

Nieuwsbrief

Waar maak jij je **sterk** voor?

Vrijwilligers maken het verschil in Leidschendam-Noord

Wist je dat bijna de helft van alle volwassenen in Nederland vrijwilligerswerk doet? Ze geven bijvoorbeeld taalles, koken voor buurtgenoten of helpen kinderen met huiswerk.

Ook in Leidschendam-Noord zijn vrijwilligers actief. Neem bijvoorbeeld Aicha Oumani en Loes Sriram. Samen met andere vrijwilligers koken ze elke woensdag met liefde en plezier een heerlijke lunch voor de bezoekers van de Tuinkamer van Noord. "Ik ben graag onder de mensen," vertelt Aicha. "Ik hou van koken! En het geeft me ook een fijn gevoel iets voor een ander te kunnen doen."

Bijzonder

Ook samen hebben ze het fijn. "We staan ook voor elkaar klaar en hebben veel plezier," legt Loes uit, die al 23 jaar actief is als vrijwilliger. Samen met Houria Akkouh van Sport en Welzijn doet ze elke week de boodschappen. Daarnaast geeft ze Nederlandse les, helpt ze twee kinderen thuis met hun huiswerk en werkt ze als vrijwilliger bij Noppes. Daar kunnen bewoners van Noord gratis kinderkleding, schoenen en speelgoed krijgen. Het contact met buurtbewoners vindt ze heel bijzonder. "We horen vaak persoonlijke verhalen, mensen delen zorgen en problemen met ons. Het is heel fijn om er voor ze te zijn, naar te luisteren en ze te kunnen helpen."

Ervaring opdoen

Kunstenares Aneesah Wilhelmstätter geeft elke woensdagochtend schilderles in de Tuinkamer van Noord. Zelf begon ze ruim 20 jaar geleden met tekenen en schilderen toen ze tijdens haar zwangerschap bedrust moest houden en iets wilde doen. "Ik heb mezelf leren schilderen", vertelt



Van links naar rechts: Fatima Bakhat, Thea Sahebzad, Houria Akkouh en Aicha Oumania.

Aneesah. Haar schilderijen waren te zien in Londen en Parijs. "Ik heb vroeger in Zuid-Afrika een opleiding voor sociaal werker gedaan. Ik zou nu graag als sociaal werker

in Nederland aan de slag gaan. Ik had geen idee hoe ik dat zou kunnen aanpakken. Daarom nam ik contact op met Tom en Mandy, de participatieconsulenten van de gemeente. Zij gaven me de kans om als vrijwilliger aan de slag te gaan. Voor mij zijn de wekelijkse schilderlessen een goede manier om ervaring met sociaal werk op te doen. En mijn Nederlands te oefenen!"



Ook vrijwilliger worden?

Vrijwilligers zoals Aicha, Houria en Aneesah maken Leidschendam-Noord een fijnere plek om te wonen. Wil je zelf ook iets betekenen voor je buurt? Een overzicht van vrijwilligerswerk bij jou in de buurt vind je op www.lvvoorelkaar.nl.

Activiteiten in Leidschendam-Noord



Van knutselen tot wandelen, van samen eten tot elkaar ontmoeten: bijna elke dag is er iets leuks én gezelligs te doen in Leidschendam-Noord! En heb je vragen over wonen, werken, veiligheid of geldzaken? Ook daarvoor kun je in Noord terecht. Er zijn spreekuren over verschillende onderwerpen waar je gratis advies kunt krijgen.

Kijk voor alle activiteiten en spreekuren in de agenda op de website van Sterk voor Noord www.sterkvoornoord.nl/ agenda.



Tuinkamer van Noord

De Tuinkamer van Noord is een gezellige ontmoetingsplaats voor iedereen uit Leidschendam-Noord. Je kunt er buurtgenoten ontmoeten, een kop koffie of thee drinken, lekker eten en meedoen aan activiteiten. Het is de perfecte plek om de wijk beter te leren kennen.



Wat is er te doen?

