

perspectief

voorjaar 2016

1



De beweegtuin is voor iedereen!

DE KLANT SPREEKT Lies Derksen in Ooij 6

SAMEN LEVEN Beweegtuin in Berg en Dal 8

DE VRIJWILLIGER Toos Clement in Malden 14

Samen in Berg en Dal

In 2015 is vrij spontaan het samenwerkingsverband Samen Berg en Dal ontstaan. Opeens kwamen een paar lijntjes bij elkaar en besloot iedereen samen verder te gaan. Nu werken de Dorpsraad, Berg en Dals bloei, Stichting Welzijn Groesbeek, zorgcentra de Vijverhof en Kalorama, GGD Gelderland-Zuid, de gemeente, Oosterpoort en enthousiaste Berg en Dallers eensgezind aan mooie ideeën voor het dorp.

Het begon op twee plekken: bij de huisarts in Berg en Dal en bij de Dorpsraad. 'Huisarts Veldhoven had samen met ZZG zorggroep een prijs gewonnen met een idee over vernieuwing in de zorg', vertelt Bas Vosbeek, gezondheidsmakelaar bij de GGD. 'En hij wilde het prijzengeld gebruiken voor iets in het dorp. Hij ging met een paar bewoners, een fysiotherapeut en mij om de tafel zitten en vroeg ons of we een beweegtuintje een leuk idee vonden. Het antwoord was ja en het begin is er al: een kleine beweegtuintje bij de Vijverhof. Daar staan nu vier beweegapparaten buiten. Iedereen – jong en oud – kan er gebruik van maken. We hopen natuurlijk dat de mensen er ook een praatje met elkaar maken en elkaar zo een beetje leren ken-

nen. Zodat ze de volgende keer misschien samen gaan trainen. Ook Oosterpoort heeft meebetaald aan deze apparaten.'

Bewegen en uitrusten

'Ondertussen wilden we meer, op andere plekken nog meer beweegapparaten en misschien een bewegroute door het dorp. Een moderne trimroute zonder die ronde houten palen waar iedereen vroeger altijd vanaf gleed. Vorig jaar november kreeg ik een uitnodiging van de Dorpsraad om over ons idee te komen vertellen op een informatiebijeenkomst. Natuurlijk ging ik daar meteen heen. Ik vertelde mijn verhaal en diezelfde avond al ging ik met een werkgroepje aan de slag. De deelnemers aan mijn groep kwamen met een hele goede

aanvulling. Ze vertelden dat veel ouderen in Berg en Dal graag door hun mooie dorp wandelen, maar dan nergens een bankje vinden om even op uit te rusten. Dus waarom niet eerst een beweeg/wandelroute uitstippelen met bankjes? De beweegapparaten kunnen dan altijd later nog.'

Sponsors gezocht

'Vijftig bankjes wil de werkgroep plaatsen! Ze leggen de lat best hoog. We gaan er binnenkort over praten met de Dorpsraad en als die het idee overneemt, dan gaan we samen sponsors zoeken. Iedereen kan een bankje financieren: bedrijven, organisaties, horeca en particulieren. Daarbij hebben we ook sponsors nodig die geen geld, maar tijd en handigheid bieden. Die straks eens in de zoveel tijd de bankjes inspecteren en eventueel schoonmaken of een schroef aandraaien. En meteen een wandeling maken natuurlijk.'

Samen verder

'Op die informatiebijeenkomst waar Bas zijn beweegverhaal hield, is Samen Berg en Dal eigenlijk ontstaan', vertelt Peter Degger. Peter is voorzitter van de Dorps-

raad en vroeg een jaar geleden aan de HAN of ze een 'behoeftepeiling' wilden houden in het dorp. De studenten spraken met jongeren, oudere jongeren tot vijftig jaar en senioren. Op de informatieavond hebben we de resultaten besproken met de dorpsbewoners. Uit de interviews kwam naar voren dat de mensen onder de vijftig best tevreden zijn met hun leven in Berg en Dal, maar dat veel ouderen zich eenzaam voelen. Er zijn geen winkels in het dorp en weinig plekken waar ze elkaar kunnen ontmoeten. Diezelfde avond hebben we werkgroepen opgericht om te bedenken hoe we iets aan die eenzaamheid kunnen doen. Bas trekt nu de werkgroep beweging, Petra Kregting van Stichting Welzijn Groesbeek coördineert de werkgroep communicatie en ik de werkgroep ouderen.

Uit volle borst

'Ik woon al vijftien jaar in Berg en Dal,' vervolgt Peter, 'en sinds een paar maanden werk ik hier nu ook. In de zorg zelfs, want ik ben locatiemanager van Villa Hamer geworden. Dat geeft me een goede uitgangspositie om samen te werken met andere instellingen. We willen meer activi-

teiten voor ouderen gaan organiseren. De eerste activiteiten zijn er. In Kerstendal verzorgt Kalorama een paar keer per week een inloophuis. En iedere dinsdagochtend organiseren we muziek voor ouderen bij Villa Hamer. Een gitaarleraar met een groot repertoire uit de jaren vijftig en zestig komt dan naar onze ontmoetingsruimte en nodigt iedereen uit om mee te zingen. Het is er erg gezellig. Iedereen uit het dorp is welkom, het begint om 11.00 uur. Ik hoop dat we meer van dit soort dingen kunnen opzetten, misschien kan de kerk daarbij een rol spelen of Kalorama.'

Bekendmaken

Ook de derde werkgroep heeft niet stil gezeten. Een aantal dorpsbewoners is samen met opbouwwerker Petra Kregting fanatiek bezig geweest. De werkgroep communicatie wil graag dat de inwoners van Berg en Dal weten wat er in hun dorp te doen is. 'Het is hier echt niet zo stil als de meeste mensen denken', vertelt Mariken

'We hopen dat de mensen er ook een praatje met elkaar maken'

Sünner. Ze is bestuurslid van Berg en Dals bloei en doet enthousiast mee met de werkgroep. 'Er zijn heel veel verenigingen en er gebeurt van alles, maar veel nieuwe bewoners weten dat niet. En veel oudere bewoners trouwens ook niet. Het liefst willen we een soort wijkkrant gaan maken. Maar omdat zo iets veel tijd en geld kost, zijn we begonnen met een pagina in huis-aan-huisblad De Rozet. Dat blad komt iedere twee weken uit en is best populair onder oudere dorpsbewoners. In februari stond er al een eerste agenda met activiteiten in de Rozet. Dat waren er 32! Dat had zelfs ik niet verwacht. De inventarisatie was veel werk, maar is toch vlot gegaan. Ik hoop dat de wijkkrant ook nog gaat lukken!

Woont u in Berg en Dal en wilt u meewerken aan Samen Berg en Dal? Neem dan contact op met Peter Degger (06) 29 16 50 52 van de Dorpsraad of Petra Kregting van Stichting Welzijn Groesbeek (06) 53 76 48 09.



Links en cover: Mariken Sünner (staand) probeert samen met haar buurvrouwen de beweegapparaten in de tuin van de Vijverhof uit.

Rechts: Bas Vosbeek, Peter Degger en Marian Hendriks in gesprek. Marian is huurster van Oosterpoort en bestuurslid van Berg en Dals Bloei. Zij doet mee met de werkgroep beweging. 'Ik heb wel iets met bewegen', vertelt ze. 'Dat idee van die bankjes komt deels van mij. Ik ben net oma geworden en het lijkt me leuk om met mijn kleinkind te gaan wandelen en dan samen even op een bankje te zitten.'

