



# Nieuwsbrief

Gezond Meedoen Staphorst!

Nr. 7  
April  
2024



**Organisaties, stichtingen en verenigingen in Staphorst werken samen binnen het sociaal domein op het vlak van gezondheid, in de meest brede zin van het woord. In deze nieuwsbrief leest u over ontwikkelingen en diverse onderwerpen binnen het programma Gezond Meedoen Staphorst! De nieuwsbrief is bedoeld voor medewerkers van betrokken organisaties en andere belangstellenden. Veel leesplezier!**

**In deze nieuwsbrief onder andere aandacht voor:**

- **Voorstellen: wethouder Jan Carlo Bos**
- **Nationale Voorleesdagen**
- **Nieuwe buurtsportcoaches**

## Voorstellen: wethouder Jan Carlo Bos

### Versterken door te verbinden

Toen een aantal maanden geleden bekend werd dat ik als nieuwe wethouder in Staphorst aan de slag zou gaan vroeg een journalist: "Welke bijdrage hoopt u te willen leveren?"

Een mooie vraag. Je stapt namelijk op een rijdende trein, waarin allerlei samenwerkingen en ontwikkelingen al gaande zijn. Waar instellingen en verenigingen soms al jarenlang samenwerken en goed

op elkaar zijn ingewerkt. "Ik wil inwoners voorstellen, aandacht geven aan kwetsbaren en samen met verenigingen en instellingen het goede zoeken en doen. Versterken door te verbinden", was mijn antwoord. En zo is het ook!

In de periode voor mijn wethouderschap was ik werkzaam bij de gemeente Nunspeet. Twintig jaar

geleden ben ik gestart als consultant Wet voorzieningen gehandicapten, om die jaren daarna door te groeien als beleidsadviseur en projectleider. In de laatste jaren gaf ik ambtelijke leiding aan het Sociaal Domein als domeinmanager. Prachtig om te doen: samen met het voorveld van betekenis kunnen zijn voor je medemens.

Maar heel eerlijk; ik was best wel jaloers op de gemeente Staphorst. En dan vooral op de wijze waarop, in de gemeente waar ik ben geboren en opgegroeid de sociale basis is vormgegeven en georganiseerd. Waar het positieve gezondheidsdenken als uitgangspunt wordt geformuleerd. Door niet te denken in termen van 'ziekte en zorg', maar van 'gezondheid en gedrag'. Jaloers op de wijze hoe u, als organisatie en instanties in Gezond Meedoen Staphorst, onderling samenwerkt en daarbij het belang en welzijn van onze inwoners voorop stelt. Dat is niet vanzelfsprekend, maar uniek en het biedt veel potentie.

En ik moet even terugdenken aan mijn woorden aan de journalist: "versterken door te verbinden".

Prachtig te zien dat deze insteek binnen Gezond Meedoen Staphorst! al volop aanwezig is. U kunt zich vast voorstellen, dat ik mij vereerd voel om nu als wethouder Sociaal Domein aan de slag te mogen gaan, in mijn eigen gemeente en met het programma Gezond Meedoen Staphorst!

Groet, Jan Carlo Bos

PS Mocht ik nog niet bij uw organisatie zijn geweest, ik kom graag kennismaken!



## Opgroeien en ontwikkelen

### Kansrijke start

De eerste duizend dagen van een kind zijn van cruciaal belang voor de gezondheid van een kind.

De gemeente Staphorst doet daarom mee aan het landelijke actieprogramma Kansrijke Start. Het programma stimuleert en faciliteert samenwerking tussen professionals die werken met baby's en peuters.

Een onderdeel van dit programma in Staphorst is Koffie & Koters, een bijeenkomst voor ouders met kinderen op elke tweede woensdag van de maand van 9.30 tot 10.30 uur in de Bibliotheek van Staphorst. De afgelopen maand tijd gingen de ochtenden over speengebruik en duimzuigen (Logopediepraktijk Nouwels) en peutergym (door Angela

Boessenkool). De planning voor de komende maanden is:

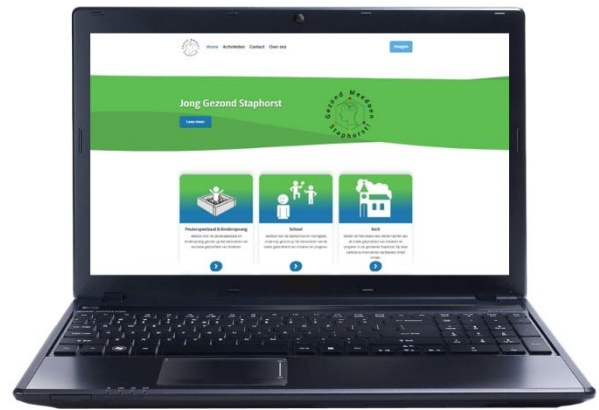
- 9 april: Media-Ukkies door de bibliotheek;
- 8 mei: Baby- en peutermassage door Hendrina Westerink, Vrouwen Fysiotherapie Meppel;
- 12 juni: 'De Kletspot: gesprek over opvoeding en ouderschap door Margreet Berends, jeugdverpleegkundige GGD IJssel-land.

