

## Warm welkom De Lunette

### De Lunette biedt meer dan alleen zorg

**U staat centraal bij Sensire! Naast onze zorg aan u, stimuleren wij ook een gezonde en actieve levensstijl. Dagelijks bieden wij in De Lunette in Zutphen een gevarieerd aanbod van creatieve en sportieve activiteiten voor onze bewoners en revalidanten. Niet alleen onze bewoners worden hiervoor van harte uitgenodigd, ook andere belangstellenden (uit de wijk) zijn welkom. Sensire wil graag bijdragen aan de saamhorigheid in de wijk.**

Verschillende medewerkers van Sensire begeleiden, al dan niet met vrijwilligers, familie/mantelzorgers en stagiaires, de creatieve en sportieve activiteiten en evenementen binnen De Lunette.

### Vrijwilligers & Familie & Mantelzorgers

Het welzijn en welbevinden van ouderen, daar zijn de (zorg)medewerkers van Sensire 24 uur per dag x 7 dagen per week voor in touw. En we vinden dat we daar nooit genoeg tijd en energie in kunnen steken. We zijn daarom heel blij met de inzet van vele vrijwilligers en familie/mantelzorgers die ons ondersteunen.

Vrijwilligerswerk bij Sensire staat open voor iedereen. Vanzelfsprekend zijn onze vrijwilligers geïnteresseerd in de omgang met senioren/ouderen. Onze vrijwilligers helpen bij de groepsactiviteiten, maar ook bij individuele activiteiten, zoals een spelletje, wandelingetje of boodschapje doen met een bewoner. Ook zijn er vrijwilligers die helpen bij kleinschalig wonen, zoals helpen bij koken en de maaltijden en koffie schenken.

Vrijwilligers en familie/mantelzorgers hebben wij nooit genoeg. Binnen een organisatie als Sensire is dagelijks zoveel te doen, dat er voor iedereen passende activiteiten zijn. Voor meer informatie en opgeven kunt u terecht bij team Coördinatie Activiteiten & Welzijn en Vrijwilligerswerk via: Karin Willemsen, [kwillemsen@sutfene.nl](mailto:kwillemsen@sutfene.nl), 06-10726919 of Annette Zwaaij, [azwaaij@sutfene.nl](mailto:azwaaij@sutfene.nl), 06-10168921 of [info@sensire.nl](mailto:info@sensire.nl) of 0575 – 59 44 44.

### Wij helpen u graag verder

Mocht u nog vragen of opmerkingen hebben, onze medewerkers staan u graag te woord.

### **Receptie De Lunette**

Voor al uw algemene vragen en verzoeken tot doorverbinden naar teams en afdelingen, 24 uur per dag x 7 dagen per week: 0575 – 59 44 44 en [receptie@sensire.nl](mailto:receptie@sensire.nl).

### **Advies & Ontmoetingsplein**

Voor al uw vragen over (thuis)zorg van Sensire en wonen bij Sensire met zorg. Maandag t/m vrijdag van 8.30 tot 16.30 uur bereikbaar: 0575 – 59 44 46 en [info@sensire.nl](mailto:info@sensire.nl)

### **Behandelcentrum Sensire**

Voor meer informatie over de beweeggroepen en de paramedische zorg en behandelingen van Sensire. Maandag t/m vrijdag van 8.00 tot 16.00 uur bereikbaar: 0575 – 59 41 71 en [behandelcentrum@sensire.nl](mailto:behandelcentrum@sensire.nl).

## **Activiteiten & Welzijn**

### **Team Activiteiten & Welzijn De Lunette**

0575 – 59 44 44 (via de receptie) en [studio3@sutfene.nl](mailto:studio3@sutfene.nl)

Het kantoor van de medewerkers van team Activiteiten & Welzijn zit in Studio Cultuur achter het Advies- en ontmoetingsplein in De Lunette. De activiteiten worden georganiseerd en begeleid door de medewerkers Activiteiten & Welzijn met enthousiaste vrijwilligers. Sommige activiteiten worden zelfstandig door vrijwilligers begeleid.

