

Wijkkrant Oost

DE WIJK WAAR DE ZON OPKOMT

EN
VERDER

3



Wijkwerkers en politie samen de wijk in

4



Groep Acht Rondeel naar Tweede kamer

5



Samen Beter voltooit Diabetes Challenge

7



Hoe gaat het met ons? Wijk- en Buurtmonitor

8



Achter de voordeur met Dora Triebel

Boschgaard: ambitieus plan voor 'de oude Patio'

De huidige bewoners van de Patio bij het van Roosmalenplein hebben samen met eigenaar: woningbouwvereniging Zayaz een ambitieus plan ontwikkeld. De komende maanden wordt een haalbaarheidsonderzoek gedaan. Dit plan heeft de mooie naam 'Boschgaard' gekregen. Het voormalige gemeenschapshuis en huidige onderdak van Stichting Transfarmers gaat plaatsmaken voor een pand waar wonen, buurtwerk en stadslandbouw gecombineerd gaan worden. Met gebruikmaking van vernieuwende, duurzame technieken, zodat het hele project een echt groen en dus milieuvriendelijk project wordt.

GROEPSWONEN

Een onderdeel van het plan is ruimte bieden aan gemeenschappelijk wonen. Dit houdt in dat bewoners be-



paalde voorzieningen en ruimtes met elkaar delen. Om elkaar te kunnen ontmoeten en samen te kunnen werken maar ook om energie te besparen. Het plan omvat negentien woningen. Toekomstig bewoner Jochem: 'We willen zoveel mogelijk het beheer van het pand in eigen hand houden en het pand ook zelf onderhouden. We kijken op dit moment met Zayaz hoe we hieraan vorm kunnen geven.'

DUURZAAM

Het doel is het nieuwe pand zo energiezuinig en milieuvriendelijk mogelijk te maken. Jochem: 'We denken aan het zelf opwekken van groene stroom en aan gasloos en nul-op-de-meter. Maar we gaan ook kijken naar energiebesparende manieren om te isoleren en te ventileren. Om al tijdens het bouwen rekening te houden met het milieu hebben Boschgaard en Zayaz architectenbureau Superuse in de arm genomen. Zij hebben zich gespecialiseerd in het bouwen met gerecyclede en duurzame materialen. Superuse gaat

samen met de initiatiegroep bekijken welke materialen verwerkt kunnen gaan worden in het ontwerp.'

ACTIVITEITEN TRANSFARMERS

De initiatiegroep Boschgaard wil met het nieuwe plan de huidige activiteiten van de Stichting Transfarmers verder uitbreiden. Albert van Transfarmers: 'Al ruim zes jaar runnen wij stadslandbouwproject de Graafse Akker achter het pand. Samen met buurtbewoners telen we groenten en proberen we de buurt groener te

BELANGSTELLING VOOR INFORMATIE BIJENKOMST BOSCHGAARD

maken. We ondersteunen onder meer andere groeninitiatieven in de buurt, geven workshops en bieden dagbesteding aan. Met onze ongedwongen sfeer hebben we een positieve invloed op de buurt.' Naast woningen worden daarom een ontmoetingsruimte voor de buurt, een buurtwerkplaats en een keuken onderdeel van het project.

RUIMTES VOOR DE BUURT

De ontmoetingsruimte zal een aantal

dagen per week open zijn en ruimte bieden aan buurtinitiatieven zoals leesclubs, spelletjesavonden of handwerkmiddagen. Ook zal hier gelegenheid zijn voor culturele activiteiten zoals muziek, theater, film of lezingen. De keuken zal gebruikt worden voor activiteiten in de ontmoetingsruimte, kookworkshops en het verwerken van de groenten oogst uit de tuin. De buurtwerkplaats wordt een laagdrempelige plek voor buurtbewoners. Daar is allerlei gereedschap aanwezig is en genoeg ruimte om een klus te kunnen doen. Inclusief begeleiding als daar behoefte aan is. Het geheel gaat een fijne, open sfeer krijgen. Boschgaard wil een initiatief zijn zonder winst oogmerk, waar iedereen terecht kan. Echt een plek waar van alles kan, en waar buurtbewoners de mogelijkheid krijgen hun talenten en ambities te gebruiken en te ontwikkelen ●



Hoe goed kent u uw eigen wijk?



Het gebouwtje uit Wijkkrant nummer 4 is het clubhuis van de modelbotenclub Titanic aan de

Oosterplas. Lees hier meer over op pagina 3.



Hierbij een nieuwe 'onbekende' plek: **wat is dit en waar ligt dit?**

MAIL NAAR:
redactie@wijkkrantoost.nl
als u het weet! ●

Wijkkrant niet in de bus gekregen?

Is de wijkkrant niet bij u bezorgd tussen 24 en 29 november? 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 ●

Vrijwilligers gevraagd

Wijkwerkplaats Oost zoekt ervaren timmerman

Het gaat prima in de wijkwerkplaats Oost. In de afgelopen periode hebben we weer drie nieuwe vrijwilligers mogen begroeten.

TOCH DOEN WE BIJ DEZE NOG EEN OPROEP:

Wij zijn nog op zoek naar een ervaren timmerman die ons machinepark kan bedienen en die mensen met een beperking mooie houten voorwerpen kan helpen maken. Zij mogen bijvoorbeeld zelf geen zaagmachine bedienen. Dat moet voor hen gedaan worden. Deze vrijwillige timmerman moet bereid zijn om enkele uren per week in de werkplaats aanwezig te zijn. Bent U zo iemand loop dan eens binnen aan de van Broeckhovenlaan 4a ingang B. liefst op dinsdag of donderdag, dan is er iemand aanwezig die U een rondleiding kan geven, en

het wel en wee van Wijkwerkplaats Oost kan vertellen. Wilt u een eerste indruk krijgen? Kijk dan op onze

www.wijkwerkplaatsoost.nl



Dit is de Laatste wijkkrant van dit jaar dus het is wel vroeg, maar wij wensen alle lezers van de wijkkrant en alle wijkbewoners op Oost een goed uiteinde en vooral een gezond 2018.

Loop bij ons eens binnen en U vindt Klaasjes Snuffelhoek
Houtwerkplaats
Creatief atelier
Reparatie werkplaats voor rollators en rolstoelen
Een gezellige keuken
En vooral veel saamhorigheid.



GROENE VINGERS EN HANDIGE HANDEN GEZOCHT

Jacqueline Zoomers is als vrijwilliger verantwoordelijk voor het onderhoud van de tuin bij het Vicki Brownhuis. Het blijkt echter meer werk dan ze ingeschat had en daarom kan ze wel wat hulp gebruiken. De tuin is vorig jaar aangelegd en dus nog niet vol gegroeid. Vandaar dat er veel onkruid opkomt en het onderhoud veel tijd kost. Zij zou al heel erg geholpen zijn als iemand een paar uurtjes in de twee weken zou kunnen komen schof-

felen. Maar als die persoon ook nog wat adviezen kan geven dan is ze helemaal blij. Bent of kent u zo iemand bel Jacqueline dan. Zij is bereikbaar op tel. nr. 0613379269. Het Vicki Brownhuis is ook nog dringend op zoek naar een mens die een terras aan kunnen leggen. Er is ruimte voor, de stenen die nodig zijn liggen klaar, nu nog twee of meerdere vrijwillige handen die van die stenen een mooi terras kunnen maken. Ook voor deze klus kunt u Jacqueline bellen.

GASTVROUW OF –HEER BIJ HET VICKY BROWNHUIS

Het Vicki Brownhuis is op zoek naar nieuwe gastvrouwen en gastheren vanaf 18 jaar. Heb jij belangstelling en ben jij minimaal een dagdeel per week beschikbaar? Stuur je CV en motivatie naar Jacqueline Crooijmans op j.crooijmans@vbrownhuis.nl of 073-6148550.

Het Vicki Brownhuis staat open voor iedereen die met kanker in aanraking komt, of is geweest, voor de partners, kinderen en jongeren, familieleden, nabestaanden en andere betrokkenen. Want kanker heb je niet alleen. In het inloophuis vind je een luisterend oor, voorlichting, contact met lotgenoten, verwendagen, creatieve activiteiten, interessante lezingen en nog veel meer. Het Vicki Brownhuis is van maandag t/m donderdag geopend van 9:30 tot 16:30 uur en op vrijdag van 9:30 tot 13:00u. Kijk voor de verschillende activiteiten en workshops voor mannen, vrouwen en kinderen op www.vbrownhuis.nl. Het Vicki Brownhuis is gevestigd in Den Bosch, Aartshertogenlaan 469, achter het gebouw van Brabant Wonen, het voormalige belastingkantoor. ●



van harte welkom! Vriendendienst 's-Hertogenbosch is een maatjesproject dat onderdeel uitmaakt van Reinier van Arkel. Als vrijwilliger kunt u rekenen op boeiend vrijwilligerswerk, professionele begeleiding en goede reiskostenvergoeding.

