

vraag de buren op uw oprit te parkeren.

6. Laat nooit een onbekende binnen
Vraag altijd eerst de identiteit van iemand die u binnen laat. Laat nooit een onbekende binnen in de inkomhal van het gebouw.

7. Leg uw sleutels op een veilige plek
Verstop ze niet onder de deurmat of in een bloempot naast de deur.

8. Doe altijd de deur op slot wanneer u gaat slapen of niet thuis bent
Sluit ook de achter- en zijkant van uw woning af. Daar slaan inbrekers bij voorkeur toe.

9. Geef elke inbraak aan bij de politie
Laat ook uw buren weten dat u slachtoffer werd van een inbraak.

KEUZE MAKEN

Keuzestress is een vorm van stress die veroorzaakt wordt doordat je overspoeld wordt met informatie die overwogen moet worden om een 'goede' keuze te kunnen maken.

Keuzes maken is onderdeel van het leven. We moeten regelmatig kleine en grote keuzes maken. Wil je veranderen van baan, is het nu wel verstandig om dat huis te kopen of zou je toch beter opnieuw een opleiding kunnen volgen?

Veel mensen vinden keuzes maken moeilijk, ze blijven aan het twijfelen. Hoe komt het dat je geen beslissing kunt nemen en hoe kun je makkelijker een keuze maken?

Een simpel stappenplan:

1. Bepaal wat je wilt: het is een bekend stuk uit Alice in Wonderland. Alice komt op een splitsing aan en vraagt aan de grijnzende kat welke kant ze op moet. De kat vraagt waar ze naartoe moet.

Alice zegt dat ze het niet weet. Waarop de kat terecht antwoordt: als je niet weet waar je naartoe wilt, maakt het ook niet uit welke afslag je neemt. Besluit daarom allereerst wat je wilt bereiken.

2. Schrijf je mogelijkheden op: het is belangrijk om helder te krijgen wat er allemaal mogelijk is. Soms zorgt het denken over deze stap er ook voor dat je nieuwe mogelijkheden ontdekt.

3. Schrijf op wat de voor- en nadelen zijn van de verschillende mogelijkheden. Bijvoorbeeld: "het duurdere huis is ruimer en heeft een betere ligging, maar je kunt niet meer op vakantie de komende twee jaar. Het minder dure huis is wat donker en er is kans dat je er uitgroeit als je nog een baby krijgt. Maar je kunt wel op vakantie.

Schrijf voor elke keuze de argumenten voor en de argumenten tegen op.

4. Geef de argumenten een cijfer en tel ze op. Argumenten tegen krijgen negatieve cijfers (-4 of -2 bijvoorbeeld). Argumenten voor krijgen een positief cijfer (zoals een 6 of een 8). Tel de cijfers achteraf op en kijk welke mogelijkheid wint. Dat is de winnaar en je keuze.

Succes met het maken van de goede keuze.

45E KATTEFEESTEN

De feesten liggen ondertussen al een maand achter de rug.

Binnenkort zijn alle foto's te bekijken op onze website www.stubbekwartier.be



RESPECT

Zoals door Wikipedia omschreven: Respect betekent aanzien, eerbied of waardering, die men heeft voor (of ontvangt van) iemand vanwege zijn kwaliteiten, prestaties of vaardigheden. Het woord betekent oorspronkelijk omzien naar, en vandaar rekening houden met. Ik persoonlijk heb een ontzaglijk respect voor de vele vrijwilligers die hulp aanbieden bij het buurtwerk en voor de mensen die het buurtwerk genegen zijn. En, o ja, ik heb ook respect voor de mensen die het buurtwerk minder of niet genegen zijn. Ieder zijn vrije mening, en gelukkig verschilt die wel eens van mekaar. Respect kun je echt wel afdwingen. Door er een voorbeeldig gedrag op na te houden, vriendelijk met elkaar om te springen, of misschien wel steun te bieden. Aansluiten bij 'Buren helpen burens' kan in dat laatste een optie zijn; volledig vrijblijvend ten dienste staan van je naaste burens.

Anderzijds zul je bij velen geen respect afdwingen door bijvoorbeeld hondepoep achter te laten bij een wandeling met je 'geliefkoosd' beestje.

Respect dwing je ook niet af door je niet aan de verkeersregels te houden, zoals met de fiets tegen de rijrichting in te rijden en anderen te hinderen. Of door als autobestuurder de zone 30 aan je laars te lappen en misschien daar

VZW Buurtwerk Stubbekwartier

Werfstraat 88, 8000 Brugge
www.stubbekwartier.be
info@stubbekwartier.be
38ste jaargang, nummer 3
26/09/2018

nog bovenop in een fietsstraat de fietsers aan de kant te dwingen om wat verder misschien als eerste (of toch niet?) voor het rode verkeerslicht te staan.

Respect dwing je al helemaal niet af door openbare afvalmanden vol te proppen met huishoudelijk afval. Sluikstorten noemt men dit. De afvalmanden zijn immers voorbehouden om er klein afval, geproduceerd op de openbare weg, en zwerfvuil in te deponeren.

Respect heeft dus heel wat inhoud; een hele boterham dus. Maar als we allemaal rekening houden met elkaar op een wijze waarop het voor iedereen aanvaardbaar is en blijft, dan wordt het leven in onze buurt nog aangenamer dan het nu zeker al is.

Voila!

