

Kijkop deWijk



Nieuwenhoorn maatschappelijk verantwoord bezig

De nominatie voor de Aanmoedigingsprijs Vrijwilligerswerk 2019 kwam totaal onverwacht. Erik van Andel had er zelfs nog nooit van gehoord. Toch was 'zijn' voetbalvereniging Nieuwenhoorn een van de gegadigden. De hoogste eer ging uiteindelijk aan zijn neus voorbij, maar de waardering voor de club is er niet minder om. En de voorzitter weet ook waarom. "Er wordt hier door iedereen hard gewerkt. Het is dan ook een vorm van erkenning voor waar we met deze club mee bezig zijn. Ik vind het geweldig dat we zijn genomineerd."

Erik doelt op de nieuwe weg die voetbalvereniging Nieuwenhoorn is ingeslagen; maatschappelijk verantwoord ondernemen. "We merkten dat het steeds moeilijker werd om sponsors te vinden; het bedrijfsleven heeft er gewoon minder geld voor over. Aan de andere kant willen we als vereniging ook meer voor anderen en onze omgeving betekenen." En dat is blijkbaar opgevallen bij degenen die over de aanmoedigingsprijs gaan. De vereniging zet zich in voor Stichting Het Vergeten Kind. In ons land wonen veel kwetsbare kinderen die het moeilijk hebben en dringend hulp nodig hebben; meer dan een glimlach of tijdelijke steun. Het Vergeten Kind organiseert activiteiten

en evenementen die directe positieve effect hebben op het leven van deze kinderen. Daarnaast richt de stichting zich op een duurzame, structurele verbetering van hun situatie. Nieuwenhoorn draagt er een steentje aan bij door de club te verbinden met Het Vergeten Kind.

Duidelijk zichtbaar

De jeugdelftallen spelen niet meer met de traditionele sponsornaam van een bedrijf. Op de shirts staat nu Het Vergeten Kind. Nieuwenhoorn biedt het bedrijfsleven zo de mogelijkheid om zowel hun maatschappelijk ondernemen vorm te geven als de plaatselijke voetbalclub te steunen. Erik heeft tot zijn tevredenheid kunnen



constateren dat deze nieuwe manier van sponsoring bedrijven aanspreekt. "We hebben op het terrein ruimte vrijgemaakt voor een muur met daarop de namen van onze maatschappelijk verantwoord ondernemen partners zodat die bedrijven voor iedereen duidelijk zichtbaar zijn. Gelukkig zien we de belangstelling van de zijde van het bedrijfsleven weer groeien. Tegenwoordig kun je ook een voetbalvereniging niet meer alleen runnen met contributies en donateurs."

Lekker bezig!

Nieuwenhoorn heeft zich aangesloten bij het programma Lekker bezig! De bedoeling hiervan is om met name de jeugd te wijzen op en vertrouwd te maken een gezonde leefstijl. Jong geleerd, is tenslotte oud gedaan. PUSH en DOCK, die het landelijke programma in de gemeente Hellevoetsluis uitvoeren, willen de jeugd motiveren gezond te eten en te drinken. En niet te vergeten, te laten bewegen. Een gezond gewicht is het uiteindelijke doel. "Daarom hebben we nu ook een gezonde kantine", geeft de voorzitter aan. Er zijn

nog gewoon kroketten verkrijgbaar, maar verder is er vooral meer gezond en verantwoord eten. De voetballertjes hebben bijvoorbeeld ook gezien hoeveel suikerklontjes er in een flesje fris zitten en dat het veel gezonder is om gewoon (kraan)water te drinken. Erik en zijn bestuur weten was nodig is om vandaag de dag als vereniging te kunnen blijven functioneren. Daar valt ook de ledverlichting onder die anderhalve week geleden op het complex aan de Rijksweg officieel in gebruik is genomen. Niet alleen het hoofdveld, maar ook de velden twee en drie worden nu duurzaam verlicht. Daarnaast hebben de kleedkamers een nieuw dak gekregen met daarop zonnepanelen. "Op deze manier besparen we ontzettend veel op onze energiekosten."

