

Wijkkrant Oost

DE WIJK WAAR DE ZON OPKOMT

EN VERDER

3



Open huizen van verzet Hinthamerpark

5



Team Buurtzorg: Eerst buurten dan zorgen

7



gemeentelijke pagina

8



Achter de voordeur bij Gildas en Jarka Delaporte

8



Bedankt Mia Beekveld

door Mieke Verberne

Eind oktober 2014 werd de aftrap gegeven voor 'Vrij Spel', een woonproject tussen de Aa-Wijk Noord en Hintham. De gemeente 's-Hertogenbosch wilde met dit 'Jan Sluijtersproject' kopers veel ruimte geven om woning en woonomgeving geheel naar eigen wens te realiseren. De interesse bleek groot en de kavels waren snel verkocht aan zelfbouwers, samenbouwers en deelnemers aan CPO- projecten (Collectief Particulier Opdrachtgeverschap).

Na jarenlang overleg, procedures en onderhandelingen werd in april 2017 door de eerste toekomstige bewoners gestart met bouwen. Bij de een ging dat razendsnel, in het najaar van 2017 was het eerste huis klaar, terwijl bij een ander nu pas de fundering is gestort. We spraken één van de bewoners van CPO project 'Jan Sluijters here we come'. (CPO wil zeggen dat een groep geïnteresseerden samen grond koopt en vanaf het begin tot het eind zelf bepaalt hoe gebouwd wordt en met welke partijen (architect, adviseurs,

Welkom in je eigen droomhuis in Oost



aannemer) wordt samengewerkt). Veertien deelnemers telt deze groep die na veel overleg overeengekomen zijn hoe hun huis er uit moet komen te zien. Een ding was duidelijk; de huizen moesten energieneutraal worden. Een architect heeft die woonwensen gerealiseerd en dat betekent dat de huizen geen gasaansluiting hebben, maar wel zonnepanelen en warmtepompen. Ruim drie jaar kostte het om te komen van droom tot werkelijkheid. En eind maart van dit jaar was het zover: de sleutels werden overhandigd en de bewoners konden eindelijk verhuizen naar hun droomwoning. Volgens de bewoner die we spraken is het mooier geworden dan ze van te voren had verwacht

behoorlijke tuin op een mooie locatie en helemaal naar hun zin. Zij hebben een architect gezocht die volgens hen het beste paste bij hun plannen. Ze zijn erg blij met het resultaat en wonen er vanaf december met veel plezier.

Wim en Anneke van de Ven en hun zoon Sander en schoondochter Bianca (met dochttertje Evi) hebben een zg. duohuis oftewel twee onder een kap. Een hele klus want zij hebben bijna alles zelf gebouwd. Anneke en Wim zijn met pensioen en kunnen daarom meer tijd in de bouw steken dan Sander en Bianca die beiden een baan hebben. Vader en zoon hebben zich heel erg verdiept in hoe zij hun huizen zo milieuvriendelijk en energieneutraal konden bouwen en zij mogen zich daar intussen wel expert in noemen. Sinds eind maart wonen Anneke en Wim er. Omdat nog niet alles klaar is het eigenlijk



meer 'kamperen' dan wonen "maar het einde van de bouw komt in zicht. Sander en Bianca wonen al vanaf het begin van de bouw in een woonkeet achter het huis maar zij zullen blij zijn als ze die kunnen vervuilen met hun nieuwe huis.

Mohamed Youssoufi is nog lang niet zo ver. Hij is nog in de beginfa-

se en hoopt dat in oktober 2018 het grootste deel van zijn woning klaar zal zijn. Hij verwacht wel dat er dan nog heel wat geklust zal moeten worden aan de binnenkant van het huis. Het wordt een huis in zesti-gerjaren stijl. Mohammed komt uit de Hambaken en hij verheugt zich er al op om straks in deze mooie wijk te komen wonen. ●



WIM EN ANNEKE VAN DE VEN



MOHAMED YOUSOUFI



PETER VAN ASPERT

Hoe goed kent u uw eigen wijk?

Op de foto is de overkapping te zien van voormalig boerderij/café 'Boerke van Osch'. Jan van Wamel, Helene van Griendsven en Wim Vernhout mailden ons met het goede antwoord. Nu is het al geruime tijd geen café meer zijn in het pand twee woningen gevestigd. Een aan de voorkant en een aan de achterkant.

In 1900 begon Adrianus van Osch hier naast zijn boerderij een café. Er stonden nog nauwelijks huizen aan wat nu de Graafseweg is maar er was wel een halte van de stoomtram. Ook de boeren, die de veemarkt op het huidige Kardinaal van Rossumplein bezochten hielden regelmatig halt bij dit café. ●



Wijkkrant niet in de bus gekregen?

Is de wijkkrant niet bij u bezorgd tussen 13 en 18 april? 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 ●

Vacature: Webredacteur

De redactie van Wijkkrant Oost heeft een vacature voor een webredacteur. Hier staat een aantrekkelijke vergoeding tegenover. De taak van de webredacteur is het plaatsen van (door derden aangeleverd) nieuws en informatie over activiteiten op onze website www.wijkkrantoost.nl. Dit in nauwe samenwerking met de redactie. Reken op wekelijks een paar uurtjes. In het begin misschien wat meer. Daarnaast neem je deel aan de redactievergaderingen (vijf keer per jaar) en denk je mee over de verdere ontwikkeling van de website. Voel je je betrokken bij de wijk? Vind je het bezig zijn met informatie via websites een leuke klus? Heb je vaardigheid in het maken van content voor een website? Zoek je een zinvolle tijdsbesteding en ben je bereid om je voor minstens een jaar aan deze klus te verbinden? Presenteer je dan via een kort mailtje aan de redactie: redactie@wijkkrantoost.nl en we nemen contact met je op ●

Rubriek Vrijwilligers

Stichting Actieve Senioren zoekt actieve vrijwilligers

De Stichting Actieve Senioren, beter bekend als de SAS, biedt in allerlei wijken van de stad activiteiten aan voor de actieve senior. Dat wil zeggen dat elke 55-plusser zoveel mogelijk in zijn of haar directe omgeving deel kan nemen aan betaalbare, leuke en interessante activiteiten. Vaak zijn die wekelijks, zoals bloemschikken, bridgen, darten of linedance. Er zijn cursussen Engelse, Franse, Spaanse en Duitse spreekvaardigheid en er zijn korte cursussen voor de computer, zoals bijvoorbeeld acht bijeenkomsten om Windows 10 onder de knie te krijgen. Als kers op de taart organiseert de Zomerschool55+ in de zomervakantie zo'n 100 korte activiteiten voor senioren uit de hele stad om kennis te maken met de activiteiten uit de verschillende wijken. De SAS is gesprekspartner van de gemeente als het gaat om het ouderenbeleid in de stad. Als SAS onderhouden we contacten met de



Opvang voor uw hond tijdens uw vakantie

Gaat u op vakantie, een weekendje weg of is er een andere reden waarom uw hond tijdelijk een goed opvangadres nodig heeft? Bij Dierentehuis 's-Hertogenbosch is uw hond van harte welkom! Uw hond is hier in goede handen. Tijdens het verblijf worden de honden meerdere keren per dag uitgelaten en is er de mogelijkheid tot loslopen op een van onze uitrenvelden. Alle honden hebben een eigen kennel (binnen en buiten verblijf) maar de kennels maken maar het is ook mogelijk om meerdere honden in een kennel te huisvesten. Dit gebeurt echter alleen op verzoek van de eigenaar of bij meerdere honden van een eigenaar. Houd er wel rekening mee dat de vakantieperiodes vaak erg druk zijn. Dus reserveer op tijd. **Dierentehuis 's-Hertogenbosch** Oosterplasweg 41 5215 HT 's-Hertogenbosch info@dierentehuisdenbosch.nl 073 641 24 17 ●

Coachen iets voor jou?

Dan ben je van harte welkom als vrijwilliger bij Welzijn Divers!

Welzijn Divers is op zoek naar betrokken vrijwilligers die benieuwd zijn naar het verhaal van een ander.

