

De Riepe

Het straatmagazine van

Thema
LEVENSGENIETERS

‘Blij dat ik ben wie ik ben’

Gerard Wessel

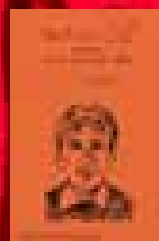
VERDER IN DIT NUMMER

- Edanzgenieter
- Handje Hulp helpt

KEURMERK
straat
krant

PRIJS €2,10
waarvan €0,90
voor de verkoper

alleen kopen van
verkoper met badge





Vormen van genot

‘En vooral genieten!’ krijg je vaak te horen, bijvoorbeeld als je op vakantie gaat. Maar ja, wat is dat dan? Is dat voor iedereen hetzelfde? Geniet een dakloze van andere dingen dan wij in ons gezellige huis? Dingen waar hij van kan genieten, een warme maaltijd, een droge slaapplek, zijn voor ons zo vanzelfsprekend. Geniet een dakloze ervan dat hij zich geen zorgen hoeft te maken over zijn hypotheek? Vast wel. Iemand die spaart om schoenen te kopen, zal waarschijnlijk enorm genieten als hij ze toch heeft kunnen aanschaffen. Iemand die daarvoor zo honderdertwintig euro uit zijn portemonnee trekt, mist dat genot. Of geniet hij juist van het feit dat hij ze kan kopen? Iemand die regelmatig uit eten gaat, geniet daar anders van dan iemand die eens in een half jaar buitenshuis eet. Voor de laatste is het heel bijzonder. Voor de eerste een gewoonte. Waar ikzelf van geniet is ontwikkeling en groei bij mensen. De eerste keer dat ik bij de redactie van dit straatmagazine aansloot, was er een nieuw redactielid die wilde ontdekken of het wat voor hem was stukjes schrijven. Nu een half jaar later kan hij overal over schrijven, ja zelfs een kerstverhaal. Dat vind ik prachtig. Daar kan ik van genieten. Of een vrouw die in de IT wil werken, maar opleiding tekortkomt en dan probeert om het via het UWV te regelen. Dat is groei. Dan heb je weer de regie over je eigen leven, baas over je eigen geluk. Dat is pas genieten. In deze Riepe verhalen over het individuele genieten van mensen. Hoe ieder op zijn eigen manier een vorm van genot heeft gevonden. Geniet ervan!

Arnold de Meijer



DE RIEPE

Het straatmagazine van Noord-Nederland

De Riepe, Gronings voor stoep, is het straatmagazine van Noord-Nederland. De Riepe verschijnt eens per maand. Het blad is een initiatief van stichting WerkPro. Mensen die om uiteenlopende redenen dak- en thuisloos zijn, verkopen het magazine. Onder deze verkopers vallen ook mensen uit andere landen, mensen die in Nederland en in hun land van herkomst weinig tot geen perspectief hebben. Alle verkopers dragen als legitimatiebewijs een registratiepasje. U betaalt voor het magazine €2,10. Daarvan is 90 cent voor de verkoper, de rest gaat terug naar het project. De Riepe is geen commercieel magazine; naast inkomsten uit verkoop worden middelen verworven uit sponsoring, subsidiëring, fondsen en advertenties. Eventuele meeropbrengsten zullen worden aangewend in het circuit van dak- en thuislozen.

Donateur worden?

Bel of mail naar het distributieadres voor meer informatie.

- Heeft u klachten over een verkoper? Noteer het pasnummer en bel naar het distributieadres.
- Niets uit deze uitgave mag worden gebruikt zonder toestemming vooraf van de redactie.

COLOFON

PROJECTBEGELEIDING WERKPRO
Antonie Grootenhuis

PROJECTBEGELEIDING STUDIO SPINLINK
Dominique Krauts

REDACTIE

Marja Hillenga
Cherinda Zwier
Arnold de Meijer
Anna de Ruiter
Robert van Bergen
Bert Loos

Marieke Werkman
Wietske Aupers
Rudy Vane
Robby Bakker
Frits Croes
Mark van der Veen

HOOFDREDACTIE
Dominique Krauts

VORMGEVING
Dinah Jellema
Dionne

EINDREDACTIE
Sofie Risamena

FOTOGRAFIE
Suzanne Posthumus
Jaap ten Hoove
Frits Blom

Chico Bolt
Wim Mijlof
Theo Koelmans

VASTE COLUMNISTEN

Gerard Lohuis
Fokko Oldenhuis
Natalja Oosterbaan
Chantal Kuipers
Gerlinde Spaan

Jaap Krol
Wilma Bouma
Eddy Sikma
Lydia Tuijnman
Dick Bijmolt

ILLUSTRATIE COVER
Chico Bolt

STRIP
Ida Dijkhuis

PUZZEL
Luuk Kobes

ILLUSTRATIES
Paul Kimkes
Pim de Boer
Robby Bakker

DRUK
Van Liere Media, Emmen

MET DANK AAN

Leger des Heils voor het ter beschikking stellen van de distributiefaciliteiten, subsidiënten, donateurs en anderen die een bijdrage leveren aan de financiering van dit magazine. En niet te vergeten: de vele vrijwilligers en stagiaires zonder wie dit project niet draaiende kan worden gehouden.

SPECIALE DANK

Gaat uit naar alle verkopers, schrijvers, dichters, tekenaars en fotografen uit de groep van dak- en thuislozen.

BEGELEIDING VERKOPERS

Eddy Posthumus
Jeffrey Visser
Yvonne Ottens

De Riepe is een uitgave van WerkPro.

REDACTIEADRES DE RIEPE

Protonstraat 6
9743 AL Groningen
06-1147 8111
redactiederiepe@werkpro.nl

DISTRIBUTIEADRES DE RIEPE

WerkPro Groningen
Eemskanaal NZ 32a
9713 AB Groningen
Tel: 050-5791818 (09:00 - 13:00 uur)
e-mail: riepe@werkpro.nl
website: www.deriepe.nl
twitter.com/De_Riepe
bankrek. NL381NGB0685757617
t.n.v. straatmagazine De Riepe

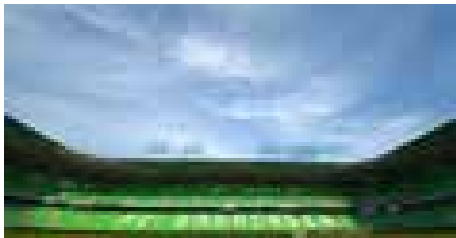
WerkPro Leeuwarden
Tel: 088 066 31 80
e-mail: riepe@werkpro.nl

JSSN
2405-769X

WerkPro

SpinLink

INHOUDSOPGAVE



BETAALD VOETAL, ONBETAALD HELPEN

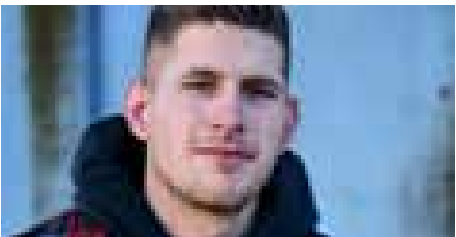
Zoals elke profvoetbalclub hebben de vier noordelijke profclubs een maatschappelijke tak. Zij zetten zich in voor allerlei maatschappelijke projecten.

4

10

EDANZGENIETER

Edanz is een centrum voor ontmoeting en ontwikkeling in woonwijk De Hoogte in Groningen. Het is een community van vrijwilligers en zelfstandige ondernemers: een dynamische plek gecreëerd waar iedereen welkom is en mee kan doen aan workshops.



HANDJE HULP HELPT

Rick Huiting (23) uit Winschoten helpt mensen die hulp kunnen gebruiken vanuit zijn zelf opgerichte organisatie Handje Hulp. Of het nou eten kopen is voor iemand, als taxi fungeren, een gesprek voeren, boodschappen doen, huis-tuin-en-keukenhulp, oftewel: hulp op maat.

14

20

MINIMA CAMPING

Appie Wijma (56) werd geconfronteerd met mensen die al jaren niet op vakantie waren geweest. Doener als hij is bedacht hij dat daar gemakkelijk wat aan te doen zou zijn. Het resultaat: de minimacamping in Opende.



Oet Kloosterholt

6

Werk in uitvoering

7

Marieke Werkman

8

Gekkenwerk

9

Kunst op straat

12

Het bijzondere geluk

13

Koken met een missie

17

Recht en krom

18

Jaap Krol

19

Digno Computers

22

Bie pad en weg

23

Kruiswoordcrypto

23

Horoscoop

24

Straatklinkers

25

Businesscluboverzicht

26

Opvanginstellingen

27

Straatkanjers

28

BETAALD VOETBAL, ONBETAALD HELPEN

Door Rudy Vane Fotografie Chico Bolt

Zoals elke profvoetbalclub hebben de vier noordelijke profclubs een maatschappelijke tak. Zij zetten zich in voor allerlei maatschappelijke projecten, waarbij sport de hoofdrol speelt. In deze artikelenreeks wil ik een aantal van die projecten belichten. In deze tweede editie is het de beurt aan de Trots van het Noorden.

FC Groningen

Stichting FC Groningen in de Maatschappij is in september 2010 ontstaan vanuit de betaald voetbalorganisatie FC Groningen. De stichting heeft een belangrijke positie verworven binnen de club en inspireert mensen door middel van mooie projecten via intensieve samenwerkingen of door deelname aan acties.

De stichting werkt met een zevental pijlers die allen uitstralen waar de stichting en club voor staan. Deze zeven pijlers zijn: Gezondheid; Sportparticipatie; Re-integratie; Educatie; Respect; Leefbaarheid; Talentontwikkeling. Meedoen, kansen creëren, goed voor jezelf en anderen zorgen en respect tonen voor mensen en omgeving, zijn hierin belangrijke kernwoorden.

Sinds 21 december 2011 is Arjen Robben ambassadeur van de stichting.

Projecten

Momenteel kent de stichting de volgende projecten:

- **FC Groningen Buurt Battle**
Via de FC Groningen Buurt Battle zet Stichting FC Groningen in de Maatschappij zich in om de leefbaarheid in aandachtswijken positief te beïnvloeden.

