Een uitgave van Aktiegroep Het Oude Westen • Gaffelstraat 1-3 • 3014 RA Rotterdam • 010 436 1700

buurtkrant Oude Westen

MEI 2015

Jaargang 45 nr. 04

2 *Van de straat geplukt:* Simone Zebeda

Pagina 4,5 + 6:
Nieuws van de instellingen in de wijk
- Radar
- Humanitas De Leeuwenhoek
- Laurens Antonius Binnenweg
- Gezondheidscentrum St. Mariastraat

7 *Verborgen Bedrijvigheid* Marja Brand

8 Koffie voor Geluk op de 's Gravendijkwal

www.aktiegroepoudewesten.nl

Afscheid wijkagent Bas Munne

Wijkagent Bas Munne verlaat na 22 jaar trouwe dienst het Oude Westen. Hij is overgeplaatst naar een ander deel van Rotterdam Centrum. Op het afscheid dat door de Vereniging de Nieuwe Binnenweg voor hem is georganiseerd, kreeg hij nevenstaand 'portret' aangeboden, getekend door Lenie Arntzen van de winkel Voorlopig. Op donderdagavond 28 mei wordt er tijdens het Aktiegroepcafé ook aandacht besteed aan zijn vertrek en aan wat hij voor de mensen in het Oude Westen heeft betekend. Daar zal het onder andere gaan over zijn belangrijke rol in het opzetten van Drugs in Kleur: het geregeld controleren van de wijk door groepjes bewoners + politie op verschijnselen van gebruik en handel in drugs. Wie graag afscheid van Bas Munne wil nemen, kan dus 28 mei om 19.30 uur in de Buurtwinkel terecht.

Samen doen...

Na de renovatie van de woningen begon het straatje zelf er steeds meer verwaarloosd uit te zien. Veel onkruid, gras tussen de straatstenen, zwerfvuil, fietsen kriskras geparkeerd en vooral hondenpoep. Een van de nieuwe buren riep de andere bewoners op om op zaterdag 25 april gezamenlijk het straatje aan te pakken. O.a. met de bekende WOWtjes werd wat materiaal aangeschaft en om 15.00 uur werd een begin gemaakt met de werkzaamheden. 25 bewoners hebben de handen uit de mouwen gestoken en de Drievriendendwarsstraat omgetoverd tot een (potentieel) bloemenparadijs.De Stadswacht was zo vriendelijk om een wagen te sturen en die kon, volgeladen, alle rommel meenemen. Na afloop was er een drankje waarbij de werkers konden napraten en nader kennis maken met elkaar. Het woord is nu aan de warmte en de zon.

Het is weer zover ....

Zeskamp en Rommelmarkt

Op zaterdag 20 juni 2015
In Wijkpark het Oude Westen

Als u woont of werkt in het Oude Westen en die dag spulletjes wilt verkopen, dan kunt u een kraam huren.
U kunt zich aanmelden vanaf dinsdag 19 mei tot en met vrijdag 12 juni 2015 om 13.00 uur sluit de inschrijving.

Regels voor kraamverhuur:
- Geen commerciële verkoop
- Er mogen geen auto's in het park
- Er is geen elektriciteit
- Als u uw rommel en spullen niet opruimt krijgt u de borg niet terug.
- Er mag geen eten en drank worden verkocht

Borg €15,00 en kraamkosten €20,00 (halve kraam €10,00 mits er nog een gegadigde is).

Voor meer informatie: Aktiegroep het Oude Westen 010-436.17.00
Voor de kraamverhuur kunt u terecht bij Silvia Stentler of Annelies de Weerd op dinsdag of vrijdag van 13.00 tot 16.00 uur.

van de straat geplukt...

De oproep in de Buurtkrant om de redactie te komen versterken heeft twee nieuwe leden opgeleverd. Simone Zebeda meldde zich als eerste aan. Een kennismaking met een nieuw redactielid.

Simone Zebeda

Veertien jaar geleden reisde Simone Zebeda, toen 21 jaar oud, haar familie achterna; van Paramaribo naar Nederland. Een studie Dierwetenschappen bracht haar naar Wageningen. In het Oude Westen vond zij haar geliefde Richard. Nu woont ze met hem in de Anna Paulownastraat. Simone houdt van de levendige mix van culturen in de wijk. Haar favoriete plekken zijn het Wijkpark, de Leeszaal en de winkelstraten met hun keur aan Surinaamse producten. "In deze buurt kan ik lekker makkelijk mijn eigen gerechten maken". Het nieuwbakken redactielid wil graag iets voor de buurt doen, meer mensen leren kennen en ervaring opdoen in het schrijven. Daarnaast gaat ze bij Radar Wmo de cursus netwerkcoach volgen, waarna ze voor minstens een jaar wordt ingezet. Veel tijd om stil te zitten zal deze doener niet hebben, want ze geeft ook nog groepslessen bij Fitland Delfshaven.

Knokken om naar Nederland te komen.
Simone: "Ik was 17 toen mijn moeder en mijn jongste broer naar Nederland gingen. Het was in de tijd dat Rita Verdonk minister was. Ik mocht niet mee, omdat ik bijna 18 was. Op die leeftijd kom je niet meer in aanmerking voor gezinshereniging. Drie jaar heb ik moeten knokken om naar Nederland te mogen gaan. Uiteindelijk kreeg ik een verblijfsvergunning en ging ik studeren. Er was geen studiebeurs, mijn vader en moeder konden niet bijdragen in de kosten. Dus werkte ik heel veel, naast mijn studie,om alles te kunnen bekostigen. Uiteindelijk ben ik er ziek van geworden en moest ik stoppen met mijn studie. Het heeft me vier jaar gekost om te revalideren, maar ik ben er gelukkig bovenop gekomen. Enkele jaren geleden heb ik mijn studie weer opgepakt en heb ik mijn Bachelor afgerond. Inmiddels ben ik bezig met mijn Masterscriptie. Ik studeer af op het onderwerp 'Antibiotica in de veehouderij', een thema dat erg actueel is in relatie tot onze voedselketen".

Omslag in het werk.
"Eigenlijk was het de bedoeling dat ik weer terug zou keren naar Suriname. Mijn overgrootmoeder had onze familie een stuk grond nagelaten en het plan was dat ik die in ontwikkeling zou brengen. Maar nu ik mijn levenspartner hier gevonden heb, ga ik niet meer terug. Mijn moeder woont in Amsterdam en mijn oudste broer hier in Rotterdam. Mijn jongste broer is vorig jaar geremigreerd naar Suriname. In de periode dat ik moest stoppen met mijn studie, is mijn vader, die ook in Amsterdam woonde - mijn ouders zijn gescheiden - plotseling overleden. Ik vind het heel erg dat ik geen afscheid van hem heb kunnen nemen. Ik zag hem niet zoveel en was net van plan om hem weer eens op te zoeken, toen ik werd gebeld over zijn overlijden. Ik had graag wat meer tijd met hem willen hebben".

"Ik heb hier mijn plek gevonden en wil nu iets doen voor de buurt"

Op de vraag wat zij nu gaat doen met haar diploma antwoordt Simone: "Ik heb ontdekt dat ik er niet zoveel mee kan. Ik had wel bij een Productschap willen werken, maar die zijn allemaal opgeheven. Het werk dat zij deden, de kwaliteit van ons voedselproductie bewaken, wordt nu door de overheid gedaan. Maar het ligt mij niet zo om ambtenaar te worden. Ik maak mijn scriptie nog af en dan ga ik iets heel anders doen. Ik heb echt heel veel zin om deze omslag te maken. Het komende jaar start ik een trainingsprogramma in de financiële dienstverlening. Eerst stage lopen bij verschillende banken en dan zie ik wel waar ik terecht kom. Misschien krijgen mensen zoals ik de kans om dingen te veranderen. Want wat er aan de top gebeurt, hoeft van mij niet. Een bonus mag, maar niet als anderen gewoon worden wegbezuinigd".

Waar zijn de twintigers en dertigers?
Simone wil er als redactielid en netwerknetwerkcoach aan bijdragen dat mensen in het Oude Westen zich nog meer met elkaar verbinden. "Elkaar helpen om uit het isolement te komen, motiveren om stappen te zetten, of praktische zaken op te lossen. Het kan van alles zijn. Ik zou ook willen dat de twintigers en dertigers meer zichtbaar zijn in de wijk. Ik weet niet wat ze aan het doen zijn, maar ik zie ze weinig. We zouden elkaar actiever kunnen helpen in plaats van achter de spelcomputer te zitten: informatie uitwisselen, dingen organiseren in de wijk. De jongeren kunnen een klusje doen voor de ouderen en de ouderen kunnen ons hun wijsheid en kennis geven. Het zou fijn zijn als we elkaar makkelijk even kunnen bellen of iets vragen. Een goed voorbeeld vind ik het verhaal van die jongeman (elders in de Buurtkrant) die een mevrouw heeft geholpen met het verwijderen van haar grasmat. Er is zoveel te doen om de wijk levendig te houden, zoals helpen bij het zomerfestival op de West-Kruiskade of het organiseren van een sportevenement op het plein bij de Leeszaal."

