

buurtkrant Oude Wester

MEI 2025

Jaargang 56 nr. 04



2 Van de straat geplukt:
Engin Karabina



2 Jan Anceaux bezoekt:
Het tramhuis

4 / 5

Nieuws van de instellingen in de wijk

- Woonstad Rotterdam
- Wmo Radar
- Gezondheidscentrum St. Mariastraat



www.aktiegroepoudewesten.nl

Bewoners creëren duurzame Stadstuin Gouvernehof



De binnentuin tussen de Sint Mariastraat en de Gouvernestraat, waar eerder al een kippenren als eerste stap werd gerealiseerd, heeft nu een verdere transformatie ondergaan. Bewoners hebben de handen ineengeslagen om deze plek verder te ontwikkelen tot een nog duurzamere ontmoetingsplek voor de buurt.

In 2021 nam bewonersvereniging Stadstuin Gouvernehof het initiatief met de oprichting van een speciale werkgroep. Na grondig overleg en een enquête onder de bewoners van het Gouvernehof viel de keuze op het ontwerp 'Torteltuin': een groene visie met meer bomen, minder verharding en veel planten.

Dit voorjaar werd de visie werkelijkheid toen buurtbewoners gezamenlijk acht nieuwe bomen plantten. Met financiële steun van de PostcodeWinkel, WMO Radar, Gemeente Rotterdam en Woonstad is het project verder uitgebreid. Er kwamen een wormen- en insectenhotel en de borders werden flink vergroot. Een ware metamorfose waarbij bijna 40m² tegels plaats maakte voor groen en 17m³ zand werd afgegraven.

Het wormenhotel, dat GFT-afval van dertig huishoudens verwerkt, staat onder beheer van vier toegewijde 'hotelmanagers'. Dankzij workshops weten buurtbewoners precies hoe ze kunnen bijdragen. Het hotel is uitgegroeid tot een trefpunt waar buuren elkaar nu ook ontmoeten met hun emmertjes groenafval. Het insectenhotel, vakkundig getimmerd door buurtbewoner Rob, kreeg extra hulp van de buurtkinderen die enthousiast bijennestjes fabriceerden.



Wie komt de Buurtkrant-redactie versterken?

De redactie van de Buurtkrant is op zoek naar enthousiaste mensen die mee willen helpen bij het maken van de krant. De Buurtkrant komt tien keer per jaar uit en we vergaderen per krant twee keer. Je hoeft daar niet per se bij te zijn, je kunt ook een deeltaak op je nemen. Op dit moment zoeken we vooral mensen die mee willen helpen bij het verzamelen van de stukken en het in de gaten houden van de tijdsplanning, zodat alles op tijd bij de vormgever komt. Maar alle hulp is welkom! Als de redactie wat uitgebreider wordt, kunnen de taken ook wat gemakkelijker verdeeld worden. Ook als je tijdelijk wat tijd over hebt, ben je welkom.

Wil je meer weten over het redactiewerk? Neem dan contact op met Laura Bakker: bel/app op 06 10 54 48 93, mail naar laura@aktiegroepoudewesten.nl of loop even langs bij de Aktiegroep, Gaffelstraat 1.

Kom bij de Natuurclub!

Vanaf dinsdag 6 mei van 15:30 tot 17:00
Gerit Sterkmanplein voor kids van
7 t/m 12 jaar uit het Oude Westen



Zaaien, planten, oogsten en knutselen
Aanmelden: info@aktiegroepoudewesten.nl

Meer weten? lees
verder op pagina 6



Suikerfeest bij Pameijer



De Ramadan was voorbij en dat werd afgesloten met het Suikerfeest. Bij Pameijer werd het een dag later op 31 maart gevierd. Alle buuren waren welkom en kregen een bakje met Turkse oliebolletjes, lekker zoet zoals het hoort.

stap
verder
pameijer



Engin Karabina



‘Iedereen heeft ergens een talent voor: je moet goed kijken wat iemand kan of waar iemand van droomt.’ Engin vertelt:

Geboren in Turkije
‘Ik ben in een heel klein dorpje geboren in de buurt van Trabzon. We regelden alles met elkaar. Als je olie of suiker nodig had, dan klopte je aan bij je burens. Ik heb er nog steeds familie wonen. Mijn vader ging in 1970 naar Nederland om te gaan werken bij de Van Nelle Fabriek. Hij is daar zijn hele werkzame leven gebleven. Hij was de enige in ons dorp die deze stap maakte. Mijn moeder bleef met zeven kinderen achter. Mijn vader stuurde geld naar ons op via onze ooms.’

Werken vanaf je dertiende
‘Na de basisschool ging ik in Trabzon bij een garage werken. Ik was toen dertien jaar. Ik verdiende te weinig om ons gezin verder te helpen. Daarom ben ik in de bus gestapt en naar Istanbul vertrokken. Ik ging alle garages af totdat ik er een baan en huisvesting vond. Hierdoor kon ik extra geld naar mijn moeder sturen en ging het thuis beter. Mijn vader vond dat ik wel naar Nederland kon komen. Nederland was net een beetje voor mij gaan leven door het toen-

malige EK met Gullit en Van Basten. Dus ik zag het wel zitten. Ik was nog net geen achttien en kon er met een visum naartoe.’
Een echt gezin
‘Mijn vader woonde in Spangen. De huizen waren slecht en de huissleutel paste op alle huizen in de straat. Mijn vader ging werken en ik zat zonder familie en vrienden thuis. Dat was heel erg moeilijk. Ik zat dagen te bellen naar Turkije, totdat de telefoonrekening binnenkwam van 800 gulden.

Ik zei tegen mijn vader dat ik terug zou gaan als hij niet zou zorgen dat mijn moeder ook over zou komen. En dat gebeurde. Ze kwam samen met mijn drie jongste zussen en broer. Toen werden we een echt gezin in Nederland. Ik voelde me verantwoordelijk en via een uitzendbureau ging ik net als mijn vader bij de Van Nelle Fabriek werken.’

Nederlands leren
‘Bij de Van Nelle Fabriek had ik een chef die zei: “je doet het hartstikke goed hier, maar je kunt beter naar school gaan. Je moet Nederlands gaan leren.” En dat heb ik gedaan. Ik kwam hem laatst nog tegen en toen heb ik hem nog bedankt voor dit advies. Ik heb in de loop van de jaren heel veel cursussen gevolgd. Om te oefenen met de Nederlandse taal ging ik bij Pameijer vrijwilligerswerk doen. De taal die ik nu spreek en de woorden die ik nu ken, heb ik te danken aan de cliënten met wie ik werkte. Door mijn interesse in hen en mijn eigen levenservaring kreeg ik binnen een jaar een baan aangeboden. Ik verdiende niet zo goed en had inmiddels een gezin met twee kinderen. Mijn vrouw kreeg toen ook een baan bij Pameijer.’

Leerwerkcoach
“Mijn vrouw is maatschappelijk werker en we werken sinds 1998 samen. Ik ben heel blij met haar en we vinden het allebei leuk om samen

te zijn. Inmiddels ben ik leerwerkcoach. Ik vind het mooi om kennis over te dragen en om te zien hoe cliënten zich ontwikkelen en groeien. Daar word ik heel blij van. En wij leren ook veel van hen. Iedereen heeft een eigen talent, je moet goed kijken naar wat iemand kan. Ons doel is om onze cliënten te begeleiden bij de droom waar ze naartoe willen. Als iemand in de bouw wil gaan werken, dan gaan we daar op zoek naar een stageplaats. We kenden iemand die dakloos was, we hebben gezorgd voor huisvesting en dagbesteding. Het is mooi als dat lukt.’

Kringloopwinkel in het Oude Westen
‘Pameijer Klus en Werkt vervult een eigen plek in de wijk. Ik heb hierover kunnen vertellen aan koning Willem Alexander, koningin Máxima en prinses Beatrix, want ik was uitgenodigd voor de lunch op de 10-jarige Koningsdag. Ze waren echt geïnteresseerd en op de hoogte. Dat was bijzonder om mee te maken. Onze kringloopwinkel is een ontmoetingsplek. Mensen komen gemakkelijk bij ons binnen. Het Oude Westen is een bijzondere wijk waar veel gebeurt en waar wij bij aansluiten. Het is een hele gemixte wijk en iedereen gaat zo leuk met elkaar om. Dat vind ik prachtig om te zien. We hebben met buurtbewoners Tuin de Bajonet opgezet en deze wordt door onze cliënten onderhouden. In de zomer hebben we veel activiteiten in de tuin, waar iedereen aan mee kan doen!’



