

Nieuwsbrief

#14 – december 2014

Nummer veertien!

Omdat we een paar dringende zaken toch nog bekend willen maken, verschijnt de laatste nieuwsbrief van dit jaar wat eerder dan gebruikelijk. Ook deze bevat weer nieuws over Buurthuis Het Voorhof en de mensen die daar hard aan het werk zijn, terug- en vooruitblikken en nieuws over geplande en al lopende activiteiten. We wensen u veel leesplezier en: reageren mag natuurlijk! Graag zelfs!

Onze vrijwilligers

Hij was tot op dit moment nog niet aan de beurt gekomen, maar het heeft natuurlijk te lang geduurd voordat hij het woord kreeg:

Mijn naam is **John Bloem**, 59 jaar en getrouwd met Christina, u kent haar wel... Ik heb een visuele handicap (Retinitis Pigmentosa): ik 'kijk door een rietje' van 6 mm. Op de LTS heb ik geleerd voor timmerman / metselaar en na een aantal jaren in de bouw gewerkt te hebben, ben ik onderhoudsman / stalknecht geworden op een manege. Na 3 jaar heb ik gesolliciteerd bij de Provincie Zuid Holland, als brugwachter. Toen het na 15 jaar steeds slechter ging met mijn ogen, ben ik op het Provinciehuis in Den Haag geplaatst en omgeschoold tot administratief medewerker.

De laatste weken heb ik de renovatie van het Buurthuis gecoördineerd en ook meegeholpen bij de beplating van de buitenkant, het schrappen van de stalen binten, het repareren van de onderdorpels van de ramen, het slopen van de keukenvloer, en nog veel meer. Dat lukt, omdat ik een hoop werk doe zonder mijn ogen te gebruiken, ik weet hoe het moet en kan, en bij delicater werk vraag ik hulp aan anderen.

Tot ziens in het Buurthuis!



Onze activiteitenleiders: Hans Richters



Een hobby, die ik twintig jaar geleden begon, is wat uit de hand gelopen. Destijds kwam het echt niet in me op dat je zo lang zo bezig kunt zijn met Tai chi en Qi-gong. Ik ben er nu wel al een tijdje achter dat het beoefenen van Tai chi en Qi-gong gewoon hoort bij dagelijkse activiteiten, al is het maar om even tussen andere activiteiten door fijn te bewegen en mij bewust te zijn van mijn eigen lichaam en de zekerheid te hebben dat ik hiermee gewoon kan doorgaan zolang ik wil.

Ik ben al een aantal jaren actief in Buurthuis Het Voorhof, waar ik probeer mensen deze bewegingen te leren en ze te laten voelen dat ook zij dit kunnen. Ouder worden is niet het probleem, dat gebeurt nu eenmaal vanzelf, maar ouder worden en gezond blijven, of zelfs je gezondheid verbeteren, dat kun je met het beoefenen van Tai chi en Qi-gong bereiken.

En, in deze tijd van zorg voor en om het milieu: we hebben het hier over een 100 procent groene activiteit: geen gebruik van machines of speciale benodigdheden. Gewoon bewegen en werken aan lekker in je lijf zitten en voelen dat je bijvoorbeeld minder stress hebt en meer energie.

Binnenkort begin ik weer een nieuwe klas, dat staat dan op mijn website www.goudenregentaichi.nl, of bel 06 22 754 090. Blijf gezond!

Renovatie

Aannemer **Frans de Bruijn** is vrijwel klaar. Nog een schroefje hier en daar, en een deur voorzien van een 'waterkering' en de klus zit erop.

Glaszetter **Tino Daniëls** gaat volgende week de nieuw geplaatste ramen afkitten en dan zit komt er ook voor hem een einde aan zijn deel in de renovatie.

Schilder **John van Scheijndel** gaat rustig verder met het schilderwerk. Steeds meer blank stalen kolommen en steeds meer houten raamkozijnen en deuren verdwijnen onder een of meer lagen grondverf, om daarna in de definitieve kleuren te worden afgelakt.

