

buurtkrant

JUNI 2014

# Oude Westen

Jaargang 44 nr. 5



**2** Van de straat geplukt:  
Estella Meijer-Salomons



**3** Verbeeld verleden  
in De Leeszaal

**Pagina 4,5 en 6:**

**Nieuws van de  
instellingen  
in de wijk**

- Radar • Humanitas De Leeuwenhoek
- Pameijer • Laurens Antonius Binnenweg
- Gezondheidscentrum St. Mariastraat



**Beeldende Kunst in  
Antonius Binnenweg**



**7** Verborgen Bedrijvigheid  
Job Trong Quoc Lee



[www.aktiegroepoudewesten.nl](http://www.aktiegroepoudewesten.nl)



## Zaterdag 21 juni: Zomerfeest in het Wijkpark

Vanaf 9.30 uur is de rommelmarkt geopend • Naast oude spulletjes kun je bij verschillende kramen ook heerlijke gerechten kopen • Speeltuin Weena verkoopt drankjes die je op het terras op kunt drinken • Kramen zijn tot 17 juni voor € 18 (+ € 15 borg) te huur bij de Aktiegroep op dinsdag en vrijdag tussen 13.00 en 16.00 uur • Tijdens het Zomerfeest gaan verschillende teams uit de wijk, onder leiding van Rini den Otter, strijden om de "Oude Westen Zeskamp Wisselbeker" Vanaf 12.30 uur is iedereen uitgenodigd om naar dit spektakel te komen kijken • De activiteiten duren tot 17.00 uur.

## 1 juli: Ketikotifestival in het Wijkpark



Ook dit jaar zal op 1 juli in het Wijkpark het Ketikotifestival worden gevierd. Om 12.30 uur vertrekt er vanaf het Tiendplein een Brassband richting het Wijkpark, waar om 13.00 uur het festival zal aanvangen. Er zijn optredens van de kasekoformatie Kankantie, Kawinaformatie 010 en De Dutch Caribbean Groove Orchestra. Er is een showcase van de theater-, dans- en muziekproductie "Tula, an untold story", dat gebaseerd is op de vrijheidsgedachte van de slaaf en verzetsstrijder Tula, die op 17 augustus 1795 de slavenop-

stand op Curaçao ontketende. Onder zijn leiding weigerden ongeveer duizend Afrikanen nog langer dwangarbeid voor de Nederlanders uit te voeren. Ze eisten hun vrijheid en gelijke behandeling. De opstand werd onderdrukt en Tula werd op 3 oktober terechtgesteld

De stichting Gedeeld Verleden Gezamenlijke Toekomst werkte mee aan een nieuw programma-onderdeel: "Back to Your Roots". In de 'Historische hoek' kunnen bezoekers in de SRV bus van de

stichting Rotterdam Vertelt en aan de stand Surinaamse Genealogie stamboom-onderzoek doen. En natuurlijk is er ook een exotische markt met heerlijk eten, kleurrijke stoffen en souvenirs.

De organisatie van het festival is in handen van Dreamlife Events. Kijk voor actuele programma-informatie op [www.ketikotirouterdam.nl](http://www.ketikotirouterdam.nl)



## Doooooooooorvertellen

VERHALEN VAN LANDEN  
VAN AFKOMST EN AANKOMST

No. 4

## over Kaapverdië

ZATERDAG 28 JUNI, 15-18 UUR

PROGRAMMA

ROTTERDAM  
WEST  
LEES  
ZAAL

RIJNHOUTPLEIN 3  
3014 TZ ROTTERDAM

Djungo de Biluca, oud-consul, over de geschiedenis van Kaapverdië

Persoonlijke verhalen van eerste Kaapverdische immigranten in Rotterdam

Jao Pedro Monteiro Rodrigues, gedichten

Tradison, band met Isia da Luz, Nando Silva, Antonio Herculano, Pedro da Cruz en Tilliz

Lantuna, batuq muziek en dans

+ Heerlijke caçupala!

Bij mooi weer zijn de optredens van Tradison en Lantuna buiten op het Rijnhoutplein





## mevrouw Estella Meijer-Salomons

**Het geluid van winkelende, lachende en pratende mensen op de West-Kruiskade vult zachtjes haar kamer wanneer wij op een zonnige dag mevrouw Meijer ontmoeten in de Leeuwenhoek. Komende september zal zij 103 jaar worden; ze is bereid tot een interview voor de buurtkrant. Zoon Erik is aanwezig om zo nodig verduidelijking te geven. "Mijn herinneringen zitten wel een beetje achter matglas, dus ik weet niet of ik je veel kan vertellen. Soms word ik midden in de nacht wakker en herinner mij dingen heel helder, dan denk ik: 'dat moet ik niet vergeten.', maar 's morgens is het weer weg."**

De van oorsprong Amsterdamse woont sinds 2009 naar volle tevredenheid in de Leeuwenhoek. "In 1987, toen was ik dus 75, verhuisde ik naar Rotterdam, naar Spangen. Mijn zoon woonde daar al en ik wilde dichterbij hem in de buurt wonen. Ik kon prima mijn plek vinden in Rotterdam. Ik woonde zelfstandig en deed alles zelf. In 2007 sprong er een hond tegen mij aan, waardoor ik viel en mijn heup brak. Na een tijd in het ziekenhuis te hebben gelegen en revalideren in het Zorghotel ben ik tijdelijk opgevangen in verzorgingshuis Wilgenplas-Schiehove, omdat de Leeuwenhoek toen verbouwd werd. Nu woon ik alweer vijf-en-een-half jaar in de Leeuwenhoek."

**Een verboden oorlogskind**  
In 1911 werd mevrouw Meijer geboren in een zijstraat van de Amstel. "Mijn ouders stonden vroeger op de markt op het Waterlooplein met potten en pannen. Later hadden zij een zaak in stopcontacten, elektrische snoeren en poppen. Zelf ben ik stenotypiste geweest, ook in

vreemde talen. Ken je dat stenografie? Dat is een manier om snel te kunnen schrijven door het gebruik van tekens. Dat werkte ik uit op een type-machine. De aanslag van die machines is een stuk zwaarder dan het typen op de toetsenborden, tablets of telefoons die je nu hebt. Ik heb nu reuma in mijn handen, dus dat typen gaat niet meer. Op 22-2-'33 ben ik getrouwd en gestopt met werken. We kregen samen twee kinderen. Eentje voor de oorlog en Erik werd geboren tijdens de oorlog. Eigenlijk kon dat niet want ik was 'steriel gemaakt' zoals dat toen genoemd werd. Door watten in de eileiders te stoppen steriliseerden ze Joodse vrouwen, dan kreeg je tijdelijk uitstel van deportatie naar Auschwitz, want je kon je toch niet voortplanten. Maar dat werkte bij mij dus niet. Gelukkig raakte ik pas zwanger aan het eind van de oorlog, het was een chaotische tijd, de geallieerden waren al in Nederland en de Duitsers lieten minder goed op. Als het fascistische systeem gewerkt had waren we toen meteen vergast.

Na de oorlog zijn we geëmigreerd naar Venezuela. Mijn man was reclametekenaar en later fotograaf, kon daar werk krijgen en wilde een betere toekomst opbouwen. Hij wilde altijd al emigreren. In het eerste jaar van ons huwelijk hebben we alle meubels verkocht en waren klaar voor vertrek naar Tel-Aviv toen



### Het gezegde 'Oude bomen verplant je niet' ging voor mij dus niet op

het bedrijf waar hij voor zou gaan werken failliet ging. Mij maakte het niet veel uit waar we woonden, ik was met alles tevreden. Maar goed, na de oorlog vertrokken we toch, hij verhuisde eerst en een half jaar later volgde ik met de kinderen. Maar we hebben daar niet erg lang van kunnen genieten, want mijn man overleed met 45 jaar. En dus zat ik daar met de twee jongens die toen tien en zestien waren. Gelukkig schoot de Nederlandse overheid destijds de bootreis terug naar Nederland voor. Die heb ik in acht jaar tijd wel volledig zelfstandig terugbetaald. Daar ben ik nog steeds trots op.

**"Juffrouw Zielig" van de woningdistributie**  
Terug in Nederland ben ik natuurlijk weer gaan werken. Eerst bij de brandweer en daarna bij de woningdistributie in Amsterdam. In

de jaren '50, '60 en '70 was dat. Er was toen grote woningschaarste. Als je een huurwoning wilde dan moest je je inschrijven, daarbij werd gekeken naar je loon, grootte van het gezin enz. dan kreeg je op basis daarvan een woning toegewezen. Ik probeerde de mensen die zich kwamen inschrijven altijd zo goed mogelijk te helpen. Mijn collega's noemden mij "Juffrouw Zielig". Ik wilde mensen in nood graag helpen. Mijn werk doen zonder dat ik daar een gevoel bij heb, dat kan ik niet. En ik geloof ook dat als je vriendelijk bent en doet dat je dat terug krijgt in het leven.

Maar inmiddels ben ik al weer ruim veertig jaar met pensioen. Eerlijk gezegd had ik niet gedacht dat ik zo oud zou worden." "Toen ze 38 jaar oud was zei ze al tegen mij: 'ik zal het wel niet lang meer maken'", vertelt haar zoon. En toch leeft ze nog naar alle tevredenheid en is binnenkort waarschijnlijk te bewonderen op TV. Bij omroep Max in het programma: 'Alle 100 op een rij.' Een quiz over de afgelopen 100 jaar met allemaal mensen van 100plus en hun familie. Ook trekt zij elk jaar als oudste inwoner van het Oude Westen tijdens het Chinese Nieuwjaar een briefje uit de mond van de draak. En heeft zij onlangs nog een cursus computeren voor ouderen gevolgd.

