

Wijkkrant Oost

DE WIJK WAAR DE ZON OPKOMT

EN VERDER

2



Voorkom straatroof

3



Swim to Fight Cancer 2021

4



Het Rondeel bestaat 20 jaar

5



Sporthuiskamer voor 60 plussers

8



Achter de Voordeur bij Cor Lantinga

Pimping Wijkplein Oost. *Doe je mee?*

door Suzanne Jansen

Wijkplein Oost is een plek waar buurtbewoners ongedwongen kunnen samenkomen. Eigenlijk is het een unieke plek omdat iedereen gratis gebruik mag maken van de ruimtes en het bovendien gelegen is midden in het groen en in de wijk.

Wijkplein Oost wordt helemaal gerund door vrijwilligers. Je kunt er terecht voor een gezellig kopje koffie en een praatje. Maar niet alleen dat. Mensen komen er samen om hout te bewerken; er is een winkel voor tweedehandse spullen, er zijn knutselmiddagen voor jongeren, een creatief atelier, samenwerking met de Graafse Ak-

ker in de vorm van De Buurderij en een reparatie werkplaats. Daarnaast repeteert muziekcorps Amantius hier. Het gebouw bevat een prachtige professionele keuken. Geen gekke plek om gezellige kookworkshops te houden en voor buurtbewoners met een kleine beurs een heerlijke maaltijd te maken.

MEER GEZELLIGHEID EN SFEER NODIG

De grote ruimte naast de keuken, de voormalige gymzaal kan wel wat meer gezelligheid uitstralen. Deze is nu wat stoffig en voelt niet heel erg uitnodigend. Daarom zetten enkele vrijwilligers zich actief in om hier weer wat moois van te maken. Deze ruimte is nog steeds beschikbaar voor workshops of andere activiteiten met als doel om mensen uit de

buurt samen te brengen, jong, oud iedereen is welkom.

Patrick Lijdsman, Jacqueline Hoos, Bart van Elst en Sjef Lievens, allen buurtbewoners, nemen hierin samen het initiatief. Dit wordt gesteund door de gemeente Den Bosch. Vanaf 23 September is er begonnen met opruimen van de ruimte.

Hierna zullen er iedere maand een of twee dagen gepland worden om samen met vrijwilligers aan de slag te gaan om de ruimte een mooie opknappbeurt te geven. Plannen hoe dit aan te pakken zijn er al (zie foto). Er zullen kroonluchters gemaakt worden, muren geschilderd, een mooie deur gemaakt naar de Graafse Akker, vloerkleden geprint en geplakt, ramen deels bekleed met planten en bloemenprints en



MOODBOARD MET ONTWERPEN

stoelen worden gestoffeerd. Zodat alles weer lekker schoon, fris en uitnodigend wordt. Met weinig middelen zal het voor jong en oud

zo gezellig en aantrekkelijk mogelijk gemaakt worden. ♦



JACQUELINE HOOS



PATRICK LIJDSMAN

Omwonenden in gesprek met wethouder over bouwplannen Prins Hendrikpark

"We hebben compleet verschillende ideeën. Waar gaan we elkaar vinden?"

door Marie-France Vissers- Claessen

De afgelopen maanden hebben omwonenden van het Prins Hendrikpark op verschillende manieren aandacht gevraagd voor de door hen zo gevreesde torens nabij de IJzeren Vrouw. De contouren van de beoogde torens werden uitgerold, een petitie aangeboden en vier mensen heb-

ben ingesproken bij de gemeenteraad. Alles om duidelijk te maken dat de plannen in strijd zijn met het oorspronkelijke bestemmingsplan en om de wethouder ervan te overtuigen alternatieven te onderzoeken. Hoe staat het er na de zomervakantie voor?

W e worden bijgepraat door stichting IJzeren Vrouw. Reiniera van der Feltz geeft aan dat het achter de schermen alles behalve stil staat. "Na het inspreken bij de gemeenteraad heeft de raad het college verzocht schriftelijk te reageren. Die reactie kwam er

(nog) niet. Wel werd de stichting uitgenodigd voor een gesprek met wethouder Roy Geers en projectontwikkelaar Heijmans". Dat gesprek kwam er, maar al snel bleek dat ze inhoudelijk mijlver uit elkaar blijven staan. "De gemeente staat open voor suggesties, maar dan wel binnen de kaders van het voorgestelde plan: drie hoge torens en 180 woningen". Eventueel kunnen de torens iets opgeschoven worden of kan er een andere invulling bedacht worden voor de buitenruimte, maar meer lijkt er niet in te zitten volgens Van der Feltz. De 2.200 handtekeningen van bezorgde burgers lijken geen invloed te hebben op de plan-

nen van het college. "We hebben compleet verschillende ideeën over de toekomst van het park, waar gaan we elkaar vinden?" Om de torens te kunnen realiseren moet het college nog het bestemmingsplan wijzigen. Daar is instemming van de gemeenteraad voor nodig. De verwachting is dat het onderwerp dit najaar wordt voorgelegd aan de raad. De omwonenden willen dat moment niet afwachten en denken zelf ook na over een burgerinitiatief richting gemeenteraad. "We zetten ons voorstel op papier en gaan hierover binnenkort in gesprek met onze achterban." ♦

OPROEP

Natuurlijk hebben we hiervoor enthousiaste vrijwilligers nodig om dit ook echt te kunnen verwezenlijken. Mensen die handig zijn en graag met hun handen bezig zijn en iets moois willen maken. Dus geef je op en stuur een mailtje naar: wijkgerichtwerken@shertogenbosch.nl ♦

Op zoek naar vrijwilligerswerk?

Deze wijkkrant bevat deze keer veel oproepen voor vrijwilligers. Kijk hiervoor op deze pagina, op pagina 2 en 5. De volgende organisaties vragen vrijwilligers: Plein Oost, Vicky Brownhuis, Computerhuis Oost, Zonnebloem, Fietsmaatjes, de Sporthuiskamer voor ouderen ♦

Wijkkrant Oost

Wijkkrant niet in de bus gekregen?

Is de wijkkrant niet bij u bezorgd tussen 1 en 6 oktober? Stuur even een mailtje met naam en adres naar redactie@wijkkrantooost.nl Of bel of sms naar: 06 36 53 34 32. We zorgen dan dat u de krant alsnog in de bus krijgt ♦

Voorkom Straatroof

door Genevieve Bak, wijkagent Graafsebuurt & Aawijk Noord

Straatroven hebben een enorme impact op hun slachtoffers. De aanpak van dit zogeheten Hoge Impact Delict heeft topprioriteit bij de politie. De politie kan deze problemen niet alleen aanpakken. Daarvoor heeft zij de hulp nodig van anderen. De politie werkt daarom veel samen met partners zoals gemeenten, woningcorporaties, e.d. Ook hebben inwoners zelf een belangrijke rol in het voorkomen van deze misdrijven. **Gezamenlijk moeten we zorgen voor een veiligere samenleving.**

De politie begrijpt dat een straatroof een ingrijpende gebeurtenis is. De aanpak van dit delict heeft dan ook topprioriteit binnen de politie.

U kunt zelf preventiemaatregelen treffen, hiermee heeft u tot 90% minder kans op een overval. Houd uw tas altijd dicht, met de rits naar je toe. Draag een hand- of schoudertas niet aan de kant van de straat maar over de schouder, die het verste weg is van de straat. Houd dure spullen niet zichtbaar in de hand. Zorg ervoor dat je track and trace software op je mobieltje, tablet of laptop hebt geïnstalleerd. 'Zonder heler geen steler'. Kijk op stopheling.nl of een product niet als gestolen geregistreerd staat Bel 112 bij verdachte situaties.

