

buurtkrant

JULI - AUGUSTUS 2023

Oude Wester

Jaargang 54 nr.06



2 Van de straat geplukt:
Corinne Riekwel



3 Op de Augustinusschool
Inge Titulaer kookt

4 / 5

Nieuws van de instellingen in de wijk

- Wmo Radar
- Woonstad Rotterdam Gemeente Rotterdam
- Gezondheidscentrum St. Mariastraat



7 KruiskadeFest



www.aktiegroepoudewesten.nl



ROTTERDAM

Op zaterdag 1 juli werd in het Wijkpark de vrijheid gevierd! Met Keti Koti, wat letterlijk 'ketenen gebroken' betekent. We vieren en herdenken de afschaffing van de slavernij in Suriname en de Nederlandse Antillen 160 jaar geleden. (150 jaar geleden hield de slavernij daadwerkelijk op te bestaan). De dag begon met de **Bigi Spikri** (grote spiegel). Helaas in de regen maar desondanks een feestelijke kleurrijke optocht, begeleid met een brassband. Van het Mathenesserplein naar Het Oude Westen, om daar het **Keti Koti festival** in het Wijkpark in te luiden! En wat een feest was het weer! Prachtige kleurrijke kleding, swingende muziek, lekker eten, cultuur maar ook vooral verbinding tussen alle bezoekers. Samen herdenken, samen vieren in een overvol Wijkpark! Keti Koti op 1 juli 2023, de dag waarop onze Koning excuses maakte voor het slavernijverleden van Nederland en om vergiffenis vroeg. "Echt een historisch memorabele dag" zeggen bezoekers in het wijkpark. Carla Swiatkowski



Openingstijden van de Aktiegroep gedurende de zomervakantie

Open: maandag 10 juli en woensdag 12 juli

Open: maandag 17 juli en woensdag 19 juli

Gesloten van 24 juli tot en met 13 augustus

Open: maandag 14 augustus en

woensdag 16 augustus

Vanaf 21 augustus weer open van maandag tot en met vrijdag van 9-17 uur

Alle medewerkers van de Aktiegroep en de Buurtkrant wensen u een hele mooie zomer!



Corinne Riekwel

Corinne woont al een lange tijd in het Oude Westen. “Ik woon hier nu 20 jaar, zo’n 35 jaar in Rotterdam. Ik kom uit de Achterhoek. Eerst heb ik een lange tijd op Zuid gewoond, toen in Noord en daarna op de plek waar ik nu nog steeds zit. 20 jaar geleden was een huis kopen eigenlijk net zo lastig als nu. Huren was niet te doen dus ik wilde graag kopen. Toen kwam er een nieuwbouwproject in de Zijdewindestraat voorbij. Ik werkte in Leiden, dus wilde dichtbij het station zitten. In mijn hoofd had ik altijd een beeld van een huis met een puntdak. Ik wilde geen benedenburen en bovenburen meer. Het was moeilijk om iets te vinden, maar het is gelukt. Dat nieuwbouwproject werd toen gelanceerd als de Jonge Stad, om gezinnen de stad in te trekken. Het project bestond uit 17 eengezinswoningen, waarvan er maar 2 verkocht waren. Uiteindelijk hebben we bijna 2 jaar alleen in dat rijtje gewoond, de rest was leeg.

De huizen waren duur en men vond het geen goede plek. Woonstad kreeg de woningen niet verkocht, dus besloten ze om de leegstaande woningen te gaan verhuren. Je kunt het je nu niet voorstellen maar ik heb nog ramen gelapt om de huizen er aantrekkelijk uit te laten zien. Om maar burens met kinderen te trekken.

Het is niet wat je voor ogen hebt als je ergens gaat wonen, om geen burens te hebben. Zeker omdat ik toen net een zoontje had en geen contacten, had ik echt het gevoel van ‘ik moet wegwezen hier’. Maar je kunt ook denken, misschien kan ik het naar mijn hand zetten. Ik heb bloembakken voor mijn raam gezet, en gezorgd dat mensen in onze woning konden kijken om enthousiast te worden.

Een klein dorp in de stad

Ik ben in gesprek gegaan met Woonstad om de huren te verlagen en gezinnen voorrang te geven. Uiteindelijk werden de woningen verhuurd. Helaas werden de woningen ook geschikt geacht voor wietplantages. Zo zijn er wel 5 wietplantages in de woningen geweest. Toen er aan

de overkant iemand zijn schutting weg haalde, zag ik een vrouw staan met een klein kind. Dat gaf het gevoel van ‘hee er zijn wel andere gezinnen’. Dat was leuk want nu had ik contact met anderen die ook kinderen hebben. Ik vind de plek waar ik woon toch echt wel de leukste plek die ik ken. Het is als een klein dorp in de stad.”

“Als ik boodschappen ga doen, dan kom ik altijd bekenden tegen”

Duurzaamheid binnen het ziekenhuis

Corinne heeft een tijdje als vrijwilliger gewerkt in de speeltuin bij Weena, maar werkt fulltime in het Maasstad ziekenhuis. “Ik ben verantwoordelijk voor het totale proces rondom de kwaliteit van de steriele instrumenten. Bijvoorbeeld, wat voor soort producten moeten we aanschaffen? Welke instrumenten kunnen in de wasmachine, op welke manier dienen ze gereinigd, gedesinfecteerd en gesteriliseerd te worden? De Nederlandse

gezondheidszorg is verantwoordelijk voor 7% van de CO2-uitstoot. Dat komt omdat we heel veel materialen gebruiken die na gebruik weggegooid worden. Dit afval wordt dan weer verbrand, vandaar de CO2-uitstoot. Binnen het ziekenhuis ben ik veel bezig met projecten op het gebied van duurzaamheid om zo te proberen de CO2-uitstoot te vermin-

deren. Deze ervaringen delen we met andere instellingen zodat we van elkaar kunnen leren. En als we allemaal wat doen, hebben we sneller resultaat.

“Ik ben opgeleid als verpleegkundige, na diverse her- en bijscholingen zit ik meer in een adviserende en deskundige functie. Ik weet uit ervaring hoeveel materiaal er gebruikt wordt tijdens diverse zorgprocessen, en omdat je deze werkprocessen kent, kun je door middel van je kennis en kunde in gesprek gaan met

collega’s om te bekijken of het proces ook anders kan. Ik neem vanuit mijn functie deel aan veel commissies en werkgroepen van het ziekenhuis en kan daardoor snel schakelen. Het is noodzakelijk om anders om te gaan met materialen. Grondstoffen waarvan de materialen gemaakt zijn worden schaars en daardoor worden materialen duurder. Ik geef ook presentaties hierover in het ziekenhuis en daarbuiten. Als je iets wilt, is het belangrijk dat je anderen meekrijgt. Dat zie je bijvoorbeeld ook in onze wijk. Je moet luisteren naar anderen, waarom hebben mensen weerstand tegen bepaalde veranderingen? Als je mensen niet meeneemt in de vervolgstappen, dan haken mensen af. Het leuke is dat ik de Aktiegroep recent in een van mijn presentaties als voorbeeld heb gebruikt. Alleen als je samenwerkt en iedereen daarin belangrijk is dan wordt het project breed gedragen. Het verkrijgen van de status immaterieel erfgoed van de Aktiegroep maakt trots en is een inspiratie.

Omdenken

In haar privé leven is duurzaamheid een kleiner thema dat speelt. “Ik ben niet roomser dan de paus, ik doe ook maar wat binnen mijn mogelijkheden ligt. We kunnen wel vaker omdenken. Als je bijvoorbeeld een boterham meeneemt, heb je dan een plastic zakje nodig? Of kun je iets anders hergebruiken? Verder koop ik al jaren tweedehands kleding, al voor dat het vintage werd. Het is goed om na te denken of je iets echt wel nodig hebt. Zo heb ik geen auto, ik doe alles op de fiets. Ik heb ook weleens een huizenruil gedaan, met iemand in het Gooi. Een andere manier van een vakantie vieren. Dat is een kwestie van gewoon durven en doen. Ik ging daar een week met de kinderen zitten en zij kwam hier. Dat is leuk, dan heb je een goedkope en leuke vakantie. Omdenken dus...

