



2 Van de straat geplukt:
Soraya Bouroukba



3 Geveltuinen
Schiebaanstraat

Pagina 4,5 en 6:

Nieuws van de instellingen in de wijk

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



'Een happy cliënt, daar doe je het voor'



7 Verborgen Bedrijvigheid
Nelleke Camfferman



www.aktiegroepoudewesten.nl

Blijf je hier nog wonen?



Ten tijde van de stadsvernieuwing in de jaren 70-80 hadden veel bewoners in het Oude Westen een zelfde belang: een goed huis met een eigen wc en douche en een betaalbare huur. Op de wijkvergaderingen in Odeon kwamen veel mensen om te luisteren en hun

mening te geven. De hele wijk stond op zijn kop, er ging veel op de schop. Woningcorporaties moesten gewoon uitvoeren wat door de buurtbewoners in overleg met de gemeente besloten was. Dertig jaar later zijn de verhoudingen totaal omgekeerd. Omstreeks 2000 is de

nieuwe Unie/Woonstad eenzijdig met de herstructurering begonnen: het opknappen van verwaarloosde panden om ze vervolgens in de verkoop te doen.

In de Zijdewindestraat werden nieuwe koopwoningen gebouwd en

in de Akeleistraat/Zijdewindestraat werden woningen opgeknapt en verkocht. De zittende huurders kregen het nog net voor elkaar dat er zes huurders konden terugkomen en dat diegenen die naar een andere woning in de buurt verhuisden geen extra huurverhoging moesten betalen. Hoewel dit project niet vlekkeloos verliep, waren mensen blij met de opgeknapte woning. Ook de mensen die een woning kochten en zelf hebben verbouwd zijn tevreden.

Geen keuze

Ruim tien jaar later is de renovatie van de Sint-Mariastraat in volle gang en is de sloop van een deel van de Bajonet/Adrianastraat begonnen. In de Sint-Mariastraat zijn ook drie panden voor huurders behouden. In sommige huizen wonen jongeren die circa € 470,- huur betalen voor een kleine etage. Alle zittende bewoners zijn vertrokken; onder andere vanwege de hoge huren en het verloop van deze herstructurering. Hoewel de Gemeenteraad en de vroegere Deelraad vaststelden dat de bewoners niet voldoende waren gehoord en betrokken in de plannen van

Woonstad, oordeelde de rechter dat alles gewoon door kon gaan.

Nu is de Bajonet/Adrianastraat blok 3 aan de beurt. Alle huizen in dit blok worden gesloopt, want er komt een parkeergarage met koopwoningen erboven. Alle bewoners zijn uitverhuisd. Zo'n 60 % van hen wilde en kon in de wijk blijven wonen. Sommigen zijn blij met hun nieuwe huis, maar iedereen vindt de nieuwe huur erg hoog. En er was geen keuze: mensen moesten hun huis uit en hun burens, die ze soms al veertig jaar kenden, gedag zeggen. Je hele sociale leven heeft te lijden onder een aardbeving. Ook dit proces liep bepaald niet perfect. Een paar voorbeelden. Iemand van zeventig die op de eerste etage woont, wil graag naar een benedenwoning, maar er wordt een woning drie hoog aangeboden. Iemand anders wil een woning met een dichte keuken, maar krijgt keer op keer een woning met een open keuken aangeboden. Sommige mensen hebben ruim de tijd gehad om te verhuizen en er zijn oudere mensen geholpen met verhuizen, maar de laatste mensen

vervolg op pagina 3

Toekomst bewonersorganisaties onduidelijk

Met het verdwijnen van de Deelgemeente en de overgang naar gebiedscommissies, is in een hele reeks regelingen en afspraken vastgelegd wat de plaats van deze gebiedscommissies is binnen de Gemeente Rotterdam en wat haar verantwoordelijkheden en taken zijn richting de bewoners van haar gebied. Door particuliere opvattingen van politici dreigen bestaande bewonersorganisaties toch nog tussen wal en schip te vallen.

Alles leek duidelijk. De gebiedscommissies hadden de taak ervoor te zorgen dat bewoners konden meedelen en meedoen ('participeren') in het beleid van de Gemeenteraad. De politiek, de ambtenaren hebben de opdracht om goed te luisteren naar wat de Rotterdammers willen en hoe we daar met zijn allen aan kunnen werken. Ze moeten 'Rotterdammer gericht' werken.

De pot van de gebiedscommissies

De Gebiedscommissie heeft een pot geld gekregen, dat genoeg zou moeten zijn voor bewonersinitiatieven, kransen leggen, met een bloemetje op bezoek gaan bij 100-jarigen. Organisaties en netwerken van bewoners die gehuisvest zijn in gebouwen en al jarenlang subsidie kregen van de Deelgemeente zouden niet uit dit potje betaald worden. Zo stond het -niet letterlijk- zwart op wit. Maar nu is er iets raars aan de hand. De

afspraken en regelingen die door de Gemeenteraad zijn aangenomen, worden anders uitgelegd. Je zou ook kunnen zeggen: ze worden politiek misbruikt. Het gevolg is dat de Aktiegroep nu nog niet weet, hoe ze vanaf 1 januari hun vaste kosten moet betalen.

Op 29 mei heeft de Aktiegroep de subsidieaanvraag voor 2015 de deur uit gedaan. Het aangevraagde bedrag van €192.850,- is onder meer voor kosten van huisvesting (huur/gas/water/schoonmaken), telefoon, internet, drukwerk; en activiteiten als de Buurtkrant, het dierenhof, zomerfeest, nieuwjaarfeest; en voor personeelskosten: een administratieve kracht voor 16 uur en 36 uur opbouwwerk. Op deze aanvraag moet binnen 6 weken gereageerd worden door de Gemeente. Toen we in augustus navroegen waar de reactie bleef, bleek dat er binnen het

gemeentelijk apparaat verwarring was over de vraag, wie over onze aanvraag een besluit moest nemen. Niemand was op het idee gekomen om ons dat te laten weten.

Politieke opvattingen over bewonersparticipatie

We kwamen erachter dat volgens een nieuwe opvatting netwerken van bewoners en hun organisatie wel onder verantwoordelijkheid van de Gebiedscommissie vallen. Het is dan natuurlijk wel vreemd dat er niet voor gezorgd is dat er in het potje van de Gebiedscommissie voldoende geld zit om zowel de bewonersinitiatieven als de bewonersorganisaties te kunnen betalen. Als je dat niet regelt, zet je feitelijk de Gebiedscommissie op tegen haar bewoners. Want als zij bewonersorganisaties financieel steunen, blijft

vervolg op pagina 3

punkkomma muziek

IN DE BAN VAN DE RING

DICHTERS ; BOKSERS ; MUZIKANTEN ; DANSERS

NADIA LAMAALAM & NATALIE DUPON
SPOKEN WORD

JOOP VAN DEN BOS 'DE WILDE BIZON'
GEDICHTEN

THAIBOKSSCHOOL 'HET OUDE WESTEN' VS FRISO VAN WIJCK DRUMS
SANDOR KEM CONTRABAS

DANSSCHOOL MOVES & ANDRO BISWANE GITAAR

DANIEL DEE STADSDICHTER | SINGPHONY VOCAL GROUP

NISRINE OUALAID & RICHARD DE BOER PRESENTATIE

LEESZAAL
Rijnhoutplein 3
3014 TZ Rotterdam

DONDERDAG
20 NOVEMBER, 19 - 22 UUR

ENTREE 5 EURO

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

van de straat geplukt...

“Er gebeuren mooie dingen in het Oude Westen en dat willen we laten zien.” Aan het woord is Soraya Bouroukba. Soraya is bijna zestien jaar en zit in het vierde jaar van de GK van Hogendorp-school in Delfshaven. Ze is één van de vier leden van de Crew Oude Westen, ooit ontstaan uit de meidenclub op het Adriana-plein.