**"Niet wekken voor tien uur"**  
"Maar eigenlijk vind ik het het fijnst om gewoon op mijn kamer te lezen of TV te kijken. Ik ben geabonneerd op de krant en heb hier verschillende boeken liggen waar ik graag in lees. 's Avonds kijk ik naar TV programma's en roep ik af en toe naar de rechtse politici als ze leugens staan te verkondigen. Verder houd ik van jazz-muziek luisteren. Ik ben vaak wel tot een uurtje of één in mijn kamer bezig, met de koptelefoon op zodat ik anderen niet stoort. Ik ben altijd al een avondmens geweest. Ik zorgde tot 's avonds laat voor de kinderen en was er ook alweer vroeg uit." Op de deur van haar kamer hangt dan ook een briefje voor het personeel: 'Niet wekken voor tien uur.' Als je hoort wat ze allemaal meegemaakt heeft, doet en nog gaat doen, heeft mevrouw Meijer dat uitslapen ook wel verdiend. Wil je mevrouw Meijer op TV bewonderen? Woensdag 2 juli, 21.30 uur, Nederland 1.

## WOW'tje

### 30.000 euro voor alle bewoners in het Oude Westen

Woonstad gaat per jaar €30.000 aan de bewoners in het Oude Westen geven. Met dit geld kunnen bewoners zelf investeren om het Oude Westen mooier en gezelliger te maken. Het geld wordt verspreid onder alle huishoudens in de wijk. Dat gebeurt met een cheque die drie maal per jaar verspreid wordt onder alle huishoudens in het Oude Westen. Op de cheque kan je lezen hoe je die in kunt wisselen voor investeringsgeld voor de wijk. Iedere bewoner krijgt dus maar een klein deel van het investeringsgeld dat we WOW-tjes noemen (één WOW-tje is één Euro waard). Het is dus zaak om samen te sparen voor leuke investeringen. Je zou bijvoorbeeld kunnen sparen voor een schilderij op de gevel of een wijkmusical met de school of beplanten van stukjes openbaar groen of een schoonmaakactie met barbecue in de straat of een kinderactiviteit in het wijkpark, alles is mogelijk als het de leefbaarheid van het Oude Westen maar ten goede komt. Houd de brievenbus in de gaten want omstreeks 1 juli worden de cheques huis aan huis bezorgd. De waarde van de cheque is 5 WOW-tjes dus €5,-, maar bedenk wel dat op alle adressen een cheque wordt bezorgd. Spaar dus met je burens, de vereniging waar je lid van bent of de school van de kinderen om een mooi bedrag te kunnen investeren in het Oude Westen.

### Bereikbaarheid gebiedscommissie Centrum

Telefoon algemeen: 14 010  
E-mailadres algemeen: [gebiedscommissies@rotterdam.nl](mailto:gebiedscommissies@rotterdam.nl)  
Postadres: Postbus 70012, 3000 KP ROTTERDAM

**Of benader de gebiedscommissieleden persoonlijk**

**Suardus Ebbinge**, voorzitter (D66)  
[s.ebbinge@rotterdam.nl](mailto:s.ebbinge@rotterdam.nl)  
06-55163792

**Gerard Roijackers**, vicevoorzitter (SP)  
[g.roijackers@rotterdam.nl](mailto:g.roijackers@rotterdam.nl)  
06-14023994

**Hennie van Schaik**, vicevoorzitter (LR)  
[h.vanschaik@rotterdam.nl](mailto:h.vanschaik@rotterdam.nl)  
06-19906917

**Soraida Bonafasia** (SP)  
[s.bonafasia@rotterdam.nl](mailto:s.bonafasia@rotterdam.nl)

**Jan-Willem de Bruin** (D66)  
[r.debruin@rotterdam.nl](mailto:r.debruin@rotterdam.nl)  
06-18011889

**Danny Cabrita dos Santos** (LR)  
[d.cabritadosantos@rotterdam.nl](mailto:d.cabritadosantos@rotterdam.nl)  
06-25277686

**Karel Groenendijk** (D66)  
[k.groenendijk@rotterdam.nl](mailto:k.groenendijk@rotterdam.nl)  
06-11793656

**Kees de Gruiter** (VVD)  
[centrum@keesdegruiter.nl](mailto:centrum@keesdegruiter.nl)  
06-22902471

**Hasim Kilinc** (GroenLinks)  
[h.kilinc@rotterdam.nl](mailto:h.kilinc@rotterdam.nl)  
06-14426817

**Abdellatif Mokthari** (PvdA)  
[a.mokthari@rotterdam.nl](mailto:a.mokthari@rotterdam.nl)  
06-34864001

**Michael de Roode** (LR)  
[m.deroode@rotterdam.nl](mailto:m.deroode@rotterdam.nl)  
06-36481461

**Bas van Tijn** (VVD)  
[p.vantijn@rotterdam.nl](mailto:p.vantijn@rotterdam.nl)

**Hans van Zuuren** (PvdA)  
[j.vanzuuren@rotterdam.nl](mailto:j.vanzuuren@rotterdam.nl)

## De geschiedenis van Het Oude Westen in 1000 voorwerpen

### (11) Muurschildering Lucebert

Sinds 1994 staat op de muur van het winkelpand op de hoek Gaffelstraat – Nieuwe Binnenweg een wandschildering van Lucebert, geplaatst in het jaar dat deze schilder/dichter overleed. Lucebert is in Rotterdam onder andere bekend van zijn beroemde dichtregel: *Alles van waarde is weerloos*, dat jarenlang in neon op het dak van een verzekeringskantoor in de buurt van het Blaakstation stond. Boven de muurschildering in de Gaffelstraat staat een regel uit het gedicht *Tijdtafel en geslachtstabel*. De strofe gaat als volgt:

*Evenwel zoals de ouden zongen  
airwick was een perverse jongen  
Hij verwekte bij zijn moeder musealina directa evert wegenbouwer  
En zodoende de toekomst openleggende voor onan en zijn broer en zus, want  
het verhaal is zo goed dat het nog lang niet af is.*

Het Centrum voor Beeldende Kunst liet de muurschildering plaatsen en gaf opdracht voor de renovatie, die werd uitgevoerd door Willem Kerssemeijer van reclame-atelier Leo Mineur; een bedrijf met een lange geschiedenis in Rotterdam. Leo Mineur begon in 1919 als gezel bij atelier Engelman, dat gespecialiseerd was in bioscoopbeelden. Omdat Mineur een eigen stijl ontwikkelde en zijn baas bang was daardoor klanten als Tuschinsky kwijt te raken, nam hij ontslag en begon hij in 1925 zijn eigen atelier. Zijn opvolgers maakten in de jaren vijftig de borden van alle grote Rotterdamse bioscopen. Tegenwoordig is het bedrijf gespecialiseerd in beletteringen voor grote bedrijven, maar verzorgen ze ook nog steeds wandschilderingen.

Op [www.openbarekunst.nl/plattegrond](http://www.openbarekunst.nl/plattegrond) is informatie te vinden over alle kunstwerken in de openbare ruimte in Rotterdam.



buurtkrant

COLOFON

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:** André Hart, Marianne Maaskant, Rob van der Meulen, Piet Slijkerman en Joke van der Zwaard

**Medewerkers aan dit nummer:**  
Heleen van der Linden en Anne Bode

**Lay Out:** Han Snaaijer en Jim van der Put

**Fotografie:**  
Marianne Maaskant e.a.

**www.aktiegroepoudewesten.nl**

COLUMN VAN

Hannie

Als oudste voel ik mij min of meer verplicht de lieve vrede in de familie wat in stand te houden. Hoewel de familie maar klein is en de meesten dicht bij elkaar in de wijk wonen, valt dat nog niet altijd mee. Daar is mijn zus Ans. Zij kan gemakkelijk wat ongelukkig uit de hoek komen, maar ervaring heeft mij geleerd dat kalm blijven en soms zwijgen de stoom in haar ketel meestal wat doet afnemen. Verder is er mijn broer Jaap. Die zal zelf niet zo snel ruzie krijgen, want als het spannend wordt weet hij zich meestal snel uit de nesten te werken, liefst met het achter laten van ruziende partijen. Mijn zus Annie doet geen vlieg kwaad, maar die heeft twee dochters die elkaar gemakkelijk in de haren vliegen. En Jaap heeft daar weet van en schept er een soort satanisch genoegen in om die twee tegen elkaar op te zetten. En iedere keer stinken zij er weer in. Als je die twee meiden apart op visite krijgt, is er geen vuiltje aan de lucht, maar als zij samen zijn raken, zij gemakkelijk aangebrand. Ik heb daar een hekel aan, maar Jaap stookt graag een vuurtje op. Komt een van hen bij hem op bezoek dan kan het zijn dat hij wat zwijgzaam is en bedroefd weet te kijken. Gewoonlijk vraagt zij dan wat er aan de hand is. “Nou kindje, laat maar, zo erg is het nou ook weer niet”. Dan springen bij haar de lichten al op rood en nieuwsgierig geworden vraagt zij dan of het iets te maken heeft met haar zus. “Nou, eerlijk gezegd praat ik er liever niet over”. Daarmee nemen de verdenkingen alleen maar toe. “Ik weet nu al dat zij liegt of de boel verdraait. Oom Jaap, wat heeft zij nu weer over mij gezegd?”. “Nou meiske, daar kan ik maar beter niet over praten, want dan komt er gemakkelijk ruzie van. Wil je nog een koekje?”. Mijn kleindochter is dan echter reeds onderweg naar huis en tien tegen een dat zij haar zus in de haren vliegt. Terwijl er niets van belang aan vooraf is gegaan. Dat soort ruzies valt niet te vermijden. Kinderen moeten ook maar leren er mee om te gaan.

