

# WEGWIJS IN SCHOTHORST



Advertentie\_pagina

## Inleiding Wegwijs in Schothorst

Dit jaar kun je weer volop deelnemen aan allerlei activiteiten. We hebben de gegevens weer bijgewerkt en soms wat nieuws opgenomen. Dit boekje is de 10e uitgave, een jubileum!

De website voor Schothorst: Inschothorst, wordt uit de lucht gehaald. De Gemeente werkt met gebieden, ons gebied is Schothorst, Zielhorst en Hoefkwartier. Dat wordt de nieuwe website die 1 mei actief is geworden. De nieuwe website is: [www.SZHWijken.nl](http://www.SZHWijken.nl).

Voor Schothorst is nog een aparte facebookpagina: [facebook.com/inschothorst](https://facebook.com/inschothorst) actief. Als u uw informatie wilt doorlinken, graag! Anders misschien een berichtje sturen naar [redactieinschothorst@gmail.com](mailto:redactieinschothorst@gmail.com)?

De werkgroep die dit boekje jaarlijks van nieuwe of gewijzigde inhoud voorziet kan wel wat versterking gebruiken.

**Ben je goed met tekstverwerken en e-mail?** Laat het weten en mail naar: [wegwijsinschothorst@gmail.com](mailto:wegwijsinschothorst@gmail.com)!

Zoals altijd zorgen de adverteerders en het Buurtbudget weer voor een belangrijke bijdrage aan dit boekje.

Mocht u uw exemplaar kwijt zijn of een Nee-Nee-sticker hebben, dan kunt u bij Jumbo, Het Groene Huis en Panini Italiani (naast station Schothorst) weer een Wegwijs meenemen.

Een actief, gezond en bruisend jaar.

Namens de werkgroep,

*Louise de Haart, Herman Koolstra en Christien Stomphorst.*

## Wie belt u waarvoor? Informatie Veilig Amersfoort

### ***Melding doen***

Als u in de stad of uw buurt iets ziet dat kapot is, vuil is, niet werkt of overlast geeft, kunt u daar een melding van maken. Als u een online melding doet via de website [www.amersfoort.nl/meldpunt](http://www.amersfoort.nl/meldpunt) krijgt u een bevestigingsmail en wordt u op de hoogte gehouden van de melding. Een nauwkeurige melding van de locatie zorgt ervoor dat de gemeente de melding beter kan behandelen.

Wilt u toch liever bellen? Dat kan ook. De gemeente is van maandag tot en met vrijdag te bereiken tussen 8.30 en 17.00 uur via telefoonnummer: 14 033.

Is er sprake van een gevaarlijke situatie waardoor uw melding niet kan wachten tot de eerstvolgende werkdag? Bijvoorbeeld een omgevallen boom die de weg blokkeert of een groot gat in het wegdek. Bel dan de Gemeenschappelijke Meldkamer (Brandweer, Politie en/of Ambulance) via 112.

De wijkbeheerder is Steven Schipper, hij is bereikbaar via het algemene nummer 14 033.

### ***Leefbaarheid en veiligheid***

De gebiedsmanager werkt aan de leefbaarheid en veiligheid van de wijk. Hij of zij kijkt wat er leeft in de buurt en bespreekt dit met bewoners, organisaties en collega's in de gemeente. De gebiedsmanager voor Schothorst is Olaf de Koning. U kunt hem bereiken via het algemene nummer 14 033.

### ***Overlast (geen spoed, wel politie)***

Als u overlast ervaart waarbij op korte termijn actie nodig is, belt u de politie. Dit kan bijvoorbeeld gaan over lawaai in de avond of nacht of vernieling.

Bel de politie Amersfoort of uw wijkagent via het algemene nummer: 0900-8844. Of mail via het contactformulier op [www.politie.nl](http://www.politie.nl). U kunt ook anoniem melden via Meld Misdaad Anoniem: 0800-7000. De wijkagent in Schothorst is Tonny Poelman.

### ***Jongeren***

Als u al geruime tijd hinder ondervindt (geluid, afval) van (jonge) bewoners, geef het dan door aan het Meldpunt (zie gegevens hierboven)

### ***Noodsituaties (spoed)***

Als elke seconde telt, als de dader nog in de buurt is of bij een verdachte en/of bedreigende situatie. Bel direct het alarmnummer: 112. De politie komt dan zo snel mogelijk.

## Huisartsenpraktijken die wellicht nog patiënten aannemen:

Huisartsenpraktijk Sagenhoek; Paladijnenweg 613; Telefoon 033-4725000.  
Huisartsenpraktijk Orion; Ringweg Koppel 15; Telefoon 033-4790000.

## Tandartsenpraktijk die wellicht nog patiënten aanneemt

(alleen voor Schothorst)

Tandartsenpraktijk A. Meeuwissen; Klarissenstraat 26; Telefoon 033-4757310.

## Apotheek Orion

Tel. 033-4806310, [www.apotheekorion.nl](http://www.apotheekorion.nl); e-mail: [info@apotheekorion.nl](mailto:info@apotheekorion.nl).

## Regelingen voor de kleine portemonnee waar u gebruik van kunt maken

Amersfoort heeft een voedselbank, kledingbank en speelgoedbank. Ze zijn alle drie gevestigd in hetzelfde pand: Argonweg 10, 3813 RB Amersfoort.

Het zijn wel drie verschillende organisaties met elk hun eigen telefoonnummer en mailadres

**Voedselbank Amersfoort;** [www.voedselbankamersfoort.nl](http://www.voedselbankamersfoort.nl)

Tel.: 033 - 472 19 37; e-mail: [info@vbamersfoort.nl](mailto:info@vbamersfoort.nl)

**Kledingbank Amersfoort;** Website: [www.kledingbank-amersfoort.nl](http://www.kledingbank-amersfoort.nl)

Tel.: 033 - 200 74 84; e-mail : [info@kledingbank-amersfoort.nl](mailto:info@kledingbank-amersfoort.nl)

**Speelgoedbank Amersfoort;** Website: [www.speelgoedbank-amersfoort.nl](http://www.speelgoedbank-amersfoort.nl)

Tel.: 06 - 49 93 77 83; e-mail: [info@speelgoedbank-amersfoort.nl](mailto:info@speelgoedbank-amersfoort.nl)

Bij de voedselbank kunt u terecht voor een intakegesprek. Kijk op de website voor de openingstijden: <https://www.voedselbankamersfoort.nl/klant-woorden/gesprek>. Als u hier bent toegelaten, kunt u automatisch terecht bij de kleding- en speelgoedbank.

Verder kan de informatiewinkel van Indebuurt033 u helpen. Naast hulp bij schulden, belastingzaken en andere financiële vragen kunnen zij u op weg helpen over fondsen voor kinderen en voor volwassenen om deel te nemen aan sport of andere activiteiten.

U kunt in Schothorst terecht bij het informatiepunt in De Hoeksteen. Zie daarvoor ook alle gegevens van Indebuurt033 verder in dit boekje.

## Dierenarts met aangepaste tarieven

Om mensen met een laag inkomen tegemoet te komen, hanteert BeterBeest Dierenartsen voor hen een sociaal tarief: flinke korting op de prijs van behandelingen en ingrepen. Om hiervoor in aanmerking te komen, moeten eigenaren aantonen dat hun inkomen op bijstandsniveau ligt.

Adres: Hendrik van Viandenstraat 33. Online een afspraak plannen kan via [info@beterbeest.nl](mailto:info@beterbeest.nl).

Advertentie\_pagina

## OVERIG

### ALGEMEEN

#### Stichting Bewoners033

Bewoners033 is een onafhankelijke netwerkorganisatie, opgericht en gerund door vrijwilligers. Ter ondersteuning van alle bewonersinitiatieven die zich er elk op hun eigen manier inzetten om Amersfoort, Hoogland of Hooglanderveen mooier, leefbaarder, socialer, veiliger, toegankelijker en duurzamer te maken.




Om bewonersinitiatieven effectief te kunnen ondersteunen, zoeken we actief de samenwerking op met buurtbesturen, buurtnetwerkers, gebiedsmanagers, SRO, gemeente, (sociale) ondernemers, Indebuurt033 en verschillende andere partijen. Zo leren we van en met elkaar; samen maken we de stad. Er is 4x per jaar bijeenkomst samen maken wij Amersfoort (broedplaats), uitreiking van de Buurtwetertegel en wordt regelmatig een burgerborrel gehouden daarnaast kun je advies inwinnen voor vragen over je initiatief of project.  communiceren via website <https://bewoners033.nl>, twitter <https://twitter.com/bew033> en Facebook <https://nl-nl.facebook.com/bewoners033/>

#### Bibliotheek Eemland (Koperhorst)

Uitlenen van boeken, dvd's, cd's en tijdschriften voor alle wijkbewoners. Wijklocatie in de Koperhorst, Paladijnenweg 275. Info: Tel. 033- 472 6214 (Koperhorst) of 033 – 463 1914. [www.bibliotheekeemland.nl/www.koperhorst.nl](http://www.bibliotheekeemland.nl/www.koperhorst.nl). Openingstijden: ma. t/m zo., 07.30-22.00 uur; Op ma., woe. en vrij. van 10.00-11.30 uur is een vrijwilliger aanwezig.

