

Doorgeef Blaadje



BuurtBij | Blaadje

Uitgave nummer 3 | januari 2024

Een blad vol raten van
ontmoetingen, ontdekkingen en ontwikkelingen



BuurtBij gaat voor
betrokkenheid en overzicht

buurtjemee.nl

Een blaadje vooraf

Net als een Bij heb ik verschillende 'raten' die ik voed. Naast mijn jonge gezin wat veel aandacht vraagt, verrijkt het mij enorm. Daarnaast zijn er ook andere activiteiten die voor mij van betekenis zijn. In dit blaadje heb ik deze activiteiten in een overzicht gezet: het Buurt Menu.

Wat mij drijft is: *gebruik maken van de mogelijkheden die iemand bezit. En hiermee mensen in staat te stellen om te doen wat voor hen van betekenis is.* Dat is wat ik bij mijzelf toe pas en hiermee graag mensen inspireer.

Het initiatief BuurtBij ben ik gestart om mensen bij elkaar te brengen en interesses te delen en talenten te benutten. Samen met mensen in beweging en elkaar in beweging brengen letterlijk en figuurlijk.

Het is nu twee jaar verder en bij de verschillende activiteiten die ik organiseer, delen de buurtbewoners hun interesse en dat verbindt. Samen iets doen en tegelijkertijd in gesprek, kennis en ervaring delen. Ik ben dan ook heel dankbaar dat deze mensen betrokkenheid tonen binnen BuurtBij. Het verbreedt elkaars blikveld: je netwerk, kennis en ervaring wordt verruimd. En dat met veel plezier!

Een goed gesprek, wandelen, tuinieren, in de keuken bezig zijn, samen eten of een goed boek lezen zijn voor mij dan ook betekenisvolle en ontspannen activiteiten.

Bij elkaar genomen is het BuurtBij initiatief een prachtige hobby waar ik de tijd vergeet en me helemaal thuis voel. Dat maakt dat ik kan groeien en veel avonturen beleef! Alleen en vooral juist ook met andere mensen.

De betrokkenheid is groots, al is de uitvoering van activiteiten op kleine schaal. Het is een klein aantal mensen die ik kan bereiken, door de beperkte capaciteit in tijd en ruimte. Vandaar de vraag in dit 'blaadje' naar wat er nog meer is qua aanbod in onze regio. Laten we samen 'raten' zichtbaar maken en voeden om zo de leefbaarheid te vergroten in de buurt. Samen komen we verder! Buurt je mee?

Lieve groetjes van Leonie Zijp-Botman

Mijn ambitie is helder:

Buurtbewoners op een laagdrempelige manier bij elkaar brengen om hiermee een bijdrage te leveren aan de leefbaarheid in onze eigen buurt.

Het Buurt Menu

Wat staat er op de kaart?

blz. 5

School
Tuin

Vanaf april
iedere donderdag

blz. 8

Rouw
Café

1e woensdag
vd maand

blz. 10

Wandelen

2e maandag
vd maand

blz. 13

Proef
Lokaal

Eens per maand

blz. 14

DeugdCafé

4e dinsdag vd maand

blz. 16

Leesclub

Eens in de 6 weken

Project 'Wij maken er samen een potje van'

Inspiratie
Lokaal

blz. 17

Betrok-
kenen

blz. 22

BuurtBij gebruikt deugden als kompas

Deze keer breng ik de deugd **betrokkenheid** aan het licht

In dit blaadje is 'betrokkenheid' een belangrijk onderwerp. Deze deugd geeft mij draagkracht in de doelen die ik stel. Afgelopen jaar was een bewogen jaar met veel ontmoetingen, ontdekkingen en ook ontwikkelingen. Het dorpsblad Op 't Dorp, Noord-Hollands Dagblad en de Andere Krant heeft mijn visie en initiatief onder de aandacht gebracht. Deze kan je lezen op mijn website 'buurtjemee.nl' onder 'nieuws'. Ik heb veel nagedacht over de vraag waaraan ik mijn zorg en aandacht aan wil besteden. En daarmee heb ik een mooi overzicht gecreëerd met wat er komen gaat in 2024! Ook laat ik meerdere wensen uitkomen in 2024! Buurt je mee?

Betrokkenheid

Met betrokkenheid besteed je zorg en aandacht aan een persoon of aan een doel waarin je gelooft. Je bent trouw in relaties en blijf ook betrokken als iets tegenvalt of stagneert. Je zoekt samen naar een oplossing, zodat je verder kunt en komt. Het nakomen van afspraken versterkt je betrokkenheid. Je doet net die extra stap: je gaat ervoor, met hart en ziel. Betrokkenheid vergoot de mogelijkheid om je verantwoordelijkheden met stijl en gratie te dragen.

Betrokkenheid geeft passie aan mijn streven

***Even uitleggen** | Deugden toepassen om authentiek en moreel bewust te leven. Deugden zijn persoonlijke eigenschappen van het karakter, zoals integriteit, vriendelijkheid en wijsheid. Iedereen beschikt over alle deugden. Sommige deugden heb je als kind al sterk ontwikkeld, andere deugden leer je gedurende je leven toepassen.

De SchoolTuin

krijgt een toekomst!



Terugbladerend naar april 2023 en wat zich daarna heeft afgespeeld.

