



AlmerePlus nieuwsbrief
oktober 2020

1. [Voorwoord](#)
2. [Ouderenwerk on tour](#)
3. [GrandCafé Wijs is op zoek naar jou!](#)
4. [Markante Medeburger Regina van Oorschot](#)
5. [Onze Volkstuinen](#)
6. [Wegwijs in Almere](#)
7. [Groentesoep Challenge](#)
8. [Stichting Almeerse Senioren Theatergroep](#)
9. [Wist je dat...](#)



1. Voorwoord



Corona heeft alles veranderd. Na verdriet en economisch leed, is er een miljardenfeest in politiek Den Haag. Door corona hebben we ook onze eetgewoonten aangepast hoorden we in de kas 'Onze Volkstuinen'.

De kinderen in het Flevoziekenhuis moeten het helaas nog even doen zonder 'knuffelkerstvrouw' (onze Markante Medeburger deze maand).

Neem alvast een kijkje op de nieuwe Esplanade en bedenk dat dit best wat groener en wilder kan... in Almere.

2. Ouderenwerk on tour



Ouderenwerk on tour

Vorig jaar oktober vond de druk bezochte AlmerePlusBeurs plaats. Gezien de huidige omstandigheden kan de beurs dit jaar helaas niet doorgaan. Daarom zoeken de ouderenwerkers van De Schoor Almeerse senioren op in de wijken.

Rond de *Week tegen Eenzaamheid* toeren de ouderenwerkers door Almere om informatie en advies te geven over eenzaamheid, activiteiten, sociale contacten, vrijwilligerswerk, wonen, sport & bewegen en nog veel meer. Voor vragen, informatie of een luisterend oor. De data en locaties zijn als volgt:

Haven: Vrijdag 2 oktober 10.00-12.00 uur: Meerstraat Almere Haven Centrum
 Dinsdag 6 oktober 14.00-16.00 uur: buurtcentrum Meenten en Grienden
 Buiten: Donderdag 8 oktober 10.00-12.00 uur: markt Almere Buiten Centrum
 Donderdag 8 oktober 13.30-15.30: AH Indische Buurt
 Stad-Oost: Vrijdag 2 oktober 10.00-12.00 uur: Filmwijkcentrum
 Woensdag 7 oktober 10.00-12.00 uur: Botplein Waterwijk
 Stad-West: Dinsdag 29 september 10.00-12.00 uur: buurtcentrum Het Boegbeeld
 Woensdag 30 september 10.00-12.00 uur: buurtcentrum De Inloop

Kom gezellig langs. De koffie staat klaar.



Almere Haven
Soraya Koning
06-42741970



Almere Stad-Oost
Nancy Peper-Kasan
06-28351311



Gedachtenkamer
Grandcafe Wijs
Christa van Doorn
06-39839254



Almere Stad-West
Mariette Alberda
06-52420105



Almere Buiten
Claudia Severs
06-28533629



3. GrandCafé Wijs is op zoek naar jou!



GrandCafé Wijs gaat ook in de coronatijd door. Natuurlijk wel aangepast, we houden ons aan de RIVM-regels. We zitten nu op 1,5 m afstand met elkaar aan tafel en dat is best wennen. Maar dat lossen we altijd op. We hebben een gezellige groep senioren die het leuk vindt als je er ook bij komt. GrandCafé Wijs is er voor iedereen vanaf 70 jaar.

Wil je graag andere mensen ontmoeten en samen een broodje eten en koffie drinken? Dan is GrandCafé Wijs iets voor jou! In overleg met de deelnemers willen we ook weer activiteiten met elkaar gaan ondernemen, waar muziek, kunst, sport & spel, literatuur en sociale media aan bod komen.

Wanneer: dinsdag van 11.00-13.00 uur en donderdag van 11.00-13.00 uur

Waar: Greenstory, Kerkgracht 41 Almere-Haven
 Eigen bijdrage: € 4,50- per keer (inclusief lunch en koffie/thee).