Nog meer wensen voor de wijk?
Simone: "De zijstraten hebben echt nieuwe bestrating nodig, want ze zijn behoorlijk scheef gezakt. Meer groen en ondergrondse vuilcontainers, dat zou ook geen overbodige luxe zijn".

De lijfspreuk van Simone is 'Geduld is een bittere plant maar draagt zoete vrucht'. Zij ondertekent hiermee al haar emails. "Deze tekst is mij bijgebleven door een uit Surinaams hout gesneden spaarpot, die ik als achtjarig meisje cadeau kreeg van mijn moeder. Voor mij betekent dit dat je altijd de tijd moet nemen om het beste resultaat te bereiken. Overhaast dingen uitvoeren of een plan uitwerken, levert meestal weinig of slecht resultaat op. Ook in het gewone leven kan geduldig zijn iemand heel veel moois brengen. Geduldig zijn en volhouden of doorzetten gaan hand in hand. Natuurlijk is dat gemakkelijker gezegd dan gedaan. Geduldig zijn is zeker niet makkelijk. Soms kan het een hele lang weg zijn, vandaar 'bittere plant', maar het resultaat maakt altijd gelukkig, 'zoete vrucht'.

De geschiedenis van Het Ouwe Westen in 1000 voorwerpen

(19) 'De Eend'

Op straatfoto's van het Oude Westen van de jaren zeventig valt het gelijk op: De grote hoeveelheid 2CV's ofwel 'Lelijke Eenden' in de wijk. In een tijd dat er nog geen APK bestond was een tweedehands Eend hét goedkope en alternatieve vervoermiddel voor kunstenaars en studenten. Je kon er zelf makkelijk aan sleutelen en Rotterdamse Eendrijders hielpen elkaar daarbij. In 1976 werd zelfs 'de vereniging de alternatieve garage 't Eendeëi' opgericht. met als doel zo goedkoop mogelijk 'Eend' te kunnen rijden.

Hoewel de Citroën 2CV al járen uit productie is, is 't Eendeëi 40 jaar na dato nog steeds een bloeiende club in Rotterdam, die dit bijzondere voertuig met veel liefde -als cultureel erfgoed'- op de weg houdt.

Van 10 tot en met 17 juni organiseert Opzoomer Mee de jaarlijkse 'Voorleesweek'. Overal in de stad wordt dan voorgelezen aan kinderen in Rotterdamse straten. Het Eendeëi zorgt op 10 juni voor een feestelijke optocht door Rotterdamse wijken.Meer weten over 'De Lelijke Eend? Kijk op www.eendeei.nl. Voor info over de voorleesweek: www.opzoomermee.nl

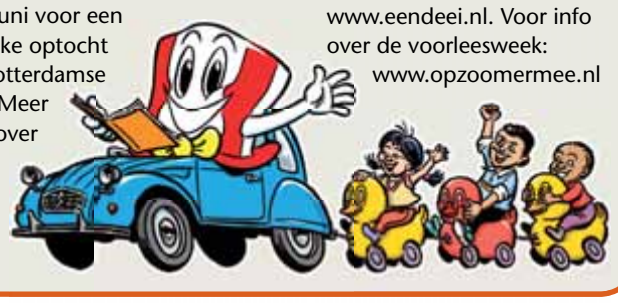


foto: Dirk-Jan Corbet

Magnoliabrunch

Op 12 april hielden bewoners van de 's-Gravendijkwal weer een "magnoliabrunch", om te vieren dat in het plantsoen bij het monument voor Van 't Hoff de magnolia's weer mooi in bloei staan. Door bemiddeling van Peter Dekkers, werkzaam bij de voormalige deelgemeente, maakten Gemeentewerken en bewoners vorig jaar samen dit plantsoen. Voor de brunch werd dit jaar samengewerkt met Opzoomer Mee! en dat is erg goed bevallen: zij regelden in een paar dagen de "Terraskeet".

COLOFON

buurtkrant
Oude Westen

Oplage: 5000, verschijnt 10 x per jaar.
Aktiegroep Het Oude Westen
Gaffelstraat 1, 3014 RA Rotterdam
010-436 1700
buurtkrant@aktiegroepoudewesten.nl
Redactie: Marianne Maaskant, Rob van der Meulen, Piet Slijkerman, Joke van der Zwaard, Simone Zebeda en Elske Zwart.
Medewerkers aan dit nummer:
Corrie Kreuk, Wilma Kruger, Ellen Laluan, Heleen van der Linden, Madelon Stoele en Gina Thijsse.
Productie: Jim van der Put.
Fotografie: Marianne Maaskant e.a.

www.aktiegroepoudewesten.nl

COLUMN VAN Hannie

Vandaag is het mijn dag niet. Dat heb ik af en toe. Dan speelt de artrose mij parten en lijkt het of al mijn gewrichten mij pijn doen. Soms denk ik wel eens dat die pijn een voorbode van slecht weer is, zoals mijn moeder slecht weer verwachtte als wij druk en vervelend waren. Vervelend is die pijn, maar een grote troost is het dat het morgen waarschijnlijk al weer beter gaat. Wel krijg ik Ans straks nog om de koffie en daar heb ik nu juist even niet zo veel zin in, want veel opbeurends hoef ik van haar niet te verwachten.
En jawel hoor; zij komt bijna jammerend bij mij binnen en valt met de deur in huis: "Dat moet mij nou weer overkomen; zij van Albers, mijn buurvrouw, moest ik vanmorgen buiten westen, onderkoeld en bijna dood in haar gang, onder het bloed en verwondingen aantreffen. Een afschuwelijke aanblik en ik weet nu al dat ik er vannacht slecht van zal slapen en er misschien wel nachtmerries van over zal houden." Ik laat mijn zus weten dat ik dit laatste vervelend voor haar vind, maar dat mijn grootste zorg toch wel naar de alleenwonende mevrouw Albers uit gaat. "Wat is er met haar gebeurd en waar is zij nu?" "Zij is via het ziekenhuis bij haar neef in Dordrecht terecht gekomen en is al weer aan de beterende hand. Het schijnt dat zij een hersenbloeding heeft gehad en daar al een paar dagen had gelegen. Gelukkig was zij buiten westen en zal zij er allemaal niets van hebben gemerkt. Maar hoe kom ik van die vreselijke aanblik af?"
Ik geef het op om nog verder op haar eigen gejammer te reageren en vraag of zij koffie wil.
"Ja, natuurlijk, anders was ik hier niet. Ik ga straks de stad in om iets leuks voor mijzelf te kopen. Dan kan ik dat vreselijke beeld misschien kwijt raken. Ga je mee?" "Nou Ans, daar voel ik niet zoveel voor; ik heb vandaag wat last van mijn gewrichten" "Jij nu ook al? Moet dan iedereen met zijn ellende tegen mij aanleunen?" Zij doet suiker en melk in haar koffie en vraagt om een kaakje. Ans zal vandaag wel overleven.

Hulp vragen in de wijk, dat zouden meer mensen moeten doen!

Een aantal jaren geleden gaf een toenmalige collega mij een boek; zijn eigen boek. De titel: *Ik kan alles. Survivalgids voor het dagelijks leven*. Het boek is een pleidooi voor de zelfredzame mens. Zo schrijven de auteurs (Rob Biersma en Warna Oosterbaan): "Je moet nodig een andere auto hebben en het licht van je fiets doet het niet meer. (...) Ook laten verschillende kamerplanten het leven en het dak begint te lekken. Op zo'n moment blijkt hoe afhankelijk de moderne mens van deskundigen is geworden." En daar zitten volgens hen allerlei nadelen aan. De oproep: ontworstel je aan de greep van de profs en de deskundigen en doe-het-zelf!
De schrijvers hebben op zich een punt. Maar wat nu als je midden in een klus en puinhoop zit en ontdekt dat je iets níét kan? Het moge duidelijk zijn dat dit mij overkwam. De conclusie, in de sfeer van het boek *Ik kan alles*, was: 'Ik kan hulp vragen in mijn wijk.' Een korte impressie van een mini-Odyssee door het Oude Westen en zijn behulpzame bewoners.