Als het meezit, kunnen we in de volgende nieuwsbrief melden dat het buitenwerk gedaan is!

Nagekomen mededeling: tijdens de Buurtmarkt (zie verderop) verrasten de drie heren ons met een heerlijke slagroomtaart met hun eigen namen en logo's. Tino kwam hem 'officieel' overhandigen en de bestuursleden wilden hem maar al te graag aannemen. Heel wat bezoekers hebben een stukje kunnen proeven. Hartelijk dank voor dit leuke initiatief, heren!



De renovatie van de keuken heeft meer voeten in de aarde dan oorspronkelijk gedacht.



Bij het verwijderen van de oude vloertegels bleek dat de houten ondervloer aardig aan het schimmelen was en last had van houtrot. Die moest er dus ook uit en dat betekende weer dat ook de kasten rondom moesten worden gedemonteerd. De spoelbak in het blad en de leiding die voor de aanvoer van water zorgt, bleken lek. Die moesten dus ook worden gesloopt – en daarvoor moet dus ook iets nieuws komen... We gaan proberen om voor deze noodzakelijke renovatie een subsidie te krijgen.

Nieuwsbrief

#14 – december 2014

Overigens: weer een woord van dank aan **John Bloem**: hij heeft zich in het stukje hierboven te bescheiden opgesteld, want John heeft zo ongeveer in zijn eentje de hele oude keukenvloer weggehaald. Met alle troep en inspanning die dat met zich meebracht, is dat een prestatie van formaat! Nog een keer heel veel dank, John!

Kerstmaaltijd

Zoals meld in de vorige Nieuwsbrief: op 17 december van 18:00 tot 21:00 uur. Het wordt een volledig verzorgde maaltijd; wie dat gaat doen is nog even een verrassing! We vragen een bijdrage van u van € 4,- per persoon, maar daar krijgt u dan ook het nodige voor! De kerstmaaltijd is in eerste instantie bedoeld voor de mensen die ook regelmatig deelnemen aan de Buurtavond: die hebben voorrang bij de inschrijving. Wilt u meedoen? Reageer dan snel (vóór 10 december aanstaande), want we hebben maar ruimte voor 30 personen...

Inschrijven via een e-mail naar buurthuisvoorhof.adm@gmail.com met daarin uw naam en het aantal personen. Een telefoontje naar 015 261 6006 mag ook!

O ja: wilt u de verschuldigde bijdrage op de avond zelf afdragen aan een van de aanwezige vrijwilligers van Stichting Buurtwerk Voorhof II? Dat is handiger dan betalen via de bank! Dank u!



Buurtmarkt (door Laurien Seip)

Zaterdag 29 november was het weer zo ver: voor de tweede maal in ons bestaan organiseerden we een Buurtmarkt in ons Buurthuis. Tot opluchting van ons allen was de renovatie van de buitenkant van het gebouw inmiddels zo ver gevorderd, dat de meeste steigers konden worden opgeruimd en door de nieuwe kleuren mosterdgeel en donkergroen zag het er – na jaren – ook buiten weer verzorgd uit.



Wij mochten ook deze keer weer een flink aantal organisaties ontvangen die langs deze weg hun belang voor de bewoners van onze wijk wat meer bekendheid konden geven. Ook zes van onze vaste activiteitenleiders waren aanwezig; twee van hen hebben met hun cursisten een demonstratie gegeven. Als openingsklapper waren daar weer de vier beeldschone Russische meisjes, die twee volksdansen uit hun geboorteland uitvoerden in traditionele klederdracht. Dat dit door het publiek op prijs werd gesteld, bleek wel uit het daverend applaus en het geroep om een toegift, die natuurlijk ook kwam.

