

Gezondheidsmarkt

Informatiemarkt over gezondheid en welzijn. Krijg informatie bij de verschillende kraampjes, laat gratis uw bloeddruk, cholesterol en bloedsuiker meten of ga met lokale organisaties in gesprek over gezonder eten, bewegen en stoppen met roken.

Wanneer **Woensdag 17 september van 12.00 tot 17.00 uur**
Aanmelden: **Niet nodig. Voor meer informatie: Wasilis Psathas 06-23577458**
Waar **Calvijn College Amsterdam, Pieter Calandlaan 3**

Voorlichting voor vrouwen over dementie en mantelzorg door Markant

Markant helpt mantelzorgers balans te vinden tussen zorgen voor een ander en zorgen voor zichzelf. Mantelzorgers kunnen bij Markant terecht voor informatie, advies, cursussen, begeleiding en praktische ondersteuning, onder andere door de inzet van vrijwilligers. De informatieochtend is speciaal voor vrouwen, want Nisa for Nisa heeft Markant uitgenodigd. Nisa for Nisa betekent Vrouwen voor Vrouwen. Nisa bestaat uit 40 vrijwilligers en 3 betaalde krachten. Dit zijn allemaal vrouwen die zich inzetten om het welzijn van bewoners te verbeteren.

Wanneer **Woensdag 17 september van 10.00 – 12.00 uur**
Aanmelden **Niet nodig, informatie bij Naziha Senoussi, 06 – 15 48 64 07**
Waar **Nisa for Nisa, Chris Lebeaustraat 4**

Theatervoorstelling en workshop 'Na de Schok'

Theatervoorstelling 'Na de Schok' gaat over het leven met Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH). Het is een korte voorstelling van 30 minuten met muziek en zang, gemaakt door ervaringsdeskundigen. Het geeft een goede inkijk in de ingrijpende gevolgen voor de persoon zelf en diens omgeving. Met deze voorstelling willen we de emoties die daarbij horen bespreekbaar maken. Na de voorstelling is er een nagesprek en een zangworkshop. Gratis aangeboden door SamenWonen, SamenLeven, Combiwel en SOOZ.

Wanneer **Donderdag 18 september van 11.00 – 12.30 uur**
Aanmelden **Marieke Pielaat: m.pielaat@sw-sl.nl, 06-28454843**
Waar **Station Wildeman, Nieuwe Laan 34**

Danspaleis

Ouderwets gezellig dansfeest voor ouderen voor €2,- p.p.. Dansen en muziek houden je vitaal. Met dit tankstation van levensvreugde gaan we ook eenzaamheid tegen. Een uiteenlopend publiek ontmoet elkaar. Dansen breekt namelijk dwars door generaties, culturele achtergronden, rangen en standen, en seksuele en politieke voorkeuren heen.

Wanneer **Zaterdag 21 september van 14.00 – 16.00 uur**
Aanmelden **esan@energiekesenioren.nl, WhatsApp/Signal 06-23005074**
Waar **Buurtcentrum De Schakel, Paul Scholtenstraat 36A**