

VAN DE VOORZITTER

Als ik dit schrijf, is het inmiddels eind augustus. Als ik naar buiten kijk, lijkt niets erop dat over drie weken de herfst begint. Sommige bomen beginnen al wel te kleuren of hun bladeren te verliezen, maar dat komt door de droogte en heeft niets met de herfst te maken.

Voor velen zit de vakantieperiode erop, terwijl anderen er in het naseizoen nog op uit zullen trekken. Ook zijn er inwoners die niet op vakantie zijn geweest en in de zomermaanden gebruik hebben gemaakt van ons afgeslankte activiteiten aanbod.

Maar vanaf 1 september gaat het normale activiteiten-seizoen weer van start met als hoogtepunten eind september (30/09) de lunch vanwege de Dag van de Ouderen en in december het Kerstdiner.

Ook het bestuur heeft in de zomer niet stilgezeten. Het jaarverslag '24 is uitgereikt aan de gemeenteraadsleden van Renswoude en Scherpenzeel en de subsidie-aanvragen voor 2026 zijn weer op tijd ingediend.

Voor de inwoners van met name Scherpenzeel gaat er iets veranderen. Onze sociaal werker, Wendy van de Visch, gaat ons verlaten. Zij gaat vanaf 1 oktober aan de slag bij de gemeente Scherpenzeel. Wij vinden het erg jammer dat ze vertrekt en wensen haar veel succes met haar nieuwe baan.

Namens het bestuur wens ik alle bezoekers/deelnemers én vrijwilligers een mooi activiteitenseizoen toe en wellicht zie ik u daar een keer.

Met vriendelijke groet,

Peter de Wilde
voorzitter SWO-SR



IN DIT NUMMER

Rabo Clubsupport

Lezing Cultuurkring

Ouderenlunch

Vacature gastheer-/vrouw



WEKELIJKS

MAANDAG (1, 8, 15, 22 en 29 september)

10:00 tot 11:00 uur : Handwerkatelier (Bibliotheek Renswoude)

13:30 tot 15:30 uur : Wandelgroep Renswoude; alleen bij droog weer (De Hokhorst)

DINSDAG (2, 9, 16, 23 en 30 september)

09:00 tot 09:45 uur : Stoelgymnastiek (Bibliotheek Renswoude)

13:45 tot 16:30 uur : Kaartclub (De Breehoek) (*vanaf 9 september*)

14:00 tot 15:00 uur : Trefpuntbalie (Bibliotheek Renswoude)

14:00 tot 16:00 uur : Zoete inval (Het Trefpunt)

WOENSDAG (3, 10, 17 en 24 september)

09:00 tot 09:40 uur : Meer bewegen voor ouderen (De Achthoek)

09:30 tot 10:30 uur : Spreekuur Scherpenzeel (De Achthoek) (*niet op 17/09 en 24/09*)

10:00 tot 12:00 uur : Ontmoetingsgroep S'zeel (De Achthoek)

DONDERDAG (4, 11, 18 en 25 september)

15:00 tot 16:00 uur : Dynamic tennis (De Hokhorst)

15:00 tot 16:00 uur : Koersbal (De Hokhorst)

VRIJDAG (5, 12, 19 en 26 september)

09:30 tot 11:00 uur : Taalcafé (Bibliotheek Renswoude)

Vervoer nodig voor een bezoek aan een SWO-activiteit? Dien uw aanvraag minimaal 24 uur van tevoren in, door te bellen op maandag tot zaterdag tussen 9:00 en 19:00 uur. Scherpenzeel: Atie Jochemsen, tel. 06 11 20 27 85, of Jan Cozijnsen, tel. 06 14 02 00 53. Renswoude: Hans Oosterink, tel. 06 28 20 14 80. Kosten binnen de bebouwde kom bedragen €2,- per rit, buiten de bebouwde kom €0,40 per km. Gepast betalen. Voorwaarde voor deelname is dat u zelfstandig in en uit de auto kunt stappen.



