

Wijkkrant Oost

DE WIJK WAAR DE ZON OPKOMT

EN
VERDER

2



Burendag in de Cypresstraat Wijkwerkplaats

3



Vrijwilligers en bezoekers Wijkwerkplaats

5



Coronaproof Halloween vieren

7



Gemeentepagina

8



Achter de voordeur bij Marlene Hermans

Wijkwerkplaats Oost nodigt u uit: Blijf niet thuis zitten. Ga iets doen!

door: Maria Hornman

Veel bewoners in de omgeving van Plein Oost aan de van Broeckhovenlaan 4a, kennen de rekken met tweedehands kleding, die vaak buiten staan onder een rood-wit gestreepte zonwering. Die tweedehands kledingverkoop is een van de activiteiten van Wijkwerkplaats Oost. Maar om meer te zien moet je naar binnen stappen. Dat doen we, want de Wijkkrant is uitgenodigd om een kijkje te komen nemen.

Vrijwilliger Willem van Aart (67) leidt me rond in het gebouw langs verschillende ruimtes waar vrijwilligers en vaste bezoekers geconcentreerd aan het werk zijn of even gezellig koffiedrinken met elkaar. Willem werkt hier twee dagen per week als vrijwilliger. Hij doet van alles, noemt zichzelf geen vakman maar is wel vaak bij 'het hout' te vinden. In plaats van thuis op z'n eentje te hobbyen, is hij veel liever op de werkplaats. Hij houdt van het contact met de mensen hier en dat mag ook 'slappe klets' zijn bij een kopje koffie. Willem: 'Wanneer je regelmatig samen met iemand aan iets zit te werken, krijg je vaak een leuk contact. Je hoeft niet altijd te praten.' De activiteiten van de Wijkwerkplaats zijn bedoeld voor mensen met of zonder een beperking. Willem wil vooral de mensen uit de wijk, die op hun eentje thuis zitten, uitnodigen om eens naar de Wijkwerkplaats te komen. Er is van alles te doen: houtbewerking, reparatie van huishoudelijke apparatuur, rolstoelen en rollators, mozaïek maken, een schilder- en naaclub. Willem: 'Zoek iets wat je leuk vindt om te doen. Er kan van alles hier.' Voor wie dat wil is alleen koffie komen drinken ook prima. Bezoekers komen wel allemaal op vaste tijden. Sommigen een of twee keer per week, anderen zelfs drie of vier dagen. Voor veel bezoekers en vrijwilligers biedt de Wijkwerkplaats een mooie dagbesteding, waar je bovendien ook nog gezien en gewaardeerd wordt.

VEEL KENNIS EN MATERIAAL AANWEZIG

De Wijkwerkplaats heeft veel in huis aan kennis en materiaal. Willem: 'Er zijn hier vrijwilligers met een achtergrond in de verzorging, met verstand van elektrotechniek, met een achtergrond in de bouw of die gewoon handig en creatief zijn.



Willem van Aart

Wat betreft het materiaal zijn de diverse ruimtes opvallend goed uitgerust. We lopen door de ruimte waar mozaïek gemaakt wordt. Enkele mensen zitten hier tegels in kleine stukjes te snijden om deze op een ontwerp te kunnen leggen. De ruimte staat vol met mooie



voorbeelden van wat je met deze techniek kunt doen. Iedereen kan hier zijn eigen ideeën uitvoeren, zoals een foto van je hond omzetten in een mozaïek of een oude keukenstoel 'bekleden'. Heb je geen ideeën dan wordt je wel op weg geholpen. In de houtwerkplaats zijn zo'n vijf mensen druk aan het werk en snuif je de lekkere geur van pas gezaagd hout op. Vrijwilliger Ton Huisman is bezig met de houtzaagmachine en legt aan een meisje het een en ander uit. Zij is hier om de basistechnieken van houtbewerking te leren. In de rekken staan perfect afgewerkte houten figuren, gemaakt door de diverse houtbewerkers.

TECHNISCHE VRIJWILLIGERS GEVRAAGD

Een andere grote ruimte is ingericht voor de reparatie van rolstoelen, rollators en huishoudelijke apparaten. Hier is de afgelopen weken veel werk verzet om alles opnieuw te ordenen en dat is te zien. Al het



Ton Huisman

gereedschap en materiaal hangt of staat overzichtelijk gesorteerd. Er staat een metaaldraaibank, er is een lasapparaat en een schuurmachine. Je kunt hier maken wat je wilt volgens Willem. Helaas liggen de werkzaamheden nu stil vanwege een tekort aan vrijwilligers. De Wijkwerkplaats heeft dringend behoefte aan vrijwilligers met een technische achtergrond in bijvoorbeeld metaalbewerking en/of elektro. Het is nog te weinig bekend bij wijkbewoners dat je met kleine opdrachten bij de Wijkwerkplaats terecht kunt. Je kunt kleding laten herstellen, je kunt houtbewerkers vragen iets te timmeren en als je iets te lassen hebt, kun je ook terecht. Mits er een vrijwilliger aanwezig is die dit kan doen. Verder kun je kleine storingen aan je huishoudelijk apparaat laten verhelpen. Voor al deze opdrachten wordt een kleine vergoeding gevraagd. Dit aanbod is er vooral voor mensen met een kleine beurs, wat niet wil zeggen dat ook geen andere wijkbewoners met hun vraag terecht kunnen.

GOED DRAAIENDE ORGANISATIE

Op het eind van de rondleiding komt de vrijwilliger die belast is met de kleding uit Klaasjes Snuffelhoek nog even binnen. Of we daar iets over willen zeggen in de wijkkrant. De kleding is goed en goedkoop en er is een groot aanbod. Een jas kost 3 tot 7 euro en alle andere kleding 2 euro per stuk. Nee, de wijkwerkplaats en 'buurman' De Kleine Wereld, die ook in tweedehands spullen doet, zijn geen concurrenten van elkaar. Willem: 'We versterken elkaar zelfs

en we hebben een goede samenwerking'. Het was een verrassende kennismaking. Wijkwerkplaats Oost is een goed draaiende en gezonde organisatie. Dit is een mooie erfenis die het oude bestuur, gevormd door Toon Kerkhof, Carla Speklé en Jacqueline v.d. Geer, heeft achtergelaten. Zij hebben afgelopen april plaats gemaakt voor een nieuw bestuur. Het zou mooi zijn als nog meer mensen de weg naar de Wijkwerkplaats gaan vinden. Vooral mensen die behoefte hebben aan een zinvolle en creatieve dagbesteding, die graag met hun handen werken en leuk en gezellig contact met anderen willen. Meer weten? Loop eens binnen: Wijkwerkplaats Oost, van Broeckhovenlaan 4a of kijk op de website: www.wijkwerkplaatsoost.nl U kunt ook bellen naar: 06 15559587 of mailen naar: wijkwerkplaats@gmail.com ♦

KENNISMAKEN MET ENKELE VRIJWILLIGERS EN BEZOEKERS?

Lees verder op pagina 3

Wijkkrant Oost

Wijkkrant niet in de bus gekregen?

Is de wijkkrant niet bij u bezorgd tussen 20 en 25 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 ♦

Materiaal gezocht voor insectenhotel!

Transfarmers gaat in januari 2021 een groot insectenhotel maken als onderdeel van het nieuwe naambord voor de tijdelijke woningen op de hoek van de Bruistensingel en de Stadionlaan. Het zal De Kruiswissel gaan heten. De vergunning hiervoor wordt nu aangevraagd bij de gemeente. Wanneer deze er is, gaan we een datum plannen en mag iedereen die dit wil, meehelpen.

Daarvoor is veel materiaal nodig: bamboe, rietstengels, takken van een vlierstruik of andere takken met een zachte binnenkant, houtwol, houtsnippers, schors, dennenappels, stenen bloempotten, scherven van dakpannen en fijnmazig kippengaas of voliërgaas. Alles wat hierboven genoemd wordt kunnen we gebruiken, zowel kleine en grote beetjes. Wij zijn op maandag t/m woensdag op de Graafse Akker (Mgr. Van Roosmalenplein 2) aan het werk dus dan is het handig om het materiaal af te geven. Lukt dit niet dan maken we graag een afspraak om het te komen halen. Heb je zin om het hotel mee te gaan vullen? Stuur een mailtje naar sophie@transfarmers.nl, dan laten we weten wanneer er precies gewerkt gaat worden.

