

Welkom in Het Knoop!punt

Al vanaf 2012 is het Knoop!punt geopend in uw wijk. Wat is het Knoop!punt nu eigenlijk? Het is een ontmoetingsruimte voor iedereen woonachtig in 't Hool. Jong en oud; iedereen is welkom en alle bewoners van de wijk mogen er gebruik van maken. Er zijn verschillende activiteiten die in en om het Knoop!punt plaatsvinden maar er is zeker nog ruimte voor nieuwe activiteiten en initiatieven. Heeft u een leuk idee, loop gauw eens binnen. De koffie of thee wordt vers voor u gezet. U kunt ook altijd een mail sturen naar: knooppunt@hethool.nl en neem vooral eens een kijkje op de website: www.hethool.nl.

Nieuw in het Knoop!punt: spreekuur Sociaal Raadsliedenwerk

In Nederland kennen we allerlei wetten, regelingen en voorzieningen die het leven gemakkelijker maken. Soms roepen ze echter ook vragen op. Vragen over rechten en plichten. Over ingewikkelde formulieren of over inkomsten, belastingen, huisvesting, juridische zaken en onderwijs. Met die vragen kunt u terecht bij Sociaal Raadsliedenwerk.

Deskundige en onafhankelijke raad

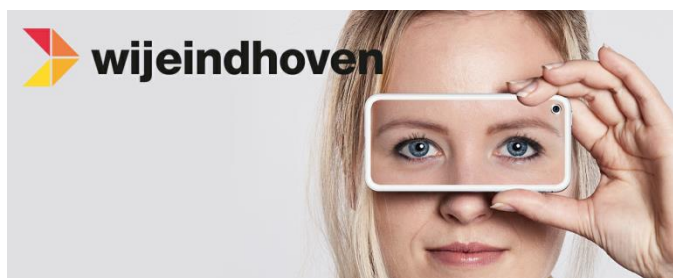
Sociaal raadslieden zijn deskundig op het gebied van wetten, regelingen en voorzieningen. U kunt bij ons terecht met vragen over onder andere: uitkeringen en sociale zekerheid, huurkwesties, inkomensregelingen, personen- en familierecht, belastingen en kwijtscheldingen, maatschappelijke regelingen en toeslagen.

We geven onafhankelijke informatie en behandelen uw vragen vertrouwelijk. We leggen uit hoe regels en procedures in uw situatie worden toegepast en we bespreken met u welke rechten en plichten u heeft. Samen met u bekijken we wat in uw geval het beste is om te doen. Vaak volstaat een advies, maar waar dat nodig is, kunnen wij ondersteunen bij het schrijven van een brief, klacht of bezwaar of een bemiddeling in een geschil met een instantie.

Afspraak maken?

U kunt bellen naar Lumens in de buurt op het telefoonnummer 040-2193300 of op werkdagen langskomen bij de balie van ons kantoor aan de Don Boscostraat 4 tussen 9.00 – 15.00 uur.

WIJeindhoven



Heeft u een vraag, bijvoorbeeld over werk, hoe u moet rondkomen met uw inkomen of over schulden, over een relatie of wilt u meer weten over de opvoeding van uw kinderen. Als u zelf of samen met anderen geen antwoord weet op uw vraag, kunt u terecht bij het WIJeindhoven-team Woensel-Noord Ontginning in uw wijk. Het WIJ-team komt bij u langs en gaat met u in gesprek.

Contactpersoon: Mijke Kanters: 040-2388998 / woenselontginning@wijeindhoven.nl.
Op www.wijeindhoven.nl vindt u meer informatie en kunt u een foto van de medewerkers zien.

Inloopspreekuur Knoop!Punt - iedere dinsdag 13.00 - 15.00 uur

Voor alle bewoners uit de wijk is er iedere dinsdag een spreekuur van 13.00 - 15.00 uur. Tijdens dit spreekuur zijn Woonbedrijf, de gemeente, politie, WIJ Eindhoven en/of buro Cement aanwezig. Heeft u vragen over uw wijk? Of over uw woning, heeft u ergens hulp bij nodig? Loop gerust binnen, zij staan klaar om uw vragen te beantwoorden en u te helpen of door te verwijzen naar de juiste instantie! Het kan voorkomen dat de persoon die je zoekt er toch niet is vanwege andere afspraken, laat dan een boodschap achter. U wordt dan terug gebeld.