Eet een Verhaal

Mensen ontmoeten, gezelligheid en ook oefenen met het Nederlands. Spreekt dit je aan? Eet dan GRATIS met ons mee.

Menu: Geluk

Tussen 18.30 uur en 21.00 uur

JUNI:

Donderdag 5 Voor

Donderdag 12 Hoofd

Woensdag 18 Dessert

Eat a story

Onder leiding van twee enthousiastelingen gaan we oefenen met de Nederlandse taal, spreken en schrijven. Dit doen we in het thema GELUK op leuke locaties in Rotterdam.

Donderdag 5 juni 18:30 – 21:00

Belvédère Verhalenhuis

Rechthuislaan 1 Rotterdam

Donderdag 12 juni 18:30 – 21:00

Belvédère Verhalenhuis

Rechthuislaan 1 Rotterdam

Woensdag 18 juni 19:30 – 21:30

Leeszaal Rotterdam West

Rijnhoutplein 3 Rotterdam

Meer informatie bij Irene en Rosanne

Tel: 06 - 1021 3410

E-mail: [eeteenverhaal@gmail.com](mailto:eeteenverhaal@gmail.com)

Afscheid van Peter Dekkers



Op zijn afscheid als gebiedscoördinator van Deelgemeente Centrum tijdens het Aktiegroep-café op 22 mei ontving Peter Dekkers van diverse bewonersinitiatieven een complimenteus juryrapport

DE TWINTIGSTE EEUW IN VIJF FILMKLASIEKERS

VERBEELD VERLEDEN

VRIDAG 30 MEI

FANNY OCH ALEXANDER

INGMAR BERGMAN

VRIDAG 27 JUNI

MEPHISTO

ISTVÁN SZABÓ

Filminleiding door Mark Duursma

20.00 UUR, ENTREE € 3

CINEMA WEST

29 AUG - DIE EHE DER MARIA BRAUN

26 SEPT - LA DOLCE VITA

28 OKT - C'ERAVAMO TANTO AMATI

www.cinemawest.nl

www.leeszaalrotterdamwest.nl

www.twitter.com/leeszaalwest

www.facebook.com/leeszaalrotterdamwest

notendamm WEST

LEESZAAL

Rijnhoutplein 3

3014 TZ Rotterdam

HOUWE WAT JE HEP!

DE GOUVERNESTRAAT

HUIS VOOR ROTTERDAMSE KUNSTEN

WWW.STADSINITIATIEF.NL

Per 1 september aanstaande gaat de huur van De Gouvernestraat zodanig omhoog dat voortbestaan alleen mogelijk is bij extra financiering; bijvoorbeeld via Rotterdam Initiatief. Half juni wordt bekend of De Gouvernestraat mee mag in de race voor de hoofdprijs.

AANSCHUIVEN!



Er verandert een hoop op het gebied van zorg en welzijn: forse bezuinigingen en ook nog eens een decentralisatie met meer taken voor de gemeente. De verzorgingsstaat die we gewend zijn, wordt in razend tempo afgebroken en er komt nog meer verantwoordelijkheid bij burgers te liggen: die moeten meer voor zichzelf gaan zorgen, langer zelfstandig blijven wonen en meer naar elkaar omzien. **Alexander Hoo-gendoorn en Dennis Lohuis van de Zorgvrijstaat Rotterdam West** maken zich daar zorgen over, maar ze zien ook kansen. En daar willen ze aan werken.

**Dennis:** “Als je goed kijkt, zie je dat mensen al behoorlijk veel voor elkaar doen. Vaak op op kleine schaal, waardoor lang niet iedereen die er behoefte aan heeft, ervan weet. Zorgvrijstaat wil bewoners verbinden en de krachten bundelen om samen lichte zorg- en welzijnstaken op te vangen die dreigen



weg te vallen. Een van de eerste dingen die we gaan doen, is het organiseren van **aanschuifmaaltijden**. In het Oude Westen, Middelland en het Nieuwe Westen zijn allerlei groepen mensen die graag koken, ook voor anderen, en allerlei plekken waar samen gekookt en gegeten kan worden. Tegelijkertijd wonen er er mensen die om een of andere reden niet zelf in staat zijn regelmatig een gezonde warme maaltijd voor zichzelf klaar te maken of te verkrijgen.”

Onder de vlag ‘Aanschuiven!’ gaat Zorgvrijstaat Rotterdam West aanbod en vraag bij elkaar brengen. Aanschuifmaaltijden zijn maaltijden op verschillende dagen in de week op verschillende plekken in de buurt, waar mensen die dat wel kunnen gebruiken, maar ook mensen die dat gewoon leuk vinden, tegen een kleine vergoeding kunnen mee-eten. Ter kennismaking kunnen mensen die zo’n aanbod wel kunnen gebruiken een strippenkaart krijgen, waarmee hij/zij 3x gratis mee kan eten. In het Nieuwe Westen komt het al op gang, in juni wordt in het Oude Westen en Middelland gestart.

| JUNI • OUDE WESTEN |        |                                                        |                                                       |
|--------------------|--------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| wo 4 juni          | 17.00u | Laurens Antonius Smeltkroes                            | Nwe Binnenweg 33<br>aanmelden: Samir 06-854 19 727    |
| wo 4 juni          | 18.00u | Wijkpastoraat Oude Westen<br>aanmelden (voor woe 12u): | Gaffelstraat 7<br>010-436 70 70 of even langskomen    |
| vr 6 juni          | 18.00u | Buurthuis Adriana Wereldvrouwen                        | Adrianastraat 215<br>aanmelden: Delicia 06-123 60 608 |
| wo 11 juni         | 17.00u | Laurens Antonius Smeltkroes                            | Nwe Binnenweg 33<br>aanmelden: Samir 06-854 19 727    |
| wo 11 juni         | 18.00u | Wijkpastoraat Oude Westen<br>aanmelden (voor woe 12u): | Gaffelstraat 7<br>010-436 70 70 of even langskomen    |
| vr 13 juni         | 18.00u | Buurthuis Adriana Wereldvrouwen                        | Adrianastraat 215<br>aanmelden: Delicia 06-123 60 608 |
| wo 18 juni         | 17.00u | Laurens Antonius Smeltkroes                            | Nwe Binnenweg 33<br>aanmelden: Samir 06-854 19 727    |
| wo 18 juni         | 18.00u | Wijkpastoraat Oude Westen<br>aanmelden (voor woe 12u): | Gaffelstraat 7<br>010-436 70 70 of even langskomen    |
| vr 20 juni         | 18.00u | Buurthuis Adriana Wereldvrouwen                        | Adrianastraat 215<br>aanmelden: Delicia 06-123 60 608 |
| wo 25 juni         | 17.00u | Laurens Antonius Smeltkroes                            | Nwe Binnenweg 33<br>aanmelden: Samir 06-854 19 727    |
| wo 25 juni         | 18.00u | Wijkpastoraat Oude Westen<br>aanmelden (voor woe 12u): | Gaffelstraat 7<br>010-436 70 70 of even langskomen    |
| vr 27 juni         | 18.00u | Buurthuis Adriana Wereldvrouwen                        | Adrianastraat 215<br>aanmelden: Delicia 06-123 60 608 |

Meer informatie: [zorgvrijstaat@gmail.com](mailto:zorgvrijstaat@gmail.com) of [www.facebook.com/zorgvrijstaat](http://www.facebook.com/zorgvrijstaat)



Heb jij een idee of initiatief voor je straat, buurt of wijk? En draagt het bij aan jouw stukje Centrum? Wil je hulp bij het uitwerken van je idee of bij het vinden van geld? Of wil je iemand die actief is en zich inzet voor de buurt in het zonnetje zetten?

Dan kun je terecht bij **CentrumdoetRtoe**! Wij vinden het belangrijk dat kleinschalige buurtinitiatieven gestimuleerd worden. Juist de kleine dingen doen ertoe. Waardering is een belangrijk onderdeel binnen CentrumdoetRtoe. Iets terug doen voor de vrijwilligers of de wijk waarin je woont vinden wij erg belangrijk. Bij CentrumdoetRtoe kun je ideeën, waardering of initiatieven melden.

#### Wat vinden wij belangrijk:

- Jouw idee kan bijdragen aan jouw stukje centrum.
- Jouw idee draagt bij aan de waardering voor anderen.
- Jouw idee verbindt mensen in jouw buurt.
- Jouw idee is toegankelijk voor iedereen.
- Jouw idee wordt gesteund door je burens, vrienden, straat, clubs, ondernemers, etc.

Hoe kan je jouw idee bij ons melden:

Bel, sms of app ons via: 06-28812689. Mail: info@centrumdoetrtoe.nl

#### Je hebt je idee naar ons gestuurd en dan?

Binnen 14 dagen nemen we contact met je op om te kijken of je idee al uitvoerbaar is. Is jouw idee helemaal uitgewerkt en uitvoerbaar? Dan neemt de klankbordgroep van bewoners het besluit over jouw aanvraag. Jij krijgt daar dan zo spoedig mogelijk bericht over.

