

Onbeperkt Actief in je eigen buurt of wijk!

In de zomer van 2008 is het Kenniscafé georganiseerd - de start van een actief programma van vrije tijds activiteiten in Keizerslanden en Colmschate voor bewoners met een verstandelijke beperking en andere buurtbewoners - klein en groot. Bewoners - met en zonder verstandelijke beperking -, wijkteamleden, belangenorganisaties van mensen met een beperking en medewerkers van verschillende organisaties als welzijn, vrijwilligerscentrale, zorg, wonen, gemeente e.d. - zijn sindsdien samen actief. Van plannen tot uitvoering van stuk voor stuk **leuke activiteiten in de 'eigen' wijk**, als toneel, wandelen, klussen en nog veel meer. Buren wordt gevraagd om mee te doen. Samen maakt ten slotte veel meer mogelijk. Ook sponsors, goede acties en ondernemers hebben gezorgd voor ondersteuning! Kortom **Onbeperkt Actief!**

In deze Nieuwsbrief kunnen we melden dat de gemeente Deventer het project tot april 2010 - voor een 2^e jaar - een financiële bijdrage biedt vanuit het WMO programma 2009. Helemaal goed natuurlijk. We gaan verder met de activiteiten en uiteindelijk moet het zo worden dat mensen met een beperking (structureel) meedoen met alledaagse dingen in de wijk!

Lees in deze nieuwsbrief hoe en wie aan de slag zijn in Colmschate Noord en Zuid en Keizerslanden

Colmschate Zuid aan zet

Staande ovatie voor het theater!

Eindelijk was het zover op zaterdag 18 april. Theatergroep Onbeperkt actief speelde *'Assepoester, maar dan n t wat anders'*. De 11 acteurs - mensen met een verstandelijke beperking, kinderen en andere buurtbewoners - hadden wekenlang geoefend en dat was duidelijk. Een geweldig theaterspektakel, wel 100 mensen in de zaal en een staande ovatie!



'Assepoester, maar dan n t wat anders' gaat over Sara die haar moeder kwijt is. Sara beleeft in haar dromen wonderbaarlijke avonturen als ze op zoek gaat naar moeder. Ze ontmoet wolven, vissen en zeemeerminnen en komt terecht in een bloemenland waar een regendans moet worden uitgevoerd om ervoor te zorgen dat de bloemen niet verdrogen. Het stuk eindigt met een prachtige lintdans waar alle acteurs aan meedoen.



Het project Onbeperkt actief!

Meedoen.. of het nu gaat om een kookclub, een boodschap doen voor de buurvrouw, een zangkoor, buurtbarbecue of een taakgroep van de Wijkaanpak. Vrije tijd hebben we allemaal! Doen we allemaal mee met activiteiten in de buurt? Hoe zit dat met mensen met een verstandelijke beperking? Ook mensen met een beperking hebben tijd, ambitie en talenten om in te zetten.

In een tijd waarin het 'normaal' is om kwetsbare groepen gewoon in de wijk te laten wonen, is het goed afspraken te maken en voorzieningen te treffen waardoor buurtbewoners elkaar ontmoeten en samen actief kunnen zijn.

Onbeperkt actief is een project gericht op vrije tijdsbesteding in de eigen buurt m.n. van mensen met een verstandelijke beperking. Het project is een opdracht van de Gemeente Deventer in het kader van Innovatie Welzijn. In 2 pilotgebieden - Colmschate en Keizerslanden - zijn bewoners en veel organisaties en partijen samen actief waarbij de projectleiding bij Raster ligt.





Tessa (stagiaire Raster) heeft haar afstudeeropdracht helemaal gewijd aan dit theatergebeuren. Zelfs het verhaal en de muziek geschreven.

Met begeleiding van De Leeuwenkuil en Raster is het uiteindelijk een theaterstuk geworden dat veel applaus verdient. Verder konden we rekenen op steun van De Parabool en de JP van de Bent bij het oefenen en het optreden.

Al met al smaakt het theater naar meer - daar waren alle acteurs en publiek het over eens zijn! Weet je trouwens dat je een DVD kan bestellen?

Wandelen met de burenen!

Na de wandelingen in de herfst en winter van 2008 wordt er ook dit jaar 4 keer gewandeld. We zijn er trots op te kunnen vertellen dat buurtbewoners het initiatief willen voortzetten. Tenminste... als er genoeg animo blijft!

De wandelaars vinden het prettig dat er - om beurten - een begeleider vanuit een van de zorgorganisaties meeloopt. In april was er een prachtige wandeling op de Holterberg.