Meer informatie:
vrijwilligerswerk@reiniervanarkel.nl
of bel: 06-15200365 ●



Stralende Verwendag

Tijdens de maandelijkse verwendag van het Vicki Brownhuis in september zijn negen gasten van het Vicki Brownhuis hartelijk ontvangen door Salon Figaro in Rosmalen. Deze negen vrouwen hebben allemaal te maken met kanker.

Met koffie, een speciaal Vicki Brownhuis-gebakje en overheerlijke bonbons, verzorgd door Cappuccino uit Rosmalen, maakten de dames kennis met elkaar. Perry Lans, eigenaar van Salon Figaro, bood op deze verwendag een geheel verzorgde metamorfose voor haarcoupe, make-up en nagels aan. Wat betreft de kapsels koos de een voor een andere kleur met highlights en een ander voor 'slechts' een mooie styling. Perry en zijn team namen dit deel van de metamorfose voor hun rekening. Volgens heeft Anouska van BellaCura

de make-up verzorgd en iedereen de gewenste look gegeven. Om het geheel af te maken werden ieders nagels mooi verzorgd en gelakt door Jolanda Sunnotel van praktijk Kaaie Paole. Tussen al deze behandelingen was er een heerlijke en luxe lunch, bereid door Bocconi Catering. In de vorm van een groot buffet met overheerlijke hapjes. Aan het eind van de dag was er een groep stralende dames te zien. Perry serveerde een glas bubbels om deze luxe verwendag feestelijk en toastend af te sluiten.

Heel veel dank aan Perry, Astrid, Felicia, Amber en Avelon van Salon Figaro, visagiste Anouska, nagelstyliste Jolanda, Wilma van Cappuccino voor koffie en gebak en Marietje van Bocconi Catering. Zij hebben deze dag mogelijk gemaakt samen met het verwenteam van het Vicki Brownhuis: Anny, Liesbeth en Petra! ●

Vrijwilliger bij Eemwijk: wat is uw talent?

Bent u al eens binnen geweest bij Van Neynsel Eemwijk? Misschien voor een kopje koffie in het grand café, of voor een potje biljart? Dan heeft u misschien de ontmoetingsruimte gezien, die ingericht is in jaren 50 en 60 stijl. In deze prachtige ruimte organiseren wij veel activiteiten voor onze bewoners. Iedere dag wordt daar volop gebruik van gemaakt.

VRIJWILLIGER BIJ GREVELINGEN-GEN



Ook voor onze locatie de Grevelingen zijn we op zoek naar vrijwilligers. Hier zoeken we vooral vrijwilligers die de bingo op woensdagavond eens per maand willen draaien. Getallen omroepen, maar ook helpen bij de horeca rondom de bingo. Ook het vrijwilligersteam van het winkeltje zoekt voor de donderdagochtend een vrijwilliger.

WAT IS UW TALENT?

Van Neynsel zoekt mensen die hun talent willen inzetten voor ouderen, zodat ook zij hun hobby's kunnen blijven uitoefenen. Van klassieke muziek, kleuren en bingo, tot schilderen of wandelen langs de Oosterplas of de Aa. Er is zo veel mogelijk. Wat doet u graag?

Voor meer informatie:
neem contact op met Jacqueline Cornelissen 06-11434819 of j.cornelissen@vanneynsel.nl ●

Workshops voor vrijwilligers

Bent u vrijwilliger of actieve bewoner? Wilt u graag uw werk als vrijwilliger zo goed en prettig mogelijk blijven uitvoeren en wilt u misschien op bepaalde gebieden uw kennis en vaardigheden ontwikkelen? De VrijwilligersAcademie073 ondersteunt u door het aanbieden van diverse workshops. Zo kunt u op 17 januari 2018 deelnemen aan de workshop 'In Dialoog'. Hierover kunt u meer lezen op onze website. Regelmatig leest u daar ook informatie over nieuwe workshops.

Wilt u meer weten over de VrijwilligersAcademie073? Of over deze of andere workshops? Wilt u zich inschrijven voor een workshop? Kijk op onze website: www.vrijwilligersacademie073.nl ●

Een praatje bij een kopje koffie

GEWOON EEN ALLEDAAGSE BEZIGHEID ZOU U DENKEN.

Toch geldt dit niet voor iedereen. Neem de 81 jarige mvr. A. bij u in de wijk. Zij zit verlegen om een praatje en heeft niet veel mensen meer om haar heen. Ze zou het fijn vinden om een keer in de veertien dagen dat kopje koffie samen met u te kunnen drinken. Ze heeft gesprekstof genoeg. Onder andere over vroeger maar ze heeft veel meer interesses. Ze ziet echter erg slecht en daardoor is ze beperkt in

haar mogelijkheden. Even naar buiten gaan is moeilijk voor haar. Mensen die psychisch kwetsbaar zijn leggen soms moeilijk contact. Dit geeft een gevoel van eenzaamheid. Samen optrekken met een vrijwilliger kan het leven van kwetsbare mensen verlichten. Wij ontvangen wekelijks nieuwe aanvragen voor vrijwilligers en hopen hen te kunnen verblijden met 'een maatje'. Bent u de buurman of -vrouw die gezelligheid kan bieden en die iets voor mevrouw. A. kan betekenen? U bent

November 2017 Oplage: 5200 jaargang 18, nummer 90

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

Redactie
Maria Hornman, Marjolein Thijssen, Mieke Verberne.
Vormgeving/Foto's
Wim van der Plas
Webmaster
Wim Verberne
Druk
Drukkerij DKzet in Hapert

Verspreiding
Door vrijwilligers uit de wijk Oost
Advertenties & Advertorials
Zie de voorwaarden op <http://www.wijkkrantoot.nl/adverteren.html> of mail met redactie@wijkkrantoot.nl
Redactie-adres
Maassingel 65,
5215 GE 's-Hertogenbosch

redactie@wijkkrantoot.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@wijkkrantoot.nl

Uiterste inleverdatum kopij
Nummer 91, 15 januari 2018
Klachten m.b.t. bezorging
redactie@wijkkrantoot.nl

Deze krant bevat regelmatig gemeentelijk nieuws. Daarom wordt deze huis aan huis bezorgd ook bij adressen met een 'nee-nee' sticker.

Wijkwerkers en politieagenten samen de wijken in.



Even voorstellen!

Ik ben Roel van de Groes en sinds juni 2017 werk ik als brigadier 'Burgerparticipatie' voor de gemeente 's-Hertogenbosch. Ik onderzoek wat van invloed is op het gevoel van veiligheid in de wijk. Vervolgens ga ik samen met de inwoners bekijken welke projecten er gestart kunnen worden om dit gevoel te verbeteren. In deze projecten ga ik vooral samenwerken met u! Daarnaast werk ik nauw samen met partners als Gemeente, Juvans en Divers. Een mooi voorbeeld hiervan is bij-

voorbeeld de buurtpreventie. Als brigadier 'Burgerparticipatie' ben ik het aanspreekpunt op het gebied van bestaande en nieuwe burgerinitiatieven. U kunt met uw initiatief bij mij terecht.

U kunt mij bereiken via uw wijkagent of via 0900-8844. U kunt mij ook volgen op social media:

Instagram:
[wijkagent_burgerparticipatie](#)
Twitter: @WA_DenBosch

U kunt de politie Den Bosch ook volgen via Facebook: [www.facebook.com/politiedenbosch](#)

WEKELIJKS ZIJN WIJ, ALS 'KOPPEL' AANWEZIG IN UW BUURT.

We lopen in uw wijk en zijn het aanspreekpunt voor alle bewoners. We leggen contact en willen graag een bijdrage leveren aan een prettige buurt. Daarnaast kunt u ons zien als een soort 'loket op straat' waar u met vragen en opmerkingen terecht kunt. We werken nauw samen met woningcorporaties, wijkpleinen, hulpverlening en gemeente, waardoor we u goed kunnen doorverwijzen of ondersteunen. Heeft u vragen of meldingen, spreek ons aan of neem contact op!