*Meer informatie: Renate Elferink, gemeente Staphorst*  
- [R.Elferink@staphorst.nl](mailto:R.Elferink@staphorst.nl)

## Jong Gezond Staphorst

Sinds 1 februari 2024 is de website [www.jonggezondstaphorst.nl](http://www.jonggezondstaphorst.nl) online. Hierop staan activiteiten in Staphorst voor het vergroten van de mentale en fysieke gezondheid van kinderen en jongeren. De website is bedoeld voor kinderopvangorganisaties, peuterspeelzalen, scholen, verenigingen en kerken.

Staan ook de activiteiten van jouw organisatie online en heb je een nieuwe activiteit? Of zijn er wijzigingen? Mail dan naar [jgs@staphorst.nl](mailto:jgs@staphorst.nl). Binnen drie werkdagen (met uitzondering van vakanties) wordt de site aangepast.



Meer informatie: [jgs@staphorst.nl](mailto:jgs@staphorst.nl).

## Nationale Voorleesdagen



In de Bibliotheek Staphorst waren van 24 januari tot en met 3 februari verschillende activiteiten in het kader van de Nationale Voorleesdagen. Voorlezen helpt bij de taalontwikkeling van kinderen. Het doel van de Nationale Voorleesdagen is dan ook om voorlezen te stimuleren

aan kinderen (0-6 jaar) die zelf nog niet kunnen lezen.

In de Bibliotheek Staphorst vond onder andere het PrentenboekFestival plaats met activiteiten rond de boeken uit de Prentenboeken Top 10. Ook waren er vijf voorstellingen Help! Een verrassing! door actrice en zangeres Marianne van Houten. De afsluiter was op zaterdagochtend 3 februari Boek en Broodje in samenwerking met Poiesz Staphorst. Kinderen tot 6 jaar kregen een gratis broodje van de supermarkt en een gratis boek van de Bibliotheek. Er kwamen veel positieve reacties op de activiteiten.

Meer informatie: Nynke Kloosterman, Bibliotheek Kop van Overijssel - [n.kloosterman@bibliotheekkopvanoverijssel.nl](mailto:n.kloosterman@bibliotheekkopvanoverijssel.nl)

## Hulp bij belastingaangifte



Leer Vraag **Ontmoet** Lees Doe

### Hulp bij Belastingaangifte

Datum: 25 maart, 4 april, 22 april en 25 april 2024

Tijd: 14.00 - 17.00 uur

Kosten: € 30,00 per aangifte  
Gratis voor mensen met een laag inkomen

Locatie: Bibliotheek Staphorst

Aanmelden: telefoon: 0522-462044

[bibliotheekstaphorst.nl/agenda](https://bibliotheekstaphorst.nl/agenda)

de Bibliotheek  
Staphorst

## Buurtbemiddeling

### Uitnodiging

*16 april*  
*12.00 - 13.30 uur*  
*De Spil Nieuwleusen*



Buurtbemiddeling is nu al enkele jaren beschikbaar in Dalfsen en Staphorst. We willen je graag uitnodigen voor een informele bijeenkomst waar we je meer willen vertellen over Buurtbemiddeling. Voor wie het is, hoe het werkt en hoe we kunnen samenwerken. Er is natuurlijk tijd om al je vragen te stellen en je kan in gesprek met bemiddelaars. Wij zorgen voor de lunch.

Je kan je aanmelden bij  
Ivonne Saueressig  
06-39345740  
[i.saueressig@saamwelzijn.nl](mailto:i.saueressig@saamwelzijn.nl)



## Platformbijeenkomst over suicidepreventie

Landelijk overlijden gemiddeld vijf mensen per dag aan suicide. In de regio IJsselland zijn in 2022 in totaal 75 mensen aan suicide overleden. Naast de fatale suicides bestaat er een veelvoud aan suicidepogingen (25x meer dan het aantal suicides) en suicidale gedachten.

Om ervoor te zorgen dat inwoners niet eenzaam en radeloos sterven door zelfdoding, maken we een Staphorster vertaling van de landelijke en regionale aanpak. Hierbij hanteren we de volgende drie doelen:

1. Het taboe rond suicide doorbreken;
2. Suicidale gedachten en uitingen beter signaleren en vervolgens bespreekbaar maken;
3. Van daaruit sneller toeleiden naar professionele hulpverlening, indien nodig.

