



**KANSRIJK**  
Mierlo-Hout

## **NIEUWSBRIEF**

Nr. 1 februari 2023 4<sup>e</sup> jaargang

### **In deze uitgave o.a.:**

- Kansrijk Gastvrij
- Commissie Formulierenhulp
- Huiskameratelier
- Helpende Handen
- Vrijwilliger Kansrijk
- Muziekmiddag voor ouders

### **Opknappen “Kansrijk vleugel” van start gegaan.**



Het opknappen van het gedeelte van de Geseldonk, dat voorheen gebruikt werd door de peuterspeelzaal en de school, is op maandag 27 februari 2023 van start gegaan.

Dat dit voortvarend kon gebeuren, is te danken aan de vrijwilligers van de Geseldonk, die de afgelopen tijd veel tijd hebben besteed aan de noodzakelijke sloopwerkzaamheden en aan het afvoeren van het afval. Heel veel dank.

Als de volgende nieuwsbrief verschijnt, hopen we, dat het werk gedaan is en dat we gebruik kunnen gaan maken van een prachtige ruimte, die er voor zorgt, dat zowel de Geseldonk, als “Kansrijk” zich verder kunnen ontwikkelen.

Ook in Helmond West en Brandevoort is een Kansrijk project van start gegaan met als basis dezelfde opzet als Mierlo-Hout. Beide wijken krijgen een eigen organisatie en website.

**Vrijwilligers “Kansrijk Mierlo – Hout”.**





## KANSRIJK GASTVRIJ

### Prijzen voor Kansrijk ontbijt, maaltijden en high tea gaan omhoog

Al vele jaren biedt Kansrijk Mierlo-Hout voor zeer lage prijzen ontbijt, diner en high tea. Tot onze grote spijt ontkomen ook wij er niet aan om de prijzen te verhogen. De afgelopen tijd waren er regelmatig gasten, die vroegen of de prijzen nog hetzelfde waren, omdat zij ook wel aanvoelden, dat de bedragen te laag waren. We zijn wel blij, dat we de aanpassingen zo lang mogelijk hebben kunnen uitstellen.



**Vanaf maart zijn de prijzen als volgt:**

**Het ontbijt is voortaan € 2,00.**

**De prijs voor de High Tea wordt € 7,00**

**Ook voor de maaltijden geldt € 7,00**

Vanaf maart moeten de deelnemers dus rekening houden met hogere prijzen.

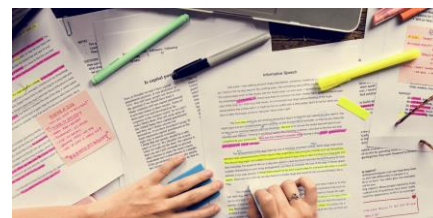
Maar daar blijft u toch niet voor thuis? Kansrijk biedt op maandagochtend vanaf 9.00 uur een gezellig samenzijn, met heerlijke broodjes en beleg. Iedereen is welkom, kom gerust een keer langs en neem de burens mee!



### Commissie Formulierenhulp.

De afgelopen periode hebben we gelukkig veel mensen kunnen helpen met het aanvragen van de energietoeslag. Deze regeling is half januari gestopt, waarna we besloten hebben de commissie te gaan inzetten voor het bieden van formulierenhulp op allerlei gebied.

- Inschrijven voor een woning via "Wooniezie" en helpen om te zorgen, dat de aanvraag niet vervalt.
- Belastingaangifte.
- Het aanvragen van toeslagen, waar u recht op heeft.
- Het invullen van formulieren van het UWV voor het aanvragen van diverse uitkeringen, denk aan: WW, WIA, WAO, enz.
- Noodfonds energie.



Verder willen we graag helpen, als het ordenen van de administratie een probleem is geworden.

Mocht u hulp bij het invullen van een formulier nodig hebben, maar het wordt hierboven niet genoemd, neem dan toch contact op. We helpen u graag.

**Als u gebruik wilt maken van de Commissie Formulierenhulp van "Kansrijk Mierlo-Hout", dan kunt u vanaf 7 maart iedere dinsdagavond van 18.30 uur tot 19.30 uur terecht in wijkhuis "De Geseldonk".**

Graag even aanmelden via het mailadres [info@kansrijkmierlohout.nl](mailto:info@kansrijkmierlohout.nl), of via het tel.nr. **06 51804968**.

Ook kunt u het mailadres en het telefoonnummer gebruiken, als u vragen heeft, of als het voor u niet mogelijk is om naar de Geseldonk te komen.



