

Wijkkrant Oost

DE WIJK WAAR DE ZON OPKOMT

EN
VERDER

3



**Spot op
Mien Wiggers**

4



**Baggerloop wordt
terugkerend evenement**

5

**Leerlingen
Opleiding politie
en leger helpen
Zonnebloem**



8



**Bijzonder straattheater in
Graafsewijk Noord**

Jeugdhulpverlening een jaar op proef in de Seringenstraat

door Maria Hornman

Nadat de bewoners van Seringenstraat 20 en 22 in mei j.l. verhuisd waren naar het nieuwe Hostel aan de van Broeckhovenlaan bleef het stil over de nieuwe bestemming van deze twee panden. Al jaren worden hier diverse groepen vanuit Reinier van Arkel gehuisvest. Niet altijd tot genoegen van de omwonenden. In het verleden zijn er regelmatig klachten geweest over overlast. In een brief aan alle buurtbewoners wezen twee omwonenden op deze situatie. Ze ondernamen actie om openheid van zaken te krijgen.

Het werd duidelijk dat in het pand, dat uit twee afzonderlijke wooneenheden bestaat, jeugdhulpverlening door Herlaarhof zou komen. Totaal 20 jongeren in de leeftijd van 12 tot 18 jaar met psychiatrische problemen en/of problemen thuis, die tijdelijk niet thuis kunnen wonen. De omwonenden werden voor een voldongen feit geplaatst. Zonder enige informatie of overleg vooraf. Blijkbaar vonden de betrokken bestuurders dat niet nodig. Met de eerdere ervaringen met

overlast in gedachten, gingen nogal wat stekels overeind staan. Twintig pubers met problemen, die zowel voldoende leefruimte nodig hebben als moeilijk aan te sturen zijn. De buurt hield haar hart vast.

PROEFPERIODE

In het stevige gesprek met wethouder Snijders, vertegenwoordigers van Herlaarhof en Paul Becx en Erik van de Westerlo namens de omwonenden, hebben deze laatste twee belangrijke toezeggingen weten los te krijgen. De eerste was om het aantal jongeren te verminderen van 20 naar 16. In augustus is men begonnen met 12 jongeren en als het goed gaat er stapsgewijs een jongere bij tot het maximum van 16. Half oktober komen er nu bijvoorbeeld twee jongeren bij. Aan deze toezegging is toch weer getornd. Nu wil men, als alles goed gaat met 16 jongeren, de mogelijkheid open houden om uit te breiden naar 20 jongeren. De reden hiervan is dat de overgang van de jeugdhulpverlening naar de gemeente gepaard gaat met flinke bezuinigingen. Met zoveel mogelijk jongeren in het pand kunnen de kosten gedrukt worden. Ten tweede is een proefperiode van

een jaar afgesproken. Na dit jaar wordt het effect van deze voorziening op de leefbaarheid in de buurt geëvalueerd door een vertegenwoordiging van omwonenden. Wanneer er sprake is van onduidelijke overlast, veroorzaakt door de jeugdhulpverlening zal deze (tijdelijk) gesloten worden. Tot slot is besloten een omwonendenoverleg in te richten, waarin ook de gemeente en de afdeling jeugdhulpverlening van Herlaarhof vertegenwoordigd zijn.

AFSPRAKEN OFFICIEEL VASTGELEGD

In augustus is dit omwonendenoverleg gestart onder leiding van Carlo van de Water, manager jeugdhulpverlening van Herlaarhof en met deelname van teamleider Susan Harmsen en Joris Ketelaars namens de gemeente Den Bosch. Verder waren ruim elf omwonenden aanwezig. Gedurende drie overleggen is men tot een aantal afspraken gekomen, die in een document zijn vastgelegd. Zowel Herlaarhof, de gemeente Den Bosch als het omwonendenoverleg achten zich gebonden aan de afspraken die gemaakt worden. Het document wordt dan ook ondertekend door Wethouder Snijders namens de ge-



Herfst !!!

meente, Carlo van de Water namens Herlaarhof en Paul Becx namens de omwonenden. Het omwonendenoverleg blijft in iets kleinere vorm het komende jaar regelmatig bij elkaar komen. Een belangrijk agendapunt zal de wijze van klachtenafhandeling door Herlaarhof worden.

SLECHT GEÏSOLEERD PAND

Een probleem dat tijdens het overleg ter sprake is gekomen is het pand zelf. Het is slecht geïsoleerd en geluiden dragen erg ver. Doordat het boven de nabij gelegen tuinen en woonhuizen uitsteekt, fungeert het volgens een van de omwonenden als een soort amftheater. Verder is er weinig tuin rondom het pand. Dit riep bij omwonenden de vraag op hoe geschikt dit pand is voor juist deze jonge doelgroep. De jongeren moeten steeds bedacht zijn op het veroorzaken van geluidsoverlast. Erg lastig voor een stel pubers, die zich ook wel eens van niets en niemand iets aan wil trekken. Het lijkt erop dat noch de gemeente Den Bosch nog Herlaarhof plannen hebben om te investeren in betere isolatie. Het geld zou hiervoor ontbreken. In het tegenoverliggende pand aan Seringenstraat 19, waar een gezinshuis van Oosterpoort gevestigd is, is dit wel gedaan. De jongeren die hier wonen, beschikken bovendien over veel buitenruimte aan de achterkant van hun woning. Daarmee is er geen sprake van overlast voor de buurt. Kortzichtig beleid? Want hoeveel kost het als over een jaar deze voorziening mogelijk gesloten moet worden?

ZELFGEBAKKEN APPELTAART

Ondanks de verschillende belangen die er liggen en de vragen over de geschiktheid van de gekozen locatie, verliep het overleg constructief. De eerste bijeenkomst werd iedereen getrakteerd op door de jongeren gebakken appeltaart. Tijdens het tweede overleg kwamen enkelen van hen een beetje verlegen kennismaken.

Het mag duidelijk zijn dat iedereen die in de buurt van de Seringenstraat woont, deze jongeren een prettige woonomgeving gunt, waarin ze zich geborgen kunnen voelen. Tegelijkertijd willen de buurtbewoners ook een leefbare en prettige woonomgeving voor zichzelf. Het komende jaar zal moeten uitmaken in hoeverre dit te realiseren is.

Het omwonendenoverleg bestaat uit:

Wim Kompier, Matti van Hille, Marjon Koopmans, Claudi Richardson, Henk Kox, Cootje Brobbel, Monique Heyting, Erik van Westerlo en Paul Becx.

(Lees ook het artikel op pagina 5 waarin de bewoners van de nieuwe locatie zichzelf voorstellen) ●

Over het omgaan met klachten zijn de volgende afspraken gemaakt. Klachten over overlast kunnen direct worden gemeld aan de groepsleiding van Seringenstraat 20 en 22.

Gegevens Seringenstraat 20
Telefoon 06 34960991
HH-JHVDenBosch20@RvAgroep.nl

Seringenstraat 22
Telefoon: 06 34960968
HH-JHVDenBosch22@RvAgroep.nl

De medewerkers van de Seringenstraat zijn 7x24 uur bereikbaar voor overleg met omwonenden. Terugkoppeling over klachten, gebeurt zo spoedig mogelijk. In elk geval binnen 24 uur na de melding. Iedere melding wordt geregistreerd. Het omwonendenoverleg krijgt een overzicht van alle klachten. Mocht iemand van mening zijn dat met de klacht te weinig is gedaan, dan kan dit gemeld worden aan het omwonendenoverleg ●





Vacatures Trefpunt Oost.

Trefpunt Oost organiseert activiteiten die toegankelijk zijn voor mensen die het moeilijk vinden zelf invulling te geven aan het dagelijkse leven. Het Trefpunt is op zoek naar diverse vrijwilligers.

Wij zoeken een gastvrouw, een kok, een fitnessbegeleider, een tuinman of vrouw en mensen die les kunnen geven in de vakken: naaien, bloemschikken en werken met de computer. Daarnaast zoeken wij organisatorische talenten die mee willen helpen een groter evenement te organiseren.

Vacaturebank e.a.

Voor elke vacature zijn we op zoek naar meerdere kandidaten.

van Broeckhovenlaan 4a, 5213 HX 's Hertogenbosch.
Voor meer informatie: bel 06 46 76 81 17 of stuur een mail naar trefpuntoost@gmail.com ●

Vrijwilligers voor in de tuin

Bewoners van woonlocatie Javastraat hebben een schitterend appartement, maar helaas weinig ruimte om te tuinieren. Park Eemwijk heeft volop tuin en bood de bewoners van de Javastraat een gedeelte aan. Onder-tussen hebben een aantal bewoners van Park Eemwijk hun dagbesteding in de ruimte aangrenzend aan de tuin gekregen. Voor hen is het fijn om uit te kunnen kijken op mooie planten en mensen die er gezellig in rommelen en tuinieren. De tuin begint al wat te worden en de eerste aardappels en aardbeien zijn geoogst.