Het parcours was goed uitgezet en er waren auto's genoeg om naar Holten te rijden. Mooi weer, bomen in de knop en een leuke sfeer en tot slot de welverdiende chocolademelk die ons opwachtte na een wandeling van 5 kilometer.

De prokkelwandeling door de wijk - op 13 juni - had wat minder deelnemers. Misschien omdat er zo veel te doen was op het Andriessenplein?



Op **10 oktober** om 10.00 uur start de volgende wandeling vanaf cafe Hof van Colmschate! Iedereen uit Comschate en de Vijfhoek (wijk 5) kan meewandelen! Verder geldt: wil je meedoen en heb je vervoer nodig, laat het weten! Ook zijn we op zoek naar burenen die willen rijden! Je kunt bellen met Fred Bomhof ☎ 06 36020438.



Ouders aan het woord!

Moeder K. *'ik vind het zo geweldig dat dit georganiseerd wordt. Mijn dochter geniet en heeft afspraken in haar agenda staan. Ze hing eerder wat doelloos achter de computer, televisie of zomaar op de bank. Bovendien - en dat is niet onbelangrijk - groeit het kind hierdoor in haar zelfvertrouwen, dat zie je gewoon'*. Moeder D. voegt toe dat dochter Marije nu - net als haar zussen - kan zeggen *'ik volg een cursus'*. Marije heeft meegewandeld, was een van de koks van Potje van Otje en ook van Lady's special heeft ze volop genoten. *'Blijje gezichten en te zien dat je dochter een avondje op stap gaat, dat doet je goed als ouder'*. Een vader liet tijdens de boerderijklassen op de Ulebelt al weten dat hij het erg belangrijk vindt dat iedereen weet dat mensen met een beperking ook actief kunnen zijn als vrijwilliger. Met beide kinderen is hij flink aan de slag gegaan, zijn de caviahokken schoongemaakt, de konijnen geborsteld en nog meer. Dat allemaal in onze eigen wijk, hier willen we graag mee verder!



Boerderijklussen op de Ulebelt

De boerderijklussen zijn in één woord geweldig! De beesten voeren en borstelen, het kippenhok omspitten, hokken schoonmaken. We hebben flink ons best gedaan en tot slot een ritje door de wijk op de paardenwagen. Afgelopen winter zijn er 2 teams aan de slag gegaan - verdeeld over 3 zaterdagen. Er kunnen maximaal 15 buurtbewoners meedoen per klusteam.



Opbouwwerker Kees heeft jammer genoeg een andere baan – buiten Deventer. Marieke Schoonderwoerd – een van de nieuwe wijkopbouwwerkers – neemt zijn taak graag over! De dierverzorger benadrukt verder nog eens: het zijn klussers en geen zieligers, hoor! Het ontmoeten van buurtbewoners is leuk maar ook bijzonder is het effect wat de dieren hebben op sommige mensen. Geweldig als je ziet wat een pasgeboren konijntje kan betekenen voor iemand met een autisme. Het afscheidwoordje van Grietje was ontroerend. Grietje, maar ook de andere klussers stropen hun mouwen weer op in het najaar! Nu de Ulebelt verbouwd is willen we weer aan de slag!

Lady's Special oftewel de Tut klup

Een voetenbadje, een babbeltje met je vriendin, een kleurtje op je wangen? De schoonheidsspecialiste geeft tips hoe je gezicht lekker kan verzorgen.

De kapper heeft ook nog eens een haarmaskertje meegenomen. Heerlijk was het om samen eens lekker ontspannen met je zelf en met de andere ladies uit de buurt actief te zijn. De dames hebben zich goed vermaakt.

De opkomst was groter dan verwacht en er is nu al een wachtlijst van ladys met een beperking - ze doen graag mee in het nieuwe seizoen. The Mall en Raster willen nog meer jonge dames enthousiast maken.

Voor het najaar hebben we 2 schoonheidsspecialistes bereid gevonden om verder te gaan.

Dank ook aan Diny ... die doet ook volgende keer weer mee als begeleider - een super vrijwilliger! Daar zijn we heel blij mee.



Potje van Otje

Bij Potje van Otje koken en eten kinderen en buurtbewoners met een verstandelijke beperking samen. Op hun beurt nodigen zij gasten uit de buurt uit om een hapje mee te eten. Iedere week weer iemand anders. Wist je dat iedere Potje van Otje sessie (8 bijeenkomsten) zo'n 45 gasten meeeeten! Zo eet je niet alleen lekker maar kom je ook meer te weten over de buurt. En wie weet ... maak je een afspraak om samen nog eens iets leuks te gaan doen.