Crew Oude Westen organiseerde onder andere in samenwerking met TOS (Thuis op Straat) en MEION Jongerenwerk een voetbaltoernooi in de wijk, daar ontstond de naam: ‘Crew Oude Westen’. “Om te laten zien dat we bij elkaar horen, stond dat op onze shirts en die naam is blijven hangen. We hadden veel ideeën over hoe je de wijk veiliger en leuker kan maken. Opbouwwerker Natalie hielp ons door uit te leggen hoe we projecten konden organiseren en dingen konden regelen. In het begin was zij degene die ons bij elkaar riep en de vergaderingen voorzat. Inmiddels kunnen we zelf veel dingen bedenken, opschrijven en regelen. We kunnen een plan van aanpak maken en vragen Natalie om er naar te kijken en eventuele verbeteringen voor te stellen. Natalie is voor ons een soort mama van de Crew. Zij organiseerde bijvoorbeeld weerbaarheidsbijeenkomsten voor ons. Daarna hebben we een aanvraag gedaan voor een weekend over dat onderwerp. We gingen naar Noordwijk met vijftien meiden uit de wijk. Dit was een succes en we wilden dit graag nog een keer doen. We hebben hiervoor een plan geschreven en op een bijeenkomst met politie en de burgemeester gepresenteerd. Die vondten het een goed idee en daardoor konden we



Soraya Bouroukba

duus een tweede keer. We zijn toen verder gegaan op het thema seksueel grensoverschrijdend gedrag. Hoe kom je voor jezelf op en hoe zorg je ervoor dat je je grenzen goed aangeeft?

Hard werken

Het ziet er misschien uit alsof wij alleen maar leuke dingen mogen en kunnen doen, maar het is hard werken. Een leuk idee hebben is belangrijk, maar om dat te kunnen uitvoeren, moet je met elkaar overleggen, geld regelen, contacten

leggen met mensen die jou verder kunnen helpen en er tijd in steken. Soms zijn we met z'n vieren na school in de Buurtwinkel van vier tot acht aan het bedenken, bellen, schrijven en overleggen. Als je iets wilt dan moet je het doen en om iets te bereiken moet je wel een beetje rennen! We proberen niet te lang na te denken over de stappen die we moeten zetten, is het wel goed? Kan dit wel? Dan ga je alleen maar twijfelen en dat moet niet, dus we gaan gewoon aan de slag. En als we thuis zijn, gaan we soms

door met regelen en bedenken via What's App.

Natuurlijk is er naast hard werken ook tijd voor leuke dingen. Als we een paar uur achter elkaar hard bezig zijn geweest worden we een beetje melig en gaan dan grappen uithalen met elkaar of Natalie. Ook in onze vrije tijd zoeken we elkaar veel op. De andere meiden zijn mijn buurmeisjes, dus we brengen veel tijd met elkaar door. Als we door de wijk lopen en we zien een probleem dan proberen we altijd te helpen met een oplossing zoeken. Daarbij is het belangrijk dat je een verhaal van alle kanten hoort en begrip en respect voor

elkaar creëert. Met vriendelijk zijn en naar de ander luisteren bereik je al een hoop. Anderen noemen ons wel eens de vier musketiers. Mijn familie is trots op de dingen die ik doe. Ze vertrouwen mij en ik vind het belangrijk dat ik dat vertrouwen niet misbruik, dat heb ik al van jongs af aan. Ik doe wat ik wil, veel mensen verwachten dan negatieve dingen, maar doordat ik rekening houd met anderen en respect heb, gebruik ik dat op een positieve manier. Dat weten zij en doordat ik dingen bereik, kunnen zijn trots op mij zijn. Ik ben geen denker, maar een doener!

“Met vriendelijk zijn en naar de ander luisteren bereik je al een hoop”

Kanker

In de toekomst zou ik met de crew graag in samenwerking met het Sophia Kinderziekenhuis een bijeenkomst organiseren over kanker. Vaak wordt kanker nu gebruikt als scheldwoord en weten jongeren niet dat het een ziekte is met veel vervelende gevolgen. Wij zouden graag zien dat zij weten wat zo'n scheldwoord inhoudt en dat mensen gaan nadenken voordat zij het gebruiken. Als we ouder worden, zullen we misschien geen onderdeel meer zijn van de Crew Oude Westen, het is ook goed als een jongere generatie, zoals onze zusjes, dit kunnen overnemen. Maar wat er ook gebeurt, ik vind het belangrijk om mij in te blijven zetten voor de wijk.”

Tip van tante Aziza

Soms krijg je wel eens een aanbieding die je beter kunt laten lopen. Gratis cadeau voor uw nieuwe baby! Open een rekening bij een bank. Geld om erop te zetten heb je niet, maar je krijgt wel een cadeautje. Totdat de nieuwe rekening geopend is en je per maand administratiekosten moet betalen. Je betaalt je cadeau dus zelf terug. Niet doen dus!

Vernieuwde website Oude Westen vraagt hulp en info

De afgelopen maanden heeft de website redactie, samen met bureau Slik, de website van de Aktiegroep vernieuwd. Hij wordt opgebouwd in Wordpress, een gebruiksvriendelijk systeem dat je zo onder de knie hebt. Op dit moment worden de

puntjes op de i te zetten; daarna moeten de digitale Buurtkranten, de Hiero's en de nieuwsberichten worden overgezet. De redactie is op zoek naar nieuwe redactieleden die daarbij kunnen helpen: enthousiaste mensen die al met wordpress werken of dit willen leren.

De bedoeling is dat op de nieuwe website

ook informatie komt van de verschillende werkgroepen en zelforganisaties in de wijk. Algemene informatie over de werkgroep en berichten over activiteiten. Deze info zal in de menubalk te vinden zijn onder de knop 'groepen'. Wil je meehelpen met de website of informatie doorsturen, mail dan naar natalie@aktiegroepoude-westen.nl of bel 0641298950.

De geschiedenis van Het Oude Westen in 1000 voorwerpen

(14) Het hek

Een open en gastvrije wijk, dat was het ideaal in de tijd van de Stadsvernieuwing, de jaren 70 van de vorige eeuw. Toen de uitvoering van de wijkvernieuwing vorderde, bleek het Oude Westen echter vol met hekken te staan. Dat lijkt met elkaar in tegenspraak. Toch kun je ook de stelling verdedigen dat hekken soms de toegankelijkheid vergroten en een beter gebruik mogelijk maken. Het hek van het Wijkpark is daarvan een voorbeeld.

Het lijkt vanzelfsprekend dat meer groen in de wijk, een parkje, onderdeel van de vernieuwingsplannen was. Maar in de jaren zeventig en tachtig dachten veel bewoners daar anders over: een park, dat zou alleen maar overlast geven van junks en inbrekers, van hangjongeren, van honden(poep), brommers. Ze waren eigenlijk niet zo enthousiast over het idee

, soms zelfs tegen. Er is toen uitgebreid gepraat over oplossingen, over voorwaarden waaronder een park wel goed zou kunnen functioneren. Geen auto's, brommers en fietsers, geen honden in het park. Projecten en activiteiten in het park, waardoor er vanzelf sociale controle zou zijn. Een goede regeling voor het schoonhouden en het groenonderhoud. En...een hek dat 's avonds op slot gaat. Het is er allemaal gekomen en het droeg allemaal, zeker ook de hekken, bij tot een veilig park waar goed gebruik van gemaakt kan worden.

De letters op het hek waren er niet van het begin af aan, en ook daar zit een verhaal aan vast. Toen het beeld van de Reus van Rotterdam in het park geplaatst was stelde Sander de Kramer, die veel moeite gedaan had voor het standbeeld, voor om meteen maar het hele parkje naar de Reus van Rotterdam te vernoemen. Vanuit de wijk was men enthousiast over het beeld, maar die voorgestelde naamgeving riep veel protest

op. De naam “Wijkpark Oude Westen” was niet zomaar een naam: de naam dekt volledig de lading: een park voor en door de wijk, waar verder iedereen welkom is. Eerder werd het park al eens aangeduid als Nighttown-park en Gouvernepark, tot ergernis van de bewoners. Om zulk gedoe in de toekomst te voorkomen werd een aanvraag gedaan bij de straatnamencommissie om de naam Wijkpark Oude Westen officieel toe te kennen. Maar dat bleek helemaal niet nodig. De commissie antwoordde dat die naam al van het begin af aan de officiële naam was. Na het 25-jarig bestaan van het park is de



naam in mooie letters op de hekken geplaatst, zodat niemand meer hoeft te twijfelen over de naam van het park aan de West-Kruiskade: Wijkpark Oude Westen.

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:

Petra van den Berg, Anne Bode, Corrie Kreuk, Wilma Kruger, Heleen van der Linden en Gina Thijssen

Productie: Jim van der Put

Fotografie: Marianne Maaskant e.a.

www.aktiegroepoudewesten.nl

COLUMN VAN

Hannie

Vandaag weer een heftige discussie met mijn zus gehad. Hoe kan het ook anders. Wij zijn als dag en nacht, maar ik kan er niet onder gebukt gaan. Het is wel eens goed om bij tijd en wijle de degens te kruisen. Hoewel, soms word ik er ook wel eens moe van.

