



~~~~~  
**NIEUWSBRIEF 4<sup>e</sup> kwartaal 2018      2<sup>e</sup> jaargang nr. 4**  
~~~~~



“Klushulp”

Van de redactie

De laatste Nieuwsbrief van dit jaar.

De eerste werd in februari digitaal verstuurd naar 38 hulpaanbieders en 18 hulpvragers, van wie wij de e-mail-adressen wisten.

Bij één hulpaanbieder en 35 hulpvragers werd er een papieren exemplaar in de brievenbus gedaan. We drukken altijd een paar extra Nieuwsbrieven af als inkijs-exemplaar of om weg te geven. Totaal 96 exemplaren, waarvan 40 op papier in A5-format.

Deze Nieuwsbrief zal per e-mail naar 52 hulpaanbieders, 40 hulpvragers, 15 contactpersonen en 10 belangstellenden verstuurd worden. Één hulpaanbieder krijgt hem weer in de brievenbus, en 14 hulpvragers en 2 belangstellenden ook. Hiervan zijn er 5 adressen in Zielhorst en 12 in Schothorst.. Dat worden dan totaal 117 digitale + 20 papieren = 137 exemplaren.

In het nieuwe jaar zullen de adressen van de hulpvragers, die dit jaar geen hulpaanvraag gedaan hebben, volgens de privacy-regels uit het bestand verwijderd worden. Wil je de Nieuwsbrief dus blijven ontvangen, meld je dan gauw aan als belangstellende, of vraag nog een keer hulp.

Een goede buur....

Wat een heerlijkheid dat er een goed draaiende burenhulpdienst bestaat in de wijk Zielhorst-Schothorst. Ik werk nu enkele maanden één dag per week in de wijk als participatiemakelaar van Indebuurt033 en heb al gebruik van gemaakt van deze burenhulpdienst.

Als participatiemakelaar leg ik contacten in de wijk daar waar het gaat om kwetsbare bewoners. Zo kijk ik samen met hen wat er te doen is in de wijk, probeer ik hen te betrekken bij verschillende activiteiten en soms zoek ik ook wel eens een maatje. Vooral ouderen die weinig contact hebben omdat ze bijvoorbeeld slecht ter been zijn hebben wel behoefte aan een maatje voor een praatje.

Toen ik via de informatie-winkel van mijn collega's een mail kreeg met de vraag of ik een vrijwilliger kon vinden voor iemand die zeer slechtziend was en hulp zocht bij het leren van de bediening van magnetron, wasmachine en vaatwasser dacht ik meteen aan de burenhulpdienst. Een 'gewone' vrijwilliger vinden zou naar mijn idee te lang gaan duren. Datzelfde gold toen ik een vraag kreeg vanuit het wijkteam of ik iemand kende die een mevrouw met kanker kon bezoeken. Ook hierbij was enige snelheid geboden.

En snel waren ze. Een paar dagen na mijn eerste contact hadden vrijwilligers de beide buurtbewoners al bezocht. Uiteindelijk moest er toch een andere oplossing gezocht worden voor de slechtziende mevrouw, maar de bevindingen van de vrijwilliger werden snel en duidelijk teruggekoppeld zodat ik dat weer kon kortsluiten met de familie.

Kortom; De burenhulpdienst komt snel in actie en geeft ook aan wanneer de vraag niet bij hen past. Ze zijn er vooral voor kortdurende klussen. De bewoners van Zielhorst en Schothorst mogen blij zijn met zo'n hulpdienst. En het is waar wat ze zeggen: een goede, behulpzame buur is vaak beter dan een verre vriend!

Nienke Gorter, Participatiemakelaar
Zielhorst/Schothorst en Randenbroek/Schuilenburg
Indebuurt033
06-43707864

WijkMobiel *Vervoer met een beetje aandacht!*

Ons WijkMobiel is een bewonersinitiatief dat ervoor zorgt dat minder mobiele wijkbewoners ook over kleine afstanden binnen Amersfoort kunnen worden vervoerd.

Heeft u vervoer nodig in Schothorst, Zielhorst of De Hoef in Amersfoort?

Reserveer dan een rit met de Wijkmobiel!

Wijkmobiel rijdt van maandag tot en met vrijdag van 9.00 uur tot 17.00 uur

Kosten: € 2,- per rit

(of EUR 1,50 bij het gebruik van een vijfrittenkaart).

U kunt de rit minstens 1 dag van tevoren telefonisch 0640831647 reserveren.

Zolang het begin- en/of het eindpunt van de rit ligt in het gebied Schothorst, Zielhorst en De Hoef, komt een vrijwillige chauffeur u bij de voordeur ophalen en desgewenst nog in de jas helpen. Vervolgens wordt de cliënt met een leuke elektrische kar en een gezellig praatje naar de gewenste bestemming gebracht.