Om elf uur was het tijd voor een debat met vertegenwoordigers van maar liefst zes politieke partijen. Hoofdonderwerp deze keer: de veranderingen in de zorg per 1 januari 2015. Daar hadden politici én toehoorders wel iets over te zeggen. Vanzelfsprekend waren sprekers van de twee 'kampen' het niet met elkaar eens, maar dat maakte de discussie wel levendig... Dank aan onze stagiaires voor het bedenken van de onderwerpen voor het debat – en ook voor de verdere ondersteuning!



Ook was er een sneltekenaar die op verzoek bezoekers en deelnemers met milde spot op A3-formaat vastlegde. Hij werd al snel van zijn plekje verdrongen door de politici en het debat, maar kon gelukkig zonder problemen uitwijken naar de gymzaal om daar zijn creatieve (en door alle geportretteerde 'slachtoffers' gewaardeerde!) werk voort te zetten.



Na de lunch was het de beurt aan de leerlingen van de Tai-chi en Qi-gong cursus voor een demonstratie van een activiteit die bij velen van ons niet of nauwelijks bekend is. Onder aanvoering van leraar Hans Richters trakteerden zij ons op een serie prachtige bewegingen, die met elkaar een soort ballet vormen. Deze oefeningen vragen nogal wat concentratie en dus is stilte in de zaal een voorwaarde. Geen probleem: je kon een speld horen vallen...

Het speciale Buurtmarktmenu vond gretig aftrek, vooral de taart en de soep vielen bij heel wat van de aanwezigen zeer in de smaak. Er werd trouwens toch goed gebruik gemaakt van de eet- en drinkvoorzieningen, wat de penningmeester ook weer een beetje blijer maakte! Gedurende de hele dag was het gezellig druk en werd er de nodige informatie uitgewisseld.



Al met al hebben we een goed gevoel overgehouden aan deze dag en we hebben ook weer geleerd wat volgend jaar anders dan wel beter moet. Ook dat is heel nuttig...



Nieuwe activiteiten

Misschien zijn ze u in de drukte van de Buurtmarkt ontgaan (we hadden het ook te druk om ze allemaal te promoten...), maar er zijn nieuwe activiteiten gepland in Buurthuis Het Voorhof:

- **Creatief Atelier**
Haken, breien, weven, fijn borduren, vezelvlies maken en nog veel meer op donderdag van 13:30 –

Nieuwsbrief

#14 – december 2014

16:00 uur. Start op 5 februari 2015 (bij voldoende belangstelling, uiteraard). Voor inlichtingen kunt u terecht bij beeldend kunstenaar **Elise Kloppers**, tel. 015 256 5075. Neem een kijkje op haar website voor meer informatie: www.elisekloppers.com!

- **Ik ben ik, en dat is Oké!**
Een 'cursus' voor kinderen die een steuntje in de rug goed kunnen gebruiken. Meer weten? Op 6 januari 2015 is er een voorlichtingsavond in het Buurthuis van 20:00 – 21:30 uur. Kosten € 5,- inclusief koffie/thee. De volledige cursus bestaat uit 8 bijeenkomsten en is gepland op maandag van 16:00 – 17:30 uur; de start is op 19 januari 2015 (bij voldoende belangstelling). **Rowien Jager** verzorgt deze workshop en zij zal u via haar e-mailadres info@buroro.nl graag meer vertellen!
- **Workshop Ontdekte schat**
Hoe persoonlijke herinneringen op een zodanige manier 'in te pakken', dat ze nog mooier worden dan ze al zijn: **Rowien Jager** gaat u daarbij helpen in deze workshop, die bij voldoende belangstelling (minstens 8 deelnemers) wordt gehouden op *dinsdag 9 december aanstaande*, van 09:30 – 11:30 uur. Deelname aan deze eenmalige workshop kost € 10,-. Informatie bij Rowien via info@buroro.nl.
- **Workshop Delftsblauw fotoschilderij**
Altijd al eens met uw eigen handen een mooie fotolijst met Delftsblauwe motieven willen maken? Schrijf u dan in voor deze workshop, dan kunt u geholpen door **Rowien Jager** eens kijken hoe dat in zijn werk gaat. Voor deze workshop op *dinsdag 16 december aanstaande* van 09:30 – 11:30 uur betaalt u een 'kerstprijs': inclusief schilderdoek, verf en ander materiaal slechts € 20,-! U hoeft alleen een foto mee te nemen om mee te werken. Ook voor deze activiteit: informatie bij Rowien via info@buroro.nl.
- **Aandacht en ontspanning voor jezelf**
Ze waren ook aanwezig op de Buurtmarkt, de dames van 'Praktijk Bloeiende Harmonie'. **Eveline Hendriks** laat u kennismaken met
 - bloesemremedies, waarmee het zelfhelend vermogen wordt bevorderd,
 - diverse vormen van massages (ook voor baby's en kinderen),
 - Holistic Pulsing (zacht, wiegende en schuddende bewegingen),
 - Chakra-behandeling en
 - klankschalen.

