



KANSRIJK Mierlo-Hout

Nr. 3 Mei 2024 5^e jaargang

In deze uitgave o.a.:

- 50 Jaar Geseldonk
- Deelkast van Wendy
- Aan de voordeur
- Informatieavonden
- Gezellige Soos en Bingo
- Vrijwilliger Kansrijk
- 50 jaar de Geseldonk
- Open Inloop

UITNODIGING 50 JAAR GESELDONK

Het is dit jaar alweer 50 jaar geleden, dat de opening van De Geseldonk plaatsvond op 23 maart 1974, door de toenmalige burgemeester, de heer Geukers. De Geseldonk moest de nieuwe ontmoetingsplaats worden voor verenigingen en het sociaal samenkomen van de gemeenschap in Mierlo-Hout. Dat de Geseldonk succesvol is, blijkt al uit de vele verbouwingen die het heeft moeten doorstaan om steeds meer ruimte te kunnen bieden aan de gebruikers. Conclusie is dat we na 50 jaar enorm tevreden kunnen zijn met het behaalde resultaat. Wijkhuis De Geseldonk is de ontmoetingsplek in Mierlo-Hout waar verenigingen, groeperingen, scholen, wijkbewoners en gemeente samenkomen.



Dit willen we dan ook vieren met en voor de mensen van Mierlo-Hout, samen met de vrijwilligers en de gebruikers van De Geseldonk. Ook u willen we van harte uitnodigen om dit met ons te vieren.

De aftrap zal plaatsvinden op vrijdagavond 24 mei 2024 met niemand minder dan GetAGrip. Zij verzorgden 6 jaar lang onder grote

belangstelling de carnavalsavonden in De Geseldonk. Kaarten hiervoor zijn verkrijgbaar via helmondticket.nl. De kosten hiervoor bedragen 15 euro per stuk.

Op zaterdagmiddag 25 mei 2024 zal het Trio Vrij Vrolijk een leuke middag opluisteren voor de senioren van Mierlo-Hout. Kaarten hiervoor zijn verkrijgbaar aan de bar in De Geseldonk. Kosten 5 euro per stuk, dit is inclusief 2x koffie of thee en een heerlijke plak cake.

Op zondagmiddag 26 mei 2024 van 13:00 uur tot 17:00 uur hebben we een feestelijk samenzijn voor alle mensen van Mierlo-Hout en genodigden. Tijdens deze middag zullen een aantal gebruikers de middag opleuken met dans en muziek. Verder is er gelegenheid om elkaar te ontmoeten.

Daarnaast geven Rinie Weijs en Ton van de Meulenhof een presentatie over 50 jaar Geseldonk.

Deze vindt plaats op dinsdag 21 mei om 19.30 uur in de Geseldonk.

Gratis toegang en u wordt ontvangen met een kopje koffie of thee.





Wendy heeft een deelkast. Help je mee?

In de tuin van Wendy Boudewijns staat een deelkast waar levensmiddelen en verzorgingsproducten in staan die mensen die het moeilijk hebben kunnen pakken of ruilen. Wendy is afhankelijk van donaties om de kast gevuld te houden. Daarom wil ze graag een beroep doen op iedereen die een ander wil en kan helpen. "Kijk eens in je kast of je er wat hebt staan dat je zelf niet gebruikt. Koop eens wat extra in de



aanbieding. Hou eens een inzamelingsactie in de familie, bij vrienden, op school of onder collega's en doneer. Geen tijd of zin om boodschappen te doen maar wil je wel helpen? Stuur me een berichtje en ik stuur je een open tikkie en dan doe ik zelf inkopen voor de deelkast. De mensen met een kleine portemonnee zullen je enorm dankbaar zijn." Op Facebook heeft ze ook een openbare groep onder de naam "deelkast Mierlo-Hout". Kom er gerust bij. "Met een klein gebaar helpen we elkaar. Samen met en voor elkaar

♥"De deelkast staat op de Kotterlaan 37 in Mierlo Hout.
Tel. 06-18659586 of via speedy_gonzales@live.nl

Rikken in de Geseldonk

Elke donderdagmiddag zijn er zo'n dertig enthousiaste mensen in de Geseldonk aanwezig om een spelletje te rikken. Veel mensen kennen dit kaartspel nog van vroeger en hebben dit dan ook veelvuldig gedaan. Heb jij ook belangstelling dan is er voor iedereen nog een plaatsje vrij. Het is geen vereniging die actief is, of waar je lid moet worden. Zij hanteren gewoon een vrije inloop.

