

**WETEN WAT ER IN
ZWOLLE WORDT
GEORGANISEERD?**

Bel gerust met één
van ons.



MEER INFORMATIE

Nederlands: SamenZwolle: **038 - 750 83 87**

Engels: Mohammed Abulldhamid
(Local Social Team): **06 - 2192 13 91**

Turks: Cevriye Selvi (Local Social Team):
06 - 11 58 56 33

Turks: Birsen Tas (WijZ Welzijn): **06 - 31 64 00 64**

Arabisch: Mohammed Abulldhamid
(Local Social Team): **06 - 2192 13 91**

MORE INFORMATION

Dutch: SamenZwolle: **038 - 750 83 87**

English: Mohammed Abulldhamid (Local Social Team):
06 - 2192 13 91

Turkish: Cevriye Selvi (Local Social Team): **06 - 11 58 56 33**

Turkish: Birsen Tas (WijZ Welzijn): **06 - 31 64 00 64**

Arabic: Mohammed Abulldhamid (Local Social Team):
06 - 2192 13 91

هل ترغب في الاطلاع
على الفعاليات التي يتم
تنظيمها في زفولا؟
لا تتردد في الاتصال بنا.



**ZWOLLE'DE HANGI
ORGANİZASYONLARIN
YAPILDIĞINI BİLMEK
İSTER MİSİNİZ?**
Lütfen bizlerden birine
telefon açın.

DAHA FAZLA BİLGİ İÇİN

Hollandaca: SamenZwolle: **038 - 750 83 87**

İngilizce: Mohammed Abulldhamid
(Local Social Team): **06 - 2192 13 91**

Türkçe: Cevriye Selvi (Local Social Team):
06 - 11 58 56 33

Türkçe: Birsen Tas (WijZ Welzijn): **06 - 31 64 00 64**

Arapça: Mohammed Abulldhamid
(Local Social Team): **06 - 2192 13 91**



Migranten-ouderen (samenzwolle.nl)



**SAMEN
OUDEREN**

**OUDEREN MET EEN
MIGRATIEAchtergrond**

Doe mee!

**GÖÇMEN KÖKENLİ
YAŞLILAR**

Siz de katılın!

كبار السن من الأصول
المهاجرة في هولندا
شارك معنا في الأنشطة!

**ELDERLY PERSONS
WITH A MIGRATION
BACKGROUND**

Join in!



Makarm (73 jaar)

uit Irak gaat naar de activiteiten in Kembang Baru:



Makarm (73 years of age)

from Iraq is going to the activities in Kembang Baru:

'Het voelt hier alsof ik met mijn familie ben. We bewegen, wandelen, praten samen en doen spelletjes. De mensen van mijn groep in Kembang Baru spreken verschillende talen, maar bijna iedereen spreekt ook een beetje Nederlands. In mijn eentje thuiszitten, dat is niets voor mij. Trouwens, alleen zijn is voor niemand goed.'

'It feels like I'm with my family here. We exercise, walk, and talk together, and play several games. Even though everyone in my group in Kembang Baru speaks a different language, mostly everyone also speaks a little Dutch. Besides, sitting alone at home is not for me. Being on your own is not good for anyone in my opinion.'

السيد مكرم (73 عاماً)

من العراق ويشارك في الأنشطة في "كيمبانغ بارو" (Kembang Baru):

"أشعر وكأنني مع عائلتي هنا. نحن نتحرك ونمشي ونتحدث ونلعب سوياً. يتحدث الأشخاص في مجموعتي في كيمبانغ بارو لغات مختلفة، لكن الجميع تقريباً يتحدث اللغة الهولندية قليلاً. لا أرغب في البقاء لوحدي في المنزل. علاوة على ذلك، فإن البقاء وحيداً ليس بالأمر الجيد لأي شخص."

'Burada kendimi sanki ailemin yanımdaymışım gibi hissettiriyor. Hareket ediyoruz, yürüyoruz, birbirimizle konuşuyoruz ve oyunlar oynuyoruz. Kembang Baru'da benim grubumdaki kişiler farklı diller konuşuyor ama hemen herkes yine de birazcık Hollandaca da biliyorlar. Tek başıma evde oturmak bana göre değil. Aslında yalnız olmak kimse için iyi değil.'

Makarm (73 yaşında)

Irak'lı ve Kembang Baru'da aktivitelere katılıyor:

Elmaziye (83 jaar)

uit Turkije gaat naar de activiteiten in de Ulu Moskee:



Elmaziye (83 years of age)

from Turkey is going to the activities in Ulu Moske:

'Nu ik ouder ben, heb ik minder sociale contacten. Ik word niet meer zo vaak uitgenodigd voor een Turkse bruiloft en mijn Nederlandse buurvrouw komt alleen koffiedrinken als mijn dochter kan vertalen. De dinsdag in de Ulu-moskee vind ik dan ook erg leuk; er komen veel islamitische vrouwen. We schilderen, doen pilates en eten met elkaar. Dat is handig, want hier eet ik beter dan wanneer ik alleen thuis ben.'

