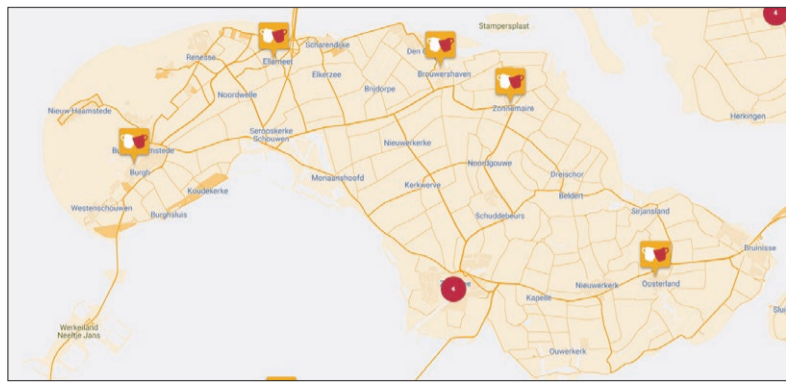


Zaterdag 22 september 2018: Burendag op Schouwen-Duiveland



Burendag is een jaarlijks terugkerend, landelijk feest dat je samen viert met je burens en de buurt op de 4e zaterdag in september. Dit jaar is Burendag op 22 september. Het is een dag waarop je gezellig samen komt en er activiteiten worden georganiseerd die ten goede komen aan de buurt. Het wordt leuker, socialer en veiliger als mensen elkaar ontmoeten en zich samen inzetten voor hun buurt. Douwe Egberts en het Oranje Fonds ondersteunen daarbij door een financiële bijdrage en/of een koffiepakket. Voor dit jaar is het budget helaas op. Iedereen die nog voor 1 september een activiteit aanmeldt, ontvangt (zolang de voorraad strekt) een Burendag feestpakket. Ook op Schouwen-Duiveland zijn er verschillende initiatieven voor deze dag gepland.

Misschien ook in uw straat, buurt of kern.

Zie voor de laatste informatie: www.burendag.nl

Vanuit SMWO helpen wij dit jaar bij de burendag in de wijken Poortambacht en Malta in Zierikzee.

Heeft u vragen over burendag, wilt u in uw buurt of kern iets organiseren maar weet u niet hoe dit aan te pakken?

Neem contact op met één van de opbouwwerkers van SMWO:

Mels Hoogenboom m.hoogenboom@smwo.nl

Monique Schipper m.schipper@smwo.nl

Het zou mooi zijn als er tijdens Burendag 2018 en 2019 op heel Schouwen-Duiveland leuke activiteiten zijn in straten, buurten en kernen! Samen maken we het verschil... doet u mee?

Training Weerbaarheid voor volwassenen

In oktober gaan we starten met een gecombineerde training Sociale Vaardigheden en Weerbaarheid (SOVA). Deze training is bedoeld voor (jong) volwassenen met een beperking, die moeite hebben met opkomen voor zichzelf en omgaan met anderen.

Soms is het lastig om voor jezelf op te komen. Misschien voel jij je wel onveilig op straat. Weet je niet wat je kan doen als iemand je lastig valt? Heb je misschien vragen over hoe je met anderen in contact kan komen? Vind je het soms lastig om vriendschappen te onderhouden? In de training komen de volgende onderwerpen aan bod: beter opkomen voor jezelf, nee zeggen, vergroten van



je zelfvertrouwen, contact maken met anderen, communiceren met anderen, omgaan met kritiek en samenwerken. In deze training leer je hoe je voor jezelf kunt opkomen en hoe je met andere mensen in contact komt en blijft. "In deze training heb ik mijn grenzen leren kennen en heb ik ook geleerd hoe ik mijn grenzen duidelijk kan aangeven. Hierdoor voel ik me sterker en heb ik meer zelfvertrouwen gekregen. Ik kan beter opkomen voor mezelf."

"Na het volgen van deze training, voelde ik mezelf zekerder in situaties waarbij ik nieuwe mensen heb ontmoet. Ik heb geleerd om een praatje te maken en beter voor mezelf op te komen." Deze training gaat gegeven worden in Zierikzee.

