

Terugblik activiteiten regio Amstel & Meer



DE
ZONNE
BLOEM



Het regionaal Jaaroverzicht is bestemd voor alle gasten en vrijwilligers in de regio Amstel & Meer.

Het blad wordt bij iedereen thuisbezorgd die staat ingeschreven bij de afdelingen van de regio Amstel & Meer. Tevens wordt het blad gestuurd aan sponsors en belangstellenden.

Aanvragen om toezending kunt u richten per post aan het secretariaat of via het e-mailadres.

Uitgever: DNB Groep, Hoogezand.

De uitgever is niet verantwoordelijk voor de inhoud van de advertenties. Niets uit de advertenties mag worden gekopieerd en/of verspreid zonder schriftelijke toestemming van de uitgever.

Dit nummer kwam tot stand met fotomateriaal en medewerking van gasten en vrijwilligers van de lokale afdelingen van de regio Amstel & Meer en door plaatsing van advertenties van onze sponsors.

Secretariaat

Laan van Deshima 42

1181 VW Amstelveen

E-mailadres: amstelland-zb-secr@hotmail.com

Voor informatie kunt u bellen: 06-20614750

Bankrekening: NL94 RABO 0363 5273 97

De Zonnebloem regio Amstel & Meer is onderdeel van de Nationale Vereniging de Zonnebloem. De Zonnebloem is door de belastingdienst aangemerkt als een ANBI (Algemeen Nut Beogende Instelling) en zodoende vrijgesteld van successiebelasting. Sinds 1996 is de Zonnebloem in het bezit van het CBF-keurmerk voor goede doelen.

Regio Amstel & Meer van de Zonnebloem bestaat uit de afdelingen: Aalsmeer / Rijsenhout, Amstelveen, Badhoevedorp / Lijnden, Duivendrecht, Hoofddorp, Kudelstaart, De Kwakel / Vrouwenakker, Nieuw-Vennep / Abbenes, Ouderkerk a/d Amstel, Uithoorn / Amstelhoek en Zwanenburg/Halfweg.

Inhoud

Voorwoord	2
Nieuwjaar	3
Afdeling Aalsmeer / Rijsenhout	4
Workshops	7
Lotenverkoop	7
Afdeling Amstelveen	8
Afdeling Duivendrecht	10
De Zonnebloemauto	13
Afdeling Kudelstaart	14
Afdeling Hoofddorp	16
Afdeling Zwanenburg / Halfweg	18
Participe Amstelland	20
Afdeling Uithoorn / Amstelhoek	24
Afdeling Ouderkerk aan de Amstel	26

**Kijk voor informatie over onze afdelingen op www.zonnebloem.nl
Vul uw postcode of woonplaats in en u ziet meteen met welke afdeling u het beste contact kunt opnemen.**



Voorwoord

Beste lezer,

In het afgelopen jaar hebben wij gelukkig weer allerlei activiteiten kunnen organiseren en konden wij in de meeste gevallen op bezoek bij onze gasten. Wij gaan de goede kant op!

In dit boekje vindt u een terugblik van de activiteiten die de afdelingen de afgelopen jaren hebben gerealiseerd.

Wij hopen ook volgend jaar onze gasten, in goede gezondheid, volop te kunnen laten genieten van kleine en grotere uitstapjes. Wanneer u speciale wensen heeft voor uzelf of uw naaste, laat het ons vooral weten.



Maggy Wijffels

Voorzitter

Regio Amstel & Meer

maggywijffels@gmail.com

Wilt u ook een keer deelnemen aan activiteiten van de Zonnebloem?

Vraag het aan het bestuurslid bezoekwerk van uw afdeling. Hij/zij kan u vertellen hoe het een en ander in zijn werk gaat en wat de criteria zijn om deel te nemen.

- Wilt u een activiteit sponsoren?
- Willen u en uw medewerkers een activiteit van de Zonnebloem adopteren?
- Wilt u donateur worden?
- Wilt u vrijwilliger worden bij de Zonnebloem?

Bel, schrijf of email het secretariaat!



Nieuwjaar

*Ik wens je een ster aan de hemel
een lied dat klinkt door de nacht
en ergens iemand op aarde
die naar je uitkijkt en steeds op je wacht.*

*Ik wens je een hand op je schouders
als je soms weent van verdriet
ook de steun van troostende woorden
van iemand die zijn hulp aanbiedt.*

*Ik wens je een hart vol dromen
die 't leven mooier zien en waaraan
jezelf veel kan veranderen met je eigen
handen en je vingers alle tien.*

(geen auteur gevonden)

De afdeling Aalsmeer / Rijsenhout heeft een druk jaar achter de rug met veel activiteiten. Te veel om allemaal op te noemen.

Graag willen wij als afdeling Aalsmeer / Rijsenhout u kennis laten maken met een paar van onze deelnemers namelijk mevrouw Buis en mevrouw Spaargaren-Tas.

We beginnen met mevrouw Buis, die, ondanks haar respectabele leeftijd van 90 jaar, graag Ali B genoemd wil worden. Alie woont zelfstandig op een woonark aan de Uiterweg, rijdt sinds kort geen auto meer, maar met de scootmobiel kan ze zich nog uitstekend redden.



In het verleden heeft ze samen met haar man een rijwielzaak gehad en is daarom een zeer bekende bewoner van Aalsmeer. Door de onderneming kent ze veel mensen en legt makkelijk contacten.

In de 2016 is zij deelnemer geworden bij de Zonnebloem en doet graag mee met de activiteiten die er worden georganiseerd en gaat graag mee met de uitjes. In 2018 en 2019 heeft mevrouw Buis veel plezier gehad tijdens de vakantieweek van onze regio, heeft daar enorm van genoten en dierbare herinneringen aan overgehouden.