Professionals die werkzaam zijn in de wijk:

Gemeente: wijk-coördinator Jose Graafsma j.graafsma@eindhoven.nl / 040-2388389
Woonbedrijf: Storm Moghal en John van Nunen 040-2434343: info@woonbedrijf.com
Politie: Rien Klerkx. Bereikbaar via: 0900-8844

Waardebonnen

't Hool is een mooie en gemengde wijk met allerlei soorten mensen en culturen. Iedereen woont graag in een veilige en gezellige buurt. U als bewoner kunt hier aan bijdragen!

Er is geld beschikbaar voor het realiseren van uw plannen, hiervoor kan een waardebon worden aangevraagd.

U kunt denken aan het opknappen van een pleintje, meer groen in de wijk, opzetten van nieuwe activiteiten etc. Heeft u een leuk idee? Aarzel niet en dien een aanvraag in! Voor vragen, het aanvraagformulier of ondersteuning hierbij, kunt u een mailen naar: regiegroepthool@live.nl.

Feldenkrais Yoga | Mindfulness training | Ademen en ontspannen

Feldenkrais Yoga leert je om zo natuurlijk mogelijk te bewegen en je bewust te worden van je bewegingen. Soms heb je (onhandige) bewegingspatronen aangeleerd die je met deze methode kunt veranderen. In de lessen word je bewust hoe de bewegingen verlopen en ontdek je hoe je ook anders, beter gecoördineerd en soepeler kunt bewegen. Gaanderweg merk je dat je met minder inspanning meer kunt doen.



Gratis kennismakingsles FeldenkraisYoga op vrijdag 12 september 09.30-10.30 uur.

Daarna start een cursus van 10 wekelijkse lessen op vrijdagochtend. Bij voldoende interesse ook op maandagavond van 19.00-20.00 uur.

Mindfulness leert ons om met vriendelijkheid en wijsheid, open, integer, om te gaan met alle aspecten van ons leven. Door bewuster in het huidige moment te zijn kunnen veel zaken duidelijker worden of anders ervaren worden en ons helpen om goede keuzes te maken. In de training leer je hoe je beter kunt focussen op de dingen die je doet en balans en rust in hoofd en leven te brengen. De training behandelt verschillende manieren om dit te bereiken.

Gratis kennismakingsles Mindfulness op maandag 14 september van 20.15-21.15 uur.

Daarna start een training van 8 wekelijkse bijeenkomsten op de maandagavond van 20.15-22.15 uur.

Als je mee wilt doen graag vooraf aanmelden. Voor meer informatie bel Els van Roosmalen, 040 2110239 of kijk op de website www.vivid-care.nl of www.hethool.nl/cursussen-in-het-knooppunt

Activiteitenoverzicht

	ochtend	middag	avond
maandag	Arabische les 9.00 - 11.00 uur		
dinsdag		Burgerbieb 14.00 - 16.00 uur Inloopspreekuur buurtbewoners 13.00 - 15.00 uur	Jongerenclub 17.00 - 19.00 uur
woensdag	Ontbijtclub 9.00 - 10.30 uur Breien & Haken 10.30 - 12.00 uur	Meidenclub 15.30 - 17.00 uur in on-even weken	Website-avond 19.30 - 21.30 uur in on-even weken
Donderdag		Kidsclub 15.30 - 17.00 uur	
Vrijdag	Feldenkrais Yoga (zie toelichting)	Burgerbieb 14.00 - 16.00 uur	
Zaterdag		Filosofie-groep (engelstalig) 14.00 - 16.00 uur 1x per maand (zie website www.hethool.nl)	

Dit kalenderjaar wordt er nog een aantal leuke activiteiten georganiseerd in 't Hool. Noteer de volgende data alvast in uw agenda:

Spelldag	zaterdag 5 september
Halloween	zaterdag 31 oktober
Sinterklaas	zaterdag 28 november

We zijn altijd op zoek naar nieuwe enthousiaste vrijwilligers die mee willen helpen bij activiteiten. Iedereen heeft talenten en kwaliteiten en waarom zou u deze niet inzetten voor UW wijk!