#### Buurtbudget Schothorst


Bewoners en organisaties in Schothorst die een activiteit willen organiseren in en voor de wijk, buurt of straat kunnen voor de financiering een aanvraag indienen bij Buurtbudget Schothorst. De Buurtbudgetcommissie Schothorst (BBC) besluit vier keer per jaar (februari/april/juni/oktober) of de ingediende aanvragen worden toegekend. De belangrijkste criteria daarbij zijn bevordering van de sociale samenhang tussen bewoners en draagvlak voor de activiteit. Denk aan het organiseren van een straatfeest, het inrichten van een buurttuin of het opzetten van een activiteit voor een bepaalde groep bewoners.  de website vind je de criteria, de spelregels, het aanvraagformulier en voorbeelden van activiteiten die (mede) uit het buurtbudget zijn gefinancierd: [www.buurtbudget-schothorst.nl](http://www.buurtbudget-schothorst.nl). Je kunt de aanvraag eventueel ook per post sturen naar BBC Schothorst, Overtoom 49, 3813 NW Amersfoort. Wij zien je aanvraag graag tegemoet.



## Coaching van ouders van pubers

Ik coach ouder(s) om weer met plezier en vooral krachtig echt 'ouder' kunnen zijn. En ook 14+ jongeren. Verder geef ik individuele hulp in "leren leren". Bij vragen: mail [info@fbuysadvies.nl](mailto:info@fbuysadvies.nl). Tel. 06 50 81 05 61. [www.fbuysadvies.nl](http://www.fbuysadvies.nl).

## Groene Raad

De Groene Raad is een bewonersinitiatief, ontstaan tijdens een thema-avond van de Wijkraad. De leden zijn voor advies of een groen babbeltje te vinden op diverse wijkmarkten, zoals de 'Groene Markt' van het Groene Huis en 'Doe mee in Schothorst'. Ook zijn zij regelmatig afgevaardigd bij vergaderingen van het SZH Bewonersteam en het Groen Café van het Groene Huis. Voor contactgegevens kun je terecht op onze webpagina <https://groeneraadschothorst.org>, waar je tevens onze plannen, initiatieven en ideeën voor je tuin terug kan vinden. 

## Hoeksteen

De Hoeksteen is een protestantse Kerk die midden in Schothorst staat, direct achter het winkelcentrum. Naast alle kerkelijke activiteiten wil de kerk er ook nadrukkelijk zijn voor de wijk. De Hoeksteen biedt ruimte voor diverse activiteiten. Kerkelijke activiteiten zijn onder meer diensten, gesprekskringen, vespers en koren. Door diverse organisaties wordt de Hoeksteen ook gebruikt voor bijvoorbeeld senioren gym, maaltijden, voortburgeringscursussen etc. Meer informatie is te vinden op de website van de kerk [www.hoeksteenamersfoort.nl](http://www.hoeksteenamersfoort.nl).



## Rode Kruis aan Huis

### Veilig in en om je huis

Het Rode Kruis helpt (oudere) mensen om de veiligheid in en om het huis te vergroten. Dat is belangrijk, want wist u dat er jaarlijks meer slachtoffers vallen door ongelukken in en om het huis dan in het verkeer? Daarom geven Rode Kruis-vrijwilligers graag voorlichting over veiligheid in en om het huis. Dit gebeurt op twee manieren: Middels een Bingo waar je gezellig met elkaar het spel speelt en dan 50 adviezen krijgt of door het bijwonen van een presentatie. Graag organiseren we dat samen met u op een gezellige plek in de wijk. Voor meer informatie en interesse: Jan Huurdeman: [janhuurdeman1@gmail.com](mailto:janhuurdeman1@gmail.com) ; 06-51090122  
Aus Greinadus: [ah.greidanus@gmail.com](mailto:ah.greidanus@gmail.com) ; 06-51043844.





## WijkMobiel

Heeft u vervoer nodig binnen de wijken Schothorst/Zielhorst/De Hoef? Neem de WijkMobiel! De mobiel rijdt van maandag tot en met vrijdag van 09.00-17.00 uur. Kosten € 2,- per rit, strippenkaart €9,- voor 6 ritten.



Strippenkaarten zijn te koop bij de receptie van De Koperhorst in Schothorst en bij de chauffeur. Per rit kunt u met pinpas in de mobiel betalen. Reserveren/afspraak: 06 - 40831647 of 033 - 4726214 elke dag tussen 07.30-22.00 uur. Of via e-mail: [reserveren@wijkmobiel.nl](mailto:reserveren@wijkmobiel.nl). Uw rollator kan ook mee. Verdere informatie kunt u vinden op de website: [www.wijkmobiel.nl](http://www.wijkmobiel.nl)

## Wijkraad Schothorst

De Wijkraad van Schothorst is de plek waarin wijkbewoners samen met de buurtnetwerker en andere professionals overleggen over alles wat te maken heeft met het wonen en leven in de wijk. Daar wordt besproken welke activiteiten en voorzieningen in de wijk nodig of wenselijk zijn en hoe die gerealiseerd kunnen worden. Alle wijkbewoners die willen meedenken en meepraten over de wijk, zijn welkom op de bijeenkomsten van de Wijkraad. Als u zich per mail aanmeldt voor de digitale maillijst van de Wijkraad, sturen we u een uitnodiging voor de vergaderingen en krijgt u de verslagen daarvan. Ook buiten de vergaderingen kunt u via de mail met vragen en ideeën bij de Wijkraad terecht. Het adres is: [wijkraadschothorst@gmail.com](mailto:wijkraadschothorst@gmail.com).

Wilt u telefonisch contact leggen? Bel dan met de buurtnetwerker Sanja Willems, telefoonnummer is 06-424 953 33. Meer informatie over de Wijkraad Schothorst vindt u op de nieuwe wijkwebsite, [www.SZHwijken.nl](http://www.SZHwijken.nl). Daar vindt u ook informatie over het SZH Bewonersteam, waarin de Wijkraad Schothorst samenwerkt met het Wijkbewonersteam (WBT) van Zielhorst. Het SZH Bewonersteam stuurt twee keer per maand een digitale nieuwsbrief rond, met nieuws uit Schothorst, Zielhorst en Hoefkwartier, en een uitgebreide agenda. U kunt zich daarvoor aanmelden via [wbt@wijkzielhorst.nl](mailto:wbt@wijkzielhorst.nl).



Advertentie\_pagina

## ETEN MET ELKAAR

### Inloophuis Schothorst

Inloophuis Schothorst is een huiskamer aan het Lancelotpad 18, waar wijkbewoners welkom zijn om elkaar te ontmoeten bij een kopje koffie en/of of thee. Ook is er elke woensdagavond een wijkmaaltijd van 18.00 - 20.00 uur. (kosten € 5,-). Elke 4e vrijdag van de maand is er haardpraat van 19:30 - 22:00 uur voor mannen uit de buurt. Hier praten we bij de warmte van het haardvuur onder de veranda in de tuin (of binnen bij slecht weer) over onderwerpen die hen bezig houden. Er worden in het Inloophuis ook regelmatig leuke activiteiten georganiseerd.

Wil je op de hoogte blijven, kijk op [www.inloophuisschothorst.nl](http://www.inloophuisschothorst.nl) en/of abonneer je op onze maandelijks nieuwsbrief. Mail naar [info@inloophuisschothorst.nl](mailto:info@inloophuisschothorst.nl) of bel: tel: 033 - 480 19 02.

We staan altijd open voor nieuwe initiatieven, dus heb je een leuk idee voor een activiteit of denk je op een andere manier iets te kunnen betekenen voor het Inloophuis, neem dan contact op met onze coördinator Ineke Opstal. Tel: 06 - 44164824.

### Leger des Heils

Activiteiten van het Leger des Heils zijn o.a.: dinsdagmiddag: 50+ club, 13.30-15.30; woensdagochtend: inloop en kledingbeurs, 10.00-12.00; donderdagmiddag: crea-café. 14.00-16.00; vrijdagochtend: inloop en kledingbeurs, 10.00-12.00; zaterdagmiddag: warme maaltijd om 17.00 (opgeven via nummer van het korps 033-4619650), kosten € 5,00.