Als onze vrijwilligers langskomen voor een bezoekje of praatje staat altijd de advocaat met slagroom klaar. Er wordt dan veel gesproken over diverse onderwerpen zowel uit het verleden als het heden, want Alie is graag op de hoogte van wat er speelt in Aalsmeer en de rest van de wereld. Door haar fijne gezelschap wordt dan ook de tijd vergeten en is het snel weer laat. Kortom Alie is een graag geziene deelnemer.

Als tweede deelnemer willen we graag **mevrouw Spaargaren - Tas** aan u voorstellen. Mevrouw Spaargaren (Clazien) is 96 jaar, is geboren in Rijsenhout en is in 2008 verhuisd naar Aalsmeer.

In de jaren dat zij gewoond heeft in Rijsenhout heeft ze veel vrijwilligerswerk gedaan. Ook voor de Zonnebloem, toen nog de afdeling Rijsenhout. Ze heeft daar de afdeling meehelpen opzetten en daar altijd enorm veel plezier aan beleeft.



Eenmaal in Aalsmeer is zij deelnemer van de afdeling geworden, woont lekker zelfstandig, doet nog zelf haar boodschappen en is altijd opgeruimd en dol op spelletjes. De jaarlijkse bingo die wij organiseren vindt ze dan ook altijd een hele leuke middag.

Met de **Zomerhartewens** van de Riki Stichting zijn we met het echtpaar Vergeer naar Noordwijk geweest. Ze hebben hier vroeger met de kinderen vele vakanties doorgebracht. Graag wilden ze nog eens in Noordwijk herinneringen ophalen. Er was natuurlijk veel veranderd maar er waren ook herkenbare plekken.



Ze hebben enorm genoten van deze middag. Op de boulevard hebben we de heer en mevrouw Vergeer getrakteerd op koffie met heerlijke appeltaart.

Als nieuwe afdeling Aalsmeer / Rijsenhout zijn we nu een klein jaartje op weg. In het begin was het nog een beetje wennen aan elkaar maar nu gaat het alsof het nooit anders is geweest.

Veel van onze deelnemers kennen elkaar, hebben familie en of verledens in beide oud afdelingen. We hopen dat 2020 een gezellig en leuk jaar wordt met veel bezoeken en activiteiten. Met dank aan onze deelnemers en vrijwilligers.



Workshops

Vrijwilliger zijn bij de Zonnebloem geeft veel plezier en voldoening, maar vraagt ook om bepaalde deskundigheid en vaardigheden. Ter ondersteuning bieden we daarom (nieuwe) vrijwilligers een uitgebreid workshopaanbod.

Er zijn zowel workshops online als op locatie voor afdelingsvrijwilligers en bestuursleden.



Interesse? Neem contact op met je eigen afdeling/secretaris of met de regio-secretaris Janny Wubben (amstelland-zb-secr@hotmail.nl)

Lotenverkoop

Het afgelopen jaar werd er ook in de regio Amstel & Meer veel meer gebruikgemaakt van online lotenverkoop.

Gelukkig konden onze vrijwilligers ook weer langs de deuren. Alles bij elkaar heeft dit geresulteerd in een mooi totaal bedrag.



Dank aan allen!



Amstelveen begon het jaar met de spelletjesmiddag bij **Villa Randwijck** die werd gesponsord door **de Riki Stichting**.

Door de coronasituatie kon deze middag helaas niet iedere maand doorgaan maar wat hebben we genoten van de middagen die wel plaatsvonden.



Museum Beeld en Geluid

Bezoek aan het museum met vijftieng gasten en vijf vrijwilligers. We begonnen de dag met een kopje koffie en aansluitend een heerlijke lunch. Daarna werden wij verwacht voor een speciale presentatie. Het werd een feest van herkenning voor iedereen. Het was ongelooflijk leuk om deze vaak oude tv opnames weer te mogen zien, denk aan bijvoorbeeld aan **Mies Bouwman**, **de Fabeltjes krant** en andere tv series. We sloten de dag af met een bezoekje aan de souvenirwinkel. Zonder file kwamen we weer terug in Amstelveen en wensten wij iedereen een fijne thuiskomst.

Muzikale bingo

Afzonderlijk muziek of bingo is altijd gewild, maar het is helemaal leuk om ze te combineren voor een activiteit! In het **Ontmoetingscentrum MOC** werd de muzikale bingo georganiseerd. Het idee was dat iemand tussen de gasten doorliep en 10 seconden van een liedje liet horen.



De gasten hadden een bingokaart voor zich waar alleen de titel van de liedjes opstond. Hadden zij het nummer dat gespeeld werd dan streepten ze het door. Als je dan een rijtje had, dan had je bingo. De gasten konden lekker meezingen en ook nog prijsjes winnen.

Wethouder neemt eerste lot Zonnebloemloterij in ontvangst

Ook dit jaar zijn we druk geweest met de lotenverkoop. Op 2 juni heeft wethouder Zorg en Welzijn, Marijn van Ballegooijen, het eerste lot in ontvangst genomen. Met dit officiële gebaar ging de Zonnebloemloterij 2020 van start.

Marijn van Ballegooijen: “Door de Zonnebloem houden inwoners contact met elkaar en dat is juist in deze coronatijd heel belangrijk. Dat kan zijn een boodschap doen, even kort langslopen of bellen.”



Mooi aandacht kaartje voor onze gasten en vrijwilligers

Door de coronacrisis konden we onze gasten niet meer persoonlijk bezoeken. Dus gingen de vrijwilligers hun gasten bellen en zodra het weer kon langs voor een kopje koffie. Daarnaast hebben we bij alle gasten én vrijwilligers een kaart met een paaschocolaatje in de brievenbus gedaan.



Zomerhartenwensen: terug naar zijn geboortegrond

We zijn de Riki Stichting dankbaar dat we onze gasten deze activiteit kunnen aanbieden. Wat zijn er ongelooflijk veel wensen vervuld.