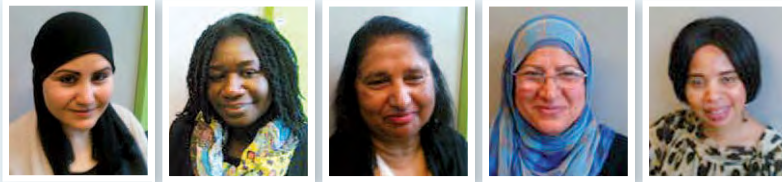
#### Over ons

CentrumdoetRtoe bestaat uit een klankbordgroep van wijkbewoners die betrokken zijn bij hun straat en buurt. Wij vinden het belangrijk dat kleinschalige buurtinitiatieven gestimuleerd worden. Juist de kleine dingen doen ertoe.

Heb je behoefte om van gedachten te wisselen of heb je een idee, neem dan contact met ons op voor een afspraak. Maar langskomen in het Wijkgebouw Stadsdriehoek, Kipstraat 37, 3011 RS Rotterdam mag ook. Laat ons even weten dat u komt!

# Wmo radar

## Samen Oude(rs) Westen



'Opvoeden en leren doe je samen en van elkaar.' Vijf bewoners (Delicia Mijns, Fatim Diallo, Silla Sewmanhal, Najat Mezzine en Zaitone Osman) uit het Oude Westen hebben zich ingezet om deze slogan werkelijkheid te maken. Gedurende vier Ouders in Actie-bijeenkomsten hebben zij met ondersteuning van het Centrum voor Jeugd en Gezin met elkaar gesproken over opvoedthema's. Ook hebben zij geoefend met het presenteren van thema's en het uitwisselen van opvoedervaringen met andere ouders.

Deze dames hebben dit gedaan om samen met andere ouders in gesprek te kunnen over de opvoeding van kinderen. Ze doen dit vanuit een gevoel van betrokkenheid met de kinderen of de wijk. Via deze weg nodigen zij u uit om aan te sluiten bij verschillende Ouders in Actie-opvoedbijeenkomsten in het Oude Westen.

#### Bent u ouder?

Vind u het ook fijn om zaken waar u mee zit met andere ouders te bespreken? Denkt u ook weleens 'hoe pakken

andere ouders dit aan'?

Dan bent u van harte welkom!

Opvoeden is een kwestie van doen en kan voor iedere ouder spannend zijn. Soms heb je momenten waarop je het even niet meer weet. Als ouders onder elkaar kun je op dit soort momenten veel aan elkaar hebben. Niet om elkaar te vertellen hoe het moet, maar vooral om elkaars verhalen te horen en van elkaar te leren.

De thema's die in de bijeenkomsten besproken worden zijn onder andere:

- Je kind steunen bij zijn schoolloopbaan
- Gelukkig opvoeden
- Gevoelens

#### Waar en wanneer?

**Maandag:** Krachtvrouwen / Leeuwenhoek, 9.30-11.00, Fatim Diallo, fdiallo@live.nl en in de Aktiegroep, Silla Sewmangal 010-4367659

**Maandag:** Buurthuis Adriana, 9.30-11.30, Najat Mezzine, najat2008@live.nl

**Dinsdag:** Wondervrouwen / Leeuwenhoek, 11.30 -12.30, Zaitone Osman, 0684903207

**Woensdag:** Vrouwenontbijt / Leeszaal, 9.30- 11.00, Delicia Mijns, denise\_kl@hotmail.com en in de Marokkaanse vereniging, 9.30-11.00, Najat Mezzine, najat2008@live.nl

Zou u ook Ouder in Actie willen worden? Neem dan contact op met: Ariëtte Furtado, Buurtcoach Oude Westen Radar WMO, a.furtado@wmoradar.nl 0652453628

## De kracht van jouw cirkel

Jongeren tussen 15 en 25 jaar

Ken je dat? Het liep niet zo lekker, je dacht dat je vrienden had, maar toen je ze nodig had waren ze nergens te vinden en je had het gevoel er alleen voor te staan. Op Facebook doet iedereen leuk, maar daar koop je in het echt ook weinig voor...

Het kan heel lastig zijn om nieuwe contacten te leggen, vooral die eerste stap is vaak het moeilijkst en hulp hierbij vragen dat doe je ook niet zo snel. Welke stap heb jij gezet en wie heeft jou geholpen om je leven een andere draai te geven?

Wij zoeken verhalen van jongeren die het is gelukt om hun wereld weer te vergroten. Hoe heb jij dat voor elkaar gekregen, wat was uiteindelijk jouw keerpunt? Aan jouw verhaal kan een ander zich optrekken. De kracht van jouw verhaal kan andere jongeren helpen.

Wij zoeken jongeren die hun ervaring met ons willen delen. *Neem contact op met Veronique Vaarten of met Gheena Sumter*

*Veronique werkt bij Radar, tel. 06-46272409; v.vaarten@wmoradar.nl*

*Gheena werkt bij Alliantie West-Kruiskade, tel. 06-53200338; Gheena.Sumter@woonstadrotterdam.nl*

## Ibrahim & meneer Brugge

Rekening houden met elkaar tijdens de ramadan!



De wekker gaat. Meneer Brugge is net wakker voordat de zon opkomt. Hij stapt gauw onder de douche. Hij moet al vroeg naar zijn werk.

*Ik ben nog wel een beetje moe, maar vandaag weer een mooie werkdag!*



Ibrahim kan zijn ogen bijna niet meer openhouden. Hij is al de hele nacht wakker nu nog wat eten voordat de zon opkomt en dan slapen.

*Eindelijk slapen! Zzzz...*

Tijdstip: 19.00 uur

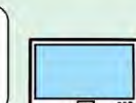
Meneer Brugge is net klaar met werken. Thuis gaat hij eerst koken en daarna nog wat televisie kijken.

*Heerlijk ontspannen tv kijken!*



Ibrahim heeft vandaag lekker uitgeslapen en is nog even naar het pleintje geweest. Hij is weer thuis en kijkt tv.

*Het is pas 19.00 uur poeh.. nog meer dan 3 uur en dan pas eten!*



Tijdstip 22.00 uur

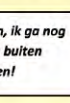
Meneer Brugge is moe. Hij moet de volgende dag weer vroeg opstaan om naar het werk te gaan. Hij gaat naar bed.

*Zzzz...*



Ibrahim is klaar wakker en heeft honger. Zijn moeder is druk bezig in de keuken om de iftarmaaltijd voor te bereiden.

*Mam, ik ga nog even buiten spelen!*



Tijdstip 23.00 uur

Meneer Brugge slaapt, maar schrikt wakker van al het geluid op het plein.

*Wat een LAWAAI? Zo kan ik niet slapen*



Ibrahim heeft heerlijk gegeten en gaat naar buiten, lekker voetballen met zijn vrienden. Het is toch vakantie dan kunnen ze toch uitslapen.

*Ibrahim, daar komtie!*

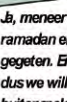
*Dan moet je eerst langs mij!*



Tijdstip 24:00 uur

Meneer Brugge gaat naar beneden en spreekt de jongens aan:

*Jongens weten jullie wel hoe laat het is! Ik kan helemaal niet slapen.*

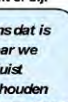


*Ja, meneer maar het is ramadan en we hebben laat gegeten. En het is vakantie dus we willen nog buitenspelen.*

Ibrahim en zijn vrienden hadden helemaal niet door dat ze zoveel geluid maakte. De andere buurman komt er bij.

*Ja, jongens dat is waar, maar we moeten juist rekening houden met de burens. Dat is heel erg belangrijk in de Ramadan. Het is beter als jullie naar huis gaan*

*Oke, sorry buurman!*



## Buurtbemiddeling helpt

Veel mensen zijn blij met het mooie weer. Het leven speelt zich buiten af, barbecueën, kinderen spelen tot laat buiten. Iedereen geniet ervan, maar soms leidt het tot ergernis.

Als de burens iedere avond barbecueën en luid praten in de tuin, terwijl u er weer vroeg uit moet. Of als de kinderen iedere avond tot laat aan het spelen zijn in de binnentuin, terwijl uw wekker om 6 uur weer afgaat.

Meestal gaat het goed en leven we en laten we leven, en soms gaat het niet goed. Vaak bespreken mensen dit onderling en wordt het eenvoudig opgelost. Maar soms lukt dit niet.

Komt u er zelf niet meer uit en lukt het u niet (meer) om de problemen te bespreken met de burens?

Buurtbemiddeling helpt mensen om problemen te bespreken en samen naar oplossingen te zoeken. Buurtbemiddeling is kosteloos, het enige wat van u verwacht wordt is de bereidheid de problemen met de burens te bespreken.

#### Buurtbemiddeling:

West Kruiskade 54

06-18500316

centrum@buurtbemiddeling.org  
woensdag van 2 tot 3 spreekuur  
wijkgebouw Kipstraat 37



# Humanitas thuiszorg en de Leeuwenhoek

## De vernieuwde boodschappenbus



In de wijk horen we steeds vaker de opmerking "ik zou zo graag eens lekker zelf boodschappen bij de supermarkt willen doen, maar het is te ver voor mij." Humanitas de Leeuwenhoek biedt mensen in Delfshaven die slecht ter been zijn nu de mogelijkheid om op dinsdagmiddag gezellig naar de supermarkt te gaan. We komen u met onze boodschappenbus voor de deur ophalen, rijden u naar de supermarkt van uw keuze en brengen u daarna weer netjes naar huis. Heeft u zware boodschappen, dan brengen wij deze op uw verzoek zelfs tot in uw keuken. Het meegaan met de bus is geheel vrijblijvend: u bent niet verplicht meerdere keren mee te rijden. Op de bus zitten een zeer ervaren chauffeur en een vrijwilliger die u kunnen helpen met in- en uitstappen. De bus beschikt ook over een laadklep voor als u in een rolstoel zit.