We zouden graag nog meer in de tuin bezig zijn. Omdat de bewoners van de Javastraat en Park Eemwijk niet alleen kunnen tuinieren, zoeken we



vrijwilligers. Mensen die op dinsdag-avond tussen 19 uur en 21 uur met bewoners van Javastraat in de tuin willen werken. De wandeling naar de tuin, een kopje koffie in het restaurant van Park Eemwijk, zorgt voor een gezellig uitstapje. Ook zoeken we vrij-

willigers die op maandagmiddag met een paar bewoners van Park Eemwijk in de tuin wat lichte werkzaamheden willen doen zoals vegen en harken.

Als u belangstelling heeft dan kunt u contact opnemen met:

Petra van Esch Javastraat 06 13853930
petra.van.esch@humanitas-dmh.nl
of Léonce van Leeuwen Park Eemwijk
073-8228708
l.van.leeuwen@vanneynsel.nl ●

Rommel- en jaarmarkt Werkgroep Graafsewijk Noord

Op zondag 24 augustus opende Werkgroep Graafsewijk Noord haar 33ste activiteitenseizoen met een rommel- en jaarmarkt op de speelplaatsen aan de Lucas van Leijdenstraat.

Er viel genoeg te snuffelen. De kinderen kregen ijs en popcorn en konden zich vermaken op het springkussen of zich laten schminken. Discotheek El Loco, zanger Rini van de Kerkhof en Carnavalsvereniging De Eldorado's zorgden voor de muziek. Via het Rad van Avontuur gingen veel prijzen weg. De opbrengst van deze loterij was voor het vrijwillige jeugd- en jongerenwerk in de wijk. De volgende vaste sponsors en winkeliers uit de directe omgeving stelden prijzen beschikbaar: Pizzeria da Lino, Princen Sport, Woensel Bloemen, Ruiterman IJzerwaren Gereedschappen, Lanny Mei, Albert Heijn, Cafeteria De IJlbeer, Croissanterie Le Jardin, FC Den Bosch, John's Hairstyling, Fabricom-GTI, Joep vd Donk/TWS, Nelson Cafeteria, Fred van der Heijden, Bakkerij Humblé,

Bakkerij René, Bloemsierkunst Peter Kuys, Dierenspecialzaak v.d. Veer, Johan en Miep, Piet en Twan, Rik van Dalsen, Schouten Automaten, Little Car Company, Discotheek El Loco, Sportiom, Kuijpers Installaties bv, Schilderwerken Jos Hoffman, Lika Den Bosch, Friethuis De Dageraad, GSM Today, Romy en Piet, Interieurbouw van Dalsen bv, Marco van der Waal Schilderwerken, Van Baars Timmerwerken, JH Websign, Garagebedrijf Weber, Mevr. Verharen, Brabants Tegelhuis, Schildersbedrijf Glansrijk, J. Langenhof schoonmaak- en kluswerkzaamheden, Niek van der Veer Bloemen en Planten, GPR Uden.

Werkgroep Graafsewijk Noord dankt alle sponsors, vrijwilligers en bezoekers voor deze grandioze dag. ●

Nieuws van het Wijkplatform

Het Wijkplatform werd geacht aan een zomerreces te doen, maar heeft toch niet stil kunnen zitten. De diverse werkgroepen zijn druk bezig geweest met actualiteiten.

Vanwege alle veranderingen in de zorg komen er in alle wijken Sociale Wijk Teams (SWT's). Deze worden kort na de zomervakantie samengesteld. Het Wijkplatform heeft in de zomermaanden een bewonersadviescommissie samengesteld. Deze commissie bestaat uit leden van het Wijkplatform en actieve wijkbewoners. Zij gaan adviseren over de sollicitanten, die in het SWT willen werken. Met wethouder Snijders en leden van de Coalitie Zorgzaam (zie ook ons bericht in de vorige wijkkrant), is een tweede gesprek geweest over hoe de burgerinitiatieven Oosterplas Doet!, Kinder- en zorgboerderij Oosterhoeve en het Wijk Steunpunt Oost Actief een actieve rol kunnen krijgen in de wijk. Het Wijkplatform heeft een actieve rol gespeeld bij het naar Oost en Hint-ham halen van het Kom Erbij Festival in het kader van de Week tegen de Eenzaamheid. Medewerkers van het Burgerwijkteam Oosterplas Doet! hebben de organisatie op zich genomen.



U hebt hier vast iets van gemerkt! Leden van de Wijkplatformwerkgroep hebben de verkoop van het Vestia-complex nauwlettend gevolgd en hebben zich, samen met buurttafel Graafsewijk Noord, sterk gemaakt voor de aanleg van kunstgras op het voetbalveldje in de Pieter Breughelstraat. Ook het voetgangersgebied rond het IJzeren Kind hebben zij onder de aandacht van de gemeente gebracht. Er rijden veel fietsers, terwijl het uitsluitend voetpad is. De politie controleert en bekeurt menden die op dit voetpad fietsen. Andere aandachtspunten voor de werkgroep zijn: de bouw van de woningen aan de Jan Sluiterstraat, het buurtpreventieteam in Aawijk Noord en de windmolens op de Brand..

Nieuwsgierig naar de activiteiten van het Wijkplatform?

Volg ons op Facebook:
<https://www.facebook.com/pages/Wijkplatform-Oost/531178320311520> of
kijk op onze website:
www.wijkplatform-oost.nl ●



Platform 073 Waar vraag en aanbod elkaar ontmoeten.

Platform 073 is een website waarop je vrijwillige diensten zowel kunt aanbieden als vragen.



Hoe werkt dit? Ga naar www.platform073.nl U kunt alle vragen en aanbod op Platform 073 bekijken zonder in te loggen. U ziet geen contactgegevens van de vrager of aanbieder. Om te reageren op een vraag of aanbod of om zelf een vraag of aanbod te plaatsen, moet u zich aanmelden. Aanmelden en meedoen op Platform073 is gratis. U hebt alleen een emailadres nodig. Voorwaarde is dat alle uitwisseling GRATIS is. U mag geen geld vragen of aanbieden in ruil voor uw dienst, kennis of materialen. Als u zelf niet de mogelijkheid of kennis hebt om zelfstandig gebruik te maken van Platform 073 kun uw contact opnemen met de vrijwilligers van wijkplein de Kiek, Dageraadsweg 39 of (073) 687 26 40. U kunt ook contact opnemen met de wijkwerker uit uw wijk of met de eerste contactpersoon van het Platform 073 Oost: Kars van Eijck 06 48118608. Wij willen u graag helpen met uw aanmelding en het verwerken van uw vraag of aanbod tot een passende tekst.

Als voorbeeld laten we hier drie vragen zien die op de site te vinden zijn en waarop u kunt reageren.

1: Thea vraagt:
Arabisce taal: Wil iemand mij helpen om mijn Arabisch (liefst Dariza meghribiya, ik ben vooral geschoold in Foshia) te verbeteren. Ik ben Arabist

(en Turkoloog) en wil vooral mijn spreekvaardigheid vergroten.
2 Thea vraagt
Hulp bij tuinieren. Helaas heb ik geen groene vingers. Wie wil mij op weg helpen mijn druivenstruik te reguleren en een moestuin aan te leggen?
3 Saskia vraagt
Hardlooppaasje gezocht. Wie wil er met mij samen trainen voor de halve marathon en hardloop evenementen in de omgeving. Ik ga regelmatig hardlopen in Veldhoven omdat daar evenementen georganiseerd worden waar ik graag aan deelneem. Wie wil daar met mij naartoe gaan?.

Als u wilt reageren op een van deze vragen, kan dat via de website. U kunt ook contact opnemen wijkplein de Kiek of met Kars van Eijck. ●

Vrouwen aan de AA

Wie heeft er zin om samen met andere vrouwen gezellig te kletsen bij een kopje koffie en samen iets leuks te knutselen. Dit kan iedere dinsdag- en donderdagmiddag van 13:00 tot 15:30. U kunt vrij naar binnenlopen. Deze middagen vinden plaats bij Trefpunt Oost aan de Van Broeckhovenlaan 4a. Meer informatie: 06 55178932 ●

Spot op ...

Mien Wiggers

Door Mieke verberne

Mensen met een betaalde baan moeten voortaan doorwerken tot na hun 65ste. Voor vrijwilligers geldt geen pensioenleeftijd. Mien Wiggers is zo'n superactieve vrijwilliger die op haar 81ste nog volop in de running is. Stoppen met haar vrijwilligersactiviteiten komt nog niet in haar op.

