



Augustus en september 2022

## Van de coördinator

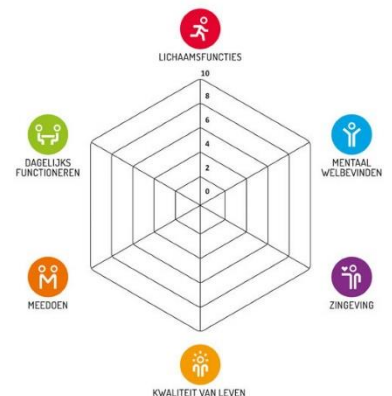
Deze nieuwsbrief is voor 2 maanden omdat ik in augustus een paar weken met vakantie ga. Even loskomen van werk en alledaagse drukte. Tijd om tot rust te komen en een nieuw boek te lezen, maar ook tijd om nieuwe dingen te ervaren. Allemaal dingen die bijdragen aan een zinvol leven zoals je in onderstaand stukje over Positieve Gezondheid kunt lezen. Ook als je thuisblijft kun je ervoor kiezen om eens uit je routine te komen en nieuwe dingen te proberen. Maak eens een nieuw recept of ga eens ergens anders wandelen dan je gewend bent. Wees nieuwsgierig en ga erop uit. Ik weet zeker dat ik na mijn vakantie weer met nieuwe zin en frisse ideeën aan het werk ga. Heb je zelf een leuk idee voor een activiteit in het Inloophuis, laat dit dan weten, dan kijken we samen naar de mogelijkheden.

Voor nu wens ik iedereen fijne zomermaanden met hopelijk veel nieuwe ervaringen. Ik hoor ze graag als we elkaar weer treffen!



Eén van de dimensies van Positieve Gezondheid is Zingeving, voor veel mensen een beetje een vaag begrip, terwijl het een belangrijke behoefte van de mens is. Waar het op neerkomt is dat je zou moeten weten wat jou gelukkig maakt of wat jij nog zou willen bereiken in het leven. Mensen die zingeving missen voelen zich vaak kwetsbaar. Als je wel zingeving ervaart blijkt dat je weerbaarder wordt. Soms moet je dingen gewoon accepteren zoals ze zijn, maar aan de andere kant is het juist belangrijk dat we

ons op de dingen focussen waar we dankbaar voor zijn en gelukkig van worden. Er is één ding erg belangrijk voor een zinvol leven en dat is dat je altijd blijft leren in de breedste zin van het woord. Verdiep je in de dingen die je leuk vindt en probeer ook eens nieuwe dingen uit. Lees een nieuw boek, ga naar een museum, probeer een nieuwe sport uit, eet nieuwe gerechten of verdiep je in andere culturen. Wees niet bang voor het onbekende maar wees juist nieuwsgierig. Als je het lastig vindt om te weten waar je behoefte aan hebt, kun je met ons een keer het spinnenweb invullen. Dan kijken we samen hoe jij meer zingeving in jouw leven kunt krijgen en daardoor meer veerkracht krijgt.



## Nieuws over onze activiteiten

### **Inloop**

Maandag	14:00 – 16:00 uur	Dinsdag	10:00 – 12:00 uur	Woensdag	10:00 – 12:00 uur
Donderdag	14:00 – 16:00 uur	Vrijdag	14:00 – 16:00 uur	Zondag	14:00 – 16:00 uur

Let op: vrijdag 2 september en zondag 25 september is er geen inloop!

### **Haardpraat**

De volgende haardpraatavonden zijn op 22 juli en 26 augustus.

## Wijkmaaltijden

Onze wijkmaaltijden zijn deze maanden op: 3, 10, 17, 24, 31 augustus en 7, 14, 21 en 28 september van 18:00 – 20:00 uur (inloop vanaf 17:30 uur). Opgeven kan tot maandag 15:00 uur.

Vanwege de hogere prijzen in de winkels zijn wij genoodzaakt om de prijs voor de wijkmaaltijd vanaf september te verhogen naar € 6,-. Voor een consumptie betaal je € 0,50 (niet alcoholisch) of € 1,- (alcoholisch en malt).



## Schilderworkshop

In september wordt er in het Inloophuis een workshop “Schilderen met olieverf” gegeven door Sheila Cordova op de woensdagmiddagen van 13:30 – 15:30 uur. Er zijn nog 3 plaatsen voor geïnteresseerden om mee te doen. De eigen bijdrage is € 20,- voor alle vier de middagen. Materialen zijn inbegrepen. Je kunt je hiervoor nog aanmelden bij onze administratie.

## Initiatieven

### Zondag 21 augustus 14:30 uur: Vijverconcert

Kom genieten van een optreden van Sixties Generation, met gastoptreden van pianist/zanger/entertainer Aristakes. Wees welkom in het (openlucht) Amfitheater aan Het Masker. Het concert is gratis, dankzij sponsoring van de Buurtbudgetten Kattenbroek en Zielhorst en Expressive Audio Rental.

## Van het bestuur

Beste mensen,

Dit keer beginnen wij met een “In Memoriam”.

Op woensdag 6 juli j.l. ontvingen wij het droevige bericht, dat onze penningmeester Bert Dijkman 's nachts was overleden! Eerder had hij ons gemaïld, dat hij van de longarts had vernomen, dat hij ernstig uitgezaaide longkanker had en nog maar kort te leven zou hebben. Dit sloeg in als een donderslag bij heldere hemel!!! Dat het zo kort zou zijn schokte ons allemaal.

Op 12 juli hebben wij hem met velen herdacht op Rusthof en op 13 juli is hij in aanwezigheid van zijn gezin elders begraven. Het deed goed, dat er ook van ons Inloophuis diverse mensen op Rusthof hun deelneming betuigden, dat wij dit konden delen samen met familie en vrienden.

Wij als bestuur zijn Bert onzegbaar dankbaar voor het vele werk dat hij voor IHS gedaan heeft in de 9 jaar die hij actief was. Ook voor alles wat hij in persoonlijke aandacht en betrokkenheid bij velen van ons in het Inloophuis betekend heeft. Wij missen hem nu al. Wij wensen zijn vrouw, kinderen en kleinkinderen, waar hij zo blij mee was, heel veel sterkte bij het voortgaan zonder hem. Iedereen zal zich realiseren, dat dit verlies heel veel emoties en tijd van ons gevraagd heeft. Juist nu is het noodzakelijk voor het IHS om met allerlei instanties goed samen te werken om te proberen alle activiteiten voor het komende seizoen veilig te stellen. Wij zijn de Stichting Inloophuizen Amersfoort (SIA), waarvan wij deel uitmaken, dan ook heel erkentelijk voor de ondersteuning die wij ontvangen.

Dan is het ook nog zomer! Weggaan of juist rustig thuisblijven?! Probeer allemaal te genieten van rust, liefde, aandacht voor jezelf en anderen en wij hopen elkaar weer te ontmoeten in september. Hartelijke groeten van ons, Willy, Ruurd en Reina.

[info@inloophuisschothorst.nl](mailto:info@inloophuisschothorst.nl). T:0334801902

Lancelotpad 18, Amersfoort

[www.inloophuisschothorst.nl](http://www.inloophuisschothorst.nl)

of volg ons op facebook 

STICHTING  
INLOOPHUIZEN  
AMERSFOORT 