

# THUIS

wintereditie

# post

**FANTASIE  
BRENGT JE  
OVERAL**

**THUISHUIS-CAFÉ**  
zoek de gezelligheid op

**TIPS**  
hoe kom je  
de winter door



# Team Stichting Thuishuis Woerden

Beste lezers,

Weer een jaar voorbij, voor mij een bijzonder jaar. Het jaar waarin ik op 12 januari 2022 moeder ben geworden van mijn lieve, ondernemende, vrolijke en gelukkig gezonde zoontje Jonas. In mei ben ik na een goed verlov weer aan het werk gegaan en heb vele van jullie alweer gezien en gesproken. Hopelijk hebben jullie ook een goed jaar gehad en gaan jullie weer genieten van deze ThuisPost die we speciaal voor jullie maken! Voor nu wenst ons hele team iedereen een fijne kerst en een gezond 2023! Vol ontmoetingen en gezelligheid. En u weet het..als wij iets voor u kunnen betekenen, u wilt uw week wat gezelliger maken maar weet niet zo goed hoe of uitgenodigd worden voor één van onze activiteiten, schroom niet te bellen!! 06-83405125.

Warme groet, Lotte



**Lotte Ruyten**  
Coördinator Stichting Thuishuis Woerden



**Kristel Didden**  
Allround medewerker AutoMaatje planning op maandag



**Charlotte Papendorp**  
Allround medewerker AutoMaatje planning op donderdag en vrijdag



**Sabina Roskam**  
AutoMaatje medewerker Planning op dinsdag en woensdag



**Gemke van Halm**  
Vrijwilliger planning AutoMaatje Planning op maandag en vrijdag



**Trudy Kroon**  
Vrijwillige coördinator telefooncirkel



**Ruim 100 FANTASTISCHE vrijwilligers!!**

# We kijken terug op een gezellige zomer!

**MEI:** feestelijke opening van de nieuwe Thuisbus door de burgemeester. We hebben met de nieuwe Thuisbus ook deze zomer weer een erg gezellig en goed bezocht Thuisbus seizoen gehad! De bus staat nu op stal, maar zodra de lente zich aandient gaan we weer starten met ons rijdende terras.



In **JUNI** en **JULI** hebben we twee keer een feest gehad ter ere van 650 Woerden Stad bij het Park oudeland en bij Weddesteyn.



Daarnaast hebben we vele gezellig vaartochtjes en scootmobiel tochten gehad.



Wilt u ook een keer uitgenodigd worden voor een leuk uitje? En zo in contact komen met leeftijdsgenoten en nieuwe contacten opdoen? Laat het ons weten!



# Het mes snijdt aan twee kanten

Tijdens dit interview met Hanny Tierlier en haar lieve hond Flynn spreken we over hoe zij bij de Stichting Thuishuis Woerden kwam te werken als vrijwilliger, maar voornamelijk over hoeveel plezier zij hieraan beleeft.

Ik heb contact opgenomen met AutoMaatje kort na het overlijden van mijn man eind 2017. Ik had op dat moment mensen nodig die mij konden vervoeren, gezien ik toen niet goed ter been was. Lotte Ruyten van Stichting Thuishuis Woerden kwam bij mij op bezoek om uitleg te geven over hoe AutoMaatje te werk gaat. Zij vertelde mij ook dat de Stichting meer doet dan alleen AutoMaatje. Zoals bijvoorbeeld de start van een Thuisbus in de zomerperiode. Bij de Thuisbus worden ouderen verwelkomd om een bakkie koffie of spelletje te komen doen in hun eigen woonwijk. Er wordt ter plekke een leuk terras ingericht, een zogenaamd pop-up terras. Lotte vroeg mij of ik 't leuk zou vinden om hierbij te helpen. Dat zag ik wel zitten. Sinds 2018 werk ik als vrijwilliger bij de Thuisbus.