### Kom ook op donderdag 23 mei

Op donderdagochtend 23 mei nemen we u graag mee in de Staphorster aanpak en gaan we in gesprek om van elkaar te leren. Wat weten we met elkaar over zelfdoding en hoe kunnen we elkaar als professionals versterken? Het precieze programma van de bijeenkomst volgt nog, maar zet het alvast in uw agenda. U bent 23 mei van harte welkom in het Dienstencentrum in Staphorst van 10.00 tot 12.00 uur. U kunt zich alvast aanmelden door te mailen naar [platformgezondmee-doen@staphorst.nl](mailto:platformgezondmee-doen@staphorst.nl).

*Meer informatie: Marleen Engelbarts, GGD IJsselland – [m.engelbarts@ggdijssel.nl](mailto:m.engelbarts@ggdijssel.nl)*

## Sportweek Staphorst



In de voorjaarsvakantie vond de Sportweek Staphorst plaats. Kinderen konden kennismaken met elf verschillende sporten: van skeeleren tot wedstrijdzwemmen en van judo tot volleybal. Dit

jaar was er ook een speciaal beweegmoment voor kinderen met een beperking. Zij konden meedoen aan Special Gym, framerunning en voetbal. Verder was er een beweegmoment met ouderen in de Berghorst.

*Meer informatie: Marieke Kroes, gemeente Staphorst – [M.Kroes@staphorst.nl](mailto:M.Kroes@staphorst.nl)*

## Sport- en beweegakkoord

Op 31 januari vond weer de Sportersavond plaats in zaal 'd' Olde Skoele' in Rouveen. Tijdens deze avond werden 11 kampioenen uit de gemeente Staphorst met een bijzondere sportprestatie gehuldigd. Daarnaast vertelden Marc Houtzager en Frans Mussche meer over hun leven als sporter. Een extra cadeautje was de winst van de broers

Haasjes van de Alternatieve Elfstedentocht op 31 januari. Zij zijn de week erna nog apart gehuldigd in het gemeentehuis.

*Meer informatie: Laura Kok, gemeente Staphorst – [L.Kok@staphorst.nl](mailto:L.Kok@staphorst.nl)*

## Buurtsportcoaches

De buurtsportcoaches in gemeente Staphorst hebben als doel om zoveel mogelijk mensen een leven lang sporten en bewegen mogelijk te maken. Hiervoor ontwikkelen, plannen, coördineren, realiseren en evalueren ze activiteiten en projecten. De gemeente heeft twee nieuwe buurtsportcoaches aangenomen. Zij versterken Marieke Kroes, die al

### Even voorstellen: Dion van Velsen



Mijn naam is Dion van Velsen, 23 jaar oud en ik woon in Heerde. Sinds 4 maart

ben ik begonnen als buurtsportcoach bij de gemeente Staphorst. Hiervoor heb ik de opleiding Sportkunde afgerond aan Hogeschool Windesheim in Zwolle en heb ik als projectmedewerker bij een vitaliteitsbedrijf gewerkt.

Werken als buurtsportcoach in Staphorst voelde als de juiste vervolgstap, omdat ik tijdens mijn stages bij de opleiding Sportkunde al met veel plezier in deze functie heb gewerkt. Ik heb een passie voor sporten en bewegen. Bovendien spreekt het mij enorm aan dat de gemeente Staphorst vanuit het eigen Sport- en beweegakkoord erg vooruitstrevend is. Dit sluit goed aan bij mijn visie en biedt mooie kansen om Staphorst nog meer in beweging te krijgen!

Groetjes, Dion

langer als buurtsportcoach in de gemeente werkte.

*Meer informatie: Marieke Kroes, gemeente Staphorst*  
- [M.Kroes@staphorst.nl](mailto:M.Kroes@staphorst.nl).

### Even voorstellen: Esmee ten Kate

Ik ben Esmee ten Kate en ben 25 jaar. Op dit moment woon ik in het mooie Nijveen. In mijn vrije tijd vind ik het leuk om te korfballen en andere sporten



uit te proberen. Ook vind ik het leuk om af te spreken met vrienden.

Op 1 april start ik als beweegcoach binnen de gemeente Staphorst. Ik heb veel zin in deze nieuwe uitdaging. Op Windesheim heb ik de opleiding psychomotorische therapie en bewegingsagogie (PMT-BA) gevolgd. Daarnana heb ik drie jaar gewerkt als PMT'er bij Fytac in Meppel, Genemuiden en Hasselt.