Reserveren kan ook door een e-mail te sturen naar **reserveren@wijkmobiel.nl**

Het is handig om alvast de volgende gegevens in de e-mail te zetten:

- Uw naam;
- Het adres waar u wilt worden opgehaald;
- Het tijdstip waarop u graag opgehaald wilt worden;
- Het adres of de naam van de bestemming waar u graag heen wilt;
- Het tijdstip waarop u daar graag weer wilt vertrekken;
- Uw telefoonnummer;
- Bijzonderheden: denk hierbij aan een rollator die mee moet, gezondheid, etc.

U kunt ook reserveren via de website www.wijkmobiel.nl.

Een hulpvrager in de schijnwerper.

De vorige keer (Nieuwsbrief nr. 2) is een hulpvraagster uit Zielhorst aan het woord geweest, deze keer een hulpvrager uit Schothorst.

Meneer Kumbrink woont sinds 1971 in Nederland. Voor die tijd was hij binnenschipper en voer heel Europa door. Toen hij echter trouwde met een meisje uit Hoogland was dat afgelopen. De bruid wilde niet graag ver van haar familie zijn en dus zocht meneer Kumbrink werk in Nederland. Dat vond hij bij de melkfabriek in Nijkerk. Daar heeft hij ruim 16 jaar gewerkt.

Tegenwoordig woont hij in een appartement in Schothorst. Hij heeft last van zijn hart en longen, veroorzaakt door het roken van veertig sigaretten per dag gedurende vele jaren. Maar anderhalf jaar geleden was de behoefte aan sigaretten plotseling voorbij. Meneer Kumbrink noemt het een wonder. Hij kreeg toen een zuurstofapparaat, want als je blijft roken krijg je dat niet. Er moest ook een ziekenhuisbed in zijn woning geplaatst worden. Daar was ruimte voor nodig en dus moesten er meubelen en een hanglamp verplaatst worden. Lidy, de huishoudelijke hulp die eenmaal per week komt schoonmaken, had hem al eerder verteld over de burenhulp in Zielhorst toen hij een probleem had met de bloembakken op zijn balkon. Dat is toen keurig opgelost.

Voor diverse werkzaamheden weet meneer Kumbrink nu de burenhulp in te schakelen. Meestal doet Lidy de aanvraag voor hem, want hij heeft weliswaar geen moeite om zijn gedachten onder woorden te brengen, maar het praten kost hem veel energie en maakt hem benauwd. Gelukkig staat het zuurstofapparaat onder handbereik.

Zo zijn er de laatste maanden: het ziekenhuisbed naar de slaapkamer verplaatst, de woonkamermeubels weer teruggezet, gordijnrails aan het plafond bevestigd en gordijnen opgehangen, de bank opgehoogd met klossen. Hij is heel tevreden over de verschillende vrijwilligers die hem komen helpen en zal nog wel vaker een beroep op de Burenhulp doen.



(Foto: Matt Bosma)

LEVEN

Leven is een gunst
Er verantwoord mee omgaan
is een kunst
Je gaat eraan hechten
Hoe lang of kort het duren mag
In moeilijke momenten
Wil je er graag voor vechten
Leven is emotie
Een samenspel van lichaam en geest
In goede harmonie

Genieten van elke dag
Met alle dierbaars om mij heen
Bloemen, dieren, mensen
Daarom houd ik van het leven
En door dat alles heen
Als rode draad verweven
De muziek
Die mij kan laten zweven
En mij terugvoert naar
Al mijn herinneringen.

Rici Frölich.

Inloophuis Schothorst zet de deur breed open

Iedereen is hartelijk welkom

Wat is het Inloophuis Schothorst? Deze vraag wordt me vaak gesteld, sinds ik daar, alweer ruim 1 jaar, als vrijwilliger werkzaam ben.

Het Inloophuis is een gewoon huis midden in de wijk Schothorst. Ontstaan in de jaren 80, toen Schothorst een wijk in opbouw was. Een wijk, met in die jaren, veel werkloosheid en eenzaamheid. De gezamenlijke kerken in Amersfoort hebben toen het initiatief genomen om een huis te huren aan de Batostraat 2. Een huis waar je kunt binnenlopen voor een kopje koffie of thee, een praatje kunt maken, je verjaardag komt vieren of gewoon even de krant komt lezen. Een huis waar iedereen welkom is!



(Foto: Ellen Nijse)

Sinds mei 2018 is het Inloophuis verhuisd naar het Lancelotpad 18, ook in Schothorst. Een huis, mooi ingericht van binnen en met een grote tuin, waar we zeker deze zomer heel wat gesprekken gevoerd hebben.

