar leest u ook meer over in deze nieuwsbrief.

Op woensdagmiddag 16 januari 2019 komt stadsdeelbestuurder Rick Vermin de ouderenvriendelijke route feestelijk openen bij het Flevohuis en Brasserie de Poort.

We blijven op zoek naar verbeteringen die iedereen -maar vooral ouderen- uitnodigen om de deur uit te gaan en elkaar te ontmoeten.

Amsterdam wil een stad voor iedereen zijn, voor alle leeftijden: een leeftijdsvriendelijke stad. In het Engels heet dat Age Friendly City. Omdat het aantal oudere Amsterdammers flink groeit, is het belangrijk dat we de stad ook voor ouderen leefbaar, aantrekkelijk en veilig kunnen houden of maken. Hierbij gaat het over fijn wonen, over voorzieningen en activiteiten, over contact met bureaus en de buurt, én over de inrichting van de openbare ruimte.

Locaties op de kaart



Ouderenvriendelijke route

De route is aangegeven met speciale stoeptegels en loopt vanuit het Flevohuis via de Soembawastraat naar de Javastraat en het Javaplein.

Buurthuis Archipel, Makassarplein 1

is er voor buurtbewoners, organisaties en bewoners-initiatieven uit de Indische Buurt. Tussen 10.00 en 20.00 uur kunt u er terecht voor een kopje koffie en een gesprek met andere buurtbewoners en op sommige dagen ook voor een buurtmaaltijd. Archipel biedt een groot aantal activiteiten op het gebied van educatie, integratie, sport en spel. Van jong tot oud. Zie ook buurthuisarchipel.nl.

Javaplantsoen: Groene ontmoetingsplek

met seniorenbankjes. Meer informatie op amsterdam.nl/projecten/javaplantsoen.

Brasserie de Poort, Kramatplantsoen 101

Hier kunt u terecht voor koffie, lunch, maaltijden en meer gezelligheid.



Legenda

- Ouderenvriendelijke route, aangegeven met speciale stoeptegels
- - - Alternatieve route, ook door het Flevopark
- 1** Buurthuis Archipel
- 2** Javaplantsoen: groene ontmoetingsplek met seniorenbankjes
- 3** Flevohuis / Flevopoort
- 4** Brasserie de Poort
- 5** Paviljoen Kindervreugd
- 6** Flevopark
- A** Plannen voor een trilvrij pad tussen de twee scholen
- B** Plannen voor een ouderenvriendelijke hellingbaan naar toegang Flevopark
- C** Plannen voor toegankelijker/veiliger maken tramhalte

Flevohuis/Wijkservicepunt Flevopoort, Kramatplantsoen 101

In het Flevohuis vindt u het Wijkservicepunt Flevopoort voor alle buurtbewoners, geopend van maandag tot en met vrijdag van 09.00 tot 17.00 uur, telefoon 020 665 80 01. Verder vindt u hier Welzijnsorganisatie Civic Amsterdam, het Ouder- en Kindteam, een buurtwinkel en het buurtrestaurant Brasserie de Poort, waar u terecht kunt voor koffie, lunch, (buurt)maaltijden en nog meer gezelligheid.

Paviljoen Kindervreugd, Kramatweg 31a

met activiteiten en feesten van Ontspannings-vereniging Kindervreugd en allerlei clubs. Een locatie voor jong en oud. Bekijk de activiteiten op kindervreugd.org.



Flevopark

In het park zijn zo'n 15 nieuwe seniorenbankjes geplaatst, langs verschillende paden, zodat ouderen het park in kunnen en op de route even kunnen rusten als dat nodig is. Deze bankjes zijn extra hoog om makkelijker weer overeind te komen. Ze vormen meestal een koppel met een reguliere bank.



Wat gaan we nog doen in de openbare ruimte?

