

Wijkkrant Oost

DE WIJK WAAR DE ZON OPKOMT

EN
VERDER

2



Werken tot de laatste lik

3



De taart

5



Diamanten Echtbaar Riek en Louis van Tilborg – van Ham

7



Gemeentepagina

8



Achter de Voordeur Geraldine van de Griend

Computerhuis Oost in de Startblokken

door: Maria Hornman

Humanitas besloot om na 15 jaar het Computerhuis in Zuid per 1 oktober 2020 te sluiten. Dat kon niet op de sympathie van Sjeff Lievens rekenen. Hij was al enkele jaren vrijwillige coördinator bij dit Computerhuis en zag hoe belangrijk laagdrempelige ondersteuning was voor mensen die moeite hebben met de snelle digitale ontwikkelingen. Die groep lijkt steeds groter te worden. De overheid zelf, maar ook banken, zorgverzekeraars en veel andere organisaties schakelen over op bijna volledige digitale dienstverlening.

EN WAT TE DENKEN VAN DE HUIDIGE CORONATIJD?

Beeldcontact maken met familie via Skype of WhatsApp? Er zijn nogal wat mensen die niet weten hoe ze dat moeten doen. En dat zijn echt niet alleen de 50-plussers volgens Sjeff. 'Het kan toch niet zo zijn, dat deze enige vorm van gratis ondersteuning uit Den Bosch verdwijnt?' dacht hij. Daarom begon hij voortvarend aan de voorbereiding van een Computerhuis in Oost.

DEEL VRIJWILLIGERS GAAT MEE

Dat het Sjeff menens is blijkt uit zijn grondige aanpak die hij rustig uiteenzet vanachter de tafel in zijn huiskamer. Inmiddels is de 'Werkgroep Computerhuis Oost' opgericht. Een geschikte locatie is al gevonden. Het Computerhuis krijgt onderdak in de Lucas van Leidenstraat 29 en zal onderdeel worden van Buurthuis Graafsewijk



Noord. De benodigde subsidie is geregeld en een belangrijk deel van de vrijwilligers en enkele computers van het Computerhuis in Zuid gaan mee. De feestelijke opening laat nog even op zich wachten. Binnenkort krijgt Sjeff de sleutel en dan moet er nog wat gewit, opgeknapt en ingericht worden. En niet onbelangrijk: alles moet Coronaproof gemaakt worden, zodat iedereen veilig is.

TWEE DAGDELEN PER WEEK OPEN

Het Computerhuis zal om te beginnen twee vaste dagen per week openstaan voor mensen uit Oost maar ook uit andere wijken van Den Bosch. Het aanbod zal voor een belangrijk deel bepaald worden door de vragen en behoeften van de mensen die binnenkomen. Deze ondersteuning kan in de vorm van individuele hulp, een workshop of cursus. Ook zal er wekelijks een vrije inloop zijn. Sjeff somt voorbeelden op van vragen waar mensen

mee komen: 'Hoe schoon ik mijn computer op, zodat ie weer sneller wordt; hoe kan ik beeldbellen via WhatsApp; hoe vraag ik huursubsidie aan via DigiD of doe ik belastingaangifte, hoe kan ik veilig internetten?' Er komt een werkplaats waar oude (gedoneerde) computers en laptops opgeknapt worden door vrijwilligers en mensen met afstand tot de arbeidsmarkt. Deze computers worden beschikbaar gesteld aan mensen die het zich financieel niet kunnen veroorloven er zelf een aan te schaffen. Veel apparatuur wordt tot nu toe geschonken door het bedrijfsleven.

BEKENDHEID KRIJGEN

Het is belangrijk dat organisaties als de Wijkpleinen, Farent e.d. op de hoogte zijn van het bestaan van het Computerhuis in Oost en mensen



gaan doorverwijzen. Publiciteit is de komende tijd dan ook belangrijk en daar liggen al de nodige acties voor klaar. Ook de samenwerking met Seniorweb staat op het lijstje. Deze landelijke organisatie is een belangrijke informatiebron en van die informatie wil het Computerhuis graag gebruikmaken. Al met al een mooi initiatief dat het verdient een goede start te maken. In het voormalige Humanitas Computerhuis kwamen jaarlijks gemiddeld 800 mensen waarvan zo'n 200 uit Oost. Sjeff hoopt dat aantal op termijn ook te halen. De deur naar mee kunnen doen in de digitale samenleving moet wat hem betreft wijd open blijven!

OPROEP

Het Computerhuis kan altijd oude computers of laptops gebruiken, die op Windows 10 kunnen draaien

en waarmee je kunt internetten. Er is een grote vraag naar laptops, dus die zijn bijzonder welkom. Heeft u nog oude, bruikbare apparatuur staan?

Neem contact op met Sjeff Lievens, telefoon: 06 51428365 of mail naar werkgroep.computerhuis.oost@gmail.com ♦

Wijkkrant niet in de bus gekregen?

Is de wijkkrant niet bij u bezorgd tussen 25 en 30 september? Stuur even een mailtje met naam en adres naar redactie@wijkkrantoost.nl Of bel of sms naar: 06 36 53 34 32. We zorgen dan dat u de krant alsnog in de bus krijgt ♦

Actie: Korting op een regenton!

Inwoners krijgen van 1 tot en met 31 oktober 2020 25 euro korting op een regenton. Een regenton is een slimme manier waarmee je eenvoudig schoon regenwater opvangt. Met dit water kun je bijvoorbeeld de planten in je tuin water geven. Met de aanschaf van een regenton draag je eenvoudig bij aan het klimaatbestendig maken van onze leefomgeving. Zo kun jij lekker genieten van je tuin, help je onze gemeente regenwaterbestendig te maken én bespaar je kostbaar drinkwater.

Knip de bon uit, vul 'm in en krijg direct 25 euro korting op een regenton.

Je levert de bon in bij:

- ♦ Groenrijk Den Bosch, Graafseweg 244-246A
 - ♦ Boerenbond Rosmalen, Weidestraat 14
 - ♦ Boerenbond Den Bosch, Rietveldenweg 2
 - ♦ Intratuin Rosmalen, De Blauwe Sluisweg 3
- Kijk op www.denbosch.nl/kortingopeenregenton voor meer informatie. ♦

€ 25 korting op een regenton

Van 1 tot en met 31 oktober 2020 krijgen inwoners van gemeente 's-Hertogenbosch maar liefst € 25,- korting op een regenton.

Met een volledig ingevulde bon kun je terecht bij:
Groenrijk Den Bosch, Graafseweg 244-246A, Den Bosch
Intratuin Rosmalen, De Blauwe Sluisweg 3, Rosmalen
Boerenbond Rosmalen, Weidestraat 14, Rosmalen
Boerenbond Den Bosch, Rietveldenweg 2, Den Bosch

Postcode _____
Huisnummer _____

Actievoorwaarden

- Korting alleen op vertoon van de volledig ingevulde bon voor inwoners van de gemeente 's-Hertogenbosch.
- De korting is geldig op alle regentonnen in het assortiment.
- Maximaal één bon per huishouden. Minimum aanschafbedrag = € 45,- incl. accessoires.
- Actieperiode: 1 tot en met 31 oktober 2020

Project lantaarnpalen Graafsewijk afgerond

Werken tot de laatste lik

In oktober 2019 gingen bewoners van Graafsewijk-Noord zelf aan de slag om 98 lantaarnpalen op te knappen. De groene gietijzeren palen waren hard aan onderhoud en een nieuwe verflaag toe. Want 40 jaar lang was er niets aan onderhoud gedaan en dat was te zien.