Zo zijn we met een gast die graag zijn geboortegrond wilde bezoeken in de Jordaan geweest. Op een zonnige vrijdag haalde onze vrijwilliger hem en zijn vrouw op om, met de Zonnebloemauto, naar de Lindengracht te rijden. Daarna zijn geboortestraat, de Goudsbloemstraat, en de omliggende straten bezocht. Onze gast kwam met talloze verhalen over zijn jeugd jaren, vriendjes en burens. Via de Noordermarkt weer naar de auto en nog tijd om een andere buurt te bezoeken waar hij vanaf zijn zevende heeft gewoond. Onze gast is voldaan naar huis gegaan.

We begonnen met grote plannen aan het jaar 2020.

De bingo

De eerste activiteit was een muzikale bingo. Er hadden zich veel deelnemers gemeld. De organisatie laat muziek of zang horen en de deelnemers moeten dan op hun “bingokaart” aangeven wie de artiest is of hoe de titel van het nummer luidt.

Het enthousiasme was groot want de deuntjes waren perfect afgestemd op de leeftijdsgroep van de deelnemers. Het scoringspercentage was hoog. Zelfs Heintje Davids kregen we nog te horen. Ans en Lidy hebben er een verdraaid gezellige middag van gemaakt.

Dat was in januari toen er nog niks aan de hand was. Maar dat beeld kantelde. Door de coronacrisis moesten veel plannen uitgesteld worden. Zo werd ons Sail Amsterdam 2020 door de neus geboord. Intussen pakten de vrijwilligers hun rol voortvarend op.

Huisbezoeken

Contact houden op individuele basis met de gast was het devies. Met in achtneming van de regels natuurlijk, dus op gepaste afstand. Niemand mocht zich eenzaam of alleen voelen.

Dit uitte zich door middel van het sturen van een kaart of het plegen van een telefoontje. Een boodschap doen voor de ander of het brengen van een plant of een boekje, een doosje bonbons of een fles wijn. De vrijwilligers waren er druk mee om de vinger aan de pols te houden.

Lotenverkoop

Na de zomer werd de jaarlijkse loterij gelanceerd. De huis aan huis verkoop van de loten hebben we helaas niet opgestart. Maar we zijn wel begonnen met de digitale uitrol van de lotenverkoop. Breda had een mooi programma ontwikkeld. Dat sloeg zeker aan maar volgend jaar moeten meer mensen zien aan te haken.

Eén op één uitje

In de loop van het jaar konden we met steun van de Riki Stichting onze activiteiten uitbreiden. Het één op één uitje is een jaarlijks terugkerend fenomeen. Zoals bijvoorbeeld een terrasje pakken op het Dorpsplein, een lunch of een diner bij de Eeterij, ons lokale restaurant. Het leidde tot lachende en blijde gezichten.

Op diverse manieren hebben onze vrijwilligers zich zo goed mogelijk ingezet voor het onderhouden van contact met de gasten.

Lunch in het Diemberbos

Begin september was het dan zo ver dat we een kleine verlichting van de strenge coronamaatregelen kregen. De activiteitencommissie organiseerde zo vlot mogelijk een grootschalige lunch. In Diemen had zich aan de rand van het Diemberbos enkele maanden tevoren een nieuw bedrijf gevestigd; House of Bird. Een ideale plek voor onze doelgroep, want aangezien het aan de rand van het bos ligt is er ook parkeerruimte beschikbaar. De aanmeldingen liepen storm. Ja eindelijk weer eens eruit en bijpraten met je lotgenoten. Hoe leuk is dat. Complimenten voor de organisatie. Het weer was ons gunstig gezind.



Van het testen van het lokaal gebrouwen bier is het niet gekomen. Wij wilden de penningmeester graag te vriend houden.

Vrijwilligersuitje

In dezelfde maand, (snel organiseren straks kan het niet meer) viel de dag van ons vrijwilligersuitje. U begrijpt, de vrijwilligers staan altijd maar weer klaar voor menigeen, dan is een verwendagje natuurlijk wel op zijn plaats.

Het feest speelde zich af bij boerderij Polderzicht in Ouderkerk aan de Amstel. Op de trekker, hobbels, bobbel gezeten op het stro werden we midden in de polder gedropt. En daarna, met gelukkig de wind mee en de zon in de rug, al ballen meppend terug naar de boerderij. Gewoon geinig, veel lachen en afsluitend een wel voorziene lunch.

Uw senior correspondent



De Zonnebloemauto

Betaalbaar vervoer op maat!

Als je gebruik maakt van een rolstoel of scootmobiel, kun je vaak niet zelf bepalen hoe laat je ergens heen gaat en met wie. Laat staan dat je spontaan kunt beslissen om later naar huis te gaan omdat het nog zo gezellig is. Hoe fijn zou het zijn als je dan niet afhankelijk bent. En het geen gedoe is om over vervoer te beschikken?

Onze volledig aangepaste Zonnebloemauto's geven je die vrijheid. Onafhankelijk en zelfstandig op pad waar en wanneer je maar wilt.

Met een familielid of kennis achter het stuur of een vrijwillige Zonnebloemchauffeur.

- ☀ Kosten 45,00 excl. BTW per dag
- ☀ De eerste 100 km zijn vrij
- ☀ WA-Casco verzekerd
- ☀ Inclusief ongevallen-inzittende verzekering
- ☀ Zorgeloos op stap

Voor meer informatie:
zonnebloem.nl/zonnebloemauto



100 jarige op stap met Zonnebloem Kudelstaart

Dinsdag 10 april zijn twee bestuursleden en één oud vrijwilliger op stap geweest met de heer Schijf.

De heer Schijf is op 28 maart 100 jaar geworden. Hoe mooi is het als je op zo'n respectabele leeftijd nog zo helder van geest bent en zelfstandig woont. Alleen zijn benen doen het niet goed meer, iets wat de heer Schijf heel vervelend vindt. Aan enkele doktoren heeft hij dan ook gevraagd of zij hem geen andere benen kunnen geven. Als hij dan hoort dat dat bij de ouderdom hoort is hij daar niet altijd blij mee. Verder is de heer Schijf een echte levensgenieter en gek op voetbal. Met mooi weer stap hij op zijn scootmobiel voor een rondje poel en stopt onderweg om bij Rekelhof of Eveleens paling te kopen, waar hij thuis heerlijk van geniet.