WAAROM EEN INSECTENHOTEL?

Insecten helpen in de tuin. Bijen en hommels bestuiven de planten, lieveheersbeestjes en gaasvliegen eten bladluizen. Met een insectenhotel kun je insecten een handje helpen en de biodiversiteit stimuleren. Mocht je zelf in je eigen tuin een insectenhotel willen maken? Via onderstaande website vind je een stappenplan en hulp bij het kiezen van de juiste vulling. <https://www.eigenwijsblij.nl/huis-tuin/insectenhotel-maak-eenvoudig-zelf-stappenplan> ♦

Burendag in de Cypresstraat.

door Suzanne Jansen

We wilden graag wat meer groen in de straat en meehelpen aan een grotere biodiversiteit. Daarom maakten we een plan om Burendag te gebruiken voor het maken van plantenbakken rondom de bomen en om vogelhuisjes te schilderen. Vogeltjes die gezellig in de straat komen om daar hun nestje te maken in de lente. En zaden voor in de bomen om de vogels te voeden voor de winter. Ook je burens beter leren kennen. Dat was het idee.

Jong en oud verzamelde zich en bracht wat lekkers mee. Het was genieten van de gezelligheid en de lekkere koffie. Na de koffie moesten de nog kale vogelhuisjes een kleurtje krijgen. Er werd naar hartenlust geschilderd en het resultaat is erg mooi geworden. We zagen kinderen die voor een oudere buurvrouw een prachtig vogelhuisje schilderden en enthousiaste buurtbewoners die de twee-

dehands pallets omtoverden tot een prachtige plantenbak. Een paar sterke mannen en vrouwen hebben de plantenbakken voorzien van zwart zand. En ten slotte maakten de nieuwe planten het geheel af en eindigden we met drie grote pannen soep, gemaakt door bewoners uit de Cypresstraat. Er komen nu al weer nieuwe ideeën op: een vlindertuin met groenten en planten achter het brede gedeelte van brandgang. Een boom planten met daarom heen een zit gedeelte om elkaar te ontmoeten en van de zon te genieten. Dat is allemaal voor het volgend jaar! Het materiaal hebben we kunnen aanschaffen met een subsidie van het Oranje Fonds en het zwarte zand hebben we gekregen van de groenvoorziening van de Gemeente Den Bosch. Het Oranje Fonds geeft ieder jaar subsidie en is makkelijk aan te vragen via www.burendag.nl. Ieder goed idee dat de verbinding van de mensen uit jouw straat vergroot, wordt gehonoreerd. Per straat / aanvraag kun je 350 euro subsidie



krijgen. Mochten buurtbewoners in andere straten ook willen vergroenen en deze mooie plantenbakken willen maken, neem dan contact op met de redactie. Zij zullen je mail doorsturen naar Suzanne Jansen uit de Cypresstraat. Zij helpt jullie graag verder. ♦

Nieuwe producenten bij de Buurderij!

Het aanbod van de Buurderij is uitgebreid met veganburgers van VERS en dranken van Vieno% (spreek uit: Vien-nul). Anne van der Wijst van Vieno% heeft een reeks gefermenteerde alcoholvrije dranken op basis van vers groenten- en fruitsap ontwikkeld.

Spannende combinaties komen zo tot stand zoals braam-biet-gember of druif-venkel-anijszaad.



Naast het aanbod van brood, gebak, vlees, zuivel, thee, planten, groente, fruit, zalfjes, kaas etcetera, verwacht Buurderij Den Bosch nog meer milieubewuste producenten zoals Janneke met haar geiten-schimmelkaasjes, of Bieniekookt met haar superverse maaltijden in glazen weckpotten, of het Taartlokaal, heerlijke taarten met onder andere seizoensgebonden vruchten, gebakken door Lotte.

Wil je niet alleen lezen over deze etenswaren maar ook proeven? Kom dan naar onze (kerst)proeverij van woensdag 16 december (onder voorbehoud) van 16.30 u tot 18.30 u, Plein Oost, Van Broeckhovenlaan 4a.

Bij de Buurderij bieden lokale boeren en ambachtelijke producenten hun producten aan. Buren kunnen wekelijks via de website <https://boerenenburen.nl/> een boodschappenlijstje samenstellen, online betalen en de bestelling elke woensdag ophalen bij Plein Oost. Vanwege corona is er voor de kwetsbare doelgroep zo nodig ook een thuisbezorgservice.

Ben je op zoek naar een origineel, lekker en lokaal kerst/nieuwjaarspakket? Ook daarbij kun je terecht bij de Buurderij. Mail naar buurderijdenbosch@gmail.com en wij nemen contact met je op. ♦

Lente in de bol.

Bewoners Aartshertogenpark planten narcissen

door Sophie Leijters.

Het Aartshertogenpark, zo heet het afgesloten deel van de Aartshertogenlaan, dankt op dit moment zijn prachtige kleuren aan de grote bomen en vallende herfstbladeren. Hoe zit het met de kleuren in het voorjaar? Daar zorgen de buurtbewoners samen voor! Op zaterdag 31 oktober was het

Burendag in het Aartshertogenpark. Met tuinhark, schop en bollenplanters gingen buurtbewoners de straat op. Ze gingen aan de slag met de groenstrook langs hun straat. Jong en oud hielp mee. In samenwerking met Groenrijk 's-Hertogenbosch werden 5.000 narcissenbollen besteld. Ieder huishouden heeft ongeveer 250 bollen in de strook tegenover hun huis geplant. Een passende buurtactiviteit in deze

tijden van Corona. Een enthousiaste buurtbewoner zei hierover: 'Het was een gezellige dag en het is leuk om elkaar weer buiten te zien en spreken. Zeker in deze vreemde tijd Bovendien wordt onze straat er nog mooier van!' De bewoners aan het Aartshertogenpark zijn benieuwd naar het resultaat. U ook? Loop dan in maart eens door het Aartshertogenpark om de narcissen in bloei te zien. ♦



Doe mee met de Tuintjesclub!

Elke donderdag van 14.15 tot 15.15 uur kunnen kinderen vanaf zes jaar meedoen met de Tuintjesclub. Deze wordt begeleid door professionals van Stichting Transfarmers. De plaats van de Tuintjesclub is BBS Aan de AA, Acaciasingel 77. De tuintjes liggen aan het schoolplein en kinderen mogen die zelf verzorgen. In de winter is er natuurlijk minder te tuinieren maar dan gaan we veel zelf maken zoals pindasnoeren voor de vogels, kerstversiering met natuurlijke materialen of zelf je eigen stampot maken.

HET PROGRAMMA TOT DE KERSTVAKANTIE.

19 november: Beautyproducten maken
26 november: Stampot maken
3 december: Pepernoten bakken
10 december: Kerstversiering maken
17 december: Tuintjesclub: Feest op de Graafse Akker met kampvuur en lekkers!

Na de kerstvakantie is er weer een nieuw programma. We zijn zoveel mogelijk buiten. Trek daarom kleren en schoenen aan die vies mogen worden. Alle kinderen vanaf zes jaar uit Oost zijn van harte welkom. Je hoeft dus niet op Het Rondeel te zitten. Kom gerust een keer kijken of je het leuk vindt. Aanmelden kan via: lenierenne@hetrondeel.nl ♦

Gezond zijn en blijven in Corona tijd

Hoe gaat het nu echt met u? Moet u ook zo wennen aan alle maatregelen rond het Corona virus? De effecten van de maatregelen raken ons allemaal. Voelt u zich soms alleen? Mist u de gezelligheid van het samenkomen met vrienden of familie? Misschien lukt het niet om rustig thuis te werken of bent u zelfstandig ondernemer en is de toekomst van het bedrijf onzeker? Of misschien vindt u het eng om besmet te raken? Deze nieuwe situatie waarin wij zijn beland roept veel vragen op.

