

deze maand in ieder geval erg moeilijk te huren. De uitnodiging volgt, ik hoop jullie allemaal te zien en te spreken, tot zaterdag 20 april!

Annelies, voorzitter

---

## Leden bestand

**Nieuw lid:** Brechtje en Jacqueline

**vertrokken:** Joke, Anky, Rob, Han

---

Welcome



## Van de bestuurstafel

Afgelopen maand kregen we met maar liefst 2 uitreikingen te maken. **De kringlogo prijs** die we vorig jaar gewonnen hadden, ging naar: De stichting Goede Buren in Olst. Zij hebben het beeldje en de 100 euro in ontvangst genomen. Een waardige opvolger en zeker de moeite waard om een bezoekje aan te brengen. Goede Buren huurt een winkelruimte in Olst waar verschillende initiatieven elkaar versterken: een Soepcafé, een Repaircafé, een tweedehands kleding- en speelgoedzaak voor een goed doel en een goedbezochte stamtafel, een verkooppunt voor biologische groente uit de buurt, verpakkingsloos winkelen van droogwaren, Energieadvies, Rok 'n Ruil (kledingruil) en meterverhuur aan lokale hobbyisten en producenten die hun duurzame producten "zonder kilometers" willen verkopen. Wat gaaf om allemaal te zien en wat zou het mooi zijn als zoiets ook in Zwolle van de grond komt.

Naast de overdracht van het kringlogo zijn Anne en ik druk geweest met de **Overijsselse circulaire innovatie top 20** waar we voor genomineerd waren. Verderop in de nieuwsbrief zal Anne verslag doen.

Ontzettend leuk om te vermelden is dat er een **nationale LETS dag** aan zit te komen, en wel op 8 juni 2024! Toevallig had ik LETS Alkmaar gemaaild om eens wat uit te wisselen en blijken zij de organisator van deze dag. Verder op in de nieuwsbrief meer hierover. Door gezondheidsproblemen kan ik helaas niet gaan maar wie van de leden vindt het leuk om hier zijn licht op te steken en inspiratie voor ons cluppie op te doen?

Tot slot zit de ALV er aan te komen, tijdens het KLETS cafe van 20 april is er de ALV en een plantjesruil. De locatie houden we nog even geheim, Gerrits Tuin was

## In deze nieuwsbrief

- Van de bestuurstafel
- leden die komen en gaan
- Wat doe je met
- LETS in den lande -
- De drie vragen aan een lid - Anke
- Kletscafé recept - Anke
- Ondertussen op Cyclos
- Overijsselse innovatie circulatie top 20
- Jaarrooster Lets

---

## ACT - Jannette



Graag vertelt ik jullie iets over ACT (spreek uit ekt); een methode die je helpt te gaan staan voor wat voor jou echt belangrijk is. ACT staat voor Acceptance and Commitment Training. De kern van de methode is dingen gaan doen die jouw leven betekenis geven (commitment) terwijl je leert te "dealen" met de onaangename gevoelens die dan onvermijdelijk ontstaan (acceptance). Want: als doen wat je eigenlijk echt graag wilt makkelijk zou zijn, dan had je het natuurlijk allang gedaan!

ACT biedt handvaten om betekenisvolle stappen te zetten zonder dat je bij de eerste tegenslag of kritiek opgeeft. Ik ben zo enthousiast over ACT omdat het mij persoonlijk veel vitaliteit en veerkracht brengt. Daarbij is de inhoud makkelijk toe te passen en geeft het vaak enorm goede vibes en inspiratie. Ik kom daarom graag bij het kletscafé van zaterdag 29 juni om jullie te besmetten met mijn enthousiasme. Ik heb ook een mooie kennismakingsworkshop op de plank liggen die ik eventueel erna kan aanbieden op Cyclos.

---

## Landelijke LETS dag!

In 2016 kwamen 70 collega Lets - verenigingen uit heel Nederland bij elkaar in Amsterdam om elkaar te ontmoeten en ervaringen uit te wisselen. De zaal was bomvol, het was heel gezellig, inspirerend en informatief: de bijeenkomst was een groot succes!

Het wordt hard tijd om dit weer eens over te doen. We zijn heel benieuwd wat er in de tussenliggende jaren in LETS gebeurd is. Schrijf het alvast in je agenda:

Za 8 juni 2024: LETS-Talk #2 te Hilversum. Komen jullie ook?

Inloop: vanaf 13.30u, start programma: 14 u, afsluiting: 21-22 uur. Programma: introducties van de verschillende LETS-en andere aanwezigen; ronde tafelgesprekken rond actuele LETS-themas en dilemma's (nadere info volgt); gezamenlijke maaltijd: 18u; verder zijn er hapjes en drankjes – en sfeer!

**Wie-o-wie van onze Lets vereniging wil deze dag aansluiten. Onkosten en reiskosten worden vergoed. Ina is in ieder geval voornemens om te gaan.**

---



Een lid stelt zich voor in drie vragen. Dit keer Anke.

### Waarom ben je lid geworden van Lets Zwolle

Lets staat voor duurzaamheid. Spullen die je anders zou weggooien, kan een ander nog goed gebruiken. Ik realiseerde me dat voor het eerst toen ik zwanger was en een vriendin mij wees op tweedehands babykleding. Ze vertelde dat babykleden eigenlijk niet slijten, omdat baby's snel groeien. Dat was voor mij een eye-opener. Vervolgens heb ik de hele jeugd van onze kinderen zowel nieuwe kleding als tweedehands kleden gekocht.

