

#VOORSTVOORELKAAR

Een massagepraktijk die gratis massages verzorgt voor mantelzorgers, gratis advertentieruimte voor de lokale horeca, een Zonnebloemvereniging die zoete hapjes uitdeelt aan ouderen, gratis af te halen fietsroutes, een handgemaakt kaartje met een opbeurende tekst.... Er gebeurt zoveel moois in de gemeente Voorst. Deze daden zetten we graag in het voetlicht, in de hoop dat het aanstekelijk gaat werken. Samen zijn we de gemeente Voorst. Samen zijn we #VoorstVoorElkaar!

Heb jij ook zo'n mooi voorbeeld? Dan roepen we op het te delen! Doe dat via KijkindeKernen, Facebook of Instagram en maak gebruik van de hashtags #VoorstVoorElkaar én #AandachtVoorElkaar.

DEEL JOUW ACTIES VOOR EEN ANDER



MANTELZORGERS IN HET ZONNETJE

Begin november wordt er jaarlijks aandacht gevraagd voor mantelzorg(ers). Deze schijnwerper

op de mantelzorger is meer dan verdiend én nodig. Want hoewel mantelzorg heel vanzelfsprekend lijkt, is het tegelijkertijd ook heel bijzonder. Normaliter organiseert Mens en Welzijn Voorst i.s.m. Rotary Club Voorst een dag waarop mantelzorgers alle zorgen even kunnen vergeten. Helaas is dat dit jaar niet mogelijk, maar alle mantelzorgers die zich aan hebben gemeld zullen wel een verrassingspakket ontvangen. Daarnaast kunnen mantelzorgers zich nog t/m 13 november aanmelden voor de jaarlijkse mantelzorgwaardering. Kijk op de website van Mens en Welzijn Voorst voor meer informatie. En dan was er nog de geweldige actie van Stichting Tamara. Dankzij hen werden er afgelopen zondag honderden mantelzorgers verrast met een heerlijk ontbijtje van Bakker Bart. Dat leverde veel vrolijke gezichten op.

WAAR WORD JIJ BLIJ VAN?

Geluk zit in hele kleine dingen. Het is een cliché, maar tegelijk de waarheid als een koe. Dat beseften wij maar weer eens toen we vorige week De Stentor lazen. Verschillende lezers beantwoordden de oproep van die krant en deelden hun geluksmomentjes. De hond die je 's ochtends enthousiast wakker maakt, kleinkinderen die je via Facetime voorlezen, een wandeling door het bos, een partner die je wekelijks verrast met een culinair hoogstandje. Het zijn zo maar wat mooie, inspirerende (en soms ontroerende) voorbeelden. Voorbeelden die jullie allen ook ongetwijfeld hebben. Deel ze met ons. Mail waar jij blij van wordt naar g.kroes@mensenwelzijn.nl!

VIRTUEEL RITJE MET DE GELUKSEEND



Dat mooie pad naar die schitterende boerderij of dat prachtige kasteel. Dat kan allemaal, virtueel! Met een camera op de bank rijdt de Gelukseend de door jou uitgekozen route. Jouw dier-

bare kan thuis, vanaf de bank, lekker meekijken. Heerlijk genieten van die plekken van weleer! Alsof je meerijs. Wie gaat er mee op tour?

Jij stippelt een route uit 'and off we go!' Gewoon vanuit huis dus! Geniet van het 2CV gepruttel en rammel lekker mee met een bakkie op de bank. De Gelukseend zorgt voor een beetje meer geluk en het kost niets in corona-tijd. Tiara Dijkhof wil je helpen met een bijzonder momentje, voor die glimlach op je gezicht. Waar gaan we heen? We gaan op virtuele weg!

Op www.facebook.com/gelukseend staat voor meer info een video met uitleg. Stuur je aanmelding naar tiara@360gradenmens.nl met je naam, e-mailadres, telefoonnummer of evt. de naam van degene voor wie je de aanmelding doet. Een whats'app sturen kan ook, dan wordt je gebeld.

KIJK OP KIJKINDEKERNEN

Een kleine greep uit hetgeen er allemaal op het online dorpsplein voorbij komt in deze tijd. Ga naar www.kijkindekernen.nl om te reageren of om zelf iets te plaatsen. KijkindeKernen.nl blijft namelijk hét platform om nieuws, activiteiten en hulpvragen te delen.

STEKJES VOOR PLUKTUIN GEZOCHT

ABC de Cirkel is drukdoende met de realisatie van een pluktuin naast 'Klein Twello'. Samen met de cliënten zijn ze al een eindje op weg, maar men zoekt nog meer vaste planten. Dus mocht je nog een stekje over hebben, zij zijn er erg blij mee! ABC de Cirkel is iedere maandag, dinsdag en donderdag aanwezig in Klein Twello (Maarten Tromplaan 2) dus dan kunnen ze langs worden gebracht.