Kijken we nu anders naar onze gezondheid?

Wij gaan graag het gesprek met u aan over hoe nu echt met u gaat en hoe u met al deze veranderingen kunt omgaan.

Bel of mail voor een afspraak:

Telefoonnummer:
(073) 206 88 88 (K00)
Mail: info@samengezond-denbosch.nl ♦

Colofon

November 2020 Oplage: 5500
jaargang 21, nummer 104

Wijkkrant Oost

- Verspreidingsgebied:
AA-wijk Noord/Zuid,
Graafsewijk Noord/Zuid,
Grevelingen, Hinthamerpark.

- Verschijnt gratis
5 keer per jaar
- Website:
www.wijkkrantoost.nl

Redactie

Maria Hornman, Mieke Verberne, Marie-France Vissers-Claessen, Piet van den Boom

Vormgeving

Wim van der Plas
Foto's

Wim van der Plas, Wim en Mieke Verberne, Maria Hornman
Webmaster
Wim Verberne

Druk

Janssenpers in Gennip
Verspreiding

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

Redactie-adres

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

Uiterste inleverdatum kopij

Nummer 105, eind januari 2021
Klachten m.b.t. bezorging
redactie@wijkkrantoost.nl
Alle foto's in deze krant zijn geplaatst met toestemming van de betrokkenen.
Deze krant bevat regelmatig gemeentelijk nieuws.
Daarom wordt deze huis aan huis bezorgd ook bij adressen met een 'nee-nee' sticker.

Enkele vrijwilligers en vaste bezoekers Wijkwerkplaats Oost



(Vervolg voorpagina)

HENK STEENBAKKERS (69)

Kan niet stoppen met mozaïek. Hij vindt het verslavend. Heeft voorheen in de bouw al altijd met z'n handen gewerkt en heeft onder meer een prachtig mozaïek van zijn hond gemaakt.



TOOS HULSMANS (63)

Zit als vrijwilliger een dag per week in de Wijkwerkplaats achter de naaimachine en geniet daarnaast van de leuke contacten. Voert allerlei verstel- en veranderwerk uit. Zojuist heeft ze een hele stapel meterslange gordijnen vermaakt die de balletschool van Theater aan de Parade had gekregen. Een grote klus maar daar draait Toos haar hand niet voor om.



WALTER VAN LAARHOVEN (73)

Was vroeger hovenier en onderhoudt nu als vrijwilliger de tuin achter de Wijkwerkplaats. Als daar vanwege het weer niets te doen is, helpt hij iedereen mee. Hij is nu bezig met het maken van een houten puzzelbak en is twee dagen per week in de Wijkwerkplaats te vinden.



JAN VUGTS (64)

Is met zijn lievelingskleur 'korenblauw' aan het schilderen. Hij maakt van alles van hout: onderdelen van de kerststal, een insektenhotel, houten beestjes en een ijsvogel. Hij komt drie dagen per week naar de Wijkwerkplaats.



AD VAN DEN BERG (68)

Komt drie dagen per week naar de Wijkwerkplaats en is gespecialiseerd in vogelhuisjes in de vorm van de molen uit Vinkel. Zijn huisjes worden in verschillende kleuren in de molen verkocht en vogels blijken er graag in te wonen ♦

Geen vleermuizen in Oberon, sloop kan van start

door Marie-France Vissers-Claessen

In het schoolgebouw van de vroegere Oberon zijn geen vleermuizen gesignaleerd. Hiermee komt een einde aan zes maanden onzekerheid. Er is groen licht voor de sloop van het gebouw. De volgende fase van de nieuwbouw van kindcentrum Aan de Oosterplas is aangebroken.

Tot grote blijdschap van directeur Vincent Bosma. "We willen heel graag door met de ontwikkeling van onze twee onderwijsconcepten onder één dak. In het huidige gebouw (voormalige Aquamarijn) lopen we tegen beperkingen aan. Dus we kunnen niet wachten tot de nieuwbouw er staat."

Vanaf 1 november wordt de Oberon gesloopt. Dit gebeurt in verschillende fases, vertelt Bosma. "Het kan zelfs zo zijn dat we daar de eerste weken nog niet veel van zien". Uiterlijk 1 mei 2021 is het gebouw volledig gesloopt en het terrein bouwrijp gemaakt. Onder tussentijd is het bestek (gedetailleerde omschrijving van de nieuwbouw) afgerond en is de aanbestedingsfase opgestart. De verwachting is dat er begin 2021 een keuze is gemaakt voor een aannemer die het kindcentrum mag gaan bouwen. In het gebouw is straks plek voor een basisschool, een kinderopvangorganisatie en buitenschoolse opvang. Ze werken samen aan de ontwikkeling van kinderen tussen 0 en 12 jaar oud. Wat dit kindcentrum extra bijzonder maakt is dat er twee onderwijsconcepten worden aangeboden in één school. "Je hebt bij ons de keuze uit montessorionderwijs of klassiek onderwijs, dat wij 'methodeonderwijs' noemen", vertelt Bosma. "Kinderen die graag zelfstandig werken kunnen terecht in de montessoristroom. Maar heb je een kind dat graag meer aan de hand wordt genomen door de leerkracht, dan kun je terecht bij de methodestroom. Ouders maken zelf een keuze voor een onderwijsconcept dat past bij de ontwikkelingsbehoeften van hun kind en/of dat past bij hun opvoedstijl. Volgens de schooldirecteur

kunnen ze dankzij de twee stromen veel beter onderwijs op maat aanbieden. Dit is niet uniek in Nederland, maar wel in 's-Hertogenbosch. De architect heeft inmiddels sfeerimpresies van de buitenkant én de binnenkant van het gebouw gemaakt. Die zijn in te zien via de website van de gemeente 's-Hertogenbosch. Ook zijn ze op te vragen via de school. Stuur hiervoor een e-mail aan: info@kcaandeoosterplas.nl. Wil je je kind aanmelden voor het kindcentrum? Dat kan vanaf 0 jaar bij kinderopvang 'Het Zonnelicht', zij bieden ook het peuterarrangement/voorschool aan in het nieuwe kindcentrum. Vanaf 2,5 tot 3 jaar kunnen kinderen ingeschreven worden voor twee onderwijsconcepten ♦

Slimmer dan een virus, hoe moeilijk kan dat zijn?

door Piet van den Boom

Het coronavirus stelt ons voor grote problemen. Even leek het allemaal de goede kant op te gaan, maar na de zomer begon COVID-19 aan een comeback. Overal worden maatregelen genomen waarmee we het tij hopen te keren. Maar het virus lijkt wel steeds op andere manieren binnen te glippen. Is het nou virus zo slim of zijn wij zo dom?

Virussen weten niets, denken niet, hebben geen plan, hebben niet één hersencel. Ze ontwikkelen zich afhankelijk van de omstandigheden. En wij maken die. Als we even niet opletten doen we iets wat het virus kansen biedt. Hebben

wij het gezellig, zingen we uit volle borst, knuffelen we elkaar: het virus lift en leeft mee. Veel mensen zijn intussen klaar met corona, maar corona is nog niet klaar met ons. In de komende maanden zullen we extra op moeten letten om te voorkomen dat het virus alle kansen krijgt. De maatregelen van de overheid helpen ons daarbij, maar veel mensen ervaren dat meer als last dan steun. Van sommige maatregelen kun je ook betwijfelen of ze veel uithalen. Zijn we niet in het donker op muggen aan het jagen? We zien de effecten niet direct, maar we weten ook niet wat de gevolgen zijn als we iets niet doen. Sportscholen open en theaters dicht, Niet alle scholen dicht, de horeca op slot maar hotels

open? Allemaal stof voor discussie. Maar het is ook een poging om te voorkomen dat we alles op slot moeten gooien. Al met al wordt het eind van dit jaar minder feestelijk en gezellig dan we gewend waren. Geen intocht van Sinterklaas, geen kerstvieringen, geen vuurwerk.