Werk, zowel betaald als onbetaald heeft altijd een belangrijke rol gespeeld in het leven van Mien. Ze begon met werken toen ze twaalf jaar oud was. Dat deed ze niet uit vrije wil. Door familieomstandigheden kreeg ze de zorg voor haar familie op haar schouders. Ze trouwde op jonge leeftijd. Doordat er een enorm tekort aan woningen was, besloten zij en haar man om naar Canada te emigreren. Een grote stap voor het jonge echtpaar. Ze woonden zeven jaar in Canada. Toen werd haar man zo ziek van heimwee dat ze besloten om terug te gaan.

MENSEN IN NOOD

Eenmaal terug in Nederland kregen ze vier kinderen. Toen die groter werden ging Mien bij de gezinszorg werken. Later kreeg ze werk bij Mensen in Nood. In het magazijn van deze organisatie in Den Bosch-Zuid werd ingezamelde kleding opgeslagen en weer doorverkocht. Met de opbrengst van deze kleding wordt nog steeds noodhulp ondersteund.

Bij Mensen in Nood deed Mien van alles: ze zorgde voor de koffie; hield de boel bij; trad op als gastvrouw bij rondleidingen en verkocht artikelen uit de Derde Wereld in het bijbehorende winkeltje. Ze was erg in haar nopjes met deze baan. Op haar 60ste ging ze met pensioen. Mensen in Nood kon echter op haar blijven rekenen want ze bleef als vrijwilliger aan het werk.

Mien en haar man woonden tegenover de Grevelingen en dus was de stap niet groot om ook daar actief te worden. Ze gingen helpen bij de maaltijdvoorziening voor de Patio. Daarop volgden andere vrijwillige activiteiten. Men vroeg haar om binnen de Grevelingen de bingo te gaan leiden en ze zei 'ja'. Niet wetend dat ze dat 25 jaar later nog steeds zou doen. Elke week organiseert Mien de bingoactiviteit. Ze verzamelt prijsjes, ze roept de nummers af en ze voorziet de deelnemers van een 'bakske'.

BINGO

Ja, en als je dat goed doet, valt dat op. Stichting Divers vroeg haar dezelfde activiteit ook in de Stolp op te zetten. Deze klus nam ze jarenlang wekelijks op zich. Onlangs leek het erop dat de bingo uit de Stolp zou moeten verdwijnen. Vanwege noodzakelijke bezuinigingen bij Divers moest de bingo er als activiteit aan geloven. Divers vroeg Mien deze activiteit ergens anders voort te zetten, maar dat wilde ze niet. Bijna mondde dit uit in een afscheid maar de beheerders van de Stolp lieten haar niet zomaar gaan. Mien is op hun verzoek doorgegaan met de bingo maar nu onder beheer van de Stolp. Op dit moment is het aantal deelnemers weer flink toegenomen. Mien hoopt deze bijeenkomsten dan ook nog lang te kunnen organiseren.

We zijn nog niet klaar met het opsommen van Mien's vrijwilligerswerk. Op haar 53ste zag ze de noodzaak van meer bewegen in en koos voor zwemmen in het toenmalige Brabantbad. En jawel hoor, het duurde niet lang of ze begon ook hier met vrijwilligerswerk. Jarenlang assisteerde ze bij zwemactiviteiten. Later verhuisde Mien mee naar het Sportiom. Daar helpt ze nog steeds. Ze gaat eerst lekker zelf zwemmen en houdt daarna met vier andere vrijwilligers de overige deelnemers in de gaten. De meesten zijn namelijk al wat ouder en sommigen hebben gezondheidspro-

blemen. Het is belangrijk om vanaf de kant voortdurend te controleren of het allemaal goed gaat. Dat doet Mien dus. Na afloop zorgt ze voor koffie en thee en doet nog wat klusjes.

GEEN SPRAKE VAN PENSIOEN

In 1999 verlieten Mien en haar man de wijk Oost. Door lichamelijke klachten van haar man wilden ze gelijkvloers gaan wonen. Ze vonden een geschikt appartement buiten Oost. Dat betekende echter geen afscheid van haar vrijwilligerswerk.

Mien is heel trouw en Oost kan op haar blijven rekenen. Anderen zouden aan de rol van echtgenote, moeder, oma en overgrootoma al genoeg hebben maar dat gaat niet op voor Mien. Ze vindt haar vrijwilligerswerk zo leuk dat ze gewoon blijft doorgaan. Van 'met pensioen gaan' is nog geen sprake. ●



Hoe zou jij behandeld willen worden?

Door Marjolein Thijssen

Vraag je altijd eerst af hoe jij behandeld zou willen worden als je omstandigheden minder rooskleurig zijn. Het is gemakkelijk om snel een mening te hebben over mensen en een stempel op ze te drukken. Daar probeer ik niet aan mee te doen. Aan het woord is Miriam. Ze woont al 19 jaar aan de van Broeckhovenlaan en werkt als vrijwilliger bij Treppunt Oost.

Over de komst van Het Hostel las ze vooral uit de krant. Ze merkte dat het voor onrust zorgde in de straat. Zelf was ze daar niet zo mee bezig. 'Ik ben niet zo iemand die meteen allerlei beren op de weg ziet. Het valt me op dat mensen zo snel gaan klagen en bang zijn voor negatieve gevolgen. Je kunt ook naar de andere kant kijken. De buurt kan er ook beter van worden. Bijvoorbeeld dat de buurt wat opgeknapt wordt en dat daar aandacht voor is. Ik probeer het altijd positief te zien'. Ze merkt zelf eigenlijk weinig van het Hostel: 'Je hoort altijd verhalen maar het enige dat ik opmerk is de aanwezigheid van meer toezicht in de buurt' Miriam is op bezoek geweest in het Hostel en



Nieuws van het Hostel

vond het er mooi uitzien. 'Ik denk dat het voor deze mensen fijn is dat ze een eigen woonruimte hebben en toch gezamenlijk kunnen eten.' Op het Treppunt Oost ontmoet Miriam veel mensen voor wie het leven niet altijd heeft meegezeten. Ze heeft ervaring met deze mensen. 'Niet van alles 'moeten', gewoon welkom zijn, dat vinden onze bezoekers heel fijn. We drinken echt niet alleen maar koffie maar ondernemen veel activiteiten. Hierbij geldt dat niets moet. We luisteren goed naar de behoeften van onze bezoekers. Tegenwoordig zijn

we ook op maandag - en donderdag avond open, omdat de avonden vaak moeilijker zijn om door te komen. We bieden onze bezoekers de mogelijkheid om te sporten. We hebben een oefenzaal met enkele fitnessapparaten. Het is namelijk niet voor iedereen vanzelfsprekend om naar een sportschool te gaan. Wij laten onze mensen ervaren hoe het is om regelmatig te bewegen'. Voor de bewoners van het Hostel bieden we een mogelijkheid om andere wijkbewoners te leren kennen. Veel van onze bezoekers wonen hier op loopafstand. Dat maakt het zowel voor wijkbewoners als voor de bewoners van het Hostel gemakkelijk om hier naar toe te komen. Men treft elkaar hier. Zo werkt dat. We heten niet voor niets het Treppunt. Als het gaat over het opknappen van de buurt, heeft Miriam nog wel wensen. 'Veel wijkbewoners weten niet waar Treppunt Oost zit of weten niet wat er in Plein Oost zit. We doen al het nodige aan publiciteit maar het zou mooi zijn als het gebouw van Plein Oost en alles wat er in zit, beter herkenbaar is. We hebben daar zelfs al een ontwerp voor. Daarnaast zouden we de entree van Plein Oost ook graag willen verbeteren. Nu is het van buiten niet duidelijk welke deur naar welke organisatie of activiteit leidt. Eigenlijk willen we de gehele entree opknappen. Zodat het voor bezoekers nog meer uitnodigt om over de drempel te stappen'. ●



Advertentie

JOHN'S HAIRSTYLING

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

JOHN'S ZONNESALON

1x supersnelbruiner	25 min.	€ 6,50
	10x	€ 58,50
1x megapower	15 min.	€ 8,00
	10x	€ 72,00

Altijd zonder afspraak.
Volop GRATIS parkeerruimte

JOHN'S HAIRSTYLING

Pieter Breugelstraat 8 - 's-Hertogenbosch
Tel. 073-6140333 - www.johnshairstyling.nl
Wifi aanwezig Maandag gesloten

Nieuws van S-Sport

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

TOERNOOI WERELDVREDE DAG

Op 19 september hebben de groepen 3 en 4 van de basisscholen in Oost deelgenomen aan een voetbaltoernooi dat in het teken stond van sportiviteit. Dit omdat het op zondag 21 september Wereldvrede dag was. Dit toernooi heeft plaatsgevonden op het hoofdveld van FC Den Bosch.