GEDICHT

VAN WOOSJE

ik wil graag
want eigenlijk zou
ik wel
laten we net doen
alsof de wereld
stilstaat

net alsof
in de waan van de dag
gaan we gewoon door
met wat we altijd
deden

en ondertussen...

knaagt
het geweten
wreed

want
ik weet

Pensionado bezoekt historisch tramhuis



Na twee bakken koffie en een rondje over de Westersingel in de vroege ochtend ben ik weer helemaal wakker en lacht de nieuwe dag mij tegemoet. Eerder kwam ik dan altijd het tramhuis op het Eendrachtsplein tegen. Nu moet ik dat karakteristieke huisje in Art Nouveau-stijl alweer een hele tijd missen. Mij bekreep, ondanks de aangekondigde restauratie, langzamerhand het gevoel dat het niet meer terug zou komen. Daar wilde ik dus meer van weten. Na enig heen en weer gebel, kwam ik uiteindelijk in contact met Marjolein van den Blink, de nieuwe directeur van Stichting Tramhuis. Ik bezocht haar onder het genot van een kopje thee (ik had immers al genoeg koffie op) op haar werkplek aan de Nieuwe Binnenweg. Ik had een leuk gesprek met deze enthousiaste en gedreven directeur. We hebben eerst even stilgestaan bij de historie van het tramhuisje. Het huisje is inmiddels meer dan honderd jaar oud en heeft op diverse plekken in Rotterdam gestaan; gestart op het Oude Beursplein en dan o.a. door naar

de Coolsingel en het Kruisplein. De oorspronkelijke functie van het tramhuisje was het stationsgebouw van de RETM (Rotterdamsche Electriche Tramweg Maatschappij). Op het Eendrachtsplein was het een horecagelegenheid, waar “nachtvlinders” met knorrende magen in de kleine uurtjes nog een hapje konden komen eten. Marjolein gaf aan dat het huisje voor de restauratie in delen uit elkaar is gehaald. Al deze delen zijn genummerd en vervolgens is alles naar de smeed- en staalspecialist Van der Vegt in Bleskensgraaf vervoerd. Hier vindt de restauratie plaats. Met name de behandeling van verroest staal blijkt een grote uitdaging. Het vraagt ambachtelijk precisiewerk. Het is de bedoeling dat het, toch nog zo’n 50.000 kg wegende, huisje in zijn oorspronkelijke staat wordt teruggebracht met het typerende staal en glas en het open interieur. Maar het wordt natuurlijk ook geschikt gemaakt voor zijn nieuwe functie. De verwachting is dat dit najaar het herleefde huisje wordt geopend. Het krijgt dan de functie van kiosk voor stadswandelingen. Het moet

de “wandelpoort” van Rotterdam worden, waarvandaan de vele stadsgidsen die Rotterdam rijk is hun rondes kunnen gaan maken. Het Oude Westen zal daar zeker onderdeel van uitmaken. Wat zou er mooier zijn dan dat in één van de wandelingen ook een bezoek aan de Aktiegroep Oude Westen wordt opgenomen?! Marjolein vertelde dat er sinds corona veel en steeds meer wordt gewandeld in Nederland. De visie van haar stichting is dat lopen gezond is, dat het verbindt en dat het ontdekken stimuleert. Een hele mooie drie-eenheid dus. De opening van het Tramhuis laat nog even op zich wachten. Toch start er in juni al een zogenaamde “Podwalk” vanaf de plek waar het Tramhuis komt te staan. Dit bleek wandelen met “oortjes” te zijn; je moet het maar weten als pensionado. In de Podwalk is een architect aan het woord, die je begeleidt en interessante dingen over Rotterdam vertelt. Je kijkt als het ware door de ogen van de verteller. Zelfs voor doorgewinterde Rotterdammers is

dit interessant. Het geeft namelijk een andere verrissende kijk op de stad en de vele bouwactiviteiten die gaande zijn. Maar ja, hoe moet dat dan in juni als er nog geen Tramhuis staat? Het simpele antwoord is natuurlijk dat je voor een Podwalk uitsluitend een smartphone, app en oortjes nodig hebt. Dat had ik, zelfs als pensionado, toch zelf wel kunnen bedenken. Vanaf juni zijn er voor de “klassieke wandelaars” overigens ook wandelboekjes beschikbaar, hoor. Tenslotte hadden we het nog even, in slecht Nederlands, over Walking and Talking. Bij dit initiatief gaat iemand die (beter) Nederlands wil leren aan de wandel met een Nederlands maatje. Al lopend wordt er zo gewerkt aan de taalvaardigheid van de betrokkene. Een prachtig reeds bestaand initiatief, dat door het Tramhuis van harte ondersteund wordt. Na dit interessante gesprek nam ik afscheid van Marjolein en dook ik de drukke Nieuwe Binnenweg weer in, op zoek naar een volgend verhaal.
Jan Anceaux



buurkrant

COLOFON

Oude Westen

Verschijnt 10 keer per jaar in een oplage van 4500 exemplaren en wordt huis-aan-huis bezorgd in Het Oude Westen.

Een uitgave van:
Aktiegroep Het Oude Westen
Gaffelstraat 1, 3014 RA Rotterdam
010-436 1700 /
buurkrantow1@gmail.com

Redactie:
Jan Anceaux, Marianne Maaskant, Eva Rogaar en Woosje Stuart.

Medewerkers: Alma Brevé, Katinka Broos, Paul Claessens, Els Desmet, Corrie Kreuk, Bart Isings, Serpil Karisli, Wilma Kruger, Marion van der Schaft, Joke van der Zwaard (e.a.)

Productie: Jim van der Put

Fotografie: Marianne Maaskant (e.a.)

Handige telefoonnummers

Alarm (politie, brandweer, ambulance)	112
Politie geen spoed	0900-8844
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
Huiswerkklas, 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
Opzoomer Mee	010 2131055
Ouderenwerker Cindy Vos	06-53507350
Pameijer Klus & Werk	088-2716210
Ruilpunt	010 2250844
Tennisclub Centrum	4366165
Tennisclub Tiendstraat	4113942
Slachtofferhulp	0900-0101
Speelcentrum Weena	4144890
Spirit 55+	06-21887984
Stadsmarinier A.Siermans	06-51212883
Vraagwijzer	14010
Wijkconciërge	
Nathalie Burgmans	06-83647564
Wijkpastoraat	010-4367070
(Katinka Broos	06-44098889)
Woonstad Rotterdam	4408800
Zorgcentrum	
de Leeuwenhoek	2713800



Het was spannend en heel leuk mijn gastrol in het Albada College. Ik was uitgenodigd door de organisatie van About Freedom en mocht iets vertellen over mijn “ervaring” met Wereldoorlog 2.



Dus dat werd vertellen achter de grote tafel. Het verder praten in kleine groepjes was heel leerzaam. Voor mij, maar ook voor de jongeren die in mijn groepje zaten. We praatten over vrijheid en wat is dat dan. We waren het er over eens dat vrijheid op veel verschillende manieren beleefd wordt. Dat zagen we al bij de andere sprekers. een joodse meneer, een meneer uit Syrië, een meneer uit Angola en mijn verhaal. Maar vrijheid

hoeft niet altijd over oorlog te gaan. Nee, je kan ook in het klein belemmerd worden in je vrijheid. B.v bij mensen die overheersend zijn en je je mond maar houdt. En je mond open doen kan je leren. We hadden een hele leuke uitwisseling. Jammer dat het zo snel voorbij was. Ik had het groepje graag de struikelstenen laten zien want die kenden ze niet. Ik pleit ook voor dialogen tussen jongeren en ouderen. Ik heb het al eerder mee gemaakt en we kunnen zoveel van elkaar leren.

Marianne Maaskant

Beste bewoners, De GFE-bakken worden supergoed gebruikt maar let op:

Geen plastic zakjes, want dan moeten groente- fruit en etensresten alsnog vernietigd worden!

Gooi GFE afval weg:

- In een speciaal afbreekbaar zakje
- in papieren zak
- of gewoon los

CAMPAGNE WOON SCHOON

Alleen zo wordt GFE Afval compost en rijke voeding voor ons openbaar groen

Planten(ruil)markt

vrijdag 30 mei 2025

van 13.00- 16.00 uur

in de Wijk tuin

De Wijk tuin is in beheer bij Aktiegroep Het Oude Westen

Donderdag 15 mei

IS ER WEER EEN

AKTIEGROEPCAFE

MET NIEUWTJES EN ACTUALITEITEN UIT DE WIJK

Inloop vanaf 19.00 uur, Aanvang 19.30 uur

Locatie: Aktiegroep Het Oude Westen, Gaffelstraat 1

Het Aktiegroepcafe,

ALTIJD ONDERHOUDEND EN GEZELLIG

Op vrijdag 30 mei is weer de jaarlijkse Plantjesmarkt in de Wijk tuin.