De bus rijdt vanaf 3 juni elke dinsdagmiddag naar de volgende supermarkten/winkels: Aldi, Dirk, Albert Heijn, Lidl, Jumbo, Wibra, Zeeman, Marskramer, Blokker, Action.

Dit alles voor 2,50 euro per keer.

Eén keer per maand maken we er een speciaal uitje van door bijvoorbeeld naar de markt, een tuincentrum of het Alexandrium te gaan; de bestemmingen wisselen. Bent u benieuwd waar de bus heen gaat, bel ons gerust.

Wilt u met ons meerijden, bel dan op maandagochtend voor 12 uur naar de Leeuwenhoek, tel.: 010-4361488.

## Spaans bezoek in De Leeuwenhoek

In mei waren er mensen van NOVAIRE op bezoek in Humanitas De Leeuwenhoek. Dit is een Spaanse onderneming die een tiental zorgcentra beheert in de regio Alicante, Spanje. Een groep van vijf personen bezocht onze Humanitas-vestiging om meer te leren over de omgang met de bewoners, de zorgplannen, huisvesting en activiteiten.

De delegatie stak niet onder stoelen of banken dat ze enthousiast is over de manier waarop Humanitas De Leeuwenhoek de zaken heeft geregeld. Vooral de manier waarop e.e.a. er is ingericht, de sfeer, de kunst die er aanwezig is - en eigenlijk de hele uitstraling - kregen de nodige complimenten.

## Proeverij 24 juni 2014

- Oosterse hutspot
- Macaroni Bolognese
- Sukadelapje met rode kool en puree
- Sambalboontjes
- Gebakken pangafilet met een frisse salade
- Gestoofde witlof
- Ovenschotel met gehakt, gemengde groenten en aardappel
- Gehaktballetje op een andijviepot
- Surinaamse kip met bruine bonen en rijst
- Huisgemaakte cassavesoep



Deze kosteloze proeverij bestaat uit 10 gangen met de hierboven genoemde gerechten. Bij het proeverijmenu zal water of indien gewenst een glaasje wijn geserveerd worden. Na afloop van de proeverij wordt er een kopje koffie of thee geserveerd. De proeverij is er voor wijkbewoners 55+ uit het Oude Westen en Delfshaven.

Wilt u uiterlijk op 20 juni doorgeven met hoeveel personen u komt aan: M. van der Wal, telefoon 010-4361488.



stichting humanitas

Zorg Welzijn  
Huisvesting Dienstverlening

## Nieuw Nieuw Nieuw!

**Nu in de Leeuwenhoek!**  
**Een heerlijk ontbijtje voor maar €2,50**



**Dit ontbijt bestaat uit:** Een kopje koffie of thee • een croissantje • Een wit of bruin Surinaams puntje • Een gekookt eitje • 2 plakjes ham of kaas • Bekertje jus d'orange

*Het ontbijt is te bestellen van maandag t/m vrijdag tussen 9.00 uur en 11.00 uur aan de bar in de Leeuwenhoek*



foto: Roel Siebrand

## Chinese cursisten vertaalden gedichten van Hu Xudong

Donderdag 12 juni van 11.00 tot 12.00 uur bezoekt de Chinese dichter Hu Xudong, gast van Poetry International, de cursisten van de Nederlandse taalles in de Leeszaal. De Chinese cursisten bespreken met hem de vertalingen die zij van zijn gedichten hebben gemaakt. Professioneel vertaalster Silvia Marijnissen zal vanuit Parijs via skype op groot scherm aanwezig zijn. Dat vertalen was een bijzondere klus, want deze cursisten volgen pas sinds juni vorig jaar Nederlandse les bij docente Carla Barten. Een verslag van de collectieve vertaalsessie twee maanden geleden staat in de programmakrant van dit wereldberoemde poëziefestival dat van 10 tot en met 14 juni in de Rotterdamse Schouwburg plaatsvindt.

POETRY  
INTERNATIONAL  
ROTTERDAM

ROTTERDAM  
WEST  
LEES  
ZAAL

## Kunst in Antonius Binnenweg

**U weet waarschijnlijk dat u bij Antonius Binnenweg terecht kunt voor zorg en verpleging. U weet waarschijnlijk ook dat u in Antonius Binnenweg regelmatig leuke, interessante activiteiten kunt bijwonen. Maar u wist waarschijnlijk nog niet dat u in Antonius Binnenweg óók kunt genieten van prachtige kunst.**

### Galerie Serruys

Galerie Serruys bevindt zich in het restaurant van Antonius Binnenweg en is kosteloos te bezoeken. Iedere zes weken wordt er een nieuwe tentoonstelling ingericht. En iedereen kan hiervan genieten. Omdat de kunstenaars niet hoeven te betalen voor het exposeren en in het geval van verkoop, kunnen de prijzen van de werken voor bezoekers aantrekkelijk gehouden worden.

De galerie dankt haar naam aan mevrouw Antoinette Serruys de Bruijn, de voorzitter van een groep rijke rooms-katholieke dames die midden negentiende eeuw aan de toen nog landelijke Nieuwe Binnenweg een huis voor 'ongeneesbare zieken en blinden' oprichtte. Op dezelfde plaats staat nu het nieuwe Laurens Antonius.

### Expositie

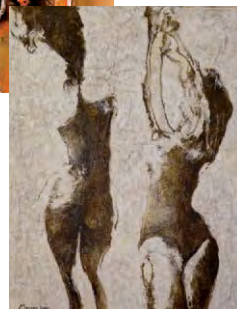
Tot en met 29 juni 2014 is in Galerie Serruys werk te zien van Movses Poghosyan, Roza Manucharyan en Bas Themans. Het werk van Movses Poghosyan balanceert tussen abstract en figuratief. Roza Manucharyan toont schilderijen en beschilderde grammofoonplaten.



Bas Themans, schilder en beeldhouwer, laat in de vitrine zijn bronzen beelden zien. Hij zegt daarover: "Mijn beelden zijn vervormd, gedeukt, gebutst en lijken enkele eeuwen in de modder te hebben gelegen. Ik heb ze een tweede leven gegeven, weggehaald uit hun vernieling en het afgedankt zijn. Daar staan ze dan in al hun lelijkheid en met al hun kwetsuren. Kijkt u maar hoe mooi en boeiend verval en vervorming kan zijn."



Werk van  
Movses  
Poghosyan



**Laurens  
Antonius  
Binnenweg**

Wilt u deze expositie komen bewonderen? De galerie is dagelijks te bezoeken van 10.00 tot 17.00 uur.

# Renovatie van de Sint-Mariastraat

De renovatie van de Sint-Mariastraat is een volgende fase ingegaan. De paar woningen die bestemd zijn voor de sociale huur zijn gerenoveerd, en er is een start gemaakt met de renovatie van de koopwoningen. De ‘lage’ woningen zijn zo goed als allemaal verkocht, de ‘hoge’ woningen in het middengedeelte van de straat willen voorsnog niet zo lukken. Potentiële kopers vinden ze te smal en bovendien zitten ze te dicht op de overburen. Voor Woonstad was de volgende fase een reden om op dinsdag 20 mei een feestje te geven. Mensen van Woonstad, architecten, aannemers e.d. waren uitgenodigd, evenals een aantal bewoners.

**Heden, verleden en toekomst**  
Jenny Vermeeren, regiodirecteur, hield een toespraak waarin ze sprak over verleden, heden en toekomst. Het verleden staat voor de het lange, soms pijnlijke, proces van Woonstad en de bewoners, te beginnen bij het boekje “Het cultureel kapitaal van een afgeschreven straat” geschreven door Joke van der Zwaard. Daarna stond ze stil bij het heden, daarvoor vroeg ze bewoners en het wijkpastoraat naar voren te komen. Bewoners die al in de straat woonden en nu terugkeren in een gerenoveerd pand kregen een emmer met klusbenodigdheden: er kan weer gewoon gaan worden. En tenslotte keek ze vooruit naar de toekomst. De aanwezige kopers van

een woning werden verrast met een hamer: nog even en er kan geklust gaan worden in de verkochte woningen, die immers casco opgeleverd worden en verder door de bewoners ‘afgebouwd’ gaan worden. Daarna hieven we het glas en kon men een kijkje nemen in de gerenoveerde panden.

**(pijnlijke) herinneringen**  
Ik ben blij dat het wijkpastoraat, met behulp van Woonstad, weer terug kan keren naar 142b. Dat neemt niet weg dat ik wat ongemakkelijk op dat feestje stond. Ik herinner me de droomsessies van zes jaar geleden, de boosheid van bewoners dat er niets meer werd gedaan aan het onderhoud van hun woningen, de strijd en de wens van de toenmalige bewoners om in hun huizen te mogen blijven, de stroom gesprekspartners van Woonstad die steeds elkaar afwisselden en weer ingewerkt moesten worden, de rechtszaken die nog steeds gevoerd worden. Ik herinner me hoe de bewoners zich

verzetten tegen de stroom Ad Hoc-mensen die de leeggekomen pandjes tijdelijk bewoonden, maar zich niet gedroegen als burens en straatbewoners. Met Woonstad werd afgesproken dat mensen zelf bewoners mochten voordragen, het wijkpastoraat zou hierin bemiddelen en Woonstad zou zorgen voor de screening via de stadsmarinier. Omdat deze screening niet gebeurde, ontstond er in de straat toch teveel overlast. Ad Hoc werd weer ingeschakeld, maar een aantal tijdelijke bewoners spraken (na een slimme overrompingsactie) af dat zij mochten blijven wonen in ruil voor een maandelijks donatie aan of vrijwilligerswerk in de Leeszaal. Mariëtte en Sarah werden de woordvoerders van de groep en aanspreekpunt van Woonstad. Terecht dat ze deze middag in het zonnetje werden gezet.

