



WAAR KWALITEITEN ZICH VERBINDEN

Het Bruisnest is een ontwikkelingsplaats waar men zijn of haar kwaliteiten en talenten kan inzetten om zo te groeien naar een plek in de maatschappij.

Wil je meer weten ga naar onze website, www.hetbruisnest.nl

Nieuwsbrief Maart

Nummer 2

In deze nieuwsbrief:

- ING Fonds
- Jubileumfeest in de Tolerantietempel in Gouda
- Week van Zorg en Welzijn
- Gouda FM Radio "Totaal Normaal"
- Speeddateavond
- Terugblik bezoek wethouder
- Repair Café & pc-hulp
- Wijkeethuis Gouda Oost
- Succesverhaal

ING  **NEDERLAND FONDS**

Help Nederland vooruit

Van 9 tot en met 30 januari 2017 kon Nederland stemmen op hun favoriete stichting via het ING-fonds. Het aantal stemmen heeft uiteindelijk de hoogte van de ING Nederlandse fonds donatie bepaald.

Zaterdag 18 februari kreeg Yvonne, Hannah en Caitlin de uitslag te horen en hebben zij de prijs in ontvangst mogen nemen bij de ING in Alphen a/d rijn.

Het Bruisnest heeft **€ 3000,- gewonnen** met het ING-fonds "Help Nederland Vooruit!"

Daarmee hebben wij de **2de plek** behaald. En dat is natuurlijk helemaal geweldig! Dit bedrag zal nuttig besteed worden.

Het Bruisnest wil alle mensen bedanken die op ons gestemd hebben.



Jubileumfeest in de Tolerantietempel in Gouda!

Stichting 21 maart Gouda viert op zaterdag 18 maart 2017 dat zij 10 jaar actief is. Het doel van de stichting is het bespreekbaar maken, het voorkomen en zo nodig bestrijden van intolerantie, vooroordelen, discriminatie en racisme. Ter gelegenheid van dit jubileum wordt op **zaterdag 18 maart** de Agnietenkapel van 14.00 – 17.00 uur omgebouwd tot Tolerantietempel van Gouda.



De opening zal worden verricht door burgemeester Milo Schoenmaker. Om de feestelijkheden deze middag vorm te geven treden die middag diverse dichters, verhalenvertellers, muzikanten, dansers op. Ook zullen er diverse internationale hapjes en snacks te proeven zijn, dit ook door medewerking vanuit "Het Bruisnest en Nelson Mandela centrum. In onze stad wonen meer dan 125 nationaliteiten uit de verschillende werelddelen samen. Het is onze bedoeling is om te laten zien hoe mensen met al hun verschillende achtergronden, religie, leefstijlen, culturen uit de hele wereld in Gouda samenwonen en leven en hoe mooi en inspirerend die diversiteit kan zijn!



13 T/M 18 MAART 2017

Dinsdag 14 maart opent Het Bruisnest de deuren voor iedereen. Je bent van harte welkom om een kijkje te nemen van 14:30 -16:30 uur. De stagiaires verzorgen een interessante introductie film van Het Bruisnest. Verder is er gelegenheid voor een kopje koffie/thee en wat lekkers. Voor meer informatie en interesse kun je kijken in de diverse werkgebieden en vragen stellen aan onze vrijwilligers. Graag zien wij u op dinsdag 14 maart in Het Bruisnest.



Het Bruisnest met Radio "Totaal Normaal" on air!

(99 MHz via de kabel of via internet)



Het grootste doel van het radioprogramma, is om het taboe op psychische kwetsbaarheden te doorbreken en zo normaal mogelijk te doen. Ook over psychische kwetsbaarheden moet gewoon over gesproken kunnen worden. Allerlei verschillende onderwerpen die te maken hebben met psychische kwetsbaarheden kunnen aan bod komen.

In de eerste uitzending zijn we vooral ingegaan op de inhoud van het programma. Waar komt het idee vandaan, waarom een thema over stigma etc. Danny Jacksteit, ambassadeur van Samen Sterk Zonder Stigma, vertelde over zijn ervaringen en het werk wat hij doet voor de stichting.

