

Een nieuwe Russische Buurtkrant!

Voor wie? Voor u als buurtbewoner! Door wie? Gemaakt door uw burens!



Met trots bezorgen wij de krant in uw bus. Een krant met nieuws en wetenswaardigheden uit de Russische Buurt. Een verslag van een nieuwe bewoner van onze buurt. Een artikel over de Oekraïense winkel in de Rozenhof. Een bericht over de hanggroep voor de Vomar. Een initiatief voor gezamenlijk eten voor alleenstaanden. Plannen voor vergroening van de Russische Buurt. Berichten van het Sociaal Wijkteam. Enzovoorts, et cetera. Wilt u meehelpen, meedenken, meedoen? Mail dan naar RubyZaandam@gmail.com.

Een groenere buurt

Wil je een groenere buurt? Hier zijn twee ideeën om je woonomgeving te vergroenen!

Een bloeiende geveltuin

Misschien is de stoep voor je huis wel breed genoeg voor een geveltuin met een paar mooie (bloeiende) planten. Als je groene vingers hebt weet je vast de mooiste combinaties te bedenken. Heb je die niet? Drie of vijf dezelfde plantjes (lavendel, rozemarijn, grassoorten enz.) geven ook een prachtig resultaat. Met de jaren wordt het steeds meer groen en kleur. Tegen de gevel zou je ook een stokroos of klimroos kunnen planten.

Een groene boomspiegel

De oppervlakte onder een boom, waar aarde ligt en geen tegels, wordt een boomspiegel genoemd. Je zou een boomspiegel kunnen adopteren en er een groene oase van kunnen maken. Loop eens door de straten van de Russische buurt, dan zie je goede voorbeelden van gevulde boomspiegels. In de lente en de zomer zullen ze nog mooier worden.

De gemeente kan je misschien helpen om je vergroeningswens te realiseren. Meer informatie over het aanleggen van een geveltuin en het adopteren van een boomspiegel vind je op Buitengewoon.Zaanstad.nl, tabblad *Groen*. Scroll naar beneden en klik op de juiste tegel.

Kent u de Oekraïense winkel?

Bent u wel eens in de Oekraïense winkel in de Rozenhof geweest? Het vroegere pand van Miss Etam is sinds maart vorig jaar in gebruik als voorziening voor gevluchte Oekraïners. Iedereen die afkomstig is uit Oekraïne kan daar gratis kleren uitkiezen: spijkerbroeken, schoenen, blouses, jurken, jassen en nog veel meer, staan en hangen in grote hoeveelheden in de winkel. Sommige artikelen worden op de tafel bij de ingang verkocht. De opbrengst komt ten goede aan het Oekraïense leger.



Wie zorgt er voor de winkel?

Een groot aantal vrijwilligers, voor een deel afkomstig uit Nederland, voor een deel uit Oekraïne, houden op dinsdag, woensdag en donderdag de winkel draaiend. Dat gaat heel goed, maar het feit dat alleen Oekraïners naar binnen mogen is niet fijn. Een vrijwilligster zegt: 'soms is het pijnlijk dat we iemand die arm is moeten weigeren, omdat diegene niet uit Oekraïne komt'.

De Oekraïense club

In dezelfde ruimte als de winkel houdt de Oekraïense club bijeenkomsten, voor de gezelligheid, voor de saamhorigheid of met een nuttig doel: er zijn cursussen en workshops van macramé tot Engelse les. Ook hebben meer dan zestig mensen gewerkt aan de met mozaïek beplakte sofa die nu op de Gedempte gracht staat. De sofa is een project van *Bogdana Postrygan*, een van de drijvende krachten achter de club.



Bogdana Postrygan

Iets geven aan de winkel?

Wilt u iets geven aan de winkel? Er is altijd behoefte aan drogisterij-artikelen, zoals: shampoo, doucheschuim, tandpasta, luiers, inlegkruisjes en maandverband.

Hanggroep voor de Vomar

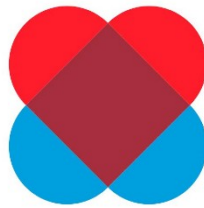
Al enige tijd staat op sommige dagen een wisselende groep mannen voor de ingang bij de Vomar in de Rozenhof. Sommige mensen ervaren dat als intimiderend. Er komt binnenkort een oplossing voor deze groep: vanaf mei is er opvang en

begeleiding in de Verkade Villa aan de Provincialeweg. De Regenboog Groep uit Amsterdam zorgt voor de opvang. Deze groep is gespecialiseerd in het helpen van mensen die het moeilijk hebben en nergens anders terecht kunnen.