'S-PORT KAART

Op iedere school en in ieder klaslokaal hangt de 'S-PORT kaart. Op de

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

Voor informatie, bekijk de 'S-PORT kaart! Begin oktober zal de 'S-PORT kaart geüpdatet worden.

PLEIN-ACTIEF

De komende weken zal op de verschillende basisscholen in Oost Plein-Actief weer van start gaan. Lekker actief buitenspelen met allerlei leuk speelmateriaal!

GYMPLUS

Extra gymmen en oefenen in kleine groepjes; wie wil dat nou niet!!

Op woensdag 24 september start gymplus. Kinderen die vorig schooljaar mee hebben gedaan met gymplus zullen weer uitgenodigd worden. Daarnaast zullen er ook nieuwe kinderen worden uitgenodigd om deel te nemen. Voor meer informatie; vraag aan de gymleerkracht van uw kind.



LES JE DORST

Water drinken en niet alleen maar



ongezonde zoete drankjes. Dit is voor veel ouders en kinderen erg belangrijk. Met het project Les je Dorst krijgen kinderen op school een eigen drinkbidon. Deze bidon mogen ze gedurende de hele dag vullen. Op deze manier worden kinderen gestimuleerd lekker water te gaan drinken.

In het nieuwe schooljaar starten de volgende basisscholen met dit project: BS Oberon, BS de Kameleon en BS Jeroen Bosch. BS het Rondeel zijn in juni 2014 al begonnen met het project en vinden het succesvol. ●

Pukkiesport!

Vanaf 1 oktober is er elke woensdag PUKKIESPORT. Leuke beweeglessen voor kinderen van twee en drie jaar. Samen met hun ouders maken kinderen spelenderwijs kennis met sporten en bewegen. Kom dus lekker meedoen!

Er zijn lessen met judo, dans, voetbal, hockey, tennis, beweegspelletjes en gymnastiek. Alle lessen zijn aangepast naar de leeftijd van 2 en 3 jaar.

Inschrijven kan via p.adams@s-hertogenbosch.nl Graag contante betaling van €11 (voor 11 weken) tijdens de eerste les op woensdag 1 oktober 2014. Let op : maximaal 15 kinderen.

Informatie bij:
Piet Adams 06 52 58 52 53 medewerker 'S-PORT
Manon Theeuwen 06 52 58 52 62 medewerker 'S-PORT ●

Herfstmarkt Basisschool De Driestroom

Ouders van basisschool De Driestroom organiseren samen met leerlingen van groep 8 op zaterdag 8 november van 10.00 tot 16.00 uur een sfeervolle Herfstmarkt. Het wordt een gezellige dag met kramen waar bijzondere spullen gekocht kunnen worden die niet zo maar ergens anders te krijgen zijn.



We gaan pizza's bakken en een kampvuur te maken. Voor volwassenen is deze markt een gezellige plek om Sinterklaas of Kerstinkopen te doen en elkaar te ontmoeten. Voor kinderen een heerlijke speelplaats, lekker snoepen van eigengemaakte producten en zelf een broodje roosteren boven het vuur. Er zullen ongeveer twaalf kramen zijn met een divers en aantrekkelijk aanbod: jaartafelspullen, popjes, jam, honing en veel andere spullen van

natuurlijke materialen. De standhouders zijn voornamelijk mensen die direct verbonden zijn met De Driestroom. Ook is er een afdeling tweedehands 'rollend spul' zoals fietsen,

driewielers, skeelers, skates, boards. Kortom: alles wat wieltes heeft.

Het Herfst Smul Restaurant tijdens de markt is befaamd om de over-

vloedige heerlijkheden. Eigengemaakte soepen, hartige taarten en een ongelofelijke variatie aan zoete baksels. Als het lukt worden er ook eigengemaakte bonbons verkocht. Voor de lunch van die dag bent u hier prima op uw plek! De opbrengst van de markt komt ten goede aan school waaronder het kamp van groep 8. In verband met een goede organisatie en zorg voor elkaar vragen wij u vriendelijk een eigen tas mee te nemen, op de fiets te komen of Uw auto te parkeren op het Rivierenplein. Vooral dat laatste is voor omwonenden echt belangrijk omdat er maar weinig parkeerplaatsen zijn aan de Waalstraat.

We hopen op een mooie en succesvolle dag!

Organisatie Herfstmarkt BS De Driestroom herfstmarkt.ds@gmail.com ●



Geslaagde Baggerloop wordt terugkerend evenement.

Op 27 juni hebben 210 kinderen van de basisscholen Aquamarijn, Oberon en Jeroen Bosch zich geweldig uit kunnen leven tijdens de Baggerloop aan de Oosterplas. Van te voren hebben de kinderen

zich laten sponsoren. Totaal is 800,- euro aan sponsorgeld opgehaald. Dit bedrag is geschonken aan twee organisaties: kinder/zorgboerderij Oosterhoeve en de Tuinvereniging. Deze kunnen het extra geld goed

gebruiken. Zowel de kinderen als de organisatoren waren zodanig enthousiast over dit evenement, dat het plan is om dit jaarlijks te laten terugkeren. Voor het volgende jaar wil men de

Baggerloop voor ruim 800 kinderen gaan organiseren.

Op www.oosterpasdoet.blogspot.nl zijn alle foto's van deze Baggerloop te vinden. ●



Technika 10: cool en mét vriendinnen!

Meiden die stoer en creatief van alles zelf maken; dat is Technika 10! Begeleidsters Ingrid, Nicole en Liebeth helpen je om zelf cadeautjes, speelgoed of mooie spullen voor je kamer te maken. Er is nog plaats voor nieuwe meiden (10 t/m 14 jaar) bij de club.

Op 1 september is Technika 10 weer gestart met een nieuw seizoen. De eerste werkstukjes van dit schooljaar zijn goocheltrucs die jij zelf kan bouwen en leert uitvoeren! Dit betekent dat op 10 november een eenmalige heuse goochelshow wordt gegeven. Technika 10 is elke maandagavond (behalve in de schoolvakanties) van 19.00 – 20.30 uur in wijkgebouw de Slinger aan de Jan Schöfferlaan 3. Nieuwsgierig naar wat op Technika 10 nog meer wordt gemaakt? Filmpjes en foto's staan onze site www.technika10odenbosch.nl. Wil je een keertje gratis mee doen om te zien of je het leuk vindt? Maak dan een afspraak met Ingrid via tel. 06 10 32 70 86. Technika10 is een onderdeel van Divers welzijnsonderneming. ●

Nieuws van Zonnebloem Oostelijke Zon.



Diezetocht voor Zonnebloemgasten

De vakantie zit er weer op. We zijn druk in de weer om leuke activiteiten voor onze gasten te organiseren. Op Maandag 8 september hebben zeventig Zonnebloemgasten een Diezetocht gemaakt. De Kring Vrienden van Den Bosch stelde belangeloos zeven boten beschikbaar en diverse schippers offerden een vrije dag op om te kunnen varen.

Met hulp van jongens en meisjes van de opleiding Politie en Leger van de Koning Willem I college, was het een fluitje van een cent om mensen met rolstoel en al de boten in te dragen. Zonnebloemgasten die moeilijk ter been waren, kregen spontaan een arm aangeboden. Dankzij deze geweldige hulp, werd



het een bijzondere belevenis. We zijn iedereen die heeft meegeholpen bijzonder dankbaar.

In het kader van: Week tegen Eenzaamheid, van donderdag 25 september t/m zaterdag 4 oktober, gaan we een leuke activiteit doen. Deze wordt ons aangeboden door de Riki Stichting en Coalitie Erbij. Samen met Zorgpark de Grevelingen gaan we op 26 september een mooie middag beleven. Met een hapje en een drankje, een spelletje en gezellige muziek door Sjef van Liempt.

Advertentie



DRUKKERIJ
PRINTBEST

KERKDRIEL

KWALITEIT
en
SERVICE

Tel. (0418) 63 63 63 • E-mail: info@printbest.nl

Medicijnen in het verkeer. Mag dat?

Sommige medicijnen zorgen ervoor dat u minder goed rijdt. Dat komt door bijwerkingen zoals sufheid, wa-zig zien of trager reageren. Daarom mag u met sommige medicijnen niet autorijden.



