

MAAK GEBRUIK van de aangeboden hulp!

Op het online dorpsplein www.kijkindekernen.nl stagneert de aangeboden – en gezochte – hulp. De afgelopen week zijn er geen nieuwe oproepen geplaatst. Het geeft ons wel de gelegenheid om enkele bijzondere oproepen nog eens uit te lichten. Het zou immers toch jammer zijn als er geen gebruik wordt gemaakt van deze hulp.

U kunt zelf reageren op onderstaande oproepen via www.kijkindekernen.nl. Bent u hiertoe niet in staat, omdat u bijvoorbeeld geen internet of computer heeft? Bel dan met Guus Kroes (Mens en Welzijn Voorst): 06 – 40 10 36 11 of de Frontoffice van het Maatschappelijk Netwerk Voorst: 0571 74 51 11. Als samenwerkende organisaties houden we KijkindeKernen in de gaten, zodat we actief kunnen matchen tussen mensen die hulp aanbieden en mensen die hulp nodig hebben.

HULP AANGEBODEN: GRATIS LUISTERLIJN

DOOR: Adain Holistic Healing
KERN: Alle kernen
BESCHIKBAAR: Flexibel
OMSCHRIJVING: Omdat het voor veel mensen in deze roerige tijd ook financieel ineens lastig is geworden, heeft Adain besloten om zich, in ieder geval tot 28 april, beschikbaar te stellen als telefonische luisterlijn. Er worden hiervoor geen kosten in rekening gebracht! (alleen de gebruikelijke belkosten van jouw telefoon)
De huidige omstandigheden roepen bij veel mensen angst, onrust en onzekerheid op. En ook meer mensen hebben last van eenzaamheid. Stress blokkeert echter je energie, waardoor je weerstand daalt. Het is dus belangrijk om, juist in deze spannende tijd voldoende rust en ontspanning te vinden. Zonder je angst te ontkennen of onderdrukken, zoveel mogelijk te richten op positieve en liefdevolle dingen. Als jouw energie beter stroomt, zit je beter in je vel, en heb je meer veerkracht.
Wil je even een luisterend oor, of heb je behoefte aan wat ondersteuning om met angst en stress om te gaan? Wat je situatie ook is, bel gerust naar 06 43980477
liefs, Adain

HULP AANGEBODEN: KOSTELOZE COACHING

DOOR: Irma Kool-Schaap
KERN: Alle kernen
BESCHIKBAAR: Flexibel
OMSCHRIJVING: Het zijn lastige en onzekere tijden, waarin je meer ongerust kunt zijn, angst kunt hebben, of misschien wel meer gaat nadenken over je leven, je loopbaan of privé. Heb je behoefte daar samen met een coach over te praten, jezelf hierin tijd en aandacht aan te geven? Dan kan ik er voor je zijn! In oktober ben ik gestart met een opleiding aan de 'Academie voor Coaching en Counselling'. Hiervoor ben ik op zoek naar mensen, die door mij kosteloos gecoacht willen worden. Natuurlijk doen we dat in deze periode via online gesprekken. De coachvraag kan divers zijn, bijv. werk gerelateerd, of op persoonlijk vlak. Wanneer je bijvoorbeeld telkens ergens tegen aan loopt, of onzekerheid ervaart, etc.
Heb je interesse? Of ken je iemand die dit graag zou willen? Mail/bel me gerust voor een kennismaking: irma.koolschaap@gmail.com of 06-13402326.

HULP AANGEBODEN: ONLINE LOTGENOTENCONTACT EN ROUWBEGELEIDING

DOOR: Carin Hafkamp
KERN: Alle kernen
BESCHIKBAAR: Flexibel
OMSCHRIJVING: Veel mensen zitten op dit moment alleen thuis en kunnen hun verhaal niet delen anders dan via de telefoon. Je kunt je dan heel alleen voelen. Bestaat er bij jullie de behoefte om een online gesprek met elkaar aan te gaan via skype of facetime? Ik ben verlies- en rouwbegeleider en bied mijn diensten gratis aan en bied jullie zo een luisterend oor. Stuur me een bericht of een email als je belangstelling hebt hiervoor.

HULP AANGEBODEN: STEUN DOOR MENSEN TE BELLEN

DOOR: Greet Menninga
KERN: Alle kernen
BESCHIKBAAR: Flexibel
OMSCHRIJVING: Ik heb jaren bij de luisterlink gewerkt. Deze kennis en ervaring wil ik nu graag gebruiken om vanuit huis te bellen met mensen die behoefte aan een gesprek hebben. Door het telefonische contact wil ik proberen om mensen uit hun isolement te krijgen.

HULP AANGEBODEN: HULP VOOR VAN ALLES EN NOG WAT

DOOR: Anja Van den Berg
KERN: Voorst
BESCHIKBAAR: Flexibel
OMSCHRIJVING: Even voorstellen, ik ben Anja, een vrouw van 61 jaar jong van geest, mens- en diervriendelijk. Hierbij bied ik mijn hulp aan voor alles en nog wat, maakt niet uit waar ik moet helpen.

