

# De Holendrechtter

Gratis krant voor en door de bewoners van de wijk Holendrecht

## VOETBALCLINICS IN HOLENDRECHT

Op 28 september kwam de redactie van De Holendrechtter terecht in een enorm spektakel op het Cruyff Court. We zijn even gaan informeren, en we kregen het volgende verslag van Oscar Hulscher.

“**WOENSDAG** 28 september vond de 14e Cruyff Court Clinic plaats in Amsterdam Zuidoost, en wel op het Cruyff Court bij de Holendrechtschool. Deze clinic, als laatste in de serie, was een bijzondere editie. Ali B, Brace, Soufiane Touzani en Brownie Dutch openden de clinic met een spetterend optreden. Kinderen uit de buurt zongen en dansten enthousiast mee op de vele hits.

**TONNY** Bruins Slot, voormalig assistent van Johan Cruyff, kwam ook nog even langs om te kijken of er jeugdig voetbaltalent rondliep. In totaal deden ongeveer 80 jongens en meisjes in de leeftijd van 8 t/m 10 jaar mee aan de clinic en zijn zo meer te weten gekomen over de voetbalvisie van Johan Cruyff. De 14 clinics werden mede mogelijk gemaakt door partner van de Johan Cruyff Foundation, C1000 en Sportbuurtwerk Zuidoost.”



Tekst en foto Oscar Hulscher  
Manager Sportbuurtwerk Stadsdeel Zuidoost



**HET** Sportbuurtwerk heeft in Holendrecht elke week een sportinstuif voor de jeugd van 4 tot 15 jaar. Voor meisjes op woensdag van 18.00 tot 20.00 uur in de Holendrechtschool, en voor jongens op vrijdag van 18.00 tot 20.00 uur, ook in de Holendrechtschool.

Kijk voor meer informatie over sportactiviteiten in de wijk op [www.sportbuurtwerkzuidoost.nl](http://www.sportbuurtwerkzuidoost.nl). Of volg Sportbuurtwerk Zuidoost op Facebook, Hyves en Twitter.



### Inhoud van dit extra dikke winternummer

- |         |  |
|---------|--|
| Blz. 1  | Sportclinic - SBW  |
| Blz. 2  | Badminton<br>Yoga<br>Lezingen Volksuniversiteit<br>Bijlmer Parktheater |
| Blz. 3  | Van de Redactie<br>BuurtHuis Holendrecht                               |
| Blz. 4  | De nieuwe wijkteamchef<br>Scootercontrole                              |
| Blz. 5  | Veiligheid en Handhaving<br>Burgernet                                  |
| Blz. 6  | Holendrecht Festival<br>Werken in de buurt<br>Tip van Reciclarte       |
| Blz. 7  | Interessante bewoners  |
| Blz. 8  | De Buurtkamer  |
| Blz. 9  | Woonlasten beperken  |
| Blz. 10 | Bewonerscommissie<br>Fotoreportage op internet                         |
| Blz. 11 | Nieuws uit de laagbouw   |
| Blz. 12 | Gezondheidscentrum   |
| Blz. 11 | Cliëntenraad   |
| Blz. 13 | Meer gezondheid<br>Holdie  |
| Blz. 14 | Brinknieuws  |
| Blz. 14 | de Ruige Hof   |
| Blz. 15 | Ontwerp Holendrechtplein   |
| Blz. 16 | Gratis trimbeurt voor kat  |



# SPORT – VRIJE TIJD

## Jeugd en Badminton Vereniging Gaasperdam!

*Tekst en foto van het Maatjestoernooi: Corrie van Kampen*



**BADMINTON** Vereniging Gaasperdam bezit al jaren een Jeugdafdeling waar zowel recreatief als in competitieverband wordt gespeeld. Bij beiden wordt er training gegeven door een ervaren en/of gediplomeerde trainer. In de competitie afdeling kun je na de competitie, deze duurt van september t/m januari, en omvat ten hoogste 14 wedstrijden waarvan 7 uit en 7 thuis, ook nog toernooien spelen. Er wordt getraind volgens een kleurenstelsysteem met diploma, er worden clubkampioenschappen gehouden, een kerst- en een eindevenement en een uitstapje naar de Dutch Open georganiseerd. En indien je daar aan toe bent, kun je de overstap naar de senioren maken.

**BADMINTON** Vereniging Gaasperdam heeft al een aantal bekende spelers voortgebracht die zelfs op de buitenlandse toernooien te zien zijn. Dave Khodabux, Hans van Os jr., Ralph Starren en Josephine Wentholt o.a. Thans spelen zij bij Almere, Sloterveer en Josephine speelt momenteel zelfs competitie in Duitsland. Bij de jeugd zijn een aantal kinderen doorgestroomd naar de competitieafdeling en momenteel zijn er een aantal plaatsen vrijgekomen bij de beginners. De aspiranten spelen op dinsdag van ongeveer 6-10 jaar van 17:00-18:00 uur en vanaf 10-16 jaar van 18:00-19:30 uur.

**BV** Gaasperdam heeft als thuisbasis Sporthal Gaasperdam, Ravenswaaipad 5, Amsterdam Reigersbos. (vlak achter de bibliotheek). Voor meer informatie kunt u terecht bij Corrie van Kampen, 020-6974843 of mail [info@bvgaasperdam.nl](mailto:info@bvgaasperdam.nl). Ook [www.bvgaasperdam.nl](http://www.bvgaasperdam.nl) Tot kijk in de o zo gezellige sporthal!