Als vrijwilliger begeleidt u een deelnemer 55+ in Den Bosch die op zoek is naar nieuwe contacten, ontmoetingsactiviteiten, vrijwilligerswerk of andere vormen van contact.

WIJ BIEDEN: een leuke groep collega's, een voorbereidende training en goede begeleiding.

De training gaat binnenkort weer van start.

VOOR MEER INFORMATIE: Saskia van Wijk, tel. 073-612 44 88 of mail naar: ontmoeting.en.contact@divers.nl.

Welzijn Divers

overige organisaties die zich inzetten om ouderen of liever gezegd senioren elkaar te laten ontmoeten en hen ontspanning en ontplooiing te bieden. Een lekkere actieve club mensen dus, die nu op zoek is naar een algemeen voorzitter en een penningmeester, omdat de huidige bestuursleden hun taken willen overdragen in verband met hun leeftijd. Ook in de diverse wijken

kan men trouwens nog wel een helpende vrijwilligershand gebruiken.

Benieuwd of een (bestuurs-)functie iets voor u is, of gewoon benieuwd naar wat de SAS voor u kan betekenen? Kijk eens op www.sasden-bosch.nl of neem contact op met het secretariaat: **Secretaris:** Ton Verhaeg Tel. 073-6210667 of 06-57339972

Knutselt u mee met 'Vrouwen aan de Aa'?

Vindt u het leuk om te knutselen en gezellig samen creatief bezig te zijn met een bakje koffie? Kom dan naar de activiteit van Vrouwen aan de Aa. Wij zijn een groep vrouwen uit Oost die twee keer in de week samen komen in BBS aan de AA. (Acaciasingel 77) op maandagochtend van 10.00 uur tot 12.00 uur en op vrijdagmiddag van 14.00 uur tot 16.00 uur. Wilt u graag meer informatie? Dan kunt u contact opnemen met Bets van Zoom, telefoonnummer: 06 — 55178932



Tien jaar wandelclub "Wij willen wandelen"

Wij willen wandelen is een wandelclub voor mensen met een beperking. Iedere woensdagavond komen de deelnemers bij elkaar om gezamenlijk een mooie wandeltocht te maken. Dat doen ze al 10 jaar. En met plezier want de meeste wandelaars zijn altijd aanwezig, weer of geen weer. 10 jaar is niet niks dus dat moet gevierd worden. De wandelaars waren op 7 april uitgenodigd om bij de woonvoorziening van Humanitas in de Javastraat bij elkaar te komen. Vandaar startte een wandeltocht naar Orthen. Tot grote verrassing van de wandelaars kwam de burgemeester persoonlijk langs om de trouwe deelnemers te feliciteren. Tijdens de wandeltocht stonden hen nog meer verrassingen te wachten. Bij de finish bij het Nico Schuurmanshuis waren familie en vrienden bij elkaar gekomen om de wandelaars met applaus binnen te halen en samen nog even stil te staan bij deze mooie mijlpaal. ●

Vrijwillige Thuishulp zoekt tuinvrijwilligers

Een oudere meneer uit Oost heeft MS en kan niet meer bukken en daardoor zijn eigen tuin niet meer onderhouden. Nu het voorjaar komt zou hij graag de tuin een beetje opknappen. Hij zoekt dus een vrijwilliger die hem hierbij zou kunnen helpen.

Een Mevrouw uit Oost met slechte knieën zou ook graag hulp hebben bij haar tuin. Dit gaat meer om onderhoud, een keer in de zes weken

Hebt U interesse of wilt U meer informatie dan kunt U bellen met: Vrijwillige Thuishulp team Oost, Marion Leeijen 06-46752847 ●

Wijkoverleg Graafsewijk Noord

Samen met andere bewoners zoeken naar mogelijkheden om de buurt nog leefbaarder te maken. Oplossingen zoeken voor concrete problemen of het ontwikkelen en uitvoeren van wijkinitiatieven en gezamenlijke projecten. Het verbeteren van de leefkwaliteit in de wijk. Samen de schouders eronder zetten.

Deze nieuwe vorm van overleg wordt gefaciliteerd door onze wijkmanager Paul Hilgers. Er zijn nauwe contacten met de wijkagent, de wijkwerker van Divers, Stadstoezicht, Zayaz en verschillende medewerkers van de gemeente (denk aan openbare ruimte en openbaar groen). Aan het wijkoverleg nemen vooral, en dit is heel belangrijk, vrijwilligers uit Graafsewijk Noord deel. Het staat iedereen vrij om deel te nemen aan het overleg. Beste wijkbewoners, we wonen in een prachtige wijk, een groene wijk. En

dit willen we zo houden. Maar het kan altijd nog beter en misschien bent u degene die een geweldig idee heeft voor een gezamenlijk nieuw project. Wij zijn dan ook op zoek naar vrijwilligers, jong of oud, die een steentje willen bijdragen. Wie wil er meewerken aan, meedenken over zaken die spelen in onze wijk? (En dan gaat het niet alleen over kapotte trottoirtegels). Meld je aan als vrijwilliger bij Henny de Beijer, secretaris van het wijkoverleg. Zij is te bereiken onder tel.nr. 06 — 44438150. Het Wijkoverleg Graafsewijk Noord kun je sinds kort ook terugvinden op Facebook. ●

Bericht van wijkagent Jelle Huisman

Beste wijkbewoners, Naast de momenten die ik al in de wijk aanwezig ben, kunt u mij ook bereiken via



0900-8844 of via de landelijke politiesite. Vanaf heden zijn we echter ook in het bezit van een mobiele werkplek waardoor we nog meer in de wijk aanwezig kunnen zijn. Zo zal ik op verschillende momenten in de maand gaan werken vanuit het buurthuis aan de Lucas van Leydenstraat 29. Daar ben ik voor iedereen aanspreekbaar. Zie het als een open spreekuur zonder vaste dagen of tijden. Als mijn fiets of auto voor de deur staat, ben ik aanwezig en kunt u gewoon binnenlopen. Dus heeft u vragen op het gebied van veiligheid en leefbaarheid? Schroom niet, de koffie staat klaar!

Jelle Huisman
Wijkagent Graafsebuurt-Noord en Aawijk-Noord

Colofon

April 2018 Oplage: 5300
jaargang 19, nummer 92

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

Redactie
Maria Homman, 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 93, 4 juni 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.

Open huizen van verzet in het Hinthamerpark

De samenwerkende oorlogs- en herinneringscentra hebben 2018 uitgeroepen tot Jaar van Verzet. In 's-Hertogenbosch en Vught gaat de organisatie van 'open huizen van verzet' op 28 en 29 april 2018 samen met de organisatie van 'open joodse huizen'. De 'open joodse huizen' startte drie jaar geleden in Vught in navolging van het landelijke project dat zijn oorsprong vindt in Amsterdam.

Bij de 'open huizen van verzet' is het doel om de verhalen van het leven van de verzetsstrijders te vertellen, zoveel mogelijk in de huizen waar ze in de oorlog woonden. De 'open

joodse huizen' vertelt de verhalen van de joodse inwoners van Vught en 's-Hertogenbosch in de huizen waar ze woonden voordat ze gedeporteerd en vermoord werden, mits deze huizen beschikbaar zijn. Zo niet dan wordt gekozen voor een andere locatie.

VERZETSSTRIJDER CHRIS SMITS

Chris Smits woonde met zijn gezin tijdens de oorlog in de Jasmijnstraat in het Hinthamerpark in Oost. Dit huis werd uitgeroepen tot hoofdkwartier van de knokploeg Margriet waar Chris lid van was. Chris werd geboren in Berlicum in 1914 en werkte bij de Waterleiding Maatschappij Oost-Brabant. De knokploeg pleegde o.a. overvallen

op distributiekantoren en was verantwoordelijk voor het liquideren van collaborateur 'De Kin'.

DOOR WIE EN WAAR?