De **schooltuin** ging van start in een koud voorseizoen. Robert en ik zijn begonnen in de schuur en in de tuin, want het kaslokaal was nog niet af. Daarna samen veel geleerd over zaaien, planten en later oogsten. Onze zintuigen zijn geprikkeld; we hebben geproefd, geroken en gevoeld. Ook veel samengewerkt en de betrokkenheid groeide. Een nieuwe vrijwilligster kwam op ons pad: Marianne Achterberg. Een verrassende en goede aanvulling op de les, de kinderen en voor mijzelf met haar achtergrond als leerkracht en jarenlange moestuinervaring. We hebben allemaal veel geleerd wat wel en ook wat niet werkt in een schooltuin. Er is gekookt binnen de schooluren, de kinderen hebben groente meegekregen naar huis. Dus de schooltuin vloeide de huiskamers in. De schooltuin is doorgegaan tot aan oktober.

Ook heeft de school zich aangesloten bij het programma **Jong Leren Eten**. Wat positief is voor de kennis, samenwerking met andere schooltuinen en financiële steun.

We hebben mooie stappen gemaakt en OBS 't Padland is zeer enthousiast. Zo hebben ze de schooltuin ondersteund door het onder de aandacht te brengen bij de **Fancy Fair**. Er is geld opgehaald om de schooltuin toekomst te geven.



Wij zijn ontzettend dankbaar dat OBS 't Padland meewerkt om de kinderen ervaring op te laten doen in de tuin, wat meer is dan alleen tuinieren. Deze **betrokkenheid** vergoot de mogelijkheid om onze doel toekomst te geven. We hebben in kaart welke vorm en werkwijze passend is bij de leerlingen: Iedere leerling van groep 6 en 7 krijgt een eigen tuin.

Volgende pagina een artikel over de schooltuin toen het net van start was gegaan.

Artikel in het dorpsblad Op 't Dorp van juni 2023 | zie ook optdorp.nl

Schooltuin in Venhuizen

Met de handen in de klei

Leerlingen van basisschool 't Padland maken in de schooltuin kennis met wat de natuur ons brengt. Door samen te ontdekken wat er in de tuin leeft, kweken wij samen op kleine schaal groenten, fruit, bloemen en kruiden, ervaringen en vooral plezier. Spelenderwijs leren ze ontdekken, samenwerken en grenzen verkennen. Onder leiding van ervaringsdeskundigen Robert Pfeiffer en Leonie Zijp. In eigen tuin en in het KasLo-kaal: samen een levendige ontmoetingsplek.

Afgelopen april zijn we begonnen met de schooltuin. Het is een pilot, waaruit we samen een passende vorm en aanbod aan het creëren zijn. In de regio zijn er ook schooltuinen, waar ieder kind een eigen tuintje heeft tot aan de zomervakantie. Orze tuin biedt voor iedere klas één gezamenlijk stuk grond/tuin. Groep 6, 7 en 8 krijgen iedere week één uur ervaring in de schooltuin. We gaan door tot aan oktober. We kweken met de seizoenen mee, zo maken de kinderen de gehele periode mee dat je buiten kan zaaien, tot aan de oogst met alle soorten mogelijke gewassen voor ons klimaat.

Het is vijf minuten van de school af, dus de leerlingen gaan er echt even tussenuit. Lekker buiten, en de handen uit de mouwen. Reactie van Kyrá Frans, leerkracht van groep 7: 'De kinderen gaan elke week enthousiast richting de tuin van Leonie. Met laarzen aan en gereedschap in de tas. Elke donderdag is anders ingericht door Robert en Leonie, dus elke week is het weer een verrassing wat er op het programma staat. De kinderen wroeten lekker in de aarde en vinden het fantastisch om met de verschillende zaadjes en plantjes bezig te zijn.'

Initiatief vanuit BuurtBij

BuurtBij is een buurtinitiatief dat meerdere activiteiten aanbiedt. Het doel is om mensen bij elkaar te brengen en interesses te delen en talenten te benutten. Samen met mensen in beweging en elkaar in beweging brengen, letterlijk en figuurlijk. Een initiatief waar bewustwording wordt gekweekt. De tuin is daar een groot onderdeel van. Dat zien we ook bij leerlingen terug. Ze leren over het bodemleven, hoe je kunt zaaien, wat kiemen is, over poten en uitplanten en natuurlijk de tuin onderhouden. Straks gaan we oogsten en natuurlijk proeven! Dat hebben we al met de spinazie gedaan en met de knoflookstengels. Ook krijgen ze vieze handen, wat bij sommige leerlingen wel wennen is. Bij slecht weer heeft Robert zijn gitaar erbij gepakt en hebben

ze een moestuinlied gemaakt. De kinderen worden zo op verschillende manieren in beweging gezet en krijgen ze mooie ervaringen mee. Einde van het schooljaar gaan we samen koken. De imker komt ook een keer langs, die vertelt over de bijen die in onze tuin aanwezig zijn.

Schooltuin in de Zomervakantie

In de zomervakantie is de schooltuin iedere donderdag van 13.00 – 16.00 uur geopend. Leuk als we samen de tuin kunnen onderhouden en samen de ontwikkelingen kunnen zien in een periode waarin er veel groeit en bloeit!

Belang van een schooltuin

Het is bewezen dat als kinderen zelf hun groente kweken, zij over het algemeen de smaak van de groente meer waarderen. Een aantal leerlingen heeft al moestuinervaring, ontzettend leuk om te horen wat ze allemaal al weten. In de tuin zien we veel enthousiasme bij de kinderen. Uit onderzoek is gebleken dat tuinieren in school- of moestuin gezonde eetgewoonten bevordert. Ook kan het bijdragen aan de ontwikkeling van de kinderen: zij zijn vaker actiever en kunnen onafhankelijker denken. Na diverse studies is gebleken dat ze vaak betere presentatie-, communicatie- en samenwerkingsvaardigheden vertonen. Het is belangrijk om te vermelden dat een gezonde en actieve levensstijl een zeer belangrijk hulpmiddel is om te leren. Studies tonen aan dat een groot aantal leerlingen zich kalm, veilig, gelukkig en ontspannen voelt in de schooltuin. Ook wordt aangetoond dat er minder criminaliteit in wijken voorkomt waar veel groenvoorziening is en waar kinderen, ouders en burens gezamenlijke een buurttuin onderhouden.