Zie voor meer activiteiten de website. Locatie: Albert Schweitzersingel 69 (hoek Trompetstraat).

E-mail: [korps-eemland@legerdesheils.nl](mailto:korps-eemland@legerdesheils.nl). [www.legerdesheils.nl/korpseemland](http://www.legerdesheils.nl/korpseemland).

Facebook: <https://facebook.com/KorpsEemland>.

### Maaltijd in de kerk

Iedere tweede donderdag van de maand om 18.00 uur in de Hoeksteen, Klaartje Donzepad 59. Contactpersoon: Ingrid Petten. Info: Tel. 06-22230550, aanmelden is wel noodzakelijk i.v.m. beperkt aantal plaatsen.

### Maaltijden in de Koperhorst

Elke middag van 12.00-13.00 uur en avond 16.30-17.30 (reserveren niet noodzakelijk) is er een warme maaltijd met 3 gangen. Kosten € 7,95.

Elke laatste woensdag van de maand kunt u genieten van het sterrendiner, aanvang 17:00 uur. Kosten € 25,20 inclusief een drankje.

Reserveren noodzakelijk.

## ACTIVITEITEN

### Dans

#### Afrikaanse dans

Tambafit is een combinatie van dans en fitness via aanstekelijke ritmes uit Afrika. Losse workshops op aanvraag. Contactpersoon: Eliane Becks.

Info: Tel. 06 - 12 463 713, [www.indonongo.org](http://www.indonongo.org).



#### Biodanza

Lessen voor volwassenen en kinderen: bewegen, genieten, plezier en ervaren. Wie regelmatig deelneemt aan de lessen ervaart vermindering van stress en de lessen stimuleren levensvreugde. Allerlei soorten muziek en oefeningen. Er zijn geen dansspasjes. Ieder kan op eigen niveau meedoen. Biodanza beweegt je! Wekelijks op woensdagmiddag voor volwassenen van 15.15-16.45 uur. Locatie: KBS De Kameleon, Stradivariusstraat 159 in Zielhorst. Woensdagochtend van 10.15 tot 11.15 (om de 14 dagen). Locatie: Koperhorst, Schothorst. Voor meer info/aanmelden en actuele informatie: contactpersoon: Clarine Huizenga. Tel. 06 - 14210723. [www.biodanzaforharmony.nl](http://www.biodanzaforharmony.nl).

### Muziek



#### Vioolles

Al ruim 25 jaar geeft Carla van der Heijden viool- en altvioollessen in Schothorst. Informatie is te vinden op: [www.devrolijkeviool.nl](http://www.devrolijkeviool.nl) of bel 06- 40 033 358.

## Spel

### Bridgen

Het bestuur van Van Bekkum Bridge Vereniging heeft besloten een proef te nemen met het starten van een middag bridge in Schothorst. Lokatie De Koperhorst, restaurant, Paladijnenweg 275. Bij voldoende belangstelling wordt er ook op dinsdagmiddag bridge les gegeven.

Na 12 lessen kunt u dan al meebridgen. Wij werken met het rekenprogramma van de NBB, waardoor de uitslag meteen bekend is en de deelnemers de uitslag via de mail toegestuurd krijgen.

Voor informatie: [vanbekkumbridge@gmail.com](mailto:vanbekkumbridge@gmail.com) of kom kennismaken en speel zo mogelijk 2 keer vrijblijvend mee. Of bel IRMA 06.44.351.959 of Franklin 06.17.416.900.

### Dart- en Pool avonden

In Eetcafé Schothorst, Pieter Stastokerf 15 (winkelcentrum Schothorst) worden op woensdag en donderdagavond dartwedstrijden en pool op de maandagavond gehouden. Neem voor informatie wanneer contact op: tel. 033 - 4808 000.

Voor een feest of jubileum kunt u het café huren. Er is regelmatig live muziek. Kijk ook op de website: [www.eetcafeschothorst.nl](http://www.eetcafeschothorst.nl) voor meer informatie.

### Klaverjasvereniging Schothorst

Op maandagavond 19.30 uur. Appartementencomplex De Waaier, Garietstraat 205, Amersfoort. Contact: de heer H. Raasveld. Tel. 06-24 864 934, [hraasveld@gmail.com](mailto:hraasveld@gmail.com).

## Sport en bewegen

### Atletiekvereniging Altis

Altis heeft de beschikking over een atletiekbaan en een eigen clubhuis aan de Schothorsterlaan 78, 3822 NB Amersfoort. Postadres: Postbus 938, 3800 AX Amersfoort. Voor informatie: [www.altis.nl](http://www.altis.nl) of e-mail: [secretaris@altis.nl](mailto:secretaris@altis.nl)

### BAN biedt veelzijdig badminton

BAN (Badminton Amersfoort Noord) heeft een veelzijdig aanbod voor sportieve junioren, volwassenen, recreanten en competitiespelers. BAN heeft sporthal de Icoon in Vathorst als thuisbasis, waar je op woensdag- en donderdagavond kunt spelen. Op vrijdagavond kunt je terecht in de Bieshaar in Hoogland. Kom vrijblijvend en kosteloos drie keer meespelen, voor leenrackets wordt gezorgd. Meer informatie op de website [www.banbadminton.nl](http://www.banbadminton.nl), via [info@banbadminton.nl](mailto:info@banbadminton.nl) of telefoonnummer 06 - 83851499.



Advertentie\_pagina

## **Ckv MIA**

Ckv MIA is een gezellige korfbalvereniging met een mooie accommodatie aan de Schothorsterlaan 5. Onze ruim 350 korfballeden trainen hier doordeweeks en spelen op zaterdag competitie. We hebben zo'n 37 teams, dus we hebben plek voor iedereen, ongeacht leeftijd of niveau. Voor de mensen die op zaterdag andere dingen te doen hebben, is er ook een midweekse competitie. En, naast het korfbal hebben we ook een trim- en een tennisafdeling. Keuze genoeg dus! Kom gerust eens kijken. En wil je meer informatie, neem dan even contact op via [nieuweleden@ckvmia.nl](mailto:nieuweleden@ckvmia.nl). Graag tot ziens.

## **De Amersfoortse Handboogsport Vereniging (AHV) Centaur**

De Amersfoortse Handboogsport Vereniging (AHV) Centaur is opgericht op 14 mei 1962. Sinds 1979 heeft de vereniging haar onderkomen in een schiethal in park Schothorst, Schothorsterlaan 19, 3822 NA Amersfoort. Er zijn trainingen en wedstrijden voor schutters en aangepast schutters vanaf negen tot 99 jaar. Ook worden er gezellige clubavonden georganiseerd. Meer informatie op onze site: <http://www.ahv-centaur.nl>.



## **Mindwalk**

Wandel naar ontspanning met aandacht voor jezelf en de natuur! We wandelen in en rond park Schothorst en doen onderweg enkele beweeg oefeningen, ieder op eigen niveau. Je kunt elke week bij een kleine groep aansluiten op de woensdag of op de vrijdag van 10 - 11.30 uur: kosten per les: € 6,-. Voor aanmelding en info: Ineke van der Aalst, Mind-Walktrainster. Tel.: 06-188 655 94, [www.mind-walkamersfoort.nl](http://www.mind-walkamersfoort.nl).

## **Padel**

Laagdrenkelig. Plezierig. Sociaal. Heb plezier met je vrienden, familie of collega's op de leukste en grootste padelclub van Amersfoort. Geniet na het padellen van de overheerlijke tapa's en een drankje. Even weg uit het drukke leven. Probeer het een keer. Wedden dat je het leuk vindt? Reserveer eenvoudig online een padelbaan in het prachtige Schothorsterpark. Adres: Schothorsterlaan 5. Voor informatie: [info@padel33.nl](mailto:info@padel33.nl), tel. 06-215 829 44 of [www.padel33.nl](http://www.padel33.nl)



## Tennisvereniging Randenbroek

LTV Randenbroek is de grootste tennisvereniging en één van de grootste sportverenigingen van Amersfoort. De vereniging is aangesloten bij de tennisbond: KNLTB district Utrecht en werkt lokaal nauw samen met de ITA (Interclub Tennis regio Amersfoort) en de Amersfoortse Sport Federatie (ASF). De vereniging heeft op sportpark



Emiclaer te Amersfoort-Noord een tennispark in eigendom met acht verlichte smashcourt banen, een oefenkooi en een mini tennisbaan. Hoolesteege 4, 3822 NC. Tel. clubhuis: 033-4802771. Info: [infoleden@ltvrandenbroek.nl](mailto:infoleden@ltvrandenbroek.nl).

