



2 Van de straat geplukt: Muzaffer Durmaz



3 Een 'eigen-wijze' club van doeners

4, 5 en 6

Nieuws van de instellingen in de wijk

- Radar • Humanitas De Leeuwenhoek
- Gezondheidscentrum St. Mariastraat
- Pameijer, Klus & Werk



7 Gezonde school: Van Asch van Wijkschool

IK KAN OOK ANDERS

uitnodiging



www.aktiegroepoudewesten.nl

Papieren en praktische realiteit van de Aktiegroep

Op papier zou de Aktiegroep over een half jaar als zelfstandige plek verdwijnen en als organisatie intrekken bij de Nieuwe Gaffel, zijnde het 'Huis van de Wijk'. In de praktijk past hij daar niet in en kloppen de laatste tijd allerlei groepen bij de Aktiegroep aan voor werkruimte. Zo biedt de buurtwinkel nu onderdak aan groepen die vanwege financiële eisen uit de Leeuwenhoek moesten vertrekken. Ook biedt de buurtwinkel sinds kort onderdak aan een voormalige leerkracht van de Augustinusschool die iedere schooldag vrijwillig kinderen helpt die moeite

hebben om het tempo op school bij te houden.

In de praktijk is de Aktiegroep ook aan het kijken hoe we het gebouw in eigen beheer kunnen nemen. Want dat beheer kan veel efficiënter, goedkoper en milieuvriendelijker. We kijken naar alternatieve verwarming, betere isolatie, hergebruik en alternatieve financiering. We onderzoeken hoe we geld zouden kunnen verdienen met de verhuur van delen van het pand. De exploitatielasten zouden dan fors omlaag kunnen. Met een aantal deskundige bewoners (architecten, een aan-

nemer en een pandbeheerder) zijn enkele scenario's bekeken op hun haalbaarheid. Van de resultaten werd iedereen blij. De buurtwinkel is een pand met veel mogelijkheden en een paar verborgen pareltjes. De eerste conclusie is dat het mogelijk moet zijn om het voor de buurt te behouden.

De grote vraag is of de gemeente Rotterdam het Oude Westen de tijd gaat gunnen om dit goed uit te werken. Per 1 september alles voor elkaar krijgen, gaat niet lukken. Maar het alternatief, verhuizing naar de Nieuwe Gaffel, is ook niet realistisch. Met de gemeente Rotterdam is afgesproken dat alle partijen binnenkort aan tafel gaan zitten om te bespreken hoe dit opgelost kan worden.

DONDERDAG 23 FEBRUARI 19.30-22.00

Aktiegroep café

INLOOP 19.00, AANVANG 19.30

- OP DE "ZEEPKIST" STAAT HANS DE RIE
- HELEEN LEEST VOOR
- PLANNEN VAN WOONSTAD IN DE WIJK
- AKTIEGROEP: GESPREKKEN MET GEMEENTE
- AKTIEGROEP: PLANNEN VOOR PAND IN EIGEN BEHEER
- EN ANDERE BEWONERSINITIATIEVEN

BUURTWINKEL
OUDE WESTEN
GAFFELSTRAAT 1-3

Het jaar van de Haan is begonnen!



Foto: Hinko Maierhold

'Odeon lijkt er toch weer voor de wijk te zijn'

Met circusacts, dansgroepen en een groot aantal feestende buurtbewoners werd in januari bij Odeon traditiegetrouw het Nieuwjaarsfeest gevierd. Heel even leek het er op dat het feestje niet doorging. Odeon stond namelijk lange tijd leeg en de beheerder van het gebouw kampte met een flinke betalingsachterstand. Die problemen lijken vooralsnog te zijn afgewend.

Gerard Rooijackers (SP), vicevoorzitter van de gebiedscommissie, trok november vorig jaar aan de bel. Er

zou in Odeon namelijk niks voor de wijk worden georganiseerd. Dit terwijl het een jaar eerder door de gemeente toch echt was verhuurd aan de Stichting Meesteren Foundation. Voor 1.000 euro per maand mocht de stichting het pand gebruiken om er 'creatieve, bewustmakende en inspirerende evenementen en activiteiten' te organiseren. Wijkorganisaties die er iets wilden organiseren, kregen echter bijna altijd 'nee' op het rekest.

Schulden

Eind vorig jaar stond in verschil-

lende media dat de Meesteren Foundation zich niet aan de afspraken met de gemeente hield. Zo was er in december een huurachterstand van 11.536 euro. Met andere woorden, de huur voor Odeon was al 11 maanden lang niet betaald. Daarnaast zou ook de energierekening lange tijd niet zijn betaald. De gemeente Rotterdam moest uiteindelijk een deurwaarder inschakelen om de betalingsachterstand terug te vorderen. Van uitzetting is het niet gekomen. Meesteren Foundation beheert nog steeds het pand en de bewoners mochten het Nieuwjaarsfeestje 'gratis' in

Odeon organiseren. De stichting zegt het schuldenprobleem op te lossen door een van haar eigen panden te verkopen. En er lijkt inmiddels echt 'beweging' te zitten in Odeon. Er worden nu crossfit- en danslessen gegeven, er is een trainingscentrum voor circusartiesten in gevestigd. En aan de straatkant zit een tassenmaker, tatoeagestudio en een sociaalmaatschappelijk hulpverleningsinstelling voor mensen uit het Caribisch gebied.

Voor de buurt

Volgens Gerard Rooijackers lijken hiermee de problemen vooralsnog te zijn opgelost. 'Er worden nu

eindelijk activiteiten voor de wijk georganiseerd. Natuurlijk was ik eerst niet blij. Het pand stond jaren leeg en de stichting leek niks voor de wijk te doen.' Rooijackers zegt dat het van secundair belang is dat Meesteren zo lang heeft gekampt met een betalingsachterstand. 'Dat is wat de gemeente moet afhandelen. Het gaat er mij om dat het pand voor de buurt wordt gebruikt. Dat lijkt nu eindelijk te gebeuren. Dus ik ben weer tevreden.' Hoe lang Odeon nog voor de wijk beschikbaar blijft, is de vraag. (zie ook elders in dit nummer) Maar in de tussentijd lijkt het gebouw in ieder geval weer 'terug' bij de bewoners te zijn.

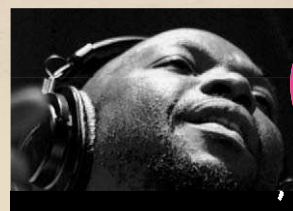
puntkomma muziek

TEKST EN MUZIEK OVER HET OUDE WESTEN, NU

2014

De artiesten

Singphony / Eddy Elsdijk / Mieke (berichten uit de Rimboe) van der Linden / Martino Positivo / Leerlingen Praktijkschool LMC Schietbaanstraat / Talent voor Gastvrijheid / Serpil Karisli / Gijs Meer / Krachtrouwen Oude Westen / DJ Nicky



LWELA & BAND

MUSIC GENERATIONS

STICHTING DOEN

WOONSTAD ROTTERDAM

Gemeente Rotterdam

ROTTERDAM
WEST
LEES
ZAAL

Rijnhoutplein 3
3014 TZ Rotterdam

ZATERDAG

25 FEBRUARI, 19.30 UUR

ENTREE € 10, RDAMPAS € 5

www.leeszaalrotterdamwest.nl
[www.twitter.com/leeszaalwest](https://twitter.com/leeszaalwest)
www.facebook.com/leeszaalrotterdamwest



‘Mijn hele leven is film. Onze dromen zijn onze realiteit, want over wat wij dromen maken we films.’ Cineast Muzaffer Durmaz vertelt.

Muzaffer kwam samen met zijn moeder, twee broers en een zus op 4 april 1976 naar Nederland. Zijn vader was correspondent voor een groot Turks Dagblad en woonde er al. ‘Ik wilde helemaal niet naar Nederland. In Turkije lag mijn toekomst, ik was bezig met film en ik wilde in die richting gaan studeren. Ik woonde in Istanbul achter de blauwe Moskee. Een hele bekende buurt waar bijna alle speelfilms van Turkije werden opgenomen. Eigenlijk was die buurt een grote open studio. Er was een achterstands-buurt, er waren hele sjieke wijken met klassieke huizen en historische straten. Ik hing er als kind vaak rond en was altijd onder de filmmakers. Ik bracht geregeld water naar ze toe en op een dag zeiden ze: jij hoort bij ons team. Een regisseur vroeg wat ik zo interessant vond aan de filmwereld en toen wees ik naar zijn stoel. Ik was geïnteresseerd in wat er achter de camera gebeurde.’

Eerste Turkse piratenzender van Nederland
In Nederland werd Muzaffer naar de LTS gestuurd. ‘Als je uit een buitenlandse familie kwam, werd er niet gekeken naar je talent. Na de LTS ging ik naar de MTS en toen besloot ik dat het echt niks voor mij was. Ik verdiende als krantenbezorger mijn geld. Ik stond om 4 uur op en reed

Muzaffer Durmaz

vanaf het Noordereiland naar Crooswijk, Kralingen en Krimpen aan de IJssel. Ik spaarde en kocht een 8 mm camera, een projector en een montagetafel. Ik werd lid van de amateurfilmgroep Nederland en begon te filmen. Ook met de filmwereld in Turkije hield ik contact en draaide ik mee met films in Turkije. Die contacten heb ik trouwens nog steeds. Ik ken alle bekende Turkse cineasten.’ Nadat Muzaffer met school stopte, ging hij cursussen volgen bij de Filmacademie Amsterdam. ‘Ik meldde me aan bij de NOS en startte mijn eigen audiovisuele bedrijf. Ik heb heel wat documentaires en speelfilms opgenomen. Ik maakte items voor Turkse TV Stations als Star TV, A-TV en CNN-Turk. Met een Turkse crew en bekende Turkse acteurs heb ik in Nederland twee films gemaakt. Het was mooi om dat samen met hen te mogen doen.’ Muzaffer lacht. ‘Ik heb zoveel gedaan, daar kan ik een boek over schrijven. Ook in de muziek trouwens. Samen met radio Veronica en radio Atlantis had ik de eerste Turkse piratenzender van Nederland.’