Uit het onderzoek onder ouderen en mensen met een beperking kwam een wensenlijst voor de openbare ruimte. Onderstaande locaties staan nog in de planning:



Het plein tussen de Flevoparkschool en basisschool Nautilus Oost (voorheen Valentijnschool) bestaat uit granieten stenen en deze worden door ouderen als wiebelig en glad ervaren. Het idee is om een trilvrij pad over het plein aan te leggen, waardoor een comfortabele oversteek mogelijk wordt.



In 2019 gaan we de entree van het Flevopark bij het Javaplantsoen beter toegankelijk maken met onder andere een hellingbaan. De helling wordt maximaal 4%, zodat mensen met een rollator of rolstoel ook het park in en uit kunnen. Het voorlopig ontwerp wordt in 2019 aan de buurt gepresenteerd.



De gemeente onderzoekt verdere verbeteringen bij de andere entree van het park (viaduct richting het Flevohuis) en de toegankelijkheid van de tram- en bushalte Insulindeweg bij het kruispunt Flevoweg/Zeeburgerdijk.

Parkeervergunning voor uw bezoek aanvragen

Wist u dat uw bezoek of mantelzorg goedkoper bij u kan parkeren? U kunt via de website amsterdam.nl een bezoekersvergunning, een kraskaartvergunning of een mantelzorgvergunning aanvragen om uw bezoek met korting te laten parkeren. Of ga langs bij het Stadsloket.

Parkeervergunning voor verzorgers

Hebt u regelmatig hulp nodig om thuis te blijven wonen? Komen uw vrienden of familie bij u langs om u te helpen met dagelijkse taken? Bij het Stadsloket kunt u een parkeervergunning aanvragen voor maximaal drie kentekens van verzorgers. Voorwaarden zijn dat u een verklaring heeft van een instantie waaruit blijkt dat u aangewezen bent op mantelzorg. Een indicatie voor thuiszorg of een verpleeghuis mag ook. En de verzorger woont buiten uw parkeervergunning gebied. De vergunning kost 132,50 per half jaar.



Ga samen met uw mantelzorg naar het Stadsloket, zodat u beiden goed op de hoogte bent van wat mogelijk is en hoe u de vergunning kunt aanvragen. U kunt de parkeervergunning ook online aanvragen. Kijk op amsterdam.nl/mantelzorg of bel het telefoonnummer 14020 voor meer informatie.



Wat is Age Friendly City?

De gemeente Amsterdam werkt aan een stad waarin u prettig oud kunt worden en zijn: de Age Friendly City (leeftijdsvriendelijke stad). Om over dit onderwerp kennis uit te wisselen met andere grote steden, sloot Amsterdam zich in 2015 aan bij het netwerk van Age-friendly Cities van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO). Tot 2020 kijkt de gemeente hoe Age Friendly Amsterdam al is en waar het verbeterd kan worden. Daarbij gaat het om praktische zaken zoals de toegankelijkheid van gebouwen, de betaalbaarheid van openbaar vervoer en het aanbod van woningen waarin ouderen zelfstandig blijven wonen. En sociale onderwerpen: activiteiten voor ouderen, deelname aan de samenleving en ondersteuning bij langer zelfstandig wonen.

Age Friendly City:

amsterdam.nl/zorg-ondersteuning/age-friendly-city/

Het AutoMaatje: begeleiding én gezelschap

In januari 2019 krijgt stadsdeel Oost er een belangrijke service voor minder mobiele bewoners bij: ANWB AutoMaatje.

Met ANWB AutoMaatje vervoeren goede burens hun minder mobiele buurtgenoten met hun eigen auto tegen een kleine vergoeding. Niet alleen voor een bezoekje aan het ziekenhuis of de fysiotherapeut, maar ook voor leuke uitjes naar bijvoorbeeld een buurtactiviteit, het winkelcentrum of de markt. "AutoMaatje onderscheidt zich van andere vervoersdiensten door het sociale aspect.