Leonie



Op 't Dorp 5

BUURTBIJ | SCHOOLTUIN

VANAF APRIL 2024 START HET NIEUWE SCHOOLTUIN SEIZOEN!!

...zo worden we spelend wijzer



Leerlingen van groep 6 en 7 van basisschool 't Padland maken op een praktische manier kennis met wat de natuur ons brengt. We ontdekken samen wat (of wie) er in de tuin leeft en kweken op kleine schaal eigen groenten, fruit, bloemen, kruiden en we maken vooral veel plezier.

Iedere klas komt op donderdag bij het KasLokaal én beleven daar de natuur.

Iedere leerling krijgt komend seizoen een eigen tuin en heeft zo elke week een biologieles in de buitenlucht.

Zo leren we spelenderwijs waar ons eten vandaan komt, wat je moet doen voordat het op je bord ligt én hoe het heet, ruikt en hoe het smaakt.

Lijkt het je leuk om met kinderen te werken en heb je ook nog groene vingers? Zou je ons een handje willen helpen of wil je op een andere manier bijdragen? Je kan vrijwilliger worden.

Neem dan contact op met Leonie Zijp: 06-10387376

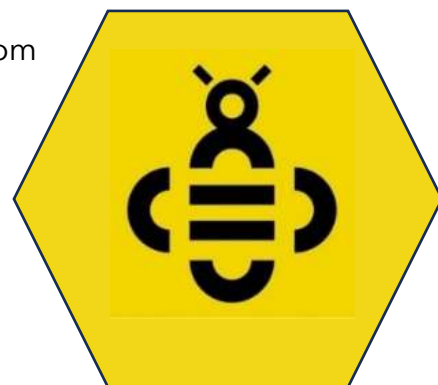
Hier komt alles tot leven



Thuis in eigen buurt

RouwCafé gaat verhuizen en speelt in op de behoefte van de betrokkenen

Het **RouwCafé** is in april gestart in Café de Roode Leeuw in Venhuizen. Iedere maand is iedereen welkom die behoefte heeft om stil te staan rondom het thema rouw en verlies. Dat is een thema die bij iedereen voorkomt, maar voor velen een moeilijk onderwerp om echt aandacht en de tijd aan te geven. Deze laagdrempelige manier blijkt voor velen een nog te hoge drempel te zijn om de stap te nemen. Al is er een betrokken kleine groep die steeds iedere maand komt. Einde van dit jaar hebben wij geëvalueerd en besloten om op een ander tijdstip het rouwcafé open te stellen. Hierdoor hebben we helaas afscheid moeten nemen van de mooie locatie van de Roode Leeuw. Aangezien deze in de ochtend niet geopend is. **Vanaf 2024 op het Westeinde 8 in Venhuizen**, de praktijkruimte van Marije.



Er is afgelopen jaar een mini-symposium georganiseerd: 'Uitvaart en het Rouwproces.'

Marije Delfsma en Rianne de Vries bundelen hierin hun kennis en ervaring. Vooraf kennis opdoen over de uitvaart en eventueel keuzes maken hebben invloed op je rouwproces. Helaas hebben we dit symposium geannuleerd aangezien er nauwelijks aanmeldingen waren.

Marije Delfsma is professioneel begeleider binnen het RouwCafé en doet dit op vrijwillige basis.

Marije Delfsma woont in Hem en is behandelend psycholoog. Ze heeft haar eigen praktijkruimte in Venhuizen. Ze heeft mij benaderd om als vrijwilliger samen te werken rondom het thema Rouw en Verlies. Het doel hiervan is om het thema 'Rouw en Verlies' laagdrempeliger te maken en onder de aandacht te brengen.

We gaan samen de uitdaging aan om het taboe rondom dit onderwerp te doorbreken, want iedereen heeft te maken met Rouw en/of Verlies. Hoe ga jij hiermee om en wat kan je doen voor iemand die rouwt?

Vanaf april 2023 zijn we van start gegaan en met succes. Het leeft in het dorp en we merken nieuwsgierigheid rondom dit thema. Je bent van harte welkom, het is vrijblijvend en kom een keer langs om te ervaren hoe het is. Voorwaarde is dat alles wat besproken wordt ook in deze ruimte blijft.

Enkele reacties: 'Het is geweldig dat dit er is', 'Openbarend', 'Herkenbaarheid', 'Veel spanning die loskwam', 'Kennismaking'.

Het is geen therapiegroep, het zijn lotgenoten in alle vormen van verlies.

(Meer info over wat Marije doet > marijedelfsma.nl)

RouwCafé Venhuizen is openbarend!

Rouw en Café: niet de meest voor de hand liggende combinatie! Echter, voor rouw is tijd, aandacht en ruimte nodig en een 'café' biedt een sfeer van vertrouwen en verbondenheid. In het voormalig Klooster is een ontspannen sfeer met koffie en thee, vind je (h)erkenning bij deelgenoten of kun je er gewoon zijn.

ROUWCAFÉ 2024

Eerste woensdag van de maand

Tijd, ruimte en aandacht rondom het thema Rouw en Verlies

10.00 – 12.00 UUR

Locatie: Westeinde 8 Venhuizen

Onder leiding van Marije Delfsma, psychologe.