Deze keer ging het over de wijk-tuin, achter in het Oude Westen Park. Het ligt daar wat verscholen en je zou willen dat er meer mensen van komen genieten en om er wat tuinwerk te doen. Anderzijds is het een oase van rust. Het valt niet mee om altijd maar de juiste balans tussen activiteit en rust te vinden.

Ik was er in de morgen geweest om van een kopje thee in de buitenlucht te genieten en te zien of ik met iets zou kunnen helpen. Mijn zus Ans vroeg of ik zelf geen thee kon zetten en of ik het nodig vond om daar mijn handen vuil te maken. "Dat is toch typisch mannenwerk", was haar conclusie.

De discussie die op dit moment woedt over de positie van de vrouw in de samenleving en in het bijzonder in het bedrijfsleven is aan haar volslagen voorbij gegaan en zij hanteert nog de opvatting dat de vrouw in principe achter de wastobbe en aan het aanrecht thuis hoort en verder voor de kinderen zorgt. De buitenshuis werkende vrouw is haar een gruwel.

Die ouderwetse opvatting van de taakverdeling tussen mannen- en vrouwenwerk is de kern van het probleem. Veel mannen lijken nog steeds de opvatting te hanteren dat de manier waarop mannen zaken aanpakken het enige juiste en zaligmakende uitgangspunt is en dat vrouwen zich daar vaak te weinig bij zouden kunnen aanpassen. De gedachte dat een vrouwelijke benadering als uitgangspunt ook interessant zou kunnen zijn, past niet in hun denkpatroon. In dit opzicht is 'aanpassen' niet hun sterkste kant.

Ans zal voor deze discussie de barricaden niet op gaan. En vuile handen passen haar ook niet.

Toekomst bewonersorganisaties onduidelijk

vervolg van de voorpagina

er niet genoeg geld over voor bewonersinitiatieven. De Gebiedscommissie Centrum heeft een potje van circa € 450.000. Van dit geld zou in deze nieuwe opvatting € 60.200 naar wijkorgaan Stadsdriehoek gaan, € 12.000 naar Spirit 55+ en € 192.850 naar de Aktiegroep. Bij elkaar opgeteld ongeveer 60% van het hele budget. Gebiedscommissie Centrum zou daardoor weinig overhouden voor hun belangrijkste taak: het organiseren van participatie via bewonersinitiatieven, zoals Opzomeractiviteiten, de aanleg van een geveltuint, fietsenstalling, organiseren van straat- of buurtactiviteiten, vrouwenactiviteiten enz. enz. Het gaat hier om kleine, maar ook grotere bedragen van meer dan € 10.000,-. De admi-

nistratieve kracht van de Aktiegroep speelt hier een belangrijke rol, omdat zij de financiële verantwoording voor de meeste bewonersinitiatieven doet, omdat veel mensen dit te ingewikkeld vinden en dit geld niet op hun rekening willen hebben staan.

Om te weten waar deze nieuwe opvatting vandaan komt, moet je je oor te luisteren leggen op bijvoorbeeld de vergadering van de commissie Gebieden van de Gemeenteraad. Daar hoor je sommige politici zeggen dat participatie van bewoners niet veel mag kosten. Bij het woord subsidie reageren ze als door een wesp gestoken; en als het over bewonersorganisaties gaat, slaan ze volledig door. Zo vertelt iemand van Leefbaar dat er bewo-

nersorganisaties zijn die wel erg veel geld krijgen, terwijl er ook bewoners zijn die dag en nacht vrijwillig bezig zijn, voor noppes dus.

Zo'n politicus snapt er echt niets van. De Aktiegroep is een bewonersorganisatie met een netwerk van vele mensen die zich dag en nacht vrijwillig op allerlei manieren inzetten en dat al meer dan 40 jaar, zeven dagen in de week. De kosten die de Aktiegroep heeft, zijn de buurtwinkel als onderkomen, waar computers staan en bewoners bij elkaar kunnen komen en met vragen binnen kunnen lopen. De professionele ondersteuning zorgt ervoor dat er nieuwe groepen gevormd worden, zodat mensen niet alleen maar klagen maar vooral iets doen.

Er is nu een vage toezegging van wethouder Visser (financiën) om te kijken of het mogelijk is om som-

mige gebiedscommissies eenmalig extra geld te geven voor 2015 om hun bewonersorganisaties te ondersteunen. Verder hebben alle voorzitters van de gebiedscommissies gezamenlijk een brief geschreven naar de Gemeenteraad, waarin ze hun verbazing uitspreken over de discussie over het geld voor de bewonersorganisaties. Als dit zo door gaat, kunnen de gebiedscommissies hun werk niet naar behoren doen en worden de bewonersorganisaties die er nog over zijn willens en wetens de nek omgedraaid. Nu is de gemeenteraad aan zet. Als zij er niet voor zorgt dat de bewonersorganisaties gewoon kunnen doorgaan met hun vrijwillige inzet, dan kunnen we het idee van Rotterdammergericht werken niet meer serieus nemen. Mooie vlag maar de lading stinkt!



Geveltuinten Schietbaanstraat

De voorbereidingen waren al gedaan door Wolbert van Dijk en vier jongeren van de praktijkschool. Alle planten stonden daarom, ontdaan van hun potje, om 12.00 uur al klaar om door enkele bewoners en mensen van de Bavo, Pameijer, de Praktijkschool, Gebiedscommissie en Aktiegroep in de grond gezet te worden.



Polonaise tegen eenzaamheid

Het was erg gezellig op de muzikale middag in het kader van de 'week tegen eenzaamheid' op 23 september in het wijkgebouw aan de Kipstraat. Er waren haast 100 bezoekers en het kwam zelfs tot een polonaise.



Podium Tussentuin aan de Maas

Het podium van de Tussentuin aan de Gaffelstraat is als bouw-pakket verhuisd naar de Tuin aan de Maas aan de Mullerpiet in het Lloydkwartier. Met het hout van de gekapte boom van tante Anna wordt een boomhut annex podium in de Bajonetuin gebouwd, ook weer begeleid door architect/ontwerper Ruud Brugghe.

Blijf je hier nog wonen?

vervolg van de voorpagina

werden - door met de rechter te dreigen - gedwongen om zo snel mogelijk het huis te verlaten. Maar het allerergste was de overlast van sommige studenten, die tijdelijk anti-kraak gehuisvest waren in de leeggekomen woningen. In sommige portieken was er elk weekend 'feest' met harde muziek en dronken en kotsende burens op het balkon. Hierover klagen bij Woonstad hielp niet.

Tijd nodig voor een goede beslissing

Heeft Woonstad hiervan geleerd? De toekomst zal het leren, want volgend jaar is een ander deel van de Bajonetstraat aan de beurt. In dit blok 4 vanaf de Kogelvangestraat tot een stuk nieuwbouw moeten koop-kluswoningen komen. Voor de bewoners van dit stuk Bajonet breekt er een moeilijke tijd aan. Ze moeten nadenken wat ze willen terwijl ze in advertenties hun eigen woning opgepimpt te koop zien staan. Sommige willen wellicht al jaren weg, anderen willen graag van een bovenwoning naar een begane grondwoning, weer anderen willen het liefst blijven op dezelfde plek of in dezelfde straat omdat ze al jarenlang goed met de burens op kunnen schieten. Ze hebben een sociaal netwerk waar ze op kunnen rekenen en wat nu dreigt te verdwijnen. Deze mensen moeten de

tijd krijgen en nemen om een goede en verstandige keuze te kunnen maken. Het is te hopen dat Woonstad laat zien dat ze heeft geleerd wat er zoal mis kan gaan in dit soort ingrijpende projecten en dat ze bereid is om beter te luisteren naar wat de bewoners vragen.

In de samenwerkingsovereenkomst van Woonstad met de Gemeente Rotterdam van 15 april 2014 is als doel van Woonstad vastgelegd om wijken te verbeteren en bewoners sociaal te laten stijgen. Hier horen ook participatie en burgerkracht bij. Naast de goede dingen die op dat terrein gebeuren zoals het - samen met bewoners - opknappen van een aantal binnenterreinen, wordt er op het gebied van de herstructurering nog steeds maar één koers gevaren: wat Woonstad heeft bedacht, moet uitgevoerd worden. Wellicht kost het gewoon meer tijd om met bewoners en Woonstad samen tot een andere aanpak te komen. Dus hoe eerder bewoners echt kunnen participeren, hoe beter het is. Dit geldt niet alleen voor de mensen in de Bajonetstraat. Ook de mensen in de Gouverneestraat boven Odeon zullen zich af moeten gaan vragen wat ze willen en niet wachten totdat in 2017 Woonstad met een uitgewerkt plan voor de deur staat.