Gezonde vereniging

VV Nieuwenhoorn is een gezonde vereniging. "Er zit veel energie in onze club en we groeien nog steeds", zegt Erik. Nog niet zo heel lang geleden stond de vereniging er anders voor. Het besluit om niet langer op zondag, maar op zaterdag

Sport na Arbeid

Van voetbalvereniging Nieuwenhoorn zou eigenlijk geen sprake zijn geweest. Het idee was namelijk om de club SNA te noemen, Sport na Arbeid. De afkorting kon ook worden uitgelegd als Steun nu Allen, wijzend op de hulp die de initiatiefnemers hadden gekregen om het voetbalveld aan te leggen op de wei van Spoon. Het terrein van de club bevindt zich trouwens nog steeds op die plek. De Rotterdamse Voetbal Bond (RVB) verbood echter de naam SNA zodat een alternatief moest worden gevonden. Het werd een eenvoudige oplossing: vv Nieuwenhoorn. Als oprichtingsdatum wordt 19 mei 1929 aangehouden, de dag dat de voetbalbond besloot de oorspronkelijke naam niet goed te keuren. De eerste wedstrijd van de nieuwe voetbalvereniging ging verloren. Het Brielse Wit-Rood-Wit was met 7-1 te sterk. De eerste officiële bondswedstrijd in de derde klasse van de RVB tegen NKF (Nederlandse Kunstzijde Fabriek) werd eveneens verloren. Het eerste elftal had een slechte start; het seizoen werd afgesloten met slechts vier punten, goed voor de op één na laatste plaats.

te voetballen, zorgde voor veel emotie. Spelers vertrokken, leden zegden hun lidmaatschap op en vrijwilligers waren niet meer echt gemotiveerd. De consequentie was dat Nieuwenhoorn niet langer hoofdklasse zondag speelde, maar in de vierde klasse zaterdag opnieuw moest beginnen. Inmiddels staat het eerste bovenaan in de tweede klasse. "We hopen kampioen te worden en vervolgens als een stabiele middenmoter in de eerste klasse te kunnen meedraaien."

De club telt zo'n 700 leden, waarvan 80 procent jeugd. De toekomst is dus duidelijk aanwezig. Dat er slechts vijf seniorenelftallen zijn, heeft te maken met die gemaakte switch. Inmiddels kunnen ook ouderen er een balletje trappen. Het populaire walking voetbal is tenslotte ook een vorm van maatschappelijk verantwoord ondernemen.

Zonnetje inHellevoetsluis

Angelina Bebrout en Stella Antonia

Het zonnetje van Hellevoetsluis is voor vrijwilligers die achter de schermen veel doen voor een organisatie. Het centrum vrijwilligerswerk en PUSH zetten elke maand een vrijwilliger in het zonnetje. Zo'n zonnetje uitdelen op een mooie, wat koudere dag; fijn om te mogen doen! We gaan naar basisschool de Bron. Op verzoek van Derrelina Francisca van het jongerenwerk DOCK zetten we twee dames in het zonnetje, Angelina Bebrout en Stella Antonia. Ze helpen al een tijd bij de activiteiten van DOCK. Op woensdag verzorgen ze een knutselmiddag. Gelijk uit school komen de kinderen bij de twee dames aan tafel, eten ze eerst wat met elkaar en gaan dan aan de slag. Met ons bezoek sturen we het programma een beetje in de war. Angelina en Stella zijn, nadat ze begrijpen wat er gebeurt, aangenaam verrast. Het is ook wat als je allerlei vragen op je afgevuurd krijgt en op de foto moet. Iedereen komt erbij staan; leraren en kinderen; ze vinden het een zeer verdiende attentie. De dames, die inmiddels hun prijs – een schilderijtje met het zonnetje van de Dogma groep – in ontvangst hebben genomen, vertellen wat hen drijft. Ze vinden het belangrijk dat kinderen en jongeren gezien worden, hun verhaal kunnen vertellen en leuke of creatieve dingen met elkaar kunnen doen. Ze helpen bij meer activiteiten van DOCK: het Auticafé, de inloop bij het jongeren centrum SKILS bij de scholen, activiteiten rond Koningsdag of andere bijzondere dagen. Allemaal omdat ze er voor de jongeren willen zijn. Bij de kinderen