Maar er waren ook nog geen plannen bij de gemeente om de

palen aan te pakken. In plaats van af te wachten tot het eindelijk zou gebeuren besloot een aantal wijkbewoners zelf het heft in handen te nemen. Voor de verf en materialen kregen zij een bedrag uit het wijk- en dorpsbudget en de gemeenteschilder hielp de bewoners met de juiste verf en aanwijzingen hoe de palen het beste behandeld konden worden. Het bleek veel meer werk

dan van tevoren gedacht was. Schoonmaken, stickers verwijderen, schuren, ontsmetten, grondverf aanbrengen en weer aflakken en dat dus 98 keer. Soms waren er 2 mensen een hele dag bezig om één lantaarnpaal te doen. Het resultaat mocht er echter zijn en dat stimuleerden bewoners om er mee door te gaan. In het begin boden meerdere buurtbewoners aan mee te helpen en er waren zelfs mensen bij die een dagje vrij namen om te kunnen schilderen. Maar om dat het allemaal toch wel lang duurde haakten mensen af en uiteindelijk bleef er een kleine groep over bestaande uit Anne Keuss, Hennie de Beijer, Theo Timmermans en Marcel van Houtum, Jacques van den Dool en John Muijtjens. Zij zetten echt door totdat Corona roet in het eten gooide. Een tijdlang stond het project stil maar daarna ging men toch weer vol goede moed aan de slag. Op 5 september kon eindelijk de laatste paal in de verf gezet worden. Burgemeester Jack Mikkers en wijkmanager Paul Hilgers waren uitgenodigd om deze klus te klaren en zij waren graag bereid hun handen uit de mouwen te steken. De werkgroep zette het tweetal flink aan het werk. Zij kregen de opdracht de laatste lantaarnpaal schoon te maken, te schuren, en te gronden om zo te ervaren hoeveel werk het is. Dat deden ze met vlijt en beleid en dat kon de goedkeuring van de werkgroep wel dragen. Na deze klus werd het project feestelijk afgesloten in buurthuis Graafsewijk Noord. Nadat



de burgemeester zijn overal had uitgetrokken wilde hij graag de werkgroep toespreken, enerzijds als burgemeester, anderzijds als nieuwe bewoner van deze buurt. In die hoedanigheid heeft hij gezien hoe zijn buurtgenoten zich onvermoeibaar inzetten voor hun wijk. Hij bedankte iedereen voor dit burgerinitiatief en zei dat de lantaarnpalen eigenlijk van de gemeente zijn maar door de inspanningen van de bewoners ze nu meer 'van

ons' geworden zijn. De mensen van de werkgroep zeggen blij te zijn dat het werk nu gedaan is maar zij zullen het ook gaan missen. Want het heeft veel opgeleverd: saamhorigheid, complimenten van andere buurtbewoners, samenwerking, en 98 lantaarnpalen die staan te pronken in de wijk. En nog veel meer want, zoals een van de deelnemers zegt

'ik heb er vrienden bijgekregen'. ♦



Werkgroep Graafsewijk Noord

ACTIVITEITEN NAJAAR 2020

Op zondag 6 september zou Werkgroep Graafsewijk Noord haar 39e activiteitenseizoen openen met de traditionele rommel- jaarmarkt. Gezien het aantal bezoekers, de beperkte ruimte en de steeds strengere coronamaatregelen heeft de werkgroep mede op advies van de gemeente besloten om de markt af te gelasten. De trekking van de loterij heeft plaatsgevonden op vrijdag 11 september j.l tijdens de kaartavond. De opbrengst van de loterij komt geheel ten goede aan het vrijwillig jeugd- en jongerenwerk in de wijk. De prijzen hiervoor zijn beschikbaar gesteld door de vaste sponsors en winkeliers uit de directe omgeving!

NIUW: DANCE FOR KIDS

Vanaf oktober starten wij met een

nieuwe dansgroep namelijk: Gezellige danslessen waarin alle stijlen worden behandeld met o.a. streetdance, afro house, hip hop met natuurlijk ook aandacht voor de nieuwste tik tok dansjes. Deze lessen worden gegeven op woensdagmiddag: 15.00u – 16.00u leeftijd 4 t/m 7 jaar 16.00u – 17.00u leeftijd 8 t/m 13 jaar

Op donderdag 10 oktober starten wij met een open les waar iedereen kan kijken/meedoen. Graag vooraf aanmelden via Liesbeth Horsen: 06- 30 88 57 42

ACTIVITEITEN NOVEMBER

Vrijdag 06 november Kaarten* inschrijving vanaf 20.00 u (vooraf reserveren)
Vrijdag 13 november Kinderdisco 18.30 – 20.00 u (met DJ Lars, geen toegang voor

ouders)
Zondag 22 november Sinterklaasfeest* 13.00 – 15.00 u
Zaterdag 28 november Kokkerellen* 10.30 – 12.00 u

* voor deze activiteiten dien je je vooraf op te geven bij: Anja Bau-doin, tel: 073 – 614 40 70

Dansgroepen van Buurthuis Graafsewijk Noord
Maandag 18.30u – 19.30u Steps Volwassenen
Maandag 19.30u – 20.30u Zumba Volwassenen

Voor meer informatie over één van deze groepen kunt u contact opnemen met de vrijwilligers van Buurthuis Graafsewijk Noord via: wgn@home.nl of loop gerust tijdens de lessen eens binnen. ♦

Wijkwandeling door de Graafsewijk en de Bartjes

Verhalen van vrúger

door Mieke Verberne

Benieuwd wie de architect van de H. Hartenkerk is, waar alle duivenmelkers zijn gebleven, en wat de rol van de dokter was bij bevellingen? Doe dan de wijkwandeling. Een gratis virtuele wandelroute waar op diverse plaatsen bewoners hun verhalen vertellen.

Verhalen worden verteld door (oud)wijkbewoners Benny van Engelen, Daatje van Gestel, Arthur Hooyer, Trudy van Zundert Meulenberg, Ton Vorselaars, Piet Marchée, Zus (Tonnie) van Ooijen, Jan van der Elzen, Gerrit van Roekel, Mia Beekveld en Netty Vorstenbosch. Zij voeren je naar plekken en gebouwen die een bijzondere plaats hebben in de geschiedenis van de wijk. Voor bewoners die geboren en getogen zijn in deze omgeving is het zeker een feest van herkenning.

Aan te raden is om het meerdere personen te lopen want bij het horen van de verhalen komen er veel herinneringen naar boven en het is mooi om die dan samen te delen. Voor de gratis WIJKWANDELING in de Bartjes en Oost heb je een mobiele telefoon met internet en een koptelefoon of oortjes nodig. De route is te lopen tussen 7.00 uur 's ochtends en half negen 's-avonds. Op de site www.wijkwandeling.nl kun je een QR-code scannen die op het raam of op een dichtstbij staande lantaarnpaal is geplakt. Op je tocht door de wijk scan je de QR-code op de locatie, die leidt je naar het verhaal van die plek. Daar start je het verhaal door de code te scannen die op de raam geplakt is. De wandeling is niet altijd geschikt voor mensen die slecht ter been zijn. De Wijkwandeling is een activiteit van het Paleis voor Volksvlijt, een groep die 'streekproducten voor Bossche buurten' maakt (www.paleisvoorvolksvlijt.org) ♦

Colofon

September 2020 Oplage: 5500
jaargang 21, nummer 103

Wijkkrant Oost
- Verspreidingsgebied:
AA-wijk Noord/Zuid,
Graafsewijk Noord/Zuid,
Grevelingen, Hinthamerpark.
- Verschijnt gratis
5 keer per jaar
- Website:
www.wijkkrantoost.nl

Redactie
Maria Hornman, Mieke Verberne, Marie-France Vissers-Claessen, Piet van den Boom
Vormgeving
Wim van der Plas
Foto's
Wim van der Plas, Wim en Mieke Verberne, Maria Hornman
Webmaster
Wim Verberne

Druk
Janssenpers in Gennip
Verspreiding
Door vrijwilligers uit de wijk Oost
Advertenties & Advertorials
Zie de voorwaarden op <http://www.wijkkrantoost.nl/adverteren.html> of mail met redactie@wijkkrantoost.nl

Redactie-adres
Maassingel 65,
5215 GE 's- Hertogenbosch
redactie@wijkkrantoost.nl
De redactie heeft het recht ingezonden kopij te weigeren, in te korten of te redigeren
Rekeningnummer
NL13 RABO 0171 9174 80
[Rabobank]
Kopij bij voorkeur via e-mail redactie@wijkkrantoost.nl

Uiterste inleverdatum kopij
Nummer 104, 14 november 2020
Klachten m.b.t. bezorging
redactie@wijkkrantoost.nl
Alle foto's in deze krant zijn geplaatst met toestemming van de betrokkenen.
Deze krant bevat regelmatig gemeentelijk nieuws.
Daarom wordt deze huis aan huis bezorgd ook bij adressen met een 'nee-nee' sticker.