Als je wilt meedoen kost dit 1 euro. Hiervan worden kleine geldprijzjes uitgekeerd. Ook is er een 15-weekse competitie waar aan het einde van de periode ook weer kleine geldprijzen te verdienen zijn. In de kersttijd wordt er een "Kerstrik" georganiseerd. Maar het gaat niet om de prijzen maar om een gezellige middag te hebben. **Je kunt elke donderdagmiddag vanaf 13.00 uur inschrijven tot 13.30**

uur. Hierna worden de tafels geloot en kunnen ze beginnen met rikken. Er worden twee rondes gekaart. Na de eerste ronde wordt er opnieuw om de tafels geloot. Na deze twee rondes kun je nog vrij rikken tot 17.00 uur. De prijsuitreiking volgt in de daarop volgende week. Kom gewoon op donderdag binnenlopen en mocht je meer informatie willen:

bel **Frits van Bussel 06-30730620.**



Start gezellige soos in oktober

Veel inwoners van Mierlo-Hout vinden het zo jammer dat er op zondag niets wordt georganiseerd. Het weekend duurt daarom lang en op de tv is ook al niet zoveel te zien.

Daarom is Kansrijk Mierlo-Hout in april als proef van start gegaan met een gezellige 'Soos' op zondag. Zo'n vijftiental gasten heeft toen een gezellig middag doorgebracht. We gaan dit dus een vervolg geven.

Op 20 oktober is de volgende zondagse 'Soos'. Daarna op: 24-11 en 22-12.

Vind je de zondag ook zo lang duren en heb je zin om gezellig met andere inwoners van Mierlo-Hout te sjoelen, kaarten, spelletjes doen of gewoon gezellig te 'buurten'? Hou dan het nieuws rond Kansrijk Mierlo-Hout in de gaten.

En heb je zelf een idee wat we samen op die zondag kunnen ondernemen, laat het ons vooral horen. We krijgen graag ideeën over nieuwe activiteiten! Mail naar info@kansrijkmierlohout.nl of kom naar het maandagochtendontbijt en deel jouw idee met de vrijwilligers van Kansrijk Mierlo-Hout.



Informatieavonden in de komende maanden



De laatste informatieavonden werden bijzonder goed bezocht met wel tot 90 belangstellenden. Ook in de komende maanden bent u op verschillende **dinsdagavonden om 19.30 uur en op een woensdag om 14.00 uur** van harte welkom in de Geseldonk voor een informatieavond over een belangrijk thema. Deze avonden worden verzorgd door “Kansrijk Mierlo-Hout”

Opgeven voor deze interessante informatiebijeenkomsten kan via info@kansrijkmierlohout.nl
De koffie staat klaar en voor deze bijeenkomsten wordt geen bijdrage gevraagd.

Dinsdag 28 mei 19.30 informatieavond over blaas-, nier en prostaat kanker door uroloog Floris Jansen.

Dinsdag 4 juni een informatieavond in het kader van Mentaal Gezond Helmond door Bas van Poppel

Woensdag 5 juni om 14.00 uur een informatiemiddag door Dirk den Hollander over Nei Skoen.

Opgeven voor deze interessante bijeenkomsten kan via info@kansrijkmierlohout.nl

28 mei. Lezing over blaas-, prostaat- en nierkanker door uroloog Floris Jansen.

Floris Jansen is sinds 2020 verbonden aan het Elkerliek ziekenhuis in Helmond.

In de wereld van de urologie speelt de diagnose en behandeling van kanker een centrale rol, waarbij aandoeningen zoals nierkanker, blaaskanker en prostaat kanker veel aandacht krijgen. Ik zal als uroloog verbonden aan het Elkerliek Ziekenhuis in Helmond, klaarstaan om mijn inzichten te delen tijdens een presentatie, met uitgebreid ruimte voor vraag en antwoord. Hierbij wordt natuurlijk naast een focus op dagelijkse diagnostische en therapeutische procedures die in het Elkerliek Ziekenhuis kunnen worden toegepast, ook uitgeweid over diverse behandelingsmethoden die elders worden gebruikt.