Berichten van Sociaal Wijkteam Zaanam West-Oude Haven

Financiële tip van onze Sociaal Raadsvrouw

Soms moeten bewoners hun te veel ontvangen toeslagen terugbetalen. Dat is vaak een financieel probleem.



Sociaal Wijkteam
Zaanam West
Oude Haven

De toeslagen zijn een voorschot omdat ze uw jaarinkomen voor 2023 nog niet weten. Pas achteraf wordt berekend waar iemand echt recht op heeft. Uw financiële situatie kan zijn veranderd door bijvoorbeeld een andere baan of als kinderen volwassen zijn geworden. Hebt u niks doorgegeven aan de Belastingdienst? Dan gebruikt de Belastingdienst een schatting op basis van de laatste gegevens die bekend zijn, bijvoorbeeld van uw belastingaanslag.

Klopt deze schatting niet? Geef dan zelf snel een betere schatting door. In “Mijn toeslagen” kunt u zien met welk inkomen de toeslag van 2023 berekend wordt.

Ik raad u aan: controleer in het begin van het jaar uw gegevens in “Mijn Toeslagen” en schat uw jaarlijks inkomen wat hoger in. Dan loopt u minder risico dat u achteraf toeslag moet terugbetalen. U hoeft niet bang te zijn om toeslag mis te lopen. Na afloop van het jaar weet de Belastingdienst het inkomen wel en komt de definitieve berekening. Hebt u te weinig toeslag gekregen? Dan krijgt u die alsnog uitbetaald.

Maatjesproject

Het Sociaal Wijkteam is op zoek naar bewoners die een maatje voor een andere bewoner willen zijn.

Wilt u iemand het gevoel geven dat die er toe doet? Met wat tijd en aandacht kunt u een wereld van verschil maken voor een ander!

Als maatje sta je wekelijks of tweewekelijks voor iemand klaar. Denk hierbij aan samen koffie drinken, een spelletje spelen of samen boodschappen doen. Voor ons is het belangrijk dat er een klik is tussen jullie beiden.

Wilt u een maatje zijn voor iemand of wilt u meer informatie over het Maatjesproject?

Neem dan contact op met

Sena Karadeniz, telefoon: 06 8328 9837 of email: s.karadeniz@swt.zaanstad.nl.

Mantelzorg

Aanvraag mantelzorgwaardering.

Bent u of kent u iemand die voor een familielid of vriend/vriendin zorgt? Deze zorg lijkt misschien heel gewoon, maar verdient een attentie!

Jaarlijks kan een mantelzorger of degene die door een mantelzorger wordt verzorgd een pluim of een waardering aanvragen bij de gemeente Zaanstad.

Vanaf 1 april 2023 is dit weer mogelijk. Om in aanmerking te komen voor de waardering moet u onbetaalde hulp of zorg geven gedurende minimaal 6 uur per week over een periode van minimaal 3 maanden per jaar of minimaal 250 uur per jaar verspreid over een heel kalenderjaar. Een mantelzorger kan één keer in een kalenderjaar een waardering ontvangen, ook als hij/zij meer personen in Zaanstad ondersteunt. De mantelzorgontvanger moet als bewoner in de gemeente Zaanstad staan ingeschreven.

Aanvragen van de waardering kan via www.swtzaanstad.nl/mantelzorgwaardering, of door

contact op te nemen met het Sociaal Wijkteam. Hulp nodig bij de aanvraag? Het Sociaal Wijkteam kan u helpen om de aanvraag in te dienen.

Mantelzorgontmoetingen

Vanuit het Sociaal Wijkteam wordt er om de 2 maanden ontmoetingen georganiseerd speciaal voor mantelzorgers. Deze ontmoetingen zorgen ervoor dat u even uit de dagelijkse zorg bent en dat u andere mantelzorgers ontmoet. Wilt u weten welke ontmoetingsactiviteiten er worden georganiseerd, neem dan contact op met Lindsay von Kriegenbergh via telefoon: 06 8316 3411 of email: mantelzorg1506@hotmail.com.