BurgerBIEB

Geachte mede-wijkbewoner,
Wij, de vrijwilligers van de burgerBIEB, zien tot onze grote tevredenheid dat steeds meer inwoners van 't Hool de weg naar het Knoop!punt en de burgerBIEB weten te vinden. Natuurlijk zouden we graag zien dat nog meer mensen boeken komen uitzoeken in de BIEB. We hebben een echt leuke collectie! Kom 'ns kijken. Of komt u liever voor een gesprekje en een kop koffie; dat kan natuurlijk ook. U bent van harte uitgenodigd.



De vrijwilligers, Mieke, Nelly, Blanche, Netty

*De redactie houdt zich het recht voor om ingezonden artikelen in te korten of te weigeren.
Volgende editie: januari 2016 kopij hiervoor dient aangeleverd te worden vóór 15 december 2015 naar redactie@hethool.nl.*

Buro Cement: wij samen voor elkaar!

Buro Cement is sinds januari 2014 de welzijnsaanbieder in 't Hooft. Heeft u een idee voor het verbeteren van de veiligheid en leefbaarheid in de wijk, wilt u iets organiseren voor kinderen en/of jongeren, ervaart u (jongeren)overlast, of wilt u op welke manier dan ook iets betekenen voor het Hooft en de mensen die er wonen; neem dan contact op met Buro Cement.

Het aanspreekpunt voor Buro Cement in uw wijk is
Jeroen Janssen: 06-24770748 of jeroenjanssen@woenselnoord.nl.



WeHelpen

WeHelpen is een tool, een middel, een website. Op wehelpen.nl kun je hulp vragen en hulp aanbieden. Ook kun je samen met bekenden zorgen voor een hulpnetwerk voor een ander. Op wehelpen.nl vind je hulpvragen en mensen die hulp aanbieden. Zelf kun je makkelijk een account aanmaken en meehelpen. Met wehelpen.nl help je mee. WeHelpen wil helpen vanzelfsprekend maken...

WeHelpen maakt het makkelijk om hulp te vragen, aan te bieden en te organiseren.

Hiermee willen we helpen weer vanzelfsprekend maken en mensen motiveren mee te helpen.

Hoe werkt www.wehelpen.nl?

De website www.wehelpen.nl is gratis en voor iedereen. Binnen een paar klikken kan er een hulpvraag worden aangemaakt of hulp worden aangeboden.



Account aanmaken

Het is belangrijk eerst een account aan te maken. Met een account kun je hulpvragen stellen, je hulp aanbieden of een hulpnetwerk aanmaken.

Hulp vragen

Heb je hulp nodig? Dan kun je een hulpvraag stellen. Dit mag van alles zijn: een ritje naar het ziekenhuis, hulp bij het doen van boodschappen, een hond uitlaten of een muur verven. Het stellen van een hulpvraag is gratis, de aangeboden hulp is ook gratis. Hoe concreter je de vraag stelt, hoe groter de kans op hulp.

Hulp aanbieden

Wil je graag iemand helpen? Dan kun je je hulpaanbod kenbaar maken. Je vertelt wat je zou kunnen doen, hoe, wanneer en hoe lang. Hulpvragers kunnen je zo makkelijk vinden. Je kan natuurlijk ook direct reageren op de hulpvragen die anderen hebben geplaatst.

Samen helpen: een netwerk aanmaken

WeHelpen biedt de mogelijkheid een hulpnetwerk aan te maken. Dit is handig als je bijvoorbeeld samen met anderen zorgt voor een vriend of familielid. Met een hulpnetwerk kun je gezamenlijk een agenda beheren, een logboek bijhouden en notities delen.

Je gegevens bewaren en beheren in Mijn WeHelpen

Als je een account hebt aangemaakt op www.wehelpen.nl bewaar en bewerk je je gegevens makkelijk in Mijn WeHelpen. Dit is een persoonlijk stuk op de website waar niemand bij kan. Je ziet hier bijvoorbeeld of je nieuwe berichten hebt en je kunt je gegevens aanpassen. Ook stel je hier hulpvragen of bied je hulp aan via je hulpprofiel.