Vanaf 13.00 uur kan je tuinplanten en stekjes komen kopen voor heel weinig geld. De opbrengst is voor de Wijk tuin. Je kunt ook ruilen: tussen 11.00 en 12.00 uur kun je plantjes brengen. Voor elk plantje krijg je een bonnetje, waarmee je tussen 13.00 en 15.00 uur een plantje uit kunt zoeken. Informatie: wilma.kruger@gmail.com

Kinderactiviteit

Op donderdag 8 mei kunnen kinderen van 5-12 jaar **zaadbommen maken** in de Wijk tuin. Met de balletjes met bloemenzaad kunnen we kale plekken in onze tuin of in de buurt opfleuren, want ze geven bloemen later deze zomer.

waar: in de Wijk tuin, achter in het Wijk park

wanneer: donderdag 8 mei

hoe laat: we starten om 14.00 uur

voor wie: kinderen van 5-12 jaar

kosten: gratis

aanmelden en informatie: wilma.kruger@gmail.com

of bij de Aktiegroep-Gaffelstraat 1 tel.010-4361700

De Wijk tuin is een oase van rust achter in het Wijk park.

De geschiedenis van Het Oude Westen in 1000 voorwerpen (140)

Het Bouwcentrum

Tekst: Bart Isings

Na de sloop van een kantoorgebouw aan het Kruisplein is er (tijdelijk) een verrassende doorkijk ontstaan op het terrein erachter. Je ziet de bomenrij aan de Diergaardesingel en ervoor een futuristisch uitzien rond gebouw.

Het is één van de eerste gebouwen van na de oorlog en diende als tentoonstellingsruimte over nieuwe bouwprojecten voor de wederopbouw.

In 1946 werd het Bouwcentrum opgericht en daarvoor werd dit opmerkelijke gebouw neergezet (1948 architect J.W.C. Boks) Binnen is het gebouw ook spectaculair, als een paddestoel dragen 8 betonnen kolommen een cirkelvormige vloer en het dak waarin een ronde lichtkoepel is opgenomen. In het bouwcentrum werden nieuwbouwplannen voor de wederopbouw tentoongesteld en je kon er informatie over materialen en bouwmethodes krijgen. In 2004 werd het Bouwcentrum onderdeel van van de Erasmus universiteit en verdween van deze plek.

Het Bouwcentrum werd in 1955, 1965 en 1969 uitgebreid, alleen de hoogbouw uit 1969 staat daar nog van, de andere gebouwen zijn gesloopt om plaats te maken voor nieuwbouw (the First 2016)

Op de middelste foto (1951) is, voor het Bouwcentrum, de inrichting van de tuin van de vooroorlogse diertuin (opgericht 1855) nog enigszins herkenbaar . De oude diertuin voldeed niet meer aan de normen (zoals de kleine hokken met tralies) , daarom werd er in 1939 een nieuwe diertuin gebouwd in Blijdorp. Rotterdam had ook ruimte nodig voor nieuwbouw en verkeersverbindingen. Het witte gebouw links op de foto, op de plek van het huidige

Kruisplein, is de noodbioscoop Lutesca (Lumière Tuschinski Skala) geopend in 1946.

Momenteel wordt De Modernist gebouwd, 421 appartementen, waarvan 158 huurwoningen in het middensegment, 175 in de vrije sector en 88 appartementen worden verkocht

De rechter afbeelding is een fragment van een visualisatie van de nieuwe woontorens. De nieuwe bewoners gaan formeel in de wijk Het Oude Westen wonen.

De wijk is bekend om de stadsvernieuwing uit de jaren zeventig en tachtig Het woongebouw (Mecanoo 1985) op de hoek van het Kruisplein en de Diergaardesingel, is er een goed voorbeeld van. De aktiegroep Het Oude Westen ontwikkelde daar, samen met de Maatschappij voor Volkswoningen, met als thema ‘anders wonen’ , sociale huurwoningen voor de buurt.



Bakkie en Beppen

Op het binnenterras van de "Kruisboog" (Korte Bajonetstraat) was het weer gezellig. Na een lange tijd konden de mensen weer een kopje koffie of een kopje thee komen drinken. Puck van WMO-Radar had de mensen persoonlijk uitgenodigd. Onder de oude bekenden waren er ook wat nieuwe burens die aanschoven. En dan lijkt het Oude Westen een dorpje, want iedereen kende de nieuwe burens al. Nu maar hopen dat we veel mooi weer krijgen, want dan kan Bakkie en Beppen iedere maand doorgaan.
marianne maaskant



Werken aan veerkracht met De Roodkapjes

De Roodkapjes helpen mantelzorgers om een goede balans te vinden tussen zorg voor de ander en zorg voor zichzelf. Zij bezorgen je buiten wat tijd zonder zorgen. Door ontspanningsoefeningen kun je ervaren hoe het is om tot rust te komen in het groen. Je leert om de signalen van stress te herkennen en hoe je daar mee om kunt gaan. Natuurlijk is er alle tijd om ervaringen uit te wisselen.

Als mantelzorgers onder elkaar heb je vaak al aan een half woord genoeg. Ook in mei hebben De Roodkapjes een bijeenkomst gepland met het thema 'Veerkracht'. Veerkracht is essentieel voor je welzijn als mantelzorger.

De bijeenkomsten zijn altijd op groene locaties, zoals Het Park bij de Euromast en Trompenburg Tuinen & Arboretum. Deze bijeenkomsten zijn kosteloos voor jou als mantelzorger.

Op woensdag 14 mei zijn De Roodkapjes van 10.00 tot 12.00 uur in Het Park en van 13.30 tot 15.30 uur in **Trompenburg**. In hun agenda kan je zien wanneer zij op andere plekken zijn. Ook daar kan je je voor inschrijven als dat beter uitkomt. www.deroodkapjes.nl/agenda/ Schrijf je in via hun website <https://www.deroodkapjes.nl/> of stuur een bericht naar stephanie@deroodkapjes.nl voor meer informatie. Heb je hulp nodig bij het aanmelden? Neem contact op met Sandro Toma, mantelzorgcoach in het centrumgebied, via: atoma@wmoradar.nl of 06-54967291.



DE ROODKAPJES ZELFZORG VOOR DE MANTELZORGER

Het Goede Gesprek zoekt thuiswonende ouderen die behoefte hebben aan een goed gesprek.

Zin in contact?

Zinvol

Met een vrijwilliger praat u over wat u van belang vindt. Het gaat misschien over ervaringen, gemis en wat dan kracht en energie geeft. Maar ook alledaagse zaken kunnen aan bod komen.

Vertrouwd

Uw vaste gesprekspartner komt ongeveer eens in de twee weken langs en is voor langere tijd beschikbaar. Dag en tijd spreekt u samen af.

Steun

De gesprekspartner is betrokken en luistert naar wat u belangrijk vindt. Hij/zij is een steuntje in de rug.

Interesse? Ik hoor het graag. Ook vrijwilligers zijn altijd welkom.

martine@maraprojecten.nl
06-48421628

Martine Leutscher
(projectcoördinator / geestelijk verzorger)

"Hoe gaat het nou écht met je? Wat gaat goed en wat vind je vervelend in je leven?"



OMGAAN MET STRESS

Gratis voor bewoners in Centrum

In deze cursus leer je hoe stress werkt, hoe je signalen kan herkennen en wat je kan doen bij te veel stress.

Je leert in vijf interactieve bijeenkomsten meer over stress en hoe ermee om te gaan. Tijdens deze bijeenkomsten behandelen we de volgende onderwerpen:

Wat is stress?

We bespreken de verschillende soorten en hoe ze lichaam en geest beïnvloeden.

Coping

Hoe ga je om met stress? Per persoon kan de aanpak heel verschillend zijn. Je ontdekt wat jouw manier is. En wat je misschien ook nog kan doen. Gezonde gedachten en gedrag. Negatieve gedachten en ge-



dragpatronen kunnen stress verergeren. Hoe kun je positiever worden?

Individueel preventieplan

Je maakt een plan met daarin de persoonlijke triggers en stresssignalen en wat je er tegen kan doen. Dit om beter voorbereid te zijn op situaties in de toekomst.

Wanneer: Elke dinsdag van 6 mei t/m 3 juni om 09.30-11.30 uur

Waar: Huis van de Wijk 'de Gaffel', Gaffelstraat 63A, 3014 TV Rotterdam

Meer weten of aanmelden?

