

Herman Gorterhof 165 2624 XL Delft Tel. 06 4367 9808 (werkdagen van 9:00-20:00) buurthuisvoorhof@gmail.com

Van het bestuur

Graag zouden wij uitgebreid terugkijken op het bijna verstreken jaar 2016. Er is weer genoeg gebeurd in ons Buurthuis! Wij beloven u het complete verhaal in het jaarverslag 2016 dat in maart/april 2017 zal verschijnen. Wij hebben er inmiddels alle vertrouwen in dat we het gaan redden met het Buurthuis.

In het voorjaar van 2017 zullen we de laatste termijn van de koopsom aflossen en dan is het gebouw echt helemaal van ons. Dat is natuurlijk mede te danken aan onze trouwe huurders die zorgen voor de broodnodige inkomsten en ons geweldige vrijwilligersteam dat dag in dag uit klaar staat om u allen zo vriendelijk mogelijk te ontvangen. Onze dankbaarheid daarvoor is groot!

Ook de Gemeente Delft heeft laten weten een goed gevoel te hebben over de voortgang van dit project en blijft meedenken over de toekomst van het Buurthuis.

Tot slot nog een mededeling over het kerstdiner op 21 december: de inschrijving daarvoor is gesloten. Dit jaar heeft de Firma van Buiten ons aangeboden om de voorafjes gratis te verzorgen. Wij zijn daar heel blij mee!

Christina, Laurien en Cor en al onze vrijwilligers wensen u liefdevolle kerstdagen en een geweldig 2017.

Dankzij kinderopvang baadt Onder de Schie in weelde

EEN KUKJE BIJ
ONZE BUREN

Buurthuis Het Voorhof is niet het enige buurthuis in Delft dat in particuliere handen is gekomen. Kinderopvang De Lange Keizer kocht vorig jaar buurthuis Onder de Schie. Uw redacteur ging op bezoek na een volledige metamorfose.

door Jesse Budding

Alles ziet er spiksplinternieuw uit in de woonkamer van buurthuis Onder de Schie. Het meubilair, de keuken, de hele aankleding: alles is om door een ringetje te halen. Vrijwilliger Leo is druk bezig met de maaltijd van vanavond.

In 2015 nog huurde De Lange Keizer hier enkele ruimtes. "Maar wij lazten dat er panden in de verkoop gingen", herinnert beheerster Channa Degreef zich. "En wij hadden ruimtetekort. Toen hebben we ons bij de gemeente als koper aangeboden. Door dit buurthuis te kopen hebben we nu veel vrijheid." Over de financiën: "Het scheelt nogal. In het verleden moesten we vier ruimtes afhuren. Die hebben we nu zelf beschikbaar."

Verbouwd

Eind 2015 begon De Lange Keizer met een grote verbouwing van dit pand. "Zeven containers vol oude zoi gingen de deur uit", zegt Degreef. "We hebben het hele buurthuis opgeknapt. Zo hebben we de muur naar de keuken eruitgebroken.



Channa Degreef

Doordat we nu een open keuken hebben, is er veel meer een restaurantsfeer. Bovendien hebben we twee extra kookplekken gecreëerd. Ten slotte hebben we nu zonnepanelen op het dak."

Ook Onder de Schie draait voornamelijk op zaalverhuur. Aan cursussen geen gebrek: twee keramiekcursussen, twee yogacursussen, dans, koorrepetities, twee schildercursussen, chakra zingen, in het weekend lessen van de Tsjechische school en ook nog eens cesartherapie. "En er komt nog steeds meer bij", aldus Degreef.

Daarnaast vergaderen heel wat verenigingen van eigenaren hier. Wat ook gebleven is, zijn de koffieochtenden en maaltijden. Alleen het biljart in de woonkamer moest verdwijnen.

"Het nam veel ruimte in. De drie biljarters die er gebruik van maakten, komen nog wel eens op de koffie. Maar tegenwoordig organiseren we kookworkshops en feesten."

Jeugd aanspreken

Over de toekomst van 'haar' buurthuis heeft Degreef duidelijke ideeën: "Ik zou het leuk vinden om meer activiteiten voor jongeren te organiseren, om jong en oud te mengen ook. Streetdance is onze eerste activiteit voor de jeugd tussen acht en zestien jaar. De kinderen waren zo 'voorrudig': de dansjuf was al elders actief."

Maar hoe ziet ze dan precies de doelgroep? "Tussen de vier en honderd jaar", lacht ze. "Binnenkort krijgen we hier naschoolse opvang. We willen hier ook een kinderkookcafé organiseren. Wat mij betreft is iedereen uit Delft welkom.