## Voetbalvereniging VVZA

VVZA, dé voetbalvereniging voor Schothorst. VVZA is een bruisende en zeer actieve voetbalvereniging. Een familieclub waar iedereen graag komt, ongeacht het niveau. Plezier staat altijd voorop! Hoolesteege 6 (in Park Schothorst). [www.vvza.nl](http://www.vvza.nl)



Voor: meiden-, dames-, jeugd- en seniorenvoetbal; alsmede 35/45+-voetbal en Kaboutervoetbal kan al vanaf 4 jaar.

## Sporten en bewegen in Schothorst en Zielhorst (SRO)

Onze opdracht is zoveel mogelijk inwoners van Amersfoort in beweging brengen. Samen met onze SRO-collega's creëren wij de optimale condities om jong en oud te laten bewegen en sporten.



Beweging is namelijk veel meer dan alleen het fysieke aspect. Beweging verbindt, biedt ruimte in je hoofd, geeft energie en zet mensen weer midden in de maatschappij. Onze missie; samen alles in beweging zetten om zoveel mogelijk inwoners van Amersfoort in beweging te brengen.

Wil je (meer) gaan sporten of bewegen, of heb je vragen op het gebied van sport en bewegen? Je kunt dan contact opnemen met de buurtsportcoach. De buurtsportcoach kan je helpen om een passende sportactiviteit te vinden bij een buurtsportcoachactiviteit, een sportvereniging, of een andere sportaanbieder. Contactgegevens: Sonny Brons, buurtsportcoach; e-mail: [sbrons@sro.nl](mailto:sbrons@sro.nl), telefoonnummer: 06 - 349 416 74, [www.buurtsportcoach.nl](http://www.buurtsportcoach.nl).

Onder voorbehoud van wijzigingen. Neem altijd vooraf contact op met de buurtsportcoach voor het actuele sport- en beweegaanbod.



## Activiteiten Jeugd

### **Buurtsport 6 t/m 12 jaar.**

Woensdag van 14.30-15.30 uur, Gymzaal Raadhoven (Schothorst).  
Gratis. Contact: Sonny Brons, [sbrons@sro.nl](mailto:sbrons@sro.nl).

### **Streetdance 4 t/m 7 jaar.**

Donderdag van 17.00-17.45 uur, Gymzaal Spinetpad (Zielhorst). € 2,- per les.  
Contact: Sonny Brons, [sbrons@sro.nl](mailto:sbrons@sro.nl).

### **Streetdance 8 t/m 11 jaar.**

Donderdag van 17,45-18.30 uur, Gymzaal Spinetpad (Zielhorst). € 2,- per les.  
Contact: Sonny Brons, [sbrons@sro.nl](mailto:sbrons@sro.nl).

### **Streetdance 12 t/m 16 jaar**

Donderdag van 18.30-19.15 uur, Gymzaal Spinetpad (Zielhorst) € 2,- per les.  
Contact: Sonny Brons, [sbrons@sro.nl](mailto:sbrons@sro.nl).

## Activiteiten Volwassenen

### **Samen Actief Wandelen.**

Maandag van 14.00-15.00 uur. Startlocatie: Wijkcentrum 't Middelpunt (Zielhorst); Gratis.  
Contact: Sonny Brons, [sbrons@sro.nl](mailto:sbrons@sro.nl).

### **Samen Actief Fitness, Sport en Spel.**

Dinsdag van 15.00-16.00 uur. Gymzaal Raadhoven (Schothorst); € 6,- per maand.  
Contact: Sonny Brons, [sbrons@sro.nl](mailto:sbrons@sro.nl).

### **Samen Actief Fitness, Sport en Spel.**

Woensdag van 10.00-11.00 uur. Gymzaal de Neng (Hoogland); € 6,- per maand.  
Contact: Yoeri Bos, [ybos@sro.nl](mailto:ybos@sro.nl).

### **Streetdance 18+ met LVB.**

Donderdag van 19.15-20.00 uur. Gymzaal Spinetpad (Zielhorst); € 3,50 per les.  
Contact: Sonny Brons, [sbrons@sro.nl](mailto:sbrons@sro.nl).

## Activiteiten Senioren

### **Sociaal Vitaal.**

Maandag 9.30-11.00 uur. Kerk de Hoeksteen (Schothorst); € 12,- per maand.  
Contact: [seniorensport@sro.nl](mailto:seniorensport@sro.nl).

### **Blijf Fit Pilates (rondom de stoel).**

Dinsdag 10.30-11.30 uur. Wijkcentrum 't Middelpunt (Zielhorst); € 10,00 per maand. Contact: [seniorensport@sro.nl](mailto:seniorensport@sro.nl).

### **Blijft Fit Gym (vrouwen).**

Woensdag 9.00-10.00 uur. Kerk de Hoeksteen (Schothorst); € 12,00 per maand.  
Contact: [seniorensport@sro.nl](mailto:seniorensport@sro.nl).

### **Blijf Fit Gym (rondom de stoel).**

Woensdag 9.30-10.15 uur. Wijkcentrum 't Middelpunt (Zielhorst); € 11,50 per maand. Contact: [seniorensport@sro.nl](mailto:seniorensport@sro.nl).

### **Gym (rondom de stoel).**

Woensdag 10.15-11.15 uur. Kerk de Hoeksteen (Schothorst); € 12,00 per maand.  
Contact: [seniorensport@sro.nl](mailto:seniorensport@sro.nl).

### **Blijf Fit.**

Donderdag 14.00-14.45 uur. LTV Randenbroek (Schothorst); € 10,- per maand.  
Contact: [seniorensport@sro.nl](mailto:seniorensport@sro.nl).

### **Nordic Walking**

Donderdag van 14.00-14.45 uur, LTV Randenbroek (Schothorst), € 10,- per maand

### **Blijf Fit Gym.**

Donderdag 9.00-9.45 uur. Wijkcentrum 't Middelpunt (Zielhorst); € 3,30 per les.  
Contact: [seniorensport@sro.nl](mailto:seniorensport@sro.nl).

### **Blijf Fit Gym.**

Donderdag 10.15-11.00 uur. Wijkcentrum 't Middelpunt (Zielhorst); € 3,30 per les. Contact: [seniorensport@sro.nl](mailto:seniorensport@sro.nl).

### **Gym (rondom de stoel)**

Donderdag 11.15-12.00. Wijkcentrum 't Middelpunt (Zielhorst); € 10,- per maand. Contact: [seniorensport@sro.nl](mailto:seniorensport@sro.nl).

### **Zwemmen voor hartpatiënten**

Bij R.S.V KEIHART kun je onder professionele begeleiding van badpersoneel door Hart door Beweging ZWEMMEN. Door te zwemmen met andere hartpatiënten geef je elkaar steun. Op dinsdagmiddag 13.30-14.15 uur. In een gereserveerd doelgroepenbad in Amarena, Velduil 2. Belangstelling: bel 06-232 42 069.  
[www.rsvkeihart.nl](http://www.rsvkeihart.nl).

## Taal

### Taalcafé

#### Spreekuur DigiTaalhuis

Gratis advies voor als u beter wil leren lezen, schrijven, de Nederlandse taal spreken of de computer gebruiken. Voor alle inwoners van Amersfoort vanaf 18 jaar. Op dinsdag 9.30-11.00 uur; donderdag 19.00-20.30 uur of vrijdag 13.30-15.00 uur in de Bibliotheek het Eemhuis, Eemplein 71.

## Zang

### Cantorij en Vespers

Informatie: J. van den Berg (Job), 06-54245026, [jobvandenbergh@planet.nl](mailto:jobvandenbergh@planet.nl)  
Muzikale leiding: I. Petten (Ingrid), 033 – 480 7401, [ipetten@hotmail.com](mailto:ipetten@hotmail.com)  
Plaats: De Hoeksteen, Klaartje Donzenpad 59 (achter winkelcentrum Schothorst).  
Het koor repeteert op woensdagavond van 20.00- 22.00 uur gemiddeld 2x in de maand. De cantorij zingt 1x per maand in de vesper op de 2e zondag van de maand en wordt daarbij begeleid door musici op piano, viool, gitaar en (dwars) fluit. Daarnaast zingt de cantorij ook af en toe in de Hoeksteen, in De Bron, de Emmauskerk of het Meander MC. Nieuwe leden zijn welkom. Je kunt ook op projectbasis meedoen ter voorbereiding van speciale vieringen in de Paasnacht en met Kerst. Voor meer informatie zie bovenstaande contactpersonen.

### Cellar Gospel Seventykoor

Cellar Gospel Seventy is een Amersfoorts gospelkoor dat eigentijdse muziek met een boodschap brengt, begeleid door een eigen combo. Het koor repeteert iedere vrijdagavond onder de inspirerende leiding van dirigent Wibo Hijink. Concerten worden vaak uitgevoerd in de vorm van projecten, waarbij mensen zich als projectlid kunnen aansluiten.