Neem contact op met activeringscoach Ana Maria Paixao. anamaripaixao@wmoradar.nl 06-33047244



Ga aan de slag met dementie!



Dementalent: voor naasten en mantelzorgers van een dementerende

Je bent mantelzorger en dat vraagt nogal wat van je. Gelukkig is er een stichting die de persoon met dementie kan helpen aan vrijwilligerswerk. Welkom bij DementTalent!

Wat is DementTalent?

DementTalent biedt mensen met dementie de kans om deel te nemen aan activiteiten die passen bij hun wensen en talenten. Zo blijven ze actiever en betrokken in de samenleving en dat kan al vanaf één uur per week.

Waarom is dit goed voor iemand met dementie?

Gevoelens van angst, depressie en agitatie kunnen verminderen. Het biedt een gevoel van voldoening en eigenwaarde; Sociale interactie is belangrijk om eenzaamheid te voorkomen en sociale vaardigheden te behouden; De structuur en routine kunnen helpen bij het behouden van rust en voorspelbaarheid; Het gevoel nuttig te zijn en iets voor anderen te betekenen kan een groot verschil maken voor mensen met dementie; Vrijwilligerswerk kan helpen om de hersenen actief te houden en achteruitgang te vertragen.

Wat zijn de voordelen voor mij als mantelzorger?

Het kan wat tijd en ruimte geven wanneer degene voor wie je zorgt vrijwilligerswerk aan het doen is; Het zien van een naaste die geniet van werk geeft vaak ook weer energie;

Mantelzorgers kunnen tijdens de events van DementTalent in contact komen met andere zorgenden, wat kan leiden tot tips en steun; Ook kun je als mantelzorger altijd terecht bij je contactpersoon voor eventuele zorgen of uitdagingen en zal er worden gezocht naar een oplossing; Het ziekteproces van je naaste met dementie kan door het doen van vrijwilligerswerk vertraagd worden waardoor een eventuele opname in een zorginstelling langer uitgesteld kan worden. Het is fijn als een mantelzorger kan helpen met een potentiële deelnemer aanmelden via ons platform. Ga hiervoor naar www.dementalent.nl.

Zien jullie een leuke werkplek op ons platform? Reageer dan en kom in contact met de betreffende organisatie. Zie je nog geen geschikte werkplek? Meld de vrijwilliger dan wel aan. De Regiomanager van DementTalent neemt zo snel mogelijk contact op. De aanmelding en de deelname zijn gratis en vrijblijvend. Weet je nog niet zo goed wat voor vrijwilligerswerk passend is? Op onze website www.dementalent.nl kun je een talentanalyse doen. Zo kun je gericht op zoek naar de ideale vrijwilligersplek.

Meer informatie & contact

Als mantelzorger ben je natuurlijk voorzichtig en misschien twijfel je of DementTalent iets voor je is. Daarom vertellen we je graag meer. Voor meer informatie over DementTalent ga je naar www.dementalent.nl. Je kunt ook direct contact opnemen met Eke (eke@dementalent.nl), onze Regiomanager.

dementalent
Aan de slag met dementie.

Wat is en doet wmo radar allemaal? kijk ook eens op:

www.wmoradar.nl



**Donderdag
16 april
was een
bijzondere
mijlpaal:**

Het **hoogste punt** van Odeon is bereikt. Met ruim vijftig aanwezigen – van bouwvakkers en projectpartners tot wijkbewoners – werd de afronding van de ruwbouw feestelijk gevierd op de bouwplaats aan de Gouvernestraat.

Voor altijd in het gebouw

Het hoogste bouwelement op het Odeon werd onder toezicht oog van de aanwezigen, symbolisch op het dak van het gebouw gezet. De aanwezigen zijn daar nu

ook, zo lang het gebouw bestaat, onderdeel van. Iedereen kon namelijk met een verfstift zijn eigen naam schrijven op het element. Bij een renovatie over misschien 50 jaar zal er dan een tijds capsule opengaan met allemaal namen.

Social community

Het nieuwe Odeon wordt een plek voor en van de wijk. Bewoners uit het oude westen hebben voorrang op een woning in het oude westen. De inschrijving daarvan was tussen 24 maart en 7 april. Daar zijn bijna 1500 reacties op gekomen.

Directeur Elsbeth Haveman vertelt: 'Wij zien dat de woonbehoefte van

onze bewoners verschilt van elkaar, door te experimenteren met verschillende woonvormen willen we daar zo goed mogelijk op aansluiten. Dat is nieuwe dingen uitproberen en daarvan leren.'

Waarom wordt het hoogste punt gevierd?

Het is een oude traditie die al bestaat sinds de middeleeuwen. Toen was het een belangrijk moment omdat het gevaarlijkste werk erop zat. Op het hoogste punt werd dan een groene tak gezet die de boze geesten moest verjagen. Het wordt nu nog

steeds gevierd. Daarin staat nog steeds de bouwvakker centraal. Zonder hun vakmanschap zouden we nog steeds in hutjes wonen. Het is een moment waarin iedereen die aan het gebouw heeft gewerkt samen komt en samen de voortgang viert.

woonstad.
rotterdam



Sint Mariastraat 75 • 3014 SH Rotterdam

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 010 43 621 27

Mevr. D.G. Bongrazio
Dhr. T.M. de Hoog
Mevr. S.M.A. Willemsen

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



Wil je fit en gezond blijven in een fijne, veilige omgeving? Doe mee met 50+ Fitness!

Kies de vorm die bij jou past

◆ Zelfstandig trainen

- Onbeperkt 3 maanden € 30,- per maand
- Onbeperkt tot 1 januari 2026 €25 per maand

◆ Groepstraining met begeleiding

- 1x per week: € 39,50 per maand
- 2x per week: € 59,50 per maand

Op maandag, woensdag en vrijdag van 16:35 - 17:35

Meld je aan voor een vrijblijvende intake!

Bel ons op 010-436 21 27 of WhatsApp ons op nummer 06 28 433 541
Locatie: Fysiotherapieruimte Sint Mariastraat 75

Samen fit, in jouw tempo





Groene Pluim voor Linda en Joyce en de rest van de Adrianastraat!

Er waren al geveltuinen en plantsoenen waar zij zich over ontfermen, maar er konden nog meer tegels uit. En dat deden we op 4 april, samen met burens en buurtgenoten. Bergen tuinaarde (6 kuub!) zijn er versjoud en bijna 90 plantjes zijn erbij gekomen. De plantjes zijn nu keihard aan het wortelen. Loop jij ook even langs om dit groene stukje geluk te bekijken?



Je hoofd leegmaken met ommetjes door het Oude Westen

Wist je dat je je hoofd lekker leeg kunt maken door te wandelen in het groen, of door in het groen te werken? Verhalen van bomen die er al stonden vóór de oorlog, en vrijwilligster Ada van Tuin de Bajonet die bevlogen vertelde over de zaadjes die ze opkweekt in de kas. Deze wandelingen door de buurt brengen je zoveel klein geluk! Op woensdagavond 9 april maakten we ommetjes door de wijk, als test voor een folder die we binnenkort uitbrengen met twee wandelroutes door de buurt. Het was een avond vol verwondering, verbinding én een fijn zonnetje.

Kids, kom bij de Natuurclub!

Agenda

- **6, 13, 20 en 27 mei, Natuurclub:** Gerrit Sterkmanplein (voor de Gaffel). Gratis voor kinderen van 7 t/m 12 jaar uit het Oude Westen. Aanmelden: info@aktiegroepoudewesten.nl
- **7 mei 19:30 uur, Buurtgroentour langs achtertuinen:** Kom inspiratie opdoen voor je (gevel)tuin en loop mee. Aanmelden: info@aktiegroepoudewesten.nl
- **8 mei 14:00 uur, groene kinderactiviteit in de Wijk tuin:** zaadbommen maken.
- **14 mei 10:00 uur,** geveltuin Diergaardesingel 74A aanpakken.
- **22 mei 19:30 - 21:00 uur, Aktiegroep:** Elke (gevel)tuin telt! Een avond over duurzaamheid, groen en biodiversiteit.
- **vrijdag 30 mei 13.00 uur, Wijk tuin:** plantenmarkt.
- **30 mei 10:00 - 11:00 uur, Aktiegroep:** Groen Spreekuur.

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



Nieuws van de Werkplaats Duurzaam

Donderdag 22 mei: dialooglezing “de groene golf in het Oude Westen”

Geveltuinen, boomtuinen, plantenbakken. Je ziet ze in steeds meer straten in het Oude Westen. Maar waarom zijn ze belangrijk voor mens, wijk en stad? En hoe kun je er zelf mee beginnen of eraan meedoen? Tijdens deze avond in de Werkplaats Duurzaam bij de Aktiegroep Oude Westen vertelt onder andere Meike de Sloover van Wij(k)Vergroenen over de groene golf in de wijk.

