

# Samen op stap



Programma  
februari t/m juli 2012



Hoe werkt Samen op stap?	4
Programma februari t/m juli 2012	6
Daguitjes	6
Van alle markten thuis	8
Musea	10

Samen op stap is een vervolg op de Activiteitenbus. Dynamo regelt het programma, de inschrijving en de begeleiding.

telefoon 020 46 20 346  
[samenopstap@dynamo-amsterdam.nl](mailto:samenopstap@dynamo-amsterdam.nl)



## Samen op stap naar leuke activiteiten

Bent u 65 jaar of ouder of heeft u een beperking? Woont u in Amsterdam-Oost? Dan kunt u gebruik maken van Samen op stap.

### Wat is Samen op stap?

Met Samen op stap gaat u samen met anderen naar leuke activiteiten, zoals het museum, de supermarkt, de markt, het strand of een activiteit bij u in de buurt. Samen op stap haalt u voor deze activiteiten thuis op en brengt u ook weer naar huis terug. Ook als u gebruik maakt van een rollator kunt u mee.

### Wat zijn de activiteiten?

In dit programmaboekje geven wij aan voor welke activiteiten en op welke dagen u zich kunt aanmelden. U kunt ook onze website raadplegen: [www.dynamo-amsterdam.nl](http://www.dynamo-amsterdam.nl).

### Heeft u zelf een leuk idee voor een activiteit?

U kunt zelf ook een voorstel doen voor een ander uitstapje of activiteit dan in ons programmaboekje staat. Wij zorgen dan voor het vervoer. Belt u in dit geval het liefst 3 werkdagen van tevoren, zodat wij het kunnen inplannen.

### Wat kost Samen op stap?

U betaalt € 1,- per rit (dus € 2,- voor een retour) binnen Amsterdam. Buiten Amsterdam betaalt u € 0,45 per zone. De meeste activiteiten zijn gratis maar soms moet u entree betalen. In dit boekje en op de website hebben wij de extra kosten voor deze activiteiten opgenomen.

### Samenwerkende partners

Ten behoeve van het vervoer voor Samen op stap is Dynamo een samenwerking aangegaan met Cordaan (woonzorgcentrum Kastanjehof). Cordaan heeft voor het vervoeren van ouderen van het stadsdeel Oost een nieuwe bus kunnen aanschaffen. Een voordeel is dat deelnemers voor ritten met deze bus niet in het bezit hoeven te zijn van een AOV pas. Met deze bus kunnen maximaal zes deelnemers per keer mee.

Teneinde een grotere groep deelnemers in de gelegenheid te stellen gebruik te maken van Samen op stap, blijft de mogelijkheid van samenwerking met Stadsmobiel. De groep die door Stadsmobiel vervoerd wordt, moet dan wel een Stadsmobiel pasje (AOV-pas) hebben. Ook met Connexion proberen we binnenkort hierover afspraken te maken.



### Heeft u nog geen AOV-pas?

Voor het aanvragen van een AOV-pas kunt u bellen met de WMO helpdesk telefoon 0800 06 43. Mocht u er telefonisch niet uitkomen, meldt u zich dan bij het WMO-loket bij u in de buurt. Weet u dit niet te vinden? Bel dan naar Samen op stap, 020 46 20 346. Wij helpen u graag op weg.

### Contant geld en reistijd

Neem voor het betalen van de bus contant geld mee (liefst gepast). U betaalt uw bijdrage voor het vervoer direct aan de chauffeur. Houdt u rekening met ongeveer 45 minuten reistijd. Gaat de bus verder weg dan kan dat snel oplopen tot een uur.

### Hoe kan ik me aanmelden voor een activiteit?

Eerst maakt u uw keuze (of keuzes) uit het programmaboekje of u bedenkt zelf een leuk uitstapje. Vervolgens belt u met 020 46 20 346 of u mailt naar [Samenopstap@dynamo-amsterdam.nl](mailto:Samenopstap@dynamo-amsterdam.nl). We zijn bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 9.00-17.00 uur. Onze medewerkers staan u graag te woord en noteren uw wens. Wanneer minder dan vier personen zich aanmelden, kan de rit helaas niet doorgaan. We laten u dat dan tijdig weten. Graag verzoeken wij u om een reservering 3 werkdagen van tevoren aan ons door te geven.