SPONSORLOOP



We hebben met het buurtwerk Stubbekwartier maar liefst 4.000 euro opgehaald voor de MUG-helikopter. We hebben er veel voor gewerkt om dit te

bereiken maar helaas kregen we daarvoor naar mijn mening niet de erkenning van de pers. Daarom heb ik aan iedereen een oproep gedaan om onze foto te delen via sociale media. Wij en alle mensen die ons hebben gesponsord tijdens de sponsorloop hebben dit verdiend. En dit was een groot succes. Tot nu toe werd het bericht 3.513 keer gedeeld via facebook en zo hebben we 194.898 mensen bereikt. De foto kwam nadien nog in de Krant van West-Vlaanderen en weekblad Tips. Toch een prestatie om fier op te zijn.

SNEUKELN OP HALLOWEEN

Dinsdag 31/10/2018, 18u30

Vorig jaar zijn we er samen in geslaagd om de vloek van heks 'Dikke teennagel' te verbreken. Dit jaar staan we voor een nieuwe uitdaging. Hopelijk mogen we terug op jullie steun rekenen. Jullie zullen creatief en actief moeten zijn maar we houden het voornamelijk tof. Het accent ligt voornamelijk op het griezelig sneukelen. Jullie krijgen een volledig menu voorgeschoteld.

- een aperitiefje met hapje
 - een Halloween soepje
 - een heerlijk voorgerechtje
 - een onvergetelijk hoofdgerecht
 - een verrukkelijk dessert
- Iedereen wordt gevraagd een griezelige outfit aan te trekken en een lichtje mee te brengen. Deelnemen kost 10 euro, of 5 euro voor kinderen tot 12 jaar. Inschrijven via Pascal Velle – Veldmaarschalk Fochstraat 51 door het bedrag op voorhand te betalen (uiterlijk 25/10/2018)

WINTERWANDELING

Zondag 11 november 2018

Tijdens onze jaarlijkse daguitstap hebben we de 600.000 kleien beeldjes in het West-Vlaamse provinciedomein De Palingbeek bij leper bezocht. Het is een herdenkingsprogramma rond de Eerste

Wereldoorlog.

Op de dag van wapenstilstand gaan we er nog een vervolg aan geven. We organiseren een natuurwandeling van ongeveer 10 km.

Het wandeltempo blijft "gezellig traag" zodat er ruimte blijft voor een gezellige babbel en om te genieten van de natuur en ???

Iedereen is welkom. We starten om 13u30 aan ons lokaal

SINTERKLAAS OP BEZOEK

Zaterdag 25 november 2018 tussen 14u30 en 18u.



Een persoonlijk bezoek van Sinterklaas bij jullie thuis. De kindjes weten niet wat hen overkomt. Dit is een leuk en onvergetelijk moment voor jong en oud. Wij bieden jullie een bezoekje aan van Sinterklaas en 2 zwarte pietten. De Sint leest voor uit het boek en overhandigt een snoepzak vol lekkers aan elk kind. Misschien zit er in de zak van Sinterklaas ook wel wat speelgoed? Willen de kindjes een liedje zingen, een dansje doen of op de foto bij Sinterklaas en de pietten? Dit kan allemaal! De Sint maak zelf een planning op en brengt jullie ervan op de hoogte wanneer hij op bezoek kan komen. Indien u een bezoekje wenst van Sinterklaas, aarzel dan niet om gratis in te schrijven door naam, voornaam, adres,

leeftijd, telefoonnummer en uw voorkeur van uur, samen met een persoonlijk briefje over de kids, door te sturen voor 27/11/2018 via info@stubbekwartier.be of door een briefje te sturen naar Veldmaarschalk Fochstraat 51 – 8000 Brugge

MINIVOETBAL



Kom onze nieuw ploeg aanmoedigen in de 3de afdeling van de competitie Kern Brugge – Oostkamp.

- donderdag 27 sept. om 19u (Koude Keuken) MVC Stubbekwartier - YB Zilleghem
- donderdag 4 okt. om 19u (Koude Keuken) Real Betis Guerilla - MVC Stubbekwartier
- zaterdag 13 okt. om 21u (Koude Keuken) Grêmio - MVC Stubbekwartier
- vrijdag 19 okt. om 22u (Koude Keuken) MVC Vives - MVC Stubbekwartier
- zaterdag 27 okt. om 21u (Koude Keuken) MVC De Biebas - VC Stubbekwartier
- maandag 29 okt. om 19u (Sport Vlaanderen) MVC Jean Max - MVC Stubbekwartier

BURENHULPENBUREN

Heb je hulp nodig, twijfel dan niet om contact op te nemen met 0473/944052.

Wil je nog hulp bieden, stuur dan een mailtje naar burenhelpenburen@stubbekwartier.be en zo blijf je altijd op de hoogte.

Buurtbewoners die nog een nieuw kaartje wensen kunnen altijd een mailtje sturen.

TIPS OM JE WONING TE BEVEILIGEN TEGEN INBRAAK

Als de winter zijn intrede doet, neemt traditioneel ook het aantal inbraken toe. Elke dag zijn er in ons land zo'n 200 woninginbraken. Deze negen tips helpen u om uw woning eenvoudig te beveiligen.

1. Zorg dat uw woning goed zichtbaar is
Installeer een goede binnen- en buitenverlichting. Vermijd te hoge begroeiing in de voortuin.
2. Help de inbreker niet
Berg ladders en gereedschap op. Sluit uw berghok met tuingereedschap goed af.
3. Leg waardevolle voorwerpen uit het zicht
Berg uw laptop, juwelen en smartphone op. Noteer het serienummer en maak er een foto van. Dit is handig indien u aangifte doet bij de politie na een inbraak.
4. Geef uw huis een bewoonde indruk als u afwezig bent
Vermijd een overvolle brievenbus. Laat het licht regelmatig aangaan met een tijdschakelaar. Maak goede afspraken met uw burens.
5. Parkeer een auto op uw oprit als u op vakantie gaat
Misschien heeft u een tweede auto, of