Deze bijeenkomst belicht niet alleen de actuele stand van zaken met betrekking tot nier-, blaas- en prostaat kanker, maar biedt tevens een inkijkje in de vooruitgang van diagnostische technologieën en behandelingen die momenteel op internationaal niveau in ontwikkeling zijn. Floris Jansen zal de recente innovaties en vooruitzichten op het gebied van deze kankersoorten presenteren, waarbij hij probeert een helder beeld te schetsen van de evolutie binnen dit medische vakgebied.

4 juni. Eerst editie Mentaal #GezondHelmond

Mentale gezondheid is een onlosmakelijk onderdeel van onze algehele gezondheid, maar staat bij (te)veel mensen onder druk. Om extra aandacht te schenken aan dit thema, vindt van 22 mei t/m 8 juni 2024 in Helmond de allereerste editie van Mentaal #GezondHelmond plaats.

In deze periode wordt het lokale ondersteuningsaanbod beter zichtbaar gemaakt en worden m.b.v. diverse activiteiten taboes doorbroken, bespreekbaarheid vergroot, geïnformeerd en geïnspireerd en worden handvatten geboden aan deelnemers en bezoekers: jongeren, volwassenen en ouderen.

Op diverse locaties in de stad worden er allerlei activiteiten en events georganiseerd die in het teken staan van onze mentale gezondheid, variërend van een workshop tot een kunstproject, van podcast tot infostand, van masterclass tot expositie en van docufilm tot theatershow met nabespreking....Voor meer informatie, het voorlopige programma, deelnemende partijen of aanmelden als organisatie, bekijk: Programma Mentaal #GezondHelmond 2024 via <https://gezondhelmond.nl/kalender/tags/mentaal-gezondhelmond-2024/>

Wil je meer informatie neem contact op met Bas van Poppel: bas@gezondhelmond.nl | 06-3863 0893





Wij gaan graag het gesprek met u aan!

Mierlo-Hout is een bruisende buurt waar veel georganiseerd wordt. Door te luisteren naar de verhalen en ervaringen van buurtbewoners, krijgen we inzicht wat een dag de moeite waard maakt. En welke bijdrage Kansrijk kan leveren om dat te bereiken. Ook willen we graag begrijpen wat de inwoners dagelijks bezighoudt en wat hen motiveert om deel te nemen aan activiteiten die ons leven verrijken. Kansrijk en Savant voeren daarom op dit moment samen gesprekken met diverse inwoners van Mierlo-Hout. Tijdens deze gesprekken proberen we inzicht te krijgen waarom sommige mensen wel deelnemen aan activiteiten en anderen niet. Wat zijn de obstakels die mensen ervan weerhouden om betrokken te zijn? En nog belangrijker: wat motiveert mensen om deel te nemen en hoe kunnen we deze motivatie versterken? Deze gesprekken zijn niet alleen een gelegenheid om te leren, maar ook om elkaar beter te leren kennen en te verbinden.

Hebt u weleens nagedacht wat een dag echt de moeite waard maakt? En wat Kansrijk kan doen om daar een bijdrage aan te leveren? Neem dan contact op met Noor Hagelaar. We gaan graag het gesprek met u aan!

Bel Noor Hagelaar via 06 406 950 42 of stuur een mail naar noor@kansrijkmierlohout.nl



Wij komen bij u: "Aan de voordeur"

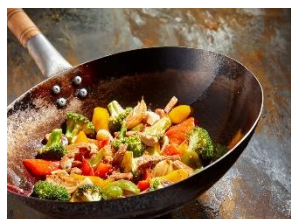
In samenwerking met Sociale Teams, Compaen en LEV, nemen wij vanuit Kansrijk deel aan het project genaamd 'Aan de voordeur'. Met dit initiatief gaan we gezamenlijk de straten in, deur aan deur, met één belangrijke vraag: "Hoe gaat het met u?"

Deze eenvoudige vraag is de sleutel tot waardevolle gesprekken. We hopen door deze ontmoetingen een dieper inzicht te krijgen in wat er werkelijk leeft en speelt in onze straten. Maar dat niet alleen. We willen ook signalen opvangen en daar waar mogelijk de helpende hand bieden.