In 1996 stopt Muzaffer met zijn eigen bedrijf en gaat bij de gemeente werken. Daar werkte hij op detacheerbasis als

redacteur bij de migrantenomroep, was stagemanager bij het Rotterdams Wijktheater, was betrokken bij de opzet van TV Mozaïek, stichting SLOR en de programmering van xTV, de voorloper van Stads TV. Ook heeft hij zich bezig gehouden met werkgelegenheid voor jongeren. Na 16 jaar krijgt hij in een bezuinigingsronde met veel ambtelijke collega’s zijn ontslag bij de gemeente Rotterdam.

Oude Westen TV
Afgelopen zomer maakte Muzaffer met 3 professionele cineasten en bewoners West Kruiskade TV dat via Open Rotterdam en de website www.oudewesten.tv werd uitgezonden en meer dan anderhalf miljoen kijkers per week trok. ‘Nu zijn we bezig met Oude Westen TV. We zijn gestart als bewonersinitiatief en hebben via de gebiedscommissie financiën binnengehaald voor de nodige middelen. We hebben plek gekregen in de Nieuwe Gaffel voor het montage-werk, binnenopnames en om te kunnen overleggen. We maken onze films altijd samen met professionals, bewoners met ervaring, en bewoners die het vak willen leren. Wij werken zelf allemaal als vrijwilliger. Dat is het mooie eraan. Er zijn jour-

‘Het lokale nieuws wordt steeds meer gewaardeerd.’

Bewoners rond Odeon twee jaar langer huurgarantie

De bewoners van de Gouvernedwarsstraat en Gouvernestraat boven Odeon hebben op het allerlaatste niptje van Woonstad bericht gekregen dat hun huurgarantie weer met twee jaar verlengd wordt. De einddatum is nu 1-1-2019. Leegstaande woningen worden op Woonnet tot 1-1-2020 aangeboden. In deze periode gaat Woonstad samen met de gemeente (eigenaar van Odeon) onderzoeken of er op deze plek ook iets anders kan komen. Er ligt van voor de crisis nog een plan voor dure huizen of appartementen aan het park in de kast. Aangezien woningcorporaties zich van minister Blok alleen nog maar

bezig mogen houden met huisvesting voor de lage inkomens, zullen ze daar een particuliere ontwikkelaar voor moeten vinden. En er is nog een derde partij, de eigenaar van Kinderdagverblijf De Wereld. Komen ze er de komende twee jaar niet uit, dan gaat Woonstad de woningen opknappen en renoveren. Opknappen is niet onnodig, renoveren heeft wel huurconsequenties natuurlijk. De vraag is wat de gemeente dan met Odeon gaat doen. Wie weet, heeft Rotterdam dan inmiddels een college dat een sport-/dans-/circusschool-/buurtfeestjeshal in het Oude Westen wel een goed idee vindt.

Nieuwe mensen en nieuw beleid bij Woonstad

Woonstad gaat de komende jaren in het Oude Westen minder huurhuizen verkopen en is bezig een beleid vast te stellen voor hun maatschappelijk vastgoed (zoals de Leeszaal en atelier Krachtvrouwen Oude Westen). Meer hierover in de volgende Buurtkrant, in een interview met de nieuwe vastgoedmanager (Gerben in 't Hout) en de nieuwe procesmanager (Nico Ros) van Woonstad voor (o.a.) het Oude Westen.

Nieuwe contactpersoon Woonstad voor veiligheid en overlast

Woonstad heeft een nieuwe contactpersoon voor ‘veiligheid en overlast’. **Milos Dragisic** volgt Paula Suijkens op. Hij is verantwoordelijk voor het gebied tussen de Van Speykstraat even nummers tot en met de Gouvernestraat. Huurders kunnen bij hem terecht als ze overlast van burens ervaren, met vragen op het gebied van ‘schoon’, ‘heel’ en ‘veilig’ en als er kwesties spelen waar de gemeente bij betrokken is. Tel. 010-4408800.



nalisten die als ZZP-er werken en in hun vrije tijd hun kennis en ervaring komen delen met bewoners. Ik heb mijn eigen apparatuur ook beschikbaar gesteld. We zijn een heel diverse club, we hebben bijvoorbeeld een editor uit China, mensen uit Congo en onze eindredactrice is een Surinaams meisje. Zij is verantwoordelijk voor de programmering. Ik doe de hoofdredactie en de marketing. Het is hartstikke leuk om mensen te leren om zelf films, televisie te maken, hoe je goede opnames kunt maken en waar je op moet letten: welke invalshoek, licht, geluid, hoe maak je een goede montage. Praktijkervaring opdoen zodat je zelf werk kunt creëren in de mediawereld. De Media zijn in verandering, het lokale nieuws wordt steeds meer gewaardeerd.

Mensen kunnen vanuit hun eigen huis via internet een uitzending maken, in principe kan iedereen zijn eigen TV starten met weinig kosten. Ik denk dat dit de toekomst is.’

Oude Westen TV start binnenkort met vaste uitzendingen op Open Rotterdam. Elke donderdag om 18.30 uur. Muzaffer hoopt dat Oude Westen TV een voorbeeld kan zijn voor andere wijken in Rotterdam. ‘Het zou mooi zijn als we ons project zouden kunnen uitbreiden. Mensen in andere wijken helpen met de techniek en ze eventueel hier trainen. Wijk TV heeft een belangrijke functie, mensen zijn geïnteresseerd in wat er in hun buurt gebeurt.’

De geschiedenis van Het Oude Westen in 1000 voorwerpen (36)

Omhoog kijken (9)

KINO, het oude/nieuwe filmtheater in de Gouvernestraat, heeft een prachtig hek dat na sluitingstijd de gevel verrijkt. Als KINO overdag opengaat, wordt dit hek over een

rails naar rechts tegen de muur geschoven. Dan valt het nauwelijks op: bezoekers gaan door de glazen klapdeuren naar binnen. Maar als de bioscoop is gesloten, komt het goed

tot z’n recht en zie je hoe het is gemaakt (ontwerp: Studio Steenbruggen). Het hek bestaat uit een opengewerkt, zwart metalen frame waar het kunstlicht van het entreegebied doorheen schijnt. Sterker nog, je kunt dwars door het gebouw naar de achterburen kijken. Vanwege het tegenlicht valt de uitgespaarde naam KINO - geschreven met de I schuin naar links! - onmiddellijk op. Het woord KINO herhaalt zich in vijf lagen van boven naar beneden en ook gespiegeld. Dit ritme van woorden is behalve een vernuftige puzzel een lust voor het oog. Bovendien is het een schoolvoorbeeld voor al die lelijke rolluiken en een bewijs dat schoonheid en veiligheid heel goed samen gaan. Verder heeft de gevel een stijlvolle ‘facelift’ ondergaan. Er is een groot venster toegevoegd en onder de luifel is een ‘strip’ met uitnodigende filmposters aangebracht. Als ‘kers op de taart’ staat de lichtreclame op de luifel: ‘s avonds zie je al van ver de naam KINO van kleur verspringen: rood, groen, donkerblauw, geel, azuurblauw, purper en roze. Alma Brevé



PS: Op 12 oktober 2016 zijn buurtbewoners uit het Oude Westen door Jan de Vries en Frank Groot (directie) uitgenodigd voor een exclusieve voorproefing van de bioscoop. In het mooi verbouwde restaurant werd genoten van een heerlijke maaltijd (pluim voor de kok!) en in de zaal met ‘Het Venster’ werd de inspirerende film Rotterdam 2040 van Gyz la Rivière vertoond. De bewoners hebben de weg naar KINO gevonden en feliciteren de directie van harte met de toekenning van het Jan Nijland Zilveren Roosje. Een prijs die wordt toegekend aan iets of iemand die van grote betekenis is voor de Nederlandse bioscoopwereld.



buurtkrant

COLOFON

Oude Westen

Oplage: 4500, verschijnt 10 keer per jaar.

Aktiegroep Het Oude Westen
Gaffelstraat 1, 3014 RA Rotterdam
010-436 1700
buurtkrant@aktiegroepoudewesten.nl

Redactie:
Marianne Maaskant, Rob van der Meulen,
Jorg van Rijkom, Marion van der Schaft,
Octávio dos Santos, Joke van der Zwaard
en Elske Zwart.

Medewerkers aan dit nummer:
Petra van den Berg, Katinka Broos, Paul
Claessens, Serpil Karisli en Corrie Kreuk,

Productie: Jim van der Put.

Fotografie:
Marianne Maaskant en anderen

facebook.com/buurtkrantoudewesten
www.aktiegroepoudewesten.nl

Hellen

COLUMN

VAN BOVEN

Verlegen mannen

Mijn neef is na zijn scheiding weer in het Oude Westen komen wonen. Om te zorgen dat hij zich snel thuis gaat voelen, vraag ik hem of hij zin heeft om met mij mee te gaan naar nieuwjaarsfeest Oude Westen. “Is dat wel wat voor mij?”, sputtert hij tegen. “Ik ken hier niemand meer.” Ik beloof dat ik bij hem in de buurt blijf. Mijn neef probeert er nog een paar keer onderuit te komen, maar ik hou voet bij stuk. Op de avond van het feest sta ik gewoon bij hem voor de deur. Eenmaal aangekomen in Odeon verlies ik hem al snel uit het oog. Maar als ik af en toe een glimp van hem opvang, lijkt hij zich prima te vermaken. “Het was hartstikke gezellig”, moet hij na afloop toegeven, “maar het viel me wel op dat er weinig mannen waren. Het Oude Westen is toch geen vrouwenwijk geworden?” Ik vertel hem dat er feitelijk meer mannen dan vrouwen in de wijk wonen, maar dat ze alleen niet zo zichtbaar zijn. Ik weet ook niet precies hoe dat komt. Vrouwen vinden elkaar misschien makkelijker om dingen te organiseren rond de kinderen en de zorg voor ouderen.