## HUISKAMERATELIER OOK IN MIERLO-HOUT VAN START.

Kunstkwartier is al enige tijd bezig met het huiskameratelier. Niet alleen bij Kunstkwartier op de Kromme Steenweg en in de Ameideflat, maar nu ook in de Geseldonk in samenwerking met “Kansrijk Mierlo-Hout”. Het huiskameratelier is een plek waar senioren elkaar kunnen ontmoeten en creatief en muzikaal worden uitgedaagd. Het Huiskamer atelier biedt telkens nieuwe reeksen aan. De ene keer gaat het over fotografie, de andere keer ga je aan de slag met slagwerk en een volgende keer schrijf je een lied over je leven.

### Achter Grootmoederskeukendeur

In dit huiskameratelier hebben Stichting “Goeikes”, Kunstkwartier en “Kansrijk Mierlo-Hout” de handen ineen geslagen. Senioren gaan in een ruimte met keuken onder begeleiding aan de slag om de smaak van vroeger samen te vatten in één kookboek.

De verschillende onderdelen zijn:

#### Het recept

Suddervlees, griesmeelpudding of hutspot: allemaal gerechten die thuishoren in ons immaterieel erfgoed. Maar ook recepten die langzaam maar zeker uit de Hollandse keuken verdwijnen. De Nederlandse keuken wordt steeds meer geïnspireerd door allerlei invloeden van buitenaf. Een smaakvolle ontwikkeling, maar het mag niet onze eigen geschiedenis in de weg staan. Daarom laten we ouderen zelf hun favoriete recept(en) vastleggen in de vorm van een stilleven. Deze worden gecombineerd met het daadwerkelijke recept en vormen de basis voor het kookboek.

#### De apparatuur

Een snijbonenmolen, stoofmuts of handmixer: vroeger ging het koken er in veel gevallen heel anders aan toe. Sommige apparaten en hulpmiddelen worden vandaag de dag nog steeds gebruikt, andere verdwijnen langzaam naar de prullenbak. Net als de recepten zijn ook de fysieke keukens gemoderniseerd. Om die ontwikkeling te laten zien laten we ouderen apparaten fotograferen op 2 verschillende manieren: Als productfoto, maar ook als flat layfoto (een foto waarbij we het apparaat uit elkaar halen en elk afzonderlijk onderdeel laten zien). Een selectie van deze foto's wordt inclusief kleine anekdotes geplaatst in het boek.

#### De koks

Naast de apparaten en de apparatuur zijn natuurlijk ook de koks zelf veranderd. Tegenwoordig wordt er een duidelijk onderscheid gemaakt tussen koken doordeweeks (snel en makkelijk) en het weekend (uitgebreid voor vrienden). Vroeger ging dat er anders aan toe. Onder begeleiding gaan de ouderen elkaar portretteren in de studio. Zij krijgen zo niet alleen een mooie foto van zichzelf, maar een aantal van de foto's zullen ook terugkomen in het boek naast een interview over het koken van vroeger.

**Op vrijdag 3 en 10 februari zijn al bijeenkomsten geweest, maar je kunt nog aansluiten voor het vervolg op 3, 10, 17 en 24 maart van 10.00 uur tot 12.00 uur.**

**Voor deze vier bijeenkomsten is de prijs € 6,00 inclusief koffie of thee.**

**Heb je belangstelling, geef je dan op via [info@kansrijkmierlohout.nl](mailto:info@kansrijkmierlohout.nl).**





## Huiskameratelier, daar zit muziek in!

Na het project "Achter Grootmoederskeukendeur" start het "Slagwerkproject".

Heeft u behoefte aan gezellig samen zijn én wilt u iets leren?

Wilt u, uw muzikaliteit (her)ontdekken én nieuwe mensen leren kennen?

Houdt u van koffie (of thee) én boeiende gesprekken?

Dan is het huiskameratelier echt iets voor u!

Het huiskameratelier biedt de ideale combinatie van gezellig samenzijn en nieuwe dingen leren. Samen met een enthousiaste muziekdocent en een supervrijwilliger, werkt u in een aantal weken naar mooie resultaten. U krijgt uitdagende opdrachten en werkt op uw eigen niveau met verschillende instrumenten naar een gezamenlijke presentatie.

### **Wat gaat u doen:**

U maakt kennis met verschillende slagwerk instrumenten

U gaat samen muziek maken

U gaat samen muziek luisteren en bespreken

U leert mede muzikliefhebbers kennen.

**Het huiskameratelier "Daar zit muziek in" komt van 10.00 u. tot 12.00 u. bijeen op de volgende vrijdagen: 31 maart, 7 april, 14 april, 21 april, 12 mei en 26 mei.**

Voor deze zes bijeenkomsten is de prijs € 9,00 inclusief koffie of thee.