Stel je voor dat een straat graag samen iets leuks wil ondernemen. Vanuit Kansrijk staan we klaar om een gezellige en smakelijke lunch samen met de buurt te verzorgen. Op deze manier hopen we niet alleen burens met elkaar te verbinden, maar ook het onderlinge zorgen voor elkaar te versterken.

Dit project draait om meer dan alleen gesprekken. Het gaat om het bouwen van een hechtere gemeenschap, waarin iedereen zich gezien en gehoord voelt. Samen kunnen we van onze straten warme en zorgzame thuisplekken maken. Wil je meer informatie over deze voordeurgesprekken of wil je zelf een gesprek aanvragen, mail dan naar info@kansrijkmierlohout.nl en we nemen contact met je op.

Leren koken voor senioren



Kansrijk Mierlo-Hout start op **donderdag 30 mei om 14.00 uur** een cursus koken voor senioren. De cursus wordt gegeven in de nieuwe keuken van de Kansrijkvleugel in De Geseldonk. door chef-kok Alex. **Kosten € 5,00 p.p.**

Het gebeurt regelmatig dat als de partner overlijdt of ziek wordt, de partner niet weet hoe hij of zij een goede maaltijd kan bereiden. Om hierbij te helpen start

Kansrijk Mierlo-Hout een cursus koken voor senioren. Deze cursus is bedoeld om te leren hoe je eenvoudig gezonde maaltijden kunt bereiden. Bovendien is het een leuke en gezellige manier om nieuwe mensen uit je buurt te ontmoeten en samen te eten. Wil je graag meedoen, meld je dan aan via info@kansrijkmierlohout.nl en jij geniet binnenkort ook van je zelfbereide maaltijden.



Andere tijd voor de “Open Inloop” in De Geseldonk

De tijden voor de “Open inloop” in De Geseldonk zijn aangepast. **Elke maandagochtend van 10.30 uur tot 11.30 uur** is er in Mierlo-Hout een “Open Inloop”. Deze “Open Inloop” is bedoeld om ondersteuning, informatie en een luisterend oor te bieden aan de bewoners van Mierlo-Hout. Dus wat voor vraag je ook hebt: wij hebben meestal het antwoord! Heb je hulp nodig? Wij kunnen je helpen!

Alle inwoners van Mierlo-Hout zijn van harte welkom om langs te komen en vragen te stellen op verschillende gebieden, waaronder gezondheid, welzijn en wonen. Of het nu gaat om vragen over zorg, verwerking, relaties, opvoeding, echtscheiding, formulieren, toeslagen, financiën, schulden en armoede, eenzaamheid, assertiviteit, weerbaarheid, identiteit, veilig en prettig wonen in de wijk. Voor alle gebieden zijn er mensen aanwezig, die je kunnen helpen.

Daarnaast biedt de open inloop Mierlo-Hout ook ondersteuning bij het vinden van een maatje of hulp bij klusjes. Bezoekers kunnen ook informatie verkrijgen over lokale activiteiten en voorzieningen in de buurt. Het is tevens een gelegenheid om anderen te ontmoeten of om simpelweg een luisterend oor te vinden.

Verschillende organisaties zijn aanwezig om hun expertise en diensten aan te bieden. Dit zijn onder andere “Kansrijk Mierlo-Hout”, Sociale Teams Helmond, Wijkraad Mierlo-Hout, Gemeente Helmond, LEVgroep, de woningstichtingen Compæen en woCom, maar ook zorgaanbieders Zorgboog en Savant zijn aanwezig om, indien gewenst, te ondersteunen en hun informatie te delen.

Onze hulp kost niets, je bent dus van harte welkom tijdens de “Open Inloop Mierlo-Hout” en samen kunnen we werken aan een gezonde gemeenschap.

Je vindt wijkhuis De Geseldonk aan de Cederhoutstraat 44.



ACTIVITEITEN OP DE ZONDAGMIDDAG.

Zondag 9 juni: “BINGO” in de “Kansrijkvleugel” van Wijkhuis de Geseldonk. De “bingokaarten” kosten vijf euro. Deze investering levert misschien een mooie prijs op, maar zeker een gezellige middag. Vanaf 13.30 uur bent u welkom en om 14.00 uur start de “BINGO”. Er zijn vijf rondes voor de pauze en vijf na de pauze. Voor alle duidelijkheid: er zijn geen geldprijzen.