U kent uw buurt het beste. U weet wie uw burens zijn en in welke auto's zij rijden. Bel altijd 112 als u in de buurt iets verdachts ziet. Noteer bijvoorbeeld het kenteken van de verdachte auto en/of het signalement van de verdachte persoon. Geef dit door aan de politie. Blijf rustig, neem geen risico's! Meld uw naam, uw woonplaats, het adres en wat er precies aan de hand is. De kans dat straatrovers gepakt kunnen worden, neemt toe als u bij de politie meldt wanneer u verdachte zaken waarneemt. U kunt het volgende slachtoffer zijn.

U kunt zelf veel doen om te voorkomen dat u slachtoffer wordt van een straatroof. Bent u toch slachtoffer geworden? Doe altijd aangifte! ♦



Wijkwerkplaats Oost

We zijn trots op onze Klaas

Klaas Smits, de man achter ons kringloopwinkeltje 'Klaasjes Snuffelhoek' heeft het 19 jaar volgehouden als vrijwilliger bij de SWZ. Dit is een stichting die onder andere mensen ondersteunt met niet-aangeboren hersenletsel en die op Plein Oost dagbesteding voor deze groep mogelijk maakt. Met zijn 89 lentes was Klaas de oudste vrijwilliger bij SWZ.

Hoewel hij nog steeds erg actief is, heeft hij besloten om toch maar niet voor de volgende twintig jaar te gaan en het wat rustiger aan te gaan doen.

Alleen merken wij (van de Wijkwerkplaats Oost) daar niets van. Klaas blijft vrijwilliger bij ons en is niet te stoppen in zijn enthousiasme. Hij vindt dan wel dat hij het rustiger aan doet, maar hij motiveert en enthousiasmeert alle vrijwilligers en hobbyisten nog elke dag. Hebben wij dat nodig? Wij eigenlijk niet, want wij weten wel hoe het er bij ons aan toe gaat! Maar misschien moeten jullie eens met hem komen praten! ♦



Vrijwilligers De Zonnebloem

Wil jij je netwerk uitbreiden met loyale, interessante mensen vol levenservaring en verhalen? Je ziet elkaar ongeveer eens per twee weken, om bij te praten. Je kunt er ook samen op uit gaan, voor een kopje koffie, een wandeling of terrasje bijvoorbeeld. Er wordt uitgekeken naar jouw bezoek!

Lijkt het je leuk om op deze manier iets te betekenen, voor iemand met een lichamelijke beperking? De Zonnebloemafdeling 's-Hertogenbosch Oostelijke Zon koppelt je aan iemand en verloopt het eerste contact soepel en klikt het tussen jullie, dan bepalen jullie samen wanneer je elkaar ziet en wat je gaat doen. Jouw exclusieve aandacht wordt enorm gewaardeerd. Neem eens vrijblijvend contact op met Marian van Essen 06-2292 4879 of met Ria de Kock 073-6142 600 voor meer informatie.

Tevens zijn wij opzoek naar bestuursleden, bel Marian en stel je vragen! Het is fantastisch om mensen blij te maken.....dat kan bij de Zonnebloem. ♦



11,5 jaar Zonnebloem Oostelijke Zon

Op de laatste dag van augustus, eindelijk kon het weer, hebben we een gratis feestelijke lunch georganiseerd voor onze gasten. Het was heel gezellig en men was blij elkaar weer eens te zien en bij te kunnen praten. We hadden heerlijke broodjes en een toetje geregeld via Happaz. Het was niet alleen lekker, maar het zag er ook mooi uit. En zo gaan we langzamerhand weer de herfst in. In december willen we graag een Kerstlunch organiseren. Hopelijk krijgen we nog een zonnig najaar.....

Team Zonnebloem Oostelijke Zon ♦

Vrijwilligers Computerhuis

Graag zouden wij een oproep willen doen voor vrijwilligers voor het computerhuis Oost. Wij zoeken vrijwilligers voor onze werkplaats, die in samenwerking met andere vrijwilligers pc's en laptops van inwoners van Den Bosch nakijken op hardware en software problemen. Tevens worden gedoneerde pc's en laptops gereedgemaakt voor gratis levering aan inwoners die hiervoor in aanmerking komen. Bewoners die geïnteresseerd zijn kunnen met ons contact opnemen op maandag- en woensdagochtend tussen 9.30 en 13.00 uur. Wij hopen op een positieve reactie.

Sjef Lievens, Lucas van Leijdenstraat 29 5213 BB 's-Hertogenbosch
073 - 8220666 of 06-16080564
Email: werkgroep.computerhuis.oost@gmail.com
Website: <https://computerhuis.github.io> ♦

Vrijwilligers Vicki Brownhuis



Het Vicki Brownhuis biedt psychosociale ondersteuning voor iedereen die direct of indirect met kanker te maken heeft. Wij hechten aan een diverse en inclusieve organisatie en aanbod. Gasten kunnen te allen tijde zonder afspraak bij ons binnenlopen.

WIJ ZOEKEN:

- Gastvrouwen/-heren met een luisterend oor en inlevingsvermogen.
- Intern begeleiders die de goede kwaliteit van ons team bewaken.
- Communicatiemedewerkers voor de maandelijkse digitale nieuwsbrief, teksten en social media.
- Tweemaal twee groepsbegeleiders voor de 'bondgirls' en voor de 'golden girls'.

Je bent minimaal 4 uur per week beschikbaar en je woont in de Den Bosch e.o.

Zie www.vickibrownhuis.nl voor de volledige vacatureteksten.

INTERESSE?

Reageer met een motivatie en cv naar ib@vickibrownhuis.nl ♦

Colofon

September 2021 Oplage: 5500 jaargang 22, nummer 108

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

Redactie
Maria Hornman, Mieke Verberne, Marie-France Vissers-Claessen, Piet van den Boom, Suzanne Jansen
Vormgeving
Wim van der Plas
Foto's
Gemeente Den Bosch, Het Rondeel, Maria Hornman, Mieke Verberne

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

Redactie-adres
Maassingel 65,
5215 GE 's-Hertogenbosch
redactie@wijkkrantooost.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@wijkkrantooost.nl

Uiterste inleverdatum kopij
Nummer 109, 15 november 2021
Klachten m.b.t. bezorging
redactie@wijkkrantooost.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.

Swim to Fight Cancer 2021

door Bart Houweling

Zondag 12 september vond de vijfde editie van het evenement 'Swim to Fight Cancer' plaats met als doel zo veel als mogelijk sponsorgeld te krijgen om onderzoek tegen kanker mogelijk te maken. De organisatie, met Marc Lamers als voorzitter, had een nieuw parcours uitgezet. Deze keer zouden de deelnemers vertrekken vanaf het Willemsplein oftewel Heetmancircuit om van daar via de Dommel langs de binnenstad en onder de Willemsbrug door langs de Citadel naar de finish op de Tramkade te zwemmen.

Prachtig en sfeervol, alleen goede fikse regenbuien in de dagen vooraf roet in het eten. Er was daardoor veel vuil in het water gekomen waardoor dit te vies was om te zwemmen. Daarom werd de dag van tevoren

uitgeweken naar de IJzeren Man. Prachtig helder zwemwater met mooie natuur eromheen maar toch jammer van de kans om door de binnenstad te zwemmen! Uit Oost deden zeker twee teams mee. Blijken er nog meer teams te zijn geweest dan willen wij die graag alsnog vermelden! Een van de twee teams was 'TEAM LINDA', vernoemd naar de in februari aan de gevolgen van kanker overleden vrouw van teamcaptain Martijn. Met een team van vijf zwemmers, waaronder dochter Ella, hadden zij op het moment van dit schrijven al 9.803 euro aan sponsorgeld binnengehaald. Uit het nieuwe wijkje met de Hertoglaan en het Hertogpark komt het team "De Hertogen van het Natte Oosten". Uw ludieke stadsgids Marcel wist zijn buurmannen Hugo, Frank en Erald te strikken. We zagen dit team vaak 's ochtend al vroeg voor het werk in hun badjassen over

de Aadijk naar de Oosterplas lopen om daar hun trainingskilometers te maken. Deze mannen haalde 6.655 euro oop voor het onderzoek. Heeft u misschien zwemmers met fel gekleurde boeien achter zich aan in de plas gezien? Grote kans dat zij het waren! Slim die boeien. Toen in het voorjaar een zwemster uit het andere team verstrikt raakte in een vislijn van zeker 150 meter lang, was de visser er met zijn elektrobootje gelukkig snel bij. Hij wist natuurlijk ook dat er in de Oosterplas maximaal met 30m lijn gevestigd mag worden!