Bij de gezellige middagen die de Zonnebloem in het Dorpshuis organiseert, is de heer Schijf altijd aanwezig en geniet hij volop van een spelletje en een praatje met de andere gasten. Maar een dag met de bus op stap is te vermoeiend voor hem. Toch vonden de vrijwilligers dat er een klein uitje voor de 100 jarige georganiseerd moest worden.



Om elf uur hebben we de heer Schijf met de auto opgehaald en hebben we een rit gemaakt door de bollenvelden.

Al die mooie kleuren van de hyacinten, de tulpen stonden nog niet in bloei, de werktuigen waar mee werd gewerkt, hij heeft zijn ogen uitgekeken. Onderweg zijn we gestopt voor koffie met appelgebak, erg lekker. Na de koffie zijn we via een toeristische route naar de Venneper Lodge gereden voor een pannenkoek naar keuze. De heer Schijf koos voor een pannenkoek met spek, verrukkelijk vond hij.

Na het eten zijn we weer richting huis gegaan en hebben genoten van deze dag. In het bijzonder de heer Schijf die het erg waardeerde dat dit uitje speciaal voor hem was georganiseerd.

Dagje uit met de Zonnebloem Kudelstaart

Woensdag 9 mei is de Zonnebloem Kudelstaart met haar gasten een dag op stap geweest, met als eind bestemming een bezoek aan het Van Noppen Chocolade atelier in Ridderkerk.

Om elf uur vertrok de bus vanaf het Kerkplein in Kudelstaart.

In Kinderdijk hadden we onze eerste stop voor de lunch. Wat erg jammer was, was dat de gemeente Kinderdijk enkele weken voor onze komst had besloten dat de bussen niet meer voor de locatie mochten stoppen, helaas was dat niet aan ons doorgegeven.

Aangekomen bij het restaurant moesten we met de lift naar boven wat ook enige tijd in beslag nam, maar de lunch was erg lekker en goed verzorgd. Na de lunch heeft iedereen nog lekker op het terras kunnen genieten van het zonnetje en een ijsje.

Nadat iedereen weer een plekje had gevonden in de bus vertrokken we richting Ridderkerk naar het chocolade atelier. Aangekomen bij het atelier stond de koffie/thee en de heerlijke chocolade al op ons te wachten. Als eerste kregen we uitleg over de groei en het verwerken van de cacaoboon. Daarna kregen we een demonstratie over het maken van bonbons en hoe chocolade hol wordt gemaakt. De bonbons die werden gemaakt mochten we ook proeven.

Enkele mensen mochten zelf bonbons maken, erg leuk. Het was een leuke leerzame middag en we hebben veel chocolade gegeten en veel gelachen.



Om zes uur waren we weer in Kudelstaart. Onze gasten waren wat vermoeid maar voldaan over deze leuke dag.

Met een groep van vierenvijftig vrijwilligers hebben wij in 2018 in Hoofddorp honderdtachtig gasten gezellige uitjes aangeboden en werden velen van hen ook regelmatig thuis bezocht.

Het Fundament

Iedere laatste woensdag van de maand wordt er voor 5 Euro een 3-gangenmaaltijd aangeboden in de gewelvenkelder onder de **Joannes de Doperkerk** in Hoofddorp.



Het is eten wat de pot schaft maar dat geeft niet want het eten is steeds weer uitstekend. Regelmatig hebben vrijwilligers gasten mee naar Het Fundament genomen om daar te genieten van de maaltijd.



Artis

Op uitnodiging van **Van Lanschot Kempen bankiers** hadden op 8 juni gasten een heerlijke middag in Artis. Aan iedere gast werd een medewerker/ster van de kantoren uit Den Bosch en Amsterdam gekoppeld.



Na onder het genot van een kopje koffie met appelgebak met elkaar kennisgemaakt te hebben, werd er door Artis gewandeld, waarbij ook een kijkje genomen werd bij het voeren van o.a. de leeuwen, pinguïns, gieren en zeeleeuwen.

Hoewel het weer niet echt meewerkte en er af en toe een regenbui viel, zat de stemming er goed in. De gasten genoten zichtbaar. Ter afsluiting werd er nog gezamenlijk een "borreltje" gedronken.

Varen op de plassen

Op 4 september was er weer een boottocht op veler verzoek. Zevenenzestig gasten konden genieten van een boottocht met de **Koningin Juliana**.



De tocht begon in Roelofarendsveen en leidde over de plassen. Uiteraard werd er aan boord aan de inwendige mens gedacht. Er werd koffie met gebak en een heerlijke lunch geserveerd.



Evenals voorgaande jaren stonden ook dit keer weer uitstapjes naar **Volendam**, de **Keukenhof** en het **Kaageiland** op de agenda.

De belangstelling voor deze uitjes was zo groot, dat besloten werd om twee keer achter elkaar te gaan.



Voor de laatste maanden van 2018 staan nog een **kerstbingo** en een bezoek aan een **tuincentrum in kerstfeer** op de agenda. Beide activiteiten kunnen zich altijd op een grote belangstelling verheugen.

In de huidige tijd wordt er ook in Hoofddorp steeds meer een beroep op de Zonnebloem gedaan. Om deze groeiende vraag het hoofd te kunnen bieden is onze afdeling op zoek naar nieuwe vrijwilligers. Zij zijn dan ook in 2019 van harte welkom.

Het jaar 2019 is met een aantal gezellige vaste en voor onze gasten verrassende activiteiten afgesloten. Het bezoek aan de Orchideeën Hoeve en het diner bij het Steigenberger Hotel waren weer fantastisch.

