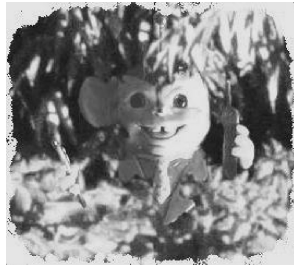


HOLDIE ZIET EEN KABOUTER



Nee, ik ga niks schrijven over hoe warm het was, maar wel over hoeveel geluid er in Holendrecht is! Echt erg, het lijkt in de zomer de kermis wel, maar dan alle daagjes en soms tot drie uur in de nacht. Het is gewoon verschrikkelijk voor mijn kleine oortjes. Het rare vind ik ook dat er mensen zijn die respect willen krijgen, maar die zelf denk ik niet weten wat het is. Als ze wel weten wat het is, dan zouden ze beginnen met respect geven en dingen doen waarmee ze respect verdienen. Dat is afgelopen zomer echt niet gelukt! Hebben mensen daar geen cursussen voor of zo?

Ik was zo draaiërig geworden van alle herrie dat ik zo snel mijn voetjes me konden dragen een rustiger plekje ben gaan opzoeken, helemaal verscholen in het groen. Daar ben ik toen erg geschrokken.... Jullie moeten weten dat wij, de kleine wezens, een soort 'regering' hebben. Echt waar. Die is niet zo machtig als de mensen hoor, want als de mensen bomen en struiken waar we in wonen weg halen, of op onze holletjes een huis willen zetten dan hebben wij niets in te brengen natuurlijk. Dan moeten we heel snel vluchten. Maar toch, we hebben altijd een leider en die wordt ook democratisch gekozen. Nou, wat denken jullie? Zie ik daar midden tussen een heleboel kleine wezens, vooral jonkies, Kabouter bovenop een oud mobieltje staan! Nou, Kabouter ken ik al vanaf dat we allebei nog jong waren en vandat hij vroeger met een kruiwagentje bij een vijver stond. Toen heeft ie op een keer een paar kleine wezens met zijn kruiwagentje laten omduwen. Dat was echt een nare tijd. De jonge kleine wezens hebben daar geen weet meer van, want wij hebben geen scholen zoals de mensen die wel hebben. Nee, de kleine wezens leren niet en de meeste lezen zelfs nooit! Nou, dus toen moest er worden gestemd en toen beloofde Kabouter dat we alle ruimte en bomen en struiken die er zijn twee keer zouden hebben en dat we ook al het eten dat we vonden twee keer op mochten eten. Iedereen begon te juichen. Ik ben toen maar stilletjes weggeslopen en heb mijn spulletjes in een grote zakdoek gepakt. Gelukkig kiezen wij onze leider maar voor drie maandjes, maar jullie begrijpen vast dat ik in die periode eventjes op vakantie ben.

Holendrechtters en Holendrechtertjes wees lief voor elkaar en toon respect aan de mensen, dieren en planten. Jullie moeten het effies zonder mij doen, maar ik kom echt weer terug hoor! Lieve groetjes van Holdie.

PS: ik loop nu weer te lachen, want de grassprietjes krielen onder mijn armpjes!
(bericht bij Holendrechtter gearriveerd via postduif)

WEERBAARHEID

Tekst van Denise Kempenaar, MaDi

OP woensdag 15 september 2010 start de stichting MaDi Zuidoost in samenwerking met de Blijf groep voor de derde keer de cursus "WEERBAARHEIDSTRAINING" voor vrouwen. De training is bestemd voor alle vrouwen die onder andere moeite hebben met het stellen van grenzen, die weinig tot geen zelfvertrouwen hebben en daardoor niet voor zichzelf op kunnen en/of durven komen. En ook vrouwen die te maken hebben (of hebben gehad) met huiselijk geweld zijn van harte welkom.

WANNEER: 15 september – 15 december (12x) – op woensdagochtend, 9.30 – 12.00 uur in Buurtcentrum De Bonte Kraai, Kraaiennest 68, 1104 CD Amsterdam (naast de metrohalte Kraaiennest).

WAT: Training (1,5 uur). Oefeningen om je krachtiger te voelen, te leren ontspannen, grenzen te stellen en jezelf te leren beschermen als iemand je vastpakt of bedreigt. Het is heel leerzaam en ondersteunend. Je hoeft niet sportief te zijn. Het is prettig om kleren en schoenen aan te doen waarmee je makkelijk kan bewegen. Daarna: Groepsgesprek met koffie, thee (1 uur). Praten over zorgen voor je eigen veiligheid, beter omgaan met spanning, steviger in je schoenen staan, meer zelfvertrouwen krijgen, omgaan met angstgevoelens, vertrouwen op je eigen gevoel en opkomen voor je rechten.

U kunt zich aanmelden of verder informatie krijgen bij Patricia Jadi. Als de startdatum al voorbij is, bel dan toch even, de kans is groot dat u nog wel kunt aansluiten. Telefoonnummer: 06 -2198 2638 of 088-299 2040 (algemeen Maatschappelijk werk stichting MaDi op het Gezondheidscentrum Holendrecht – Millingenhof)



VanharteResto

Binnenkort verdwijnt het Activiteitscentrum van Reigersbos. Zodoende is daar een einde gekomen aan de vrijdagse diners voor bewoners. Voortaan is er op maandag én woensdag zo'n diner in De Bonte Kraai, Kraaiennest 68. Bereikbaar met bus 47. Wie gezellig en goedkoop uit eten wil kan reserveren via telefoon 0800-0151. Zaal open om 17.00 uur, maaltijd 17.30 uur.