Het was een fantastisch evenement wat nu weer elk jaar plaats zal vinden. Heb je een sportieve vriendenclub, wil je de burens meelespen of zou je een mooie prestatie als eerbetoon aan iemand willen neerzetten? Doe volgend jaar mee! ♦



DE HERTOGEN VAN HET NATTE OOSTEN
VLNR MARCEL KOOPMAN, FRANK SCHIJVENS, ERALD MATHIJSSSEN, HUGO DE VRIES

Samen de koop van de Graafse Akker mogelijk maken, doe je mee?

In negen jaar tijd is de Graafse Akker (naast het parkeerterrein van de Albert Heijn aan het Mgr. Van Roosmalenplein) uitgegroeid tot een levendige groene en sociale plek waar dagelijks veel mensen met veel plezier aan het werk zijn. We willen graag dat deze voorziening voor onze wijk voor de langere termijn gegarandeerd blijft. Die kans doet zich nu voor. Als Stichting Transformars, hebben we tot nu toe de grond van de Graafse Akker gepacht. We kunnen nu echter het terrein aankopen van de huidige eigenaar.



Helaas hebben we daarvoor als Stichting onvoldoende middelen. Dat lukt alleen

als we voldoende donateurs vinden. Daarom vragen we wijkbewoners om ons financieel te steunen en aankoop mogelijk te maken. Tijdens het Oogstfeest van 25 septem-

ber, hebben we de aftrap gedaan voor onze crowdfundingactie. De Graafse Akker beslaat 11.000 m2. De verkoopprijs is 275.000 euro. Het in eigen bezit krijgen van dit terrein

betekent behoud voor de langere termijn van de sociale en groene functie van de Graafse Akker. De Graafse Akker is voor iedereen toegankelijk en laagdrempelig en dat willen we graag zo houden. Veel wijkbewoners beleven veel plezier aan deze plek. Een groene oase waar planten, dieren en mensen floreren. Niet onbelangrijk in deze tijd van klimaatverandering. Steun daarom de Stichting Transformars bij deze aankoop door een bedrag te doneren. Hoe meer donateurs hoe beter. Heb je een kleine beurs, dan draag je bij naar vermogen. Van mensen met een ruimer budget hopen we dat ze dieper in de buidel willen tasten. Stichting Transformars heeft een ANBI-status. Over-

weeg je om meer dan 1000 euro te investeren? Neem dan even contact op met ons via info@transformars.nl of 06-43037716 of kom even langs.

Op de website www.degraafseakker.nl vind je alle informatie en ook hoe je kunt doneren. Mocht je meteen een bedrag willen overmaken dan kan dat ten name van: Stichting Transformars NL44 TRIO 01985 443 75 onder vermelding van 'Aankoop Graafse Akker'

Heb je nog vragen? Neem dan contact met ons op via info@transformars.nl of 06-43037716 of liever nog: kom langs op De Graafse Akker! ♦



Proficiat Jan van Mil 75 jaar lid van BVV

In december 2019 zetten wij in de rubriek Achter de Voordeur, wijkbewoner Jan van Mil al in de schijnwerpers. Jan is vanaf zijn twaalfde jaar lid van voetbalvereniging BVV. In het betreffende artikel zijn we daar uitvoerig op ingegaan.

Nu willen we opnieuw even stilstaan bij deze markante wijkbewoner. Want dit jaar is Jan 75 jaar lid van BVV en dat is heel bijzonder. Hij heeft 14 jaar daadwerkelijk gevoetbald maar zijn sporen heeft Jan toch vooral als vrijwilliger verdiend. Als wedstrijdsecretaris, jeugdleraar, kantinebeheerder, grensrechter en bestuurslid was hij een onmisbare kracht voor de voetbalvereniging. In 2018 trok hij zich terug als vrijwilliger maar bleef een trouw lid van BVV. Op woensdag 6 oktober vindt een reünie plaats in de kantine van BVV en is er extra aandacht voor de 87-jarige Jan. Want iemand die 75-jarig lid is van eenzelfde vereniging, daar mag toch wel even bij stilgestaan worden. Wij van de redactie feliciteren Jan met deze mijlpaal. ♦

Bewoners bouwen samen insectenhotel aan Stadionlaan

De flexwoningen aan de Stadionlaan hebben een nieuwe naam gekregen: 'De Kruiswissel'. Deze naam is vormgegeven als insectenhotel. Dit is samen met bewoners bedacht en gemaakt. BrabantWonen verhuurt de 36 flexwoningen aan de Stadionlaan aan cliënten van 'Linc naar Zorg'. Deze organisatie ondersteunt jongeren bij het zelfstandig wonen.

Tijdens de jaarlijkse barbecue afgelopen donderdag werd de nieuwe

naam en het insectenhotel officieel onthuld. Dyonne van den Berg, wijkbeheerder van BrabantWonen, bedacht de naam en liet zich inspireren door de spoorlijn die langs de woningen loopt. "Een kruiswissel is een combinatie van vier wissels en een kruising. Door deze constructie is het mogelijk in beide richtingen van het ene spoor op het andere te komen. Bewoners van Linc naar Zorg staan op een figuurlijke kruising in hun leven en worden hierbij begeleid door Linc naar Zorg."

Het insectenhotel is gemaakt van duurzaam hout en door een timmerman op locatie in elkaar gezet. De bewoners zorgden vervolgens gezamenlijk voor het inrichten van het hotel. Met hulp van Sophie Gruijters van Transformars verzamelden zij snoeimateriaal, hout en dennen-appels om het hotel mee te vullen. Een van de bewoners is hovenier. Hij heeft geholpen met de plantjes die zorgen voor het eten voor de insecten. ♦



Nieuws van het Rondeel

HET RONDEEL

Rondeel twintig jaar

Het Rondeel begon twintig jaar geleden als Buurtschool Oost. Ontstaan uit een fusie van de openbare basisschool de Plataan en Nutschool de Aa-stroom (later gefuseerd naar ATO-Scholenkring). De officiële opening en de onthulling van de naam Het Rondeel vonden plaats op 11 oktober 2001.

We willen aan dit jubileum op een feestelijke manier aandacht schenken. Samen met alle betrok-

kenen. Het creatieve atelier bij ons op school komt in het teken te staan van het 20-jarig bestaan. De leerlingen uit de groep 4 en 5 gaan een lied over het jubileum leren en groep 6, 7 en 8 gaat koken en een rap maken.

BIEB

De Bieb die zich eerst in de BBS bevond, is verhuisd naar een ruimte binnen de school. Op deze manier kunnen de kinderen van het Ron-

deel nog gemakkelijker een nieuw boek uitzoeken. Elke leerling heeft een eigen pasje waarmee boeken geleend kunnen worden. De leerlingen gaan op maandag naar de Bieb. De geleende boeken mogen ook meegenomen worden naar huis om daar lekker te lezen.