Evelines moeder, **Jacqueline**, leert u Mandala- en Wastekeningen te maken, waarmee u uiting kunt geven aan wat innerlijk bij u leeft, om op die manier daar inzicht in te krijgen. Deze activiteiten zullen op een laagdrempelig niveau en tegen sympathieke prijzen worden aangeboden, zodat ze ook toegankelijk zijn voor mensen met een wat kleinere beurs. Op welke datum en tijdstip dat gaat gebeuren, weten we nog niet precies. Informatie kunt u krijgen op de website van Eveline: www.praktijk-bloeiende-harmonie.nl.

Informatie vragen over of inschrijven op een of meer van deze activiteiten kunt u natuurlijk ook doen via buurthuisvoorhof.adm@gmail.com of via een telefoontje naar 015 261 6006!

Vrienden van Buurthuis Het Voorhof

We zijn nog steeds aan het nadenken over de invulling van dit idee. Binnenkort hopen we u meer te kunnen vertellen. Mocht het Buurthuis u zó na aan het hart liggen dat u – ook zonder dat u over meer details beschikt – toch al een Vriend van Buurthuis Het Voorhof wilt worden, stort dan uw bijdrage op bankrekening **NL22 RABO 0171 7918 00** ten name van **Stichting Buurtwerk Voorhof II te Delft**, onder vermelding van 'Vrienden van Buurthuis Het Voorhof'.

Ten slotte nog dit:







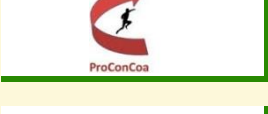



- Het buurthuis heeft een eigen telefoonnummer: 015 261 6006, bereikbaar van 09:00 uur tot 13:00 uur.
- Niet vergeten om eens te kijken bij de boeken in onze boekenverzameling. Er zit vast wel wat voor u bij! Kleine boeken kosten maar € 0,50 en grote relatief nog minder: maar € 1,-!
- Hebt u een nieuwtje of een bericht dat u via deze nieuwsbrief openbaar wilt maken? Stuur het op naar het e-mailadres dat u bovenaan deze nieuwsbrief ziet staan. Even bellen mag natuurlijk ook!



Wenst u deze nieuwsbrief niet langer te ontvangen? Stuur een mailtje of bel even en we verwijderen u van de mailinglijst.