Covid-19 stelt ons geduld heel erg op de proef. Het is een oefening in geduld en eenzaamheid. Het enige wat we kunnen proberen is een beetje extra voor elkaar te zorgen en te proberen het op afstand toch gezellig en hartelijk te houden. In de hoop dat het volgend jaar weer beter wordt. Maar 'normaal' zoals het vroeger was, daar hoeven we voorlopig niet op te rekenen. ♦



Zonnebloem afdeling Oostelijke Zon.

Het Coronavirus blijft maar roet in het eten gooien voor onze Zonnebloemactiviteiten! Maar niet alleen voor ons ook alle andere activiteiten en contacten hebben er last van.

Heel fijn was het daarom dat we wel in september de Zonnebloemlunch door konden laten gaan. En wat was het fijn om te zien hoe onze gasten genoten om elkaar weer te zien, al was het wel op gepaste afstand van elkaar. Eten met elkaar is altijd gezelliger dan alleen! Het is voor de vrijwilligers even hard werken, maar dat doen we heel graag. Als alles weer opgeruimd is en schoongemaakt gaan we moe maar tevreden naar huis. Fijn dat we dit konden doen zeggen we dan.

Team Zonnebloem
Oostelijke Zon ♦



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



MARIAN CORTÉ & JEF MENNENS

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

Nieuws van S-Port

PLEIN ACTIEF!

Een middagje niet gamen of achter de computer maar trek je jas aan en kom met je vriendjes en vriendinnetjes buiten spelen. Met allerlei leuk spel materiaal maken we er een gezellig uur van! Elke woensdag 12.45-13.45 op het schoolplein bij Kindcentrum 'Aan de Oosterplas' Kosten: 5 euro voor het hele schooljaar.

JEUGDSPOORTFONDS

Het Jeugdsportfonds geeft sportkansen aan kinderen vanaf 4 tot 18 jaar die leven in gezinnen waar niet genoeg geld aanwezig is om lid te worden van een sportvereniging. Voor die kinderen betaalt Jeugdsportfonds de contributie en in be-



paalde gevallen de sportattributen. Zwemles kan ook worden gefinancierd met het Jeugdsportfonds. Neem contact op met de gymdocent van uw kind, hij of zij kan alles voor u regelen.

MINI GYM

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

plezier bewegen. Voor info of aanmelden mail naar info@flik-flak.nl Elke vrijdag om 10.45 uur op BBS aan de Aa.

CITYTRAINER JUNIOR OP HET RONDEEL

Zes leerlingen uit groep acht van Het Rondeel zijn geslaagd als Citytrainer Junior. In vijf weken hebben zij gewerkt aan: presenteren, organiseren en begeleiden, samenwerken en zichzelf ontwikkelen. Ze hebben geleerd hoe spelletjes te organiseren en te begeleiden, kinderen te corrigeren, uitleg te geven, groepen in te delen en nog veel meer. Nu gaan ze in de praktijk aan de slag als Citytrainer Junior met de super gave bodywarmers. ♦



Herfsttocht rondom Oosterplas

Het zou zomaar kunnen dat u pasgeleden een heks tegenkwam in de wijk. Op vrijdag 30 oktober liepen de kleuters van Kindcentrum 'Aan de Oosterplas' namelijk een bijzondere herfsttocht. In het bos rondom de Oosterplas kwamen ze figuren tegen uit het prentenboek 'Bang Mannetje'.

Een draak, een spin, een heks en natuurlijk ook een 'bang mannetje'. Dat eigenlijk toch een 'best-wel-dapper-mannetje' bleek te zijn. Het was een leuke herfsttocht voor de jongste kinderen.

Omdat het een activiteit in de buitenlucht was mochten er eindelijk weer een keer ouders meehelpen. Dat was voor zowel de ouders, de leerkrachten als de kinderen erg fijn. Door de Coronamaatregelen wordt het contact van ouders met school best wel gemist. ♦



Nieuws van het Rondeel

KINDERBOEKENWEEK 2020

In deze speciale week hebben we extra veel voorgelezen, maar er was ook een boekenruilbeurs. In alle groepen zijn vanuit Huis73 gastdocenten op bezoek geweest. Huis73 ondersteunt het onderwijs én de cultuurpartners in de stad! Zij dragen bij aan de kwaliteit van programma's van onderwijsinstellingen bij kunstonderwijs en leesplezier, dus voor de Kinderboekenweek de perfecte partner. Deze gastdocenten hebben leuke lessen gegeven zoals het maken van een kasteel waar de ophaalbrug of de ramen echt open konden. Maar ook prachtige kronen waarbij een echte film is gemaakt. Het was een geslaagde Kinderboekenweek!



NATUUR LES VAN 'HET GROENE PAD'

De groepen vijf en zes hebben een natuurlus van 'Het Groene Pad' gehad. De kinderen gingen aan de slag met het ontleden van braakballen. Daarnaast zijn ze naar buiten gegaan om diertjes/insecten te zoeken. Wat waren ze allemaal enthousiast!

HET RONDEEL

SAMENWERKING MET ZORG IN DE KLAS

Op onze school werken een aantal mensen van 'Zorg in de Klas'. Dit is een initiatief van Cello om kinderen met een ontwikkelingsstoornis of -achterstand extra hulp te bieden. Begeleiders van 'Zorg in de Klas' draaien mee in de groep en sluiten aan bij de normale activiteiten in de klas. Daarnaast doen ze andere activiteiten met de kinderen en werken ze regelmatig een op een met hen. Doordat deze speciale begeleiders nauw samenwerken met de leerkrachten, kunnen ze elkaar ondersteunen om het kind zo goed mogelijk te helpen. Deze begeleiders kijken ook mee naar andere kinderen die nog niet officieel zijn aangemeld voor 'Zorg in de klas' maar waar wel zorgen over zijn. Het doel van 'Zorg in de klas' is om

leerkrachten en kinderen zodanig te ondersteunen, dat er geen extra begeleiding meer nodig is.

BLIKSEMSTAGE JINQ

De groepen acht nemen dit jaar twee keer deel aan de bliksemstage van Jinq. De leerlingen ontdekken tijdens deze bliksemstage wat voor sectoren en beroepen er allemaal zijn. Ze bezoeken een bedrijf, steken de handen uit de mouwen en ervaren hoe het is om bij een bepaald bedrijf te werken. Een ochtend lang doen zij echt ervaring op in de praktijk! Vanwege de coronacrisis komt Jinq dit jaar met een coronaprogramma op school. Mooi dat deze initiatieven door kunnen lopen op een aangepaste manier.

MONKEY BOX

Wij hebben toch iets vets bij ons op school en dat is de Monkey Box!! Een plek in de hal waar leerlingen kunnen klimmen, klauteren, zwaaien en zwieren. Door steeds nieuwe attributen toe te voegen of juist weg te halen worden leerlingen uitgedaagd om te bewegen. Heerlijk tussen de lessen door even snel je energie kwijttraken. ♦



Kristina en Mirte organiseren 'Wie is de mol?'

Hoi, wij zijn Kristina en Mirte van Kindcentrum 'Aan de Oosterplas'. Wij vinden het leuk om activiteiten te organiseren. Daarom mogen wij dit jaar 'Wie is de Mol?' organiseren en presenteren in onze klas. We doen bijna iedere week een 'aflevering'. Wij bedenken zelf de opdrachten en hebben een vragenlijst gemaakt die iedereen na elke opdracht moet invullen. Bij de eerste opdracht moesten de kinderen en de juf in het goede vak gaan staan door de juiste hints te volgen. Eerst moesten ze de hints zoeken op het schoolplein, daar hadden ze vijf minuten voor. Daarna hadden ze vijftien minuten om op de juiste plek te gaan staan. Een van de hints was bijvoorbeeld: "Luuk staat in het vak naast het vak waar Koen staat". Helaas hadden ze maar negen van de vijftien hints gevonden en stonden de meeste kinderen niet op de goede plek. Deze opdracht was op het schoolplein.