TWEE NIEUWE LESMETHODES

Dit schooljaar gaan wij met twee nieuwe lesmethoden werken, die gericht zijn op het bevorderen van lezen. De eerste is 'Karakter' voor groep 4 en 5. Leerlingen gaan aan de hand van verschillende karakters aan de slag met leesdoelen voor technisch of vloeiend lezen. Door deze methode leren de kinderen iedere les de karakters beter kennen en kunnen zich met de karakters identificeren. Daarnaast gebruikt 'Karakter' populaire kinderboeken tijdens de lessen. Op deze manier komen de leerlingen in aanraking met verschillende boeken en worden ze geprikkeld om te gaan lezen. De tweede nieuwe methode heet 'List' en is bedoeld voor groep 6-7-8. Iedere ochtend lezen de leerlingen in hun eigen leesboek. Dit boek mogen zij zelf kiezen. Door middel van boekenbabbels en mini-les- sen worden er leesvragen gesteld aan de leerlingen. Het doel hiervan is leerlingen te prikkelen om na te denken over hun eigen boek! Door



zelf een boek te mogen kiezen en dit verhaal te bespreken met de klas hopen we dat het leesplezier toeneemt.

ELKE DAG SCHOOLFRUIT

Iedere dag kunnen leerlingen kiezen uit twee soorten fruit. Tijdens

groepsvergaderingen in de klas komt het onderwerp 'fruit' regelmatig aan bod. Bijvoorbeeld de vraag wat iedereen lekker fruit vindt. We proberen hier dan zoveel mogelijk rekening mee te houden.



Bent u geïnteresseerd in onze school?

Kom dan zeker eens langs voor een kennismaking en rondleiding op het Rondeel.

Contactpersoon: Martha Rovers Mailadres: info@hetrondeel.nl

Telefoon: 073-8511333

Website: www.hetrondeel.nl.

Facebook: Basisschool Het Rondeel,

Instagram: het_rondeel en Twitter: Het Rondeel. ♦

S-PORT

EEN INITIATIEF VAN GEMEENTE 'S-HERTOGENBOSCH

WWW.S-PORT.NL

Nieuws van S-Port

De zomervakantie is voorbij en ook 'S-PORT is weer bezig om alle kinderen op school en daar buiten lekker te laten bewegen.

PLEIN ACTIEF! KC AAN DE OOSTERPLAS EN KC HET RONDEEL

Op woensdagmiddag is er weer Plein Actief bij de kindcentra Oosterplas en het Rondeel! Even niet achter de computer maar lekker met je vriendjes of vriendinnetjes komen buitenspelen. Met veel leuk spel-materiaal maken we er een gezellig uur van! KC Aan de Oosterplas: Elke woensdag 12.45-13.45 op het schoolplein. KC het Rondeel: 27 september: start groep 1 t/m 4 14.15-15.15 uur. 7 oktober: start groep 5 t/m 8 14.15-15.15 uur



BAGGERLOOP

Op woensdag 22 en donderdag 23 september heeft 'S-PORT samen met zeilvereniging Oosterplas de Baggerloop georganiseerd voor kinderen en jongeren van de basisscholen en een aantal middelbare scholen uit Den Bosch. De Baggerloop is een run rondom de Oosterplas met allerlei obstakels. Zoals; touwklimmen, door het water, zeepbanen, de indianenbrug, de apenhang, vloten, strobalen en

ga zo maar door. Het was een erg uitdagend parcours!

GYMPLUS

Extra gymmen en oefenen in kleine groepjes; wie wil dat nou niet!! Op woensdag 6 oktober start gymplus van 14.30-15.15 uur. 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.

JEUGDSPORTFONDS

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 Jeugd-

sportfonds 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-portteam Zuidooost ♦

Fietsmaatjes zoekt vrijwilligers

Fietsmaatjes Den Bosch heeft inmiddels tien duo fietsen die ondergebracht zijn in de diverse wijken in Den Bosch. Ook Den Bosch Oost heeft een stalling en dat betekent dat een vrijwilliger de fiets niet meer van ver weg hoeft op te halen. De belangstelling voor het duo fietsen is groot. Er melden zich steeds meer gasten aan die graag met een maatje een tochtje willen maken. Lekker naar buiten in de natuur, een leuk gesprek met je maatje en na afloop een kopje koffie op het terras.

Twee jaar zijn de Fietsmaatjes bezig en we kunnen prachtige verhalen vertellen over hoe gasten en vrijwilligers elkaar gevonden hebben en genieten van het mooie samenzijn. Gelukkig hebben we al veel vrijwilligers maar gezien de stijgende vraag hebben we nog meer vrijwilligers nodig. Heb je belangstelling voor dit leuke vrijwilligerswerk dan kun je eerst een proefrit maken om te bekijken of het iets voor je is. En mag dat zo zijn, dan bekijkt een coördinator samen met jou met wie je zou willen fietsen. En daarna lekker samen op pad en genieten van de wereld om je heen. Wie wil dat nou niet. Belangstelling; neem dan contact op met tel. 06 33033890 of info@fietsmaatjesdenbosch.nl Zie ook: Website www.fietsmaatjesdenbosch.nl ♦



Autorijschool Coenen

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



info@autorijschoolcoenen.nl
www.autorijschoolcoenen.nl

Ook voor AUTOMAAT
Theorie / Opfrislessen

Sinds 1971 een begrip in de regio



Sporthuiskamer bij Hockeyclub 's-Hertogenbosch

Als je als 60 plusser van de dokter of fysiotherapeut het dringende advies krijgt om meer te bewegen, valt dat nog niet altijd mee. In je eentje kom je er niet toe en vind maar eens iemand die met jou 'mee wil bewegen'. In Den Bosch zijn een aantal wandelgroepjes waar je je kunt aansluiten en er zijn gymgroepjes en zwemmogelijkheden. Maar nu is er ook de **Sporthuiskamer bij de hockeyclub aan de Oosterplas**. Hieronder leest u er alles over.

De hockeyclub 's-Hertogenbosch start in samenwerking met Farent en 'S-PORT een actieve huiskamer met beweegactiviteiten voor ouderen vanuit het clubhuis aan de Oosterplas. Deze wekelijkse huiskamer

Vaccineren tegen Corona

De GGD Hart voor Brabant gaat door met gerichte acties om de vaccinatiegraad verder te verhogen. Mensen die nog vragen hebben of informatie zoeken rondom vaccineren, kunnen telefonisch terecht bij de GGD Hart voor Brabant via het nummer 088-368 777.

Directeur Publieke Gezondheid Therese Claassen: 'Nu de scholen open zijn en iedereen weer terug is van vakantie, is het extra belangrijk dat we er met elkaar voor zorgen dat we de vaccinatiegraad optimaliseren. Dus als je twijfelt of vragen hebt, praat erover met onze deskundigen (of met je naasten) en wil je alsnog een prik, doe het dan zo snel mogelijk.' Sinds maandag 16 augustus biedt GGD Hart voor Brabant iedereen de mogelijkheid om een eerste coronaprik zonder afspraak te komen halen. De reden om dit aan te bieden is dat de GGD merkt dat het maken van een afspraak soms een belemmering kan zijn voor vaccinatie.