## Yogalessen in Holendrecht

**MIJN** naam is Karin Junger. In het vorige nummer van De Holendrecht heb ik me al voorgesteld. Sinds september 2010 geef ik Hatha Yoga lessen in Amsterdam Zuidoost. Door de grote belangstelling zijn er lessen bijgekomen. De lessen zijn in basisschool De Brink, Mijehof 302, 1106 HW Amsterdam Zuidoost. Bereikbaar te voet, per fiets, auto en openbaar vervoer (metrohalte Holendrecht). Er is les op iedere maandagavond van 19.00 tot 20.15 uur, en omdat er zoveel belangstelling is: ook op donderdag, zelfde tijd, zelfde plaats. Om aan te melden: bel Karin Junger : 06 29 195 156 Mail: [quintessens@planet.nl](mailto:quintessens@planet.nl) Of kom gewoon langs bij de Brink op maandag- of donderdagavond, 19.00 uur!

## Volksuniversiteit Zuidoost

*Vit de brochure*

**IN** de komende periode zijn er in het CEC-gebouw aan de Bijlmerdreef 1289 weer een aantal lezingen:

- 10 januari: Nietzsche en zijn betekenis voor onze tijd.
- 1 februari: H.P. Berlage, architect.
- 22 februari: Malinese architectuur; Dogon en Djenné.
- 6 maart: Venetië en de Renaissance.
- 20 maart: Matthäus Passion van J.S. Bach. Uitleg over de tekstinhoud en de muziek, met muziekfragmenten ter illustratie.
- 4 april: Sjoerd Soeters, architect; van piramides, grachtengordels & kastelen.
- 18 april: Jugendstil en Art Nouveau.
- 16 mei: Do's en don'ts in Rusland.

**DEELNAME** kost 10 euro. Aanmelden via internet:

[www.vua-ams.nl](http://www.vua-ams.nl) of [www.vu-amstelland.nl](http://www.vu-amstelland.nl)

## Naar het Bijlmer parktheater

*Vit de persberichten*

**WE** doen een greep uit de mogelijkheden:

- dinsdag 20 december: Golden Palace met: 'De vriendin van Harry', een theatervoorstelling.
- zaterdag 7 januari: De groep Khayelitsha United Mambazo Choir met "Celebrating South Africa"
- op 12 en 13 januari Lucretia van der Vloot en Mannouschka Zeegelaar met '.. of ach, ze lijken allemaal op elkaar'. Zang, muziek en theater.
- zondag 29 januari 's morgens: Bijlmer Klassiek. Leden van het Koninklijk Concertgebouworkest met 'When jazz hits classic'. En ook op 29 januari, 's middags: Jeffrey Spalburg, DJ Phantom en anderen met 'Fatu'.



# VAN DE REDACTIE



**WE** horen en lezen dagelijks dat het zo slecht gaat met de economie. Ongetwijfeld zijn er ook in Holendrecht mensen die door de huidige crisis getroffen worden. Maar tegelijkertijd zijn er ook veel signalen die er op wijzen, dat het in onze wijk wel weer de goede kant op gaat. Allerlei initiatieven en activiteiten, werk in uitvoering, renovaties. Overal leven in de brouwerij. Als je nu probeert om wat rond te fietsen in Holendrecht is dat erg lastig, want het ophogen van de binnentuinen in Holendrecht Noord is in volle gang, het hele fietspad ligt open. In het winkelcentrum aan het fietspad is het sportcentrum H3O begin december van start gegaan, over een paar maanden gaat het BuurtHuis dicht voor een grondige renovatie.

**WE** mogen hopen, dat de gebruikers van het BuurtHuis op tijd te horen krijgen, wanneer ze hun spullen moeten weghalen, op welke datum het gebouw ontruimd moet zijn voor de slopers. Dat is bij de tijdelijke renovatie vorig jaar grondig mis gegaan: zowel in de nu afgebroken sportzaal als in het oude buurthuis zijn mensen kostbare spullen kwijtgeraakt. Geruchten over sloop en renovatie waren er genoeg, maar niemand had de moeite genomen, om ook daadwerkelijk een datum te noemen: opeens werden sportattributen, muziekinstrumenten en elektronica op straat gegooid en afgevoerd. Dat kan en moet deze keer echt beter.

**IN** deze krant kunt u lezen dat de dit jaar geopende Buurtkamer aan het Abcouderpad heel goed draait, met veel interessante activiteiten. De BuurtEntree is ook al zo'n voorbeeld van wat samenwerking tussen verschillende instanties voor de bewoners kan betekenen. Het zijn hoopgevende berichten, waarmee we blijmoedig het nieuwe jaar in kunnen gaan. We wensen u allen een heel goed en gezond 2012, en we weten het zeker: met z'n allen gaan we er een mooi Holendrecht van maken.

## BUURTHUIS

*Janke Bakfum, Swazoom*



**IN** de voorjaarsvakantie organiseert Swazoom op dinsdag 28 februari, woensdag 29 februari en donderdag 1 maart allerhande leuke activiteiten, zodat kinderen zich geen moment hoeven te vervelen! Verder is er in het nieuwe jaar op dinsdag Mediaclub, op woensdag Playground, op donderdag Theater Expres Zo en op vrijdag Weekendclub. Ook kunnen kinderen zich weer opgeven voor Wise Kids.



activiteit Girls, speciaal voor meiden en er is, een keer per twee maanden, Eat to Know. Voor wie mede wil bepalen wat er in het BuurtHuis gebeurt voor jongeren is er Smart Ones.