Tine Berkens (wijkwerker) en Jelle Huisman (wijkagent) zijn koppel voor Aawijk Noord en Graafse buurt Noord. Tine is bereikbaar per mail:

t.berkens@divers.nl of telefonisch 06 11869593

Jelle is bereikbaar via tel.nr 0900 — 8844 en via Instagram:

[wijkagent_aawijk_graafsebuurt](#)
Kars van Eijck (wijkwerker) en **Marc Wijnen (wijkagent)** zijn koppel voor Graafse buurt Zuid

Kars is bereikbaar per mail:

k.vaneijck@divers.nl of telefonisch 06 48118608

Marc Wijnen is bereikbaar via tel. nr. 0900 — 8844 en via Instagram: [wijkagentmarc_denbosch](#)



JELLE HUISMAN (WIJKAGENT) EN
TINE BERKENS (WIJKWERKER)



MARC WIJNEN (WIJKAGENT) EN
KARS VAN EIJCK (WIJKWERKER)

Buurttafel Graafsewijk Noord wordt 'Wijkoverleg'

Samen met andere bewoners de buurt nóg leefbaarder maken. Oplossingen zoeken voor concrete problemen. Samen de schouders onder wijkinitiatieven zetten. Dat is altijd het streven geweest van de Buurttafel Graafsewijk Noord, opgericht in 2014. De Buurttafel heeft goede contacten (in samenwerking en uitvoering) met de gemeente, de wijkmanager, de wijkagent en Divers.

Na vier jaar constateren we dat we veel bereikt hebben maar we ervaren ook dat we als Buurttafel aan vernieuwing toe zijn. We willen namelijk de wijkbewoners nog beter kunnen bereiken dan nu het geval is. Daarom hebben we gekozen voor een breder wijkoverleg. In dit wijkoverleg willen we met kortere lijnen sneller acties ondernemen, de communicatie verbeteren en meer kunnen

werken met 'afspraak = afspraak'. De huidige goede contacten met de wijkagent, de wijkwerker van Divers, Stadstoezicht, woningcorporaties en verschillende medewerkers van de gemeente (denk aan openbare ruimte en openbaar groen), willen we verder versterken.

Wijkmanager Paul Hilgers (06 — 22465933) zal de vorming van dit nieuwe wijkoverleg ondersteunen. Vooral in het contact met andere professionals, maar de bewoners moeten het uiteindelijk zelf doen. Henny de Beijer beheert het secretariaat van het nieuwe wijkoverleg en zij is te bereiken op 06 — 44438150.

Beste wijkbewoners, we wonen in een prachtige groene wijk. Weet ons te vinden wanneer dit nodig is. Samen blijven we gaan voor leefbaarheid, veiligheid en nieuwe initiatieven in Graafsewijk Noord. ●

Wat zit er nu echt achter de trapgevel Acaciastraat?

Op onze oproep om informatie over het pand met trapgevel aan de Acaciasingel, reageerden twee wijkbewoners. De heer Dona mailde: 'Dit pand was vroeger een rioleeringspomp huis van de gemeente 's-Hertogenbosch. Ik heb vroeger bij de gemeente gewerkt en dit gebouw meerdere malen schoon moeten maken.' Piet van Engelen mailt dat het hoogst waarschijnlijk een pompstation of klein gemaal is geweest. Volgens hem is die functie overbodig geworden toen op de hoek van de dr. Poelstraat en de Loekemanstraat een grote put is aangelegd.

Na een telefoontje van de redactie met Peter Bechtold, specialist uit-

voering gemalen van de gemeente 's-Hertogenbosch, kwamen we het fijne te weten. Het gebouw is nog wel degelijk 'in functie'. Het gaat om een rioolgemaal gecombineerd met een trafohuisje van Enexis. In het voorste gedeelte staan de transformatoren van Enexis. (Een transformator verandert de spanning van de electriciteit) In het achterste gedeelte bevindt zich een stalen toegangsdeur met daarachter het rioolgemaal, dat uit twee verdiepingen bestaat. Beneden staan één grote en twee kleine pompen. De grote pomp draait alleen bij regenweer. De twee kleine pompen wisselen elkaar af om rioolwater weg te pompen. Op de bovenverdieping staat een besturingskast die registreert hoeveel



water er in de rioolwaterkelder zit. Als het niveau hoog genoeg is worden de pompen aangestuurd om het water weg te pompen. Is er een storing, bijvoorbeeld doordat er te veel vuil in de pomp zit, dan wordt de storingsdienst gebeld en gaat onmiddellijk een monteur op pad. Het rioolgemaal blijft voorlopig gewoon zo werken en zal in de komende jaren wel aangepast worden aan veranderende eisen rondom rioolwaterzuivering. ●

Advertentie

JOHN'S HAIRSTYLING

elke woensdag een
KNIPMIDDAG
voor kinderen (t/m 12 jaar)
voor 7,50 euro

JOHN'S ZONNESALON

1x supersnelbruiner	25 min.	€ 6,00
	10x	€ 54,50
1x megapower	15 min.	€ 7,50
	10x	€ 67,50

Altijd zonder Afspraak
Volop gratis Parkeerruimte

JOHN'S HAIRSTYLING
Pieter Breugelstraat 8 - 's-Hertogenbosch
Tel. 073 - 5140333 www.johnshairstyling.nl
Wijf aanwezig Maandag gesloten



Goed werk van de rechtswinkel voor de Wijkkrant

Dat was even schrikken. Als redactie kregen we enige tijd geleden een dikke rekening toegestuurd van een onbekend bedrijf uit België. We zouden geen copyright hebben betaald voor een in 2014 geplaatste foto. Daarom werd ons een boete opgelegd. We dachten dat het om een nepbericht van een niet-bestaand bedrijf ging (je weet tegenwoordig nooit) en we negeerden de mail.

Maar er kwam opnieuw een bericht en dit keer met de dreiging de boete te verhogen. We hadden de bewuste foto inderdaad geplaatst maar konden niet meer achterhalen wie deze bij een artikel had aangeleverd. 'Daar zijn wij als redactie ook niet verantwoordelijk voor' dachten we. Na weer een 'dreigmail' klopten we aan bij de Rechtswinkel, die spreekuur houdt in de Stolp. Wij vroegen hen de achtergrond van het bedrijf te onderzoeken, te achterhalen of de boete rechtmatig was en uit te zoeken of deze claim inmiddels niet verjaard was.

Vrij kort daarop kregen wij een helder rapportje waarin al onze vragen beantwoord werden. Goed en degelijk werk van de rechtenstudenten! We waren onder de indruk. Het kwam erop neer dat we de boete zouden moeten betalen. Het bedrijf speurt in opdracht van het Algemeen Nederlands Persbureau (ANP) naar onrechtmatig gepubliceerde foto's, waarvoor geen copyright is betaald. Komen zij foto's tegen die zonder toestemming van het ANP zijn gebruikt dan kan het

bedrijf tot vijf jaar na publicatie boetes opleggen. Degene die publiceert is verantwoordelijk.

Dat werd dokken dus. Erg zuur, omdat we ons budget hard nodig hebben. Een telefoontje met het ANP met uitleg over de positie van onze wijkkrant leverde wel een 'korting' op. Een aardig gebaar. Voortaan zorgvuldiger aangeleverde foto's checken. Dat is wat we er van geleerd hebben. ●



Rechtswinkel
's-Hertogenbosch

Gratis juridisch advies

Kijk voor meer informatie over onze spreekuren, de locatie en tijden op
www.rechtswinkeldenbosch.nl

Bezoek ook onze Facebook!
'Rechtswinkel 's-Hertogenbosch'



S-PORT

Nieuws van 'S-PORT:

PLEIN ACTIEF! BS OBERON EN BS AQUAMARIJN

Vanaf 7 november zijn we weer gestart met Plein Actief! Blijf eens niet achter de computer zitten maar trek je jas aan en kom met je vriendjes en vriendinnetjes buiten spelen. Met veel leuk spel materiaal maken we er een gezellig uur van! Elke dinsdag van 15.00-16.00 op het schoolplein van BS AQUAMARIJN. Kosten: €5,- voor het hele schooljaar.