Heb je belangstelling, geef je dan op via [info@kansrijkmierlohout.nl](mailto:info@kansrijkmierlohout.nl).

## Informatieavonden in De Geseldonk



In maart worden er weer twee informatieavonden gehouden in De Geseldonk. De avonden worden georganiseerd door Kansrijk Mierlo-Hout in samenwerking met KBO St.-Lucia en zijn gratis te bezoeken. Inschrijven is nodig, zodat we weten hoeveel gasten we mogen verwachten. Graag aanmelden via [info@kansrijkmierlohout.nl](mailto:info@kansrijkmierlohout.nl) of via de website [www.kansrijkmierlohout.nl](http://www.kansrijkmierlohout.nl) en ga naar de button om in te schrijven.

**Dinsdag 21 maart om 19.30 uur** is er een informatieavond over "Veiligheid in en om het huis", die gehouden wordt in Wijkhuis de Geseldonk. Het gaat met name over inbraakbeveiliging en brandveiligheid. De avond wordt georganiseerd door de K.B.O. en verzorgd vanuit politie en brandweer.

**Dinsdag 28 maart om 19.30 uur** is er een informatieavond over het lezen van etiketten, die gehouden wordt in Wijkhuis de Geseldonk. De avond wordt georganiseerd vanuit "Kansrijk Mierlo-Hout" en verzorgd door Saskia Lammers.



## HELPEDE HANDEN

### Kansrijk Mierlo-Hout heeft een hulpteam waar inwoners van Mierlo-Hout een beroep op kunnen doen

Bijvoorbeeld als u zelf niet (meer) in staat bent en niemand hebt (familie of burens) om bepaalde klusjes, administratieve zaken, tuinonderhoud, een bezoekje afleggen of boodschappen te doen..

#### Tuinonderhoud en Klusjes

Bewoners van Mierlo-Hout kunnen de hulp inroepen van vrijwilligers van Kansrijk als ze zelf fysiek en/of financieel niet in staat zijn om hun tuin te (laten) onderhouden en ook niemand hebben die hen helpt. Het gaat in principe om eenmalige hulp bij achterstallig onderhoud bij kleine tuinen, zoals onkruid verwijderen, snoeien e.d.



#### Klusjes

Wat betreft kleine klusjes, die bewoners niet zelf kunnen klaren, ook hier hebben we enkele ervaren vrijwilligers (loodgieter en elektricien) voor. Het betreft dan bv. lamp ophangen, apparatuur aansluiten, kleine reparatie, computerhulp, etc.

Wilt u advies of hulp bij tuinonderhoud of klusjes die u zelf niet kunt of kunt laten doen, neem contact op met: [tuinen@kansrijkmierlohout.nl](mailto:tuinen@kansrijkmierlohout.nl) Bel gerust voor informatie: Theo Proost 0637372882.

#### Administratie en financiën

Ook voor hulp bij administratie, invullen formulieren of aanvragen doen en bij financiële administratie of vragen kunnen we hulp bieden of begeleiden. [info@kansrijkmierlohout.nl](mailto:info@kansrijkmierlohout.nl)

#### Maatjes

Hebt u behoefte aan iemand die een keertje met u gaat wandelen, boodschappen doen, samen koffie drinken of andere activiteiten bel dan [Yvonne 06 40180539](tel:0640180539). Wellicht weet zij iemand daarvoor.

**Als u als vrijwilliger uw steentje bij wilt dragen aan een van deze activiteiten, neem dan contact op met [info@kansrijkmierlohout.nl](mailto:info@kansrijkmierlohout.nl) U bent ook van harte welkom om een keer een kijkje te komen nemen.**

### DUOFIETSEN IN MAART VAN START.

Voor heel veel mensen is fietsen een geweldige vrije tijdsbesteding. Als dat op een gegeven moment door omstandigheden niet meer lukt, dan ontstaat er een leegte. In die situatie is duofietsen ideaal. Je fietst, bent buiten en je kunt vertrouwen op een begeleider.

Als je dit met meerdere mensen doet en zelfs tochtjes maakt met onderweg een kopje koffie, dan ontstaat er een gezellige groep, waar je bij wilt horen. Naar aanleiding van de oproep in de vorige nieuwsbrieven zijn er nu in totaal 13 deelnemers, die op 22 maart starten met het nieuwe seizoen. Heeft u alsnog belangstelling om twee keer per maand op woensdagmiddag te gaan duofietsen, dan kunt u zich nog aanmelden via [info@kansrijkmierlohout.nl](mailto:info@kansrijkmierlohout.nl).