Activiteitenladder Buurthuis Het Voorhof			
DAG	TIJD	ACTIVITEIT	PRIJS
maandag	16:00-17:30	Ik ben ik en dat is oké (voor kinderen)* start 19-01-'15 Rowien Jager: info@buroro.nl	8 lessen/12,50 per les
	19:30-23:00	Klaverjassen Colette Halma: halma@q8.com	
dinsdag	09:30-11:30	Inloop-koffieochtend	
	09:30-10:30	bewegen voor ouderen (gr. 1) Elja van Rijt: 015 261 7485 / eljavanrijt@hotmail.com	
	11:45-11:15	Inloopspreekuur Careyn (laatste dinsdag v/d mnd) Rianna Hogervorst: 06 1214 1965	
	10:45-11:45	bewegen voor ouderen (gr. 2) Elja van Rijt: 015 261 7485 / eljavanrijt@hotmail.com	
woensdag	09:30-11:30	conversatie Nederlands voor vrouwen Mariette de Bruijn: 015 212 6002	
	10:00-11:30	computerles beginners Ineke Nieuwpoort: 015 261 4920 / lahaye.nieuwpoort@casema.nl	€ 50,00 / 10 lessen
	14:00-15:30	Kinderclub De Tamboerijn Rene Strengholt: 015 880 4887 / rene.strengholt@gmail.com	
donderdag	09:30-11:00	Italiaans voor gevorden Silvia Dellaghezza: 06 12809330	€ 80,00 / 10 lessen
	10:00-11:00	Tai-chi Hans Richters: 015 212 5460 / j.richters@yahoo.nl	
	11:15-12:45	Italiaans conversatie Silvia Dellaghezza: 06 12809330	
	13:00-14:30	Italiaans voor beginners Silvia Dellaghezza: 06 12809330	€ 80,00 / 10 lessen
	13:30-16:00	Creatief Atelier* (start 05-02-'15) Elise Kloppers: 015 256 5075 / e.kloppers@hccnet.nl	10 lessen/12,50 per les
	19:30-22:00	Kunstschilderen Chiel Nienhuis: 015 2560821 / info@voorhofcreatief.nl	€ 6,50 / les
vrijdag	09:30-11:30	Tekenen en schilderen Roos Wisse: 015 261 7363 / s.m.m.wisse@online.nl	€ 5,00 / les
	10:00-11:00	Qi-gong & Tai-chi Hans Richters: 015 212 5460 / j.richters@yahoo.nl	€ 64,00 / 2 maanden
	10:00-11:00	Bloemschikken (1x p/mnd) Ineke Bayens: 06 2751 5015 / inekebs@hotmail.com	
	13:30-16:00	Portret- en figuurtekenen Chiel Nienhuis: 015 2560821 / info@voorhofcreatief.nl	
	15:30-16:30	Volksdansen voor Russische kinderen Svetlana Kononov: s.a.kononova@mail.ru	
zaterdag	15:00-17:00	Libres pro Aetate (toneel Russische jeugd)	
zondag	09:30-12:00	Geloofsgemeenschap Andre Bruinink: 06 3313 7300 / bruininkandre@gmail.com	
	12:00-13:30	Geloofsgemeenschap Andre Bruinink: 06 3313 7300 / bruininkandre@gmail.com	
	13:30-15:30	Athletes in Action (1e zondag vd maand) Marinus Meinster: 06 2334 1766	
Buurtavond: 1 x per maand een inloopavond, thema-avond of gezamenlijke maaltijd van 19:30 - 21.00 uur			
Coachee! spel: individuele sessies voor kinderen (op aanvraag bij Maud Amiabel) *			
* deze activiteiten zijn nog niet begonnen. Start bij voldoende deelnemers			

Stichting Buurtwerk Voorhof II werkt samen met

	Heeft een deel van onze renovatie bekostigd en sponsort ons met Burendag
	Heeft een deel van onze renovatie bekostigd
	Heeft onze website gebouwd en helpt ons met het koppelen van de een digitale activiteitenagenda aan onze administratie
	Betaalt de huur van de ruimtes voor enkele van de in het Buurthuis georganiseerde activiteiten
	Geeft ondersteuning op juridisch gebied
	Heeft ons geholpen bij de aanschaf van een nieuwe CV-ketel
	Helpt ons bij het ontwikkelen van een op realistische aannames gebaseerde toekomstvisie en strategie
	Steunt ons met donaties voor het opknappen van het Buurthuis-interieur en de aanschaf van software voor de computers
	Ondersteunt ons met het delen van hun netwerk, aanbod van wijkgerichte expertise en praktische adviezen
	Heeft de Buurtmarkt 2014 – flyer voor ons afgedrukt