Stichting Thuishuis organiseerde toentertijd een kerstfeest in 2017, waar ik voor werd uitgenodigd. Hier heb ik heel veel mensen ontmoet en nieuwe contacten opgebouwd. Zo heb ik fantastische vriendinnen waar ik dagelijks mee bel. Dit vrijwilligerswerk doet mij erg goed en het mes snijdt dus aan 2 kanten. Je helpt de ouderen en tegelijkertijd breid je je eigen vriendenkring uit. Dit is heel waardevol!

Ook werk ik als vrijwilliger bij het Thuishuis Café. In de winterperiode organiseert Stichting Thuishuis Woerden het Thuishuis-café, wat gehouden wordt in het Café De Pompier, waar ouderen samenkomen om een spelletje te spelen onder het genot van kopje koffie of thee. Thuishuis-café vind ik uniek omdat er allerlei mensen bij elkaar komen van alle rangen en standen. Het jonge personeel van het Café De Pompier zijn ook super vriendelijk. De stamgasten maken ook een praatje met de ouderen. De sfeer in het Thuishuis-café is zo ontzettend gezellig en heel gemoedelijk. Het lijkt wel een schooltje! Rummikub is trouwens favoriet. Inmiddels hebben we al meerdere Rummikub spellen aangeschaft. We zien zelfs dat er een aantal ouderen eerder komt om er verzekerd van te zijn dat ze kunnen Rummikub-en. Ook het kaartspel Skip-Bo valt goed in de smaak en er wordt fanatiek gesjoeld, ze maken er echt een competitie van.

## “Je leert zoveel nieuwe mensen kennen”

Waar ik heel erg blij mee ben, is als ik mensen die in een kleine wereld leven kan overtuigen om naar de Thuisbus of het Thuishuis-café te komen. Als deze mensen hun angst eenmaal hebben overwonnen, zie je ze zichtbaar genieten en weer terugkomen. Er ontstaan leuke contacten en regelmatig worden er onderling ook telefoonnummers met elkaar uitgewisseld om met elkaar nog eens wat af te spreken.



Dit is toch waar we het allemaal voor doen. Samen is niet alleen!

Ik kan alleen maar voordelen opnoemen van het Thuishuis-café. De sfeer is gemoedelijk, je leert nieuwe mensen kennen, je bent er even uit, je gebruikt je hersenen bij het spelen van de spelletjes en ondertussen wordt er gezellig gekletst.

Ik ben ook vrijwilliger bij de Telefooncirkel. Een Telefooncirkel bestaat uit een groep deelnemers die iedere dag, in een vooraf bepaalde volgorde, telefonisch contact met elkaar heeft om een praatje te maken. Zelf doe ik dit één keer in de 6 weken. Dan start ik drie telefooncirkels op en wacht tot de laatste deelnemer van de groep mij weer belt. Zo weet ik dat iedereen uit de groep elkaar heeft gesproken. Alleenwonende ouderen hebben dan een telefonisch contactmoment met elkaar en dat vinden ze erg fijn en geeft hen een stukje veiligheid. Kortom: Het is gewoon ontzettend leuk om als vrijwilliger bij Stichting Thuishuis Woerden te werken!

*Mocht u het leuk vinden om een keer naar het Thuishuis-café te komen, maar vindt u het spannend? Bel Stichting Thuishuis Woerden 06-83405125 en dan helpen we u over uw drempel heen. Wij halen u op, start met een spelletje, geniet van een kopje koffie of thee en dan komen de verhalen vanzelf.*

### Ook op zoek naar gezelligheid? Kom naar het Thuishuis-café

Samen een gezellige middag beleven, kletsen bij haardvuur onder het genot van een kopje koffie of thee? Een leuk spelletje doen, zoals Rummikub of sjoelen? Nieuwe mensen leren kennen van uw eigen leeftijd? Kom dan op de volgende dinsdagen naar het Thuishuis café in De Pompier.

De middagen zijn van 14.00 tot 16.00 uur:  
6 & 13 december / 17 & 24 januari  
7 & 21 februari / 7 & 21 maart  
Kosten: GRATIS, aanmelden niet nodig.  
Lokatie: Café De Pompier, Groenendaal 17, Woerden. Heeft u vervoer nodig? Bel dan gerust AutoMaatje 06 - 3193 6612



# Het sprookje VAN DE TWEE SNEEUWVLOKKEN



Het sneeuwde.