van nu moet je stevig in je schoenen staan, ze zijn vrijer opgevoed dan hen zelf, hebben Stella en Angelina gemerkt. Ze vertellen hoe ze denken over hoe je met elkaar omgaat en welke normen en waarden ze hanteren. Zo leren ze de kinderen hoe het ook kan. We vragen de kinderen wat zij van de dames vinden. "Ze zijn heel leuk en aardig en maken leuke dingen met ons, we vinden het erg leuk om mee te doen", luiden de reacties. Met een vriendelijk glimlach nemen Angelina en Stella de complimenten in ontvangst. Dit is dus waarom ze vrijwilligerswerk doen. Het vrijwilligers- en opbouwwerk van PUSH vond het weer een bijzondere uitreiking. Heb jezelf iemand die je een keer in het zonnetje wil zetten? Neem gerust contact op met PUSH, p.deur@stichting-push.nl of 0181 316688.

De Herberg werd weer druk bezocht

Het afgelopen weekend en tijdens de Kerstdagen waren mensen van harte welkom bij het kerstproject De Herberg van de gezamenlijke kerken uit Hellevoetsluis. Dit keer was de Zuidwester aan de Schoolstraat delocatie. De zaal was gezellig versierd, heerlijke gerechten stonden op tafel gekookt en en veel vrijwilligers staken de handen uit de mouwen. De tafels waren mooi gedekt en versierd met fraaie menukaarten. Voor die kaarten had het team Herberg uit onverwachte hoek hulp gekregen. Juf Gelske van Hunen, die Godsdienst Vormingsonderwijs op openbare basisscholen geeft, is vol energie met leerlingen aan de slag gegaan om iets te maken om weg te geven. Juist in deze feestelijke periode voelen kinderen zich ook betrokken bij mensen die eenzaam zijn en/of het financieel minder goed hebben. Enthousiaste leerlingen van de openbare basisscholen Het Palet, De Houthoeffe, De Brandaris uit Hellevoetsluis en De Branding uit Brielle de menukaarten gemaakt. Ze hebben er

ruim zeventig mooi versierd. De Herberg was weer een geslaagd project en een feest om te organiseren. Het team van De Herberg wil iedereen hartelijk bedanken voor alle medewerking en sponsoring.



Oudenhoorn geniet in dorpshuis van high tea

Ook dit jaar was de jaarlijkse high tea in Oudenhoorn weer een succes. Het was op 13 december in de gymzaal van de Meent drukker dan de vorige keren; meer dan zestig ouderen hadden een geslaagde middag. Het was pas de vierde keer, maar het voelt nu al als een traditie.

De middag is een initiatief van basisschool De Hoorn en stichting dorpshuis De Nieuwe Meent. De kinderen studeren vooraf kerstliedjes in, zowel Nederlands- als Engelstalig. Leden van de ouderraad toveren de gymzaal om tot een ware feestzaal. Kinderen maken zelf de hapjes klaar, dit jaar meer dan 650. Leerlingen verwelkomen de ouderen bij de ingang van het dorpshuis. Een groep vrijwilligers begeleidt de kinderen bij het maken van de hapjes. En die vrijwilligers doen ook de voorbereiding. Zo krijgen bijvoorbeeld alle 65-plussers in het dorp een persoonlijke uitnodiging in de bus. En zij zorgen voor vervoer van



de ouderen die niet zelf naar de middag kunnen komen. De high tea is een mooi voorbeeld van saamhorigheid in Oudenhoorn. Heel veel mensen dragen hun steentje bij.

