



VOEDNOOD

De zomer is weer voorbij. Net als andere bedrijven werken wij gewoon door: we kunnen onze klanten tenslotte niet opeens zonder eten laten zitten. Dat vraagt wel veel van onze vrijwilligers, want die willen natuurlijk ook wel een paar weken vrij. Des te mooier dat het toch ook in vakantieperiodes elke keer weer lukt om voldoende mensen in te roosteren. Het nieuwe kabinet kondigt maatregelen aan om armoede in Nederland aan te pakken. Wij zijn vóór! Maar of het ooit gaat betekenen dat wij overbodig zijn? We gaan het zien, maar wat er ook gebeurt: onze vrijwilligers zullen mensen nooit in de kou laten staan.

INHOUD

Onder andere:

- [Nieuwe website](#)
- [Nieuwe werknaam](#)
- [Tóch op vakantie](#)
- [Dankzij bakkerij De Jong](#)
- [Waar we blij van werden](#)
- [Wethouder Tigelaar in gesprek met klanten](#)
- [Gezond voedselpakket](#)
- [Interessante publicaties](#)
- [Ons FocusProduct](#)
- [Supermarktactie](#)
- [Maakt u ook een tegeltje?](#)
- [Wilt u ons steunen?](#)

Creatief opvoeden...

Als het om armoede gaat, zijn we allemaal net wat gevoeliger als er kinderen bij betrokken zijn. Hoewel veel ouders ook niet om hun slechte financiële positie hebben gevraagd, hun kinderen



kunnen er al helemáál niets aan doen. Een flinke taak voor de ouders om hun kinderen toch van een gezonde maaltijd te voorzien en ze ook af en toe wat extra's te geven. Tenslotte willen kinderen er gewoon bij horen.

Als voedselbankklant krijg je veel hulp: kinderen van onze klanten krijgen bijvoorbeeld gebak van banketbakkerij De Jong en een verjaardagspakket van Stichting Jarige Job, zodat er tóch een feestje gevierd kan worden. En dankzij diverse sponsors kunnen we regelmatig gratis kaartjes aanbieden, zoals zwembadkaartjes van SRO, of kaartjes voor theatervoorstellingen van De Flint. Aan het begin van het schooljaar mogen we schoolspullen aanvragen bij Stichting Leergeld. En omdat je laptops tegenwoordig bijna altijd tot de standaarduitrusting van middelbare scholieren kunt rekenen, mogen wij zelfs die aanvragen. ▶

Andere kinderen jaloers?

Wij gunnen het 'onze' kinderen natuurlijk van harte. Ze missen veel en kunnen niet overal aan meedoen. Kleding is meestal tweedehands en trendy speelgoed of dure gadgets zitten er al helemaal niet in. Daarom is het ook wel weer bijzonder dat vriendjes en klasgenootjes soms jaloers zijn: waarom krijgen zij géén gratis kaartjes? Ouders van die kinderen hebben niet altijd snel een antwoord paraat, zo is ons gebleken, zeker als zijzelf óók zuinig aan moeten doen.

Financieel krap? Zoek informatie!

Veel mensen weten niet dat als ze financieel krap zitten, maar wel boven onze norm vallen, er allerlei fondsen zijn waar ook zij gebruik van mogen maken. Dat kan net wat meer lucht geven zodat ze hun kinderen toch wat extra's kunnen geven. Komt iemand bij ons op gesprek, dan zetten wij ze op dat pad. Maar als die stap naar de voedselbank te groot is, kunnen wij ze hierbij alleen maar adviseren om informatie in te winnen, bijvoorbeeld bij een wijkteam of via internet.

Deel leuke ideeën met ons!