Er wordt me ook vaak gevraagd: "wie komen er naar het Inloophuis?" Mijn antwoord is dan: Iedereen! Mensen zoals jij en ik. Jong, oud, man, vrouw, getrouwd, gescheiden, alleenstaand, mensen met en zonder problemen, met een baan en zonder baan. Het Inloophuis staat open voor de hele wijk en daarbuiten. Een misverstand is nog steeds dat mensen denken dat een Inloophuis alleen bestemd is voor mensen die dakloos zijn en/of psychiatrische problemen hebben. Natuurlijk zijn ook zij van harte welkom!

Elke dag, behalve zaterdag, zijn we open voor inloop. Op een middag of in de ochtend. Twee gastmensen (vrijwilligers) zorgen voor een kopje koffie of thee, maken een praatje, of luisteren alleen als daar behoefte aan is. Het mooie is, dat er soms nieuwe contacten worden gemaakt en dat mensen omzien naar elkaar. Bijvoorbeeld als 1 van de inlopers ziek is, gaan andere inlopers of vrijwilligers boodschappen doen, het bed verschonen en/of eten koken. Dat is toch fantastisch!



Naast de inloop worden er allerlei activiteiten georganiseerd. Bijvoorbeeld samen eten. Twee maal per maand en vanaf 1 januari 2019 elke week kun je aanschuiven aan tafel en wordt je een heerlijke maaltijd voorgeschoteld. Een team van enthousiaste vrijwilligers kookt voor ongeveer 15 personen. Kosten 4,50. Elke donderdag is er Pilates op de stoel. Er wordt gescrabbeld, gewandeld en de feestdagen gevierd. Daarnaast worden er gastsprekers uitgenodigd om met hen over hun passie te spreken.

(Foto: Ellen Nijse)

Kortom het Inloophuis voorziet in een behoefte. Ik kom er heel graag. Gewoon om even een praatje te maken, mensen te ontmoeten of voor een heerlijke (buitenlandse) maaltijd.

Het Inloophuis valt onder de SIA (Stichting Inloophuizen Amersfoort) en wordt gerund door een beroepskracht, Trudy Paus en heel veel vrijwilligers. Ik nodig u graag uit om een keertje te komen kijken. Voor de openingstijden en het overzicht van de activiteiten zie de website: www.inloophuisschothorst.nl of mail naar: info@inloophuisschothorst.nl

Ellen Nijse, Coördinator vrijwilligers IHS

Vijfrittenkaart voor de Wijkmobiel.

Dat was de prijs voor de winnaar van de puzzel uit het vorige nummer, maar die is helaas niet uitgereikt, want er is niet één oplossing binnengekomen. Niet op het e-mailadres en niet op het postadres. Geen goede en zelfs geen foute of onvolledige. Waren de vragen te moeilijk, houdt u niet van puzzels, of leest u de Nieuwsbrief niet helemaal tot het einde? Of wilt u geen vijfrittenkaart voor de Wijkmobiel winnen omdat u zich liever laat vervoeren door een van de vrijwilligers van de Burenhulp?

Toch wil de redactie de prijs graag uitreiken en daarom is hier weer een puzzel. Iets heel anders: een Sudoku. U weet wel hoe dat werkt: in elke rij, elke kolom en in elk hokje moeten de cijfers van 0 t/m 9 ingevuld worden. Geen twee dezelfde cijfers in een rij, kolom of hokje. Alleen zijn hier de cijfers vervangen door letters.

Als de puzzel goed is ingevuld ontstaat er een woord op een van de rijen of kolommen. De oplossing bestaat uit het woord en het rij- of kolomnummer, waarin dat woord staat. Maar u mag ook de hele ingevulde puzzel inzenden.

De redactie en uw puzzelmaker hopen op veel antwoorden deze keer. U kunt inzenden naar het e-mailadres of het postadres van de redactie, vermeld op de laatste bladzijde. Oplossingen moeten voor 31 december binnen zijn. Succes!

	K	M				I	Y	
			Y		B			
I				L				O
	E						O	
		B		W		M		
	I						K	
E				O				M
			E		K			
	Y	K				O	I	



Colofon

De Nieuwsbrief komt ieder kwartaal bij u in de brievenbus of in uw inbox.

Redactie:

Hans Smit
Henny de Berg

Bijdragen:

Nienke Gorter
Ellen Nijse
Rici Frölich
Olav Rakel



Foto's:

Matt Bosma
Ellen Nijse
Henny de Berg

Contact:

Telefoon: 06-40181255
E-mail: burenhulpzielhorst@gmail.com
Postadres: Albertus Magnusstraat 12
3822 BK Amersfoort