Vol enthousiasme begonnen we aan het jaar 2020. Ons jubileumjaar, 45 jaar Zonnebloem in Zwanenburg en Halfweg. Buiten ons vaste programma om had ons bestuur samen met de vrijwilligers veel activiteiten gepland.

Gestart in januari met onze eerste kienmiddag met mooie prijzen en in februari een gezellige high tea met zo'n vijftig gasten, die weer gesmuld hebben van de lekkere hapjes gemaakt door onze vrijwilligers. **Op 4 maart** was de tweede kienmiddag, er waren leuke prijzen te winnen en tussendoor konden de gasten genieten van een drankje met iets lekkers. Met nog veel meer activiteiten in het vooruitzicht, waarvoor de voorbereidingen al in volle gang waren, gingen we door. We hadden er allemaal zin in!

Helaas kwam op 8 maart de persconferentie die ons allemaal overviel. Door het oprukkende coronavirus moest alles stilgelegd worden. We moesten zoveel mogelijk binnen blijven en zeker geen gasten

bezoeken. Het was voor iedereen vooral in het begin een rare stille tijd, niemand wist precies wat we ervan konden verwachten. Het enige wat veilig was, was af en toe met je gasten bellen voor een oppeppend praatje verder niets. Ook het contact met vrijwilligers was alleen mogelijk per mail of via de WhatsApp.



Na een paar weken kwamen we op het idee om **rond 5 mei**, de dag dat de 75ste Bevrijdingsdag door het hele land gevierd zou worden, voor alle honderdveertig gasten een speldje te bestellen bij het 4/5 mei comité met daarbij een kaartje. Dit kon zonder contact te maken door de brievenbus. Het was dan wel geen bevrijdingsdiner, maar het gebaar werd door onze gasten zeer op prijs gesteld.

In juni hebben we al onze gasten met een mooi plantje verrast met daarbij weer een kaartje met opbeurende woorden.



Ook was het inmiddels toegestaan om met een gast een ijsje te eten of ergens een kopje koffie te drinken, dat werd ook door een aantal vrijwilligers gedaan.

Eind augustus leek alles wat rustiger, daardoor konden we met een kleine groep 2x een gezellige middag met lunch organiseren in ons nieuwe dorps huis. De gasten die erbij konden zijn hadden onze activiteiten gemist en waren blij dat ze weer even uit huis waren. Gezellig samen zijn hadden ze nodig.



In september was ons jubileumfeest gepland, dit hebben we een jaar uitgesteld. In plaats van het feest hebben we alle gasten een zonnebloem gebracht met een zelfgemaakte kaart erbij. Helaas werd eind september bekend gemaakt dat het met corona niet zo goed gaat in ons land en kan de ingeplande pannenkoekenmiddag niet doorgaan.



We verwachten dat er voor dit hele jaar weinig meer mogelijk is, dus proberen we in de decembermaand weer een kleine attentie bij onze gasten te brengen. Daar wordt inmiddels hard aan gewerkt.

Het is een vervelende tijd voor allemaal, maar we geven niet op. Veel activiteiten zijn een jaar opgeschoven. Wij zeggen tegen onze gasten 'wat in het vat zit verzuurt niet', dus op naar betere tijden. We blijven positief!

‘Het is goed dat wij elkaar kennen’

Soms ziet een vrijwilliger van de Zonnebloem tijdens bezoek aan een deelnemer dat wat extra aandacht welkom is. Door de samenwerking tussen Zonnebloemafdeling Amstelveen en welzijnsorganisatie Participe Amstelland kunnen de vrijwilligers ervoor zorgen dat deze deelnemers in beeld komen voor passende ondersteuning.

Het bezoek aan huis bij mensen met een lichamelijke beperking is een onmisbaar onderdeel van het Zonnebloemwerk. De vrijwilligers zien het tegelijkertijd óók als het wat minder goed gaat met de deelnemer. Door vergeetachtigheid bijvoorbeeld.

Of wanneer de persoonlijke verzorging achteruit gaat. De Zonnebloem afdeling Amstelveen heeft daarom een nauwe samenwerking met welzijnsorganisatie Participe Amstelland. Zo is er in Amstelveen regelmatig contact tussen Maggy Wijffels, coördinator bezoekwerk in Amstelveen en Christa Zwart, ouderenadviseur bij Participe Amstelland.

“Zodra een vrijwilliger opmerkt dat hulp gewenst is, ga ik zelf eens langs bij de betreffende deelnemer. Gewoon om eens te vragen hoe het gaat”, vertelt Maggy. “Sommige deelnemers kan ik net even over de drempel helpen: je mag best om hulp vragen, zeg ik dan,



je hoeft niet alles zelf uit te zoeken. Wanneer zij toestemming geven, breng ik ze in contact met Participe Amstelland. De samenwerking is erg belangrijk voor ons. Het zou voor elke Zonnebloemafdeling prettig zijn om zo'n aanspreekpunt te hebben.

Andersom is het Zonnebloemwerk ook voor Participe Amstelland van belang, vertelt Christa. "Het is goed dat wij elkaar kennen. Het Zonnebloemwerk is voor veel mensen een verrijking. Daarnaast hebben de vrijwilligers een signalerende functie. Wij hebben in elke wijk een ouderenadviseur. Zodra wij toestemming hebben, komen we langs. We zorgen dat praktische zaken geregeld worden door de instanties, zoals hulp in huis, persoonlijke verzorging of eventueel een verhuizing. Maar we organiseren ook laagdrempelige activiteiten, maaltijden of cursussen. Ook bij dit soort activiteiten kunnen we samenwerken met de Zonnebloem. De twee organisaties vullen elkaar goed aan."

Odensehuis: voorlichting en activiteiten bij beginnende dementie

Bij het Odensehuis, onderdeel van Participe Amstelland, kan iedereen terecht die te maken krijgt met geheugenklachten of een beginnende

vorm van dementie. Naast voorlichting zijn er ook activiteiten zoals wandelingen, gezamenlijke lunch, spelletjes en gymnastiek.