Graag aanmelden via info@kansrijkmierlohout.nl. Wel graag vermelden “Bingo”. Ook kunt u een briefje met uw gegevens in de brievenbus van de Geseldonk stoppen. Volgende Bingomiddagen zijn op 13 oktober, 17 november en 8 december. U bent ook eens in de maand welkom tijdens de “Soos”, een gezellige zondagmiddag in de “Kansrijkvleugel”.

U kunt dan kaarten, sjoelen, samen gezellig kletsen, enz.

Deze gezellige zondagmiddagen zijn op 20 oktober, 24 november en 22 december.



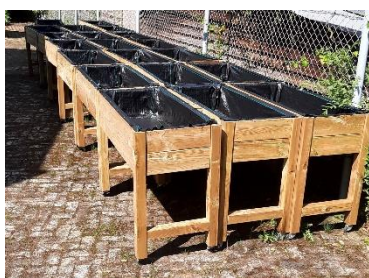


Lunchen op vrijdag in wijkhuis de Geseldonk

Momenteel hebben we 80 aanmeldingen, verdeeld over 2 groepen. Hierdoor kan iedereen in ieder geval om de week komen lunchen. In de praktijk kunt u ook regelmatig elke week komen omdat er ook afmeldingen zijn. Nieuwe aanmeldingen zijn van harte welkom in wijkhuis De Geseldonk. De lunch wordt georganiseerd door vrijwilligers van “Kansrijk Mierlo-Hout” en is van 12.00 uur tot 14.00 uur. De inloop is vanaf 11.30 uur. Tijdens een uitgebreide, lekkere en goed verzorgde lunch kun je genieten van een gezellig samenzijn. Aanmelden via info@kansrijkmierlohout.nl of **06 51804968**.

De kosten bedragen € 5,00 per persoon

Moestuinbakken



We hebben de beschikking gekregen over een flink aantal verrijdbare moestuinbakken op hoogte. Deze staan achter de Geseldonk. Kansrijk gaat daar in 5 bakken zelf kruiden telen, die onze kok gaat gebruiken bij de bereiding van de maaltijden. Er zijn nog een aantal bakken beschikbaar voor mensen wel graag een moestuin zouden hebben, maar niet meer in staat zijn om te bukken en daardoor aangewezen zijn op een bak op hoogte. Zo kunt u zelf gezonde en onbespoten verse producten kweken.

Aanmelden om een bak te gaan verzorgen voor eigen gebruik via info@kansrijkmierlohout.nl

Fototentoonstelling 'Doe normaal, dan doe je al gek genoeg'

Ontdek de kracht van openheid en begrip tijdens de expositie van project ‘Doe normaal, dan doe je al gek genoeg’. Deze tentoonstelling belicht het taboe rondom mentale gezondheid, waar praten vaak vermeden wordt. Toch worstelen veel mensen in stilte met mentale problemen, vaak onbegrepen en alleen. Door het gebrek aan gesprekken groeit het misverstand. Maar wat we negeren, begrijpen we niet. Laten we afrekenen met het vooroordeel van ‘die is gek’. In werkelijkheid kunnen ernstige problemen schuilgaan achter een glimlach. Het is tijd voor eerlijke dialogen over mentale gezondheid, want alleen dan verdwijnt het taboe. De tentoonstelling bestaat uit foto’s van Daisy Roefs.

- Datum en tijd: **Maandag 3 t/m vrijdag 7 juni 2024** (gedurende reguliere openingstijden van De Geseldonk)
- Locatie: **Wijkhuis De Geseldonk, Cederhoutstraat 44 Helmond**
- Toegang: **Gratis en toegankelijk voor iedereen**



Erik Verhofstadt: “Mij geeft het veel voldoening”

In iedere nieuwsbrief stellen wij een andere vrijwilliger voor die het leuk vindt om iets voor Kansrijk Mierlo-Hout te doen. Deze keer maken we kennis met Erik Verhofstadt. Hij is vrijwilliger bij de lunch op vrijdag. Nog zongebruind van zijn vakantie vertelt hij zijn verhaal.