**VOOR** jongeren zijn er, van dinsdag tot en met vrijdag, activiteiten als ChillZone, Theater, Dance, Muziek, Fashion, Jamsessie en Filmcinema. Ook de

**VOOR** ouders met (jonge) kinderen is er op woensdag Kind & Ouderinloop. Hiernaast is er maandag van 10.30 tot 13.00 uur en woensdag van 13.30 tot 16.00 uur opvoedspreekuur. Dit is voor ouders die weleens willen praten over opvoeden of tips willen krijgen om de opvoeding van hun kind makkelijker en prettiger te maken. Tot slot is er voor volwassen buurtbewoners uiteraard weer Buurtgenoten, iedere maandag en donderdag van 13.00 tot 16.00 uur. Met creatieve workshops, voorlichting over allerhande onderwerpen, leuke uitstapjes, maar ook bijvoorbeeld een spelletjesmiddag.

**BOVENSTAANDE** activiteiten zijn in verband met de verbouwing van Holendrecht onder voorbehoud. Voor meer informatie over aanvangstijden en dagen kijkt u op [www.swazoom.nl](http://www.swazoom.nl).

### Aanvulling door redactie Holendrecht:

*Van medewerkers van het stadsdeel hebben we gehoord dat het BuurtHuis aan het begin van het tweede kwartaal 2012 gaat sluiten in verband met de verbouwing.*

*Een deel van de activiteiten zal dan verplaatst worden naar het pand Holendrechtplein 29, net om de hoek langs het fietspad. Wel zal dat (leegstaande) pand dan eerst nog een beetje opgeknapt moeten worden.*



# NIEUW BIJ DE POLITIE

## Mogen we u even u voorstellen?

*De redactie van De Holendrechtter mocht een gesprek hebben met hoofdinspecteur Ben Nassir Bouayad, wijkteamchef op politiebureau Remmerdenplein. Half juni 2011 is hij hier aangesteld. Een aardige, zelfverzekerde man met een duidelijke missie: optimaal contact tot stand brengen tussen de politie en de burgers, ons allemaal dus. Daar werkt hij al aan sinds zijn aantreden hier. Dat optimale contact staat of valt met wederzijds vertrouwen, hij kan dat niet genoeg benadrukken.*

### Wijkteamchef

**EEN** wijkteamchef blijft niet meer dan een jaar of drie in functie, omdat het een veeleisende baan is. Ook al is het werk vooral op kantoor, toch is hij of zij 24 uur per dag beschikbaar, en wordt bij calamiteiten meteen opgeroepen. De heer Bouayad is zo'n wijkteamchef. Hij kwam als kind uit Marokko naar Nederland, en is hier na de LTS en aanvullende cursussen op de politieschool terecht gekomen. Hij werkte 12 jaar op bureau Balistraat, waar hij het politiewerk in al zijn facetten heeft leren kennen. Door (avond)onderwijs te volgen tot en met Hbo-niveau kon hij steeds verder opklimmen in de politieorganisatie. Enkele jaren geleden werd hem gevraagd zijn capaciteiten in te zetten bij het aanpakken van de ernstige jeugdoverlast in Amsterdam West. Vervolgens is hij een jaar toegevoegd geweest aan de districtschef van Oost/Zuidoost, Ad Smit, en zo heeft hij Zuidoost leren kennen. Toen hier plaats was voor een nieuwe wijkteamchef wist hij dus waar hij terecht kwam. Als wijkteamchef is Bouayad verantwoordelijk voor de veiligheid binnen het werkgebied van bureau Remmerdenplein. Binnen het korps is hij actief op het gebied van diversiteit en een veilig werkklimaat.



### Veiligheid

**WIJ** van De Holendrechtter vinden, dat politiemensen in uniform een zeker gezag moeten uitstralen, door te voet op straat een pet te dragen (ook als ze even een

broodje gaan halen). Dat is ook de mening van de wijkteamchef. Gevraagd naar de veiligheidssituatie in Holendrecht is de heer Bouayad heel duidelijk. Samen met het stadsdeel en belangrijke partners als de woningcorporaties zijn grote stappen gezet. Er is al veel veranderd: het aantal strafbare feiten is enorm gedaald, overlastplegers zijn opgepakt waar dat nodig was, of begeleid naar een beter perspectief waar dat mogelijk was. Het aantal (vuur)wapenincidenten is sterk teruggebracht, het zou ideaal zijn als in Holendrecht de status van veiligheidsrisicogebied zo snel mogelijk opgeheven kan worden. Dat is het streven, want dat betekent dat het weer veilig is, en leefbaar.

### Toekomst

**DE** politie maakt steeds meer gebruik van burgers, bijvoorbeeld via de nieuwe sociale media. Hiernaast in een bericht van het stadsdeel staat, dat men in Zuidoost gaat proefdraaien met 'Burgernet'. Onlangs stond ook al in de krant dat de opsporings-app van de politie voor smartphones een groot succes is. Ben Nassir Bouayad wil nog een stap verder gaan. Het jaar 2012 zal in het teken staan van steeds betere contacten met de buitenwereld. Hij voorziet daartoe bijvoorbeeld dialoogavonden van burgers met politiechef en buurtregisseurs: wat kan beter, wat kan anders? Ook heeft hij klankbordgroepen in de buurten in gedachten. Alles om het vertrouwen tussen burgers en politie te optimaliseren.

