

DeCoenenKoerier

Berichten van ontmoetingscentrum De Coenen

Corona special

Thuis met De Coenen

Het Coronavirus treft ons allemaal. Is het niet de ziekte zelf dan zijn het wel de maatregelen rondom de dreiging van besmetting. Zo zijn de activiteiten in de Coenen gestopt en zijn we in ieder geval tot 6 april gesloten. Heel vervelend voor de mensen die regelmatig de Coenen bezoeken. Vooral veel oudere bezoekers missen nu de maaltijden en de sociale contacten.

De vrijwilligers van de Coenen laten het er niet bij zitten. Zij willen helpen waar dat kan. En proberen de kring van buurtgenoten en andere gasten van De Coenen grotendeels intact te houden. En zo houden ze het doel van De Coenen in leven: een plek te zijn waar we elkaar ontmoeten en steunen. Die plek is voorlopig thuis, het is niet anders. Maar wel thuis mét De Coenen. In deze special leest u hoe dat er in de komende tijd uit gaat zien.

In dit nummer o.a.:

Actiegroep
De Coenen&Corona
Maaltijd aan huis
Een telefoontje extra
Kleine klusjes
Tips voor in huis
Voor elkaar in Zuid

Zelf koken een probleem?



Nu De Coenen voorlopig dicht blijft, zijn verschillende buurtgenoten, die gewend waren een of meer keren bij ons te eten, flink onthand.

Maar een van onze koks heeft aangeboden te gaan koken voor de groep mensen voor wie zelf koken een onoverkomelijk probleem is.

Hij kookt soep en een hoofdgerecht en vrijwilligers bezorgen een en ander aan huis.

Het gerecht kost € 6.00 en bekert Broccoli/Courgettesoep (elk zo'n 450 gram) kosten € 2,50.

Herkent u zich in de bovengenoemde groep en wilt u ook zo'n maaltijd bezorgd krijgen? Bel dan met **020 6767847** om af te spreken.

Let op: de bezorger komt niet binnen. Hij/zij overhandigt de maaltijd aan de deur. U hoeft geen geld in huis te hebben; bij de maaltijd zit informatie over hoe u kunt betalen.

Actiegroep De Coenen en Corona

Na de sluiting van De Coenen, op vrijdag 13 maart (!), was er meteen een groepje actieve vrijwilligers dat besloot dat daarmee de kous niet af was. Regelmatig contact (dan maar telefonisch), boodschappen en eten koken, dat waren dingen die al meteen naar voren kwamen om De Coenen als ontmoetingspunt ondanks de fysieke sluiting

Helpende handen

Moeten er boodschappen gedaan worden, de hond uitgelaten, zijn er andere dringende klusjes buiten de deur die u niet zelf kunt verrichten? Of bent u alleenwonend en heeft u gewoon behoefte aan een gesprekje?

Neem in zo'n geval contact op met **020-6644740** of **06-40581444**. Daar is een lijst van vrijwilligers die u graag helpen. Om ieder risico te voorkomen, komen ook deze vrijwilliger niet bij u binnen.

Hoe was het ook al weer?

- Blijf thuis, zeker als je hoest en proest of koorts hebt
- Maak je sociale contacten elektronisch en digitaal: bel, skype, facetime, whatsapp
- Geef geen handen
- Nies/hoest in je elleboogholte
- Gebruik papieren zakdoekjes en handdoekjes
- Was je handen steeds weer, speciaal als je van buiten komt en na niezen/hoesten
- Houd altijd minstens 1,5 meter afstand als u toch naar buiten of naar de winkel moet

in leven te houden. De naam was niet zo belangrijk. Maar als u nu de term Actiegroep tegenkomt, dan weet u hoe het zit. De actiegroep heeft twee centrale nummers: 020-6644740/06-40581444. Van daaruit wordt de hulp gecoördineerd, puttend uit een heel arsenaal aan hulpkrachten. Die hebben zich na een oproep meteen gemeld.

Laat even weten wat u nodig hebt!

De vrijwilligers van De Coenen zijn hard bezig met de organisatie van de corona-dienstverlening in onze buurt. Wat daarbij helpt: laat ons weten wat u kunt gebruiken! Wij zitten niet stil. Zo bezorgen we desgewenst af en toe een warme maaltijd aan huis bij buurtgenoten. We doen boodschappen voor mensen die dat niet zelf kunnen of durven. En we bellen regelmatig even met alleenwonenden om de vinger aan de pols te houden. Maar het is best mogelijk dat we nog dingen over het hoofd zien, die toch belangrijk zijn.

Dus, heeft u iets nodig? Bel dan **020-6644740** of **06-40581444**. Daar kunt u terecht met uw vragen en wensen. En ook om u aan te melden als (Corona) vrijwilliger.

Digitale contacten, maar hoe?