Grasmatje
Al tijden ergerde ik mij rot aan het grasmatje (9 m2) in mijn achtertuin. Hoewel, grasmat? Er was nauwelijks meer een fatsoenlijke grasspriet te bekennen tussen al het mos en onkruid. Op tweede paasdag, in een tuincentrum om wat planten te kopen, besloot ik spontaan om nieuwe graszoden te bestellen. Af te leveren de volgende dag, om een uur of 2 's middags. De volgende morgen zou ik dan nog tijd genoeg hebben om mijn oude grasmat uit te graven. Volgens YouTube en Google is dit een simpel karweitje. Je neemt een spade, steekt die een stuk onder het gras en je schraapt eenvoudig de oude grasmat met wortels en al eraf.
Om 11 uur, ofwel rustig aan, ging ik aan de slag. Al snel bleek dit een loodzware klus. De schep bleef steken in de netten onder het gras en er was nauwelijks doorheen te komen. Na ruim een uur zweten was er nog niet eens een halve vierkante meter weg. Ik raakte in lichte paniek. Het zou mij toch niet overkomen dat ik dit niet alleen kon? Maar daar leek het wel op, sterker nog: het was de realiteit. Op zo'n korte termijn een 'professional' inschakelen leek me kansloos, dus wat dan? Het enige wat ik nodig had was een sterke man of vrouw met tijd en zin om mij nú te helpen, zodat we het samen konden doen. Ik besloot iets (voor mijn doen) raars, maar eenvoudigs te doen: de wijk in en hulp vragen.

Mijn eerste hoop was gevestigd op de tuin in het Wijkpark, alwaar zeven vrouwen en een man thee zaten te drinken in het zonnetje. Ik schetste het probleem en vroeg of iemand een oplossing wist of hulp kon bieden. Helaas bleek de klus voor de aanwezigen ook te zwaar. Wat mij echter verbaasde was dat er zo normaal werd gereageerd op een 'wildvreemde' die out of the blue ergens naar binnen stapt en om hulp vraagt. Niet het beeld dat normaal gesproken wordt geschetst van de onderlinge sfeer in grote steden. Het volgende plan: 'hangjongeren' op binnenplaatsjes benaderen. Maar waar zijn de hangjongeren als je ze nodig hebt? Op school of aan het werk blijkbaar, in elk geval niet hangende. De volgende adressen waren de Dierenhof, de Leeszaal en Garage Oude Westen. Bij de Dierenhof en Garage Oude Westen was op dat moment maar één persoon aan het werk, en zij konden natuurlijk niet zomaar weg. In de Leeszaal waren geen 'sterke mensen' aanwezig, die zouden 's middags komen. Maar, elke keer diezelfde volslagen rustige en positieve reactie van mensen: meedenken en hulp aanbieden op een eventueel later tijdstip. Ondanks de lichte paniek, werd ik eigenlijk heel vrolijk van mijn probleem.

Abdel
Uiteindelijk besloot ik terug te keren naar mijn tuin en nog wat werk te verrichten. De 200 kilo aan graszoden waren immers al onderweg. Verderop in de straat was een buurjongen die ik nog nooit had gesproken een beetje aan het rommelen in zijn berging. Ik: "Zeg, mag ik jou wat vragen. Ben jij sterk?" Hij: "Hangt ervan af hoe sterk." Na het aanschouwen van de klus, rende hij naar boven om zich even om te kleden en daarna te helpen. Hij had toch even niets te doen, zei hij, dus waarom niet. Binnen ruim anderhalf uur was het geklaard. Abdel, bedankt!! En of dat nog niet genoeg was, meldde een andere buurvrouw zich. Toen ik de nieuwe graszoden naar binnen aan het slepen was, bood ze aan: "Ik moet nu weg, maar zal ik je vanavond helpen met je nieuwe grasmat aanleggen?" Maar dat heb ik alleen gedaan, de volgende dag. Ik kan immers (bijna) alles. Mede dankzij een heleboel aardige buurtbewoners.

Tip van tante Aziza

Woon je in een huurhuis en heb je een inboedelverzekering? Let dan op bij waterschade. De verzekering vergoedt de schade aan je inboedel, zoals tafel, kasten en banken, maar niet de schade aan je plafond. Er is wel een clausule die "huurdersbelang" heet. Wanneer de schade niet door nalatigheid van de verhuurder dan wel de reparateur is ontstaan, dan kan je via "huurdersbelang" toch de schade vergoed krijgen. Je moet dan wel aangeven waardoor de schade is ontstaan. Dus niet zeggen dat de reparateur een foutje heeft gemaakt bij de reparatie van de lekkende c.v. ketel.

21 mei en 18 juni: Praten over 'De uitvinding van de Leeszaal'

Het is zeldzaam dat een burgerinitiatief zo gedetailleerd, doordacht en betrokken wordt beschreven. De kracht van het boek schuilt zowel in het aanstekelijke enthousiasme als in de manier waarop de auteurs uitdagingen en problemen onder woorden brengen. Zij leveren een unieke bijdrage aan het debat over de participatiesamenleving.

Aldus Justus Uitermark, hoogleraar samenlevingsopbouw over het boek van Maurice Specht en Joke van der Zwaard over de totstandkoming, het functioneren en de betekenis van Leeszaal Rotterdam West. In mei/juni/september/oktober organiseren de schrijvers/initiatiefnemers vier discussiebijeenkomsten over hun boek; bedoeld voor de vrijwilligers van de Leeszaal en voor vrijwilligers, sociaal ondernemers, professionals en beleidsambtenaren die betrokken zijn bij andere bewonersinitiatieven en zelforganisaties. Per bijeenkomst staat één invalshoek/hoofdstuk centraal staat en zal een meelezer van het hoofdstuk in wording de discussie openen.

21 mei: de Leeszaal als zelforganisatie, met een inleiding van Justus Uitermark.

18 juni: de Leeszaal als leer- en werkplek, met een inleiding van Astrid Huygen.

Tijd: 13.00 – 16.00 uur.
Plaats: Leeszaal Rotterdam West, Rijnhoutplein 3, 3014 TZ Rotterdam

Kosten per bijeenkomst:
Voor (alle) vrijwilligers gratis. Het boek is voor €22,50 te koop in de boekhandel, maar deze deelnemers kunnen zo gewenst een digitale versie van het hoofdstuk krijgen. Voor professionals en ambtenaren: €35,- inclusief boek.
Aanmelden: boeket@antenna.nl

tip van de tuin vrouw

Planten moeten ook eten!
Ja, dat is logisch: om te kunnen groeien moeten planten eten. Veel mensen denken daarbij aan water en mest. Maar nog beter dan met (kunst-)mest kun je je planten voeden met compost. Compost is planten- en keukenafval dat verteerd is tot humus. Humus is rulle en kruimelige zwarte aarde. Het verrijkt de bodem en geeft geleidelijk en langdurig voedingsstoffen af aan de planten. Daarnaast verbetert het de structuur van de grond: het maakt de aarde luchtig, waardoor wortels er goed in kunnen groeien en water en lucht zich erin kunnen verspreiden.
En, niet onbelangrijk: het is goedkoop, want je kunt het zelf maken. Dat doe je op een hoop, in een hoekje van je tuin, of in een speciale compostton.
Je kunt er je afval uit de tuin op kwijt: snoeisel, gemaaid gras, gewied onkruid etc. En ook keukenafval zoals theebladeren, koffiedik, groente-afsnijdsel, fruitschillen, eierdoppen. De hoop moet niet te klein zijn, het moet gaan broeien binnenin, dan verteert alles het snelst en worden ook de onkruidzaden onschadelijk. Dat verteren duurt 3 tot 12 maanden.

Meer weten over compost?

Op donderdag 7 mei is er in de Wijktuin een workshop Compost Maken van 11.00- 12.30 uur. Aanmelden via de Aktiegroep- tel. 010-4361700

ZATERDAG 20 JUNI:
ZESKAMP EN ROMMELMARKT
IN HET WIJKPARK

Beste wijkbewoner,

Vanuit verpleeghuis Rubroek in de wijk Crooswijk zijn wij enige jaren geleden gestart met Middin, een cateringbedrijf dat vooral gericht is op leveringen in de wijken van Rotterdam. Een onderdeel van dit cateringbedrijf is de maaltijdservice aan huis.

Voor 7,50 euro bezorgen wij u een maaltijd, bestaande uit soep, een hoofdgerecht en een nagerecht. Uiteraard kunt u ook kiezen voor alleen het hoofdgerecht, dat kost dan 5,75. Maaltijden zijn seizoensgebonden.

Wat kan Middin bieden?

- Magnetron leenservice (gratis)
- Porties op maat (prijs wordt aangepast)
- Flexibele bezorgtijden
- Wij leveren u de maaltijd koelvers
- Heeft u een speciaal dieet? Is voor ons geen probleem

Informeer ook naar de mogelijkheden van catering aan huis. Dit varieert van belegde broodjes, saladebuffetten tot barbecueschotels.

Ook is het mogelijk om ons restaurant te bezoeken.
U kunt tegen aantrekkelijke prijzen à la carte eten en geregeld worden er thema-avonden georganiseerd. Het restaurant is 7 dagen in de week geopend van 10:00 - 20:00 uur.