BuurtBij | Wandeling krijgt structuur

De wandelingen zijn divers qua initiatiefnemers, inhoud en routes. Het blijft een uitdaging om mensen in beweging te krijgen. Dat zit toch ook in de mensen zelf. Het onder de aandacht brengen is een bijdrage die ik lever én in 2024 is er een vaste dag dat er een BuurtBij wandeling is.

**Zijn er meer wandelgroepen waarbij mensen kunnen aansluiten?
Laat het mij weten via info@buurtjemee.nl**



Wandelingen met coach | Door de betrokkenheid van Team Sportservice West-Friesland is het aanbod afgelopen jaar vergroot. Paul Molenaar heeft mij veel inzichten gegeven en gemotiveerd. We hebben samen een oplossing gezocht en uitgetoetst om meer mensen in beweging te krijgen. Door meerdere momenten te creëren in de maand, wordt het toegankelijker voor mensen om aan te sluiten. Het vraagstuk hoe je mensen gemotiveerd krijgt om mee te doen is voor mij nog deels onbeantwoord. Het onder de aandacht brengen is een kunst en dan nog het 'iets' in mensen aanwakken de stap te nemen om mee te wandelen lijkt hogere levenskunst. Dat ligt toch bij de mensen zelf.



Mijn enthousiasme wordt er niet minder om, al is de samenwerking met Team Sportservice ten einde. Het was een pilot van een half jaar. Veel dank aan Kathy, die als beweegagoog de wandelingen begeleidde. Kennis op het gebied van gezond bewegen en het aanbod binnen Drechterland was voor de deelnemers gratis te krijgen. De vrijblijvendheid zou van invloed kunnen zijn dat de betrokkenheid van deelnemers verslapt; wisselende opkomst en geen vaste groep.

Wat zou kunnen helpen? Weet jij het antwoord hierop?



Historische Wandelingen | Vanuit onverwachte hoek is er een verrassende ontmoeting ontstaan met Hans Luursema.

Hij is met zijn vrouw sinds vorig jaar in Wijdenes komen wonen. Grote nieuwsgierigheid in hen beide, heeft ervoor gezorgd dat er een Historische Wandeling is ontstaan over het plan Sally.

Deze heeft al meerder malen plaatsgevonden. Leuk om te vertellen is dat er meer informatie wordt ingewonnen door dit echtpaar waardoor het een unieke wandeling gaat worden met oude en ook nieuwe informatie. Er is grote betrokkenheid vanuit verschillende hoeken: boeken, verhalen komen los van betrokkenen van Sally en archieven worden heropend. De buurt is enthousiast en ook ik sta te popelen om deze bij te wonen en mijn ogen en oren de kost te geven. Wordt vervolgd.





De wandelingen met de **Historische Vereniging** zijn in de ijskast gezet. In verband met de komst van informatieborden binnen onze gemeente. Deze borden zullen de wandelingen toegankelijker maken, diepgang geven en ook interessant zonder gids. Een mooie idee voor de toekomst om deze te organiseren binnen BuurtBij.

Heb jij behoefte om iets te vertellen tijdens een wandeling binnen onze gemeente? Laat je het mij dan weten? info@buurtjemee.nl

BuurtBij Wandeling | Binnen onze dorpen zijn er verschillende routes van wandelnetwerk. Deze hebben we uitgeprobeerd en heeft verschillende afstanden. Mooie stukken natuur en ook bebouwde omgeving wisselden elkaar af. Mooie gesprekken gevoerd en ook mijn blik verruimd op wat er speelt in de buurt en wat er te zien is. Ook heeft er een opruimwandeling plaatsgevonden. Zwerfafval ophalen tijdens het wandelen. Dat ruimt op!

(Foto kerst|wandeling: Je ziet Annemieke en Hans Luursema van de historische wandeling en naast mij zie je Wil Hoogland.)

Zo is Wil Hoogland op mijn pad gekomen en zij heeft als voormalig nieuwkomer in de wandelwereld en in onze buurt mooie ervaring opgedaan. Zij zal mij komend jaar vergezellen en samen mooie routes samenstellen voor iedereen die de buurt wil verkennen.

Vergroot je netwerk, kennis en deel je ervaring over wat er speelt.

'Wat wonen we toch in een prachtige omgeving en betrokken mensen!'





BUURTBIJ | WANDELINGEN

Iedere maand een wandeling door onze wijde omgeving. Iedereen kan aansluiten. Vanuit steeds een ander startpunt gaan we de omgeving verkennen, elkaar ontmoeten en zijn we lekker buiten. En natuurlijk heb ik altijd een thermoskan mee met koffie en thee.

Het zijn diverse wandelingen: routes uit eigen hand, routes van Wandelnetwerk Noord-Holland en gemeente Drechterland.

Heb jij een leuke route?

Een mooi stuk Venhuizen-Hem, Wijdenes of Oosterleek die we mogen verkennen?

Laat het mij weten! Superleuk om van je te horen!



BUURTBIJ | WANDELINGEN 2024

2e maandag van de maand | Ochtendwandelingen in de buurt

Wisselende routes in onze eigen regio

9.30 – 11.00 UUR

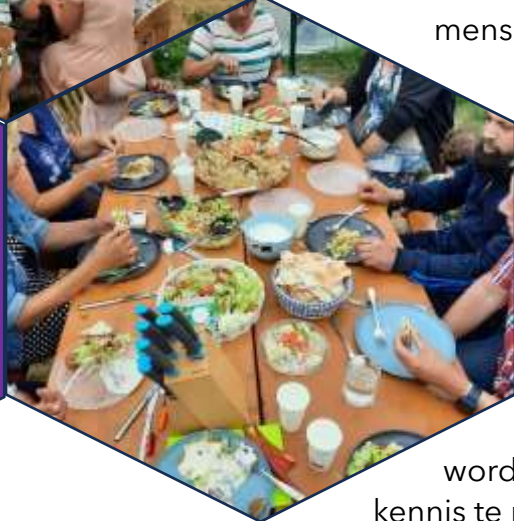
DEELNAME IS GRATIS | SAMEN IN BEWEGING EN IN GESPREK

Buurt je mee?