Wees welkom!

Ben je erbij? Fijn als je aan Lieke Bolt het laat weten, een mailtje sturen kan ook: info@aktiegroepoudewesten.nl Inloop 19.00 uur, aanvang 19.30 uur. Rond 21.00 uur sluiten we af met een hapje en drankje. Locatie: Werkplaats Duurzaam/ Aktiegroep Het Oude Westen, Gaffelstraat 1.

Zondag 25 mei: excursie openingsfestival DE HER

Ga je mee naar De HER?

De HER is een milieupark waar creatieve ondernemers nieuwe waardevolle producten maken van spullen en materialen die Rotterdammers afgeven op het aangrenzende milieupark. Ook het gebouw zelf is helemaal opgebouwd met hergebruikte materialen.

Tijdens het openingsfestival zijn er workshops, tentoonstellingen, activiteiten en muziek. Initiatieven en ondernemers uit allerlei wijken presenteren zich. Uiteraard met een hapje en drankje. We gaan er met een groepje uit het Oude Westen naar toe en krijgen een rondleiding. We vinden het leuk als je met ons mee gaat! We reizen met de metro naar Meijersplein/ Airport en verzorgen de metrokaartjes voor wie mee gaat.

We verzamelen om 13.45 uur bij de Aktiegroep Het Oude Westen, Gaffelstraat 1. Fijn als je het aan Lieke Bolt laat weten als je meegaat, een mailtje sturen kan ook: info@aktiegroepoudewesten.nl



Het Repair-café



Het Repair Café foto: Anne Raangs

Steeds meer mensen weten het Repair Café te vinden. De laatste keer werden onder andere een DVD-speler, een rijstkoker, twee transistorradio's en een weegschaal gerepareerd. Ook werden er diagnoses gedaan van verschillende apparaten waar onderdelen voor zijn besteld!

Volgend Repair Café: zaterdag 17 mei 12.00 - 14.00 u.

vooraankondiging

Dialooglezing met Ferry in 't Veld

Ferry en zijn partner Nina bouwden op een leeg plekje in de Gouvernestraat hun huis met een eigen ontwikkelde baksteen van afval. Vanuit dit huis hebben ze **Studio Architectuur MAKEN** opgezet. Studio Architectuur MAKEN is in enkele jaren sterk gegroeid, heeft al vele bijzondere bouwprojecten gerealiseerd en meerdere prijzen gewonnen. Zij zijn gespecialiseerd in het bouwen met materialen uit de grondstoffenkringloop (circulair), natuurinclusief en klimaatadaptief.

Tijdens de avond vertelt Ferry over zijn ambities en de realisatie ervan. Er is natuurlijk ruim de tijd om vragen te stellen.

Ben je erbij?

Fijn als je het aan Lieke Bolt laat weten, een mailtje sturen kan ook: info@aktiegroepoudewesten.nl

Woensdag 25 juni

Inloop 19.00 uur, aanvang 19.30 uur. Rond 21.00 uur sluiten we af met een hapje en een drankje.

Locatie:

Werkplaats Duurzaam/ Aktiegroep Het Oude Westen, Gaffelstraat 1.



Energiecoaches gaan huis-aan-huis

De energiecoaches gaan de komende tijd huis-aan-huis aanbellen bij woningen die het slechtst geïsoleerd en het tochtigst zijn in gedeelten van de Adrianastraat. De week voordat ze aanbellen, doen zij een folder in de bus zodat je weet dat je ze kunt verwachten. Ze geven tips en informatie over wat je zelf kunt doen om je energierekening te verlagen. Ze bieden gratis energiebesparende producten aan, zoals radiatorfolie, spaarlampen, brievenbusborstels, enz. In overleg helpen ze bij het aanbrengen van de materialen als dit zelf niet lukt. Je kunt ook inzicht krijgen in de opbouw van je energierekening

en er wordt meegedacht over alle vragen rond energie besparen. Als er veel aanpassingen nodig zijn, kunnen zij samen met jou een afspraak voor je maken met een energiekusser van de gemeente.

Wil je liever geen bezoek aan huis? Dan kan je ook een afspraak maken via het Spreekuur Energie. Het Spreekuur Energie vindt elke donderdagochtend van 9.30 tot 11.00 uur plaats bij Aktiegroep Het Oude Westen, Gaffelstraat 1. Lijkt het je leuk om zelf energiecoach te worden of wil je meer informatie hierover? Neem dan contact op met Sander van Ham (info@aktiegroepoudewesten.nl)

Start uitverkoop zomerkledingmarkt Ruilpunt

Heb je al rondgeneusd tussen de kleding van de zomerkledingmarkt?

Bij het Ruilpunt kun je jouw lente- en zomerkleding ruilen. Ben je op zoek naar iets nieuws? Of heb je zelf kleding die nog goed is en die je een tweede leven wilt geven? Kom dan ruilen bij de zomerkledingmarkt van het Ruilpunt. Er komt dagelijks nog genoeg nieuwe kleding bij voor een mooie outfit in het voorjaar en de zomer. De kledingmarkt loopt nog tot 30 mei. Tot 21 mei kun je kleding inbrengen.

Start uitverkoop

Op woensdagavond 21 mei start de uitverkoop. Je kunt dan kleding ruilen voor de helft van de punten of je kunt betalen met geld. De uitverkoop loopt door tot het einde van de kledingmarkt op vrijdag 30 mei.

Kledingreparatie

De uitverkoop gaat van start tijdens de koop-

avond op woensdag 21 mei.

Tussen 19.00 - 21.00 uur ben je van harte welkom om kleding te ruilen. Die avond is ook Emma aanwezig om je te helpen bij de reparatie van kleding.

Er is een hapje, een drankje en natuurlijk gezelligheid. Wees erbij!

Sla tot eind mei je slag!



Het Ruilpunt
Gaffeldwarsstraat 34-b
3014 RR Rotterdam
Tel. 010-2250844

Pareltje van de wijk

In het Oude Westen zijn we begonnen met wijkdialogen over ‘wonen’. Wonen is zo belangrijk: een huis in goede staat, de betaalbaarheid, de sociale omgeving, noem maar op. Alleen al de afgelopen weken kwam ik met vier verschillende mensen te spreken over hoe ze wonen en wat problemen (en gevolgen) kunnen zijn:

Ik woon in een mooi, wat onpraktisch, appartement. Mijn tijd-lijke huisgenoot heeft het minder

Wonen

getroffen. Ik maakte me zorgen om haar, geen dak boven haar hoofd, steeds zoekend naar een slaapplek. Ik heb een piepklein logeerkamer-tje waar ik haar tijdelijk onderdak kan bieden. Bekaf was ze, de eerste weken was het vooral slapen en op de bank zitten. Eigenlijk is ze dat nog steeds, we geven beiden wat privacy op, maar voor mij is het thuis, voor haar voelt het anders. Ze probeert haar leven weer op te pakken. Haar kinderen heeft ze ondergebracht aan de andere kant van het land, regelmatig maakt ze de lange reis. De opvang wil haar niet helpen, want ze heeft immers ergens

een bed. Ze werkt keihard in de zorg, dat heeft ze altijd gedaan, daar is ze goed in. Maar ze wacht nog altijd op een contract, en geen contract, geen woning.

Het meisje kon niet meer thuis wonen, te onveilig. Dus kwam ze op straat te staan, wat me ook behoorlijk onveilig lijkt. Maar waar moet ze naar toe? Opvang krijgt ze niet, dus wordt ze een bankslaper bij vrienden en oma. Het blijft onrustig, school lukt op deze manier niet. Ze is slim genoeg, maar een veilige rustige plek om te slapen is essentieel.

Ik zit bij de oude dame op haar kamer in een verzorgingshuis. Aan de muur hangt een foto van het huis waar ze

jaren gewoond heeft. Met heimwee kijkt ze terug. Toen leefde haar man nog, de kinderen hebben er gewoond, haar vriendinnen woon-den in de buurt. Nu zit ze op haar kamer en is ze niet goed in staat contacten op te bouwen met andere bewoners. Ze mist thuis. Ze vindt dat ze best weer terug kan, met een beetje hulp moet dat lukken. Maar, helaas voor haar, ze is de enige die er zo over denkt.