FC Groningen in de Maatschappij verrichtte in 2011, samen met haar partners de aftrap van de FC Groningen Buurt Battle;

- **Gezond Scoren**
Uit onderzoek van de GGD Groningen blijkt dat twee op de tien kinderen kampt met overgewicht. Veel te veel in de ogen van club en de stichting. Met het project Gezond Scoren, dat draait op vele basisscholen in het noorden, geeft Stichting FC Groningen in de Maatschappij het goede voorbeeld;
- **G-Toernooi**
Het FC Groningen G-voetbaltoernooi is het langstlopende maatschappelijke project van de club, ontstaan in 2003. Tijdens de fantastische voetbalmiddag - waarvoor noordelijke G-teams een uitnodiging krijgen – worden de teams de hele dag begeleid en gecoacht door trainers en spelers van FC Groningen;
- **Playing for Success Groningen**
Stichting FC Groningen in de Maatschappij startte in oktober 2010 - samen met diverse onderwijsorganisaties - met het maatschappelijk project Playing for Success Groningen. De Arjen Robben Skybox van de club wordt daarbij op niet-wedstrijddagen omgebouwd tot een leslokaal. FC Groningen biedt met dit unieke traject kinderen van 9 tot en met 14 jaar de kans om in een korte tijd hun zelfvertrouwen en motivatie een boost te geven;
- **Scoor een Boek!**
Goed leren lezen is voor opgroeiende kinderen van groot belang. Het bevordert de educatie en speelt een belangrijke rol in latere talentontwikkeling. Daarbij helpt

het natuurlijk als de kinderen plezier beleven aan het lezen. Met die gedachte voeren Biblionet Groningen, Biblionet Drenthe en Stichting FC Groningen in de Maatschappij het project Scoor een Boek! uit: een uniek leesproject voor leerlingen uit groep vijf en zes van het basisonderwijs. Scoor een Boek! combineert lezen met sport, want ... scoren kun je overal!;

- **Sociale Activering**
Sociale Activering is een project van Stichting FC Groningen in de Maatschappij in opdracht van de gemeente Groningen. Sociale Activering geeft jongeren die, om wat voor reden dan ook, een afstand hebben tot de arbeidsmarkt de mogelijkheid deze te verkleinen (re-integratie). Dit gebeurt door middel van coaching en sport. Hierbij werkt de stichting samen met re-integratiebureau Restart;
- **OldStars.**
Met OldStars wil FC Groningen 60-plussers bewust maken van de voordelen van een actieve leefstijl en daarnaast de sociale contacten van deelnemers bevorderen. Walking Football is voor mannen én vrouwen. De OldStars van FC Groningen worden tevens ingezet als ambassadeurs om ook amateurclubs te motiveren en te ondersteunen zelf een OldStars-team te starten.

Uitgelicht

Bij FC Groningen wil ik het project Oldstars uitlichten. FC Groningen heeft sinds 2014 een eigen OldStars-team dat traint en Walking Football speelt op donderdagmiddag. FC Groningen is een van de trendsetters op het gebied van

Walking Football. Zij wil ook wat betreft Walking Football een voortrekkersrol spelen. Daarom worden er regelmatig demonstratietrainingen verzorgd in de omgeving. Daarnaast zijn de OldStars aanwezig bij diverse evenementen.

Het Nationaal Ouderenfonds, Vriendenloterij en de Eredivisie hebben het project OldStars samen met de betaald voetbalorganisaties opgestart en de FC blijft zich inzetten om clubs uit het Amateurconvenant de mogelijkheid te bieden ook aan te sluiten bij dit initiatief.

FC GRONINGEN BIEDT MENSEN KANSEN OM TE SCOREN

Wat is walking football

Walking Football is een variant op het reguliere voetbal en is afkomstig uit Engeland. Bij dit speltype mag er alleen gewandeld worden en dus niet gerend. Dit is om blessures te voorkomen en iedereen de mogelijkheid te bieden mee te kunnen doen. Er wordt zes tegen zes gespeeld, zonder keepers. Tevens mogen er geen slidings gemaakt worden en is lichamelijk contact verboden. Op deze manier wordt er veel van het positiespel gevraagd en is het de perfecte variant voor mensen die lang niet meer gevoetbald hebben of pas op late leeftijd willen beginnen met voetbal. ♦

Voor meer informatie en een sfeerplaatje verwijst ik u naar de website van de OldStars:
www.sites.google.com/site/fcgroningenoldstars



OET KLOOSTERHOLT

Door Dick Bijmolt

LEVEN ZONDER BEZIT

Het zwitserlevengevoel. Kunnen doen waar je zin in hebt, volop en met een overdaad aan middelen genieten. Dat is voor velen een doel in het leven. Voor veel mensen zijn er andere omstandigheden. Dat was zeker zo voor de mensen die in die psychiatrische inrichting leefden in de jaren zeventig.

Ze waren best blij. Want sinds kort sliepen ze niet meer op een immense zaal met tientallen anderen. Nu hoefden ze hun slaapkamer nog slechts te delen met een man of vier. Ieder had een nachtkastje en een stoel naast zijn bed. En ertegenover stond een kast, waar je zelf de sleutel van had. Zorgvuldig werd steeds die kast afgesloten. Bezit kun je van genieten, maar geeft ook zorgen.

Gerrit was een overheersende man, verstandelijk beperkt, maar duidelijk de baas in de groep, van de hele afdeling eigenlijk. Als een van de weinigen had hij een vriendin. In de kelder onder het paviljoen hadden ze een eigen hok geclaimd. Omdat niemand een zinnige invulling voor die ruimte had, werd het paar ongemoeid gelaten. Er bestond een zwaar vermoeden dat ze daar vleselijk contact hadden. Het was echter een tijd van verlichting in de psychiatrie. Zij mochten toch ook genieten?

In zijn dominantie bouwde Gerrit spanning op, ook met de begeleiding. Wie is de baas, de sterkste, geweld was aanstaande. Dan stonden we op gegeven moment tegenover elkaar, elkaar recht in de ogen kijkend. Het was weer zover en veiligheidshalve nam ik het initiatief. Een paar judogrepen die ik kende en hij lag in de houdgreep. Hij gaf zich over en dan

was hij weer benaderbaar, konden we weer tijden ontspannen vooruit. Nu en dan was er een evenement in het dorp, dan regelde hij het verkeer, had zelfs een geel hesje aan. Hij genoot daarvan.

In het weekend werd een paar gulden zakgeld verstrekt en de koning te rijk trokken de patiënten, nee, bewoners, naar het dorp om hun inkopen te doen. Tabak hoefden ze niet te kopen, er was een kast op de afdeling waaruit tabak werd verstrekt. Naar de plaatselijke kapper hoefden ze ook niet, er waren kappers in dienst. Die gingen aanvankelijk ook mee op de vakantie, regelden die zelfs.

Toen ik voor het eerst meeding deelden ze aan ons begeleiders ieder honderd gulden uit. Ik vroeg verbaasd waar dat voor was. Het bleek een soort onkostenvergoeding die ze bedacht hadden. Jong en bleu nam ik het tenslotte aan, maar het was wel geld van de bewoners. Ik heb er in het Zwarte Woud een houten beeldje van gekocht. Het staat hierboven op de kast. Als ik ernaar kijk heb ik echter geen zwitserlevengevoel.

WERK IN UITVOERING



Lekker klanten blij maken

Door **Wietske Aupers** Fotografie **Suzanne Posthumus**

Fenna Smits (22) is vrijwilligster bij de Wereldwinkel Groningen. Deze winkel verkoopt fair trade artikelen. ‘Het is vooral een cadeautjeswinkel, maar we verkopen ook etenswaar.’

Fenna staat achter de kassa en helpt soms mee om de etalage mooi te maken. Ze doet dit naast haar studie. ‘Vorig jaar studeerde ik even niet, toen wilde ik iets doen dat echt betekenis heeft. Ik heb deze winkel uitgekozen vanwege de rustige en spirituele sfeer die er hing en om hoe ik zelf geholpen werd. Ook wilde ik graag ervaring opdoen met in een winkel staan.’

‘Ik vind het gevoel dat deze winkel heeft heel fijn. Je kan lekker klanten blij maken. Klanten zijn vaak vrouwen van middelbare leeftijd of ouder, maar ook studenten. Het fijnste contact vind ik met echt oude vrouwen. Die zijn heel dankbaar als je ze geholpen hebt. Mensen prijzen het uiterlijk van de winkel en ons gedrag als verkopers. Soms hoor je dankjewel omdat je hebt meegeholpen een leuk cadeautje uit te zoeken. Op dit moment is de winkel dicht, vanwege de lockdown, maar mensen kunnen wel bestellen. We bezorgen op de fiets. Ik ben nu eens in de twee weken in de winkel. Het werk dat ik doe is gewoon prijsjes plakken, maar ik geniet daar erg van. Het is fijn dat je iets met je handen kan doen en dat je de deur uitkan. Lange tijd was de winkel open maar was corona wel erg aanwezig. In die tijd kwamen veel oudere vrijwilligsters liever niet. Toen heb ik veel diensten gedraaid, want ik dacht: ik ben jong, als ik het krijg is het minder erg, dus waarom zou ik niet helpen?’

MARIEKE WERKMAN

Armoedzaaier

Illustratie Robby Bakker

In Nederland leven een miljoen mensen onder de armoedegrens. De term ‘armoedegrens’ betekent dat we met elkaar het sociaal minimum hebben bepaald en als je daaronder komt, kun je eigenlijk niet rondkomen. Het betekent dat je met het geld dat je ontvangt het eind van de maand niet kunt halen.

De afgelopen jaren heb ik aan den lijve ervaren hoe het is om rond te komen van een bijstandsuitkering. Ik kan met weinig geld rondkomen. Jarenlang kreeg ik tijdelijke contracten en werkte ik enthousiast mee aan kortdurende projecten. Na het verliezen van een baan moest ik mezelf iedere keer uit het moeras omhoogtrekken. De stress en onzekerheid van het solliciteren hakten erin. Ik werd er moedeloos en gedeprimeerd van.

In het tv-programma “Pauw komt binnen” zag ik mensen die door uiteenlopende omstandigheden in een armoedeval zijn terechtgekomen. Presentator Jeroen Pauw ging in gesprek met mensen die hun baan verloren en nu in armoede leven. De afgrond blijkt dichterbij dan gedacht na het verliezen van een baan, het overlijden van een partner, een faillissement, een scheiding of door gezondheidsproblemen.

Tijdens de coronacrisis moeten mensen thuiswerken. De meeste mensen die van een bijstandsuitkering rondkomen, zitten sowieso al veel thuis. Stella, die bij Pauw aan tafel zat, zei: ‘Het gevoel was eigenlijk: “Welkom in mijn wereld”. Normaal gesproken kom ik ook nergens omdat ik dit niet kan betalen.’ Mensen die in armoede leven, ervaren stressklachten over hoe ze het allemaal moeten rooien. Ze hebben er constant zorgen over en slapen er slecht van.

Stella raakte in 2012 haar goedbetaalde baan als accountmanager kwijt. ‘In datzelfde jaar kreeg ik baarmoederhalskanker en ging ik scheiden van mijn partner. Het was een opeenstapeling van alles wat misliep. Ik kreeg schulden en kwam in de schuldhulpverlening terecht. Sindsdien ben ik me bewuster van wat geld is en heb ik leren budgetteren.’

Aan tafel bij Jeroen zat een man die een lunchroom heeft en vanwege de coronacrisis al maanden gesloten is. De man zegt: ‘Technisch gezien ben ik al failliet. Ik heb er slapeloze nachten van, want ik kan niet rondkomen. Hoe krijg ik het voor elkaar dat mijn medewerkers er goed uit komen? Als je een bedrijf koopt, heb je de eerste jaren geen ruimte om een buffer op te bouwen.’