Veel medicijnen hebben behalve hun bedoelde werking ook bijwerkingen. Sommige van deze bijwerkingen zijn gevaarlijk als u aan het verkeer wilt deelnemen. Niet alleen met autorijden moet u oppassen als u een van deze medicijnen gebruikt, maar bijvoorbeeld ook bij het werken met gevaarlijke machines, fietsen in druk verkeer en op ladders klimmen. Bijwerkingen die kunnen optreden zijn bijvoorbeeld dat u langzamer dan anders reageert, minder scherp ziet, duizelig bent of dat u zaken niet, of te laat, opmerkt terwijl u die normaal wel snel ziet. Niet iedereen krijgt last van deze bijwerkingen. De kans op bijwerkingen is bij sommige medicijnen heel groot. Bij andere medicijnen zeldzamer. Als de kans op bijwerkingen groot is, mag u (tijdelijk) niet autorijden.

OM WELKE MEDICIJNEN GAAT HET?
Er zijn heel wat medicijnen die invloed hebben op de rijvaardig-

heid. Denk hierbij bijvoorbeeld aan slaapmiddelen, sterke pijnstillers, medicijnen bij depressie en medicijnen bij ADHD. Maar er zijn nog meer medicijnen die invloed hebben op uw rijgedrag. Gebruikt u meerdere medicijnen die de rijvaardigheid beïnvloeden? Dit kan het effect op de rijvaardigheid versterken. Overleg hierover met uw apotheker.

MAG U RIJDEN MET UW MEDICIJN?

Of u wel of niet mag rijden, hangt ervan af of het medicijn dat u gebruikt effect heeft op de rijvaardigheid. Op het etiket staat dan vermeld dat het medicijn het reactievermogen kan verminderen. In de bijsluiters staan de bijwerkingen van een medicijn. Onder het kopje 'Rijvaardigheid en het gebruik van machines' staat welke bijwerkingen de rijvaardigheid kunnen verminderen.

Lees bij een waarschuwing altijd in de bijsluiter wat het advies is. De adviezen kunnen verschillend zijn. Soms mag u een aantal uur niet rijden, soms mag u helemaal niet rijden. Soms mag u weer autorijden als de bijwerkingen na enige tijd minder zijn geworden. Bijwerkingen komen vaak voor in het begin van de behandeling of na het verhogen van de dosering. Hier kunt u een paar dagen, maar ook een paar weken last van hebben. Daarna



kunt u aan deze bijwerkingen wennen. De bijwerkingen kunnen dan minder worden. Maar er zijn ook bijwerkingen die niet minder worden. Gebruikt u het medicijn niet meer? U mag dan pas gaan autorijden als het medicijn helemaal is uitgewerkt.

ALGEMENE ADVIEZEN BIJ HET RIJDEN

- Rijd alleen als u geen last heeft van bijwerkingen. Herinnert u zich niet welke route u heeft gereden? Dit kan betekenen dat u niet alert was.
- Bedenk dat u zelf moeilijk in kunt schatten of u minder goed rijdt. Een medepassagier kan dat vaak beter inschatten. Bijvoorbeeld omdat u met wisselende snelheden rijdt, slingert of geïrriteerd reageert op andere weggebruikers.

Het is mogelijk dat u het effect van het medicijn zelf niet merkt. Daarom is het belangrijk dat u het zekere voor het onzekere neemt. Kies voor veiligheid. Twijfelt u of u met het medicijn dat u gebruikt mag rijden? Vraag ons dan om advies.

Joost van Roosmalen, apotheker
Apotheek Cleij ●

De meeste van de tien gasten die zijn uitgezocht iets te gaan doen in verband met Zomerhartewens zijn al weg geweest. Met sommige gasten wordt binnenkort iets leuks gedaan. De gast kiest zelf uit waar of wat hij wil gaan doen. Dit wordt ons aangeboden door de Riki Stichting. Verder zijn we nog steeds op zoek naar vrijwilligers en daarnaast een of twee verpleegkundigen, die vrijwillig onze activiteiten kunnen bijwonen en in geval van nood van de gasten, eerste hulp kunnen verlenen.

Hebt u interesse om bij ons vrijwilligster te zijn of ons als verpleegkundige te ondersteunen: meldt u aan bij: Ria de Kock: 073-6142600 of Jeanne van Teeffelen: 073-6138936 ●



Even voorstellen...

Herlaarhof | Jeugdhulpverlening

Vanaf donderdag 21 augustus is Herlaarhof Jeugdhulpverlening gevestigd aan de Seringenstraat in 's-Hertogenbosch. In de twee woningen verblijven nu twaalf jongeren tussen de 12 en 18 jaar. Daarnaast is er een vestiging aan de Grotestraat in Drunen, waar tien kinderen tot 12 jaar verblijven en komt er een locatie in Waalwijk, waar tien jongeren gaan verblijven. Op alle locaties is 24 uur per dag groepsleiding aanwezig.

In 2012 is Jeugdhulpverlening bij Herlaarhof gekomen. Dorith, groepsleider bij Jeugdhulpverlening, vertelt: 'Bij Jeugdhulpverlening worden kinderen en jongeren begeleid bij de dagelijkse bezigheden. We ondersteunen ze bij school, het huishouden enz. Sommige kinderen en jongeren hebben psychiatrische problemen, anderen

kunnen door andere omstandigheden (tijdelijk) niet thuis wonen.' Jongeren die door Jeugdhulpverlening opgevangen worden, brengen hun dag op dezelfde manier door als jongeren die thuis wonen. Kim is nu een jaar bij Jeugdhulpverlening: 'We staan op, ontbijten gezamenlijk en dan gaat iedereen naar school. Na schooltijd doen we boodschappen en we koken en eten samen. Ik werk 's avonds vaak in een restaurant, anderen kunnen tv kijken of gaan naar voetbal.' Dorith: 'De jongeren bij Jeugdhulpverlening werken aan doelen. Een voorbeeld is het contact met ouders verbeteren. Iedere avond bespreken we kort met iedere jongere de doelen. Daarbij kijken we hoe het gaat en wat er beter kan. We werken met een positief ingesteld team, dat het beste wil voor de jongeren. Dat is ook onze kracht.' Naast verblijf biedt Herlaarhof Jeugd-

hulpverlening ambulante begeleiding. Huub, ambulant begeleider vertelt: 'We gaan naar het gezin toe en begeleiden ouders doelgericht met de vragen die zij hebben. Meestal zijn dat opvoedvragen, maar soms ook specifieke vragen. Bijvoorbeeld: hoe maken we een goede dagstructuur voor mijn kind met ADHD? Naast praktische hulp, hebben we gesprekken met ouders. De kracht van Herlaarhof Jeugdhulpverlening is dat we zorg op maat bieden, die aansluit bij de vraag van ouders en kinderen. We luisteren naar het gezin en passen de hulp hierop aan, zodat het gezin daarna op eigen kracht weer verder kan.'

Susan Harmsen, teamleider Jeugdhulpverlening Seringenstraat

Lees ook het artikel op pagina 1 over het omwonendenoverleg. ●

Nieuws van de Oosterhoeve

De activiteiten die u de komende maanden op de kinderboerderij / zorgboerderij kunt verwachten zijn:

- De langste eettafel, op 27 september
- Consultatieburo voor poppen en knuffels, ook op 27 september
- Teken- en kleurwedstrijd op Dierendag 4 oktober
- In de week voor Sinterklaas, 'Sint wakker zingen'.
- Rond kerst, park in kerstsfeer en "koek- en zopie" tijdens de vuurwerkshow

NIEUWS OVER DE DIEREN

Kort voor de zomervakantie hebben we afscheid moeten nemen van onze oude pony, die bijna 35 jaar is geworden. U zult haar vast, net als wij, gemist hebben. We kregen daarna een jonge pony aangeboden. Helaas had ze slechte ervaringen achter de rug en schopte en hapte naar andere

dieren en mensen. We hebben veel tijd genomen om haar te laten wennen. De pony verdiende een kans. Daarvoor moest ze een poosje apart staan maar kreeg intussen wel veel liefde en aandacht. Door een liefdevolle en deskundige aanpak heeft de pony het vertrouwen weer terug en staat ze rustig in de wei. We hopen dat alle bezoekers nog lang plezier van haar kunnen hebben. Als u vragen hebt over de dingen die u ziet op de Oosterhoeve, komt u dan gerust langs. Wellicht kunnen wij u dan uitleggen waarom we iets doen en zal er meer grip zijn.