De burens vinden haar niet aardig. Ze heeft haar kinderen niet onder con-trole, vinden ze. De kinderen maken te veel lawaai, in huis en in het por-tiek. Ze doet haar best in het appar-tements dat eigenlijk niet geschikt is voor een groot gezin, ook niet voor

een klein gezin overigens, het is te gehorig. Ze is vriendelijk naar de burens toe, maar ze ziet aan hun gezichten dat ze haar geen goede moeder vinden. Zij denkt daar anders over, maar ze begrijpt hen wel.

Je eigen plekje waar je jezelf kunt zijn, tot rust kan komen, energie verzamelt om de deur uit te gaan, de wereld tegemoet: werk, school, andere mensen. Dat eigen, ver-trouwde, plekje heb je zo nodig, maar hoe slim en creatief wij men-sen ook zijn, het lukt ons niet om dat voor ieder mens voor elkaar te krijgen. Zo zonde.

Katinka

NIEUWS UIT DE

Bajonetstraat



Snackbar Frieda is alweer drie maanden open!

Woonstad heeft laten weten de komende twee jaar waar-schijnlijk nog niet te zullen beginnen met bouwen, dus we zijn verheugd dat we ons aanbod kunnen uitbreiden! Naast de vaste **snackbarmid-dag op vrijdag** tussen 16:00 en 20:00 hebben we deze maand weer een **vol programma:**

- 7 mei, 19:30:** Lezing histo-risch anarchisme, 1840-1939: opkomst, hoogtepunt, nederlagen
- 8 mei, 19:00:** discussieavond over dienstplicht
- 11 mei, 16:00:** screening *shadow games*, een docu-

mantaire over jonge vluchtelingen op hun route door Oost-Europa

21 mei, 19:30: Lezing heden-daags anarchisme, 1939-2025 en de toekomst

Voor meer evenementen en informatie kun je terecht op: <https://radar.squat.net/nl/rotterdam/snackbar-frieda>

Verder hebben wij vaak **groenten en fruit** over die je gratis bij ons kunt meenemen uit de **weggeefkoelkast**.

We nodigen iedereen **maar in het bijzonder wijkbewoners** uit gratis gebruik te maken van deze plek! Dat kan zijn

voor een eenmalige bijeen-komst zoals een workshop, vergadering of filmavond. Of terugkerende initiatieven, zoals een **taalcafé, muziekles of studiegroep**.

Mail je voorstel naar: snackbarfrieda@riseup.net of loop binnen wanneer we open zijn!



Snackbar Frieda
Bajonetstraat 49
3014 ZC Rotterdam NL



Wijkdialogen van start

Ruim dertig mensen waren afge-komen op de eerste wijkdialoog. Onderwerp: de sociale gevolgen van het bouwen van dure woningen in het Oude Westen. Volgens gemeen-te en woningcorporatie zou meer variëteit in prijsklassen van huizen goed zijn voor de wijk. Maar wie profiteert ervan en hoe leven oude en nieuwe bewoners samen?

Volgens inleider en onderzoeker Gijs Custers is nooit wetenschappelijk bewezen dat rijke bewoners de armere bewoners in een wijk vooruithelpen. De groepen leven meestal langs elkaar heen, vanwege hun andere leefstijlen en beel-den van elkaar. Dat laatste hebben we gelijk maar even gecheckt; en inderdaad, die beelden zijn er. Zoals: “Bewoners van sociale huurwoningen hebben geen kans om weg te komen; voor mij is hier wonen een keuze.” “Mensen in de dure woningen doen niks in de wijk, daar heb-ben ze geen tijd en interesse voor. Ze zijn ook zo weer weg als ze hun huis kunnen cashen”. Tegelijkertijd kende iedereen wel mensen die niet in deze clichébeelden passen. Oude bewoners die blijven omdat ze gehecht zijn aan de wijk. Nieuwe bewoners die zich met wijkzaken bezig-houden. Of er contacten tussen oude en nieuwe bewoners ontstaan, hangt af van plekken met een programma waar oude en nieuwe bewoners elkaar tegen kun-nen komen. Hebben we die in het Oude Westen? Jawel. Genoemd werden: de Aktiegroep, de Leeszaal, de Jeugdbieb, Speeltuinen Weena en de supermarkten. Mensen vinden elkaar bijvoorbeeld in groenprojecten, de energiecoöperatie en het gordijnenproject. Scholen kunnen ook ontmoetingsplekken zijn. Helaas zit-ten de kinderen van de nieuwe bewoners (en een hoop oude bewoners) niet in de wijk op school.

Tijd nemen voor persoonlijk contact
Omdat bewoners van dure (koop)woni-gen veel meer aan de achterkant leven, vermindert de sociale functie van de straat. “Ik zie mijn overburen nooit.” Daar staat tegenover dat soms via het binnen-terrein contact wordt gemaakt, al moet daar wel wat sociale afstand voor over-wonnen worden. “Je moet de tijd nemen om met iedereen persoonlijk contact te maken, een briefje in de bus werkt niet.” Dat was ook de ervaring met het vroe-gere welkomstproject. Nieuwkomers die – als ze dat wilden – bezocht werden door een groepje oude bewoners met

informatie en verhalen. Beide groepen vonden dat leuk. Woonstad is daarmee gestopt vanwege de “privacywet”. Dat moet op te lossen zijn. Tenslotte krijgen alle 75+ers in de wijk ook een briefje met een bezoekaansbod.

Toekomstvisie voor het Oude Westen
“Allemaal mooi en aardig”, zei iemand, “maar moet Woonstad Rotterdam wel huizen verkopen, terwijl er zulke lange wachtlijsten voor sociale woningen zijn?” “Daar zijn we ons van bewust”, antwoordt een medewerker van Woonstad. “In de periode 2000-2015 ging het aantal sociale huurwoningen in het Oude Westen terug van 3000 naar 2600. De afgelopen tien jaar gebeurde er weinig. Tot 2030 willen we nu 90 woningen verkopen. Niet omdat we vinden dat dat goed is voor de wijk, van dat idee zijn we afgestapt, maar omdat we het geld nodig hebben om de andere huizen te verduurzamen.

Het totaal aantal sociale huurwoningen van Woonstad gaat omhoog, maar het Oude Westen is een aantrekkelijke wijk om te verkopen omdat de huizen veel opleveren.” Ook de huur optrekken tot in de vrije sector is hier een stuk makke-lijker. Het zou helpen als Woonstad met de wijkbewoners zou overleggen over dit soort keuzes, over de toekomstvisie voor het Oude Westen.

Sociale woningnood

Volgende keer gaan we het over de sociale woningnood hebben. Daar zitten meer kanten aan. In de sociale woningen woont een behoorlijk aantal ouderen in hun oude gezinswoning. Om door-stroom te organiseren en daarmee woonruimte vrij te maken, moeten zowel de bewoners, als Woonstad, als de gemeente gaan bewegen.

Heb je daar ideeën over, houd dan dinsdagavond 17 juni vrij. In de vol-gende Buurtkrant volgt meer informatie.



Weinig inkomen?

In Rotterdam zijn er ver-schillende regelingen waar je gebruik van kunt maken als je weinig geld hebt. Hieronder een overzicht.

Hulp voor Rotterdammers
Als je al langer dan een jaar een laag inkomen hebt, dan heb je misschien recht op €120 individuele inkomens-toeslag per jaar. Bij bijzondere of onverwachte kosten kan je soms bijzondere bijstand krij-gen. Met een Rotterdampas kan je veel leuke dingen doen; voor kinderen is deze gratis en volwassenen betalen €5. Via de vraagwijzer kan je een voedselpakket aanvragen bij de voedselbank en twee keer per jaar kan je een kledingpak-ket krijgen. Als je ondernemer bent en geldzorgen hebt, dan zijn er ook regelingen.

Hulp voor gezinnen
Kinderen van 4 tot en met 11 jaar kunnen een jeugd-tegoed krijgen van €275. Kinderen van 12 tot en met 17 jaar kunnen een tegood krijgen van €850. Met dit geld kan je bijvoorbeeld kleding en sportspullen kopen. Het jeugdtegoed wordt op de Rotterdampas van het kind gestort. Bij Stichting Meedoen in Rotterdam kan je geld aan-vragen voor schoolkosten van je kind. Bijvoorbeeld voor een laptop, schoolspullen of een fiets. Het Jeugdfonds Sport&Cultuur betaalt het les-geld voor je kind als er te wei-nig geld is voor sport-, dans-, toneel- of muziekles. Kinderen tot 12 jaar mogen gratis met hun verzorgers meereizen met het openbaar vervoer. Stichting Jarige Job geeft

kinderen een verjaardagsbox thuis als daar in het gezin geen geld voor is. In de box zit alles wat nodig is om een echte verjaardag te vieren: thuis én op school. Op verschillende plekken in Rotterdam kunnen meiden die het nodig hebben gratis tampons en maandver-band krijgen.