Ik herinner me de eensgezindheid tussen de bewoners én de felle discussies die er gevoerd zijn. Ik herinner me de machteloosheid omdat

het bewoners niet lijkt te lukken op te boksen tegen een groot ‘apparaat’ als Woonstad. Ik herinner me hoe het begrip ‘bewonersparticipatie’ heel verschillend werd ervaren. En vooral herinner ik me hoe moeilijk het soms is voor mensen die beroepsmatig met herstructurering bezig zijn om zich in te leven in de levens van mensen die zich verknocht voelen met hun woonomgeving, die zich veilig voelen in hun eigen huis. Al is het volgens middenklasse-maatstaven te klein, te gehorig, te basaal, het is wel je huis dat je moet verlaten, niet omdat je wilt, maar omdat het opgelegd wordt. Daarmee lijkt het dat mensen die het voor het zeggen hebben jouw leefplek, jouw manier van leven niet accepteren. Hoe kun je dan samen dromen van een mooi Oude Westen, een mooie Sint-Mariastraat? Het wordt een prachtige straat, ongetwijfeld..... prachtig voor wie?

Katinka Broos

## Excursie Spirit 55+

Op donderdag 22 mei vond de jaarlijkse excursie van Spirit 55+ plaats. De deelnemers bezochten een chocola-atelier in Ridderkerk en de Museum Johannes Postschool in Rijsoord ([www.museum-school.nl](http://www.museum-school.nl)). Het museum is gevestigd in het gebouw waarin op 15 mei 1940 de capitulatie van Nederland is getekend, historische grond dus. Het laatste deel van het programma was een rondvaart op het Waaltje.



## Open Dierendag

Ruim 200 kinderen bezochten de Open Dierendag van het Wijkpark. Er was van alles te doen en te zien, waaronder het scheren van de schapen.



## Nieuws van de instellingen in Het Oude Westen

# Dry Needling en fysiotherapie



Sinds een aantal jaar gebruiken we in onze fysiotherapiepraktijk Mariastraat een techniek die Dry Needling heet. Deze techniek is nog niet zo bekend in Nederland, al zijn er steeds meer fysiotherapeuten die het gebruiken. In onze praktijk doet Rolf dit al 8 jaar en Susanne 4 jaar.

### Spierknoopjes

Spierknoopjes ontstaan door overbelasting, maar kunnen ook ontstaan door te weinig bewegen in combinatie met een te lang volgehouden houding. Een plotselinge beweging, maar ook een ongeluk/sportblessure kan de oorzaak zijn. Klachten bestaan uit een pijnlijke stijfheid met een typische uitstraling. Mensen omschrijven de pijn als “zeurend”, “beurs”, kiespijn”. Stress is de belangrijkste onderhoudende factor. Een spier die te lang en te hard gespannen is trekt ook harder dan normaal aan de aanhechtingpunten op het bot. Dat kan tot geïrriteerde aanhechtingen leiden, zoals bijvoorbeeld een tenniselleboog.

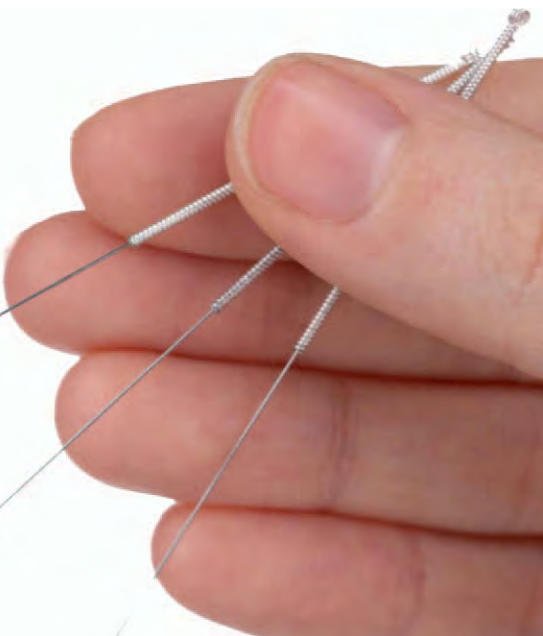
### Hoe werkt Dry Needling

Met Dry Needling, vertaald “droge naalden” (een dichte naald zonder vloeistof) kun je spierklachten met uitstralende pijn behandelen. Met een moeilijk woord heet dit “myofasciale pijn”. We behandelen de spierknoopjes in de pijnlijke spier. Door met een acupunctuur-naald de spierknoop te prikkelen kan de spier weer ontspannen. De naalden die we gebruiken zijn dezelfde naalden als bij acupunctuur, maar het is geen acupunctuur. Naast het behandelen van de spier is het heel belangrijk dat er op een goede manier bewogen wordt. Ook krijg je altijd een rekoefe-

ning mee voor de aangedane spier. Als de behandeling werkt merk je dit na 2 à 3 keer.

### Kosten

De Dry Needling behandeling valt onder gewone fysiotherapiebehandelingen. Er hoeft dus niet apart voor te worden betaald. Wij zullen het dus als fysiotherapie declareren wanneer u een aanvullende verzekering voor fysiotherapie heeft. Zonder aanvullende verzekering kost het bij ons de eerste keer 40 euro en elke volgende behandeling kost 30 euro.



Sint Mariastraat 75  
3014 SH Rotterdam  
[www.gcmariastraat.nl](http://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 /             | 010-4365530 |
| Mevr. R. Dam-Weststrate          |             |

### Na 17.00 uur of in het weekend:

Huisartsenpost SFG, 010-4669573  
Kleiweg 500, Rotterdam

### 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  
M A R I A S T R A A T

tandartsen  
mariastraat

PIET

Wij

Het zomert weer en dan kan de schuifpui naar de tuin wagenwijd open. Dat betekent niet alleen genieten van planten en bomen, maar ook van de burens. En burens heb ik in vele soorten. De kleinsten daarvan zijn naar mijn beleving wel de vogels. En onder hen staan de merels en de mezen mij het meest na. Ik vermoed dat het vaste bewoners zijn en dat zij zich met al die bomen in de omgeving in onze buurttuin erg op hun gemak voelen.

De merels zijn echter een beetje afstandelijk. Als ik in de grond loop te wroeten huppen zij, op zoek naar insecten en wormen, achter mij aan, maar verder bekommeren zij zich niet om mij. Wel zingen zij, vooral als de morgen naakt, de prachtigste liederen en voor mij zijn zij de baritons onder de gevleugelden. Niet dat gepiep en gegil van sopranen en tenoren zoals sommige kleine vogeltjes dat kunnen doen en ook niet het gebrom van bassen zoals kraaien

en eksters, maar het sonore geluid van de bariton. Zij zitten dan hoog in een boom en voor wie zij zingen weet ik niet maar ik verbeeld mij dat het voor mij is. En ik geniet er van. Maar het meeste wij-gevoel heb ik met een mees. Niet dat wij communiceren met elkaar, nee wij hebben een puur platonische relatie. Een relatie van elkaar geheel en al met rust laten. Hij (ik weet zeker dat het een mannetje is) hangt ook nu nog regelmatig aan een streng met verschillende nootjes waarvan ik dacht dat die al lang ‘oud bakken’ waren. Bovendien krielt het van de insecten maar moge-

lijk heeft hij daarnaast behoefte aan noten, zoals wij aardappelen en rijst bij vlees plegen te nuttigen. Hij hangt met zijn pootjes aan het netje bijna op grijp afstand, maar zonder dat wij dat ooit uitgesproken hebben met elkaar vreest hij mij niet. Zijn vrouwtje, waarmee hij meestal samen vliegt, doet wat angstiger aan en scharrelt wat rond op de grond onder de streng en doet zich tegoed aan kruimeltjes noot die hij voor haar laat vallen. Zo hoort het ook; de man gaat op jacht en zorgt dat vrouw en kinderen goed te eten hebben. Ik ben gek op mijn burens.

## Verborgene bedrijvigheid

**Hun werk is broodwinning maar ook passie. Ze kiezen voor het vrije vakman/vrouwschap of voor werkcombinaties. Ze hebben vaak geen etalage, wel een mooie website en de kenners weten hen te vinden. De Buurtkrant gaat op zoek naar de verborgene bedrijvigheid in de zijstraten van het Oude Westen. Nummer 41 vonden we op een grote zolderetage in de Gouvernestraat.**

## Job Trong Quoc Lee architect en stedenbouwkundige



De Gouvernestraat in de Gouvernestraat is een centrum van verborgene bedrijvigheid van het Oude Westen. Op de drie verdiepingen boven de theater- en filmzalen zijn zes creatieve bedrijven gevestigd, waaronder We Love The City, een stedenbouwkundig bureau dat maatschappelijke waarde wil toevoegen aan bestaande steden door samen met alle betrokken partijen een wijk, straat, gebouw of voorziening te bouwen of opnieuw in te richten en in te vullen. Job Lee is een van de acht medewerkers.