Potje van Otje is gestart om mensen met een beperking meer in contact te brengen met de buurt. Gestart in februari 2008 kan Potje van Otje rekenen op veel fans. Potje van Otje start weer op 28 augustus in de BSO van Raster die in de Ulebelt is. Op vrijdag wordt die plek voor een paar uurtjes buurtrestaurant Potje van Otje!

Raster



Ronald heeft dit plan gepresenteerd tijdens de Wijkaanpak- keuzeavond. Hij was zelfs te zien op de Deventer Televisie toen hij vertelde dat hij en andere bekenden daar behoefte aan hebben. Ronald en andere actieve bewoners gaan na de zomervakantie weer aan de slag met dit plan. Met hulp van de wijkopbouwwerker in het kader van de Wijkaanpak. Wist je dat er in alle wijken en dorpen van Deventer geld en ondersteuning is om leuke buurtinitiatieven uit te voeren via de Wijkaanpak? Lees onder het kopje Wijkaanpak nog meer initiatieven.

Vriendenkringen in je eigen buurt!

Vriendenkringen zijn groepjes inwoners van Deventer die samen actief zijn. Wonen in de wijk is ook voor mensen met een verstandelijke beperking heel prettig maar de aansluiting bij de buurt gaat niet vanzelf. Af en toe bij elkaar komen, naar de bioscoop of een terrasje gaan. Eigenlijk gewoon wat je zelf leuk vindt. MEE biedt in veel steden en dorpen begeleiding als dat nodig is. Na de zomervakantie gaan we meer per buurt werven. MEE gaat samen met Raster een campagne starten als onderdeel van het project Onbeperkt Actief. Veel mensen met (ambulante) begeleiding hebben net iets meer steun nodig om mee te doen in de buurt. Groepjes burens met de zelfde interesses worden gematcht, denk eens aan samen vissen, spelletjes doen of samen een maaltijd koken. Dan is het natuurlijk erg handig en net zo makkelijk als je bij elkaar in buurt woont. Heb je vragen of wil je meedoen? Bel dan gerust met MEE of met de wijkopbouwwerker van je wijk.



Keizerslanden

In Keizerslanden doet men het iets kalmer aan. Tijdens de Kerst-inloop - waar wel 50 mensen met ambulante begeleiding aan meededen - zijn al leuke ideeën naar voren gekomen. De cliëntenraad van de JP van den Bent denkt mee over een vervolg. Zo ligt er nog een wens om kookworkshops en samen eten te organiseren. Wat verder in de steigers staat is het plan om computeractiviteiten te gaan starten. In je eigen buurt en samen met buurtbewoners. Das gezellig maar ook nog eens handig. Je kunt elkaar helpen als dat nodig is.



Prokkelen

Prokkelen staat voor prikkelende ontmoetingen tussen mensen met een verstandelijke beperking en anderen. Het initiatief kent een landelijk 2 daagse, wel 90 plaatsen doen mee. Zo ook in Deventer.



Het groot Potje van Otje - Prokkeldiner



'veilingmeester' Bep Spa in actie!

Vrijdagavond 12 juni j.l. werd er heerlijk gekookt en gegeten in de Latijnse School. De vaste crew van een van de Potje van Otje sessies zorgde voor een pastasalade als voorgerecht. De rest van het uitgebreide menu werd gekookt door vrijwilligers van het Grote Kerkhof. Aan tafel schoven mensen van verschillende leeftijden, kunstenaars, bekende mensen uit de stad en verder iedereen die mee wilde eten en – tijdens de veiling - een bod wilde uitbrengen op een van de kunstwerken.

De opbrengst van de Kunstveiling en het Groot Potje van Otje prokkeldiner zijn voor verdere activiteiten van Potje van Otje. Weet je dat er ruim € 850 is ingezameld! Super toch! Heel veel dank gaat uit naar alle vrijwilligers en werkers, de kunstenaars, ARToMoNDO, de Latijnseschool, Prima Donna en iedereen die meedeed en meeat op 12 juni!

Andriessenplein vol activiteiten

Op zaterdag de 13^e juni was het Andriessenplein voor één dag Prokkelplein. Alle activiteiten van Onbeperkt Actief - prikkelend en vol ontmoetingen – zijn op het plein neergezet. Wie boodschappen ging doen of zo maar langs kwam kon genieten van Potje van Otje, make-up of schminken met Ladys special, dansen met de theatergroep, meewandelen met de burens, knuffelen met de Ulebelt-konijnen en zelfs een ritje maken met de paardenwagen. Een Potje van Otje crew had ook hier voor voor iedereen de lekkere pasta salade. Heerlijk!