Als ouder zonder dikke portemonnee kun je natuurlijk ook zélf veel doen om je kind een fijne jeugd te bieden. Naast positieve en liefdevolle aandacht kun je ook 'creatief opvoeden': je kinderen meegeven en laten ervaren dat je veel plezier kunt hebben zonder dat het geld kost. Een picknick buiten op het gras is voor kinderen ook een feest. Een spannende, zelf uitgezette puzzeltocht in Soestduinen, gecombineerd met een leuk zelfgemaakt spel herinneren ze zich vaak jaren later nog. Aanmaaklimonade en broodjes mee, misschien nog net geld genoeg voor een waterijsje... mooie momenten die vrijwel niets kosten en toch heel waardevol zijn. Niet iedereen is zo handig om iets creatiefs te bedenken, en daarom hierbij onze oproep: heeft u ideeën om kinderen een leuke dag of ervaring te bezorgen zonder dat het geld kost? Heeft u een voorbeeld van een leuke puzzeltocht of een spel, of iets heel anders? Deel dit dan met ons. Bij genoeg ideeën maken wij er een mooie bundel van die wij kunnen uitdelen.

Nieuwe website!

We zijn erg trots op onze nieuwe website: www.voedselbankamersfoort.nl. Speciaal toegespitst op informatie voor onze klanten, maar óók doorverwijzers, sponsors, potentiële vrijwilligers en andere geïnteresseerden kunnen op de site meer over ons te weten komen.



De basis van de site is gratis voor ons gemaakt door communicatiebureau [Frivista](http://www.frivista.nl), iets waar we erg blij mee zijn! Daarna hebben we het zelf helemaal uitgebouwd en gevuld. We hopen dat wij vooral onze klanten hier een grote dienst mee bewijzen: de meeste voor hen relevante informatie is er te vinden. Mensen die laaggeletterd zijn of het Nederlands niet beheersen kunnen nu ook in alle rust samen met iemand die het wél kan lezen de site doornemen.

Daarnaast willen we ook aan andere geïnteresseerden via onze site vertellen wat wij doen en waarom, waar we voor staan en hoe ze ons kunnen helpen.

Mist u nog iets op onze site? Wij horen het graag via vfa-info@voedselfocusamersfoort.nl.

Vanaf nu is onze naam: Voedselbank Amersfoort

Onze officiële naam is Stichting Voedselfocus Amersfoort, maar voortaan zullen wij als werknaam **Voedselbank Amersfoort** gebruiken. Hiermee willen wij - vooral voor potentiële klanten - meteen duidelijk zijn over wat wij doen. Op onze nieuwe website, in publicaties en bij het opnemen van de telefoon gebruiken wij deze nieuwe werknaam al. Het verandert overigens niets aan onze werkwijze dat wij méér doen dan alleen voedselpakketten uitdelen. Wij blijven onze klanten ook helpen door ze te verwijzen naar instanties die zich bezighouden met armoedebestrijding en schuldhulpverlening en te wijzen op fondsen voor mensen die financieel krap zitten. Door de naamwijziging is ook ons logo aangepast.

Wij sluiten hiermee nog steeds aan bij de huisstijl van de landelijke organisatie Voedselbanken Nederland.



In de loop van het jaar zullen ook onze e-mailadressen worden aangepast aan de nieuwe naam. Om technische redenen kon dat niet meteen worden doorgevoerd. Zodra ze worden aangepast, zullen wij dat uiteraard laten weten. Tot die tijd zijn wij gewoon te mailen via ons algemene mailadres vfa-info@voedselfocusamersfoort.nl of een van onze andere bestaande mailadressen.

Tóch op vakantie!



Hoe fijn was het initiatief van een aantal fondsen om met name een aantal éénoudergezinnen eens flink in de watten te leggen. Vijf moeders mochten met hun kinderen in juli op vakantie naar Ierland. En ze hebben genoten! Alleen al de vliegreis was voor de meesten een belevenis, veelal tot vermaak van de medepassagiers.

Voedselbank, kledingbank en speelgoedbank samen aan de borrel

Om elkaar wat beter te leren kennen, organiseerden de sociale banken aan de Argonweg half juni een gezamenlijke bijeenkomst voor de vrijwilligers. Vertegenwoordigers van de banken vertelden over de eigen manier van werken en verzorgden een rondleiding. Voor ons als voedselbank was het indrukwekkend om te zien wat er allemaal komt kijken bij het sorteren van kleding bij de kledingbank en wat de speelgoedbank aan mooie spullen heeft voor kinderen van arme gezinnen. De banken kennen een geheel eigen problematiek, maar er zijn ook vele herkenbare verhalen.