Kunnen wij u helpen? Met vragen of problemen over:



Wonen



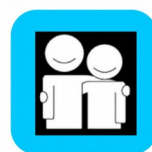
Geldzaken en
administratie



Gezondheid



Sociaal
netwerk



Maatje



Persoonlijke
problemen



Vrije tijds-
besteding



Zorgen voor



Energie
toeslag



En alle andere
zaken

Kom dan langs op een van onze spreekuren

Open inloopsprekkuur:

Dinsdag 09:30 – 12:00 uur

Donderdag 09:30 – 12:00 uur

Of neem contact met ons op via:

KlantContactCenter: op werkdagen van 9:00 tot 17:00 uur op

telefoonnummer: **075 2060018** of via **email:** team8@swt.zaanstad.nl



Sociaal Wijkteam Zaanadam West-Oude Haven
Nova Zembla 2 in Zaanadam
www.swtzaanstad.nl

Nova Zembla 2 in Zaandam



Часове за влизане
за нашите български граждани
Всеки четвъртък от 9 март
между 17:00 - 19:00 часа

Inloopsprekkuur voor onze Bulgaarse bewoners
Elke donderdag tussen 17:00 - 19:00 uur

Ние също можем да ви помогнем с:

- Помощ и съвети за живота в Холандия
- Помощ с писма
- Помощ при кандидатстване по схеми

Wij kunnen u ook helpen bij:

- Hulp- en advies over het leven in Nederland
- Hulp bij brieven
- Hulp bij aanvraag van regelingen

Heeft u Bulgaarse bureн?

Laat hen de tekst hiernaast lezen!
Bij voorbaat dank!



Sociaal Wijkteam Zaandam West-Oude Haven

Nova Zembla 2 in Zaandam

www.swtzaanstad.nl

Nieuw in de Russische Buurt: een avontuur (door Sonja Hauet)

Begin vorig jaar verhuisde ik naar Zaandam. Na een leven lang in Amsterdam een heel avontuur. Het stormde en met 80 verhuisdozen stond ik daar. Wat bleek: het dak was van mijn schuur gewaaid! Ongevraagd boden mijn lieve bureн aan zeil erover te spannen. Het zit er nog en doorstond drie stormen daarna. Bij de laatste waaiden meer dan 10 pannen van mijn dak en ook dat losten mijn bureн op. Dat heet noaberschap. Wat een geluk dat dit hier nog bestaat!

Eenmaal ingericht ging ik de buurt verkennen. Alles bleek dichtbij: de winkels, markt, theater, bibliotheek, dokter, apotheek, tandarts, zwembad, station en nog veel meer. Natuurlijk was niet alles meteen te vinden. Daarbij was de online gids van Marijke Krabbenbos een uitkomst (zie www.zoveelzaans.nl). Daarin is alles opgenomen, van: "waar kan ik kaarten of zingen tot waar zit een bepaalde speciaalzaak?". Wat een goed idee van haar! Ook de Nextdoor-app was heel behulpzaam, vooral bij het zoeken naar meer persoonlijke diensten. Nee, het was niet moeilijk hier mijn weg te vinden. Het werd lente en dus stapte ik op de fiets

om de verdere omgeving te ontdekken. Wat een variatie aan natuur en mogelijkheden voor ontspanning! Tot het dichtging heb ik genoten van het heerlijke openluchtzwembad in Wormer. Alleen al de weg daarnaar toe, via een landelijke route langs idyllisch dorpsgebied met veel koeien, soms bijna op het fietspad, was een feest. Maar dichterbij langs de Zaan valt ook veel te genieten, zoals heerlijke terrassen met een schitterende zon op het water.

Toch valt er ook nog wel wat te verbeteren in de buurt. Daarom werd ik lid van de groep die ook deze krant maakt. Daar leerde ik nog veel meer over de buurt en zijn geschiedenis. Vooral verkeer en groen staan op onze agenda. We deden een groenschouw. Tijdens ons regelmatige overleg met de gemeente zullen we daar zeker over spreken.

Toch word ik elke dag blij van de bomen rond mijn huis en het geluid van de vogels dat nu weer toeneemt. Na een jaar durf ik te zeggen: het was een goede keus hier te komen wonen want ik ben domweg gelukkig in de Russische Buurt.