Bewoners willen er wat van maken

Corinne heeft de wijk erg zien veranderen. “Ik maak me nu wel zorgen, over diefstal met

lang, heb schietpartijen meegemaakt en geweld. Maar nu zie je meisjes op straat bedelen. Volgens mij zijn het geen verslaafde meisjes. Dat voelt niet goed. Maar ik voel me niet onveilig. Ik heb wel goede voelsprietten. Als het me niet bevalt, zeg ik er wat van. Dat kun je op een normale manier zeggen, zonder te schelden. Zo zat er eens iemand tegenover mijn portiek coke te snuiven. En ik vroeg of die weg wilde gaan. Hij keek me aan, en zei “Natuurlijk mevrouw” en hij ging weg. Het hoeft allemaal niet zo hard op hard. Ik vind deze wijk echt een smeltkroes, het is druk en daar houd ik van. Niemand overheerst. Je mag er gewoon zijn. Ik weet nog wel toen ik kleine kinderen had, iemand zich afvroeg wat ik hier deed met mijn kinderen. Zij woonde in Hilversum. Daar zou ik niet dood gevonden willen worden. Ik moest wennen maar nu wil ik niet meer weg. Als ik boodschappen ga doen, dan kom ik altijd bekenden tegen. Dan maak je een praatje. Dat is gezellig.”

Booming

Niet alleen de wijk maar ook de stad is erg veranderd. “Je kunt het je niet voorstellen, maar er waren vroeger heel weinig plekken om buiten te zitten. Nu eten mensen dingen op straat, of je kunt naar het terras. Maar 35 jaar geleden was dat niet zo. Je had een tentje op de Coolsingel waar je koffie kon drinken. Nu kun je kiezen, je kunt allerlei leuke dingen ondernemen. Rotterdam was een werkstad, met weinig te doen qua uitgaan. Maar nu is het echt booming. De Rotterdamse mentaliteit, het zijn echt aanpakkers. Niet lullen maar doen. Ik houd wel van die aanpak. Ik kom uit de Achterhoek, daar is dat helemaal niet. Mensen praten niet met elkaar. Toen ik hier net kwam, was dat een cultuurschok. Daar moest ik aan wennen. Als mensen vroegen om een bakkie te doen, wist ik niet wat er bedoeld werd. Bij iemand thuis ging je niet koffie drinken, hier ging je de stad in. Ik heb het idee dat iedereen welkom is en er mag zijn.”

Deze wijk is mijn thuis

“Mijn kinderen voelen zich ook echt Rotterdammers. Eentje woont deels in Spangen en deels bij mij, de ander op kamers in Utrecht. Hij woont in Utrecht, zijn vriend in Amsterdam. Hij vindt Rotterdam het leukst. Dat is toch geweldig om te horen. Toen de Aktiegroep immaterieel erfgoed werd, zijn ze allebei langs gekomen. Dat was heel leuk. Ze zeggen dan ‘deze wijk is mijn thuis’. Ze zijn opgegroeid hier met mensen die veel deden met de Aktiegroep, bijvoorbeeld Rini verkleed als Sinterklaas en als paashaas. Daar hebben ze een warm gevoel aan overgehouden.”

name en vernielingen. Van auto’s bijvoorbeeld. En de verkamering. Wanneer woningen in mijn straat worden verkocht, dan worden daar kamers van gemaakt om te verhuren. Dat is jammer, want het is juist een buurt waar mensen samen leven. Dat zie je van buitenaf niet. Maar dat de Aktiegroep zo actief is, dat zegt natuurlijk wel dat bewoners er wat van willen maken. Nu zijn er meer studenten, terwijl het vroeger veel meer een volksbuurt was. Waar ik laatst echt van geschrokken ben.. ik woon hier al

buurkrant

Oude Westen

Oplage: 4500 ex.
Verschijnt 10 keer per jaar.

Aktiegroep Het Oude Westen
Gaffelstraat 1, 3014 RA Rotterdam
010-436 1700
buurkrantow1@gmail.com
Eindredacteur: Annemieke Jansen
Redactie: Marianne Maaskant,
Rob van der Meulen, Bart Starreveld,
Gina Thijssen en Iris Welvaarts

Medewerkers: Alma Brevé, Katinka Broos,
Paul Claessens, Els Desmet, Corrie Kreuk,
Bart Isings, Serpil Karisli, Wilma Kruger,
Marieke Stein, Marion van der Schaft en
Joke van der Zwaard

Productie: Jim van der Put,
Fotografie: Marianne Maaskant
en anderen.

COLOFON

Handige telefoonnummers	
Alarm (politie, brandweer, ambulance)	112
Alarm teksttelefoon	0800-8112
Belastingtelefoon	0800-0543
Buurtbemiddeling	06-18500316
Buurtwinkel Aktiegroep OW	4361700
Dierenambulance	0900-0245
Dierenbescherming	4374211
Eneco Storingsdienst	4674000
Wijkraad Dijkzigt/Oude Westen.	14010
Gemeente Rotterdam	14010
Gemeentelijke Ombudsman	4111600
Jongerenloket	2671300
Juridisch Loket	0900-8020
Huiswerklas, Ilina Fernandes	06-11835620
Kinderbescherming	4431100
Kinderdagverblijf de Wereld	4366447
Kinderopvang Plus D. Dap	4115043
Klus en werk:	0882716210
Krachtvrouwen (Amina Ali Hussien):	06 86075004
Laurens Ant. Binnenweg	412900
Nieuwe Gaffel	010 2292 856
Opzoemer Mee	010 2131055
Ouderenwerker Cindy Vos	06-53507350
Pameijer Klus & Werk	088-2716210
Politie geen spoed	0900-8844
Ruipunt	010 2250844
Tennisclub Centrum	4366165
Tennisclub Tiendstraat	4113942
Slachtofferhulp	0900-0101
Speelcentrum Weena	4144890
Spirit 55+	06-21887984
Stadsmarinier A.Siermans	06-14890436
Vraagwijzer	14010
Wijkconciërge	
Nathalie Burgmans	06-83647564
Wijkpastoraat	010-4367070
(Katinka Broos)	06-44098889
Woonstad Rotterdam	4408800
Zorgcentrum	
de Leeuwenhoek	2713800

Lekker en gezond eten, leren koken en rekenen

“In de Augustinusschool wordt sinds maart 2019 op donderdag gekookt voor de lunch”, vertelt Inge Titulaer, de begeleidster van de kookclub. “Twee kinderen uit elke groep van groep 6, 7 en 8 koken voor de groepen 3 t/m 8. Voor groep 1 en 2 gaat dit niet omdat die nog wat minder gewend zijn om met bestek te eten en het wellicht veel vreemde smaken zijn.”



“Stichting Onderwijs Gezond zorgt voor de recepten en de spullen. Onderwijs Gezond werkt landelijk en wil verschillende dingen bevorderen. Gezonder eten in wijken waar daar meer behoefte aan is en de kinderen meenemen in het kookproces.

De recepten worden iedere week in de schoolapp met de ouders gedeeld, net als foto's van kinderen die aan het werk zijn. Het is ook: zien eten doet eten, je leert kinderen om dingen te eten die ze niet gewend zijn. Zo eten we altijd volkorenpasta en zilvervles-

rijst en leren we de kinderen dat eten met veel suiker en vet niet zo gezond is.”

“De resultaten? Op de donderdag wordt er nagenoeg geen brood meegegeven door de ouders. Ook missen de kinderen

het vlees niet. Er wordt weinig met vlees gekookt, want varkens- en rundvlees wordt niet gebruikt, vanwege godsdiensten waarbij dat niet toegestaan is. Kip wel, maar dat is in de keuken met kinderen niet geschikt i.v.m. de hygiëne. Soep gaat goed, bijvoorbeeld Sotosoep met ei en oranjesoep (wortel pompoensoep). Zout verminderen blijft lastig. Ze zijn van huis uit gewend om meer zout te gebruiken. Wat erg in trek is, is wraps met toppings of pasta rode saus, dat is echt de topper. De kookles is gelijk rekenles, want reken maar uit met 30-35 kilo eten per lunch. Twee zakken uien verdelen over vier pannen. Ook breuken komen er aan te pas. Doe maar een derde in de pan, hoe pak je dat aan?”

“Sinds 30 mei is het koken uitgebreid met drie dagen extra per week omdat de regering hier geld voor beschikbaar heeft gesteld: Niemand zonder eten naar school. Toch geven sommige ouders kinderen nog brood mee voor tussen de middag (behalve donderdag). Het kost tijd om nieuwe gewoontes erin te brengen. Kinderen koken dan niet mee, want iedere dag mee laten helpen is niet haalbaar omdat dat de lessen te veel verstoort. Door het uitdelen, presenteren voor de klas, opruimen en afwassen, want dat hoort er ook bij.”

Inge geeft deze lessen al ongeveer vijf jaar en ze vertelt er nog steeds met smaak over.

