

De sociale basis is voortdurend in beweging!



Gemeente Leeuwarden

De sociale basis is voortdurend in beweging!

'De sociale basis is het geheel van informele contacten en netwerken van bewoners(organisaties) en vrijwilligers(organisaties). Onze visie is dat een sterke sociale basis de ruggengraat vormt van de Leeuwarder samenleving. Een sterke sociale basis bestaat uit inwoners die zich inzetten voor elkaar en voor hun wijk of dorp. De ondersteuning geboden door beroepskrachten sluit hierop aan.' (Visie gemeente Leeuwarden Versterking Sociale Basis)

De sociale basis is voortdurend in beweging. Dit is te zien bij onder andere bibliotheken, scholen, sportverenigingen, culturele instellingen, gebedshuizen en buurt- en dorpskamers. Maar ook tussen bureaus die elkaar helpen met boodschappen doen, klussen voor elkaar doen en eten koken. De volgende voorbeelden laten de kracht zien van ideeën die ontstaan zijn vanuit de sociale basis in de gemeente Leeuwarden.

Aanpak op maat in de verschillende wijken en dorpen

Project Ite jo Mei

Tijdens een koffiemoment zeiden twee bewoners dat ze het leuk zouden vinden om eens voor mensen te koken met de kerst. "Wat houdt je tegen?" was de uitnodigende vraag van de opbouwwerker. Vervolgens hebben de twee dames een kookgroep opgericht in de Skalm in Stiens, waar mensen voor een klein bedrag konden aanschuiven bij een driegangendiner. Later hielpen vrijwilligers bij het koken en de groep bewoners en helpenden groeide gestaag. Op dit moment wordt er voor 36 mensen om de week gekookt, zijn er meerdere koks verbonden aan dit initiatief en is de Nije Skalm gevuld met gezelligheid en heerlijke kookluchten op woensdagavond.



Meer informatie:
[Project Ite jo Mei | Stiens](#)

BOOST LeeuwardenOost Goed onderwijs 'boost' je kansen

Steeds meer schoolkinderen in Nederland krijgen bijles. Deze ondersteuning is prijzig. Voor ouders met een minimuminkomen of net daaronder, is bijles daarom niet betaalbaar. Hierdoor krijgen niet alle kinderen dezelfde kansen, dat geldt ook voor kinderen uit Leeuwarden Oost. Humanitas is daarom in samenwerking met Leeuwarden Oost huiswerkbegeleiding BOOST gestart. Vrijwilligers helpen jongeren gratis bij hun huiswerk.

Quote van een leerling: "De rekensommen met veel tekst vind ik lastig. Dat terwijl rekenen wel mijn ding is. Omdat ik de taal niet heel goed ken, zijn deze rekensommen voor mij veel moeilijker. Ik ben blij dat ik hier kan komen, zo kan ik veel beter leren."

Quote van een moeder: "De overgang van groep acht naar de brugklas is natuurlijk heel spannend. Begeleiding is dan wel fijn. Mijn dochter kan wat stil en rustig zijn. Ze is wat onzeker en dan kan dit haar sterken. Wat ik ook zie, is dat vreemde ogen dwingen. Ze neemt niet alles van haar moeder aan als het om huiswerk, theorie en een manier van plannen gaat. Maar van een ander dus wel."



Meer informatie:
[Informatie-vrijwilligers-boost | humanitas.nl](#)



Ondersteuning van initiatieven uit de samenleving

MOES Leeuwarden



MOES Leeuwarden is een sociale winkel waar verse groente, fruit, kaas, zuivel, rijst en pasta en nog veel meer te koop zijn. Met een MOES-pas profiteer je van 30% lagere prijzen dan in andere supermarkten. MOES is speciaal bedoeld voor mensen die het nodig hebben. Een MOES-pas kun je heel eenvoudig aanvragen. Kom langs in onze winkel en vraag om een MOES-pas. We gaan zeker geen inkomenscheck doen of zoiets. Het enige wat we van je vragen is jouw naam, je postcode en je huisnummer. Van harte welkom in onze mooie winkel met volop goedkope groente, fruit en nog veel meer. En geniet van onze lage prijzen!

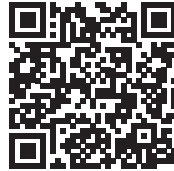
We zitten aan het Noordvliet 323. Als je vragen hebt bel met Koos Pot, tel 06 - 121 61 610 of stuur een mailtje naar info@moesleeuwarden.nl.



Meer informatie:
moesleeuwarden.nl

Mienskipskoor

Een bewoner gaf aan graag te willen zingen met meerdere mensen. Hij bracht zelf een aantal mensen aan die muziekinstrumenten bespeelden. Via bekenden van Amaryllis werd de groep aangevuld. Flyers en PR in de Stiensers maakten dat er mensen voorzichtig op af kwamen. Inmiddels zijn er gemiddeld 15 mensen die uit volle borst één keer per maand meezingen en is de raadszaal gevuld met muziek. De initiatiefnemer overweegt nog een tweede project te starten, deze keer bij mensen thuis. Hij is in zijn element en krijgt er energie van om zijn passie te delen met anderen.