Omdat het huis aan de Jasmijnstraat, waar Chris met zijn gezin woonde, op 28 april niet beschikbaar is wordt het verhaal over Chris en knokploeg Margriet op Koningsdag 27 april om 11.00 en 14.00 verteld door Ans Buys in de tent op het grasveld in de Kamperfoeliestraat in het Hinthamerpark.

WILT U MEER HUIZEN BEZOEKEN?

Raadpleeg dan het programma van 'Open joodse huizen' en 'Open huizen van verzet' op www.spreken-deherinneringen.nl (vanaf 24 april)



Meer informatie is te verkrijgen bij Annemieke Kamoschinski, een van de leden van de voorbereidingsgroep, tel. 06 10 57 89 06 of per mail: hakpz@xs4all.nl

De hark als leerschool

door Louise Pimperl

Vandaag zag ik twee jonge stagiaires een tuintje harken. Ze deden erg hun best. Ze harkten keurig in een boogje om alle obstakels heen, zoals takken en beeldjes. Het kwam niet in hen op om die obstakels op te tillen zodat ze de bladeren, die zich daaronder opgehoopt hadden ook konden wegharken.



Ik observeerde hen. Ik, die al een generatie verder ben. Ik complimenteerde hen met hun werk. Terloops nam ik de hark over en legde hen uit hoe je het ook kon doen. De jongeren keken aandachtig en ik hoorde ze denken: "Oh, ja, nu ziet het er nóg netter uit!" Gedrieën maakten we de klus af en keken voldaan naar het resultaat. Terwijl ze hun volle kruiwagen weg brachten, vergeleek ik het harken met het oplossen van een probleem. Zou het kunnen dat je aan de manier waarop iemand een tuintje harkt, kunt zien hoe hij of zij in het leven staat? Zou iemand die zorgvuldig om de beeldjes heen harkt, ook zorgvuldig om zijn problemen heen lopen? De jongeren kwamen terug en ik deelde mijn gedachte met hen. Beiden herkennen dit. Er kwamen voorbeelden van situaties waarin zij beseften dat zij moeilijkheden aan het ontwijken waren. Ik ging nog een stapje verder. Zou het dan ook zo kunnen zijn dat, als je jezelf aanleert dat je wél voortaan alles structureel oppakt bij het harken, je ook in het aanpakken van je problemen verder kunt komen? Mijn stagiaires zagen daar wel iets in. Zij gaan de komende tijd proberen hun hoofd figuurlijk 'op te schonen' door de komende tijd letterlijk dingen op te pakken. Om dit voornemen niet te laten verwateren blijven we daar in de komende tijd wekelijks of tweewekelijks over praten.

Samen rechtstreeks kopen van de boer

Buren gezocht voor Buurderij bij de Graafse Hof

Makker van de Akker Els en Sophie (namens de Transfarmers) openen op 9 mei een Buurderij bij buurtmoestuin de Graafse Hof aan het Mgr. Van Roosmalenplein nr 32.

Een Buurderij is een ontmoetingsplek waarbij lokale boeren en ambachtelijke producenten en burens met elkaar in contact komen. Buren kunnen elke week via de website <https://boerenburen.nl/> hun eigen boodschappenlijstje samenstellen en online betalen. In totaal nemen negen boeren & ambachtelijke producenten deel

aan Buurderij Den Bosch. Zij bieden wekelijks online lokale, voorname-lijk biologische producten aan zoals groenten, fruit, zuivel, vlees, brood, bloemen, thee en honing. Vanaf 9 mei zal elke woensdag van 16.30 u tot 18.30 de Buurderij plaatsvinden waar je de bestelde producten persoonlijk ontvangt van de Boeren terwijl je gezellig een praatje met ze maakt. Deelname aan een Buurderij is laagdrempelig en als buur zit je niet vast aan verplichte afname of een abonnement. Elke week beslis je zelf of je wilt bestellen en wat je wilt bestellen. Jij, als toekomstige



buur, kunt dit initiatief tot een succes maken door gratis lid te worden van onze Buurderij! Zo ondersteun je de lokale economie door direct te kopen bij de producent en de prijs te betalen die zij zelf bepalen. Samen zorgen we voor een minimaal aantal voedselkilometers en gaan we voedselverspilling tegen doordat de Boeren enkel de bestelde producten meenemen. Bovendien: alle producten smaken

prima en zien er geweldig uit!

Meld je aan op:

<https://boerenburen.nl/nl/join>
Houd de Facebook pagina in de gaten voor het programma van de feestelijke opening. www.facebook.com/BuurderijDenBosch
Heb je nog vragen? Wij horen het graag! Mail naar: buurderijdenbosch@gmail.com of bel met els of Sophie 06-43037716

Ontwikkelingen Patio en Boschgaard

Het college van B&W heeft op 13 maart besloten dat de gemeente medewerking verleent aan de plannen voor de Patio en het Mgr van Roosmalenplein 32. Dit is voor Boschgaard en Zayaz een belangrijke stap, vooral omdat plannen voor herinrichting van dit plein al 15 jaar stillagen.

We hopen dat er nu snel een start gemaakt kan worden met de realisatie van een sociaal, duurzaam en wijkgericht woningbouwproject. De plannen en de uitvoering daarvan zijn uniek in deze stad. De erkenning en ondersteuning door de gemeente is dan ook van grote waarde voor het project. Sophie Gruijters van Boschgaard en huidige bewoner van de Patio: "De tekeningen van onze architect Superuse zijn een mooie vertaling van onze ambities. We kunnen nu laten zien dat sociale woningbouw met minimale impact op het milieu ook betaalbaar kan zijn." Binnenkort wordt het haalbaarheidsonderzoek afgerond. Wanneer de uitslag daarvan positief is kan begonnen worden met bouwen aan een compact gebouw met negentien woonunits voor dertig mensen en een sociaal centrum voor de buurt. Architect Superuse uit Rotterdam heeft al twintig jaar ervaring als recyclingexpert. Het gebouw moet behalve energieneutraal ook met zo min mogelijk impact op het milieu gebouwd worden. Daarvoor hoopt Boschgaard zoveel mogelijk van gerecycled materiaal gebruik te kunnen maken. Boschgaard werkt voor de ontwikkeling van het

sociaal centrum graag samen met buurtbewoners om dit gedeelte van het gebouw zo goed mogelijk te laten aansluiten bij de behoefte van de buurt. Wil je meedenken of heb je ideeën laat het ons weten. Ook kritische vragen of bedenkingen horen wij graag om zo samen met u tot een passende ontwikkeling te komen.

contact: info@boschgaard.nl
www.boschgaard.nl

Advertentie

JOHN'S HAIRSTYLING

elke woensdag een
KNIPMIDDAG
voor kinderen (t/m 12 jaar)
voor 8,50 euro
Normaal 14.00 euro

JOHN'S ZONNESALON

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

SNELBRUINER: 1 X 7.00 EURO
10 X 63.00 EURO

Altijd zonder Afspraak
Volop gratis Parkeerruimte

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



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





Mededelingen vanuit 'S-PORT:

TREFFALTOERNOOI

Woensdag 7 februari was er weer het trefbaltoernooi in het Sportiom. Meer dan 200 kinderen uit groep 8 van basisscholen Oberon, het Rondeel, de Aquamarijn, de Kameleon, de Vlindertuin en de Driestroom hebben meegedaan. Van 09.00 tot 12.00 is er fanatiek trefbal gespeeld. Na een super spannende finale heeft team Oostenrijk het toernooi gewonnen.

LEFF START 17 APRIL 2018 IN ZUIDOOST!

LEFF is een gratis leefstijlprogramma voor kinderen van 7 tot 13 jaar die boven een gezond gewicht zijn. Kind en ouder werken samen om op een leuke manier in 10 weken fitter en gezonder te worden en te blijven. LEFF staat voor Lifestyle, Energy, Fun & Friends. Het is geen dieet of afvalprogramma, maar een manier van leven. Het gaat erom dat je samen plezier hebt in een gezonder leven!

