



Nieuwsbrief

Editie: 1
2023-12

ONS Stede Broec

Stadsplein & Kookstudio

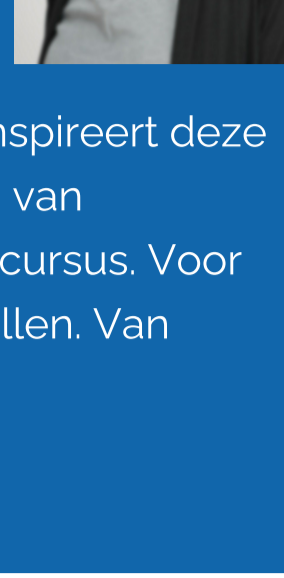
ONS WonenPlus

JC Inventas



Met aandacht sterker

Met trots presenteert ONS de eerste nieuwsbrief. Zie hoe aandacht / ONS samen met u als betrokken inwoner van Stede Broec het dagelijks leven mooier maakt. Maak kennis met ONS moidjes, creatief leven of de buurtmoeders. Stuk voor stuk initiatieven die zorgen dat met een klein beetje meer aandacht voor elkaar een wereld gewonnen wordt. Aandacht als licht in deze donkere dagen aan het einde van het jaar. Een mooier moment om deze nieuwsbrief te introduceren is er niet. Hopelijk inspireert deze nieuwsbrief een ieder. Met aandacht voor anderen, zoals het doen van tuinklussen via ONS WonenPlus. Voor je zelf, via een mindfulness cursus. Voor elkaar, de zorgzame buurt. Of met het repaircafé voor kapotte spullen. Van aandacht geven en ontvangen wordt alles en iedereen sterker.



Karen Houwen, directeur/bestuurder ONS

Projecten

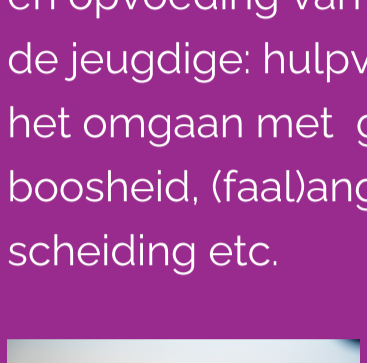
ONS Wijkteam



Zorgzame buurt

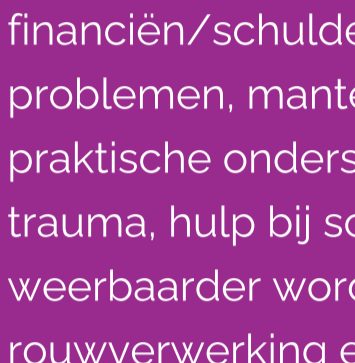
Terug naar vroeger word er wel eens gezegd. Met het project Zorgzame Buurt willen wij meer sociale cohesie brengen in de wijken in Plan Zuid in Bovenkarspel/Grootebroek. De nieuwe Buurtkamer in de wijk Princenhof is een mooi voorbeeld van laagdrempelig elkaar ontmoeten en ondersteunen. Heb jij een idee, wil je iemand ondersteunen of heb je zelf ondersteuning nodig? [Laat het ONS weten!](#)

Bij ONS wijkteam kunnen alle inwoners van Stede Broec terecht voor activiteiten en ondersteuning. Dit kan individueel maar ook groepsgericht bij één van onze trainingen en activiteiten.



Jeugd en gezin:

informatie voor ouders/ verzorgers over de ontwikkeling en opvoeding van een kind. Voor de jeugdige: hulpverlening voor het omgaan met gevoelens van boosheid, (faal)angst, hulp na scheiding etc.



Volwassenen en senioren:

Informatie en advies over financiën/schulden, relationele problemen, mantelzorg- en praktische ondersteuning, trauma, hulp bij scheidingen, weerbaarder worden, rouwverwerking en/of eenzaamheidsgevoelens.

Cursus Creatief Leven, een cursus speciaal voor mensen die (te vaak) last hebben van eenzaamheid en daar iets aan willen veranderen. [Voor meer informatie bekijk je onze website.](#)

Omgaan met rouw en verlies

Verlies hoort erbij, maar kan van de een op de andere dag je leven ingrijpend veranderen. [ONS Stede Broec biedt een groepscursus omgaan met rouw en verlies.](#)

ONS Moidjes

ONS Moidjes is een workshop van 6 bijeenkomsten voor meiden tussen de 12 en 16 jaar om hen te versterken en om te leren gaan met alles wat bij de puberteit komt kijken. Denk hierbij aan social media, zelfbeeld, vrienden, grenzen en relaties. Houd de socials in de gaten!

Project 'Kids in Kracht'

Met het project 'Kids in Kracht' zet ONS kinderen in Stede Broec in hun kracht! In samenwerking met de basisscholen en de kinderopvang wordt een rijk programma gemaakt. Hierbij is volle aandacht voor de sociaal - emotionele ontwikkeling van kinderen tot 12 jaar. Het ontwikkelen van talenten staat centraal. De activiteiten worden in verschillende buurten aangeboden met lokale samenwerkingspartners. Deze activiteiten zijn voor iedereen toegankelijk. info@onsstedebroec.nl

Buurtmoeders

Buurtmoeders is een initiatief waarbij ingezet wordt op het bereiken van ouders met schoolgaande kinderen en die Nederlanders als tweede taal hebben. Door moeders uit de buurt, die naast hun eigen taal het Nederlands goed beheersen, worden samenkomsten georganiseerd. Tijdens deze momenten is er de mogelijkheid elkaar te ontmoeten en informatie uit te wisselen over verschillende onderwerpen. Bijvoorbeeld hoe het schoolstelsel in Nederland werkt. Lijkt het jou fijn eens aan te schuiven of zou je buurtmoeder willen worden? Zou je iets kunnen betekenen als projectmedewerker? [Neem contact met ONS op!](#)

ONS WonenPlus

Heb jij affiniteit met tuinieren? En vind jij het leuk om mensen blij te maken met een mooie tuin? Dan is dit je kans!