Cellar Gospel Seventy is altijd op zoek naar nieuwe leden (vast of project, zingend of instrumentaal), die muziek willen maken met een boodschap en die deel uit willen maken van een gezellige en inspirerende groep mensen.

Website: [www.cellargospelseventy.nl](http://www.cellargospelseventy.nl); email: [info@cellargospelseventy.nl](mailto:info@cellargospelseventy.nl).



## Smartlappen koor Gedeelde Smart

Het koor Gedeelde Smart is opgericht op 2 september 2002. Ons koor bestaat uit plus minus 45 dames, 2 enthousiaste accordeonisten en een inspirerende dirigente. Wij zingen een zeer veelzijdig repertoire dat varieert van een tranentrekkende smartlap tot een “de-hele-tent-op-stelten-zettend” levenslied. Repetitie: dinsdagavond in de Koperhorst, Paladijnenweg 275. Wilt u meer over ons koor weten? Onze website is [www.gedeelde-smart.nl](http://www.gedeelde-smart.nl). Of vraag informatie via de mail: [info@gedeelde-smart.nl](mailto:info@gedeelde-smart.nl).



## Sjofar Interkerkelijk koor

Veelal muziek met enige gospelinvloed, maar ook rustige en ingetogen liederen. We zoeken nog enthousiaste zangers/zangeressen. Repetities: elke dinsdag 20:00 - 22:00 uur in De Klaartje Donzepad 59. Contactpersoon: Christiaan Sanderse, Info: Tel. 06-221 496 33, [www.sjofar.org](http://www.sjofar.org).

## Klussen en reparatie

### Repaircafé: Weggooien? Mooi niet!

Op de eerste maandagmiddag van de maand (behalve juli en augustus) van 14.00-16.00 uur in Woonzorgcentrum De Koperhorst helpen handige klusvrijwilligers u gratis bij het repareren van iets dat het niet meer doet, zoals een stofzuiger, een lamp, een klok of een fiets. Ook is er sinds kort een dame die zorgt voor het herstellen van kleding: zoals een losse zoom in jurk of broek. Geen grote reparaties. Het Repair Café is ook bedoeld om u met uw buurtbewoners in contact te brengen en te ontdekken dat er veel kennis en praktische vaardigheden in de buurt aanwezig zijn. Info: via de balie van De Koperhorst, Paladijnenweg 275.



## Zorg en welbevinden

### Burenhulp Ziel- en Schothorst

Bewoners van de wijken Zielhorst en Schothorst kunnen een beroep doen op de Burenhulp Ziel- en Schothorst. Wij schakelen hulpaanbieders in als u onvoldoende middelen heeft en geen beroep kunt doen op uw eigen netwerk. We bieden hulp aan van maximaal twee uur per keer. Wij bieden ondersteuning bij: tuinklussen, klussen in huis, technische hulp met telefoon, televisie of computer, administratie, verhuishulp, sociale hulp (zoals een praatje of gezamenlijke activiteit), boodschappen doen, vervoer (arts/ziekenhuis).

Onze diensten zijn gratis exclusief vervoers- en materiaalkosten. Wij vragen een vrijwillige bijdrage.

U kunt een hulpvraag indienen via: app: Burenhulp Zielhorst/Schothorst, tel: 06-401 812 55 of e-mail: [burenhulpzielenschothorst@gmail.com](mailto:burenhulpzielenschothorst@gmail.com).  
[www.burenhulp-szh.nl](http://www.burenhulp-szh.nl).



### Huishoudelijke hulp

Bent u op zoek naar HUISHOUDELIJKE HULP dan kunt u contact opnemen met:

- BUURTDIENSTEN. Ga hiervoor naar [www.buurtdiensten.nl](http://www.buurtdiensten.nl), e-mail: [info@buurtdiensten.nl](mailto:info@buurtdiensten.nl) of bel 085 0403 790. Voor Schothorst zijn 3 adressen met mobiele telefoonnummers.

Via e-mail [amersfoortschothorst@buurtdiensten.nl](mailto:amersfoortschothorst@buurtdiensten.nl).

Zie voor overige gegevens de website.

### De luisterlijn

De luisterlijn is 24/7 bereikbaar op: 088-0767 000. Als u een luisterend oor nodig heeft kunt u bellen of chatten met deze lijn. Ook kunt u zich als vrijwilliger bij de luisterlijn opgeven. Zie voor meer informatie: [www.deluisterlijn.nl](http://www.deluisterlijn.nl).

### Reanimatienetwerk

Ook in Schothorst is het Reanimatie Netwerk Amersfoort actief met burgerhulpverleners die bij een hartstilstand direct met de reanimatie beginnen nog voor de komst van de ambulance. Er is ook een aantal AED's van het netwerk in Schothorst. Burgerhulpverlener worden? Volg een reanimatiecursus!

Kijk op [www.reanimatiecursus-amersfoort.nl](http://www.reanimatiecursus-amersfoort.nl).

Meer weten over het netwerk? [www.reanimatienetwerk-amersfoort.nl](http://www.reanimatienetwerk-amersfoort.nl), mail: [info@reanimatienetwerk-amersfoort.nl](mailto:info@reanimatienetwerk-amersfoort.nl) of bel 033-833 0 833 (alleen bij spoed).

## **Share & Live**

Share & live is een platform/organisatie voor mensen met levensproblemen. Er is 1x per maand op zaterdagavond een contactavond met verhalen, dans en muziek, De activiteiten worden gesubsidieerd door de gemeente Amersfoort. Op de website zijn de actuele gegevens te vinden: <https://shareandlive.nl>.

## **Terminale zorg**

Thuis afscheid nemen van het leven. Vrijwilligers van de Stichting Proxima Terminale Zorg Hospice & Thuis bieden deze zorg. Zij kunnen de mantelzorger ontlasten en zowel overdag als 's nachts hulp bieden: toiletgang, eten, drinken, medicatie geven die voorgeschreven is. Zij verrichten geen medische of verpleegkundige handelingen. Vrijwillige zorg aanvragen: de familie van de zieke, de wijkverpleegkundige of de huisarts kan de vrijwillige inzet aanvragen bij Proxima. Neem op werkdagen tussen 9.00 en 17.00 uur contact op met coördinator Yardená Vermaat, telefonisch via 06-284 529 07 of via e-mail [y.vermaat@proxima-terminalezorg.nl](mailto:y.vermaat@proxima-terminalezorg.nl).

Voor meer informatie kijk op [www.proxima-terminalezorg.nl](http://www.proxima-terminalezorg.nl).

## **Wijkteam Schothorst, Zielhorst en Hoefkwartier**

Als u vragen heeft over ondersteuning voor uzelf, uw gezin, of iemand anders, kunt u terecht bij de informatiewinkel van Indebuurt033. U kunt daar allerlei vragen stellen over welzijn, wonen of financiën, maar ook voor vragen over eenzaamheid, opvoeding of administratieve ondersteuning kunt u hier terecht. Het kan zijn dat u (vervolgens) met uw vraag terechtkomt bij het wijkteam. Het wijkteam biedt laagdrempelige ondersteuning in uw eigen omgeving. U kunt er terecht wanneer u zorgen heeft, bijvoorbeeld over uw gezin, echtscheiding, huiselijk geweld, psychische problemen, werkloosheid of overlast. Heeft u nog niet eerder contact gehad met het wijkteam en heeft u behoefte aan ondersteuning of hulp dan kunt u bellen naar de gemeente Amersfoort op telefoonnummer 14033. Een medewerker van de Toegang Sociaal Domein zal aan de hand van uw vraag vaststellen of u bij het wijkteam terechtkunt of bij een andere organisatie als Indebuurt033, Stadsring 51 of bij Werk, Inkomen en Zorg van de gemeente. Heeft u al een contactpersoon bij het wijkteam, neem dan direct contact op met deze wijkteammedewerker. Voor meer informatie over het wijkteam, kunt u terecht op de website: [www.wijkteam-amersfoort.com](http://www.wijkteam-amersfoort.com).

## **WZC De Koperhorst, Paladijnenweg 275**

Wijkontmoetingscentrum, activiteiten/evenementen voor senioren in de wijk o.a. computercursussen en dagelijks restaurant. Op het gebied van bewegen kunt u meedoen aan de stoelyoga op maandagmiddag van 14:30 tot 15:30 € 3,00. Iedere eerste woensdag van de maand is er grote bingo. Kosten per kaart € 5,85, incl. koffie/thee/snack, aanvang 19.00 uur.

Contactpersoon: Simone van Ree, coördinator dagactiviteiten en vrijwilligers Koperhorst. Info: Tel. 033-472 6214, [s.vanree@koperhorst.nl](mailto:s.vanree@koperhorst.nl), [www.koperhorst.nl](http://www.koperhorst.nl), [www.facebook.com/dekoperhorst](https://www.facebook.com/dekoperhorst), [www.instagram.com/dekoperhorst](https://www.instagram.com/dekoperhorst).

