



# ONTMOETEN

VOOR JONG EN OUD IN DE GEMEENTE NIJKERK



In deze editie van de **GALA-nieuwsbrief** leggen we de focus op het belang van ontmoeten. Of het nu gaat om jongeren die sociale vaardigheden ontwikkelen of ouderen die zich eenzaam voelen. Het leggen van contacten en het hebben van sociale steun zijn essentieel voor een gezond leven.

Wij nodigen jullie uit om mee te denken en samen te werken aan initiatieven die dit bevorderen.  
Heeft u een interessante activiteit over gezond en actief leven en wilt u hierover vertellen in de nieuwsbrief?  
Mail ons op [gala@nijkerk.eu](mailto:gala@nijkerk.eu)





# Even voorstellen

De jongerenwerkers bij de Stichting Jeugd- en Jongerenwerk gemeente Nijkerk, zien in de dagelijkse praktijk wat het effect is wanneer de jongeren buiten de boot vallen. Wanneer ze voor het eerst komen, kijken ze naar beneden en hebben ze de schouders omlaag. Zodra ze nieuwe contacten met leeftijdsgenoten leggen, zie je ze opbloeien en krijgt hun zelfvertrouwen een boost.

Een belangrijk aspect om dit mogelijk te maken is dat de jeugd en jongeren zich op een plek “veilig” voelen. Daarvoor is de aanwezigheid en het toezicht van een jongerenwerker in een jongeren centrum noodzakelijk en het is belangrijk dat de doelgroep vertrouwen in de jongerenwerker heeft en vertrouwelijke gesprekken met de beroepskracht kan voeren.

## CHILL OUT NIJKERK

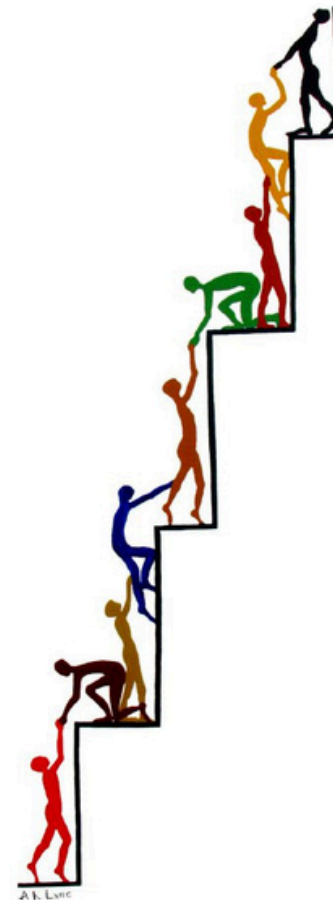
Watergoorweg 42A

033 - 258 5256  
[Instagram Chill Out](#)

## BLITS HOEVELAKEN

De Brink 10D

033 - 253 7876  
[Instagram Blits](#)



## SIGMA NIJKERK

Frieswijkstraat 99

033 - 247 4830  
[info@sigma-nijkerk.nl](mailto:info@sigma-nijkerk.nl)  
[www.sigma-nijkerk.nl](http://www.sigma-nijkerk.nl)

## SIGMA HOEVELAKEN

Sportweg 25

033 - 258 0192  
[info@sigma-nijkerk.nl](mailto:info@sigma-nijkerk.nl)  
[www.sigma-nijkerk.nl](http://www.sigma-nijkerk.nl)



Marloes van Kruijl van Sigma ziet dat mensen meer inzien hoe belangrijk sociale contacten zijn. Bij Sigma kunnen volwassenen en senioren terecht met vragen over ontmoeting, contact, activiteiten, zingeving en gevoelens van eenzaamheid. Een medewerker van Sigma kijkt mee naar de wensen en behoeften en verwijst, indien nodig, door naar de juiste organisatie.



# Een greep uit de ontmoetingsplekken in de gemeente Nijkerk

**Er gebeurt al van alles op het gebied van ontmoeten. Jong of oud, alleen of samen er is voor iedereen een ontmoetingsplek.**



Er zijn verschillende plekken in onze gemeente waar inwoners terecht kunnen voor ondersteuning en activiteiten, zoals het Paashuis, de UVV, het WelKOMhuis, de Bibliotheek en Welzijn Ouderen Hoevelaken. Daarnaast worden hier enkele andere locaties uitgelicht.

## **De Refter**

Bij De Refter in Nijkerk merkt Katja Schimmel dat er veel mensen uit de buurt komen. Het merendeel is 60+, maar ook wat jongere mensen sluiten zich aan. "Het gaat erom gewoon even onder de mensen te zijn, elkaar te ontmoeten, samen een kopje koffie te drinken of samen te eten. Het zorgt voor onderling contact, ook buiten de georganiseerde activiteiten om."