Hugo was ooit een succesvolle ondernemer en zei: ‘Tijdens de kredietcrisis ging het bergafwaarts met mijn bedrijf. De periode waarin ik heb getracht om alles overeind te houden was ik voor mijn omgeving een onaangenaam mens. Ik had zoveel stress.’ Zijn bedrijf ging failliet, hij ging scheiden en raakte in een burn-out. Hugo: ‘Ik had een groot schuldgevoel en ben een jaar bezig geweest om uit het dal omhoog te klimmen.’

Wat ik herken uit al deze verhalen is de schaamte die erbij komt kijken. Niemand wil gezien worden als een armoedzaaier. En niemand wil dat anderen denken dat je het er zelf naar gemaakt hebt. Het oordeel van de maatschappij: dat je niet wilt werken, terwijl de situatie vaak een stuk gecompliceerder en genuanceerder ligt.

GEK KEN WERK

Het kleine vissen

Door **Gerard Lohuis** Fotografie **Chico Bolt**

Het is half vijf in de ochtend. Vannacht heb ik bij mijn vader in bed geslapen. Dat doen we altijd wanneer we gaan vissen. Hij gaat later naar bed waarna voor mij het wachten begint en wanneer hij komt, leg ik mijn koude voetjes tegen zijn warme kacheltjes. Dat is lekker want daar word ik lekker soezelig van. Hierna val ik in slaap, maar niet voordat ik gevraagd heb of we morgen wel iets gaan vangen. Een aai over mijn bol en “Zeker jongen dat we ze er morgen allemaal uit gaan slaan”. Ik kan niet wachten tot de kleine wijzer op de vier en de grote op de twaalf staat, want dan duurt het niet meer lang. Eindelijk, de grote wijzer is naar de zes gezakt en nu sluipen we met z’n tweeën uit bed. Niemand mag ons horen, het is onze zaterdagochtend en straks gaan we op onze fietsen de duisternis in op weg naar ons favoriete plekje. Papa neemt eerst een sigaretje, dat doet hij altijd en daarna een kopje koffie en een boterham met spek. Papa werkt in een fabriek en daar eten alle mannen spek met zwoerd en roggebrood dat ze in het vet dippen. Thuis werkt hij altijd in de tuin of in de schuur waarbij hij een blauwe overall draagt. In het weekend heeft hij een pak aan met een stropdas. We gaan dan altijd voetballen met de appelbomen als doelpalen. Maar nu gaan we vissen.

Mijn zoon kijkt me verwachtingsvol aan wanneer we samen onze hengel met negentienhonderdste snoer klaarmaken.

Hij praat honderduit en vraagt of we zo meteen alle vissen eruit gaan halen. Ik streel hem door z’n haar en beaam dat we straks een schepnet vol zullen vangen. Eigenlijk wil hij grote vissen vangen, maar eerst mag hij leren een kleine vis op het droge te halen. Wanneer we even later in het zonnetje genieten van de dobbers die op en neer gaan, zie ik hem gespannen wachten op het moment dat hij mag aanslaan. Hij kijkt enkele keren naar me met de vraag in zijn ogen of het al zo ver is en hij een vis aan de haak heeft. Ik moet even lachen en zie hem stralen. Dan is het zo ver Hij valt bijna achterover en weet nog net z’n evenwicht te bewaren wanneer hij de vis onder water voelt. ‘Een hele grote, ik voel het’, roept hij enthousiast. Wanneer we even later zijn voortje voorzichtig weer te water laten is hij de koning van het visrijk.

Ik zit vijftig meter bij mijn vader vandaan aan de waterkant. We mogen niet lopen, moeten stil zijn zodat de vissen niet van on schrikken. Mijn vader is in zijn sas, dat zegt hij altijd wanneer we aan de waterkant staan. Mijn vader is doorgaans niet zo’n prater, maar staat altijd voor anderen klaar. Daarom mogen ze hem zo graag, zegt mijn moeder. Ik houd van mijn papa als hij vist en niet praat. Het is fijn zo samen.

Gerard Lohuis is sociaal-psychiatrisch verpleegkundige bij BuurtzorgT



Door Anna de Ruijter. Fotografie Suzanne Posthumus

Edanzgenieter

Edanz is een centrum voor ontmoeting en ontwikkeling in woonwijk De Hoogte in Groningen. Het is een community van vrijwilligers en zelfstandige ondernemers: een dynamische plek gecreëerd waar iedereen welkom is en mee kan doen aan workshops. Een gevoel van onderdeel uitmaken van een gemeenschap, je thuis te kunnen voelen en het bieden van een fijne werkplek heeft de hoogste prioriteit. Duurzaamheid staat bij Edanz hoog in het vaandel: het gaat om zelf maken, creëren, herstellen en hergebruiken.

Betrokkenheid

Bart van Deinse (52) is al sinds de oprichting van Edanz betrokken bij dit buurthuis: in de herfst van 2016 werd daar een vrije dansavond gegeven als een van de eerste activiteiten: hij kwam er regelmatig langs en meldde zich aan als vrijwilliger en dj. Muziek is een van Barts grote passies en dat bewoog hem om vaker mee te gaan draaien bij deze dansavonden.

Hoe muziek hem inspireert: 'Ik mix op een creatieve manier muziek aan elkaar en gebruik verschillende stijlen: alternatieve, maar ook spirituele muziek. Op muzikale dansavonden, Extatic Dance, laat ik mijn muziek, samen met de andere dj van Edanz, horen en de bezoekers swingen erop los. Het werkt heel ontspannend op lichaam en geest. Wat muziek betreft kunnen deelnemers ook bij Edanz hun eigen Spotify playlist maken en beluisteren, ik heb regelmatig mijn eigen playlist aanstaan in de centrale ruimte, zodat men kan genieten van rustige sfeermuziek.'

Bart is regelmatig dj tijdens een ochtendactiviteit, morningdance en draait dan nummers die wat meer gericht zijn op het verdere ontwaken waar deelnemers zich uiten via dans.

Geschiedenis van Edanz

'Vanuit een sociaal netwerk is een activiteitencentrum ontstaan waar mensen terechtkunnen die hun creativiteit willen uiteten. Zo was er een aantal met steeds meer ideeën over hoe ze die wilden gaan uitwerken: ruimte voor spirituele ontwikkeling en mogelijkheden om cursussen aan te bieden en te volgen. De naam van dat sociaal netwerk werd "Tribe of passion" genoemd: iedereen heeft een verschillend verhaal en achtergrond en ook mensen met een andere nationaliteit zijn heel welkom. Zo groeide dat steeds meer uit tot een centrum met docenten en cursussen op velerlei spiritueel en creatief gebied.'

Actief zijn

Bart is actief op meerdere platforms en activiteiten. Tijdens karaokeavonden regelt hij het geluid van de microfoons en de muziek zodat het zingen goed verloopt. Verder is hij deelnemer van een mannencirkel: 'Met een groepje mannen ervaringen uit kunnen wisselen waarin wij ons kwetsbaar durven op te stellen. Een andere groep is "Fanclub van Spiegelogie": je wensen uiteten, elkaar een spiegel durven voorhouden en werken vanuit de doelstellingen voor het vinden en behouden van levensgeluk en gezondheid uit het boek The Secret, geschreven door Rhonda Byrne.'

'Je kunt mij zien als een soort boom, ik werk hier nu al zo lang dat alle takken heel wat mee hebben gemaakt qua groei en tijdens het verloop van de verschillende gebeurtenissen.

Waar mensen komen, gaan er ook weer enkelen weg. Ik voel mij hier thuis en vertrouwd. Dit is eigenlijk de eerste werkplek waar ik zo lang ben gebleven en dat heb ik nog nooit bij een organisatie gehad. Ik kan hier mijzelf zijn en er is ruimte voor eigen ontwikkeling. Natuurlijk word ik weleens aangesproken of gecorrigeerd, maar daar leer ik juist van. Ik vind het fijn om deel uit te kunnen maken van een community en samen met elkaar iets op te bouwen.'

Activiteiten binnen Edanz

'Er is binnen Edanz een stichting actief, "Vita Minds" met het voornaamste doel: een gezonde levensstijl. Er worden verschillende cursussen gegeven onder de bezielende leiding van een zelfstandig ondernemer.'

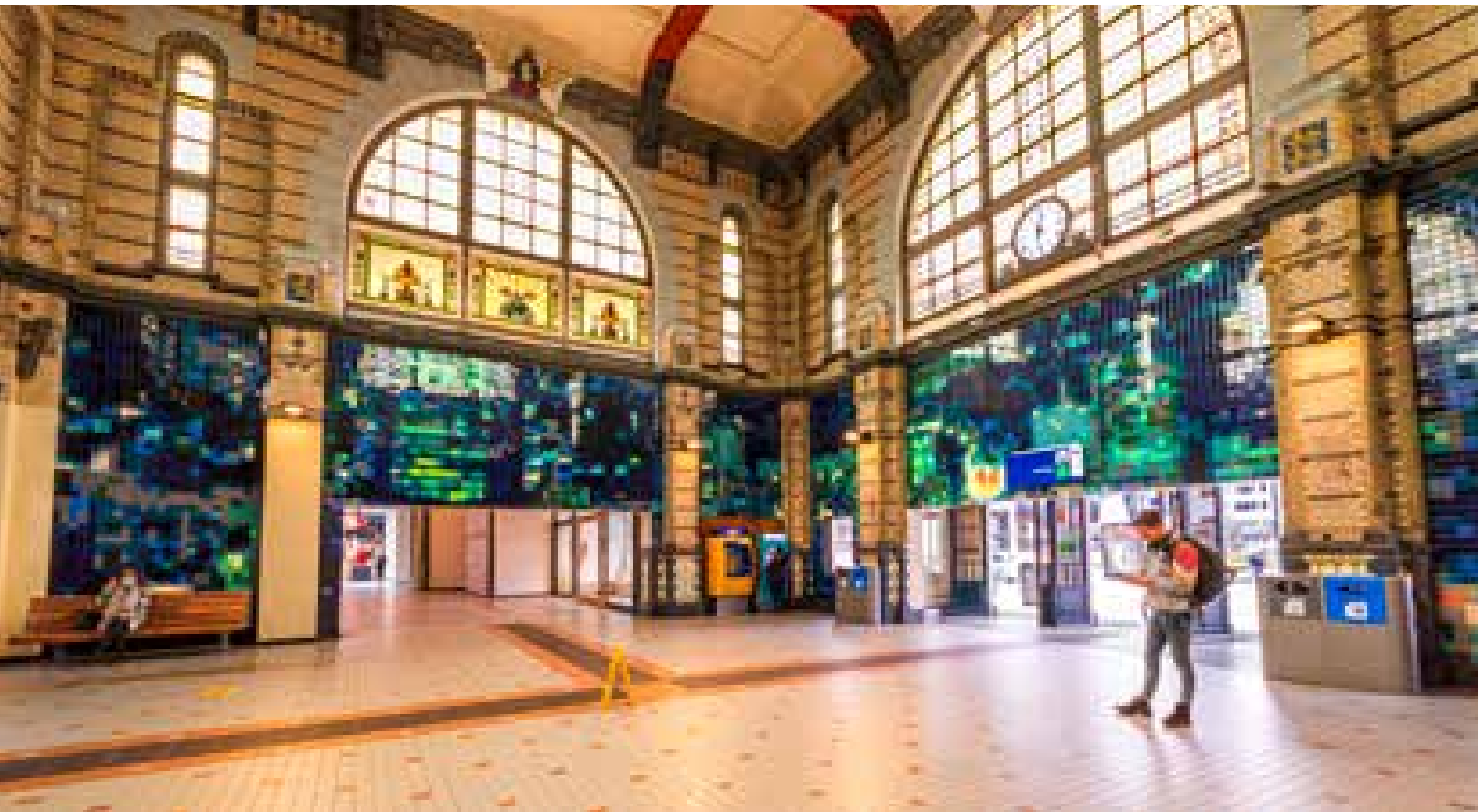
Ook het "Free café" heeft hij meegemaakt, een prachtig initiatief. Er werd voedsel gebracht wat overbleef vanuit onder andere de voedselbank en men kon gratis bij Edanz terecht om daar met een klein groepje samen te eten, vooral omdat de organisatoren niet wilden dat het weggegooid of verspild werd.