Verder verwijzen we naar [www.koperhorst.nl](http://www.koperhorst.nl) waar elke maand een actueel activiteitenrooster staat vermeld.

Daarnaast kunt u elke dag terecht voor een kop koffie in de ontmoetingsruimte. U kunt altijd binnenlopen

## **Indebuurt033 – [www.indebuurt033.nl](http://www.indebuurt033.nl)**

### **Indebuurt033 helpt je op weg**

Je kunt bij Indebuurt033 terecht voor informatie, advies en ondersteuning op het gebied van opgroeien en opvoeden, mantelzorg, geldzaken, wonen, ontmoeting en vrijwilligerswerk. Ook als je een idee hebt voor je buurt of een activiteit wilt organiseren staat Indebuurt033 voor je klaar. Indebuurt033 werkt nauw samen met wijkteams, organisaties in de wijk, scholen, vrijwilligers en bewonersinitiatieven. Ga voor meer informatie naar [www.indebuurt033.nl](http://www.indebuurt033.nl) of bel 033-204 8677.

### **Buurtnetwerker Schothorst, Zielhorst, Hoefkwartier**

Heb je een idee voor de wijk, heb je ondersteuning nodig bij de uitvoering daarvan of wil je gewoon eens van gedachten wisselen over zaken die spelen in de wijk, neem dan contact op met buurtnetwerker Sanja Willems. Zij kan je helpen in contact te komen met anderen in de wijk, of kan je ondersteunen bij het opzetten van een activiteit en eventuele aanvraag van subsidie.

Neem contact op via [sanja.willems@indebuurt033.nl](mailto:sanja.willems@indebuurt033.nl) of 06-424 95 333.



## **Buurtbemiddeling**

Buurtbemiddeling Amersfoort is gratis voor alle inwoners van de gemeente Amersfoort. Het is speciaal bedoeld voor de aanpak van problemen tussen burens en/of buurtgenoten, bijvoorbeeld bij geluidsoverlast, ruzie over erfscheidingen of overlast door kinderen of jongeren. (Vrijwillige) bemiddelaars zijn speciaal opgeleid om inwoners te helpen om hun conflict op te lossen. Buurtbemiddeling draagt bij aan veiligheid, sociale samenhang en leefbaarheid in de wijk en helpt ergere problemen te voorkomen.

Meer weten? Neem contact op via 033 – 469 2420 (ma t/m vrij van 09.00-13.00 uur) of via [buurtbemiddeling@indebuurt033.nl](mailto:buurtbemiddeling@indebuurt033.nl). Voor meer informatie kun je ook terecht op de website van Buurtbemiddeling: [www.problemenmetjeburen.nl](http://www.problemenmetjeburen.nl).

## **Informatiewinkel Indebuurt033**

Je kunt bij de Informatiewinkel terecht met allerlei vragen over zorg, welzijn, wonen of financiën. Dat kan bijvoorbeeld gaan om hulp bij geldzaken of bij een ingewikkelde brief of aanvraag, informatie over opvoeden, vrijwilligerswerk, mantelzorg of onafhankelijke cliëntondersteuning. Ook voor de aanvraag van bestaande financiële regelingen voor minima kun je in de Informatiewinkel terecht.

Wil je graag met anderen in contact komen, ben je op zoek naar vrijwilligerswerk, wil je meedoen aan een activiteit, of misschien zelf een activiteit organiseren? Ons team van professionals en vrijwilligers helpt je graag verder! Inwoners uit Schothorst kunnen met vragen terecht bij:

## **Informatiewinkel Liendert (*De Groene Stee*)**

Wiekslag 92 (tegenover Jumbo)

Tel: 033 - 303 6420, e-mail: [liendert@indebuurt033.nl](mailto:liendert@indebuurt033.nl).

Ma t/m do: 09.00-13.00 uur.

(Voor het maken van een afspraak kun je langskomen of even bellen)

## **Informatiepunt Schothorst (*De Hoeksteen*)**

Klaartje Donzepad 59 (achter het winkelcentrum).

Woensdag 14.00 - 16.30 uur.

(Een afspraak maken is niet nodig, je kunt gewoon langskomen)

Lukt het niet om zelf naar de winkel te komen, bijvoorbeeld door beperkte mobiliteit, bel naar 033 - 303 6420 en dan bespreken we eventuele mogelijkheden. Ook kun je de buurtnetwerker van de wijk Schothorst/Zielhorst benaderen voor informatie, ideeën of initiatieven.

Sanja Willems, tel. 06 - 424 95 333, [sanja.willems@indebuurt033.nl](mailto:sanja.willems@indebuurt033.nl).



## Inloop scheidingvragen

Ben je net gescheiden of overweeg je een scheiding? In Amersfoort biedt Indebuurt033 een spreekuur voor scheidingvragen. Het spreekuur is voor iedereen met vragen over scheiden en/of hun scheiding. Tijdens de inloop is er professionele ondersteuning aanwezig, kun je informatie en advies krijgen en waar nodig een doorverwijzing. Bij vragen over scheiding en ondersteuning werkt Indebuurt033 nauw samen met de wijkteams, Humanitas en Youké. Ook voor mediation kun je bij Indebuurt033 terecht.

Het spreekuur is iedere maandag van 13.30-15.30 uur. Wil je een afspraak maken? Hiervoor kun je bellen naar 033 - 204 8677 (er wordt een terugbelverzoek gemaakt, waarna je binnen 3 werkdagen wordt teruggebeld). Mailen kan ook, via [scheiding@indebuurt033.nl](mailto:scheiding@indebuurt033.nl).

De locatie van het spreekuur is het Pluspunt op Hof der Gedachten 26, 3823 WB in Kattenbroek.

## Jeugd preventiewerk (4-12 jaar)

Heb je vragen of zorgen over je kind (4-12 jaar), bijvoorbeeld over opvoeding/ontwikkeling? Of lijkt jouw kind ergens mee te zitten en wil hij/zij daarover praten? Dan kun je contact opnemen met Ivana Benko, preventiewerker Jeugd van Indebuurt033 in o.a. Schothorst. Samen met jou en/of je kind zoekt zij naar antwoorden op je vragen. Ivana is te bereiken via: [ivana.benko@indebuurt033.nl](mailto:ivana.benko@indebuurt033.nl), of via 06 -535 79 498 (maandag t/m donderdag).



## Jongerenwerk

Ben je tussen de 12 en 23 jaar en houd je van chillen met vrienden en samen leuke dingen doen? Samen met de jongerenwerker kun je iets leuks organiseren in jouw wijk, zoals het skate-toernooi bij de Pool in Park Schothorst. De jongerenwerker is er ook als je vragen hebt, of als het even niet zo lekker gaat in je leven. Maak kennis met jongerenwerker Elvira Dokter, [elvira.dokter@indebuurt033.nl](mailto:elvira.dokter@indebuurt033.nl) of tel. 06 - 836 61 219. Ook ouders met vragen kunnen bij het jongerenwerk terecht!



## Mantelzorg

Mantelzorgers kunnen met vragen terecht bij de Informatiewinkel van Indebuurt033. Het team vrijwilligers en professionals helpt u graag verder met vragen over o.a. geld, wonen, verzekeringen, ontspanning, respijtzorg, cursussen, de aanvraag van voorzieningen en lotgenotencontact. Daarnaast staan de mantelzorgcoördinatoren voor u klaar voor meer informatie en als er behoefte is aan individueel contact. De mantelzorgcoördinator voor Schothorst is Heleen Vonk. Voor meer informatie kunt u mailen naar [mantelzorgers@indebuurt033.nl](mailto:mantelzorgers@indebuurt033.nl), of bel naar de Informatiewinkel via 033 - 303 6420



## Onafhankelijke cliëntondersteuning

Soms heb je wat extra hulp nodig bij een lastig gesprek, bij een ingewikkelde brief of rekening. Het kan prettig zijn als iemand even meekijkt, of meegaat naar een gesprek. Indebuurt033 biedt inwoners gratis, onafhankelijke cliëntondersteuning. Iedereen heeft hier wettelijk recht op. De maatschappelijk dienstverleners van Indebuurt033 geven onafhankelijk advies en stellen jouw belang voorop. Naast ondersteuning bij een gesprek kan Indebuurt033 ook helpen bij het aanvragen van een voorziening of bemiddeling bij een zorg- of hulpvraag. Voor meer informatie, neem contact op met de Informatiewinkel via 033 - 303 6420 of [liendert@indebuurt033.nl](mailto:liendert@indebuurt033.nl).