Ben je 70 plus? Spreken de activiteiten je aan? Neem dan contact op met: Soraya Koning & Christa van Doorn: tel 036-5278500 of via de e-mail: grandcafewijs@deschoor.nl



4. Markante Medeburger Regina van Oorschot



Het is te hopen dat het COVID-19 virus aan het eind van het jaar verdwenen is, want dan kunnen de kinderen in het Flevoziekenhuis weer bezoek krijgen van de "Knuffelkerstvrouw". Deze dame is slechts een van de veertien creaties van Vrouwe Regina, te zien tijdens evenementen en op diverse locaties.



Regina van Oorschot kwam, zoals zoveel gezinnen met kleine kinderen, vanuit Amsterdam naar Almere. Een eengezinswoning op de begane grond met een tuin was de wens en in plaats van naar Hoorn of Purmerend te gaan koos het gezin voor Waterwijk in Almere.

In buurtcentrum De Draaikolk kon Regina haar energie kwijt. Met de eerste opbouwwerker van Almere richtte zij het toen nog kale gebouw in. Ze startte handarbeidgroepen waar jonge moeders enthousiast allerlei technieken leerden terwijl hun kroost daar werd opgevangen. Naarmate Almere groeide namen de activiteiten van Regina toe. Ze was en is actief in veel verschillende organisaties.

Tot aan de afschaffing van de Gemeentelijke bijdrage werd de Afrikadag op De Kemphaan door haar medegeorganiseerd om de Stedenband met Kumasi in Ghana te versterken. Ze zorgde indertijd voor een herstart van Amnesty International in Almere. Haar mooiste herinnering is echter de oprichting van

de supportersvereniging van Omniworld Basketbal waar ze vanaf het begin tot het einde jarenlang veel energie in heeft gestoken.

Onder de naam "Hoe smaakt Almere?" wandelt stadsgids Almere Buiten Regina iedere 14 dagen op vrijdagochtend door het centrum van Almere Buiten. Tijdens die wandelingen in kleine groepjes worden de ondernemers in het centrum bezocht voor kleine proeverijen. Een andere wandeling voert langs de verschillende Gebedshuizen aan de Evenaar. Overall wordt de groep binnen ontvangen om rond te kijken. Een andere wandeling gaat naar het, door Regina geadopteerde, kunstwerk het "poëtisch arboretum" met negen verschillende gedichtenplaten. Onderweg kunnen de wandelaars nog naar gedichten luisteren.

Via haar Bureau Omphales is Regina te boeken voor allerlei evenementen, wel of niet in een van haar creaties. Ze bruist nog steeds van energie en houdt van Almere. Eigenlijk heeft ze met Almere een haat/liefde verhouding. Haat is een te groot woord voor de teleurstelling om de energie die ze heeft gestoken in projecten die niet doorgingen. Liefde omdat er in Almere nog steeds heel veel mogelijk is, "het kan in Almere", maar daarvoor moet je soms wel de strijd aangaan. Toen er sprake was van een Floriade is ze de Floriade in Venlo gaan bezoeken en constateerde toen dat Almere dat beter zou kunnen. Na de vele wisselingen in de betrokken organisaties veranderde haar mening en was ze geen voorstander meer. Maar sinds het "point of no return" gepasseerd is, hoopt ze dat veel Almeerders net als zij de Floriade positief zullen benaderen. Natuurlijk heeft ze het boottochtje naar het Floriadeterrein al gemaakt.



5. Onze Volkstuinen



Wist je dat sopropo goed is tegen diabetes-2? Vast niet, weinig mensen kennen sopropo, laat staan de heilzame werking ervan. Het goede nieuws: deze Surinaamse groente is volop verkrijgbaar in de kas 'Onze Volkstuinen Almere', evenals trouwens vele andere groentensoorten, zowel Hollandse als Surinaamse. Schuin tegenover Tuincentrum 'Almeerplant', aan de rechterkant van de Hugo de Vriesweg staat die enorme kas van 16.000 vierkante meter, waarin 400 Almeerders tuinieren en fruit en groente verbouwen dat het een lieve lust is.

"Onze Volkstuinen Almere" lijkt ook wel een beetje op een luthof. De temperatuur is altijd aangenaam, ook in de winter.