VRIJWILLIGERS

Vrijwilligers zijn altijd zeer welkom bij ons. Doordeweeks kunnen ook mensen bij ons terecht die behoefte hebben aan een beschermde werkomgeving. In de weekenden hebben wij mensen nodig die zelfstandig kunnen voeren. De meeste van onze

weekendvrijwilligers zijn ouders die met hun kinderen een keer per maand de dieren verzorgen. Lijkt u dit wat? Meld u dan aan voor een kennismaking, en een keertje vrijblijvend proefdraaien.

Op werkdagen zijn wij van 9 tot 4 uur geopend. Op zondag doorgaans van 12 tot 4, en op zaterdag wisselt het. Om de andere week kunt u bij ons op woensdag om 4 uur pannenkoeken eten voor 2,50 euro, en iedere donderdag om 5 uur is er een driegangenmenu voor 4,50 euro. Aanmelden graag tot uiterlijk woensdag. De donderdagmaaltijd is vooral bedoeld voor mensen die de rest van de week in hun eentje eten.

Graag tot ziens op de Oosterhoeve, op de hoek van de IJsselsingel/ Dommelstraat.
Tel. 06 23910121 ●



Een verjaardagsfeestje bij Park De Grevelingen.

De meubelzaak Rudy van de Zande bestaat dit jaar vijftig jaar en dat was reden voor een feestje. Niet alleen de bewoners van Park De Grevelingen maar ook wijkbewoners waren van harte welkom op de muziekmiddag 23 augustus. Het koor 'Zing Maar Lekker Mee' zorgde voor een gezellige sfeer. Gezongen werd er door de ruim honderd bezoekers. Dankzij de inzet van onze onmisbare vrijwilligers kon iedereen op tijd van koffie, thee en een drankje worden voorzien. Al met al een fijne, geslaagde middag.

Bedankt voor dit cadeau Rudy van de Zande.

BENT U NIEUWSGIERIG NAAR ANDERE ACTIVITEITEN BIJ PARK DE GREVELINGEN?

Zoals het Danspaleis of de maandelijkse sociëteit of Bingo die rekening houdt met uw tempo? Waag de stap eens en kom binnen of kijk eens op www.vanneynsel.nl. Daar vindt u een heel duidelijke activiteitenkalender. Informatie kunt u ook krijgen bij Hetty Petit, dagbestedingscoach Park de Grevelingen 073 8828321. ●



Open dag Dierentehuis

Zondag 28 september vindt de jaarlijkse open dag van het Dierentehuis plaats. Er zullen rondleidingen worden gegeven en er zijn diverse informatiestands aanwezig. Op deze manier kunt u een goed beeld krijgen van wat er achter de schermen plaatsvindt.

Daarnaast zullen er diverse demonstraties worden gegeven en zijn er enkele activiteiten op het terrein, waaraan u kan deelnemen. Voor meer informatie kunt u terecht op onze website: www.dierentehuis-denbosch.nl. ●

Al jaren iets aan toneel willen doen?

Je hoort het zo vaak dat ouderen in hun jongere jaren geen tijd hadden om voor zichzelf leuke dingen te doen. Het gezin, het werk of andere sociale verplichtingen gingen altijd vóór. Nu er wél meer tijd is, de kinderen op hun plek en het pensioen een feit, komt er ruimte om deze oude wens te vervullen. Bij alle mogelijkheden die u nu al heeft komt nu een nieuwe kans om te stralen en verborgen talenten te ontwikkelen. Park Eemwijk start een nieuwe toneelclub. Hiervoor zoeken we zes tot 10 personen, zowel vrouwen als mannen.

Nu roept u: 'Dat kan ik niet. Dat durf ik niet. Ik heb nog nooit toneel gespeeld of schertsend: Ik speel mijn hele leven al toneel of: Ik kan geen teksten onthouden'. Maak u geen zorgen. Bij deze nieuwe toneelclub is speelervaring, tekstbeheersing of alles wat u in het theater ziet en hoort niet van toepassing. Het belangrijkste is het plezier om met elkaar iets leuks en moois op het podium te zetten. We maken met elkaar het verhaal.

U kiest wat we gaan spelen. Dat kan een lied zijn dat we mooi vinden en als basis gaat dienen voor een



verhaal. Het kan iets zijn dat gebaseerd is op persoonlijke ervaringen of zomaar een leuk idee. Samen kiezen we waar we aan gaan werken. De teksten worden voor u geschreven en kunnen tijdens het spelen steeds weer opnieuw aangepast worden. Door improvisatie ontwikkeld zich dan een stuk waar we allemaal veel plezier aan kunnen beleven. Wanneer u geen tekst kunt onthouden is dat geen probleem. U speelt dan met het script in de hand. Alles met het doel om plezier te hebben en uw hersenen te trainen. Dus schroom niet en kom in de schijnwerpers om ook eens op een andere manier te stralen.

De toneellessen worden gegeven door Thom van den Hoven.

U kunt zich aanmelden bij de activiteitenbegeleiding van Park Eemwijk; Leonce van Leeuwen of Jacqueline Cornelissen telefonisch te bereiken op: (073) 822 87 08 of (073) 822 87 09 ●

Stichting Dierenlot plaatst inzamelcontainer voor kleding

Stichting Dierenlot trekt zich het lot van verwaarloosde, gewonde of verlaten dieren in nood erg aan en wil hen graag helpen. De Stichting doet dit door 200 lokale en regionale dierenorganisaties in Nederland te steunen met het goede werk dat zij voor de dieren verrichten. Ook het Dierentehuis aan de Oosterplas wordt ondersteund door Dierenlot. Zij hebben een inzamelcontainer voor kleding op het parkeerterrein van het Dierentehuis geplaatst. Het is belangrijk dat deze container goed gevuld wordt met oude kleding. Want hoe meer kleding, hoe groter de opbrengst. Ben jij van plan om je kledingkast op te ruimen? Doneer deze ze dan aan de

het Dierentehuis. De totale opbrengst van de kleding komt geheel ten goede aan de dieren van het Dierentehuis. ●



De dag van de Oosterplas

Op zondag 22 juni werd voor de vijfde keer de Dag van de Oosterplas gehouden. Een initiatief van Buurten in Beweging. Evenals vorig jaren waren ook dit jaar Kinder/zorgboerderij Oosterhoeve, Sportschool Wladimirov, de eetbare tuin bij Oosterhoeve, het Marokkaans buurtvadercomité, 's-Port van de gemeente, kinderwerk van Divers, de GGD, Park Eemwijk, modelbotenbouw Titanic, JOV de Flipper en wijkwerkplaats Oost aanwezig met verschillende activiteiten. Nieuw was de Oosterplasrun, georganiseerd door Run2 Start en de Running Junkies. De deelnemers konden kiezen uit 1, 2, 3 of 4 rondjes Oosterplas. Kinderen liepen een parcours van 1 km. De Running Junkies bleven tot



OP DE FOTO: NA AFLOOP VAN DE KIDSRUN KREGEN DE KINDEREN EEN DIPLOMA EN KONDEN ZIJ BIJ ANJA VAN DE OOSTERHOEVE TERECHT OM DE DORST TE LESSEN.

het laatste toe de deelnemers enthousiast aanmoedigen. Er was die dag van alles te doen in Den Bosch en dat had mogelijk zijn weerslag op het aantal bezoekers.

Het was niet druk maar wél gezellig. Dat vonden ook de kinderen van het kinderpersbureau die hierboven hun impressie in het kort weer hebben gegeven. ●

Buurthuis Graafsewijk Noord



Adres: Lucas van Leijdenstraat 27
** voor deze activiteiten dien je je vooraf op te geven bij: Anja Baudoin, Elzenstraat 17, tel: 073 – 614 40 70*

ACTIVITEITEN BUURTHUIS GRAAFSEWIJK NOORD OKTOBER:
Vrijdag 03 oktober Kaarten
Inschrijving vanaf 20.00 u

Zaterdag 04 oktober Dierendag*
10.30 – 12.00 u

Vrijdag 10 oktober
Kinderdisco
18.30 – 20.00 u

Zaterdag 11 oktober
Tafelvoetbaltoernooi*
aanvang 20.00 u

Zaterdag 25 oktober
Kinderbingo*
14.00 – 15.30 u

Vrijdag 31 oktober
Spooktocht/ Hal loween*
aanvang 20.00 u

NOVEMBER:
Vrijdag 07 november
Kaarten
inschrijving vanaf 20.00 u
Vrijdag 14 november
Kinderdisco
18.30 – 20.00 u

Zaterdag 15 november
Kokkerellen*
10.30 – 12.00 u

Vrijdag 28 november
Kaarten
inschrijving vanaf 20.00 u

Zondag 30 november
Sinterklaas*
tijd nog niet bekend

DECEMBER:
Woensdag 10 december
Kerstknutselen Volw*
20.00 – 22.00 u

Vrijdag 12 december
Kinderdisco
18.30 – 20.00 u

Zaterdag 13 december
Kerstknutselen*
10.30 – 11.00 u

VASTE GROEPEN VAN BUURTHUIS GRAAFSEWIJK NOORD

Maandag 18.30u – 19.30u Steps
Volwassenen

Maandag 19.30u – 20.30u
Beatballet
Volwassenen

Dinsdag 19.00u – 20.00u
Zumba
Volwassenen

Woensdag 14.45u – 16.00u
Kinderknutselclub
5 t/m 9 jaar

Donderdag 18.00u – 19.00u
Kinderdansgroep
4 t/m 6 jaar

Donderdag 19.00u – 20.00u
Tienerdansgroep
vanaf 7 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.