Aanschuifmaaltijden

AANSCHUIFMAALTIJDEN zijn maaltijden van bewoners voor bewoners. Gezonde maaltijden voor een bescheiden prijs (van € 3,50 tot maximaal € 5,00), georganiseerd op verschillende momenten en op verschillende ontmoetingsplekken in het Oude Westen, Middelland en Nieuwe Westen. Zorgvrijstaat Rotterdam West wil bewoners verbinden en krachten bundelen om zo samen voorzieningen in zorg en welzijn op te vangen die dreigen weg te vallen. Onder de vlag van "Aanschuiven!" werkt de Zorgvrijstaat aan een eet-infrastructuur. Sinds de Zorgvrijstaat Rotterdam West in mei met

'Aanschuiven!' is begonnen, zijn al ruim 120 maaltijden georganiseerd in de wijken Oude Westen, Middelland en Nieuwe Westen, en hebben al meer dan 1.000 buurtbewoners meegegeten. Allemaal mogelijk gemaakt door actieve buurtbewoners en -organisaties. Gemiddeld wordt er per week op 9 verschillende plekken in Rotterdam West gekookt.

Mail ons op zorgvrijstaat@gmail.com

of volg ons op

www.facebook.com/zorgvrijstaat en

www.twitter.com/zorgvrijstaat.

www.facebook.com/zorgvrijstaat.

AANSCHUIVEN!

NOVEMBER - OUDE WESTEN

wo5 november 17:00u	Smeltkroes Laurens Antonius, Nieuwe Binnenweg 33 aanmelden (voor di 17u): 06-85419727 (Samir) of even langskomen
wo5 november 18:00u	Wijkpastoraat Oude Westen, Sint Mariastraat 142b aanmelden (voor wo 12u): 010 - 4367070 of even langskomen
wo12 november 17:00u	Smeltkroes Laurens Antonius, Nieuwe Binnenweg 33 aanmelden (voor di 17u): 06- 85419727 (Samir) of even langskomen
wo12 november 18:00u	Wijkpastoraat Oude Westen, Sint Mariastraat 142b aanmelden (voor wo 12u): 010 - 4367070 of even langskomen
do 13 november 17:30u	De Krachtvrouwen koken bij de Leeuwenhoek, West Kruiskade 54 aanmelden (voor wo 17u): 010- 4361488 (algemeen nummer Humanitas), zorgvrijstaat@gmail.com of even langskomen
zo 16 november 17:00u	De Wereldvrouwen koken bij het Wijkpastoraat Oude Westen Sint Mariastraat 142b aanmelden (voor za 17u): 06-12360608 (Delicia) of even langskomen
wo19 november 17:00u	Smeltkroes Laurens Antonius, Nieuwe Binnenweg 33 aanmelden (voor di 17u): 06-85419727 (Samir) of even langskomen
wo12 november 18:00u	Wijkpastoraat Oude Westen, Sint Mariastraat 142b aanmelden (voor wo 12u): 010 - 4367070 of even langskomen
wo26 november 17:00u	Smeltkroes Laurens Antonius, Nieuwe Binnenweg 33 aanmelden (voor di 17u): 06-85419727 (Samir) of even langskomen
wo26 november 18:00u	Wijkpastoraat Oude Westen, Sint Mariastraat 142b aanmelden (voor wo 12u): 010 - 4367070 of even langskomen

SOUL-FULL POP-UP SHOP TOKO 51 IS GEOPEND!



Toko 51 is een pop-up shop in interieur en lifestyle met een wereldse mix van meubels, mode, planten, kunst, vinyl, hoeden, fietsen etc. In tweedehands, vintage en design.

In deze gastvrije winkel wordt gratis koffie geschonken en de ruimte fungeert als openbare ontmoetingsplek.

Ook is Toko 51 een podiumplatform voor creatieve talenten uit de wijk en soms van iets verder weg.

Zo zullen de volgende partners een eigen plek krijgen binnen de Toko: Triphouse DJ Collective, Wereldvrou-

wen Handwerk, Tokoloko Galerie, een schilderclub en diverse kunstenaars.

Voor Toko 51 zijn wij op zoek naar vrijwilligers V/M die hun steentje willen bijdragen om zo van de Toko een succes te maken.

Achter de schermen is behoefte aan vrijwilligers die handig zijn met gereedschap, kwast etc., voor het opknappen van oude meubels en voor diverse kleine ondersteunende klussen.

Voor de schermen, dus in de winkel, zoeken wij gastvrouwen\heren die het leuk vinden om winkelervaring op te doen. Je taken zullen o.a bestaan uit het aanspreken\helpen van klanten, koffie schenken, cadeautjes inpakken etc. Communicatieve vaardigheid en een open en spontane persoonlijkheid zijn in een winkel altijd fijn.

Lijkt het je het leuk om een steentje bij te dragen aan Toko 51? Bel of mail Erwin Schoonmade, Radar WMO: 06 4131 3086, e.schoonmade@wморadar.nl

Wmo radar

Ieder kind een zwemdiploma!



Voor wie?

Gezinnen in de bijstand of die het financieel zwaar hebben en in het centrumgebied woonachtig zijn

Wat?

Zwemles voor kinderen

Waar?

Oostelijk zwembad: dinsdagavond van 17:30-18:15 uur.

Zwemgewenning voor 4 t/m 7 jaar

Van Maanenbad/Noord: donderdagavond van 17:30-18:15 uur.

Zwemgewenning voor 4 t/m 7 jaar Oostervant: dinsdagavond 17:30-18:15 uur.
Zwemles voor 4 t/m 12+ jaar



Beperkt aantal plaatsen beschikbaar!!!

Voor meer info over dit zwemproject, neem contact op met: Hanan Maazouzi, 06-215 987 52, h.maazouzi@wморadar.nl

Mantelzorg: Wij willen de mantelzorgers verlichten, verbinden en versterken!

WIE WERKT!!!

- W** = Wederkerig zijn, ik doe iets voor de ander
- I** = Informeel, ik doe dat met vrienden, familie en bijvoorbeeld mijn burens
- E** = Eigen kracht, ik doe dat zelf omdat ik dat belangrijk vind, omdat ik dat graag wil, omdat ik van iemand houd.

Wie zijn mantelzorgers?

Mantelzorgers zijn vaak krachtige mensen, die met liefde, zorg en betrokkenheid familieleden, kennissen of burens helpen bij allerlei dagelijkse bezigheden. Vele uren per week en vaak al jarenlang. Vaak is de mantelzorger partner of kind, ook jonge kinderen zijn soms mantelzorger.

We kennen in het Oude Westen al veel mantelzorgers, mede dankzij de samenwerking met o.a. Gezondheidscentrum Sint-Mariastraat, Leliezorggroep, Aktiegroep Oude Westen en het Wijkpastoraat. Wij ondersteunen mantelzorgers met raad en daad, en versterken daar waar nodig. We schakelen dan hulp in, wijzen op een activiteit of brengen mensen met elkaar in contact. Samen met ouderengroepen, Zonnebloem en de Leeuwenhoek verzorgen wij voorlichtingsbijeenkomsten, bijvoorbeeld over dementie of ontspoorde zorg, maar ook soms gewoon een gezellige ochtend of middag.

10 november is het Mantelzorgdag

In die week is er in het Oude Westen een gezellige middag voor mantelzorgers en zal Wmo Radar jonge mantelzorgers op school interviewen.

Heeft u ideeën, behoefte aan informatie of vragen over mantelzorg? U kunt contact opnemen met Cindy Vos, c.vos@wморadar.nl 06-53507350



Financiële Ondersteuning krijgt een 8-

"Ik denk nu beter na. Ik betaal eerst wat moet, daarna de leuke dingen."

Deze uitspraak is van een klant die door de Financiële Ondersteuning (FO) van Radar Wmo Diensten werd geholpen.

Veel klanten die bij de FO komen weten niet goed meer wat ze eerst moeten betalen of geven liever eerst hun geld uit aan leuke dingen en dan pas aan wat moet. Helaas werkt dit niet zo goed, want op een gegeven moment komen de incassobureaus met brieven en daarna kunnen de deurwaarders langskomen.

Dit kan veel stress en slapeloze nachten opleveren.

Als het niet meer haalbaar is dit zelf te regelen, kunnen mensen begeleid worden door medewerkers van de FO en de budgetcoaches Lily-Ann Kock en Esther van Riessen.

In de zomer heeft de FO een klanttevredenheidsonderzoek uitgevoerd.