**OVERIGENS** is iedereen die ideeën heeft of een bijdrage wil leveren aan de veiligheid altijd welkom om dat met de politie te komen bespreken. Graag zelfs.

---

## SCOOTERCONTROLE

*Buurtjournalist Luthgarda op Buurtlink.nl*

**OP** dinsdagavond 13 september heeft de politie een grootscheepse controle gehouden op scooters op het Holendrechtplein. Alle voorbij rijdende scooters en bromfietsen werden gecontroleerd op snelheid, ook de pizzakoerier. Na controle van de papieren werd de bereikbare snelheid gemeten en als alles goed was kon de bestuurder zijn reis vervolgen. Een goede actie van de politie ter bevordering van een veilige buurt



# NIEUWS VAN HET STADSDEEL



## Zuidoost op zoek naar ogen en oren op straat

Eric Weber

**WOENSDAG** 16 november 2011 vond tijdens een bijeenkomst met voorzitters van bewonerscommissies de stedelijke aftrap plaats van het project Burgernet ([www.burgernet.nl](http://www.burgernet.nl)).

### Hoe werkt het

Burgernet is een landelijk ontwikkeld concept dat burgers een rol geeft bij het snel opsporen van daders of bijvoorbeeld als er iemand wordt vermist. Het werkt zo: op de meldkamer van de politie komt een melding van bijvoorbeeld een inbraak, overval of een vermist kind binnen. Wanneer er een duidelijk signalement is, ontvangen deelnemers van Burgernet op hun vaste of mobiele telefoon een gesproken bericht met het verzoek uit te kijken naar de persoon of voertuig. Burgers hoeven niet actief op zoek te gaan. Maar als ze iets weten of gezien hebben geven ze dat door aan de politie. Na afloop ontvangen alle ingeschakelde deelnemers een bericht over de afloop van de actie.

### Proefdraaien in Zuidoost

Voor de regio Amsterdam-Amstelland wordt in stadsdeel Zuidoost en de gemeenten Ouder-Amstel en Amstelveen proefgedraaid met Burgernet. Het succes van Burgernet is mede afhankelijk van het aantal bewoners dat meedoet. Daarom worden de mensen die wonen en werken in de drie gebieden de komende tijd via onder andere een huis-aan-huis brief en andere acties voor deelname aan Burgernet benaderd. De campagne zal in 2012 in de rest van de stad starten.

### Doet u ook mee?

**MELDT** u aan op [www.burgernet.nl](http://www.burgernet.nl) of vul het formulier in dat op 24 november huis-aan-huis is verspreid. Met uw hulp maken we de buurt nog veiliger!

## VEILIGHEID EN HANDHAVING

André Meijer, Coördinator integrale handhaving

### • Parkeren in de hoven

**HEBT** u toevallig een parkeerbon gekregen of hebt u gezien dat er meer gehandhaafd wordt op foutief parkeren? In het voorjaarsnummer van maart 2011 is

de "waarom-vraag" uitgelegd in een artikel dat aan dit onderwerp gewijd is. De regels voor parkeren op de hoven gelden al langer, alleen werd hier niet actief op gehandhaafd. De handhavers van het stadsdeel surveilleren sinds kort dagelijks in de hoven en handhaven de naleving van het parkeerverbod. Tot nu toe zijn er in Holendrecht 110 processen-verbaal (boetes) uitgeschreven. De hoogte van de parkeerboete is € 70,00 als men een parkeerverbod overtreedt, op de stoep of in het groen parkeert. U riskeert dus een boete als u het parkeerverbod negeert en uw auto parkeert op plekken waar het parkeerverbod geldt. Voor het laden en lossen van spullen is het alleen toegestaan als hiervoor een speciale maaiveldonthefving is verleend. Die kunt u bij het stadsdeel aanvragen. Zonder ontheffing loopt u dus ook het risico op een boete. Het parkeren van auto's, bussen en vrachtwagens bij de hoven mag alleen in de daarvoor bestemde parkeervakken. Geef dit daarom ook door aan uw bezoek. Daarmee kan een boete worden voorkomen en is het een teleurstelling minder.

### • Grofvuil

**ELKE** dinsdag haalt het stadsdeel in Holendrecht het grofvuil op. Bewoners mogen het grofvuil maandagavond na 20.00 uur op straat zetten. Het stadsdeel ontvangt van de bewoners van Holendrecht veel meldingen over grofvuil dat op straat ligt op tijden dat het er niet hoort te liggen. Ook door de handhavers van het stadsdeel is geconstateerd dat er bewoners zijn die op de andere dagen hun grofvuil buiten op straat zetten. Vooral op zaterdag en zondag. De straat oogt rommelig en bij een harde wind waait het losliggende afval als zwerfafval door de straten en hoven. Andere bewoners ergeren zich aan dit gedrag en zien de rotzooi liever niet in hun straat. Deze buurtbewoners willen net als het stadsdeel de buurt schoonhouden. De toezichthouders en handhavers van het stadsdeel controleren daarom extra om de straten schoon en netjes te houden. Een overtreder kan rekenen op een boete van minimaal € 70,00. Mocht u eerder van uw grofvuil af willen dan kunt u dit van maandag tot en met zaterdag van 08.00 tot 17.00 uur afleveren bij het Afvalpunt Zuidoost aan de Meerkerkdreef. Voor de bewoners van Zuidoost is dat gratis. Meer informatie over het afvalpunt kunt u lezen op onze website: [www.zuidoost.amsterdam.nl](http://www.zuidoost.amsterdam.nl) onder "Praktische informatie over" "reiniging in Zuidoost".  
**Afvalpunt Zuidoost, Meerkerkdreef 31, telefoon (020) 409 55 01**