Meer informatie en bestellingen Voedingsdienst verpleeghuis Rubroek

Crooswijksekade 15
3031 XA Rotterdam
T 010 217 19 35 of 010 413 48 54
maandag t/m vrijdag van 09.00 tot 16.00 uur

Met vriendelijke groet,
Richard Kok
Manager

Middin

Wmo radar

Vreedzame kinderraad

Misschien heb je er op school al over gehoord: de vreedzame kinderraad is van start gegaan. Op 13 april hebben wij de eerste vergadering gehad en er zijn drie mooie punten uitgekomen. Op de foto zie je Jonathan, Aya, Zeynep en Abdelrahim en die willen zichzelf even voorstellen en vertellen wat zij in de vreedzame kinderraad doen. Je hoort zeker nog meer van ze!

Hallo, ik ben Abdelrahim. Ik wil in de kinderraad om jullie zo goed mogelijk te helpen. Ik ben een goede vertegenwoordiger omdat ik goede gesprekken kan voeren. Ik vind leuk dat er in de wijk veel voetbalvelden zijn. Ik vind het belangrijk dat de meeste kinderen sporten en niet thuisblijven.

Ik ben Aya (10). Ik zit op de Van Asch van Wijckschool. Ik zit in de kinderraad om deze wijk te verbeteren. Abdelrahim, Zeynep, Jonathan en ik zijn goeie vertegenwoordigers omdat wij weten wat jullie willen en wij de wijk willen verbeteren. Ik vind deze wijk al leuk, maar het wordt nog beter. Ik vind het belangrijk om democratisch over iets te beslissen. En wij weten ook dat deze wijk dol is op sporten.

Hallo, **ik ben Jonathan** van de Augustinusschool. Ik zit in de kinderraad omdat ik iedereen in de wijk graag wil helpen. Ik ben een goede vertegenwoordiger omdat ik me wil inzetten voor het Oude Westen. Ik vind het leuk en belangrijk dat kinderen in hun wijk veilig en leuk kunnen spelen.

Hoi, **ik ben Zeynep** uit groep 7 van de Augustinusschool. Ik zit in de kinderraad omdat ik wil dat kinderen in een veilige, respectvolle en schone wijk kunnen spelen en leven. Ik ben vertegenwoordiger omdat ik ben gekozen en ik het heel leuk vind.

Fietsclub van het Oude Westen

Beste bewoner,
Onze fietslessen zijn gestart bij Speelcentrum Weena.De deelnemers zijn heel enthousiast!

Doet u ook mee?

Aanmelden via: Chia Faria, 06-45240116
chia-faria@online.nl
of Eno Obazee, 06-42614726

Wanneer:
iedere woensdag van 9:15 tot 11:15
Waar: Speelcentrum Weena, Diergaardesingel 50, 3014 AC Rotterdam

Ik ben mijn bril vergeten
Ik heb last van mijn duim
Dat formulier vul ik thuis wel in

Mensen die niet goed kunnen lezen en schrijven lossen dit vaak op een slimme manier op. Radar Wmo diensten biedt ze een nieuwe kans. Help jij ons zoeken?

www.wmoradar.nl

Wmo radar

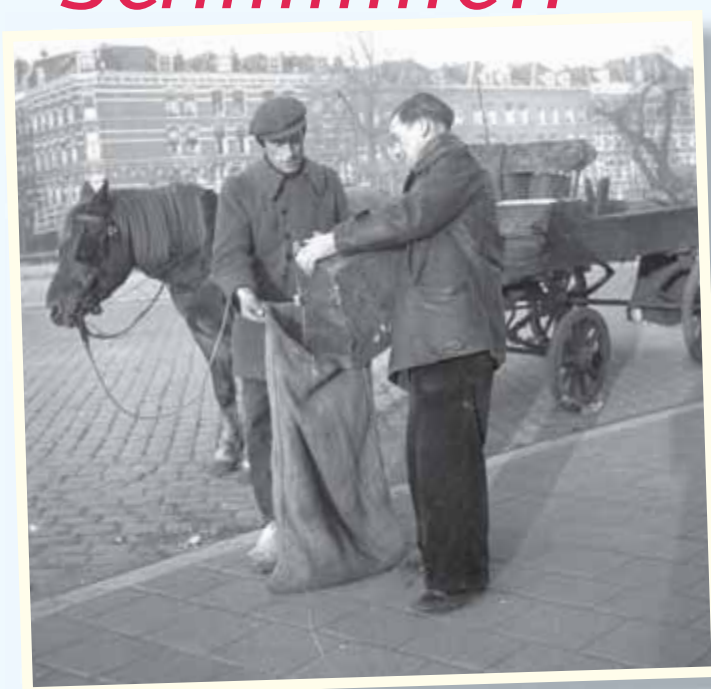
Mensen die niet goed kunnen lezen en schrijven lossen dit vaak op een slimme manier op.
Wmo Radar biedt ze een nieuwe kans. Help jij ons zoeken?
We zoeken werkeloze autochtone Rotterdammers, vanaf 55 jaar. Wij bieden deze mensen een nieuwe kans door: scholing in lees- en schrijfvaardigheid, sporten en een stageplaats. Zo kunnen zij hun zelfvertrouwen hervinden en een doel voor ogen krijgen.
Vertel deze persoon:

- **Je hoeft je niet te schamen**
- **Je bent nooit te oud om te leren**
- **Radar heeft een speciaal programma waar geen kosten aan zijn verbonden**

Breng jij ons in contact?
Wij zullen deelnemers een persoonlijk en passend aanbod doen. Goed om te weten: de gemeente Rotterdam ziet deze bijscholing als tegenprestatie in het kader van de Participatiewet.

Mail naar Radar Wmo diensten: samenaandemaas@wmoradar.nl
Of bel, algemeen: 010 485 58 98, Ruud Langestraat: 06 - 31 93 15 63, Marthe Stigter: 06 - 39 21 04 45, of Ria van Meurs: 06 - 18 11 66 41.

"Schiiiiille!!"



Bewonersinitiatief Schillenboer

Schillen
De schillenboer kwam veel onder de mensen, dus iedereen kende hem en hij kende iedereen. Rond 1900 was deze schillenboer grafdelver en klokkenluider op de rooms-katholieke begraafplaats. Omdat hij daarvan alleen niet kon rondkomen, had hij een stukje land waar hij varkens en koeien hield. Om aan voer voor zijn beesten te komen, had hij een schillenwijk. Hij was een slimme man. Hij maakte gebruik van jonge kinderen. Hij gaf ze twee cent als zij ervoor zorgden dat hun moeder de schillen en het groenteafval voor hem bewaarden. Meestal rond etenstijd kwam hij, al roepend "schiiiiille!!", met zijn handkar door de straten. Wat er aan huisvuil overbleef nadat de voddenboeren en de schillenboeren langs waren geweest, ging in de bekende zinken vuilnisemmers. In de zestiger jaren werden deze vervangen door containers en ook de plastic vuilniszakken deden hun intrede.

< Tot in de jaren 80 kwam de schillenboer met zijn paard en wagen door de straten.

Komt de schillenboer weer terug?
Bij verschillende mensen in het centrum is een behoefte aan een schillenboer 2.0. Er is zelfs al een toezegging gedaan dat er een voertuig voor het ophalen van de schillen beschikbaar is. De schillenboer wordt gezien als een zakgeldproject voor jongeren en om de overlast van ratten, meeuwen en duiven in het Oude Westen aan te pakken.
In het Oude Westen zijn door de samenwerking tussen Werken aan de Kade, jongeren- en pleincoaches verschillende zakgeldprojecten voor jongeren gestart. Deze zakgeldprojecten hebben een positieve uitwerking op de binding van jongeren met de wijk en de ondernemers, biedt jongeren een dagbesteding, aanzien in de wijk, en een budget om te besteden.
Met bewoners van het Oude Westen is veel energie gestoken om de overlast van duiven, meeuwen en ratten aan te pakken. Deze overlast komt vooral doordat een deel van de bewoners vanwege principiële, culturele en/of religieuze overwegingen geen eten weggooit. Etensresten zoals brood, rijst en aardappels worden op straat gegooid.

We gaan de schillenboer 2.0 weer terug brengen in de straten van het Oude Westen.

Wie doet mee aan dit bewonersinitiatief?

Mail of bel Jolanda Moerkerke
j.moerkerke@wmoradar.nl
06 29022846

Humanitas thuiszorg en de Leeuwenhoek

stichting humanitas
Zorg Welzijn Huisvesting Dienstverlening

Woensdag 3 juni

Vlooien markt

10.00 - 15.30

Zorgcentrum De Leeuwenhoek
West-Kruiskade 54

Even kennismaken

Rik Kramer

Op 16 maart jl.heb ik mijn werkzaamheden weer opgepakt als promotor van Stichting Humanitas De Leeuwenhoek en De Mullerpier Delfshaven. Vorig jaar maakte ik kennis met Stichting Humanitas en stelde ik samen met een team een plan op om mensen in de wijk aan huis te bezoeken. Een dergelijk idee was destijds nog niet zo vaak in de praktijk omgezet. Dit initiatief liet veel mensen in de wijk kennismaken met onze stichting en de vele werkzaamheden die wij verrichten.