**Samen een stukje stad maken**  
‘Tijdens mijn studie aan de Technische Universiteit Delft leerde ik dat een architect gewoonlijk een opdracht krijgt om een gebouw of bouwblok te ontwerpen waarna een ontwikkelaar het aan de man brengt. Zo werkt het in de praktijk al een aantal jaren niet meer. Gemeentes, ontwikkelaars en woningcorporaties hebben weinig geld, de banken en beleggers zijn voorzichtig, en aspirant-kopers daarom ook. Dus men komt niet meer met opdrachten, maar met de vraag: hoe moeten we verder? In plaats van tekeningen en maquettes, gaan wij eerst de buurt verkennen en praten met bewoners en organisaties die het verschil kunnen maken om vervolgens met een strategische oplossing te komen. Er is grond of er is een leegstaand of slecht functionerende voorziening. Voor wie zou daar wat gebouwd of ontwikkeld moeten worden? Hoe kan dat financieel haalbaar gemaakt worden? En hoe vind je daar politiek draagvlak voor? Om antwoorden te vinden, moet je met veel partijen praten; bestaande organisaties en nog te creëren doelgroepen, waarmee je uiteindelijk samen een stukje stad maakt. Ik heb net het project ‘Plant je vlag’ in Nijmegen afgerond, waarin mensen in een nieuwe wijk een stukje grond konden kopen en een huis bouwen dat afgestemd is op hun portemon-

nee en woonwensen. Ik zou zo’n project graag ook in Rotterdam doen, gericht op mensen met een bescheiden inkomen en twee rechter handen. Mensen die veel zelf kunnen doen, en een netwerk hebben van handige mensen die kunnen helpen zodat de kosten laag kunnen blijven.’

**Proeftuin Feijenoord**  
Dat zelfbouwbuurtje zou Job het liefst realiseren in de wijk Feijenoord op het parkeerterrein tegenover de supermarkt in gebouw De Vijf Werelddelen. Hij kent de wijk goed van een ander project: Proeftuin Feijenoord, een gebruikersplan voor het gebouw van Buurthuis De Dam en de Nieuwe Persoonshal. De opdracht was om het gebouw af te breken en er iets nieuws voor in de plaats te zetten en daar financiering voor te zoeken, bijvoorbeeld door er commerciële partijen zoals horeca, een sportschool of een Turkse feestzaal bij te betrekken. ‘We begonnen met gesprekken met bewoners en die zeiden: ‘Mooi zo’n nieuw gebouw, maar wel raar om daar geld in te steken terwijl de groepen die er gebruik van zouden willen maken financieel juist worden afgeknepen.’

Om uit te zoeken hoeveel groepen feitelijk gebruik gaan maken van het gebouw als je het financieel en organisatorisch mogelijk maakt, zijn de bewoners en de gebruikers met het idee gekomen voor tijdelijk hergebruik, waarin vrijwilligerswerk een belangrijke rol speelt. Hoofdhuurlers zijn gesubsidieerde projecten zoals Children’s Zone, een programma voor kinderen tot 14 jaar dat gefinancierd wordt uit de pot van het Nationaal Programma Kwaliteitssprong Rotterdam Zuid. Minder draagkrachtige organisaties en groepen kunnen voor een maatschappelijke tarief van 4 cent per m<sup>2</sup> per uur een ruimte in het gebouw huren

en kunnen die huur betalen door vrijwilligerswerk te doen, zoals schoonmaakwerk, onderhoudswerkzaamheden, toezicht houden, voetbaltraining, kinderwerk en cursussen aanbieden. Deelnemers kunnen ook de ruimte betalen met de Zuiderling. Met dat vrijwilligerswerk en de werktrajecten voor jongeren kunnen de beheerkosten van het gebouw laag gehouden worden en het aanbod groeien. We hebben een aantal partijen gevonden die in de Raad van Advies zitten en op de lange termijn het vrijwilligerswerk willen gaan belonen, want er is natuurlijk wel geld nodig voor de huur, gas en licht en andere vaste lasten. De kosten per jaar zijn begroot op 465.000 euro. We zijn ook in gesprek met een zorgverzekeraar. Sport en bewegen drukken de ziektekosten, dus zo’n voorziening is voor hen een nuttige investering.’

*Men komt niet meer met opdrachten, maar met de vraag: hoe moeten we verder?*

Sinds deze nieuwe formule in werking is, is het aantal gebruikersgroepen gestegen van 20 naar 60; vooral sportclubs, jongerengroepen, migrantenorganisaties en vrouwengroepen. Elke drie maanden wordt de bezettingsgraad van het gebouw gepeild. Sinds oktober vorig jaar zit Job’s werk erop en is er een directeur aangesteld. Het werkplan Proeftuin Feijenoord (mogelijk interessant voor De Gaffel?) is te downloaden op [www.welovethecity.eu](http://www.welovethecity.eu).

**Vietnam**  
De kunst van het rekenen, ondernemen en met anderen op een nieuwe plek iets nieuws creëren heeft Job ook van huis uit meegekregen. Zijn ouders zijn beiden ‘bootvluchtelingen’ uit Vietnam en begonnen in Nederland een loempia-bedrijf dat uitgroeide tot een paviljoen in Dordrecht en twee karren in Vlaardingen en Oosterhout. Zelf groeide hij op in Spijkenisse. ‘Als kind had ik het daar goed, de middelbare schooltijd was minder door de harde jongerencultuur die daar toendertijd heerste. Ik vond de gebouwde omgeving lelijk, wat mij wel weer motiveerde om architectuur te gaan studeren. Bij We Love The City is mooie omgeving en gebouwen maken allereerst mensenwerk, complex en boeiend, waardoor ik hier langer werk dan ik vooraf voorzien had. Andries Geerse, de oprichter van We Love The City, heeft de coöperatieve aanpak geleerd in Brazilië. Zelf hoop ik ooit mijn vakkennis in te zetten in Vietnam.’



## Het voorhof van het Wijkpark

In de laatste dagen van haar bestaan heeft de deelgemeente Centrum geld vrijgemaakt voor de voorhof van het wijkpark. Het oorspronkelijke idee was om het hek aan de West-Kruiskade naar achteren te plaatsen. Dat leverde veel protest op. De argumenten daarvoor waren niet duidelijk en sommigen zagen veel nadelen aan zo’n verplaatsing. Daarom is besloten om te onderzoeken welke verbetering wel kan rekenen op een breed draagvlak.

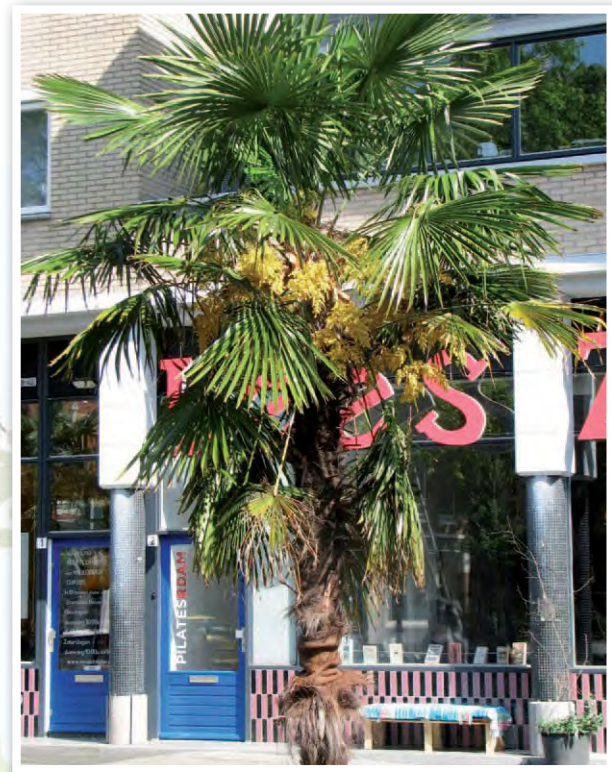
Op 8 mei werd een bijeenkomst belegd waarvoor mensen uitgenodigd waren die op een of andere manier een belang of mening hebben over de voorhof van het park. Het was een bont gezelschap van bewoners, ondernemers, ambtenaren en architecten. De bedoeling was niet om tot snelle conclusies te komen, maar om elkaar en de verschillende meningen te leren kennen. En dat is ook gelukt. Grofweg samenvattend bleken er twee gezichtspunten en invalshoeken te bestaan. Bewoners en bezoekers willen een rustig, veilig en vooral aantrekkelijk park. Ondernemers denken meer economisch en willen meer activiteit in de voorhof en meer openheid naar de West-Kruiskade, omdat dat meer bezoekers voor de West-Kruiskade op zou leveren. Ondanks deze verschillen is besloten om wat snel geregeld kan worden, ook snel gedaan moet worden. Zo moeten alle drie de poorten open in plaats van alleen die in het midden. De grote hoeveelheid fietsen vastgebonden aan het hek en de altijd aanwezige bakfiets is iedereen een doorn in het oog. Het niet gebruikte plakbord moet weg. Ook zou er deze zomer een aantal activiteiten georganiseerd kunnen worden.

Het laatste besluit van de bijeenkomst was om op 22 mei een bijeenkomst in het park te houden om ter plekke met zijn allen de situatie in ogenschouw te nemen. Hoewel er bij aanvang een stortbui losbarstte, werd het toch een bijzonder geanimeerd gebeuren. Zowel de vergadelaars als voorbijgangers gaven aan de hand van een schets van de voorhof hun mening over zaken als toegankelijkheid, bestrating, aantrekkelijkheid, enz.