### **Lunettehofje**

In het Lunettehofje bevinden zich twee snoezelruimtes (met bad en lift) waarvan ook familie gebruik mag maken. Dit activiteitencentrum bevindt zich op de verdieping van Laarpoot.

### **Geheugenfitness**

Bij geheugenfitness wordt door middel van vragenspelletjes het geheugen geprikkeld.

### **Kunt u zingen, zing dan mee...**

Iedere maandagmiddag met z'n allen zingen in de Coehoorn. Een pianist(e) speelt bekende liedjes, schoolliedjes en smartlappen. De tekst van de liedjes komt met grote letters op het scherm tevoorschijn.

### **Klassieke muziek luisteren**

Iedere maandagmiddag worden er verschillende klassieke muziekstukken gespeeld in Studio 3. De begeleidende vrijwilliger vertelt altijd iets over de gedraaide muziekstukken.

### **Een goed gesprek**

Iedere dinsdagochtend gaan we het nieuws (krantenartikelen) bespreken in Studio Cultuur. Daarnaast komen er ook spontaan andere onderwerpen op tafel.

### **Schilderclub**

In de oneven weken op woensdagochtend kunt u komen schilderen in Studio Culinair. Er wordt voornamelijk gewerkt met aquarelverf. De vrijwilligers kunnen u helpen als u er even niet uitkomt.

### **Creatief & Handwerken**

Iedere dinsdagmiddag een nieuwe creatieve uitdaging in Studio Culinair, zoals bloemschikken, schilderen en wenskaarten maken. Er is ook een handwerkgroep, waar wordt geborduurd, gehaakt en gebreid.

### **Christelijke zang**

Iedere woensdagochtend worden er christelijke liederen gezongen in de Coehoorn onder begeleiding van een pianist/organist.

### **Spelmiddag**

Iedere woensdagmiddag worden verschillende gezelschapsspelletjes gespeeld in de Coehoorn. Iedere week een ander spel: zoals kegelen, ringwerpen, sjoelen, koersbal en andere leuke spellen.

### **Mannengroep**

Elke donderdagochtend komt er een groep mannen bij elkaar op (Vischpoort 2e etage) voor een gezellig uurtje 'mannen onder elkaar' om te darten, kegelen, kaarten of wandelen.

### **Rummikub**

Iedere week op woensdagmiddag gezellig een spelletje rummikub op de 1e, 2e en 3e etage van Vischpoort, onder begeleiding van vrijwilligers.

### **Wandelclub**

Deze wandelactiviteit op donderdagmiddag in de even weken is alleen voor bewoners die een rolstoel gebruiken. De wandeling kan gaan naar bijvoorbeeld de markt, langs de IJssel, het park of de kinderboerderij.

### **Amusement & recreatie**

Iedere donderdagmiddag wordt er een amusementsprogramma verzorgd in de Coehoorn. De ene keer een optreden van een koor, een dansgroep of cabaretgroep, de andere keer een bingo of een ander spel en weer een andere keer een film, een lezing of een modeshow. Op de maandelijkse activiteitenkalender vindt u het programma.

### **Uit de regio**

Iedere vrijdagochtend komt er een gastspreker uit de regio iets vertellen over zijn/haar hobby of werk. Soms wordt er een diashow over (oud) Zutphen of een film over het koningshuis of over de natuur getoond. De kinderboerderij komt weleens langs met echte dieren die ook geknuffeld mogen worden.

