



Nieuwsbrief Welzijn op recept Nijmegen Februari 2023

Soepie doen!

Als er iets is dat al honderden jaren staat voor verbinding, verwarming en sociale rechtvaardigheid, dan is het wel soep! Een kom warme soep vormt een verbindende, lekkere en voedzame maaltijd.

In vele wijken in Nijmegen maken vrijwilligers regelmatig soep voor buurtgenoten onder de titel: Soepie doen. Op www.wegwijzer024.nl vind je waar en wanneer.



Soep als symbool voor zorgzaamheid en warmte: het verhaal van Verginie

Verginie komt uit Kameroen en is drie jaar geleden naar Nederland gekomen in het kader van gezinshereniging. Juist.... tijdens de COVID-crisis. Zwanger, geen woord Nederlands en een klein kind dat nog net niet kon lopen. Ze werkte altijd als kapster en koken was haar passie. Voor het eerst sinds lange tijd zouden zij en haar geliefde elkaar weer zien en vast kunnen houden. Een kleine twee jaar was ze met haar geliefde herenigd toen bij hem een vorm van nierkanker werd geconstateerd. Drie dialyses per

week waren nodig om het gif uit zijn lichaam te spoelen.



Het gezin moest draaiende blijven, de kleintjes worden opgevoed, haar man was kostwinner, maar dat viel ook weg. Dat was erg zwaar. De maatschappelijk werkster van het ziekenhuis nam contact op met de welzijnscoach van Welzijn op recept. Er was een klik! Over de grenzen van organisaties heen, werd een plan van mens-tot-mens gemaakt. Videogesprekken werden opgestart en als het ook maar even kon gingen ze samen wandelen met de baby en de kleuter.

Moed ingeblazen door Welzijn op recept

Het gevoel van eenzaamheid brokkelde geleidelijk aan af. Langzaam begon Verginie te herstellen, aan te sterken en op te bloeien. Ze kreeg vertrouwen en stukje bij beetje nieuwe moed



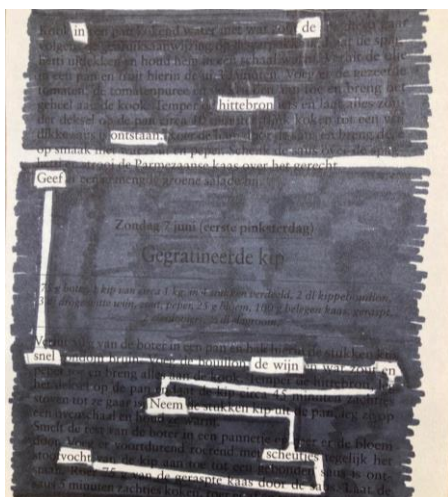


ingeblazen. Blazen doet ze nog steeds; maar dan in een pan soep! Een keer in de twee weken kookt ze in Wijkcentrum Het Hert. Daar kan iedereen terecht voor warmte, contact, een praatje met de wijkagent, en een kop soep.

Zeker in deze tijd kan dat beetje menselijkheid precies die veranderingen te weeg brengen waar we zo vurig naar verlangen. Het recept? Openheid, luisteren en goede smaakpapillen. Want; soep eet je natuurlijk ook omdat het gewoon lekker is!

Cultuur op recept on tour

In het najaar van 2022 waren er vele workshops in de wijken waar bewoners gratis aan mee konden doen. 100 wijkbewoners hebben gezongen, theater gespeeld, gedichten gemaakt, verhalen verteld en elkaar ontmoet.



Stiftsdichten

Onder begeleiding van medewerkers van de Lindenberg en de Bibliotheek konden bewoners hun talenten ontdekken.

In vier wijken wordt een vervolgaanbod georganiseerd, met zanggroepen, theatercursussen en diverse creatieve workshops. Cultuur leeft in de wijken, ook voor mensen voor wie dat niet zo vanzelfsprekend is!

Energiearmoede

Veel doorverwijzers zien het al langer in hun praktijk: de stijgende prijzen van energie, de dagelijkse boodschappen en de kosten voor de zorgpremie zorgen voor extra psychosociale druk. Ook hiervoor kunnen doorverwijzers een beroep doen op onze welzijnscoaches. Zij kunnen de weg wijzen waar bewoners aanvragen kunnen doen. Verder zijn in de stad op diverse plaatsen warme plekken gemaakt in openbare gebouwen. Mensen die thuis in de kou zitten kunnen naar wijkcentra en ontmoetingsplekken in de wijk. Niet alleen lekker warm, maar ook gezellig. Alle wijkcentra zijn van maandag tot en met vrijdag open. Tot 31 maart zijn de warme dranken er gratis tussen 9.00 uur en 11.00 uur.

Meer informatie en contact

Informatie over Welzijn op recept Nijmegen:

<https://bindkracht10.nl/projecten/welzijn-op-recept/>

Fenna Hendriks, coördinator voor Welzijn op recept Nijmegen:

fenna.hendriks@bindkracht10.nl

tel. 06 12451734

Colofon

Redactie: Joris Kroezen en Fenna Hendriks