SCHOOLSPOORTOLYMPIADE ZUIDOOST

Op woensdag 11 oktober was het zo ver, de tweede Schoolsport Olympiade Zuidoost. In vijf sporten gingen zeven scholen met leerlingen uit groep 6/7 de strijd aan om de beste

school van Zuidoost te worden. Er deden 395 kinderen mee aan vijf verschillende sporten. Elke school had een eigen kleur shirt aan. Met een heel klein verschil wist basisschool De Driestroom er wederom met de eerste prijs vandoor te gaan. Zij hebben een wisselbeker gewonnen die een jaar lang in hun school mag pronken. Met de Olympische gedachte, die meegenomen werd, was er natuurlijk ook nog een sportiviteitsprijs te vergeven. Deze prijs werd gewonnen door BS Oberon. We willen alle deelnemers, scholen, ouders, juffen en meesters, studenten en vrijwilligers bedanken voor hun inzet. Daarnaast Albert Heijn voor het sponsoren van de lunch voor alle tachtig vrijwilligers. Carmako Relatiebeheer voor het drukken van de shirts voor de kinderen en de GGD voor de sponsoring van het fruit. En alle sportverenigingen voor de inzet!

Winnaars per sport:

Zwemmen: BS Oberon; Schaatsen: Aquamarijn; Meidenvoetbal: IJzeren



Kind 2; Basketbal: BS Oberon; Volleybal: IJzeren kind 9.

Olympische uitslag over alle sporten: plaats een tot en met zeven.

BS Driestroom
KC IJzeren kind
BS Oberon
BS Aquamarijn
BS Kameleon
BS Rondeel
BS Vlindertuin

'S-PORT KAART

Op iedere school en in ieder klaslokaal hangt de 'S-PORT kaart. Op de 'S-PORT kaart kunt u alle informatie vinden wat betreft sport in de wijk. Het kan hierbij gaan om activiteiten van 'S-PORT, de verschillende sportverenigingen in de wijk, contacten van de combinatiefunctionarissen en nog veel meer!!

KOM GEZELLIG SPELEN EN BEWEGEN BIJ PUKKIESPORT

Pukkiesport (twee- tot driejarigen met ouders) is verplaatst naar de vrijdag van 08.45- 09.30 uur. Lijkt het je leuk om mee te doen? Schrijf je dan snel in door een mail te sturen naar p.adams@s-hertogenbosch.nl Locatie: speelzaal BBS aan de Aa ●

Groep acht Het Rondeel naar Tweede Kamer

HET RONDEEL

Geschreven door Mike (groep 8)

Wij zijn met groep acht naar de Tweede Kamer geweest. We verzamelden in de klas, daarna gingen we met onze fiets naar het station. We moesten ongeveer een uur reizen met de trein.

Daarna gingen we naar het Binnenhof, vervolgens werden we ontvangen door de Tweede Kamer. We moesten onze tassen in een grote bak doen en de jassen op een rek hangen. Toen kregen we een rondleiding. Na de rondleiding gingen we lunchen, daar mochten we cola! Daar gingen we vragen stellen over



D66. Toen mochten we naar de Tweede Kamer en we kregen een kaartje waar de mensen zaten van de verschillende partijen.

Toen gingen we weer teruglopen naar

het station. Daarna gingen we terug met de trein, ook dit duurde weer een uur. Met de fiets gingen we weer naar school en daarna mochten we naar huis. ●



'Lees voor Lees mee' zoekt voorlezers

Houdt u van (voor)lezen? 'Lees Voor Lees Mee' is op zoek naar vrijwilligers die het leuk vinden om een keer in de week voor te lezen bij een gezin met jonge kinderen.

Lezen is erg belangrijk, op school maar zeker ook thuis! Helaas zien we dat er bij veel gezinnen nog nauwelijks voorgelezen wordt. 'Lees Voor Lees Mee' brengt hier verandering in! Op een speelse manier gaan vrijwilligers

samen met ouders en kinderen aan de slag met boeken en voorlezen. In 7½ jaar hebben we in 573 gezinnen voorgelezen aan 1031 kinderen. Nu hebben we grote behoefte aan voorlezers. Er staan te veel kinderen op een wachtlijst. Ook in Oost.

Wat doe je als vrijwilliger? Twintig weken lang word je gekoppeld aan een vast gezin. Hierbij houden we zeker rekening met tussentijdse vakanties van de voorlezer. Een keer in de week kom je een uurtje bij hen

thuis. Ook krijg je een korte workshop Interactief Voorlezen. Dit alles zorgt ervoor dat jij echt wat voor een gezin kunt betekenen!

Ben jij ook enthousiast geworden en wil jij kinderen uit jouw buurt of in een andere wijk helpen, neem dan contact met ons op.

Projectleiding: Katinka Kaal
T: 073-8225182 / 06-54608303
E: katinka@bredeboschscholen.nl ●

Hoe mediawijs ben jij? Geef jij mediaopvoeding?

Sociale media: kinderen groeien ermee op en maken zich in rap tempo digitale vaardigheden eigen. Ouders zoeken naar zekerheid. Hoe lang per dag mag mijn kind sociale media gebruiken? Wat zijn geschikte of ongeschikte websites en spelletjes?

Tevens hebben ouders soms het gevoel dat zij achter lopen en niet altijd goed weten om te gaan met mediaopvoeding.

De grote vraag is, wanneer begin je met mediaopvoeding? Het antwoord is simpel: begin zo jong mogelijk. Door je kind van jongs af aan te leren omgaan met de iPad, laptop, internet, mobieltjes en gamen leg je een basis voor de komende jaren. Het is belangrijk dat ouders hun kind actief begeleiden bij mediagebruik, zodat positieve effecten ervan worden ver-

groot en mogelijke risico's afnemen.

Een aantal tips aan ouders/verzorgers: Ben open en toon interesse; Vraag je kind jou wegwijs te maken op social media; weet wat je kind doet. Ga in gesprek met je kind over het gebruik van media en maak duidelijke afspraken. Praat met anderen hoe zij het doen en geef zelf het goede voorbeeld

Thuis aan de slag met mediawijsheid?

Kijk eens op www.mediawijsheid.nl/ of de website van het Nederlands Jeugdinstituut voor adviezen voor ouders 0-5 jr., 6-12 jr. en 13-18 jr. Overige vragen? Raadpleeg de jeugdverpleegkundige op school. ●

VERLOSKUNDIGE PRAKTIJK



Marian Corté & Jef Mennens

Dé verloskundige bij jullie in de buurt, voor kinderwens, zwangerschap, bevalling en kraambed.

Spreekuren op verschillende locaties!

Ook op Oost: Van Broeckhovenlaan 6

Telefoon: 073 644 47 48

WWW.BIJVOLLEMAAN.NL

Team Samen Beter voltooide Nationale Diabetes Challenge!!

door: Natja Vugts, Fysiotherapeut

Zoals velen wel gelezen, gehoord of misschien zelfs gezien zullen hebben, zijn we vanaf april van dit jaar elke week aan de wandel geweest met een flinke club mensen met diabetes.

Het doel was te ervaren wat bewegen en een gezondere leefstijl met jou en je diabetes kan doen.

In de afgelopen week kwam deze uitdaging tot een einde. Daarvoor moesten we nog wel 'even' de slotvierdaagse volbrengen. Zo gezegd, zo gedaan. Op woensdag, donderdag én vrijdag liepen we nog eens vijf kilometer in de buurt van ons gezondheidscentrum. Rond de Oosterplas, de IJzeren vrouw, en het IJzeren kind. De deelne-

mers waren inmiddels zo getraind dat ze dit met veel plezier konden. Leuk om te zien: een bont gezelschap van mannen en vrouwen, van verschillende nationaliteiten, onder begeleiding van enkele van onze medewerkers én hond Cato.

En zaterdag het slotstuk: naar Papendal (bij Arnhem) waar groepen uit heel Nederland bijeen kwamen om de laatste kilometers te lopen en uiteindelijk de felbegeerde medaille in ontvangst te nemen. Om acht uur 's-morgens ging een van ons naar Albert Heijn om de door hen aangeboden goodybags met fruit en drinken klaar te maken en om negen uur verzamelde iedereen zich bij het gezondheidscentrum.

Na wat strubbelingen stapten we uiteindelijk in de bus. Daarvoor ging

namelijk een deur niet dicht, ging het alarm af, weigerde een rolluik en kon een huisarts plotseling niet meer naar buiten. We werden uitgezwaaid door een plaatsvervanger van de wethouder. Negentien mensen en hond Cato. Op Papendal wachtten nog twee deelnemers die op eigen gelegenheid waren gekomen.

Het weer mocht de pret niet drukken. Met bakken kwam de regen uit de lucht maar we hadden allemaal minimaal twee poncho's gekregen. In een rij van honderden mensen voor een toiletbezoek en daarna óp naar de start. Om elf uur werd het officiële startsein gegeven door initiatiefnemer en oudtopvolleyballer Bas van de Goor.

