

pagina 2 >

Workshop interactie

pagina 3 >

Frisse kleuren

pagina 3 >

Vormingsjaar

pagina 4 >

Nieuwe vrijwilligers

'Nu ik weer terug in Duitsland ben mis ik De Bres heel erg. Ik mis de hartelijkheid van de mensen. Ik hoop dat ik nog eens terug kan komen' (pag. 3)

De Bres rookvrij



Tabaksrook is schadelijk voor de gezondheid. Niet alleen voor de gezondheid van de roker zelf, maar ook voor anderen in zijn of haar omgeving. Om niet-rokers te beschermen tegen de gezondheidsschade door tabaksrook van anderen (meerooken), heeft het kabinet besloten om per 1 juli 2008 nu ook een rookverbod in te voeren voor gelegenheden in de horeca, sport en kunst en cultuur. Rookvrij betekent concreet dat ook in inloophuis De Bres sinds deze wettelijke maatregel, niet meer gerookt mag worden.

Van de redactie

De Bres is weer helemaal opgefrist. Sinds 1 juli is het inloophuis niet alleen rookvrij, maar het interieur heeft ook een update gekregen met een nieuwe verflaag op de muren.

In deze Bresinfo blikken we terug op een aantal activiteiten die in en rond De Bres speelden. Bijvoorbeeld de workshop voor de vrijwilligers over gedrag en communicatie.

U kunt daarnaast lezen hoe twee nieuwe vrijwilligers de weg naar De Bres hebben gevonden. En een gast vertelt u hoe belangrijk De Bres voor haar is.

> Redactie Bresinfo

Gastvrouw Nel: "Met alle begrip dat er is moeten we toch meegaan met deze wettelijke maatregel. De meeste bezoekers van De Bres zijn fervente rokers. Maar het is toch een ongezonde atmosfeer waarin je bent, zowel voor de bezoekers als de vrijwilligers. Een aparte rookruimte is geen optie. Nu is het duidelijk: in De Bres mag niet gerookt worden. Niet hier en niet in een aparte rookruimte." Nel voegt er aan toe: "Zoals de bezoekers het hebben opgepakt, dat is fantastisch. De sfeer is wel veranderd, voorheen was het levendiger, rumoeriger. Maar het is

prima zo, nu het zover is, is het ook wel heel erg prettig."

Een vaste bezoeker, iemand die al bijna acht jaar elke middag in De Bres komt kaarten, reageert als volgt: "Ik vind deze maatregel totaal onnodig. Nu pakken ze ons rokertje ook nog af. Dit is een groep die nergens anders heen kan. Het roken is een essentieel ding. Een overlevingsding, als je verder niet veel meer hebt. Het is een betutting die ons van bovenaf is opgelegd. Mogen wij dit ook zelf beslissen?"

Overijsselse vrijwilligersprijs 2008

In december 2007 won inloophuis De Bres in de categorie groepen de eerste prijs bij de uitreiking van Zwolse vrijwilligersprijzen. Vrijdag 26 september gingen de coördinator en de vrijwilligers van De Bres opgetogen naar de uitreiking van de Overijsselse Vrijwilligersprijs 2008. Ook hiervoor waren wij genomineerd.

Dit jaar waren er voor de categorie organisaties 50 aanmeldingen. Na een eerste selectie besloot de jury 23 aanmeldingen door te laten gaan. Tot grote vreugde hoorde De Bres daar ook bij. Na een fantastische middag volgde rond 15.30 uur de prijsuitreiking.

De prijzen gingen deze keer niet naar De Bres maar naar andere organisaties die zich eveneens op een bijzondere wijze verdienstelijk maken in Overijssel. Het was een inspirerende middag, samen met tal van andere vrijwilligers uit Overijssel.

Workshop over interactie tussen mensen

De bezoekers van De Bres lopen nogal eens met 'pijn' rond. Het signaleren van pijnproblematiek is belangrijk om daadwerkelijk aanspreekpunt te kunnen zijn.

Het kan te maken hebben met de woonsituatie, een isolement, het niet kunnen organiseren, justitie, een slechte gezondheid, schulden of bijvoorbeeld een verstoord bioritme. In de praktijk betekent dat vaak: zorgen, ontmoediging, vicieuze cirkels en noodsituaties. Maar het kan ook moeilijkheden veroorzaken in de communicatie bij De Bres. Voor de vrijwilligers is het een uitdaging om daar goed op te reageren.