HULP GEZOCHT: HULP IN GEZINSHUIS BIJ THUISONDERWIJS

DOOR: Daphn Braaksma
KERN: Terwolde
BESCHIKBAAR: Flexibel
OMSCHRIJVING: Is er iemand met onderwijsvaardigheden die vrijwillig in ons gezinshuis met 8 kids wil ondersteunen bij het thuisonderwijs? Iemand zonder risicocontacten. Enkele ochtenden per week?

VOORBEELDEN UIT DE PRAKTIJK

Zoals het er nu naar uitziet lijken kwetsbare mensen zich nog goed staande te houden met het netwerk dat ze hebben. Door familie en vrienden wordt er naar diegene omgekeken, maar hartverwarmend zijn ook het hulpaanbod uit de buurt. Wanneer mensen een vermoeden hebben dat iemand in de straat hulpbehoevend zou kunnen zijn wordt er actie ondernomen. Soms via de hulpkaarten die we hiervoor hebben ontworpen, maar meestal gewoon vanuit eigen initiatief.

SUCCESVOLLE KOPPELINGEN VAN VRAAG EN AANBOD

Een korte inventarisatie leert dat niet iedereen al reactie heeft gehad op de hulp die men aanbiedt via de website van Kijk in de Kernen.. Toch zijn er een paar mooie koppelingen ontstaan. Zo hebben diverse oudere mensen nu een 'belmaatje'. Dat is iemand die telefonisch contact legt met de oudere, een luisterend oor biedt en voor afleiding zorgt. Een man vond verschillende tegenstanders waartegen hij nu online schaaft. Een andere man heeft een 'maatje' gevonden en een dame heeft iemand begeleidt bij het boodschappen doen. Zomaar wat mooie voorbeelden die tot stand zijn gekomen via 'Elkaar helpen' op www.kijkindekernen.nl

De hulpkaarten liggen nog steeds klaar bij de grotere supermarkten in Twello. Neem ze mee om bij iemand aan te geven dat je klaarstaat voor die persoon, mocht dat nodig zijn.

OCHTENPOST BIBLIOTHEEK BRUMMEN-VOORST

We zitten met zijn allen nu veel meer thuis dan pakweg een maand geleden. De Bibliotheek Brummen|Voorst heeft een leuk initiatief. Zij gaan op zoek naar inspirerende verhalen voor de mensen die nu alleen thuis zitten. Ze gaan hen proberen afleiding te geven, steun te bieden en troost te brengen. Door verhalen te gaan delen van elkaar. De ochtendpost staat elke ochtend rond 10.00 uur op de website van de Bibliotheek. Elke keer een interessant verhaal samen met

een mooi plaatje van de natuur. Je vindt de ochtendpost via: (www.bibliotheekbrummenvoorst.nl/de-ochtendpost.html) .

De bibliotheek is ook op zoek naar mensen die het leuk vinden om telefonisch geïnterviewd te worden. Dit interview komt dan in een Ochtendpost. In het interview wordt bijvoorbeeld gevraagd hoe het met je gaat en hoe je de afgelopen week bent doorgekomen. Maar een vraag kan ook zijn of je een leuke lees- of luistertip hebt voor anderen of wat je meeneemt uit deze crisis? Wat ga je doen als deze tijd voorbij is? Heb je interesse? Neem dan contact op met de bibliotheek via communicatie@bibliotheekbrummenvoorst.nl!



DEZE PAGINA'S ZIJN EEN INITIATIEF VAN:



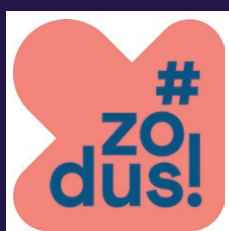
GEMEENTE VOORST
Contactpersoon:
Chris Frencken
c.frencken@voorst.nl



KIJKINDEKERENEN
Contactpersonen:
Guus Kroes & Chris Frencken
info@kijkindekernen.nl



CENTRUM VOOR JEUGD EN GEZIN
Contactpersoon:
0571-745150
info@cjgvoorst.nl



ZODUS
Contactpersoon:
Joris van Rest
joris@zodus.nu



MAATSCHAPPELIJK NETWERK VOORST
Contactpersoon:
0571-74 51 11
info@mnvoorst.nl

STEUNPUNT MANTELZORG
Contactpersoon:
Annet Reimert
a.reimert@mensenwelzijn.nl



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

VRIJWILLIGERS CENTRALE VOORST
Contactpersoon:
Dorothy den Boer
d.denboer@mensenwelzijn.nl

In samenwerking met alle vrijwilligers, dorpsbelangenorganisaties en dorpscontactpersonen uit onze 12 dorpen. Wil jij initiatieven met ons delen? Of heb jij hulp nodig om een initiatief op te zetten? Bovengenoemde partijen helpen je graag! Ook voor allerlei andere vragen omtrent de huidige situatie kan je bij hen terecht.