## Participatie in de wijk

Iedereen heeft behoefte aan mensen om zich heen en wil dingen doen waar hij of zij blij van wordt. Als dat niet vanzelf gaat, ondersteunt Indebuurt033 inwoners om te kijken wat bij hen past. Onze medewerkers kijken met u hoe u anderen kunt ontmoeten en leuke dingen kunt gaan doen. Is vrijwilligerswerk misschien iets voor u? Dan kijken we samen naar de mogelijkheden. Wat is er zoal in de wijk te doen? Bij welke activiteit kunt u aansluiten en hoe kunnen we u helpen om over de drempel te komen? Soms kiezen we er voor om een nieuwe ontmoetingsgroep op te zetten voor mensen die een steuntje in de rug nodig hebben. Dat kan een koffiemomentje zijn of een gespreksgroep maar ook een spelletje of een creatieve activiteit. Heeft u vragen? Neem gerust contact op met Informatiewinkel Liendert, via 033 -303 6420 of [liendert@indebuurt033.nl](mailto:liendert@indebuurt033.nl). U kunt ook contact opnemen met Janne Willems, participatiemakelaar in de wijk Schothorst. Zij is te bereiken via [janne.willems@indebuurt033.nl](mailto:janne.willems@indebuurt033.nl) of 06 - 571 76 986.



## **PlusBus033**

Bent u 60+ en wilt u eens met anderen op stap? PlusBus033 organiseert speciaal voor u allerlei uitstapjes naar mooie plekjes in ons land. Een dagje naar de kust, een leuke stad, naar musea of een gezellige lunch. U wordt opgehaald en weer thuisgebracht. Er is ook plek voor een rollator of rolstoel. Voor meer informatie kunt u bellen of mailen naar 033 - 476 3830 of [Plusbus033@indebuurt033.nl](mailto:Plusbus033@indebuurt033.nl) (bereikbaar van ma t/m vrij tussen 10.00 en 13.00 uur). Voor meer informatie, ga naar: [www.indebuurt033.nl/plusbus033](http://www.indebuurt033.nl/plusbus033).

## **Spreekuur Werk & Ontslag**

Iedere donderdag van 10:00 - 11:00 uur is er een spreekuur Werk & Ontslag in Informatiewinkel Noord. Dit spreekuur is speciaal voor vragen op het gebied van arbeidsconflicten, loonvorderingen, arbeidsongeschiktheid en ontslag. Ook kun je hier een vaststellingsovereenkomst laten beoordelen. Desgewenst wordt tijdens het spreekuur geholpen bij het schrijven van bijvoorbeeld een brief. Dit kan alleen tijdens het spreekuur plaatsvinden als het gaat om bijstand van eenvoudige aard. Deze kosteloze hulp is voor alle inwoners van Amersfoort.

Locatie: Informatiewinkel Noord, Hof der Gedachten 26 (in het Pluspunt).

Wanneer: Iedere donderdag van 10:00–11:00 uur (in overleg is ook een ander moment mogelijk).

We werken op afspraak. Heb je vragen of wil je een afspraak maken? Neem dan contact op met Informatiewinkel Noord via 033 - 737 0353 of mail naar [noord@indebuurt033.nl](mailto:noord@indebuurt033.nl).

## **Subsidie voor bewonersinitiatief**

Heb je een goed idee voor jouw buurt of wijk? Wil je bijvoorbeeld een activiteit rond ontmoeting opzetten, of op een andere manier bijdragen aan een prettige, leefbare buurt, waar buurtbewoners elkaar weten te vinden en omzien naar elkaar? Weet dat Indebuurt033 subsidie beschikbaar heeft voor bewonersinitiatief.

Wil je weten waar jouw activiteit aan moet voldoen of hoe de subsidieregeling werkt? Neem dan contact op met buurtnetwerker Sanja Willems van Indebuurt033, via [sanja.willems@indebuurt033.nl](mailto:sanja.willems@indebuurt033.nl) of 06 - 424 95 333.

## **Techneuten - voor al uw ICT-vragen**

Heeft u problemen met uw computer, laptop, tablet, printer of telefoon? Werkt uw internet of mail niet of krijgt u storingsmeldingen op het scherm? Heeft u een nieuwe laptop, computer of telefoon en krijgt u de software niet juist geïnstalleerd? Kortom heeft u vragen rondom ICT, hard- en software? Neem dan contact op met de Techneuten, via [techneuten@indebuurt033.nl](mailto:techneuten@indebuurt033.nl) of 033 - 469 2469. Er wordt dan een afspraak voor u gemaakt voor een mogelijk thuisbezoek of hulp op afstand door één van de techneuten. U kunt voor meer informatie ook kijken op [www.indebuurt033.nl/praktische-hulp-aan-huis](http://www.indebuurt033.nl/praktische-hulp-aan-huis).

## **Voortburgeren**

Voortburgeren is een wekelijkse bijeenkomst van vrouwen uit allerlei culturen, georganiseerd door Indebuurt033. Voortburgeren is iedere woensdag van 10:00 - 11:45 uur. De vrouwen ontmoeten elkaar en praten over onderwerpen die zij interessant vinden. Gesprekken worden afgewisseld met af en toe een spel of creatieve activiteit. In deze groep gaat het om plezier en gezelligheid, van elkaar leren en naar elkaar omzien. Voor meer informatie, neem contact op met Informatiewinkel Liendert, via 033 – 303 6420 of [liendert@indebuurt033.nl](mailto:liendert@indebuurt033.nl).

## **Vrijwilligerswerk**

Wil je vrijwilligerswerk doen of heb je juist vrijwillige ondersteuning nodig, dan kun je terecht bij de Informatiewinkel van Indebuurt033. Daar bekijken ze met jou de mogelijkheden en kun je je wensen kenbaar maken. Je kunt ook alvast een kijkje nemen op de Vrijwilligersvacaturebank, via [vrijwilligers.indebuurt033.nl](http://vrijwilligers.indebuurt033.nl). Voor meer informatie, maak een afspraak bij de Informatiewinkel of het (wekelijkse) Informatiepunt in de wijk, of neem contact op via 033 - 303 6420 of [liendert@indebuurt033.nl](mailto:liendert@indebuurt033.nl).

## Andere activiteiten in de wijk

### Het Groene Huis

Op het fraaie landgoed Schothorst, midden in Amersfoort, staat het bezoekerscentrum Het Groene Huis. Dit bezoekerscentrum fungeert als ontmoetingsplek voor Amersfoorters en organisaties met een groen hart. In en om Het Groene Huis zijn er allerlei activiteiten over natuur en duurzaamheid. U bent van harte welkom om deel te nemen aan de verschillende evenementen, cursussen, lezingen en andere (kinder-) activiteiten. Bijvoorbeeld de Natuuracademie, groene cursussen of gewoon binnenlopen voor een doorlopende expositie en activiteiten. Volg ons op Facebook of Instagram of bezoek onze website [www.hetgroenehuisamersfoort.nl](http://www.hetgroenehuisamersfoort.nl)



### Evenementen

Jaarlijks organiseert het CNME op Landgoed Schothorst twee grotere evenementen. Op 4 juni is de Groene Markt met duurzame en natuurproducten, workshops en andere activiteiten. Op 8 oktober is er een Kabouterdag met een educatief groen tintje, een feest voor alle kinderen. Alle activiteiten vind je op: [hetgroenehuisamersfoort.nl/agenda](http://hetgroenehuisamersfoort.nl/agenda). Contact: Schothorsterlaan 21, 3822 NA Amersfoort; website: [hetgroenehuisamersfoort.nl](http://hetgroenehuisamersfoort.nl)"; e-mail: [cnme@amersfoort.nl](mailto:cnme@amersfoort.nl)"; tel. 033-469 5200; Facebook en Instagram: @HetGroeneHuisAmersfoort'.

Advertentie\_pagina

## Sociale Media:

### [www.SZHwijken.nl](http://www.SZHwijken.nl)

De website van de wijk Schothorst is samengegaan met Zielhorst en Hoefkwartier. De nieuwe naam is SZHwijken.nl. Daar kunt u allerlei leuke verhalen, agenda's van andere activiteiten in de wijken en informatie voor bewoners vinden. Facebookpagina: Is voor Schothorst nog apart. Een bericht laten plaatsen voor facebook via: [redactieinschothorst@gmail.com](mailto:redactieinschothorst@gmail.com).