Het bezoeken aan huis resulteerde in veel gesprekken met mensen die nogal wat vragen hadden over de zorg in het algemeen. Ook bleek dat niet iedereen wist wat Stichting Humanitas nog meer doet dan het huisvesten en verzorgen van mensen. Met name onze thuiszorg, boodschappendienst en het ontmoetingscentrum waren bij veel mensen niet bekend. Daarnaast werd er veel gesproken en geklaagd over de slechte communicatie van diverse zorginstellingen en het ontbreken van echte aandacht bij mensen die thuiszorg of huishoudelijke hulp verlenen.
Kortom, genoeg kansen voor ons om mensen wél te goed te helpen en te ondersteunen op een prettige en menselijke manier. Ondanks de hevige concurrentie in de markt heb ik ervaren dat Humanitas een ijzersterke naam heeft in alle wijken waar ik mensen aan de deur heb bezocht. Iedereen kent wel iemand of heeft ooit in het verleden zelf weleens zijdelings met Humanitas te maken gehad.
Ondanks, en misschien ook wel dankzij, de vele veranderingen in de zorg zie ik veel mogelijkheden om in het woud van vragen die spelen in de wijk mensen te binden aan onze locaties Leeuwenhoek en Delfshaven. De komende periode zullen wij weer de wijk ingaan om kennis te maken met mensen die behoefte hebben aan goede zorg. Een van onze speerpunten is het onder de aandacht brengen van ons ontmoetingscentrum, waar tal van activiteiten plaatsvinden en veel mensen terecht kunnen die het alleen thuis zitten beu zijn.

Wellicht tot ziens bij u aan de deur…
Fijne groet, Rik Kramer (promotor)
Voor meer informatie:
www.stichtinghumanitas.nl

't Koffiehoekje

Loop eens binnen bij 't Koffiehoekie in Humanitas De Leeuwenhoek en ervaar de gezelligheid, gastvrijheid en heerlijke koffie met wat lekkers voor een mooie prijs. Wilt u weten wat we zoal serveren? Kom gezellig langs op West-Kruiskade 54!

Ontmoetingscentrum De Leeuwenhoek

Lekker eten voor een goede prijs? Dat kan in het ontmoetingscentrum van Humanitas De Leeuwenhoek. Wij hebben speciaal een mooie gedekte tafel gereserveerd waar u kunt genieten van een dagelijks wisselende dagschotel. Een soepje, hoofgerecht en toetje kost €7,40. Wilt u alleen een hoofdgerecht, dan betaalt u €5,85. Hierbij krijgt u gratis siroop en/of water geserveerd. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met M. van de Wal. Telefoon: 010-4361488

Eten op de Mullerpier

Op woensdag en vrijdag wordt er een heerlijke maaltijd bereid door een professionele kok in brasserie Aan de Kade bij Humanitas de Mullerpier, Sint Jobskade 10.
Kom dat proeven!

Live Muziek

Op zondag 17 mei komt Elly Lockhorst optreden!

Inloop 13.30, optreden van 14.00 - 15.45
Humanitas De Leeuwenhoek, West-Kruiskade 54

U bent van harte welkom!

Nieuws van Antonius Binnenweg

Blijven bewegen met pijnlijke gewrichten

Problemen met gewrichten zijn veelgehoorde klachten als gevolg van de ouderdom. Bijvoorbeeld door slijtage, een breuk of artrose. Pijn is voor de meeste mensen het belangrijkste symptoom. Het gevolg van deze klachten kan zijn dat er problemen ontstaan bij het uitvoeren van dagelijkse activiteiten zoals lopen, traplopen, gaan zitten, opstaan en sokken en schoenen aantrekken. Klachten leiden tot minder lichaamsbeweging, waardoor de spierkracht en de conditie afnemen, met alle gevolgen van dien.

Bij Laurens Antonius Binnenweg, in Het Oude Westen, werken behandelaars die zijn gespecialiseerd in revalidatie. Zij kijken verder dan de klacht waarvoor u aanvankelijk bij hen terechtkomt. Naast het verlichten van de pijn, stimuleren zij u om zo veel mogelijk in beweging te blijven. Het doel hiervan is om uw spieren te versterken en het uithoudingsvermogen te vergroten of te behouden.

"Ik kwam bij Antonius Binnenweg terecht om te revalideren na een operatie aan mijn knie. Die is nu volledig hersteld, maar ik krijg nu last van artrose. Het is belangrijk om te blijven oefenen en bewegen, zeggen ze. En dat geloof ik ook wel. In Antonius Binnenweg worden veel activiteiten georganiseerd, zoals zwemmen en fitness. Ook op het gebied van bewegen. En als ik weer meer last krijg, dan kan ik altijd weer terecht bij mijn eigen therapeut bij Antonius Binnenweg", vertelt mevrouw Diederiks.

Geert Wassink, fysiotherapeut bij Laurens Antonius Binnenweg, zegt: "Wij besteden veel aandacht aan een goede houding en aan hoe men het beste kan bewegen. We geven onze patiënten oefeningen mee voor thuis en indien wenselijk adviseren wij over eventuele hulpmiddelen, zoals het gebruik van een wandelstok, of over schoeisel. En als het nodig is vraag ik mijn collega's om advies, bijvoorbeeld de diëtist als er sprake is van onder- of overgewicht. Of de psycholoog als iemand wat in de war of down is. Wij hebben alle specialismen in huis voor de beste revalidatiezorg."

Uw huisarts of specialist kan u doorverwijzen naar de behandeldiensten van Laurens Antonius Binnenweg. Het voordeel van de behandelaars van Antonius Binnenweg is dat zij precies weten hoe zij u kunnen ondersteunen met revalidatie op maat en hoe uw specifieke problemen kunnen worden verlicht of opgelost. En vaak kan dat ook thuis, in uw vertrouwde omgeving. Bel voor meer informatie 010 33 20 200 voor de mogelijkheden of kijk op www.laurens.nl.

Laurens Antonius Binnenweg

Laurens Regio Centrum
Nieuwe Binnenweg 33
3014 GC Rotterdam
T 010-241 28 47

Dit is Woonstad...

Eind 2014 heeft Woonstad haar nieuwe kijk op het wonen in Rotterdam in de jaren 2015-2018 gepresenteerd. Hierin kunnen we onder andere lezen op welke zaken Woonstad zich vooral wil richten en hoe wijken en buurten volgens haar moeten zijn samengesteld. Welke mensen wil men waar laten wonen. De nieuwe koers van Woonstad heet dan ook "Dit is ons Rotterdam". Wat deze koers voor het Oude Westen gaat betekenen, de toekomst zal het leren. Maar wat is die nieuwe kijk nu eigenlijk? Lees met ons mee.

Woningen voor verschillende groepen
Woonstad wil zich gedragen als een stadscorporatie, die werkt aan aantrekkelijke wijken. Prioriteit ligt bij het zorgen voor goede en betaalbare huisvesting voor mensen met een smalle beurs; dus bij het verhuren en bouwen van sociale huurwoningen voor huishoudens met een inkomen tot 34.678. Maar Woonstad wil zich ook sterk maken voor andere groepen zoals jonge hoogopgeleiden of startende gezinnen. Als de gemeente dat vraagt, zal ze huizen voor huishoudens met een middeninkomen (€34.678 tot €45.000) bouwen met een huur van ca. €900,-. Dat éénouder- en grote gezinnen met een inkomen tot €34.678 het niet makkelijk hebben in de huidige wereld van het wonen, is ook bij Woonstad bekend. Voor deze groepen wil ze het aantal betaalbare woningen vergroten. Wel wil ze kijken of hierbij tijdelijke huurcontracten gebruikt kunnen worden. Woonstad gaat ook flink investeren in het omlaag brengen van de woonlasten. Zij wil dit onder andere bereiken door het plaatsen van zonnepanelen en verbetering van de isolatie. Een andere investering is het vervangen van badkamers en keukens die gemiddeld 15 à 20 jaar oud zijn. Ook de aanpak van funderingsherstel en het tegengaan van zwam staan op het programma.

Volgens Woonstad hebben senioren geen probleem bij het vinden van een betaalbare woning. Wel wil ze extra aandacht geven aan de meer kwetsbare ouderen, onder andere door het verhuizen naar een gelijkvloerse huurwoning eenvoudiger te maken. Door woningen aan te passen kunnen mensen langer zelfstandig blijven wonen. Een kanttekening hierbij is dat Woonstad de afgelopen jaren een aantal woningen voor minder validen (MIVA-woningen) heeft verkocht. Voor mensen die mantelzorg hebben, regelt Woonstad dat de mantelzorger dichtbij diegene kan komen wonen die de zorg nodig heeft. Een bijzondere opgave vormen de 55+ flats. De helft hiervan verhuurt slecht. Daarom wil ze deze flats in gaan zetten voor de normale verhuur. Wanneer een bedrijfspand niet te verhuren of te verkopen is , gaat Woonstad kijken of het voor burgerinitiatieven ingezet kan worden.