Hulp voor ouderen
Als je langer dan een jaar een laag inkomen hebt, kan je in aanmerking komen voor een individuele inkomens-toeslag van €120 per jaar. Ontvang je geen of geen volledige AOW? En heb je geen ander inkomen of ver-mogen? Dan heb je misschien recht op de Aanvullende Inkomensvoorziening Ouderen. Je inkomen wordt dan tot een sociaal minimum aangevuld. Bij bijzondere of

onverwachte kosten kan er bijzondere bijstand worden aangevraagd. Heb je alleen AOW of AOW met een klein pensi-oen? Dan kan je een tegood van €450 per jaar aanvragen. Dit tegood krijg je op je Rotterdampas die je voor €5 per jaar kunt aanvragen. AOW-ers reizen gratis met het openbaar vervoer met een persoonlijke ov-chipkaart.

Via de website van de gemeente Rotterdam kan je meer informa-tie vinden. Kom je er zelf niet uit? Kom dan gerust even langs bij de Aktiegroep Het Oude Westen, Gaffelstraat 1. De baliemedewerkers helpen je graag op weg!

Tentoonstelling ‘Het Stelt Niets Voor’ in Galerie Atelier Herenplaats

Wat betekent abstracte kunst voor jou?

Het Stelt Niets Voor, is een prikkelende verkenning van abstracte kunst en haar vele gezichten. In deze groepstentoonstelling laten kunstenaars zien dat betekenis niet vastligt, maar ontstaat in het kijken zelf.

Abstracte kunst heeft geen vaste betekenis. Het draait niet om herkenbare vormen of verhalen, maar om de vrijheid van de geest. “What you see is what you get” – de kracht van abstracte kunst ligt in het loslaten van alles wat je denkt te weten. Het staat op zichzelf in de wereld: het stelt niets voor. Deze tentoonstelling brengt een diverse groep kunstenaars samen die elk op hun

eigen manier de grenzen van het abstracte verkennen. Van kleurrijke, non-figuratieve vlaktes tot strakke geometrische patronen: ieder werk nodigt uit tot een open blik en een persoonlijke interpretatie. Wat betekent abstracte kunst voor jou?

Met werk van: Otte Jacob, Monique Bouman, Antoine Monod de Froideville, Ronald Schriel Debajo del Sombrero, Madrid: Álvaro Raído, Esther González, María Lapastora Geyso20, Braunschweig: Reinhard Dittrich, Robert Fischer, Mentor Ferizaj Uit de collectie van Galerie Atelier Herenplaats: John Kegrreiz, John Janssen, Aldo Piroalli

Sinds 1991 is Herenplaats het Rotterdamse centrum voor kunstenaars met een bijzonder

verhaal. Dagelijks bezoeken zo’n 40 kunstenaars het atelier aan de Schietbaanstraat in Rotterdam-centrum. Mensen met beeldend talent en een verstandelijke beperking of psychiatrische achtergrond krijgen hier de kans om zich te ontwikkelen als kunstenaar. Ze krijgen les, ontwikkelen hun eigen stijl, en exposeren hun werk in binnen- én buitenland.

Neem voor meer informatie of een interview contact op met Anna Berkhout – anna.berkhout@pameijer.nl

www.herenplaats.nl Tel: 088 - 271 65 05
Mail algemeen: atelier@herenplaats.nl
bezoekadres: Schietbaanstraat 1,
Open maandag t/m vrijdag van 13 tot 17 uur



Otte Jacob

Otte kreeg als kind van zijn vader tekenlessen in zijn atelier. Dit heeft nog steeds veel invloed op hoe hij werkt. Otte zegt hierover: “Kijken kun je leren, door te tekenen ga je steeds meer zien. Dat leerde ik in mijn vaders atelier

en zo ontstond mijn fascinatie voor kunst. Alles wat ik zie kan een begin zijn voor een tekening.” In het beeldhouwatelier van zijn vader ontstond het eerste enthousiasme voor beelden. Otte werkt sinds 2019 bij Herenplaats. Het waarnemen van de wereld vormt zijn inspiratie. Tekenen is de basistechniek bij Otte, maar hij beperkt zich niet tot tekenmaterialen. Hij geeft kleur aan zijn werken door acryl- en aquarelverf te gebruiken, maar noemt zichzelf het liefste tekenaar. Ook beeldend werk in de vorm van keramiek is hem niet vreemd. Ook al zijn de meeste werken tweedimensionaal, hebben zijn werken bijna altijd een ruimtelijk karakter. Otte werkt daarnaast ook graag samen met andere kunstenaars, ook uit andere disciplines.

Agenda Leeszaal



Zondag 11 mei, 14.00-15.30

Poëzie Voorlezen op Moederdag

Meestal zijn moeders degene die voorlezen, geduldig luisteren en eindeloos geven. Deze Moederdag nodigen we je uit om te gaan zitten – en een verhaal te ontvangen. We beginnen met het voorlezen van «注音練習 (Bopomofo Oefening)» – een poëzie-prentenboek over een analfabete grootmoeder die in stilte leert lezen en schrijven. Door rustig te oefenen, vindt ze stukje bij beetje haar weg in de wereld van geschreven taal. Een tedere reis van waardigheid hervinden en haar stem herontdekken. Het boek is gebaseerd op een gedicht dat de eerste prijs won bij een literaire wedstrijd in Taiwan.

Na het luisteren nemen we de tijd om stil te staan. Wie is zij – los van de rol van “mama” of “oma”? Welke herinneringen blijven hangen? We sluiten de voorleessessie af door een portret van “mama” en een unieke familie-herinnering te tekenen. Een middag voor iedereen. Tekenervaring is niet nodig, alleen een open hart.

* Georganiseerd door @little.book.project

* Taal van het evenement: Nederlands

& Mandarijn (Engels beschikbaar op aanvraag)

* Deelname is gratis



Kijk voor meer informatie en eventuele aanvullingen op leeszaalrotterdam.west.nl.
Op de site kan je je ook aanmelden voor de digitale nieuwsbrief van de Leeszaal.



Aanmelden en betalen van de maaltijd. Mail uiterlijk 2 dagen van tevoren naar hannydejong@hotmail.com

15 mei, 18:00 uur.

Literaire Maaltijd met leesvoorstelling ‘De Schommelstoel’

Theatergroep De Onderneming leest de voorstelling ‘De Schommelstoel’ van Jean-Claude Brisville. Een toneelstuk over de waarde van boeken. Een uitgever wil rijk wil worden en gaat op zoek naar papier dat snel verpulvert om dan weer nieuwe boeken te verkopen. Zijn tegenspeler is een man die leeft voor de taal, de woorden en alle citaten uit de wereldliteratuur.

Spelers: Piet Romein, Gerard van der Eem en Rik Storm. Regie: Eddy Geerlings.



Zondag 18 mei, 13-16 uur

Wie poetst er in Rotterdam? Een toneelstuk en workshop over betaald huishoudelijk werk

Rotterdam is een stad van “niet lullen maar poetsen”, maar wie poetst er eigenlijk? In Nederland werken ongeveer 150.000 arbeidsmigranten in de informele sector van het betaald huishoudelijk werk; waaronder een behoorlijk aantal in Rotterdam. Door hun marginale positie en werk in particuliere huishoudens blijven zij echter onzichtbaar. Het toneelstuk, gemaakt door Elena Mataix en Myrthe van der Staay, twee jonge Rotterdamse theatermakers, geeft deze huishoudelijk werkers een gezicht. De acteurs zijn ervaringsdeskundigen uit o.a. de Filipijnen en Indonesië; het gaat over hun dagelijkse leven en hun werkervaringen. Na de voorstelling praten we erover in een workshop onder leiding van Dr. Jing Hiah, Universitair Docent aan de Erasmus Universiteit Rotterdam en theatermaker Joanne Swaan van Stadstoneel. We willen het onder andere hebben over de rechten van huishoudelijk werkers, wat werkers en werkgevers in het huishoudelijk werk met elkaar gemeen hebben en de onderwaarding van dit zogenoemde ‘vrouwenwerk’. Heb je ook ervaring met betaald huishoudelijk werk, kom dan zeker kijken en praat mee. Gesproken taal: Engels, Toegang gratis

In de Leeszaal kun je boeken halen en brengen. Er staan zo’n 20.000 boeken in de zaal: romans in diverse talen, kunst- en geschiedenisboeken, reisverhalen en kookboeken en andere non-fictie, poëzie, woordenboeken en de populaire Rotterdam-collectie. De kasten worden dagelijks aangevuld met de voorraden uit ons magazijn. Je kunt in de Leeszaal koffie/thee bestellen en er zijn dagelijks drie verse kranten. Je kunt je eigen laptop meenemen en er is wifi. Je kunt er met mensen afspreken, werkbesprekingen houden, je huiswerk maken, je eerste roman schrijven, en...
Je vind de Leeszaal op het Rijnhoutplein 3, 3014 TZ in Rotterdam. We zijn geopend van dinsdag t/m vrijdag van 10.00 tot 16.00 uur



24 mei, 10:00-16:00

Nooit meer gefoeter met Linux op je computer!