Lees verder op blz. 6



## • Auto's op fiets- en voetpaden

**UIT** Holendrecht-Oost krijgt het Stadsdeel veel meldingen binnen over automobilisten die op de fietspaden rijden en over de voetpaden voor de huizen. Het rijden over deze paden zorgt voor onveilige situaties: kinderen kunnen niet meer rustig buiten spelen en fietsers houden hier geen rekening mee. Rijden op deze paden mag alleen met een maaiveldonthefving en met inachtneming van alle voorzichtigheid – de houder van een maaiveldonthefving is te gast en hoort zich ook als gast te gedragen! Voor een overtreding kan men een boete krijgen van € 100,00. Let erop dat u niet ongeoorloofd gebruik maakt van de voet- en fietspaden met uw auto en geef dit ook door aan uw bezoek! Alleen met zijn allen kunnen we het veiliger maken!

*“Project Toezicht en handhaving Holendrecht”*

## Tip van Reciclarte

*Daniële Kanis*



Dozen, heel veel dozen! Opbergdozen gemaakt van pet-flessen. Als verzamelaar van alles wat "waardeloos" is weet ik hoe belangrijk het is om kleine spullen goed en efficiënt op te bergen.

Je kunt zelf opbergdozen maken van oude pet-flessen. Zulke dozen zijn licht, kleurrijk en doorzichtig dus de inhoud is gelijkelijk duidelijk zichtbaar. Heeeeel handig vind ik het! De meeste flessen/dozen zijn heel sierlijk. Materiaal: 2 flessen en een schaar.

Om er een doos van te maken heb je altijd twee flessen nodig. Meestal dezelfde soort. Van beide flessen wordt de bodem gebruikt. Een bodem met een lang stuk van de fles eraan voor de doos zelf en een tweede bodem waaraan een kortere rand blijft zitten gebruik je dan als deksel. Je kan ze in alle maten, kleuren, vormen maken en dat is zo mooi en handig. Het onderste deel van de fles wordt dus afgeknijpt op een gewenste lengte en het bovenste deel als een deksel. In het begin is het een beetje klooien maar daarna gebeuren er wonderen. Sommige flessen zoals de lange dunne spa blauw hebben een "design". Afval kan zo mooi zijn! Als je de contouren volgt bij het knippen, krijg je dan een "design doos". Design is echt in momenteel. Het is de moeite waard om te experimenteren. Mochten iemand ook leuke ideeën hebben en erover van gedachte wisselen: welkom!

[d.kanisdeberdt@chello.nl](mailto:d.kanisdeberdt@chello.nl)

## Holendrecht festival

*Buurtjournalist Luthgarda*

**IN** het vorige nummer van de Holendrecht werd dit festival al



aangekondigd. Op zaterdag 8 oktober was het dan zover. De eerste editie van het festival Holendrecht voor Holendrechtters vond plaats op het Holendrechtplein. Het festival zou eigenlijk op 24 september plaatsvinden maar was uitgesteld vanwege andere evenementen in de stad. Na een regenachtige begin is het zonnetje toch gaan schijnen en is het uiteindelijk een feestelijke dag geworden. De organisatie heeft laten weten dat het zeer geslaagd was, ze gaan proberen om het volgend jaar te herhalen, want het moet een jaarlijks evenement worden. Ook de politie was tevreden over het verloop van de dag.

## Werken voor je buurt

*Buurtjournalist Luthgarda op Buurtlink.nl*

**OP** donderdagmiddag 22 september hebben bewoners van Meernhof in samenwerking met verhuurder Eigen Haard een aantal tuinen van ouderen en hulpbehoevende bewoners opgeknapt. Nadat alle onkruid gewied was hebben de bewoners de tuinen voorzien van nieuwe planten. Na het harde werken werd de dag afgesloten met een BBQ in de Buurtkamer. Een filmpje van deze geslaagde middag is te zien op [buurtlink.nl/1106LL](http://buurtlink.nl/1106LL) en nog meer korte berichten over activiteiten die in de buurt hebben plaatsgevonden.



# INTERESSANTE MENSEN

## Ze wonen gewoon in Holendrecht

*Gesprek met Luuk van Eijk*



*Dansen doen we allemaal. We gingen naar dansles vroeger, of we gaan naar de discotheek. We dansen op muziekfestivals en tijdens concerten. We dansen soms gewoon maar wat door de kamer van plezier, of we doen mee in een volksdansgroep. We doen aan line-dansen, aan breakdance of hiphop. Onze kinderen zitten op ballet of op een dansschool, kortom, iedereen heeft wel iets met dans. Wat ook kan is dat je gaat kijken naar het dansen van anderen. Naar een balletvoorstelling in het theater of in de Stopera. Naar een straat-dansfeest of als we op vakantie zijn naar een plaatselijke dansgroep.*

### **Julidans**

Zulke voorstellingen moeten georganiseerd worden, ze ontstaan niet vanzelf. Luuk van Eijk woont al meer dan 30 jaar in Holendrecht, en hij is altijd met dans bezig geweest. De redactie is met hem gaan praten, want hij is de man die in 1991 de initiatiefnemer was van het bekende en breed gewaardeerde dansfestival Julidans. Samen met Jaap van Baasbank heeft hij 20 jaar lang dit Amsterdamse festival georganiseerd. Van Eijk is nu met pensioen, maar de stichting Julidans gaat gewoon door, en over een half jaar kunnen liefhebbers voor de 22<sup>ste</sup> keer genieten van de voorstellingen op verschillende podia in de stad. Julidans is een internationaal dansfestival van vooral niet-westerse hedendaagse dans.