AGENDA

TWEEWEKELIJKS

MAANDAG 8 en 22 september

09:15 tot 11:30 uur : Bowlen (Schimmel, Woudenberg)

DINSDAG 9 en 23 september

10:00 tot 11:30 uur : Digicafé Renswoude (Bibliotheek Renswoude)

WOENSDAG 3 en 17 september

13:45 tot 16:00 uur : Sjoelen (De Achthoek)

DONDERDAG 4 en 18 september

10:00 tot 11:30 uur : Digicafé Scherpenzeel (De Breehoek)

DONDERDAG 11 en 25 september

14:00 tot 16:00 uur : Samen Creatief (De Achthoek)

MAANDELIJKS

VRIJDAG 5 september

hele dag : Rijbewijskeuring - op afspraak (Huis in de Wei)

VRIJDAG 5 september

14:00 tot 16:00 uur : Repaircafé (De Breehoek)

DINSDAG 9 september

12:00 tot 13:00 uur : Samen soepen Renswoude (Het Trefpunt)

WOENSDAG 10 september

18:45 tot 21:00 uur : Creatieve workshop Macramé (Bibliotheek Renswoude)

WOENSDAG 17 september

12:00 tot 13:00 uur : Samen soepen Scherpenzeel (De Breehoek)

DONDERDAG 18 september

17:15 uur : Samen eten Renswoude (De Hokhorst)

MAANDAG 22 september

15:00 tot 16:30 uur : Studiekring; inleiding door Donald Pentum (De Breehoek)

WOENSDAG 24 september

19:00 tot 21:00 uur : Bingoavond (Bibliotheek Renswoude)

VRIJDAG 26 september

17:00 uur : Samen eten Scherpenzeel (De Breehoek)

EENMALIG IN SEPTEMBER

DINSDAG 2 september

10:00 tot 12:00 uur : Cultuurkring: lezing Jane Austen (De Hokhorst)

DONDERDAG 4 september

17:00 uur : Samen gezellig (De Dennen, Renswoude)

DONDERDAG 11 september

hele dag : Fietsclub Samen op stap (dagtocht)

DINSDAG 16 september

vertrek om 10:00 uur : Dagtocht Samen om Scherpenzeel (De Achthoek)

DINSDAG 30 september

12:00 tot 14:00 uur : Lunch in het kader van Nationale Ouderendag (De Hof, Renswoude)

De volgende activiteiten vinden in **september** plaats. Ook als u niet eerder hebt deelgenomen, bent u van harte welkom. Wilt u vooraf meer informatie? Kijk dan op onze [website](#).



SAMEN GEZELLIG

-  donderdag **4 september**
-  17:00 uur
-  Restaurant De Dennen (Renswoude)
-  €25,- incl. 1 consumptie (aanmelden via telnr. 06 52 31 39 96)



BOWLEN

Om de week, op maandagochtend, kunt u bowlen in Partycentrum Schimmel te Woudenberg. **8 september** om 09:30 uur start het nieuwe seizoen. Kosten: €60,- per seizoen. Nieuwe leden zijn welkom. Bel voor informatie naar Gijsje Lokhorst, 033 277 13 78.



CREATIEVE WORKSHOP: MACRAMÉ

10 september vanaf 18:45 uur is de workshop *Macramé: een plantenhanger knopen* (in de bibliotheek van R'woude). Aanmelden in de bieeb of via e-mail: creativeworkshopsrenswoude@gmail.com. De kosten bedragen €7,50 plus €1,- voor koffie of thee.



SAMEN ETEN

Ontmoeting, gezelligheid én lekker eten. R'woude: **18 sept**, 17:15 uur (De Hokhorst), €15 p.p. excl. drankjes. Opgeven: 06 52 31 39 96 (Jannie Nieboer). S'zeel: **26 sept**, 17:00 uur (De Breehoek), €15 p.p. incl. 1 drankje. Aanmelden: 06 20 24 42 29 (Ally Mosterd).