Sommige vrijwilligers kennen wel collega's van andere banken, maar lang niet iedereen heeft contact met elkaar. Daarom werd een vrolijk 'samenwerkingsspel' gespeeld waarbij alle deelnemers 'gemixt' werden. Verder zorgden ook drankjes en zelf gemaakte hapjes voor een prima sfeer. Reden genoeg om dit elk jaar te herhalen.

In de komende edities van deze nieuwsbrief zullen wij uitgebreid aandacht besteden aan de kledingbank en speelgoedbank en hun werkwijze.



Dankzij... banketbakkerij De Jong!

Al tien jaar krijgen we elke week gebak van banketbakkerij De Jong. Daarmee kunnen we onze klanten die jarig zijn verwennen, want voor hen zit iets lekkers er normaliter niet in. Eigenaar Wim de Jong doet het met plezier, maar is ook bescheiden: "Anders moet ik het weggooiden en dat is ook weer zonde." Toch is het niet zo vanzelfsprekend dat restanten bij de voedselbank terecht komen en Wim weet niet half hoeveel plezier hij onze klanten ermee doet.



INTERVIEW: AAGJE JELLEMA



Gebak voor onze klanten

Banketbakkerij De Jong is een familiebedrijf. De vader van Wim is er in 1962 mee begonnen, toen hij na zijn vakopleiding de kans kreeg een zaak over te nemen. Dat zijn zoon hem op zou volgen was niet zo vanzelfsprekend, want Wim koos eerst voor een studie logistiek en heeft ook op dat gebied gewerkt. Maar eind jaren tachtig begon het toch te kriebelen en namen Wim en zijn vrouw Tera de zaak over.

Dat Wim op enig moment toch maar de opleiding voor banketbakker volgde, komt door zijn liefde voor dit vak. "Ik heb natuurlijk van jongs af aan meegemaakt wat het vak inhoudt en heb veel meegeholpen in de winkel van mijn vader. Toen de kans zich voordeed de zaak op de Utrechtseweg over te nemen, hebben Tera en ik die met beide handen gegrepen." En met succes, want hij heeft inmiddels ook een filiaal in Emiclaer.

Alles zelf gebakken

Het banket van bakkerij De Jong vindt gretig aftrek onder de Amersfoorters. Trots zegt hij: "Al het gebak bakken we zelf. En natuurlijk hebben we onze eigen recepten, want daarmee kun je je onderscheiden." Zijn succesproducten zijn de appelkanjers, het hartige poestabroodje en het hazelnootgebak, zo zegt hij zelf. Maar daarmee zouden we de rest tekort doen, want alles wat in de winkel staat is heerlijk, zo weten wij uit eigen ervaring. In Emiclaer verkoopt hij ook brood, maar dat komt van een goede bakker uit Nijkerk.

Alle restanten naar de voedselbank

De samenwerking met de voedselbank begon toen hij via een supermarktactie dozen met levensmiddelen had gespaard. Wim: "Op een verjaardag zei iemand dat hij zo'n doos doneerde aan de voedselbank. Dat vond ik een sympathiek idee. Tijdens mijn bezoek aan de voedselbank vroeg ik of wij nog meer konden betekenen. Wij leveren geen eerste levensbehoeften, maar vooral luxe producten. De reactie was: 'Denk eens aan verjaardagen van de voedselbankklanten, vooral die van de kinderen. Ze hebben niks om het eens leuk te vieren.' Sindsdien gaat alles wat we over hebben naar de voedselbank. Gebak dat niet is verkocht, maar ook verkeerde bestellingen." Als alle klanten voorzien zijn en er nog gebak over is, snoepen ook vrijwilligers af en toe mee. Dat vindt Wim geen probleem: "Vrijwilligers zijn een belangrijke schakel! Die mogen ook bedankt worden." Kijk, zo'n man, daar houden we van.