Kick Off School-SPORTVERENIGING Oude Westen

woensdag 30 augustus op en rond de AUGUSTINUSSCHOOL JOSEPHSTRAAT 12-14

Op woensdag 30 augustus wordt er op en rondom de Augustinusschool in de Josephstraat de Kick Off van de Schoolsportvereniging Oude Westen georganiseerd. Alle kinderen in de leeftijd van 6 tot 12 jaar kunnen deze middag tussen 13.00 en 15.00 uur genieten van workshops van de verschillende sportaanbieders uit

de wijk. Er is de mogelijkheid om twee workshops te kiezen uit: Dans, Freerunnen, Kickboksen, Circus, Basketbal en Jiu Jitsu.

Ben je dus nog geen lid van een sportvereniging maar zou je dat wel graag willen? Kom dan woensdag 30 augustus langs om een aantal sporten te proberen

en te genieten van de verschillende workshops.

Als je interesse hebt kun je inschrijven voor deze middag, stuur dan een mail naar de coördinator van de SSV Oude Westen, Dennis van Daalen de Jel: dennis.van-daalen@rvko.nl, ook voor overige vragen of opmerkingen.



Gemeentelijk monument

Gaffelstraat 1-3, bekend als het thuis van de Aktiegroep Het Oude Westen, is een gemeentelijk monument, het gebouw uit 1893 is in het weekend van 9 en 10 september a.s. tijdens Open Monumentendag te bezoeken. Het was oorspronkelijk een Zusterhuis en een RK meisjesschool, aangrenzend stond er ook een kerk aan de West Kruiskade, de St.Jozefkerk is in 1974 gesloopt. De activiteiten van de Katholieke-Kerk om een parochie te vestigen dateren uit 1870 met de bouw van een Katholieke school tussen Josephstraat en de

Sint- Mariastraat en een kerk in 1880 in neogotische stijl, ontworpen en gebouwd door de Rooms-Katholieke bouwondernemer H. J. Egelie. Hij bouwde ook de langgerekte blokken alkoofwoningen in de Sint-Mariastraat (1892) Het gebouw in de Gaffelstraat waar de zusters woonden is met zijn klassieke geveldetails, zoals het hoge romaanse venster van de kapel (met glas in lood), en de entree in de vorm van een poortje in neorenaissance stijl kenmerkend voor de bouwstijl uit het eind van de negentiende eeuw.

De geschiedenis van Het Oude Westen in 1000 voorwerpen (122)



Aktiegroep Het Oude Westen - immaterieel erfgoed

De lessen op de scholen werden vanaf 1874 verzorgd door de zusters Franciscanessen van Etten. In 1969 moesten de laatste tien zusters verhuizen, waarna het gebouw aan de gemeente werd verkocht. De Aktiegroep Het Oude Westen werd in 1970 opgericht om een eind te maken aan de vele misstanden in de oude woonwijk, de woningen waren door achterstallig onderhoud ernstig vervallen en de gemeente wilde het liefst de hele wijk slopen. Maar dankzij het protest van de bewoners van het Oude Westen samen met de Aktiegroep zijn de woningen

gerenoveerd of vervangen door nieuwbouw en is de stadswijk behouden. 50 jaar na de oprichting heeft de Aktiegroep een aanvraag gedaan om te worden opgenomen in het netwerk Immaterieel Erfgoed Nederland, dit verzoek is recent toegekend. Het betekent een erkenning voor alle persoonlijke inzet van de bewoners met de Aktiegroep Bij de stadsvernieuwing in de jaren tachtig is de structuur van de buurt grotendeels behouden en sterk verbeterd door meer groen en dwarsverbindingen. De stadsvernieuwing was een proeftuin voor architecten die goede woningen

ontwierpen in combinatie met allerlei voorzieningen zoals een gezondheidscentrum, scholen en een zorgcentrum. De woonbuurt kan nog steeds beter dus bestaat de Aktiegroep ook nog steeds. Het buurtgevoel en de betrokkenheid is groot onder de bewoners, de meesten willen er dan ook graag blijven wonen. In het weekend van 9 en 10 september organiseert de Aktiegroep rondleidingen door de buurt en in het Zusterhuis, volg de website van de Open Monumentendag Bart isings



Vrijwilligersoproep:

Help het Huis van de Wijk De Nieuwe Gaffel onmisbaar te blijven!

Over ons:

De Nieuwe Gaffel is een bruisende ruimte in het hart van het Oude Westen. We zijn er trots op dat we een plek hebben waar buurtbewoners samenkomen, activiteiten organiseren en nieuwe vriendschappen sluiten. Om ervoor te zorgen dat ons huis altijd een warme en gast-vrije omgeving blijft, zijn we op zoek naar vrijwilligers die ons team willen versterken.

Functieomschrijving:

Als vrijwilliger zorg je voor een aangename sfeer voor onze bezoekers. Je takenpakket omvat onder andere: Het onderhouden van de hygiëne van het Huis van de Wijk, zoals het schoonhouden van de gemeenschappelijke ruimtes en het opbergen van gebruikte materialen. Bezoekers koffie en thee aanbieden en de koffiehoeke schoon en netjes houden. Een praatje maken met bezoekers, het verwelkomen van nieuwe gasten en beantwoorden van vragen. Assisteren bij de organisatie van speciale evenementen, workshops of activiteiten die plaatsvinden in het Huis van de Wijk.

Gewenste vaardigheden en kwalificaties:

Je werkt graag met mensen en hebt goede communicatieve vaardigheden. Je bent vriendelijk, geduldig en positief ingesteld. Je bent betrouwbaar en kunt zelfstandig werken maar ook goed in een team.



Je hebt oog voor detail en houdt ervan ruimtes overzichtelijk te houden. Ervaring in de horeca of klantenservice is een plus maar geen vereiste.

Wij bieden:

Een inspirerende en levendige omgeving waar veel bezoekers komen. Training en ondersteuning bij het uitvoeren van je taken. Flexibele werktijden op basis van beschikbaarheid. De mogelijkheid om je vaardigheden en talenten verder te ontwikkelen. Waardering en erkenning voor je inzet.

Lijkt het je leuk om ons team te komen versterken en deel uit te maken van het Huis van de Wijk De Nieuwe Gaffel? Stuur dan een e-mail naar Graciano.Reyke@wmoradar.nl met je naam, contactgegevens en een korte motivatie. We kijken uit naar je sollicitatie en hopen je binnenkort te verwelkomen.

Sociaal Beheerder: Graciano Reyke
Graciano.Reyke@wmoradar.nl
Telefoon 010 2292856/ 0651774003
Huis van de wijk de Nieuwe Gaffel
Gaffelstraat 63 A 3014 RC Rotterdam

ingezonden stuk



wmo radar

Zomeractiviteiten Oude Westen

WANNEER? 10 JULI t/m 20 AUGUSTUS

WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3
Boksen met Khalid, Dominique & Aaron Maandag 10 juli 12:00 - 15:00 uur Gaffelstraat 63a Aankomen = verplicht! Max. 20 kids	Workshop Gaffel x Store Chaima, Laura & Salima Woe 19 juli t/m Vrij 21 juli Tijdstip volgt nog Zaterdag 22 juli Tijdstip volgt nog Aankomen = verplicht!	Wateractiviteit Chaima & Cecile Maandag 24 juli 13:00 - 15:00 uur Gaffelstraat 63a Aankomen = verplicht! Max. 10 kids
WEEK 4	WEEK 5	WEEK 6
Joseph league voetbaltoernooi Dominique & Aaron Maandag 31 juli 12:00 - 16:00 uur Gaffelstraat 63a Aankomen = verplicht! Max. 10 kids	Hunted Dinsdag 8 augustus t/m donderdag 10 augustus 11:00 - 17:00 uur 't Landje, Cool Aankomen = verplicht!* Vol = vol! LET OP: vanaf 10 jaar	De Gaffel opfleuren Met Laura Maandag 14 augustus 14:00 - 16:00 uur Gaffelstraat 63a Aankomen = verplicht! Festival het Buitenland - de Cultuurschool Zaterdag 19 augustus 11:30 - 17:00 uur Overblaak 58

AANMELDEN

Aankomen is verplicht voor elke activiteit. Voor sommige activiteiten geldt een vol=vol regel. Zorg dus dat je zo snel mogelijk bent aangemeld als je graag wil meedoen aan deze activiteiten.

Aankomen of vragen? Dit kan via:

Aaron - 06 57 09 56 93
 Dominique- 06 57 84 76 75
 Laura- 06 21 66 89 69

***Let op!**

Voor week 5 'Hunted' moet je je aanmelden bij Fatima Bahida - 06 23 21 12 89

wmo radar jii ik samen vooruit.

'Ik word gek van dat gepeiker'

De medewerkers van de huisarts kunnen helpen met je gepeiker.