Op zoek naar de **ziel** van de stad

door Piet van den Boom

Ik ben er ene van Alink

De wieg van Eric Alink stond in Graafsewijk-Noord, waar zijn ouders een winkel hadden, een kleine drogisterij. 'Ik groeide op tussen pakken Kindermeel en flessen Pleegzuster Bloedwijn en de geuren van Maja-zeep en Old Spice.' In zijn jeugdjaren verhuisde het gezin liefst zeven keer binnen Den Bosch. 'Ik heb ook tweemaal in Oost gewoond, zat er op de Margaretha Mariaschool.

In die tijd zat de motorzaak van Cyclorama nog aan de Van Broeckhovenlaan [nu AH – red.] Kinderen drukten hun neus plat tegen de ramen om naar de glanzende motoren te kijken. Soms waren er ook motorraces rond de Oosterplas. Dat kon nog in die tijd. Die geur van verschroeid rubber en benzine vergeet ik nooit meer.' Eric, inmiddels 62, is altijd in Den Bosch blijven wonen. 'Toen ik ging studeren, eerst MO-Nederlands en daarna Journalistiek, ging ik dagelijks met mijn broodtrommeltje naar het station. Ik ben een echte Bosschenaar. Veel gereisd, maar altijd blij als ik weer

thuis ben.'

STADSCHRONIQUEUR

Sinds 2010 is Eric stadschroniqueur ofwel verhalenverteller. Hij zet daarmee een oude traditie voort, want al in de zestiende eeuw kende Den Bosch kroniekschrijvers die kleine en grote gebeurtenissen in de stad voor het nageslacht vastlegden. Eric is de vinger aan de pols van de stad, het oor tegen de grond. 'Ik ben niet uit op het spektakel en sensatie, maar zoek verhalen die klein zijn en tegelijkertijd veel over de stad vertellen. Elk mens heeft vaak bijzondere, ontroerende of hartverscheurende verhalen. Die maken zichtbaar hoe het leven in Den Bosch werkelijk is.' In al die jaren heeft Eric een beeld gekregen van de aard van de stad. 'Ik heb mijn zoon Willem, toen hij nog jong was, laten kennismaken met twee dingen pijlers van Den Bosch: de Mariakapel in de Sint-Jan en carnaval. Zij staan voor zaken die voor een Bosschenaar belangrijk zijn: aan de ene kant traditie en geborgenheid, aan de andere kant gezelligheid en het leven vieren.'

LICHT EN SCHADUW

Elke manier van leven, elke stad heeft zijn lichte en donkere kanten.

'Bosschenaren houden van gezelligheid, houden van een feestje, kunnen royaal zijn. Maar in 2017 heb ik twee maanden lang met de politie mee mogen kijken, en dan ontdek je ook een andere kant: eenderde van de meldingen raakt aan sociale en psychiatrische zorg. Alleen al de stedelijke bemoeizorg heeft zo'n 700 dossiers van 'wiebelzielen'. Daar schrik je toch wel van. Mijn verhalen proberen het ongezienne te tonen: soms brengen ze zaken aan het licht, maar ze willen ook licht brengen. Ik wil in mijn verhalen vooral aandacht geven aan mensen die moeten knokken in het leven, de pechvogels, die onopgemerkt leven en sterven.' Ook zij verdienen een verhaal en Eric is blij dat hij degene is die deze verhalen mag vertellen.

DE STAD VERANDERT

In de afgelopen tientallen jaren is Den Bosch snel en ingrijpend veranderd. 'In de Bossche politiek ging vroeger alles langzaam. De macht lag bij een kleine groep. Bij elke verandering moest men op zoek naar compromissen. Het was belangrijker om de verhoudingen goed te houden dan om een andere koers in te slaan. Dat eeuwige streven naar harmonie had



en heeft veel ongewilde effecten: weinig knopen hakken, problemen vooruitschuiven. Eind jaren zeventig lieten mensen steeds duidelijker merken dat ze die kant niet op wilden. De kraakbeweging zette de bevolking en de politiek aan het denken. Het leidde tot veranderingen in stadsbeleid.' In minder dan vijftig jaar is Den Bosch als stad aan alle kanten gegroeid. Dat is positief. Den Bosch kan profiteren van zijn centrale ligging en zijn aantrekkelijke binnenstad. Maar het heeft ook een prijs. Het 'eigene' van Den Bosch verdunt en dreigt te verdwijnen. Dat geldt ook voor de oudere stadswijken, waar het leven een rauw randje heeft, met eigen humor

en levensovertuigingen. Ik maak me vooral zorgen om de verschromende binnenstad. Die is vooral het domein van dagjesmensen, funshoppers en horecabezoekers. Dat is mager. Dat is niet mijn Den Bosch.' Elke twee weken levert Eric Alink een stadskroniek aan het Brabants Dagblad. Voor degenen die geen krant hebben maar zijn schrijfkunst willen volgen: zijn verhalen, gedichten en voordrachten zijn te vinden op www.boschekroniek.nl

MEER WETEN OVER DE STADSCHRONIQUEUR?

Twitter: [@dericalink073](https://twitter.com/dericalink073)
Mail: eric.alink@planet.nl ♦



RUBRIEK

BEDANKT

De Taart gaat naar...

Project Lantaarnpalen Graafsewijk

Door: Mieke Verberne

Mevrouw Delmee woont in de Graafsewijk. Zij zag hoe buurtbewoners zich vol overgave aan het project 'lantaarnpalen' wijdde.

Bakkerij van Doorn
bijzonder lekker!

"Als iemand een taart verdient, dan zijn het deze mensen wel", vond ze. Via de wijkkrant werd de taart geregeld en mw. Delmee zei het een eer te vinden deze taart aan te mogen bieden. Zij bedankte de werkgroep voor al het werk dat ze hebben verricht en zei blij te zijn in deze wijk te wonen die nog een beetje mooier geworden is.

TAART VOOR DE BIKKELS

De mensen van het schilderwerk vonden het een leuk gebaar, de taart werd in dank aanvaard en na afloop van de afsluiting in het buurthuis met smaak door iedereen verorberd.. ♦

Oproep!
Wilt u iemand bedanken en een taart bezorgen?
Dank-je Wel
Meld het de redactie.

Kinderfysiotherapie

Fijne Motoriek

- Tekenen
- Kleuren
- Knippen
- Schrijven
- Veters strikken

Grove Motoriek

- Voorkeurshouding
- Rollen
- Zitten
- Kruipen
- Lopen
- Springen
- Hinkelen

Baby

Kind

Puber

Heeft uw kind (0-18 jaar) problemen met bewegen?

Babymassage

- Ontspanning
- Bulkramp
- Huilbaby

Pijn

- Sportblessure
- Hypermobiliteit
- Platvoeten

Fysiotherapiepraktijk voor:

- Algemene fysiotherapie
- Manuele therapie
- Kinderfysiotherapie
- Acupunctuur
- Psychosomatisch fysiotherapie
- Dry Needling
- Triggerpointtherapie
- Shockwave
- COPD
- Diabetes
- Oncologie

Kim van der Aa
Kinderfysiotherapeut
Gezondheidscentrum Samen Beter
Palmboomstraat 127
5213VG 's Hertogenbosch
Contact: 0649326882
k.vanderaa@samembeter.nl

Het Participatiehuis

door Marie-France Vissers-Claessen

Sinds 31 augustus heeft Graafsewijk Noord er een nieuwe dienstverlening bij: Het Participatiehuis. Het huis is bedoeld voor mensen uit de regio 's-Hertogenbosch met een langdurige bijstandsuitkering. Iedere deelnemer wordt uitgedaagd om met kleine stapjes actief te worden, nieuwe dingen te leren en voor zichzelf kansen te zien. In een vertrouwde en veilige omgeving. Het Participatiehuis is gevestigd aan de Lucas van Leydenstraat 31.