De zogenoemde vrijwillige AutoMaatjes nemen tijdens de ritjes alle tijd voor hun buurtgenoten. Vaak combineren ze een praktische afspraak met een kopje koffie tussendoor of een bezoekje aan een winkel. In het ziekenhuis wachten ze tussendoor in de wachtkamer en helpen iemand van afspraak naar afspraak. Bij buurtactiviteiten helpt een AutoMaatje ook om bepaalde drempels te overwinnen, want het is soms heel spannend om alleen ergens naartoe te gaan," vertelt Jasmijn van Katwijk, coördinator van AutoMaatje bij Burennetwerk Amsterdam, die vorig jaar AutoMaatje al in Nieuw-West introduceerde.

Persoonlijke begeleiding naar een passende seniorenwoning



Wooncoach Jeannette Snik en Deniece Hanser van !Woon

Een passende woning is een belangrijke voorwaarde om u thuis te voelen in uw buurt en er te blijven. Met het ouder worden, veranderen ook de woonwensen. Mensen krijgen moeite met traplopen, de woning wordt te groot of er missen bepaalde aanpassingen.

Uw woning aanpassen

Hebt u aanpassingen in uw woning nodig, zoals een traplift of drempels verlagen, dan kunt u daarvoor een bijdrage krijgen. Hiervoor kunt u terecht bij de Wmo Helpdesk, telefoon: 0800 0643 (gratis). Bij het Sociaal Loket -in het Stadsloket- kunt u terecht met vragen en voor advies op het gebied van zorg en welzijn. Telefoon: 020 255 2916. U kunt ook terecht bij een van de inloopsprekuren van het Sociaal Loket in Wijkservicepunt Flevopoort, Kramatplantsoen 101: woensdag 13.30-16.30 uur en vrijdag 09.00-12.00 uur. Bel voor meer informatie de Wmo Helpdesk: telefoon 0800 0643.

Verhuizen naar een passende woning

Daarnaast zijn er in Amsterdam regelingen die het verhuizen naar een andere woning makkelijker en financieel haalbaar maken. Zo is er de wooncoach die u kan begeleiden bij het inventariseren van uw verhuiscriteria en de mogelijkheden. "De praktijk leert dat verhuizen een ingrijpende verandering is en vaak lukt het niet om het in gang te zetten. Niet alleen vanwege onbekendheid met de regels, maar ook vanwege de mentale drempel," vertelt Deniece Hanser van !WOON. De wooncoach is gratis en komt bij u op huisbezoek.

Aanmelden hiervoor bij !WOON via 020 52 30 150 of mail naar oost@wooninfo.nl.

Complete verhuisbegeleiding

Samen met de Woningbouwverenigingen Eigen Haard, de Alliantie en Ymere start stadsdeel Oost in 2019 met een proef voor een intensievere begeleiding van a tot z. Dus geen eenmalig bezoek van de wooncoach, maar begeleiding in het hele traject van de wens van verhuizen, het verkennen van mogelijkheden, het bekijken van woningen, de aanmelding voor de regelingen tot en met de verhuizing zelf.

De belangrijkste regels op een rijtje:

- De 'Van Hoog naar Laag'-regeling: u kunt – onder voorwaarden – van een hooggelegen woning naar een benedenwoning, een woning op de eerste etage of een woning met lift verhuizen. Alle woningcorporaties in Amsterdam doen mee aan deze regeling.
- De 'Van Groot naar Beter'-regeling: deze regeling is bedoeld voor mensen die groot wonen en liever verhuizen naar een kleinere, passende woning.

Meer informatie:

!WOON: telefoon 020 52 30 150 of via wooninfo.nl.



Heeft u een auto voor de deur en doet u, op flexibele basis, graag wat voor uw buurtgenoten?

Meld u aan als AutoMaatje via burennetwerk.nl/aanmeldenautomaatje.

Voorwaarden en meer informatie via burennetwerk.nl/automaatje

AutoMaatje is er voor bewoners van Amsterdam Oost die:

- voor vervoer afhankelijk zijn van anderen
- graag in contact komen met hun buurtgenoten
- voor wie het (aanvullend) openbaar vervoer of de taxi een probleem of geen optie is
- bereid zijn een kleine onkostenvergoeding aan het AutoMaatje te betalen van 30 eurocent per kilometer + eventuele parkeerkosten.