Voor de wijk worden er tussen de middag internationale maaltijden georganiseerd waarvoor je je vooraf kan opgeven: elke dag is er een ander thema en land, zodat men lekker en gezellig samen kan eten, voor maar een paar euro. Natuurlijk moet er praktisch het een en ander gedaan worden. Bart is standaard host op een vaste dag in de week in samenwerking met vrijwilligers. Dagelijkse taken als koffie- en thee zetten, verwarming aanzetten in de verschillende ruimtes die die dag gebruikt worden, mensen begeleiden naar de zalen en hen wegwijs maken wat, hoe en waar, behoren tot de diverse werkzaamheden van Bart. Ook in de gaten houden of de ruimte netjes is, de was- en vaatwasmachine, noem maar op. Hij is wat je noemt echt een 'Manusje van alles'. Hij bekommert zich zelfs om de vaste bezoeker, Ivy een mooie kat helemaal wit en al snorrend komt ze vaak naar binnen en vooral naar Bart toe om wat extra's te kunnen eten en een aai over haar bolletje te krijgen. Ze woont dichtbij Edanz en is heel sociaal.

Winkeltje

Edanz heeft ook een winkeltje: er staat in de ruimte waar je als bezoeker het eerst binnenkomt een glazen vitrinekast met prachtige sieraden en andere voorwerpen die medewerkers en cursisten in de loop der jaren ontwierpen. Voor een schappelijke prijs zijn deze sieraden te koop en je kunt op je gemak rondkijken. Er hangt informatie over de verschillende docenten en cursussen die er gegeven worden. Op de tafels liggen flyers ter inzage en zo krijgt iedereen een goed beeld wat er allemaal plaatsvindt. ♦

KUNST OP STRAAT



Het Leeuwarder station

Door **Eddy Sikma** Fotografie **Chico Bolt**

Voor de treinreiziger is het Leeuwarder station een van de eerste plekken in Friesland waar hij of zij in aanraking kan komen met kunst. Althans de bezoeker. De echte Leeuwarder kent het station op z'n duimpje, mogen we aannemen. De glas-in-loodramen waren er altijd al, alsmede het herdenkingsmonument voor de gevallen in de Tweede Wereldoorlog en een curieus wandbord over de elektrificatie van het traject Leeuwarden-Zwolle uit 1952. Toen ongeveer reed ook de laatste stoomtrein. Alle andere lijnen, ook die op Groningen, rijden krap zeventig jaar later nog altijd op diesel. Tja.

Het kunstwerk waar het om gaat is een tableau van geglazuurde tegels, aangebracht in het jaar 2000. De kunstenaars Tilly Buij en Gerard Groenewoud hebben het ontworpen. Een nachtelijk stadsgezicht van La Paz, de hoofdstad van het Zuid-Amerikaanse Bolivia, was de inspiratiebron. Hier is het tegeltableau op gebaseerd. In de abstractie - per tegel - herkennen we de lichtgevende stad. Los van deze gedachte, past het kleurrijke tableau perfect in deze hal. Ooit verkocht de verkoopster in het "archaïsche kioskje" La Paz sigaren. De link met het tegeltableau werd

waarschijnlijk niet gelegd.

In 1863 werd het eerste stukje spoorbaan in Friesland aangelegd, Leeuwarden-Harlingen. Een tweetal jaren later kwam het traject op Groningen tot stand. Het zou een verbinding met Duitsland moeten worden. Zwolle volgde en de laatste was Sneek-Stavoren. Hier kon men de boot naar Holland nemen. Boven in het station woonde de stationswachter. De hal is van rond 1900, toen de woning werd weggebroken. Niet zo imposant als de Groninger stationshal, met de prachtige versieringen van de kunstenaar F.H. Bach, maar toch. In de jaren zestig blonken de beide stations uit in lelijkheid, met de verlaagde loketten, het formica en de alleen op doelmatigheid ingerichte interieurs. Beide zijn in oude luister hersteld. Leeuwarden met het eigentijdse tegeltableau. Het Groninger station van ingenieur I. Gosschalk (1893) geldt overigens als een van Nederlands mooiste stationsgebouwen. Mag mijn collega uit Groningen hier nog eens over schrijven.

Bron: H. Mous, Reizen door de tijd, Publieke kunst in Fryslân, 1945-2005

Het bijzondere GELUK

Waarom niet?

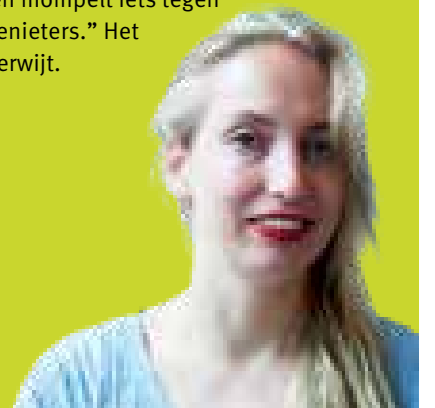
Door **Chantal Kuipers**

Ik vervel me. Het liefst wil ik jeu-de-boulen bij Boel of een kaasplankje bij Cappuvino, maar sinds alles dicht is probeer ik mezelf te vermaken met films, series of een boek. In de gang zie ik een tas staan die ik van mijn werk heb gekregen. In de tas zit een wijnkoeler en een picknickkleed zodat we er wat meer op uit zouden gaan, maar het plastic zit nog om de tas heen dus het idee was goed, de uitwerking minder.

Plots krijg ik een idee. "Kom naar het Dwingelderveld" app ik mijn zusje. Met de tas, een fles wijn, led kaarsjes, een boxje en het kind ga ik naar het bos. Vanaf een afstandje herken ik mijn zus. Het is alsof ik in de spiegel naar mezelf kijk. We slenteren een willekeurig bospaadje op en kijken naar de stelletjes die op afstand van elkaar lopen. 'Laten we hier gaan zitten.' Ik leg het picknickkleed op de grond en haal de wijnglazen uit de tas. De wind waait en op de achtergrond Acda & De Munnik die bezingen hoe moeilijk het

leven is. Ze weten niet half hoe waar het is. 'Proost.' Ik hef mijn glas en klink die tegen die van mijn zusje aan. In de verte roept mijn kind om aandacht. Op blote voeten springt ze door een plas heen tot ze kippenvel op haar benen heeft. Vanuit de verte komen er een man en vrouw aan. Hij heeft een grijze baard en zij een gele jas die haar belachelijk goed staat. Ze lijkt wel weggelopen uit een catalogus.

'Waarom doen jullie dit?' De man wijst naar de kaarsjes en wacht, op een afstandje, op antwoord. Ik denk eraan dat je zelf de slingers op moet hangen. Dat je soms een minifeestje moet vieren met jezelf, maar de woorden komen niet. 'Waarom niet? Je kunt het ook niet doen.' Mijn zusje kijkt hem brutaal aan en ik lach. Want misschien is dat het leven. Je kunt het ook niet doen. De man lacht en mompelt iets tegen zijn vrouw. "Levensgenieters." Het klinkt bijna als een verwijt.





HANDJE HULP HELPT

Door Rudy Vane Fotografie Jaap ten Hoove

THESE

Rick Huiting (23) uit Winschoten helpt mensen die hulp kunnen gebruiken vanuit zijn zelf opgerichte organisatie Handje Hulp. Of het nou eten kopen is voor iemand, als taxi fungeren, een gesprek voeren, boodschappen doen, huis-tuin-en-keukenhulp, oftewel: hulp op maat.

Vanaf zijn twaalfde worstelde Rick met zichzelf. Hoewel hij goed kon leren lukte het niet op de havo/vwo en belandde hij uiteindelijk bij de theoretische leerweg. Hij voelde zich vaak depressief en vroeg zich af waarvoor hij hier op aarde was. Omdat het zijn droom was om leraar te worden deed hij in eerste instantie mbo maatschappelijke zorg, om zo door te kunnen stromen naar het hbo. Maar omdat hij zich nog steeds slecht voelde, is hij daar mee gestopt. 'Er zat een soort gat die je moet opvullen, je zoekt naar een soort van voldoening, je wilt gelukkig zijn, waar vind je dat dan. Ik heb heel veel baantjes gehad, tot ergernis van de mensen om me heen. Die zeiden: Man kies nou toch eens wat! Maar ik wist gewoon niet wat ik wou. Als we hier zijn op aarde, dan wil je toch ook iets doen wat je leuk vindt. Ik heb van alles gedaan, ook domme dingen en eigenlijk ging alles ook mis. Naarmate de tijd verstreek vroeg ik me af: wat doen we hier eigenlijk. Ik ben erachter gekomen dat we het met elkaar moeten doen en met liefde die ons allemaal verbindt. Eerst dacht ik dat je geluk bereikt door veel geld te verdienen, want dan kun je leuke dingen doen. Maar waar de ware rijkdom zit, is het goed hebben met elkaar. Ik ben gelovig opgevoed en het staat ook in de Bijbel. De leefregels, normen en waarden zijn opgesteld om een goed leven te kunnen leiden. Op een gegeven moment liep ik naar huis en had ik naar de lucht wanhopig uitgeschreeuwd: "Nou God, als u dan bestaat, help mij dan!" En dat heeft 'ie ook gedaan, want er zijn heel bijzondere dingen gebeurd. Ik voelde dat het bij de bron werd aangepakt. Muren werden afgebroken, ik kon bijvoorbeeld ook weer huilen, zelfs als ik iets moois zag, als ik buiten de zon zag schijnen. Ik had ook weer oog voor de mensen om me heen, wat eerst helemaal niet zo was. Ik was te veel met mezelf bezig. Toen ik nog depressief was dacht ik: als ik hier uitkom dan ga ik zelf ook andere mensen helpen. Ik wist nog niet hoe.'