LUNCH IN HET KADER VAN OUDERENDAG

-  Dinsdag **30 september**
-  12:00 tot 14:00 uur
-  Restaurant De Hof, Arnhemseweg 3 te Renswoude
-  Eigen bijdrage: € 15,- p.p. *lees op de volgende pagina verder ->*



LUNCH OUDERENDAG

Verbinding, ontmoeting en gezelligheid

In het kader van Nationale Ouderendag nodigen wij u van harte uit voor een gezellige en lekkere lunch op dinsdag **30 september**, van 12:00 tot 14:00 uur, georganiseerd door SWO-SR in samenwerking met Restaurant De Hof (Renswoude). Deze lunch is een mooie gelegenheid om oude bekenden weer eens te spreken, nieuwe contacten te leggen en samen te genieten van heerlijk eten in een sfeervolle omgeving. Of u nu komt om bij te praten, herinneringen op te halen of gewoon om even lekker te ontspannen: u bent van harte welkom! De eigen bijdrage voor deze lunch is €15,- p.p. Opgeven (met eventuele dieetwensen) kan door vóór 20 september een e-mail te sturen naar Gerdy van Zanten, gerdy0309@gmail.com of te bellen naar Henk Rijnders, 06 51 21 17 89.

Wij kijken naar uw komst uit!

**WIJ DOEN MEE
AAN RABO CLUBSUPPORT!**

Stem op SWO-SR!

Stemmen kan van **1 tot 23 september**

Kijk in de Rabo App of op rabobank.nl/clubsupport



RABO CLUBSUPPORT

Tijdens Rabo ClubSupport kunnen leden van de Rabobank hun stem uitbrengen op de vereniging(en) of stichting(en) die zij een warm hart toedragen. Deze stemmen zijn geld waard. Van **1 tot 23 september** kunt u via de Rabo App of door in te loggen op de website van de Rabobank uw stem uitbrengen op uw favoriete club of vereniging. Ook dit jaar kunt u stemmen op SWO-SR. Wij willen met Rabo ClubSupport investeren in laptops voor de vrijwilligers van de Formulierenbrigade. Deze brigade helpt onder andere bij het invullen van allerlei formulieren (inkomsten-belasting, toeslagen, enz.) en bij het ordenen de administratie. Voor deze dienstverlening maken de vrijwilligers gebruik van laptops. De huidige laptops zijn al heel wat jaren in gebruik en aan vervanging toe. Vandaar dat dit doel is gekozen voor deze actie. Brengt u ook uw stem uit op SWO-SR? Van harte aanbevolen!



LEZING LEVEN EN WERK VAN JANE AUSTEN

Op dinsdag **2 september** verzorgt José Roeken van [Austen Tales](#) een lezing over de beroemde Engelse schrijfster Jane Austen. De lezing, die zal gaan over Austens leven en romans, wordt georganiseerd door de [Cultuurkring](#) en vindt plaats in De Hokhorst. Aan de hand van fragmenten uit films en tv-series die van Austens romans zijn gemaakt, neemt Roeken belangstellenden mee terug naar het Engeland van 1800. Dat wordt genieten van luisterrijke landhuizen, typisch Engelse country villages en weelderige Regency kostuums!

In 2025 is het 250 jaar geleden dat de Engelse schrijfster Jane Austen (1775-1817) werd geboren in Steventon, een dorpje in het zuiden van Engeland. Hoe komt het dat haar romans wereldwijd nog volop worden gelezen? En waarom worden er nog steeds tv- en filmadaptaties van bijvoorbeeld haar roman *Pride & Prejudice* (1813) gemaakt? José Roeken van Austen Tales legt uit waarom de thema's in Austens boeken anno 2025 nog even sprankelend en herkenbaar zijn. Jane Austen had een ongeëvenaard scherp oog voor het sociale gedrag van mensen en verwoordde dit op geniale, satirische wijze. En echt... uit de lezing zal blijken dat de menselijke aard sindsdien maar weinig is veranderd.

José Roeken is Austen kenner. Na een aantal cursussen te hebben gevolgd in Engeland verzorgt zij onder de naam 'Austen Tales' presentaties, voordrachten, literaire afternoon teas en cursussen over deze beroemde Engelse schrijfster. Daarnaast begeleidt ze samen met Ingrid Casteels van The British Experience Garden Tours reizen naar 'Jane Austen country'. Kijk voor alle activiteiten van Austen Tales op: www.austentales.nl

Introducés zijn van harte welkom!