De maakbaarheid van wijken
Deze en andere maatregelen moeten er voor zorgen dat er in 2030 aantrekkelijke, toekomstbestendige wijken en buurten zijn. Woonstad onderscheidt verschillende types wijken: studentenwijken, immigrantenwijken en centrumwijken. De binnenstad van Rotterdam is een centrum van cultuur, vrijetijdsbesteding en funshoppen. Dat zijn volgens Woonstad voorzieningen die de stad aantrekkelijk maken voor midden-en hoge inkomens; alsof anderen dit soort zaken niet leuk en belangrijk zouden vinden. Daarnaast onderscheidt Woonstad wijken met een startfunctie, vooral bedoeld voor jonge starters en arbeidsmigranten; wijken met een springplank waar je een goede kans hebt op het maken van een wooncarrière; wijken die vooral geschikt zijn voor jonge gezinnen; en wijken waar vooral jonge hoogopgeleiden en hoge inkomens gaan wonen.

Hoewel Woonstad zegt niet te geloven in de "maakbaarheid van wijken" lijkt ze dat toch voor ogen te hebben. Ze wil wijken en buurten indelen met woningen die voor verschillende groepen bedoeld zijn. Maar laten mensen zich wel op deze manier indelen? Mensen maken op grond van een mix van persoonlijke voorkeuren, toekomstplannen en inkomensmogelijkheden keuze voor nieuwbouw of een oud huis, alléén wonen of met een gezin, in een centrumwijk of een rustigere wijk enz. enz.. Door de kromme gedachten van Woonstad over hoe wijken en buurten samengesteld zouden moeten zijn, verdwijnen echter al jaren betaalbare woningen, en worden sociale netwerk in buurten overhoop gehaald. Het is een raadsel hoe Woonstad denkt dat er sterke sociale verbanden zouden kunnen ontstaan in wijken waar mensen wonen die eerst een start gaan maken op de woningmarkt en vervolgens ergens anders wooncarrière gaan maken. Ook het idee om woningen aan te gaan wijzen voor grote gezinnen maar dan wel met een tijdelijk huurcontract lijkt een slecht idee. Hoewel er ongetwijfeld mensen zullen zijn die vertrekken als de kinderen de deur uit zijn, zijn er ook anderen die in hun vertrouwde omgeving willen blijven met buren waar ze goed mee op kunnen schieten. Als ze een keuze hebben voor een kleiner huis in de buurt is het niet zo moeilijk, maar wat als die keuze er niet is?

Consequenties voor het Oude Westen?
Wat al deze plannen voor onze wijk en zijn bewoners zal gaan betekenen, is onduidelijk. Gaan er nog meer woningen gesloopt worden? Op bladzijde 22 kunnen we lezen dat jaren van grootschalige gebiedsontwikkeling met sloop en nieuwbouw voorbij zijn, maar op bladzijde 31 staat dat de winst van de opbrengst en verkoop van de woningen gebruikt wordt om te kunnen investeren in nieuwbouw en voor grootschalige renovatie ter vervanging van sociale huurwoningen die gesloopt moeten worden. Wellicht zijn ze er bij Woonstad nog niet helemaal uit. Wel duidelijk is dat het hoog tijd is voor een gesprek tussen Woonstad en bewoners over het wonen in het Oude Westen en voor wie dat bedoeld is, nu en in de toekomst. Een gesprek waar geen kant en klare plannen op tafel liggen, maar waar dialoog het uitgangspunt is.

Wie de hele ondernemingsstrategie 2015-2018 met de titel "Dit is ons Rotterdam"wil lezen gaat naar www.woonstadrotterdam.nl/Home

gezondheidscentrum mariastraat

Naar buiten!

We hebben de eerste zonnige dagen al gehad. Meteen was het druk op straat: spelende kinderen op de veldjes en de speelplaatsen, mensen die met elkaar zaten te praten op de bankjes op de pleinen. Veel vrolijke gezichten. Het is goed om naar buiten te gaan.
Toch spelen kinderen nu minder buiten dan 10 jaar geleden: wel een half uur per dag minder! Ook volwassenen komen minder buiten. Daar zijn verschillende oorzaken voor. Internet is een van de oorzaken. Waarom zou je naar buiten gaan als je binnen alles via het internet vanuit je stoel bij de hand hebt? Een andere oorzaak is het gevoel dat het buiten niet veilig is.

Voordelen van buiten zijn;

- **Lichaamsbeweging**
  Bewegen is goed: het houdt je spieren sterk en soepel. Het smeert je gewrichten. Veel lichamelijke klachten komen niet door te veel bewegen, maar door te weinig bewegen of altijd maar in dezelfde houding zitten. Rust roest! In het Turks: 'çalisan demir paslanmaz'. Bewegen helpt je om je stress kwijt te raken, maar ook om normale energie te reguleren. Kinderen zitten vol energie. Zij moeten hun energie kwijt, door te hollen, rennen en te springen.
- **(Zon)licht** Daglicht helpt tegen depressies. Vitamine D wordt door zonlicht in onze huid gemaakt. Vitamine D is nodig om je botten sterk te maken en om je spieren krachtig te houden. Veel mensen in onze wijk komen oorspronkelijk uit landen waar heel veel zon is. Daar zit men liever in de schaduw dan in de zon. Felle zon kan je vermijden tussen 12 en 4 uur. Maar ga naar buiten: ook in de schaduw krijg je door weerkaatsing nog flink wat zonlicht op je huid, zonder dat het schadelijk is.
- **Verhoogde weerstand**
  Wist je dat de lucht in huis vaak vochtiger en vuiler is dan buitenshuis? Vochtige lucht maakt je gevoeliger voor luchtweginfecties, hoe warm je het ook stookt. Door te wennen aan wisselende temperaturen en de luchtvochtigheid buiten, verhoog je je weerstand.
- **Je ontmoet mensen**
  Buiten zijn helpt tegen eenzaamheid. Kinderen leren buiten vanzelf sociale vaardigheden.

Ook al woon je in hartje stad, er zijn genoeg plekken waar je veilig buiten kan zijn: op de pleinen, in het wijkpark, in de speeltuin. Hoe meer mensen er buiten zijn, hoe meer toezicht er is en hoe veiliger het wordt.

En wil je meer buiten bewegen, zoals wandelen of hardlopen: het park bij de Euromast en het Vroesenpark in Blijdorp zijn niet ver weg.

Er op uit!

Sint Mariastraat 75
3014 SH Rotterdam
www.gcmariastraat.nl

gezondheidscentrum mariastraat

VOOR AL UW VRAGEN OVER GEZONDHEID EN WELZIJN

Huisartsen:
Spreekuur volgens afspraak

Dhr. R. D. Castelijns	010-4367770
Dhr. J. J. G. W. Hipke	010-4363265
Mevr. A. L. I. Korenhof-Carolina	010-4369241
Dhr. R. G. Metz	010-4361975
Mevr. M. A. Visser / Mevr. R. Dam-Weststrate	010-4365530

Na 17.00 uur of in het weekend:

Huisartsenpost SFG, Kleiweg 500, Rotterdam	010-4669573

Fysiotherapeuten:
Behandeling volgens afspraak

Mevr. D. G. Bongrazio	010-4362127
Dhr. R. P. Hoekwater	010-4362127
Mevr. S. M. A. Willemsen	010-4362127

Tandartsen
Behandeling volgens afspraak

Dhr. I. Otaredian	010-4362176
Mevr. N. Tavakoli	010-4362176
Mevr. M. Zahedi	010-4362176
Mevr. H. Kelleci	010-4362176
Dhr. S.H. Abdelqader	010-4362176