Kijk op www.ggdhvb.nl/prikken-zonderafspraak voor de actuele locaties, data en tijden waarop je terecht kunt. Naast prikken zonder afspraak biedt de GGD maatwerk aan op plekken waar de vaccinatiegraad achterblijft. Zo heeft de GGD inmiddels diverse acties ondernomen om de vaccinatie te stimuleren bij doelgroepen als dak- en thuislozen, arbeidsmigranten en asielzoekers. Ook wijkvaccinatie is sinds 1 juli 2021 onderdeel van deze fijnmazige vaccinatiecampagne. Daarom bieden we de komende maanden kleinschalig de mogelijkheid aan om je te laten vaccineren. Bijvoorbeeld in zogenaamde pop-up locaties in 's-Hertogenbosch. Uiteraard blijft het ook nog steeds mogelijk om op een afgesproken tijd en datum je te laten vaccineren opeenvolgend van de vaccinatielocaties van GGD Hart voor Brabant. Dat gaat eenvoudig met DigiD op de website www.coronavaccinatie-afspraak.nl. Telefonisch een afspraak inplannen kan ook via het telefoonnummer 0800 7070. ◆



staat geheel in het teken van bewegen en sociaal contact, om zowel de fysieke als mentale gezondheid van ouderen te bevorderen. De start van de huiskamer heeft op 20 september plaatsgevonden.

De 'huiskamer voor ouderen' draait al vele jaren in verschillende Bossche wijken. Tijdens de Coronacrisis werd het belang van een dergelijke huiskamer nog onderstreept. Door de samenwerking met de hockeyclub krijgen Farent en de gemeente Den Bosch nog meer mogelijkheden om sport en bewegen in de wijk Oost beter en breder aan te kunnen bieden.

AANDACHT VOOR 'DERDE HELFT'
Natuurlijk mag de gezelligheid en 'de derde helft' niet ontbreken en ook daarin voorziet de club en het clubhuis ruimschoots. Na het bewegen heeft u de mogelijkheid om gezamenlijk een gezonde, versbereide warme maaltijd te gebruiken. De kosten hiervan zijn laag zodat meedoen voor iedereen mogelijk is. De huiskamer wordt gerund door vrijwilligers en studenten onder professionele begeleiding van Farent en 'S-PORT.

De actieve huiskamer wordt elke week op maandag gehouden van 10.00 uur tot 14.00 uur. Eventueel kunnen we gaan uitbreiden naar een tweede dag. We sporten en be-

wegen zoveel mogelijk buiten maar als het weer slecht is hebben we een binnenprogramma. Van stoelyoga en stoelendans tot spelletjes en alles wat deelnemers vooral ook zelf aandrigen. Naast de sportvelden heeft de club een jeu-de-boulesbaan en kunt u wandelen rond de aangrenzende Oosterplas. Op de club is een praktijk voor onder meer fysiotherapie, Van Lith Healthness Center, en een aparte EHBO-ruimte aanwezig.

RUIMTE VOOR VOORLICHTING
Naast bewegen en ontmoeten is de huiskamer voor Farent ook een informatiebron voor alles wat leeft onder ouderen. Bijvoorbeeld de behoefte aan ondersteuning. Hierop aansluitend kunnen we voorlichting geven over Valpreventie, erfrecht, cybercrime of een workshop gezond koken aanbieden. We kunnen ook leren hoe veilig online boodschappen te bestellen en te betalen en hoe internetbankieren gaat. U ziet: er zijn heel veel mogelijkheden.

AANMELDEN EN DEELNEMEN
Om deel te nemen is geen indicatie nodig. Professionals kunnen deelnemers doorverwijzen en belangstellenden kunnen zichzelf aanmelden via Farent. De deelnemer wordt als het ware lid van de sporthuiskamer. Af en toe een keer aanhaken, is in verband met de organisatie niet mogelijk. Deelname is helaas niet mogelijk voor mensen



Vrijwilligers gezocht

De 'sporthuiskamer' zoekt ook vrijwilligers. Een gastvrouw- of heer die de deelnemers verwelkomt en wegwijs maakt, iemand die voor een kopje koffie of thee zorgt, iemand voor hand- en spandiensten en iemand die meehelpt met de maaltijd en het opruimen daarna. Nieuwsgierig geworden? Kom dan op maandagochtend om 10.00 uur langs bij de hockeyclub, Oosterplasweg 35, om eens een kijkje te nemen en kennis te maken. Vind je het wat lastig om alleen te komen, vraag je buurvrouw, vriendin of familielid mee. Hoe meer zielen, hoe meer vreugd.

Voor meer info: rebeccavanbezooijen@farent.nl ◆

Helpt van inwoners Oost heeft overgewicht.

De gezondheidsmonitor van de GGD is gebaseerd op een landelijke vragenlijst, verspreid onder inwoners over: gezondheid, welzijn, leefomgeving en leefgewoonten.

Uit deze monitor blijkt dat de helft van de volwassenen in Noord-Brabant overgewicht heeft. Dit geldt ook voor de inwoners van 's-Hertogenbosch en de inwoners van Oost. Een zorgwekkend cijfer. Bij de 65 t/m 74 jarigen is dit zelfs drie op de vijf mensen. Van de mensen met Corona, die op de IC terechtkomen, heeft een groot deel overgewicht.

Een van de manieren om overgewicht tegen te gaan is bewegen. In onze wijk voldoet 48% van de volwassen inwoners aan de eis om zich ten minste 2,5 uur per week matig intensief in te spannen en tenminste twee keer per week spier- en botversterkende activiteiten te doen (bron: Brabantstat).

De sporthuiskamer bij de hockeyclub is voor onze wijk dus niet bepaald overbodig om ouderen aan het bewegen te krijgen. (Zie verder artikel op deze pagina) ◆



in een rolstoel, die niet zelfstandig naar het toilet kunnen. Dit komt omdat er geen professionele zorg beschikbaar is. Dit geldt ook voor het toedienen van medicatie. Kunt u niet zelfstandig met eigen vervoer

komen, dan kunt u gebruik maken van een regiotaxi. Vraag bij Farent hulp voor het regelen van vervoer, mocht dat nodig zijn. Er is voldoende gratis parkeergelegenheid bij het clubhuis. ◆



'Rookvrij! Ook jij?'



Wil jij ook graag stoppen met roken? Doe mee met Stoptober; 28 dagen niet roken in oktober. Meld je aan via www.stoptober.nl.

Kun je wel wat hulp bij het stoppen met roken gebruiken? Meld je aan voor de groepstrainingen in de wijk. Dit is een bewezen effectieve training, 80% is na afloop daadwerkelijk gestopt.

De training bestaat uit zeven bijeenkomsten van anderhalf uur onder begeleiding van een zorgprofessional en wordt volledig vergoed door 95% van de zorgverzekeraars. De training start op 13 oktober.

Tijd: 19:00 - 20:30 uur Locatie: Plein Oost, Van Broeckhovenlaan 4a - Den Bosch Ga voor aanmelden en meer informatie naar: www.rookvrijookjij.nl / info@rookvrijookjij.nl of bel naar 076 - 88 951 95 ◆



UW VERLOSKUNDIGE BIJ U IN DE BUURT.
ONZE PRAKTIJK; 2 VERLOSKUNDIGEN, 4 LOCATIES, VEEL AANDACHT!



MARIAN CORTÉ & JEF MENNENS

Spreekuren op verschillende locaties! Ook op Oost: Van Broeckhovenlaan 6 - T 073 644 47 48

Nieuws van de Oosterhoeve

Kinderboerderij Oosterhoeve heeft onlangs afscheid moeten nemen van een van haar mar-kantste bewoners. Ons paard Joël is op 30-jarige leeftijd overleden. In mei vierden we met vrijwilligers en bezoekers zijn 30ste verjaardag en waren we verbaasd hoe goed hij er nog uitzag voor zijn leeftijd. Helaas heeft hij in de vroege ochtend van 29 juli inwendig letsel opgelopen, waarna hij binnen enkele uren is gestorven. Liefdevol omringd door zijn verzorgers.