### **Internationaal**

De dansers komen van over de hele wereld, met name uit landen in Azië en Afrika, en zo wordt het programma heel aantrekkelijk. Luuk van Eijk heeft 35 jaar in de Stadsschouwburg gewerkt. Hij was betrokken

bij de zakelijke kant van de schouwburg en bij de programmering. Hij had dus de juiste contacten om van Julidans een succes te maken. Er zijn dan voorstellingen in alle theaters rond het Leidseplein, en ook in het openluchttheater in het Vondelpark. Jaarlijks komen er 20.000 mensen op af, een gemengd en vaak internationaal publiek. Voor de invulling van het programma reisde hij de hele wereld rond, iets wat hij sinds zijn pensionering wel een beetje is gaan missen.

### **Ook in Zuidoost**

Het is aan Luuk van Eijk te danken, dat de voorstellingen niet alleen in de stad te zien zijn. Omdat hijzelf in Holendrecht woont heeft hij weten te bereiken dat ook wordt gedanst op podia in de stadsdelen. Zo zijn er vroeger in ons eigen BuurtHuis Holendrecht optredens geweest, en in het Krater Theater. En nu we in Zuidoost het mooie Bijlmer Parktheater hebben worden ook daar voorstellingen geprogrammeerd. En dat werkt heel goed, de voorstellingen worden goed bezocht. De programmaredactie van het Bijlmer Parktheater denkt mee in de organisatie van Julidans, en bekijkt welk deel van het programma in Zuidoost een succes zou kunnen zijn.



### **Onderscheidingen**

Luuk van Eijk is meerdere malen onderscheiden, dit jaar nog werd hij Ridder in de orde van Oranje Nassau. Maar het meest trots is hij toch wel op het gouden Ereteken van Verdienste van de stad Amsterdam, dat hem op

15 juli 2010 is uitgereikt door burgemeester Van der Laan. Het is een erkenning van het feit dat hij gedurende 35 jaar zich ingespannen heeft om Amsterdam als belangrijk centrum van dans op de kaart te zetten, onder andere door het organiseren van Julidans. Nu hij met pensioen is blijft Luuk van Eijk met mate en op vrijwillige basis betrokken bij de danswereld. We wensen hem graag toe, dat hij ook van deze periode in zijn leven volop mag genieten.



*Grote foto: Luuk van Eijk (midden) en zijn collega Van Baasbank zijn door de burgemeester geridderd in de orde van Oranje Nassau.*

*Op de kleine foto's, gekregen van de gemeente Amsterdam: het Gouden Ereteken van Verdienste.*



# DE BUURTKAMER

Maarten Zonhoven

## Buurtkamer Casa Jemie Makandra succesvol van start



**WE** schreven er al eerder over, maar laten we toch even het geheugen opfrissen. Wat is Casa Jemie Makandra (CJM) ook alweer? CJM is een bewonersproject dat is opgezet door Eigen Haard, Stadgenoot, stadsdeel Zuidoost, DWI en Kansrijk Zuidoost. De naam Casa Jemie Makandra is een combinatie van het Spaans en Surinaams en betekent letterlijk: 'Huize Help Elkaar'. In het centrum komen mensen die ofwel wat hulp kunnen gebruiken, ofwel hun hulp komen aanbieden. Naar leeftijd, kleur en afkomst wordt niet gekeken. Iedereen is er welkom.

**MEDEWERKER** Herman Oosterbaan: *"Holendrecht is een wijk waar het niet met iedereen even goed gaat. Natuurlijk zijn er genoeg mensen met een baan en gaan de meeste kinderen gewoon naar school. Toch zijn er ook mensen die dreigen af te haken. Dat kan te maken hebben met gezondheid, de financiële situatie, problemen met de opvoeding etc."* Vervolgens vertelt hij over de succesvolle kookclub op donderdagnamiddag. Iedereen uit de buurt mag voor € 1,50 aanschuiven voor een heerlijke maaltijd. En kinderen tot zeventien eten nog eens gratis mee ook. Vrijwilliger Olivia Struiken vult aan: *"er komen wekelijks al rond de twintig volwassen en bijna net zoveel kinderen. Niet alleen krijgen de mensen uit de buurt zo een gezonde en spotgoedkope maaltijd binnen, ook komen ze er weer eens uit en zijn ze lekker tussen de mensen. Je ziet sommige mensen echt helemaal opfleuren."*



**PROJECTLEIDER** Juriaan Otto die namens Eigen Haard en Stadgenoot het project met enthousiaste en betrokken buurtbewoners opzet bevestigt: *"veel mensen zijn vergeten hoe men op een goede manier kan samenleven in een kwetsbare buurt. Juist als je gezondheid te wensen overlaat, als er niet genoeg inkomsten binnenkomen en als je dreigt te vereenzamen, is het goed je blik naar buiten te richten."* Zo gezegd zo gedaan, maar wat hebben Otto en zijn team dan concreet bereikt tot nu toe? Wel, een blik op de website zegt eigenlijk alles. Er is een gratis klussen- en tuindienst. Maar er is ook een formulierenbrigade die mensen helpt bij het lezen en invullen van lastige formulieren. Ook is er een schuldhulpsprekkuur. Mensen die eigenlijk al weten dat ze in de problemen komen, kunnen met hun verhaal naar de buurtkamer komen en daar worden zij dan geholpen door mensen die het zelf ook allemaal hebben meegemaakt. CJM lost de problemen niet op, maar zorgt er wel voor dat mensen worden doorverwezen naar de juiste instanties.