Na de opdracht kijken we de vragenlijsten van de kinderen, juf en stagiaire na. Dan doen we net als bij de echte 'Wie is de mol' een executie, gemaakt in een PowerPoint. Iedereen vindt het volgens ons leuk dat we dit organiseren en iedereen doet fanatiek mee met de opdrachten. Na elke opdracht vallen er minstens twee mensen af. Soms vallen er drie af. Zelf vinden we het heel leuk om het te organiseren en te presenteren. ♦



Autorijschool Coenen

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



info@autorijsschoolcoenen.nl
www.autorijsschoolcoenen.nl

Ook voor AUTOMAAT
Theorie / Opfrislessen

Sinds 1971 een begrip in de regio



Corona-proof Halloween vieren

door Marie-France
Visser-Claessen

Op 31 oktober was het Halloween. Een feest dat steeds meer in Den Bosch gevierd wordt. Het was even onzeker of het dit jaar door kon gaan vanwege de strenge Corona maatregelen. Gelukkig waren de verschillende buurtcomités niet voor één gat te vangen. In Hinthamerpark en Hertogpark/Hertoglaan waren er Coronaproof griezelfestijnen die ondanks de regen een groot succes waren.

Al een paar jaar wordt Halloween gevierd in het Hinthamerpark. Het begon met een klein groepje kinderen dat op de bonnefooi langs deuren ging om mensen te laten schrikken en snoep op te halen. Sinds vorig jaar is het echt een feest van de hele buurt geworden, volgens het buurtcomité.

Huizen en tuinen worden versierd en volwassenen doen hun best om kinderen te laten schrikken voordat ze snoep krijgen. Het brengt enge taferelen met zich mee. Zoals 'een deur die vanzelf open gaat met horrormuziek op de achtergrond', 'een gemaskerde fietser met een hark achter zich aan over de straat krassend' en zelfs 'een vader met een kettingzaag achter de voordeur'.

Ook dit jaar wilde de buurt er weer een hele enge avond van maken, maar vanwege de pandemie

besloten ze er strenge regels voor op te stellen. Het idee ontstond om een speurtocht te organiseren alleen voor kinderen tot dertien jaar. Deelnemende huizen verstopten een enge letter in de voortuin zodat kinderen niet hoefden aan te bellen.

Als ze alle letters verzameld hadden mochten ze op het eindpunt een snoepzakje ophalen. Via een groeps-app meldden zich al gauw bijna veertig huizen aan. Er was dus genoeg te speuren voor de kinderen die het aandurfden. Ondanks de beperkingen deden alle deelnemers hun best de voortuinen zo griezelig mogelijk te maken. Alles werd uit de kast gehaald om de kinderen - op gepaste afstand - te laten schrikken.

GRIEZELEN IN DE HERTOGLAAN

In de Hertoglaan en Hertogpark gingen de buurtkinderen ook op pad. Ze mochten aanbellen bij huizen waar een kaarsje of pompoen stond.

Op gepaste afstand lieten ze de bewoners schrikken in ruil voor snoep. Veel huizen waren griezelig en eng versierd. Soms moest een parcours door de tuin afgelegd worden om een bakje snoep te vinden.

De regen hield ook de kinderen uit deze buurt niet tegen. Ondanks de strengere Coronaregels is Halloween dit jaar prima verlopen. ♦



Oorsprong van Halloween

Door Piet van den Boom

In Nederland is Halloween nog tamelijk nieuw. Het is een jaar of dertig geleden komen overwaaien uit Amerika. Het is aan de commercie te danken dat het feest zo snel populair is geworden. Er worden Haloweenfeesten georganiseerd en winkels bieden een snel groeiend assortiment aan griezelspullen: maskers, spookgewaden, spinnenwebben, grafzerken en skeletten.

Halloween is oorspronkelijk een feest van Keltische herkomst dat 3000 jaar geleden al in Ierland werd gevierd. Rond 1 november vierden men het einde van een jaar en het binnenhalen van de oogst. Daarbij werden de goden en de doden geëerd voor hun bijdrage aan geluk en welvaart. Men geloofde dat de doden nog voor één keer konden terugkeren naar de wereld van de levenden. Om te zien of de levenden hun best deden en om degenen die er een bende van maakten te straffen, schrik aan te jagen en wraak te nemen. Bij dit Keltische nieuwjaarsfeest hoorden vreugdevuren, er werd geëst er mensen trokken vermomd langs de deuren alsof ze wezens uit de dodenwereld waren. Baldadige jongeren en arme mensen gingen

de deuren langs om traktaties te verzamelen, door te bedelen of door mensen bang te maken. Zo is Halloween op den duur uitgegroeid naar een griezelfeest, waarbij de 'slachtoffers' hun rust kunnen terugkopen door royaal te zijn met snoep en mandarijnen.

MEEGENOMEN NAAR AMERIKA

Ook de Germanen hadden een soortgelijk feest, dat de bekroning vormde van de 'joeltijd'. Destijds werd een jaar nog ingedeeld in dertien maanmaanden, die niet helemaal samenvielen met de twaalf zonnemaanden. De dertiende maand, de donkerste tijd van het jaar, heette de joeltijd. Die werd gebruikt om uit te rusten van een lang jaar zwoegen en om dank te

zeggen aan de goden die leven en geluk brachten. Ook werd er gedacht aan de overledenen die hun aandeel hadden geleverd in lief en leed, in voorspoed en tegenslag. Het is niet toevallig dat Halloween samenvalt met het christelijke Allerzielen. Rond het jaar 600 werd dit ingevoerd als tegenhanger van de heidense feesten. Op 1 november worden de overledenen herdacht, waarbij de graven worden opgesierd met bloemen en kaarslicht. Dat is een flauwe echo van vreugdevuur en offergave. In de tweede helft van de 19e eeuw emigreerden veel Ieren, gedwongen door hongersnood en armoede, naar Amerika. Ze namen hun tradities mee en bleven hun Halloweenfeest vieren. Geleidelijk aan werd het ook door anderen overgenomen tot het uitgroeide tot een traditie waar iedereen aan mee kon doen. ♦



Gesprekken in de wijk

door Tiny van Weerdenburg

Afgelopen mei is de gemeente gestart met het programma 'Positieve Gezondheid' en gaat hiermee in vier buurten aan de slag. Nog net voor de Corona maatregelen werd hiervoor in Plein Oost een bijeenkomst georganiseerd. Een van de uitgenodigde wijkbewoner is Tiny van Weerdenburg. Zij schreef voor de wijkkrant haar ervaring op.

'Ik woon al mijn hele leven in de wijk en ik heb destijds met anderen buurtcomité Palmboomstraat opgericht. Nu woon ik in de Otto Copesstraat en daar ben ik bezig met buurtbewoonster Els om onze straat wat nieuw leven in te blazen. We zijn enkele keren bij elkaar geweest en hebben samen met Farent een folder gemaakt met een oproep voor ideeën. Die hebben wij persoonlijk aan de buurtbewoners

overhandigd.

Toen we de uitnodiging kregen voor de wijkbijeenkomst zijn we daar naar toe gegaan zonder echt te weten wat we ervan konden verwachten. We gingen er blanco in maar vol enthousiasme. De zaal bij Plein Oost was Coronaproof ingericht en daardoor konden er veel mensen terecht. Het was leuk om daar ook nog oude bekenden tegen te komen. Wijkmanager Paul Hilgers

deed het openingswoord en daarna gingen we aan de slag. We werden verdeeld in groepjes er werden opdrachten gegeven waar we met zijn allen over moesten brainstormen. De thema's die aan de orde kwamen waren: 'Gezondheid in de wijk', 'Wat willen buurtbewoners graag hebben in de wijk', 'Eenzaamheid', 'Inloopmoment', 'Onbekendheid met de mogelijkheden die er zijn in de wijk' en 'de onbekendheid met Farent': wat doet Farent en waarvoor kan je deze mensen benaderen? Er waren verschillende beroeps-krachten aanwezig maar die mocht-

ten alleen luisteren, het woord was aan de buurtbewoners zelf. Medewerkers van de Graafs Hof zorgden voor een gezonde maaltijd. Alle aanwezigen kregen als dank een bon voor Groenrijk. De bedoeling is dat er nog een vervolgbijeenkomst komt en ze hopen dan weer op ons te kunnen rekenen. Wat mij betreft well!

