



Ontdek Gestel-Online-jouw buurt, jouw platform

Op www.Gestel-Online.nl ontdek je wat er allemaal leeft in Gestel. Van sportieve activiteiten tot gezellige buurtinitiatieven, van hulp bij gezondheid en welzijn tot inspirerende ontmoetingen: Hier vind je de dingen die helpen je fitter en gelukkiger te voelen én die bijdrage aan het fijner (samen)leven in de buurt!

Wat je allemaal kunt vinden:

- Een agenda vol activiteiten in de buurt
- Informatie over organisaties rondom welzijn en gezondheid
- Nieuws en verhalen uit Gestel

Gestel-Online Inlooppmoment

Wil je meer weten? Kom dan langs bij ons inlooppmoment! We laten je zien hoe het platform werkt, helpen je iets te plaatsen of denken mee over hoe jij bij kan dragen aan ons fijne platform.

Elke 1e en 3e maandag van de maand ben je tussen 10.00 en 12.00 uur van harte welkom bij het Gestel-Online Inlooppmoment in de Bibliotheek Gestel (in Gemeenschapshuis Genderdal, Boccherinilaan 6)

Contact

Je kunt ons ook bereiken via info@gestel-online.nl of kom langs bij ons inlooppmoment. We horen graag van je!

BIBLIOTHOOP
Gestel



Doe mee met 4 W

Werken bij 4W

Zoek je een **SUPERleuke**, **SOCIALE EN ACTIEVE** baan in jouw eigen **BUURT** en doe je graag iets voor een ander?



Heb je nu een uitkering van de gemeente Eindhoven? Of kom je van VSO/PRO of heb je wat meer aanpassingen of begeleiding nodig in je werk? Dan is werken bij 4W misschien iets voor jou!

Op www.doemeemet4w.nl lees je meer over onze organisatie en over de functie van **BUDDY** en **MAATJE**. We komen graag in contact met je!



Website | www.doemeemet4w.nl
Tel | 040-7470438
Mail | info@doemeemet4w.nl

Stichting Hart voor Hanevoet



Het nuttige met het aangename combineren: dát is waar Stichting Hart voor Hanevoet samen met TroepTroopers voor gaat.



Samen houden we ons prachtige park, de speeltuintjes in de buurt en de straten schoon door al wandelend zwerfafval op te ruimen. Zo maken we de buurt niet alleen schoner, maar ook gezelliger. Samen maken we de buurt mooier. Loop je mee?

Om dit initiatief te laten groeien, zoeken we een enthousiaste coördinator die het voortouw neemt en zorgt voor een soepele organisatie. Iemand die een paar uurtjes per maand de communicatie, wandelroutes en planning van het TroepTroopers Team in Hanevoet op zich neemt.

Een schone buurt begint bij ons

Zaterdag 21 maart
ROMMEL UIT DE DOMMEL CLEANUP DAG
Meer informatie op de website van Troep Troopers