Bij pijnklachten na 17.00 uur of in het weekend: 010-4552155

Leefstijlcoach
Behandeling volgens afspraak

Diëtiste
Behandeling volgens afspraak

Pedicure
Behandeling volgens afspraak

STAR MDC:
Maandag-, woensdag-, vrijdagochtend van 8.30 - 9.00 uur

huisartsen mariastraat
Fysiotherapie MARIASTRAAT
tandartsen mariastraat

PIET Criminelen in de wijk

De kat van de buren sluipt als een vervaarlijke IS-strijder door de tuin, geregeld omhoog loerend of er niet een vogel binnen het bereik van zijn klauwen kan komen. Maar de mussen hebben hem in het snotje en voelen zich veilig in een hoge, wijdvertakte struik waarvan ik nog steeds de naam niet weet, maar die desondanks mij en omwonenden elk jaar een zee aan oranje bloemen biedt. De mezen vertrouwen het niet en laten zich niet zien, ook al omdat het netje waaraan zij zich wekenlang tegoed hebben gedaan, nagenoeg leeg is. In de dierenwinkel is men de mening toegedaan dat er in het voorjaar voor de vogels voldoende ander voedsel te vinden is en de schappen met vetbollen zijn leeg.
De afwezigheid van die mezen wordt ruimschoots gecompenseerd door de aanwezigheid van twee zogenaamde 'middelste bonte spechten' die opeens in de tuin zijn komen opdagen nu ik als vogelvoer een net met ongepelde pinda's uit de winkel heb meegenomen. Die spechten had ik dit jaar hier nog niet eerder gezien. Zij zijn prachtig, fel gekleurd en kunnen, in tegenstelling tot eksters, gemakkelijk aan het netje hangen en de pinda's ontdoppen. Wel hebben zij met eksters gemeen dat hun onvriendelijk gekrijs het kleiner vogelgrut op de vlucht jaagt. Maar die komen wel weer terug. Maar dan gooit een buurvrouw, die goed oplet en alles ziet, roet in mijn eten. Het gaat hier niet over spechten, maar over twee Vlaamse Gaaien. Wikipedia maakt mij duidelijk dat het in feite om twee topcriminelen gaat. Het zijn alleseters en kleine vogeltjes staan hoog op hun menukaart. Verwarring valt mij ten deel. Blijven zij van vogeltjes af als ik hen mijn pinda's laat eten of vertrekken zij uit de wijk als zij niet langer van mijn pindamaaltijd kunnen genieten? Chauvinistisch kies ik voor het laatste; de mezen, de mussen, de roodborstjes in de wijk zijn mij te lief om ze door deze Holleeders te laten vermoorden. De pinda's gaan in de prullenbak en ik heb de gaaien (zoals een diervriendelijke neef, die goed met Belgen kan opschieten ze pleegt aan te duiden) niet meer gezien.

Gezocht: een medewerk(st)er voor de website

De redactie van www.aktiegroepoudewesten.nl zoekt met spoed iemand die de agenda van de website kan bijhouden. Het is belangrijk dat de site actueel blijft en dat er ook gezocht wordt naar activiteiten die interessant zijn voor de bewoners van de wijk. Aanmelden kan bij Marianne Maaskant van de Aktiegroep tel. 010-436 17 00.

NIEUWS VAN TOKO 51

Toko 51 aan de Westkruiskade 51,de bruisende supermarkt, wordt sinds begin april geleid door stichting Cretopia Rotterdam. Sindsdien is er veel veranderd. Iedere zondag zijn er live optredens van twee akoestische bands, elke vrijdag is er een borrel voor de buurt, winkeliers en passanten. Er is meer kunst uit de buurt bij gekomen en het aantal pop-up winkels is ook gegroeid. Toko 51 is op zoek naar nog meer talent uit de buurt, kunstenaars, muzikanten, dansers, filmers of theatermensen, voor iedereen hebben we een plek.

Kom snel eens langs en laat u verrassen

Verborgen bedrijvigheid

Hun werk is broodwinning maar ook passie. Ze kiezen voor het vrije vakman/vrouwschap en nemen de financiële onzekerheid voor lief. Ze hebben meestal geen etalage, wel vaak een mooie website en de kenners weten hen te vinden. De buurtkrant gaat op zoek naar de verborgen bedrijvigheid in de zijstraten van het Oude Westen. Nummer 51 vonden we in de Schietbaanstraat.

Marja Brand taartenkunstenaar

In de Schietbaanstraat kijken we naar binnen bij atelier Arta la Tarta. Op het kozijn staan rijk versierde en vrolijk gekleurde taartjes op een romantisch schoteltje of onder een glazen stolp. Binnen staan tafels en stoelen klaar voor workshops taarten maken; en op een antieke pronkkast staan nog meer kunstige taartjes, romantische beeldjes en servicegoed. Elk taartje lijkt wel een sprookje. Ze prikkelen de fantasie en de lekkere trek van de zoetekauw.

We maken kennis met Marja Brand, ruim tien jaar de trotse eigenaar van het bedrijf Arta la Tarta. Marja begon met haar taartkunsten toen zij kinderen kreeg. 'Ik vond de taarten bij de bakker stom. Dus maakte ik ze zelf en van lieverlee ging ik voor steeds meer mensen taarten maken. Op een gegeven moment zat ik zonder werk en toen kwam ik op het idee om wat met taarten maken te gaan doen. Ik zocht contact met City Safari, een bedrijf dat bijzondere stadsexcursies organiseert, en via hen ben ik workshops gaan geven bij restaurant La Cazuela. Dat zat toen op de Dordtselaan op Zuid.'

Workshops
Na onderhuur op verschillende locaties vond Marja haar huidige atelier aan de Schietbaanstraat. Ze belde naar Woonstad en zij wezen haar op dit pas gerenoveerde pandje. 'Ik ben helemaal gelukkig hier. Het pandje was precies wat ik wenste. De plek, de grootte, het licht, de hoogte en het was netjes, schoon en fris. Het was de eerste plek die ik helemaal voor mezelf had en waar ik kon gaan doen wat ik wilde. Dat vond ik ook hartstikke spannend.'
Inmiddels zijn we drie jaar verder en maakt Marja taarten op bestelling voor grote gezelschappen en geeft zij elke donderdagavond en zaterdagochtend een workshop taarten maken in haar atelier.

'Wat ik leuk vind is om een gastvrije plek te bieden. Mensen die hier een workshop komen doen, worden ontvangen met wat lekkers en met koffie en thee die geschonken wordt uit mooie theepotten in romantische kopjes. Daarna vertel ik iets over marsepein. Ik leer ze verschillende decoratietechnieken en laat zien wat je met verschillende gereedschapjes kunt doen. En dan gaan ze zelf aan de slag. De marsepein wordt gekleurd en uitgerold en uiteindelijk worden de taarten ermee bekleed.' Er komen vaak kleine gezelschapjes van vriendinnen, moeders en dochters, opa`s en kleinkinderen. 'Meestal zijn er rond de tien bezoekers. Het is gezellig en er wordt onderling gekletst, maar er komt ook een moment dat het stil wordt. Dan is iedereen geconcentreerd aan het werk. Het is heel ontspannend om taarten te maken. Je bent aan het creëren met je handen, je bent met eten bezig, met kleur en met vormen. Je kunt jezelf er helemaal in verliezen. Er zijn mensen die van nature nogal druk zijn en die zeggen na afloop dat ze zich niet kunnen heugen wanneer ze zich voor het laatst zo konden concentreren. Het is eigenlijk een ultieme vorm om op een leuke manier 'mindfull' te zijn.'

Tuin de Bajonet
Achter haar atelier lag een verwaarloosde tuin met een hoge schutting. Maar er was geen toegang op de tuin. Woonstad zorgde voor een nieuwe pui met openslaande deuren. 'Dat was zo`n cadeau.' Met hulp van vrienden werd de overwoekerde tuin vol rotzooi leeggeruimd. Ze vonden een deur en zetten die in het midden van de tuin. Als symbool voor de toegang naar een andere wereld. 'Als een soort van Alice Wonderland waren wij nieuwsgierig naar wat er achter de schutting zou zijn. De dag nadat wij die deur neer hadden gezet, belde Woonstad. Ze wilden het achterterrein gaan aanpakken en of ik zin had om mee te praten. Ik zei gelijk ja. Het was zo bizar, het ene moment droom je wat er achter die schutting ligt en het volgende moment worden er allerlei mensen bij elkaar gebracht om er over te praten!'

Inmiddels is Tuin de Bajonet een feit. Er is een kindertuin, een moestuin en een kruidentuin. Een voormalige karperkwekerij wordt verbouwd tot een theehuis. Daar zal in de toekomst ook gekookt worden met groenten uit de tuin. Er komt een educatief programma en er komt een imker met bijenkasten in de tuin. Via een poort aan de Bajonetstraat is de tuin van donderdag tot en met zondag (`s middags) geopend.
Marja wilde een Labyrint in de tuin.

"Wat ik leuk vind, is om een gastvrije plek te bieden"

'Een meanderend pad dat je volgt en dat je vanzelf naar het midden brengt. Een pad dat je kunt lopen als een meditatie of met een vraag of omdat je het gewoon leuk vindt. Een Labyrint wordt ook wel een pelgrimstocht in een notendop genoemd. Toen mijn bedrijf tien jaar bestond, gaf ik een feest. Ik vroeg of iedereen stenen mee wilden nemen voor het labyrint en dat deden ze. Ze hebben hun stenen zelf langs de rand van het pad gelegd met een intentie. Nu liggen er keien en stenen die miljoenen jaren oud zijn en die van over de hele wereld vandaan komen. En ze zijn daar met een positieve intentie voor de toekomst neergelegd. Dat is toch heel bijzonder.'