“Als je met jou door de wijk loopt, is het alsmaar ‘hoi’, ‘hallo’ en ‘hoe gaat het?’, merkt mijn neef op. Ik leg hem uit dat het zo gegroeid is, omdat ik wel eens wat in de wijk doe. “Weet jij geen leuk project waar ik me nuttig kan maken”, vraagt hij. “Niet bij die vrouwengroepen, maar bij een club waar meer mannen bij zitten?” Ik weet het zo een-twee-drie niet. Raar eigenlijk. Hij is een doener met een paar gouwe handjes. Hij wil eerst eens wat sfeer proeven om te kijken wat het beste bij hem past. “Wil jij niet een keer met me bij die plekken langsgaan waar mensen elkaar ontmoeten?” “Schijtert, doe het zelf!”, lach ik hem uit, maar ik doe het natuurlijk wel. Ik ga hem voorstellen en de rest moet hij zelf maar doen. Misschien ook een tip voor andere vrouwen? Wie weet wat voor nieuwe ideeën en activiteiten er ontstaan als je een clubje mannen uit het Oude Westen bij elkaar zet. Het schijnt dat de Aktiegroep in maart zo iets gaat organiseren.

Aktiegroep Oude Westen

Een ‘eigen-wijze’ club van doeners



‘De Aktiegroep’, voor Oude Westenaren is het een begrip. Iedereen kent deze plek in de Gaffelstraat. Hoewel de benaming doet denken aan de jaren zeventig staat ‘Aktiegroep’ al lang niet meer voor aktie voeren alleen. Als het moet, zoals onlangs, om de verkoop van sociale woningen tegen te gaan, oké en met verve, maar ‘aktie’ verwijst vooral naar het veel ruimere ‘aktief’. Het is een ‘eigen-wijze’ club, van onderaf ontstaan. Lastig om van bovenaf grip op te krijgen. Met deze standvastigheid past de Aktiegroep nu precies in de huidige participatiesamenleving. Met dit verschil: zelf de regie nemen, dat deden ze altijd al, deze aktieve bewoners; ter verbetering van hun eigen leefomstandigheden en voor degenen die dat niet zo goed zelf lukt. Dat de kwetsbaren in de huidige ‘participatiesamenleving’ extra steun nodig hebben, hoeven ze niet te ontdekken. Dat weten ze al. Van binnenuit.

De Aktiegroep loopt goed geolied. Je proeft het meteen als je binnenkomt. Op de eerste dag na de kerstvakantie is het net een druk zoemende bijenkorf. Er staat gebak op tafel vanwege de verjaardagen van de opbouwwerkers. Gelukwensen en nieuwjaarwensen klinken door elkaar, vergezeld met hartelijke omhelzingen. Daar omheen wordt flink gewerkt. Iedereen heeft z’n eigen taak, te lezen op een planbord aan de muur. Mala en Annelies tuigen de kerstboom af, die weer voor een jaar de doos in gaat. Buurtwinkelier Willem staat een binnenkomende man te woord die wil weten hoe hij een OV-Pas kan aanvragen. ‘Bewoners helpen elkaar hier op allerlei manieren’, vertelt hij “bij het zoeken naar een woning, klachten over Woonstad, het aanvragen van toeslagen enzovoorts.”

Welkom.

Birsen verwelkomt iedereen met een stralende glimlach; steevast de vraag “koffie of thee?” Als ze even niets te doen heeft, schuift ze aan bij haar collega-gastvrouw Ayse, die weliswaar hartstikke verkouden is, maar toch even nieuwjaar komt wensen. Birsen zit er bij “voor de gezelligheid... man in de moskee, ik hier”, verduidelijkt ze. Corinne wurmt zich door de volle ruimte met een enorme boodschappenkar. “Ik kom niet voor praatjes en gezelligheid hoor. Ik hou van regelen. Ik zorg ervoor dat hier alles in huis is: van closetrollen tot nietjes. Ik vind het een enorme sport

“Niet waar kom je vandaan, maar hoe gaat het met je?”

om binnen het budget te blijven. Koffie koop ik standaard een euro goedkoper. Dat scheelt zo een paar honderd euro op jaarbasis. Ik ben er trots op dat ik de papieren bekertjes heb ingevoerd, want ik denk ook aan het milieu”.

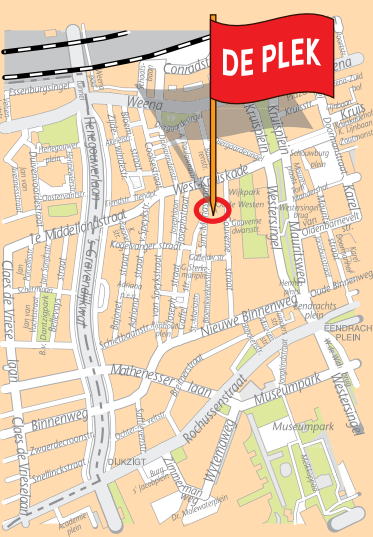


Veel ervaringskennis en sterke netwerken.

Opbouwwerkster Petra: “Als je iets niet weet, hulp nodig hebt of iets wilt organiseren voor de buurt, kun je hier terecht. Er is een enorme ervaringsdeskundigheid, door de jaren heen opgebouwd, die zich voortdurend vernieuwt. Zaken worden aangepakt vanuit een mentaliteit dat voor alles een oplossing is. Wij krijgen hier soms mensen die overal zijn doorgestuurd. Wij gaan ermee aan de slag, net zolang tot we eruit zijn.” De Aktiegroep is nog tot september dit jaar verzekerd van gemeentelijke subsidie voor personeel en huisvesting. Of dit zo blijft, is onzeker. Er zijn plannen om het pand in eigen beheer te nemen. Petra: “De Aktiegroep is de laatste gesubsidieerde bewonersorganisatie in Rotterdam. Wij kunnen zelf nog bepalen waar we aandacht aan willen besteden. Welzijnsorganisaties moeten het programma van de gemeente uitvoeren. Bewoners kunnen subsidie per project aanvragen. Omdat de Aktiegroep een ‘rompsubsidie’ ontvangt voor de financiering van het pand, de telefoon, computers, kopiëerapparaat kunnen bewoners gemakkelijker een nieuw initiatief starten. Als we zo in de toekomst door kunnen blijven gaan, blijft de kennis behouden en het netwerk in stand. In die vruchtbare bodem kunnen initiatieven ontstaan, rijpen en weer oplossen, eventueel ‘verzelfstandigen’.

De aktiegroep als paraplu.

Goede voorbeelden van verzelfstandigde initiatieven zijn de Wijktuin en het Ruilpunt. Zij draaien op eigen kracht, maar ontvangen hun subsidie onder de paraplu van de Aktiegroep. Tuin De Bajonet heeft in de opstart gebruik gemaakt van verschillende faciliteiten van de Aktiegroep. Voordat ze een Stichting werden, werd de subsidie op de rekening van de Aktiegroep gestort. Zo’n constructie is ook handig voor de vele andere groepen die ‘kantoor houden’ bij de Aktiegroep, waaronder de Krachtvrouwen, waarin wel 80 nationaliteiten vertegenwoordigd zijn. Initiatiefneemster Amina verwoordt de waarde van de Aktiegroep kernachtig: “Dit is mijn tweede huis, of zoals we in Somalië zeggen: ‘een open deur’. Ik woon nu net zo lang in Nederland als in mijn geboorteland Somalië. De Aktiegroep heeft me geleerd dat ik veilig ben en hoe ik de maatschappij kan zien. Je vraagt hier niet ‘waar kom je vandaan?’, maar ‘hoe gaat het met je?’. Doordat ik hier vanaf het begin gerespecteerd werd, kan ik dit doorgeven aan anderen.



In de serie ‘plekken’ zetten we de schijnwerper op 22 ontmoetingsplekken in de wijk die door vrijwilligers gemaakt worden. Wie zijn er actief? Wat betekent deze plek voor de vrijwilligers en voor de bezoekers, wat doen ze er en voor welke kwesties lopen ze warm? Wat is het belang van de plek voor de buurt?

De moeders in onze groep geven het weer door aan hun kinderen. Zo koken ze bijvoorbeeld regelmatig met hun tienerzonen en –dochters. Met elkaar iets doen en praten schept een goede band, die belangrijk is in de opvoeding.”

Individuele aandacht in de huiswerkklass.

Het is inmiddels eind van de middag. Tijd om naar boven te gaan waar de eerste kinderen voor de huiswerkklass binnendruppelen; ook weer zo’n in de geschiedenis van de Aktiegroep geteld instituut. Het is mooi om te zien hoe deze leerlingen van het vervolgonderwijs in alle rust hun vaste plek opzoeken, hun jas over de stoel hangen en aan de slag gaan. Deniz en Ilina, de vaste betaalde coördinatoren vertellen: “De kracht van de huiswerkklass is de sterke motivatie van de leerlingen. Alle kinderen komen hier uit vrije wil en de meesten houden het vol”. Bij de huiswerkklass helpen zo’n 16 vrijwilligers, allemaal hoogopgeleide mensen. Van gepensioneerden uit het bedrijfsleven en het onderwijs tot jonge academici die parttime werken of tijdelijk geen baan hebben. Door onze één op één begeleiding hebben we ook een signaleringsfunctie. Als een kind thuis problemen heeft, kunnen we zo nodig snel doorverwijzen naar de hulpverlening”. Hoe belangrijk die individuele aandacht is, blijkt wel uit het verhaal van Diancé, een prachtige meid van veertien die in 2 vwo zit. “Als ik op school een vraag stel, zegt de docent: ‘Als je dat niet snapt, ga dan maar naar de havo’. Hier kan ik met mijn vraag komen en als ik naar huis ga, is mijn huiswerk af”.