Nu, september/oktober, is het toptijd, want er wordt druk geoogst. De opbrengst is meestal te groot om

zelf te consumeren of uit te delen. Veel groente wordt gewoon verkocht. "Moet ook wel," zegt kweker Dennis, "want als je alle investeringen bij elkaar optelt, plus de huur van een flinke lap grond, dan kom je elk jaar tot een aardig bedrag". Zijn klanten klagen niet. Ze staan in de rij voor zijn keurig verzorgde groentetuin. Er is keus genoeg, de producten zijn betaalbaar en 100% biologisch bovendien.



Dat is dan ook de eis van kasbeheerder Ron van Zwet. Geen kunstmatige bestrijdingsmiddelen! De bladluis laat je opvreten door lieveheerbeestjes, vogeltjes doen zich tegoed aan de rupsen en compost-verbranding houdt de kas in de winter op temperatuur. "Niemand komt hier om een eigen bedrijfje te gaan runnen," zegt Ron, "dat is geen doel op zich."

In 2012 begon hij met de kas. Zijn rozenkwekerij ging ten onder aan de financiële crisis. 'Onze Volkstuinen' bleek een gouden greep. De kleinste perceeltjes van twaalf vierkante meter kosten € 25,- per maand.



"70% van de huurders is Surinaams," vertelt hij, "allemaal Almeerders". Iedereen leert van elkaar. Ron zelf is inmiddels ook deskundige op het gebied van Surinaamse land en tuinbouwproducten. Zijn winkel bij de ingang van de kas ligt er vol mee. Natuurlijk ontbreekt de sopropo hier niet. In het voorjaar verkoopt hij ook jonge groenteplantjes, om thuis verder te kweken. Daarnaast organiseert hij workshops voor het bewust omgaan met bodem en planten. "Onder andere door corona is de animo om biologisch te planten en te eten enorm gegroeid," zegt hij "Op dit moment is er een wachtlijst. Maar we gaan uitbreiden."

Waar: Hugo de Vriesweg 10, Almere Buiten
Open: elke werkdag van 09.00 tot 16.00 uur
Contact: 036-5325099, 06 - 51526586
Website: www.onzevolkstuinten.nl

6. Wegwijs in Almere



Wegwijs in Almere is al een bekend begrip in Almere. Het huisbezoek van Wegwijs in Almere is geen doel maar een middel om het gesprek aan te gaan met senioren, met als insteek: "Hoe gaat het met u?"

Ook tijdens corona zijn wij doorgegaan met Wegwijs. Natuurlijk wel aangepast.

Telefonisch en via tuin- of huisbezoeken hebben de vrijwilligers toch de senioren kunnen informeren. Juist nu in deze tijd is het erg fijn om een luisterend oor te kunnen bieden. De telefoontjes en de tuin-of huisbezoeken worden dan ook erg gewaardeerd.

Het informatiepakket van Wegwijs (een sociale kaart voor senioren) is per september helemaal bijgewerkt. Daarin staan de adressen en telefoonnummers van verschillende organisaties en instanties in Almere die kunnen helpen bij vragen over bijvoorbeeld wonen, zorg, welzijn en financiën. Het informatiepakket wordt uitgedeeld bij een afspraak met een vrijwilliger van Wegwijs. Het kan ook worden gedownload via de website van De Schoor. Kijk op www.deschoor.nl onder senioren - wegwijs in Almere of klik op [deze link](#).

Begin oktober, bij voldoende aanmeldingen, start de Wegwijs training voor nieuwe vrijwilligers van Wegwijs. Lijkt het je leuk om senioren wegwijs te maken? We hebben nog plek beschikbaar! Meld je snel aan!

Graag komen wij ook in contact met senioren die verder wegwijs gemaakt willen worden in Almere. Informatie en aanmelding: Soraya Koning (coördinator Wegwijs), 06-42741970.
E-mail: skoning@deschoor.nl

7. Groentesoep Challenge



Stichting Art Culture komt dit jaar op zaterdag 3 oktober met 'Groentesoep in Buiten'. Van 10.00 – 17.00 uur zijn op de tien terrassen in het centrum van Almere Buiten afwisselend singer-songwriters, goochelaars, een stand up comedian, gitaarspel en rap te bewonderen. Ook zijn er bij ieder terras demonstraties van (moderne) ambachten. Daarnaast zijn er twee binnenlocaties met poppenkast, waar de winnaar van de Groentesoep Challenge zijn of haar kookkunsten vertoont.