Erik woont al 45 jaar in Mierlo-Hout. In zijn werkzame leven zorgde hij bij de gemeente Nuenen op de afdeling personeelszaken voor alles rondom het loon van de ambtenaren. Erik geeft aan dat hij het oprecht jammer vond dat hij met pensioen ‘moest’ en niet mocht doorwerken. ‘Ik ben een echt ‘mensenmens’ en vond het erg dat ik alles moest achterlaten. Na mijn pensionering was ik al langer op zoek naar iets zinvols, maar kon niets vinden, waar ik veel contact met mensen had.

Toen was daar ineens het straatbezoek van de woningbouwvereniging met mensen van de LEVgroep. Die kwamen aan de deur vragen over de wijk, de bewoners en hoe het beviel in de wijk. Zo kwam het gesprek ook op vrijwilligerswerk. Om een lang verhaal kort te maken: ze brachten me in contact met Jan Drouen en die stelde voor te komen helpen met de nieuwe activiteit in de Kansrijk vleugel: de vrijdagse lunch. Ik help met het opdekken van de tafels, de grote schalen met brood en beleg vullen en na afloop met het opruimen, stofzuigen en dweilen. Dan is alles weer schoon en opgeruimd. Zo is mijn vrijdag gevuld van half 11 tot half 3. En ik heb aangegeven, dat als ik met mijn vrouw op vakantie wil of een dagje wil gaan fietsen, dat ze dan voor mij wel een vervanger moeten regelen,” lacht hij.

Nog meer vrijwilligerswerk?

Doet Erik nog ander vrijwilligerswerk? “Ja, ik ben nu ongeveer twee jaar lid van Automaatje, en als dat nodig is, wil ik best ook voor Houtomaatje chauffeurs. En tijdens de coronacrisis heb ik ook nog voor anderen de energietoeslagformulieren ingevuld. Maar verder wil ik toch veel tijd vrij maken om samen met mijn vrouw te gaan fietsen. We gaan heel vaak en dat willen we ook blijven doen, zolang we het nog kunnen. Wat vindt hij van het vrijwilligerswerk voor Kansrijk? “Ik weet dat er mensen zijn die zeggen geen vrijwilligerswerk te doen. Maar mij geeft het veel voldoening, als je ziet hoe blij de gasten zijn die op vrijdag komen lunchen.”

Houtomaatje



Kansrijk Mierlo-Hout organiseert en verzorgt o.a. in de Geseldonk een aantal activiteiten voor inwoners, met name ouderen en alleenstaanden. Maandagochtend ontbijt, diners, High Tea, informatieavonden, zondagmiddagsoos enz. Voor een aantal van deze doelgroep is vervoer een probleem omdat men bv. slecht ter been is en zelf geen geschikt vervoermiddel heeft.

Daarom is er Houtomaatje, wij zoeken nog vrijwilligers die met hun eigen auto de mensen ophalen en weer thuisbrengen tegen een kleine vergoeding. In principe alleen in Mierlo-Hout.

U bepaalt zelf of u incidenteel of vaker beschikbaar bent.

Aanmelden en meer informatie via info@kansrijkmierlohout.nl



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

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

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



De Nieuwsbrief wordt in bezorgd op 850 adressen en de digitale versie wordt breed verspreid.
Stelt u prijs op de digitale versie, stuur een mailtje naar: info@kansrijkmierlohout.nl

Contactadressen voor projecten Kansrijk Mierlo-Hout

Telefoonnummers

Algemeen telefoonnummer 06-51804968

Telefoonnummer Kansrijk coördinator 06-21264794

Mailadressen

Algemeen

info@kansrijkmierlohout.nl

Wensbox

info@kansrijkmierlohout.nl

Verwelkomingspakketten

welkom@kansrijkmierlohout.nl

Voorzitter (Jan Drouen)

voorzitter@wijkraadmierlohout.nl

Secretariaat

secretariaat@wijkraadmierlohout.nl

Vragen over ontbijt- high tea- diner

gastvrij@kansrijkmierlohout.nl

Vragen over tuinonderhoud, kleine klusjes

tuinen@kansrijkmierlohout.nl

Vragen en aanmelden vrijwilligers 06 21264794

vrijwilligers@kansrijkmierlohout.nl

Ideeën, tips om Kansrijk nog succesvoller te maken: idee@kansrijkmierlohout.nl