Meer informatie:
[Mienskip-koor](#)
[Nije Skalm Stiens](#)

Buurtkoelkast en Deelkast

De buurtkoelkasten in Grou en de deelkast in Jirnsum zijn initiatieven die twee jaar geleden zijn opgezet door een bewoner van Grou. Het doel van de koelkasten en de deelkast is het verminderen van voedselverspilling, maar bewoners die niet veel te besteden hebben maken er ook veel gebruik van.



Meer informatie:
[Plek-voor-een-deelkast](#)
[Grousters.nl](#)



Samenwerken, met elkaar in gesprek zijn en van elkaar leren

Handwerkcafé

Een bewoonster, bekend bij Dorpenteam noord, vertelde dat ze gek is op haken en breien en alles wat handwerken is. Ze miste een plek waar ze in gezamenlijkheid kon genieten van deze hobby, iets erbij kon leren en haar kennis kon delen. De club was snel een feit. In eerste instantie één keer per week, daarna al snel twee keer. Toen de vrijwilliger aangaf dat twee keer per week haar teveel werd qua organisatie, is er besloten de bijeenkomst één keer per week te houden. Veel gezelligheid, plezier en van elkaar leren, elke week weer.



De Buurtcamping Bilgaard

Kom kamperen op De Buurtcamping! Elk jaar gaan buurtbewoners op vakantie in eigen buurt. Drie dagen lang is er een gezellige camping, bewoond door alle mensen die de buurt rijk is.

De 43-jarige Khadra Nuur, afkomstig uit Somalië, verblijft hier met haar zoontje Omar Hassan (5). De tent stond al voor haar klaar. "Ik ben niet zo handig." Ze woont vlakbij, aan De Kei. Het was al heel lang een droom van Omar om in een tent te slapen", vertelt de vrouw. "Hij hoorde er veel over van vriendjes en nu is het ons eindelijk ook gelukt."

Wijkvereniging Bilgaard heeft met hun vrijwilligers, in samenwerking met het Gezinslab, de eerste buurtcamping in de gemeente Leeuwarden georganiseerd.



Meer informatie:
[Leeuwarden Bilgaard | De Buurtcamping](#)



Informatiepunt digitale overheid

Heb je vragen over de digitale overheid? Contact met de overheid gaat steeds vaker digitaal. Veel mensen vinden dit lastig. Kun je wel wat hulp gebruiken of ken je iemand die hulp nodig heeft? Kom langs in de Bibliotheek. Wij denken met je mee en geven je informatie zodat je verder kunt. Wij kunnen ook een afspraak voor je maken met een organisatie die je verder helpt. Je hoeft geen lid te zijn.



Meer informatie:
[Informatiepunt Digitale Overheid | dbieb.nl](#)

Taalondersteuning

Taalondersteuning door vrijwilligers (bewoners) uit Leeuwarden voor nieuwkomers in Leeuwarden. Dankzij 25 vrijwilligers die taalondersteuning bieden aan nieuwe inwoners van Leeuwarden, zijn zij in staat om wezenlijke stappen te zetten als het gaat om integratie. Niet alleen leren zij Nederlands, maar krijgen zij ook kennis van onze gewoontes en wij van die van hen. Het helpt om naast elkaar te leven vanuit begrip en interesse. Ook staat deze ondersteuning voor het ontmoeten van mensen en het vergroten van je netwerk. Door mensen te leren kennen voorkom je mogelijke eenzaamheid, psychische problemen en daar aan gekoppelde zorgkosten. Met een groter netwerk zet je bovendien makkelijker de stap naar bijvoorbeeld het vinden van (vrijwilligers)werk. Het is een belangrijke stap om als volwaardig burger aan de maatschappij deel te nemen.

Game Master

In de wereld van rollenspellen vind je niet alleen een ontsnapping uit eenzaamheid, maar ook een unieke gelegenheid om je sociale vaardigheden te versterken. Een prominent voorbeeld van dit genre is het spel Dungeons and Dragons (D&D). Hier creëer je samen met anderen improviserend een meeslepend theaterstuk aan de tafel, onder begeleiding van een Game Master. Deze gids vormt de architect van de wereld om je heen en leidt jouw personage door de avonturen heen. Een reis die niet alleen verbeeldingskracht stimuleert, maar ook sociale verbindingen verdiept en eenzaamheid doet vervagen.



Meer informatie:
[Game Master - Over de Drempel](#)



Meer informatie:
[Projecten - Over de Drempel](#)