Samen met vele anderen liep onze groep vijf kilometer door bossen en



over drassige ondergrond, druipend van de regen. Langs de route werden we aangemoedigd door vele vrijwilligers en door een vrolijke gitarist, die ons toezong. Iets na twaalf gingen we trots onder de finishboog door. Iedereen had het gehaald! Blij en voldaan, met medailles om de nek

gingen we terug naar Den Bosch. Een enorme prestatie voor alle deelnemers die tot enkele maanden geleden niet gewend waren zoveel te bewegen. Het grootste deel van de groep gaat deze winter dóór met lopen. Op naar de volgende challenge. ●

Kinderoefentherapie aan huis of op school

'Bo 4 maanden heeft een voorkeurs-houding naar rechts, huilt veel en overstrekt zichzelf'
'Kay 2.5 jaar valt vaak en botst overal tegen aan'
'Tim 3 jaar loopt op de tenen'
'Sep 4 jaar heeft moeite met de fijne motoriek (knippen, kleuren) & grove motoriek/evenwicht'
'Puk 6 jaar heeft moeite met zwemmen en fietsen'
'Bas 7 jaar heeft een onleesbaar handschrift'
'Lex 8 jaar is snel afgeleid en wiebelt de hele dag op de stoel'
'Jan 13 jaar heeft rugklachten en een ingezakte houding'

Deze hulpvragen komen wij via ouders en verwijzers (school/jeugdarts/ huisarts / leerkrachten/intern begeleiders) tegen in onze dagelijks praktijk voor kinderoefentherapie gevestigd in Gezondheidscentrum Rijnstraat, Rijnstraat 4 5215 EK 's-Hertogenbosch. Vroeger was dit gebouw de oude huisartsenpost. Sinds juni 2016 werken hier meerdere paramedische disciplines onder een dak samen aan de beste zorg voor

u en uw kinderen. Daarbuiten werkt praktijk voor kinderoefentherapie samen met scholen en de GGD. Hierdoor houden we de lijntjes kort. Onze praktijk voor kinderoefentherapie werkt altijd in de omgeving van het kind. Hierdoor is het kind beter in staat om de aangeleerde motorische vaardigheden direct in zijn dagelijks leven toe te passen. Voor de zorg van kinderen van 0-4 jaar behandelen de kinderoefentherapeuten altijd aan huis. Hierbij voelt het kind zich fijn in zijn eigen omgeving en kunnen passende tips aan ouder(s) en verzorger(s) gegeven worden. Voor de zorg van 4-12 jaar kan dit binnen de schoolomgeving zijn. Een mooi voorbeeld is de samenwerking tussen de Vrije School de Driestroom en onze praktijk. Leerlingen worden in hun eigen schoolomgeving begeleid, waardoor ze een optimale motorische ontwikkeling bereiken. Kinderoefentherapie wordt 18 x in het basispakket vergoed. Voor vragen tips, adviezen staat ons team graag voor u klaar!



advertorial



Motoriek in beweging. Praktijk voor kinderoefentherapie
Samantha Damen en Vicky Jacobsz
 Rijnstraat 4
 5215 EK 's-Hertogenbosch
 06-16168989

info@motoriekinbeweging.nl
www.motoriekinbeweging.nl ●

Nieuws van de Zonnebloem



We gaan zo langzamerhand naar het einde van het jaar 2017. In de tussentijd hebben we nog twee activiteiten. Bingo op donderdag 16 november en de kerstviering op dinsdag 19 december.

Ook mogen we weer gaan eten bij Resto van Harte. Bij de Zonnebloem zetten we alles om mensen met een lichamelijke beperking een onvergetelijke middag te bezorgen. Denkt U: "Ik zou me ook aan willen sluiten bij de Zonnebloem,

afdeling Oostelijke Zon, dat kan. De Zonnebloem is bedoeld voor iedereen met een lichamelijke beperking, ongeacht de leeftijd.

U kunt zich dan aanmelden bij Ria de Kock: telefoonnummer 073-6142600. of Tonnie van Aar: telefoonnummer 073-6425481. Ook wanneer u vrijwilliger bij de Zonnebloem zou willen worden kunt u bellen naar een van de bovenstaande telefoonnummers. ●

Eerste SOA privékliniek in Den Bosch

Sinds augustus van dit jaar is OneDayClinic gevestigd in Gezondheidscentrum Rijnstraat. Daarmee heeft Den Bosch de eerste SOA privékliniek onder de grote rivieren. 'Er blijkt in onze samenleving, waarin Tinder, datingwebsites, festivals en vele reizen zorgen voor steeds meer wisselende contacten, grote behoefte te zijn aan een plek waar je je snel, anoniem en vakkundig kunt laten testen op SOA's, juist ook voor mensen die niet tot de risicogroep van de GGD behoren' aldus Judith Price, arts- seksuoloog, die de leiding heeft in deze nieuwe kliniek.



ceerd laboratorium. Niet iedereen wil voor een SOA test in de wachtkamer van de GGD of de huisarts, gaan zitten. Mensen zijn vaak bang voor herkenning. Bij OneDayClinic kun je zeer discreet terecht. Je bent ook snel aan de beurt. Er is parkeergelegenheid op eigen terrein. We zijn op zaterdagochtend en op diverse avonden geopend. Daardoor hoef je geen vrij te nemen van je werk.'

Ook voor begeleiding van seksuologische problemen kunt u bij de kliniek aan de Rijnstraat terecht. Judith is naast arts, ook seksuoloog. 'Als mensen weten dat ik seksuoloog ben, vinden ze het vaak makkelijker om over hun problemen te beginnen', zegt Judith.

Heeft u vragen over uw seksuele gezondheid of wilt u een afspraak wil maken voor een SOA test? Bel 085 0703483, of kijk op onze website www.onedayclinic.nl. ●



Salon Green Leaf laat u stralen van binnen en buiten!

'Beauty begins the moment you decide to be yourself' Coco Chanel

Het najaar is de periode waarin we meer naar binnen gericht zijn. Het wordt kouder buiten, we nestelen ons lekker rond de kachel, steken een kaarsje aan, maken verwarmende gerechten, zoeken onze naasten op rond de feestdagen en denken na over het afgelopen jaar. Lopende zaken worden afgerond, 'oud zeer' opgeruimd en er ontstaat langzaam ruimte voor andere, nieuwe ideeën. We bereiden ons voor op een frisse en gezonde start van het nieuwe jaar. Zijn meer aandacht en ruimte voor jezelf uw wensen voor 2018?

Natuurlijke, biologische en duurzame producten en ingrediënten zijn kenmerkend voor deze tijd en het aanbod de komende jaren verder groeien. Deze trend zie je dagelijks terug op diverse terreinen. We gaan steeds bewuster om met voeding, bewegen regelmatig en denken na over de producten die we consumeren. Respect voor de mens, het dier, de natuur en de wens om gezond oud te worden staan centraal. Salon Green Leaf deelt dit ideaal en onder-



scheidt zich van anderen door gebruik te maken van uitsluitend natuurlijke en biologische verzorgingsproducten. De verzorgingslijnen waar we mee werken bevatten geen minerale oliën (verstikken de huid en maken haar 'lui') of parabenen (gerelateerd aan borstkanker) en zijn niet getest op dieren. Door gebruik te maken van natuurlijke producten wordt bovendien de kans op een allergische reactie tot een minimum beperkt. Uw huid weerspiegelt uw gezondheid. De huid is ons grootste orgaan en staat dagelijks bloot aan weer en wind, uitlaatgassen en (te) agressieve schoonmaakmiddelen. Ook stress en voeding hebben hun invloed.



Als gevolg hiervan kan uw huid geïrriteerd raken, uitdrogen, verslappen en/of verkleuren. Door zowel te kijken naar welk schoonheidsproduct het beste aansluit bij uw huidtype en ook naar u als mens in haar totaliteit, krijgen u en uw huid bij Salon Green Leaf de aandacht die ze nodig hebben. Wilt u ook dat beetje extra aandacht beleven? Een (rust)moment voor uzelf plannen? Boek dan nu online een afspraak bij Salon Green Leaf en ontvang in de maanden november en december een feestelijke attentie.

Kijk voor de mogelijkheden op www.salongreenleaf.nl ●

6 | Activiteiten

Overzicht buurt- en wijkbudget

Er is veel belangstelling voor het wijk- en dorpsbudget en in onze wijk hebben veel bewoners een aanvraag ingediend.