De klant vindt onze dienstverlening een 7.9 waard! Van het totaal aantal klanten vond 38 procent de omgang met de coaches goed en 63 procent zeer goed. Uiteraard zijn we hier erg blij mee, want dit is de basis. Maar het belangrijkste vinden we dat mensen beter kunnen omgaan met hun geld. Maar liefst 82 procent van de klanten geeft aan nu een beter overzicht te hebben van de inkomsten en uitgaven, 50 procent kan nu beter omgaan met geld. Eén klant geeft duidelijk aan wat hij nu anders doet:

"Ik stel altijd mijn 3 vragen: Heb ik het nodig? Moet het? Wil ik het?"

De klanten vinden het dus fijn om hun financiële situatie aan te pakken en daar goede begeleiding bij te krijgen door Financiële Ondersteuning van Radar Wmo Diensten.



Humanitas thuiszorg en de Leeuwenhoek



De aanschuifmaaltijd

Sinds kort is er de mogelijkheid voor bewoners van de Leeuwenhoek en wijkbewoners om deel te nemen bij de 'aanschuifmaaltijd'. Mensen die niet zelf kunnen koken of daar gewoon even geen zin in hebben kunnen hieraan deelnemen. 1x per maand wordt de maaltijd met veel zorg bereid door de krachtvrouwen.

De volgende maaltijd vindt plaats op **13 november 2014** om 17.30 uur in de Leeuwenhoek Westkruiskade 54.

MENU

Mexicaanse rijst (mais, doperwtjes) met kip, gebakken banaan en gemengde salade. Inschrijven + betalen kan tot 12 november 16.00 uur bij de receptie van de Leeuwenhoek. De maaltijd kost €3,50. Maximaal aantal inschrijvingen is 30 personen, dus wees er snel bij.



Maaltijdenbestelling

Graag vragen we uw aandacht voor de handige maaltijdservice van Humanitas de Leeuwenhoek.

Heeft u als 55+-er moeite met koken of even geen energie om eten klaar te maken? Bij Humanitas de Leeuwenhoek kunt u heerlijke maaltijden bestellen.

U heeft de keuze uit een dagmaaltijd, deze kost €5,- en/of een dagmenu (voor-, hoofd-, nagerecht), dit kost €6,50. De bestelling kan worden opgehaald of zelfs gratis worden thuisbezorgd van maandag t/m vrijdag. De bestelling kan een dag van tevoren worden doorgegeven en kan tussen 11.00- 16.00 uur worden opgehaald. Bezorging vindt plaats tussen 11.00-16.00 uur.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Michel van der Wal op telefoonnummer: 010-4361488.

Activiteiten in de Leeuwenhoek

November 2014

Maandag-Zangmiddag

Wanneer u 55+ bent kunt u komen zingen op maandagmiddag vanaf 13.45-14.45 uur met onze pianist John Swaap, onder begeleiding van Nelly Hoogvorst.

Dinsdag-Boodschappen

Iedere dinsdagmiddag vanaf 13.00 uur staan we klaar om met u de boodschappen te gaan halen met de bus van de Leeuwenhoek tegen een betaling van €2.50. Meer info: 010-4361488.

Woensdag-Activiteiten

Iedere woensdag is er een verkoop van verschillende artikelen zoals: **woensdag 5 november** Nancy Parfum Expres, **woensdag 26 november** sieraden van Agnes.

Woensdagmiddag-Muziekmiddag

Elke woensdagmiddag vanaf 14.00 uur kunt u komen genieten van de muziek van DJ John.

Donderdag-Activiteit

Op donderdag 13 november om 14.00 uur is er een optreden van de multiculturele dames van Grenzeloos.

Vrijdag-Bingo

Vergeet onze borrelbingo niet op de vrijdagmiddag: Om 14.00 is er Bingo, de kosten voor een plankje zijn €1,50, inclusief een hapje en een drankje.

Alvast tot ziens in de Leeuwenhoek
De activiteitenbegeleiders

Gezocht vrijwilligers

Voor De Leeuwenhoek en de Mullerpijp in Delfshaven zijn wij op zoek naar enthousiaste vrijwilligers m/v

in de functie van

- gastvrouw/gastheer
- barmedewerker
- winkelmedewerker
- medewerker linnenkamer
- chauffeur
- begeleider boodschappenbus

Heb je interesse of wil je meer informatie, neem dan contact op met dhr. R. de Otter, tel: 010-4361488

Klus en Werk Cool-Oude Westen



26 oktober Cre-atelier op de burendag bij Klus en Werk Cool-Oude Westen.



Gezellig koffie met lekkers van de Koekela

Wij hebben op **vrijdag 26 oktober** een geslaagde burendag georganiseerd. Er zijn veel burens even langs geweest voor koffie met lekkers van de Koekela. Ook heeft er een aantal vrouwen deelgenomen aan het Cre-atelier.

Enkele extra betrokken burens die veel voor de buurt doen zijn die dag in het zonnetje gezet. **Vrijdag 3 oktober** heeft het team Klus en Werk samen met de burens plantenbakjes in de Schietbaanstraat aan de muren opgehangen en aan de regenpijpen bevestigd. De straat is hierdoor veel **vrolijker en kleurrijker** geworden. Op **dinsdag 28 oktober** organiseerden we een klusjesdag voor zieke mensen in de buurt. Deze activiteiten zijn o.a. mogelijk gemaakt door het lief-en-leedpotje.

Medewerkers Klus en Werk
Cool-Oude Westen
van Stichting Pameijer

stap
verder
pameijer

WWW.PAMEIJER.NL

Wijkverpleging in het Oude Westen: "Een happy cliënt, daar doe je het voor!"

Petra van Houwelingen en Kristel Pijl. Wellicht bekende gezichten in de wijk? Beiden zijn enthousiaste wijkverpleegkundigen van Laurens in het Oude Westen. De wijkverpleegkundige is hét aanspreekpunt in de wijk op het gebied van gezondheid. Van het helpen bij steunkousen tot ingewikkelde wondverzorging.



Voelsprietten

Kristel: "we zijn allebei in het ziekenhuis opgeleid. Daar focus je je als verpleegkundige met name op de aandoening waarmee iemand in het ziekenhuis ligt, zoals bijvoorbeeld een wond. Hoe anders is dat in de wijk. Uiteraard krijgt diezelfde wond de aandacht die deze verdient, maar er is oog voor veel meer. Hoe gaat het met de persoon zelf? En hoe gaat het met diens mantelzorger? Kunnen ze het goed aan? Of is er iets meer nodig? Het sociale aspect is heel belangrijk!" Petra vult aan: "Je hebt op dat vlak echt je voelsprietten uitstaan. En het mooie is dat we heel snel extra hulp kunnen inschakelen. Als het moet kunnen we snel een indicatie voor zorg regelen. En doordat we in Antonius Binnenweg zitten kunnen we ook snel hulp inroepen of advies vragen aan een specialist ouderengeneeskunde, een fysiotherapeut of een logopedist."

Sneller naar huis

Het lijkt de toekomst. Snel ontslagen worden uit het ziekenhuis en thuis verder werken aan het herstel en de revalidatie. Petra: "Ja dat zien we steeds vaker. Zo snel als het

kan worden mensen uit het ziekenhuis ontslagen en wordt er thuiszorg ingeschakeld. En dat kan tegenwoordig ook heel erg goed met alle voorzieningen die er in de wijk zijn. Voor specialistische zorg hebben we een intensive care team (het specialistische team, red.) dat thuis ondersteunt. En wij worden ingeschakeld voor de andere zorgvragen die er zijn. Met ons team zetten we graag dat stapje extra. Om te zorgen dat er niet te veel verschillende gezichten bij de bewoners van de wijk over de vloer komen, schuiven we onderling diensten of nemen we elkaar waar. Je moet daar een beetje creatief in zijn. Maar er is zo veel mogelijk om wijkbewoners écht te ondersteunen! En het geeft voldoening als je met een goed passende oplossing kan komen."

Veranderingen in 2015

Voor 2015 gaat er best wat veranderen op zorggebied. Kristel:

"Ik vind het een mooie uitdaging! Ik voel gewoon de passie voor het vak met de dag toenemen! Ja, er verandert veel en we weten nog niet altijd waar we aan toe zijn. Maar de wijkverpleegkundige mag straks zelf indicaties afgeven en zonder indicatie bij mensen langs gaan. Dat biedt zoveel mogelijkheden! Als bijvoorbeeld buurtbewoners zich zorgen maken over hun burens, kunnen ze ons inschakelen voor hulp en ondersteuning. Eigenlijk net als 'vroeger' die wijkzuster, met een wit kapje op, op de solex."

