

**ZGAO** Een kijkje achter de schermen bij Zorggroep Amsterdam Oost (ZGAO). Deel 108.

## KRAAIPAN: ONTMOETINGSPLEK VOOR OUDEREN UIT OOST

# ‘Thuis zijn ze vaak eenzaam, hier is het gezellig en wordt iedereen gezien’

**In Kraaipan vindt dagbesteding plaats voor ouderen met een Turkse, Marokkaanse en Nederlandse achtergrond in verschillende groepen. Begeleiders spreken de taal en er wordt rekening gehouden met culturele gewoontes.**

Door **Linda van den Dobbelsteen**

“Het is een zootje hier, maar wel heel gezellig,” roept activiteitenbegeleider Naima lachend als we de ruimte binnenstappen. Er wordt met een bal overgegooid, twee jongens die vandaag stagelopen doen vrolijk mee. We zijn in de Kraaipan, een dagcentrum van ZGAO en Dynamo in de Hofmeyrstraat in de Transvaalbuurt. Het is donderdag 14 maart, binnen klinken vrolijke geluiden, buiten schijnt de zon vol op het prachtige pand.

Elke dag komt er een andere groep, vandaag zijn het de Marokkaanse mannen, maar er zijn ook Turkse en Marokkaanse vrouwengroepen en een Nederlandssprekende groep. Naima is hier drie dagen per week. Ze spreekt Arabisch, dat is belangrijk. “Er gebeurt heel veel hier, vertelt ze enthous-



**In dagcentrum Kraaipan wordt veel aan beweging gedaan. Vanmiddag lopen Charezo (14) en Faris (14) van het Pieter Nieuwland College toevallig snuffelstage. Lachend helpen ze Naima een handje en gaan ze mee op de foto. Op de fiets zit Mohammed, hij raadt de Kraaipan iedereen aan: “Hier is het gezellig met mijn vrienden en er is lekker warm eten.”**

siast. “We starten de dag met koffie of thee en wat lekkers, we doen een spelletje en halen herinneringen op. Of we luisteren naar muziek van vroeger in de taal van de bezoekers. “Ze vinden het belangrijk om met elkaar te zijn. De voertaal is Arabisch, het eten halal

en we houden rekening met gewoontes en gebruiken zoals bidden.”

Na de koffie wordt er bewogen. Dat is goed voor de gezondheid, de ouderen die hier komen hebben bijvoorbeeld suikerziekte of dementie. “De

meeste mensen doen thuis niet zo veel,” vertelt Naima. “Daar zijn ze vaak eenzaam en vergeten ze te eten. Hier is het gezellig en worden ze gezien.” Na de gym is er een warme lunch en dan is er nog een uurtje tijd om gezellig samen te zijn, muziek te luisteren of

tv kijken.

“We merken dat de dagbesteding mensen goed doet. We zien ze opbloeien.” Naima weet veel van haar bezoekers, ze heeft aandacht voor ze en kent hun achtergrond. Mohammed (80) bijvoorbeeld, die al bijna twee jaar twee dagen per week vaste gast is. Hij zit fanatiek op de hometrainer en doet enthousiast mee aan het balspel. Hij wil graag drie dagen komen, of we dat wel noteren, lacht hij. Waarom? “Hier is het beter dan thuis. Ik doe dingen met anderen, dit zijn mijn vrienden. Thuis ben ik alleen, de kinderen gaan werken, dat voelt eenzaam.”

**Nieuwsgierig naar dagbesteding of denk je aan iemand voor wie dit leuk zou kunnen zijn? Loop dan gerust binnen om een keer mee te doen en kennis te maken.**

**Maandag en vrijdag:**

Arabischsprekende vrouwen.

**Dinsdag en donderdag:**

Arabischsprekende mannen.

**Dinsdag tot en met donderdag:**

Nederlandssprekende groep.

**Woensdag en maandag:**

Turkssprekende groep.

**Meer informatie: 020-5925211.**

[www.zgao.nl](http://www.zgao.nl)

**Advertentieartikel**