Als je last hebt van gepeiker, dan kun je naar je huisarts gaan en vragen om hulp. In de huisartsenpraktijk werken dokters, maar ook mensen die hen ondersteunen. Zo'n praktijkondersteuner van de huisarts heet 'POH'. Eén van de POH's is er speciaal voor mensen die vastlopen door dingen die hen dwars zitten.

Je hebt van die dagen: je moet alsmaar tobben over hoe je moet rondkomen van je uitkering. Of je hebt veel stress, omdat het niet goed gaat op school met je kind. Of je wordt misschien dol van de herrie die de overburen elke nacht maken. Of misschien ben je bang in een onveilige buurt. Stress! Slapeloze nachten krijg je van die dingen!

Sombere gedachten

Het leven wordt moeilijk als je alsmaar moet piekeren, als je slecht slaapt, als je gedachten malen door je hoofd of als je vooral sombere gedachten hebt. Het wordt dan steeds moeilijker om nog aan andere dingen toe te komen, je kunt niet meer werken, je bent heel de dag somber, je hebt er veel last van. Kortom, je wordt gek van het gepeiker.

Praten lucht op

Praten over die dingen helpt en maakt dat de piekergedachten een beetje minder worden. Veel mensen vinden het moeilijk om pijnlijke dingen te bespreken. Het komt vaak voor dat mensen zich schamen voor hun gepeiker en voor hun zorgen. Maar je hoeft

Ik moet stoppen met piekeren, ik moet stoppen met piekeren, ik moet stoppen met piekeren, ik moet stoppen met piekeren...



Verantwoording
illustratie:
Tekening van Vink.
Bron:
www.
dit-dus.nl/
dit-is-het-
pieker-
handboek

je nergens voor te schamen. Het is juist dapper om te proberen te overleven met je problemen.

Zorg op maat

In een gesprek met de huisarts kun je je zorgen op tafel leggen. De huisarts kan je dan in contact brengen met een deskundige hulpverlener. De POH van de huisarts, of het wijkteam, maatschappelijk werker of psycholoog kan je helpen met dat gepeiker door erover te praten. Vaak zijn je omstandigheden niet echt fijn en maak je je daar zorgen over. Dat is heel normaal. Maar soms heb je zelf niet door hoe je het gepeiker laat ontstaan. Als je het wél in de gaten krijgt, kun je er iets tegen doen. Aarzel dus niet om met piekeren een afspraak te maken bij de huisarts, er is veel hulp in de wijk voor je!

Zomerprogramma 2023 voor senioren en/of mantelzorgers Rotterdam-Centrum

Elk jaar stelt wmo radar samen met partners uit de wijk een zomerprogramma samen vol activiteiten voor senioren en/of mantelzorgers. Ook dit jaar dus. Omdat het programma nog niet rond is kunnen wij u niet via deze weg daarover informeren. Wilt u het zomerprogramma per post of e-mail ontvangen? Neem dan contact op via 010 - 485 58 98 of stuur een e-mail naar info@wmo-radar.nl. Ook zullen wij ervoor zorgen dat er, wanneer de flyer klaar is, een stapeltje in De Nieuwe Gaffel ligt.

Let op! Ontvangt u onze digitale nieuwsbrief? Dan ontvangt u het zomerprogramma automatisch in uw e-mailbox.



Weerbaarheidstraining Oude Westen



Op 5 juni is in het Wijkpastoraat in de St. Maria-straat een bijzondere training gestart: een weerbaarheidstraining voor senioren. Gedurende deze training van vier weken, georganiseerd door de Gemeente Rotterdam en uitgevoerd door wmo radar, kwamen aan bod:

- Mentale weerbaarheid
- Veiligheid aan de deur en op straat

- Omgaan met onveilige situaties
- Veilig computergebruik, administratie, financiën en internet.

Tijdens de tweede les verzorgde wijkagent Samuel samen met ons de les over veiligheid. Ook tijdens les vier was er een spreker met veel ervaring over het thema: Rob de Wit gaf een gastles. De gemeente nodigt steeds een aantal senioren uit om deel te nemen aan deze lessen. Dus misschien valt de uitnodiging de volgende keer bij u op de mat!

Cindy Vos

Deze maand geen artikel vanuit Woonstad, maar één van de Gemeente. De gemeente maakt plannen om op twee plekken in de wijk groen toe te voegen en de bestrating te vervangen.

In de Gouvernestraat en aan de achter- en zijkanten van Odeon komt een nieuwe inrichting van de buitenruimte. Doordat het nieuwe gebouw iets minder diep is, komt er een stukje wijkpark bij. Hier komt meer groen. Ook worden de bestaande sporttoestellen vervangen en komen er buitenfitness toestellen bij. De pleintjes aan de zijkanten van Odeon worden uitnodigende, groene entrees naar het Wijkpark. Vanwege de aanleg van stadsverwarming in de Gouvernestraat wordt hier de bestrating vervangen. Onder een aantal bomen willen we, net als aan de noordzijde van de straat, kleine groenvakken maken.

Ook het Rijnhoutplein wordt opnieuw ingericht. Tijdens het Rijnhoutfestival zijn in de buurt wensen opgehaald voor de nieuwe inrichting. Deze wensen zijn een belangrijk uitgangspunt voor het plan. Het pleingedeelte aan de Nieuwe Binnenweg wordt met het nieuwe terras een levendig plein met nieuwe bestrating. Ook zoeken we naar een oplossing voor de rommelige fietsen. Het achterste



pleingedeelte bij de Leeszaal wordt groener en krijgt een ondergrondse waterberging. Tijdens bijeenkomsten in de Leeszaal is gesproken over verdere inrichting van het plein. Er is zowel behoefte aan zitplekken om rustig een boek te lezen of om elkaar te ontmoeten, als aan een podium voor kleine optredens.

Voor beide plannen is nu een programma van eisen gemaakt. Ontwerpers van de gemeente starten na de zomer met het maken een voorlopig ontwerp. Met de aanleg gaan we waarschijnlijk in 2025 starten.

Meer weten? Dat kan op via projecten in de wijk op <https://www.rotterdam.nl/dijkzigt-oude-westen>.



COLUMN VAN CARRIE

Lieve Aktiegroep en aanverwante artikelen,

Voor jullie begon het allemaal ruim 50 jaar geleden. Alleen niet voor mij. Voor mij begon het pas in 1978. Toen kwam ik voor het eerst naar Rotterdam. Het verhaal is bekend. Want hoewel ik in de rest van het land altijd zeg: ik ben Carrie en ik kom uit Rotterdam, durf ik dat hier niet te doen. Want het is meteen alweer gelogen. Ik ben namelijk geboren in Utrecht, op de Oudegracht boven het café van mijn oma. Ik kwam hier om te solliciteren bij het Jongeren Advies Centrum waar weglopertjes werden opgevangen. Ik kwam het Centraal Station uit. Er stond een enorme wind. Die staat er altijd maar dat wist ik toen nog niet. En mijn haar waaide in de coupe windhoos die het sindsdien is gebleven. Ik kwam in het Oude Westen terecht, kreeg van mevrouw Prinsen van het GWR een sleutel van de Adrianastraat 105. Huisje onder de huurwaarde. En ik vond het geweldig. Geen douche, helemaal geen warm water trouwens en de vloer verzakte elk jaar 1,5 centimeter waar ik dan weer een Houtje van Herman tegen aan timmerde met Spijkers van Schaap. Mijn buurvrouw gaf mijn prachtig slanke Siamese katten stiekem eten door de brievenbus en mijn buurman van 80 ging elke vrijdag naar de kroeg. Bakkie doen. Heen op de fiets, wasknijper aan de broekspijp, terug met de fiets aan de hand. Luid scheldend en tierend. Dat ze allemaal de tering konden krijgen. Heerlijk.

Maar toen kreeg ik ruzie met de Aktiegroep. In mijn herinnering waren jullie toen allemaal grote witte mannen met baarden en klompen en een ongelofelijk grote muil. Dat is tegenwoordig reuze hip maar ik zag er toen

heel weinig immaterieel erfgoed in. Toen ik officieel als heroïne pand werd neergezet, terwijl ik er alleen thuisloze meisjes opving, was het wat mij betreft klaar. Ik ben geloof ik de boel hier nog een keer komen bezetten, samen met de Surinaamse jongens en meisjes van de overkant, die heel verstandig iets later kwamen. Toen hadden Dick en Greet van de Vivo al bemiddeld dus was het allemaal alweer goed gekomen. Kijk jongens, dat het Oude Westen een gouden wijk is, komt heus niet alleen door de Aktiegroep. Nee natuurlijk niet, hoogstens voor 99,9%.