- Je bent van maandag tot en met vrijdag van 09:00 tot 16:00 uur welkom voor een kop koffie en een praatje.
- Elke woensdag van 9:30 tot 11:00 uur kun je meedoen met de schildercursus van Aneesah (zie pagina 1). Of je nou beginner of gevorderd schilder bent; iedereen kan meedoen en alle materialen die je nodig hebt, liggen voor je klaar. Kosten: €1,50 per keer. Aanmelden kan via sterkvoornoord@lv.nl of bel met Tom Vierhout: 06 1432 6166.
- Elke woensdag staat er tussen 12:30 en 14:30 uur een heerlijke warme lunchspecial voor € 5,00 klaar. Van nasi kip (halal) met rauwkost tot een heerlijke ovenschotel met macaroni.
- Elke 1e vrijdag van de maand wordt er bingo gespeeld van 13:00 tot 15:00 uur. Aanmelden is niet nodig. Kosten: € 6,00 voor 6 rondes. Vrijdag 7 februari is de eerst volgende bingo.

Waar?

De Tuinkamer van Noord vind je bij Sporthal De Fluit. De ingang is naast het Veurs Lyceum aan de Burgemeester Kolfshotenlaan.

Kom een je een keertje langs?



De Tuinkamer is van maandag 23 tot en met vrijdag 27 december, 31 december en 1 januari gesloten.

Cuddle & Care

Ben je zwanger of net bevallen? Kom dan naar Cuddle & Care van het Spel- en Opvoedpunt bij IKC De Waterlelie! Hier kun je als (aanstaande) moeder ervaringen delen met andere moeders en tips krijgen van professionals.



Speciaal voor jonge moeders

Wanneer: Elke maandag van 10:30 tot 12:00 uur (inloop vanaf 10:15 uur)

Waar: IKC De Waterlelie, Prinsenhof 4, Leidschendam

Wil je meer weten?

Neem contact op met Ragenie Jawalapersad van Sport en Welzijn via 06 3488 0026 of stuur een e-mail naar ragenie.jawalapersad@senw-lv.nl.

Samen knutselen bij IBCE

Is je kind tussen 4 en 12 jaar en gek van knutselen? Kom dan op woensdagmiddag naar de creatieve middag van stichting IBCE! Je kind werkt samen met andere kinderen aan leuke knutselprojecten.



Aanmelden kan via telefoon 06 5534 4469 of e-mail: info@ibce.biz.

Wanneer: Elke woensdag van 13:00 tot 16:30 uur

Waar: Valkhof 67 (oude basisschool De Tandem), Leidschendam

Spreekuren in de wijk

Loop je rond met vragen over bijvoorbeeld je thuissituatie of de gemeente? Heb je hulp nodig maar weet je niet waar je terecht kunt? Kom dan langs bij een van de spreekuren bij jou in de buurt.

(Vrijwilligers)werk

Elke maandag is er van 11:00 tot 14:00 uur spreekuur van participatieconsulenten Tom Vierhout en Mandy Cheung bij de Tuinkamer van Noord. Je kunt bij hen terecht als je hulp nodig hebt om (weer) werk te vinden of op zoek bent naar activiteiten om actief en betrokken te zijn bij je buurt. Ook als je zin

hebt in een praatje, ben je van harte welkom. Een afspraak maken is niet nodig.

Buurt en persoonlijk

Elke maand houdt gebiedsregisseur Natalie Batelaan spreekuur bij Woej en bij De Tuinkamer van Noord. Zij helpt je als je vragen of problemen hebt die gaan over je buurt. Van een vraag over het groen in de wijk tot hulp bij een vergunningsaanvraag. Ook met lastige vragen kun je bij haar terecht. Bijvoorbeeld als je je eenzaam voelt of een vermoeden hebt van huiselijk geweld. Een afspraak maken is niet nodig. Wijk-

agenten, handhaving en woningcorporaties zijn ook aanwezig.