Twee vlokken vielen langzaam naast elkaar naar de aarde.

Ze vielen eigenlijk al een heel poosje naast elkaar toen ze elkaar opmerkten...

'Ook naar de aarde?' vroeg de ene vlok.

'Uiteraard' zei de andere vlok

Het klonk een beetje kort, maar zo was het niet bedoeld, want ook de tweede vlok was blij te worden aangesproken tijdens die lange, lange tuimeldans naar omlaag.

Hoe dicht de zwerm sneeuwvlokken is, hoe eenzamer de vlokken kunnen zijn.

'Mag ik een beetje bij je in de buurt blijven?' vroeg de eerste vlok.

'O ja, dat mag,' zei de tweede vlok gretig.

En ze begonnen een goed gesprek en dat maakte de reis heel wat behaaglijker.

Mijlen en mijlen dansten ze naast elkaar naar de verre lage aarde toe. Eindelijk was het zover.

Ze hadden elkaar van alles en nog wat verteld.

'Nog een meter of dertig,' zie de eerste vlok.

'Ja, we zijn er zo,' zei de tweede.

'Jammer eigenlijk, het was niet ongezellig.'

'Nog tien meter...,' zei de eerste weer, 'nog zes'... 'nog vier'...

'Hou je!'

'Het allerbeste.'

'Het was een fijne reis'...

floep...

Daar lagen ze en ze werden onmiddellijk deel van het dikke witte sneeuwtapijt dat er al lag.

Nu konden ze niets meer zeggen...

Ze waren geen afzonderlijke vlok meer en bleven liggen op de aarde.

Dat duurde zo een poosje.

Toen dooide het.

De sneeuw verwaterde... en stroomde in lange stromen naar de zee... daar verdampte het water en de damp steeg weer op naar de hemel... en werd weer water en het water werd weer sneeuw.

Ik weet het, het klinkt een beetje onwaarschijnlijk, maar bij de eerste sneeuwbuï kwamen ze elkaar weer tegen, wederom tuimelend in diezelfde witte cadans.

'Hé, heb ik jou niet eerder gezien?' vroeg de ene vlok.

'Ja,' zie de andere.