Plaats : Sportcafé de Hokhorst in Renswoude
 Datum en tijd : dinsdag 2 september 2025, 10:00 uur
 Kosten : (niet-leden) €12,50 inclusief consumptie
 Opgave : bij Nelly Spanjersberg, tel. 06 20 00 17 77



José Roeken



AFSCHIED

De heer en mevrouw Van Amerongen nemen afscheid als vrijwilligers. Zij hebben sinds 2002 - heel wat jaren dus! - verschillende vrijwilligerstaken binnen de SWO opgepakt. Nu is het moment daar om meer rust te nemen. Als blijk van waardering en om onze dank voor al het werk dat is verzet te onderstrepen, heeft het echtpaar een mooie bos bloemen gekregen.

VRIJWILLIGERSVACATURES

Wat zou een organisatie als SWO zonder vrijwilligers moeten? Dankzij hun inzet is onder andere bezoekwerk mogelijk en kunnen wij diensten en activiteiten (blijven) aanbieden.

Wilt u ook vrijwilliger worden bij SWO? Bekijk onze actuele vacatures op onze website en/of stuur een e-mail naar info@swo-sr.nl.



WELKOM!

Bent u een gastvrouw/-heer in hart en nieren?

Wij zoeken voor de **woensdagochtend** voor onze *Meer bewegen voor ouderen*-groep een vrijwilliger die de deur opendoet, helpt met het klaarzetten van de stoelen, een kan koffie zet, iedereen van harte welkom heet, na afloop een kopje koffie meedrinkt, de deelnemers weer uitzwaait en de boel daarna aan kant maakt. Van 8:45 tot 10:15 uur bent u bezig en voldaan gaat u weer naar huis!

Meer bewegen voor ouderen vindt plaats in De Achthoek, aan de Molenweg 1 te Scherpenzeel.

Wilt u meer weten? Of een keer meekijken? Neem contact met ons op! U kunt een mail sturen naar: info@swo-sr.nl. Vermeld in uw bericht ook uw telefoonnummer, zodat wij u kunnen bellen.

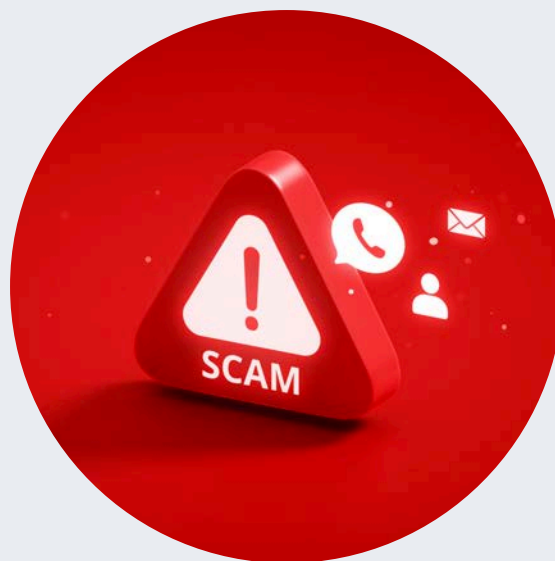


SAMEN OM SCHERPENZEEL

De laatste fietstocht van dit seizoen, de dagtocht, was gepland op dinsdag 9 september. Omdat dit in de week valt waarin ook de andere fietsclub (*Samen op stap*) de afsluitende dagtocht (11/09) fietst, hebben wij besloten onze fietstocht te verplaatsen naar dinsdag **16 september**. Vertrektijd is om 10:00 uur vanaf de kerk aan de Molenweg. In verband met de lunch dient eenieder die meegaat zich bij mij op te geven per e-mail of telefonisch: 06 21 87 08 76.

Na een half uurtje fietsen, gaan we koffiedrinken. De lunch zullen we gebruiken in Hoevelaken en via Achterveld/De Glind gaan we weer naar huis. De fietstocht zal ongeveer 32 kilometer zijn. Zoals gebruikelijk is de fietstocht voor rekening en risico van de deelnemer. Wij hopen elkaar te ontmoeten op 16 september. Tot dan!