De eerste stappen

'Het begon eigenlijk toen ik met mijn vader naar Londen ben geweest en de daklozen daar zag. Dat greep me heel erg aan en ik merkte dat ook mijn gedachten waren veranderd. Want als ik normaal een zwerver zag dacht ik: die heeft er het vast wel zelf naar gemaakt. Maar nu dacht ik: wat zielig, wat sneu. Zelf zullen de daklozen zeggen, ik ben niet zielig, maar zo voel je dat voor hun, plaatsvervangend. Ik dacht: hier wil ik wat voor doen, maar dat kun je dan niet. Je kunt niets kopen daar, er is geen Action. Toen we terug waren in Groningen bleef het maar in mijn hoofd zitten, hier moet je wat mee doen Rick. Maar dat kan niet, moet je nu dan weer naar Londen gaan? Toen dacht ik: dat heb je in Groningen toch ook, ik heb wat gegoogeld en ja hoor, in Groningen ook. Ontzettend veel daklozen. Ik ben naar de Action gegaan en heb een weekendtas vol spullen gekocht. Pinda's, mueslirepen, winters spul. Ik heb mijn neefje opgebeld of hij mee wilde naar Groningen om het uit te delen op straat. Die vond het wel spannend. Ik had gewoon een drive, ik wou gewoon de straat oplopen. Als je je nederig opstelt, in die zwakte sta je zo sterk, dat is gewoon

geweldig! Ik ben uiteindelijk uitgekomen bij de Kostersgang, het Leger des Heils, omdat ik op straat niet veel daklozen tegenkwam. Daar heb ik een heel mooie band opgebouwd met de mensen. Ik ging er daarna regelmatig naartoe, dan weer spullen brengen, dan weer ondergoed, dan weer sokken en 's winters, warme dingen. Ik raakte bevriend met sommige daklozen en kwam erachter hoe ze eigenlijk in het leven staan. Dat ze ondanks hun situatie het leven toch wel omarmen. En dat moet ik dus ook, het leven meer waarderen. Denkend van alleen maar rijk worden, dan kun je leuke dingen doen en nooit tevreden zijn, eigenlijk naar wow, wat heb ik het ontzettend goed. Ik verdien helemaal niet veel, maar ik vind dat ik ontzettend rijk ben. Als ik elke maand iets van mijn salaris in kan leveren om iemand anders te helpen, dat is toch rijkdom?!'

Social media

In eerste instantie wilde Rick een stichting opzetten met een pasjessysteem om daklozen op die manier elke dag wat boodschappen te kunnen laten doen.

Als ik elke maand iets van mijn salaris in kan leveren om anderen te helpen, dat is toch rijkdom?!

Hij liep echter tegen het juridische aspect hiervan aan, zoals de belastingdienst die om de hoek komt kijken. Dat plan viel dus in duigen en de motivatie viel even weg. 'Toch kwam toen het verlangen, door corona ook, dat ik dacht: niet alleen daklozen hebben hulp nodig, maar eigenlijk ook de "normale" burger. Vanuit daar ben ik gewoon wat mensen gaan helpen die het zelf niet konden en dacht toen: dit is eigenlijk ook heel tof. Ik merkte dat dat mij juist gelukkig maakte om me in te zetten voor anderen. Vanuit dat oogpunt wilde ik er iets mee doen, want ik kan niet tegen mijn familie vertellen dat ik alleen mensen wil helpen. Ik heb een facebookpagina aangemaakt, Handje Hulp (@HuitingRick). Ik plaatste wat berichten en een advertentie, en de positieve reacties begonnen binnen te stromen. Ook van mensen om me heen die eerst dachten: Rick waar ben je toch mee bezig, die nu zeiden: "Hé, wat Rick doet, dat werkt. Wat mooi!". Zo is het balletje gaan rollen en help ik steeds vaker mensen. Twee weken geleden belde een mevrouw die eigenlijk niet durfde te zeggen dat ze hulp nodig had. Ze kon met haar rolstoel niet meer fatsoenlijk door haar kamer rijden, omdat het oude vloerkleed omhoog ging staan waardoor een heel stuk levensplezier wegvalt. En daar hebben we toen laminaat in gelegd, mijn broer heeft meegeholpen. Als je dan later een berichtje krijgt dat ze er zo blij mee is denk je, daar doe je het voor.'

Rick deed het in het begin alleen. Toen hij zijn facebookpagina online had gezet kwam er een tweeling die geïnteresseerd was en eigenlijk ook al heel lang iets wilde doen. Ze durfden alleen die stap niet te zetten. 'Ik nodigde hen uit om koffie te komen drinken. Daar kwam uit dat onze ogen en ons hart eigenlijk dezelfde kant op staan en dat we een soort verbindende factor wilden creëren tussen hulpvraag en -aanbod. We hebben alle drie onze kwaliteiten en we willen wel, maar het gaat allemaal nog niet heel snel. Ik doe nu vooral het uitvoerende werk en zij helpen me met de organisatie, tips geven en zo. We zijn nu ook bezig een website te bouwen. We hoeven niet per se heel groot te worden, maar dat mag wel natuurlijk, zolang we onze missie niet uit het oog verliezen. Groter betekent ook meer licht verspreiden. Veel mensen zijn depressief. Niet alleen ouderen, maar ook jongeren waar het gewoon niet goed mee gaat. Dat we oog voor elkaar kunnen hebben. Een betere wereld begint bij jezelf, dat kleine beetje dat jij weer verspreidt en een ander oppakt, dat is toch weer mooi meegenomen.'

Toekomst

Nu Handje Hulp meer bekendheid krijgt wil Rick het meer officieel maken door een stichting op te richten. Ze willen transparant zijn en laten zien dat er niks anders achter zit. Er heeft zich ook al iemand gemeld die een vastgoedbedrijf heeft en hen misschien aan een kantoortje kan helpen. Dat zou mooi zijn. Rick zou dit wel fulltime willen doen, maar realiseert zich ook dat dit (nog) niet mogelijk is, hier kun je geen gezin van onderhouden. Daarom is hij weer begonnen met zijn studie Maatschappelijke Zorg, hij wil de jeugdzorg in. 'Dan pak je het aan vanuit de bron, dan kun je nog zoveel mogelijk proberen te sturen.' De kennis die hij hier opdoet kan hij ook heel goed gebruiken bij Handje Hulp.

Mocht u naar aanleiding van dit artikel Rick willen helpen of kunt u de hulp van Rick gebruiken, kijkt u dan op zijn facebookpagina Handje Hulp. ♦

KOKEN MET EEN MISSIE

Op dieet

Door Lydia Tuijnman

Recepten lezen is een soort van tweedelijns genieten. Ik heb het eens gehoord van iemand die in de oorlog met een paar anderen ondergedoken zat. Te eten was er weinig, te doen ook. Ze lazen elkaar voor uit hun enige boek: een kookboek. Een kwelling, maar wel een hoopvolle. De onderduikers gingen ervanuit dat er betere tijden zouden aanbreken en verheugden zich alvast. Zo zitten velen van ons in coronatijd te likkebaarden bij het idee van herlevende horeca-genietingen. En bij verstek lezen we kookboeken. In 'Flavour' van Ottolenghi las ik over omeletjes met kokosmelk. Dat leek me een briljante uitvinding, ik ging het meteen uitproberen want ik was niet ondergedoken en honger alsmede eieren had ik zat.

Zes eieren luchtig kloppen met de inhoud van een blik (400 ml) kokosmelk (kokosgehalte 70%), een theelepel geraspte citroenschil, een theelepel kurkumapoeder, dit mengsel op smaak brengen met zout.

In een koekenpan in ruim olie bakken: drie knoflooktenen, fijngehakt, 5 gram verse gember en drie banaansjalotten dito. Drie groene pepers in fijne plakjes, Dit alles zachtjes roerbakken gedurende 8-10 minuten. Af laten koelen, dan door het beslag kloppen.

Pan schoonvegen en daarin 1½ eetlepel olie goed heet laten worden. Per keer een ons beslag in de pan gieten, zorg dat het mengsel de hele bodem bedekt. Anderhalve minuut, tot goudbruin aan de onderkant, dan nog 20 seconden het deksel erop zodat de bovenkant stolt. Omeletjes eventueel op bakpapier in een hete oven warmhouden. Ottolenghi geeft er een salade en een grapefruit-dip bij, maar voordat ik daaraan toekwam overmande de coronavraatzucht mij.

Het smaakte net zo lekker als dat het las.



DE KLEINE DINGEN

Door **Bert Loos**

Och, wat kan ik me soms toch opvreten om de stomste, meest onbenullige dingetjes. Ik stond laatst in de supermarkt en het was weer eens zover. Het begon al met de mevrouw in de rij aan de kassa voor me, die niet gewoon een beurtbalkje achter haar boodschappen legt. Dat ze meer met de kassière loopt te praten dan in te pakken. Die studenten die met hun kratten bier sjouwen en daarbij veel te luid enthousiast zijn over hun supervette illegale coronaparty. Sowieso, mensen die zich niet bewust lijken te zijn van hun volume! Die kerel die muziek luistert met z'n oortjes in, maar alsnog zó hard dat je er vele meters verderop nog van kunt meegenieten. En het is ook nooit klassieke muziek ...

Ja, ook op straat is er genoeg om je kapot aan te ergeren. Mensen die het nodig vinden om doe te zeggen door te gaan toeteren. Scholieren die met z'n tweeën of drieën naast elkaar fietsen en te druk in gesprek zijn om te zien dat ze iedereen, maar vooral mij, in de weg rijden. Wielrenners die denken dat de weg van hun is en iedereen maar voor hen moet wijken. Mensen die hun hand niet uitsteken bij het afslaan, of juist te uitbundig zijn met het uitsteken van hun hand. Soms kan niemand ook maar iets goed doen.

Maar... ook geluk zit hem vaak in de kleine dingen. Ik kan bijvoorbeeld ontzettend genieten van alles wat met eten en drinken te maken heeft. Het momentje stilte bij het eten, dat iedereen aan tafel eventjes rustig kan ademen. De geur van koffie of vers brood. Je handen warmen aan een kop thee of warme chocolademelk. Beschuitrollen die netjes opengaan langs dat handige rode draadje wat aan de binnenkant zit. Een KitKat die perfect doormidden breekt. En dan heb ik nog niets gezegd over hoe lekker het allemaal kan smaken ...

Lekker sociaal doen kan ook een grote bron van geluk zijn. Gezellig bijkletsen met vrienden die je al maanden niet gezien hebt en zo enthousiast zijn dat je allebei

tegelijk je eigen verhaal vertelt en naar die van de ander luistert. Spelende kinderen die voor het eerst op ijs staan en echte sneeuw meemaken. En dan ook in het bijzonder mijn kleine neefje, die altijd eventjes verlegen is als ik op bezoek kom, maar dan toch weer uit zijn schulp kruipt.

