

[Bekijk dit bericht in uw browser](#)

## Nieuwsbrief Raalte december 2021

wyz  
welzijn

de kern  
maatschappelijke dienstverlening



### Vier manieren om nu eenzaamheid tegen te gaan



In de gemeente Raalte wonen veel ouderen die vanwege corona minder bezoek krijgen. Maar er zijn ook andere inwoners die in deze tijd contacten missen. Mensen kunnen sociaal geïsoleerd raken of zich eenzaam gaan voelen. Jij kunt helpen om dit tegen te gaan door onderstaande mogelijkheden.

#### **Bellen kan, ook als het de buurvrouw is**

Een bezoek brengen aan de burens kan misschien niet, maar bellen kan

natuurlijk wel. Kijk bijvoorbeeld samen naar een televisieprogramma en zet de telefoon op de luidsprekerstand. Zo zijn jullie toch op afstand met elkaar verbonden.

### **Maak een telefooncirkel of WhatsApp groep**

Een telefooncirkel is een dagelijks belronde langs een aantal mensen die je kent. Zo heb je elke dag met iemand contact en is er altijd iemand die weet hoe het met jou gaat. Via WhatsApp kun je elkaar ook dagelijks een kort berichtje, foto of filmpje sturen.

### **Schrijf kaarten en brieven**

Veel mensen hebben nu minder reistijd en werken vanuit huis. Dat maakt het goed mogelijk om weer eens een brief te schrijven of een kaartje te posten.

### **Gebruik de Luisterlijn**

Iedereen in Nederland kan gebruik maken van de Luisterlijn. Via **088 - 0767 000** kun je een praatje maken met de ander aan de lijn.

Groot of klein, alle gebaren doen ertoe. Zo maakt het sturen van een kaartje iemands dag al bijzonder. Het is een kleine moeite met een grote impact: je laat zien dat je aan hem of haar denkt. Wil jij ook iemand laten weten dat diegene ertoe doet voor jou? Wie stuur jij een kaartje?  
Of wie bel jij morgen op?

---

## **Een passend maatje**



In de afgelopen weken hebben we zowaar vier koppelingen kunnen maken

tussen mensen die een maatje zochten en maatjes die zich hebben gemeld.  
Geweldig!

Voor sommige mensen is deze tijd van het jaar best lastig om door te komen.  
Wanneer je (veel) alleen bent kan de eenzaamheid je enorm overvallen.  
Wanneer je dan weet dat er iemand is, die jou in ieder geval 1x in de week of  
in de twee weken op komt zoeken, dan geeft dat alleen al een goed gevoel.  
Iets om naar uit te kijken.

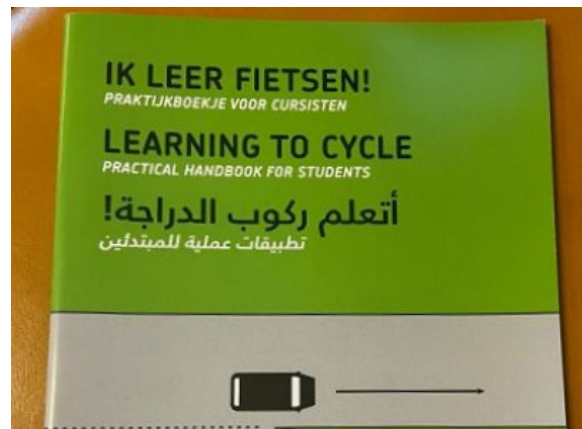
Bij maatjes staan menselijkheid en gelijkwaardigheid voorop. Het draait om  
persoonlijk contact. Samen plezier hebben. Aandacht en tijd, respect en begrip  
zijn ook erg belangrijk in het contact. De warmte van een contact werkt voor  
beide natuurlijk naar twee kanten.

Wat doe je wanneer je maatje bent? Dat bepaal je natuurlijk samen, maar het  
is altijd fijn om een gesprek te kunnen voeren en/of lekker samen een  
wandeling te maken. Even naar buiten, een frisse neus halen, brengt al snel  
een andere stemming. Maatje zijn hoeft dus helemaal niet ingewikkeld te zijn.

Zou je wel maatje willen worden, maar vind je dat misschien ook spannend?  
Mail dan naar Erna Klok, [e.klok@wijz.nu](mailto:e.klok@wijz.nu) en zij nodigt je uit om te komen  
praten.

---

## Fietslessen voor statushouders



WijZ welzijn Raalte, Vluchtelingenwerk en CRT (Cross Ren Toer) Raalte  
hebben de handen ineengeslagen om fietslessen aan te bieden voor  
statushouders. Veel statushouders komen uit gebieden waar de fiets geen  
gebruikelijk vervoermiddel is, terwijl het een ideaal en goedkoop  
vervoermiddel is in Nederland.

Eind november was er een informatiebijeenkomst voor belangstellenden. De  
bijeenkomst was zo succesvol, dat de cursus al volgeboekt is. In het voorjaar  
van 2022 zullen de fietslessen van start gaan. Vrijwilligers van CRT verzorgen  
volledig de uitvoering van de cursus.

---

## Bewoners Wilgensingel verrast



Een ontmoetingsactiviteit, georganiseerd door bewoners van de Wilgensingel, kon helaas niet doorgaan vanwege de coronamaatregelen. Om buurtbewoners in het zonnetje te zetten, bedachten opbouwwerker Ilse Waanders en jongerenwerker Merijn Winters de decemberpakkettenactie. Buurtbewoners konden elkaar nomineren voor een decemberpakket. Daar is veel gehoor aan gegeven en meerdere bewoners werden verrast.

Op de foto rechtsboven staat één van de genomineerden. Een buurvrouw heeft haar genomineerd voor alle hulp. Een keer om de deur kijken, een maaltijd brengen enz.

---

## Gastlessen social media en gamen



Merijn, onze (ambulant) jongerenwerker bezoekt een aantal basisscholen en gaf daar informatie over het jongerenwerk in de gemeente Raalte. Ook gaf hij, in samenwerking met Tactus, op diverse basisscholen gastlessen over de onderwerpen Social Media en Gamens.

Wil je dat Merijn ook op jouw school langskomt? Neem dan contact op met hem via [m.winters@wijz.nu](mailto:m.winters@wijz.nu) of bel 06 1250 7703.



## Waarom een gezamenlijke nieuwsbrief?

WijZ welzijn en De Kern zijn beiden werkzaam in het sociaal werk en werken veel samen. Daardoor is al snel besloten ook samen een maandelijkse nieuwsbrief uit te brengen.

**WijZ welzijn**  
Raalte  
Passage 13  
8102 EW Raalte  
038 85 15 700

**De Kern**  
maatschappelijke dienstverlening  
Passage 10  
8102 EW Raalte  
0570 547 300





*Copyright © 2021 WijZ welzijn Raalte en De Kern Raalte*

[Hier kun je je afmelden voor deze nieuwsbrief](#)

---