Binnenkort vindt met ‘het stadhuis’ het zoveelste gesprek plaats over de toekomst van de Aktiegroep. Het is te hopen dat de gemeente gaat inzien dat het eeuwig zonde zou zijn als deze sterke steunpilaar in de wijk verloren zou gaan.





Mindfulness

Mindfulness klinkt heel mooi je hoort er vaak over, maar wat is dat nou eigenlijk en nog belangrijker, hoe kan je dat toepassen naast je mantelzorgtaken? Mindfulness is het volledig bewust zijn van het moment en de huidige ervaring, of: in het hier-en-nu aanwezig zijn. In het dagelijkse leven gaan veel zaken op de automatische piloot waardoor sommige dingen maar voor de helft of minder worden ervaren. Mindfulness kan in dat geval het antwoord zijn. Het is een vaardigheid die zich kan ontwikkelen in iemand. Hier is echter wel oefening voor nodig.

Wat kan je daar als (drukke) mantelzorger nou mee? Iemand kan een mindfulness-training starten om verschillende redenen, bijvoorbeeld om meer rust te ervaren, minder te ergeren, beter om te kunnen gaan met stress, de concentratie te verhogen of gewoon om meer te kunnen genieten. Daarmee kunnen ook bepaalde psychosociale problemen aangepakt worden, bijvoorbeeld als er sprake is van depressieve gevoelens, angst of slapeloosheid. Ook bij een burn-out kan mindfulness zijn vruchten afwerpen. Kortom: iets wat voor vele mantelzorgers van pas kan komen.

Wist je dat je bij veel zorgverzekeraars met een aanvullende dekking recht op een vergoeding van de kosten die een mindfulness-training met zich meebrengt. Dit gebeurt onder de noemer alternatieve geneeswijzen, preventieve cursussen, psychologische hulp of psychosociale hulp. Soms kunnen er wel eisen worden gesteld door je verzekering. Informeer bij je eigen zorgverzekeraar voor de voorwaarden.

Mantelzorgcampagne

Als mantelzorgcoach bij Radar WMO diensten ken ik meer dan 200 mantelzorgers in het Centrum. Je zou denken dat dat al aardig wat is, maar volgens cijfers van Mezzo, een landelijke belangenvereniging van Mantelzorgers, is dat maar een klein deel van het aantal mantelzorgers dat er moet zijn in Rotterdam Centrum. Bij Radar bedachten wij dat dat nauwkeuriger moet kunnen en zijn we daarom een mantelzorgcampagne begonnen: Kom Effe Lekker Zitten. (www.komeffelekkerzitten.nl)

Op de website en via facebook kunnen mantelzorgers zich inschrijven voor een gratis mantelzorgtas. We kunnen contact opnemen om te kijken of er behoefte is aan ondersteuning. We nodigen u van harte uit om een kijkje te nemen of contact op te nemen.

Jonge Mantelzorgers

Ik ben mantelzorgondersteuner in het Centrum. Het lukt me steeds beter om mantelzorgers te bereiken en te ondersteunen, maar er is één groep die ontbreekt: de jonge mantelzorgers. Hierbij heb ik hulp nodig. Kijk om je heen, op de school van je kinderen of bij de sportvereniging. Zijn er kinderen met een zieke ouder? Grote kans dat deze kinderen dan ook mantelzorgtaken hebben. Ik wil heel graag deze (kwetsbare) doelgroep ondersteunen met leuke activiteiten of cursussen, afhankelijk van de behoefte of wens, en dat is natuurlijk alleen mogelijk als ik met hen contact heb. Ken je geen jonge mantelzorger, maar wil je meedenken over het mantelzorgaanbod? Dan kan je ook contact opnemen met:

Mathis van den Bogaard
Mantelzorgcoach Rotterdam Centrum 06-54967291

Voor moeders, door moeders!

In februari start een nieuwe groep Ouders in Actie. Er worden 8 moeders getraind door het CJG (Centrum voor Jeugd en Gezin) en Wmo Radar. Ze gaan in de wijk bijeenkomsten organiseren voor moeders. De bedoeling van deze bijeenkomsten is samen praten over opvoeding en de problemen die je daarbij tegenkomt, elkaar steunen en denken over oplossingen.

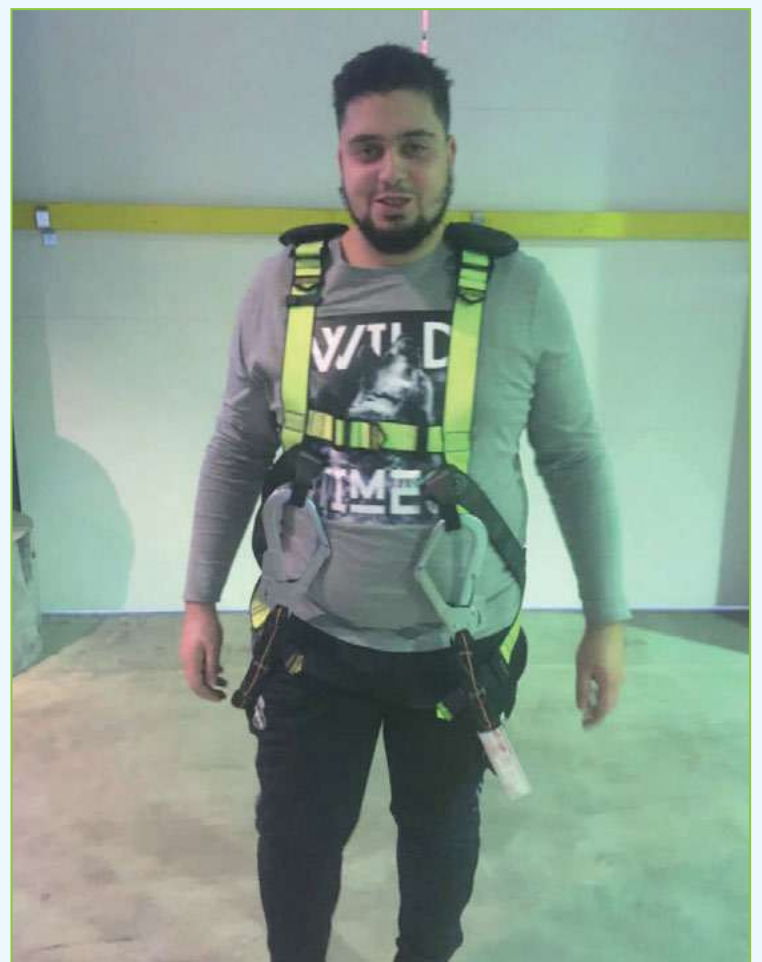
De moeders worden getraind in opvoedthema's en het begeleiden van groepen. We zijn nu al trots op de krachtige dames!

Wil je de bijeenkomsten die door deze moeders worden georganiseerd bijwonen? Of heb je interesse om in de toekomst een training te volgen? Dat kan. Neem contact op met Meggie Driessen, krachtcoach gezinnen Wmo Radar. mdriessen@wmoradar.nl 06-21683666



Coaching voor jongeren

Naar een dagbesteding met perspectief



Jermaine Sandvliet, de coach voor voortijdig schoolverlaters, zal zich ook dit jaar inzetten voor jongeren zonder dagbesteding. Het afgelopen jaar zijn meerdere jongeren uit de wijk teruggekeerd naar de schoolbanken. Zij zijn gestart om de zo begeerde startkwalificatie te behalen bij Albeda en Zadkine College. De coach zet al zijn energie in om jongeren uit het Oude westen te ondersteunen. Voor 2017 is er in samenwerking met de Stage Alliantie een werkgelegenheidstraject gestart voor jongeren. Dit is bedoeld voor degenen die gewoon aan de slag willen met werk. Vier jongeren zijn per 23 januari

2017 gestart met een training steigerbouwer via Delta Safety in de Waalhaven van Rotterdam. Na deze training met succes doorlopen te hebben, gaan deze krachtpatsers een maand meedraaien bij een steigerbouwbedrijf met kans op een arbeidsovereenkomst voor 6 maanden!

Jongeren die dit traject willen volgen, kunnen zich aanmelden bij Jermaine Sandvliet. Hij is op maandag en dinsdag aanwezig op de locatie Alliantie West-Kruiskade, 1e Middellandstraat 16B, en is telefonisch bereikbaar op 010-4369131/06-21550856.

Gebiedsgidsen op papier voor ouderen en hun mantelzorgers

De Gemeente Rotterdam ontwikkelt een digitale gebiedsgids (gebiedsgids.nl/rotterdam).

Niet iedereen heeft echter internet of kan met een computer overweg. De Rotterdamse Coalitie Erbij verzorgt daarom, speciaal voor ouderen en mantelzorgers, gebiedsgidsen op papier!

De kleine gidsjes vermelden alle belangrijke informatie voor ouderen en hun mantelzorgers uit het centrum. Deze gidsjes zullen huis aan huis bij alle 65-plussers in het centrum worden bezorgd.

Bent u actief voor ouderen in het Oude Westen, of biedt u een dienst aan die interessant is voor ouderen? Dan willen we graag ook uw informatie in deze gids opnemen. We nodigen u daarom van harte uit om op donderdag 9 februari tussen 13.00 en 15.00 in de Nieuwe Gaffel langs te komen. U kunt dan precies doorgeven met welke informatie u in de papieren gids vermeld wilt worden.