Hallo, mijn naam is Giovanni Masetti

Ik ben sprookjesverteller en bewoner van de Russische Buurt, net als jij. Ik ben dol op verhalen, om te vertellen, en ook om naar te luisteren. Want wat veel mensen niet weten is dat luisteren een groot onderdeel is van vertellen. Er zijn oneindig veel verhalen over onze buurt, of die zich daar afspelen. En er komen dagelijks verhalen bij, doordat hier nieuwe mensen komen wonen vanuit andere oorden. Veel verschillende mensen in onze buurt maken de verhalen mooier en ook krachtiger. Maar er is een uitdaging: we moeten proberen elkaar te verstaan. Al is het met handen en voeten. En dan het gevoel van geluk als je elkaar verstaat en begrijpt! Want dan is de verbinding gelegd en kunnen we bouwen aan een buurt waar we allemaal verantwoordelijk voor zijn. Voor de veiligheid, het groen en prettig wonen. De route naar een *buurt* is dus vertellen, luisteren, verstaan, begrijpen en verbinden. De volgende keer ga ik op zoek naar een verhaal waar *veel* buurtbewoners zich in herkennen.



Giovanni Masetti

Ontmoetingsmomenten vlakbij

Elke week zijn er ontmoetingsmomenten, niet ver van de Russische Buurt, georganiseerd voor bewoners die samen met anderen koffie willen drinken of samen willen eten.

Buurtkeuken Bullekerk

Iedere maandagavond kunnen bewoners samen eten. Voor € 8,50 eet u een gezonde 3 gangen maaltijd. Om mee te eten moet u zich opgeven op maandag tussen 10:00 en 11:00 uur bij Yvonne Brenninkmeijer op telefoonnummer: 06 2425 1365. Buurtkeuken is om 17:15 uur in de Bullekerk, Westzijde 75 in Zaandam.

De Verrassing aan de Zaan

Koffie-inloop voor bewoners. Iedere dinsdag tussen 10:00 en 11:30 uur aan de Westzijde 82 in Zaandam.

De Uitsmijterij

Voor € 2,50 kunnen bewoners een uitsmijter mee-eten. Iedere dinsdag tussen 12:00 en 13:30 uur in de Bullekerk, Westzijde 75 in Zaandam. Graag van te voren opgeven op dinsdag tussen 10:00 en 10:30 uur via telefoonnummer: 06 5103 5095.

Koffie inloop bij Fluxus

Iedere laatste vrijdag van de maand is er koffie inloop voor bewoners bij Fluxus. Tussen 10:00 en 12:00 uur bent u van harte welkom aan de Westzijde 148 in Zaandam.

Tafel tien wil meer mensen samen laten eten

Een nieuw samen-eet-concept, Tafel tien, is in februari van start gegaan. Tafel tien is een idee van buurtbewoner Marijke Krabbenbos.

Tafel tien organiseert, op regelmatige basis, etentjes voor maximaal 10 losse, werkende mensen die open staan voor nieuwe contacten. De opzet is simpel: lekker samen eten, de dag doornemen en nieuwe contacten opdoen.

Marijke woont de ene week alleen, de andere week wonen haar kinderen bij haar. "Alleen eten vind ik niet leuk en ik hou erg van het organiseren van etentjes en het verbinden van mensen. Vijftien jaar geleden zette ik een netwerk op voor ondernemende vrouwen, waarbij de kernactiviteit dan ook netwerkdiners zijn. Eten werkt nu eenmaal verbindend. Dit netwerk, Bites & Business, heeft nu 25 vestigingen in Nederland.

Nu wil ik het idee van samen eten breder trekken. Er wonen immers zo veel mensen alleen. En iedereen die werkt en alleen woont, komt immers thuis in een leeg huis. Niemand vraagt je dan "Hoe was je dag?" Daarom is dat bij Tafel tien de centrale vraag. We doen altijd een voorstelrondje

waarbij we juist die vraag stellen. We zijn met 10 mensen en gaan halverwege van plek verwisselen. Zodat je zo veel mogelijk mensen spreekt.

Bij Tafel tien gaat het om lekker uiteten én nieuwe verbindingen maken met nieuwe mensen. We hebben het dan ook niet over gasten, maar over deelnemers. Door de actieve deelname van de een, heeft de ander een leuke avond.

Vanaf 18.00 uur is de inloop, om 18.30 uur gaan we aan tafel. De avonden vinden plaats op dinsdagen, bij Brouwerij Hoop in Zaandijk.

Via de website kunnen mensen zich aanmelden voor een avond. De kosten bedragen €27,50. Hiervoor krijgen de deelnemers een twee gangen menu, drankje en kopje koffie na afloop.