Website | www.troeptroopers.nl
Mail | info.hanevoet@gmail.com



Redactie

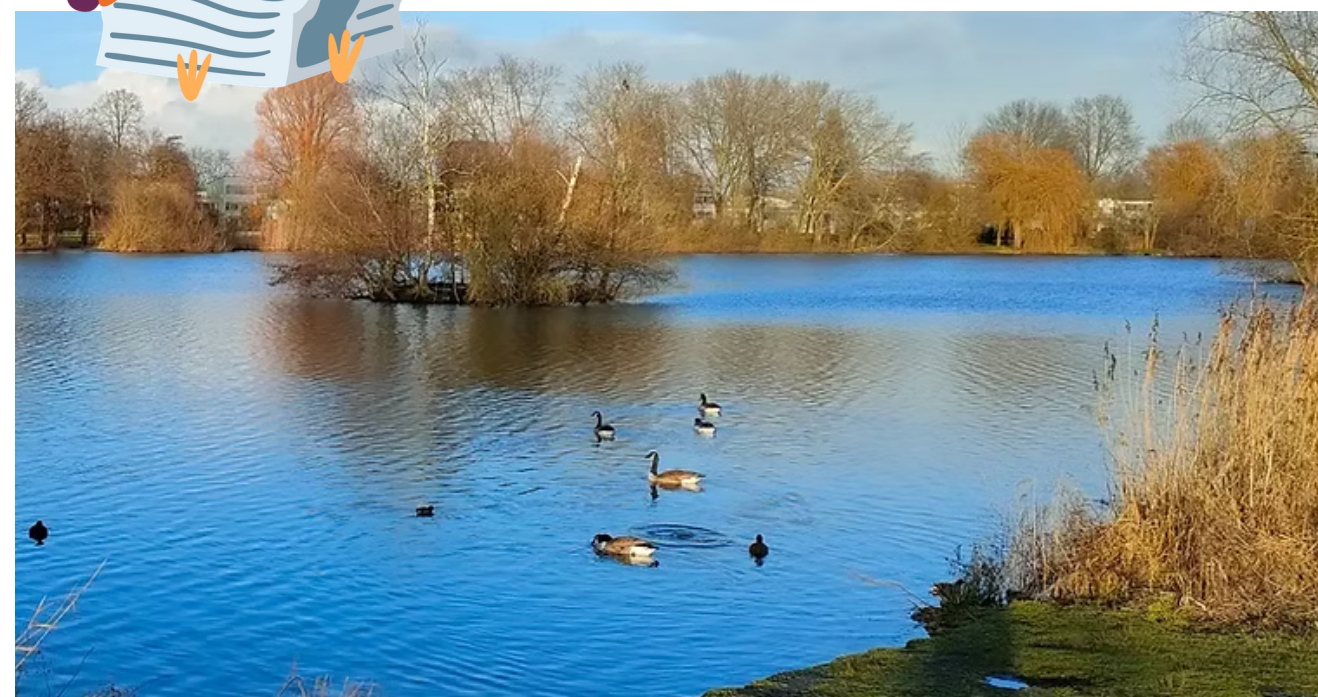
De wijkkrant Groet uit Hanevoet wordt medemogelijk gemaakt door Stichting Ontmoet en Groet in samenwerking met Stichting Hart voor Hanevoet. Heeft u een leuke of nuttige bijdrage die u graag wilt delen in onze wijk? Laat het ons dan weten door te mailen of door te bellen.

@ Redactie@ontmoet-en-groet.nl

040 292 07 13



Groet uit Hanevoet!



Prizzles

Zumba lessen in de buurt

Dicht bij huis actief bezig zijn! De vrouwen-only Zumbalessen van Priska (www.prizzles.com) bieden een veilige, ontspannen en motiverende omgeving waar je jezelf kunt zijn.

Wat maakt deze lessen bijzonder

- Alleen vrouwen: vertrouwd, gezellig en zonder oordeel
- Toegankelijk voor iedereen: van absolute beginner tot de al wat meer ervaren dansen
- Focus op plezier, ritme en zelfvertrouwen

Voor vrouwen van alle leeftijden die willen bewegen, ontspannen en gezond bezig willen zijn. Kom een keertje gratis een proefles meedoen en beslis daarna of je je in wil schrijven voor de lessen.

Locatie | Gymzaal Basisschool Hanevoet
Oldengarde 1B Eindhoven

Tijd | Iedere dinsdag 20.00 uur tot 21.00 u

Kosten | 2 euro per les* (te betalen per periode*)

Meer info | sporthanevoet@gmail.com



P R I Z Z L E S

Buurtpreventie

Een gedicht van een buurtbewoner uit het hart geschreven

Oorlogsdreiging, hongersnood
De ellende wereldwijd is groot.
We voelen ons angstig en bevreesd
Onmachtig misschien nog wel het meest!

Op advies kopen we een noodpakket
In de hoop dat dat ons redt.
Ons redt: waartegen en hoelang?
Angst - slechte raadgever - maakt ons bang.