Om even in herinnering te brengen: Het budget is bedoeld voor inwoners van de gemeente 's-Hertogenbosch die daarmee ideeën kunnen uitvoeren die 'de leefbaarheid' verbeteren. En dat in de breedste zin van het woord. Het kan gaan om een speelplek voor kinderen, een straatfeest, verlichting of om het opfleuren van de omgeving. Der subsidie is wijkgericht en voor Den Bosch Oost is een bedrag van € 58.315 beschikbaar. Dit bedrag is bedoeld voor Aawijk-Zuid, Aawijk Noord, Graafsewijk Zuid, Graafsewijk Noord, Hinthamerpoort (* Barten Zuid en voormalig Barten Noord), De Bossche Pad en de Grevelingen. Paul Hilgers, de wijkmanager van Oost voert de subsidieregeling uit en hij krijgt daarvoor advies van een bewoners-adviesgroep (BAG). Deze BAG bestaat uit actieve bewoners uit Oost. Zodra er een aanvraag binnenkomt wordt deze doorgestuurd naar de bewoners-adviesgroep die dan al dan niet fiat geeft. De aanvragers krijgen daarna te horen of zij in aanmerking komen voor een budget. De aard van de aanvragen is zeer gevarieerd. Dit jaar heeft de BAG aan de volgende personen, organisaties een bijdrage uit het budget gegeven:

* Bossche Pad en Barten Zuid en voormalig Barten Noord vallen buiten het



gebied van wijkkrant Oost en worden daarom hier niet genoemd. ●

Diverse buurtbbq's
Straatfeesten Borneostraat, Magnoliahof
Buurttag Graafsewijk Noord
Kinderclub 't Sluske
Fietsgroep Oosterplas
Koningsdag Hinthamerpark
Bloemschikken en bingo bij wijkplein Oost
Ontmoeting- en speeldag Aawijk Noord
Paasbrunch wijkplein Oost
Wijkkrant Oost
Wijkwebsite van wijkkrant Oost Fotoclub
Burendag: kijkje in het hostel Knutselavond voor volwassenen
Baggerloop, B-battle en Afterparty van Oosterplas Doet
Hertenverblijf bij Oosterhoeve
Lantaarnpalen bij Oosterhoeve
Plantenbakken in de Pieter Breughelstraat
Rommelmarkt en kinderactiviteiten
Reünie buurtgenoten

C Autorijschool Coenen

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



info@autorijschoolcoenen.nl

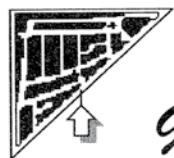
www.autorijschoolcoenen.nl

Ook voor AUTOMAAT Theorie / Opfrislessen

Sinds 1971 een begrip in de regio



Activiteiten Buurthuis Graafsewijk Noord



Werkgroep
Graafsewijk Noord



Adres: Lucas van Leijdenstraat 27

Activiteiten December:

Vrijdag 01 december
Kaarten inschrijving vanaf 20.00 u
Woensdag 20 december
Volw. Knutselen 20.00 – 22.00 u
Kerst*
Vrijdag 22 december
Kerstdisco 18.30 – 20.00 u
Zaterdag 23 december
Kerstknutselen* 10.30 – 12.00 u

Activiteiten Januari:

Vrijdag 05 januari
Nieuwjaarskaarten
inschrijving vanaf 20.00 u
Vrijdag 12 januari
Kinderdisco 18.30 – 20.00 u
Zaterdag 20 januari
Kinderbingo* 14.00 – 15.30 u
Zaterdag 27 januari
Doedag* 10.30 – 12.00 u

Activiteiten Februari:

Vrijdag 02 februari
Kaarten inschrijving vanaf 20.00 u
Zaterdag 03 februari
Carnavalsknutselen* 10.30 – 12.00 u
Vrijdag 09 februari
Carnavalsdisco 15.00 – 17.00 u
Vrijdag 09 februari
Carnavalsavond 20.00 – 00.30 u
Zaterdag 10 februari
Familiecarnavaal 13.11 – 17.11 u

* voor deze activiteiten dien je je

vooraf op te geven bij: Anja Bau-
doin, Elzenstraat 17,
tel: 073 - 614 40 70

Vaste groepen van Buurthuis Graafsewijk Noord

Maandag	18.30u – 19.30u
Steps	Volwassenen
Maandag	19.30u – 20.30u
Beatballet	Volwassenen
Woensdag	14.00u – 15.30u
Kinderknutselclub	
Donderdag	18.30u – 19.30u
Kinderdansgroep	

Voor meer informatie over één van deze clubs kunt u contact opnemen met de vrijwilligers van Buurthuis Graafsewijk Noord op tel: 073 - 612 47 68 (avonduren) of kom gewoon eens een kijkje nemen.

Beweeg U Fit:

(Bewegen voor ouderen met gezelligheid voorop)
Buurthuis Graafsewijk Noord

Maandag	13.00u – 14.00u	Gym
Maandag	14.00u – 15.00u	Gym
Dinsdag	11.00u – 12.00u	Yoga
Donderdag	10.30u – 11.30u	Gym

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 ●

Wijkkrant Oost
DE WIJK WAAR DE ZON OPKOMT

Wekelijkse activiteiten Oosterhoeve

Woensdagmiddag pan-
nenkoeken voor 1,00
euro per stuk. 3 voor
2,50 euro (ook om mee
te nemen).

Donderdag van 13.30u - 15.00u om de week: gesprekstafel "de Worsteling" (Deel je probleem met anderen), of een natuurfilm op groot scherm. Donderdag om de week, afwisselend: een driegangenmenu voor 4,50 euro om 17.00 uur of een uitgebreide lunch voor 2,50 euro (12.30 - 13.30 uur). Eerste maandag van de maand: open inloop met koffie, soep en een boterham van 16.30u tot 19.00u (een dag van te voren aanmelden) De eerstkomende keer is op 4 december.

Sint Nicolaas slaapt ook dit jaar weer op kinderboerderij Oosterhoeve. Op zondag 26 november om 12 uur kunnen de kinderen hem wekken. Entree 1,00 euro per kind.

20 december: Kerstvoordracht
24 januari: Lezing over: sociale driegeleding, arbeid en inkomen. Beide bijeenkomsten worden georganiseerd door het Studiecentrum Antroposofie Den Bosch en beginnen om 20.00u. De entree bedraagt 7,00 euro, Reductie is mogelijk.

Voor info zie

www.stichting-oosterhoeve.nl

Facebook: kinderboerderij
zorgboerderij Oosterhoeve

Tel:

06-23910121

IJsselsingel 1 ●



Hoe goed kent u uw eigen wijk?

Clubgebouw Modelbotenclub Titanic

door Mieke Verberne

Blijkbaar herkenden weinig mensen de foto van het clubhuis van Modelbotenclub Titanic aan de Oosterplasweg. We kregen namelijk geen reacties op onze vraag over deze foto, die in de vorige wijkkrant stond. Misschien was dat anders geweest als we niet zo 'gemeen' waren geweest de naam van de club op de voorgevel weg te werken. Als u vanaf park Eemwijk via de slagboom de Oosterplasweg opgaat, kunt u het in het groen verscholen gebouw aan uw linkerhand zien liggen.

Om wat meer te weten over deze plek, hadden we een gesprek met Frans Vos (59) en Frans Vermeulen (74). De eerste tien jaar en de tweede 35 jaar lid van de modelbotenclub. Het pand is in 1964 gebouwd om materialen, gereedschap en de tractor van de gemeentelijke plantsoendienst te herbergen. Later werd water en elektriciteit aangelegd en een schaftlokaal, keukentje, toilet en kantoorruimte ingericht. Vanaf 1987 geeft dit gebouw onderdak aan Modelbotenclub Titanic. Deze club is in 1982 opgericht. De leden ontmoetten elkaar de eerste jaren op verschillende locaties zoals het restaurant van het Brabantbad of gemeenschapshuis de Zuiderster. De club zocht intussen naar een vaste locatie en in 1987 konden zij terecht



in het bovengenoemde gebouw. Binnen werden er het nodige aangepast om de ruimte geschikt te maken als clubhuis. Buiten werd een waterbassin aangelegd, waar de leden hun zelfgebouwde bootjes kunnen uitproberen of laten zien aan de andere clubleden. Rond het clubhuis is een stevig hek gebouwd en zijn er allerlei veiligheidsmaatregelen genomen om diefstal te voorkomen. 'Er is eigenlijk niks van waarde te halen maar helaas kan het niet anders', aldus Frans. De leden bouwen thuis aan hun eigen modellen. De een koopt een eenvoudige bouwdoos, een ander ontwerpt en bouwt alles zelf. Allerlei materialen worden daarbij gebruikt: hout, aluminium, plastic en zelfs schuim en papier. De meeste leden bouwen scheepstypen variërend van binnen-vaartschepen tot zeiljachten en van slepers tot vrachtschepen, radiografisch bestuurd of statisch. Maar er zijn ook mensen die gaan voor het nabouwen van een molen, een kermis of een vuurtoren. Alle leden zijn op

donderdagavond welkom in het clubhuis. Daar ontmoeten ze elkaar om ervaringen uit te wisselen en problemen te bespreken die men tegenkomt tijdens het bouwen. Bij de leden is veel kennis en kunde aanwezig en die wordt graag gedeeld. Zo weet altijd wel iemand waar je bepaalde niet zo gangbare onderdelen kunt krijgen. De club beschikt over een uitgebreid tekeningenarchief met honderden tekeningen van uiteenlopende scheepstypen. Daarnaast is er een kleine maritieme bibliotheek met onder andere modelbouw tijdschriften. Zowel beginners als ervaren bouwers zijn van harte welkom als nieuw lid. Modelbotenclub Titanic neemt jaarlijks deel aan maritieme evenementen. Leden laten dan aan het publiek zien wat ze gebouwd hebben en geven informatie over hun hobby. Daar is altijd veel belangstelling voor. Een mooie promotie voor de club.