BEWUST – BUITEN – BEWEGEN – IN GESPREK – VRIJWILLIG – VRIJBLIJVEND – VERBINDEN

Wees Welkom! Voor iedereen en dichtbij





ProefLokaal heeft eigenheid en diversiteit als basis ingrediënten!

Aan enthousiasme ontbreekt het niet. Verschillende mensen uit onze omgeving voelen zich betrokken en zetten zich in om samen te koken en te eten. Iedereen heeft wel een voorkeur of ervaring met een keuken. Syrisch, Indiaas, Surinaams en Vegan. In de tuin, de kas en in het najaar bij mij in huis. We doen het samen; snijden, roeren en de ingrediënten worden keurig bijgehouden zodat er een mooi **receptenboek** ontstaat.

Komend jaar is er weer iedere maand een ProefLokaal: in de buurt een 'keuken' proeven. Ook wordt er een andere locatie opengesteld, om eens kennis te maken met de Noord-Europese keuken. Leuk om te weten: Ieder seizoen komt Nancy onze kennis en ervaring vergroten in de vegan keuken; gemakkelijke en snelle gerechten.

BUURTBIJ | PROEFLOKAAL

samen koken en eten

Koken en eten verbindt! Samen met mensen uit onze wijde omgeving gaan we aan de slag met alles wat je kunt eten. In de lente/zomer buiten en uit eigen tuin, in het najaar als er weinig meer groeit gaan we naar binnen en nemen we zelf onze producten mee. Iedere maand is er een thema en plaats voor maximaal 10 personen.

Samen ont'moeten en creatief met eten!

**PROEF DE HOLLANDSE KEUKEN |
18 JANUARI 10.30 - 13.00 UUR**

WINTERS | ZUURKOOL ALS BASIS | FEESTELIJKE
MAALTIJD

**PROEF DE KEUKEN VAN NOORD-EUROPA |
8 FEBRUARI 10.30 - 13.00 UUR**

SAMEN OP REIS IN DE KEUKEN VAN NOORD-EUROPA

PROEF DE VEGAN KEUKEN | MAART

IEDER SEIZOEN EEN EENVOUDIGE, SNELLE, GEZONDE EN LEKKERE KEUKEN



Nieuw in 2024!! DeugdCafé

4^e dinsdag van de maand | 19.30 – 21.30 uur

Ruimte voor

Drinken | Delen | Doen

Een wens die ik in vervulling wil laten gaan: ruimte creëren om mensen te verbinden en ieder zijn de kracht/kwaliteiten naar boven te halen die verscholen kan zijn. Soort oppoetsen van ieder zijn edelstenen/kristallen. Soms zeggen we wel eens: 'Dat doet mij deugd' en dat betekent 'Dat maakt mij blij' of 'Dat doet mij goed.'

Voor mij zijn deugden een kompas, deugden zijn universeel en iedereen over alle deugden beschikt. Het is een basis voor werkelijk geluk.

Hoe ziet een bijeenkomst eruit?

Drinken

Samen drinken we thee/koffie en eten iets lekkers (potluck)

Delen en Doen

Aan de hand van een thema/deugd van deze dag gaan we op een creatieve manier aan de slag en voeren we een interactief gesprek.



**MUZIEK | MEDITATIE | VERHAAL
BETEKENISVOL GESPREK**

'Ontdek je eigen kracht en leef vanuit je hart.'

Wat zo'n bijeenkomst mij zelf heeft gebracht:

'Het brengt mij bij mijzelf. De stilte zorgt voor kameraadschap. Je spreekt van hart tot hart. Ik voel mijzelf met elkaar. De energie verandert in mijzelf: bepaalde rust en verbondenheid draag ik bij me. Waardoor ikzelf weer de eigen regie kan pakken en ik maak keuzes die passen bij mijn 'eigen' waarden en daar ben ik standvastiger in geworden.'

Dicht'erbij

Afgelopen jaar ben ik begonnen met het schrijven van gedichten. Onderstaande gedicht heb ik op vakantie geschreven als eindopdracht voor de deugdentraining.



Op je plek zijn

Een wandeling door het bos
De tijd nemen voor jezelf, even los
Van alles wat aan mij is gehecht
Om te luisteren naar wat mijn hart en ziel zegt

In dialoog met mijzelf, zonder oordeel, oplossing en advies
Luisteren en open vragen hoe het met mij is
Welke deugd zal mij helpen? En ik heb mijn oog naar de omgeving gericht
en een prachtige boom die inspireert mij en geeft mij een prachtig inzicht



De eigen kracht die de boom uitstraalt
Alle deugden kunnen er worden uitgehaald
Vol verwondering en met aandacht richt ik me op de kracht van het nu.
Verdraagzaamheid leidt me naar een beter begrip naar mijzelf en ieder individu
De wortels zichtbaar en in alle kwetsbaarheid
Dat maakt het juist sterk en geeft een gevoel van verbondenheid
In alle zekerheid houdt de boom stand ook als het regent en waait
Een gevoel van eigenwaarde en zelfrespect, dat noem je waardigheid
Deze boom toont veerkracht en staat vol op in het leven,
Dankbaar verlaat ik deze plek met de vreugde en kracht die het mij heeft gegeven.