Het komt ook door de ligging van de wijk, door de leuke mensen die er altijd weer komen wonen. Natuurlijk hebben we hangjongeren, dat is van alle tijden. Dan wordt er weer geklaagd dat ze lui zouden zijn. Onzin, onze jongens waren altijd bereid om je portemonnee, je laptop en je mobiel verder voor je te dragen. Ja, sommigen hadden een weedplantage in hun kelderbox maar dan waren die schooltuintjes tenminste niet voor niks geweest. En toen er een kind van drie jaar in de Josephlaan van 3-hoog van het balkon viel, werd hij wel opgevangen door zo'n hang joch die daar doodgewoon een gebroken pols voor over had.

En dat vind ik nou kenmerkend voor het Oude Westen. Het kan hier af en toe flink naar de klote gaan, ik noem even de ellende van de sloop van Odeon in de Gouvernestraat, maar dan komen weer een aantal buurtbewoners die met de poten in de klei, de schouders eronder, de klauwen uit de mouwen de heleboel weer net zo lang heen en weer schud-

delen dat het toch weer in orde komt. Ik denk wel eens dat als de Aktiegroep de politiek in was gegaan, dat dan de herinrichting van de Coolsingel wel gelukt was. Nu moeten we weer tot ons Kampioenfeest wachten tot onze hoolies daar weer eens flink de schop inzetten. Dat als de Aktiegroep de politiek in was gegaan Caroline van der Plas helemaal nooit op die trekker was gaan zitten. En dat gebiedscommissies en wijkraden wel wat te zeggen hadden gehad. Zelfs nu ons hele gemeentebestuur lijkt te bestaan uit stofjas 1 t/m 2.

Nu er veel teveel kastjes en muren zijn waar iedereen maar heen gestuurd wordt. En er is weer eens een grote balk waar heel veel geld van ons overheen gegooid moet worden. Ik noem even Boymans. Als die Beuningen zou horen wat voor zootje daar van gemaakt is, draait die zich om in zijn graf. Maar zelfs dan roept hier dit opstandige groepje dat Aktiegroep heet: ach joh krijg toch allemaal de tering. Net als mijn oude buurman met die knijper aan zijn broekspijp. En dan zijn ze ineens immaterieel erfgoed. Nee, ik weet niet wat dat is. Ik wil het niet weten ook. Al zeg je het in het Russisch, versta ik je nog niet. Ik weet alleen dat de Aktiegroep deugt want deze veer zullen jullie heus niet voor niks in je reet gestoken hebben gekregen. Ik ben wel heel blij dat jullie niet meer allemaal witte mannen zijn met baarden en klompen. Maar met de kleur van de tijd zijn meegegaan. En dat jullie wel allemaal je grote muil bewaard hebben omdat die nog steeds zo keihard nodig is. Dank jullie, fucking, wel.

Ik was Carrie, tot de volgende keer.

gezondheidscentrum mariastraat

Sint Mariastraat 75
3014 SH Rotterdam
www.gcmariastraat.nl

Voor al uw vragen over gezondheid en welzijn

Huisartsen Spreekuur volgens afspraak

Dhr. J.J.G.W. Hipke / Mevr. C.S. Biesmeijer	010 43 632 65
Mevr. A.L.I. Korenhof	010 43 692 41
Mevr. R. Dam-Weststrate / Mevr. E. Niers	010 43 619 75
Mevr. M.A. Visser / Mevr. C.S. Biesmeijer	010 43 655 30
Dhr. F.M. de Jong / Mevr. J.A. Kreuninger	010 43 677 70

Na 17.00 uur of in het weekend:

Huisartsenpost SFG, Kleiweg 500 Rotterdam	010 466 95 73
---	---------------

Fysiotherapeuten Behandeling volgens afspraak

Mevr. D.G. Bongrazio	010 43 621 27
Dhr. T.M. de Hoog	010 43 621 27
Mevr. S.M.A. Willemsen	010 43 621 27

Tandartsen Behandeling volgens afspraak

Dhr. I. Otaredian	010 43 621 76
Mevr. N. Tavakoli	010 43 621 76
Dhr. S. Pedrood / Mevr. W.H. Yan	010 43 621 76
tandarts gespecialiseerd in Orthodontie:	
Mevr. A. Prescu	010 43 621 76
tandarts gespecialiseerd in Kaakchirurgie:	
Dhr. E. Emami	010 43 621 76

Bij pijnklachten van 17.00 uur of in het weekend 010 4552155

Diëtiste en Pedicure Behandelingen volgens afspraak





Tuininspiratie opdoen

Een deel van ons Wij(k) Vergroenen team bezocht Verborgen Tuinen op Zuid om inspiratie op te doen voor de tuinen in het Oude Westen. We zagen daar veel mooie groene tuinen tijdens een zonnig weekend. In Vreewijk ontdekten we tal van prachtige tuinen die bestand zijn tegen klimaatverandering en de biodiversiteit vergroten. We willen bewoners met deze ideeën inspireren en aanmoedigen om hun tuinen aan te pakken. Gebruik meer planten en minder tegels, want tegels zorgen voor veel hitte tijdens de zonnige dagen.

Workshop Bokashi

Op 8 juni gaf Compostmeester Caroline de Vlaam informatie over de voordelen van Bokashi. Ze inspireerde ons om er zelf mee aan de slag te gaan, in de keuken of op een andere schaduwrijke plek. Tijdens de bijeenkomst werden alle aspecten behandeld, zoals de benodigde materialen, het fermentatieproces en het gebruik van het eindproduct. Er werden praktische tips gegeven en er was genoeg gelegenheid om vragen te stellen. Het woord 'Bokashi' komt uit het Japans en betekent gefermenteerd materiaal. Je kunt al je keuken- en tuinafval fermenteren in een emmer in je keuken. Daarna kan het verder afbreken in de tuin of op de composthoop. Dit is niet alleen goed voor het bodemleven, maar ook voor je planten. Op deze manier kun je genieten van gezonde (tuin)planten en tegelijkertijd het milieu helpen.



Groene activiteiten voor in de agenda

- Groen spreekuur bij de Aktiegroep: 30 juni van 10:00 - 11:00 uur
- Groen spreekuur bij de Aktiegroep: 28 juli van 10:00 - 11:00 uur
- 1 september 11:00 - 13:00 uur Tekenworkshop Wilde Bloemen.

Tijdens deze workshop leer je de waarde van wilde bloemen in de (gevel)tuin ontdekken en krijg je inzicht in de vele mogelijkheden ervan. Door ze aandachtig te bestuderen en te tekenen, leer je ze ook herkennen, wat uiterst nuttig kan zijn! Kijk, luister en teken je mee in september? De workshop zal gegeven worden in de Wijk tuin, achterin het Wijkpark, aanmelden: wilma.kruger@gmail.com.

Werkgroep Wij(k) Vergroenen, informatie bij Aktiegroep Het Oude Westen. Vraag naar Lieke, mail info@aktiegroepoudewesten.nl of bel 010 - 436 17 00.

De energie in het Oude Westen in beeld

Hoe houdt u de energierekening laag? En waar loopt u tegenaan met het verduurzamen van uw energie in huis? Tekenaar Maria Fraaije en lokale fotograaf Marwan Magroun brengen dit jaar de energie van het Oude Westen in beeld.

Ze maken een tentoonstelling voor het wijkpark. Hierin willen ze de manieren laten zien waarop mensen in het Oude Westen omgaan met hun energierekening, en hoe ze hun energie verduurzamen in huis. Sommigen leggen bijvoorbeeld een extra vloerkleed neer om de warmte in de kamer te houden, en anderen laten alle lampen in huis vervangen voor LED-verlichting. Deze foto's en illustraties verzamelen ze in een beeldbank, die initiatieven zoals de Aktiegroep kunnen gebruiken in hun communicatie. De Aktiegroep, en veel andere bewonersinitiatieven, zitten namelijk te springen om mooi, menselijk beeld over energie.

Maar wie zijn Maria en Marwan eigenlijk, en hoe gaan ze te werk? Marwan, die uit de buurt komt, is



dit jaar fotograaf des Vaderlands en is bekend om zijn sociale aanpak. Hij gaat bij mensen op bezoek en maakt foto's bij de verhalen die hij hoort. Ook Maria, die vorig jaar stadstekenaar van Rotterdam was, maakt werk over de verhalen van bewoners van de stad. Zo maakte ze een beeldverhaal over een mevrouw in de Tweebosbuurt in Zuid, wier huis werd gesloopt door de gemeente. Ook nu maken Marwan en Maria beelden bij de gesprekken die ze voeren met bewoners. Ze komen op bezoek, luisteren, en maken beelden bij de verhalen over energie die ze horen.