Wilt u er graag weer eens op uit en wilt u graag door een goede buur vervoerd worden? Vraag AutoMaatje aan via: Website: burennetwerk.nl/ meld-een-hulpvraag-aan automaatje@burennetwerk.nl, of 06 514 14 379 (ma-vr 09:00 – 14:00 uur)



Ontmoet buurtgenoten en eet gezellig mee

Samen met anderen eten is vaak gezelliger dan alleen. Onder het motto 'Eten verbindt' bieden diverse organisaties in de Indische Buurt een betaalbare en gezellige maaltijd voor buurtbewoners aan. Komt u ook eens langs? Hieronder een kort lijstje met locaties en organisaties uit de Makassarpleinbuurt en wat zij bieden.

Buurthuis Archipel

Maandagavond en vrijdagavond 18:00 -20:00 uur.

The Cooking Ladies. Joyce Ishaq, beter bekend als mama MOI, en Anita koken een heerlijke maaltijd met gerechten uit de Surinaamse en Hollandse keuken. Prijs: € 5. Reserveren via 020 229 3195, of buurthuisarchipel@gmail.com.

Dinsdagavond 18:00 - 20:00 uur. Meet & Eat.

Kokkin Badia kookt voor de buurt, vooral voor ouderen uit alle culturen. op het menu gerechten uit alle windstreken. Prijs € 5,50 p.p. voor 2 gangen of 1 gang + toetje. Aanmelden bij badria1996@hotmail.com (niet verplicht).

Woensdagavond 16.30

– 19.30 uur. Eetkamer Oost. Voor ouderen uit de buurt en mensen met niet-aangeboren hersenletsel. Er wordt gekookt door Peter van de Wal, chef-kok van de Eetkamer. Peter is vijf jaar geleden begonnen aan zijn tweede leven. In 2012 kreeg hij een hersenbloeding. Na een revalidatieperiode pakte hij zijn leven weer op. Koken voor groepen is zijn passie en specialiteit. De maaltijd is altijd vers en gezond. Prijs: € 5,50. Met Stadspas € 4. Aanmelden bij h.de.gooijer@heliomare.nl, telefoon 06 4517 2873.

Kijk ook eens op buurthuisarchipel.nl.

Brasserie De Poort - Flevohuis

Brasserie De Poort heeft sinds juni 2018 nieuwe eigenaren, het ondernemersecht paar Mark en Saskia Vriesema. Ze willen van de Brasserie een plek maken die die buurt bij elkaar brengt. Een ontmoetingspunt waar buurtbewoners elkaar makkelijk kunnen opzoeken. En dat doen ze met verschillende partners.

Donderdagavond 17:30

- 20:30 uur. Resto van Harte, sociaal buurtrestaurant. De vrijwilligers van Resto van Harte bereiden een lekker en betaalbaar 3-gangendiner voor mensen in de buurt. De maaltijd wordt omlijst met muziek. Prijs: € 5. Reserveren via de website restovanharte.nl of via 06 2185 2850.

Maandag- en vrijdagavond

18:00 - 20:00 uur. Eetgroep Mix'it van CIVIC. Naast een heerlijk bord eten kun je tijdens Mix'it kennismaken met andere burens. Prijs: € 5,-, of € 3,50 met een stadspas blauwe ruit of een groene stip, of € 3,50 + 1 Makkie. Reserveren is niet nodig! Er zijn 40 plekken beschikbaar.

Kijk op indischebuurtbalie.nl voor meer buurtmaaltijden en activiteiten.

Feestelijke opening

Op woensdagmiddag 16 januari vanaf half drie komt stadsdeelbestuurder Rick Vermin de ouderenriendelijke route feestelijk openen bij het Flevohuis en Brasserie de Poort. Meer informatie hierover vindt u in de Flevopoort en op de website Indischebuurtbalie.nl en amsterdam.nl/indischebuurt.