



Kijkker

eenvoudig
en duidelijk
lente 2018

Sportclub Dennendal

Graag gedaan!

Inhoud

KijKer lente 2018

3 Politiek café

Iedereen van 18 jaar en ouder mag stemmen. Maar niet iedereen stemt ook zelf. In Woerden was er een politiek café. Daar kreeg je duidelijke uitleg.

5 Privacy begint bij jezelf

Er komt een nieuwe wet op de privacy. Daarin staat wat Reinaerde mag doen met jouw gegevens. We gaan zorgvuldig met je gegevens om. Jouw privacy is belangrijk.

6 Kunnen wij helpen?

Hoe kun je iets betekenen voor de buurt? Dat vroegen cliënten van De Weteringhoek in Houten zich af. Samen met de Albert Heijn bedachten ze een plan. Ze doen boodschappen voor buurtbewoners.

8 Platte molshopen

Dieren voeren en molshopen plat slaan. Op de kinderboerderij in Odijk is altijd werk genoeg. Ze zijn daarom heel blij met de mensen van Het Burgje. Die werken daar elke vrijdag keihard.



Je vindt het filmpje op Reinaerdevideo, ons YouTubekanaal



Meeste stemmen gelden

Iedereen die ouder is dan 18 jaar mag stemmen.

Je stemt op een politieke partij van jouw keuze. Je kiest ook zelf op welke kandidaat je stemt. Daar mag niemand je bij helpen.

Stemmen doe je helemaal zelf. Op 21 maart waren er gemeenteraadsverkiezingen.

Je kiest dan wie er in de gemeenteraad komt. De gemeenteraad beslist wat er in jouw stad of dorp gebeurt. Bijvoorbeeld hoeveel huizen er gebouwd worden. En waar nieuwe fietspaden komen. De meeste stemmen gelden. Jouw stem is dus ook belangrijk.

Zelf kunnen kiezen



Marieke van Progressief Woerden geeft uitleg over stemmen.

Op 9 maart was er een politiek café in Woerden. Dat was speciaal voor mensen met een beperking. Je kon vragen stellen aan de burgemeester. Er waren ook gemeenteraadsleden. Zij vertelden wat gemeenteraadsverkiezingen zijn. Ze vertelden hoe je kunt stemmen. En op wie je kunt stemmen. Er was een stemhokje neergezet. Ook waren er lijsten met namen van kandidaten. Met een rood potlood kon je oefenen.

Duidelijk

In Woerden willen ze dat iedereen komt stemmen. Daarom geven ze uitleg in duidelijke taal.

Alle politieke partijen doen daar aan mee.

Sven Pluimers is van Progressief Woerden.

Hij komt op voor alle mensen met een beperking.

Sven zegt: "Ik wil dat mensen zelf kunnen kiezen en stemmen.

Ook mensen die hulp nodig hebben in het stemhokje."

Joanneke Achterhof woont op Reinaerde Singelhof.

Joanneke heeft al vaker gestemd.

Toch vindt ze het best lastig.

Ze heeft weleens om hulp gevraagd.

"Ze praten vaak heel moeilijk", zegt Joanneke.

Joanneke is blij met het politiek café.

"Hier leggen ze goed uit hoe stemmen gaat." ●

Goede uitleg

Niet iedereen gaat stemmen.

Politieke partijen gebruiken vaak moeilijke woorden.

En een stemhokje mag je alleen zelf in.

Niet iedereen begrijpt wat hij moet doen.

Goede uitleg kan daarbij helpen. ●



In een stemhokje kon je oefenen.

Digitale schilderijen



Ryan: "Ik ben nog steeds creatief"

Ryan Leetz zit trots in zijn rolstoel. Aan de muur hangt een foto van een korenveld.

Ryan heeft die foto met de computer bewerkt.

"Vroeger was ik leerling-schilder.

Door twee hersenbloedingen kwam ik in een rolstoel terecht.

Ik dacht dat ik niks meer kon.

En dat ik niet meer meedeed in de samenleving.

Maar bij het Digiteam leerde ik dat ik er wel toe doe.

Ik kan nog steeds mijn creativiteit gebruiken.

Nu maak ik digitale schilderijen."

Ryan zegt: "Staan kan ik niet.

Maar ik voel me niet meer nutteloos."

Kari: "Ik zie alleen de mensen"

"Ik werk altijd met muziek op", zegt Kari Terwijn.

"Dat geeft me een gevoel van vrijheid en rust."

Kari heeft borderline.

Ze was verslaafd aan alcohol en drugs.

Ook sneed ze zichzelf in haar armen.

Dat doet ze nu niet meer.

"Ik maak nu alleen nog mooie dingen", lacht ze.

Kari ontwerpt kaarten bij het Digiteam.

Ze vindt het een fijne plek.

"Hier kijken ze naar wat je wel kunt."

Zelf doet Kari dat ook.

"Ik zie alleen de mensen, niet hun rolstoelen."



Je vindt het filmpje op [Reinaerdevideo](#), ons [YouTube](#)kanaal



Goed met computers

Bij Het Baken in Woerden zijn digitale kunstwerken te zien.