MEER BEWEGEN VOOR OUDEREN IN BUURTHUIS GRAAFSEWIJK NOORD

Maandag 13.00u – 14.00u Gym
Maandag 14.00u – 15.00u Gym
Dinsdag 11.00u – 12.00u Yoga

Donderdag 09.30u – 10.30u Gym
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.

PROGRAMMABOEKJE 2014/2015
Het nieuwe programma met alle activiteiten voor het seizoen 2014 – 2015 ligt voor u klaar in Burt-huis Graafsewijk Noord, Lucas van Leijdenstraat 27 te 's-Hertogenbosch ●

Activiteiten Wijkcentrum De Stolp

Adres: Rijnstraat 497

MAANDAG
09.15 uur Yoga (Vivent)
09.30 uur Gezond bewegen (van Neijnsel)
10.30 uur Yoga (Vivent)
13.00 uur Vrij kaarten
14.00 uur Bingo (laatste 3 maanden v.d. maand)
18.00 uur Zwangerschapgym (Vivent)
19.00 uur Biljartvereniging de Stolp
19.00 uur Rechtswinkel 2e maand v.d. maand
20.00 uur Muziekvereniging "De Vriendenkring"

DINSDAG
09.00 uur Computer les
13.00 uur Vrijkaarten

13.30 uur Creatafel
14.00 uur Computerles
19.00uur Theorieles Auto
20.00 uur Harmonie Glorieux
20.00 uur C.V Toet er nie toe

WOENSDAG
09.15 uur Do-In Yoga
09.30 uur Computerles
09.30 uur Weightwatchers
13.00 uur Vrijkaarten
13.00 uur Biljartvereniging. 'T wordt nooit wé
14.00 uur Computerles
13.00 uur Fysiotherapie B Derxks
18.00 uur Weightwatchers
18.30 uur Biljartvereniging. BSV
19.00 uur Do-in Yoga
19.30 uur Hengelsportvereniging HSV
20.00 uur Improvisatievereniging Zoetelieve



DONDERDAG
13.00 uur Vrij kaarten
13.30 uur Smartlappenkoor de Bossche Jankers
20.00 uur C.V de Mexicanen
20.00 uur Koor Voluum
VRIJDAG
09.00 uur Yoga
19.30 uur Percussieband

ZONDAG
11.00 uur C.V de Vrolijke Vagebonden
Voor meer informatie of suggesties voor activiteiten, kunt u contact op nemen met Angelique Fasol 06-10803045 of met Gerard Fasol 06-53719482 ●

Activiteiten Stichting Werkwijkplaats Oost

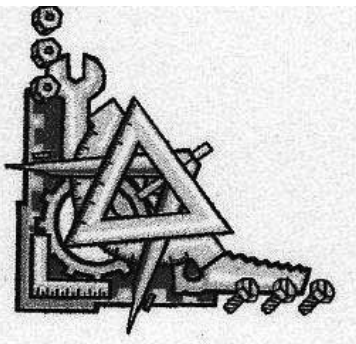
Adres: Van Broeckhovenlaan 4a

Wijkwerkplaats Oost is een vrijwilligers organisatie, die zich inzet voor de minst draagkrachtigen in de samenleving en mensen met een beperking.

Wij willen hen een zinvolle plek geven als vrijwilliger in onze werkplaats. Op dit moment zijn we met 46 vrijwilligers, met of zonder beperking. Samen staan we sterk. Wilt ook U zich inzetten voor de medemens? Loop dan eens binnen bij de Van Broeckhovenlaan 4a.

HOUTWERKPLAATS.
We beschikken over een volledig ingerichte houtwerkplaats, toegankelijk voor rolstoelgebruikers, dagelijks wordt er gewerkt aan projecten voor derden. We maken kinderspeelgoed en gebruiksvorwerpen in 'Klaasjes Snuffelhoek' tegen zeer lage prijs worden aangeboden.

KLAASJES SNUFFELHOEK.
In Klaasjes Snuffelhoek kunt U goede gebruikte kleding en zelfgemaakte artikelen uit de houtwerkplaats kopen. Open op maandag en dinsdagmorgen van 9.00 uur tot 12.00 uur Donderdags van 9.00 uur tot 15.00 uur



WERKPLAATS ROLLATERS EN ROLSTOLEN.
Heeft u een zeer kleine beurs, heeft u even een rolstoel nodig, of bent u niet in staat uw kleine huishoudelijk apparaat te laten repareren, loop dan hier eens binnen. Er is altijd wel een oplossing te vinden

NAAI EN SCHILDER ATELIER.
Op donderdag morgen kan men hier terecht voor: kledingreparatie tegen onkosten vergoeding of een kleine gift voor onze wijkwerkplaats. Verder schilderen, mozaïeken, steenhouden enz

Is dit ook iets voor U, en bent U op zoek naar een goede zinvolle daginvulling, maak een afspraak en bel 0653352507. Nelly van de Ven. ●

Activiteiten Trefpunt Oost

Adres: Van Broeckhovenlaan 4a
5213 HX 's-Hertogenbosch

MAANDAG / WOENSDAG
09:30 -12:00 Open inloop
09:30 -12:00 Open inloop
10: 00 -12:00 Fotogroep
10:00 -12:00 Breien/haken
10:00 -12:00 Tuinieren
11:00 -12:30 Fitness
10:30 -12:00 Bloemschikken
12:00 Warme maaltijd
13:00 -15:30 Handenarbeid
13:30 -15:30 Kienen/bingo
18:30- 21:30 sporten
13:30 -17:00 Perron Oost

ALLERLEI ACTIVITEITEN DINSDAG / DONDERDAG
10:00 -10:45 Chi Neng Qigong
10:00 -12:00 Kaarten maken
10:00 -12:00 Schilderen
11:00 -12:30 Fitnes
11:00 -12:30 Fitness
12:00 Warme maaltijd
12:00 Lunch
13:00 -15:30 Kaarten en spelletjes
13:00 -14:00 Wandelen
13:00-15:30 Handenarbeid
13:00 -15:30 Toneel
18:30- 21:30 sporten
13:30 -15:30 Handenarbeid

Voor meer info:
13:30 -17:00 Perron Oost
Trefpunt Oost
allerlei activiteiten
Van Broeckhovenlaan 4a
5213 HX 's-Hertogenbosch ●



Activiteiten in BBS aan de Aa

Adres: Acaciasingel 77

JONGE MOEDERGROEP
Maandag 9.00 uur – 11.30 uur
Deelname gratis
Info: Mieke Reijner: 06-50459340

PLEIN ACTIEF SPORT EN SPEL VOOR KINDEREN VAN 4 – 7 JAAR
Maandag 14.15 uur – 15.15 uur
Deelname: eenmalig 5 euro voor een pasje
Info: piet.adams@hetrondeel.nl

HOBBYCLUB 'T SLUSKE, KNUtSELEN VOOR KINDEREN
Maandag 16.00 uur – 20.00 uur
Deelname: 6 euro per maand
Info: binnenlopen bij de activiteit of Wilma@bredeboschescholen.nl

OUDERKAMER, KOFFIEUURTJE VOOR OUDERS VAN KINDEREN VAN HET RONDEEL
Dinsdag 8.00 uur – 10.00 uur

Deelname gratis
info Mieke Reijner: 06-50459340

HOBBYCLUB 'T SLUSKE, KNUtSELEN VOOR KINDEREN
Dinsdag 16.00 uur – 20.00 uur
Deelname: 6 euro per maand
Info: binnenlopen bij de activiteit of Wilma@bredeboschescholen.nl

ZUMBALES VOOR VROUWEN
Dinsdag 18.45 uur – 20.15 uur
Deelname: 2 euro per keer
Info: Souad Lakahal 06-644860214

ZUMBALES VOOR VROUWEN
Woensdag 18.45 uur – 20.15 uur
Deelname: 2 euro per keer
Info: Souad Lakahal 06-644860214