Geïnspireerd, rustig, vrolijk en enthousiast tegelijk.
Met mijn deugdenbril op is het dat ik liefdevol naar mijzelf en anderen kijk
Deugden zijn karaktereigenschappen die overstijgen alle religies en culturen
We hechten waarden aan moed, verantwoordelijkheid en respect..
100 deugden die iedereen bezit en ook jij kan besturen
Welke voed jij en geeft jou positiviteit zodat jij het beste uit jezelf kan halen?
Van ieder struikelblok een opstapje maken zodat je weer gaat stralen

Hiermee leef je meer vanuit je hart, voel jij je gezien en erkent
Zo kan je zijn wie je diep van binnen bent

Luister naar jezelf, neem de tijd, al is het maar voor even.
Op je plek zijn, waaruit jij waardevolle momenten kan beleven.

Lieve groetjes van Leonie Zijp-Botman

De Leesclub brengt een boek tot leven

Eens in de zes weken komen we bij elkaar. De groep is gegroeid en we zitten per keer minimaal met 6 mensen bij elkaar. Niet altijd kan iedereen en we hebben onderling een werkzame manier gevonden om boeken te kiezen die ook beschikbaar zijn. Er staan verschillende boeken op de lijst van verschillende genres.

Zowel bewoners van Wijdenes, Hem en Venhuizen zitten aan tafel. We delen onze gedachten openhartig, en zonder de reacties van anderen proberen te beïnvloeden. Wist je dat 'openheid' ook een deugd is?

Aan de hand van gesprekskaarten belichten we het boek van verschillende kanten en van onze eigen kijk erop. We nemen de tijd en aandacht en iedereen komt aan bod.



BUURTBIJ | LEESCLUB

Samen Lezen in Venhuizen!

Een boek kan veel ontspanning geven en het kan je ook raken. Het doel van deze groep is om mensen bij elkaar te brengen om elkaars beleving te delen van het gelezen boek. We zullen elkaar inspireren en inzichten geven op een ontspannen manier.

Een real live review en mooie gesprekken!

MET DE LEESCLUB LEREN WE ELKAAR GOED KENNEN EN STEEDS OP EEN ANDERE MANIER DANKZIJ DE GESPREKSTOF DIE EEN BOEK GEEFT.



InspiratieLokaal doet onderzoek

Verskillende inspirerende bijeenkomsten zijn er afgelopen jaar voorbijgegaan. Dit heeft eraan bijgedragen dat ik de behoefte proef van de deelnemers en ook die van mijzelf. Dat is een overzicht hebben wat er allemaal is qua vraag en aanbod in de buurt. BuurtBij heeft verschillende activiteiten waarin mensen elkaar ontmoeten. Wat doen anderen? Wat is er nog meer in de buurt? Wat mag meer zichtbaarheid hebben? Zo kunnen we elkaar versterken!

Een overzicht: Dat klinkt nogal breed en veel! De grootste uitdaging is: Hoe houden we dat overzichtelijk? De eerste stap is onderzoeken of er vraag is vanuit de inwoners. Dat nog beperkt tot een paar dorpen. Als een ander dorp wil aansluiten is dat een mooie bijkomstigheid. We zetten humor in! Dat heeft ertoe geleidt een project te starten als particulier initiatief:

Project: 'Wij maken er samen een potje van'

Verzamelen van verhalen, kwaliteiten en de behoefte van inwoners uit

Hem - Venhuizen - Wijdenes

In kaart brengen wat er speelt in de buurt en zo zicht te krijgen wat er te doen en te beleven is in de buurt, voor jong en oud!

DOEL = >> EEN ONLINE DORPSPLEIN <<

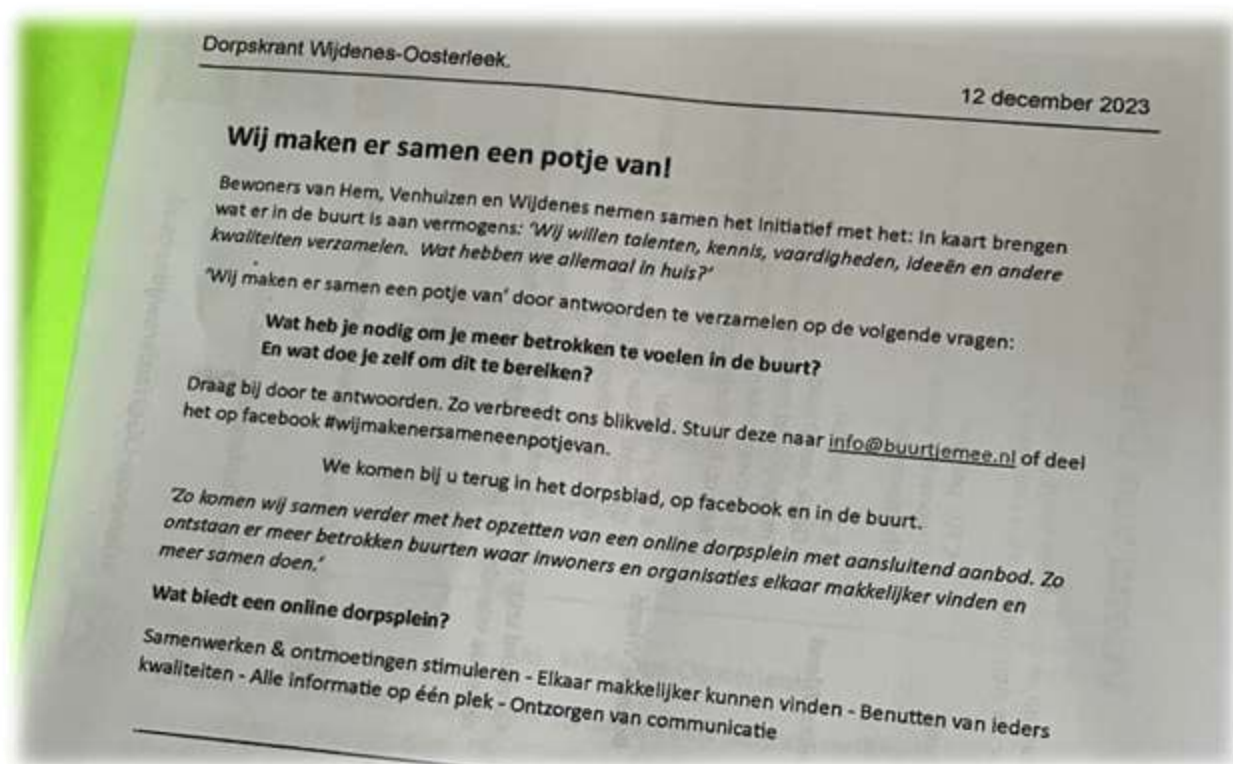
WAT MAG ER VAN JOU OP DE KAART?

