

Samen

zijn

wij

Zeist



Gemeente Zeist

“

Corona zet al bijna twee jaar ons leven op zijn kop. Tegelijkertijd heeft het ons de kans gegeven om na te denken over ons leven. En dit misschien wel – noodgedwongen of juist vrijwillig – anders in te richten. In hoeverre heb jij je leven anders ingericht?”

”



“Ik ben nog meer mezelf geworden door corona. Ik ben nieuwe dingen gaan doen. En dingen die ik allang wilde doen, actief gaan oppakken. Ook ben ik de natuur meer gaan waarderen. De natuur heeft de kracht om je gedachten opzij te zetten en

ruimte te maken voor verwondering. En voor bewuster leven. Als je alles op de automatische piloot doet, raak je het contact met jezelf kwijt en heb je het gevoel dat dingen je overkomen. Als je bewust leeft, raak je meer vervuld.”

Mieke Deiters
aanjager spelen en recreëren bij kinderboerderij De Brink

“Sinds maart 2020 doen we bijna alles anders. Het is continu aanpassen. Je denkt na over de inrichting, looproutes, groepsomvang en je blijft schoonmaken. We kunnen inmiddels wel sneller schakelen. Onze sporters ook. Die weten: als er een lockdown is, kunnen we binnen in kleine groepjes sporten, buiten personal training doen of trainingsvideo's volgen op YouTube. Zo proberen we

onze sporters fit en gezond te houden. Gelukkig wordt de gezondheidswinst van sporten nu meegenomen in het coronabeleid. Dat is voor iedereen goed.”

Peter Kruff
fysiotherapeut en eigenaar
Fysio Sport & Training



“Ik ben in coronatijd een onderneming begonnen, waarbij ik mensen ondersteun bij het vinden van balans na bijvoorbeeld een burn-out. Dat doe ik door met een groep actief te werken in de natuur en met elkaar in gesprek te gaan. Door de crisis ben ik me bewuster geworden van mijn maatschappelijke rol. De crisis legde bloot hoe ongelijk de wereld verdeeld is. We breiden de groep nu uit met mensen die het niet kunnen betalen. Met een diversere groep, heb je hele andere gesprekken. Ik ben hierdoor sociaal en warmer geworden.”

Roelof Hovenkamp
eigenaar Hof van Hovenkamp

“Privé is mijn leven niet anders. Wij hebben een zorgkind. De flexibiliteit die corona nu van iedereen vraagt, werd van ons al gevraagd. In mijn werk als trouwambtenaar vind ik het sneu dat bruidsparen hun plannen steeds moeten aanpassen. Aan de andere kant zie ik dat bruidsparen die dit op een creatieve manier doen, een onwijs mooie intieme bruiloft hebben.



Zoals verschillende kampvuurtjes in een weiland, waar mensen omheen zitten, en waar het bruidspaar bij elk kampvuurtje aansluit. Met muzikanten die ertussendoor lopen.”

Marious Mackaay-Hermanides
trouwambtenaar

“Ik heb mezelf thuisonderwijs zó goed aangeleerd, dat ik het redelijk prettig vond. Ik zat in mijn voorexamenjaar en mijn examenjaar. Ik wist: ik móet structuur aanbrengen. Voordat de lessen begonnen liet ik de hond uit, in de pauze deed ik een middagwandeling, en in de avond een kort rondje. Het gaf me energie. Omdat je de sociale interactie kwijtraakt, ging ik na school tennissen of afspreken met vrienden. Daardoor ben ik er goed uitgekomen en heb ik geen sociale klachten. En voor mijn examen ben ik bijna cum laude geslaagd!”

Antoine Sie (16)



“Doordat het verzorgingshuis van mijn 88-jarige moeder in het begin van de pandemie gesloten werd en ze geen bezoek meer mocht ontvangen, had ze tijd over om iets te doen voor haar medemens. Toen ze hoorde dat er een vliegtuig met Afghanen naar Nederland zou komen, is ze gelijk mutsen gaan breien voor ze, om ze zo de warmte te geven die ze nodig hebben. Letterlijk en figuurlijk. De mutsen zijn in de kleuren van de Afghaanse vlag, zodat de vluchtelingen een stukje van thuis meenemen naar hun nieuwe thuis.”



Clementine Baan
betrokken inwoner van Zeist



“In Afghanistan hadden we veel stress. De vrouwen die werken, zouden vermoord worden. Toen we hier kwamen, was de stress weg. We hebben gehoord dat dit de beste opvanglocatie van Nederland is. De mensen zijn heel vriendelijk en behulpzaam. Ik heb Nederlandse les gehad en luister 's avonds naar YouTube

om het nóg beter te leren. Bij de opvanglocatie organiseren ze leuke activiteiten, zoals voetbal en cricket. Ik vond het leuk om te leren fietsen. Dat heb ik geleerd op een kinderfiets. Nu kom ik overal.”