Daardoor kan het elk jaar zo'n succes worden. Een schoolvoorbeeld van een win-win situatie. Kinderen leren liedjes, moeten optreden en zich presenteren aan een groter publiek. Leren zelf hapjes

maken en daarbij hygiënisch te werken. En het aandachtige publiek, de ouderen, hebben een geweldige middag. Dat was duidelijk af te lezen aan hun reacties na afloop. Het optreden van de kinderen was uitstekend verzorgd. Een cadeautje voor de ouderen, zoals ze het zelf zeiden. Je kon duidelijk merken dat ze in de voorbereiding erg hun best hadden gedaan. Ondanks de zenuwen vooraf had de voorstelling een zelfverzekerde uitstraling. Het optreden van de kleuters was vertederend. Spontaan werd ook nog een dansact uitgevoerd. De onderdelen van het programma werden door een leerling keurig en kundig aan elkaar gepraat. Hij bespeelde het publiek voortreffelijk. Het zingen was niet alleen goed en verzorgd, ook de hele aankleding zag er pico bello uit. Soms stemmig uitgedost met kerstmutsen en kaarsen. Kortom, het was ook een lust voor het oog. Hulde aan de leerlingen en aan de leerkrachten.

Redactie zoekt hulp

Elke laatste woensdag van de maand staan de nieuwtjes en wetenswaardigheden van de bewonersinitiatieven, wijkbeheer en buurtanpak op deze twee pagina's in Groot Hellevoet. De redactie zoekt mensen die zich aangetrokken voelen tot wat zich in hun buurt en wijk afspeelt en daaraan een positieve bijdrage willen leveren. Als lid van de redactie denk je mee over de inhoud van Kijk op de Wijk en schrijf je stukken. Het is erg leuk werk, waarvoor een enthousiaste en vaardige pen al voldoende is. De redactie probeert de ontwikkelingen in de buurten en wijken op de voet te volgen en daarvan in Kijk op de Wijk over verhalen. Als redactielid kom je in heel Hellevoetsluis en doe je zo nieuwe contacten op. Je bent er niet heel veel tijd aan kwijt. De redactie komt twee keer in de maand bij elkaar - behalve juli en augustus - om de inhoud van de volgende editie te bespreken. Je interviewt mensen en groepen en schrijft er stukjes voor de krant. Als je het wat lijkt, kun je geheel vrijblijvend contact op met Paul Deur van PUSH, telefoon (0181) 336688, e-mail: p.deur@stichting-push.nl.



Kerstboom staat er weer

Al zeventien jaar organiseren de bewoners van de Uithofweide een kerstborrel. Voor bestaande bewoners, maar zeker voor nieuwkomers is het een mooie gelegenheid om eens bij te praten. Onder het genot van een hapje en een drankje wordt het voorbije jaar geëvalueerd en worden plannen voor het nieuwe jaar besproken. Het gezellige samenzijn vindt

plaats op het 'evenementenplein' bij de fraai verlichte kerstboom. De gemeente moedigt deze bewonersinitiatieven van harte aan en sponsoort al jaren de kerstboom voor deze gezellige straat vanuit Wijkbeheer. En een van de bewoners uit de straat schenkt de elektriciteit voor de verlichting. De Uithofweide hoopt nog jaren deze traditie te kunnen voortzetten.

Kerststukjes maken in Woelhoek

Wijkbeheer heeft een aantal creatieve activiteiten rond de Kerst ondersteund. Deze tijd is bij uitstek geschikt voor gezamenlijke activiteiten. Voor het Fijn je te Zien terras in de Woelhoek in Nieuwenhoorn was een aanvraag ingediend voor het maken van kerststukjes. Op 17 december was het met zo'n 25 deelnemers een drukte van belang in het buurtcentrum. De dames van het Fijn je te Zien terras, Plonie en Petra, hadden gezorgd voor takken, dennenappels, kerstballen, divers groen en nog veel meer. Hiervan hebben de deelnemers prachtige kerststukjes



Hellevoetsluis is lekker bezig

Een gezonde leefstijl zou de gewoonste zaak van de wereld moeten zijn. Dat is het echter niet. Met het spreekwoord 'jong geleerd, oud gedaan' in gedachten probeert PUSH de Hellevoetse jeugd op een gezonde manier te laten eten en drinken. En niet te vergeten, te laten bewegen. Dat gebeurt onder het passende motto Lekker Bezig!