De tweede uitzending hebben we met Ronald gesproken over zijn psychiatrische achtergrond en hoe hij het één en ander verwerkt in gedichten. Petra van Buren van de ZOG MH, vertelde over het project media en Stigma en over haar ervaringen over Stigma in het Groene Hart.

In de volgende uitzending gaan we het thema zwerfjongeren behandelen waarbij we de nieuwe zwerfjongerenopvang in Gouda bij willen betrekken. Om de week zenden we uit. Onze volgende uitzending is op **donderdag 2 maart van 14.00u – 15.00u** en dan weer op **donderdag 16 maart**.



Radio "Totaal Normaal" is mede mogelijk gemaakt door Stichting "Samen Sterk Zonder Stigma"



SPEEDDATEAVOND

“Speed daten? Echt een keer de moeite waard om uit te proberen.”
We zijn momenteel druk bezig met het organiseren en het treffen van voorbereidingen. Over de definitieve datum, tijd en aanmeldingen wordt u door ons binnenkort op de hoogte gebracht door middel van een flyer.



Zo'n avond is ideaal als middel om je sociale contacten uit te breiden en mensen te ontmoeten met dezelfde interesses.
Daarnaast worden er allerlei tafelspellen gedaan onder het genot van een hapje en een drankje.
Iedereen is welkom! We hopen u daar te zien.

Bezoek wethouder Corine Dijkstra bij Het Bruisnest



Op vrijdag 10 februari om 12:00 uur heeft de wethouder Corine Dijkstra een bezoekje gebracht aan Het Bruisnest. Er heeft een goed gesprek plaats gevonden over participatie van onze deelnemers en het toekomstperspectief



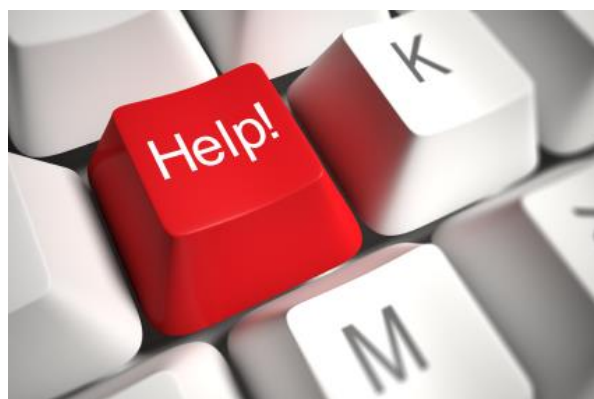
Het Bruisnest is in het afgelopen jaar gestart met Repair Café. Elke 3e vrijdag van de maand is het Repair Café van 11.00u – 14.30u geopend. In wijkcentrum Jan Ligthart, aan de Snoystraat 4 kunt u kapotte spullen laten repareren.
Het volgende Repair Café zal georganiseerd worden op

Vrijdag 17 Maart

Tijdens deze bijeenkomsten kunt u langs komen met kapotte spullen waar een vrijwillige reparateur klaar staat om **GRATIS** te helpen bij alle mogelijke reparaties. Als u toch wat wilt geven voor het herstelde apparaat, staat er een fooienpot.

Vanaf Januari is er ook wekelijks op de WOENSDAGMIDDAG een Repair Café op Het Bruisnest. Voor meer informatie hierover kunt u altijd bellen of mailen naar Het Bruisnest. Ook staat er informatie op de website en facebookpagina, www.facebook.com/repaircafekorteakkeren

Computers tegen goedkope prijzen



PC Hulp van Het Bruisnest maakt tweedehands computers in orde zodat ze weer gebruikt kunnen worden.
Het zijn vaak goede computers die geïnstalleerd worden met Windows 7 en het officepakket. Met scherm, toetsenbord en muis, betaalt u rond de €50,00.