Contact

Wilt u in contact komen met Kristel, Petra of een ander lid van dit enthousiaste team? Via uw huisarts kunt u een verwijzing vragen. Maar Laurens kan u ook helpen met een indicatie. Neem dan rechtstreeks contact op met Bureau Zorgbemiddeling van Laurens via 010 241 29 23.



**Laurens
Antonius
Binnenweg**

Tennisclub Oude Westen in een nieuw jasje



Tennis Club Oude Westen (T.C.O.W) is de afgelopen tijd door twaalf jonge ambtenaren van het traineeprogramma van de gemeente Rotterdam in een nieuw jasje gestoken. Tijd voor de buurt om de tennisbaan opnieuw te leren kennen.

Aan de Tiendstraat, verstopt tussen de huizen, is een tennisbaan gevestigd. Tennisclub Oude Westen is geen doorsnee tennisclub: het lidmaatschap kost bijna niets, het clubhuis heet 'Het Vogelnest' en het is in de jaren negentig opgericht door wijkbewoners. Die kwamen er niet alleen om te tennissen, de tennisclub was vooral

een ontmoetings- en activiteiten-centrum midden in de wijk.

Sociaal Project

Alle trainees van de Gemeente Rotterdam mogen twee jaar lang werkervaring opdoen bij de gemeente. 'In ruil' daarvoor werkt elke trainee mee aan twee sociale projecten voor de stad. De keuze van een van de twee traineegroepen is gevallen op de tennisbaan in het Oude Westen. De doelstelling: zorgen dat de buurt weer gebruik gaat maken van deze prachtige locatie. In de afgelopen tijd is er hard gewerkt om te zorgen dat de tennisbaan weer een tijd vooruit kan. Er is er promotie gemaakt, de tennisbaan en het clubhuis zijn

opgeknapt en er is een financieel plan opgesteld. Daarnaast is de tennisclub met de tijd meegegaan en kan je nu ook online een baan reserveren. Als klap op de vuurpijl krijgt de baan binnenkort een nieuwe coating

Kom eens langs

De eerste initiatieven werpen al vruchten af. De Van Asch van Wijck school gaat één keer in de week gymles geven op het terrein. En samen met vrijwilligersorganisatie Thuis op Straat (TOS) worden er regelmatig op woensdagmiddag tennisclinics voor kinderen georganiseerd. Tennis wordt vaak gezien als een elite sport, maar Tennisclub Oude Westen maakt het voor iedereen mogelijk om deze sport te beoefenen. Als je af en toe een balletje wilt slaan, je het leuk vindt om in de buurtcompetitie mee te spelen of als je het leuk vindt om gezellig te darten of te poolen. Je bent van harte uitgenodigd om eens een kijkje te nemen wat Tennisclub Oude Westen jou te bieden heeft.

De trainees zijn blij dat ze wat voor de stad terug hebben kunnen doen en het Oude Westen nog beter hebben leren kennen. De basis is nu gelegd, succes is alleen mogelijk met hulp van de buurtbewoners en het nieuwe bestuur.

Wil je meer weten? Kijk dan op de website van de tennisclub: (<http://www.tenniscluboudewesten.nl/>)

Niet iedereen houdt van bingo!

Stichting Creatief Welzijn Senioren daagt u uit. Bent u ouder dan 65 jaar? Woont u in het Oude Westen? Dan is dit bericht voor u. In vier ontspannende ontmoetingen kunt u uw talenten ontdekken, uw wensen uitvoeren en ontmoet u nieuwe en oude burens. We beloven u vier mooie middagen onder leiding van een creatieve coach of een kunstenaar.

Onze vragen:

Waar komt u uw bed nog voor uit?
Wat zijn uw talenten? Wat had u vroeger als hobby?
wat zou u graag nog willen het komende jaar?

Wanneer?

Op 13, 20, 27 november en 4 december, van 14-16 uur

Waar?

In het Wijkpastoraat aan de Sint Mariastraat 142b.

Kosten? 5 euro voor de vier middagen samen.

Meer informatie? mail creatiefwelzijnsenioren@gmail.com of bel 06-11440333.

Stichting Creatief Welzijn Senioren wordt gefinancierd door donaties. Haar medewerkers en vrijwilligers hebben een achtergrond in de zorg, welzijn en kunsten. Ook groepen die activiteiten organiseren voor ouderen in de wijk kunnen contact opnemen. We zijn altijd op zoek naar nieuwe samenwerkingspartners.



Hopelijk tot ziens in het Oude Westen.

Inlooppreekuur Wetswinkel Erasmus

Wetswinkel Erasmus biedt juridisch hulp aan inwoners van regio Rijnmond. Wij behandelen juridische vraagstukken op het gebied van onrechtmatige daad, personen- en familierecht, huwelijksvermogensrecht/alimentatie, overeenkomstenrecht, consumentenrecht, arbeidsrecht en sociaal zekerheidsrecht. Bij ons kun je dus terecht als je bijvoorbeeld een verkeersboete hebt gekregen en je wilt hiertegen bezwaar aantekenen. Ons team bestaat uit ervaren juristen en universitaire studenten die geheel op vrijwillige basis werkzaam zijn.

Loopt u tegen iets aan of bent u gewoon benieuwd naar wat uw recht is? Kom naar ons inlooppreekuur op **dinsdagavond van 19:00 tot 21:00, in Vraagwijzer centrum, Gerrit Sterkmanplein 1**. Het is ook mogelijk om online een afspraak te maken via onze website: www.wetswinkelerasmus.nl. Wij zien u graag tegemoet!



Wetenschappelijk onderzoek naar fysiotherapie bij artrose

De fysiotherapiepraktijk in het Gezondheidscentrum Mariastraat doet mee aan een landelijk onderzoek naar fysiotherapie bij artrose. Het onderzoek wordt uitgevoerd door de Universiteit van Tilburg en het NIVEL (Nederlands Instituut voor Onderzoek van de Gezondheidszorg) in Utrecht. Mensen die bekend zijn met knie en heupartrose kunnen zich aanmelden voor deelname aan het onderzoek.

Artrose kenmerkt zich door een achteruitgang van de kwaliteit van het kraakbeen, wat voor de patiënt gepaard gaat met pijn en stijfheid. In de praktijk kan het gebeuren dat patiënten door deze klachten fysieke activiteit gaan vermijden. Regelmatig bewegen houdt de gewrichten soepel en de spieren sterk. De fysiotherapeut kan u helpen om stap-voor-stap meer te gaan bewegen, rekening houdend met de artrose.

In het onderzoek worden twee vormen van fysiotherapie vergeleken: gewone fysiotherapie en fysiotherapie in combinatie met een website waarop persoonlijke bewegingsdrachten en informatie staan. Onderzoeker en fysiotherapeute Corelien Kloek: "Uit eerder onderzoek weten we dat fysiotherapie bij artrose gunstige effecten heeft op de klachten in het dagelijks leven. Nu willen we kijken wat de effecten zijn van de combina-

tie fysiotherapie met een online programma ten aanzien van kosten en effectiviteit." Patiënten die meedoen aan het onderzoek krijgen gedurende 1 jaar 7 vragenlijsten over hun artrose-klachten, de kosten die gemaakt worden rondom hun artrose en de hoeveelheid lichaamsbeweging. De vragenlijsten worden per internet verspreid en ook ingevuld. U moet de Nederlandse taal dus goed beheersen en over een computer met internetaansluiting beschikken. De hoeveelheid lichaamsbeweging zal 3 maal per dag gemeten worden met een bewegmeter.

Mensen met knie- en heupartrose (leeftijd 40-80) die graag op een actieve manier met hun artrose willen omgaan, kunnen zich bij ons aanmelden. Let op: indien u geen fysiotherapie in uw aanvullende verzekering heeft, komen de fysiotherapiekosten voor eigen rekening.

Sint Mariastraat 75
3014 SH Rotterdam
www.gcmariastraat.nl



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. Ctaredian 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



PIET Geschikt

Het is vandaag zo'n mooie, nazomerse dag die tegen de herfst aanleunt. Windstil weer, een beetje mistig, gevallen bladeren en een schitterend terras. Want is er een mooiere kleur denkbaar dan het groen van vochtig mos waarop je zo heerlijk met blote voeten kunt lopen?

Politiek gezien is het in Nederland ook wat herfstig, want opeens dreigt er een coryfee als een blad van de boom te vallen. En een ander blad,

dat al gevallen was, wil weer terug naar zijn plekje aan de tak. Ik heb het nu even over respectievelijk Ivo Opstelten en Henk Krol.