Blijf gezond!

groetjes, Tiny van Weerdenburg ♦

Wijkcentrum de Stolp in Coronatijd

door Angelique Fasol

Het ingaan van de intelligente lock down op 12 maart 2020 was ook het moment waarop de Stolp dicht ging. We dachten dat het voor een korte periode zou zijn maar de deuren gingen pas op 1 juni 2020 gedeeltelijk weer open.



Voorzichtig hebben we geprobeerd het sociale leven weer te laten doorgaan. We hebben daarvoor de nodige maatregelen getroffen. Alle bezoekers op anderhalve meter afstand, looproutes, hygiëne maatregelen en met maximaal 30 personen in een ruimte. Per 1 juli mochten we opschalen tot 100 personen maar de ruimten in de Stolp laten dat niet toe. Alleen in de grote zaal kunnen op anderhalve meter maximaal 50 personen. De overige ruimten veel minder. De eerste keer dat de seniorenbingo plaats vond, was spannend. Je was toch bang dat er iets fout zou gaan en er misschien toch besmettingen plaats zouden vinden. Dat zou je toch echt niet op je geweten willen hebben. Het was heerlijk om weer reuring in het bedrijf te hebben. Harmonieën, koren en zelfs de carnavalsvereniging gingen weer repeteren. Nu bleek hoe groot de wens was om elkaar weer te zien en

hoe men elkaar gemist had. Hoewel de meeste groepen niet compleet waren, want ook bij een deel van de leden speelde angst een rol. Veel organisaties die weer wilden vergaderen en trainingen wilden geven konden dat niet meer in de eigen kantooruimte vanwege de anderhalve meter maatregel. Wij konden daarin een rol spelen en de eerste weken na de zomervakantie was het druk. Totdat de maatschappij opnieuw op de rem moest op 14 oktober. Een tweede gedeeltelijke lock down bleek noodzakelijk om de besmettingen terug te dringen en de zorg te kunnen blijven bieden die nodig is. Dit legde het hele sociale leven in de Stolp weer stil. Zoals de meningen in het land verdeeld zijn over deze maatregelen, zo zijn ook de meningen van de gebruikers verdeeld. Het is als beheerder van een wijkcentrum best lastig keuzes maken. Je wilt zo graag iedereen tevreden stellen maar je voelt je ook verantwoor-

delijk voor de gezondheid van de bezoekers, het personeel en de vrijwilligers. Sluiting zorgt voor verlies aan inkomsten maar ook voor eenzaamheid onder de mensen en niet alleen onder ouderen. Dat is een serieus probleem.

Een paar activiteiten vinden nog wel plaats:

Sinds 1 juni is in de Stolp de bloedprikdienst van het JBZ gevestigd. Zij hebben een eigen ingang aan de rechter zijkant van het gebouw. De openingstijden zijn: maandag t/m vrijdag van 8.00 tot 11.00 uur. Mensen moeten daarvoor wel een afspraak maken via het JBZ, online of telefonisch. Ook de kinderopvang en de fysiotherapeut gebruiken nog een ruimte. Verder is de Stolp gesloten. We hopen dan ook dat de lock down niet lang duurt maar de tijd zal dat leren.

Een ding is in deze tijd zeker en dat is dat NIETS zeker is. ♦

Gezond bewegen in Wijkcentrum De Stolp

(Onderstaande activiteiten gaan natuurlijk niet door zolang De Stolp vanwege Corona moet sluiten)

Ben je 35 jaar of ouder, heb je een chronische aandoening zoals diabetes, COPD, hart- en vaatziekte en ben je op zoek naar een goede en gezellige beweegles? Kom dan drie gratis proeflessen meedoen op maandagmorgen bij Gezond Bewegen in wijkcentrum de Stolp, Rijnstraat 497. Ook ben je van harte welkom als je een scootmobiel, rolstoel of rollator gebruikt. Je doet mee wat je kunt en niks moet. De lessen worden door een deskundige docente gegeven. Na afloop wordt er door wie wil nog samen koffie

of thee gedronken. De kosten per les bedragen nog geen 3,00 euro. Voor aanmelding of informatie mag je bellen naar buurtsportcoach José van den Broek 06-52584108 of e-mailen jm.vandenbroek@shertogenbosch.nl

YOGA

Altijd al eens kennis willen maken met yoga? Fijne ontspanning, niet prestatiegericht, je hoeft er niet speciaal lenig voor te zijn maar het bevordert wel de soepelheid van het lichaam. Ben je 65 jaar of ouder, dan mag je drie gratis proeflessen volgen op maandagmorgen in wijkcentrum de Stolp, Rijnstraat 497. De lessen worden door een deskundige docente gegeven. Na afloop wordt er door wie wil nog

samen koffie of thee gedronken. De kosten per les bedragen nog geen 4,00 euro. Voor aanmelding of informatie mag je bellen naar buurtsportcoach José van den Broek 06-52584108 of e-mailen jm.vandenbroek@shertogenbosch.nl

WANDELEN

Gezellig samen een rondje om de Oosterplas wandelen? Sluit gerust aan bij de volgende wandelgroepen in de wijk: Maandag om 09.30 uur start bij wijkcentrum de Stolp, Rijnstraat 497 Woensdag om 09.30 uur start bij wijkcentrum de Stolp, Rijnstraat 497 ♦

Renaissance orkest heeft plaats voor nieuwe leden

Ons orkest repeteert elke maandagavond in de Elzenstraat en we spelen muziek uit de laat-renaissance (de periode rond ongeveer 1600). Het is meerstemmige muziek en je kunt deze met allerlei instrumenten spelen. Je kunt bijvoorbeeld blokfluit en trombone samen laten spelen of een viool met een klarinet. Daarom zijn alle disciplines van instrumenten welkom, zowel blazers als strijkers.

Het is wel ons doel om de muziek uiteindelijk op historische instrumenten te spelen. Het is namelijk redelijk gemakkelijk om van een modern instrument over te stappen op een historisch instrument. Een moderne en oude trombone zijn bijvoorbeeld speltechnisch gelijk. Dat gaat ook op voor een blokfluit. Je moet daar alleen de lol en de uitdaging van in zien maar de muziek komt met historische instrumenten beter tot zijn recht. Een groot deel van die oude instrumenten hebben we voorradig en kunnen geleend worden. Verder zoeken we ook een slagwerker/percussionist. Iemand die het leuk vindt om met geluidjes en ritmes bezig te zijn dus van dieptrom tot triangel of belletjes of..? Het spelniveau is dat van een gemiddeld amateurorkest. Plezier in het spelen is belangrijk al willen we onszelf wel steeds verbeteren natuurlijk. We streven naar een bezetting van twaalf tot vijftien personen. We verzorgen een beperkt aantal optredens per jaar. Meestal zijn deze optredens bijzonder omdat ze in een historische sfeer plaatsvinden. Lijkt het je iets? Kijk op www.stadspijpers.nl of bel dan naar: 06-11406784. Gewoon komen kijken op maandagavond in de Elzenstraat kan ook. ♦



Activiteiten Buurthuis Graafsewijk Noord

LOSSE ACTIVITEITEN

Door Corona-beperkingen kan het zijn dat enkele activiteiten niet of in beperkte mate doorgaan. Raadpleeg onze website voor actuele informatie: www.graafsewijknoord.nl of mail uw vraag naar wgn@home.nl

December:

Vrijdag 04 december:
Kaarten* inschrijving vanaf 20.00 u (vooraf reserveren i.v.m. Corona)
Vrijdag 11 december:
Kerstbingo voor volwassenen*
Zaterdag 19 december:
Kerst-knutselen 14.00 – 15.30 u

Januari:

Vrijdag 08 januari:
Kaarten* inschrijving vanaf 20.00 u (vooraf reserveren i.v.m. Corona)
Vrijdag 15 januari:
Kinderdisco 18.30 – 20.00 u (met DJ Lars, geen toegang voor ouders)
Zaterdag 23 januari:
Kinderbingo* 14.00 – 15.30 u

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

BEWEEG U FIT:

Maandag 13.00u – 14.00u Gym
Maandag 14.00u – 15.00u Gym

De lessen zijn speciaal voor mensen van 65 jaar en ouder en gericht op het verbeteren van conditie en spierkracht.