Goede voornemens

Kerst is voorbij, oud en nieuw is in aantocht. De tijd van goede voornemens voor het nieuwe jaar. Meer tijd doorbrengen met familie en vrienden, (meer) sporten, afvallen en stoppen met roken. We beginnen er vol enthousiasme aan, maar volhouden blijft vaak ontzettend lastig te zijn. In de eerste week laat 25 procent de goede voornemens al varen en 50 procent na een maand. Uiteindelijk valt 80 procent van degenen die beginnen met een persoonlijke verandering, terug in de oude gewoonten. Toch zijn goede voornemens niet zinloos, ze getuigen tenslotte van de wil om te veranderen en dat is een belangrijke eerste stap. Maar hoe zorg je er nu voor dat je dit jaar wel je voornemen haalt en dat het leuk blijft om vol te houden?

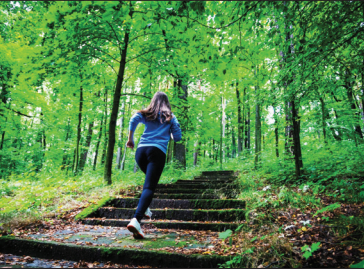
Stappenplan

Een voornemen bedenken is niet heel lastig, maar denk er wel eerst rustig over na. Schrijf zoveel mogelijk redenen op, zo raak je een stuk gemotiveerder. Maak je voornemen concreet en meetbaar. Afvallen, minder snoepen, meer sporten, stoppen met roken is niet concreet genoeg en ook niet meetbaar. Hoeveel kilo wil je afvallen? Wanneer wil je dit bereiken? En hoe? Dus in plaats van meer te gaan sporten, spreek je met jezelf af om elke maandag, woensdag en vrijdag om 19.00 uur een uur te gaan fietsen.

Het is verstandig je voornemen in kleine stapjes te verdelen met tussendoelen. Zet je doelen op papier, want uit onderzoek blijkt dat je ze sneller bereikt door ze op te schrijven. Deel je doelen met dierbaren, sociale steun is belangrijk. Wees blij met alle kleine successen. Het zal niet altijd gaan zoals je hebt gepland. Denk vooral aan dingen die wel gelukt zijn.

Successen betekenen dat je goed op weg bent richting einddoel.

Wie wil afvallen, meer wil sporten of bewegen, minder stress of meer tijd voor zichzelf wil nemen, kan meer gaan bewegen. Houd bij hoeveel je beweegt met een app of stappenteller. Ga lopen of fietsen naar je werk. Maak een wandeling productief door die te combineren met wat je nog moet doen. Terwijl je wandelt een telefoontje plegen, je presentatie oefenen of naar een audioboek luisteren. Afspreken met vrienden kun je eveneens combineren met een mooie wandeling. Of haal koffie of thee voor je collega's. Ga in je lunchpauze een blokje om of maak er vergadertijd van. Het belangrijkste is wel om te genieten van bewegen. Loop zoveel mogelijk een ander rondje wandelen, zoek een mooie route en goed gezelschap uit.



Lekker gezond eten

Ook voor gezond en lekker eten is er een app. De Eetmeter van het Voedingscentrum geeft bijvoorbeeld aan wat je precies hebt gegeten en geeft tips om je voeding te verbeteren. Gevarieerd eten is belangrijk. Je krijgt zo de verschillende voedingsstoffen binnen die je lichaam nodig heeft. Minstens zo belangrijk is het om regelmatig te eten en zoveel mogelijk zelf te maken. Kant-en-klaar maaltijden en tussendoortjes bevatten vaak te veel vet, suiker en/of zout. Begin de dag met een ontbijt, want dat brengt je spijsvertering op gang en zorgt ervoor dat je je beter kunt concentreren. Aan de andere kant moet je ook weer niet te hard zijn voor jezelf. Het is niet realistisch om alleen maar gezond te eten. Het is niet erg om af en toe iets te eten dat minder gezond is. Zo lukt het ook beter om lekker bezig te blijven.