Bij eventuele vragen kunt u contact opnemen met Cindy Vos: Van maandag t/m donderdag is zij bereikbaar op 06-53507350

Nieuws van Humanitas thuiszorg en de Leeuwenhoek



Welkom in de Leeuwenhoek

Deze bewonersactiviteiten zijn ook open voor buurtbewoners

Iedere woensdag is er **verkoop van diverse artikelen**. Kom vooral even kijken!

Voor 55-plussers is er op woensdagmiddag vanaf 14.00 uur **muziek** met 'gouwe ouwe' en verzoeknummers.

Op vrijdagmiddag vanaf 14.00 uur onze **borrelbingo**. De kosten zijn €1.50 per plankje, inclusief een hapje en een drankje.

Extra huishoudelijke hulp voor €5,- per uur

Ook in 2017 kunt u bij Humanitas vouchers (tegoedbonnen) kopen voor een uur (extra) huishoudelijke hulp. U kunt maximaal 52 vouchers per jaar kopen.

Deze regeling geldt voor alle Rotterdammers van 75 jaar en ouder. U kunt de vouchers gebruiken als aanvulling op de ondersteuning die u al krijgt om bijvoorbeeld werkzaamheden wat vaker te laten doen. Of u gebruikt ze om werkzaamheden te laten doen waar u geen indicatie voor heeft, zoals hulp bij het boodschappen doen of bij strijken.

Wilt u deze extra huishoudelijke hulp met korting? Bel de Huishoudelijke Ondersteuning van Humanitas (010) 27 13 666 en vertel hoeveel vouchers u wilt en wanneer u deze wilt inzetten. U kunt ook per e-mail contact opnemen: huishoudelijkeondersteuning@stichtinghumanitas.nl. Het is ook mogelijk om vouchers reserveren bij uw klantadviseur.

Als u geen cliënt bij Humanitas bent kunt u bij ons toch terecht voor vouchers!
Voor de betaling van de vouchers ontvangt u van ons een factuur.

Even voorstellen:

Ellen van der Jagt

Beste buurtbewoners.

Graag wil ik me even voorstellen. Mijn naam is Ellen van der Jagt en ik ben 53 jaar, getrouwd en moeder van een prachtige dochter van 15 jaar. Ik heb een hond en twee gezellige kippen. Ik ben gevraagd door de Raad van Bestuur van Humanitas om als locatiemanager in de Leeuwenhoek te komen werken.

Afgelopen 2,5 jaar ben ik werkzaam geweest bij Saltro, een diagnostisch bedrijf (laboratorium). Daar heb ik bloedafnamemedewerkers opgeleid in Utrecht en Nieuwegein. Vóór die baan heb ik 32 jaar binnen Zorg en Welzijn gewerkt, waar mijn hart echt lag. Vandaar deze nieuwe uitdaging in de Leeuwenhoek. Locatiemanager zijn is geen simpele opdracht omdat de Leeuwenhoek in zwaar weer verkeert. Er moet bezuinigd worden. Voor bewoners en medewerkers van de Leeuwenhoek moet de kwaliteit en de veiligheid verbeterd worden. Ik werk samen met mevrouw Salet (directeur van de Leeuwenhoek) om de situatie van de Leeuwenhoek kwalitatief te verbeteren om voorbereid te zijn op de toekomst. Bewoners, familie, medewerkers en vrijwilligers voelen zich thuis op de West-Kruiskade en dat moet altijd zo blijven.

De Leeuwenhoek heeft voor mij iets speciaals. Antoni van Leeuwenhoek was een microbioloog en is bekend vanwege zijn eerste zelfgemaakte microscoop. Ook ik werkte in een laboratorium. De multiculturele samenstelling van het "huis" ligt mij ook aan het hart. Mijn vader is geboren in Suriname, Albina. Mijn opa ligt in Paramaribo begraven en ik was na één bezoek verkocht. Die sfeer herken ik in de Leeuwenhoek. Mocht u een lekker kopje koffie willen drinken in ons winkeltje, activiteiten mee willen doen, onze gezellige en gastvrije sfeer proeven en mij misschien aantreffen dan bent u van harte welkom in de Leeuwenhoek!

Ellen van der Jagt, Manager Zorg en Welzijn De Leeuwenhoek



tandartsen
mariastraat

Bent
u op zoek naar
een nieuwe tandarts?
Wij nemen nog nieuwe
patienten aan!



Maandag t/m zaterdag en op dinsdag avond geopend!

Tandartsen Mariastraat is een moderne, verfijnde en veelzijdige groepspraktijk waarbij hoge kwalitatieve zorg en klantenvriendelijkheid centraal staan. Alle tandheelkundige zorg wordt door ons vakkundige team van tandartsen aangeboden.

Tandartsen Mariastraat

Sint- Mariastraat 75 • 3014 SH Rotterdam
Tel: 010- 4362176 • info@tandartsenmariastraat.nl

www.tandartsenmariastraat.nl

tandartsen
mariastraat

U kunt bij ons ook terecht voor orthodontie

Tandartsen Mariastraat 擁有專業的荷蘭註冊牙科醫生和醫療團隊。我們診所提供多元化的牙科治療及口腔保健服務，包括：口腔檢查、洗牙、補牙、根管治療、脫牙、假牙、矯齒(箍牙)等。中心共設六間牙科手術室及一間X光室，配備先進的牙科設備，務求為到診人士提供優質的牙科服務。我們能說中文。歡迎致電 010-4362176 預約。希望在不久將來為您服務。

Tandartsen Mariastraat 拥有专业的荷兰注册牙科医生和医疗团队。我们诊所提供多元化的牙科治疗及口腔保健服务，包括：口腔检查、洗牙、补牙、根管治疗、脱牙、假牙、矫齿(箍牙)等。中心共设六间牙科手术室及一间X光室，配备先进的牙科设备，务求为到诊人士提供优质的牙科服务。我们能说中文。欢迎致电 010-4362176 预约。希望在不久将来为您服务。

هل تبحث عن عيادة لطب الأسنان حيث تجد
كافة الاختصاصات تحت سقف واحد؟؟؟

لقد قمنا بتوسيع فريقنا الطبي لنستطيع ان نقدم لكم افضل الخدمات في مجال طب الأسنان التالية في عيادتنا نلتفون للمساعدات. طل الإنسان الاطفال تقويم الأسنان لكافة الاعمار، معالجة التسوس وكافة التهابات الاغصاب السنية معالجة التهابات اللثة و كل ما يتعلق بصحة الفم. وكذلك قمنا بتوسيع ساعات العمل. عيادتنا تستقبلكم في الاوقات التالية.

الاثنين: من الساعة الثامنة صباحا حتى الساعة الخامسة مساء
الثلاثاء: من الساعة الثامنة صباحا حتى الساعة الثامنة مساء
الأربعاء: من الساعة الثامنة صباحا حتى الساعة الخامسة مساء
الخميس: من الساعة الثامنة صباحا حتى الساعة الثامنة مساء
الجمعة: من الساعة الثامنة صباحا حتى الساعة الخامسة مساء
السبت: من الساعة الثامنة صباحا حتى الساعة الخامسة مساء

لدينا أماكن للمرضى الجدد. لمزيد من المعلومات الرجاء زيارة عيادتنا على العنوان المذكور اعلاه او الاتصال هاتفيا نحن نتكلم اللغة العربية و سوف نسعد بزيارتكم



Kadromuzu genişleterek size daha iyi bir hizmet verebileceğimizi düşünüyoruz. Her türlü diş bakımı ve tedavi için kliniğimize gelebilirsiniz. Ayrıca aramızda Türkçe bilen diş doktoru asistanı bulunmaktadır. Diş doktorlarımız, ağız ve diş hijyen uzmanlarımız her zaman için hizmetinize hazırız.



'Anders geregeld' maakt West-Kruiskade onveiliger

In het project "Anders geregeld op de West-Kruiskade" konden ondernemers en winkeliers aangeven waar zij last van hadden bij het zaken doen. Een van hun ergernissen was het stopverbod voor auto's. Tijdens het project is geëxperimenteerd met een parkeerverbod. Voortaan mochten automobilisten stilstaan om iemand in- of uit te laten stappen. In december verscheen het evaluatierapport. Het werd onveiliger en de trams doen er geregeld langer over, daarom gaat men nu camera's ophangen!

Eerst even een stukje geschiedenis. Een aantal jaren geleden veroorzaakten dubbel geparkeerde auto's geregeld onveilige situaties voor fietsers en voetgangers op de West-Kruiskade. Ook ontstonden daardoor regelmatig files en konden trams niet verder. Dat was voor de Aktiegroep reden om met politie, gemeente en RET aan tafel te gaan zitten. Er kwam een stopverbod. Het werd veiliger, er waren nauwelijks nog files, maar er werd volop bekeurd, want er werd gehandhaafd. Tot drie jaar geleden. Bij sommige winkeliers en automobilisten riep de handhaving van het stopverbod zoveel weerstand op dat er bij Stadstoezicht de klad in kwam. Er werd veel minder opgetreden tegen dubbel parkeren.

Slalommen leer je op de West-Kruiskade

En toen kwam "Anders geregeld". In de evaluatie van het project staat dat de ondernemers blij zijn met het opheffen van het stopverbod, want er zijn geen klaagzangen meer van klanten over bekeuringen. Er staat echter ook, dat zowel omwonenden als ambtenaren hebben gemeld dat er een toename is van onveilige situaties op de Kade.