'Now that I am a little older these days, I have fewer social contacts. I don't get invited to a Turkish wedding that often anymore, and my Dutch female neighbor only comes over for a coffee when my daughter is present so she can translate. I therefore greatly enjoy the Tuesday in the Ulu-mosque; many Islamic women attend. We paint, practice Pilates, and have dinner together. That is nice because I eat healthier here than when I am on my own at home.'

ايلمازيا (83 عاماً)

من تركيا تشترك في الأنشطة في مسجد أولو (Ulu):

"الآن بعد أن كبرت، أصبحت اتصالاتي الاجتماعية أقل مما سبق. لم أعد أتلقى دعوات لحضور حفلات الزفاف التركية كما كان الحال في السابق، كما أن جارتني الهولندية تزورني لشرب القهوة فقط عندما تكون ابنتي موجودة للمساعدة في الترجمة. أحب أيام الثلاثاء في مسجد أولو؛ تأتي العديد من النساء المسلمات. نحن نمارس هواية الرسم ورياضة البيلاتس ونأكل معاً. أجد هذا الأمر مفيداً لأنني أتناول طعام هنا أفضل مما أنا عليه عندما أكون وحدي في المنزل."

'Artık yaşlı olduğum için daha az sosyal kantağım var. Türk düğünlerine eskisi kadar sık davet edilmiyorum ve Hollandalı komşum kahve içmeye sadece kızım bize tercümanlık yapacaksa geliyor. Bu yüzden Ulu Camideki Salı günleri çok hoşuma gidiyor; oraya birçok Müslüman kadın geliyor. Boyama yapıyoruz, pilates yapıyoruz ve birlikte yemek yiyoruz. Birlikte yemek de çok iyi çünkü evde yalnızım ve burada evdekinden daha iyi yiyorum.'

Elmaziye (83 yaşında)

Türkiyeli ve Ulu Camideki aktivitelere katılıyorum:

Bent u 55 jaar of ouder?
En komt u uit een ander land? Kom naar de activiteiten voor ouderen in Zwolle. In Zwolle is er veel te doen voor ouderen. Het gaat om gezelligheid en ontmoeting. Dan is het fijn als je elkaar verstaat. Voor mensen die geen Nederlands spreken of die uit een ander land komen, zijn er ook groepen.

Op samenzwolle.nl/samenouderen staan nog veel meer activiteiten voor ouderen. Ook voor ouderen die uit een ander land komen.



هل تبلغ من العمر 55 عاماً أو أكبر؟ وهل أنت من أصول أجنبية أو مهاجر إلى هولندا؟ ندعوكم للمشاركة في الأنشطة الترفيهية المخصصة لكبار السن في مدينة زفولا. هناك الكثير من الفعاليات في مدينة زفولا التي تتعلق بالأنشطة الترفيهية الممتعة والتعارف بين الأشخاص. سيكون أمراً إيجابياً أن يفهم بعضكم الآخر. هناك أيضاً مجموعات مخصصة للأشخاص الذين لا يتحدثون اللغة الهولندية أو القادمين من خارج هولندا.

يمكن الاطلاع على المزيد من الأنشطة المخصصة لكبار السن القادمين من بلدان أخرى على الرابط الإلكتروني (samenzwolle.nl/samenouderen).

Are you 55 years of age or older and do you come from another country? Participate in the activities for elderly persons in Zwolle. There are many activities for the elderly in Zwolle and the surrounding area. It's all about enjoyment and meeting up. Furthermore, it is also nice to understand each other. For people coming from another country or the ones that don't speak the language, there are additional groups.

In addition, samenzwolle.nl/samenouderen offers a wide variety of other activities for seniors, including for the elderly originating from other countries.

Yaşınız 55 veya 55 üstü mü? Ve Hollanda'ya başka bir ülkeden mi gediniz? Zwolle'de yaşlılar için düzenlenen etkinlikler var. Bu etkinliklere siz de katılabilirsiniz! Hollandaca konuşamayan veya başka bir ülkeden gelmiş kişiler için de gruplar var. Bu gruplar içinde hoş bir ortamda, sizinle aynı dili konuşanlarla birlikte etkinlik yapabilirsiniz.

Internette samenzwolle.nl/samenouderen adresinde başka ülkeden gelmiş olan yaşlılar için organize edilen etkinlikleri bulabilirsiniz.