Zelfs gewoon zittend op een stoel is er meer dan genoeg om blij van te worden. Je schoenen uittrekken en even de voetjes omhoog. Het moment dat je een propje van een afstand in de prullenbak probeert te gooien, en hij er warempel ingaat! Of wanneer dat ene mooie liedje op de radio langskomt, waarbij mooie herinneringen in overvloed over je heen stromen.

Geluk is denk ik een optelsom: de grote en kleine ergernissen, maar vooral ook de successen en mooie momentjes die je de hele dag door ervaart. En wat kan het leven dan toch mooi zijn, alles bij elkaar.

Piekeren

Ik heb een lange piekerperiode achter de rug. Wat heet: op het moment dat ik dit schrijf (half februari), zit ik er nog middenin. Piekeren kun je omschrijven als het dwangmatig pieken van negatieve gedachten. Soms is het een oprisping, soms gaat het aan de lopende band.

Afgezien van de onderwerpen waarover je kunt piekeren, zijn er ook piekersignalen. Zo was (nou ja: ben) ik voortdurend aan het scrollen op Facebook. Tijdens mijn pre-piekertijd deed ik dat ongeveer één keer per week een drie- tot vijftal minuten, maar nu was er geen houden aan. Mijn muis werd bijkans lam van al dat gescrol en mijn wijsvinger ook. Facebook is natuurlijk ook een echte piekermotor, omdat je het gepiek met je eigen negatieve gedachten voortdurend afzet tegenover het fantastische leven van je piekerloze facebookvrienden. Andere signalen: langdurig zwijgen in het bijzijn van je vriendin, matig eten, overhaast beslissen, voortdurend met de tijd bezig zijn of die juist verliezen, dwangmatig aan iets onbenulligs denken, angst voor de telefoon krijgen en continu een afgrijslijk popliedje in je hoofd hebben.

Dat ging zo niet langer, wist ik. Ik scrolde dus naar de GGZ voor meer piekerinformatie en werd doorverwezen naar de Lentis Zelfhulp-desk. Ik vulde enkele vragenlijsten in, waarna ik uit een reeks zelfhulpsessies kon kiezen. Dat was natuurlijk niet zo moeilijk: piekeren.

Na het inloggen las ik: “In deze sessie kom je meer te weten over piekeren. Je leest waarom stoppen met piekeren zo lastig kan zijn. En je zet voor jezelf de voor- en nadelen van het piekeren op een rijtje. Daarna ga je aan de slag met het piekerkwartier. Het piekerkwartier is een oefening die je stapje voor stapje meer controle geeft over het piekeren”.

Sinds februari las ik dus elke dag twee piekerkwartieren in. Soms schrijf ik op wat me bezighoudt, soms hou ik het alleen bij een piekersessie. Of het helpt? Dat weet ik nog niet, het is nog vroeg. Het geeft in ieder geval wel lucht. En licht - als je na zo'n piekerkwartier even niet dwangmatig piekt met allerlei negatieve gedachten, ziet de wereld er een stuk vrolijker uit. Ik moet er alleen nog wel voor zorgen dat op zo'n moment het afgrijslijke popliedje uit het systeem verdwijnt.

JAAP KROL



MINIMACAMPING

Door **Arnold de Meijer** Fotografie **Chico Bolt**

Appie Wijma (56) had al een groentetuin waar hij met mensen op zoek naar mogelijkheden, groenten kweekte voor de voedselbank. Daar werd hij geconfronteerd met mensen die al jaren niet op vakantie waren geweest. Hetzelfde hoorde hij op de basisschool in Oldekerk. Doener als hij is bedacht hij dat daar gemakkelijk wat aan te doen zou zijn. Het resultaat: de minimacamping in Opende.

‘Van oorsprong was het de bedoeling om vier betalende gasten te laten betalen voor de vier anderen’, vertelt Wijma enthousiast in zijn gezellige kantoor. ‘De belangstelling was echter overweldigend. Vanuit heel Nederland kreeg ik steun. Tenten, caravans, een slager die mij elke week voor minimaal dertig personen vlees beschikbaar stelt, een bakker uit Oldekerk die brood levert. Hartverwarmend en de minima-camping was geboren. Betalende gasten zijn er nooit geweest.’

Ik ben op vakantie geweest

‘Mijn betrokkenheid met de anderen heb ik van mijn moeder geërfd. Zij stond voor iedereen klaar. Gelukkig heb ik dat ook. Iedereen is welkom. Kijk, er zat al een campingbestemming op het veldje. Ik heb hier en daar wat aangepast en publiciteit gezocht. Iedereen heeft vakantie nodig. Hoe triest is het dat je als kind op school moet vertellen dat je niet op vakantie bent geweest. Ik zal niet vergeten dat een meisje van een jaar of elf springend van enthousiasme schreeuwde: “Mama, mama, nu kan ik ook vertellen dat ik op vakantie ben geweest!” Daar doe je het voor.’

God als inspiratie

God en Jezus vormen zijn inspiratiebron. ‘Je kunt zeggen dat ik een praktisch christen ben, een doener. Als je wil graven, pak je een spade. Waar het om gaat is dat je de dingen uit je hart doet. Uit medemenselijkheid. Mijn camping maakt voor veel mensen het verschil. Er zijn veel alleenstaande moeders met kinderen. Hoe mooi is het maar dat je een lach op hun gezichten tovert.’

Glimlach

Die glimlach wil hij ook toveren op de gezichten van zieke mensen. ‘Een vrouw die terminaal ziek was heeft een tijd in een caravan bij mij gelogd en kon zo afscheid nemen van al haar geliefden. Haar commentaar: “Ik heb me nog nooit zo goed gevoeld. Dank!” Dat wil ik voor meer mensen doen.

We wilden graag een blokhut. Die staat er inmiddels en de gemeente heeft hem goedgekeurd, onder voorwaarde dat er niet geslapen wordt. Maar ik ben niet voor een gat te vangen. Ben nu bezig met het ontwikkelen van een mobiele slaapkamer.’

Gulle gaven

Het verblijf op de camping is all inclusive. ‘Wij krijgen zoveel. Het eten is verzorgd, er is altijd genoeg. We krijgen ook steeds meer goederen vanuit heel Nederland. Uit Leiden en zelfs uit Brabant worden spullen gebracht. Dat geef ik allemaal weg aan mijn campinggasten. Ik krijg zelfs kleren waar de labels van de winkels nog aan zitten. Daar kan ik weer mensen gelukkig mee maken.’

Ontwikkelen

Appie is op dit moment bezig met het inrichten en betimmeren van twee gebouwtjes. ‘Als het heel slecht weer is kunnen de kinderen hier spelen.’ Op tafel staat een gigantisch PLAYMOBIL kasteel te wachten op de handen van spelende kinderen. Daarnaast denkt hij over het aanleggen van een voetbalveldje. Kortom de camping blijft door ontwikkelen.

Corona

Ook de minima-camping heeft last van corona. ‘Normaliter hebben we 40 tot 50 gasten. In coronatijd maximaal 20, maar dat gaan we verhogen naar 30 tot 35 mensen. Het moet tenslotte wel gezellig zijn.’

Zijn camping heeft Opende behoorlijk op de kaart gezet. ‘Een tijd geleden liep ik door Antwerpen, werd ik ineens geroepen: “He, Appie.” Had er net in de Gazet van Antwerpen een artikel gestaan over de camping. Daar doe ik het niet voor, maar het is wel heel mooi.’ ♦





Digno BV

Van gymleraar tot automatiseringsdeskundige

Door **Frits Croes** Fotografie **Theo Koelmans**

Talent voor techniek erfde de 52 jaar geleden in het Friese Grou geboren en getogen Herman Bron van zijn vader, die in zijn vrije tijd zendamateer was. Werkzaam op een kantoor kreeg vader Bron van zijn werkgever als een van de eersten een computer, waar de nog jonge Herman al snel zijn huiswerk op maakte en spelletjes op speelde. Hij leerde zichzelf met behulp van boekjes programmeren zodat hij die spelletjes kon manipuleren en ook ontwerpen. Daarnaast hielp hij ouders van vriendjes met hun computerproblemen.

Op de middelbare school deed Herman een beroepskeuzetest met als uitkomst dat hij gymnastiekleraar wilde worden. Vanwege zijn interesse in techniek had hij misschien evengoed voor een dienovereenkomstig beroep kunnen kiezen. Maar hij dacht dat hij dan op een kantoor terecht zou komen en hij was niet het type om lang stil te zitten.

Tijdens zijn opleiding tot gymleraar bleef hij zijn technische kant ontwikkelen. In een kleine ruimte onder in de studentenflat die hij bewoonde, stond een werkbankje waar Herman als beheerder van de technische dienst zijn eerste computers in elkaar zette. Dankzij zijn computerhobby kreeg hij van zijn medestudenten op de ALO de bijnaam 'Floppy'. Al in zijn studietijd was hij samen met een vriend actief met een bedrijfje dat sportevenementen, uitstapjes voor bedrijven en schoolreisjes voor kinderen organiseerde. Ook toen hield hij zich voornamelijk met de computerkant bezig.

In 1995 opende hij zijn winkel in Haren onder de naam Digno. Als een van zijn eerste opdrachten mocht hij de toenmalige WerkPro-locatie aan de Oosterhamrikkade (met onder andere Het Twaalfde Huis en De Riepe) van een computernetwerk voorzien. In datzelfde pand zetelde een dansschooltje waar Herman zijn passie, jaren 50 rock-'n-roll-dansen, beoefende. Een kennis die daar ook danste spoorde hem aan om De Riepe te sponsoren door middel van het lidmaatschap van de businessclub van dit maandblad.

De winkel runt Herman samen met twee vakbekwame medewerkers. Eén man regelt de inkoop en de verkoop aan klanten in de winkel en beantwoordt technische en commerciële computervragen. De andere doet reparaties en assembleert nieuwe computers. Zelf houdt Herman zich vooral bezig met de zakelijke klanten en bezoekt als dat zo uitkomt, op afspraak klanten aan huis. In deze coronatijd ondervindt hij overigens weinig last van omzetsdaling. Veel klanten lieten hun computer juist updaten in verband met streaming en beeldbellen. Door maatschappelijk verantwoord ondernemen - hij rijdt al acht jaar elektrisch, scheidt zijn afval en gebruikt stroom uit zonnepanelen - toont hij als zelfbenoemd linkse ondernemer zijn sociale betrokkenheid.

