

LFB Nieuwsbrief Nijmegen - april - 2022

[Bekijk deze nieuwsbrief online](#)

Nieuws van LFB Nijmegen!

STERKPLAATS NIJMEGEN

Wat lees je in deze nieuwsbrief?

- Welkom
- Quiz: wat weet jij al van STERKplaats Nijmegen?
- Ervaringen coach Sjoerd
- Workshop herkennen
- Gemeenteraads verkiezingen
- Blog van STERKplaats Nijmegen
- Deelname LFB markt
- Nieuw filmpje: wie werken er bij STERKplaats Nijmegen
- Interview met STERKstudent Mycha
- Recept: wraps met gerookte kip
- Antwoorden quiz

Welkom



Beste lezer,

Van harte welkom bij de nieuwsbrief van STERKplaats Nijmegen. Iedereen heeft op zijn of haar manier bijgedragen aan deze nieuwsbrief! In deze nieuwsbrief staan dingen die we graag met jullie willen delen. Veel leesplezier!

Quiz STERKplaats Nijmegen

1 Hoeveel STERKstudenten heeft STERKplaats Nijmegen?

- a) 8 STERKstudenten
- b) 9 STERKstudenten
- c) 11 STERKstudenten

2 Op welke dagen is STERKplaats Nijmegen open?

- a) maandag, dinsdag en woensdag
- b) maandag, dinsdag en donderdag
- c) dinsdag, donderdag en vrijdag

3 Hoeveel stagiaires hebben we op dit moment?

- a) 5 stagiaires
- b) 2 stagiaires
- c) 3 stagiaires

4 Wat is de leeftijd van onze oudste STERKstudent?

- a) 50
- b) 53
- c) 56

5 Op welke datum is STERKplaats Nijmegen gestart?

- a) 19 juli 2020
- b) 6 september 2020
- c) 20 augustus 2020

6 Wat vindt STERKstudent Rob het leukste om te doen op de STERKplaats?

- a) filmpjes monteren
- b) themadagen bijwonen
- c) voorlichting geven aan HBO studenten

7 Wie van de STERKstudenten is er alle drie de dagen?

- a) Jaheed
- b) Beppie
- c) Tess

8 Wat eet coach Marjolijn het liefste tijdens de lunch?

- a) warm eten
- b) yoghurt
- c) boterhammen met rauwkost

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▼](#)

- b) Beppie
- c) Sandra

Echte melk of koffiebonen

Sjoerd vertelt over zijn eigen evaringen als coach op de STERKplaats in Nijmegen.



Drie maanden coach op STERKplaats Nijmegen. Het begon op een kerstborrel, op de hogeschool, in het midden van het gebouw bij de STERKplaats-vlag. Pas geleden rustte ik na een werkdag uit op een Waalstrandje. Er is tijd verstreken, wil ik maar zeggen. En ik voel me nog steeds groen. Niet meer groen als gras. Eerder als een naaldboom.

Steeds meer 'op mun plek'. Met vallen en opstaan. Grip op de gladde rotsen van een opleiding-in-ontwikkeling.

Het Han-gebouw is groot. Verdwalen op zoek naar koffie. De cappuccino is goed. Eén apparaat heeft koffiebonen en poedermelk. Eén apparaat echte melk en koffie uit cupjes.

Lekker divers, de Hanstudenten! Af en toe andere talen dan Nederlands. En er is respect voor stoer, sierlijk en iedereen er tussenin!

Mijn collega-coach is noodgedwongen thuis in verband met herstel. Gelukkig: een klein-maar-fijn clupje invalcoaches. De STERKplaats-studenten (via naaldbomen, rotsen, koffie en poedermelk kom ik bij de kern) is talentvol, mondig en enthousiast. We bouwen iets moois! Lieve lezer, welkom... Ergens in het midden van het gebouw, bij de (figuurlijke) STERKplaats-vlag. De STERKplaats-studenten geven graag een rondleiding! Ik haal cappuccino. Kies maar: echte melk of koffiebonen?

Workshop herkennen



Tijdens de uren van scholing en training hebben wij gewerkt aan een workshop. De workshop willen we gaan geven aan bijvoorbeeld sociale wijkteams. Het thema is herkennen. Hoe herken je een licht verstandelijke beperking?

We hebben in verschillende groepjes gewerkt zodat iedereen een groot gedeelte mee zou krijgen. Want op elke dag dat STERKplaats Nijmegen open is, werken er andere collega's.

Gemeenteraads verkiezingen maart 2022



STERKstudent Lieke heeft afgelopen gemeente verkiezingen meegeholpen op het stembureau in Elst (GLD) als vrijwilliger.

Stichting de Prokkel heeft zich ingezet zodat véél meer mensen met een verstandelijke beperking op een stembureau konden meehelpen als vrijwilliger. De organisatie zet zich in voor een inclusieve samenleving. Ook wil de stichting de positieve kant van mensen met een (licht) verstandelijke beperking laten zien door mensen te laten ervaren dat ze dit werk kunnen doen en gewoon hetzelfde zijn als ieder ander.