**FORMULIERENBRIGADIST** Sandra van der Wal: *"eigenlijk grijpt alles in elkaar bij CJM. Er is nooit maar 1 probleem. Daarom bieden wij ook van alles aan. Op maandagochtend is er bij ons voor € 1 een ontbijt en in het weekend bieden wij met de Kidsclub activiteiten voor kinderen aan. En als mensen in de schulden dreigen te komen, kunnen ze met hun rekeningen en aanmaningen bij ons terecht. 1 ding staat echter wel altijd voorop, we gaan uit van de verantwoordelijkheid die mensen zelf bereid zijn te nemen."*

**IS** CJM succesvol? Jazeker. Wekelijks worden er klussen gedaan, zit de kookclub vol en komen mensen met hun brieven en rekeningen naar het formulieren-sprekkuur. Wat te denken van de Indische kookclub op maandagmiddag, het succesvolle spreekuur Biografisch Ouderschap van Cyntia Carter voor met name jonge ouders en de handwerkgroep op vrijdagochtend. Zoals het er nu naar uitziet gaat het project in 2012 gewoon door. En als we de mensen van CJM mogen geloven, is dat heel goed voor de wijk Holendrecht en de mensen die er wonen.

**KIJK** op [www.casajepiemakandra.nl](http://www.casajepiemakandra.nl)

of bel (020) – 697 0185.

Of stuur een mail naar [casajepiemakandra@live.nl](mailto:casajepiemakandra@live.nl)

CJM zit aan het Opheusdenhof 112.





# SAMEN SLIM WOONLASTEN BEPERKEN, HET KAN!

Anne Stijkel

**WONEN** in Holendrecht is fijn, want groen, ruim, rustig. Veel van onze huizen zijn al redelijk goed geïsoleerd, omdat ze in een tijd gebouwd zijn dat er al wat meer bewustzijn was over hoe je energie niet onnodig weg moet laten lekken. Maar... dat kan beter! En dat is ook belangrijk voor je portemonnee, omdat kosten voor wonen niet alleen bestaan uit huur of hypotheek, maar ook uit de maandelijkse energierekening, en die is niet mis! Die rekening stijgt de laatste jaren sneller dan de huur, en dus is het slim om alle energielekken die je hebt ook zoveel mogelijk te dichten. Dat bespaart energie en dus levert jou dat geld op, iedere maand weer! Energie kan weglekken door vloer of dak of gevel of ramen. (Extra) isolatie vraagt om een investering, maar je stopt tenminste met energie verliezen. Je wint ermee. Het simpelste is om radiatorfolie achter je verwarming te plakken. Daarmee blijft je warmte binnen en voor € 20 of € 30 ben je klaar. Hetzelfde geldt voor tochtstrips. Weg met je warmteverlies! Andere besparingsoplossingen vragen meer geld, maar toch... De moeite van het overwegen waard. Nog simpeler, en zeker zo belangrijk, is natuurlijk om je gedrag wat aan te passen: de kachel op tijd uit, en niet te hoog, korter douchen.

**MET** name op de koophuizen, met Maldenhof op kop, (zie [www.delaaqbouw.nl](http://www.delaaqbouw.nl)) zie je meer en meer zonnepanelen of zonneboilers verschijnen. Mooi slim! Dat zijn niet zozeer besparingsoplossingen, maar manieren om zelf energie duurzaam op te wekken, voor elektriciteit of voor warmte. Dan hoef je maandelijks dus minder geld uit te geven om die energie (elektriciteit of warmte) in te kopen bij je energiebedrijf. De investering die dat vraagt weerhoudt je er soms van, omdat je niet zoveel spaargeld hebt liggen, maar omdat er voor duurzaam renoveren speciale, gunstige leenmogelijkheden zijn (waarbij je er 15 jaar over mag doen om af te lossen) loont het om dat eens goed te



laten uitrekenen. Ook als je huurder bent, samen met je corporatie! De vraag is dus: wat kost het mij nu om een aantal maatregelen te laten doen, en hoeveel bespaar ik daarmee voortaan op mijn energierekening die toch maar weer elke maand genadeloos doortikt.

**EEN** zestal gemotiveerde woningegenaren van Maldenhof is in september bij elkaar geweest met een maatwerkadviser, om te kijken wat we ieder voor zich en met elkaar kunnen



doen om onze energierekening omlaag te krijgen. Er is nu subsidie van 'Zon op je dak' aangevraagd. Maar we willen nog meer doen, bv vloerisolatie of zonneboiler of HR++glas. Door samen in te kopen kunnen we ook korting bedingen. U kunt nog bij ons aansluiten! Natuurlijk proberen we gebruik te maken van de subsidies die er zijn voor duurzaam renoveren of opwekken, nu het nog kan. Want reken er maar op dat die subsidiemogelijkheden gaan verdwijnen. Als u als Holendrechtse eigenaar bent van uw woning, en u ziet hier ook wel wat in, dan kunt u nog meedoen als u wilt. Bel mij (697 2999), of mail mij [anne.stijkel@cocreatie.nl](mailto:anne.stijkel@cocreatie.nl).