Agenda

2 januari - **Nieuwjaarsontbijt** buurtcentrum de Kooistee. Iets meenemen voor het ontbijt mag. Aanvang 10.00 uur.
3 januari - **Workshop zilvermeden** in 5 lessen. Op vrijdag 3, 10, 17, 24 en 31 januari van 10.00 tot 12.00 uur. Kosten € 37,50 inclusief materiaal. Mathijs en Marieke verzorgen de lessen. Informatie en aanmelden via 0181 316633.
14 januari - **Nieuwjaarsbijeenkomst** Fijn je te Zien Terras in de Nieuwe Veste. De buurtcirkel stelt zich voor en geeft uitleg. Vanaf 13.00 uur.
21 januari - **Hobbymiddag** voor volwassenen in de Oude Woelhoek. Teken en versieringen maken. Maar je kan ook je eigen hobby meenemen. Aanvang 13.00 uur
18 februari - **Creatieve middag** in de Oude Woelhoek. Collages maken door Anita Koppelaar. Aanvang 13.00 uur.
Al de Fijn je te Zien terrassen staan in de agenda op www.fijnjetezien.nl

Gemixt kerstdiner

Van de organisatie van Koffie Gemixt was er een bijzonder aanvraag voor een kerstmaaltijd voor bewoners. Vanuit de moslimgroep is er elk jaar een uitnodiging om met Ramadan aan te schuiven bij de Iftar maaltijd. Deze keer wilden Jamilla en Mathilda deze mensen uitnodigen om met elkaar een Kerstmaaltijd te gebruiken. Er kwamen ruim personen op af. De dames kookten een heerlijke maaltijd die met smaak werd genuttigd. Mathilda las voor het eten een kerstverhaal voor. Een mooi voorbeeld over hoe je in de onderlinge verbinding kan organiseren.



Wijkbeheer biedt ondersteuning

Wilt u weten wat er in uw buurt te doen is? Heeft u vragen of opmerkingen over uw buurt? Wilt u een leuke activiteit organiseren met buurtgenoten? Wilt u samen met de buurt uw woon-omgeving opknappen? Heeft u ideeën en wilt u daarbij ondersteuning van het wijkbeheer?

Neem dan contact met ons op! Dat kan via de Stichting PUSH, telefoon 316 688, of met Richard Berends (gemeente), telefoon 14 0181. U kunt ook per e-mail contact opnemen via wijkbeheer@hellevoetsluis.nl. Meer informatie over wijkbeheer kunt u vinden op de website van de gemeente: www.hellevoetsluis.nl onder de tab gemeenteloket.

Klachten en meldingen

Voor 'simpele klachten en meldingen' over het openbaar gebied in de wijk (losliggende tegels, kapotte lantaarns, kapot hekwerk, zwerfvuil en dergelijke) kan contact worden opgenomen met de gemeente: 14 0181. Ook kunt u uw melding doorgeven via een formulier op de gemeentewebsite www.hellevoetsluis.nl via de link Meldpunt openbare ruimte.

Telefoonnummers

Gemeente Hellevoetsluis: 14 0181
Woonterfpunt Maasdelta: 603 703
Politie: 0900 8844
Stichting PUSH: 316 688

Fotografie

Rob Berkhuizen (en anderen)

Colofon

Redactie Kijk op de Wijk, p/a Sportlaan 1, 3223 EV Hellevoetsluis. redactie.kijkopdewijk@stichting-push.nl

Contactpersoon redactie: Team Wijkbeheer gemeente Hellevoetsluis telefoon 14 0181