De opbrengsten van de twee bijeenkomsten worden nu verwerkt door een team van ontwerpers van zowel gemeente, uit de wijk als daarbuiten. Resultaat daarvan moet een aantal ideeën en mogelijkheden zijn om de voorhof aan te passen. Ook nu weer niet om snel tot definitieve ontwerpen te komen. Deze schetsen moeten inspiratie leveren om uiteindelijk tot oplossingen te komen waar iedereen zich in kan vinden. De volgende bijeenkomst is begin juli.

En nu is het nog spannend hoe snel het gaat met de poorten, de bakfiets en het plakbord. De eerste klap is toch een daalder waard!

**Heb je nog een idee of zou je zelf een activiteit willen doen in de voorhof deze zomer? Meld dat dan in de buurtwinkel, Gaffelstraat 1, 010 4361700 of de Alliantie West-Kruiskade, 1e Middellandstraat 16b, 010 4369131. Eventueel is een beperkt budget beschikbaar.**



Winterharde palm op het Rijnhoutplein

door Anna Penta groenoudewesten@mail.com

aan,' wijst hij. 'Maar omdat ze de tegels omhoogdrukken, zijn ze niet zo populair meer.'

Een andere omstreden stadsboom is de linde – de boom die zijn naam heeft gegeven aan de beroemde Duitse boulevard Unter den Linden – die we tijdens ons rondje telkens weer zullen tegenkomen. De linde is een belangrijke boom voor bijen en hommels, maar de boom is ook gevoelig voor luizen die het plantensap opzuigen en een deel van de suikers uitscheiden in de vorm van honingdauw. Voertuigen die onder de boom staan geparkeerd krijgen zo een kleverig laagje, een paar weken maar want dan neemt de honingdauw af. Toch zijn om deze reden al heel wat straten van hun linden ontdaan. Lyckle vertelt hoe autobezitters in zijn wijk tot tweemaal toe een gratis bon voor de wasstraat van de gemeente kregen, maar dat de bomen uiteindelijk toch moesten wijken.

#### Platanen

Met Isolde sta ik aan het Kruisplein. Ze vertelt dat hier acht jaar geleden veel bomen zijn verdwenen. We bekijken de nieuwe bomen die de ontwerpers van het plein hebben uitgekozen: speciaal gekweekte 'gegaffelde platanen', dat wil zeggen platanen die in een soort V-vorm groeien. Isolde vertelt ook dat platanen 'ecologisch steriel' zijn, wat wil zeggen dat de van oorsprong uitheemse soort zo goed als geen insecten, en dus geen vogels, aantrekt (dit in tegenstelling tot bijvoorbeeld de inheemse eik, waar meer

dan 400 insectensoorten op afkomen). Voordelen van de plataan, niet voor niets een populaire stadsboom, zijn er echter ook: de soort is heel sterk, is bestand tegen luchtvervuiling en laat zich goed verplanten.

We lopen over de Westersingel, langs gewone esdoorns en platanen – waaronder de meer dan een eeuw oude Breytenbachplataan met z'n stamomtrek van ruim vijf meter –, en linden en zilveresdoorns. We slaan af naar de Rochussenstraat en lopen langs nog meer platanen afgewisseld met haagbeuken, zilveresdoorns, valse christusdoornen, berken en de gekweekte variant daarvan,

de treurberk. Bij de eerste kruising slaan we rechts af. De Mathenesserlaan is ingericht volgens het principe van een 'laanstructuur', met één enkele boomsoort voor een laanidee, platanen in dit geval. Bij de hoek Breitnerstraat blijven we even kijken naar de vreemde vorm van de hemelbomen. 'Dutch lollipops', noemen de Engelsen deze snoeiwijze: opgekroonde bomen waarvan veel of zelfs alle zijtakken zijn verwijderd zodat enkel de kroon overblijft – dit om klachten over takken tegen ramen of verduistering te voorkomen.

#### Elke boom is uniek

'A fool does not see the same tree a wise man sees', is een gezegde van de Engelse dichter William Blake (1757-1827). Waarmee wordt bedoeld dat iedereen de wereld om zich heen op z'n eigen manier beschouwt, afhankelijk van factoren als opleiding, cultuur en persoonlijke ervaringen. Hetzelfde zou kunnen opgaan voor bomen: geen twee bomen zijn gelijk, vooral als ze ouder worden en hun eigen weg



Vleugelnoot (1920) in het Wijkpark.

op groeien. Dit geldt zeker voor de drie vooroorlogse bomen in het Wijkpark, die tot de oudste van de wijk horen. We staan erbij en kijken ernaar, ietwat onder de indruk van de eerbiedwaardige oude bomen. Het gaat om een gewone plataan (*Platanus x hispanica*), een witte paardenkastanje (*Aesculus hippocastanum*) en een gewone vleugelnoot (*Pterocarya fraxinifolia*). Elk van deze bomen is in 1920 aangeplant, destijds nog in de tuin van het Sint-Antonius. Isolde benoemt nog wat andere bomen in hetzelfde park, soms haar bomengids erbij pakkend voor meer zekerheid, terwijl ikzelf af en toe de app 'Bomenspotter' raadpleeg. Het gaat om bomen die je niet snel in het straatbeeld zult tegenkomen, zoals een reusachtige Hongaarse eik, een mooie es en een fraaie rode beuk.

#### Bomen beschermen tegen de stad

Michiel Rexwinkel is bestuurslid van de Bomenridders. Ik had hem enkele weken geleden al gevraagd een rondje mee te lopen, en zijn toezegging komt ten slotte onverwacht. Vlak voor de deadline van de buurtkrant ontmoet ik hem op de West-Kruiskade, met z'n acacia's waar de feestverlichting nog in hangt. Ik vraag Michiel wat over deze soort te vertellen. 'Acacia's zijn prima stadsbomen die niet te groot worden en zich perfect aanpassen. Deze staan er ook goed bij: de boomspiegel is groot genoeg en er is een beugel rondom gezet tegen schade door auto's.' Overigens trekt de exotische acacia ondanks zijn zoetgeurende bloemen in West-Europa ook nauwelijks insecten aan.

Langs de rij meidoorns (goed voor 209 insectensoorten) in de Batavierenstraat lopen we naar de Diergaardesingel, waar werkzaamheden plaatsvinden. Michiel legt uit dat in de Standaard Besteks-bepalingen van de gemeente Rotterdam staat dat het uitvoerend bedrijf verplicht is de bomen in de omgeving te beschermen. Daar wordt in dit geval bij lange na niet aan voldaan: slechts één boom, een kleinbladige linde, is rondom voorzien van houten latten. Een van de onbeschermden bomen, een plataan, heeft al een forse beschadiging opgelopen, en dicht tegen deze boom aan ligt

zwaar materiaal, ook verboden in verband met wortelbeschadiging (ik zal hierover thuis een klacht indienen bij de gemeente). En dan kijkt Michiel op zijn horloge, hij is een drukbezet man, dus met de bouwwerkzaamheden rond kwetsbare bomen aan het Weena eindigt het 'rondje bomen' door het Oude Westen.

**WOODMAN, spare that tree!**  
**Touch not a single bough!**  
**In youth it sheltered me,**  
**And I'll protect it now.**

George Pope Morris,  
'Woodman, spare that tree!' (1837)



Beschadigde plataan met zwaar materiaal op het wortelgestel - Diergaardesingel.

*I think that I shall never see  
A poem lovely as a tree.*

*Poems are made by fools like me,  
But only God can make a tree.*

Joyce Kilmer, 'Trees' (1914)

Bomen vormen een eindeloze bron van inspiratie in de literatuur. Door de eeuwen heen zijn er verwijzingen naar al dan niet specifieke boomsoorten gemaakt, met als bekendste wel de boom van kennis van goed en kwaad in de Hof van Eden. Je zou dan ook kunnen stellen dat bomen aan de bron van het leven staan, en zelfs essentieel zijn voor het leven zelf. Niet alleen produceren ze zuurstof, ook houden ze fijnstof vast en gaan met hun wortelstelsel wateroverlast tegen. Verder zorgen ze op warme dagen voor schaduw, worden ze gebruikt als geluidsbarrière en zijn ze 'een supermarkt en een flatgebouw voor dieren, insecten en vogels'.

Toch ziet niet iedereen de waarde van bomen, waardoor er in verschillende steden noodgedwongen zoiets als Bomenridders bestaan. Deze 'ridders' strijden voor het behoud van bomen en ander groen en proberen mensen bewust te maken van het belang daarvan. Lyckle Aardema werkt al twee jaar intensief met de Rotterdamse ridders samen, hij vindt zichzelf wel een beetje een 'activist'. Isolde van Overbeek is bestuurder van de stichting. Met beide loop ik een rondje door de wijk.

#### Bomen in het Oude Westen

Lyckle vindt dat er in het Oude Westen een enorme variëteit aan bomen is te vinden, van de winterharde Aziatische palmboompjes (*Trachycarpus Fortunei*) op het Rijnhoutplein tot de in 1975 geplante gewone of schijnacacia's (*Robinia pseudoacacia* 'Bessoniana') langs de Nieuwe Binnenweg. 'Er staan hier veel robinia's, die zijn prachtig grillig, er is niets recht



Bloeiende acacia aan de West-Kruiskade.



De treurberk is een gekweekte soort - Rochussenstraat.