Omdat het maximum per groep 7 is, betekent dit, dat er nog 1 plaats beschikbaar is. Zijn er meer aanmeldingen, dan maken we een wachtlijst.



### Vrijwilliger Henk: wat je in de mens stopt, krijg je er dubbel voor terug

Deze uitgave is er aandacht voor vrijwilliger Henk Lenting. 'Dit is helemaal niks voor mij, ik wil niet op voorgrond,' begint Henk het gesprekje. Henk is een geboren Helmonder en woont al meer dan vijftig jaar in Mierlo-Hout. Samen met zijn echtgenote Dorotheé, die ook vrijwilligerswerk doet in De Geseldonk, woont hij daar met veel plezier.



Hoe Henk is begonnen met vrijwilligerswerk, is terug te wijzen op de tijd van de recessie en hij in de WW-uitkering belandde. De hele dag thuis zitten was niets voor hem en hij besloot eens te gaan kijken waar hij vrijwilligerswerk kon doen om zo toch zijn steentje aan de gemeenschap te kunnen bijdragen. Hij meldt zich aan als vrijwilliger bij de Huijsakker, destijds gevestigd in het voormalige pand van de Rabobank. Toen dit initiatief werd opgeheven, zocht Henk een nieuwe bestemming voor zijn vrije tijd en stuitte op een advertentie waarin gevraagd werd naar begeleiders voor mensen met een lichte vorm van dementie bij de Reikende Hand, zoals de tegenwoordige Huiskamer van Kansrijk destijds heette. 'Ik heb altijd al een zwak gehad voor mensen met een handicap of die zorg nodig hebben. Eigenlijk heb ik vroeger mijn roeping misgelopen,' geeft Henk aan, 'als ik het nog een keer moest doen, dan zou ik iets in de zorg gaan doen.'

Inmiddels loopt Henk al ruim acht jaar mee in de activiteiten en opvang van mensen met een lichte vorm van dementie. En hij geniet ervan. "Wat je in de mens stopt, krijg je er dubbel voor terug,' geeft Henk aan. 'Zoveel dankbaarheid en vreugde en plezier! De mensen zijn zo blij en dan ben ik ook blij.' Hij heeft alleen maar lof over de andere vrijwilligers en kijkt terug op een fijne tijd met de inmiddels overleden collega's Riet en Doortje.

Henk vult de dag van 9.00 tot 16.00 uur met de gasten met allerlei activiteiten. Sjoelen, biljarten, kaarten, spelletjes doen, zingen met en zonder begeleidende muziek en gezamenlijk lunchen. 'Zo hebben de mantelzorgers een dagje voor zichzelf,' geeft Henk aan. 'We hebben twee dagen waarop de gasten kunnen komen: maandag en woensdag, maar ze mogen ook twee dagen per week komen, nóg meer rust voor de mantelzorgers!'

Heeft hij nog een oproepje voor anderen die nog twijfelen of ze bij Kansrijk vrijwilligerswerk zullen gaan doen? 'Ik vind dat Mierlo-Hout geweldig goed bezig is voor de gemeenschap. Ik heb heel veel waardering voor al die vrijwilligers die zich inzetten voor de wijkbewoners. Ik zou zeggen: kom gerust kijken, of een kopje koffie drinken en dan kunnen ze zelf zien hoe gezellig we het hier hebben.' Ook nieuwe gasten zijn weer van harte welkom!





## **Een gezellige middag speciaal voor de ouderen in de wijk.**

“Kansrijk Mierlo-Hout” organiseert in de grote zaal van de Geseldonk een gezellige middag met de “Original Hell und Munter Musikanten”. Zij bieden een gevarieerd muziekprogramma, waarin voor elk wat wils zit en dat uitnodigt om volop mee te zingen. Ook geven zij aan dat de dansliefhebbers zich wellicht geroepen voelen om een dansje te wagen. De naam geeft al aan, dat het gaat om populaire Duits-Oostenrijkse muziek.

De muzikanten hebben hun sporen al verdiend door succesvolle optredens op andere plaatsen in de stad.