Maar angst en machteloosheid lossen niets op
'n beter idee: In de wind met je kop.
Positief in het leven staan
Dán immers kun je problemen aan!

Zoek het in de kleine zaken,
waar we elkaar in het hart kunnen raken.
Een glimlach, een groet, een luisterend oor
Dan kunnen we positief het leven door!



Buurtpreventie - Louise Biermans

Agenda

22 feb	14.00-16.00	Mantelzangers O&G huys
6 mrt	15.30-17.00	Meezing tafel Gestel O&G huys
10 mrt	zie website	Komt tot bloei training Buurt in Bloei
21 mrt	zie website	Cleanup dag Rommel uit de Dommel Troep Troopers

Meer informatie over de bovenstaande activiteiten vind u in dit krantje of op de website van de desbetreffende organisatie

Stichting Ontmoet en Groet

Bij Stichting Ontmoet en Groet zijn wij altijd op zoek naar enthousiaste vrijwilligers. Zo ook voor nieuwe activiteiten die wij in ons wekelijks programma zouden willen opnemen.



Op **woensdagmiddag van 13.30 - 14.30** zijn op dit moment de activiteit "**bewegen op muziek**" op de kaart te zetten. Een dementievriendelijke activiteit waar iedereen aan mee kan doen, of het nu op een stoel is of dat we voorzichtig de benen strekken en met elkaar bewegen. De groep is klein en overzichtelijk. Maar daar hebben we wel voldoende vrijwilligers voor nodig om dit fijn en veilig tot stand te kunnen laten komen. Heb jij wekelijks een uurtje tijd om je in te zetten voor deze activiteit? En lijkt het je leuk om samen met andere te bewegen op de beat van de muziek?

Meld je dan aan en laten we elkaar ontmoeten. Wie weet kunnen we binnenkort samen ervoor zorgen dat deze activiteit letterlijk (met de voetjes) van de vloer komt...



LET OP: Dit betreft een dementie vriendelijke activiteit

E-mail | info@ontmoet-engroet.nl
Tel | 040 292 07 13

Huisartsenpraktijk Kastelenplein

Snel en eenvoudig contact 'online' met uw huisartsenpraktijk

Naast dat wij u graag te woord staan aan de telefoon en in de spreekkamer bieden wij ook de mogelijkheid om een vraag online te stellen aan onze medewerkers. Dit heet een e-consult. Een e-consult is een makkelijke en veilige manier om een medewerker van de huisartsenpraktijk een vraag te stellen via internet. Je hoeft niet naar de praktijk toe te komen, maar je stelt je vraag via een beveiligde website of app. De huisarts of een andere medewerker leest je bericht en geeft antwoord. Kijk van tevoren of de vraag geschikt is voor het e-consult.



Hoe kunt u ons bereiken:

1. Log in via het patiënten portaal www.mijngezondheid.net.
2. Stel je vraag zo duidelijk mogelijk.
3. Je huisarts reageert binnen 1 à 2 werkdagen.

Welke vragen zijn geschikt voor een e-consult?

- Vragen waarop je niet direct een antwoord nodig hebt, zoals;
- Vragen over medicijnen.
- Uitslagen van onderzoeken.
- Foto sturen van o.a. huidplekjes voor beoordeling.
- Vragen over voeding en beweging.
- Vragen voor uw praktijkondersteuner over Diabetes, hart- en vaatziekten, Astma/COPD.

Wist u dat:

De site 'www.moetiknaardedokter.nl' u direct advies kan geven over uw klachten? Vul een aantal vragen in. U krijgt direct advies over uw klachten en of contact met een huisarts nodig is. De site 'www.thuisarts.nl' geeft betrouwbare informatie over gezondheid en ziekte. Bovenstaande informatie over het gebruik van een e-consult is ook terug te vinden als animatiefilmpje op onze website bij 'nieuwsberichten'.

Huisartsenpraktijk Kastelenplein - Kastelenplein 172, 5653 LX Eindhoven



Buurt in Bloei

Buurt in Bloei - Kleine ideeën met groot effect in onze buurt!