Het vrije besturingssysteem GNU/Linux (vaak kortweg Linux genoemd) heeft veel voordelen ten opzichte van niet-vrije besturingssystemen zoals Windows en macOS. Maar daar gaan we het nu eens NIET over hebben. Want je zou bijna vergeten dat het ook gewoon heel FIJN is om met GNU/Linux te werken. Nou is het natuurlijk heel persoonlijk wat wel of niet fijn is. Maar omdat er verschillende smaken GNU/Linux zijn, is er altijd wel een variant die bij jou past.

Kom naar Linux Presentation Day in de leeszaal en ervaar het zelf. Er staan verschillende computers met verschillende smaken GNU/Linux om uit te proberen. Of probeer GNU/Linux uit op je eigen computer, zonder iets te installeren. Kan dat dan? Ja, dat kan! Nieuwsgierig geworden naar de voordelen van GNU/Linux? Of wil je meer weten over Linux Presentation Day?

Lees meer op www.reuf.nl/lpd/home.html



Zondag 25 mei, 14:00-16:00 uur

GedichtenSalon

In de GedichtenSalon kunnen dichters uit hun eigen werk voordragen én worden ze uitgedaagd om op basis van een thema een nieuw gedicht te schrijven.

Deze keer is aan de deelnemende dichters gevraagd om de titel van een favoriet gedicht te gebruiken om een nieuw gedicht te schrijven. Nadat ze hebben voorgedragen gaan ze met elkaar en met programmamaker Liliane Waanders in gesprek over hun fonkelnieuwe gedichten.

Dichters hebben we al: Inge Koppert, Betty van Rijk, Christine van den Hove, Annika Cannarts, Monique Leferink op Reinink en Joyce van der Niet. Een poëzieprogramma kan echter niet zonder publiek. Dus kom kijken en luisteren. En mocht je tijdens dat luisteren tot de conclusie komen dat je ook iets wilt zeggen, dan kan dat vaak ook.

Inloop 13:30, aanvang 14:00 uur. De toegang is gratis. Voertaal: Nederlands.



Woensdag 28 mei, 19:30 uur.

Poetry slam Rotterdam voorronde 6

Bij Poetry Slam krijgen jouw woorden het podium dat ze verdienen. Hier komt taal tot leven en deel jij je werk met een publiek dat niet alleen luistert, maar ook écht voelt wat je zegt.

Je staat op het podium tussen andere makers die, net als jij, spelen met ritme, taal en performance. Na je optreden krijg je waardevolle feedback van een ervaren

woordkunstexpert – een kans om jezelf verder te ontwikkelen als schrijver en performer.

Deze voorronde is onderdeel van het Stedelijk Kampioenschap Poetry Slam Rotterdam. De winnaar doet mee aan de grote jaarfinale. De finalisten strijden om Rotterdam te vertegenwoordigen op het NK Poetry Slam in Utrecht!

Zelf meedoen? Meld je aan via poetryslam-rotterdam.nl/inschrijven

Kom je kijken en luisteren? De toegang is gratis! Inloop 19:00. Aanvang 19:30 uur.

Donderdag 29 mei, 20:00 uur

SPARKSHOW

Engelstalig improvisatietheater

Join us at the Leeszaal West for two hours of unpredictable, on-the-spot stories, scenes & songs. Each month brings you a different flavour: this show has never been seen

before... and will never be seen again. Entrance 5 to 13 Euro. Tickets will become available soon. Check www.sparkrotterdam.nl/watch.



Zondag 1 juni, 15 uur

Boekpresentatie ‘Nachtkaars’



‘Nachtkaars’ is de tweede historische roman van beeldend kunstenaar/schrijver Arnold Schalks. In het boek komt de geschiedenis van drie Leidse instituten tot leven: de Hortus

Botanicus, de Sterrewacht en de Blauwe tram. We volgen de wonderlijke technologische en wetenschappelijke ontwikkelingen tussen 1900 en 1947 door de ogen van de leden van drie Leidse arbeidersgezinnen. In een turbulente wereld die geen barmhartigheid toont, proberen de eigenzinnige karakters grip te krijgen op hun leven, soms leunend op filosofieën van de koude grond. De nasleep van een brute moord vormt een roodgloeiend spoor onder de vertelling. Arnold Schalks wordt geïnterviewd door Alek Dabrowski.

Vooraf: Performance van beeldend kunstenaar **Samieh Shahcheraghi**
Toegang gratis.

Op woensdag 11 juni, de vooravond van het Poetry International Festival, organiseert de Leeszaal een **open poëzie podium**. Vanaf 19:00 uur ben je van harte welkom om een eigen gedicht en/of een gedicht van iemand anders voor te dragen. Maximaal drie, in het Nederlands of in een andere taal. Podiumervaring is niet nodig, het gaat om poëzie en plezier. **Aanmelden via roosvanvlaanderen@live.nl.**

Serpil Karisli

uit de kunst

De afgelopen tijd heb ik een aantal eenakters gelezen. Dat zijn toneelstukken met éénheid van tijd, plaats en handeling. In de Klassieke Oudheid was deze éénheid een vereiste. Totdat ook die regel werd gebroken. Alhoewel een toneelstuk pas compleet wordt in een uitvoering, vind ik de teksten ook heel interessant. Je kan dan rustig de dialogen lezen en nadenken over theater. Ik wil ingaan op drie eenakters en kijken naar de inhoud en thematiek ervan om zo theater enigszins te kunnen definiëren. Waar gaat theater eigenlijk over?

Theater in relatie tot het leven

De eerste eenakter die ik las was het stuk *De Beer* van Anton Tsjechov uit 1888. Tsjechov is een belangrijke naam in theater. Hij was een tijdgenoot van Konstantin Stanislavski. Het verhaal gaat dat hij zijn personages zo beschreef dat het botste met de method acting van Stanislavski, puur om hem te pesten. Zo’n grote naam kon dat makkelijk doen. Tsjechov is vooral bekend van het stuk *De Kersentuin*, het laatste stuk dat hij schreef in 1904.

De Beer is een klucht over een man en een vrouw, die met elkaar in conflict raken over

het man/vrouw thema. Beide vervallen in vooroordelen over het andere geslacht en klagen erover. Totdat ze in elkaars armen vallen. Dit stuk laat zien dat theater altijd over het leven zelf gaat. Het thema, de verhouding tussen man en vrouw, is een belangrijk onderwerp in onze maatschappij. Het is een sociaal thema dat nu nog het nodige conflict oproept in onze maatschappij.

Naast het sociale element is ook de psychologie van de mens belangrijk in theater. Het stuk *The Zoo Story* is een eenakter van de Amerikaanse toneelschrijver Edward Albee uit 1958. Albee is de schrijver van het beroemde stuk *Who is Afraid of Virginia Woolf?* In *The*

Zoo Story staat de ontmoeting tussen twee mannen in Central Park in New York centraal. Na het lezen van het stuk wil je voorlopig niemand meer spreken die je tegenkomt in een park. Het is heel verrassend en tegelijk beangstigend. De mens is niet los te zien van de psychologie waar hij in zit. Dit is een belangrijke onderdeel van de mens. Onze omgeving bepaald deels ook onze psychologie.

Een derde laag van ons bestaan is de filosofie. De manier waarop wij denken over de wereld en er betekenis aan geven, wordt bepaald door ons denken over het leven en onszelf. Het was daarom interessant om *Met*

Gesloten Deuren van Jean Paul Sartre uit 1944 te lezen. Hij is naar mijn mening de grootste filosoof van de moderne tijd. Zijn denken over de betekenis van ons bestaan, de existentiële vraagstukken, is voor mij nog steeds de basis voor ons zijn. Dat is de derde laag van theater, want theater gaat over de existentiële onderwerpen die verband houden met ons bestaan, alles wat we tegenkomen in ons leven. In *Met Gesloten Deuren* zijn drie personages op zoek naar afsluiting van hun leven. De keuzes die wij maken, de manier waarop wij vorm en betekenis geven aan ons leven, maakt ons vrije verantwoordelijke individuen.
Serpil