



MEE(R)doen in Wijchen

MEE Gelderse Poort en MeerVoormekaar helpen je op weg met behulp van bruggenbouwers en netwerkcoaches

De meeste mensen willen gewoon meedoen net als iedereen. Bijvoorbeeld door een cursus te volgen, op bezoek te gaan bij iemand of te sporten. Soms is het lastig om dit zelf voor elkaar te krijgen, omdat je bijvoorbeeld een beperking of ziekte hebt of dit gewoon lastig vindt. Het kan ook zijn dat je zo druk bent met de zorg voor een ander dat je merkt dat je steeds minder mensen om je heen hebt, terwijl je het wel fijn zou vinden om contact te hebben.

MEE Gelderse Poort en MeerVoormekaar werken met vrijwillige bruggenbouwers en netwerkcoaches die je hierbij op weg kunnen helpen. De bruggenbouwers zijn studenten van de Hogeschool en de netwerkcoaches zijn vrijwilligers die de buurt, of het dorp goed kennen. Jullie kijken samen naar wat je anders zou willen. Met jou maken zij een plan en krijg je ondersteuning om dit plan uit te voeren.

Jullie werken in 3-6 maanden aan:

1. het leren kennen van nieuwe mensen (door bijvoorbeeld samen te gaan kijken in het wijkcentrum of te gaan sporten)
2. het verbeteren van het contact met mensen die je al kent (door bijvoorbeeld samen aan andere mensen uit te leggen wat je wel en niet kunt)
3. het leren van nieuwe dingen die het makkelijker maken om mee te doen (bijvoorbeeld het leren omgaan met de computer of leren hoe je afspraken maakt met anderen)

DENK JE DAT EEN BRUGGENBOUWER OF NETWERKCOACH IETS VOOR JE KAN BETEKENEN?

Vul dan het aanvraagformulier in en mail dit naar één van de contactpersonen:

Maartje Bugter: m.bugter@meervoormekaar.nl 024-6418459

Michelle Coenen: m.coenen@meegeldersepoort.nl / 06-10010227

- “Doordat mijn man een hersenbloeding heeft gehad is hij hulpbehoevend geworden. Hierdoor kwamen we steeds minder onder de mensen. Samen met mijn netwerkcoach bedachten we dat het goed was om met de kinderen om de tafel te gaan zitten en te kijken wat zij voor ons kunnen betekenen. Nu neemt onze zoon mijn man iedere week mee naar het Huis van de buurt om daar met anderen een kaartje te leggen. Ik ga naar de handwerkclub waar ik met andere vrouwen lekker voor mijzelf bezig ben. Met één van de vrouwen ga ik nu ook iedere donderdag even naar de markt.”
- Sanne, een meisje van 9 jaar, heeft weinig contact met kinderen uit haar buurt. Omdat zij naar een andere school gaat dan de meeste kinderen uit haar wijk is het lastiger om vriendinnetjes te maken. Samen met de bruggenbouwer is ze buiten gaan spelen en heeft zo contact gelegd met andere kinderen uit de buurt. Verder heeft Sanne een dansclubje gevonden waar ze samen een paar keer hebben meegedaan. Sanne danst nu wekelijks zelf bij het clubje.
- Karel, een man van 34 jaar wilde graag wandelen, maar durfde door zijn slechtziendheid moeilijk zelf de deur uit. Samen met de bruggenbouwer is Karel de buurt gaan verkennen en is hij op zoek gegaan naar een wandelmaatje. Karel durft nu zelf makkelijker de deur uit nu hij een paar vaste routes kent. Ook heeft Karel een wandelmaatje gevonden met wie hij elke week een ommetje maakt.