Roos van Leary

Want hoe reageer je in gewone en moeilijke situaties? Welke houding is kenmerkend

voor je optreden: proactief, ordenend, strijdend voor belangen of betrokken? Dat vormde begin oktober de insteek van de workshop: 'Met je hart werken en toch de nodige afstand bewaren', van Leo Oosterloo. De Zwolse mediator besteedde daarbij veel aandacht aan het communicatiemodel 'De Roos van Leary'. Dit model gaat ervan uit dat gedrag, gedrag oproept. Of anders gezegd: actie en reactie, oorzaak en gevolg, zenden en ontvangen. 'De Roos' wil gedrag typeren en de werking van dat gedrag op anderen verduidelijken. Het gaat bij de Roos van Leary dus over de interactie tussen mensen;



Leo Oosterloo (rechts) in gesprek met een vrijwilliger.

niet over hoe mensen qua karakter zijn. De theorie en de praktijk van alledag in De Bres vonden elkaar in deze workshop. En dat leverde voor de aanwezigen leerzame en inspirerende inzichten op.

Kunst

Behalve nieuw werk van beeldend kunstenaar en gast Henk (links) siert ook een collage (rechts) de pas geschilderde wanden. Gastvrouw Marianne schonk De Bres deze blijvende herinnering bij haar afscheid van de vrijwilligersgroep.



In gesprek met een gast ▾

Wanneer het idee geopperd wordt één van onze bezoekers te interviewen voor de Bresinfo reageert Janny meteen enthousiast: "Daar wil ik wel aan meewerken, omdat ik graag wil vertellen hoe belangrijk De Bres voor mij is."

Janny is 64 jaar en 35 jaar geleden vanuit het westen hier komen wonen. Ze vertelt: "Ik ben psychiatrisch patiënt en alcoholist geweest en sta sinds 4 jaar droog. Ik kom hier nu ruim een jaar en ik kijk er 's ochtends al naar uit."

Op de vraag waarom De Bres belangrijk voor haar is antwoordt ze: "Een bezoekje aan De Bres breekt mijn dag in tweeën. Ik moet altijd even lopen en dan heb ik een doel. Ik ben er even uit en dat vult mijn dag anders duurt mijn dag zo lang. En ik heb iemand om mee te praten. De Bres zorgt mede voor mijn dagstructuur."

Janny brengt iedere dag een bezoekje aan De Bres. Wanneer De Bres in het weekend dicht is mist ze het echt: "Je merkt dat de mensen het hier fijn vinden. Door de gemoedelijkheid en een goede sfeer." Janny heeft, net als Riet, een vast plekje bij het raam: "Praten is nog niet eens het belangrijkste voor mij, maar dat ik hier kan/mag zitten tussen de mensen dat vind ik fijn."

Rummikub voor winnaar koffiebonenspel

Op de jongste editie van het Bevrijdingsfestival was De Bres vertegenwoordigd op het Plein van de Vrijheid. Festivalgangers maakten er tijd voor informatie, een kop koffie of om mee te doen met het 'Koffiebonen Raadsel'. Voorbijgangers werden door vrijwilligers van De Bres uitgedaagd om 'voor een eurootje' te raden hoeveel koffiebonen er in een grote glazen pot zaten.

Op woensdag 14 mei werd de winnaar van het spel bekend gemaakt. Hans Doeleman zat met een aantal van 5300 het dichtst bij de daadwerkelijke hoeveelheid van 5444 koffiebonen.

In De Bres overhandigde coördinator Lucia Besten hem en zijn dochter een luxe editie van het spel 'Rummikub'. Onder de gasten van De Bres is dit gezelschapsspel favoriet en

spoedig wellicht ook in huize Doeleman, waar het spel tot nog toe ontbrak.

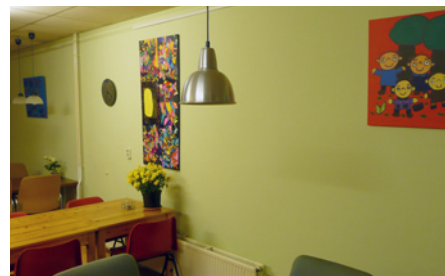


De Bres in nieuwe frisse kleuren

De Beursvloer Zwolle is een soort effectenbeurs, met aan de ene kant Zwolse ondernemers als aanbieders en aan de andere kant Zwolse maatschappelijke organisaties als vragers. Na de gong is het de bedoeling dat er in anderhalf uur zoveel mogelijk deals/matches tot stand worden gebracht.