Voor meer informatie:

www.modelbotenclub-titanic.nl ●

Wijkgericht

Wijkgericht Werken Oost/Hintham, november 2017
Editie Wijkkrant Oost

Hoe gaat het met ons?

Hoe gaat het met de buurten in Oost? Het antwoord op die vraag geeft de wijk- en buurtmonitor.

De gemeente doet elke twee jaar uitgebreid onderzoek naar de stand van de stad en dan vooral die van de wijken en buurten in de stad. Gekeken wordt naar wie waar wonen, naar hoe er wordt samengeleefd en hoe het staat met zorg, onderwijs en woonomgeving. Boeiend is vooral de vergelijking met andere wijken en buurten en met de resultaten van het onderzoek van twee jaar daarvoor.

Meer weten over de wijk- en buurtmonitor? Kijk dan op de site van de gemeente 's-Hertogenbosch.
<https://www.s-hertogenbosch.nl/wijkenbuurtmonitor.html>



Speelsterrein aan de Musselstraat in Aawijk.

Wat valt er op?

De meest opvallende zaken op een rij van de buurten waar deze nieuwsbrief verschijnt.

Aawijk-Noord

- + De wijk staat er op verschillende terreinen beter voor dan twee jaar geleden. Zo voelen relatief meer bewoners zich medeverantwoordelijk voor de leefbaarheid in de buurt en doen meer mensen vrijwilligerswerk.
- bewoners leven minder plezierig samen dan in veel andere buurten en wijken in de stad. De werkloosheid in Aawijk-Noord is hoog.

Aawijk-Zuid

- + Bewoners in Aawijk-Zuid zijn tevreden over het basisonderwijs en wijkvoorzieningen. Ook doen ze relatief veel aan sport. Sinds het vorige onderzoek is de manier waarop buurtbewoners samenleven verbeterd.
- De maatschappelijk inzet, zoals vrijwilligerswerk, is slechter dan gemiddeld in de stad. Inwoners zijn sinds het vorige onderzoek wat minder actief geworden en de tevredenheid over de zorg is ook afgenomen.

Graafsebuurt Zuid

- + Vast en zeker met dank aan de renovatie: bewoners van Graafsebuurt Zuid zijn in het algemeen erg tevreden over hun woningen. Opvallend is verder het hoge aandeel mantelzorgers en de tevredenheid met de winkels.
- De tevredenheid over het basisonderwijs is laag, het vrijwilligerswerk neemt af en buurtbewoners zijn niet zo tevreden over de veiligheid in de buurt, het sociaal netwerk en de wijkvoorzieningen. Het inkomen van de buurtbewoners is relatief laag.

Graafsebuurt Noord

- + Bewoners van Graafsebuurt Noord leven over het algemeen plezierig met elkaar. De inzet voor de eigen buurt is groot. Tevredenheid is er verder over de openbare ruimte, het basisonderwijs en de eigen gezondheid.
- Mantelzorg neemt af in de buurt, terwijl er meer mensen zijn met een uitkering. Zorgwekkend is verder het aantal voortijdig schoolverlaters en het schoolverzuim onder jongeren van 13 tot en met 17 jaar.



Wethouder Paul Kagie in gesprek met een bewoonster op de braderie op het Lingeplein (archief foto).

Speerpunten

De wijk- en buurtmonitor leidde bij de gemeente tot het benoemen van een aantal speerpunten. Ze gelden voor de hele gemeente. Per wijk en buurt worden vanzelfsprekend accenten gelegd en die hangen af van de onderzoekresultaten per gebied.

Parkeren en verkeer: er zijn veel plekken waar hard wordt gereden, de parkeerdruk is vaak hoog en de balans tussen wonen en verkeer is nogal eens zoek.

Gezondheid en sport: bijna overal zijn er gerichte acties om overgewicht tegen te gaan en het sporten voor jong en oud te stimuleren.

Buurthuizen: elkaar ontmoeten is wezenlijk voor de leefbaarheid. Daarvoor zijn toegankelijke (vaak kleinschalige) gebouwen nodig.

Armoede en eenzaamheid: acties om armoede en eenzaamheid te voorkomen hebben vooral effect als mensen persoonlijk worden benaderd daaraan mee te doen.

Verwarde personen: steeds minder personen met een (psychische) stoornis komen in een instelling, maar wonen gewoon in buurten en wijken. Dat beleid vergt een betere coördinatie van de aanpak, een betere organisatie van het wonen en voorzieningen die voor deze groep beter bereikbaar zijn.

Schoolverzuim en schoolverlaters: er komt nader onderzoek naar oorzaken.

Criminaliteit en misdaad bestrijden: de gemeente wil actief zijn in wijken en buurten en het melden van verdachte situaties stimuleren. Zo weet de gemeente beter wat er in buurten en wijken gebeurt.



Fietsen, geparkeerd tegen gevels in de Graafsebuurt.

Achter de voordeur bij Dora Triebel

Wanneer je het hekje van de voortuin opendoet valt meteen het oog op het bordje naast de deur: Rijschool Dora Triebel. Dat maakt nieuwsgierig naar wat voor vrouw de deur opendoet. Dora blijkt een zeer actieve en ondernemende vrouw te zijn van 82 jaar met een stevige eigen mening. Geboren en getogen in Rosmalen maar sinds 1991 woonachtig in de Cederstraat. 'Over mijn leven kan ik wel drie boeken schrijven' zegt ze. Waarop ze van wal steekt. Wel is haar tijd wat beperkt want ze moet om half een bij het biljarten zijn.

door Maria Hornman

Dora heeft in haar leven enkele flinke klappen te verwerken gekregen: 'Ik heb eigenlijk wel pech gehad'. Op haar 32ste werd ze weduwe en bleef achter met twee dochters en een zoon. Later moest ze ook haar zoon verliezen. 'Mijn man heeft me heel erg gestimuleerd om met de rijschool te beginnen. "Dat kun je best" zei hij. 'Ik gaf al rijles op mijn ziste. Ik heb 46 jaar de leiding gehad over de rijschool. We gaven zowel in Den Bosch als in Tilburg les. Voor alle type rijbewijzen: motor, auto en vrachtwagen. Ons slagingspercentage was hoog: tussen de 70 en 80% slaagde voor de eerste keer. Op mijn 80ste ben ik definitief gestopt. De laatste 15 jaar gaf ik nog privé-les voor het theoretische rijexamen.'

HARTSTIKKE LEUK VAK

Dora was in het begin de enige vrouw

in de rijschoolwereld maar daar heeft ze nooit iets nadeligs van ondervonden. 'Ik vind het een hartstikke leuk vak en nog steeds houd ik de theorie bij. Er klopten veel mensen aan die moeite hadden met lezen en schrijven en die mij vroegen: 'Dora kan ik wel mijn rijbewijs halen?' Dan zei ik: 'Natuurlijk wel'. Ik heb een keer een jongen vijf jaar lang theorieles gegeven. Hij heeft uiteindelijk zijn rijbewijs gehaald.'