[Klik hier voor de website van de banketbakkerij.](#)

Waar we óók blij van werden



Leden van [Lionsclub Vathorst](#) hebben bij ons weer dozen ingepakt, voorafgaand aan het uitdelen. Ze doen dat met enige regelmaat onder het motto: Wat is er leuker dan én een goed doel ondersteunen én samen bezig zijn? Of, zoals president Erik Smit het verwoordde: "Ik kan geen betere start van het nieuwe lionsjaar bedenken!"



Bij [Stichting Leergeld](#) kunnen wij voor onze klanten ondersteunende leermiddelen aanvragen voor schoolgaande kinderen, waaronder fietsen. Meestal zijn dat tweedehands fietsen, maar het Amersfoortse filiaal van [Fietsvoordeelshop](#) stelt nu tegen een sterk gereduceerde prijs nieuwe fietsen beschikbaar voor kinderen die naar het voortgezet onderwijs gaan. Niet iedereen komt zomaar in aanmerking voor een nieuwe fiets, intermediairs van Leergeld Amersfoort komen na een aanvraag bij de mensen thuis om de financiële situatie eerst te bespreken.



In het kader van de Oogstdag van [Van Gogh Frites](#) kwam een van hun medewerkers op 23 augustus een uurtje bij ons langs met de mobiele foodtruck Frietendorf. Iedereen die toen aanwezig was, klanten én vrijwilligers, kon gratis een zakje frieten afhalen. Er werd gretig gebruik van gemaakt en ja, ze waren erg lekker!



En nog zo'n ontzettend leuk initiatief: gemiddeld twee keer per jaar organiseren wij een borrel voor alle vrijwilligers bij de voedselbank. Meestal zorgen wij dan voor wat zelfgebakken hapjes en salades, maar tijdens de najaarsborrel in september konden wij ook nog eens snoepen van overheerlijke oosterse hapjes van restaurant [Habibi](#).



Van [Kromkommer](#) kregen wij 450 pakken wortel- en bietensoep die wij mochten uitdelen aan onze klanten. De THT-datum kwam dichterbij en wat is er dan slimmer om zo'n voorraad te delen met mensen die weinig te spenderen hebben, maar natuurlijk ook van lekker eten houden? Fijn dat aan ons werd gedacht! Het tekent de sympathieke achtergrond van dit bedrijf dat als missie heeft: "Het redden van al het kromme groente en fruit dat anders niet op ons bord zou belanden."



Het Centrum voor Natuur en Milieu Educatie organiseerde in het [Het Groene Huis](#) een 'Kabouterdag', een leuk initiatief om kinderen een middagje in de natuur te laten beleven. Voor 5 euro kregen de kinderen een kaboutermutsje en konden ze deelnemen aan verschillende activiteiten. Eén van de medewerkers gaf aan dat ze het zo jammer vond dat dit toch nog te duur zou zijn voor kinderen in een voedselbankgezin. Iedereen was het met haar eens en daarom kregen wij gratis 100 toegangskaartjes om uit te delen.

Laptops van Stater...



Van de firma [Stater](#) kregen we maar liefst zeven laptops: zij werken met de nieuwste versies en de oude mochten wij uitdelen aan klanten!

...en laptops via Kinderhulp



Nadia, een van onze vrijwilligers, mocht namens [Nationaal Fonds Kinderhulp](#) zeker twintig laptops uitdelen aan scholieren uit het voortgezet onderwijs.

Wethouder Tigelaar in gesprek met klanten

Op 4 oktober kwam wethouder Tigelaar bij ons langs om zelf eens de persoonlijke verhalen van onze klanten te horen. We hebben vier mensen bereid gevonden om dit gesprek met de wethouder aan te gaan. Het werd een open, eerlijk en vooral boeiend gesprek. Een verslag ervan wordt dit najaar opgenomen in een eenmalig magazine voor professionals die werkzaam zijn in het brede sociaal domein. Er komt overigens ook een artikel in te staan over de minimacoaches. Elke woensdag heeft een van hen bij ons een spreekuur.