De binnenstad is dichtbij, het Westerkwartier is ook nog wel te doen. Vanaf het station is de afstand ook goed te doen, laatst kwam hier iemand uit Rotterdam."

En de toekomst van andere Delftse buurthuizen? "Ik hoop op een goede match met maatschappelijke bedrijven. Wij van De Lange Keizer kunnen hier vaak (voor kinderopvang, JB) gebruikmaken van ruimtes als ze eigenlijk leegstaan. En sommige dingen, zoals de maaltijden, moet je gewoon blijven steunen."





'Yoga zweverig? Bij mij echt niet!'

Wat natuurlijk in een beetje buurthuis niet mag ontbreken: yoga. In Het Voorhof geeft Iris Plukaard de lessen. En binnenkort komt daar yogilates, een mengeling van yoga en pilates, bij.

door Jesse Budding

Nog niet zo lang geleden had ze een hele drukke baan als sales manager. Veel reizen, internationaal zelfs, veel stress. Steeds meer begon ze te verlangen naar rust. "In m'n hoofd dus", grinnikt ze. "Ik had het 22 jaar gedaan en was er toen klaar mee. De vraag kwam bij me op of er niet iets meer was dan dit. Daar kwam bij dat in 2013 mijn tweelingzus overleed. Zij gaf me het zetje. Vandaar ook de naam van mijn bedrijf: Mariposa, dat betekent vlinder. Een eerbetoon aan haar."

Voor Iris geen aktetassen en mantelpakjes meer. Tegenwoordig heet de dress code los zittende kleding. "Yoga heeft me veel kracht gegeven om mijn verlies te dragen", concludeert ze. "Je kunt daarvan terugkomen. Ik wil mensen graag de rust, ruimte en ook kracht die de adem je kan geven, laten ervaren. En je hoeft echt niet lenig te zijn om een keertje mee te doen! Ik ben ook echt gaan nadenken: wat vind ik nu eigenlijk belangrijk? Mensen maken zich vaak zo druk, maar wat heeft het voor zin? Neem nou de eindontspanningsoefening. Als ik zeg dat de mensen niet aan boodschappen of de was moeten denken, leidt dat steevast tot gegniffel."

Yogilates

Binnenkort voegt zij daar dus yogilates, een combinatie van yoga en pilates, aan toe. "Een aantal mensen heeft zich al aangemeld. Bij yoga had ik in het begin ook twee of drie cursisten, nu zijn het er vijftien. Door mond-tot-mondreclame gaat dat wel lopen."

Overigens geeft Iris elders al pilates. "Mensen worden zich daardoor bewust van hun lichaamshouding. Ik merk het vooral op de TU. 'Ik heb last van m'n schouders', klagen mensen dan. Ja, dat geloof ik."

Een vooroordeel over yoga wil ze nog graag wegnemen, namelijk dat het zo zweverig zou zijn. "Dat ligt puur aan de docent die voor de groep staat. Bij mij is het in elk geval allesbehalve zweverig. 'Zou ze de hele dag zen zijn', vragen mensen zich dan af. Nee, natuurlijk niet."

Een proefles yoga of yogilates is gratis.



*Iris Plukaard:
"Yoga heeft me veel kracht gegeven om mijn verlies te dragen."*

Vanwege de feestdagen zijn er in het Buurthuis geen inloopactiviteiten tussen 26 december 2016 tot en met 8 januari 2017.

Heeft u een nieuwtje?

Of een bericht dat u via deze nieuwsbrief openbaar wilt maken? Stuur het op naar het e-mailadres dat u op de voorpagina van deze nieuwsbrief ziet staan. Even bellen mag natuurlijk ook! Doe dit echter vóór de eerste vrijdag van de maand om 12:00 uur.

Iedereen kan spreken in het openbaar

Spreken in het openbaar kun je leren. Een goede manier daarvoor is debatteren. Dit helpt u niet alleen om je mondje te roeren, maar ook om andere mensen te overtuigen en kritiek te pareren.

"Beeldspraak doet het altijd goed bij het publiek", weet organisator Jesse Budding. "Debatteren leert u te onderscheiden wat iemand echt zegt. Sniijdt het hout of speelt hij alleen op de man?"