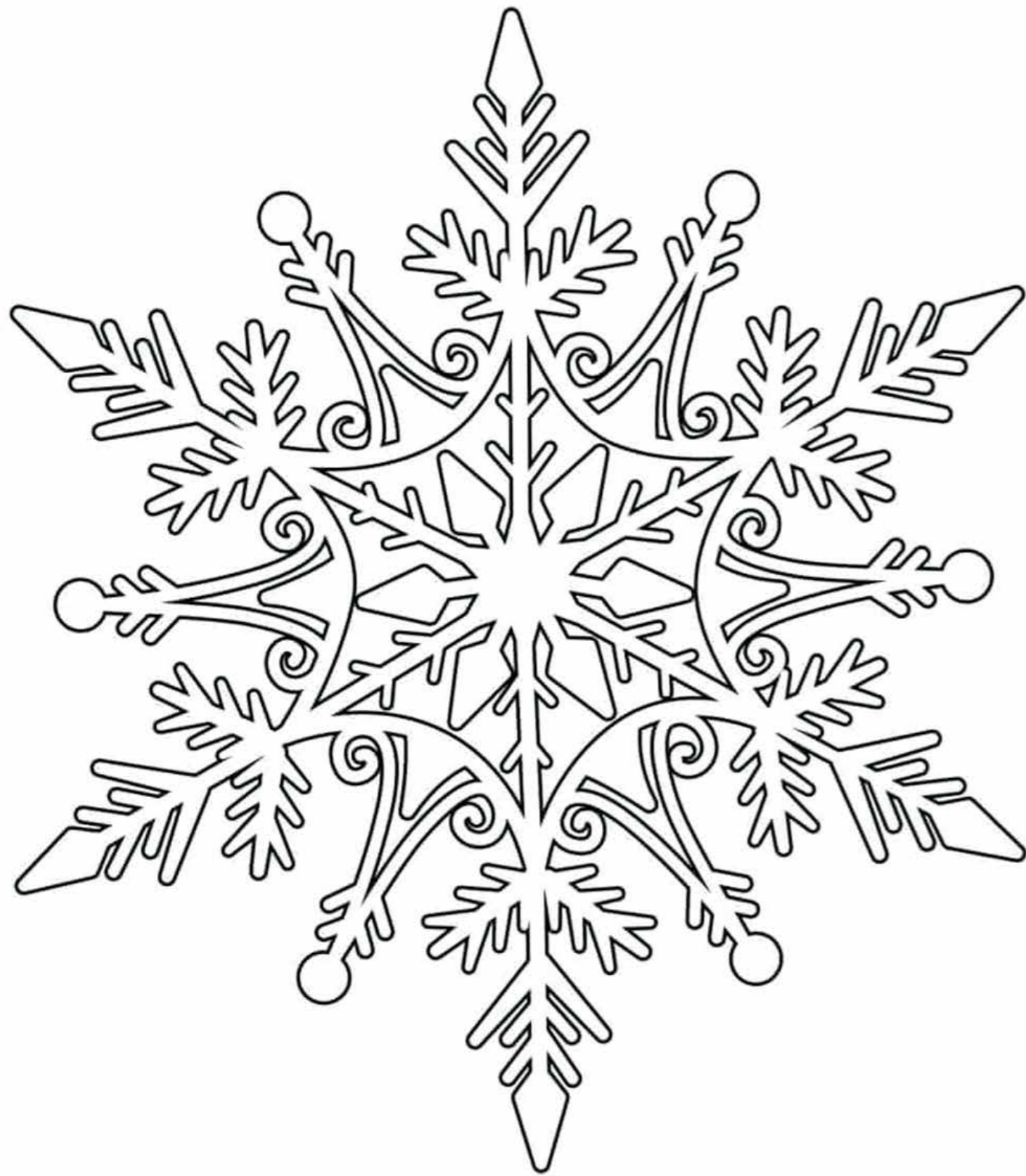
'Wat goed je weer te zien!'

'Val je mee?'

En ze sneeuwden nog lang en gelukkig.