Het zijn bewerkte foto's van landschappen.

De kunstwerken zijn gemaakt door mensen van Reinaerde Digiteam in Woerden.

Sommige mensen hebben niet-angeboren hersenletsel.

Andere mensen zijn psychisch kwetsbaar.

Maar ze kunnen allemaal goed met computers omgaan.

Hun kunstwerken kun je tot 4 juni bekijken.

Het Baken zit aan de Beneluxlaan 3 in Woerden.



Vincent: "Ik ontwikkel me hier"

Vroeger kon Vincent Groot goed tekenen.

Hij tekende vooral graag stripverhalen.

Door zijn spierziekte lukt dat niet meer.

Daar was hij een tijdje best verdrietig over.

Toen kwam hij bij het Digiteam terecht.

"Nu doe ik weer mee", zegt Vincent.

"Ik kan me verder ontwikkelen. Ik heb hier Photoshop en Indesign geleerd.

Daarmee kan ik foto's bewerken op de computer."

Vincent houdt van spookachtige effecten.

Dat zie je terug op zijn foto's.

"Iedereen die hier hangt heeft iets bijzonders gemaakt", vindt Vincent. ●

Nieuwe wet over privacy

Jij zet vast ook wel eens iets persoonlijks op internet. Zoals je naam, geboortedatum en adres.

Of je vindt een hokje aan. Het is soms fijn als niemand dat weet of ziet.

Op 25 mei komt er een nieuwe wet.

Deze wet heet de Algemene Verordening Privacygegevens (AVG).

De wet is bedoeld om jouw persoonlijke gegevens te beschermen.

Wat staat er in de AVG?

In de wet staat dat je jouw persoonlijke gegevens bij Reinaerde mag opvragen.

Deze gegevens mag je ook inzien.

Als het past bij je ondersteuning, mag je de gegevens laten wijzigen.

Reinaerde houdt zich aan de nieuwe wet.

De meeste dingen die in de wet staan, doen we al.

Alle cliënten hebben een overeenkomst Zorg en Dienstverlening van Reinaerde.

Hierin staan ook alle regels die



Je vindt het filmpje op [Reinaerdevideo](#), ons [YouTube](#)kanaal

over privacy gaan.

Er staat precies welke gegevens we van jou hebben.

En ook wat we met jouw gegevens doen.

Medewerkers van Reinaerde delen soms informatie over jou.

Dat mag alleen als het echt nodig is.

Zij mogen alleen informatie aan jou vragen die ze echt nodig hebben.

Medewerkers beschermen jouw privacy ook.

Ze doen de deur dicht als ze iets met jou bespreken.

Zo kan niemand meeluisteren.

Handige tips

Je kunt zelf ook op je eigen privacy letten.

Zorg ervoor dat je geen gegevens verliest.

Deel bijvoorbeeld geen wachtwoorden op internet.

Voorkom dat andere mensen meelesen op je tablet.

Post geen vertrouwelijke informatie op social media.

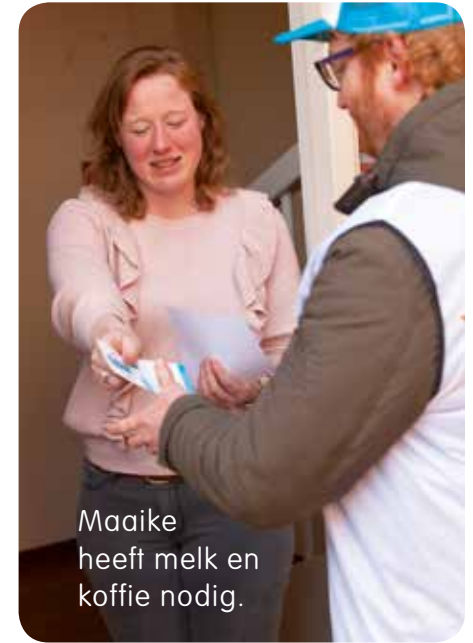
Wil je weten welke tips er nog meer zijn?

Vraag het je begeleider. ●





Met de bolderkar naar Albert Heijn.



Maaïke heeft melk en koffie nodig.

Graag gedaan!

Peter-Paul Beenen werkt bij Reinaerde Weteringhoek. De Weteringhoek zit in het Oude Dorp in Houten. Mensen doen daar dagbesteding. "We wilden wat nieuws gaan doen", zegt Peter-Paul. "Het liefst iets voor de buurtbewoners. Toen bedachten we de boodschappendienst."

Martijn Steenman is manager van Albert Heijn Oude Dorp. Hij wilde graag meewerken aan het plan. Martijn zorgde voor een bolderkar, petjes en hesjes.

Hij liet ook folders maken om uit te delen. Overall staat het logo van AH op. De boodschappendienst heet: Graag gedaan. Die naam staat ook op de hesjes en de bolderkar. Martijn vindt het een mooie samenwerking.