In Gestel gebeurt veel. Vaak begint iets heel klein, maar kan het uitgroeien tot iets waar de hele buurt plezier van heeft. Dat is waar **Buurt in Bloei** voor is.

Wij zijn de **Verbinders** van Buurt in Bloei. We brengen mensen, ideeën en organisaties bij elkaar. We kijken wat er in de buurt speelt, helpen talenten groeien en geven plannen dat eerste duwtje om te starten.

Waarom dat werkt? Omdat je samen meer kunt. Als mensen elkaar vinden, ontstaat er energie: Talent komt naar boven, ideeën worden plannen, en plannen worden acties. Zo groeien er nieuwe groepjes, activiteiten en blijvende contacten. Stap voor stap wordt de buurt sterker - met meer gezelligheid, meer hulp voor elkaar en meer dingen om trots op te zijn.

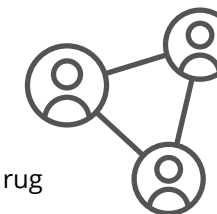
Je ziet dit mooi terug hier in Hanevoet:

Een paar vrouwen wilden graag sporten. Gewoon dichtbij huis en zonder gedoe. Dat was genoeg om te beginnen. Nu komt er elke week een groep vrouwen samen in de gymzaal van basisschool De Hanevoet, waar ze veel plezier hebben bij hun Zumba-les.

We ontmoeten ook vaak mensen die bijvoorbeeld samen willen koken, een hobby willen delen, elkaar willen helpen of een buurtfeest willen organiseren. En sommige Gestelnaren zien een saaie muur in hun straat en denken: "Dit kan toch leuker?" Op dat moment begint Buurt in Bloei. Ook als je iets voor een ander wilt doen, vrijwilligerswerk wilt proberen of je eigen talent in de buurt wilt inzetten, ben je welkom. Iedereen kan iets bijdragen. Vaak kan er meer dan je denkt.

Wij helpen met:

- mensen en ideeën verbinden
- meedenken over wat mogelijk is
- plannen op weg helpen
- en soms gewoon: een klein duwtje in de rug



Binnenkort start de gratis training 'Kom Tot Bloei'.

Deze training is voor iedereen in Gestel en start op 10 maart. Je ontdekt wat je leuk vindt, waar je energie van krijgt en hoe je dat kunt laten groeien en kunt inzetten. Samen met andere buurtgenoten ga je op een simpele en leuke manier aan de slag met je talenten en ideeën.

Heb je een idee, een talent of zin om iets te doen in de buurt?

Bel me gerust: Annika - 06 22660943

Of mail naar gestelinbloei@wijeindhoven.nl

Samen met mijn collega Verbinders Erika, Ilse, Linda, Maryam en Sanne sta ik voor je klaar!

Ontmoet & Groet

Ouder worden doe je samen in de buurt

Ontmoet & Groet is er voor mensen uit de buurt die elkaar willen ontmoeten, even binnenlopen of samen tijd willen doorbrengen. Een plek waar aandacht is voor elkaar en waar ruimte is voor het leven zoals het loopt.

Ouder worden gaat niet altijd in één rechte lijn. Soms verandert er iets, klein of groot.

Bij Ontmoet & Groet is ruimte om elkaar te blijven ontmoeten, ervaringen te delen en steun te vinden — wat er ook speelt in het leven. Ook wanneer iemand te maken krijgt met bijvoorbeeld Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH).

Heb je vragen, ben je nieuwsgierig of wil je gewoon eens kennismaken?

Loop gerust vrijblijvend binnen of neem contact met ons op. Zo bouwen we samen aan een buurt waar je kunt blijven meedoen, vandaag én morgen.

Bij Ontmoet & Groet ben je welkom, wat er ook speelt in je leven.

Samen creëren we ruimte om niet alleen te hoeven herstellen, maar vooral om mens te blijven.

www.ontmoet-en-groet.nl | 040 292 07 13 | info@ontmoet-en-groet.nl