Fietsers hebben last van (dubbel) geparkeerde auto's en portieren die onverwacht open worden gegooid. Slalommen leer je op de West-Kruiskade. De RET meldt dat er op sommige dagen langere rijtijden zijn. De uitschieters die er al waren, zijn verergerd. Eén van de conclusies is dat de signalen over de onveilige situatie te talrijk zijn om te negeren. Er wordt voorgesteld om camera's op te hangen om zo te kunnen registreren wat er gebeurt. Dit voorstel kost waarschijnlijk veel geld. En of het werkt, is maar de vraag. Beter is het om gewoon weer te handhaven en het stopverbod weer in te voeren. Ook zouden winkeliers zich eens af kunnen vragen, of zij hun klanten niet kunnen overhalen om de auto thuis te laten. Dan voldoen ze gelijk aan één van de doelen van "Anders geregeld": het initiatief nemen en verantwoordelijkheid nemen door ondernemers. Want een aantrekkelijke wijk maken we samen.



Klus&Werk Cool - Oude Westen

In 2016 hebben we vele activiteiten georganiseerd bij Klus&Werk Cool - Oude Westen. Er was een **snuffelmarkt** in Tuin de Bajonet en een **barbecue** voor de buurtbewoners. Er werden in samenwerking met Tuin de Bajonet lunches verzorgd door Bep. We hadden een **pannenkoekendag**, ofwel de dag van de gozleme. Op het



sinterklaasfeest zijn de kinderen uitgenodigd en cadeautjes uitgedeeld. Op 22 december was er een **kerstbrunch**. Iedereen heeft daar echt van genoten. Er waren allerlei hapjes gemaakt door Klus&Werk Cool - Oude Westen en door buurtbewoners. De hapjes varieerden van een heerlijke soep tot een feestelijk toetje. Daarnaast zijn er kerstpakketten uitgedeeld aan cliënten van Klus&Werk Cool - Oude Westen.

De naailessen gaan gewoon door in 2017, op dinsdag en donderdag van 10.00-15.00 uur. De kosten zijn € 1,50 per keer. Ook de **lunch** wordt gecontinueerd. U moet uw deelname voor 10.30 uur doorgeven of even bellen: 010-436 70 42. Kosten zijn € 1,50. We blijven

fietsen repareren en de bakken voor de winkel staan er nog steeds om kleine **kapotte apparaten** in te deponeren.

stap
verder
pameijer

Team Klus en Werk
Cool-Oude Westen
Schiethaanstraat 33/35
3014 ZW Rotterdam
010-4367042 /06-10883452

OPENINGSTIJDEN:

MAANDAG: 9.00-16.00 UUR, DINSDAG: 9.00-16.00 UUR, WOENSDAG 9.00-16.00 UUR, DONDERDAG 9.00-16.00 UUR, VRIJDAG 9.00-15.00 UUR

WWW.PAMEIJER.NL

Uit de kunst Offside, een verrassende film

Als kind keek ik op zondagen met mijn vader naar voetbal. Ik was aanhanger van twee teams: Sparta, omdat ik praktisch naast het stadion woonde, en het Turkse Besiktas, omdat mijn vader supporter van die club was. Jaren gingen voorbij en mijn teams bleven verliezen en verliezen. Daarom stopte ik op een gegeven moment met het volgen van voetbal. Offside, een film van Jafar Panahi uit 2006, gaat over zes meisjes die een gevangenisstraf riskeren om een voetbalwedstrijd live bij te kunnen wonen in een stadion. In Iran geldt de religieuze Islamitische wet, die vrouwen verbiedt naar stadions te gaan. Jafar Panahi (1960) is een Iraanse regisseur, screenwriter en editor. Zijn eerste lange speelfilm The White Balloon is de eerste Iraanse film die in 1995 een Camera d'Or wint in Cannes. Zijn films zijn verboden in zijn land. Panahi werd na enkele conflicten met de overheid over de inhoud van zijn films in 2010 gearresteerd met zijn vrouw en dochter en 15 vrienden, en aangeklaagd voor propaganda tegen de regering. Hij werd veroordeeld tot 6 jaar gevangenisstraf. Al zijn films worden verspreid via dvd's, video's of de satelliet. Die dvd's worden in het buitenland gemaakt en dan het land binnengesmokkeld. De film Offside is heel persoonlijk. De regisseur wilde zelf naar de internationale wedstrijd met zijn vrouw en dochter, wat niet kon. Maar Panahi refereert ook aan vrouwen in de oudheid. Ook de Griekse vrouwen mochten toentertijd niet naar een sportevenement. In 404 BC heeft een vrouw zich als man verkleed, om er toch bij te kunnen zijn.

Offside is gemaakt in documentaire stijl met amateuracteurs. Het laat op een humoristische wijze de menselijke kant van het verhaal over macht, regels en onderdrukking zien. Het begint met een man die zijn dochter

zoekt in een supportersbus. Juichende fans, die lang leve Iran roepen, zijn op weg naar een voetbalwedstrijd tussen Iran en Bahrein. In een andere bus zit een meisje als een jongen verkleed in de bus. Ze heeft een wijd overhemd aan, een pet en de Iraanse vlag op haar wangen geschminkt. Het meisje koopt bij een zwarthandelaar bij het stadion een ticket, maar wordt bij de ingang gepakt door een soldaat. Hij brengt het meisje naar een vleugel van het stadion, waar al meer meisjes gevangen zitten tussen groene hekjes. Ze zullen later naar de zedenpolitie gebracht worden. De meisjes zijn boos en teleurgesteld. Waarom? Er wordt gevloekt tijdens wedstrijden en vrouwen mogen niet naast vreemde mannen zitten, zeggen de jonge soldaten.

Een meisje wil naar het toilet. Een soldaat maakt een poster van een voetballer vast op haar gezicht, voert haar naar het mannentoilet en stuurt daar alle mannen weg. Terwijl de soldaat afgeleid is, kan ze vluchten. Ze komt na een tijdje echter uit zichzelf terug naar het arrestatiehoekje. Ze heeft medelijden met de soldaten, omdat deze hard gestraft zouden worden voor een verdwenen arrestante. Ook de soldaten worden toeschietelijker. Een soldaat doet vanaf zijn doorkijkplekje live verslag van de wedstrijd. Als de meisjes met een busje worden afgevoerd, houdt een soldaat de antenne vast, zodat ze de wedstrijd op de radio kunnen volgen. Iran verslaat Bahrein en gaat naar de wereldbeker kwalificaties. Het busje komt vast te zitten in een juichende menigte. Een groep mensen trekt de soldaten uit de bus naar buiten. Terwijl de soldaten dansen, vluchten de gevangen meisjes uit het busje en verdwijnen in de feestende menigte.

Serpil Karisli

Kookcafé Aziza's Kitchen

"Het begon twee jaar geleden toen Cindy van het Ouderenwerk een mosseldag voor de ouderen in de wijk organiseerde", vertelt Aziza. "Er kwamen mensen die in geen tijden hun huis meer uit kwamen. Niemand wil zo eenzaam worden, dacht ik, en ik besloot wekelijks één van mijn vrije dagen aan hen te geven. Die mensen hadden mijn hart gestolen". Dankzij een bijdrage van de Gebiedscommissie kon Aziza de keukenspullen aanschaffen die nodig zijn om voor grote groepen te koken. "Ik kook, ik laat het niemand anders doen!" vertelt ze trots, want ze wil zelf de

kwaliteit bewaken. Er zijn mensen die na het eten naar me toe komen en zeggen dat ze nog nooit zulke lekkere kip gegeten hebben". Haar keukengeheim geeft ze niet zomaar prijs, maar in het gesprek licht ze toch een tipje van de sluier op. "Koken begint altijd de dag ervoor. Het zit 'm in de goede voorbereiding." Wie mee wil genieten van Aziza's kookkunst is welkom op 3 maart, 1 april, 6 mei, 1 juli en 2 september bij het wijkpastoraat. Kosten €5, inclusief drankje. Voor €2,50 kun je na afloop meedoen aan de bingo met leuke prijzen.



Op 25 januari ontving Khalid Chennouf de Paul Nijghpenning voor zijn verdiensten als trainer/leider van Thaiboksschool Oude Westen

Pillen

Woensdag slikte ik mijn eerste cholesterolverlagende pil. En ik was daar zó chagrijnig over. Ik had maanden mijn best gedaan om het zelf te verlagen via voeding, bewegen en anders leven. Maar het hielp geen sikkepit. Tijdens het ´open huis´ deed ik mijn beklag. Altijd een pil moeten slikken, je wilt toch dat je lichaam het goed blijft doen als ´beloning´

van gezond eten en bewegen en blablabla (je wilt niet weten wat ik allemaal zeg als ik klaag). “Welk medicijn heb je gekregen?” vraagt iemand mij. “Weet ik niet, iets met een moeilijke naam” zeg ik. “Kijk dat is pas ongezond. Je moet toch weten wat je slikt. Het staat gewoon op het doosje”. “Precies, ik slik wel 5 pillen, maar ik weet wel hoe ze heten”, vult iemand haar fijntjes aan.

“Tabletjes, mevrouw, die helpen je om te kunnen blijven leven” onderwijst een aardige meneer. Ik kijk om me heen en opeens realiseer ik me dat de mensen die hier zitten al jaren medicijnen slikken. “Wie van jullie krijgt pillen vanwege cholesterol?”, vraag ik. Er is één iemand die het niet slikt, maar die heeft weer een heleboel andere pillen. Vervolgens krijg ik allerlei goede adviezen tegen bijwerkingen, op

welk tijdstip ik moet slikken. Ook krijg ik de opmerking dat ik me niet moet aanstellen: “Tweehonderd jaar geleden was ik, op mijn leeftijd, allang dood geweest..... Dus wees blij dat die pillen bestaan en zeur daar niet over!” Ik zeg niets meer. Maar als ik die dag door de wijk loop, kijk ik de mensen die ik tegenkom goed aan: die vast ook, en die.... Maar die niet, die is toch nog veel te jong... maar over een paar jaar vast ook.....