## Wekelijkse activiteiten

<b>Maandag</b>	10.30 - 11.30 uur	Geheugenfitness - Olypoort/ Saltpoort - Vischpoort	Studio Cultuur Vischpoort huiskamer 119
	14.30 - 15.30 uur	Kunt u zingen! Zingt u mee?	Coehoorn
	14.30 - 16.00 uur	Klassieke muziek luisteren	Studio 3
	14.30 - 16.00 uur	Gespreksgroep ` Kijk naar mij' in de even week	De Buren
	Middag	Beauty middag: nagels lakken, maskers, handmassages	Kapsalon De Lunette
<b>Dinsdag</b>	10.30 - 11.30 uur	Een goed gesprek	Studio Cultuur
	10.30 - 12.00 uur	Gespreksgroep ` Kijk naar mij' in de oneven week	De Buren
	14.30 - 16.00 uur	Creatief & Handwerken	Studio 3
<b>Woensdag</b>	09.30 - 11.30 uur	Schildersclub (oneven weken)	Studio Culinaire
	10.30 - 11.30 uur	Christelijke zang	Coehoorn
	14.30 - 15.30 uur	Spelmiddag	Vide Laarpoort
	14.30 - 16.00 uur	Rummikub	Vischpoort
	Middag	Bakactiviteit samen met Siza.	Studio 3
<b>Donderdag</b>	10.30 - 11.30 uur	Mannengroep	Vischpoort 2e etage
	14.30 - 16.00 uur	Wandelclub rolstoelgebruikers	Per afdeling
	14.30 - 16.00 uur	Recreatie & Amusement	Coehoorn
<b>Vrijdag</b>	10.30 - 11.30 uur	Uit de regio	Coehoorn*)
	15.30 - 16.30 uur	Kerkdienst	Coehoorn

\*Door corona worden de kerkdiensten tijdelijk op maandagochtend en vrijdagmiddag gehouden.

\* Eventuele wijzigingen in het programma zijn voorbehouden. Op de maandelijkse activiteitenkalender in de hal van De Lunette kunt u zien welk weekprogramma wordt verzorgd.

\* Voor de bewoners van De Lunette zijn de wekelijkse activiteiten over het algemeen gratis. Voor de bewoners uit de wijk of andere belangstellenden vragen wij een kleine bijdrage van € 1,50 tot € 5,- De kosten zijn afhankelijk van de activiteit. Indien er geen bijdrage wordt gevraagd, wordt een vrije gift in de 'ton' zeer gewaardeerd.

## **Sport & Bewegen**

Uit onderzoek blijkt dat door te bewegen het proces van ouder wordt vertraagd, zowel lichamelijk als geestelijk. Langer vitaal blijven, wie wil dat nou niet.

### **Behandelcentrum Sensire**

0575 – 59 41 71 en [behandelcentrum@sensire.nl](mailto:behandelcentrum@sensire.nl)

De receptie van het Behandelcentrum bevindt zich tegenover het Advies & Ontmoetingsplein in De Singel.

### **Zwemmen**

Samen zwemmen en oefeningen in het warme therapeutisch zwembad onder deskundige begeleiding. Plezier staat hierbij voorop. De bewoner of revalidant wordt gebracht/gehaald en geholpen met uit- en aankleden door (mantel)zorg.

### **Gymnastiek**

U kunt op dinsdagochtend (9.45 en 11.00 uur) meedoen aan gymnastiek onder deskundige begeleiding van een bewegingsagoog. De oefeningen worden zittend en staand achter de stoel gedaan. Ook wordt er veel aandacht besteed aan sport en spel, zoals ballontennis, hockey en gooi/mik spellen, allemaal vanuit de stoel. De bewoners van Olypoort/Saltpoort

komen zelf naar de activiteit of worden opgehaald. De bewoners van Vischpoort en de PG-afdelingen komen alleen via opgave in verband met halen en brengen door (mantel)zorg.

### **Beweegbox**

Alle huiskamers van de psychogeriatrische groepswoningen hebben een 'beweegbox' gevuld met stimulerende en prikkelende spelmateriaal, zoals schuif jeu-de-boule, een grote dobbelsteen en beanbag smiley ballen. Samen met de familie, vrijwilligers en de zorgmedewerkers gezellig een spel in de huiskamer spelen.

### **Wandelroutes om De Lunette**

Bewegen is goed voor jong en oud. Rondom De Lunette zijn er prachtige wandelroutes in de parken. Bij de receptie van De Lunette zijn de wandelroutes op papier te krijgen.