GRATIS RELATIE COACHING (EVT. ONLINE)



Marieke Oomen volgt een opleiding tot relatiecoach en zoekt naar partners/stellen met een hulpvraag

binnen hun relatie. "Dit hoeft niet perse een groot probleem te zijn. Het mag ook over het in- en uitruimen van de vaatwasser gaan" schrijft ze op het prikbord van KijkindeKernen. Ze is ervaren met het coachen van mensen alleen het coaching gericht op relaties is nieuw voor haar. De coaching is gratis. Het enige wat ze vraagt is commitment om er serieus mee aan de slag te gaan en achteraf wil ze graag een reactie over haar functioneren.



BUURTVERBINDERS GEZOCHT!

Om er voor te zorgen dat KijkindeKernen blijft groeien zijn wij op zoek naar 'buurtverbinders'. Zij verbinden mensen en organisatie met KijkindeKernen, want wanneer dat op nog grotere schaal lukt, zal er ook in het dagelijkse leven meer verbinding ontstaan. Met alle positieve gevolgen van dien.

Een buurtverbinder weet wat er speelt in zijn/haar kern en weet initiatiefnemers te overtuigen om ook van het platform gebruik te gaan maken. Waar nodig helpt de buurtverbinder diegene op weg en fungeert hij/zij als een soort helpdesk. Zodoende is enige digitale kennis een pré.

Indien je de tijd en ruimte hebt nodigen wij je daarnaast uit om mee te denken over de toekomst van KijkindeKernen. Dat doen we samen met de andere buurtverbinders. Wat gaat goed? Welke ontwikkelingen zouden een meerwaarde hebben? Zodat we het leven in de gemeente Voorst nog leuker en aantrekkelijker maken!

Zou u een bijdrage willen leveren? Laat het weten via g.kroes@mensenwelzijn.nl of bel 06-40103611.

DEEL EEN HERFSTGERECHT



Hoe smaakte de smeuge herfststisotto van vorige week? Deze week een Oudhollandse klassieker: hete bliksem! Het klinkt gewaagd, maar zoals waarschijnlijk in iedere Nederlandse huiskamer bekend is het dé benaming voor de klassieke stampot met appels. Een heerlijk herfstachtig gerecht, wat het ook heel goed doet bij kinderen (dankzij de toevoeging van de zoete appels). Traditioneel wordt hete bliksem gemaakt volgens een bepaalde verhouding:

- 2 delen aardappel
- 1 deel zure appels

- 1 deel zoete appels (of peren)
- 1 deel uien

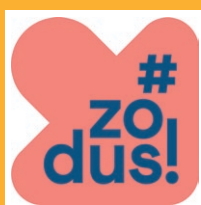
Maar! Met dank aan de komst van de vele nieuwe appelsoorten, kun je prima één type appels gebruiken. Wanneer je een mix wilt gebruiken van zoete en zure appels, ga dan bijvoorbeeld voor Goudrenetten (zuur) en Jazz of Royal Gala (zoet). Wil je het jezelf wat makkelijker maken? Kies dan één appelsoort, zoals de friszoete Elstar appels in dit hete bliksem-recept. Serveer de jouw hete bliksem bijvoorbeeld met rookworst, draadjesvlees of een vleesvervanger. Smakelijk! En vergeet die alleenstaande buur niet ;)

DEZE PAGINA'S ZIJN EEN INITIATIEF VAN:

de Gemeente Voorst, Mens en Welzijn Voorst, #Zodus en de VrijwilligersCentrale Voorst.



GEMEENTE VOORST
Contactpersoon:
Chris Frencken
c.frencken@voorst.nl



ZODUS
Contactpersoon:
Joris van Rest
joris@zodus.nu



MENS EN WELZIYN VOORST
Contactpersoon:
Guus Kroes
g.kroes@mensenwelzijn.nl



VRIJWILLIGERSCENTRALE
VOORST
Contactpersonen:
Dorothy den Boer
d.denboer@mensenwelzijn.nl

Maak zelf ook gebruik van de functionaliteiten van KijkindeKernen en ondervind zelf hoe online verbindingen uiteindelijk tot offline ontmoetingen kunnen resulteren. Hoe meer mensen het KijkindeKernen gaan gebruiken, hoe krachtiger het platform wordt. 842 inwoners gingen u reeds voor door een account aan te maken en maandelijks bezoeken gemiddeld 2500 unieke bezoekers de site.



alleen samen krijgen we
corona onder controle