Ieder doet wij zij of hij kan.

YOGA

Dinsdag 11.00u – 12.00u

Yoga is speciaal voor inwoners van 65 jaar en ouder. Er zijn stoelen om op te zitten als oefenen op de grond niet meer gaat of als u houvast bij evenwichtsoefeningen kunt gebruiken. 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

DANSGROEPEN

Maandag 18.30u – 19.30u
Steps Volwassenen
Maandag 19.30u – 20.30u
Zumba/Salsa Volwassenen

Dance for Kids

Woensdag 15.00 – 16.00 uur
Danslessen waarin alle stijlen worden behandeld: streetdance, afro house, hip hop en natuurlijk ook aandacht voor de nieuwste tik tok dansjes.

Graag vooraf aanmelden via
Liesbeth Horsen: 06-30 88 57 42

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

Advertentie



**John's
Hairstyling**

Pieter Breughelstraat 8/14
073 6140333

Let op !!!!! Wij werken voortaan op AFSpraak

Al 30 jaar de kapsalon voor het hele gezin. Ruim voldoende gratis parkeergelegenheid. Voortaan op afspraak, en zowel telefonisch als via de website te boeken, of je gaat direct naar onze website www.johnshairstyling.nl voor de link.

Lukt dat niet type dit in uw browser <https://afspraak.loopping.nl/john-hairstyling/>
U vindt ons ook op facebook en instagram.

We zien U graag in onze kapsalon en anders in onze zonnecabine,

Heerlijk bruin worden onder een van onze twee zonnebanken. Het kan al vanaf 7,00 euro per keer.

Zonnen kan met en zonder afspraak. **Tot snel in de Pieter Breughelstraat bij team John's Hairstyling**

De schoonmaakactie in Graafsewijk Noord was een succes!

Op 4 oktober waren er volop kinderen met ouders om de wijk schoon te maken. En dat is gelukt! Ruim 9 vuilniszakken helemaal vol.

Omdat Buurtklets schoonmaken met z'n allen veel leuker vindt, is het idee ontstaan om het maandelijks terug te laten komen en aan te sluiten bij Wijkhelden (een landelijk schoonmaak initiatief dat ook door de gemeente 's-Hertogenbosch wordt ingezet).

Elke 3e zondag van de maand verzamelen we om 11.00 uur voor het Buurthuis Graafsewijk Noord om met z'n allen een prikronde te doen in de wijk. We houden ons aan de coronamaatregelen en vragen dan ook om maximaal 1 ouder per huishouden mee te laten lopen.

Data zijn: 15 november, 20 december, 17 januari, 21 februari etc.
Voor meer informatie kunt u telefonisch contact opnemen via: 06 44696474 of lid worden van de facebookpagina: <https://www.facebook.com/groups/buurtklets>

Wil je mee doen?

Meld je dan aan als wijkheld van 's-Hertogenbosch via <https://www.s-hertogenbosch.nl/wijkhelden/>

Je krijgt zelf de spullen die nodig zijn om de buurt schoon te houden zoals een hesje, prikker en emmer. Voor elke ronde krijg je ook een zakcentje



Wijk- en dorpsbudget maakt initiatieven mogelijk!

Met het Wijk-, buurt- en dorpsbudget zijn de afgelopen jaren al vele mooie initiatieven in onze stad gerealiseerd. Bewoners (van jong tot oud) mogen ideeën aandragen voor een betere leefbaarheid in uw straat, plein of buurt. Voor de wijk Oost is jaarlijks bijna 60.000 euro beschikbaar.

Heeft u een fantastisch idee of project waarmee u de leefbaarheid wilt bevorderen? Kijk dan op www.s-hertogenbosch.nl/wdbudget. Daar vindt u de spelregels waaraan een aanvraag moet voldoen en het formulier waarmee u de aanvraag kunt indienen. Zijn er nog vragen over het Wijk- en Dorpsbudget? Neem dan contact op met wijkmanager Paul Hilgers P.Hilgers@s-hertogenbosch.nl

Verbeter je omgeving met het Wijk- en Dorpsbudget

Het is een goed idee om jouw omgeving te verbeteren. Een idee dat je wilt laten bouwen, valiger of anderszins? Je kunt subsidie krijgen uit het Wijk- en Dorpsbudget. Deze subsidieruimte is er voor bewoners die in hun buurt aan de slag willen.

1 Hoe regel je dat?
Bepaal wat je wilt bereiken. Hoe wil je het bereiken? Wat heb je nodig? Wat heb je nodig? Wat heb je nodig?

2 Hoe gaat het verder?
De gemeente ondersteunt je bij het bedenken van een plan. Het is belangrijk dat je plan duidelijk is en dat je weet wat je wilt bereiken. Het is belangrijk dat je plan duidelijk is en dat je weet wat je wilt bereiken.

3 Aan de slag?
Het is belangrijk dat je plan duidelijk is en dat je weet wat je wilt bereiken. Het is belangrijk dat je plan duidelijk is en dat je weet wat je wilt bereiken.

4 Wat kan er allemaal?
Het is belangrijk dat je plan duidelijk is en dat je weet wat je wilt bereiken. Het is belangrijk dat je plan duidelijk is en dat je weet wat je wilt bereiken.

Wist je dat?
• Je kunt subsidie krijgen uit het Wijk- en Dorpsbudget.
• Je kunt subsidie krijgen uit het Wijk- en Dorpsbudget.
• Je kunt subsidie krijgen uit het Wijk- en Dorpsbudget.

Aangenaam...

Mijn naam is Reno van Wijk, ik ben 26 jaar oud. In 2016 ben ik begonnen bij de gemeente 's-Hertogenbosch als handhaver openbare ruimte (Buitengewoon Opsporings Ambtenaar). In september 2019 heb ik het werk in oa Oost overgenomen van Frans van Hemert.



Het werk als handhaver is divers en lastig in een paar zinnen uit te leggen.

In het kort komt het erop neer dat ik mij samen met de wijkpartners zoals de politie, woningbouwcorporaties, welzijnsorganisaties en de wijkmanager inzet voor de veiligheid en leefbaarheid in uw wijk. De problemen variëren van jeugdoverlast in het park tot parkeeroverlast in de wijk.

Als Taakaccenthouder kijk ik wat de gemeente daaraan bij kan dragen.

Ik ben vooral in de wijk te vinden en eigenlijk alleen op kantoor als het nodig is.

Ik hoop op een constructieve samenwerking en spreek mij vooral aan als u mij in de wijk ziet.

Mocht u een probleem hebben in de wijk, kunt u daar een melding van maken via de BuitenBeter app, op de gemeente site www.s-hertogenbosch.nl/meldpunt of door het meldpunt (073-615 55 55) te bellen.

Achter de voordeur:

door: Maria Hornman

In 'normale tijden' zou het niet gelukt zijn om op dit tijdstip bij Marlene Hermans (40) in de Musselstraat een afspraak te maken. Dan zou ze te vinden zijn bij 'Tof Koekie' in de binnenstad, een horecazaak die ze samen met haar vriend Martin (40) runt. Nu gesloten vanwege Corona. Met een afhaaloket en de mogelijkheid om online bestellingen te plaatsen, proberen ze er het beste van te maken.

Marlene en Martin wonen al 14 jaar in de Musselstraat samen met hun twee kinderen: Rik van zeven en Ella van vier jaar. Marlene is op haar achttiende naar Den Bosch gekomen om te gaan studeren aan het TIO, een toeristische opleiding. Daar ontmoette ze medestudent Martin. Na hun studie zijn ze samen een jaar gaan reizen. De ontmoetingen met mensen en vooral de enorme gastvrijheid en vriendelijkheid, die

ze tegen kwamen, deed iets met ze. 'Daar kunnen we als Nederlanders iets van leren' maar ook: 'Dat zouden wij ook zo kunnen'. De wens om ooit een eigen zaak te hebben was geboren.