### **Duofiets**

De Lunette beschikt over een duofiets. Op de duofiets zitten de bestuurder en de passagier naast elkaar en heeft trapondersteuning. Voor reserveren kunt u terecht bij de receptie van De Lunette. De bewoners van De Lunette kunnen de fiets met familie/vrienden kosteloos lenen.

### **Biljarttafel**

Lekker tussendoor een potje biljarten is ook mogelijk. In De Singel staat een biljarttafel met de biljartstokken.

### **Trainingen en cursussen**

Team Sport & Bewegen en team Fysiotherapie begeleiden diverse betaalde beweeggroepen:

- Geroswim;
- Gerogym;
- Zittend Tai Chi, voor chronisch zieken en mensen die minder zeker staan/lopen.

### **Beweegtuin**

Bij De Lunette naast de Coehoorn zijn er vrij toegankelijke beweegtuinten: één buitentuin (patio) en één binnentuin. Buiten staan onder andere een tafeltennistafel en een zitbankje met pedalen om gelijktijdig te kunnen fietsen en bijpraten. In de tuinkast vindt u o.a. harken, bezems en schepjes om fijn te tuinieren. Binnen zijn er fitnessfietsen en is er een roeiapparaat die gebruikt kan worden door rolstoelgebruikers.

## **Geestelijke verzorging**

Voor een gesprek of andere begeleiding kunt u terecht bij ons team Geestelijke verzorging:

- Riekje Rijk: rrijk@sensire.nl en 06 – 13 18 20 98
- Regina van Veen: rvveen@Sensire.nl en 06 – 12 97 06 41

## **Kerkdienst**

De kerkdiensten binnen Sensire hebben een oecumenisch karakter, waarin onze bewoners samen met familie, vrijwilligers en andere belangstellenden hun geloof herkennen en kunnen beleven. De kerkdienst in De Lunette vindt ieder vrijdagmiddag plaats in de Coehoorn. De dienst wordt ruim van tevoren met een rooster, waarop ook de voorganger staat, bekend gemaakt. Iedereen staat vrij om de wekelijkse dienst bij te wonen. Bijzondere kerkdiensten vinden plaats rondom de kerstdagen en rondom de paasdagen.

## **Stilteruimte**

De stilteruimte bevindt zich naast de zaal Coehoorn in De Lunette. Deze stilteruimte past binnen de missie en de kernwaarden van Sensire, het vergroot de regie over het eigen leven. In tijden van ziekte komen er vaak zingevingsvragen boven, waar bewoners zich soms in afzondering op een speciale plek over willen bezinnen. De stilteruimte is voor iedereen, ongeacht religie of levensovertuiging. Ook revalidanten, familieleden, bezoek, vrijwilligers, medewerkers en mensen uit de wijk kunnen hier stilte vinden.

## **Gespreksgroep 'Kijk naar mij'**

Iedere week vindt de gespreksgroep 'Kijk naar mij' plaats. We gaan aan de hand van een thema met elkaar in gesprek. Hierbij is wat u als bewoner/revalidant aandraagt richtinggevend. De gespreksgroep vindt plaats op maandagmiddag van 14.30 uur tot 16.00 uur in de even weken en



op dinsdagochtend van 10.30 uur tot 12.00 uur in de oneven weken. Graag wel van te voren opgeven bij Riekje Rijk of Regina van Veen.

## **Nog meer voor u**

### **Therapiehonden**

Bij Sensire ziet u regelmatig onze therapiehonden Lola en Sammy met hun baas Jolanda Scherpenhuizen rondlopen. Deze therapiehonden zijn speciaal getraind in het omgaan met mensen die bijvoorbeeld ziek, verdrietig, in zichzelf gekeerd of gespannen zijn. Ze geven warmte en troost door hun aanwezigheid en aanraking en maken mooie reacties los bij de mensen. De honden worden hoofdzakelijk ingezet voor bewoners/ revalidanten die niet naar de reguliere activiteiten kunnen gaan of in een sociaal isolement verkeren. Voor meer informatie: [jscherpenhuizen@sensire.nl](mailto:jscherpenhuizen@sensire.nl).