Locatie: BBS Nieuw Zuid

Tijden: 10 weken iedere dinsdag en donderdag van 15.15 – 17.15 uur



Coaches: Mieke Reijner, Piet Adams en Kim van den Dungen

Data: 17 april 2018 t/m 28 juni 2018 (meivakantie geen LEFF) Kind én ouder aanwezig bij alle bijeenkomsten

Voor meer informatie of aanmelden voor informatiebijeenkomsten: Bel Mieke Reijner 06-50459340

STRAATVOETBAL VOORRONDES

Op woensdag 18 april spelen we de voorrondes voor het straatvoetbal. Kinderen in de leeftijd van 8-10

jaar kunnen een team samenstellen en spelen die middag wedstrijdjes tegen andere teams. Vanuit Zuidoost kunnen 2 jongenteams en 2 meidenteams door naar de finale straatvoetbal op 6 juni op de Parade in de stad!

KONINGSSPELEN

Op vrijdag 20 april zullen alle scholen weer meedoen aan de jaarlijkse Koningsspelen en het Koningsontbijt. Scholen ontbijten op school en hebben daarna een leuke sportdag op verschillende locaties! Geef je als

ouders op om te helpen!

27 MEI VESTINGLOOP

Wie doet er mee met de Vestingloop? Wie durft het aan? Op zondag 27 mei vindt de Vestingloop plaats in de binnenstad van Den Bosch. De 1 km Kidsrun is een leuk onderdeel om aan mee te doen. De kinderen krijgen een leuke warming-up, lopen de wedstrijd en ontvangen allemaal een medaille. De kidsrun start in de Vugterstraat en eindigt op de parade!

Aanmelden kan via: <http://www.vestingloop.nl/kidsrun/inschrijven> en is GRATIS!

BOSSCHE SPORTWEEK

De Bossche Sportweek staat de gehele week in het teken van sporten, bewegen en gezondheid. De Bossche Sportweek is van 18-22 juni. De scholen bieden deze week allerlei leuke sportieve activiteiten aan waar de kinderen aan mee kunnen doen. Want bewegen is leuk en nog goed voor je ook!! Het thema tijdens de Sportweek is; Weg ermee! We gaan het over verspilling van voedsel hebben. De Sportweek wordt afgesloten met de welbekende super gave Baggerloop!!

BAGGERLOOP

Op vrijdag 22 juni organiseert 'S-PORT samen met Oosterplas doet! de Baggerloop. Duizend kinderen van alle basisscholen en een aantal middelbare scholen uit Den Bosch gaan meedoen aan dit fantastische evenement. De Baggerloop is een run rondom de Oosterplas. De kids komen allerlei obstakels tegen zoals; touwklimmen, door het water, de zeepbanen, de indianenbrug, de apenhang, vloten, strobalen en ga zo maar door. Het wordt een ongelooflijk tof parcours!! Ook ouders kunnen dit jaar meedoen; houdt de brief vanuit school goed in de gaten! ●

Cultuur op montessorischool de AQUAmarijn

Op onze school staat cultuuronderwijs de komende jaren extra in de belangstelling.

Wij gaan werken aan de volgende disciplines: drama, beeldend, dans, literatuur, cultureel erfgoed en muziek. Elk jaar staat er een discipline centraal waarin we ons verder willen ontwikkelen. Dit jaar doen we voor het tweede jaar mee aan StaccATO. Dit

is een project van drie jaar waarbij stagiaires van de Fontys muziekopleiding de leerkrachten inspireren met muziekinstrumenten en nieuwe ideeën op het gebied van muziekonderwijs. Volgend jaar gaan we ons meer richten op drama. Leerkrachten volgen workshops drama waardoor we de lessen nog meer inhoud en betekenis kunnen geven. Bij ons op school mogen de kinderen de vakken rekenen, taal en we-

reldoriëntatie koppelen aan cultuureducatie om creatief en betrokken onderwijs te creëren. Met zang en dans hebben de kleuters laten zien dat zij deze disciplines al verwerken in hun voorstellingen voor ouder(s) en leeftijdgenoten.

Hierbij ziet u foto van de kleuter-musical: 'Het geheim van Joris en Draakje'. In dit verhaal komen de dromen van Joris tot leven. ●



Nieuws van het Rondeel

W De afgelopen periode is het op Het Rondeel weer hard gewerkt! Ook hebben er veel bijzondere activiteiten plaats gevonden:

WEEK VAN DE LENTEKRIEBELS

Het Rondeel doet elk jaar mee met de 'Week van de Lentekriebels'. Zo leren we bijv. over verschillen tussen jongens en meisjes en hoe een baby in de buik groeit. De onder-

bouwgroepen zijn als afsluiting naar de kinderboerderij geweest. Deze week hebben alle kinderen ook een plantje in de schooltuin geplant. Zo kan de lente echt beginnen!

WIJ TREKKEN AAN DE BEL!

Op 21 maart hebben wij aan de bel getrokken voor het Liliane Fonds. Zo hebben we aandacht gevraagd voor kinderen met een handicap in ontwikkelingslanden die niet naar



school kunnen of mogen. Yuri van Gelder kwam ons hierbij helpen! Hij heeft het startsein gegeven, en met de hele school hebben we 1 minuut lang zoveel mogelijk herrie gemaakt!

SCHOOLREISJE

Na flink wat nachtjes aftellen, was het eindelijk tijd voor het schoolreisje! De groepen 1 t/m 4 hebben zich kunnen uitleven bij Hulle. Daar hebben de kinderen gespeeld in de ballenbak, gesprongen op trampolines en met hele grote legoblokken gebouwd. De groepen 5 t/m 8 hebben zich een dag kunnen vermaken in de Efteling. In groepjes hebben ze alle attracties van het park kunnen ontdekken. Wat hebben we een geweldige dag gehad! Ook de komende periode staat er nog veel leuks op de planning:

GROTE REKENDAG

Ook dit jaar doen we op het Rondeel weer mee met 'De Grote Rekendag'. Deze hele dag zal in het teken staan van rekenen, op een leuke en speelse manier. Zo doen we spelletjes, werken we in circuits en gaan we aan de slag met rekenpuzzels. Dit doen we samen met leerkrachten én ouders. We hebben er weer zin in!

TECHNIEKWEEK

Tijdens de techniekweek zal elke klas zijn eigen onderzoeksvraag bedenken, rondom een thema, zoals:

zintuigen, bellen blazen en bruggen bouwen van papier. Gedurende de week voeren de kinderen hun eigen onderzoek uit, en maken ze hier een vlog van, die ze vervolgens aan elkaar zullen presenteren.

Uw kind inschrijven op onze school 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 ●



door: Maria Hornman

Op de eerste verdieping van het Medisch Centrum Den Bosch Oost heeft Buurtzorg Oost haar kantoor. Buurtzorg is een thuiszorgorganisatie die verpleging en persoonlijke verzorging aan huis biedt. Tonny van Haaren en Maïke Boelaars, twee verpleegkundigen van de in totaal tien teamleden, zeggen het leuk te vinden om juist voor Wijkkrant Oost hun verhaal te doen. Want het werken in deze wijk vinden ze uitdagend door de grote variatie aan mensen en problemen. Ze merken dat Buurtzorg nog niet altijd bekend is bij mensen. "Wij maken namelijk geen reclame en hebben geen auto's met Buurtzorg erop." Het kenmerk van Buurtzorg is dat het alle waardevolle elementen van de vroegere 'wijkzuster' in ere wil herstellen. Het team is zelfsturend en kan alles rondom de zorg zelfstandig en naar eigen inzicht regelen.

OVERAL KORTE LIJNTJES

Maïke: "Ons team bestaat uit zes vaste medewerkers en vier flexibele krachten. Verpleegkundigen en ziekenverzorgenden. Na de ochtendronde komen we altijd in dit kantoor bij elkaar om te lunchen en met elkaar van gedachten te wisselen. We zitten hier in het Medisch Centrum op een perfecte plek. Voor overleg met andere



disciplines hoeven we maar even de deur uit te lopen." Tonny: "We maken onze eigen roosters en plannen en beoordelen zelf bij een nieuwe aanvraag voor zorg wat iemand nodig heeft. Binnen grote thuiszorgorganisaties heb je daar meestal verschillende mensen voor. We onderhouden zelf contacten met huisartsen, specialisten, behandelers en mantelzorgers. Zo hebben we overal onze korte lijntjes. Voor zaken als salaris, huisvesting, financiële administratie, computersystemen worden we ondersteund door het hoofdkantoor van Buurtzorg, die dit voor alle teams in het land regelt."