De vraag aan de buurt was: doe je ook mee? Of als deelnemer of als vrijwilliger? Voor de verschillende activiteiten of voor individuele bewoners! Bijvoorbeeld eens voetballen met Wim of naar de stad gaan met Sophie. De VrijwilligersCentrale heeft het buurtprkbord neergezet met de oproepjes om helpende handjes. Om alles nog meer feestelijk te maken was Tos - de vader uit het boek van Otje - aanwezig. Tos genoot ook van het spektakel en maakte een heuse rap. De winkeliers hielpen fantastisch mee, zo schonk AH Vijfhoek alle ingrediënten voor de pasta. Een loterij met prijsjes van de winkeliers en andere ondernemers heeft bijna 150 euro opgeleverd!



Vrijwilligers gezocht

De Vijfhoek en ook de andere nieuwere buurten in Deventer tellen relatief veel bewoners met een verstandelijke beperking. Dat is niet zo gek, want de buurten zijn gebouwd in de tijd dat mensen met beperkingen de grote tehuizen buiten de stad verlieten en in de wijken gingen wonen. Toch blijkt het voor hen niet altijd eenvoudig om contacten in de buurt op te bouwen.

De vrijetijds activiteiten van Potje van Otje tot het wandelen aan toe zijn ook bedoeld om die contacten wat meer vorm te geven. Zaken waar het personeel maar zelden tijd voor heeft. De diverse (zorg)woningen in de wijken zijn eigenlijk allemaal op zoek naar mensen uit de buurt, die zo af en toe eens iets willen doen met hun mede-bewoners met een verstandelijke beperking.



Dat varieert van het kopje koffie tot het halen en brengen naar een activiteit of eens een klusje doen in of rondom het huis. De vrijwilligerscentrale zie www.vrijwilligersstad.nl heeft de vacatures op haar website.

De Vrijwilligerscentrale, Raster, zorgorganisaties, MEE en anderen gaan de komende tijd nog meer samenwerken om actieve mensen uit de buurt te betrekken. Het buurtprikbord (zie foto) krijgt een vervolg!!!



Wijkaanpak 2009 - 2010: nieuwe ronde, nieuwe kansen

Deventer staat bekend om zijn 'Wijkaanpak'. Bewoners kunnen zelf ideeën indienen waar zij het geld voor hun 'eigen' wijk graag aan besteed zien. Iedere Deventer wijk (of dorp) heeft namelijk een 'wijkbudget'. In januari 2009 is een nieuwe Wijkaanpak ronde gestart! In de pilotwijken van Onbeperkt Actief hebben veel aandacht besteed aan de nieuwe Wijkaanpak-ronde. Verschillende bewoners met een verstandelijke beperking hebben wijkaanpak- initiatieven ingediend.

Dat verdient aandacht in deze nieuwsbrief - lees mee en wordt ook enthousiast!



Computeren met je burens in Keizerslanden

Een groep zelfstandig wonende bewoners met een beperking heeft een wens ingediend voor computeractiviteiten samen met buurtgenoten. In je vrije tijd bezig zijn met computeren waarbij je tegelijkertijd buurtgenoten kan ontmoeten die kunnen bijspringen en helpen bij het computeren. Eerder in de nieuwsbrief heb je al kunnen lezen over de presentatie van Ronald tijdens de keuzeavond.

Na de zomervakantie gaat de taakgroep kijken hoe dit te organiseren is. De ambulante begeleiding van J.P. van den Bent en wijkopbouwwerker Marc Kamp helpen de taakgroep een eindje op weg.



Siennahof heeft haar eigen Buurtsportspeldag

Op initiatief van de bewoners van de woningen van JP van den Bent aan het Siennahof is een heuse sportspeldag georganiseerd. Alle burens zijn uitgenodigd om mee te denken en te doen. Op 16 mei was het binnenterrein van Siennahof voor een dag: een low budget spel en sport grasveld. Behalve de wijkaanpakmiddelen, hadden buurtbewoners ook voor het een en ander gezorgd. Zo was er frisdrank, koffie, thee, cake, pannenkoeken en een ijscoke om ieder op een ijsje te trakteren. Een springkussen en al het



spelmateriaal zijn kosteloos ter beschikking gesteld. Met groot enthousiasme van allen en ook goed weer is het een prachtige dag geworden. Bovendien blijkt dat de spelactiviteiten het contact met de burens goed heeft gedaan. Dat smaakt naar meer! Er zijn al plannen voor het najaar!