### **Viskraam**

Iedere 3e woensdag van de maand staat de kraam van vishandel Hoekstra op de parkeerplaats bij De Lunette van ± 10.00 tot ± 13.30 uur. U kunt daar op eigen kosten een heerlijk harinkje happen of een bak kibbeling halen.

### **Jaarlijkse terugkerende activiteiten**

Naast de wekelijks terugkerende activiteiten, zijn er ook jaarlijkse activiteiten. Deze activiteiten zijn altijd voor eigen rekening.

- Paasbrunch in de Brasserie;
- Paasactiviteit voor de wijk met wijk Noordveen en Kindernet;
- Pinkster High Tea in de Brasserie;
- 'Avondvierdaagse' met Kindernet;
- Zomerfeest in juli;
- Lourdesreis in september;
- 'Gluren bij de burens';
- Bokbierdag 2e zondag oktober;
- Jazz concert 3e vrijdag oktober;
- Kledingverkoop voor- en najaar;
- Schoenenverkoop in voor- en najaar;
- Cadeautjesmarkt in november;
- Sinterklaas Bingo in november;
- Lichtjesticht december;
- Kerstbrunch/kerstdiner in de Brasserie;

- Oudjaarsdag met oliebolletjes;
- Nieuwjaarsreceptie met kniepertjes.

## **Wifi**

In De Lunette kunt u gebruik maken van het Wifi-netwerk. U dient wel de voorwaarden te accepteren.

## **De Singel**

De Singel is het kloppend hart van De Lunette met centrale voorzieningen, zoals café De Buren, restaurant Brasserie, een kapsalon, een pedicure, apotheek en een winkeltje. Iedereen is hier welkom: bewoners, revalidanten, familie, vrijwilligers, mantelzorgers, medewerkers en buurtbewoners.

## **Restaurantcafé Brasserie**

Laat u verrassen door de bijzondere sfeer en vertrouwde gezelligheid in ons unieke restaurantcafé Brasserie en café De Buren. Hier wordt tevens gewerkt met mensen met een afstand tot de reguliere arbeidsmarkt.

U kunt in de Brasserie terecht voor bijvoorbeeld een versgemalen een kop biologische Hesselink koffie, een heerlijk gebakje, een smakelijke lunch, een weekschotel of bittergarnituur met een drankje. De bewoners van De Lunette/Sensire kunnen kosteloos een kopje koffie of thee komen drinken. Bij mooi weer kunt u ook heerlijk buiten zitten op een rookvrij terras.

## **De Brasserie is open:**

- doordeweeks van 9.00 tot 20.30 uur
- weekend/feestdag van 10.00 tot 20.00 uur.

De keuken sluit om 18.30 uur.

Voor meer informatie kunt u terecht bij de medewerkers van de Brasserie: [brasserie@sensire.nl](mailto:brasserie@sensire.nl) en 06 – 10 58 02 16.

## **Café De Buren**

Heeft u een verjaardag, een jubileum of wilt u zomaar iets gezelligs organiseren? Tegenover de Brasserie zit een authentiek bruin café De Buren. Deze kunt u huren met bijvoorbeeld een borrel-, high tea – of buffetarrangement. Het cafeetje ligt aan het rookvrije terras van de

Brasserie, de deuren kunnen bij mooi weer open worden gezet. Voor reserveringen kunt u terecht bij restaurantcafé Brasserie.

### **Winkel 't Singeltje**

't Singeltje is de winkel in De Lunette. U kunt in deze kleine supermarkt terecht voor alledaagse boodschappen, zoals koffie, filterzakjes en thee. Maar ook traktaties voor uw bezoek, zoals snoepgoed, koekjes en ijsjes. Is een bekende jarig, bij het 't Singeltje zijn leuke cadeautjes, wenskaarten, postzegels, bloemen of een doos bonbons te koop.