### Bezoekerscentrum Amsterdamse Bos

Bezoek Het bezoekerscentrum (het informatiecentrum) van het Amsterdamse Bos. Aan de balie staan medewerkers klaar voor alle vragen, informatie, plattegronden en routefolders.  
**dag en tijd:** 2 x per maand op zondag 12.00-14.30 uur  
**locatie:** Bosbaan 5, Amstelveen  
**ritprijs retour:** € 2,-  
**entreprijs:** gratis  
**toegankelijk voor rollator:** ja

### Boerderij Meerzicht en Geitenboerderij

In boerderij Meerzicht kunt u een heerlijke pannenkoek eten. Na een korte wandeling in het Amsterdamse Bos, kunt u de Geitenboerderij bezoeken.  
**dag:** zondag  
**locatie:** Koenkade 56, Amsterdam  
**ritprijs retour:** € 2,-  
**entree:** gratis  
**toegankelijk voor rollator:** ja



### Zwemmen

Om te kunnen zwemmen, hebt u de keuze uit het De Mirandabad in Amsterdam-Zuid en het Zwembad Duran in Diemen. De zwembaden beschikken over veel voorzieningen voor mensen met een beperking en voor ouderen en er wordt gezwommen onder deskundige begeleiding.  
**locatie:** De Mirandabad, De Mirandalaan 9, Amsterdam-Zuid  
**dag en tijd:** 2 x per maand op maandag 11.00-12.30 uur  
**entreprijs:** € 3,-  
**ritprijs retour:** € 2,-  
**toegankelijk voor rollator:** ja  
**locatie:** Zwembad Duran, Ouderkerkerlaan 10, Diemen  
**dag en tijd:** 2 x per maand op vrijdag 10.30-12.00 uur  
**entreprijs:** € 2,55  
**ritprijs retour:** € 2,-  
**toegankelijk voor rollator:** ja

### Mantelzorg Lunchroom

U kunt genieten van een lekkere lunch en ervaringen uitwisselen met andere mantelzorgers en ouderen. In de lunchroom staat elke keer een ander thema centraal.  
**dag en tijd:** 3e dinsdag van de maand 12.00-14.00 uur  
**locatie:** Buurtcentrum Transvaal, Danie Theronstraat 2, Amsterdam  
**ritprijs retour:** € 2,-  
**entreprijs:** gratis  
**toegankelijk voor rollator:** ja



### IKEA

Een bezoek aan het woonwarenhuis IKEA, een concern van Zweedse oorsprong. Het concept bestaat uit het aanbieden van kwaliteitsartikelen tegen een lage prijs.  
**dag en tijd:** 1e dinsdag van de maand 11.00-15.00 uur  
**locatie:** Hullenbergweg 2, Amsterdam  
**ritprijs retour:** € 2,-  
**toegankelijk voor rollator:** ja

### Bezoekerscentrum Het Twiske

Recreatiegebied Het Twiske vindt u ten noorden van Amsterdam tussen Zaandam en Purmerend. In dit waterrijke gebied kunt u prachtige wandelingen maken. In het bezoekerscentrum kunt u terecht met al uw vragen over Het Twiske.  
**dag en tijd:** 1 x per maand op zaterdag 11.30-14.30 uur  
**locatie:** Bezoekerscentrum Het Twiske, Noorderlaai 1, Zaandam  
**ritprijs retour:** € 2,-  
**entreprijs:** gratis  
**toegankelijk voor rollator:** ja

**Dappermarkt**

De Dappermarkt staat bekend als één van de gezelligste en goedkoopste markten van Nederland. U wordt bij het ouderencentrum De Gooyer afgezet, waar u na afloop en voor het ophalen een kopje thee of koffie drinkt.  
 tijd: 2 x per maand op vrijdag  
 11.30-14.00 uur  
 locatie: Dappermarkt  
 (halte De Gooyer, Von Zesenstraat)  
 ritprijs retour: € 2,-  
 toegankelijk voor rollator ja