De Beursvloer eind maart van dit jaar leverde in totaal 137 matches op. Ook De Bres wist een aantal mooie aanbiedingen naar zich toe te trekken. Zo was er een prachtig aanbod van de WEZO Groep, in de persoon van Frans Metselaar.

Bij de WEZO Groep draait het om handen: hardwerkende, helpende en hulpvaardige handen. En deze handen zijn ook voor De Bres aan het werk geweest! Medewerkers van de WEZO hebben medio oktober de benedenverdieping van De Bres geschilderd.



Frisse kleuren op de muur.

De benodigde verf werd bovendien ook nog eens door de WEZO gesponsord! Daar is De Bres natuurlijk erg blij mee. Een flinke opfrisbeurt voor de benedenverdieping is voor zowel gasten als vrijwilligers erg plezierig. WEZO: bedankt!



De mannen van de WEZO.

Iets over mijn jaar in De Bres

Het Dominicanenklooster in Zwolle ontvangt al jaren jongeren uit het buiten- en binnenland voor een religieus diaconaal vormingsjaar van tien maanden. De deelnemers werken onbetaald, volgen geen onderwijs, maar leren op praktische wijze veel over zichzelf en de wereld waarin zij leven. De Duitse Miriam schreef een artikel over haar tijd in De Bres. Hieronder een deel van het stuk dat u in zijn geheel kunt lezen op www.debreszwolle.nl.

“Voor ongeveer een jaar kwam ik in oktober 2007 naar Zwolle om vrijwilligerswerk te doen. Ik heb voor De Bres gekozen. Het was mijn beste werkplek waar ik veel heb geleerd. De gastvrouwen hebben altijd een open oor voor de gasten en De Bres heeft altijd een open deur voor nieuwe mensen. Soms was het al genoeg om met de mensen te rummikubben of met hen koffie te drinken.”

“Toen ik naar Zwolle kwam kon ik maar een beetje Nederlands. Ik heb gekke verhalen en ook bedroefde verhalen gehoord. Maar nu ik weer terug in Duitsland ben mis ik De Bres heel erg. Ik mis het om met de gasten te praten en ik mis ook de hartelijkheid van de mensen. Ik hoop dat ik nog eens terug kan komen naar De Bres, naar mijn gastvrouwen en gasten van de vrijdagmiddag.”

Spotters

De jongeren zetten verschillende aspecten van leven in het ‘spotlicht’ en worden daarom

‘Spotters’ genoemd. Spotter Renata uit Slowakije blikt eveneens terug.

“Wil je thee? Koffie? Of beter een sinaasappelsap? Maakt niet uit wat het precies is. Belangrijker is de gezelligheid, leuke mensen, veiligheid en de rust. En dat kan een mens in inloophuis De Bres beleven.”

“Eén keer per week heb ik in De Bres gewerkt. Dat was iets nieuws voor mij. Nog nooit heb ik zulke verschillende mensen ontmoet. Werkelijk, De Bres is een heel interessante plaats. Er komen veel mensen van verschillende nationaliteiten.”

“Ik vond het mooi dat op een kleine plaats zoveel dingen konden gebeuren. Vijf keer per week, drie uur per dag leeft het in De Bres. Mensen komen in en gaan uit, iedereen doet wat hij wil. En iedereen voelt zich goed. En dat is de zin van De Bres volgens mij.”

Vacaturebank

Inloophuis De Bres is altijd op zoek naar nieuwe vrijwilligers in de rol van gastvrouw of -heer. De werkzaamheden zijn: het ontvangen van gasten met een kop koffie of thee, een luisterend oor bieden, aandacht voor de medemens en het verrichten van licht huishoudelijk werk.

Kernbegrippen zijn: actief luisterend, ondersteunend, betrokken, respectvol, sociaal vaardig, in staat tot samenwerking.

Wij wensen:

- Inzetbaarheid op één middag per week, per twee weken of per maand.

Wij bieden:

- Zinvol, gevarieerd en belangrijk werk.
- Een prettige rookvrije werkomgeving en fijne collega's.
- Begeleiding en scholingsbijeenkomsten.
- Een vrijwilligerscontract, ongevallenzekeringsverzekering, reiskostenvergoeding.

