

Vers van de pers

Alweer een jaar voorbij - 't gaat veel te snel
 T'rúgkijken heeft geen zin, maar vóóruit wél
 Want als je achteromkijkt, zie je niet
 Wat vóór je ligt; een nieuw jaar in 't verschieft
 Dat was hem dan, een heus Nieuwjaarscliché
 Je hebt er niks aan, maar het klinkt oké...

@EmielBootsma - emiel.bootsma@kpnmail.nl

Uniek wandelen in 's-Hertogenbosch: www.stadswandelingoprijm.nl

Al doorgegeven aan Arussport

Vrijwilligers Sensor verzachten eenzaamheid

's-HERTOGENBOSCH - De decembermaand staat in het teken van familiebezoek en gezelligheid. Eenzaamheid wordt daardoor tijdens de feestdagen vaak sterker ervaren. Wie behoefte heeft aan een mens tot mens gesprek, kan zelfs in de nacht van oud op nieuw terecht bij de vrijwilligers van Sensor. Ze luisteren naar het verdriet om verloren dierbaren. Naar gemis van échte, vertrouwelijke relaties.

Vrijwilligers bieden een luisterend oor aan de telefoon: "Je kunt je verhaal kwijt op het moment dat het jou uitkomt", aldus vrijwilligster Maria. "Dus ook in de nacht en tijdens Nieuwjaar. "Per nacht wordt gemiddeld 140 keer de telefoon opgenomen bij de anonieme hulplijn.

Zonder oordeel

De nachtdiensten vindt Maria pittig, ze is zelf geen nachtmens. Toch vindt ze juist de gesprekken in de nacht bijzonder. Maria: "Het is intenser. Mensen hebben vaak de rust, tijd en ruimte om te bellen. Ze zijn uit de waan van de dag en daardoor komen problemen dichtbij." Hoe helpt het luisterend oor van Maria? "Het uitspreken van je probleem is vaak al goed. Wanneer een ander daar aandachtig, zonder oordeel op reageert, dan helpt dat. Je kunt er verder mee." Het luisterwerk doet Maria vrijwillig maar niet voor niets. "Ik krijg zo veel terug, het maakt van mij een wijzer mens. Regelmatig bedank ik mensen voor het fijne gesprek."

Maria is één van de 950 vrijwilligers die zorgt dat Sensor 24/7 bereikbaar is voor een luisterend oor. Om dit ook in 2017 te garanderen, zijn nieuwe vrijwilligers hard nodig. Sensor start regelmatig een training om nieuwe vrijwilligers op te leiden. Daarna krijgt de vrijwilliger voortdurend training en begeleiding om de kwaliteit van de gesprekken te bewaken. Geïnteresseerden kunnen meer informatie vinden en zich aanmelden op www.sensor.nl.

Sensor

Sensor biedt sinds 1958 een anoniem luisterend oor per telefoon, chat en e-mail. Alle dagen en nachten van het jaar. In 2015 voerden de 950 vrijwilligers ruim 250.000 gesprekken per telefoon, chat en e-mail. Hoofddoel is de eenzaamheid, psychosociale problemen en relatieproblemen.

Winter To terug in

's-HERTOGENBOSCH - De Nederlandse Basketball Bond begon strijd om de Winterkampioenschappen 3x3 basketbal in 's-Hertogenbosch en die stad beleefde op zondag 8 januari van 11.00 tot 18.00 uur ook de landelijke finales om de nationale titels. In alle klassen gaan jeugd en senioren met elkaar in de slag om de titel in deze snel aan populariteit winnende tak van de basketbalsport waarin ons land wereldwijd een vooraanstaande positie inneemt.

Waar Nederlandse senioren tot bij het vertrouwde 5x5 basketbal nog nooit in de prijzen vielen, won een internationaal titeltoernooi onder auspiciën van de wereldfederatie Fiba, keerde de nationale mannenploeg deze zomer van het Europees kampioenschap in Boekarest met brons. Een resultaat dat de ernst onderstreept waarmee deze basketbal-variant met 250 miljoen beoefenaars wereldwijd wordt beschouwd als de belangrijkste urban-teamsport van de wereld, in ons land wordt aangestuurd door Sjoerd van Vilsteren, Jesper van Tongeren en Matthew van Tongeren en de Nederlandse Schelvis bogen in de Roermondse hoofdstad in de halve finale van de Servië, de latere kampioen.

Hippe variant

Tijdens het wereldkampioenschap in China bogen de Oranje-rode in de kwartfinale voor de titel van Servië, de beste ploeg ter wereld die ook nu met goud werd bekroond. Nederland werd daar zeer verdienstelijk zo. In Boekarest viel Joey Schelvis der topschutter van ereditaire Zorg & Zekerheid Leiden en promotie-divisionist Gijs van der Pers, trouwens ook nog in

Grootste c