De cadeautjes die verkocht worden zijn handgemaakt door mensen met een lichtverstandelijke beperking. In de winkel kunt u contant en per pin afrekenen. De winkel is geopend van maandag t/m vrijdag van 9.00 tot 12.00 uur en 13.30 tot 17.00 uur en op zaterdag van 10.00 tot 12.00 uur en van 13.30 tot 17.00 uur.

### **Stomen**

In de winkel 't Singeltje kunt u ook uw eigen stoomgoed afgeven. Bij het ophalen kunt u de stoomkosten contant of per pin betalen.

### **Kunstexpositie**

Twee keer per jaar vindt er een kunstexpositie plaatst in De Singel in De Lunette. De expositie is dagelijks te bekijken en gratis toegankelijk.

### **Mediatheek**

Iedere maandag en woensdag is de mediatheek van 9.30 tot 11.30 uur geopend en wordt gerund door vrijwilligers. U kunt hier terecht om papieren boeken, luisterboeken, cd's en dvd's te lenen. Ook kunt u hier een DAISY-speler lenen om boeken te luisteren. De mediatheek zit naast het Advies- en ontmoetingsplein, halverwege De Singel.

### **LCD tv huren**

Geen tv als u bij ons aan het revalideren bent? U kunt (tijdelijk) een LCD tv huren bij Ben Harmsen Beeld & Geluid in Zutphen. De startkosten zijn € 25,= (brengen/halen), daarna kost de huur € 2,50 per dag en na 30 dagen € 1,25 per dag. Voor meer informatie: [www.benharmesen.nl](http://www.benharmesen.nl) en 0575 – 51 76 98.

### **Kapsalon voor mannen en vrouwen**

De kapsalon in De Singel is geopend van dinsdag tot en met vrijdag vanaf 8.30 uur. De kapsters hebben alle aandacht en tijd voor u en uw haar. Knippen, kleuren, watergolven... Voor meer informatie over de prijzen en voor het maken van een afspraak kunt u langskomen of bellen naar: 0575 - 59 43 12 en 06 - 13 45 64 64.

### **Pedicure & Manicure & Harsen**

U kunt uw voeten laten verzorgen bij pedicurepraktijk van Renate Wassink in De Lunette. De praktijk is aangesloten bij branchevereniging ProVoet en staat geregistreerd in Kwaliteit Register Pedicures voor de diabetische en reumatische voet. Pedicure Renate verzorgt niet alleen uw voeten. Ze kan ook uw onderbenen, kin en bovenlip harsen en uw nagels verzorgen (manicure) en lakken.

Voor meer informatie over de prijzen en voor het maken van een afspraak kunt u contact opnemen met pedicure Renate Wassink: 06 - 30 56 11 21 en [info@pedicurepraktijkrenate.nl](mailto:info@pedicurepraktijkrenate.nl).

### **Hoorzorgdag Beter Horen**

Eens per maand is de audicien van Beter Horen aanwezig in De Lunette voor:

- een gratis gehoortest;
- gratis controle en reiniging van uw hoortoestel;
- informatie over hoortoestellen en hoor hulpmiddelen;
- het aanpassen en bijstellen van uw hoortoestel;
- het kopen van batterijen en onderhoudsartikelen.

Het inloopspreekuur is van 10.00 tot 11.00 uur op woensdag 1 april, 13 mei, 10 juni, 8 juli, 5 augustus, 2 september, 14 oktober, 11 november en 9 december 2020. Graag melden bij de receptie van De Lunette. U heeft geen verwijzing van een arts nodig. Voor vragen, reparaties of controle die niet op dit tijdstip kunnen, kunt u telefonisch een afspraak maken via 06 - 29234779. De audicien komt dan op huisbezoek.

### **Spreekuur gemeente Zutphen**

Heeft u een reisdocument nodig en kunt u niet zelf of met uw contactpersoon naar het gemeentehuis komen? Een medewerker van de gemeente Zutphen kan naar De Lunette komen. U kunt een afspraak via 14 0575 (zonder kengetal).