Prachtig initiatief

Maaïke Leenman werkt bij Profila Zorg in Houten. Dat is ook een zorgorganisatie. Maaïke is blij met Graag gedaan. "We hebben zelf vaak geen tijd voor boodschappen", zegt ze. "Dus laten we die thuis bezorgen. Graag gedaan is een prachtig initiatief."



Je vindt het filmpje op [Reinaerdevideo](#), ons YouTubekanaal



Maaïke geeft Peter-Paul geld en een boodschappenlijstje. De mensen van Graag gedaan houden dat veilig bij zich. Ze lopen met de bolderkar naar de Albert Heijn. Daar kennen ze Graag gedaan inmiddels ook. Iedereen wordt hartelijk begroet.

Peter-Paul heeft het lijstje van Maaïke. Haar boodschappen worden allemaal in de kar gedaan. Bij de kassa rekenen de mensen van Graag gedaan zelf af. Ze doen dat heel zorgvuldig. Begeleider Gabriëlle Cruys let op of alles klopt.

Tevreden

Met een volle bolderkar gaan ze terug naar Maaïke.



Ze zetten haar boodschappen in de keuken. Daarna geven ze het wisselgeld terug. Maaïke is heel tevreden. Ook de mensen van Graag gedaan zijn blij. "Het is fijn om mensen te helpen", vindt Peter-Paul. ●



Mark doet konijnenvoer in een bakje.



Jordy krabt de rug van Pluto.

“Ze helpen ons enorm”

Het is vrijdagochtend en heel koud.

Toch rijdt de gele bus van Reinaerde Het Burgje naar Dier en Wij.

Dier en Wij is de kinderboerderij in Odijk.

Mensen van Het Burgje gaan daar een handje helpen.

Dat doen ze iedere vrijdag.

Ze voeren de dieren en verzorgen het groen.

Ook doen ze andere klusjes in en om de kinderboerderij.

Dier en Wij is erg blij met de samenwerking.

“Ze zijn heel goed in groenonderhoud”, vindt vrijwilliger Anita Stolker.

“Ze snoeien de bomen en halen bladeren weg.

Ze helpen ons er enorm mee.”

Mark van de Linde geeft de geitjes eten.

Daarna zijn de konijnen aan de beurt.

Hij werkt samen met begeleider Karin de Vries.

“Ik heb 3 werkplekken”, zegt Mark.

“Maar het werken hier vind ik het leukst.

Dan kan ik de dieren voeren en aaien.”

Beter mens

Buurman Rob Schipper is vrijwilliger bij Het Burgje.

Toen hij was ontslagen wist hij niet goed wat hij moest doen.

“Mijn zwager werkt bij Het Burgje”, zegt Rob.

“Dankzij hem ben ik vrijwilliger geworden.

Ik heb er geen dag spijt van gehad.

Je wordt er een beter mens van.”

Molshopen

Martin Swertz is binnen aan het werk.

Daar zitten cavia's en een rat in kooitjes.

Ook het varken Pluto heeft daar zijn hok.

Jordy van de Vegte zet zijn oorbeschermers op.

Hij gaat met een bladblazer aan de slag.

Ondertussen slaat Rob molshopen plat.

Want het werk gaat gewoon door.

Weer of geen weer. ●



Je vindt het filmpje op Reinaerdevideo, ons YouTubekanaal

Beter in je vel



Je vindt het filmpje op Reinaerdevideo, ons YouTubekanaal

In sportzaal Robbedoes op Dennendal is Thiro van Zijl druk bezig.

Thiro is voedingscoach bij Reinaerde en ook sportkundige. Hij werkt voor Sportief Zeist. Sportief Zeist heeft hem gevraagd om sportles te geven op Dennendal.

Dat doet Thiro nu iedere zaterdagochtend.

Hij geeft sportles aan bewoners van de Bomenhof en de Kapelweg. Zij zijn Sportclub Dennendal.

Thiro legt plastic ringen op de grond.

Ook zet hij een paard neer. Daarna trekt hij het wandrek van de muur.

Voor het wandrek zet hij een trampoline neer.

"Ik maak een parcours", legt Thiro uit.

"Daar kunnen de sporters straks mee oefenen."

Supertrots

Als eerste komt Michel Chocron bij Thiro.

Michel woont op de Bomenhof. Hij vindt sporten ontzettend leuk. Het gaat ook steeds beter.

Eerst kon Michel alleen maar fietsen op een duofiets.

Nu rijdt hij in zijn eentje op een mountainbike door de gymzaal. Thiro is supertrots op hem.

"Die succeservaring vind ik heel belangrijk", zegt Thiro.



"Maar bewegen is natuurlijk voor iedereen goed.

Je wordt er soepeler van en je zit beter in je vel."



Dat merkt Thiro ook aan Youssef el Aita.

Door zijn autisme is Youssef nogal druk.

Door het sporten kan hij zich beter ontspannen.

Heel actief

Gerrit van Rijssen is van de adviesraad van Sportief Zeist. Hij komt voor het eerst kijken naar Sportclub Dennendal.

Gerrit is ook enthousiast.

"Iedereen is heel actief bezig", zegt hij.

"Het plezier straalt er van af.

Hier worden mooie resultaten geboekt." ●