Startdatum: 23 oktober

Tijd: dinsdagochtenden van 10:00-11:30

Aantal: 8 bijeenkomsten

Locatie: nog nader te bepalen

Trainers: Desiree Voshart en Wilma Maljaars (SMWO)

Voor meer informatie en/of aanmeldingen: cursussen@smwo.nl of neem contact op met Desiree Voshart (06-46445093) en Wilma Maljaars (06-39010973)

Agenda

- **20 augustus**
Ruilminkel open na zomersluiting
- **21 augustus**
Fietsen voor Senioren
- **28 augustus**
Samen eten en koken in de wijk
- **30 augustus**
Voorlichting senioren 'Straks plezierig wonen'
- **4 september**
Fietsen voor Senioren
- **8 september**
Rommelmkt Ruilminkel en Ruilzaterdag
- **10 september**
Ruilminkel gesloten
- **12 september**
Inloopochtend rouwbeleving
- **13 september**
Vrijwilligerscafé
- **Iedere maandagmorgen**
Postcafé

Uw eigen levensboek

Veel mensen zouden hun levensverhaal willen doorvertellen en laten vastleggen in een boek. We bieden die gelegenheid door het maken van een levensboek. Vrijwilligers gaan met u in gesprek en in een periode van enkele maanden wordt uw levensverhaal vormgegeven in een boek met verhalen, uitspraken en foto's. U houdt zelf de regie over de inhoud en vormgeving van dit boek.

In uw leven hebt u vast heel wat meegemaakt, hoogte- en dieptepunten. De maatschappij is veranderd, technische ontwikkelingen volgen elkaar in rap tempo op, er zijn keuzes gemaakt die uw leven richting hebben gegeven, u hebt gewerkt, gezorgd, gereisd, lief gehad en verdriet gekend.

Als u terugkijkt en "in gesprek" gaat

over uw leven, is er eigenlijk veel over te vertellen.

Zou u die verhalen willen doorgeven aan bijvoorbeeld uw (klein)kinderen? Misschien is de interesse en tijd er bij hen nu nog niet, maar komt die pas later. En dan gaat het niet altijd meer... Als u bijvoorbeeld te maken heeft met dementie, kan dit een mooie manier zijn om uw herinneringen en verhalen door te geven nu dit nog mogelijk is. Op een bepaald moment kan het zo zijn, dat u de balans opmaakt van uw leven en dan is wellicht het maken van een levensboek een mooie manier om hier vorm aan te geven.

Voor informatie kunt u contact opnemen met w.jansen@smwo.nl of belt u 0111-453444.



Wat geeft uw dag kleur?

Als thuiszitten niet meer fijn is en u bent op zoek naar gezelligheid en ontmoeting? Maar u kunt hierbij wel wat steun gebruiken, om te onderzoeken wat er bij uw interesses of talent past en wat er weer kleur geeft aan uw dag. Dan kan Welzijn op recept dit samen met u, geheel vrijblijvend bespreken. Vraag bij de huisartsenpraktijken in Bruinisse, Zierikzee en Burgh Haamstede of Fysant in Zierikzee om informatie of een afspraak. Voor verdere info www.smwosd.nl

Kinderclub 4SD

Door onvoorzienne omstandigheden zal de Kinderclub niet direct na de zomervakantie starten. Via de website www.smwosd.nl laten we u weten wanneer we weer van start gaan.

Maatschappelijke stagemarkt

Op vrijdag 12 oktober is er in de morgen een Maatschappelijke stagemarkt in de Pontes Pieter Zeeman. Organisaties kunnen zich daar presenteren aan de leerlingen. Deelname is gratis. Zie voor meer info www.vrijwilligerspuntsd.nl onder het kopje agenda. Aanmelden: stuur een mail naar s.engel@smwo.nl. In de middag gaan derdeklas leerlingen vrijwilligerswerk doen bij verschillende organisaties in het kader van de Pieter Zeeman Doet dag.

Extra dagtocht Fietsen voor Senioren

De deelnemers aan Fietsen voor Senioren wilden het zo graag: een fietstocht die over de Zeelandbrug gaat en via de Neeltje Jans weer terug naar Zierikzee. En dus hebben de vrijwilligers Bram en Jeannette dat geregeld. Aanstaande dinsdag 21 augustus vindt deze schitterende dagtocht plaats. Iedereen is welkom om mee te fietsen. Er zijn geen kosten aan verbonden. Het kopje koffie onderweg en de lunch zijn wel voor eigen rekening.

Vertrek: 10.00 uur van parkeerterrein Den Hoge Blok, Lange Blokweg 29a, Zierikzee