Het leven gaat door en zo kwamen eind augustus Saskia en Pleun: twee nieuwe ezels. Ze zijn al aardig ingeburgerd, kom gerust eens kijken. Ze mogen niet gevoerd worden door bezoekers omdat ze een zeer sober menu gewend zijn en ziek worden als daarvan



wordt afgeweken. Over het voeren gesproken: veel omwonenden doen dat. Sommigen al tientallen jaren lang. Maar brood en andere menselijke etenswaren, blijken helemaal niet gezond te zijn voor dieren. We willen geen borden ophangen met 'verboden te voeren' want wij vinden de getoonde betrokkenheid van bezoekers ook heel erg belangrijk. We willen U wel dringend vragen om alleen (niet beschimmeld) groenten- en fruitafval te geven. Heeft u brood, breng het dan binnen, dan kunnen wij het aan de kippen geven, want die mogen het wel. Er hangen ook bordjes op het terrein, waarop u kunt lezen waar u



onze dieren blij mee kunt maken. Nog een opvallend dier was de kleine pony Najim, het weesje dat zonder paarden om zich heen was opgegroeid, waardoor hij geen goed paardengedrag had kunnen aanleren. Nadat hij een hele periode zowel mensen als dieren had aangevallen en gebeten, hebben wij een andere, betere plek voor hem gevonden tussen andere pony's. Het ging al snel heel goed met hem. Op 27 oktober hebben wij een kinderactiviteit.

Houdt u Facebook en Instagram in de gaten, nadere informatie volgt. Graag tot ziens op de Oosterhoeve, IJsselsingel 1, tel. 0623910121

50+ koor op zoek naar leden.

We mogen weer samen zingen. Heeft u dit ook zo gemist? Bij voldoende belangstelling starten wij in Wijkcentrum De Stolp een 50+ Vocals koor. Tijdens de repetitie worden de liedjes samen ingestudeerd onder leiding van onze enthousiaste dirigent Erik.



Je kunt thuis oefenen met oefentracks, inzingbestanden en partituren die je na betaaling van de contributie kunt vinden op de website. Het repertoire is gevarieerd. Onze talentvolle dirigent Erik Fortier maakt arrangementen op maat: pop rock, ballads en Nederlandse muziek van vroeger en nu. Ons doel is om een mooie koorklank te creëren. Een goede sfeer met oog

en oor voor elkaar vinden wij heel belangrijk. Natuurlijk gaan we ook optreden en gaan op aanvraag meedoen aan verschillende evenementen. We repeteren op maandag van 13.30 tot 15.30 In De Stolp, Rijnstraat 497 Meer informatie? Bezoek onze site! www.Zing4all.nl

Activiteiten Buurthuis Graafsewijk Noord



BEWEEG U FIT:

Maandag 13.00u – 14.00u Gym
Maandag 14.00u – 15.00u Gym
De lessen zijn speciaal voor mensen van 65 jaar en ouder en gericht op het verbeteren van conditie en spierkracht.
Dinsdag 11.00u – 12.00u Yoga
Binnen de groepen zijn nog enkele plaatsen vrij.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met het servicepunt Sport en Bewegen 073: 615 97 77

LOSSE ACTIVITEITEN

(Raadpleeg onze website voor actuele informatie: www.graafsewijknoord.nl)

OKTOBER:

Vrijdag 01 oktober Kaarten inschrijving vanaf 19.30 u
Zaterdag 02 oktober Dierendag* aanvang 10.30 u
Zaterdag 16 oktober Disco thema Halloween 18.30 u – 20.00 u



NOVEMBER:

Vrijdag 05 november Kaarten. Inschrijven vanaf 19.30
Zaterdag 06 november Halloween speurtocht * Aanvangstijd zie website
Zondag 21 november Sinterklaas* 13.30 u – 15.30 u
Zaterdag 27 november Kokkerellen* 14.00 u – 15.30 u
* voor deze activiteiten dien je je vooraf op te geven bij: Anja Baudoin, Elzenstraat 17, tel: 073 – 614 40 70

DANSGROEPEN VAN BUURTHUIS GRAAFSEWIJK NOORD

Maandag 18.30u – 19.30u Steps

Volwassenen
Maandag 19.30u – 20.30u Zumba
Volwassenen

DANCE FOR KIDS

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 Kom één keer meedoen met een gratis proefles. Graag vooraf aanmelden via Liesbeth Horsen 06- 30 88 57 42

'Fijn om bewoners een moment van vreugde te geven'

Meer dan 45.000 mensen zijn vrijwilliger in 's-Hertogenbosch. Zij zijn bijvoorbeeld trainer bij de sportclub of wandelen met de buurvrouw. Of houden ze samen met burens de wijk schoon. Samen maken deze vrijwilligers het verschil in het leven van heel veel mensen, ook in Oost. De gemeente 's-Hertogenbosch draagt vrijwilligers daarom op handen. Een van hen is Ineke. Ze is al dertien jaar vrijwilliger bij Van Neynsel.



vreugde heb mogen geven."

GOUD WAARD

2021 is het Jaar van de Vrijwilliger. De gemeente 's-Hertogenbosch wil alle Bossche vrijwilligers daarom extra in het zonnetje te zetten. Wethouder Ufuk Kâhya is trots op Ineke en alle andere vrijwilligers die een steentje bijdragen aan het welzijn van anderen. Hij vertelt: "De inzet van vrijwilligers wordt vaak als 'normaal' gezien, maar dat is niet zo. Het kost tijd en energie. Door de inzet van vrijwilligers maken we meer mogelijk voor anderen. Ik kies-ter alle uitgestoken handen, ze zijn goud waard in onze gemeente." Bent u benieuwd wat u voor anderen kunt betekenen? Kijk dan op www.galant.nl voor de mogelijkheden bij u in de buurt.

MET EEN GLIMLACH NAAR HUIS

Ineke werkt op de locatie Eemwijk. Een fijne plek in de AA-wijk, dicht bij de Oosterplas. De elf bewoners zijn dementierend. Ze wonen in een kleinschalige woonvorm. Ineke vertelt: "Ik ga graag met een van hen wandelen langs het water. Dat is een fijn moment om samen de natuur te beleven. Bij slechter weer spelen we binnen Rummikub, Scrabble of een spelletje aan de Belevenistafel. Als mijn werk klaar is, ga ik met een glimlach op mijn gezicht naar huis. Blij dat ik de bewoners een mooi moment van



Wordt Hintham-Zuid aardgasvrije koploper en gaat het Hinthamerpark op eigen tempo door?

door Tjeu Cornet

Op 5, 6 en 7 november vindt in de hele stad het Duurzaam Weekend plaats. Gemeente, bedrijven, kennisinstellingen en enthousiaste bewoners laten zien hoe zij bezig zijn de stad te verduurzamen en te vergroenen. Kijk voor het volledige programma op 'Duurzame Week/agenda Den Bosch'. In Hintham presenteert bewonersinitiatief 'Duurzaam Hintham' zich op zondagmiddag 7 november met een stand in of bij de Biechten. Met een toekomstbeeld voor Hintham-Zuid.

Met miljoenen aan rijkssubsidie in het vooruitzicht lijkt Hintham-Zuid

de perfecte kandidaat om snel een duurzame buurt te worden. Op dit moment werkt Duurzaam Hintham samen met de gemeente aan een subsidieaanvraag. Als het geld er komt kan Hintham-Zuid al in 2030 helemaal aardgasvrij zijn. De andere buurten in Hintham, waaronder het Hinthamerpark, gaan in hun eigen tempo verder. En leren van wat er een paar honderd meter verderop gebeurt...

EEN TOEKOMSTBEELD

Sluit je ogen en stel je voor: In 2030 is Hintham-Zuid helemaal aardgasvrij. De woningen zijn zo goed geïsoleerd dat zij met warm water eenvoudig kunnen worden verwarmd. Het water is afkomstig van een bedrijf op industrieterrein De Brand. Een datacenter koelt daar grote servers en produceert dus (rest)warmte. Het water dat daarmee verwarmd is, wordt met een pijpleiding naar Hintham-Zuid vervoerd en via een warmtenet verdeeld over de woningen. Warmtepompen brengen het water op temperatuur voor de verwarming en het tapwater in de woningen. Mocht op enig moment de aanvoer van warmte door het datacenter stoppen, dan schakelt de buurt over op warmte uit het water van de Aa en de Oosterplas.