NAAILES VOOR VROUWEN
Donderdag 13.00 uur – 16.00 uur
Info: binnenlopen bij de activiteit of Wilma@bredeboschescholen.nl

PLEIN ACTIEF, SPORT EN SPEL VOOR KINDEREN VAN 8-12 JAAR
Donderdag 14.15 uur – 15.15 uur
Deelname: eenmalig 5 euro voor een pasje
Info: Piet Adams: pietadams@hetrondeel.nl

HOBBYCLUB 'T SLUSKE, KNUtSELEN VOOR KINDEREN
Donderdag 16.00 uur – 20.00 uur
Deelname: 6 euro per maand
Info: binnenlopen bij de activiteit of Wilma@bredeboschescholen.nl

ZUMBALES VOOR VROUWEN
donderdag 18.45 uur – 20.15 uur
Deelname: 2 euro per keer
Info: Souad Lakahal 06-644860214

TAALES SPECIAAL VOOR NEDERLANDSE EN ALLOCHTONE VROUWEN.
Vrijdag 09.30 uur – 11.00 uur
De les is gratis, ook de materialen!
Voor meer info: www.abccleermee.nl / 073 6449889

26 SEPTEMBER 19.00 UUR – 20.30 UUR: WIJKTHEATER
Locatie: BBS aan de Aa
Aanmelden om op te treden of als vrijwilliger mee te werken: wilma@bredeboschescholen.nl 06-55791362

Interesse in een van de activiteiten?
Wil je meer informatie? Loop binnen tijdens de activiteit of mail: Wilma@bredeboschescholen.nl ●

Samen Spelen tegen Pesten op basisschool De AQUAmarijn

De laatste week van augustus was de Nederlandse 'Week tegen Pesten'. Basisschool De Aquamarijn aan de Waalstraat heeft daar een bijzondere invulling aan gegeven. Een werkgroep van leerlingen uit de groepen 3 t/m 8 bedacht de slogan 'Samen Spelen tegen Pesten'.

Speciaal voor de actieweek is het schoolplein daarom flink opgeknapt en zijn er nieuwe buitenspelmaterialen aangeschaft. Gymleerkracht Patricia van Alst maakte de gymlessen extra leuk met sportieve buitenactiviteiten voor tijdens de pauzes. Ook alle andere leerkrachten bedachten een

spel voor op het schoolplein. De hele school mocht daar vervolgens aan meedoen. Volgens de leerlingen uit de werkgroep was deze actieweek een groot succes. Zij denken dat kinderen soms gaan pesten uit verveling en spelende kinderen vervelen zich niet. Voorkomen is beter dan genezen, vinden zij.

De school is erg tevreden over de inzet en betrokkenheid van de leerlingen uit de werkgroep. Het was goed dat ze zelf met ideeën kwamen om pesten

tegen te gaan. Deze aanpak past ook prima in de visie van de Montessori-school. In deze visie staat 'het kinderen leren om het zelf te doen' centraal. De actieweek is nieuw voor de AQUAmarijn maar de visie op sociaal gedrag niet. De school besteedt aan het begin van ieder schooljaar veel aandacht aan positief sociaal gedrag. 'Het is beter om kinderen een compliment te geven over wat ze goed doen, dan

te benadrukken wat er beter kan', aldus een bovenbouwleerkracht. 'Een positieve benadering vanuit de leerkracht stimuleert positief gedrag van de leerling.' Ook ouders worden actief betrokken bij het sociale klimaat op school. Zij hebben tijdens de actieweek kunnen deelnemen aan workshops over Triple P, de weerbaarheidstraining Wish, Mindfulness en De Vreedzame School.

Bent u op zoek naar een basisschool en nieuwsgierig geworden naar de AQUAmarijn? Op vrijdag 28 november bent u van harte welkom tijdens de informatieochtend. Check hiervoor onze website www.aquamarijn.org



Bijzonder straattheater op 25 oktober in Graafsewijk Noord

Het Zuidelijk Toneel biedt de inwoners van Den Bosch en Rosmalen de mogelijkheid om op een bijzondere manier te ontdekken hoe wij vandaag de dag samenleven.

Tijdens de gratis toegankelijke straattheatervoorstelling Staat van de straat loopt het publiek met een koptelefoon door een wijk in Den Bosch of Rosmalen en vangt op die manier gesprekken op die ergens in een huis, op een balkon, langs de kant van de weg of op een andere onverwachte plek plaatsvinden.

Het publiek gaat op zoek naar alle verborgen toneelscènes en ziet zo op een bijzondere manier hoe wijkbewoners tegenwoordig samenleven. Voor Staat van de Straat interviewen leerlingen van het Koning Willem I college en acht stagiaires van de Fontys Hogeschool voor de Kunsten Bosschenaren over hoe zij samenleven, en stadskunstenaar Lucas De Man trekt samen met de wijkmanager de wijk in. Op basis van dit veldonderzoek schrijft Marcel Osterop verschillende toneelscènes die door Brabantse amateurspelers op 25 oktober in de Abeelenstraat in de Graafse-

wijk Noord zullen worden gespeeld. Staat van de straat is onderdeel van OOG Den Bosch, stadskunstenaar Lucas De Man wil met dit stadsproject de menselijke kant van de stad laten zien.

Meer informatie over OOG Den Bosch staat op de speciale website van het project: www.OOGDenBosch.nl. Er vinden twee voorstellingen plaats. De eerste voorstelling begint om 12.00 uur. De tweede om 15.30 in en rond de Abeelenstraat in Graafsewijk Noord.



FOTO: MARCO VAN DEN HOUT



Kom Erbij Festival tijdens Week tegen de Eenzaamheid

De Week tegen de eenzaamheid vindt in heel Nederland plaats van 25 september tot en met 4 oktober.

Het Kom Erbij Festival is een nieuw onderdeel tijdens deze week en biedt een ontmoetingsmogelijkheid voor iedereen. Dit festival zal op minstens tien plaatsen in Nederland georganiseerd worden. Ook in Den Bosch. Op zes locaties in Den Bosch-Oost en

in Hintham staat op 27 september veel te gebeuren. De organisatoren van Oosterplas Doet! hebben in vijf weken tijd een heel programma in elkaar gezet. Helaas valt deze wijkkrant waarschijnlijk nét te laat in uw bus om het programma te plaatsen. Maar dit zal via verschillende andere kanalen bekend gemaakt zijn. Een bijzonder activiteit voor jongeren op het terrein van kunst, muziek en theater vindt plaats op de voorma-



lige voetbalvelden van OVH aan de Jan Sluysterstraat.

Na dit festival gaan de enthousiastelingen van Oosterplas Doet! werken aan een vervolg. Dat wordt het 'Kom Erbij Weekeinde op 12,13,14, juni 2015. Een van de activiteiten die al gepland staat, is de Baggerloop voor kinderen.

(Advertentie)

KRACHT-speltherapie, een nieuwe praktijk in 's-Hertogenbosch Oost

Iedere ouder komt het tegen. Uw kind zit minder goed in zijn of haar vel. De opvoeding verloopt niet vanzelfsprekend. In de meeste gevallen gaat dit vanzelf over. In sommige gevallen is er meer nodig om uw kind weer terug te brengen in zijn kracht. Speltherapie kan u en uw kind daarbij helpen.

Met speltherapie worden kinderen terug in hun KRACHT gebracht. De therapie richt zich op verschillende soorten problemen waar kinderen mee kunnen worstelen, zoals omgaan met scheiding, verlies, spanningsklachten (hoofdpijn, buikpijn), autisme, ADHD, grenzen, enzovoort.

Bij speltherapie wordt een omgeving gecreëerd voor het kind, waarin het zich op zijn gemak voelt. In de spelkamer krijgt het kind door middel van spel de kans om te laten zien hoe hij de wereld beleeft. Spel is de universele taal van het kind waarin hij veilig communiceert. De 'alsof'-wereld van het spel biedt veiligheid. Het kind laat zijn innerlijke wereld zien en de speltherapeut kijkt hierin mee en helpt het kind zijn moeilijkheden te verwerken.

De therapie en de training zijn waardevolle hulpmiddelen voor ouder en kind wanneer opvoeden even niet vanzelfsprekend verloopt. De praktijk biedt ook mogelijkheden tot groepstrainingen sociale vaardigheid en weerbaarheid (bijvoldoende aanmeldingen), en ouderbegeleiding. Speltherapie helpt uw kind het vertrouwen in zichzelf terug te krijgen. KRACHT-speltherapie is gevestigd in basisschool De AQUAmarijn, Waalstraat 50.

Meer informatie vindt u op de site: kracht-speltherapie.nl. Of mail naar: ine@kracht-speltherapie.nl.