Digno BV is lid van De Riepe Businessclub

BIE PAD EN WEG



Kruiswoordcrypto

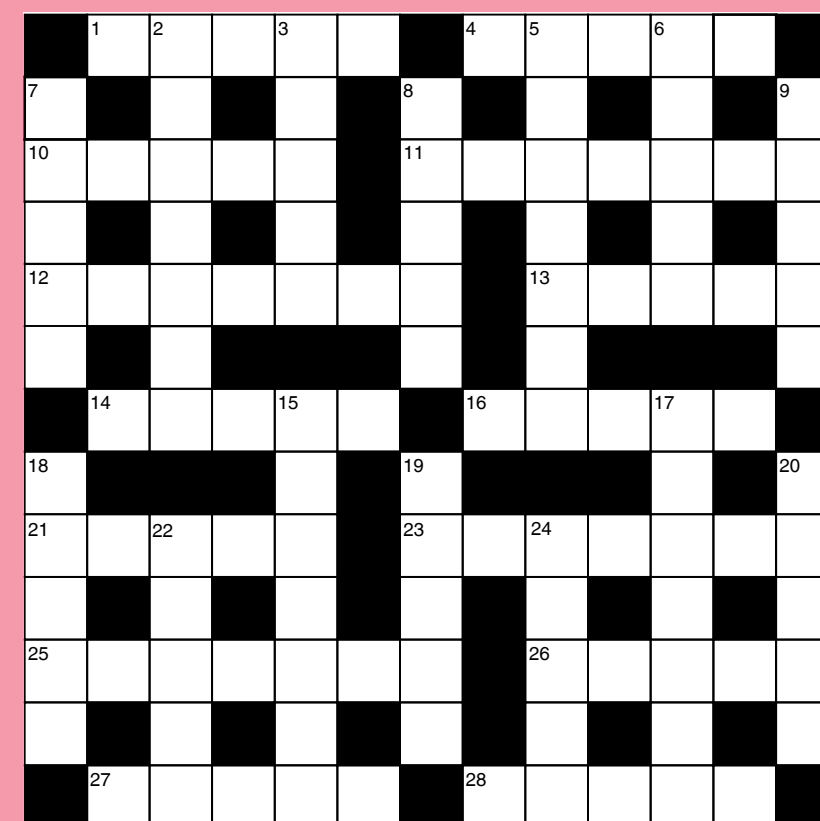
Door **Luuk Kobes**

Horizontaal

- 1** Monster van metaal **4** Scheepsschade
10 Gastarbeider
11 Die arbeiders zijn niet vooruit te branden **12** Fl. 1,50
13 Grensriviertje tussen Drenthe en Overijssel
14 Luchtziekte **16** Welpenleidster
21 Voetenbankje **23** Krachteloosheid
25 Schat **26** Duits middelgebergte
27 Gezwinde speed **28** Aanvang

Verticaal

- 2** Quickstep aan de bar **3** Immer
5 Ga weg uit de kamer
6 Plaats in Drenthe **7** Bereids
8 Uitspansel **9** Zomers ongemak
15 Rare slaapkop **17** Strijkstokje
18 Eskimogroente **19** Opslagruimte
20 Langpoot **22** Die letter is het einde
24 Het minste van het minste



De oplossing vindt u op pagina 27

HOROSCOOP

Illustratie Paul Kimkes

Steenbok 22 december – 20 januari

Het lijkt erop dat mei liefde wenst en voor jou geldt dat dubbel. De Steenbok geniet van elk moment, zowel in relaties als op cultureel gebied. Maar je moet niet je werk vergeten, want de vakantie is nog ver weg. Deze maand zal in het voordeel zijn van uw carrière.

Waterman 21 januari – 19 februari

Deze maand zal de Waterman aan zichzelf moeten werken, zowel op mentaal als op fysiek gebied. Nu is de juiste tijd om van afhankelijkheden af te stappen en nieuwe gewoontes aan te leren. In plaats van tv kijken, kun je beter gaan fietsen of gezond gaan koken.

Vissen 20 februari – 20 maart

Single Vissen zullen het deze maand erg leuk vinden, aangezien er een interessant persoon op je pad komt. De vonken vliegen ervan af, daarom kan je een liefdesaffaire bijna niet uit de weg. Laat je emoties geen schaduw werpen op je carrière. Zolang je niet stopt met je inzet, zal je worden beloond.

Ram 21 maart – 20 april

Je komt erachter dat je echt naar je hart moet luisteren. Je stopt de meeste energie in de relaties met je partner en familie. De Ram voelt zich thuis in gezelschap waar hij grapjes kan maken en plezier kan beleven. Daarnaast ben je erg geduldig wat je helpt om elke klus te klaren die je wilt.

Tweelingen 22 mei – 21 juni

Je moet extra aandacht besteden aan liefde en relaties voor de gehele maand. Tweelingen luisteren naar hun hart deze periode en kunnen daardoor impulsief gedrag vertonen. In de tweede helft van de maand zullen je gevoelens meer opkomen. Met deze scherpzinnigheid zou je een cultureel evenement kunnen bezoeken.

Kreeft 22 juni – 22 juli

Om je horizon te verbreden spendeer je je vrije tijd aan boeken lezen. De focus ligt op nieuwe kennis vergaren wat je in je voordeel kan gebruiken. Je chagrijnige buien kunnen ervoor zorgen dat je ruzie zoekt met je partner of een vriend(in), maar je hebt geen probleem om conflicten op te lossen.

STIER

21 april - 21 mei

Hoewel mei de maand van de liefde is, ervaart de Stier een liefdeloze periode. Omdat Mercurius in Stier staat zullen emoties langs de zijlijn worden geplaatst terwijl bedachtzaamheid en geduld, wat zich het beste laat zien in communicatie, naar voren geplaatst worden. Wees hoopvol en gebruik deze periode voor je persoonlijke educatie en voortuitgang.

Leeuw 23 juli – 23 augustus

Deze maand wakkert je honger naar informatie aan, dus je kan de hele tijd boeken lezen. Maar dit is geen probleem, want je weet dat deze informatie goed gebruikt wordt in de toekomst. De Leeuw vermijdt diepe relaties, want hij kan zijn gevoelens niet volledig uiten op de lange termijn.

Maagd 24 augustus – 22 september

Zodra mei er is, wil de Maagd naar buiten. Je zelfvertrouwen maakt je de ster in elke vriendschap. Je wil gekke dingen doen, maar helaas wil je ook vechten. Houd in gedachten, de drang om jezelf te bewijzen kan je vriendschappen kosten. Je wordt geconfronteerd met een groot dilemma.

Weegschaal 23 september – 22 oktober

Onder invloed van de sterren, kan de Weegschaal de invloed van het hart niet weerstaan en schudt, voor de verandering, de besluiteloosheid van zich af en maakt snelle beslissingen. Wees voorzichtig dat je niet extreem radicaal lijkt wat kan leiden tot grote geschillen.

Schorpioen 23 oktober – 21 november

Elke Schorpioen kan uitkijken naar nieuwe leermomenten waar het grote verlangen ligt. Je bent je bewust dat alles wat je nu leert, je goed in zal kunnen zetten in de toekomst. Helaas kunnen er wat onplezierige conflicten voorkomen, maar deze keer sta je stevig voor je mening.

Boogschutter 22 november – 21 december

Mei geeft je veel energie wat een verlangen voor nieuwe ervaringen aanwakkert. De Boogschutter kan uitkijken naar momenten vol van avontuur, romance en passie wat hem goed zal beschermen tegen moeilijkheden. Denk niet alleen aan jezelf en toon begrip voor mensen die niet dezelfde positieve gedachten hebben.



STRAATKLINKERS

GERARD WESSEL DENKT ALTIJD POSITIEF

‘Ik geniet van elke dag, al bij het wakker worden.’ Gerard Wessel (60) is een echte levensgenieter. En dat terwijl hij geen makkelijk leven heeft gehad. Hij was toen hij jong was, een jaar of 17, anderhalf jaar dakloos. ‘Dat was geen licht bestaan.’ Hij raakte dakloos doordat hij verslaafd was aan cocaïne en doordat ik eigenwijs was.’ Het maakt dat hij het tegenwoordig extra waardeert dat hij een huisje heeft. >>

Door Wietske Aupers Fotografie Chico Bolt

‘Toen ik dakloos was genoot ik ook wel, maar niet zoals nu. Toen genoot ik er vooral van voor mensen op te komen, andere daklozen te helpen om te gaan met instanties als reclassering, verslavingszorg en sociale dienst. Dat deed ik door mijn eigen ervaringen te delen. Ik probeer uit elke negativiteit iets positiefs te halen. Als je steeds negatief blijft is er geen licht aan de horizon. Ik heb nu een mooi huisje en al twee jaar een hond, eigenlijk alles wat een mens hebben moet. Ik gebruik nog steeds wel af en toe wat cocaïne’, zegt Gerard heel eerlijk. ‘Daar geniet ik ook van. Maar ik misbruik het niet en het gebruikt mij ook niet.’

Blij dat ik ben wie ik ben

Hij bezoekt het Twaalfde Huis, dagbesteding voor mensen met verslavingsproblematiek en via hen werkt hij voor het Waterbedrijf. Daar maakt hij auto’s schoon. Dat gaat zonder gebruik van water, met vezeldoeken die zijn behandeld met

een speciaal spul. ‘Een geheim recept, ontwikkeld door iemand die een challenge heeft gewonnen’, vertelt hij trots. Hij geniet van zijn werk en vindt het ook prettig om niet meer zo vaak op het Twaalfde Huis te zijn. ‘Daar zitten toch mensen die nog meer van ’t padje af zijn. Ik ben juist bezig om dat achter me te laten, daarom voel ik me daar niet meer thuis.’

Hij maakt ook nu nog best verdrietige dingen mee: ‘Twee jaar geleden is mijn vriendin overleden. Ze was vijftig en had COPD, maar bleef stug doorroken. Dat hoort bij het leven, dat klinkt raar, maar het is zo. Ze was ook op en we hebben samen nog een dik half jaar kunnen genieten. Daar heb ik nou dus vrede mee. Door corona vindt hij het wel lastiger om dingen te vinden om van te genieten. ‘Maar ik ben blij dat ik de persoon ben, die ik ben. Ik ben goed bij de tijd, fit, niet dom en ik weet waar Abraham de mosterd haalt. “Elk nadeel heb zijn voordeel”, is een mooie uitspraak van Cruyff. Mijn tip voor mensen die het moeilijk vinden om van het leven te genieten, bijvoorbeeld omdat ze depressief zijn? Haal uit elk nadeel dat voordeel, want het is er altijd!’

DE RIEPE BUSINESSCLUB

De bedrijven in dit overzicht ondersteunen De Riepe. Wilt u als bedrijf ook bijdragen? Dat kan, neem gerust contact met ons op: 050-5791818 (09:00-13:00 uur).