### **Fotograaf**

Officiële pasfoto's nodig voor uw identiteitskaart, paspoort of rijbewijs? Iedere laatste maandag van de maand komt Foto Pieter Keuzekamp uit Zutphen om 11.00 uur naar De Lunette. belangstellenden. Voor € 25,- ontvangt u twee officiële pasfoto's, twee lachende pasfoto's en een vergroting. Voor meer informatie: [www.fotokeuzekamp.nl](http://www.fotokeuzekamp.nl) en 0575 – 51 19 62.

### **Stichting Vrienden van Sensire**

De medewerkers en vrijwilligers van Sensire vervullen de zorg voor (hun) ouderen met overgave. Ouderen in de regio Zutphen, Gorssel en Eefde kunnen rekenen op hun professionele inzet. De zorg voor ouderen is een zaak van ons allen. De overheid bepaalt de ruimte van de budgetten in de zorg. Er is steeds minder budget beschikbaar voor de extra's. En juist deze extra's geven kleur aan de oude dag en maken het verschil in levensvreugde.

De Stichting Vrienden van Sensire zet zich actief in om onze bewoners/revalidanten deze extra's te kunnen bieden. Door gerichte financiële ondersteuning via donaties en legaten geeft de Stichting Vrienden van Sensire een kwaliteitsimpuls aan het leven van ouderen, onze ouderen. Een busreis naar de dierentuin, een jaarlijkse reis naar het bedevaartsoord Lourdes of een bootreisje. Of, dichterbij huis, een optreden van een koor, zang- of dansgroep. Ook de vrijwilligers worden door ons niet vergeten. Zonder hen zou de kwaliteit van zorg vele malen minder zijn.

### **Vrijwilligerscafé**

Wij zijn blij met de plezierige ondersteuning van onze vrijwilligers en familie/mantelzorgers. Om elkaar bij te praten over het vrijwilligerswerk bij Sensire of om elkaar gewoon gezellig te ontmoeten, is er een Vrijwilligerscafé. Ook u bent welkom op de 2e en 4e donderdag van de maand van 14.00 tot 16.00 uur in Studio 3 in De Lunette, Coehoornsingel 3 in Zutphen. Voor een kopje koffie/thee zorgen wij.

Vrijwilligers helpen ons bij:

- groepsactiviteiten, zoals bingo, creatief en optredens;
- huiskameractiviteiten, zoals koffie schenken, koken of bakken;
- individuele activiteiten, een spelletje, wandelingetje of praatje.

Vrijwilligerswerk bij Sensire staat open voor iedereen! Ook voor u vinden we een activiteit die bij u past. Denk u aan vrijwilligerswerk bij Sensire, kom dan vrijblijvend kennismaken met de coördinatoren Activiteiten & welzijn en andere vrijwilligers. Meer informatie via telefoon 0575 – 59 44 44.

### **Mantelzorgcafé**

Iedere 1e en 3e donderdag van de maand staan van 14.00 tot 16.00 uur de deuren open van Studio 3 in De Lunette, Coehoornsingel 3 in Zutphen voor mantelzorgers.

Iedereen die praktisch en/of emotioneel betrokken is bij de zorg van een bewoner of een revalidant van Sensire is van harte welkom. Onder het genot van een kop koffie/thee kun je in gesprek (en vragen stellen) met andere mantelzorgers en met de coördinatoren activiteiten & welzijn. Meer informatie via telefoon 0575 – 59 44 44.

### **Meer informatie?**

Voor meer informatie en opgeven kunt u terecht bij team Coördinatie Activiteiten & Welzijn en Vrijwilligerswerk via:  
Karin Willemsen, [kwillemsen@sutfene.nl](mailto:kwillemsen@sutfene.nl), 06-10726919, Annette Zwaaij, [azwaaij@sutfene.nl](mailto:azwaaij@sutfene.nl), 06-10168921 of [info@sensire.nl](mailto:info@sensire.nl), 0575 – 59 44 44.