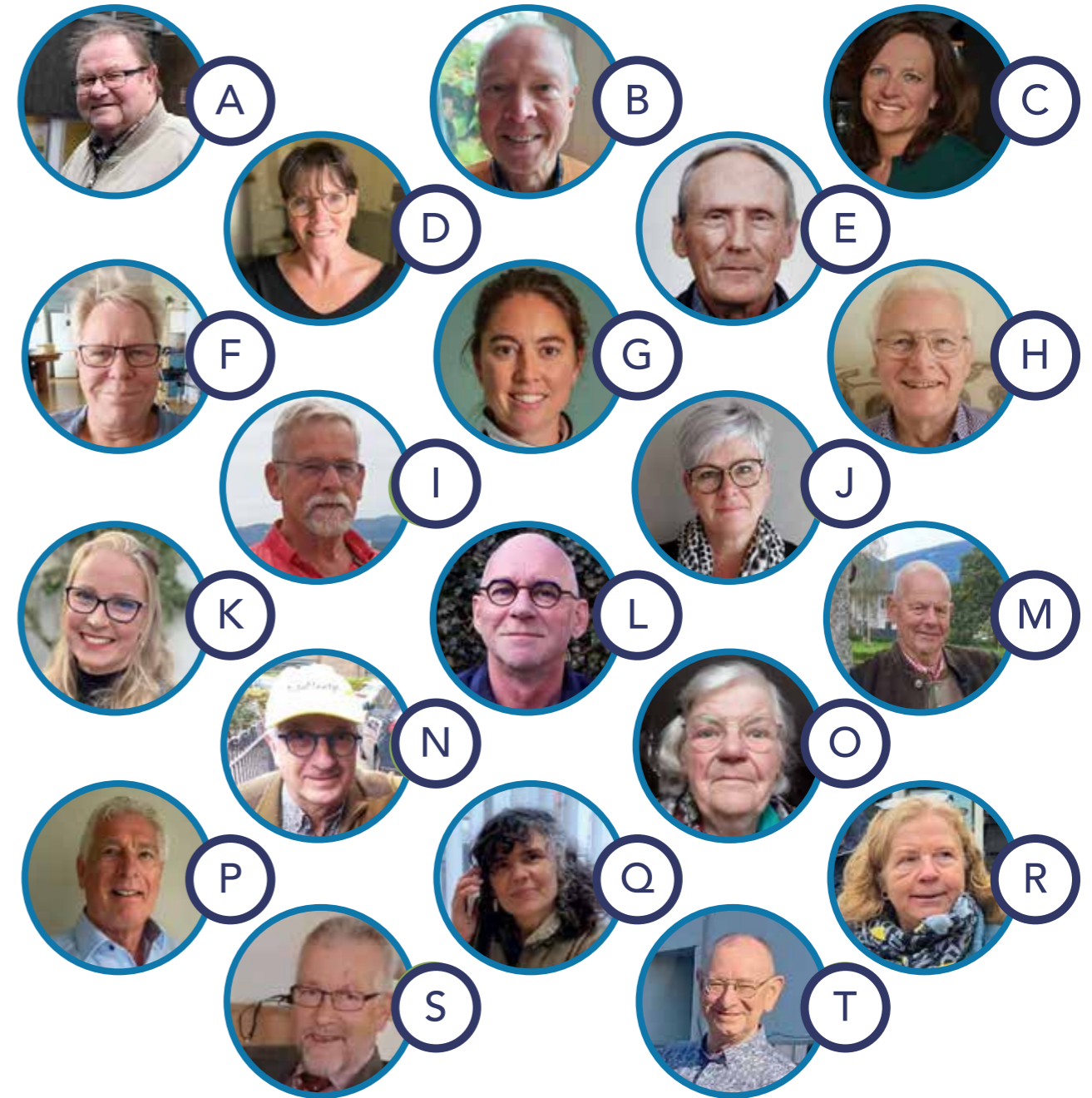




“Fantasie brengt je overal”

Roald Dahl

Kent u de medewerkers en vrijwilligers van Stichting Thuishuis / AutoMaatje?  
Hierbij een selectie van de grote groep enthousiastelingen. Zoek de foto bij de naam.



- |   |                           |    |                     |    |                          |
|---|---------------------------|----|---------------------|----|--------------------------|
| 1 | Lotte Ruyten              | 6  | Charlotte Papendorp | 11 | Sabina vd Arend - Roskam |
| 2 | Ben Koopmanschap          | 7  | Ed Nobel            | 12 | Tjeerd Buma              |
| 3 | Claudia van den Akker-Bos | 8  | Kristel Didden      | 13 | Joke van Aarst - Volkers |
| 4 | Henk van der Griendt      | 9  | Annemieke Roos      | 14 | Chris den Hengst         |
| 5 | Cees Nap                  | 10 | Wim van Eck         | 15 | Wout Nagel               |

Vul hier de antwoorden in	A =	E =	I =	M =	Q =
	B =	F =	J =	N =	R =
	C =	G =	K =	O =	S =
	D =	H =	L =	P =	T =

- |    |                  |
|----|------------------|
| 16 | Cees Nobel       |
| 17 | Wim Hoogendoorn  |
| 18 | Gemke van Halm   |
| 19 | Gerard Zwetsloot |
| 20 | Ben Smit         |

Antwoord: A7, B15, C8, D3, E2, F12, G1, H20, I5, J11, K6, L10, M19, N4, O13, P14, Q18, R9, S16, T17





# Tips om deze winter door te komen:

Zeg eens gedag tegen een onbekende. Een vriendelijk woord en een glimlach kunnen iemands dag maken.

Kom naar het Thuishuis-café in de Pompier in het centrum van Woerden. Gezelligheid gegarandeerd!