In Rotterdam slikt ongeveer 1 op de 8 mensen boven de 30 jaar dezelfde soort pil als ik. Ik ben dus niet alleen, maar geruststellend is dat niet!



Van Asch van Wijkschool trots op vignet Gezonde School

Sinds 31 januari prijkt aan de gevel van de Van Asch van Wijkschool het vignet ‘Gezonde School’. De school heeft dit keurmerk gekregen omdat zij met haar extra aandacht voor ‘gezonde eetcultuur’ voldoet aan officiële kwaliteitscriteria voor een gezonde school die opgesteld zijn door externe deskundigen zoals het Voedingscentrum, KVLO en het Trimbos-instituut. De school is extra trots op het vignet, omdat het tot de 10% scholen in het land behoort die het keurmerk heeft behaald. De onthulling van het vignet vond plaatst onder luid gejuich en ging vanzelfsprekend gepaard met het uitdelen van een gezonde traktatie. Sinds 2005 trachten gemeente en scholen met het programma

‘Lekker Fit!’ overgewicht en bewegingsarmoede onder de Rotterdamse jeugd tot en met twaalf jaar te bestrijden. Dat blijkt hard nodig, aangezien uit onderzoek van de GGD is gebleken dat veel Rotterdamse kinderen er een ongezonde levensstijl op na houden.

Voeding en beweging
De Van Asch van Wijkschool heeft zich al jaren geleden bij dit programma aangesloten. Zo hebben de kinderen iedere ochtendpauze een vast groente- en fruitmoment. Tijdens de pauze ontvangen de scholieren een gezonde snack variërend van appels, peren, bananen en nectarines tot wortels, radijsjes en paprika’s. Als dorstlesser wordt uitsluitend water aangeboden.

De leerlingen die tussen de middag overblijven, krijgen een gezonde lunch: bruine boterhammen met mager beleg, kipfilet, een ei. Pindakaas en beperkt zoet beleg is toegestaan, maar een ongezonde lunch van de KFC of McDonald’s wordt zonder pardon mee terug naar huis gegeven. “Door op school het goede voorbeeld te geven, willen we bij ouders en kinderen een mentaliteit van gezond leven aankweken, zodat ze ook na schooltijd minder snel een vette hap kopen in een van de vele winkels in de omgeving. Maar we willen ook wel normaal menselijk blijven doen. De kinderen mogen af en toe best genieten van een zoetigheidje, bijvoorbeeld tijdens een verjaardag. Onder het mom van Lekker Fit! geldt wel ´één is genoeg en klein is oké!´ Dus een kleine traktatie en in kleine proporties. Als kinderen regelmatig bewegen is een beetje snoepen ook helemaal geen probleem. Er zijn hier heel veel kinderen die van sporten houden. Dankzij de medewerking van de Rotterdamse Sportschoolverenigingen kunnen de scholieren op locaties in de wijk deelnemen aan turnen, dansen, judo of voetbal”.

Educatie en signalering
Omdat ouders een belangrijke rol spelen bij de voeding van kinderen worden ook zij actief betrokken bij het programma. In de ouderkamer is regelmatig voorlichting door een diëtist. Behalve ‘educatie’ en ‘stimuleren van een gezonde leefstijl’ is het ‘signaleren’ een belangrijke pijler van ‘Gezonde School’. Twee keer per jaar worden de kinderen gemeten in hoogte en breedte en als blijkt dat een kind lijdt aan over- of ondergewicht volgt een afspraak met de diëtiste. “Door er

al vroeg bij te zijn, kan voorkomen worden dat een ongezond leven een gewoonte gaat worden. Daar kan een kind levenslang profijt van hebben.”

‘Beter in je vel is beter presteren’
Na de onthulling van het gezondheidsvignet gingen de ouders mee naar binnen en de kinderen mochten naar huis of werden op school opgevangen. “We hebben de feestelijke onthulling aangegre-

pen meteen aandacht te besteden aan een ander belangrijk thema, namelijk dat we een school willen zijn waar iedereen - kinderen, ouders en medewerkers - zich veilig voelen. Pesten is daarin een belangrijk onderwerp en erg actueel, gezien de berichten in het nieuws. Op een veilige en gezonde school zitten kinderen beter in hun vel. Daardoor kunnen ze ook beter presteren”, aldus schooldirecteur Aart Hartman.



februari 2017: Creatieve Weken in het Ruilpunt

Doe mee aan een van de workshops en laat je inspireren!

- Viltten (hoofdband of handschoenen): woensdag 1 febr. 13.00uur
- Intuïtief Schilderen: zondag 5 februari 13.30 uur
- Boekbinden (Maak je eigen wisselboek): vrijdag 10 febr. 13.00 uur
- Bloemstukje maken: dinsdag 14 febr. 13.00 uur
- Werken met leer: maandag 20 febr. 13.00 uur

Er is materiaal aanwezig en we maken meteen een werkstuk.
Deelnemen kost 5 punten. Lid worden van het Ruilpunt is gratis.
Inschrijven: Ruilpunt Oude Westen, Gaffeldwaarsstraat 34- 3014 RR Rotterdam.
tel. 010-2250844. Openingstijden: maandag, dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag van 12.00- 16.00 uur



GAFFELNIEUWS

Gaffelkantine Wie de afgelopen weken De Nieuwe Gaffel binnen kwam, liep grote kans om mee te proeven van een gezonde soep, tosti of smoothie. De tussendoortjes zijn nu tegen dagprijzen verkrijgbaar op maandag, woensdag en vrijdag bij de Gaffelkantine van Nasja.



Vergroening Gerrit Sterkmanplein Er wordt gewerkt aan een plan om voor de deur van De Nieuwe Gaffel en het gebouw van de SP een mini plantsoen aan te leggen. Hiermee komt er weer een ontmoetingsplek bij in de wijk en wordt de versterking tegen gegaan. Goed voor het klimaat dus. Landschapsarchitect Wolbert van Dijk, die meerdere groenvoorzieningen in de wijk ontwierp, is gevraagd hierin mee te denken. Ook de Kinderraad van de Van Asch van Wijkschool en wijkbewoners doen mee.

Hollandse Pot Eens in de twee weken kunnen wijkbewoners aanschuiven bij de Hollandse Pot. De eerste keer, stampot andijvie met een gehaktbal, was het al volle bak. Volgende data: 8 en 22 februari. Kosten 5, euro, inloop vanaf 17.00 uur. Graag even opgeven als je mee wilt eten.

Iedereen is welkom om mee te doen in De Nieuwe Gaffel
Bel 010-2916689, of stap even binnen (Gaffelstraat 63a)



De tuin wordt weer wakker

Als de decemberfeestdagen achter de rug zijn, krijgt iedereen zin in het nieuwe jaar. Maar de winter is dan eigenlijk nog maar half op gang. Kan er toch al iets gebeuren in de tuin? Zeker, als het niet vriest en er ligt geen pak sneeuw zie je dat de tuin, ondanks de winter, al langzaam weer wakker wordt. De bloembollen steken hun neuzen boven de grond uit. Je kunt de grond eromheen een beetje los maken, zodat de bollen lucht krijgen. Sneeuwklodjes en winterakoniën staan zelfs al te bloeien. Die kun je na de bloei delen en

opnieuw uitplanten. Dat is beter dan in oktober droge bolletjes planten. Dahliaknollen heb je in de herfst misschien opgegraven en in kistjes of dozen opgeslagen. Die beginnen nu uit te lopen en kunnen opgepot worden en (binnen) in het licht gezet worden. Struiken en vaste planten beginnen ook al uit te lopen. Geef planten die in grote potten staan een nieuw bovenlaagje met verse potgrond voor een goede start in de lente. Hagen kunnen nu in vorm gesnoeid worden. Bladverlie-

zende heggen kunnen ver terug geknipt worden. Grote struiken, zoals de Vlierstruik (Buddleja), kunnen helemaal tot op de grond gesnoeid worden. Ze bloeien op de nieuwe takken. Hoe beter gesnoeid, hoe meer bloemen. Geef mest en een laagje compost na de snoei. Maar let op: bij vorst niet snoeien! Dan laat je de tuin met rust. Alle uitgebloeide vaste planten kunnen nu ook afgeknipt worden, zodat de tuin alvast een opgeruimde blik geeft, klaar voor het nieuwe seizoen!



EN WAT ER VERDER NOG TE DOEN IS...



LITERAIRE MAALTIJDEN

Lezingen: De lezingen beginnen om 19:00 uur en zijn gratis. Aanmelden is niet nodig.

Maaltijd: Om 18:00 uur wordt een maaltijd geserveerd door de Wereldvrouwen voor € 7,50. Deze kunt u tot één dag van tevoren bestellen: arend512@planet.nl.

ROTTERDAM
WEST
LEES
ZAAL

Rijnhoutplein 3
3014 TZ Rotterdam

DO
9 FEB.

Liefdesmaaltijd XL
Drie dames d'amour

DO
16 FEB.

Dubbelzinnige gedichten – geheime boodschappen
Gezongen en uitgelegd door Nahid Azaarm

DO
23 FEB.

Michel Houellebecq, provocateur of gefrustreerde idealist
Tekst en beelden van Willem van Hest

2 februari tot 4 februari - Meisjes- Mooi weer & Zo ('s Gravendijkwal 77b). Tijdens de puberteit verliezen vier jongens op traumatische wijze hun buurmeisje. Jaren later blijft de vraag hoe of wat er precies is gebeurd. 18.00 uur: deur open, 18.45 wordt er eten geserveerd. 19.30 Voorstelling. Entree 15 euro.

