

HUIZEN VAN...

Een Huis van het Dorp is van, voor en door bewoners. Hierbij mag alles en moet niets. Bewoners kunnen bijvoorbeeld activiteiten organiseren, elkaar ontmoeten, handen en voeten geven aan het uitdragen van een ideaal, samen werken aan het oplossen van een probleem of vrijwilligerswerk doen. U bepaalt als bewoners zelf wat er gebeurt en hoe het gebeurt. Dat ziet er in elk Dorp dus anders uit.



STICHTING SWAN

De kracht van SWAN is dat zij (kwetsbare) burgers op weg helpt. De stichting:

- stimuleert en faciliteert initiatieven van inwoners die het welzijn in de gemeente bevordert;
- richt zich op preventie en vroegtijdige signalering van problemen;
- biedt diensten en ondersteuning ter bevordering van de zelfredzaamheid van inwoners, opdat zij op eigen kracht kunnen (blijven) deelnemen aan de samenleving;
- Stimuleert participatie van inwoners o.a. door middel van vrijwillige inzet;
- doet dit in nauwe samenwerking met alle betrokkenen.

Bovenstaande uit zich in verschillende activiteiten die de stichting dagelijks aanbiedt aan de inwoners van de gemeente Neder- Betuwe.

Voor meer informatie kunt u bellen met onze secretaris.



Woensdagochtend bereikbaar op Kantoor SWAN
Vuurdoornstraat 2, 4043 NS Opheusden
van 9.00 - 12.00 uur
0488 - 44 10 35

Postadres
Postbus 27, 4043 ZG

Ma t/m vr telefonisch bereikbaar
van 09.00 - 14.00 uur
06 - 53 41 40 76

M: info@swanwelzijn.nl I: www.swanwelzijn.nl



WELKOM



Huis van Ijzendoorn



BUSVERVOER

In Neder-Betuwe rijden twee bussen: Klaartje en Swobrik. Deze worden gebruikt voor vervoer van alle ouderen en mensen met een beperking. U kunt onze bussen gebruiken om boodschappen te doen, voor bezoek aan familie, kennissen, huisarts, diëtiste, pedicure, ziekenhuis, verzorgings- en verpleeghuis, bibliotheek, enz.

Swobrik en **Klaartje** rijden van maandag t/m vrijdag van 09.00-22.00 uur en op zaterdag van 09.00-18.00 uur.

Elke dag een verse maaltijd op tafel?

Ja, dat kan. Vrijwilligers van "Tafeltje Dekje" bezorgen elke dag in Neder-Betuwe verse maaltijden. U stelt uw eigen menu samen uit de gevarieerde kaart. Tussen de middag bezorgt een vrijwilliger de maaltijd bij u thuis,

Door het persoonlijke contact en door het uitgebreide aanbod van diensten en de signalerende functie kan men vaak langer zelfstandig blijven wonen. Wij werken samen met Food Connect in de dorpen Dordewaard, IJzendoorn en Ochten. Voor de inwoners van de andere dorpen, Kesteren en Opheusden worden de maaltijden gekookt door woon- en dagactiviteitencentrum De Schutse in Kesteren.

info@swanwelzijn.nl

Huis van IJzendoorn

elke donderdagmorgen inloop morgen van 09.30 tot 11.30 uur
gezellig koffie drinken en bijpraten
deelnemen aan diverse workshops
een gezamenlijke brunch
dagje uit een nieuw idee inbrengen

**u bent van harte welkom
huis van IJzendoorn**

huisvanijzendoorn12@gmail.com

MEER BEWEGEN voor OUDEREN

Lichaamsbeweging is belangrijk, ook voor ouderen. Daarom organiseert SWAN in de diverse kernen een aantal activiteiten zoals gymnastiek voor ouderen, internationaal dansen, spelletjessoos, reisjes en gespreksavonden, koersbal, fietsen, zwemmen en sport voor 55plussers.

U hoeft de marathon niet te lopen, maar zorg dat u de conditie en spieren blijft trainen: die nemen snel af naar mate je ouder wordt.

Doe bijvoorbeeld mee met één van de MBvO-activiteit in uw dorp, die hierboven beschreven staat..

Er zijn natuurlijk ook mogelijkheden om thuis actief mee te doen. Bijvoorbeeld met stoelgymnastiek of met filmpjes als "Nederland in beweging".



info@swanwelzijn.nl