Heeft u interesse in een computer, mail dit naar info@hetbruisnest.nl of bel naar 0182-522435

**Gezelligheid
&
heerlijk eten**



**Het Bruisnest verzorgt elke
donderdag een diner
in Wijkeethuis Gouda-Oost
van 18.00 tot 19.30 uur**



Locatie: Nelson Mandela Centrum
Bernadottelaan 79, 2506 JM Gouda



Als u mee wilt eten, kunt u zich aanmelden tot uiterlijk, donderdag
11.00 uur via tel. 0182-522-435 of via e-mail info@hetbruisnest.nl.
De kosten bedragen 5 euro.

Wij zien u graag verschijnen!

Samen eten in het wijkeethuis

Diner op donderdag. De buurt in samenwerking met het Bruisnest. Het Bruisnest verzorgt elke donderdag een diner. Een 2-gangen menu kost € 5 inclusief een kopje koffie of thee. De deur is open om 17.30 uur. De maaltijd is van 18.00 tot 19.30 uur. Aanmelden kan tot uiterlijk donderdag 11.00 uur via: 0182-522435 of info@hetbruisnest.nl

Het is wel belangrijk dat u zich van tevoren aanmeldt i.v.m. de boodschappen.

Succesverhaal van een vrijwilliger

Ik ben Michael en ik ben 36 jaar. Sinds september 2016 werk ik als vrijwilliger op Het Bruisnest. Ik sta één dag per week in de keuken en op andere dagen help ik mee aan de PR als grafisch vormgever.



Ik zocht al heel lang vrijwilligerswerk en werd uiteindelijk door iemand getipt om eens te kijken bij Het Bruisnest. Bij het sollicitatiegesprek werd ik meteen enthousiast van de mogelijkheden die mij geboden konden worden. Ik heb in het verleden gewerkt als grafisch vormgever en ze zochten nog iemand om flyers etc. te maken. Dat vond ik wel heel tof! Verder gaf ik aan dat het mij ook wel wat lijkt om een dag per week in de keuken te staan. Iets heel anders, maar dat vind ik ook leuk en het geeft een prettige afwisseling.

Ik werk nu zo'n half jaar bij Het Bruisnest, maar ik heb al veel belangrijke dingen geleerd. Het belangrijkste vind ik dat ik minder bevooroordeeld ben geworden over mensen met een psychische beperking. Het is niet zo dat ik voorheen echt op hen neerkeek, maar toch had ik er een bepaald beeld bij wat gevormd werd door de stigma's die helaas heersen in de maatschappij. Op Het Bruisnest ging ik mij al snel realiseren dat een psychische beperking je echt niet minder maakt dan wie dan ook. Het valt me zelfs op dat de mensen hier juist erg vriendelijk, hulpvaardig en betrokken zijn met anderen. Dit vind ik hele goede eigenschappen waardoor ik mensen juist extra ga waarderen!

Door de gemoedelijke sfeer die hier heerst, ben ik juist meer uit mijn schulp gekropen en ga ik mezelf steeds beter leren kennen en accepteren. Ik krijg ook meer zelfvertrouwen in de dingen die ik wel kan en krijg meer inzicht in de dingen waar ik nog aan zou kunnen werken. Ik vind Het Bruisnest echt een heel waardevol initiatief! Voor mezelf en ik denk ook voor zoveel andere mensen. Ik vind het leuk om te horen dat zoveel mensen en instanties Het Bruisnest een warm hart toedragen. Ik hoop dat de andere vestigingen met succes kunnen worden opgericht. En wie weet kan het in de toekomst nog veel groter worden. En dat is alleen maar goed, want zoveel mensen kunnen erdoor worden geholpen!

Ik hoop met mijn verhaal anderen te inspireren nooit op te geven, hoe moeilijk je het ook hebt. Gevoelens van wanhoop en frustratie zijn heel normaal en die mogen er ook gewoon zijn. Maar zolang er leven is, is er hoop! Ook al lijkt het allemaal uitzichtloos en voel je je door niemand begrepen. Want er zijn namelijk op de wereld mensen die je wel begrijpen en ook kunnen helpen. Blijf altijd hopen op een betere toekomst en probeer ook te genieten van de dingen in het leven die wel goedgaan!