- 1e woensdag van de maand van 14:30 uur tot 15:30 uur, De Plint (Woej), Prins Frederiklaan 7
- 3e woensdag van de maand van 14:30 uur tot 15:30 uur, De Tuinkamer, Burgemeester Kolfshotenlaan (naast het Veurs Lyceum)

PING-loket

Er zijn in Noord ook spreekuren over geldzaken (PING-loket), voor advies en hulp bij onder andere zorg, wonen, relaties en sociale contacten (Sociaal Service punt) en voor ouderen en mantelzorgers (bij Woej).

Kijk voor alle data en locaties op de website van Sterk voor Noord www.sterkvoornoord.nl/agenda.





Kies voor de Gemeentepolis: uitgebreide zorg met korting

Heb je een laag inkomen en ben je op zoek naar een goede zorgverzekering? Dan is de Gemeentepolis misschien iets voor jou. Dit is een collectieve verzekering van Menzis met veel vergoedingen. De gemeente betaalt mee aan jouw premie, zodat je minder betaalt. Overstappen kan tot en met dinsdag 31 december 2024.



Wat is de Gemeentepolis?

De verzekering vergoedt veel behandelingen, medicijnen en hulpmiddelen. Hierdoor ben je vaak goedkoper uit. Ook kun je ervoor kiezen om je eigen risico gespreid vooruit te betalen. Naast de basisverzekering kies je uit 2 aanvullende pakketten.

Voorwaarden en aanmelden

Of je van de Gemeentepolis gebruik kan maken hangt bijvoorbeeld af van je inkomen. Kijk op de website van de gemeente voor alle informatie en voorwaarden: www.lv.nl/gemeentepolis. Heb je vragen bel Menzis: 088 222 4080.

Energiehulp komen langs

Tot en met 26 januari 2025 komen in de Heuvel en Amstelwijk energiehulp van Just for You aan de deur. Deze energiehulp komen langs bij 333 huizen in de wijk die de gemeente uitgezocht heeft. Je hebt de brief ontvangen als je bij één van de 333 gezinnen hoort. Deze actie is gratis. Heb je geen brief gekregen, maar wil

je wel gratis energieadvies? Neem dan contact op met Energy Common via website: www.ec-lv.nl

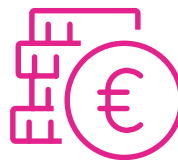


Lever je oude kerstboom in bij de gemeente

Lever je oude kerstboom in bij een inzamelpunt in je buurt en ontvang € 0,50 per boom. Wij zorgen voor een juiste verwerking!

Wanneer?

- 27 december tot en met 8 januari:
Tussen 10:00 en 15:00 uur bij de gemeente, Veurse Achterweg 14
- Alleen op 8 januari:
Tussen 10:00 en 15:00 uur op de volgende locaties:
 - Veurse Achterweg 14 (Gemeente)
 - President Kennedylein
 - Parkeerplaats Prins Frederiklaan, bij Prins Johan Willem Frisolaan



Wat lezers vinden van deze nieuwsbrief

In de vorige nieuwsbrief deden we een oproep om een vragenlijst over de nieuwsbrief in te vullen. Wat een mooie reacties hebben we gekregen. Heel erg bedankt daarvoor!

Veel lezers vinden de nieuwsbrief makkelijk te lezen en waarderen vooral de informatie over activiteiten en organisaties in de wijk. De meeste mensen ontvangen graag 4 keer per jaar een nieuwsbrief. Sommigen lezen hem graag digitaal, terwijl anderen liever een papieren versie in de brievenbus ontvangen. Ook in het komende jaar kun je rekenen op de nieuwsbrief, zowel in de brievenbus als digitaal via onze website www.sterkvoornoord.nl/bewonersnieuwsbrief. We besteden meer aandacht aan de mooie en verschillende activiteiten in Noord.

Cadeaubonnen gewonnen door:

Nathalie Korteland, Peter Aarzen en Eddie Loman. T. vd Breggen staat niet op de foto.



Samen met onze partners van Noord wensen wij je het allerbeste voor het nieuwe jaar!