SOMS EEN CLIËNTENSTOP

Tonny en Maïke: "In onze planning zorgen we ervoor dat onze

cliënten zoveel mogelijk dezelfde gezichten te zien krijgen. Soms zijn we gedwongen een cliëntenstop in te stellen omdat we anders onze kwaliteit van de zorg niet meer kunnen garanderen. Dat doen we niet graag maar we denken in zo'n geval altijd mee over andere oplossingen. De zorg die we geven is heel divers: van kort- tot langdurend. We leveren 24 uur zorg en nacht-zorg bij cliënten die bij ons in zorg zijn als mantelzorgers dit zelf niet kunnen

We vinden het belangrijk dat mensen zo lang mogelijk zelfstandig kunnen leven en wonen. Daarvoor werken we nauw samen met fysiotherapie en ergotherapie. Er zijn zoveel hulpmiddelen beschikbaar

en aanpassingen in huis mogelijk. Denk aan hulpmiddelen om zelfstandig steunkousen aan en uit te doen en aan aanpassingen zoals een douchestoeltje. We blijven ook niet langer zorg geven dan nodig is. Na een heupoperatie bijvoorbeeld kijken we hoe we de zorg verantwoord af kunnen bouwen."

EERST CONTACT MAKEN

'Eerst Buurten dan Zorgen' is het motto van Buurtzorg. Wat betekent dit in de dagelijkse praktijk? Tonny: "Het gaat allereerst om contact maken en iemands wereld te leren kennen. Wij zijn te gast in iemand's privéwereld. Wat is belangrijk voor iemand? Waar put iemand kracht uit? Sommige mensen willen helemaal geen zorg, terwijl ze die juist hard nodig hebben. We proberen er dan achter te komen waar die afweer vandaan komt. Maïke: "Soms gaan we dan een paar keer per week op bezoek om vertrouwen te winnen."

Tonny en Maïke merken dat de rol van mantelzorgers steeds belangrijker wordt. Tegelijkertijd wordt daarmee het gevaar van overbelasting groter. Tonny: "Dit houden we goed in de gaten. We hebben een keer per half jaar een familiegesprek en dan brengen we overbelasting ter sprake. We gaan dan op zoek naar mogelijkheden om de druk op de mantelzorger wat te verlichten. Soms is dat dagopvang, of het inschakelen van een vrijwilliger vanuit Divers."

VROEGER WAS HET VOLKSER

Tonny werkt al acht jaar in Oost wijk en Maïke zes jaar. Wat merken zij aan veranderingen? Natuurlijk merken ze het effect van de sluiting van bejaardenhuizen. Het aantal thuiswonende mensen met dementie is flink toegenomen. Ook de problemen van mensen zijn complexer geworden. Ze zien veel schuldenproblematiek. Ze vinden het karakter van Oost veranderen. Tonny: "Vroeger was het veel 'volks' hier. Iedereen zat op de stoep voor het huis." Ze merken verder dat het voor mensen erg moeilijk is

de weg te vinden in zorgland. Veel mensen weten niet waar ze terecht kunnen.

Voor Tonny en Maïke is het werken bij Buurtzorg de baan waarin ze hun hart voor de mensen en hun deskundigheid helemaal kwijt kunnen. Niet gehinderd door overbodige regeltjes en managers. "In een grote organisatie ben je slechts een poppetje, dat haar kunstje mag doen", zegt Maïke hierover.

Werken bij Buurtzorg vraagt veel toewijding. Met een negen tot vijf mentaliteit red je het niet. Maar je krijgt er wel erg veel voor terug! ●

Nieuws van de Zonnebloem



Wij zijn heel blij met onze nieuwe locatie op Wijkplein Oost aan de van Broeckhovenlaan 4a.

Op 1 mei houden we ons voorjaarsfeest. Inmiddels hebben onze gasten een paaspakketje ontvangen. Het is zo mooi om te zien hoe mensen reageren als wij hen dit pakketje overhandigen. Zijn er mensen die altijd bij ons kwamen voor activiteiten of die bezocht kregen van onze vrijwilligers?

Hebt u sinds een tijdje niets meer van ons gehoord? Bel dan naar de onderstaande telefoonnummers. Verder zijn we nog steeds op zoek naar vrijwilligers vanaf ongeveer 30 jaar, waaronder enkele verpleegkundigen. Zonder verpleegkundige mogen wij niet weg met de gasten. Hebt u interesse dan kunt u bellen naar: Ria de Kock: 073-6142600 of Tonnie van Aar: 073-6425481. ●

Buurtzorg is per email en per telefoon bereikbaar.

denboschoost@buurtzorgnederland.com telefoon: 06 10 36 61 53

Heeft u vragen over zorg of maakt u zich bijvoorbeeld bezorgd over uw ouders? U kunt altijd bellen of mailen. Het liefst 's-middags. Een handige website met tips en instructiefilmpjes hoe iemand zo lang mogelijk veilig thuis kan blijven wonen is www.samenbeterthuis.nl ●

Een teek? Pak 'm beet!!



Teken zijn kleine beestjes, ze lijken op spinnetjes. Ze zitten in het groen, vooral in het bos maar ook in het park en in de tuin.

Teken kruipen op mensen of dieren en zuigen zich dan vast om bloed op te zuigen. Ze zijn er vooral in het voorjaar en de zomer. In het bijzonder kinderen die veel buitenspelen en veel in de natuur zijn, hebben kans op tekenbeten. Zorg dat het lichaam van uw kind zoveel mogelijk bedekt is wanneer ze buiten in de natuur zijn. Lange broek met de broekspijpen in de sokken, gesloten schoenen, shirt met lange mouwen en shirt in de broek. Blijf zoveel mogelijk op de wandelpaden en vermijd het lange gras en struikgewas. Het is belangrijk om na het buiten zijn, jezelf of je kind nauwkeurig te controleren of er teken zitten op het lichaam of op de kleren. Kijk goed want ze zijn heel klein en dus bijna niet te zien. De teken bijten zich het liefst vast bij de knieholtes, de

oksels of achter de oren. De teken voel je meestal niet. Controleer elkaar! Verwijder de teek direct met een puntig pincet of een "teken verwijder pincet". Smeer niets op de teek voor het verwijderen.

ZIEK DOOR TEKEN

In Nederland brengen de teken de ziekte van Lyme over. De teek is dan besmet met de Lyme bacterie. Let drie maanden lang op klachten zoals: Een huidverkleuring die groter wordt, koorts, spierpijn en gewrichtspijn. Ga bij deze verschijnselen direct naar uw huisarts. Ziekteverschijnselen door een infectie met de Lyme bacterie moeten behandeld worden met antibioticum.

Vragen? Meer informatie vind je op: https://www.rivm.nl/Onderwerpen/T/Tekenbeten_en_lyme/De_tek Of raadpleeg de jeugdverpleegkundige op school. ●

DUO fietsen

Zin in een gezellige en gezonde activiteit bij u in de wijk?

Het voorjaar komt eraan. Heerlijk om samen een fietstochtje te maken. U mag gebruik maken van een duofiets van Van Neynsel. Dit zijn de plaatsen waar een duofiets staat.

Van Neynsel Antoniegaarde, Zuid Willemsvaart 509 's-Hertogenbosch
Van Neynsel De Grevelingen, Grevelingen 66 's-Hertogenbosch
Van Neynsel Eemwijk, Eemweg 114 's-Hertogenbosch

Lijkt het u leuk om als deelnemer of als begeleider te fietsen?

Neem contact op met buurtsportcoach José van den Broek gemeente 's-Hertogenbosch 06 52 58 41 08 jm.vandenbroek@s-hertogenbosch.nl ●

Gratis Spreekuur in de wijk

Bent u op zoek naar een activiteit in de wijk? Denk aan bewegen, sporten, gezonde leefstijl of andere activiteiten? Kom gerust naar ons gratis Samen gezond spreekuur.