Voor mensen die langdurig een bijstandsuitkering hebben kan het lastig zijn om deel te nemen aan de maatschappij. De gemeente zocht samenwerking met Weener XL om deze doelgroep te helpen. Via een werkconsulent kan een bijstandsgerechtigde aangemeld worden voor het traject. "Het idee is dat de mensen die hier komen in groepsverband werken aan hun eigen ontwikkeling." Vertelt Peter die beheerder en conciërge is van Het Participatiehuis. De groepen worden begeleid door een coach. Deelnemers bepalen zelf hun traject, waarbij vooral gekeken wordt naar persoonlijk interesse. "Er wordt gedacht vanuit kansen en mogelijkheden, niet in beperkingen", aldus Peter. "Is iemand goed in muziek maken? Dan wordt er gekeken naar de mogelijkheden voor een workshop met muziek." Op dit moment zijn er twee coaches en al drie

groepen aan de slag. De bedoeling is dat dit aantal snel wordt uitgebreid naar minimaal het dubbele aantal groepen. In de centrale hal van Het Participatiehuis (voormalig schoolgebouw) staat een gloednieuwe keuken. Het is de bedoeling dat hier in de toekomst ook samen wordt gekookt door deelnemers. Een goed voorbeeld van een activiteit die volgens Peter kan bijdragen aan het zelfvertrouwen van mensen. "Er is veel mogelijk hier, we kijken ook naar een samenwerking met de naastgelegen dansschool en voor alle deelnemers is er een computerruimte ter beschikking voor het doen van bijvoorbeeld sollicitaties." Ondanks dat het project pas een paar weken geleden begonnen is ziet Peter nu al de eerste positieve effecten. "Ik sprak een van de deelnemers na een bijeenkomst. Zij zit al ruim zeven jaar in de bijstand met alle problematiek die daarbij hoort. Dankzij het huis heeft ze nu een lichtpuntje in haar week. Een reden om weer de deur uit te gaan op dinsdag. En dat is nog maar het begin." Als het programma doorloopt, wordt er gekeken naar een volgende stap voor de deelnemers. Dat kan vrijwilligerswerk zijn, maatschappelijke activiteiten of zelfs betaald werk.

MEER INFORMATIE?

Het Participatiehuis bevindt zich in de Herman Broeren school, op de begane grond. Het adres is Lucas van Leydenstraat 31 in 's-Hertogenbosch. Er is voldoende parkeerplaats voor de fiets of auto. ♦



Wijkwerkplaats Oost

Nieuw bestuur, vrijwilligers gezocht

Toon Kerkhof, heeft na vele jaren besloten zijn functie neer te leggen en hij is opgevolgd door Theo Leermans, een oude bekende in de wijk. Carla Speklé heeft na een jaar van hard werken aan een doorstart na het overlijden van Nel van de Ven, het stokje overgedragen aan Jeannette van de Ven (geen familie en interim secretariaat en penningmeesterschap). Ook Jacqueline van de Veer die jaren het penningmeesterschap heeft gedaan, vind het tijd voor iets anders.

Het is jammer dat deze ervaren mensen aan iets nieuws willen beginnen, maar we zijn ze natuurlijk ook dankbaar voor al de tijd, werk en initiatief dat ze in de Wijkwerkplaats Oost hebben gestoken. We kunnen met recht zeggen dat de Wijkwerkplaats een goed draaiende 'club' is waar door veel mensen enthousiast gehobbyt wordt. Er zijn zoveel mogelijkheden, dat we best nog wat handige mensen kunnen gebruiken om hier en daar te assisteren, maar die ook de ruimte krijgen om voor zichzelf leuk bezig te zijn. Voor contact met de Wijkwerkplaats: Jeannette van de Ven 06-15559587 of via het nieuwe e-mailadres wijkwerkplaats@gmail.com ♦

Kinderboerderij Oosterhoeve

Ook in het najaar is er weer van alles te melden vanuit de kinderboerderij!

Zaterdag 26 september: Burendag Voor iedereen uit onze wijk is er op die dag gratis koffie, thee en ranja, met een lekker koekje. De boerderij is open van 9 tot 3 uur en er worden 2 nieuwe picknicktafels geschilderd. U bent van harte welkom. Zondag 4 oktober: Dierendag Bewaart u op die dag een extra stukje appelschil, groente-afval of een winterwortel voor onze diertjes? Liever geen brood, want daar worden ze ziek van. Wellicht komt er nog een kinder-activiteit

op 4 oktober. Naar aanleiding van de oproep in de vorige wijkkrant, voor nieuwe weekendvrijwilligers, is veel gereageerd. Wij hebben ons team goed kunnen aanvullen. Dank voor al die mensen met wat vrije tijd en een hart voor dieren. We zijn er enorm blij mee! Zo ook met alle mensen die doneren, via de donatiepot, via sponsoring, of het op afstand adopteren van 1 van onze dieren. Dankzij jullie draait de kinderboerderij, kunnen we de dierenarts betalen, een nieuwe vliegenjas voor het paard kopen, een hek repareren en ga zo maar door. Nu is er nog veel behoefte aan mensen die handig zijn in klussen: een omheining plaatsen, een hokje in elkaar zetten of iets dergelijks. Als u, alleen, of met uw buurman of -vrouw, collega etc., 1 keer per kwartaal een halve dag tijd heeft, (vaker mag natuurlijk ook), dan kijken wij naar u uit.



Daarnaast kunnen wij mensen gebruiken die met hun auto voor ons dozen groenten ophalen bij een winkel in de stad die ons sponsort. Twee keer per week wordt het groente-afval daar opgehaald. We hopen van harte dat enkele mensen zich melden zodat wij een poule kunnen opzetten, zodat de inspanningen verdeeld kunnen worden.

Wegens omstandigheden is de boerderij de komende tijd een eerder dicht, namelijk om half 4. Voor openingstijden zie www.stichting-oosterhoeve.nl. Graag tot ziens op de Oosterhoeve, IJsselsingel 1, Den Bosch, tel. 0623910121. ♦

duurzaam hintham

Zomervakantie of niet, het project Duurzaam Hintham ging de afgelopen maanden volle kracht vooruit. Een kleine groep bewoners kwam elke week bijeen, hield de boel draaiende en sneedde plannen voor de komende periode. Met als resultaat dat het project vanaf september soepel de volgende fase ingaat.

Het project Duurzaam Hintham richt zich op de hele wijk Hintham en het Hinthamerpark. Vlak voor de zomer was het Wijkplan 2020 – 2021 gereed. Een flyer in de brievenbus linkte bewoners aan een filmpje op YouTube waarin het plan werd gepresenteerd. De komende tijd gaan we dat plan verder uitwerken en op onderdelen realiseren. Zoals...

HOE MAAK IK MIJN WONING DUURZAAM?

Een logische vraag, waar je maar op één manier antwoord op krijgt. Door je woning te laten doorlichten door een expert. Daar gaan we een begin mee maken. Met steun van de gemeente willen we een aantal huizen en appartementen in de wijk laten onderzoeken, waaronder één blok in het Hinthamerpark. Hoe duurzaam zijn de woningen nu, wat kan er verbeteren, wat kost dat en hoe kunnen bewoners dat financieren?