Er schuilt duidelijk een onderwijzeres in Dora. Wanneer ze nog eens opnieuw zou kunnen kiezen zou ze onderwijzeres worden, geeft ze toe

TE DRUK IN NEDERLAND

Dora rijdt nog alle dagen in haar auto. Alleen met de Tom-Tom, gekregen van haar dochter, kan ze niet overweg. Ze is fel tegen het feit dat je tegenwoordig op je 17e al je rijbewijs kunt halen. 'Die jongelui hebben gewoon geen verstand! Als je toch eens ziet hoe ze rijden. Ze snijden je

RUBRIEK ACHTER de voordeur

af bij het leven. Ik heb een voorstel gemaakt voor CBR: met je 18e pas je bromfietrijbewijs en op je ziste pas je rijbewijs. Dan zouden er ook minder auto's op de weg rijden. Het is gewoon veel te druk in Nederland. In en uitvoeren wordt steeds moeilijker. Stom gewoon.' Ze heeft haar verhaal ook een keer in het radioprogramma van Astrid de Jong kunnen doen. Dit programma is elke donderdagnacht tussen twee en zes te horen en Dora mist dit nooit.

PERSOONLIJKE BRIEVEN

'Als ik nou eens een club voor alleenstaanden begon' dacht ze na het overlijden van haar man. Dit werd de Club Treffpunt Voor Alleenstaanden (CTVA). Ze organiseerde verschillende activiteiten. Eerst in hotel 'De Drie Lantaartjes' van Jo van den Bosch, later in een grote zaal in Vught aan het Molenhoekplein. 'Het was geen koppelclub maar er zijn wel diverse paartjes uit voortgekomen. Er was onder andere een discotheek en er werd veel gedanst.'

Dora wierf op een heel persoonlijke



Bij: Dora Triebel

manier nieuwe leden voor de club. 'Mensen vroegen zich vaak af waar al die nieuwe leden toch vandaan kwamen. 'Ik hield in de krant bij, wan-

neer er iemand overleden was en dan schreef ik degene die achterbleef een heel persoonlijke brief. Niemand wist dat ik dat deed. Ik schreef de brieven 's-avonds of 's-nachts.' De club van Dora heeft bijna twintig jaar gedraaid op haar bijzondere inbreng.

GEKNIPT

Naar aanleiding van een oproep in de Wijkkrant voor vrijwilligers bij Divers heeft Dora zich aangemeld. 'Ze dachten bij Divers dat ik wel geknipt zou zijn voor dit werk' Nu bezoekt ze als vrijwilliger verschillende mensen die eenzaam zijn. Ook in de Cederstraat houdt ze wekelijks contact met enkele alleenstaande bewoners. Ze drinkt elke morgen koffie met de overbuurman en iedere donderdag met een Braziliaanse vrouw. 'Die wil graag dat ik Spaans of Portugees leer en zegt: 'Als we nu eens samen een keer naar Brazilië gaan?'

Daar heeft Dora het te druk voor. Zoveel contacten, zoveel activiteiten: kaarten, bingo, biljarten. Lichamelijk voelt ze wel dat ze ouder wordt. Met twee nieuwe knieën lukt sjouwen met de boodschappen niet meer. Er is echter een aardige nieuwe buurman, die dit probleem voor haar oplost. ●

RUBRIEK BEDANKT

IKRAM
ELBAZ

Ikram Elbaz verdient een taart. Er zijn van die mensen waar je altijd een beroep op kunt doen. Zij steken als eerste de vinger op als er om hulp gevraagd wordt en zijn breed inzetbaar. Zo iemand is Ikram Elbaz volgens Mieke Reijner, opvoedondersteuner en Tine Berkens wijkwerker bij Divers.

Mieke en Tine hebben de wijkkrant benaderd met het verzoek Ikram te verrassen met een taart.



Als dank voor alles wat zij voor basisschool het Rondeel doet. Mieke begeleidt in het Rondeel moeders die iedere dinsdag, nadat ze hun kind naar school hebben gebracht, samenkomen in de zg. ouderkamer. Daar drinken ze samen koffie of thee en praten met elkaar over allerlei onderwerpen. Ook Ikram komt daar altijd naar toe dus dat lijkt Mieke en Tine een leuke plek om haar te verrassen. Die dinsdagochtend staan wij als redactie van de wijkkrant dan ook al vroeg met de taart bij basisschool het Rondeel en volgen we Mieke naar de ouderkamer. Daar komen de moeders, waaronder Ikram, een voor een binnendruppelen. Als iedereen binnen is wordt uitleg gegeven waarom er mensen van de wijkkrant aanwezig zijn. In iedere wijkkrant worden mensen die iets bijzonders doen voor elkaar, de burens of de wijk, in het zonnetje



gezet en een taart aangeboden. Mieke vertelt dat deze keer Ikram degene is die de taart overhandigd zal worden. 'Ikram is degene die altijd wil helpen, die zonder iets te vragen de tafel dekt, alles opruimt

en afwast, die kleine kwarweitjes verricht, noem het maar op. Zij staat altijd klaar voor iedereen. Tine vult nog aan: 'Ikram helpt niet alleen vrijwilliger bij het ontbijt op school, ze kookt ook mee bij Eten aan de

Aa. En wat zo fijn is: Ikram heeft een heel opgeruimd karakter, ze lijkt nooit boos. We zijn allemaal blij met haar'. Mieke benadrukt dat Ikram de taart krijgt omdat zij echt het meeste doet. Maar ook de andere aanwezige vrouwen zijn actief bezig op de school en daarom wordt besloten de taart maar meteen aan te snijden zodat iedereen er van kan genieten. Ikram, ook namens de wijkkrant: hartelijk dank voor alles wat jij altijd doet voor iedereen. ●



Boontjes uit Cuba

door Marian Vonk

Dit voorjaar zijn we met vrienden naar Cuba geweest. We hebben onder meer rondgereden in een prachtige oldtimer. Die zie je nog veel op dit eiland. We wilden graag écht Cubaans eten. Dan kan want er zijn genoeg eettentjes. Soms heeft een familie een bordje aan de muur: Casa Particulare. De gastvrouw vertelt wat ze in huis heeft. Je moet dan wel even wachten. Er wordt vers én authentiek gekookt.

Het hoofdvoedsel op Cuba bestaat uit bonen met rijst. We zagen die zwarte bonen op het land staan en zo kwam het gesprek op onze moestuin. Zouden die zwarte bonen bij ons willen groeien? 'Proberen', zegt onze gids Renado. 'Kom, we gaan naar de

markt, dan laat ik je meteen zien hoe ons geldsysteem werkt.' Fidel Castro heeft twee muntsoorten voor Cuba bedacht: De Peso voor Cubanen en de Convertibel voor buitenlanders.. Op die manier dragen bezoekers royaal bij aan de Cubaanse economie. Renado kocht voor mij een pond bonen en betaalde met Cubaanse peso: omgerekend zo'n 4 cent. Veel Cubanen moeten rondkomen van € 60,- per maand. Basisvoedsel is hier goedkoop. Mijn vriendin Trudy kocht boontjes met toeristengeld. Zij betaalde ruim een euro. De zwarte bonen deden het niet goed op onze tuin. Die hadden meer warmte nodig. Trudy maakte met onze eigen tuinoogst een groenteschotel die goed combineert met bonen en rijst.

Recept groenteschotel

Nodig: blik zwarte boontjes, 3 mid-



delgrote uien, 2 teentjes knoflook, 10f 2 Spaanse pepers, 1 paprika, één of twee tomaten, naar keuze een winterwortel, een prei, een restje sperziebonen, theelepel komijn, 2 eetlepels verse oregano, 3 blaadjes laurier, scheutje azijn.

Bereiding: Kook de gesneden winterwortel, of de boontjes 10 minuten. Hak de uien, de teentjes knoflook, de paprika en de pepers grof. Snijd de prei in ringen, de tomaat in stukken. Van de pepers haalt u de zaden weg



en ook de zaadlijsten, als u niet van pittig houdt. Fruit dit mengsel en voeg toe: de kort gekookte groenten, de stukken tomaat, de komijn, verse oregano en een scheutje azijn. Warm de bonen op met 3 blaadjes laurier. Bonen eet je op Cuba met rijst. In bonen zitten veel eiwitten. Vlees is dus niet nodig. Wil je wel een stukje vlees: kip smaakt hier lekker bij, geruld gehakt door de groenteschotel kan ook.

Lijkt tuinieren u ook leuk?

Zelf groente, kruiden en bloemen telen? Kijk dan op onze website: atudeoosterplas.nl, of bel voor informatie Anton Van Rijn, 06-51315247. De tuinen liggen aan de Oosterplaspweg nr. 49. Elke woensdagmiddag is onze kantine van 13.30 tot 16.30 uur open. Voor een kopje koffie en meer informatie bent u daar van harte welkom. ●