Nodig de burens of iemand uit de straat / gebouw eens uit voor een kopje koffie of thee.

Plan een gezellig dagje uit, alleen of met iemand samen. Onze vrijwilligers van AutoMaatje rijden u graag!

Ga elke dag een blokje om. Een kort stukje of een lange wandeling, alles is goed.



Maak een puzzel of kruiswoordpuzzel waardoor u uw hersenen activeert.

Ontdek uw creatieve kant en maak eens een kerstkaart of kerststukje voor uzelf of een ander.

Steek een kaarsje aan voor wat sfeer. Liever geen echte kaarsen in huis? Er zijn ook mooie kaarsen op batterijen te koop.

Heeft u behoefte aan meer aanspraak of activiteiten maar weet u even niet hoe u dit moet aanpakken? Wij komen graag bij u langs om dit te bespreken. Bel ons gerust voor meer informatie 06-83405125.

De natuur verandert elke dag. Kijk of loop elke dag naar buiten en schrijf op wat u zo mooi vond. Na de winter heeft u een mooi gevuld dagboek over de natuur. (Denk aan sneeuw, bomen, lucht, ijskristallen, regendruppels etc)

Behoeft u aan een praatje? Bel eens een oude vriend/vriendin of familielid op die u lang niet heeft gesproken of doe mee met de telefooncirkel.

# Wist je dat....

- **We ons geen zorgen meer hoeven maken of AutoMaatje door kan gaan? De subsidie (geld) is rond, dus we kunnen door!**
- We inmiddels al meer van 30.000 ritten gedaan hebben!
- De vrijwilligers ieder jaar een verwen BBQ krijgen om ze te bedanken.
- 80% mannen - 20% vrouwen vrijwilligers
- Er één planningstelefoon is die in een tasje van planningsdame naar planningsdame reist.
- We bij iedere nieuwe reiziger, gezellig op de koffie gaan om kennis te maken en rustig uitleggen hoe het AutoMaatje werkt.
- We ritten eigenlijk ontmoetingen noemen, omdat ze zo gezellig zijn!
- Per maand ca 12 nieuwe deelnemers en ca 200 ritten per week hebben
- Vrijwilligers ook wel eens een boodschappentas dragen en mensen bij de deur ophalen.
- U ook terecht kunt bij ons met andere vragen.



## Geen geld voor boodschappen?

Wij zijn er voor je

De Voedselbank Woerden helpt iedereen die (even) geen geld heeft voor noodzakelijke boodschappen. Of je in de schulden bent geraakt of omdat je te weinig overhoudt door de hoge energieprijzen: je hoeft je niet te schamen voor eten. Daarom kun je wekelijks bij ons terecht voor alle noodzakelijke boodschappen.

### Winkelen

Elke week heten we je welkom in onze 'winkel' waar je samen met een van onze vrijwilligers per categorie (vlees, huishoudelijk, groente, fruit enz.) kunt winkelen. Er is keuze en het is nooit op.

### 'Andere mensen hebben het meer nodig dan ik'

Onze hulp is noodhulp. Dat betekent dat iedereen welkom is die (even) niet meer rondkomt. Wacht vooral niet te lang met hulp zoeken, wij kunnen je helpen om te voorkomen dat je onnodig veel schulden maakt of dat je hongerlijdt.

### 'Bij de Voedselbank krijg je alleen bedorven eten of restjes'

Ons eten is vers, uit de schijf van vijf, gezond en voldoet aan zeer strenge eisen voor voedselveiligheid

### Aanmelden of meer informatie

Heb je vragen of wil je je aanmelden? Bel ons op: 06 25 042 689. Aanmelden kan ook via: [aanmelden@voedselbankwoerden.nl](mailto:aanmelden@voedselbankwoerden.nl)

## DOET U OOK AL MEE?



### Diverse kennismakingsactiviteiten voor Woerdense senioren van 55+ en 75+

Heeft u zin om mensen te ontmoeten, iets nieuws te leren, lekker in beweging te komen of iets leuks te doen? Meld u dan nu aan voor één of meerdere activiteiten!