**Op zondag 23 april van 14.00 uur tot 17.00 u.**

**De zaal is open vanaf 13.30 uur.**

**U dient zich vóór 1 april aan te melden via [info@kansrijkmierlohout.nl](mailto:info@kansrijkmierlohout.nl) of via een briefje** in de brievenbus van de Geseldonk. Dit in verband met het aantal zitplaatsen in de zaal. Wees er dus snel bij, want er zijn slechts 150 plaatsen beschikbaar. **We vragen bij binnenkomst een bijdrage van €3,50 voor een kop koffie en een heerlijk stuk vlaai.**



NAAM: \_\_\_\_\_ ADRES: \_\_\_\_\_

E-MAILADRES: \_\_\_\_\_ TELEFOONNUMMER: \_\_\_\_\_

GEEFT ZICH OP VOOR HET OPTREDEN VAN DE “HELL UND MUNTER MUSIKANTEN” OP ZONDAG 23 APRIL OM 14.00 UUR.

=====

## **Inloop is verplaatst naar maandagochtend**

De wijkraad startte met een ambitieus plan om van Mierlo-Hout een samenleving te maken waarin men graag voor elkaar klaarstaat en zorgt: “Kansrijk Mierlo-Hout”.

Om iedereen met vragen te helpen is wekelijks een “Inloop” in de Geseldonk.

**Deze was op dinsdag maar is verplaatst naar maandagochtend van 9.30-10.30 uur, dus direct na het ontbijt.**

Men kan dan terecht voor een gratis kopje koffie of thee, maar ook om vragen te stellen aan vertegenwoordigers van het kernteam, om zich aan te melden als vrijwilliger, om ideeën te bespreken. Ook is er eenmaal per maand een boa aanwezig om vragen te beantwoorden. Heb je een idee voor Mierlo-Hout, heb je vragen of wil je hulp bij het invullen van formulieren, kom dan naar de Inloop.

Met “Kansrijk Mierlo-Hout” wil de wijkraad samen met groeperingen uit de wijk en met professionele organisaties het individuele welzijn van de bewoners verbeteren en een wijk creëren waarin men zich thuis voelt. We gaan uit van vertrouwen, wegnemen van drempels, bevorderen van sociale samenhang, een positieve blik, ontmoeten en samenwerken.



# ALGEMENE INFORMATIE KANSRIJK MIERLO-HOUT

## Website Kansrijk Mierlo-Hout

De website is aangepast en geeft alle mogelijke informatie over de visie, doelstellingen, activiteiten, vrijwilligers en andere relevante zaken. [www.kansrijkmierlohout.nl](http://www.kansrijkmierlohout.nl)

Kansrijk is voor en van ons allemaal, dus deel uw ervaringen en neem anderen mee naar de activiteiten! Heb je tips of ideeën voor Kansrijk neem dan contact op. [info@kansrijkmierlohout.nl](mailto:info@kansrijkmierlohout.nl)

DE ACTIVITEITEN EN INITIATIEVEN VAN KANSRIJK WORDEN FINANCIËEL MOGELIJK GEMAAKT DOOR:



Ook de ondernemersvereniging uit Mierlo-Hout en het Jan Linders Fonds steunen Kansrijk.

O.a. worden de geprinte versies bekostigd. Daarnaast wordt de Nieuwsbrief breed gedeeld via digitale kanalen.



Stelt u prijs op de digitale versie stuur een mailtje naar: [info@kansrijkmierlohout.nl](mailto:info@kansrijkmierlohout.nl)

## Contactadressen voor projecten Kansrijk Mierlo-Hout

### Telefoonnummers

Algemeen telefoonnummer 06-51804968  
Telefoonnummer Kansrijk coördinator 06-21264794

### Mailadressen

Algemeen [info@kansrijkmierlohout.nl](mailto:info@kansrijkmierlohout.nl)  
Wensbox [info@kansrijkmierlohout.nl](mailto:info@kansrijkmierlohout.nl)  
Verwelkomingspakketten [welkom@kansrijkmierlohout.nl](mailto:welkom@kansrijkmierlohout.nl)  
Voorzitter (Jan Drouen) [voorzitter@wijkraadmierlohout.nl](mailto:voorzitter@wijkraadmierlohout.nl)  
Secretariaat [secretariaat@wijkraadmierlohout.nl](mailto:secretariaat@wijkraadmierlohout.nl)  
Vragen over ontbijt- high tea- diner [gastvrij@kansrijkmierlohout.nl](mailto:gastvrij@kansrijkmierlohout.nl)  
Vragen over tuinonderhoud, kleine klusjes [tuinen@kansrijkmierlohout.nl](mailto:tuinen@kansrijkmierlohout.nl)  
Vragen en aanmelden vrijwilligers 06 21264794 [vrijwilligers@kansrijkmierlohout.nl](mailto:vrijwilligers@kansrijkmierlohout.nl)  
Ideeën, tips om Kansrijk nog succesvoller te maken: [idee@kansrijkmierlohout.nl](mailto:idee@kansrijkmierlohout.nl)