Auke Miedema, ✉ awmiedema1@hetnet.nl



ONLINE OPLICHTING

Op **9 september** organiseert de gemeente Renswoude een informatieochtend over digitale veiligheid voor senioren, tijdens het DigiCafé (in de bibliotheek). Centraal staat de interactieve film *Echt of Nep?* waarin veelvoorkomende vormen van online oplichting aan bod komen, zoals WhatsApp-fraude, phishing en nepadvertenties. De film laat op indringende en toegankelijke wijze zien hoe oplichters te werk gaan. Bezoekers kiezen zelf hoe het verhaal zich ontwikkelt en krijgen inzicht in de gevolgen van digitale keuzes. De bijeenkomst is bedoeld voor inwoners vanaf 55 jaar die hun digitale weerbaarheid willen versterken. Naast de film is er ruimte voor gesprek, vragen en het delen van ervaringen. Ook worden praktische tips gedeeld om veilig online te blijven. Deelname is gratis. Koffie en thee staan klaar.

Datum: 9 september. Tijdstip: van 10:00 uur tot 11:30 uur. Locatie: Bibliotheek Renswoude.

VERKOOP HANDGEMAAKTE GESCHENKEN

Woensdag **24 september** organiseren wij een gezellige verkoop in de bibliotheek van Renswoude. Tijdens deze middag verkopen wij handgemaakte kleine geschenken die onder andere gemaakt zijn tijdens onze creatieve workshops van de afgelopen jaren. Tevens worden er brei- en haakwerkjes verkocht van het Handwerkatelier en de Welfare (Zoete inval).

De verkoop start om 15:00 uur en eindigt om 19:00 uur.

Wat kunt u verwachten? Te koop aangeboden worden: gebreide dekentjes, gehaakte en gebreide babyspullen, wenskaarten, cadeaudoosjes, beschilderde pollepels, sieraden, macramé, tashangers, bloemen van crêpepapier en nog veel meer leuke presentjes!

De opbrengst van de verkoop gebruiken wij om nieuw materiaal aan te schaffen voor toekomstige workshops. Zo kunnen we blijven creëren en inspireren.

Kom gezellig langs, laat u verrassen en steun onze creatieve activiteiten!





**NODIGT U
UW BUREN UIT
OP 25, 26 OF 27
SEPTEMBER?
WIJ ZORGEN
VOOR IETS LEKKERS
BIJ DE KOFFIE!**

BURENDAG 2025

DRINK GEZELLIG SAMEN MET UW BUREN EEN KOP KOFFIE!

De traktatie erbij ... die regelen wij!

Vraag uw tegoedbon voor maximaal vier gevulde koeken aan door vóór 22 september te mailen naar: trefpuntbalie@swo-sr.nl.
In de mail geeft u het aantal koeken door en de dag waarop u deze lekkere traktatie bij de Plus ophaalt (25, 26 of 27 september).

WIN EEN LUNCH

Maak van het gezellige koffiemoment een foto,
stuur deze naar trefpuntbalie@swo-sr.nl
en wie weet wint u een lekkere lunch bij De Kraai!
(De prijsuitreiking is tijdens de feestmiddag 'Renswoude voor elkaar')

VEILIG(ER) FIETSEN

Tips om niet te vallen:

1. Zet het zadel niet te hoog

Zelfs als u niet in beweging bent, is balans op de fiets belangrijk. Zet daarom uw zadel laag genoeg. Zo zorgt u ervoor dat u bij stilstand met beide voeten bij de grond kunt voor stabiliteit. Een kort zadel maakt op- en afstappen ook makkelijker. Er bestaan zelfs zadels met een steuntje in de rug. Kijk eens rond bij de fietsenmaker voor de mogelijkheden.

2. Lage instap

Heeft u moeite met opstappen? Dan kan een fiets met een lage instap een oplossing zijn.

3. Balans bij het wegfietsen

Combineer het opstappen liever niet met het wegfietsen, maar zorg ervoor dat u stabiel begint, met één been aan elke kant van de fiets. Het is prettig om uw versnelling en ondersteuning voor het wegfietsen in een lage stand te zetten. Zo kunt u makkelijk trappen en op gang komen en blijft u beter in balans.

4. Fietstassen

Tassen of jassen aan het stuur of in een mandje kunnen afleidend zijn en zorgen voor minder balans. Gebruik liever fietstassen of uw bagagedrager.