Wil je meedoen aan de Groentesoep Challenge, dan moet je op zaterdag 26 september tussen 14.00-17.00 uur je lievelingssoep meenemen naar Hazel's Kitchen in Het Buitenhuis. Bijvoorbeeld een veganistische variant van oma's groentesoep of een Italiaanse groentesoep. Na een real live smaaktest wordt een winnaar gekozen, die vervolgens op de 'Groentesoep in Buiten' dag op zaterdag 3 oktober samen met chef-kok Raymond op een podium de winnende soep klaarmaakt. Het recept van die soep komt op de menukaart te staan.

In verband met de coronamaatregelen mogen niet meer dan 250 personen per terras aanwezig zijn en iedereen houdt 1,5 meter afstand. Bij de binnenlocaties is registratie verplicht.



De Groentesoep Challenge is gezamenlijk ontwikkeld door Stichting Art Culture, Growing Green Cities, Floriade Expo 2022 en de Gemeente Almere en wordt ondersteund door Hazel's Kitchen.

Waar: Het Buitenhuis Baltimoreplein 106.
Voor meer informatie kun je contact opnemen met Muriël van der Wal, Stichting Art Culture 06-45854422.

8. Stichting Almeerse Senioren Theatergroep



Stichting AST organiseert een spelletjesmiddag op zondagmiddag 18 oktober a.s. van 15.00 uur tot 17.00 uur.

Er zijn diverse spelletjes: Rummikub, Scrabble, Yahtzee, Mens Erger Je Niet of Sjoelen. Deelnemers kunnen zelf aangeven wat ze die middag willen spelen. Dat gebeurt in competitieverband, want er zijn een paar leuke prijsjes beschikbaar!

De middag vindt plaats bij eetcafé Den Enghel, Zadelmakerstraat 57/hoek Brouwersstraat in Almere-Stad.

Eigen bijdrage: € 5,00 per persoon inclusief een kleine snack. Overige consumpties zijn voor eigen rekening. Aanmelding en betaling aan de St. Almeerse Senioren Theatergroep dient vooraf te geschieden.

Waar: Eetcafé Den Enghel, a/d Zadelmakerstraat 57/hoek Brouwersstraat
Wanneer: Zondagmiddag 18 oktober van 15.00 uur tot 17.00 uur

SAST organiseert van oktober t/m december 2020 weer groepsuitjes naar diverse voorstellingen in de Kunstlinie Almere Flevoland!

Nieuwsgierig?

Voor meer informatie over de activiteiten van Stichting Almeerse Senioren Theatergroep en aanmelding

voor o.a. de spelletjesmiddag kun je contact opnemen met Mariejan Vermeulen, e-mail verm6939@planet.nl, tel. 06-44422307



9. Wist je dat...



...er een speciale *Klup* is voor ouderen, bedoeld om actieve 50+ers online met elkaar te verbinden en offline er samen op uit te gaan? Het netwerk heeft al 60.000 gebruikers met wekelijks rond de 200 activiteiten. Ook tijdens corona, bijvoorbeeld een 'huiskamer sing-a-long' of een virtueel museumbezoek met een groep. Kijk op: <https://kluppen.nl/>

...al enkele jaren door enthousiaste vrijwilligers in de Faunabuurt twee middagen in de week computercursussen worden gegeven in Buurtcentrum Het Forum? Het gaat om basiskennis: internetten, mailen, foto's op de computer zetten, Google, etc... Het eerstvolgende cursusblok start op maandag 19 oktober. Informatie of aanmelding kan via Anita op 06-26604804 of Didi van het wijkteam op 06-36346427. Mailen kan ook: a.altorf6@gmail.com. Kosten: € 1,- per les.

...de komende maand weer zes fantastische concerten zijn in De Goede Rede, op 1, 3, 7, 16, 23 en 31 oktober, van kamermuziek tot pianorecital. Kijk op www.goedereconcerten.nl of bel 06-80140467

© 2020

Deze digitale nieuwsbrief is een uitgave van De Schoor.

Wie geen prijs stelt op de ontvangst van deze nieuwsbrief kan zich hier [afmelden](#).

Voor meer informatie, mail naar: pr@deschoor.nl