Juist in deze tijd zijn contacten belangrijk. Eigenlijk worden ze met de dag belangrijker. Gelukkig is daar de telefoon, maar dan moet het gesprek je wel op hetzelfde moment goed uitkomen. Liefhebbers van knoppen en beeldschermen hebben natuurlijk allang e-mail en Skype of Facetime. En wie inmiddels overweg kan met een smartphone die mailt, sms't en whatsapp dat het een lieve lust is. Blijft over een groep mensen die ooit, al dan niet opgestookt door kinderen en kleinkinderen, een computer of iPad hebben aangeschaft. En daar zo zelden wat mee doen dat het allemaal inmiddels wat gebrekkig is geworden.

Wilt u uw digitale activiteit een forse impuls geven, internetten, schrijven en mailen en hebt u daarbij hulp nodig? Bel dan eens met een van de digitale hulpverleners in ons hulpkorps. U komt met ze in contact via de inmiddels bekende nummers 020-6644740 en 06-40581444. Onder de digitale helpers is onder meer Ewoud Zeldenrust, bekend van de (Windows) computerlessen in Lydia, tegenwoordig in De Coenen.

Voor elkaar in Amsterdam

Duizend bloemen bloeien

Niet alleen hier; overal in de stad springen initiatieven op. Kent u iemand die graag wil helpen in een andere buurt? Weet u waar iemand hulp nodig heeft, of om een praatje verlegen zit? Bel de organisaties voor sociaal werk op het centrale nummer 020 - 767 00 31, stuur een mail naar info@voorelkaarinamsterdam.nl of ga naar de website www.voorelkaarinamsterdam.nl.

Openingstijden

Normaal gesproken elke werkdag open van 10.00 tot 17.00 uur voor koffie, thee, meestal met de krant en enkele andere dranken. Er is een complete lunch van 12.00 tot 13.30 uur. Dinsdag en donderdag diner om 18.00 uur (voor diner is reserveren)



J.M. Coenenstraat 4 Amsterdam
www.decoenen.com
Telefoon : 020 370 9355

Ondertussen in huis

Ja, daar zit je dan thuis. Net als het echtpaar op de voorpagina, met je krantje of je haakwerkje. De radio staat op Radio 4 (of 1 als je nog niet doodmoe bent van de berichtgeving) en de straat voor je huis is nog nooit zo stil geweest. Dat is leuk voor een tijdje, maar wat doe je verder? Nou, verschillende buurtbewoners hebben daar wel ideeën over.

Odilia Jeuken: 'Maak een Coronadagboekje'

Odilia Jeuken, een van onze vrijwilligsters en schilderes, komt met het idee om een Coronadagboekje bij te houden. "Elke dag noteer je dan wat er gebeurd is of wat je is opgevallen. Dat kunnen een paar regels zijn, of een verhaaltje. Maar ook tekeningetjes, schilderijtjes of foto's. Zo kun je straks nog eens terugkijken op deze rare en misschien heftige periode en dat ook delen met anderen."

En daarover dan het Coenensausje: als de crisis over is kunnen de deelnemers hun aantekeningen in een of twee A-4tjes samenvatten en opsturen. Alle dagboek aantekeningen bundelen we samen tot een mooi nieuw Coenenboekje. Natuurlijk geïllustreerd met tekeningetjes of knipsels. Doet u mee? Dat mag ook anoniem. Voor meer informatie of aanmelding, stuur een mail naar Peter Gelauff, petergelauff@gmail.com.

Anneke van de Kieft: 'Opruimen'

Ook al woon je nog maar een paar jaar in een huis, rommel, meestal keurig opgeborgen, stapelt zich onvermijdelijk op. Anneke: "In de huidige beperkingen besteed ik elke dag een half uur aan opruimen. Allerlei dingen waarvan je jaren terug zei: toch nog maar even bewaren, nog een keertje goed uitzoeken, die blijken ineens zonder moeite weg te kunnen. Hoewel dat 'zonder moeite' hier in huis wel een beetje verschillend geïnterpreteerd wordt."

Nelleke Sloos: 'CD's luisteren'

CD's, wie draait ze nog? De vaak honderden duur aangeschafte en gekregen schijfjes staan voornamelijk stof te verzamelen. Nelleke is begonnen ze allemaal weer eens uit de hoesjes te halen: "Het is verbazend hoeveel moois je dan toch weer tegenkomt. Dingen waarvan je niet meer wist dat je ze had. Prachtige stukken die je natuurlijk kent, maar in uitvoeringen die je compleet vergeten was. Heerlijk!"

Of ga lekker (weer) piano spelen

En voor wie dat graag wil, maar geen piano heeft: Marieke de Waard uit de Bronckhorststraat biedt een oude, maar nog prima bespeelbare piano aan. Een Rippen, goed Nederlands merk. Marieke's nummer: 0206768104/0650642577

Contact

Bestuur De Coenen:

Elly Boomsma mail: boomsma10@hetnet.nl

Redactie DeCoenenKoerier:

Hanneke Stoppelenburg, Madelien Krips, Peter Gelauff en Martin van den Akker
mail: redactie@decoenen.com

Informatie over het huren van een ruimte:

mail: zaalverhuur@decoenen.com