5. Stoepranden en fietspaaltjes

Ook tijdens het fietsen zijn er dingen die u kunt doen voor een goede balans. Scan tijdens het fietsen de weg voor u en probeer voldoende afstand van stoepranden en paaltjes te houden. Zo heeft u genoeg ruimte om uit te wijken zonder uit balans te raken en voorkomt u botsingen.



Tip van de maand:

'Antislippedalen voorkomen dat u van de trappers glijdt. Draag daarnaast altijd schoenen met stroeve of ruwe zolen en goed profiel.'

De volgende activiteiten vinden in **september** plaats in de bibliotheek te Scherpenzeel.
Kijk voor meer informatie en openingstijden op: www.bibliotheekscherpenzeel.nl.



OPENING INFORMATIEPUNT IDH

Nieuw in de bieb: het Informatiepunt SchuldHulpMaatje: voor gratis en betrouwbare hulp bij geldzorgen en schulden. **4 september** om 10:00 uur wordt het informatiepunt geopend. Daarna zijn er inloopsprekuren op dinsdag (oneven weken; 15:00-16:00 uur) en donderdag (even weken; 10:00-11:00 uur).



MAAK KENNIS MET DIGITALE ZORG

Vanaf **8 september** geven we elke week uitleg over een bepaalde vorm van digitale zorg (zoals het patiëntenportaal, website van apotheek of thuisarts, videoconsult) en oefenen we hiermee. De (gratis) lessen zijn van 10:00 tot 11:30 uur in de Bibliotheek. Vooraf aanmelden is verplicht en kan per les.



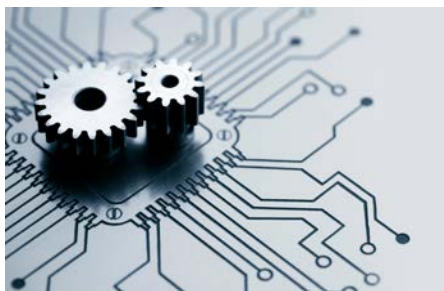
LEREN OMGAAN MET COMPUTER/TABLET

Speciaal voor beginners organiseert de Bibliotheek de gratis cursus Klik & Tik. Een laagdrempelige manier om te leren typen, e-mailen en internetten. De bijeenkomsten vinden plaats op dinsdagavond van 19:00 tot 20:00 uur en donderdagochtend van 10:00 tot 11:00 uur. Kom langs en doe mee!



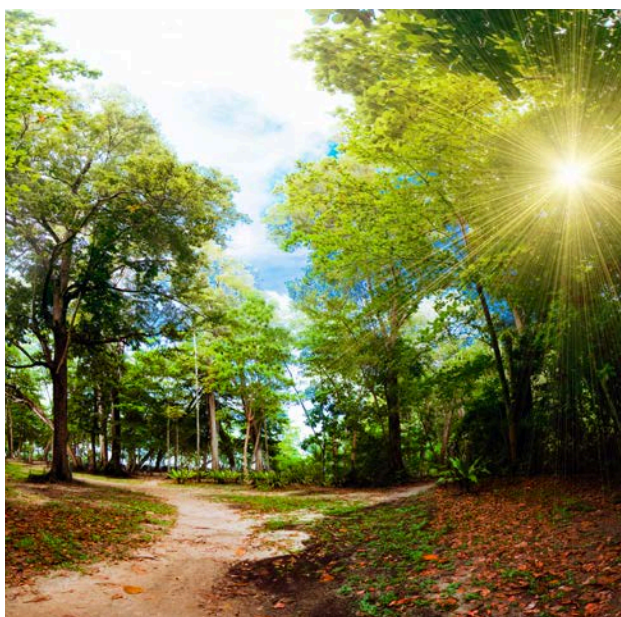
WEEK VAN LEZEN EN SCHRIJVEN

Van 8 tot en met 15 september is de Week van Lezen en Schrijven. Tijdens deze week wordt er extra aandacht gevraagd voor laaggeletterdheid. Na afloop van het Taalcafé op **12 september** is er een gezellige bijeenkomst met een hapje en een drankje. Van harte welkom om 10:30 uur!