Inmiddels hebben ze een aantal mensen gesproken en wat beelden gemaakt. Nu zoeken ze meer bewoners om bij op bezoek te gaan. Lijkt het u leuk om op de foto te worden gezet door buurtbewoner Marwan, of om uw verhaal over energie te laten tekenen door Maria? Of bent u nieuwsgierig en wil u meer informatie? Neem dan contact op met maria (fraaije@drift.eur.nl) of de Aktiegroep, en dan komen we graag bij u op bezoek.



Op donderdag 15 juni was er weer een bijeenkomst in de werkplaats Duurzaam bij de Aktiegroep. Deze keer kwam Erik Hoeflaak - procesmanager van Woonstad - uiteenlopende vragen beantwoorden die bij de werkplaats leefden.

Zonnepanelen en gas

Een van de vragen ging over zonnepanelen. Waarom liggen nog niet alle daken vol. Eén van de redenen is dat het Oude Westen veel VvE's heeft. Dat betekent, dat er koop- en huurwoningen in één blok huizen zitten, en dat maakt het plaatsen van zonnepanelen vaak lastig. In zijn presentatie vertelde Erik dat Woonstad in de afgelopen twee jaar zo'n 850 zonnepanelen heeft gelegd in het Oude Westen. Ook zijn er twee proeven gestart in de Josephstraat en één in de Schietbaanstraat waar huizen geheel of gedeeltelijke van het gas zijn gegaan.

In de levendige discussie die hierover ontstond bleek wel hoe ingewikkeld deze veranderingen kunnen zijn voor bewoners, installatiebedrijven en Woonstad zelf. Bewoners moeten de nieuwe systemen snappen en soms hun gedrag aanpassen, voor Woonstad en installatie bedrijven is het een organisatorische klus. Zo moeten bewoners soms tegelijk thuis zijn, en als er kinderziekten in een nieuw systeem zitten moeten men opnieuw bij mensen langs. Ook administratief is het lastig. Zonnepanelen moeten door bewoners zelf worden aangemeld, terwijl de gegevens die bewoners moeten invullen van de overheid zeer technisch van aard zijn. Ook voor het afrekenen van warmte in plaats van gas moet een nieuwe organisatie worden ingeschakeld. Wellicht dat de Aktiegroep door haar kennis van en

bekendheid in de wijk de bewoners een handje kan helpen. Wanneer woningen worden aangepakt is afhankelijk van wanneer er onderhoud op de planning staat. Dus bij dak- en gevel onderhoud wordt meteen voldoende isolatie aangebracht.

Circulair

Woonstad sloop circulaire. Dat wil zeggen dat sloopmaterialen netjes gescheiden worden, zodat ze zoveel mogelijk kunnen worden hergebruikt. De vraag van de werkplaats was of Woonstad ook tweedehands materialen gebruikt. Dit beleid is nog in ontwikkeling. Soms doet Woonstad dat. Maar het is niet zo eenvoudig. Woonstad kreeg bijvoorbeeld w.c. potten die afkomstig zijn van het Erasmusziekenhuis. Welke bewoner zou die willen hebben? Over de nieuwbouw van Odeon wist Erik te vertellen dat deze huizen worden aangesloten op het warmtenet. Omdat hier in de wijk al een warmtenet ligt wordt bekeken of ook andere gebouwen in de straat kunnen worden aangesloten.

EFG-labels

Energielabels geven de energieprestatie van woningen aan. Dan wordt bijvoorbeeld gekeken naar installaties en isolatie van woningen. AA is goed en G is slecht. Voor woningen met E, F, of G labels is in het algemeen meer energie nodig om ze te verwarmen, waardoor de bewoner meer energiekosten heeft. In het Oude Westen zijn er 30 woningen, die een E, F, of G label hebben. Woonstad wil deze woningen aanpakken vóór 2028. De klantenraad van Woonstad heeft bedongen dat deze woningen in 2023 geen huurverhoging krijgen! Ten slotte maakte Erik duidelijk dat Woonstad zich beseft dat de toemende hitte ook een probleem is en wordt. Dit is men aan het onderzoeken. Bij de bouw van veel huizen van voor 2021 is geen rekening gehouden met hoge temperaturen. Dat niet alle vragen en problemen nu gelijk aangepakt kunnen worden is duidelijk, maar Woonstad zet zich in voor een wijk met toekomst voor de bewoners van nu.

Afvalwijzer VAN WEGWERP NAAR HERGEBRUIK



Steeds meer komen we erachter dat we oude dingen die nog goed zijn, kunnen hergebruiken of een nieuwe bestemming kunnen geven. Met de afvalwijzer willen we u laten zien waar u uw oude, goede of kapotte spullen naar toe kunt brengen. Deze keer besteden we aandacht aan de maatregelen die 1 juli 2023 ingaan om het weggooien van plastic bekertjes en voedselverpakkingen te verminderen. En dat is hard nodig. Alleen al in Nederland worden elke dag 19 miljoen plastic bekertjes en voedselverpakkingen weggegooid die slechts één keer zijn gebruikt. Onnodig veel afval dat vaak in de wijk, op straat en in de plantsoenen belandt. Om de afvalberg te verkleinen en zwerfafval terug te dringen, voert de overheid maatregelen door om van hergebruik de norm te maken.

Je betaalt vanaf 1 juli extra voor wegwerpbekertjes en wegwerpbakjes met plastic als je eten of drinken afhaalt of laat bezorgen. Je hebt hier niet alleen bij horeca mee te maken. Ook voor plastic verpakkingen van bijvoorbeeld een maaltijdsalade in de supermarkt of een broodje bij een benzinestation moet je betalen. De nieuwe regels gelden niet alleen voor verpakkingen waarbij het duidelijk is dat ze van plastic zijn, zoals het witte frietbakje bij de snackbar. Maar ook in kartonnen drinkbekertjes en pizzadozen zit een plastic foamlagje. De ondernemers mogen zelf bepalen hoeveel geld zij vragen voor wegwerpbekertjes en wegwerpbakjes die plastic bevatten. Het advies van de overheid is om 25 cent extra te rekenen voor een beker en 50 cent extra voor een maaltijdverpakking. De kosten die je maakt voor wegwerpbekertjes en wegwerpbakjes met plastic staan apart op de kassabon. Zo zie je meteen hoeveel extra je betaalt.

Ondernemers zijn vanaf 1 juli verplicht om een herbruikbaar alternatief aan te bieden voor de plastic wegwerpverpakkingen. Dat kan op twee manieren:

- Of ondernemers bieden herbruikbare bekertjes en bakjes aan waarvoor je borg moet betalen en die je terug krijgt als je de bakjes en bekertjes terugbrengt.
- Of ondernemers vullen de beker of het bakje dat je zelf hebt meegebracht.

Ondernemers kunnen zelf kiezen welke optie zij aanbieden. Ze kunnen er ook voor kiezen om beide opties aan te bieden.



Wijktuin zoekt vrijwilligers

Houd je van groen en buiten zijn? Heb je een beetje groene vingers? Kom helpen in de Wijktuin achter in het Wijkpark.

We zoeken ook mensen die de tuin open kunnen houden en bezoekers ontvangen.

Meer informatie of je aanmelden:

Aktiegroep Oude Westen 0104361700
Gaffelstraat 1- wilma.kruger@gmail.com

Pareltje van de wijk

Ze had al een tijdje het gevoel dat het niet goed zat, en ze had gelijk. De diagnose is dat de tumor kwaadaardig is. In korte tijd volgden een aantal ziekenhuisbezoeken, onderzoeken, uitslagen, nou ja die hele molen. En nu maar afwachten wat het behandelplan gaat worden. We zijn met ons allen wel onder de

Kwaadaardig?

indruk.... Wat moeten we zeggen, wat kunnen we anders doen dan maar met haar mee wachten wat er nu weer gaat gebeuren. Gelukkig (al is dat een wrang geluk) zijn er een paar mensen om haar heen die ik ervaringsdeskundige kan noemen. Zij weten een beetje weten hoe zo'n onderzoek gaat en wat de scenario's zouden kunnen zijn.

Zelf is ze er heel open over: 'ik kom zo langs voor even weer een update'. En dat is mooi. Ook hoe de mensen reageren is mooi. De één zou willen huilen, een ander luistert en gaat dan naar huis, weer een ander geeft adviezen, nog weer een ander wenst haar sterkte. En er zijn mensen die precies willen weten hoe die onderzoeken gaan: ct scan, petscan, klierpunctie... een boek vol termen gaat voor ons open. Wat zijn we toch verschillend.... En toch horen we bij elkaar, vullen we elkaar aan.