De warmte wordt uit het water gehaald en via hetzelfde warmtenet naar de woningen geleid. Zogenaamde pvt-panelen (een combinatie van zonnepanelen en -collectoren) op de daken zorgen voor extra energie.

duurzaam hintham

HAALBAAR

Dit toekomstbeeld is een droombeeld, maar het lijkt haalbaar. Dat komt doordat Hintham-Zuid een bijzondere buurt is. Op een betrekkelijk klein oppervlak staan veel woningen, deels hoogbouw. Veel woningen zijn bovendien van dezelfde soort. Uit onderzoek blijkt dat deze woningen na isolatie geschikt zijn voor aansluiting op een warmtenet. Omdat het water ook voor koeling kan zorgen, verbetert het wooncomfort ook in de zomer. En wat de huurwoningen betreft: Woonstichting JOOST wil haant woningen in de buurt de komende jaren renoveren en isoleren. JOOST overweegt om haar woningen aan te sluiten op het warmtenet.

SUBSIDIE

Deze bijzondere samenloop van omstandigheden in Hintham-Zuid heeft geleid tot een bijzondere stap. Bewonersinitiatief Duurzaam Hintham bereidt een subsidieverzoek voor, dat de gemeente zal indienen bij het (rijks) Programma Aardgasvrije Wijken. We zijn daar nog druk mee bezig, samen met andere partijen. En het duurt zeker nog een half jaar voordat de uitslag er is. Maar een ding is zeker: met een forse rijkssubsidie zou het toekomstbeeld zomaar werkelijkheid kunnen worden. En zonder subsidie? Duurt het in ieder geval langer!

MEER WETEN?

Bezoek onze stand tijdens Duurzaam Weekend of mail naar info@duurzaamhintham.nl



Wijkgericht

Wijkgericht Werken Oost/Hintham, september 2021
Editie Wijkkrant Oost

Word ook kunstenaar!

In de herfstvakantie (23-31 oktober) heb je de mogelijkheid om een beroemd kunstenaar te worden. Want in die week wordt één van de lelijkste muren van Oost (de tunnel bij de Lambooybrug / Maastrichtseweg) omgetoverd tot een waar kunstwerk. Wil je meedoen? Stuur dan een mail naar janhenk@kingsofcolors.com. Dan ontvang je vanzelf verdere informatie.

Een graffitiwand leeft, je voelt dat er met passie aan is gewerkt. Mijn liefde voor straatkunst en straatcultuur is de basis. Kunst verbindt, daar ben ik van overtuigd. Vooral rauwe kunst, op straat gemaakt. Als ik met een spuitbus bezig ben, wekt dat nieuwsgierigheid op. En dat is precies wat ik wil: een verhaal vertellen door middel van een spuitbus

Jan-Henk van Ieperen

**KINGS
OF
COLORS**



Het ontwerp is een combinatie van de eeuwenoude traditionele Japanse vouwkunst "origami" en hedendaagse Street Art. De muurschildering maakt het aan het oog onttrokken onderwaterleven in de Zuid-Willemsvaart zichtbaar. Een ontwerp wat past bij de omgeving. Met deze muurschildering krijgt de Burgemeester Lambooybrug kleur en een eigen identiteit.

Open dag op BBS Aan de Aa op 15 oktober 2021 van 14 tot 17 uur.

De Brede Bossche School (BBS) is meer dan alleen een school.

Op de BBS kook, eet, knutsel, naai of dans je samen met andere buurtbewoners. Of je drinkt er gewoon een kop koffie. Die staat voor je klaar! Er is altijd wat te doen! De BBS is er voor iedereen van 0 tot 99 jaar. Kom op 15 oktober tijdens de open-dag zélf kijken. En doe meteen mee met de gratis bingo! Nadere informatie volgt nog. Maar noteer de 15e alvast in je agenda. Tot dan!



Begin oktober komt er een Teqball table bij het CruyffCourt!

Met deze tafel kan je pingpongen met je hoofd en een voetbal. Het is een van de meest opkomende sporten van het jaar!



Doe je ook mee? Want samen zien we meer!

's-Hert  bosch

Samen maken we Oost veiliger

Verbeteren van de veiligheid en de veiligheidsgevoelens van inwoners. Voor iedereen een groot goed om prettig te wonen. Dit vraagt om maatwerk per wijk. We gaan hiermee aan de slag met inwoners en organisaties in de wijken Zuid, Oost en Hintham. We deden dit al eerder in andere wijken.

Burgemeester Jack Mikkers: "We willen graag van inwoners horen hoe zij tegen de veiligheid in hun eigen omgeving aankijken. Onze kennis op het gebied van veiligheid combineren we met de ervaringen van inwoners. Dat is belangrijk, want samen werken we aan een veilige en prettige omgeving."

Vragenlijst

We nodigen inwoners uit om een korte vragenlijst in te vullen. Deze staat op www.s-hertogenbosch.nl/veiligheidsplan.

Alle wijken en dorpen

Het onderzoek start op 20 september 2021. Van 2019 tot 2022 werken we in alle wijken en dorpen aan een veiligheidsplan op maat.



Kijk eens op www.s-hertogenbosch.nl. Hier is veel informatie te vinden over je wijk. Heb je vragen, neem dan contact op met de wijkmanager: Paul Hilgers, tel. 073 615 9119 of mail naar wijkgerichtwerken@s-hertogenbosch.nl.

Achter de voordeur:

door Maria Hornman

Cor Lantinga (64) woont al ruim 15 jaar samen met 13 andere bewoners in de Javastraat in een begeleid wonen voorziening van Humanitas Dmh. Veertien mooie, lichte wooneenheden met een zojuist helemaal opgeknapte grote gemeenschappelijke ruimte achter een gemeenschappelijke voordeur. Cor woont er zo zelfstandig mogelijk, met de nodige begeleiding. Die is 24 uur per dag aanwezig. Na een wat verlegen begin en wennen aan elkaar, raakt Cor steeds meer op zijn gemak en begint enthousiast te vertellen over zijn interesses en bezigheden

Cor is het meest in zijn hum wanneer zijn leven in een vast en voorspelbaar ritme verloopt. Hij werkt twee dagen in de week bij de buurtsuper in de Maliskamp en een dag in de week bij inHout in St. Michielsgestel, een houtwerkplaats voor mensen met een beperking. Daarvoor heeft hij tien jaar bij de Sligro gewerkt. Dat vond hij ook leuk maar hier werkte hij veel alleen en had wat minder begeleiding. Dat is nu veel beter. Bij inHout worden dingen in opdracht gemaakt. Vaak van steigerhout zoals tuinmeubilair

en vogel-huisjes.

Cor: 'We doen hier alles samen en als er iemand bij is, mag ik ook aan de zaagmachine'.

EIGEN BOWLINGBAL

Volgens begeleider Marjolein Bullens is Cor een harde werker, die het liefst ook in zijn vrije tijd zou willen doorwerken. Ook in het weekend staat Cor vroeg op en gaat dan maar een wandeling maken. Deze dagen zonder werk hebben eveneens zoveel mogelijk structuur. Op donderdag gaat Cor met een vrijwilliger wandelen en op zondagmiddag is hij altijd aan het bowlen. Hij heeft sinds kort een eigen bal. Cor: 'Bowlen heb ik van Jan de bowlingbaas geleerd. De vorige keer had ik 330 punten en dat is best veel'.