Laat het weten via info@buurtjemee.nl of facebook



Zichtbaarheid in de dorpsbladen en online:

In Wijdenes hebben we ons eerste artikel ingestuurd en in januari in Op 't Dorp.



En we hebben een facebookpagina gelanceerd:

<https://www.facebook.com/wijmakenersameneenpotjevan>



Samen komen we verder!

Als we het tijd, aandacht en ruimte geven

SAMEN ONS BLIKVELD VERBREDEDEN'...

...SAMEN WORDEN WIJ DE BUURT

Een paar BuurtBij-raatjes erbij...

Puzzels & Pannenkoeken

Ont'Haasteren in de buurt

Kinderen van groep 4 en 7 van **OBS 't Padland** zijn in oktober 2023 hiervoor uitgenodigd. Er waren stapels puzzels aanwezig en eigen gemaakte pannenkoeken. Leuke opkomst en mooi om de kinderen samen te zien puzzelen.



Themareeks Eigen Kracht

Sinds juni ben ik afgestudeerd als Wielwerk Coach. Uit nieuwsgierigheid en een soort ontdekkingstocht ben ik gestart met de themareeks Eigen Kracht. Samen in gesprek rondom dit thema: wie ben jij en wat is jouw kracht? Inspirerend en dat heeft ervoor gezorgd dat ik het DeugdCafé ga starten.

Yoga & Thee

Een aantal zondagen hebben we een nieuwe activiteit ingebracht binnen het thema: ont'moet en ont'span. De Yogales wordt door Pooja Kas begeleidt. Ik ben haar tegengekomen via het ProefLokaal. Zij heeft veel kennis en ervaring op het gebied van voeding, ontspanning en ayurveda. Door je bewust te worden van je lichaam krijg je ook de mogelijkheid om te leren luisteren naar de behoeften van het lichaam.



In het najaar is te koud in de kas en buiten, dus doen we de les niet. Zeker voor herhaling vatbaar, vooral als je voelt wat het effect is tijdens én daarna!

Lezing van Janneke Monshouwer

In het Oosterleeker Kerkje heeft Janneke in november 2023 haar onderzoek gepresenteerd. Ik heb deze lezing zelf georganiseerd. Daar heb ik veel van geleerd. Over de lezing zelf: Bijzonder verhaal en fijn om de saamhorigheid te zien en te voelen in de zaal. Veel herkenning en ook nieuwe inzichten gekregen: Vrede zit in jezelf. We mogen weer leren voelen. Hoe zie jij de wereld? Een betere wereld begint bij jezelf. De verandering zit in mijzelf. Mooie boodschap die ik met mij meedraag en uit wil dragen.



Wat mag er van jou op de kaart??

Wat mag er op het menu staan?? 😊



Voorbeeld 1: initiatief dat op de kaart staat: CULTUUR | LOKAAL

Initiatief vanuit de Diaconie PKN Zuiderkogge

Met elkaar tijd, ruimte en aandacht voor diverse thema's

Buurt je mee?

De (Nederlandse) taal spreken en mensen uit onze wijde omgeving leren kennen. Deel je verhaal en leer van elkaar. Onder begeleiding ervaringsdeskundigen en deelgenoten.

**Ken jij initiatieven in onze omgeving die
Op de kaart gezet mogen worden?
Laat het weten via info@buurtjemee.nl**

KOFFIE & GESPREK

2e woensdag van de maand

10.00 – 11.30 UUR

Locatie: in de Nederlandse Hervormde kerk te Venhuizen

Eens per maand een tafel rond, met mensen uit de buurt in de Nederlandse Hervormde Kerk van Venhuizen. Verschillende culturen bij elkaar en door verschillende vormen samen in gesprek gaan. Ene keer neem iedereen een foto mee en vertelt hierover. Andere keer wordt er gebruik gemaakt van gesprekkaarten. Dat zijn luchtige manieren die toch voor veel diepgang zorgt en verbondenheid. Er ontstaat meer begrip in taal en cultuur in de breedste zin van het woord, waardoor het verbindt.

Mooi initiatief dat het verschil maakt!

Voorbeeld 2: Talent ontwikkeling!!

MuziekLokaal

Muziek Vereniging Venhuizen (MVV) zet zich in om jeugd te stimuleren in het maken van muziek

Vanaf november 2023 voor de tweede maal workshops in groep 5, 6 en 7.