Bent u of kent u iemand in uw omgeving die geïnteresseerd is in het doen van vrijwilligerswerk in De Bres, neem dan contact op met Lucia Besten, coördinator van De Bres.

Nieuwe vrijwilligers in De Bres

De Bres kan niet zonder vrijwilligers. Maar mensen werven voor vrijwilligerswerk is geen makkelijke opgave. De nood is hoog en ook De Bres heeft het vinden van vrijwilligers tot topprioriteit verheven. Gelukkig mocht De Bres onlangs enkele nieuwe vrijwilligers verwelkomen. Een kennismaking met Joke en Manny over hun weg naar De Bres.

Joke: "Ik las een oproepje in de krant en heb toen op de website van De Bres gekeken om precies te weten wat het was. Daarna heb ik een mail gestuurd. Ik werk bij het spoor en daar heb ik ook met verschillende mensen te maken en dat sprak me aan."

"Ik vind het belangrijk om naast mijn betaalde baan vrijwilligerswerk te doen. Er is zoveel werk dat anders misschien niet gedaan zou worden. Ik vind het prettig om daar een bijdrage aan te leveren. Je krijgt er ook veel voor terug. Als ik nu in de stad

fiets groeten bezoekers van De Bres mij en daar geniet ik van.



Daaraan merk ik dat mensen het waarderen dat ik dit doe. Ik heb fijne collega's, ongeveer van mijn leeftijd en ik leer allerlei mensen kennen met verschillende achtergronden."

Manny: "Ik zag een poster hangen in de bibliotheek en had ook al eens een oproepje in de krant gelezen. Ik had nog wel wat tijd over en wilde best iets doen. Ik wilde graag een middag in de veertien dagen werken op een vaste dag en die mogelijkheid was er in De Bres."

"Het spreekt me ook aan dat het een vrijwilligersorganisatie is en dat je het met elkaar vorm kunt geven. Het is werk dat gedaan moet worden en daar wil ik graag mijn tijd aan besteden."

'Als ik nu in de stad fiets groeten bezoekers van De Bres mij en daar geniet ik van'

Activiteiten rond De Bres



Bingo

Twee stagiaires organiseerden donderdag 15 mei een bingo-middag in De Bres (foto boven). Elissa en Sabine komen van hogeschool Windesheim. Ze zitten in het tweede jaar van 'social work' en informeerden naar wat de gasten leuk vinden. Hier is bingo als geliefde activiteit uitgekomen. Het werd een gezellige middag met leuke prijsjes, die door de gasten erg gewaardeerd werden.

Open huis

Zaterdag 20 september gaf

De Bres acte de presence bij het open huis van de Vrije Evangelische Gemeente aan de Hogenkampsweg. Naast een rommelmarkt was er een informatiemarkt georganiseerd waarvoor ook De Bres was uitgenodigd. Een koor zorgde voor een bijzondere sfeer met een openluchtconcert op de aangenaam zonnige dag.

Senioreninformatie

"Het leven begint bij 63" Met deze leus werden Zwolse senio-

ren van 63 jaar uitgenodigd voor een bijeenkomst in het gemeentehuis door Stichting Welzijn Ouderen en de Vrijwilligerscentrale (foto onder). Tijdens de informatiebijeenkomst op donderdag 9 oktober kregen vrijwilligersorganisaties de gelegenheid zich te presenteren. Vrijwilligers vertelden korte, persoonlijke verhalen over waarom hun werk zo leuk is. De Bres werd enthousiast vertegenwoordigd door vrijwilliger Kees en coördinator Lucia Besten.



Colofon

Deze nieuwsbrief is een uitgave van inloophuis De Bres.

Openingstijden: Maandag t/m vrijdag en koopzondag van 13.30 - 16.30 uur

Redactie: Lucia Besten, Ellen Oldenburg, Louise Schijf, JanCoert Toerse, Ike de Wit

Vormgeving
Circade, Astrid Grootenhuis

Druk
IJsselprint

De Bres
Heiligeweg 1
8011 XX Zwolle
Telefoon (038) 4213155
info@debreszwolle.nl
www.debreszwolle.nl
Postbank 4370960 t.n.v. De Bres

de Bres
inloophuis voor Zwolle