Volle Kracht Vooruit

FLINK VEEL ZONNEPANELEN

Een werkgroep is druk bezig om aan de rand van onze wijk een groot stuk grond te bemachtigen. Daar zou op termijn een flinke hoeveelheid zonnepanelen moeten worden aangeplant. Er is nu veel overleg met de gemeente en andere instanties om te kijken hoe dat het beste zou kunnen, ecologisch verantwoord en eventueel in combinatie met andere maatschappelijke functies.

WARMTE UIT DE OOSTERPLAS

Een groep studenten van Hogeschool AVANS heeft vastgesteld dat de Oosterplas groot en diep genoeg is om daar mogelijk zogenaamde aquathermie toe te passen. Met deze methode wordt warmte uit water gebruikt om woningen in de omgeving te verwarmen. De moeite waard dus om verder te onderzoeken en dat doen we ook.

Kom naar de volgende wijkbijeenkomst in november/december Blijf kijken op www.duurzaamhintham.nl en meld je aan voor de nieuwsbrief ♦



Graafsewijk Noord

Opschoondag

4 oktober

14.00 uur

Samen voor een schone wijk!

Voor de kinderen uit de wijk

- PRIJKROUTE DOOR DE WIJK
- LEUK PRESENTJE VOOR DE KINDEREN
- CORONAPROOF
- MAXIMAAL 1 BEGELEIDER PER KIND(EREN)

Doe Mee !!

Geef je op via yaelleonie@gmail.com of 06-11869593.
Word ook lid van onze facebookpagina: Buurtklets!

Verzamelen bij Buurthuis Graafsebuurt Noord,
Lucas van Leydenstraat 27

Kindcentrum aan de Oosterplas

Leren met Bodymap

'STIL ZITTEN IS NIET VOOR IEDER KIND GEMAKKELIJK'

Vanaf dit schooljaar is Kindcentrum aan de Oosterplas een officiële Bodymap-school. Door middel van deze methode worden kinderen op jonge leeftijd al gestimuleerd om meer en vooral beter te bewegen. Patricia van Alst is vakleerkracht bewegingsonderwijs en bijzonder trots dat het gelukt is om Bodymap te introduceren. "Met ons schoolteam, zijn we aan de slag gegaan tijdens de studiedag. Daardoor is

het programma nu schoolbreed ingevoerd." De Bodymap-methode is speciaal ontwikkeld voor het basisonderwijs. Bewegen, voelen, aanraken zijn allemaal belangrijk voor de motorisch ontwikkeling van een kind. Patricia legt uit waarom dit juist nu zoveel aandacht krijgt. "Onze maatschappij is de laatste 20 jaar sterk veranderd. We kennen op heel veel gebieden een fantastische vooruitgang. Maar dit heeft ook een keerzijde. Kinderen groeien nu op in een andere speelcultuur waar spelen en bewegen wordt belemmerd door de aanwezigheid van televisie, telefoon en computer".



Als voorbeeld noemt ze schrijven, lezen en stil kunnen zitten. Al deze vaardigheden vragen om een goede rijping van het zenuwstelsel van

het kind. "Soms is het moeilijk voor kinderen om stil te zitten op een stoel. Dit heeft allemaal te maken met motorische vaardigheden. Als je die eerst goed ontwikkelt kan een kind daarna rustiger op een stoel zitten. En dat bevordert dan weer de leerprestaties". Dit geldt volgens Patricia ook voor schrijven en lezen. Bij de nieuwe methode gaat veel aandacht naar spelletjes om het evenwichtsorgaan te stimuleren. "Aan kinderen leggen we uit dat dit de piloot van de hersenen is", aldus Patricia. Kinderen worden uitgedaagd om natuurlijke basisbewegingen op een leuke manier te herhalen: rollen, kruipen, dansen, klimmen etc. De opdrachten zijn aangepast aan de leeftijd van de kinderen en sluit zo dicht mogelijk aan bij hun eigen leefwereld. Zowel in de klas als in tijdens de gymles wordt er aandacht besteed aan de bewegingen van bodymap.

Wil je thuis ook oefenen met je kind? Op de foto bij dit artikel zie je een voorbeeld. ♦

Graafse Akker presenteert "De knecht en de twee meesters"

Lachen om een ouwetje

door Mieke Verberne

Begin september werd op de Graafse Akker 3 keer de komedie De Knecht van Twee Meesters ten tonele gebracht. Een theaterstuk geschreven door de Italiaanse toneelschrijver Carlo Goldoni in 1746. Deze klassieker is door Harold Schraven, regisseur en hoofdrolspeler in een nieuw jasje gegoten, met veel grappige, eigentijdse vondsten. Het bekende lied 'dromen zijn bedrog' werd in het Italiaans gezongen en vertaald door een gebarentolk, geliefden die elkaar wilden kussen moesten dat met een spatschermscherm tussen hen in doen en een te dichtbij komende minnaar werd gewezen op de 1,5 meter afstand. Zo kreeg het eeuwenoude stuk een actueel tintje.

Het stuk werd gebracht door Theatergroep BLUV uit Veghel, die al eerder op de Graafse Akker optrad met de muzikale theatervoorstelling Oorlogstuig. De spelers zijn amateurs maar door de flair waarmee gespeeld wordt vergeet je dat als toeschouwer heel snel. Ze speelden heel energiek en het plezier spatte er van af. De liederen die gezongen werden kwamen goed tot hun recht in de buitenlucht. De voorstelling vond achteraan bij de Graafse Akker plaats; per voorstelling, als gevolg van de coronaregels, konden een beperkt aantal mensen genieten van het spel. De Graafse Akker was voor deze gelegenheid sfeervol ingericht, met waxinelichtjes en lichtsnoeren. Het was voor de meesten een gezellige, ontspannen avond. Een bijna 300 jaar oud theaterstuk weet nog steeds de mensen aan het lachen te krijgen. ♦

Oosterplas

Lezersreacties

In de vorige wijkkrant besteedden we aandacht aan de toestand van de Oosterplas. Enkele lezers stuurden een reactie.

Uriep op om zorgen te melden. Welnu, zo mooi als de Oosterplas na de 'verbouwing' een aantal jaren geleden was, is het allang niet meer. Er ontbreken prullenbakken, het speelstrandje met de avontuurlijke inrichting met gekapte bomen is verpauperd. Er groeit meer gras dan dat er strand is en de paar overgebleven stammen spreken niet meer tot de verbeelding. Ook de 'zithoek' die helaas al in een vroeg stadium in de brand gestoken werd en vervangen door beton is niet meer als zodanig te herkennen. De beschoeiing aan de kant van de sportvelden, die toen als sluitpost al slordig is opgeleverd, is nu helemaal droevig om aan te zien! Er wordt nagenoeg niet opgeruimd na het aangenaam verpozen. Rotzooi trekt rotzooi aan. Etensresten trekt ongedierte aan. Inmiddels zien wij gemiddeld drie ratten tijdens een wandelingetje rond de plas. En deze blijven je rustig aankijken. Uiteraard blijven we heel blij met deze op loopafstand gelegen plas!

Gerard Zaal

Zou het mogelijk zijn bij de schuine "duikboom" een afvalbak te plaatsen? De jeugd laat hier meestal veel afval liggen na het zwemmen. Alleen hopen dat zij van de afvalbak gebruik maken! Jan ♦

Diamanten echtpaar in de Graafsewijk

Riek en Louis van Tilborg – van Ham



Riek en Louis van Tilborg van Ham zijn op 10 augustus zestig jaar getrouwd. Zij ontmoetten elkaar in de jaren '50 bij dansschool Leenders. Na een toepasselijke verlovingsstijd, trouwden ze op 10 augustus 1960.

Riek werkte toen nog bij de Gruyter-fabriek, maar moest daarmee stoppen toen ze haar zoon kreeg. Louis werkte een tijd lang als metselaar, maar moest daar vanwege hoogtevrees mee stoppen. Hij werd daarna klusjesman bij een woonstichting. Het echtpaar is in die tijd zeer actief geworden in het jeugd- en jongerenwerk in de wijk Oost.

