

# Verslag fietstocht Ring-Ring app

Groene Vrijdag 2019

*Door Isabelle van Acquoy en Maria Buur*

Ondanks de voorspelde regen stapten we op Groene Vrijdag met een groep mensen op de fiets, onder het motto 'geen handen uit de mouwen, maar voeten op de pedalen'. We maakten steeds een korte pitstop bij vijf lokale initiatieven die in 2018 zijn gesteund door de fietsactie met de Ring-Ring app. Een actie die ook in het kader van 'Wij zijn groen, gezond en in beweging Nijmegen' werd ondersteund. Alle vijf de initiatieven dragen bij aan het welzijn van de stad waarbij voedsel een belangrijke rol speelt.

## Koffie bij Huiskamer Bij Bosshardt

We verzamelden bij huiskamer Bij Bosshardt van het Leger des Heils waar we warm ontvangen werden met een kop koffie door Annelot de Groot-Deddens, de coördinator van de huiskamer. De huiskamer is een laagdrempelige plek voor de buurt waar iedereen welkom is voor wat gezelligheid of een luisterend oor. De huiskamer is recent geschilderd door vrijwilligers van NL Doet, mede door één van de fietsers van vandaag, en is weer stralend wit. In een middag tijd was de klus geklaard, zo zie je maar wat je samen kan bereiken! Zo hebben ook de gefietste kilometers van de Ring-Ring app tijdens het Green Capital-jaar een bijdrage kunnen leveren aan de mobiele koffiekar, waarmee de wijk nog beter bereikt kan worden. Naast koffie en thee wordt er elke donderdag soepcafé gehouden, waar iedere week een andere buurtbewoner verse soep maakt. Een mogelijk nieuw project is het aanleggen van een moestuin in de achtertuin om zo ook eten te kunnen bereiden met verse groenten.



## **De uitdaging van gezonde voedselpakketten**

De eerstvolgende stop maakten we bij de loods van de Voedselbank aan de Winkelsteegseweg waar we werden ontvangen door Patricia van Hooff en een kijkje konden nemen bij de werkzaamheden van de Voedselbank. Ditmaal een organisatie waar voedsel noodzakelijkerwijs centraal staat om mensen in armoede te helpen. De doelstelling van de Voedselbank is om directe voedselhulp te bieden aan de armste mensen en om tegelijkertijd voedselverspilling tegen te gaan. Waarom zouden we, immers, eten weggooiden, terwijl er mensen zijn die het hard nodig hebben?

Het is meermaals door onderzoek bevestigd dat armoede ongezond is. Mensen in armoede zijn bijvoorbeeld vaker ziek en ervaren meer stress. Gezonde voeding speelt daarin een belangrijke rol, want dat is nou eenmaal de basis waarmee je je leven weer op de rit kan krijgen. Helaas blijft het voor de voedselbank een grote uitdaging om verse groenten en fruit in het pakket te krijgen. De Voedselbank is afhankelijk van zijn leveranciers, die niet altijd verse producten kunnen leveren. Daarnaast blijkt het logistiek ook een uitdaging te zijn, omdat producten niet meteen naar de klant gaan. Vorig jaar is er met de actie Fiets voor Elkaar 25.000 euro bij elkaar gefietst voor verse groente voor de eerste drie maanden van 2019. Een deel van dit geld is ook naar de Vincentius Vereniging gegaan.

De vraag blijft natuurlijk hoe de Voedselbank op een structurele wijze gezonde voedselpakketten kan aanbieden. Daarnaast: hoe zorgen we ervoor dat er niemand meer afhankelijk is van de Voedselbank? Want zeg nou zelf, iedereen heeft toch recht op gezond eten?

## **Vincentius Vereniging**

Vanaf de loods fietsten we door naar de wijk Lindenholt waar de Vincentius Vereniging sinds jaar en dag mensen helpt die leven in eenzaamheid en armoede. De groep werd rondgeleid door Frits Jans, die ondanks de beperkte tijd die we hadden, toch met zijn verhaal recht door het hart ging bij de fietstocht-deelnemers. Het blijft schrijnend om te horen dat er nog zoveel mensen in armoede leven en hartverwarmend om te zien hoeveel vrijwilligers zich inzetten bij het Vincentius om elkaar hulp te bieden. Er worden tal van activiteiten georganiseerd van een daghap, 50 eurocent winkels tot aan een kinderrestaurant waar kinderen samen boodschappen doen, koken en eten serveren aan hun gasten. Binnenkort kunnen kinderen ook in de ochtend bij het Vincentius terecht om daar boterhammen te smeren om mee te nemen naar school, omdat er is gebleken dat veel kinderen zonder ontbijt of lunch naar school gaan.

Naast het bedrag voor verse groente is er in 2017 en 2018 ook met de Ring-ring-app gefietst voor moestuintjes in Lindenholt. Een initiatief van de Vincentius Vereniging om mensen te ondersteunen bij het kweken van eigen groente.

## **Soepie doen bij de Wijkfabriek**

Van de Lindenberg fietsen we naar Wolfskuil waar de tafel voor ons gedekt was bij de Wijkfabriek. In de Wijkfabriek gebeurt ook weer van alles! Er worden activiteiten georganiseerd die zich richten op de ontmoeting en verbinding in de wijk op het gebied van allerlei thema's, zoals de deeleconomie, duurzame energie en welzijn in de wijk. De ontmoeting en verbinding vond meteen plaats onder het

genot van een heerlijke linzensoep die met liefde was bereid door de twee aanwezige vrijwilligers. We zaten aan tafel met nog een aantal andere mensen en al gauw raakten we in gesprek over mogelijke nieuwe groene verbindingen, bijvoorbeeld tussen mensen met een moestuin en de Wijkfabriek. Dan wordt het 'soepie doen' echt lokaal! Soepie-doen is in 2018 ook via de fietsactie met de app Ring-ring ondersteund.



### **Overhandiging cheque bij de Warmoes**

We sloten de fietstocht af bij de historische tuinderij in Lent, de Warmoes met een feestelijk moment. Nilva Delle, vrijwilligster bij de Deelwinkel Lent heeft aan Barbara Hine (één van de twee coördinatoren) een cheque te overhandigd van 1.000 euro in het kader van de bewonersaanpak met behulp van de app Ring-ring. Hiermee heeft de Warmoes een mooi fietsenrek kunnen realiseren voor hun bezoekers.