Maandag van 09.30 – 10.30 uur gezondheidscentrum Samen Beter, Palmboomstraat 127
Maandag van 11.00 – 12.00 uur medisch centrum Den Bosch Oost Van Broeckhovenlaan 6

Fijn als u belt of mailt voor een afspraak naar José van den Broek 06-52584108 jm.vandenbroek@s-hertogenbosch.nl ●

6 | Activiteiten

Activiteiten Buurthuis Graafsewijk Noord



Werkgroep
Graafsewijk Noord



Adres:
Lucas van Leijdenstraat 27

LOSSE WEEKENDACTIVITEITEN APRIL:

Vrijdag 06 april Kaarten
inschrijving vanaf 20.00 u
Zaterdag 07 april
Doedag* 10.30 – 12.00 u
Vrijdag 13 april
Kinderdisco 18.30 – 20.00 u
Vrijdag 27 april
Koningsdag* 09.00 – 12.00 u
Zaterdag 28 april Oranje-
bal 20.00 – 00.30 u

* voor deze activiteiten dien je je
vooraf op te geven bij: Anja Bau-
doin, Elzenstraat 17,
tel: 073 – 614 40 70

MEI:

Vrijdag 04 mei Kaarten
inschrijving 20.00 uur
Vrijdag 11 mei
Kinderdisco 18.30 – 20.00 uur
Zaterdag 12 mei Knutselen
Moederdag* 10.30 – 12.00 uur
Zaterdag 19 mei Tafelvoetbal-
toernooi* Aanvang 20.00 uur
Zaterdag 26 mei
Kinderbingo* 14.00 – 15.30 uur

JUNI:

Vrijdag 01 juni t/m 03 juni Kamp*
vanaf 7 t/m 14 jr
Vrijdag 08 juni Kaarten
inschrijving 20.00 uur
Zaterdag 16 juni Knutselen Vader-
dag* 10.30 – 12.00 uur
Vrijdag 29 juni
Beach Party 18.30 – 21.00 uur

* 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 GROEFSEWIJK NOORD

Maandag 18.30u – 19.30u
Steps Volwassenen
Maandag 19.30u – 20.30u
Beatballet Volwassenen
Woensdag 14.45u – 16.00u
Kinderknutselclub 5 t/m 12 jaar
Donderdag 18.30u – 19.30u
Kinderdansgroep vanaf 6 jaar

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.

KONINGSdag 2018

Op vrijdag 27 april is er in en
rondom het buurthuis weer van al-
les te beleven.
Het programma ziet er als volgt uit:
09.00 uur Versieren fietsen, steps
e.d.
09.30 – 10.00 uur Reveille/Optocht
van versierde fietsen e.d. met Jong
Amantius
10.00 – 12.00 uur Spelletjesoch-
tend
De mooiste versierde fiets wordt
beloond met een leuk prijsje. Wil jij

hieraan deelnemen geef je dan voor
23 april a.s. op bij Anja Baudoin,
Elzenstraat 17 te 's-Hertogenbosch.

ORANJEFEEST 2018

Op zaterdag 28 april a.s. organi-
seert Werkgroep Graafsewijk Noord
weer haar traditionele Oranjebal.
Een gezellige feestavond met een
playbackwedstrijd voor groot
en klein en diverse artiesten. Een
uitstapje voor het hele gezin. Wie
neemt er dit jaar de wisselbeker en
publieksprijs mee naar huis????
Heb je zin om mee te doen schrijf je
dan in via:
wgn@home.nl of kom gezellig kij-
ken. Tijd: 20.00 – 00.30 uur.

ROMMEL-/JAARMARKT

Werkgroep Graafsewijk Noord
opent haar seizoen weer met een
grandioze rommel- en jaarmarkt op
de schoolpleinen aan de Lucas van
Leijdenstraat met meer dan zestig
kramen, verschillende activiteiten
voor de jeugd, het Rad van Avon-
tuur en live-muziek. Noteer alvast
in uw agenda: Zondag 19 augustus
a.s. van 11.00 – 17.00 uur.

BEWEEG U FIT:

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 of kijk op www.s-port.nl.

Activiteiten Kinderboerderij/ zorgboerderij Oosterhoeve



Vaste wekelijkse activiteit:

ACTIVITEITEN OOSTERHOEVE IN APRIL, MEI, JUNI, JULI

APRIL :

2 paaseieren zoeken voor de
kinderen
4 pannenkoeken vanaf 14.00u
5 uitgebreide lunch (12.30u) met
aansluitend natuurfilm
11 pannenkoeken vanaf 14.00u
12 driegangenmenu 17.00u (
woensdag aanmelden) € 4,50
18 pannenkoeken vanaf 14.00u
18 lezing antroposofisch Studie-
centrum, openbaar
19 uitgebreide lunch (12.30u) met
natuurfilm
23 april t/m 5 mei alleen de ochten-
den open i.v.m. vakantie

MEI :

7 open inloop van 16.30u tot
18.00u, soep en brood
9 pannenkoeken



16 pannenkoeken
16 lezing antroposofisch studiecen-
trum, openbaar
17 uitgebreide lunch en natuurfilm
20 lentemarkt, u kunt nog een
kraampje reserveren
23 pannenkoeken
24 driegangenmenu 17.00u
30 pannenkoeken

JUNI :

4 open inloop 16.30u tot 18.00u
met aansluitend voorlezen voor
volwassenen
6 pannenkoeken
7 driegangenmenu
13 pannenkoeken
14 lunch met film
20 pannenkoeken
21 driegangenmenu
27 pannenkoeken
28 lunch met film

JULI :

2 open inloop 16.30u- 18.00u met
aansluitend een filmhuis-film
4 pannenkoeken
5 driegangenmenu
7 juli t/m 19 aug. halve dagen open
i.v.m. vakantie ●

Activiteiten Wijkcentrum De Stolp

MAANDAG

09.30 uur Beweeg u
fit Yoga (Vivent)
09.30 uur Gezond
bewegen (van Neijns-
sel)
10.45 uur Beweeg u fit Yoga (Vivent)
10.45 uur Gezond bewegen
(van Neijnsel)
13.30 uur Bingo
19.00 uur Biljartver. de Stolp
20.00 uur Muziekver.
"De Vriendenkring"

DINSdag

09.00 uur Computer les
13.00 uur Beweeg u fit Gym (Vivent)
13.30 uur Creatafel
19.00 uur Theorieles Auto
20.00 uur Harmonie Cathrieux

WOENSDAG

09.15 uur Do-In Yoga
09.30 uur Samen wandelen
13.00 uur Biljartver.
'T wordt nooit wé
13.00 uur Fysiotherapie B Derxks
14.00 uur Computerles
19.00 uur Do-in Yoga
19.30 uur Hengelsportver. HSV
20.00 uur Improvisatiever.
Zoetelieve

DONDERDAG

13.30 uur Smartlappenkoor de Bos-
sche Jankers
13.30 uur Rijbewijs Keuringsarts (3e
donderdag van de maand)
19.00 uur zwangerschapsgym
20.00 uur C.V de Mexicanen
20.00 uur Koor Voluum