Zo is Louis beheerder geweest van buurthuis de Oosthoek, maar ook in de Aawijk en Graafsewijk Zuid heeft hij zich actief ingezet. Ze hebben in die tijd voor de buurt ook busreizen naar attractieparken georganiseerd. Louis was ook KNVB scheidsrechter en was ieder weekend op het veld, en later in de zaal, aan het fluiten. Omdat ze beide al wat op leeftijd zijn, beperken ze zich nu tot hobby's dicht bij huis. Louis vist graag en is handig met een figuurzaag. Riek maakt graag kaarten en haakt dieren en poppen. Als het een beetje mooi weer is, zijn ze te vinden in hun stacaravan in Schaijk. ♦

In memoriam Ton de Rooij

Ton de Rooij was 8 jaar als conciërge verbonden aan Brede Bossche de Graaf en sinds 5 jaar was hij werkzaam bij de BBS aan de Aa. Veel mensen in de wijk hebben hem gekend, als conciërge of als lid van de carnavalsclub waar hij heel actief bij betrokken was. Als wijkkrant willen we graag voldoen aan het verzoek onderstaande tekst te plaatsen.

Ton, we moeten je gaan missen in de wijk! Eind augustus hebben we als Brede Bossche School Aan de Aa het bericht ontvangen dat Ton is overleden. Intens verdrietig dat we jou moeten gaan missen! Je was zo'n harde werker en wilde het altijd goed doen voor iedereen. We zijn er stil van. Juiste woorden zijn moeilijk te vinden. Bedankt voor alles!

Namens alle professionals en vrijwilligers BBS Aan de Aa ♦

Autorijschool Coenen

Vechtstraat 15
5215 GW 's-Hertogenbosch
073 - 6480284 / 06 - 22455106



info@autorijnschoolcoenen.nl
www.autorijnschoolcoenen.nl

Ook voor AUTOMAAT
Theorie / Opfrislessen

Sinds 1971 een begrip in de regio





Fietsen leren?

Wil je leren fietsen en weten hoe de verkeersregels zijn?

We willen in september na de zomervakantie weer starten. Meld je aan of vraag informatie bij buurt-sportcoach José van den Broek Buurtsportcoach Zuidoost Afdeling Sport en Recreatie gemeente 's-Hertogenbosch
jm.vandenbroek@s-hertogenbosch.nl 06 52 58 41 08 www.s-port.nl ♦

S-PORT en Samen Gezond

Helpt je bewegen!

De zomervakantie is weer voorbij en de scholen zijn volop aan de gang. Ook 'S-PORT is weer bezig om alle kinderen lekker te laten bewegen.

DIT ZIJN DE MOGELIJKHEDEN:

Mini gym

Mini gym biedt op BBS aan de Aa een uitdagende beweegles voor de jongste kinderen. De natuurlijke bewegingsdrang laat ze de wereld verkennen. Met begeleiding van één van de ouders leert en ontdekt het kind, op speelse wijze, met plezier bewegen.

Voor info of aanmelden mail naar info@flik-flak.nl

Vanaf vrijdag 28 augustus om 10.45 uur op BBS aan de Aa.

Plein Actief!

Een middagje niet gamen of achter de computer maar trek je jas aan en kom met je vriendjes en vriendinnetjes buiten spelen. Met allerlei leuk spel-materiaal maken we er een gezellig uur van!

Waar: KC Aan de Oosterplas

Wanneer: Elke woensdag 12.45-13.45 op het schoolplein.

Kosten: 5 euro voor het hele schooljaar.

BAGGERLOOP

Op donderdag 24 september organiseert 'S-PORT samen met zeilvereniging Oosterplas de Baggerloop. 1100 kids en jongeren van de basisscholen en een aantal middelbare scholen uit Den Bosch gaan meedoen aan dit fantastische evenement. De Baggerloop is een run rondom de Oosterplas. De kids komen allerlei obstakels tegen zoals: touwklimmen, door het water, de zeepbanen, de indianenbrug, de apenhang, vlotten, strobalen en ga zo maar door. Het wordt een erg tof parcours!

GYMPLUS

Extra gymmen en oefenen in kleine groepjes; wie wil dat nou niet!! Op woensdag 28 oktober start gymplus. Kinderen die vorig schooljaar mee hebben gedaan met gymplus zullen weer uitgenodigd worden. Daarnaast zullen er ook nieuwe kinderen worden uitgenodigd om deel te nemen. Voor meer informatie; vraag aan de gymleerkracht van uw kind.

JEUGDSPOORTFONDS

Het Jeugdsportfonds geeft sportkansen aan kinderen vanaf 4 tot 18 jaar die leven in gezinnen waar niet genoeg geld aanwezig is om lid te worden van een sportvereniging. Voor die kinderen betaalt Jeugdsportfonds de contributie en in bepaalde gevallen de sportattributen. Zwemles kan ook worden gefinancierd met het Jeugdsportfonds. Neem contact op met de gymdocent van uw kind, hij of zij kan alles voor u regelen.

Sportieve groetjes,
 'S-PORT team zuidoost ♦

Bloedprikken? Prik eerst een datum!

Vanaf nu moet u een afspraak maken voor bloedprikken.

Doe het eenvoudig online op
www.jbz.nl/prikafspraak



JEROEN BOSCH  ZIEKENHUIS

Door het coronavirus moest het Jeroen Bosch Ziekenhuis dit voorjaar veel prikposten sluiten. Maar in Den Bosch Oost kunt u terecht bij: **Wijkcentrum de Stolp**
 Rijnstraat 497 5215 EJ 's-Hertogenbosch
 Wel eerst dus een afspraak maken via het JBZ. ♦

Bericht van de De Zonnebloem



Nog steeds Corona en daardoor beperkingen. In de maand augustus zijn een aantal vrijwilligsters met gasten op pad geweest. De een wilde graag lunchen, de ander naar Eindhoven of een boottocht maken. Dit alles is mogelijk gemaakt door sponsoring van de RIKI-Stichting.

We gaan nu een lunch voorbereiden met de nodige Coronamaatregelen. Niemand kan zeggen hoe lang dit nog zal duren en dat is het lastige van deze situatie! Maar we houden contact met onze gasten.
 Team Zonnebloem Oostelijke Zon
 073- 52 141 58 / 06- 25 398 347 ♦



Advertentie

JOHN'S HAIRSTYLING

Op woensdagmiddag van
 12 tot 17 uur een
KNIPMIDDAG
 voor kinderen (t/m 12 jaar) 10 euro
 Normaal 15.00 euro

JOHN'S ZONNESALON

MEGAPOWER: 1 X 15 MIN. 8,50 EURO
 10 X 76.50 EURO

SNELBRUINER: 1 X 7.00 EURO
 10 X 63.00 EURO

Altijd zonder Afspraak
 Volop gratis Parkeerruimte

JOHN'S HAIRSTYLING
 Pieter Breughelstraat 8 - 's-Hertogenbosch
 Tel. 073 - 6140333 www.johnshairstyling.nl
 Wifi aanwezig Maandag gesloten



Door Corona zijn we ons meer bewust geworden van wat gezondheid voor ons betekent. Het heeft ons stil laten staan en ons laten nadenken over wat er echt toe doet. Misschien betekent dit voor jou dat je andere keuzes wilt gaan maken. Je wilt gezonder gaan leven maar je weet niet hoe? Of je wilt meer gaan bewegen maar je weet niet welke sport bij jou past? Misschien ben je erachter gekomen dat je je kenniskring wilt uitbreiden?

VOOR AL DIT SOORT VRAGEN
 KUN JE TERECHT BIJ HET

Samen Gezond Gesprek.

WAARVOOR KUN JE BIJ
 ONS TERECHT?