Blog januari en februari STERKplaats Nijmegen



STERKplaats Nijmegen is gestart met het schrijven van een blog! Hier worden de ervaringen op de werkvloer door een STERKstudent gedeeld. Lees hier onder de eerste blog,

Blog januari en februari van STERKplaats Nijmegen

Welkom bij de gloednieuwe blog van STERKplaats Nijmegen, geschreven door STERKstudent Simone.
Vandaag wil ik met jullie terugblikken op de eerste twee maanden van 2022.

Allereerst, wat ben ik trots op mijn collega's! Het is zo mooi om ieder zijn of haar ontwikkeling te volgen tijdens de STERKopleiding. Ook zie ik nieuwe collega, coach Sjoerd, steeds beter zijn plekje vinden binnen ons diverse team.

Deze blog is een mooi moment om terug te kijken op een aantal van onze werkzaamheden in de afgelopen periode.

[Klik hier om verder te lezen](#)

Deelname LFB markt



[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▼](#)

Tijdens deze markt hebben alle STERKplaatsen en LFB afdelingen in een korte presentatie verteld waar zij trots op zijn.

Wij hebben op onze beurt op een speelse manier, door middel van kartonnen borden met tekst, verteld waar we trots op zijn. Stagiër Jason liep heen en weer met zijn bordje "STERKplaats Nijmegen is" waarop Tess, Mycha of Simone een ander bordje omhoog hielden met bijvoorbeeld "Trots op ons team." Met daarbij een korte toelichting waarom wij trots zijn op ons team.

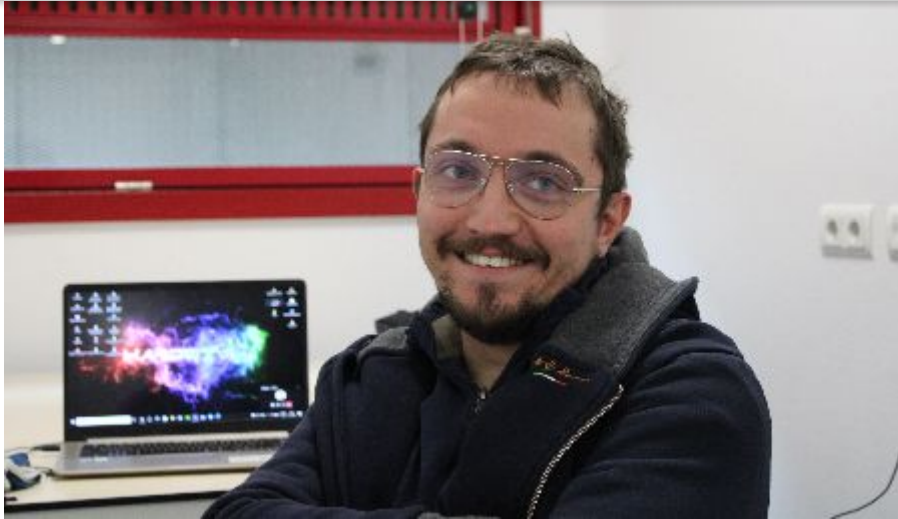
Wat was het een leuke ervaring om van de andere STERKplaatsen en LFB afdelingen te leren!

Leer STERKplaats Nijmegen kennen



Kijk dit filmpje om STERKplaats Nijmegen beter te leren kennen. Dit filmpje is gemaakt door STERKstudent Rob.

Interview met STERKstudent Mycha

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▼](#)

Wil je in het kort vertellen wie je bent?

Ik ben Mycha Kilian, 28 jaar oud. Ik ben STERKstudent bij de STERKplaats in Nijmegen

Waarom wilde je een STERKstudent worden?

Je bent nooit te oud om te leren, ik vind het belangrijk om mezelf uit te blijven dagen. Daarnaast ben ik door meerdere mensen gestimuleerd om eraan deel te nemen.

Wat zijn jouw werkzaamheden op STERKplaats Nijmegen?

Ik hou de algemene mail bij. Zorg dat er afspraken gepland worden. Eigenlijk zorg ik voor alle randvoorwaarden zodat we als STERKplaats kunnen blijven functioneren.

In mijn werk voor de Medezeggenschap van Cliënten bij Pluryn zet ik mijn ervaringskennis al in bij het aanpassen of maken van beleid. Maar ook als gastdocent in het onderwijs (op aanvraag); hier vertel ik over mijn leven, en komt mijn beperking ter sprake en de invloed daarvan. In beide gevallen hoop ik dat de opleiding handvatten biedt en ik mijn kennis kan vergroten, zodat ik mijn rollen nog beter kan vervullen.

Wat is jouw mooiste herinnering aan STERKplaats Nijmegen?

Mijn mooiste herinnering is het proces waar we nu nog steeds inzitten. Het groeien als team.

Wat wil je bereiken in de toekomst bij STERKplaats Nijmegen?

Mijn ideaalbeeld is dat men van elkaar leert, dit zorgt namelijk voor begrip en wederzijds respect.