### **Digitale nieuwsbrief voor Schothorst, Zielhorst en Hoefkwartier**

Deze SZH-nieuwsbrief verschijnt twee keer per maand en is gratis. U kunt erop abonneren door een mail te sturen naar [wbt@wijkzielhorst.nl](mailto:wbt@wijkzielhorst.nl)



### **KijkOpDeWijk**

Kijk op de Wijk wordt zes keer per jaar gratis huis aan huis bezorgd bij bewoners van Schothorst, Zielhorst en Hoefkwartier. In Schothorst kun je het wijkblad ook afhalen bij de Jumbo en The Read Shop in het winkelcentrum. Elke editie biedt een kleurrijke mix van wijkgebonden artikelen en nieuws uit het hele gebied Schothorst-Zielhorst-Hoefkwartier. Kijk op de Wijk houdt je op de hoogte van ontwikkelingen en activiteiten in deze wijken. Heb jij een interessant onderwerp voor het blad of een prangende vraag voor de vragenrubriek? Wil je jouw onderneming met een advertentie onder de aandacht brengen van duizenden lezers? Laat het ons weten via [redactiekodw@gmail.com](mailto:redactiekodw@gmail.com).



### [www.nextdoor.nl](http://www.nextdoor.nl)

Via Nextdoor, een besloten sociaal (buurt) netwerk, kun je per buurt informatie uitwisselen: lenen, aanbiedingen, contacten leggen, buurtfeesten organiseren etc.

In Schothorst zijn alle buurten actief. Meld je aan om deel te nemen in je buurt. Daarnaast zijn er ook buurt apps op het gebied van veiligheid in de wijk. Kijk voor deze app op: <http://wapb.nl> en zoek je dichtstbijzijnde wijk waar je je bij kunt aansluiten of start zelf een buurtapp.

Advertentie\_pagina



## Overzicht met vaste activiteiten (in dit boekje)

In KijkOpDeWijk staan elke 2 maanden alle activiteiten van Schothorst en Zielhorst.

### Inloophuis Schothorst

| Dag                               | Dagdeel | Activiteit             | Tijd        | Gegevens |
|-----------------------------------|---------|------------------------|-------------|----------|
| Zondag                            | Middag  | Inloop                 | 14.00-16.00 |          |
| Maandag                           | Middag  | Inloop                 | 14.00-16.00 |          |
| Dinsdag                           | Morgen  | Inloop                 | 10.00-12.00 |          |
| Woensdag                          | Morgen  | Inloop                 | 10.00-12.00 |          |
| Donderdag                         | Middag  | Inloop                 | 14.00-16.00 |          |
| Vrijdag                           | Middag  | Inloop                 | 14.00-16.00 |          |
| 4 <sup>e</sup> Vrijdag v.d. maand | Avond   | Haardpraat voor mannen | 19.30-21.30 |          |

### Maaltijden

| Waar                  | Dagdeel                  | Activiteit     | Tijd        | Gegevens  |
|-----------------------|--------------------------|----------------|-------------|---|
| Inloophuis Schothorst | Elke woensdag            | Wijkmaaltijd   | 18.00-20.00 | € 5,00. Opgave uiterlijk 14.30 u. maandag ervoor. |
| Koperhorst            | Elke middag              | 3 gangen menu  | 12.00-13.00 | € 7,95. Reserveren                                |
| Koperhorst            | Elke avond               | 3 gangen menu  | 16.30-17.30 | € 7,95  |
| Koperhorst            | Laatste woensdag         | Sterrendiner   | 17.00       | € 25,20. Reserveren: 033-472 62 14                |
| De Hoeksteen          | 2 <sup>e</sup> donderdag | Maaltijd       | 18.00       | Aanmelden: 0622230550, Ingrid Petten              |
| Leger des Heils       | zaterdag                 | Warme maaltijd | 17.00       | € 5,-. Opgeven: 033-4619650.                      |

### Leger des Heils

| Dag       | Dagdeel | Activiteit             | Tijd        | Gegevens |
|-----------|---------|------------------------|-------------|----------|
| Dinsdag   | Middag  | 50+ club               | 13.30-15.30 |          |
| Woensdag  | Ochtend | Kledingbeurs en inloop | 10.00-12.00 |          |
| Donderdag | Middag  | Crea café              | 14.00-16.00 |          |
| Vrijdag   | Ochtend | Kledingbeurs en inloop | 10.00-12.00 |          |

### Informatiewinkel

| Dag      | Dagdeel | Activiteit  | Tijd        | Gegevens     |
|----------|---------|---|-------------|--------------|
| Woensdag | Middag  | Informatie en hulp op allerlei gebied (problemen, geld, belasting etc.) | 14.00-16.30 | De Hoeksteen |



# SRO sport voor jong en oud

## Jeugd in Schothorst en Zielhorst

| Dag       | Dagdeel | Activiteit               | Tijd        | Gegevens  |
|-----------|---------|--------------------------|-------------|---|
| Woensdag  | middag  | Sportinstuif 6 t/m 12 jr | 14.30-15.30 | Gratis. Gymzaal Raadhoven (Schothorst).                         |
| Donderdag | Middag  | Streetdance 4 t/m 7 jr   | 17.00-17.45 | € 2,00 per les. Gymzaal Spinnetpad (Z.). Opgeven: sbrons@sro.nl |
| Donderdag | Avond   | Streetdance 8 t/m 11 jr  | 17.45-18.30 | € 2,00 per les. Gymzaal Spinnetpad (Z.). Opgeven: sbrons@sro.nl |
| Donderdag | Avond   | Streetdance 12 t/m 16    | 18.30-19.15 | € 2,- per les. Gymzaal Spinnetpad (Z.) Opgeven: sbrons@sro.nl   |
| Donderdag | Avond   | Streetdance 18+ met LVB  | 19.15-20.15 | € 3,50 per les. Gymzaal Spinnetpad (Z.). Opgeven: sbrons@sro.nl |

## Activiteiten volwassenen Zielhorst/Schothorst

| Dag     | Dagdeel | Activiteit                          | Tijd        | Gegevens  |
|---------|---------|-------------------------------------|-------------|---|
| Maandag | Middag  | Samen Actief Wandelen               | 14.00-15.00 | Gratis. Start: Spinnetpad (Z.). Opgeven: sbrons@sro.nl              |
| Dinsdag | Middag  | Samen Actief Fitness, sport en spel | 15.00-16.00 | € 6,- per maand. Gymzaal Raadhoven. Opgeven: Opgeven: sbrons@sro.nl |

## Activiteiten senioren in Schothorst

| Dag                     | Dagdeel      | Activiteit                                  | Tijd                       | Gegevens   |
|-------------------------|--------------|---|----------------------------|--|
| Maandag                 | Ochtend      | Sociaal Vitaal                              | 09.30-11.00                | € 12,- per maand. De Hoeksteen. Contact: seniorensport@sro.nl    |
| Woensdag                | Ochtend idem | Blijf fit gym (vrouwen) Gym (rond de stoel) | 09.00-10.00<br>10.15-11.15 | € 12,00 per maand. De Hoeksteen. Contact: seniorensport@sro.nl   |
| 1 <sup>o</sup> Woensdag | Avond        | Grote bingo                                 | 19.00                      | € 5,85 incl. koffie/thee/snack. Koperhorst                       |
| Donderdag               | Middag       | Blijf Fit                                   | 14.00-14.45                | € 10,- per maand. LTV Randenbroek. Contact: seniorensport@sro.nl |
| Donderdag               | Middag       | Nordic Walking                              | 14.00-14.45                | € 10,- per maand. LTV Randenbroek. Contact: seniorensport@sro.nl |

## Senioren Zielhorst

| Dag       | Dagdeel | Activiteit                         | Tijd                       | Gegevens  |
|-----------|---------|------------------------------------|----------------------------|---|
| Dinsdag   | Ochtend | Blijf fit pilates (rond de stoel)  | 10.30-11.30                | € 10,00 per maand. 't Middelpunt (Z). Contact: seniorensport@sro.nl |
| Woensdag  | Ochtend | Blijf fit Gym (rond de stoel)      | 09.30-10.15                | € 12,00 per maand. 't Middelpunt (Z). Contact: seniorensport@sro.nl |
| Donderdag | Ochtend | Blijf fit Gym 2 <sup>e</sup> groep | 09.00-09.45<br>10.15-11.00 | € 3,30 per les. 't Middelpunt (Z). Contact: seniorensport@sro.nl    |
| Donderdag | Ochtend | Gym (rond de stoel)                | 11.15-12.00                | € 10,- per maand. 't Middelpunt (Z). Contact: seniorensport@sro.nl  |

## Activiteiten Hoogland

| Dag      | Dagdeel | Activiteit                  | Tijd        | Gegevens   |
|----------|---------|-----------------------------|-------------|--|
| Woensdag | Ochtend | Samen actief, sport en spel | 10.00-11.00 | € 6,- per maand. Gymzaal De Nengh (H). Contact: Yoeri Bos; ybos@sro.nl |

Advertentie\_pagina

Advertentie\_pagina