Aksion
Als de zon, tekentherapie
Dagblad van het Noorden, (NDC mediagroep)
De Huismeesters, Groningen
Digno BV, Haren
Dik Bike Centre, Groningen
Doesburg autoverhuur, Groningen
Dries Rolde BV
Dunk
Forum Groningen
Gemeente Groningen SoZaWe
Groningen Seaports
Groninger Kredietbank
Ingenieursbureau Wassenaar, Haren
Klooster Reizen, Haren
Kluizenbedrief Jan
Kompas Zuidlaren
Lightwave, Groningen
Lotus uitvaart, Thesinge
Metaware BV , Groningen

Bewindvoering en inkomensbeheer
Tekentherapie, opleiding en begeleiding
Nieuws uit Groningen/Drenthe
Woningcorporatie stad Groningen
Informatietechnologie
Van ventiel tot helm
Van sjoband tot aanhangwagen
Installatietechniek
Deskundigheid in de geestelijke Gezondheidszorg
Boeken, films en events
WIJ is dichtbij
Havendienstverlening
Sociale hulpverlening
Complexe constructies ontwerpen
Reisbureau
Veur putjederij in en omt hoes
Specialist in financiële zorgverlening
Spirituele opleidingen
Uitvaartverzorging en -begeleiding
Cloudoplossingen managementsystemen

Mamamini Helpman
New Nexus, Tynaarlo
Noback Ingenieursbureau, Groningen
Noorderlink, Groningen
Noorderpoort, Groningen
Old Burger Weeshuis, Leeuwarden
't Oortje Sieraden, Groningen
Patrimonium, Groningen
Pinkster schilderwerken, Assen
Praktikos, Assen
Preventief Veiligheidsdiensten BV, Groningen
Rijschool Gerald, Peize
Rottinghuis aanemingsbedrijf BV, Groningen
Schaap Strafrechtadvocaten, Groningen
Schilders de Vries, Groningen
Stichting Terwille, Groningen
Tandartsenpraktijk De Verbetering, Groningen
Tekstlabel Amber Boomsma, Leeuwarden
Verslavingszorg Noord Nederland, Groningen
Willem Rietman Interieur Tynaarlo

Goededelenkringloop
IT consultancy- en adviesbureau
Techn. natuurk. berekeningen en ontwerpen
Vacatures Noord Nederland
Beroepsonderwijs in Groningen/Drenthe
Ontwikkelen op sociaal, cultureel gebied
Oorbellspecialzaak
Christelijke woningstichting
o.a. binnen-/buitenschilderwerk
Trainingsbureau
Gastvrij beveiligen
Auto- en motorrijschool
Allround bouwbedrijf in het Noorden
Strafrechtadvocatuur
Sterk in duurzaam ondernemen
Vrij van verslaving
Gezond begint in de mond
Freelance schrijfprofessional
Perspectieven bieden
Meubilair op maat

Volgende maand in De Riepe:

Happy Stones als ketens van geluk

‘Eigenlijk is het geboren uit verveling’, zo begint Bianca de Haan (42) haar verhaal. ‘Op internet kwam ik een berichtje tegen over Happy Stones, ik las dat voor aan m’n dochter Lotte en zij werd meteen enthousiast.’



En verder:

- Dak- en thuislozenproject CSG Augustinus
- Van Damascus naar Groningen

Deze zal verschijnen rond 1 juni 2021

Oplossing puzzel van pagina 23

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	S	T	A	A	L		A	V	E	R	I	J
7	R		A		L			Z	E		O	9
10	E	X	P	A	T		W	E	R	K	L	U
	E		D		I	J	E		T		D	T
13	D	A	A	L	D	E	R		13	R	E	E
	S		N					K	E			E
	14	A	S	T	15	M	A		16	A	K	E
18	J				A			18	L			20
21	S	T	22	O	F		23	O	N	24	M	A
	S		M		K		O		E		I	E
25	L	I	E	V	E	R	D		26	E	I	F
	A	G		E		S		S		E		T
	27	H	A	A	S	T		28	S	T	A	R

OPVANGINSTELLINGEN

GRONINGEN

GRONINGEN
Dagopvang
Leger des Heils
Kostersgang 28
9711 CX Groningen
tel. 050-313 36 60
Dagelijks van 12.00 – 17.00 uur

Open Hof
Spilsluizen 5
9712 NR Groningen
tel. 050-312 21 22
ma t/m vr. 10.00 – 12.00 uur
zo t/m vr. 19.30 – 21.00 uur
Zondagavondviering om 18.45 uur

Twaalfde Huis
Eemskanaal Noordzijde 32a
9713 AB Groningen
tel. 050-579 78 45
Ma t/m vr. 9.30-16.30 uur

Beschermd Wonen (Vast&Verder)
Damsterdiep 267, 9713 EE Groningen

24-uurs opvang
Algemene opvang
Van Heemskerckstraat 75
9726 GH Groningen
tel. 050-599 14 20, www.hetkopland.nl

Hoendiephuis, voor jongeren
Noorderstationsstraat 88
9717 KR Groningen
tel. 050-599 14 20, www.hetkopland.nl

Ommelandershuis
Woonvoorziening (Beschermd wonen)
Schoolstraat 11
9712 JP Groningen
tel. 050-599 14 20, www.hetkopland.nl

LIMOR woonvoorziening Hiddemaheerd
Hiddemaheerd 112
9737 KX Groningen
tel. 0900-4857545
058-215 16 94, www.limor.nl

Nachtopvang
Het Kopland
Schoolstraat 9
9712 JP Groningen
tel. 050-599 14 20, www.hetkopland.nl
dagelijks 21.00-10.00 uur
zon- en feestdagen van 21.00 tot 11.00 uur
Aanmelden en binnenkomen om te kijken of er plek is kan vanaf 21.00 uur tot 23.00 uur. Ook kun je maandag t/m vrijdag tussen 10:00 uur en 11:00 uur aan de Schoolstraat 3 langskomen om je aan te melden.

APPINGEDAM
LIMOR woonvoorziening
Vangnetvoorziening Cornelis Albertsstraat
Cornelis Albertstraat 7
9901 EJ Appingedam
tel. 0900-4857545
www.limor.nl

HOOGEZAND
Sociaal Pension Hoogezand
Mansholtstraat 1-a
9602 SB Hoogezand
tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

VEELERVEEN
Reïntegratie-centrum
De Spetse Hoeve
Spetsebrugweg 4
9566 TK Veelerveen
tel. 0597- 541 341

VEENDAM
24 uurs opvang
LIMOR Woonvoorziening
Burgemeester Bosscherstraat 10
9641 NG Veendam
tel. 0598-615111
www.limor.nl

LEEK
Crisisopvang Leek
Oldebertweg 61
9351 PC Leek, tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

WINSCHOTEN
Dagbesteding Werkpro
Papierbaan 60
9672 BH winschoten
tel: 059-743 3004

DRENTHE

ASSEN
Kommarin
Maatschappelijke Opvang voor dak- en thuislozen Assen
Havenkade 16
9403 AH Assen
tel: 088-8393381

Openingstijden:
Dagopvang:
ma t/m vr 10:00-15:00 uur
Nachtopvang:
dagelijks 21:00-09:00 uur

Leger des Heils
Kortdurende opvang en beschermd wonen
Maria in Campislaan 257
9406 JG Assen

NIEUW-AMSTERDAM
24-uurs opvang en nachtopvang
Leger des Heils
Zijtak WZ 125
7833 BE Nieuw-Amsterdam
tel. 0591-551 020

EMMEN
Dagopvang
Leger des Heils
Verlengde Spoorstraat 11
7811 GA Emmen
tel. 0591-658 233
Geopend ma t/m vr. 10.30-16.30 uur

Leger des Heils
Beschermd Wonen Boshuis
Boslaan 138
7822 EP Emmen

HOOGEVEEN
Dagopvang
Beukemaplein 14
7906 AK Hoogeeveen
ma tm vr. 10.30-16.30 uur

FRIESLAND

DRACHTEN
Sociaal Pension Drachten
Stationsweg 118
9201 GS Drachten
tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

LEEUWARDEN
Dagopvang
Leger des Heils
De Tuinen 32
8911 KE Leeuwarden
tel. 0900-118 88 81
geopend 10.00-16.00 uur
(woensdag 12.00-16.00 uur)

Zuidergrachtswal 15-16
8933 AD Leeuwarden
tel. 0900-118 88 81
geopend 10.00-16.00 uur
www.zienn.nl

Algemene Opvang
Nieuweweg 3
8911 LK Leeuwarden
tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

d' Ambacht
Cornelis Trooststraat 48
8932 BR Leeuwarden
tel: 058-299 99 30
dambacht@werkpro.nl

Huis voor Jongeren
Huizumerlaan 101
8934 BE Leeuwarden
tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

Zorgopvang
J.H. Knoopstraat 2
8933 GS Leeuwarden
tel. 0900-1188881
www.zienn.nl

Sociaal Pension Hoekstersingel
Hoekstersingel 51-53
8922 AM Leeuwarden
tel. 0900-188 881
www.zienn.nl

Sociaal Pension Bonifatiusplein
Bonifatiusplein 19
8911 JT Leeuwarden
tel. 0900-188 88 81
www.zienn.nl

Nachtopvang
Oostergoweg 1 (Wirdumerpoort)
8911 MA Leeuwarden
tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

Aanloophuis Leeuwarden
Bagijnestraat 36
8911 DR Leeuwarden
tel. 058-212 72 37
www.aanloophuisleeuwarden.nl

LIMOR Crisisopvang en woonvoorziening de Kei
De Kei 5
8918 AR Leeuwarden
tel. 0900-485 7545
www.limor.nl

ENGWIERUM
Leger des Heils
Beschermd Wonen
Fjellingsreed6
9132 EN Engwierum

BURGUM
Crisisopvang Burgum
Prinses Margrietstraat 63
9251 HB Burgum
tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

HEERENVEEN
Aanloophuis de Brege
Herenwal 2
8441 AZ Heerenveen
0513-625 926
www.aanloophuisoerdebregel.nl

SNEEK
Sociaal Pension Sneek
Lemmerweg 53
8606 AA Sneek tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

De Herberg
Vier kamers voor dak- en thuislozen, verblijf maximaal 2 maanden
Kloosterdwarsstraat 3
8603 AG Sneek
Herbergtelefoon: 06-235 415 65

LIMOR Crisisopvang Gonggrijpstraat
Gonggrijpstraat 9
8607 BD Sneek
tel. 0515-43 08 12
www.limor.nl

STRAATKANJERS



Contact is belangrijk

Door **Arnold de Meijer**
Fotografie **Chico Bolt**

Een kleine twaalf jaar geleden liet Florin Canalas (40) vrouw en kinderen achter in Roemenië en kwam naar Nederland. Op zoek naar werk en een betere toekomst voor zijn kroost verkocht hij De Riepe. 'Maandag, dinsdag en woensdag sta ik bij Albert Heijn in Leek en vrijdag en zaterdag in Zuidhorn bij Aldi of Poiesz. Contact is heel belangrijk. Niet alleen met de klanten, maar ook met het personeel van de winkel. Als je zoals ik lang op dezelfde plek staat krijg je een vaste klantenkring. In deze tijd is het wel moeilijk en mijn slaapplek kost 7,50 euro per nacht. Ik stuur zoveel mogelijk geld naar Roemenië en spaar, zodat ik twee keer per jaar mijn gezin kan bezoeken.'