**Winkelcentrum Amstelveen**

Winkelcentrum in Amstelveen heeft zeer goede voorzieningen en telt meer dan 200 winkels. Op vrijdag is er een markt. Er zijn vele terrasjes waar u gezellig een kopje koffie kunt nuttigen.  
 dag en tijd: laatste vrijdag  
 van de maand 11.00-15.00 uur  
 locatie: Buitenplein in Amstelveen  
 ritprijs retour: zonetarief  
 € 0,45 per zone  
 toegankelijk voor rollator: ja

**Vomar**

Met de boodschappenbus naar voordeelmarkt Vomar waar u rustig uw boodschappen kunt doen.  
 dag en tijd: 1 x per maand  
 op maandag 12.00-14.00 uur  
 locatie: Middenweg 69  
 ritprijs retour: € 2,-  
 toegankelijk voor rollator: ja

**Maxis**

Het winkelaanbod en de voorzieningen maken winkelcentrum Maxis ideaal voor uitgebreid winkelen. U kunt er ook gezellig een kopje koffie drinken.  
 dag en tijd: 2e en 4e dinsdag  
 van de maand 11.30-15.00 uur  
 locatie: Pampusweg 1, Muiden  
 ritprijs retour: € 2,-  
 toegankelijk voor rollator: ja

**Winkelcentrum De Amsterdamse Poort**

De Amsterdamse Poort is het belangrijkste winkelgebied in Amsterdam Zuidoost. Elke donderdag is er een gezellige markt.  
 dag en tijd: 2e donderdag  
 van de maand 11.30-14.30 uur  
 locatie: Bijlmerplein  
 ritprijs retour: € 2,-  
 toegankelijk voor rollator: ja

**Winkelcentrum Buikslotermeerplein**

Het winkelcentrum Boven 't IJ bij het Buikslotermeerplein heeft een uitgebreid winkelaanbod. Bij dit winkelcentrum bevindt zich tevens een markt.  
 dag en tijd: 1 x per maand  
 op donderdag 11.00-14.00 uur  
 locatie: Buikslotermeerplein  
 ritprijs retour: € 2,-  
 toegankelijk voor rollator: ja



**Dirk van den Broek**

Met de boodschappenbus naar supermarkt Dirk van den Broek (vlakbij Albert Cuypmarkt).  
 dag en tijd: 1 x per maand  
 op dinsdag 11.30-14.30 uur  
 locatie: Marie Heinekenplein  
 ritprijs: € 2,-  
 toegankelijk voor rollator: ja

**Vlooiënmarkt in de IJ-hallen**

De grootste en gezelligste vlooiënmarkt van Nederland met honderden kramen waar je echt van alles kunt kopen.  
 dag en tijd: 1e zaterdag en zondag  
 van de maand 11.30-15.00 uur  
 locatie: T.T. Neveritaweg 15,  
 1033 WB Amsterdam  
 ritprijs retour: € 2,-  
 entreprijs: € 4,-  
 toegankelijk voor rollator: ja

**Lapjesmarkt**

De lapjesmarkt (textielmarkt) aan de Westerstraat in de Jordaan vindt tegelijkertijd plaats met de Noordermarkt. Beide markten lopen in elkaar over.  
 dag en tijd: 1e maandag  
 van de maand 11.00-14.00 uur  
 locatie: Westerstraat  
 ritprijs retour: € 2,-  
 toegankelijk voor rollator: ja

**Winkelcentrum Osdorp**

Winkelcentrum Osdorp heeft alles wat van een winkelcentrum wordt verwacht met grote en bekende namen en ook kleinere winkels.  
 dag en tijd: 1 x per maand  
 11.30-14.30 uur  
 locatie: Osdorperplein 651  
 ritprijs retour: € 2,-  
 toegankelijk voor rollator: ja

**Tuincentrum Osdorp**

In dit gezellige tuincentrum kunt u volop genieten van het grote assortiment bloemen en planten, tuinmeubelen, tuingereedschap en sfeerartikelen.

dag en tijd: 1 x per maand  
op zaterdag 11.30-14.30 uur  
locatie: Tuincentrum Osdorp,  
Osdorperweg 247  
ritprijs retour: € 2,-  
toegankelijk voor rollator: ja

**Tuincentrum Intratuin**

Intratuin, persoonlijke uitstraling en een warme, uitnodigende sfeer, beschikt over een groot assortiment aan bloemen, planten, tuinmeubelen en tuingereedschap enz.

