



Meld
je aan!

Kom naar een van onze voorlichtingen

Informatiepunt langer thuis wonen

Adres: **Dapperstraat 291**

Open: **woensdag, donderdag, vrijdag,**

zaterdag van 11.00 tot 15.00 uur

van 2 april tot en met 12 juli 2025

Wil je meer weten over langer thuis wonen in Amsterdam Oost?

Bezoek een van onze voorlichtingen of geef je op voor een activiteit.

Actueel overzicht en wijzigingen: amsterdam.nl/passendwonenooost

Aanmelden per e-mail: villabewust@amsterdam.nl

Liever telefonisch aanmelden?

Neem contact op met !WOON via **020 523 01 30**

april

DATUM EN TIJD	ACTIVITEIT	AANBIEDER
vrijdag 11 april 13.30 - 15.00	Langer Thuis FlevoFlats en VerpleegZorg Thuis Over de voordelen van wonen in een thuisflat en VerpleegZorg Thuis.	Zorggroep Amsterdam Oost
zaterdag 12 april 13.30 - 14.30	Samen dementievriendelijk, wat is dat? Hoe herken je dementie en hoe ga je om met iemand die dementie heeft?	Alzheimer Nederland
dinsdag 15 april 11.00 - 13.00	Hoe goed is uw evenwicht? Informatiebijeenkomst voor de 10-weekse cursus 'In Balans'. Ontdek hoe je evenwicht kan verbeteren en valrisico's kan verminderen.	GGD Amsterdam
dinsdag 22 april 13.00 - 14.30	Veilig wonen vanuit gezondheid Hoe kan bewegen bijdragen aan veilig wonen?	GGD Amsterdam
donderdag 24 april 13.30 - 15.30	Aan de slag als vrijwilliger in stadsdeel Oost? Welk vrijwilligerswerk past bij jouw talenten? Ook over OPOE en Wij Ouder Wijzer.	Vrijwilligerscentrale Amsterdam
vrijdag 25 april 13.30 - 14.30	Alles over gemeenschappelijk wonen Wat betekent het om te wonen in een woongroep, geclusterde woning, wooncoöperatie of meergeneratiewoning?	!WOON

mei

DATUM EN TIJD	ACTIVITEIT	AANBIEDER
vrijdag 9 mei 13.30 - 15.00	Veilig wonen vanuit gezondheid Hoe kan bewegen bijdragen aan veilig wonen?	GGD Amsterdam
zaterdag 10 mei 15.30 - 16.30	Slimmer sterk, wat is dat? Beweging en ontspanningsoefeningen voor je lijf en brein. Met leuke hersensweetjes.	Fit in Oost & Diversiteitsland
dinsdag 13 mei 13.00 - 14.30	Voedingadvies en bewegen op muziek Hoe blijf ik gezond? Voeding en beweging, beide belangrijk!	Fit in Oost
vrijdag 16 mei 11.30 - 12.30	Oplichters worden steeds slimmer Zorg dat je er niet in trapt en wees voorbereid.	Politie
vrijdag 16 mei 13.30 - 14.30	Samen dementievriendelijk, wat is dat? Hoe herken je dementie en hoe ga je om met iemand die dementie heeft?	Alzheimer Nederland

zaterdag 17 mei 13.30 - 14.30	Op latere leeftijd een huis kopen? Verhuizen naar een koopwoning die beter past bij je toekomst.	Seniorenmakelaar
woensdag 21 mei 19.30 - 20.30	Langer Thuis FlevoFlats en VerpleegZorg Thuis Over de voordelen van wonen in een thuisflat en VerpleegZorg Thuis.	Zorggroep Amsterdam Oost
vrijdag 23 mei 13.30 - 14.30	Alles over gemeenschappelijk wonen Wat betekent het om te wonen in een woongroep, geclusterde woning, wooncoöperatie of meergeneratiewoning?	!WOON
vrijdag 30 mei 13.30 - 14.30	Flying Squad Voorlichting over regelingen voor Amsterdammers met weinig geld.	Gemeente Amsterdam

juni

DATUM EN TIJD	ACTIVITEIT	AANBIEDER
donderdag 5 juni 13.30 - 15.00	Brandpreventie en tips Alles over brandveiligheid in huis.	Brandweer Amsterdam
dinsdag 10 juni 13.00 - 14.30	Voedingadvies en bewegen op muziek Hoe blijf ik gezond? Voeding en beweging, beide belangrijk!	Fit in Oost
vrijdag 13 juni 13.30 - 15.00	Veilig wonen vanuit gezondheid Hoe kan bewegen bijdragen aan veilig wonen?	GGD Amsterdam
zaterdag 14 juni 13.30 - 14.30	Samen dementievriendelijk, wat is dat? Hoe herken je dementie en hoe ga je om met iemand die dementie heeft?	Alzheimer Nederland
donderdag 19 juni 13.30 - 14.30	Aan de slag als vrijwilliger in stadsdeel Oost? Welk vrijwilligerswerk past bij jouw talenten? Ook over OPOE en Wij Ouder Wijzer.	Vrijwilligerscentrale Amsterdam
woensdag 25 juni 19.30 - 20.30	Op latere leeftijd een huis kopen? Verhuizen naar een koopwoning die beter past bij je toekomst.	Seniorenmakelaar
vrijdag 27 juni 11.30 - 12.30	Oplichters worden steeds slimmer Zorg dat je er niet in trapt en wees voorbereid.	Politie
zaterdag 28 juni 13.00 - 14.00	Vitaliteit en anders denken over gezond blijven David van Bodegom, Hoogleraar vitaliteit en schrijver	David van Bodegom

juli

DATUM EN TIJD	ACTIVITEIT	AANBIEDER
donderdag 3 juli 13.30 - 15.00	Brandpreventie en tips Alles over brandveiligheid in huis.	Brandweer Amsterdam
vrijdag 4 juli 13.30 - 15.00	Veilig wonen vanuit gezondheid Hoe kan bewegen bijdragen aan veilig wonen?	GGD Amsterdam
dinsdag 8 juli 13.00 - 14.30	Voedingadvies en bewegen op muziek Hoe blijf ik gezond? Voeding en beweging, beide belangrijk!	Fit in Oost

Wekelijkse
inloopspreekuren

woensdagen

11.00 - 13.00	Spreekuur over wonen voor anderstaligen (Turks, Arabisch, Berbers)	Stichting Prachtvrouw
13.00 - 15.00	Spreekuur voor vragen over wonen	!WOON

donderdagen

11.00 - 13.00	Spreekuur voor huurders van corporaties	woningcorporaties
---------------	---	-------------------

Ook op vrijdag en zaterdag kunt u gewoon binnenlopen tussen 11.00 en 15.00 uur