We zijn op zoek naar tuinvrijwilligers die het leuk vinden om kleine tuinklusjes te doen bij abonnees van ONS WonenPlus. Deze mensen reddan dit vaak zelf niet meer en kunnen daar wel een handje bij gebruiken. Denk aan senioren, mensen met een chronische ziekte, een lichamelijke beperking of mantelzorgers.

Onze tuinklussen duren niet langer dan 2 uur, zijn niet zwaar en het staat je als vrijwilliger vrij om de klus in te plannen wanneer dat voor jou het beste uitkomt. Vanuit ons Servicepunt word je benaderd, waarna je zelf contact opneemt met de abonnee en een afspraak maakt om langs te komen.

Het resultaat? Een knappe tuin en een tevreden mens!

Enthousiast geworden? Meer informatie nodig? Laat het ons weten! [Wij komen graag in contact met jou!](#)

Of kom langs op ons kantoor voor een kop koffie en een koekje :-)



JC Inventas

JC Inventas is dé plek in de gemeente Stede Broec voor jongeren tussen de 10 en 25 jaar. Het maakt niet uit wat je afkomst, geloof, opleidingsniveau of geaardheid is: Bij ons is iedereen welkom!

Van maandag t/m vrijdag is Inventas open van 9:00 tot 17:00. Daarnaast ook soms in de avonden en de weekenden, wanneer er activiteiten georganiseerd worden. Denk bijvoorbeeld aan tienerdisco's, bandavonden, DJ-feesten en musicals.

Dit alles wordt gedaan door vrijwilligers, onder leiding van jongerenwerkers. Ook eens praten met een jongerenwerker? Over activiteiten en wensen? Of over problemen? Of gewoon zomaar? Kom gewoon eens langs of [neem contact op.](#)



't Stadsplein

Bij sociaal-cultureel centrum 't Stadsplein staat de bezoeker centraal. Onze deuren staan open voor iedereen die de behoefte heeft om in contact te komen met mensen, om zichzelf te ontwikkelen of gewoon om anderen te helpen. Iedereen is welkom om, mee te doen aan een activiteit, cursus, (kook)workshop of om aan te schuiven bij onze koffietafel.

VERBINDEND WANDELEN

Vanaf vrijdag 12 januari, 9.30- 11.30 uur. Lekker wandelen, iedere vrijdag ochtend gezellig in groepsverband. Voor iedereen met een psychische kwetsbaarheid. Er wordt gestart en afgesloten bij 't Stadsplein. Wandelen is gratis, voor koffie/thee vragen wij een kleine bijdrage. [Meld je hier aan.](#)

REPAIR CAFÉ

Vanaf 26-01, 10:00-12:00. Iedere laatste vrijdag v/d maand. Niet alleen is het goedkoper en milieubewuster om kapotte spullen te repareren, maar het vergroot ook de betrokkenheid onder buurtbewoners. Samen repareren is leuk. Heb je iets dat kapot is kom gerust langs, wil je zelf bij het Repair Café aan de slag dan ben je ook welkom!

MINDFULNESS CURSUS

16 februari gratis introductie van 11.00-12.00 uur. De cursus start vrijdag 15 maart van 10.00-12.00 uur en duurt 8 keer. Mindfulness is een vaardigheidstraining. Je gaat je meer bewust worden van je lichaam, je adem en je gedachten. De cursus helpt je om bewust gaan worden van jezelf en je omgeving waardoor je anders op bepaalde situaties kan gaan reageren. Je hoeft niet te veranderen maar je gaat meer naar acceptatie en loslaten toe.

Aanmelden via de [website](#) of e-mail



De Kookstudio

De Kookstudio biedt kookfeestjes voor familie en vrienden, maar ook voor bijvoorbeeld teambuildings-uitjes op maat. Heb je hier ideeën over of wil je hulp bij een thema? Samen vinden we de juiste vorm voor jouw uitje! Aankomend voorjaar zijn er weer vele interessante, lekkere en originele culinaire activiteiten voor jong en oud. Ons gevarieerde Kookteam staat klaar om u te begeleiden bij diverse thema-kookworkshops. We zijn van "alle keukens thuis"!

AGENDA KOOKSTUDIO

Kinderkoken tijdens de voorjaarsvakantie
21 en 22 februari

Frans Mediterrane Keuken
16 maart

Multicultureel Tafelen
18 april

Ayurvedisch Koken
20 april

Aziatische Reis kookworkshop
8 juni

Vega Indonesisch etentje
13 juni

Zie [onze website](#) voor alle informatie, tijden, prijzen en aanmelden.



Stichting ONS Stede Broec
Stationslaan 2
1611 KZ Bovenkarspel

E-mail: info@onsstedebroec.nl
Tel: 0228 511 528