Ik hoop van elkaar te leren en mooie dingen te bereiken. Daarnaast hoop ik dat de opleiding handvatten biedt en ik mijn kennis kan vergroten, zodat ik mijn rollen nog beter kan vervullen.

Heb je nog tips/adviezen voor de lezers?

Blijf altijd nieuwsgierig!

Recept

Collega Tess heeft een lekker recept uitgekozen om met jullie te delen.



Wraps met gerookte kip

voor circa 4 personen

- 8 (volkoren) wraps
- 250 gram gerookte kipreepjes
- 200 gram gesneden ijsbergsla
- 2 tros tomaten
- 125 gram crème fraîche
- 250 gram gesneden champignons
- 1 rode ui
- (olijf)olie of bakboter becel
- optioneel: 100 gram strooikaas

Bereidingswijze

Snipper de ui.

Was de tomaten en snij ze in blokjes.

Verhit de olie of bakboter in een koekenpan.

Bak de uien, champignons en tomaten in een koekenpan op middelmatig vuur voor 8-10 minuten.

Voeg de kipreepjes na 5 min toe en bak deze de resterende minuten mee.

Breng op smaak met peper en eventueel zout.

Verwarm de wraps volgens de aanwijzingen op de verpakking.

Verdeel de crème fraîche, kipmengsel en ijsbergsla over het midden van de wraps.

Eventueel kun je nog wat strooikaas toevoegen.

Vouw de onderkant naar boven en daarna de zijkanten naar binnen.

Eetsmakelijk!

bron foto: <https://www.brutsellog.nl/>

Subscribe

Past Issues

Translate ▼

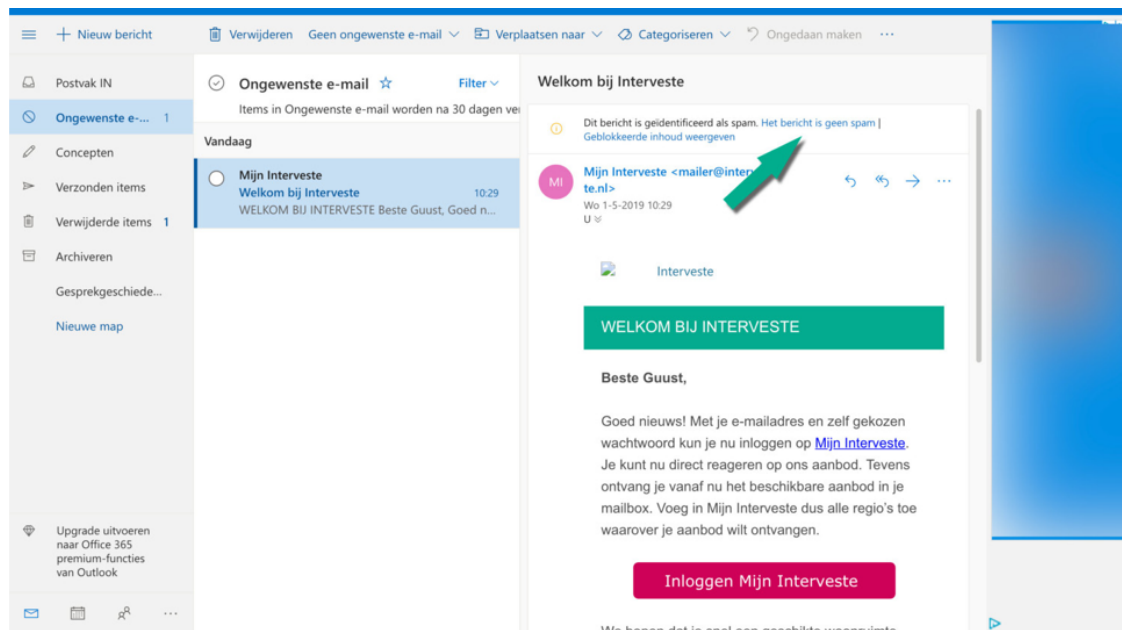
- 1)A: 8 STERKstudenten
- 2)B: maandag, dinsdag en donderdag
- 3)B: 2 Stagiares
- 4)C: 56 jaar
- 5)A: 19 juli 2020
- 6)A: filmpjes monteren
- 7)C: Tess
- 8)A: warm eten
- 9)grapje! alle drie komen ze niet uit Nijmegen

STERK PLAATS
NIJMEGEN

Tip om LFB STERKplaats Nijmegen nieuwsbrief uit de spam te houden.

Het kan voorkomen dat je een e-mail in ongewenste email map komt. Hoe voorkom je dat?

- Klik op de mail.
- Dan zie je bovenin een kleine tekst: **het bericht is geen spam.**
- Als je hierop klikt dan komt de nieuwsbrief gewoon in je postvak IN.
- Zie afbeelding hieronder.


EINDE NIEUWSBRIEF

Subscribe

Past Issues

Translate ▼

Of heb je ideeën voor de volgende nieuwsbrief?
Mail dan naar nijmegen@lfb.nu

Volg ons op social media!



This email was sent to <<Email Address>>

[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)
LFB · Kapittelweg 33 · NIJMEGEN, Gelderland 6525 EN · Netherlands