"Deze zomer zijn we begonnen met het project DemenTalent", vertelt Natalia Leviti, coördinator bij het Odensehuis. "Bij dit project kunnen deelnemers zelf ook sociaal actief blijven door vrijwilligerswerk te doen. Denk aan klusjes uitvoeren in het buurthuis, of door Nederlands te oefenen samen met anderstaligen. Hierbij kijken we altijd naar de mogelijkheden en talenten van de personen zelf."

Ook voor het Odensehuis is het contact met de Zonnebloem een waardevolle aanvulling. "Zonnebloemvrijwilligers kunnen de deelnemers en hun familie attent maken op onze organisatie. Andersom kunnen wij de vrijwilligers van de Zonnebloem voorlichting geven over hoe om te gaan met beginnende dementie."

*Ouderenadviseur:
info.amstelland@participe.nl,
tel. 020-54303430*

*Odense huis:
odensehuis@participe.nl,
tel. 06-12706001*



Afdeling De Kwakel / Vrouwenakker

In De Kwakel / Vrouwenakker is ook een afdeling van de Zonnebloem, ook daar is het ons om de mensen te doen.

Een praatje, een bezoekje, wat eten buiten de deur, voor een gast een onderbreking uit de dagelijkse sleur. De RIKI Stichting heeft een groot aandeel in het geheel, betaalt voor onze afdeling een vorstelijk deel. Theaterbezoekjes, één op één, het opent menig deur, en voorziet een grauwe dag van een prachtige kleur.

Wij hadden dit jaar een mooi hoogtepunt, een dorpsgenoot had ons haar feestopbrengst gegund. Met meerdere gasten een bloemstukje maken, en ondertussen de High Tea ons lekker laten smaken. Bij Bloemsierkunst Christa Snoek bent u aan het juiste adres, heerlijk creatief, voor een uitje zonder stress. Alle gasten maakten een kunstwerk voor thuis, en konden zo nagenieten in hun eigen huis.

De één op één uitjes kenden veel verschillende ideeën, gewoon een gezellig dagje saampjes met z'n tweeën. Naar de markt, lekker lunchen of heel intiem Madurodam, vanuit De Kwakel werd verzorgd dat je er kwam. Gelukkige gezichten maakten het een vrolijke dag, vrijwilliger en gast verenigd in een lach. En daar is het uiteindelijk allemaal om begonnen, de Zonnebloem maakt je weer jong en onbezonnen.

Voor de toekomst hopen wij op veel meer fantastische jaren, waarin massa's nieuwe vrijwilligers zich bij ons scharen. Vele handen maken nog steeds het werk licht, en tezamen houdt je gemakkelijk het overzicht. En hetgeen dat wij met z'n allen wensen, is het brengen van een lichtpuntje bij kwetsbare mensen. En zo geldt voor alle vrijwilligers door het hele land, wij houden dat met liefde voor de Zonnebloem in stand.





*Bloemsierkunst
Christa Snoek*



*Bezoek
kinderdagverblijf
Blokendoos*

Het jaar 2020. Een jaar anders dan anders, compleet anders.

We begonnen het jaar, ongeveer te doen gebruikelijk, met een middag georganiseerd door leerlingen van de hoogste klassen van het **Alkwin College** alhier. Daarvoor worden diverse organisaties uitgenodigd. Spelletjes, muziek, entertainment met veel enthousiasme door de leerlingen gebracht. Zeer geslaagd weer.

Op het moment dat we daarna voorbereidingen aan het treffen waren voor onze eerste busreis, kwam het kabinet op 15 maart met de lockdown. Wat die voor ons betekende en nog steeds betekent, weten we inmiddels allemaal. De 1,5 meter is niet meer weg te denken en mondkapjes zijn gewoon geworden. Zoveel mogelijk binnen blijven. Voor onze gasten nog moeilijker door hun toch al beperkte mobiliteit. De kans op eenzaamheid vergrootte. Wij moesten dus wat verzinnen. Inmiddels hadden veel organisaties telefoon hulplijnen geopend. Daar konden, en kunnen, mensen naar toe bellen die hulp nodig hebben of gewoon behoefte hebben aan een praatje. Wij wilden dat omdraaien: niet mensen laten bellen maar hen zelf bellen. Hen te vragen of wij ze

misschien konden helpen. Helpen met boodschappen of met een praatje. Niet eenmalig, maar bij regelmaat. Zolang de coronamaatregelen zouden voortduren. Dat was en is nog steeds een groot succes. In het voorjaar hebben we een leuke **uitvouwkaart** bij de gasten rondgebracht. Daarop kregen wij veel aardige reacties.



We brachten nog meer langs bij de gasten. Presentjes in de vorm van doosjes chocolade. Ondanks diabetes van sommige gasten. Daarbij hebben we geluisterd naar de gasten zelf: dan prik ik wel een keertje extra, want chocolade is toch wel heel lekker.

Omdat de coronamaatregelen met ingang van 1 juli enigszins verruimd werden, kon gelukkig de actie **'Zomerhartenwensen' van de Riki Stichting** wel doorgang vinden. We hebben zo'n twintig gasten blij kunnen maken met een dagje/avondje uit.

Niettemin bleef het griezelig en kwetsbaar: een dagje uit naar Artis met enkele rolstoelgasten hebben we na ampel beraad toch maar niet door laten gaan.