Ik kijk ernaar uit om de inwoners van gemeente Staphorst te motiveren en te helpen om meer in beweging te komen. Om mensen te laten ervaren welke positieve effecten bewegen heeft op hun eigen welbevinden geeft mij energie. Ik hoop snel met jullie kennis te maken!

Groetjes, Esmee

## Thema-avond 'Van Zorg tot Rouw'

Als u hiermee  
te maken  
krijgt, weet u  
dan hoe u  
het wilt?

**Uitnodiging thema-avond**

# VAN ZORG TOT ROUW

verdieping en begeleiding in de laatste levensfase



D.V. maandag 8 april 2024



Start om 19.45 uur (inloop vanaf 19.00 uur)



Zaal Spoorzicht, Gemeenteweg 171 in Staphorst

Met medewerking van: H.G. Huiting (huisarts), Klaasje Bloemert (verpleegkundige en aandachtsvelder Palliatieve zorg) en Sonja Lassche (rouw- en verliesbegeleider)

Deze thema-avond wordt georganiseerd en mede mogelijk gemaakt door:





## Week van de Jonge Mantelzorger

Van 1 tot en met 7 juni is de Week van de Jonge Mantelzorgers. Dit is voor jongeren die al langer dan drie maanden voor een gezinslid zorgen of er rekening mee moeten houden. Bijvoorbeeld als een van hun ouders een chronische ziekte of aandoening heeft, zoals of bijvoorbeeld ADHD of ASS. Carinova geeft in de gemeente Staphorst aandacht aan de Week van de Jonge Mantelzorger. De zorgorganisatie is bijvoorbeeld van plan op 7 juni een

escaperoom te organiseren voor jonge mantelzorgers van 16 jaar en ouder.

*Meer informatie: Rinie van de Hoek, Carinova – [R.van-dehoek@carinova.nl](mailto:R.van-dehoek@carinova.nl)*

## Opruimactie Ijhorst tijdens Landelijke Opschoondag

Op zaterdagochtend 23 maart organiseerde VechtHorst met de gemeente Staphorst en Stichting Welzijn Staphorst een opruimactie aan de Sparrenlaan in Ijhorst. Vanaf 10.00 uur staken ze samen met de bewoners de handen uit de mouwen om huis en tuin op te ruimen. De bewoners waren na afloop heel tevreden over de actie.

De gemeente en VechtHorst hadden voor een container gezorgd waar de bewoners hun grofvuil in konden weggooiden. Daarnaast konden ze meedoen aan de actie Steenbreek van de gemeente. Daarbij konden ze tuintegels inleveren voor een gratis tuinplant.

### Goed contact

De gemeente, VechtHorst en bewoners hadden een gezellige middag met goede gesprekken. Zo

## Bijdrage leveren

Deze nieuwsbrief verschijnt meerdere keren per jaar. De eerstvolgende uitgave is in juni 2024. Heeft u als organisatie een bijdrage in de vorm van een relevante activiteit of project dat u wilt delen met de samenleving van Staphorst? Mail naar [platformgezondmeedoen@staphorst.nl](mailto:platformgezondmeedoen@staphorst.nl).



gaven de bewoners tips aan de gemeente hoe ze samen met de gemeente hun directe leefomgeving zouden willen vergroenen. Daarnaast maakten ze kennis met de energiecoach van de gemeente en de coördinator van Humanitas. De energiecoach kan tips geven om geld te besparen op de energie-

rekening. Humanitas kan bewoners die dat willen helpen om hun administratie en financiën op orde te brengen en te houden. Al met al was het een heel geslaagde actie. VechtHorst en de gemeente organiseren in april nog zo'n actie aan de Berendsland in Staphorst.

*Meer informatie: Janneke Nijholt, VechtHorst – [J.Nijholt@vechthorst.nl](mailto:J.Nijholt@vechthorst.nl)*

## Meer informatie

Meer weten over het platform Gezond Meedoen Staphorst en eerder verschenen nieuwsberichten? Neem een kijkje op [www.staphorst.nl/gezond-meedoen](http://www.staphorst.nl/gezond-meedoen). Voor aanmelding bij het platform Gezond Meedoen Staphorst! en/of vragen, informeer vrijblijvend bij Jack de Goede, beleidsmedewerker Welzijn en Gezondheid via (0522) 46 75 28 of [platformgezondmeedoen@staphorst.nl](mailto:platformgezondmeedoen@staphorst.nl).



Tips, opmerkingen of vragen? Dan kunt u zich richten tot de contactpersoon vermeld onder het betreffende artikel. Voor algemene vragen mail naar [platformgezondmeedoen@staphorst.nl](mailto:platformgezondmeedoen@staphorst.nl).