En we kijken elkaar aan, maken afwegingen en berekeningen: uitzaaiingen of niet... dat scheelt een heleboel; wat betekent dat voor het functioneren van de club; hoe dom is de pech, wat heeft het te maken met het leven dat je tot nu toe geleefd heeft, en kan het mij ook zomaar overkomen?

Wat ons wel steeds duidelijker wordt is dat we ons met elkaar verbonden voelen, als er een van ons iets overkomt zijn we allen stil. Natuurlijk, het is niet de eerste keer dat er iemand ziek wordt of doodziek. We zijn er zelfs mensen door aan de dood verloren. Maar elke keer als iemand ziek wordt is het toch weer iets nieuws. We kijken naar elkaar, wachten met elkaar, leven met elkaar mee en doen het er maar mee.

Want veel meer dan elkaar steunen kunnen we niet. En meestal is dat gelukkig genoeg. *Katinka*

KruiskadeFest viert de culturele rijkdom van het Oude Westen



Op zaterdag 17 juni tussen 15:00 en 17:30 vond de tweede editie van KruiskadeFest in Wijkpark het Oude Westen plaats. Voor de tweede keer bundelden verschillende (wijk)organisaties en bewoners hun krachten om het festival neer te zetten. Het doel van het festival is de live muziek presenteren, lokale talenten het podium bieden en de wijk positief verbinden.

Vanaf januari waren New Grounds, De Aktiegroep en Cultuurregisseur Centrum al hard bezig met het zoeken naar lokale talenten. Die lokale talenten hebben het festival geopend. Alejandro Luque, een van de bewoners en lid van Iberoamerican Ensemble vond het prachtig voor het eerst voor zijn wijk te spelen. Vrolijke Spaanse en Latijns-Amerikaanse muziek spatte uit vijf blazers en percussie. AcroFitt Dance Studio en kinderkoor Oude Westen The Golden Voice onder leiding van wijkbewoonster Isabel Bermejo presenteerden de nieuwe generatie talenten. De middag werd feestelijk afgesloten met prachtige Kaapverdianse muziek en zang van Paulo Bouwman en zangeres Djocelyn Mendes. Ze toverde het hele terrein om tot een zomers dansfeest. Cuisine Ukraine heeft hun lekkere taartjes uitgedeeld en koffie geschonken. Rond de 350 bezoekers, dansend voor het po-



dium en met een glimlach op het gezicht, vierden de culturele rijkdom van Het Oude Westen!

Het festival is mogelijk gemaakt door Gemeente Rotterdam, Cultuur Concreet, Woonstad, Rotterdams Volkstheater, New Grounds.

Het festival is een samenwerking van De Aktiegroep het Oude Westen • Stichting Cretopia Rotterdam • BIZ West-Kruiskade • Stichting Ruwe Diamant • WMO Radar • Leeszaal Rotterdam West • Store Store • Krachtvrouwen Oude Westen • Moves! Rotterdam • Oekraïense huiskamer • Rotterdams Volkstheater • New Grounds



Meld je straat nu aan!

LEKKER WEER OPZOOMEREN

Het is altijd goed om elkaar als burens te ontmoeten en samen iets te doen in je straat. **Opzoomeren** heet dat in goed Rotterdam. Wat dacht je van een straatontbijt, een klusdag of... Met twee aanbiedingen helpt Opzoomer Mee om er een succes van te maken.

Aanbieding 1

Bijdrage 175 euro

Met de bijdrage van maximaal 175 euro kunnen jullie je straatactiviteit(en) mogelijk maken. Denk aan een spelletjesdag, een straatfeest of straattiner. Samen met je burens kom je tot leuke en originele ideeën.

Vul de aanmeldbon in...

Aanbieding 2

Opzoomerkeetje

Je straatactiviteit wordt nog leuker met een keetje. Die zit vol handige spullen. Kies uit onze keetjes, er zijn 5'smaken. Zo heb je alles wat je nodig hebt om er een mooie dag van te maken. **Bel 010 213 10 55 om te reserveren.**

Vakantie in je straat

Een spelenparcours, een nachtje kamperen, zelfgemaakte ijsjes maken... en wat is eigenlijk vakantiepatat? Met het **Opzoomerkids Vakantie-Doe-boek** en een bijdrage van **75 euro** om kinderactiviteit(en) te organiseren wordt het een heerlijke zomer in je straat.

Meer weten?
Opzoomermee.nl/zomer

Vul met je burens de aanmeldbon in.
Kijk op opzoomermee.nl. Of scan de QR code.

Zet je straat in bloei! Je straat vergroenen met je burens kan ook! opzoomermee.nl/groen

POP OP MILIEUPARK EEN SUCCES

Op donderdag 8 juni was er weer een pop-up markt in het wijkpark, waar mensen hun kapotte lampen/snoeren/beeldschermen

enzovoorts konden inleveren. Ook was er een kraampje van het Ruilpunt waar alles voor vijftig cent werd verkocht. Verder gaven energiecoaches tips hoe je je energiekosten omlaag kan krijgen. De mensen van wij(k) vergroenen gaven info hoe je je buurtje (samen) groener/gezonder kan maken. De gemeente was met drie wagens aanwezig waar onder andere verblikken, batterijen, glas en elektrische spullen ingeleverd konden worden. Samen met de gemeente willen we vaker dit soort pop-ups gaan organiseren. Ook op andere pleinen in de wijk.



Zomeropeningstijden Leeszaal

10 juli – 21 augustus

Dinsdag, donderdag, zaterdag 10-16 uur

Het is vakantie!



MOOIE NIEUWE KINDERBOEKEN GRATIS LENEN VOOR ALLE KINDEREN IN DE WIJK VAN 0-14 JAAR

JEUGDBIEB WEST

LEKKER LUIEREN EN LEZEN, DE JEUGDBIEB IS OPEN, MAAR VANAF 10 JULI TOT 22 AUGUSTUS ALLEEN OP WOENSDAG VAN 13.00 – 16.00 UUR DE ANDERE DAGEN ZIJN WIJ OOK VRIJ!



in Huis van de wijk De Nieuwe Gaffel Gaffelstraat 63 3014 RC Rotterdam

Open Monumentendag



Vooraankondiging Open Monumentendagen

Op zaterdag 9

en zondag 10 september...

Leer uw wijk kennen en reserveer alvast.

... worden in heel Rotterdam Open Monumentendagen gehouden. Dit jaar doet de Aktiegroep het Oude Westen voor de derde keer mee. Het programma staat in het teken van Immaterieel Erfgoed. Dit thema is de Aktiegroep op het lijf geschreven, want sinds 14 februari heeft de Aktiegroep de status Immaterieel Erfgoed Nederland zoals verwoordt in het UNESCO Verdrag. De Open Monumentendagen worden officieel geopend op zaterdag 9 september van 11.15- 11.45 uur met de onthulling van een plaquette met een gedicht van Lucienne Goeree over onze wijk. Daarna wordt de Artprint van het gebouw gemaakt door kunstenaar Caroline Ellerbeck overhandigd aan Annelies de Weerd, wijkbewoonster, die deze prijs gewonnen heeft.

Gratis rondleidingen door de wijk op zaterdag 9 en zondag 10 september om 12 en 14 uur met als thema Immaterieel Erfgoed. Langs instellingen en plekken waarbij de Aktiegroep het voortouw heeft genomen zoals het Gezondheidscentrum, de Leeuwenhoek, het wijkpark. **Rondleiding 1:** Omhoog kijken. **Rondleiding 2:** Langs oud en nieuw. Er is ook een toer door het pand om 13 en 15 uur met bezoek aan de Oekraïense huiskamer in de voormalige Kapel.

Aangezien er veel bezoekers worden verwacht is het aan te bevelen om te reserveren vooraf bij Lieke@aktiegroepoudewesten.nl.

Lees de buurtkrant van 5 september met het uitgebreidere programma.

Ronald Schriel in Galerie Atelier Herenplaats



Dit is een werk van Ronald Schriel, acryl op paneel. De vrolijke kleuren spatten van het doek, wat goed past bij het werk van de Cubanen. Ronald is een kunstenaar die vooral vanuit zijn gevoel werkt. Kunst is voor hem een manier om een eigen beeldende werkelijkheid te scheppen, tegenover de (soms harde, moeilijke) realiteit van de echte wereld. Het werk is onderdeel van de expositie "The Cuban Connection" die te zien is tot 9 september bij Galerie Atelier Herenplaats. Deze tentoonstelling is een samenwerking van Herenplaats met Studio Riera in Cuba.