Op het moment van inleveren van de kopij voor dit jaarboekje, 1 november, zullen we als presentje ter gelegenheid van Sinterklaas nog banketstaven rondbrengen en ter gelegenheid van kerst de

bekende **kerstpakketten van de Riki Stichting**. Daar kijken de gasten altijd heel erg naar uit. Vooral vanwege het 'kerstmannetje' daarin: de poppetjes met de bungelende benen. Menig gast heeft de verzamelde collectie op de kast in de woonkamer zitten. Een terugkerende activiteit was de jaarlijkse **lotenverkoop**. Ondanks dat veel vrijwilligers er moeite mee hebben om loten aan de man te brengen, lukte het aardig. Ondanks ook dat sommige vrijwilligers net als sommige gasten principieel tegen loterijen zijn. Dat kan veranderen als de vrijwilliger er in plaats van een loterij een donatie van maakt. Zo hebben wij ervaren.

Tenslotte vergaten we onze vrijwilligers niet. Eind augustus lieten we **ons jaarlijks vrijwilligers-uitje** wel doorgaan.



Want ook onder deze omstandigheden moeten we onze vrijwilligers in ere houden. Ook zij verlangen naar terugkeer van de oude situatie. Waarin zij weer gewoon met elkaar kunnen praten, bij elkaar op bezoek kunnen gaan en vooral, voor velen, kinderen en kleinkinderen weer kunnen knuffelen. Daarin verschillen de vrijwilligers niet van de gasten. Bijzonder hè: ineens zijn onze vrijwilligers, althans de meesten, ook kwetsbare ouderen behorend tot een risicogroep. Het kan verkeren.....

*Bestuur afdeling
Uithoorn / Amstelhoek*

Bezoekwerk.... Speerpunt van de Zonnebloem.

Ondanks dat door het coronavirus veel geplande activiteiten in het water vielen, kon gelukkig het bezoekwerk alweer snel opgepakt worden en het blijkt maar weer hoe belangrijk dit is. Mevrouw De Koning, **90 jaar jong**, krijgt 1x per twee weken bezoek van Uut Kea onze Zonnebloem vrijwilligster. Zelf heeft mevrouw De Koning jaren vrijwilligers bezoekwerk gedaan voor het Rode Kruis en nu is ze hiervoor zelf aan de beurt. Zij



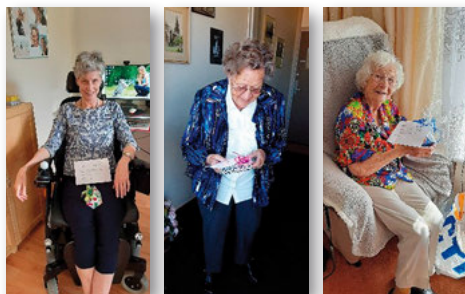
heeft een zoon en geen kleinkinderen. Familie heeft ze bijna allemaal overleefd, dus zo'n tweewekelijks bezoek vindt zij heerlijk. Foto's worden bekeken bij de koffie en soms een drankje gedaan. Door een geweldige match tussen de vrijwilligster en de gast is het een bezoek waar de tijd bij omvliegt. Vooral het praten over wat er in het dorp gebeurt, is voor haar

erg belangrijk. Samen eens lunchen en als het weer mogelijk is een ritje naar de straat waar ze jaren geleden lang heeft gewoond. Hoe simpel kun je als vrijwilliger iemand blij maken.

Wat fijn dat bezoekwerk bijna altijd mogelijk is en zo gewaardeerd wordt. Ouderkerk heeft gelukkig de beschikking over zestien vrijwilligers die bezoekwerk doen.

Geluksmomentjes

Van de Riki Stichting mochten wij een tweetal keer een geluksmomentje voor de gasten, die tot de doelgroep behoorden, invullen. De vrijwilligers namen contact op met hun gasten en hun wensen werden genoteerd en vervolgens geregeld. Een veelvoud van wensen passeerde de revue, het ging van een lekkere fles advocaat met slagroom, hobbyartikelen, bloemen, planten, gebakjes, puzzel tot een lekker biefstukje enz. Het was mooi om te zien hoe dat door onze gasten gewaardeerd werd.



Hartenwensen

De hartenwensen werden dit jaar, door de corona, anders ingevuld dan we normaal gewend waren. Gingen we in voorgaande jaren met auto's op pad om activiteiten te ondernemen. Dit jaar was het totaal anders. Nu werden de hartenwensen voor het grootste deel in het eigen dorp én op loopafstand vervuld.



De uitverkoren gasten genoten van een heerlijk diner of lunch in restaurants of op terrassen in het dorp. Ook de poffertjeskraam werd door enkele gasten met een bezoek vereerd.



1op1 uitjes

Net voordat de corona uitbrak kon nog één aangevraagd 1op1 uitje doorgang vinden. Met twee auto's en vier gasten werd koers gezet naar Breezand om een bezoek te brengen aan de Lentetuin.



Na afloop werd nog een stop gemaakt in Schoorl om van een lekker glaasje en een bitterbal te genieten.



Overleden

Helaas moest onze afdeling dit jaar afscheid nemen van twee vrijwilligers. Jopie Petiet en Jan Sweers overleden beiden na een ziekbed. Jopie was jarenlang op allerlei gebied en voor tal van Zonnebloem activiteiten actief. Op Jan konden wij altijd rekenen indien een chauffeur nodig was voor het halen en brengen van gasten.

Uitjes met de oudere gasten van de Zonnebloem

In mei 2017 zijn de gasten uitgenodigd om een bootreisje te maken vanuit **Giethoorn** langs een mooi stuk Nederland.



De gasten van de Zonnebloem genoten zichtbaar van de heerlijke zorgeloze boottocht.



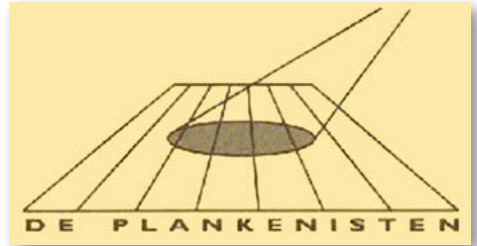
De belangstelling was groot en na afloop was er uiteraard een overheerlijke lunch.

In juli en augustus zijn we twee keer met telkens twee Bosmobielen die door onze vrijwilligers werden bestuurd, door **het Amsterdamse Bos** gereden.