Het Samen Gezond Gesprek is een één-op-één gesprek bij jou in de wijk. Het biedt jou de mogelijkheid om met een professional in gesprek te gaan over jouw vragen. Dit kunnen vragen zijn op het gebied van welzijn, sport/bewegen en gezondheid. Het gesprek is voor alle inwoners van gemeente

's-Hertogenbosch. Je bent van harte welkom op één van onze locaties voor het **Samen Gezond Gesprek**. Voor oost is dit gezondheidscentrum Samen Beter aan de Palmboomstraat en Medisch Centrum Den Bosch Oost aan de Van Broeckhovenlaan.

MAAK EEN AFSpraak MET BEHULP VAN EEN VAN ONDERSTAANDE MOGELIJKHEDEN.

Telefoon: 073- 206 88 88
 E-mail: info@samengezond-denbosch.nl
 Website: www.samengezond-denbosch.nl ♦

Wijkgericht

Wijkgericht Werken Oost/Hintham, september 2020
Editie Wijkkrant Oost

Vraag aan mensen wat zij belangrijk vinden in hun leven. Dan is de eigen gezondheid én die van de hun dierbaren één van de eerste dingen. Met ons Programma Positieve Gezondheid willen we daar een nadrukkelijke bijdrage aan leveren. We weten dat gezondheid afhankelijk is van veel factoren en daardoor kwetsbaar. Dat hebben we de afgelopen maanden nadrukkelijk ondervonden. Positieve gezondheid gaat verder dan niet ziek zijn. Het gaat over goed in je vel zitten, je gezondheid onderhouden en een fijne leefomgeving hebben. Regie kunnen voeren over je eigen leven is daarbij cruciaal.

Meer gezonde en gelukkige jaren

"Toch is gezondheid niet voor iedereen vanzelfsprekend. Dit geldt vaak voor inwoners met een laag inkomen of inwoners die hulp nodig hebben met het maken van keuzes. Hun levensverwachting is tot zeven jaar korter dan die van andere inwoners. Dit vinden we onaanvaardbaar. Met het programma Positieve Gezondheid willen we deze verschillen verkleinen. En zorgen voor

meer gezonde en gelukkige jaren voor onze inwoners", aldus wethouder Kâhya.

In vier buurten gaat de gemeente extra aan de slag met een programma Positieve Gezondheid. Daar hoort Aawijk-Noord (Graafsebuurt-Zuid) ook bij. We houden iedereen via de wijkkrant op de hoogte van onze aanpak. Meer informatie bij P. Hilgers@s-hertogenbosch.nl



Meer gezonde en gelukkige jaren Programma Positieve Gezondheid

2020

Een bezoek aan de eendjes? Voer ze niet!

Eendjes voeren. Het lijkt zo onschuldig, maar dat is het niet. Het is slecht voor de dieren én voor de waterkwaliteit. Niet doen dus.



Overgebleven voedsel

Etenresresten? Gewoon in de groene container.



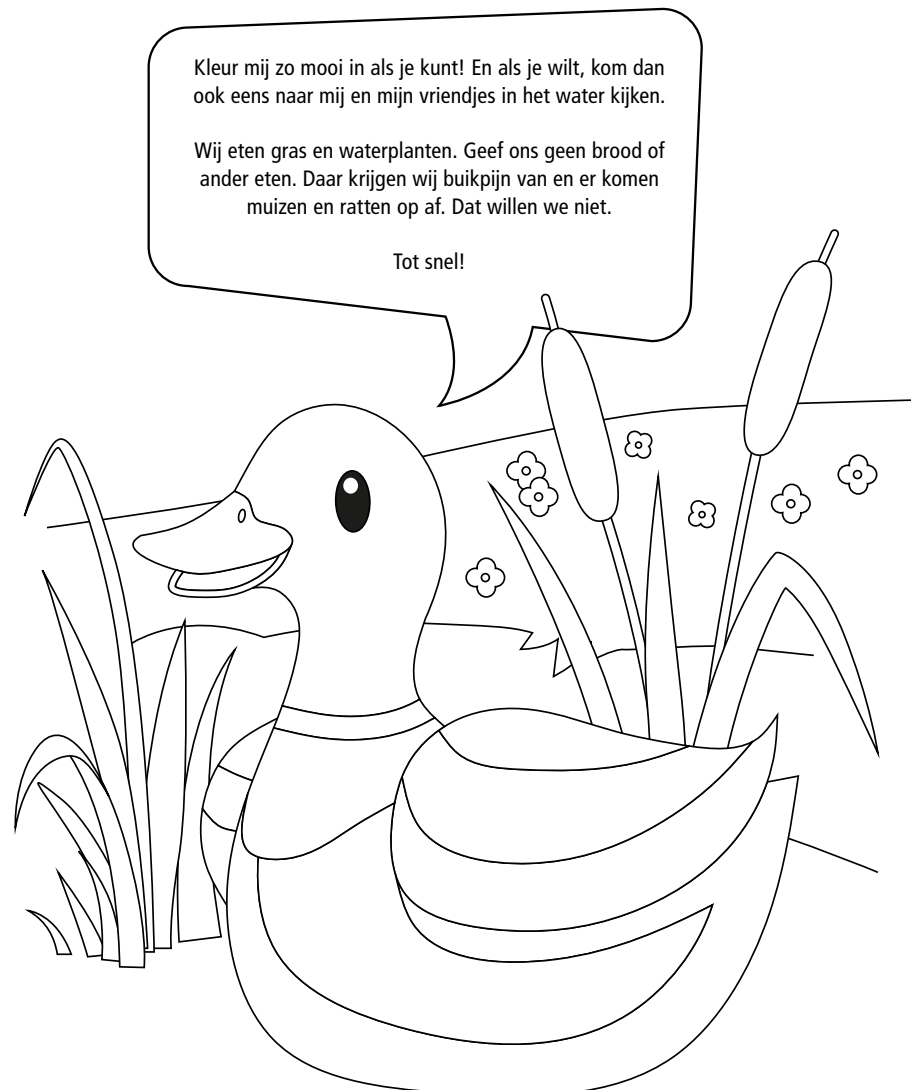
Wil je je brood en andere etenresresten niet weggooien? Een paar tips om dit te voorkomen:

- Vries overtollig eten in.
- Geef het eten aan anderen.
- Maak (volgende keer) minder.
- Maak compost van je etenresresten. Kijk voor tips op www.milieucentraal.nl en zoek op 'composteren'.

Denk aan onze gezondheid én voorkom ongedierte. Gooi etenresresten, zoals brood, in de afvalbak.



Dit is een samenwerking tussen gemeente 's-Hertogenbosch en Waterschap Aa en Maas



Kleur mij zo mooi in als je kunt! En als je wilt, kom dan ook eens naar mij en mijn vriendjes in het water kijken.

Wij eten gras en waterplanten. Geef ons geen brood of ander eten. Daar krijgen wij buikpijn van en er komen muizen en ratten op af. Dat willen we niet.

Tot snel!

Dit is een samenwerking tussen gemeente 's-Hertogenbosch en Waterschap Aa en Maas



Kijk ook eens op www.s-hertogenbosch.nl. Hier is veel informatie te vinden over uw wijk. Hebt u vragen, neem dan contact op met wijkmanager Paul Hilgers, telefoonnummer (073) 615 91 19 of mail naar p.hilgers@s-hertogenbosch.nl.



Balletdocente
Geraldine van de Griend

door Maria Hornman

Bij Geraldine van de Griend (45) kun je achter twee voordeuren een kijkje nemen. In haar huis aan de Kamperfoeliestraat waar ze met man en kinderen woont of in haar balletstudio aan de Elzenstraat, waarvan ze directeur is. Achter beide deuren is ze 'thuis'. Het wordt de balletstudio. De voormalige wat 'uitgewoonde' gymzaal oogt nu als een strakke, heldere omgeving in voornamelijk zwart-wit en met posters van dansers op de deuren. In een aparte ruimte staan dozen met danskostuums hoog opgestapeld. Er zijn twee grote balletruimtes.

Allebei met een grote spiegelwand, balletbarres en een speciaal aangebrachte verende vloer. Geraldine is supertrots op haar nieuwe onderkomen. Met hulp van veel betrokken ouders is de afgelopen weken

Achter de voordeur: Bij:

getimmerd, geveerd en verhuisd en sinds een week zijn de lessen hier begonnen.