dag en tijd: 1 x per maand  
op zaterdag 11.30-14.30 uur  
locatie: Nobelweg  
ritprijs: € 2,-  
toegankelijk voor rollator: ja

**Winkelcentrum Schalkwijk**

Winkelcentrum Schalkwijk behoort tot de top van de grote winkelcentra in Nederland met goede voorzieningen en 125 winkels onder één dak.

dag en tijd: 1 x per maand  
op donderdag 11.00-15.00 uur  
locatie: Floridaplein 12, Schalkwijk  
ritprijs retour: zonetarief  
toegankelijk voor rollator: ja

**Museum Hermitage**

De Hermitage is gevestigd in het voormalig verzorgingstehuis aan de Amstel en is schitterend verbouwd tot het museum Hermitage.

Tot 16 maart is er een indrukwekkende selectie te zien uit de verzameling van Vlaamse kunst van de Hermitage in St. Petersburg.

dag en tijd: 1 x per maand  
op woensdag 11.00-15.00 uur  
locatie: Hermitage, Amstel 51  
ritprijs retour: € 2,-  
entreprijs € 12,- met stadspas  
rolstoeltoegankelijk: ja

**Het Verzetsmuseum**

Het Verzetsmuseum heeft een permanente expositie met een decor van nagebouwde straten en wandvullende foto's die de sfeer van de oorlogsjaren oproept.

dag en tijd: 1 x per 2 maanden  
11.30-14.00 uur  
locatie: Plantage Kerklaan 61  
(gebouw Plancius, tegenover Artis)  
ritprijs retour: € 2,-  
entreprijs: € 4,- met stadspas  
toegankelijk voor rollator: ja

**Het Amsterdam Museum**

Amsterdam is gegroeid van een kleine nederzetting aan de Amstel tot een kleurrijke wereldstad. Het Amsterdam Museum vertelt het verhaal van de groei en bloei van deze unieke stad. Maak een ontdekkings-

reis langs de zalen en binnenplaatsen van het voormalig Burgerweeshuis.

dag en tijd: 1 x per 2 maanden  
11.00-14.30 uur  
locatie: Kalverstraat 92  
ritprijs retour: € 2,-  
entreprijs: met stadspas gratis  
toegankelijk voor rollator: ja

**Stadsarchief**

Het Stadsarchief is het historisch documentatiecentrum van Amsterdam. Men organiseert onder deskundige begeleiding rondleidingen door de monumentale stijkkamers met een koloniaal verleden en in de schatkamer, de permanente tentoonstellingsruimte met Art Deco schilderijen op de muren en plafonds.

dag en tijd: 1 x per 2 maanden  
op woensdag 11.30-13.30 uur  
locatie: Vijzelstraat 32  
ritprijs retour: € 2,-  
entreprijs: met stadspas € 3,-  
toegankelijk voor rollator: ja

**Het Scheepvaartmuseum**

Het Scheepvaartmuseum in Amsterdam is geheel vernieuwd. De bezoekers worden meegenomen langs 500 jaar maritieme geschiedenis. De schilderijen bevatten Nederlandse zeeofficieren zoals Michiel de Ruyter en indrukwekkende historische zeeslagen.

dag en tijd: 1 x per 2 maanden  
op woensdag 11.00-14.30 uur



locatie: Kattenburgerplein 1,  
1018 KK Amsterdam  
ritprijs retour: € 2,-  
entreprijs: met stadspas € 7,50  
toegankelijk voor rollator: ja

**Zaanse Schans museum**

De Zaanse Schans is een unieke woon- en werkburch vol werkende molens, oude ambachten, bijzondere musea en prachtige groene houten huizen. Ervaar de sfeer uit de achttiende en negentiende eeuw!

dag en tijd: 1 x per maand  
op zaterdag 11.00-14.00 uur  
locatie: Schansend 7, Zaandam  
ritprijs retour: € 2,-  
entreprijs: gratis  
(de attracties kosten wel geld)  
toegankelijk voor rollator: ja  
(sommige attracties niet)



## Samen op stap

telefoon 020 46 20 346

e-mail [samenopstap@dynamo-amsterdam.nl](mailto:samenopstap@dynamo-amsterdam.nl)