EEN GOK

Die kans kwam vijf jaar geleden, toen Martin zijn baan in de reisbranche kwijtraakte en een nieuwe stap moest zetten. Marlene: 'We hadden allebei het gevoel: dit gaan we doen!'. Het was een gok en de eerste jaren hield Marlene nog haar eigen baan aan. 'Tof Koekie' richt zich speciaal op gezinnen met kleine kinderen. Marlene: 'We weten uit eigen ervaring hoe lastig je ergens naar binnen kunt gaan met kleine kinderen. Soms wordt je gewoon weggekeken.' Ze bakken alles zelf en hebben daar cursussen voor gevolgd. Volgens Marlene heeft Martin helemaal zijn roeping gevonden als bakker. Met



hun scones, bananenbrood, worteltaart, bokkenpootjes en zelfge maakt pesto en hummus, hebben ze een zekere faam verworven. Hoe succesvol ook: Ze gaan stoppen in de binnenstad en zijn op zoek naar een ander pand. De huidige ruimte is te klein en als

gevolg van de Coronaregels blijven er maar zes tafels over. Dit biedt onvoldoende inkomsten. Onzekerheid over de toekomst dus maar Marlene blijft er op vertrouwen dat het zal lukken een oplossing te vinden. Hoe die er ook uit ziet. 'Ik kan wel elke nacht wakker gaan liggen, maar daar heb je niets aan. Dit hoort er allemaal bij in deze tijd.' 'Tof Koekie' is een vrije vertaling van het Engelse 'Tough Cookie'. Zo wordt iemand genoemd met doorzettingsvermogen en een vastberaden en sterk karakter.

In het Nederlands zou je zeggen: 'Dat is een 'taai''. Marlene en Martin hebben deze naam voor hun zaak niet voor niets gekozen. Rik en Ella zijn heel erg trots op de zaak van hun ouders. Begrijpelijk, want wie wil er geen vader en moeder die elke dag koekjes en taarten bakken? Rik wil in ieder geval later ook Tof Koekiebakker worden.

POSITIEVE KANT CORONA

De Coronatijd heeft het gezin ook positieve dingen opgeleverd. Ze hebben nog nooit zoveel tijd samen door kunnen brengen als tijdens de gedwongen sluiting van de horeca.

Dat voelde bijna als vakantie. Met een zaak die zes dagen per week overdag open is, is in principe alleen de maandag vrij. En normaal zijn Martin en Marlene om de beurt in het weekend thuis voor de kinderen.

De contacten in de buurt zijn versterkt omdat iedereen nu veel thuis zit. Marlene: 'Het wonen in deze straat is er leuker op geworden. De kinderen spelen veel meer buiten met elkaar en we hebben enkele gezinnen hier in de buurt beter leren kennen. Met een aantal mensen uit de Musselstraat en Hunzestraat hebben we onze eigen Koningsspele georganiseerd. Voor de kinderen was er in diverse voortuinen een spel. Met een stempelkaart konden ze alle activiteiten afwerken. Het was zo leuk dat iedereen het voor herhaling vatbaar vindt.' Als echte carnavalsvierder (want geboren in Ossendrecht bij Bergen op Zoom) speelt Marlene met het idee om samen met burens een carnavalsdag voor de kinderen uit de buurt te organiseren. Want het leukste is om elke dag een beetje feest te vieren, zeker nu! ♦

RUBRIEK

BEDANKT

De taart

Deze keer willen bewoners van woonvoorziening Humanitas graag de taart overhandigen aan vrijwilliger Johanna. Waarom? Nou dat is wel duidelijk.

Johanna werkt als vrijwilligster op de Javastraat. Ze komt al een aantal jaren trouw iedere woensdag (en op andere dagen als ze kan) naar de Javastraat en wordt daar met open armen ontvangen. Zij is vriendelijk, energiek, opgewekt, humoristisch en spraakzaam en probeert wensen van de bewoners in vervulling te laten gaan. Ze trekt er met hen op uit, organiseert activiteiten op de Javastraat, en bedenkt altijd manieren om bewoners een leuke dag te bezorgen. Bewoners zeggen over Johanna: 'Ze is een schat, een



lieve vrouw, altijd blij, gezellig om met haar uitjes te maken, ze zorgt voor verwennen, geeft vaak een cadeautje'. Zo iemand verdient natuurlijk een taart. Vanwege Corona en vanwege het feit dat Johanna vanwege een ongelukje aan huis gekluisterd was, kwam er geen foto van Johanna en de bewoners, samen met de taart. Deze

werd door twee werknemers van de woonvoorziening bij Johanna thuis afgeleverd. ♦

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

*Dank-
je Wel*

**Bakkerij
van Doorn**
bijzonder lekker!

Groenten uit verre streken

Door: Marjan Vonk

Allereerst moet ik u mijn excuus aanbieden. In het vorige recept over 'Rode kool met gember' stond dat u gesneden boerenkool kon gebruiken en dat moest natuurlijk gesneden rodekool zijn. Ik zag het pas, toen de krant al in de bus lag. Ik ben nu wel benieuwd hoe dat smaakt, boerenkoolstamp met gember. Dat ga ik een keertje uitproberen.

Het lijkt soms of ons land verhuisd van de Noordzee richting de Middellandse zee. Paprika en aubergine voelen zich hier steeds meer thuis. Zij zijn alle twee familie van de to-

maat. Tomaten telen we meestal in de kas: lekker warm. Maar sommige tomatensoorten en ook de paprika en aubergine doen het ondertussen prima op de koude grond. Aubergine en paprika horen tot de nachtschade familie. Bloemen van planten uit die familie gaan soms 's-nachts geuren en delen van de plant kunnen giftig zijn. Van tomaten moet u bijvoorbeeld niet de onrijpe groene vruchten eten. Groene paprika's mag u dan weer wel eten. De meeste leden van de nachtschade familie komen oorspronkelijk uit verre landen: de aubergine uit Pakistan, de tomaat uit de Andes in Zuid Amerika en de paprika uit Midden-Amerika.

Tuinvereniging
Oosterplas

Ontdekkingsreizigers als Columbus hebben de tomaat en de paprika naar Europa gebracht. De aubergine is langs de zijderoute en met de Indonesische keuken meegereisd. De oorspronkelijke tomaat groeit nog steeds in Chili.

Ze is heerlijk zoet, maar nog geen centimeter groot. Van onze kleinzoon hebben we zaad gekregen, dat gaan we volgend jaar zeker proberen. ♦

In oktober hebben we de laatste tomaten, paprika's en aubergines geoogst. De tuin is nu winterklaar. Als herinnering aan de zomer het recept voor:

Gestoofde aubergines.

Voor 4 personen heeft u nodig:

4 middelgrote aubergines, 2 el olijfolie, 250 g mager gehakt, 1 ui, 2 tenen knoflook, 4 tomaten, 50 g krenten, 1 tl kaneel, 1 el gedroogde oregano, scheutje chilisaus naar smaak en 2 el verse platte peterselie.

Snij het steeltje van de aubergines en snij de vrucht in plakken van ca. 1 cm. Snij de plakken in vieren.

Bak ze met wat olie ongeveer tien minuten in een koekenpan op een zacht vuur en leg ze apart.

Snipper de ui en de knoflook. Snijd de tomaten in stukjes.

Verhit vervolgens de olie in de koekenpan en bak hierin het gehakt rul. Voeg de ui, knoflook en de stukjes aubergine toe en fruit alles 5 minuten. Voeg de stukjes tomaat, krenten, kaneel en oregano toe en fruit alles nog 5 minuten. Goed roeren!

Breng de stoofschotel op smaak met wat zout en een scheutje chilisaus. Doe een deksel op de koekenpan en laat het gerecht nog een kwartier stoven. Strooi de peterselie over de aubergines. Lekker met rijst of couscous en een komkommersalade.

LIJKT TUINIEREN U OOK LEUK?

Zelf groente, kruiden en bloemen telen? Kijk dan op onze website: tuinverenigingooosterplas.nl, of bel voor informatie Anton Van Rijn, 06-51315247. De tuinen liggen aan de Oosterplasweg nr. 49. U kunt daar overdag een kijkje nemen. ♦