4 februari - Open podium - Pauluskerk. Het open podium is een onderdeel van de culturele activiteiten in de Pauluskerk. Deze keer zal Dick Gebuys een Rotterdamse dichter interviewen. Verder is het podium open voor iedereen die iets wil laten zien. Aanmelden via info@pauluskerkrotterdam.nl. Aanvang 18.30 uur. De toegang is gratis.

7 februari - Jazz Sessions - Stadsbrasserie (bij De Doelen). Iedere dinsdag, wanneer de avondschemer plaatsmaakt voor het vallen van de nacht, verzamelen jazzmusici zich in de Stadsbrasserie voor een jamsessie. Iedere jazzsessie brengt een compleet ander programma, met musici uit de (inter)nationale jazztop. Vanaf 21.30 uur. Gratis entree

10 februari - Het nieuwe strijkkwartet - Goethe Instituut. Het DoelenKwartet komt met een cursus over de geschiedenis van het strijkkwartet. Het onderwerp van deze middag is de ontwikkeling van het kwartet in de tweede helft van de 19e eeuw: het uitwerken van alle parameters. Het opzoeken van de

grens van de tonaliteit en de uiteindelijke breuk daarmee. Om 15.00 uur. Entree 13,50 euro.

11 februari - Natalia Magdalena - Cretopia. Singer-songwriter Natalia Magdalena presenteert van 19.00 tot 22.00 uur haar EP. Haar muziek kent veel folk, country en americana invloeden. Haar inspiratiebronnen zijn o.a. Passenger, Melanie Safka en Gabrielle Aplin. Ook haar voorliefde voor Johnny Cash is duidelijk hoorbaar. Entree 5 euro.

22 februari - Community theatre - Schouwburg. Derdejaars regiestudenten van de Toneelacademie Maastricht maken met bezoekers van de Pauluskerk een 'community theatre'. Ze onderzoeken hoe ze hun toekomstige vak kunnen inzetten voor andere plekken en mensen dan alleen de schouwburg en acteurs. Om 16.00 uur. Toegang gratis.

23 februari - Het wantrouwen in de politiek - Arminius. Populistische partijen zijn steeds succesvoller. Deze partijen wantrouwen de bestuurlijke elite, de media en de rechterlijke macht. Is het wantrouwen de laatste jaren gestegen? In Arminius praten politiek socioloog Matthijs Rooduijn, politiek filosoof Gijs van Oenen en universitair Hoofddocent Staats en Bestuursrecht Wytze van der Woude hierover. Om 20.00 uur. Entree 6 euro.

Het Nieuwe instituut

The New Haberdashery

'Kleding creëren op de meest praktische en toegankelijke manier'



Altijd al je eigen op maat gemaakte legging, kasjmirschirt of leren lunchtas willen maken? In The New Haberdashery bij Het Nieuwe Instituut liggen de fijne stoffen, scharen en naaimachines voor je klaar. Onder begeleiding van modeontwerpster Charlotte Kan en een groep enthousiaste vrijwilligers kan elke aspirant en amateurkledingmaker hier in één dag zijn of haar favoriete kledingstuk maken.

Het idee van The New Haberdashery is simpel. De werkplaats biedt voor 5 euro per stuk patronen voor bijvoorbeeld een shirt, korte rok of broek of hemdtas. Zoek hierbij de juiste stof en fournituren en je kunt direct aan de slag achter de naai- of lockmachine. Het naaiatelier heeft een rijke verzameling aan stoffen: van verschillende soorten wol en katoen tot aan stretchstoffen, kasjmier en zijde. 'Alles zit er wel een beetje tussen', aldus Kan. 'En langzaam breiden we onze collectie uit met meer stoffen.' Het naaiatelier is er niet alleen voor ervaren kledingmakers. Iedereen kan aanschuiven. 'Als je een leek bent in het maken van je eigen kleding, dan helpen onze vrijwilligers je met elke stap in het proces op weg. Alle vrijwilligers hier hebben een achtergrond of opleiding in het maken van kleding of de confectie. Ze hebben veel kennis van mode en staan te springen om te helpen.'

Tijdelijk modemuseum

The New Haberdashery ontstond in 2015, toen het Nieuwe Instituut tijdelijk werd omgetoverd tot Modemuseum. Bezoekers konden met patronen van bekende ontwerpers als Monique van Heist en Frans Molenaar er zelf hun kleding maken. De werkplaats was zo'n succes dat deze na het einde van het Modemuseum onder leiding van Charlotte Kan werd voortgezet. Samen met de vrijwilligers maakte Kan nieuwe basispatronen. Volgens Kan is werken bij The New Haberdashery net wat fijner dan dat je je kledingstuk vanuit een papieren patroon uit een modetijdschrift maakt. 'Hier kun je direct een proefmodel aantrekken en kijken of het qua maat en stijl bij je past. Je weet dus al direct wat je gaat maken. We willen het maakproces op de meest toegankelijke en praktische manier aanbieden. Door met patronen te werken kun je in één dag al iets moois en unieks maken.'

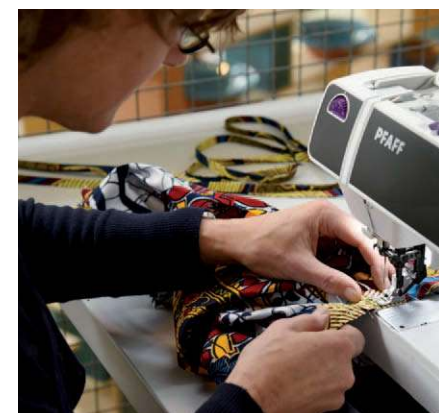
Kan werkte zelf tot 2015 als modeontwerpster aan haar eigen dameslabel. Omdat ze duurzamer wilde werken, brengt ze haar ontwerpen sindsdien alleen nog als digitale naaipatronen op de markt. 'Ik hield bij het produceren van mijn kleding heel veel stof en materiaal over dat ik moest vernietigen. Ik had de keuze: of mijn productie

opschalen of alle overgebleven stoffen zelf houden.' Kan koos uiteindelijk voor een andere weg. Ze bood haar ontwerpen via internet aan als patronen. 'Nu mogen mensen hun kledingstukken zelf maken.' Dat bleek een succes. Haar patronen vinden nu onder meer gretig aftrek in de Verenigde Staten en Verenigd Koninkrijk, maar ook bijvoorbeeld in Zuid-Afrika of Mozambique. 'Het is nu heel makkelijk om makers over de hele wereld te bereiken. Bovendien tonen mensen hun zelfgemaakte kleding dankzij bijvoorbeeld de opkomst van Instagram aan iedereen. Het spreidt zich als een olievlek uit.' De ontwikkeling van deze 'makerscultuur' merkt ze ook op bij The New Haberdashery. 'Mensen komen hier om binnen vier uur iets unieks te creëren. Ze uiten zichzelf door iets te maken en ze zijn vaak heel erg trots op het eindresultaat. En daarnaast is het natuurlijk gezellig om samen met anderen aan de slag te gaan.'

Workshops

Naast de werkzaamheden in de reguliere werkplaats zijn er in het weekend workshops te volgen, waarin dieper wordt ingegaan op de bewerking van de kleding en met complexere materialen gewerkt. Zo zijn er workshops met leer, kurk en vlisco en wordt geleerd hoe je glans of verf in je kleding kunt verwerken. Van elke workshop is er ook een 'kindervariant'. De eerstvolgende workshop is 'Tie Dye' op 4 februari, waarin ontwerpster Suzanne Dikker haar toegepaste kleurmethode zal uitleggen. Deelnemers werken met natuurlijke pigmenten en maken zelf een geverfde sjaal, accessoire of kledingstuk. Op de workshop 'Botanisch borduren' op 19 februari maken deelnemers een botanisch borduursel op basis van diverse patronen en leren ze van de geborduurde stof een corsage te maken. Ervaring met borduren is niet nodig.

The New Haberdashery is op woensdag, zaterdag en zondag te bezoeken tussen 11:00 en 17:00 uur en op donderdag tussen 18.00 en 21.00 uur.



Dooooooo oorvertellen

VERHALEN VAN HET LAND VAN
AFKOMST EN AANKOMST.

NO. 14

SAUDADE EN ANDERE STEMMINGEN
ZATERDAG 18 FEBRUARI

16.00 - 17.00 en 19.00 - 20.00

III Feira do Livro

Boekenmarkt van Portugese- en uit het
Portugees vertaalde boeken. O.a.
Orfeu - Livraria Portuguesa e Galega
uit Brussel.

PORTUGUESE BOEKENMARKT
FEIRA DO LIVRO

NEEM JE EIGEN BOEKEN MEE!

17.00 - 19.00

Cultureel programma

- Biblioteca Roterdao leest kinderverhaal voor
- *Fado en Choro* met gitaarbegeleiding van Marijn van der Linden
- *O Amor Natural*, van Heddy Honigmann: filmfragmenten
- *De Mozes van Rotterdam*, een boek over Constantino Delgado
- *Batuco Caboverdiano* door Grupo Cultural Lantuna
- Capoeira School Berimbau de Ouro: Juba de Leão en leerlingen

Open Literair Podium

Doe mee met een eigen verhaal
of lievelingstekst

19.00 - 20.00
**Hapjes van
Alma Lusa
Delicatessen**

20.00 uur >> Film

TABU

Miguel Gomes, 2012

INTERNATIONAL
FILM FESTIVAL
ROTTERDAM

BIBLIOTECA
ROTTERDAM

ESCRATIVA

Stichting
August Willemssen

STICHTING
DOEN

www.leeszaalrotterdamwest.nl
www.twitter.com/leeszaalwest
www.facebook.com/leeszaalrotterdamwest

ROTTERDAM
WEST
LEES
ZAAL

Rijnhoutplein 3
3014 TZ Rotterdam