De kinderen hebben kennis gemaakt met een blaasinstrument zoals

bijvoorbeeld een trombone, tuba,

bugel, trompet en saxofoon. En voor

wie het leuk lijkt, is er de mogelijkheid om een groepsles te volgen na schooltijd in het schoolgebouw.

Er is grote interesse én enthousiasme bij de kinderen. 27 kinderen uit Venhuizen nemen deel. Er zijn twee groepen gestart en degene

die na 10 lessen de smaak te pakken hebben en verder willen ontwikkelen: die kunnen les krijgen en komen spelen bij de fanfare.



Vorig jaar is de Muziekvereniging begonnen met dit initiatief. Er zit nu één jaar op, deze groep heeft dit jaar meegespeeld in maart en met het kerstconcert. Een groot succes en voor de muziekvereniging een mooie ontwikkeling. Samen groeien en plezier maken!! En voor mij persoonlijk ook leuk, want ik zit zelf ook op de fanfare en mijn dochter doet nu ook mee met haar trompet!



➤ **Donateursconcert | 9 maart**

➤ **Project Orkest Drechterland | 25 mei**

Drie fanfarekorpsen van Drechterland bundelen hun krachten!!

Kom je ook luisteren??



Betrokkenen geven draagkracht

Er zijn verschillende activiteiten binnen BuurtBij om de leefbaarheid te vergroten binnen onze buurt. Met de betrokkenheid van deelgenoten en ook de inzet van vrijwilligers wordt mijn missie mogelijk gemaakt. Ik ben heel dankbaar dat ieder op eigen wijze een bijdrage leveren om de missie van BuurtBij draagkracht te geven.

SAMEN BEWUST IN DE BUURT



Samen: Samen meer mogelijk maken op een gelijkwaardige en laagdrempelig manier.

Samen delen = samen leven.

Niemand is perfect, iedereen is uniek.

Bewust: Bewust worden van wat we in huis hebben. Tijd en aandacht voor wat er is.

Met de wet van Behoud van Plezier.

Waar word jij blij van?

In de Buurt: Lokaal en Dichtbij, vanuit jezelf naar de ander. Ieder heeft zijn eigen talenten en hoe meer diversiteit hoe meer kleur in huis.

Activiteiten vinden in de buurt plaats met dorpsbewoners = op eigen/spelenderwijze verbinding maken tussen mensen en de buurt.

Buurt je mee?



Overzicht van betrokkenen 2023

Allereerst mijn man, zonder hem is het initiatief BuurtBij niet mogelijk.

SchoolTuin:

Robert Pfeiffer, verzorging tuin, lessen en begeleiding.
Werkgroep van het OBS 't Padland:
Leerkrachten en Ingrid van Heezen.
Marianne Achterberg, lessen en begeleiding.
Alle leerlingen van groep 6, 7 en 8.
Mieke Bakker, Schooltuin Enkhuizen.
Elly van der Schriek, Jong leren eten.
Christien, voor het schenken van spullen.

RouwCafé:

Marije Delfsma, psychologe. Begeleidt het RouwCafé.
Café de Roode Leeuw, beschikbaar stellen van ruimte.
Alle deelgenoten

Wandelen:

Paul Molenaar, Team Sportservice West-Friesland
Kathy, beweegagoog/wandeltrainer
Auke Abbekerk, Vrijwilligerspunt
Lia Groot, Historische Vereniging
Annemieke en Hans Luursema
Arjen Drost, City-Games
Wandelnetwerk Noord-Holland
Wil Hoogland
Alle trouwe en enthousiaste deelgenoten

ProefLokaal:

Jaqueline Graaf
Nancy
Aisha en Kholoud
Pooja Kas
Alle deelgenoten

DeugdCafé

Corina en Jasper Graaf, Devotional Enkhuizen

Leesclub

Alle deelgenoten van de leesclub.

InspiratieLokaal

Project 'Wij maken er samen een potje van':

Hans en Annemieke Luursema
Diana Visser
mijnbuurtje.nl

Symposium en lezingen:

Tocat, locatie voor de lezing
Marja de Vries, schrijfster en spreker
Venhuis Communicatie Producties, flyer drukken
Dorpshuis 't Centrum
Rianne de Vries, uitvaartbegeleidster
Marije Delfsma, psychologe.
Stichting Oosterleeker Kerkje, locatie voor de lezing
Janneke Monshouwer, o.a. onderzoekster en spreker

Yoga & Thee

Pooja Kas, sushilaontspanningmassage.nl

CultuurLokaal

Marga Krijtenberg, Diaconie PKN
Stichting Drechterland Mondiaal

MuziekLokaal

Muziek Vereniging Venhuizen

Media:

Op 't Dorp, dorpsblad Venhuizen - Hem optdorp.nl
Anja Veerman, de Andere Krant
Marc Kamphuis mkfotografie.nl
Dorpskrant van Wijdenes en Oosterleek
Noord-Hollands Dagblad

Website:

Veida
Groeier!
Jasper Graaf
Marjolein Voogd, fotografie

Facebook:

Ieva Hoefsmid
Annemieke Luursema

Promotie:

Op 't Dorp, dorpsblad Venhuizen-Hem optdorp.nl
DA Drogisterij & Parfumerie Graaf
Pompstation OK Venhuizen
Bakkerij Koning, Venhuizen
Bakkerij 't Broodhuys Hem

En iedereen die mij en BuurtBij een warm hart toe draagt.

Vind je dit blaadje leuk? Deel het met anderen.

En laat iets van je horen.

Mail mij via info@buurtjemee.nl

Bedankt voor de interesse en nieuwsgierigheid!

Ik wens iedereen waardevolle
ontmoetingen, mooie ontdekkingen
én dat je lekker jezelf bent!

Lieve groet van Leonie Zijp-Botman