Via een andere vriendin werd ik gewezen op een leuke kringloopwinkel in Dordrecht, waar ik woonde. Ik vond er een prachtige antieke piano, divers serviesgoed, een kinderkapstokje en handige keukenspullen zoals een pureestamper en een groentehakselaar. Voor een prikkie! Dus toen ik van Wim hoorde over het bestaan van Lets, was ik direct enthousiast.

Inmiddels zijn de kinderen groot en merk ik dat ik nog milieubewuster ben geworden. Het feit dat ons afval naar een Derde Wereldland gaat en daar wordt gestort, gaat me aan het hart. Dus ik probeer zoveel mogelijk tweedehands te kopen en te recyclen. Onze kinderen doen dit inmiddels ook. Wat soms grappige situaties oplevert. Zo ging onze oudste met een berg oude kleding naar het containerpark. En kwam vervolgens met een volle zak terug. Zijn reactie: "Er stond alleen een container met erop: textiel! Dus waar moet ik nou mijn oude kleren laten?"

### Wat bied je momenteel aan

Naast mijn Lets penningmeesterschap is mijn aanbod op dit moment dat ik broeken korter kan maken. Dit heb ik een aantal malen op verzoek gedaan.

### Wat mis je nog bij Lets?

Wat ik mis bij Lets zijn jonge deelnemers. Ik hoop dat we in de toekomst meer jongeren kunnen aanspreken, want ik denk dat Lets ook voor twintigers en dertigers handig en leuk kan zijn.

---



### Kletscafé – Recept

Op Zondag 25 februari heeft Anke een heerlijke notencake gebakken. Op veler verzoek het recept:



Ingrediënten:

- 1 kop thee
- 2,5 kop zelfrijzend bakmeel
- 1 zakje vanille suiker
- 1 kop basterdsuiker of dadels
- 3 tl koekkruiden of kaneel
- 2 kop gewelde rozijnen of cranberries of vijgen
- 1 kop gemengde noten
- Snufje noten

Alles mengen en 1 uur bakken op 160 graden. Op bovenstaande foto zien we Anke de notencake uitdelen tijdens het kletscafé.

---

## Ondertussen op Cyclos

- Sinds oktober 2019 zwemt Jannette het hele jaar door in buitenwater. En wie het leuk lijkt, een steuntje in de rug nodig heeft: join me!
  - Hermien organiseert bijeenkomsten Familieopstellingen; Je krijgt inzicht in je (familie)systeem die je met je hoofd niet bedenken kan.  
Deelnemers omschrijven het als een magische beleving, in een open, veilige setting, met persoonlijke aandacht, veel ruimte om je te uiten en waar je mag zijn wie je bent.
  - Elena verzorgt heerlijke schoonheidsbehandelingen in Lemelerveld
  - Joëlla kookt op verzoek en maakt de lekkerste coleslaw!
  - En de tuinhulpvragen beginnen weer te komen, een mooie kans om duiten te verdienen!
- 



## Overijsselse circulaire innovatie top 20 met Lets - Anne

Tot onze verrassing was Lets Zwolle genomineerd voor het meest circulaire initiatief van Overijssel en we waren in de top 20 gekomen!

Op 15 februari in de Green-East in Raalte was de presentatie van genomineerden met aansluitend de prijsuitreiking.

Er waren 3 categorieën, namelijk de meest circulaire changemaker, circulaire start-up en circulaire community. Wij, als Lets, dongen mee in de categorie circulaire community.

Na het nodige voorbereidingswerk, met name door Annelies, stonden wij daar met een tafel die mooi weer gaf waar Lets voor staat.

Het Lets verhaal hebben wij aan heel wat geïnteresseerden verteld, er werden wat folders mee genomen. Het heeft ons niet direct nieuwe leden opgeleverd, maar wellicht is er hier en daar een zaadje geplant.

De prijs is helaas niet naar ons gegaan, maar desondanks was het een interessante middag, met inspirerende gesprekken, mooi ook om te zien hoe vanuit verschillende invalshoeken er gewerkt wordt aan circulariteit.

Mocht je belangstelling hebben: google maar eens op Overijsselse circulaire innovatie Top 20

---

## Kletscafé

- Zaterdag 20 april **ALV + plantjesruil**
- Zaterdag 25 Mei Plantjesmarkt
- Zaterdag 29 Juni Jannette vertelt iets over Act
- Juli vakantie
- Aug. Vakantie
- Zaterdag 28 september lid vertelt iets
- Zaterdag 26 oktober kleding ruil
- Zaterdag 30 november kadootjes markt
- Zaterdag 28 december oliebollen bakken

### Colofon

Deze nieuwsbrief verschijnt om de 2 maanden in de eerste week van de betreffende maand.

Kopij dient voor de 15<sup>de</sup> van de maand aangeleverd te worden op [info@letszwolle.nl](mailto:info@letszwolle.nl) Aanleveren kopij wordt beloond met 5 duiten en heel erg gewaardeerd!

Volgende nieuwsbrief: 1 juni

Deadline aanleveren kopii: 15 mei