## **De Eshof**

In Hoevelaken organiseert De Eshof elke twee weken op woensdag een ontmoetingsmoment voor inwoners. "Iedereen is van harte welkom! Het draait hier vooral om een gezellige middag samen. We vragen alleen een vrijwillige bijdrage, zodat de activiteit voor iedereen toegankelijk blijft," vertelt Ellie Boot.

## **Veens Bakje en Veense Prak**

Truus Doornhof, contactpersoon voor Veens Bakje en Veense Prak in Nijkerkerveen, ziet hoe belangrijk het is om een plek te hebben waar buurtbewoners elkaar kunnen ontmoeten. "In Nijkerkerveen willen we de ontmoeting bevorderen, vooral onder de oudere en alleenstaande inwoners. Er wordt veel bijgebouwd in het dorp en deze vorm van ontmoeting is een mooie manier voor mensen om elkaar te leren kennen, vooral in de nieuwe woonwijken."





# Belangrijke initiatieven

## HET BURENNETWERK

Het Burennetwerk van Sigma biedt laagdrempelige hulp aan inwoners die tijdelijk ondersteuning nodig hebben, zoals bij een klusje, een praatje, of vervoer. Dit is vooral waardevol voor mensen met een klein sociaal netwerk.

Als professional kun je inwoners doorverwijzen naar het Burennetwerk. Sigma kijkt of de inzet van een buur passend is. Zo niet, dan wordt er doorverwezen naar andere organisaties zoals HiP, de Hulpdienst Hoevelaken, de UVV of de NPV.

Het Burennetwerk versterkt de sociale cohesie en helpt kwetsbare inwoners om zich meer verbonden te voelen met hun buurt.



## NIJKERK DOET & ONTMOET

Op Nijkerk Doet & Ontmoet vind je een overzicht van activiteiten en evenementen die in de gemeente plaatsvinden wat betreft sport & cultuur. Inwoners kunnen hier terecht om leuke activiteiten te ontdekken.

Aanbieders kunnen hun aanbod hier zelf plaatsen, zodat er voor iedere inwoner iets te vinden is. Ontdek lokale projecten, deel ideeën en zie wat er mogelijk is in onze gemeente.



Ga naar [Nijkerk Doet & Ontmoet](#)

## IN NIJKERK DOEN WE HET SAMEN!

Als professional kunt u een belangrijke rol spelen door uw patiënten en cliënten bewust te maken van de lokale activiteiten en mogelijkheden die er zijn om deel te nemen aan deze ontmoetingen. Vrijwilligerswerk is bijvoorbeeld een prachtige manier om niet alleen iets terug te geven aan de gemeenschap, maar ook om sociale banden te versterken en positieve veranderingen te ondersteunen.

Meer informatie vindt u op: [www.sigma-nijkerk.nl/vrijwilligeinzet](http://www.sigma-nijkerk.nl/vrijwilligeinzet).  
Laten we samen werken aan een sterke, gezonde en verbonden gemeenschap waarin iedereen zijn plek kan vinden.



# Project in beeld

## PROJECTEN

In het najaar van 2024 werd de subsidieregeling geïntroduceerd, waarmee organisaties subsidie kunnen aanvragen voor projecten die bijdragen aan de doelstellingen van het GALA. Inmiddels zijn diverse subsidies verstrekt, waarmee projecten zijn gerealiseerd. In de komende nieuwsbrieven zullen we enkele van deze projecten uitlichten. In deze nieuwsbrief richten we de aandacht op een bijzonder project: de Herstelmarkt.

## HERSTELMARKT

De Herstelmarkt, georganiseerd door het WelKOMhuis, heeft als doel mensen te ondersteunen die weer grip willen krijgen op hun leven en werken aan hun herstel.

Door mentale problemen hebben zij enige tijd niet volledig kunnen deelnemen aan de samenleving zoals zij hadden gewild. Dit evenement biedt hen de kans om, in een veilige en ondersteunende omgeving, stap voor stap weer verbinding te maken met de samenleving en te werken aan hun persoonlijke groei en herstel.

Een prachtig initiatief dat bijdraagt aan het vergroten van de sociale integratie van de deelnemers.



## Herstelmarkt

Locatie:  
UVV Nijkerk  
Frieswijkstraat 97  
3861 BK Nijkerk



herstelmarkt\*  
**Nijkerk herstelt**  
Datum 12 maart 2025

**Programma:**  
10:30 Ontvangst met koffie  
11:00 Opening en kennis maken met herstel  
12:00 Workshop Wellness Recovery Action Plan (WRAP)  
13:30 Workshop Herstel Training Beeldend  
14:15 Workshop Assertiviteit  
15:15 Workshop Wellness Recovery Action Plan (WRAP)  
16:00 Afsluiting  
Bezoek gedurende deze dag ook gerust de aanwezige stands en maak kennis met de diverse herstelinitiatieven!





Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) Gemeente Nijkerk 2025