Het aanbod is divers: van breien, badminton, biljarten en muziek maken tot schaken, bridgen, schilderen, koffie fit, zingen, wandelen en nog veel meer!

Bekijk het totale aanbod op de website: [www.doemeeinwoerden.nl](http://www.doemeeinwoerden.nl)

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Beweegteam Woerden per mail: [info@beweegteamwoerden.nl](mailto:info@beweegteamwoerden.nl) of bel: 06-58 77 24 02 (maandag t/m donderdag)

**Doe mee IN WOERDEN** [.nl](http://www.doemeeinwoerden.nl)

# WoordZOEKER

K	S	T	W	E	C	E	P	S	W	O	E	R	D	E	N
R	A	E	I	A	E	O	B	E	N	Z	I	N	E	T	E
I	B	P	F	D	M	Z	E	G	V	E	L	D	E	J	A
S	I	E	U	P	G	H	H	I	N	L	I	L	T	U	C
T	N	H	I	Z	T	U	B	A	F	T	E	A	T	G	J
E	A	E	E	E	Z	T	R	O	R	F	A	O	E	R	R
L	R	E	R	J	L	E	S	B	O	M	O	M	V	A	E
K	A	T	U	T	O	O	L	O	R	T	E	K	O	T	O
I	A	T	M	E	T	R	N	E	P	E	T	L	E	I	V
R	B	O	M	L	T	E	D	N	N	S	W	O	E	S	R
E	K	L	I	L	E	U	A	T	N	D	I	U	C	N	E
M	N	R	K	E	O	S	E	I	T	C	A	U	E	H	V
A	A	A	U	P	T	H	U	I	S	B	U	S	H	I	T
K	D	H	B	S	U	B	S	I	D	I	E	E	R	T	N
T	H	C	O	T	L	E	I	B	O	M	T	O	O	C	S
G	I	T	F	I	V	D	R	E	D	N	O	H	S	E	Z

- acties
- auto
- benzine
- boottocht
- cafe
- charlotte
- dankbaar
- gemeente
- gratis
- harmelen
- kamerik
- koffie
- kristel
- lotte
- nieuwerbrug
- oudermaatje
- pompier
- puzzelen
- rummikub
- sabina
- scootmobieltocht
- spelletje
- subsidie
- telefoon
- thee
- thuisbus
- thuispost
- tijd
- vervoer
- woerden
- zegveld
- zeshonderdvijftig

Oplossing

*(oplossing: wees een lichte voor een ander)*



## Rondleiding door de Tweede Kamer Gaat u mee?

Herkent u de twee oud-politici op de foto? Het zijn Pieter Jelles Troelstra en Joop den Uyl, twee vooraanstaande socialisten uit de vorige eeuw. Hun beelden staan in het nieuwe gebouw van de Tweede Kamer in Den Haag. Wilt u deze en andere beelden eens in het echt bewonderen? Dat kan! **Op woensdagmiddag 1 februari van 14:00 - 16:00 uur gaan we op bezoek bij de Tweede Kamer.** We krijgen daar een interessante rondleiding, waarbij u ons parlement ook echt 'in actie' kunt zien. Gaat u mee? Aanmelden kan via: 06-83405125, voor vervoer wordt gezorgd, evenals Koffie/thee en lekkers. (Er zijn geen kosten aan deze activiteit verbonden).



# Leestips



## Het meisje dat de wereld veranderde

Lisette van den Berg

Lisa is niet zo gelukkig. Ze voelt zich alleen en het lijkt alsof de wereld tegen haar is. Als haar opa dit hoort, weet hij dat de tijd is gekomen om haar het geheim van het leven te laten ontdekken. Opa neemt Lisa mee op een ontdekkingsreis waarin ze regelmatig met haar angsten wordt geconfronteerd. Langzaam groeit bij Lisa het gevoel dat er iets niet klopt. Draagt opa zélf ook nog een geheim met zich mee? Op het moment dat ze daarachter komt, verandert alles.