Ik merk dat Cor veel details weet van de geschiedenis van de tweede wereldoorlog zoals de slag bij Arnhem en Anne Frank. Dat blijkt zijn bijzondere belangstelling te hebben. 'Een brug te ver' is zijn lievelingsfilm, maar hij is ook helemaal fan van James Bondfilms. In zijn eigen woonkamer hangt een

Bij:

COR LANTINGA



grote poster van Sean Connery, als James Bond. Dat is zijn favoriete acteur. Cor weet te vertellen dat binnenkort de nieuwste Bondfilm in première gaat, na twee keer uitstel door Corona. Hij kan niet wachten om er heen te gaan. Dat doet hij meestal met zijn broer of zus, die allebei dicht in de buurt wonen.

LID VAN DE CLIËNTENRAAD

Begeleider Marjolein herinnert Cor aan iets waar hij ook aan deelneemt en dat is de Cliëntenraad. Tijdens de vergaderingen komen allerlei zaken aan bod die te maken hebben met het leven en wonen aan de Javastraat. Zo hebben de bewoners de mogelijkheid tot invloed en medezeggenschap. Op de vraag of

er goed naar hem geluisterd wordt in de Cliëntenraad, reageert Cor meteen met een duidelijk 'Nee'. Oei, dat is even schrikken maar al snel blijkt dat Cor ermee bedoelt dat hij niet altijd de kans krijgt om uit te praten en dat anderen hem in de rede vallen. Tijdens ons gesprek moet Marjolein enkele keren de deur uit omdat er een beroep op haar wordt gedaan door een van de andere tien bewoners of omdat er iemand aan de voordeur staat. Ze is op dat moment de enige begeleider. Een situatie die regelmatig voorkomt en dat is best pittig, geeft ze toe. Maar zo te merken heeft ze alles goed onder controle. Je voelt dat ze veel hart heeft voor dit werk. Marjolein: de diversiteit van de bewoners hier is groot. De leeftijd varieert tussen de 45 en de 65 en de situatie en problematiek van elke bewoner is verschillend. De Coronatijd was lastig voor ons. Niemand kon naar z'n werk en er mocht ook geen bezoeken komen. Bewoners hadden ineens veel meer met elkaar te maken, de vaste structuur en tijdsbesteding viel weg en dat leidde wel eens tot spanningen.

KWALITEIT VAN LEVEN

Samen met familie en ongeveer

acht vrijwilligers werken de begeleiders hard om voor alle bewoners de kwaliteit van hun leven zo hoog mogelijk te houden. Er is ook een huishoudelijke dienst die onder meer de maaltijden verzorgt. Marjolein: 'In principe kan iedereen hier blijven wonen, ook als hij of zij ouder wordt. We hebben alleen geen verpleegkundige kennis in huis. Soms wordt een situatie onhoudbaar, zoals met een bewoner die dementie krijgt met moeilijk gedrag. Dan moeten we een andere oplossing zoeken, omdat de impact op de andere bewoners anders te groot wordt. Ook het overlijden van een bewoner brengt veel teweeg onder de bewoners.'

NIET MET PENSIOEN

Hoewel Cor met zijn 64ste nog maar enkele jaren van zijn 'officiële' pensioenleeftijd afzit, hoeft hij niet te stoppen met werken en mag hij lekker doorgaan. Op het laatst maken we nog een foto voor bij dit stukje en laat Cor mij trots zijn gezellige appartement zien. Vol met dierbare spulletjes, cd's, films en legpuzzels. De bank is de mooiste plek voor wat foto's en Cor kiest er een die hij goed genoeg vindt om in de krant te plaatsen. ♦



Tuinvereniging Oosterplas

Door: Marjan Vonk

Afscheid.

Het is najaar op de tuin. De meeste oogst is binnen. We nemen afscheid van het seizoen. Maar voor mij is het niet alleen afscheid van het oogstseizoen, het wordt ook afscheid nemen van onze tuin en van u, lezer van Wijkkrant Oost. Wij gaan verhuizen naar een dorp in de buurt van Arnhem. Dat betekent dat wij, met pijn in het hart, de huur van onze moestuin hebben opgezegd. Voor deze kookrubriek heb ik jammer genoeg geen opvolger gevonden. We zijn nu druk bezig de laatste oogst te plukken en de tuin klaar te maken voor de tuinder die onze tuin over zal nemen. Van de laatste bonen maak ik een maaltijdsalade.

Salade Niçoise
Sperziebonen zijn de basis van salade Niçoise, samen met vis en ei. Er zijn veel verschillende recepten, zowel met pasta, met aardappel als met stokbrood. Dat maakt dat je er gemakkelijk een eigen variatie van kunt maken. Mijn favoriete recept is niet, zoals gewoonlijk met tonijn, maar met sardines.
Nodig voor 4 personen:
500 gram sperziebonen
Snuffje zout

twee eieren
500 gram gegaarde minikrieltjes
braadboter
250 gram cherrytomaat
twee blikjes sardines in zonnebloemolie
twee tenen knoflook
kleine ui
vier eetlepels honing-mosterd dressing
125 gram olijven

Bereiding:

Breek de sperziebonen in stukjes van ca. 3 cm en kook ze met wat zout ca. 12 minuten. Giet de bonen af en laat uitlekken. Kook de eieren hard en snijd ze in partjes. Bak de minikrieltjes in braadboter en laat ze afkoelen. Halveer de tomaatjes. Laat de sardines uitlekken en snijd ze in stukken. Snijd de ui in ringen en pers de knoflook uit. Meng de bonen, olijven, tomaat, sardines, ui, knoflook, aardappelen en de dressing, breng op smaak met peper en zout. Garneer de salade met partjes ei en serveer deze salade lauwwarm. Lijkt tuinieren u ook leuk? Zelf groente, kruiden en bloemen telen? Kijk dan op onze website: tuinverenigingooosterplas.nl. of bel voor informatie Wilma Buijs, tel. 06 27890368; e-mail gowidejo@kpnmail.nl. De tuinen liggen aan de Oosterplasweg nr. 49. U kunt daar overdag, als het hek open is, een kijkje nemen. ♦



De taart voor Marjan Vonk

RUBRIEK

BEDANKT

De taart als bedankje is deze keer voor Marjan Vonk namens de Wijkkrant. Het is, zoals Marjan zelf schrijft, de laatste keer dat u een recept van haar krijgt. Zoals altijd gecombineerd met een sfeervol en informatief verhaal, waarin een bepaalde groente de hoofdrol speelt.

Vanaf november 2016, bijna vijf jaargangen, stuurde Marjan haar stukjes in. We hebben Marjan met een smoesje naar de tuinvereniging gelokt. Ze was heel verrast toen die 'smoes' dus 'de bedanktaart' betrof. Mieke Verberne heeft deze namens de wijkkrant overhandigd. Enkele aanwezige leden van de tuinvereniging vin-

den dat Marjan de taart echt verdient. Zij doet namelijk nog veel meer voor de vereniging. Ze helpt met het organiseren van open dagen, met het maken van een rooster voor het kantinebeheer en ze verricht daarnaast nog allerlei hand- en spandiensten. Zij is een van die onmisbare mensen die zorgen dat een vereniging kan blijven bestaan. Nu gaat ze verhuizen en is het loslaten van al die activiteiten onvermijdelijk. De stukjes van

Marjan in de wijkkrant, brachten de tuinvereniging in beeld bij de wijkbewoners en dat leverde ook nog eens nieuwe geïnteresseerden op. Helaas is het Marjan niet gelukt een opvolger te vinden, dus zullen we zelf op zoek gaan naar nieuwe receptenschrijvers.

Marjan, dank voor je mooie bijdragen aan onze krant en het ga je goed in je nieuwe huis. ♦

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

Dank-je Wel

Bakkerij van Doorn
bijzonder lekker!