VRIJDAG

09.00 uur Yoga
10.30 uur Yoga
20.00 uur C.V de Gieters

ZONDAG

11.00 uur
C.V de Vrolijke Vagebonden ●

Activiteiten Vicki Brownhuis



Dinsdag 17 april 2018 van 10 tot
12 uur: Meditatief boetseren of
mandala tekenen,
Dinsdag 17 april 2018 's-Middags:
Gezichtsmassage op afspraak. Bel
of mail hiervoor.
Woensdag 18 april 2018 van 9.30
tot 11.30 uur: Inlooppreekuur
Vicki Brownhuis in Jeroen Bosch
Ziekenhuis, afdeling Oncologisch
Centrum
Woensdag 18 april op afspraak:
Ontspannende voetmassage. Bel
of mail voor een afspraak.
Donderdag 19 april om 9.30: Wan-
delen (circa 5km). Bel of mail voor
nadere informatie
Donderdag 19 april van 14.00 tot
16.00 uur: Breimiddag Breibo-
ezems.
Op deze middag zijn de ervaren

breisters die al eerder voor Stich-
ting Breiboezem [www.voeljeweer-
vrouw.nl](http://www.voeljeweer-
vrouw.nl) hebben gebreid, van
harte uitgenodigd om weer te
komen breien bij ons in huis onder
begeleiding van Nelleke den Har-
tog. BreiBoezems zijn ideaal voor
vrouwen die op zoek zijn naar
een goed alternatief voor silico-
nen protheses. De comfortabele
borstprotheses van BreiBoezem
worden gebreid van zacht katoen
met een lichte vulling waardoor
ze ademend zijn en wasbaar.
Zij worden gratis geleverd door
heel Nederland via een groeiend
netwerk van distributiecentra en
inloophuizen.
Vrijdag 20 april 2018: Hoofd- en
handmassage op afspraak, bel of
mail voor een afspraak
Maandag 23 april: Ontspannende
voetmassage op afspraak, bel of
mail voor een afspraak
Donderdag 26 april: Diepte-ont-
spanning op afspraak.
Donderdag 26 april van 14.00 tot
16.00 uur: Bijeenkomst voor

mannen met prostaatkanker en
hun partners
Maandag 30 april om 13.30:
Zingen voor je leven in het Vicki
Brownhuis.
Woensdag 2 mei van 15.30 tot
17.30: Inlooppreekuur Oncolo-
gische Fysiotherapie in het Vicki
Brownhuis
Dinsdag 8 mei: Stoelmassage op
afspraak.

Dinsdag 8 mei vanaf 17.00 uur:
We gaan koken!
Maandag 14 mei van 10.00 tot
12.00 uur: Inlooppochtend voor
stomadragers en hun partner,

Vicki Brownhuis

Aartshertogenlaan 469
info@vbrownhuis.nl
of tel 073-6148550 ●





Wijkgericht

Wijkgericht Werken Oost/Hintham, april 2018
Editie Wijkkrant Oost

Samenwerken in Oost

Samenwerken. Vaak makkelijker gezegd dan gedaan. Zeker als er veel en erg verschillende partijen bij betrokken zijn. Daarom heeft onze stad in bijna alle wijken en buurten een vast overleg met buurtprofessionals; de gemeente, de woningbouwcorporaties, de wijkagent en de buurtwerkers. Ook in Oost (en Hintham) hebben we een dergelijk overleg. We noemen dat het 'leefbaarheidsoverleg Oost'. Onder leiding van de wijkmanager komen deze wijkprofessionals eens in de zes weken bij elkaar. Ze vertellen daar elkaar waar ze mee bezig zijn, bespreken specifieke problemen die in Oost spelen en proberen die zo goed en zo snel mogelijk op te lossen. Daarbij gaat het vooral om zaken die in de openbare ruimte spelen; parkeren en verkeer, spelen, veiligheid en bewonersactiviteiten (in de ruimste zin van het woord). Problemen 'achter de voordeur' zoals schulden en eenzaamheid, komen daar niet aan de orde. Daar is het Buurteam voor. Hoogstwaarschijnlijk zijn de meeste wijkprofessionals bij u in meer of mindere mate bekend. Maar we stellen ze graag nog eens aan u voor:

Gemeente 's-Hertogenbosch



Paul Hilgers
wijkmanager
p.hilgers@s-hertogenbosch.nl



Claudia van Eljndhoven
wijk-, buurt- en dorpsbudget
c.vaneijndhoven@s-hertogenbosch.nl



Frans van Hemert
stadtoezicht
f.vanhemert@s-hertogenbosch.nl



Marijke Pelders
manager 885 De Graaf
Aan de Aa
m.pelders@s-hertogenbosch.nl



Jasper Maas
Beheer openbare ruimte
jasper.maas@s-hertogenbosch.nl

Schoonmaakdag in Oost

Zaterdag 24 maart was de zwerfafvaldag met ruim 1200 deelnemers weer een groot succes! Ook in Oost deden tientallen bewoners – jong en oud – mee bij het opruimen van de wijk.



Woningbouwcorporaties



Marleen Bordat
Brabant Wonen
m.bordat@brabantwonen.nl



Ferry van Duijnhoven
Zayaz
f.vanduijnhoven@zayaz.nl

Wijkwerkers



Karima Khtoura
K.Khtoura@divers.nl



Kars van Eijck
K.vanEijck@divers.nl



Teddy Tempelmans
T.Tempelmans@divers.nl



Tine Berkers
T.Berkers@divers.nl

Wijkagenten



Eric van Dijk
eric.van.dijk@politie.nl



Jelle Huisman
jelle.huisman@politie.nl



Marc van Wijnen
marc.van.wijnen@politie.nl

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

door: Maria Hornman

Gildas en Jarka wonen op een onverwacht mooi plekje in Oost. Aan de Palmboomstraat op de hoek met de Acaciasingel met uitzicht op de Aa vanuit de woonkamer. In een hoekje in de voortuin staat een oer-Hollandse tuinkabouter. Dat zet je bijna op het verkeerde been. De bewoners achter deze voordeur zijn namelijk verre van 'oer-Hollands'. Gildas is afkomstig uit Frankrijk en Jarka komt uit Tjechië. Ze zijn allebei beroepsmusicus. Gildas speelt contrabas in de Philharmonie Zuid-Nederland en Jarka is violiste bij het Nederlands Philharmonisch Orkest in Amsterdam. De muziek bracht hen bij elkaar. Ze leerden elkaar als jonge studenten kennen op het Conservatorium in Utrecht. Jarka studeerde er viool en Gildas deed de Beiaardschool en studeerde contrabas.

AL 23 JAAR IN OOST

Toen Gildas een baan kreeg als contrabassist bij het voormalige Brabants Orkest verhuisden ze naar Den Bosch. Ze wonen nu 23 jaar in Oost. Eerst in de Cederstraat en sinds 12 jaar in de Palmboomstraat. Hun zoon en dochter zijn in Oost opgegroeid. Vertellend over zijn werk, blijkt Gildas een veelzijdig en

creatief persoon te zijn. Voordat hij in Nederland aan de Beiaardschool studeerde, had hij in Frankrijk al een opleiding tot beiaardier gevolgd. Hij was beiaardier in Dijon. Tijdens een festival van beiaardiers ontmoette hij de beiaardier van de Dom in Utrecht, die hem aanraade in Nederland verder te studeren. De Nederlandse Beiaardschool staat namelijk bekend als de beste ter wereld.

RUBRIEK
ACHTER de voordeur

TUSSEN DE KLOKKEN

Gildas is nu beiaardier in Oudewater, Schijndel en Geldrop. Op gezette tijden zit hij hoog in de toren tussen de klokken te spelen. Ook in de toren van de St. Jan in Den Bosch. Tijdens de Bossche Openluchtopera, die jaarlijks op de Parade wordt uitgevoerd, speelt hij bij wijze van voorproefje melodieën uit de opera op het carrillon. Alleen afgelopen jaar lukte dat niet vanwege ziekte. "Ik moet het tijdens deze uitvoeringen wel opnemen tegen het geroezemoes van al die mensen beneden op een overvolle Parade, die druk bezig zijn zich met stoelen en picknickmanden te installeren.

Bij:
Gildas & Jarka Delaporte

Maar het is wel erg sfeervol."

ZINGEN IN PLAATS VAN PRATEN

Het huis in de Palmboomstraat ziet er uit als een warme uitvalsbasis voor de veelzijdige activiteiten van Gildas en Jarka. Er staat een vleugel in de kamer en wanneer de klokken van de St. Jan luiden of het carrillon speelt, komen deze geluiden bij Gildas en Jarka tot hun grote plezier binnenwaaien. Jarka reist voor de repetities en uitvoeringen van haar orkest op en neer tussen Den Bosch en Amsterdam. Vanwege de bezuinigingen in de cultuursector gaat het Nederlands Filharmonisch Orkest bijna niet meer op tournee in het buitenland en zijn alle concerten in Nederland. Maar gelegenheid tot buitenlandse bezoeken zijn er genoeg met familie en vrienden in zowel Frankrijk als Tsjechië. Als Tsjechische houdt ze ervan om tijdens bezoek aan haar geboorteland gelegenheden te bezoeken waar veel gezongen wordt.