Toevallig vond er een Popfestival plaats in het bos dus het was een en al muziek en vrolijkheid. Na één uur door het bos te hebben gereden was er een overheerlijke pannenkoek met koffie of chocolade met slagroom, waar enorm van werd genoten. De gezelligheid is altijd zo leuk en erg lief.

Eind augustus zijn op uitnodiging van de RIKI Stichting, drie vrijwilligers met acht gasten van de Zonnebloem naar het prachtige en mooie theater De La Mar in Amsterdam gereden om de voorstelling "**Geen Paniek**" te kunnen beleven.



Een event waar elk jaar weer vol enthousiasme aan wordt deelgenomen. Het was een gezellige middag en er werd veel gelachen.

Vier keer per jaar worden de gasten van de afdeling Badhoevedorp / Lijnden door de RIKI Stichting uitgenodigd om in het **Resto Van Harte** gezamenlijk een dinertje te gebruiken.

Een leuke, luchtige en chaotische voorstelling die de lachspieren weer deden brullen.

De ambiance van het theater alleen al is zeer indrukwekkend, zeker voor onze ouderen die vele jaren geleden dit theater hebben bezocht, voordat het werd verbouwd tot wat het nu is. Uiteraard was er tijdens de pauze een hapje en drankje dat was bijzonder goed verzorgd.

Op 5 november hebben de gasten en vrijwilligers weer genoten van het optreden van de toneelgroep **De Plankenisten** in het stuk "Het is 'Bingo' op de Camping", een komisch blijstuk met een verrassend decor.



Namens het Bestuur Badhoevedorp / Lijnden,

Ingrid Vasseur

Donderdag 26 januari, het traditionele jaarlijkse diner bij de Rustende Jager te Nieuw-Vennep. Gasten komen deze avond al of niet samen met hun vrijwilliger en genieten van een heerlijk driegangen diner. Het kopje koffie of thee wordt, zoals gebruikelijk, aangeboden door het bestuur. De opkomst is als vanouds weer groot en tussen het babbelen door wordt er genoten van voor-, hoofd- en nagerecht.

Frisjes, wijntjes en ook vooral advocaatjes met slagroom vinden hun weg naar de verschillende tafeltjes van gasten met hun vrijwilligers.



De avond vliegt om en voordat we het weten staan de auto's en chauffeurs alweer voor de deur om gasten naar huis te brengen. Voldaan van het praten en eten nemen we afscheid van elkaar en is 2017 goed van start gegaan.

Woensdag 5 april, het is een mooie dag en om 13.00 uur staat de bus klaar voor een uitstapje naar Rozen & Radijs in Burgerveen.

Met de Lente voor de deur gaan we op weg voor een gezellige middag met lekkernijen en het maken van een paasbloem-stukje. Er wordt druk besproken hoe je nu een

mooi bloemstukje maakt. Oude herinneringen worden opgehaald over het vieren van de paasdagen. Wat deed je toen en nu juist wel of niet meer.



Middagen als deze roepen veel gesprekstof op en zo vliegt de tijd en toetert de bus, tijd om naar huis te gaan. Het klokje van gehoorzaamheid slaat en we moeten weer instappen voor het ritje naar huis. Iedereen met een mooi bloemstukje wat de paastafel extra zal versieren.

September, voor alle gasten die deel willen nemen deze keer een pannenkoek eten bij de Vennep Lodge.



Ondanks het stormachtige weer is er toch veel animo en genieten we van een gezellige middag. En dan het uitje exclusief voor mannen. Het was een spektakel. Met oldtimers werden de heren naar het Louman Museum in Wassenaar



gereden. Uiteraard kregen ze onderweg veel bekijks want oldtimers (en dan bedoelen we de auto's) trekken altijd aandacht. Aangekomen konden de heren genieten van een heerlijke lunch en op hun gemak alle mooie modellen bewonderen. Heel veel herinneringen kwamen boven en werden uitgewisseld met elkaar.

Na afloop waren dit de reacties:

- ♥ dhr. L'ecuse: mateloos genoten! Had dit niet verwacht.
- ♥ dhr. Veen: Bijzonder! Wat anders dan het Ford Museum.
- ♥ dhr. Piet van Es: Ja, fantastisch!



- ♥ dhr. van Leeuwen: Dit kan niet worden verslagen.
- ♥ dhr. Vaalburg: Buitengewoon, ik zou hier de hele dag wel willen lopen/zwerven. Maar mijn benen willen helaas niet meer.

Helemaal bijgetankt vertrokken de heren weer richting Nieuw-Vennep.

Met dank aan de vrijwilligers en diegenen die deze dag hebben georganiseerd!!!



En dan is het jaar 2017 nog niet voorbij want er staan in oktober, november en december nog winkelen, een boottocht in combinatie met bezoek aan glasblazerij en het koor 'Zingen voor het leven' op de agenda.

Al deze mooie activiteiten kunnen we alleen doen met de fantastische inzet van onze vrijwilligers.

Zij zorgen ervoor dat onze gasten hieraan kunnen deelnemen.

Daarnaast zijn er de bezoeken thuis, individuele aandacht of samen met de vrijwilliger een boodschapje. Ook daarvan genieten onze gasten. Het zijn altijd de kleine dingen die het doen.



*Dankjewel aan jullie
Die uren of dagenlang
Zorgdragen voor anderen
Al ben jezelf misschien ook bang*

*Dankjewel aan jullie
Die met gebaren groot of klein
De wereld laten draaien
En daarom onze helden zijn*

*Dankjewel aan jullie
Die nu in deze moeilijke coronatijd
Toch aan die ander denken
Een lichtend voorbeeld zijn in deze strijd*

*Dankjewel aan jullie
Voor het brengen van vreugde en menselijkheid
Het afgelopen jaar en ook in het nieuwe jaar
In het oude doen en in de nieuwe werkelijkheid*