DIGICAFÉ XL - TECHNOLOGIE

Tijdens deze inspirerende avond maakt u kennis met allerlei praktische toepassingen: van handige apps tot slimme hulpmiddelen voor in huis. Ontdek hoe technologie u kan helpen om het leven nét een beetje eenvoudiger en leuker te maken. Datum: dinsdag **16 september** van 19:30 tot 21:00 uur.



DE NATUUR IN SCHERPENZEEL

De Bibliotheek en de Vereniging Oud Scherpenzeel organiseren op **1 oktober** vanaf 19:30 uur een interessante bijeenkomst in De Breehoek (grote zaal) met verhalen van Scherpenzellers die op enigerlei wijze betrokken waren bij de natuur in Scherpenzeel. Aan de hand van interviews wordt de ontwikkeling van de natuur en het landschapsbeheer besproken. Tussen de interviews door zijn er korte fotopresentaties uit het archief van Oud Scherpenzeel.

Tijdens de avond komen aan het woord: Meta Daniëls en Willem Horst (bestuur/beheer Landgoed Scherpenzeel); Huub van der Erve (Volkstuinvereniging De Geerhof); Nico de Haan (vogelkenner); Gerrit van de Haar (Stichting Weidevogelbescherming De Kiewiet) en Martin Wolswinkel (Imkervereniging Vallei en Heuvelrug).

De entree is gratis. Van harte welkom!



VOORLEESLUNCH..

Met een verhaal van Nelleke Noordervliet

Vrijdag **3 oktober**, Nationale Ouderendag, vindt voor de 13e keer de Nationale Voorleeslunch plaats. Vanaf 11:30 uur bent u van harte welkom in het Grand Café van De Breehoek. Er staat dan een lekkere lunch klaar.

Tijdens de lunch leest Marjan Norel een verhaal voor dat speciaal hiervoor is geschreven door schrijfster Nelleke Noordervliet. Het verhaal nodigt uit om na het voorlezen met elkaar in gesprek te gaan.

Komt u ook gezellig lunchen en genieten van een mooi verhaal?

Aanmelden kan tot 26 september in de bieb, online of telefonisch: 033 277 31 07.

De kosten zijn € 8,50 per persoon.

Leer

Vraag

Ontmoet

Lees

Doe

Leer zelf digitaal je zorg regelen

Startdatum donderdag
2 oktober 2025
15.00 - 16.30 uur
de Bibliotheek Renswoude

Leer hoe je je zorgdossier gebruikt,
afspraken maakt en herhaalrecepten
aanvraagt. Gratis cursus met
wekelijkse bijeenkomsten in het najaar.

*Meld je aan via
digitaalmeedoen@bibliotheekzout.nl*

gemeente
Renswoude

bibliotheekzout.nl

de Bibliotheek

Z-O-U-T

www.swo-sr.nl | info@swo-sr.nl

Renswoude: Rianne van Ginkel 06 51 64 75 25 | Scherpenzeel: Wendy van de Visch 06 83 77 58 54



WORD VRIJWILLIGER BIJ VLUCHTELINGENWERK NL

VluchtelingenWerk Nederland (VWN), afdeling Veenendaal, heeft de volgende vrijwilligersvacatures:

- *Maatschappelijk begeleider*: mensen helpen met praktische zaken zoals het verkennen van de buurt en uitleg over ons schoolsysteem en/of met administratieve zaken en financiën.
- *Juridisch begeleider*: mensen bijstaan bij het verlengen van hun verblijfsvergunning of bij de aanvraag van de gezinshereniging
- *Tolk* (Arabisch, Tigrinya, Turks, Farsi, Dari, etc.): telefonisch of op locatie van VWN tolken.
- *Administratief*: VluchtelingenWerk en de cliënten ondersteunen door te werken aan een overzichtelijke en duidelijke administratie van allerlei processen rondom huisvesting en begeleiding.
- *Receptie*: gastvrouw/-heer zijn op onze locatie in Veenendaal.
- *Excursies begeleiden*: in het kader van inburgering gaan cliënten op excursie; we zijn altijd op zoek naar mensen die hierbij willen helpen.