Galerie Atelier Herenplaats
Schiebaanstraat 1, 3014 ZT Rotterdam
www.herenplaats.nl. Geopend van maandag t/m vrijdag van 13.00 tot 17.00 uur

uit de kunst

De dichter uit Singapore, Theophilus Kwek

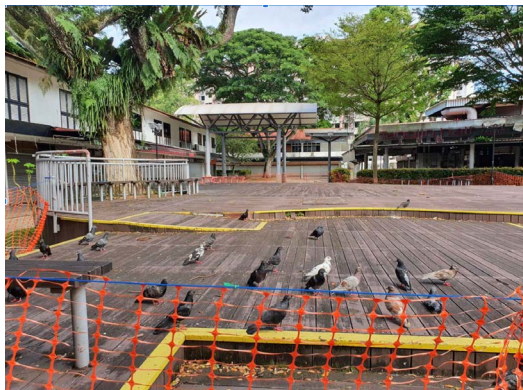
Op 9, 10 en 11 juni vond weer de jaarlijkse (53e) Poetry International plaats in Rotterdam. Ondanks het warme weer zaten de zalen in Lantaren/Venster vol met poëziefhebbers en dichters. Er waren niet alleen voordrachten van dichters, maar er werden ook films vertoond. Daarnaast werden er lezingen gegeven en waren er workshops.

Ik was onder de indruk van Paul Tran. Een Vietnamees uit de Verenigde Staten, een dichter en een wetenschapper, die bruto eerlijk was in diens poëzie, maar ook als persoon. Hij vertelde over misbruik, kunst en het onrecht in de maatschappij. Simone Atangana Bekono is een Nederlandse dichteres, die verrassende poëzie bracht. Ik was overonderd door de meeslepende woorden van Laura Vazquez uit Frankrijk. Het was niet te vatten. Het beste was om me er aan over te geven. Ze trad op met Radoslaw Jurczak uit Polen, die naast dichter ook 'machine learning

engineer', filosoof en wiskundige is. Zijn gedichten gingen met zo'n vaart, dat ik vooral bezig was om hem bij te houden.

Ik ontmoette ook de Singaporese dichter Theophilus Kwek en ging met hem in gesprek. Wisten jullie dat de voertaal in Singapore Engels is? Hij schrijft dan ook zijn poëzie in het Engels. Naast dichter, vertaler en onderzoeker is Kwek ook geschoold klassiek violist. Hij schrijft over maatschappelijke onderwerpen. Theophilus Kwek groeide op in Singapore en studeerde geschiedenis en politicologie aan de Oxford Universiteit

in Engeland. Hij werkt nu als literair redacteur in Singapore. Daarnaast begeleidt hij een groep migranten in Tanglin Halt, een wijk in Singapore, die moet verhuizen omdat de wijk gesloopt wordt. Hij transformeert hun verhalen tot poëzie. Hij is op zijn 14de begonnen met het schrijven van poëzie. Zijn eerste gedicht heeft hij op de basisschool geschreven voor twee goede vrienden op advies van zijn moeder. Op zijn veertiende deed hij mee aan een schoolprogramma en kwam daar Singaporese dichters tegen. "Ze leken op mij. Ze klonken als mij. Ze waren bezig met thema's die mij ook bezig hielden. Ze



< De wijk Tanglin Halt, Singapore

waren niet wit, niet oud, niet dood en noemden zich dichters. Ik dacht: 'Zo kan ik ook worden.'"

In het begin wilde hij nog indruk maken met zijn poëzie. Hij schreef over verliefdheden en andere

persoonlijke dingen. Op de universiteit realiseerde hij zich dat hij dingen te zeggen had over de maatschappij. Zijn gedichten werden steeds minder een persoonlijke uiting, maar een manier om deel te nemen aan

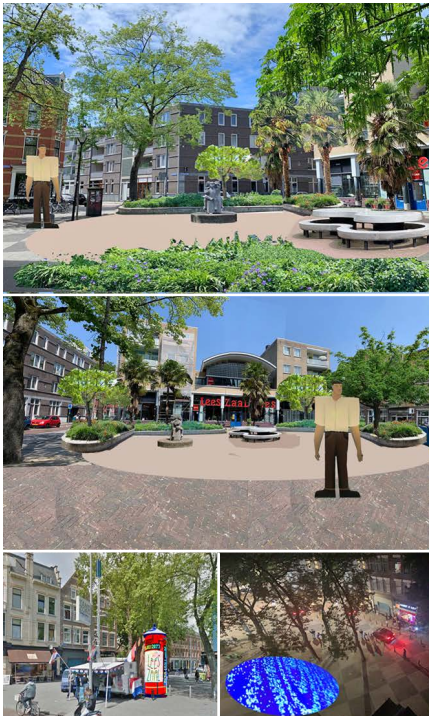
het maatschappelijke debat. Een dichter is één van de stemmen in de samenleving. Iedere keer als hij achter zijn bureau plaats neemt vraagt hij zich af: 'Wat heb ik geobserveerd en wat viel me op in de wereld?' De observaties zijn het zaadje en vormen het startpunt van zijn poëzie. Hij wil via woorden, vormen en ritme de lezer stap voor stap meenemen in een ervaring. Poëzie is een sleutel, die het slot kan openen van de dichte kamers in ons hart. Zodat we met een open hart naar anderen kunnen luisteren en anderen kunnen verwelkomen. *Serpil Karisli*

Onze wensen voor het Rijnhoutplein

Langzaam beginnen de plannen voor de herinrichting van het Rijnhoutplein vorm te krijgen. Het huidige steenplein ligt er al 34 jaar en is dringend aan vervanging toe. In de workshops die door bewoners en ondernemers zijn georganiseerd in de afgelopen jaren, onder andere tijdens de pleinfesten, kwam de duidelijke wens naar voren om er een meer groen en beschut plein van te maken, ook geschikt voor buurtfeesten en marktjes. Een rustig plantsoen, net achter de hectische stedelijke Nieuwe Binnenweg. Het gebied dat heringericht gaat worden, begint aan de Nieuwe Binnenweg, het toekomstige J.A. Deelderplein, en strekt zich uit tot de Leeszaal aan het Rijnhoutplein. J.A. Deelder en Rigardus Rijnhout, twee legendarische Rotterdamers, verenigd naast elkaar. Op het getekende kaartje is de situatie in beeld gebracht, het

is een vanuit de wijk gewenst sfeerbeeld en moet nog verder uitgewerkt worden. Het deel aan de Nieuwe Binnenweg is vol reuring en wordt vooral gebruikt door de horeca, in het haringseizoen staat er een viskraam. Ons voorstel is dat 's nachts het plein oplicht, een ode aan de nachtbuurgemeester. Steentjes in de bestrating nemen overdag zonlicht op en stralen dat als het donker is weer uit: glow in the dark voor J.A. Deelder. Dit is nog een concept idee. De huidige bestrating zal worden vervangen door hoogwaardige bestrating, rekening houdend met de drie terrassen die de horeca daar heeft. Ook komen er meer plekken voor fietsen. Op de Nieuwe Binnenweg willen we graag een 'peperbus' met – naast dichtregels van Deelder - programmaposters van de Leeszaal en de ateliers en galerieën rondom het plein. De belangrijke toegangen tot

de buurt links en rechts van 'het blauwe blokje' worden verbeterd met hoogwaardige bestrating en waar het kan groen en bijzondere verlichting. Het Rijnhoutplein moet een fijne verblijfsplek worden. Door middel van verhoogde bloembakken krijgen de bomen meer kans om water op te nemen, in de aarde is ruim plaats voor bloemen en planten en nieuwe boompjes. Op de randen rondom kan je zitten in de schaduw van de bomen die voor verkoeling zorgen. De wens is dat er voor de leeszaal een soort kleedje komt, van bv hardgebakken klinkers in een zachte gele kleur, met eromheen een groene omzoming die de ruimte meer besloten maakt. De Leeszaal en de Herenplaats willen graag een bijzonder zitelement waar je kunt werken, vergaderen en dat ook kan dienen als podium. Graag zouden we willen dat de geschilderde reus van Brenda van Vliet, kunstenaar uit atelier Herenplaats ook een plek krijgt op het plein. Deze innemende versie van Rigardus Rijnhout die 2.37 meter groot was, zou op



een draaiende schijf kunnen staan zodat hij het hele plein in de gaten kan houden. De gemeente gaat alle ideeën eerst op haalbaarheid beoorde-

len en begint in september met het maken van een ontwerp voor het plein. In 2024 wordt het ontwerp afgerond en dan duurt het nog wel een jaar

voordat het plein klaar is.

Zaterdagmiddag 16 september 13.00-17.00 uur is er weer een Rijnhoutpleinfestival