Binnenloopmiddag in de Charles Rochussensestraat 16 - 18

'Vriendschappen buiten de woning, buiten het eigen kringetje, worden node gemist', vertelt Berti Wagenvoort, zorgcoördinator aan de Charles Rochussenstraat waar twaalf jongvolwassenen wonen in twee grote huizen van Zozijn. 'Ze hebben het allemaal naar hun zin, maar we merken dat ze toch heel graag contacten willen hebben met mensen uit de buurt die eens iets leuks met ze willen doen.' Gezellig met Bas naar de stad, shoppen met Marjolein of met Wim naar een concert. Merette uitnodigen voor een kopje koffie of Michael voor een wandelingetje.

Daarom organiseren wij in een binnenloopmiddag op zaterdag 19 september van 13.00 tot 16.00 uur in ons huis. Mensen uit de buurt kunnen dan komen kennismaken. We hebben bij de Wijkaanpak gevraagd, of ze ons daarbij willen ondersteunen. Wie weet wat voor moois daaruit voortvloeit.



Kleedjesmarkt en nog veel meer op het Calandhof

Ook de bewoners met een verstandelijke beperking van het Calandhof zijn enthousiast aan de gang gegaan. Samen met de begeleiders van de JP van den Bent hebben zij huis aan huis, bij alle burens, aangebeld en hen uitgenodigd voor een leuke dag op 3 oktober.

Er komt een kleedjesmarkt en ook sport en spel. De voorbereiding is nog in volle gang. Ook hier geldt dat de contacten met de burens erg belangrijk zijn, wil je samen leuke dingen kunnen doen.



Deze wijkaanpakronde duurt tot eind 2010. Je kunt wat extra hulp krijgen van het opbouwwerk van Raster als dat nodig is. Laat die kans niet voorbijgaan - de Wijkaanpak is er voor ALLE bewoners!

Vragen?

Bel gerust naar de wijkopbouwwerker of wijkmanager in Colmschate en Keizerslanden

Marc Kamp - wijkopbouwwerker Keizerslanden

☎ 628341 of 0613948550 ✉ m.kamp@rastergroep.nl

Miranda Arendsen - wijkmanager Keizerslanden

☎ 693271 of 06 22493124 ✉ mbm.arendsen@deventer.nl

Marieke Schoonderwoerd, wijkopbouwwerker Colmschate Zuid en actief voor Onbeperkt Actief

☎ 651561 of 06 12935709 ✉ m.schoonderwoerd@rastergroep.nl

Henk-Jan Gosseling, wijkopbouwwerker Colmschate Noord

☎ 651561 of 06 12791545 ✉ hj.gosseling@rastergroep.nl

Esther van Urk, wijkmanager Colmschate Noord (ten noorden van de Holterweg)

☎ 693271 of 06 51548658 ✉ e.van.urb@deventer.nl

Verder kun je bellen met Kirsten Groeneweg, Raster kinderwerk ambulante actief in wijk 5.

☎ 651561 of 06 42635107 ✉ k.groeneweg@rastergroep.nl

Het Project Onbeperkt Actief wordt uitgevoerd onder leiding van de projectontwikkelaar van Raster, in samenwerking met:

- buurtbewoners met en zonder beperking uit wijk 4 en wijk 5,
- Vrijwilligers Centrale Deventer *
- MEE IJsseloevers *
- Raster Welzijn
- Overijssel Platform VG*
- JP van den Bent stichting
- Zozijn
- De Parabool
- Philadelphia Zorg
- De Ulebelt
- Leeuwenkuil

*Deze organisaties vormen - in deze projectfase - samen de klankbordgroep Onbeperkt Actief.

Voor ondersteuning en/of sponsoring hebben gezorgd Kunstcircuit, Hallo Kontakt, the Mall, AH Vijfhoek, Het Kindercafé, winkeliersvereniging Andriessenplein, Latijnse School, Kunstenaars, St. De Klup, Rentree, leder 1, ARToMoNDO, Vrijwilligers, Prima Donna en andere ondernemers.

De gemeente Deventer is de opdrachtgever van het project Onbeperkt Actief en geeft een financiële bijdrage vanuit haar WMO middelen.



IJsseloevers



buro voor vrijwillige inzet



Overijssel Platform VG

Tips of meer weten?

Heeft u tips, vragen, opmerkingen of anders? Alle reacties zijn van harte welkom!

Lia van Nimwegen
project ontwikkelaar, Raster
☎ 0570 610607 of 06 20220814

✉ l.nimwegen@rastergroep.nl