Ze komt uit de streek Zuid-Moravië. "Mensen zingen daar met elkaar zoals hier mensen met elkaar praten. Een hele avond lang zingen. Liederen met soms vijftien coupletten, die iedereen uit het hoofd kent. Ongelofelijk." Ze laat een dik boek zien met verzamelde liederen uit deze streek. "Na de Fluwelen Revolutie in 1989 (waarbij het communistische regime omvergeworpen werd, red.) kwam er weer ruimte voor de eigen cultuur. Nu is de belangstelling hiervoor, ook onder jongeren, weer opgeleefd. Ik zou graag eens een of twee jaar de tijd hebben om me verder te verdiepen in de volksmuziek, de liederen en bijbehorende dansen."

CD MET LEERLINGEN HET RONDEEL

Naast beiaardier en contrabassist is Gildas ook chansonnier. Hij treedt af en toe op met zijn chansons en heeft cd's opgenomen. Hij is helemaal weg van de gedichten van grote Franse dichters zoals onder andere Viktor Hugo. Hij heeft

deze gedichten op muziek gezet. Ook heeft hij enkele jaren geleden met leerlingen van basisschool Het Rondeel een cd gemaakt. Omdat op deze school kinderen met zoveel verschillende nationaliteiten zitten, zijn allerlei liedjes verzameld en is de oorspronkelijke tekst vervangen door een Nederlandse.

TOPKOKS BIJ 'ETEN AAN DE AA'

Gildas en Jarka hebben na zoveel jaren wonen in Oost de ervaring dat je mensen in de buurt niet zo gemakkelijk goed leert kennen. "Je ziet elkaar niet zoveel". Als 'buitenlanders' hebben ze zich echter nooit buitengesloten gevoeld. Gildas en Jarka hebben het regelmatig over 'die lieve mensen' als ze het over bekenden in de buurt hebben. De laatste tijd leren ze echter wel meer mensen kennen. Zo zijn ze samen met de buurvrouw al twee keer gaan eten bij 'Eten aan de AA'. Dat bevalt zo goed dat ze voor de derde keer gaan. De eerste keer hebben ze hun muziekinstrumenten meegenomen en gespeeld. Gildas: "Er wordt fantastisch gekookt door twee Marokkaanse vrouwen. Echte topkoks. Samen eten is een mooie manier om andere mensen te leren kennen. Dit moet echt meer bekendheid krijgen. Het is jammer dat een dergelijk sympathiek initiatief, waar zoveel aandacht en energie in gestoken wordt, nog zo weinig mensen bereikt. Ik wil echt reclame maken, dus schrijf dit vooral in de Wijkkrant." Als een Fransman zo lovend is over kookkunst in Oost, moet die wel de moeite waard zijn. ●

RUBRIEK

BEDANKT

Taart voor Mia Beekveld

Mia Beekveld is deze keer de gelukkige die een taart aangeboden krijgt. Ze is onlangs 80 jaar geworden en nog steeds actief als vrijwilliger bij Samen Beter. Daar is ze al 22 jaar gastvrouw. Iedereen die het gezondheidscentrum binnenkomt, zal Mia wel eens tegengekomen zijn want drie keer per week zit zij achter de balie. Zij wijst iedereen de



weg, beantwoordt vragen en biedt een luisterend oor voor wie een verhaal

kwijt wil. Ze verricht allerlei hand- en spandiensten en doet wekelijks

de was voor Samen Beter. Mia is een tijdje uitgeschakeld geweest vanwege ziekte maar gelukkig gaat het nu weer beter en heeft ze haar vertrouwde plekje weer ingenomen. Ook voor mensen buiten Samen Beter is Mia geen onbekende. Jarenlang heeft zij in Den Bosch zwemlessen gegeven en veel Bos-sche kinderen hebben aan haar hun zwemdiploma te danken. Bij Samen Beter zijn ze maar wat blij met deze trouwe hulp en daarom wilde men Mia graag in het zonnetje zetten. Mia blijkt blij verrast en krijgt zelfs even rode wangen als fysiotherapeut Nynke haar namens alle collega's de taart overhandigt. Natuurlijk is de bedanktaart maar een kleinigheidje maar Samen Beter wil Mia hiermee symbolisch

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

bedanken voor al die jaren dat zij zich heeft ingezet. En dat betekent niet dat Mia nu kan opstappen, wordt er nadrukkelijk bijgezegd. Mia zegt dat ze veel voldoening uit haar werk haalt en dat ze vaak hoort dat wat ze doet erg gewaardeerd wordt. Wat haar betreft gaat ze voorlopig zeker nog door. ●

Bakkerij van Doorn
bijzonder lekker!

De laatste prei

door Marian Vonk

Op onze volkstuin stonden dit jaar tot in maart winterprei en boerenkool. De spruitjes waren al eerder op. De boerenkool blijft groeien en staat onder een vogelnet. Veel vogels weten ook dat boerenkool een heel gezonde groente is en pikken daar graag van het lekkere jonge blad. De prei moet in de zomer en het najaar met een fijnmazig net beschermd worden tegen de preivlieg. Toch was er nog een enkele vlieg die onze prei gevonden heeft. Spuiten met insecticiden doen we op de volkstuin liever niet. In de laatste preien van deze winter vind ik een paar poppen van de

preivlieg. De rupsjes hebben een gangetje gegraven in de buitenste bladeren en hebben zich daar verpopt in een bruin coconnetje van een halve centimeter lang. Bij alle plezier van een volkstuin zijn dat de nadelen: wat meer aanhangende modder dan de groente uit de supermarkt en een enkele keer een beestje. Lang voor de laatste wintergroente van het land is, maken we al plannen voor het nieuwe seizoen. Wat willen we verbouwen en waar zetten we dat neer? Via de tuinwinkel op ons terrein hebben we zaad, tomaten- en komkommerplanten besteld. En als u dit leest staat onze vensterbank al vol met bakken kiemende peultjes en tuinbonen. Het



nieuwe tuinseizoen is begonnen. Zo direct meeleven met de wisselende seizoenen dat is een extra bonus die we van onze volkstuin krijgen.

VAN DE LAATSTE PREI HEB IK EEN STOOFSCHOTEL GEMAAKT.

Ingrediënten

750 g aardappelen, 300 g rundergehakt, 500 g prei, 2 tenen knoflook, 1 runderbouillontablet, 1 flinke el kerriepoeder, 200 ml kookroom, 1 ei, 150 g geraspte kaas, olie/bakken en braden om in te bakken.

BEREIDING

Vet de ovenschaal in en verwarm de oven voor op 220 graden. Kook de aardappelen en snijd ze in plakken. Maak de prei schoon en snijd deze in ringen. Hak de knoflook fijn. Verhit in een koekenpan wat olie en bak de prei en knoflook ongeveer vijf minuten op middelhoog vuur. Voeg het gehakt, kerriepoeder en verkruimelde bouillontablet toe en roer het gehakt met een vork rul. Meng alles goed door elkaar en bak zachtjes verder, totdat het gehakt gaar is. Verdeel de helft van de aardappelschijfjes over de bodem van de ovenschaal en verdeel het gehakt-preimengsel eroverheen. Dek af met de rest van de aardappelschijfjes. Klop de room los met het ei en breng op smaak met zout en peper. Schenk dit mengsel over de aardappelen. Bestrooi tot slot met



de geraspte kaas en bak in de oven circa 20 tot 25 minuten, of totdat de bovenkant goudbruin is. Lijkt tuinieren u ook leuk? Kijk dan op onze website: atvdeooosterplas.nl, of bel voor informatie Anton Van Rijn, 06-51315247. De tuinen liggen aan de Oosterplasweg 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. Marjan Vonk ●