In het speldebat zoals Budding doet oefent, geeft hij een stelling op, bijvoorbeeld: het koningshuis moet worden afgeschaft. Vervolgens gaan de deelnemers om beurten, ongeacht de persoonlijke standpunten, die stelling verdedigen of aanvallen. "Door met in kleine kring te oefenen verlies je je angst om in het openbaar te spreken. Daarnaast leren mensen beter te luisteren en te argumenteren."

Locatie: buurthuis Het Voorhof.

Zes trainingen vanaf januari.

Start bij voldoende deelnemers.

Prijs: €60,-

Aanmelding en informatie:

jbudding@uni-one.nl

'Misschien ooit een meidengroep hier'

Een van de drijvende krachten achter buurthuis Het Voorhof luistert naar de naam Dhaya Martina. Drie dagen in de week is zij bezig met het beheer. Een interview terwijl zij – een beetje – doorwerkt.

Kun je wat over jezelf vertellen?

"Ik woon nu ongeveer tien jaar in Delft. Delft is echt toeristisch en een studentenstad. Alles is hier betaald parkeren. Ik ben spontaan, netjes, verzorgd en zelfstandig. Heb een jongen en een meisje, een koningswens zeggen ze toch altijd?" Net op dat moment belt dochterlief even op. Ze vervolgt: "Ik woon op de Voorhofdreef, ik wist eerst niet eens van het bestaan van dit buurthuis, ook dus niet van al die activiteiten hier. Nee, zelf heb ik hier geen cursus gevolgd en ik heb er ook geen plannen voor."

Hoe ben je hier terechtgekomen?

"Door de gemeente. Ik werk hier nu als vrijwilliger. Toen ik hiervoor een betaalde baan had, ging het prive niet zo goed. Nu heb ik als vrijwilliger even wat meer rust en dat bevalt goed. In de toekomst wil ik wel graag weer betaald werk doen, maar dan iets rustigs."



Hoe lang werk je hier nu?

"Nog niet een jaar", zegt ze terwijl ze achter de bar de dweil uitwringt.

Wat zijn je taken hier precies?

"Koffie en thee zetten, telefoontjes aannemen, de ruimtes checken, in de agenda kijken wat eraan komt, deur openmaken en sluiten. In principe doe ik dat allemaal op maandag, donderdag en vrijdag."

Hoe vind je dat allemaal om te doen? "Tot nu toe wel leuk dus! Ik had wel eerder vrijwilligerswerk gedaan, maar niet in een buurthuis. Hier voel je je betrokken bij collega's en andere mensen."

Zou je hier in de toekomst nog andere dingen willen doen of meer op willen pakken?

"Dat wel, maar ik wil sowieso niet in het bestuur gaan zitten. Waarom niet? Dat vraagt echt heel veel tijd van je en veel verantwoordelijkheid naast je prive. Bestuursactiviteiten kun je ook niet afzeggen."

"Een meidengroep leiden zou ik wel leuk vinden. Dat doen ze bij de Vleugel: meiden tussen acht en twaalf jaar bezig laten gaan met hun haren en nagels. Ik vind dat ze hier ook iets voor meiden zouden moeten hebben. Een jongensgroep kan natuurlijk ook, maar om dat voor hun te doen zou ik moeilijker vinden. "Zelf een cursus volgen? Ik vind yoga wel leuk, maar dat zou ik toch niet gaan doen. Het leeftijdsverschil met de andere deelnemers is te groot, haha!"

door Jesse Budding

Hoe krijgen we meer Voorhof in het Buurthuis?

door Jesse Budding

Ons Buurthuis draait inmiddels op aardig wat vrijwilligers. Opvallend daarbij is dat een heel aantal van hen buiten de wijk woont. Een van de vrijwilligers die wel uit de wijk komt, liet zich onlangs ontvallen: "Ik wist eerst niet eens van het bestaan van dit buurthuis, ook dus niet van al die activiteiten hier."

Het is toch jammer dat meer mensen in Voorhof II ons niet lijken te kennen. Graag zouden we in elk geval willen dat ze op de hoogte zijn van ons bestaan en ons aanbod. Want pas dan kunnen ze een keuze maken of ze naar ons willen toekomen.

Heeft u een idee hoe we meer bekendheid kunnen krijgen in de wijk? Wij horen het graag! Bel ons onder 06 43 67 98 08 (werkdagen van 9:00-20:00 uur) of mail ons op buurthuisvoorhof@gmail.com.

Delft Voor Elkaar

Laurien en Cor zijn namens het Bestuur naar de Delftse Dagen geweest op dinsdag 14, woensdag 15 en donderdag 16 november.