Boomhut als bed & breakfast
Tuin de Bajonet wordt gerund door vrijwilligers, mensen die vlakbij de tuin of een paar straten verderop wonen, 'Er wonen veel creatieve mensen in deze buurt en iedereen is hier welkom om wat te komen doen. We hebben een podium voor muziekoptredens en dergelijke en we gaan een boomhut bouwen. Ik zou het fantastisch vinden als dat een Bed & Breakfast wordt. Die wens heb ik ook de kosmos ingegooid en wie weet komt ook dit wel weer uit.'

KOFFIE VOOR GELUK

Koffie Voor Geluk verspreidt geluksmomentjes en maakt daarmee de wereld een beetje mooier. Voor deze artikelenreeks is Koffie Voor Geluk elke keer op een andere plek in het Oude Westen te vinden. Dit keer aan de 's- Gravendijkwal op het pleintje bij het Van 't Hoff monument.

Daar zitten we dan. Een klein tafeltje, wat klapstoelen en de kannen voor thee, koffie en limonade. Jan Buijs, één van de bewoners aan het pleintje, heeft ons zojuist hartelijk ontvangen met een eerste kan koffie en hij regelt ook de stoelen. Ons terrasje kijkt uit op de verkeersader van de 's-Gravendijkwal en is pal naast het Van 't Hoff monument. We bekijken het monument eens goed. De grootte en de allure ervan komt heel on-Nederlands over. Het doet eerder denken aan Brussel of Parijs. Wijlen Van 't Hoff wordt geflankeerd door twee dames die de verbeeldingskracht en de rede symboliseren. Wie verdient er zo'n enorm standbeeld? En wie was meneer van 't Hoff eigenlijk?

Van 't Hoff

Jacobus Henricus (Henry) van 't Hoff (1852-1911) was een Nederlandse scheikundige en winnaar van de eerste Nobelprijs voor de Scheikunde in 1901. Hij was de eerste die besefte dat moleculen driedimensionale voorwerpen zijn en dat dit chemisch van groot belang kan zijn. Ook voerde hij het begrip osmotische druk in. Hij wordt gezien als een van de grondleggers van de stereochemie en de fysische chemie. Vooral in het buitenland werd hij beroemd. In 1911, het jaar van zijn dood, werd er een comité opgericht dat streefde naar een gedenkteken en de vorming van een fonds ter bevordering van scheikundig onderzoek. In 1915 werd het standbeeld ter ere van hem onthuld, op dit plein voor de (oude) HBS waar hij ooit een van de eerste leerlingen was. Het beeld is ontworpen door de beeldhouwer Charles van Wijk.

Typisch Hollands?

Onze eerste bezoeker komt uit voormalig-Joegoslavië. Hij is onderweg naar de Leeszaal, maar schuift eerst gezellig bij ons aan. We kletsen wat. Een Aziatische toerist loopt langs en kijkt nieuwsgierig onze kant op. Als we vragen of hij zin heeft in koffie, gaat hij daar dankbaar op in. Hij zet zijn rugzak, veel breder dan hijzelf, neer en neemt plaats op een krukje. 'Is this typical Dutch?', vraagt hij. 'Nou wij gaan ervoor zorgen dat Koffie Voor Geluk over een paar jaar typisch Hollands is' vertaalt Ellen. Iedereen lacht. De jongen, uit Japan en voor de eerste keer in het buitenland, stelt zich voor. Zijn naam is voor ons nauwelijks uit te spreken en hij begint te lachen bij onze pogingen daartoe. Na vijf dagen Rotterdam, vertrekt hij vandaag naar Amsterdam en daarna weer terug naar Japan. 'Heb je veel gezien in Rotterdam?', vragen we nieuwsgierig. 'De markthal, de havens, de musea en de Rotterdamse architectuur' 'En wat trekt je zo aan Nederland?' Hij begint te giechelen en zegt: 'De coffeeshops!'

Oude HBS

Een jonge vrouw schuift aan. 'Ik ken jullie van de artikelen in de buurtkrant en wist dat jullie hier zouden zijn. Ik kom speciaal voor jullie en ik heb ook meteen een vraag.' Ah, ok, vertel? 'Gisteren ontmoette ik een vrouw van een koor uit Indonesië op doorreis. Het koor is hier tijdelijk gestrand en aan het repeteren onder het NAI. Die arme Indonesiërs met mutsen en oorwarmers stonden te rillen van de kou. Weten jullie misschien een plek waar zij vandaag en morgen met veertig mensen kunnen repeteren?' Wat een bijzondere vraag! We adviseren haar om het te vragen bij de buurtwinkel of de Leeszaal. Even later loopt ze nog even naar binnen bij het oude HBS-gebouw maar komt teleurgesteld weer naar buiten. Intussen heeft Jeanne op ons terrasje plaatsgenomen, zij is voorzitter van BOOG, de Bewoners- en Ontwikkelingsorganisatie 's-Gravendijkwal. 'Goh, wat leuk dat jullie dit doen.' Met haar praten we verder over de oude HBS, het binnenterrein ervan en over de ongebruikte doorgang ernaast (naar de Bajonetstraat!). Hoewel enkele kunstenaars en Conny Jansen Danst er een onderkomen vinden, heeft het gebouw geen officiële bestemming. Samen dromen we weg en bespreken de mogelijkheden voor dit prachtige, karakteristieke gebouw.

Gevoelens

Rotterdam is net een dorp. Inmiddels is ook Willy aangeschoven, hij blijkt Jan Buijs, via zijn opa te kennen van vroeger. Zijn opa dronk wel eens een borreltje met hem. Willy heeft een indrukwekkend verhaal. Sinds een paar jaar is hij afgekickt van de heroïne. 'Ik denk nu wel eens: het is zonde van al die jaren. Alsof ik uit een hele lange winterslaap kom. Nu loop ik eigenlijk een beetje verliefd rond, want ik begin steeds weer meer te voelen. Eerst kon ik alleen de hele heftige gevoelens ervaren, nu komen de subtiele gevoelens ook weer terug.' Ben je nog wel eens bang voor terugval? 'Nee hoor', vertelt hij vastberaden en verhaalt hoe hij weer aan het ontdekken is, wat hij wil en kan in het leven. Tegenwoordig doet hij vrijwilligerswerk in een Botanische tuin en hij heeft zijn leven weer goed op de rails.

Wondervrouwen

Hé, een vaste bezoeker! Fatima die vorige keer met Angelique koffie kwam drinken, heeft nu Najat meegenomen, voorzitter van de Wondervrouwen. Fatima: 'Het klopte niet helemaal wat jullie in de buurtkrant schreven', zegt ze. Oh? 'Jullie schreven dat wij allebei Wereldvrouwen waren, maar Angelique is een Wereldvrouw en ik hoor bij de Wondervrouwen. Dat leverde behoorlijk wat verwarring op bij de Wondervrouwen. Kunnen jullie dat recht zetten?' Nou bij deze Fatima! Wondervrouwen, Krachtvrouwen, Wereldvrouwen, het is ook wel erg verwarrend...´Ja, en daarom worden de Wondervrouwen zo vaak vergeten', legt Fatima uit. 'Er zijn meer vrouwengroepen actief in het Oude Westen en die hebben allemaal hun eigen identiteit en activiteiten, maar ze staan open voor alle vrouwen van Rotterdam.' Fatima nodigt ons uit om een keer langs te komen in de Leeuwenhoek waar de Wondervrouwen een tweede huiskamer hebben. Goed plan! Wij vertellen over onze ideeën voor komende zomer. Zou het niet leuk zijn als er iedere week Koffie Voor Geluk is in het Oude Westen? Iedere keer in een andere straat, georganiseerd door buurtbewoners?

Liefde en geluk

Tijdens het opbreken van ons terras, komt Jagatmohandas langs. Hij heeft – op de valreep – een aantal prachtige uitspraken over geluk. 'Geluk is onvergankelijk, net als liefde.' En: 'Hoe dichter je bij de bron komt hoe sterker de liefde en het geluk.' We filosoferen er verder over door. Jagatmohandas loopt met ons mee en nodigt ons uit om een keer te komen eten in de Leeszaal. Hij maakt nog een paar aantekeningen en zwaait ons gezellig uit.

Meedoen? *Koekjes bakken of een handig uitklapstoeltje knutselen. Misschien heb je nog wel een leuk servies liggen, of kun je koffiedik lezen. Wil jij ook een bijdrage leveren en het koffiegeluk verspreiden? Of wil je iets kwijt over de plek die we bezoeken? Stuur dan even een berichtje. Elk idee en initiatief is welkom! Ook kun je punten doneren op onze rekening bij de ruilwinkel op de Van Gaffelstraat.*

Agenda

Vrijdag 1 mei van 10.00 tot 12.00 uur
Rochussenstraat ter hoogte van Old Dutch

Maandag 1 juni van 10.00 tot 12.00 uur
De tuin van verzorgingshuis Leeuwenhoek
(dit wordt een speciale editie!)

Mail: Info@madelonstoele.nl Facebook: MadelonStoele/KoffieVoorGeluk