Waar: Ons kantoor zit in Veenendaal en vanuit daar bedienen we ook de gemeenten Scherpenzeel en Renswoude. Maar onze vrijwilligers gaan vaak ook bij cliënten op huisbezoek of maken afspraken bij de bibliotheek.

Wanneer: U bent minstens een dagdeel per week beschikbaar. Afhankelijk van de functie kunt u zelf uw tijd indelen.

Wat biedt VWN? Een uitgebreid introductieprogramma en professionele begeleiding, de mogelijkheid om allerlei trainingen te volgen en deel te nemen aan activiteiten om andere vrijwilligers te ontmoeten en ervaringen/kennis uit te wisselen. U krijgt veel ruimte om de eigen werkzaamheden op uw manier in te richten. U ontvangt een onkostenvergoeding.

Spreekt één van de taakomschrijvingen u aan? Aanmelden kan door een e-mail te sturen naar veenendaal@vluchtelingenwerk.nl of kijk op onze website voor meer informatie: [Word vrijwilliger bij VluchtelingenWerk Nederland](#).

HANDVATTEN OM GENIETEN TOT KUNST TE VERHEFFEN

De training *Voluit Leven* is een combinatie van mindfulness en ACT (Acceptance and Commitment Therapy), een vorm van gedragstherapie. U leert zich te richten op wat u wel kunt beïnvloeden en te accepteren dat emoties en gedachten soms lastig en/of pijnlijk zijn. Soms gaan mensen hun gevoelens uit de weg bijvoorbeeld door dingen uit te stellen, zich terug te trekken, afleiding te zoeken of hard te gaan werken. Vermijden, zelfkritiek of verzetten slokt veel energie op en geeft meer problemen. Mindfulness is je aandacht richten op het hier en nu. Hierdoor leert u te ervaren wat er is en gedachten en gevoelens toe te laten. Dat geeft ruimte om op zoek te gaan naar wat u echt waardevol vindt in uw leven.

Voor wie

U kunt zich voor de training opgeven als u een of meer van de volgende signalen bij uzelf herkent: gespannenheid, angst, somberheid, vermoeidheid, pijn, verslavingsgedrag, een gevoel van leegte, zelfkritiek. De training is bedoeld voor mensen die willen leren om te aanvaarden, kiezen en actie te ondernemen. Inwoners uit de gemeenten Ede, Renswoude, Barneveld, Rhenen, Scherpenzeel, Veenendaal en Wageningen zijn van harte welkom.

Inhoud

Deze training leert u: hoe u uw waarden als kompas in uw leven kunt gebruiken; wat psychisch leed veroorzaakt; milder te worden naar uzelf en anderen; meer opmerkzaam te zijn en met aandacht te leven en in het hier en nu te zijn. Deze training is geen therapie.

Praktische informatie

De cursus bestaat uit 7 bijeenkomsten van 2 uur. Cursusdata zijn: vrijdag 10 en 17 oktober, 14, 21 en 28 november en 5 en 12 december 2025 van 14:00 tot 16:00 uur.

Locatie

Buurthuis de Meerpaal, Industrielaan 1, 6717 EL Ede

Kosten

€ 25,50 eigen aanschaf cursusboek (Boom Hulpboek - Voluit leven).

Informatie/aanmelden

U kunt zich aanmelden via www.propersona.nl/preventie.

RABO CLUBSUPPORT

Rabobank gelooft in de kracht van clubs, stichtingen en verenigingen. Ze maken de leden, buurt en de lokale samenleving sterker. Tijdens Rabo ClubSupport kunnen leden van de Rabobank hun stem uitbrengen op de vereniging(en) of stichting(en) die zij een warm hart toedragen. Deze stemmen zijn geld waard. Hoe meer stemmen op een vereniging of stichting worden uitgebracht, des te meer geld deze vereniging of stichting ontvangt.

SWO DOET MEE. U OOK?

WIJ DOEN MEE AAN RABO CLUBSUPPORT!

Stemt u ook op SWO-SR?

Stemmen kan van **1 tot 23 september**

Kijk in de Rabo App of op [rabobank.nl/clubsupport](https://www.rabobank.nl/clubsupport)



Rabobank