Daar hebben zij meegedaan aan allerlei interessante en verrijkende workshops op het gebied van vrijwilligersorganisaties en/of bewonersinitiatieven. En natuurlijk hebben zij vele handen geschud, want netwerken is erg belangrijk voor een organisatie zoals de onze!



Social Media

Volg ons op LinkedIn, Facebook, Twitter en Buurtlink!

buurthuisvoorhof@gmail.com

www.buurthuisvetvoorhof.nl

www.twitter.com/voorhofII

www.buurtlink.nl

www.facebook.com/BuurthuisHetVoorhof/

Let op: het Facebook-adres is gewijzigd!



**Wilt u deze nieuwsbrief niet langer ontvangen?
Stuur een mailtje of bel en we verwijderen u van de mailinglijst.**

Activiteitenladder Buurthuis Het Voorhof			
dag	tijd	activiteit	prijs
maandag	10.00-11.00	Hatha yoga Iris Plukaard: irisplukaard@ziggo.nl	€ 7,50 per les
dinsdag	9.30-11.30	Koffieochtend stichting.Buurtwerk Voorhof II, 015-2616006	€ 0,80 per kopje
	9.30-10.30	Bewegen voor ouderen (groep 1) Elja van Rijt: 015 261 7485 / eljavanrijt@hotmail.com	
	10.45-11.45	Bewegen voor ouderen (groep 2) Elja van Rijt: 015 261 7485 / eljavanrijt@hotmail.com	
woensdag	9.30-11.30	Conversatie Nederlands voor vrouwen Mariëtte de Bruijn: 015-2126002 jetmarie@hetnet.nl	
	10.00-12.00	Koffieochtend stichting Buurtwerk Voorhof II, 015-2616006	€ 0,80 per kopje
	14.00-16.00	Cursus Debatteren (6 trainingen vanaf januari)* Jesse Budding; jbudding@uni-one.nl	€ 60,00 / 6 lessen
	14.00-15.30	Kinderclub "De Tamboerijn" en Vrouwenmiddag René Strengholt: rene.strengholt@gmail.com	
	17.00-20.00	Buurttafel, iedere 2e en 4e woensdag van de maand aanmelden via buurthuisvoorhof.adm@gmail.com	€ 4,50 per persoon
donderdag	9.30-11.00	Italiaans voor gevorderden Silvia Dellaghezza: 06 1280 9330	€ 80,00/10 lessen
	10.00-11.00	Tai-chi Hans Richters: 015 212 5460 / j.richters@yahoo.com	€ 8,00 per les
	11.00-12.30	Italiaans conversatie Silvia Dellaghezza: 06 1280 933010	€ 80,00/10 lessen
	13.00-14.30	Italiaans voor beginners Silvia Dellaghezza: 06 1280 933010	€ 80,00/10 lessen
	19.30-22.00	Kunstschilderen Chiel Nienhuis: 015 256 0821 / info@voorhofcreatief.nl	€ 6,50 per les
	20.00-22.00	Postzegelclub 'De Oude Jan' (elke 4e donderdag) Werner Duijndam: werner12.d@gmail.com vrijdag	€ 12,- / jaar (!)
vrijdag	9.30-11.30	Tekenen en Schilderen Roos Wisse: 015 261 7363 / s.m.m.wisse@online.nl	€ 60,00/10 lessen
	9.30-11.30	Conversatie Nederlands voor vrouwen Mariëtte de Bruijn: 015 212 6002	
	10.00-11.00	Bloemschikken (1x per maand) Ineke Bayens: 06 2751 5015 / inekebs@hotmail.com	
	13.30-16.00	Portret- en figuurtekenen Chiel Nienhuis: 015 256 0821 / info@voorhofcreatief.nl	
zaterdag			
zondag	9.30-13.30	Geloofsgemeenschap André Bruinink: 06 3313 7300 / bruininkandre@gmail.com	
op aanvraag		Coachee! spel: individuele sessies voor kinderen (bij Maud Amiabel) *	

* Deze activiteiten zijn nog niet begonnen. Starten bij voldoende deelnemers!

Onze Sponsors



Rabobank

Fonds 1818



Stichting van de Delftse Ondernemersvereniging "Het Moederland"

VSBfonds, iedereen doet mee

Oranje Fonds voor sociale initiatieven

Gemeente Delft

J. VAN SCHEIJNDEL SCHILDERWERKEN

STICHTING KLEIN BRETELIER FONDS

M. Querol

PKN Delft wijkgemeente Mattheüs

STICHTING BOSCHUYSEN
van Adrichem in beeld
ProConCoo

De RegelVriendin