## Kunstmenu Zilver: muziek-, dans- en theateractiviteiten voor senioren

Het Klooster presenteert onder de naam "Kunstmenu Zilver" een speciaal activiteiten-aanbod voor senioren. Samen mooie momenten te beleven met muziek, dans en theater onder leiding van docenten van het klooster.

*'Als ik wat minder vrolijk binnen kom, loop ik weer met een lach naar buiten.'*  
*'Mijn fantasie en creativiteit worden enorm*



## Een man die Ove heet

Fredrik Backman

Ove is negenenvijftig jaar oud. Hij rijdt Saab. Mensen noemen hem 'de bittere buurman'. Maar Ove is niet bitter, hij gromt alleen een beetje, en hij heeft inderdaad niet steevast een glimlach op zijn gezicht. Maar achter deze pedante facade schuilt een verhaal, een verdrietig verhaal. Als de pas gearriveerde nieuwe overburen op een ochtend per ongeluk zijn brievenbus pletten, vormt dat het begin van een komisch en hartverwarmend verhaal over onverwachte vriendschap, ongekamde katten en de kunst van het achteruitrijden met een caravan.

*geprikkel. Jullie begeleiding werkt zeer stimulerend.'*  
*'Als ik hier ben dan vergeet ik alles, dan ben ik echt in het hier en nu.'*



Kijk voor meer informatie en aanmelden op [www.kloosterwoorden.nl/kunstmenuzilver/](http://www.kloosterwoorden.nl/kunstmenuzilver/)

Bietenstampot met spek en appel

# Bietenstampot met spek en appel

Zoet, hartig, smeuïg en in een half uur op tafel.

## Benodigheden voor 4 personen:

- kruimige aardappel 1,5 Kg
- ongezouten roomboter 50 g
- gerookte spekreepjes 300 g
- ui 1
- Gekookte Bietjes 500g
- Royal Gala Appel 1

## Dit heb je nodig:

- pureestamper

30 min. bereiden

1. Schil de aardappelen en snijd ze in gelijke stukken. Kook in water met eventueel zout in 20 min. gaar.
2. Verhit ondertussen 25 g boter in een koekenpan en bak de spekreepjes in 6 min. knapperig. Voeg de ui toe en bak 4 min. mee.
3. Schil ondertussen de bietjes en snijd in blokjes. Bak 4 min. mee met het spek- ui mengsel.
4. Snijd de ongeschilde appel in kwarten en verwijder het klokhuis. Snijd de kwarten in stukjes. Schep door het bietenmengsel.
5. Giet de aardappelen af, maar vang wat kookvocht op. Stamp de aardappelen met de rest van de boter en het kookvocht met de pureestamper tot een smeuïge puree
6. Schep het bietenmengsel erdoor. Breng op smaak met peper en eventueel zout.



## Steun ons

Om alle activiteiten van Stichting Thuishuis Woerden te kunnen blijven organiseren en bekostigen, hebben wij voldoende inkomsten nodig. Onze inkomsten bestaan voor een deel uit subsidie van de gemeente.

Voor het organiseren van activiteiten en voor onze organisatiekosten zijn wij echter in grote mate afhankelijk van fondsen, donaties en schenkingen. Stichting Thuishuis Woerden is een ANBI stichting. Dit betekent dat giften aan onze stichting aftrekbaar zijn voor de inkomstenbelasting.

Mocht u denken: 'Ik wil Stichting Thuishuis Woerden opnemen in mijn testament of ik wil een periodieke schenking of een eenmalige donatie doen' Vraag dan naar de mogelijkheden bij uw belastingadviseur.

Mocht u deze niet hebben dan kan onze penningmeester u ook op weg helpen. Mail dan naar: [penningmeester@thuishuiswoerden.nl](mailto:penningmeester@thuishuiswoerden.nl) of bel 06-23383005.

Wilt u ons steunen?

T.n.v. Stichting Thuishuis Woerden

IBAN: NL36RABO0153572523

K.v.K.: 30266068

Postadres:

Stichting Thuishuis Woerden

Kuipersweg 10

3449 JA Woerden