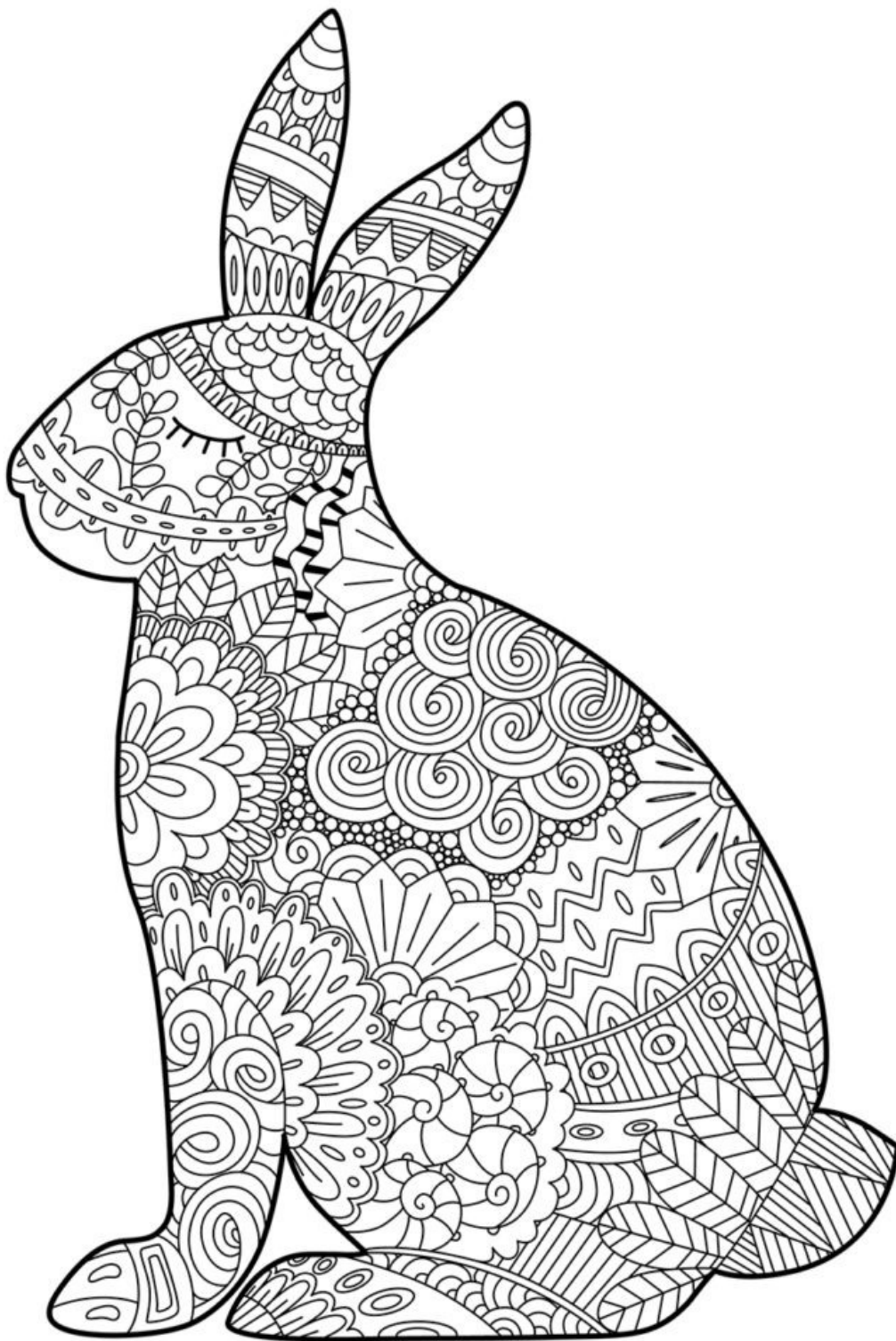
"We zitten al vanaf het begin snel vol, dus mijn eigen behoefte blijkt ook de behoefte van veel andere alleenwoners te zijn. Ik denk al na over wekelijkse avonden."

Na de start in de Zaanstreek is Tafel tien ook al actief in Alkmaar, Emmen, Haarlem, Den Haag en Tilburg.

www.tafeltien.nl



Kleurplezier voor jong en oud!



Deze buurtkrant is tot stand gekomen door samenwerking tussen uw burens Myriam Giraud, Sonja Hauet, Marijke Krabbenbos, Giovanni Masetti, Esther vd Graaf, Gertjan Laan en het Sociaal Wijkteam Zaandam West-Oude Haven. Heeft u suggesties? Wilt u meedenken of meedoen? Mail naar RubyZaandam@gmail.com.