Over Opstelten schrijft de krant dat als bij toverstaf in Den Haag de vraag lijkt rond te zingen 'of hij nog wel geschikt is'. Dat zou dan te maken hebben met zijn leeftijd van 70 jaar. Daar geloof ik niet in. Naar mijn opvatting had men al jaren geleden de vraag moeten opwerpen

of deze man ooit wel geschikt is geweest. Natuurlijk wel als lid van een bridgeclub en een herensociëteit, als buurman die een praatje maakt over de heg. Maar geschikt als burgemeester van een grote stad, geschikt als minister? Enige tijd ben ik zijn buurman geweest op het stadhuis van Rotterdam en daaraan ontleen ik enig recht van spreken. En hij verschijnt de laatste tijd in toenemende mate in de media en daarvan valt ook zo het en een ander af te leiden. Er wordt gefluisterd dat men aan Opstelten ook gesleuteld heeft om hem zonder 'uh...s' en nodeloze herhalingen iets te laten zeggen,

maar het is erg moeilijk om een oude hond alsnog kunstjes aan te leren. Nederland heeft verschillende voorbeelden van politici die misschien goede burgervaders waren maar als minister niet kunnen deugen. Je kunt als bestuurder gewoonlijk prima op je ambtenaren leunen, maar er komen momenten dat je het zelf moet opknappen. Voor mij lijkt Ivo teveel op een appelkanjer die je bij de buurtbakker kunt kopen, bedekt onder een laagje poedersuiker, maar van de verkeerde ingrediënten is vervaardigd om een traktatie te kunnen zijn.

En dan de grote voorganger van de ouderen onder ons, het fenomeen Krol. Ik weet dat ik niet mag afgaan op zijn zalvende manier van spreken, maar mijn ervaringen in het verleden met 'zalvers' zijn te ernstig om daaraan zomaar voorbij te gaan. En een van de boom gevallen blad dient in de politiek in de veegwagen te verdwijnen of van de rails geblazen. Nu maar hopen dat de ouderen, en in het Oude Westen wonen er veel, voldoende onderscheidingsvermogen hebben om Henk in de politiek nog een rol van enige betekenis te onthouden.

Verborgen bedrijvigheid

Hun werk is broodwinning maar ook passie. Ze kiezen voor het vrije vakman/vrouwschap en nemen de financiële onzekerheid voor lief. Ze hebben geen etalage, wel vaak een mooie website en de kenners weten hen te vinden. De buurtkrant gaat op zoek naar de verborgen bedrijvigheid in de zijstraten van het Oude Westen. Nummer 46 vonden we in de Josephstraat.

Nelleke Camfferman meubelstoffeerder



In de Josephstraat zit atelier Tube-Camp. In haar raam staan twee Gispens buisframestoelen. Het atelier staat vol met materialen, stoffen en gereedschappen die nodig zijn om dat type stoelen en andere meubels te stofferen. Het ademt een sfeer van vakmanschap en creativiteit, het

is de plek waar de kunstenaar Nelleke Camfferman dagelijks werkt.

Een poef met geschiedenis

Op een dag krijgt Nelleke een bijzonder voorwerp in handen. Een 96 jarige voor haar bekende buurbewoonster vraagt of zij een van haar

oude stoelen opnieuw wil stofferen. Bij de vrouw thuis wordt Nelleke attent gemaakt op een bijbehorende oude versleten poef die meteen haar belangstelling wekt en zo mag zij dan ook de poef opnieuw bekleden. 'Ik zag direct dat deze poef uit verschillende lagen bestond en ik werd nieuwsgierig naar wat er allemaal onder zat. Ik wist tegelijkertijd ook, dat het een heel werk zou worden om daar weer iets van te maken, er weer vorm aan te geven. Ik kreeg de poef mee en ik heb deze in mijn atelier laag voor laag ontleed. Uiteindelijk bleek dat er als basis een lijmblik gebruikt was, die omgevormd

"Ik vond het geweldig om te zien, hoe de maker van de poef gedacht moet hebben"

was tot een poef. De verdroogde lijmrasten zaten er nog in. Het blik kreeg een ellipsachtige vorm doordat er met gevouwen jute zakken, waar weer kranten tussen zitten, een bredere onderkant van het blik werd gesuggereerd. Dit werd met dikke wollen garen op zijn plaats gehouden. De ronde bovenkant was opgevuld met stro en afgedekt met krantenpapier, dat met grove steken aan elkaar was vastgezet.'

De kranten die Nelleke erin vond, kwamen uit 1939. 'Dan zit je ineens een krant te lezen van bijna driekwart eeuw geleden; je bent dan letterlijk even terug in de tijd. Er stond bijvoorbeeld een verhaal in over Beatrix die één jaar oud was geworden, en ik vond ook allerlei grappige advertenties! De eerste bekleding die er vanaf de jaren dertig op moet hebben gezeten, was van geplisseerde velours waarvan de pool bijna helemaal afgesleten was.



Daarna volgde een bekleding uit de jaren vijftig waar ook niet veel meer van over was, maar nog wel heel herkenbaar als 'echte Ploegstof' uit die tijd. Vervolgens een stof uit de jaren zeventig; en tot slot werd het geheel 'mooi gemaakt' door een zijden sjaal, die met een touwtje om de poef heen was 'gehangen'. 'Ik vond het geweldig om te zien, hoe de maker van de poef gedacht moet hebben. Door zelf iets te verzinnen en de creativiteit om een lijmblik om te vormen tot poef, maar ook natuurlijk gewoon de noodzaak ervan, want er heerste grote armoede! Ook dat er consequent een nieuwe laag overheen was gemaakt, zonder de onderste laag eerst te verwijderen, helemaal tegen de regels van de vakman stoffeerder in, natuurlijk. Ik heb dat 'ritueel' moeten doorbreken, anders zat er nu weer een nieuw stoffe om de hele geschiedenis 'poef', met alle resten er nog onder.

Kijken met de ogen van een kunstenaar

Zo komt Nelleke steeds weer nieuwe dingen tegen. Sinds 2011 stoffeert ze buisframestoelen, waarvan de laatste tijd ook enkele 'klassieke' stoelen en banken. 'Toen ik begon, heb ik helemaal willen uitzoeken waarom iets op een bepaalde manier gemaakt is. Ik wilde onder andere weten hoe Gispens, die rond 1936 begon met zijn stoel ontwerpen met buisframes, zijn ideeën, het tijdsbeeld wat hij zich had gevormd, vertaalde naar een ontwerp. Ik kijk altijd goed naar de vorm van de oorspronkelijke stoel of bank, want het is belangrijk om precies weer

opnieuw de vorm erin te krijgen die de zitting oorspronkelijk gehad moet hebben. Ik wil het vak meubelstofferen steeds verder uitbreiden. Maar ook een techniek eigen maken en dan mijzelf de vraag stellen hoe ik dat toe zou kunnen passen in een 'vrijere' vorm. Ik wil niet puur routinematig werken. Ik werk door te kijken met de ogen van een kunstenaar en dat is in de basis vaak anders dan hoe een stoffeerder werkt!

Nelleke is na de middelbare school via de modevakschool op de Hoogeschool voor de kunsten terecht gekomen, waar zij aanvankelijk de mode- en mode-illustratie-richting deed; eerst in Rotterdam, toen in Utrecht. Daarna volgen er vele sprongen naar steeds een ander (creatief) vakgebied. Zo is zij in 'de praktijk' van mode naar 'theater' geswitched en heeft daar een aantal autonome vormen ontwikkeld en gepresenteerd, die te maken hadden met dans en het lichaam. 'Daarna had ik de behoefte om iets concreets te ontwerpen, wat echt een product moest zijn, een gebruiksvoorwerp. Ik ben toen een opleiding leerbewerken (tassen en klein lederwaren) in Den Bosch gaan doen, met als doel een eigen atelier in het ontwerpen en vervaardigen van leren tassen op te zetten. Dit heb ik zeven jaar gedaan. In 2001 ben ik weer overstapt naar het schilderen met gemengde technieken op doek, om juist weer wat vrijer te kunnen werken. Sinds 2011 ben ik begonnen met het (her)stofferen van meubels in het atelier aan de Josephstraat, en daar werk ik nu alweer bijna 4 jaar met heel veel plezier!

Nieuwsgierig naar het werk van Nelleke Camfferman, zie www.tubecamp.blogspot.nl



Zin in zelf maken Ambachtelijke markt rondom Global Hats op het Josephplein

Global Hats, hoedenwinkel en atelier, en TWC Network, kunstenaars Christy de Witt, organiseren drie markten met zelfgemaakte producten van kunstenaars, mode-ontwerpers en andere creatievelingen. Veel van de getoonde producten worden op duurzame wijze gemaakt, op basis van traditionele werkwijze en met een ambachtelijke aanpak. Bij sommige producten worden bestaande materialen hergebruikt, soms met behulp van 21e eeuw (digitale) technologie.