FOTO: GEM. AMERSFOORT/LISANNE ROOSSJEN

Tigelaar luisterde aandachtig naar de zeer persoonlijke verhalen.

Graag gedaan!



Van een van onze klanten kregen we twee kersentaarten met een mooie kaart erbij: "Jullie voedselbankvrijwilligers verdienen het voor 200%. Altijd is er een heel gezellige sfeer, dat alles maakt het ook minder zwaar om hier gebruik van te moeten maken. Ik heb de afgelopen 6 weken ondervonden hoe jullie een zware stap lichter maken. Dank jullie wel. Ik ga nu zelf de draad weer opnemen na een zeer heftige periode, zowel fysiek als financieel. Ik wens jullie allemaal veel kracht om dit prachtige dankbare werk vol te kunnen houden en... eet smakelijk." Eerlijk is eerlijk: we moesten wel even iets meer wegslikken dan alleen de taart. Lieve ex-klant: graag gedaan!

Voedselbankklanten eten gezonder met óns voedselpakket!



In diverse kranten, waaronder de [Volkscrant](#), verscheen begin oktober de uitslag van een onderzoek van de Vrije Universiteit Amsterdam over de eetgewoontes van voedselbankklanten. Conclusie: voedselbankklanten eten ongezonder dan de gemiddelde Nederlander: te weinig groente, fruit, vis en vezels en te veel verzadigd vet. Onderzoeker Judith Neter: „Het is zorgwekkend dat mensen die grotendeels afhankelijk zijn van een voedselpakket niet kunnen voldoen aan de richtlijnen voor een gezonde voeding en daarnaast ook nog eens ongezonder eten dan de gemiddelde Nederlander. Daardoor hebben zij een hoger risico op bijvoorbeeld overgewicht, diabetes en hart- en vaatziekten." De verklaring van de onderzoeker is dat donateurs van de voedselbank minder makkelijk verse producten

leveren, omdat die sneller bederven. Het onderzoek is gehouden tussen 2010 en 2014 bij elf voedselbanken. Inmiddels wordt echter veel professioneler gewerkt, waardoor de resultaten er nu waarschijnlijk heel anders uit zouden zien.

Ons pakket wél gezond!

Wat mogen wij ons toch gelukkig prijzen met onze sponsors: wij krijgen veel groente en fruit aangeboden. Soms zelfs zo veel dat wij dit kunnen delen met andere voedselbanken. Van hulpverleners krijgen wij soms het verzoek om een klant die net is uitgestroomd omdat hij boven de norm valt, tóch maar weer van een pakket te voorzien, omdat hij dan in elk geval groente en fruit krijgt en dus veel gezonder eet. Dat wilden we toch even kwijt...

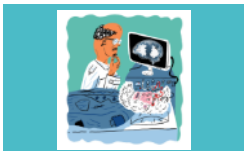
Ook interessant om te lezen of terug te kijken



Mensen met hoge schulden hopen via de rechter voor wettelijke schuldsanering in aanmerking te komen, omdat ze dan in drie jaar tijd schuldenvrij zijn en een nieuwe start kunnen maken. Ingeborg Jansen filmde in [Vergeef me mijn schulden](#) zittingen waar rechters de aanvragen toetsen.



Armoede in Nederland is toch niet zo'n probleem? In deze [test](#) van de EO stap je zelf in de schoenen van een Nederlandse arme en ervaar je door middel van dilemma's zelf wat het betekent om weinig geld te hebben.



Dat mensen in armoede soms onverstandige beslissingen nemen, is hun niet per se aan te wijven, aldus een [artikel](#) in de Groene Amsterdammer. Hersenonderzoek laat zien dat langdurige armoede een ingrijpend effect heeft. Dit blijkt ook uit een [onderzoek](#) van de Hogeschool Utrecht.