Fazli
Afghaanse vluchteling opvanglocatie Huis ter Heide

“Door corona heeft bijna een hele generatie kinderen niet de gelegenheid gehad om op zaterdag naar de kinderdisco te gaan in Den Dolder. Dat vind ik jammer. Gelukkig staan nieuwe ouders klaar om, zodra het weer kan, dit te gaan organiseren. Als één ding pijnlijk duidelijk is geworden de afgelopen tijd, dan is het hoe belangrijk de sociale contacten zijn voor kinderen en jongeren. Hoe ontwrichtend de maatregelen zijn voor ze. Ze missen veel in sociale ontwikkeling. Het is gezond om buitenshuis dingen te kunnen ondernemen.”



Nynke de Jong
bestuurslid Stichting Dolders Jongeren Initiatief



“Ik ben flexibeler geworden in de oplossingen die ik kies. Ik kijk hoe ik dingen door kan laten gaan, ondanks de beperkende maatregelen die er zijn. Het voordeel van mijn werk is dat veel activiteiten buiten zijn. Dan kan er méér. Buurtmoestuinen draaien gewoon door. Alleen in kleinere groepjes. Daarnaast heeft corona me bewust gemaakt dat ik mijn energie niet moet steken in het oordelen over wat je niet kunt veranderen, maar me liever op een creatieve manier inzet voor het positieve.”

Joost van Ettehoven
groene makelaar (stadslandbouw)

“In de afgelopen twee jaar konden we elkaar veel minder fysiek ontmoeten. Dat is een groot gemis. Want een persoonlijke ontmoeting heeft zoveel meer betekenis en impact. Op het moment dat het dan weer kan, geeft dat extra energie. In de afgelopen tijd is het besef gegroeid dat we er voor elkaar moeten zijn. Het is belangrijk om naar elkaars verhalen te luisteren, oog te hebben voor de ander. We kunnen op die manier elkaar behulpzaam zijn.”



Sander Jansen
locoburgemeester

“Corona was het steuntje in de rug om een stiltecentrum op te richten. We mediteren in de winkel en doen wandelmeditaties. Ik merk dat mensen behoefte hebben aan bewustzijn en voelen wat hen blij maakt en steunt. Er is meer dan alleen deze uiterlijke crisis: mensen zijn op zoek naar innerlijk licht, beweging en vernieuwing. Ik heb eveneens een retraite opgericht in de ruimte achter de winkel, waar je kunt slapen tussen de kristallen. Een stilteplek waar je nog een stap verder kunt. Let goed op waar je aandacht aan geeft. Dat groeit.”



Wendela Copijn
eigenaar edelsteenwinkel
Karbonkel

“Vroeger ging ik altijd sporten 's avonds. Nu lees ik een boek en ga ik om 20.30 uur naar bed. Met een vriendengroep van de sportclub komen we wekelijks bij elkaar. Als sporten niet kan, gaan we wandelen of iets eten. Dat is fijn. Bij mijn werk moeten noodgedwongen acht mensen in de pauzes buiten blijven, onder wie ik, omdat er nog maar vier mensen in de keet mogen, terwijl we met z'n twaalfen zijn. Door de kou eet ik mijn boterham nu ijsberend op.”



Dave Haagen
medewerker BIGA Groep,
de groenvoorziening in Zeist

“Door corona hebben we duidelijker keuzes gemaakt: hoe ga je met je leefomgeving om? We zijn bijvoorbeeld vegetarisch gaan eten. Onze zuurstof voor de ziel – tentoonstellingen, concerten – missen we enorm. We proberen waar mogelijk dat nog wel zelf te organiseren. Ook hebben we iets anders dat ons blij maakt: we hebben een zwerfhond in huis gehaald. Als we 's ochtends met hem in het bos lopen, voelen we ons een rijk mens. Daarnaast zijn we meer voor onszelf gaan kiezen. We werken avonden door. Nu zijn die voor onszelf.”

Dees en Koen Wilgehof
kunstenaars-echt paar



“Corona heeft me gezondheidswinst gebracht. Eind 2020 heb ik het roer omgegooid en me een ander leefpatroon aangemeten: ik ben minder gaan snoepen en meer gaan bewegen. Daardoor ben ik 20 kilo afgevallen. Mijn lange wandelingen heb ik nuttig besteed door podcasts over

het geloof te luisteren. Het heeft mij persoonlijk doen groeien. En wandelen is zo makkelijk: jas en schoenen aan, en gaan! Als nieuwe traditie hebben mijn vrouw en ik de vrijdag als vervendag ingesteld. Elke vrijdag bestellen we eten bij een lokale ondernemer.”

“Mijn leven is drastisch veranderd. Door corona heb ik deelgenomen aan de inwoners advies commissie: 150 Zeistenaren die geholpen hebben om de gemeentelijke begroting in balans te krijgen. Hierdoor is mijn politieke hart sneller gaan kloppen en ben ik buitengewoon raadslid geworden. De belangrijkste reden is de kloof tussen burgers en de politiek te dichten. De sleutels: transparantie en eerlijkheid. Als vrijwilliger bij Austerlitz Zorg zie ik van dichtbij dat we in een helpende samenleving leven. Zeist morgen net iets mooier maken dan vandaag. Daar ga ik voor!”

Jochem Beltman
buitengewoon raadslid
Nieuw Democratisch
Zeist