- zaterdag 15 november 2014
- Zaterdag 20 december 2014
- Zaterdag 17 januari 2015

(van 12.00 tot 18 uur)

Afsluitende soiree

Global Hats organiseert na de markten van 17.30 - 20.00 uur een soiree. Naast lekkere hapjes & een drankje is er muziek, literatuur en een wijnproeverij verzorgd door de Gall West-Kruiskade.

Kraamhuur

Ben jij iemand die authentieke, originele en unieke dingen maakt? Meld je dan nu aan voor de markt of de soiree! Als jouw product of dienst past in het concept van de markt, is er altijd plek! De kraamhuur bedraagt € 30,- per kraam (per keer, excl. btw). Het delen van een kraam is ook mogelijk (max. 2 deelnemers per kraam). Meld je aan via het online inschrijvingsformulier op: <http://twc-network.blogspot.nl/p/zin-in-zelf-maken-markt.html>

Wil je meer informatie over de soiree?

Loop dan langs bij de winkel van Global Hats (Josephlaan 2) of stuur een mail naar info@globalhats.nl.

Zin In Zelf Maken Markt wordt mede mogelijk gemaakt door Gemeente Rotterdam/Levendige Binnenstad, Alliantie West-Kruiskade, Ondernemersvereniging Cityboulevard Rotterdam, Werk aan de Kade, WMO Radar, Cultuurscout Centrum en Museum Rotterdam.



KOFFIE VOOR GELUK



Koffie Voor Geluk verspreidt geluksmomentjes en maakt daarmee de wereld een beetje mooier. Voor deze artikelenreeks is Koffie Voor Geluk elke keer op een andere plek in het Oude Westen te vinden. Dit keer zijn we in Wijkpark Het Oude Westen.



voorbijgangers reageren enthousiast maar hebben het te druk om rustig te komen zitten. Dirk schuift wel aan en blijft een tijdje hangen. 'Ach ik heb tijd zat en geluk kan ik wel gebruiken! Ik kom uit de Wielewaal, op Zuid. Vaak doe ik het rondje Binnenweg en Kruiskade, dat vind ik gezellig. Ik heb toch niets te doen. Heb je ook een scheutje cognac?' We lachen om zijn opmerking. Openhartig vertelt hij over zijn leven, het verlies van zijn baan en over de relatie met zijn vader: 'Mijn leven is op dit moment

'Het ligt eraan welke ze hebben. Een paar van deze duiven herken ik wel. De eerste duif blijft me door de stad heen volgen. Dan ga ik boodschappen doen bij Albert Heijn, en dan zit ie er weer! Dat vind ik wel heel cool. Soms maak ik een fotootje als ik hem zie. Tja, een vogel hoort niet in een kooi maar in de lucht.'

Is de Kruiskade nog hectisch en lawaaiig, eenmaal door het hek sta je in een rustige groene wereld. Het verbaast elke keer weer, dit oase-gevoel. De ingang aan de West-Kruiskade mondt uit in een pleintje met bomen en bankjes. Rechts op het plein staat het beeld van de Reus van Rotterdam en een stukje verder een grote olijvenboom ter nagedachtenis aan Osman, een opbouwwerker die veel voor het Oude Westen heeft betekend. Wij installeren ons bij de ingang van het park, op het pleintje. De vele duiven jagen we weg.

Dierenhof

Parkwachters Raoul en Willem zetten vandaag de koffie en schuiven als eerste aan. We praten over het natuurgevoel in de stad. Willem, sinds een paar maanden werkzaam in het park: 'Wij zorgen hier voor het onderhoud, vegen, ruimen de overlast van de duiven en andere rommel op en we verzorgen de dieren van Het Dierenhof.' Raoul, die al meer dan zeven jaar in het park werkt, vertelt enthousiast: 'Ik praat met de dieren. Ze herkennen echt onze stemmen. Sommige mensen denken dat dieren dom zijn, maar dat is niet waar. Ik hou van de natuur, van buiten zijn. Die ruimte heb ik nodig, vrijheid hè. Als je thuiszit word je depressief. De natuur maakt urolijk. Alleen al als ik de vogels zie vliegen in de lucht... Het leven gaat niet alleen om werken. Je moet ook genieten van je eigen vrijheid.'

Oase-gevoel

Wijkpark het Oude Westen ligt ingeklemd tussen de Westersingel, Nieuwe Binnenweg, Gouvernestraat en de West-Kruiskade. Het park is het enige echte open groene gebied in deze buurt en werd pas ver in de twintigste eeuw aangelegd. Ooit stond hier het verzorgingscomplex Simeon en Anna dat in 1986 werd gesloopt. Een groep bewoners heeft samen met de gemeente het wijkpark ontwikkeld het werd in 1987 feestelijk geopend. Het lange, rechthoekig park heeft een aantal sferen. Via het wandelpad richting Gouvernestraat, kom je bij 'Het Dierenhof'. Aan de overkant van de weide ligt de wijktuin, dicht tegen de achtertuinen van de huizen en kantoren van de Westersingel aan, en een leuk speeltuintje.

Scheutje cognac?

Terwijl Raoul even later citroenwater maakt, gaat Ellen bij het hek staan om meer mensen uit te nodigen aan ons tafeltje plaats te nemen. Veel

niet zo interessant. Ik woon tijdelijk bij mijn vader thuis omdat hij ziek werd. Hoewel ik niet veel met hem heb. Maar ja, deze tijd zal toch wel ergens goed voor zijn geweest. We zijn namelijk wel iets dicht bij elkaar gekomen.' Een groepje mannen kijkt nieuwsgierig onze kant op. 'Koffie?', vraagt ik. Ze kijken serieus. 'Wij worden niet meer gelukkig van koffie, wij drinken de hele dag koffie. Wij zijn gemeentearbeiders en werken bij stadsbeheer.' Na enig aandringen gaat Erik, voorman toch overstag: 'Nou vooruit dan maar. Een half bakkie geluk dan. Eigenlijk wilde ik jullie vergunning checken haha, grapje. Kom je ook eens een bakkie geluk bij ons doen?'



Duivenoverlast

Raoul en Willem gaan weer aan het werk. Hilde schuift aan, zij werkt bij de Schouwburg en heeft lunchpauze. Ook komt er nog een bezoeker heel gericht op Koffie Voor Geluk af. Het is Hanneke. Zij wil ook wel een keer koffieschenken! We praten verder over het wereldwijde zoek-spel Geo Guessing (ja, er ligt bij de Reus ook een box verstopt!), de boeren op zuid, volkstuinten, het gemis van opa's en oma's in onze levens, de oorlog, de winter en alle andere verhalen die echt verteld moeten worden. We praten ook verder over de achternaam van Renée, die - hoe toepasselijk - 'van den Arend' blijkt te heten. Marianne, de fotograaf vraagt hem of hij ook niet veel commentaar krijgt. Want niet iedereen zal blij zijn met wat hij doet. Het Oude Westen heeft zelfs een werkgroep tegen de duivenoverlast! Renée: 'Ja, Maar om ze nou in een kooitje te laten... dat is ook niets. Als ik daarin zou zitten zou ik het ook fijn vinden als jij langs kwam. Als het een mooie dag is en ik mij niet zo fijn voel, dan denk ik aan de vogels die ik heb vrijgelaten en dan voel ik mij meteen beter!' Op dat moment komt er een prachtig wit duifje naar ons toe gelopen. De duif blijft grappig genoeg naar ons kijken.

Meedoen?

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



Vrije vogels

Een nieuwe bezoeker schuift aan, Renée die woont op de Claes de Vrieselaan: 'Oh, wat lekker en gezellig joh. Super cool! Proost! Op het geluk!' Raoul beaamt: 'Ja, je moet zelf iets van het leven maken he!' Hij vertelt Renée over zijn werk in het park. Renée reageert enthousiast: 'Oh cool. Ik laat hier regelmatig een paar duiven vrij. Die koop ik bij dierenwinkel de Rimboe.' Iedereen is verbaasd over zijn verhaal en vraagt hem honderduit. Hoe begon het? 'Nou op een dag dacht ik: 'Ik heb een tientje over, ik laat er één vrij.' Het zijn er inmiddels al 23 geworden.' Wat voor soort duiven laat je vrij dan?

Vrijdag 14 november
10.00-12.00 in winkel-
mall Kruidvat/Aldi/Firat/
bakkerij Wagenaar,
1e Middellandstraat 56

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

Agenda