Van de mensen die armoede ervaren zegt 80 procent dat geldgebrek hun gezondheid en waardigheid beïnvloedt, 91 procent ziet hun vrije keuze aangetast. In twee artikelen in [Trouw](#) en [Vrouw.nl](#) wordt het leven geschetst van mensen die moeite hebben om de eindjes aan elkaar te knopen.



Kinderen die opgroeien in een gezin met schulden, kampen later zelf ook vaak met geldgebrek. En dat terwijl ze zich vaak voornamen het heel anders te doen dan hun ouders. Hoe kan dat? Een interessant [artikel](#) op NEMO Kennislink.

We hebben altijd behoefte aan vooral
houdbare producten. Deze keer leggen wij onze
focus op:

ALLES IN BLIK OF POT
Groente, vlees, vis e.d.

Ons FocusProduct



Vorraden weer flink aangevuld!



Dankzij klanten van de supermarkten die meededen aan onze actie op 30 september zien onze stellingen er weer gevuld uit! Gelukkig maar, want tenslotte moeten wij elke week weer zo'n 500 gezinnen van een voedselpakket voorzien. Deze keer kregen we bij onze actie ook hulp van een paar enthousiaste ROC-leerlingen die op zoek waren naar een maatschappelijke stage, een enorme hulp. Iedereen die wat extra's heeft gekocht én heeft meegewerkt: ontzettend bedankt!

Begin december vindt de volgende supermarktactie plaats.



Creatief? Maak ook een tegeltje...

De wachtkamer voor onze klanten mag wel wat gezelliger worden, vinden wij! Er hangt sinds kort een mooi houten wandpaneel. Het is de bedoeling dat we het samen (vrijwilligers, klanten en 'wie maar wil') gaan vullen met een soort 'tegeltjes' van 15 x 15 cm. Die zijn al vóórgezaagd op het juiste formaat en wit geschilderd. Nu moeten ze nog 'gevuld' worden.

Bent u creatief en heeft u een leuk idee?

U kunt bijvoorbeeld schilderen, tekenen, borduren, een collage maken, een klein versje schrijven... waar u maar zin in heeft of waar u maar handig in bent. Bij voorkeur in de kleuren blauw en/of aardetinten. Er zijn al aardig wat tegeltjes gemaakt, maar er kan veel meer bij. We hopen dat het paneel in de loop van de tijd gevuld raakt met bijdragen van zoveel mogelijk verschillende mensen die ons een warm hart toedragen. U kunt een tegeltje komen halen, maar uw bijdrage kan ook door ons op de tegeltjes worden geplakt.

WILT U ONS STEUNEN?

Ons bankrekeningnr. is:
NL 20 RABO 012 15 79 689
ten name van
Stichting VoedselFocus
te Amersfoort

Automatische incasso

Wij zijn erg gebaat bij een solide financiële basis. Als u bereid bent om ons op regelmatige basis te steunen, kunt u ons machtigen om bedragen van uw bankrekening te incasseren. Op onze website is een [formulier](#) te vinden. Stichting VoedselFocus Amersfoort heeft een ANBI-verklaring van de Belastingdienst. Dit betekent dat u uw gift kunt aftrekken bij uw inkomstenbelastingaangifte.



VOEDELbanken.NL
Amersfoort

Onze contactgegevens


T: 033 - 472 19 37
E: VFA-info@voedselFocusamersfoort.nl
I: www.voedselbankamersfoort.nl



[Uitleg over ANBI](#)



Cieka Galenkamp, algemeen coördinator

T: 06 - 37 65 68 79
E: cmgalenkamp@voedselFocusamersfoort.nl
 [@voedselFocus](https://twitter.com/voedselFocus)



Annita van Nieuwenhuizen, bedrijfsleider

T: 06 - 37 65 68 79
E: avannieuwenhuizen@voedselFocusamersfoort.nl

Redactie en vormgeving: Aagje Jellema

© VoedselFocus Amersfoort. Teksten en foto's uit deze uitgave mogen alleen met toestemming van VFA gebruikt worden.