Geraldine heeft de rankheid van een balletdanseres. Hoe kan het ook anders. Als klein kind danste ze al. Hoewel ze zichzelf een 'echte Bossche' noemt heeft ze veel van de wereld gezien. Als kind woonde ze met haar ouders twee jaar in Afrika en twee jaar in Engeland. Als puber ging ze vier jaar achtereen zes weken in de zomervakantie naar Rusland om haar vader op te zoeken, die daar toen werkte. 'Ik deed vakantiewerk in een Kolchoz (collectieve boerderij) en ging naar Moskou. Toen was de Berlijnse Muur nog niet gevallen. Dat vormt je als kind.' Later ging ze met haar gezin in het huis van haar opa en oma wonen aan de Kamperfoeliestraat. Haar opa kocht de grond voor dit huis in 1955. Ze ging naar 'De Vlieger' in Hintham op school, in het gebouw waar ze 16 jaar geleden met haar balletstudio startte.

KEUZE VOOR CULTUREEL ONDERNEMERSCHAP

Door haar interesse in mensen en haar behoefte aan samenwerken en verbinden volgde ze de opleiding voor Sociaal Werk en ging aan de slag in het maatschappelijk werk. Ze combineerde dit werk met ballet. Het werd echter steeds duidelijker dat ze moest kiezen. De droom van een eigen balletstudio drong zich steeds meer op. Dus hakte ze de knoop door en werd cultureel ondernemer.

Tot zes jaar terug moesten alle getalenteerde kinderen vanaf acht jaar tot en met achttien jaar, die van ballet hun beroep wilden maken, voor de vooropleiding van de balletacademie naar Den Haag, Rotterdam, Amsterdam, Arnhem of Tilburg. Voor veel kinderen en hun

ouders was dat een brug te ver. Waarom dan niet de docenten naar Den Bosch halen? Nu is al zes jaar de vooropleiding met gekwalificeerde docenten een van de twee pijlers van haar studio. Kinderen uit de hele regio nemen er aan deel. Ze werkt onder meer samen met het Rodenborchcollege. Kinderen die de vooropleiding doen, hebben wekelijks 12 tot 15 uur les en combineren dit met school.. Geraldine geeft les aan het hoogste niveau van de vooropleiding. 'Om voldoende voeling met de praktijk te houden.' De andere pijler wordt gevormd door een breed aanbod voor amateurdansers: van peuters en kleuters tot volwassenen. Er is zelfs een speciaal aanbod voor jongens van de basis- en middelbare school.

BALLET IS NIET ELITAIR

Volgens Geraldine gaat het bij ballet niet alleen om pasjes leren. Het gaat om veel meer: leren doorzetten, discipline ontwikkelen, een beetje kunnen 'bikkelen'. Net als bij topsport. 'Sommige kinderen blijven jaren op les en die begeleid je bij het opgroeien. Je wordt een balletmoeder voor ze en zelf krijg je vele 'balletkinderen. Onze balletstudio moet dus een fijne omgeving zijn; een gemeenschap waarbinnen kinderen (en ouders) een vertrouwde plek vinden. Ze worden hier 'gezien' en ze kunnen zich ontwikkelen.' Geraldine kan ontroerd raken bij het zien van driejarigen die voor het eerst op les komen. Enkele van die kleintjes verlaten de school pas vele jaren later na het afronden van de vooropleiding. Het is volgens haar een misverstand



dat ballet elitair is. 'We hebben hier leerlingen uit alle lagen van de samenleving. Ook kinderen die deelnemen vanuit het Jeugdsportfonds van de gemeente. En ook kinderen uit de Graafsewijk. Laatst kwamen er nog een paar binnenhuppelen. Trots op hun nieuwe studio die nu lekker dichtbij is.'

De komende tijd wordt het gebouw door de gemeente verduurzaamd: zonnepanelen, isolatie en nieuwe kozijnen. Geraldine moet nog bedenken hoe de nieuwe vloeren te beschermen wanneer er bouwvakkers niet al te elegant overheen

gaan lopen. Ze is erg tevreden over de medewerking van de gemeente van wie ze het gebouw huurt. Ook oud-burgemeester Rombouts is een fan. Hij is ambassadeur van de school. Buurtbewoners moeten nog even wachten voor ze binnen kunnen kijken. Tenzij ze op ballet willen natuurlijk... Een open dag zit er voorlopig niet in vanwege Corona.

MEER WETEN?

Kijk op de website www.balletstudiogeraldine.nl
Informatie over de vooropleiding vind je op:
www.eigentijdsedans.nl ♦

Moestuin aan de Oosterplas

Lekker herfstrecept

Door: Marjan Vonk

Rode kool met gember

Rode kool kun je als wintergroente telen, maar ook als zomergewas. Dit voorjaar jaar hebben we zes koolplantjes gekocht. In de wat zandige grond van onze moestuin hebben koolplanten het niet echt gemakkelijk. Zij houden meer van



Noord-Hollandse zeekei. Hier, in het oostelijke deel van Brabant, hebben ze vaak last van een schimmelziekte die de wortels aantast. En het koolwitje is een vlinder die haar naam eer aan doet: ze zet met voorliefde haar eitjes af op koolbladeren. Uit die eitjes komen rupsen en net als rupsje-nooit-genoeg vreten die smakelijk aan je jonge koolplanten.

Tuinvereniging Oosterplas

We hebben dus voorzorgsmaatregelen getroffen: de jonge kooltjes zijn elk geplant in een flink formaat plastic bloempot, waarvan we de bodem weggesneden hebben. Zo krijgt de schimmel, die vooral in de bovenste laag aarde aanwezig is, weinig kans en heeft de koolplant wel contact met de tuingrond. Tegen de vlinders hebben we een net over de planten gespannen. U begrijpt, als je zo verwend wordt gaat het goed. De kolen groeien als kool.

Het traditionele recept voor rode kool is met een appeltje, een uitje, een sneetje ontbijtkoek en kruidnagel. Ik neem het nooit zo nauw met een recept. Deze keer had ik geen ontbijtkoek in huis en dacht, ach een sneetje gemberkoek kan ook wel.

De reactie van mijn man was verrassend: je had er wel wat meer gember in mogen doen, ik proef het nauwelijks. Sindsdien experimenteer ik met een lepel bakgember door de rode kool. ♦

Recept voor 4 personen

600 gr. rode kool, 1 sjalot, 4 kruidnagels, 2 appels, sneetje ontbijtkoek, 1 eetlepel bakgember.

Koop een zakje gesneden boerenkool. Dat is gemakkelijk. Ik kies noodgedwongen voor handwerk, de tuin levert nu eenmaal geen gesneden groenten. Doet u dat ook, koop dan een kleine harde kool, verwijder de buitenste bladeren en deel de kool in vieren. Snijd de witte harde kern van de kool weg. Snijd nu de stukken kool in heel smalle reepjes. Dat kan ook met de keukenmachine. Pel de sjalot en prik de kruidnagels erin. Schil de appels, verwijder het klokhuis en snijd de appel in blokjes. Snijd ook de ontbijtkoek in blokjes. Doe de kool samen met de sjalot met kruidnagels in een pan. Schenk er water bij, breng aan de kook en draai het vuur laag. Schep na 10 min. de appel, ontbijtkoek en de gember door de rode kool en laat alles nog 15 min. stoven. Verwijder de sjalot met de kruidnagels. Smakelijk eten!

LIJKT TUINIEREN U OOK LEUK?

Zelf groente, kruiden en bloemen telen? Kijk dan op onze website: tuinverenigingooosterplas.nl. De tuinen liggen aan de Oosterplasweg nr. 49, naast het dierentehuis. Elke zaterdagmiddag is onze kantine van 13.30 tot 16.00 uur open.

Voor een kopje koffie en meer informatie bent u daar van harte welkom. ♦