Intussen ben ik buurtburgemeester van Nudge (\*) geworden (zie <http://www.nudge.nl>), en daarmee ben ik formeel aanspreekpunt voor mensen die meer willen doen, of meer willen weten.

**MENSEN** die in huurwoningen wonen raad ik aan om bij hun corporatie aan te kloppen. Meer en meer corporaties willen het hun huurders naar de zin maken, en deze vorm van woningverbetering is goed voor zowel huurder als verhuurder. Uw maandelijkse energielasten worden lager en dat mag best wat kosten, toch?

(\*) *Wat is (een) nudge?*

Het Engelse 'to nudge' betekent het geven van een zetje. En dat is precies wat Nudge gaat doen: het geven van vele zettes aan goede duurzame initiatieven. Die zettes geven we op allerlei manieren. Sommige nudges geven we zelf - bijvoorbeeld door een evenement of congres te organiseren. Maar meestal geldt: heel veel kleine zettes maken het verschil. Daarom vind je op onze site ook allerlei nudges waar je zelf aan mee kunt doen. En je kunt ze vervolgens delen met je vrienden, zodat voor elke nudge een sneeuwbal effect ontstaat. Stel je voor: heel veel sneeuwballen, dat wordt uiteindelijk een lawine.



# BEWONERSCOMMISSIE HOLENDRECHT-NOORD

(Woningen van Stadgenoot)  
*Eric van den Bosch*

**MAANDAG** 14 november jl. is voor de laatste keer in 2011 overleg geweest in aanwezigheid van de vertegenwoordiger van Stadgenoot. Veel onderwerpen zijn de revue gepasseerd, zoals de veiligheid in de wijk, de trappenhuisen, de aanpassing van een aantal (buiten)-boxdeuren en boxverlichting (bewegingssensor) en het plaatsen van speeltoestellen. Het zal u echter niet verbazen dat het zwaartepunt bij de herprofilering van de zachte hoven lag.

**DE** zachte hoven, door Stadgenoot ook 'binnenhoven' genoemd, zijn nu ook in het noordelijkste gedeelte van Holendrecht rigoureuus op de schop genomen. We kunnen daar van denken wat we willen, maar (bijna) iedereen vond dat er iets moest gebeuren. Gelukkig heeft men geleerd van de andere zijde van Holendrecht en mochten we, ondanks de kaalslag, enkele mooie bomen behouden. Als u dit leest zijn de werkzaamheden waarschijnlijk een stuk opgeschoten, maar nu is het nog zand en woestijn zo ver het oog kan zien. De algemene plannen voor de zachte hoven vallen in twee delen uiteen:

## A. Plannen die vaststaan

1. In de oude situatie hadden de benedenhuizen geen tuin. De situatie waarin dit wel zo leek is 'oogluikend' toegestaan. Deze ontstane situatie wordt nu geformaliseerd, omdat door Stadgenoot aan de bewoners van ieder benedenhuis een tuin van 5 meter wordt overgedragen;
2. Op 6 meter van de gevel plaatst Stadgenoot een heg. Deze 'meter' en de heg blijven eigendom van Stadgenoot. Tegen de heg aan mag niet worden 'gebouwd' (denk aan schuttingen etc.) en de heg mag niet worden verwijderd. Het eerste hof dat aan de beurt is krijgt een beukenhaag (al ingekocht), maar ook andere hagen zijn mogelijk;
3. Tussen de heg en de 'gemeenschappelijke ruimte' wordt een geasfalteerd pad aangelegd.

## B. Plannen in de schetsfase

1. Er zijn situaties waarin woningen zonder deur aan het zachte hof toch een tuin krijgen. Dit wordt per geval specifiek bekeken;
2. Binnen Stadgenoot wordt gedacht aan het afsluiten van de zachte hoven. Een bij Waternet populaire op-

lossing is om dit met waterpartijen te doen (door verliezen aan groen is meer waterberging nodig).

**EEN** uitzonderingspositie bestaat voor een aantal woningen aan het Maasdrielhof. Op 21 november zijn de bewoners van deze 4 panden geïnformeerd over de plannen waarin ook het (gedeeltelijk) verwijderen van de boxen wordt besproken. In verband met de tijdige aanlevering van kopij kunnen we de uitkomst van die bijeenkomst hier niet bespreken. Ook weten wij op moment van schrijven niet of u al in het bezit bent van de door Stadgenoot beloofde 'Bewonersbrief'.

**WE** hopen dat u met deze informatie toch iets beter bent voorbereid op wat komen gaat en toch iets zorglozer de feestdagen tegemoet gaat. Namens alle leden van de bewonerscommissie wens ik u fijne dagen en een mooie, veilige, jaarwisseling. We zien elkaar weer in 2012.

(contact: [holendrecht noord@yahoo.com](mailto:holendrecht noord@yahoo.com))

---

## Foto's van de herprofilering

**EEN** van onze redactieleden, Fred Bender, is bezig een fotoreportage van de werkzaamheden samen te stellen. Hij plaatst de foto's op internet, netjes per hof bij elkaar. Zo kun je het hele proces volgen, van hoe het was, via de werkzaamheden, tot hoe het eindresultaat er straks gaat uitzien. *Bijgaande foto Niftrikhof.*

**HET** is (nog) geen openbare site. Omdat de reportage nog onder constructie is zijn de foto's voorlopig alleen toegankelijk voor



de maker. Mocht u erg nieuwsgierig zijn, stuur dan even een mail naar de redactie: ([holendrecht@yahoo.com](mailto:holendrecht@yahoo.com)) en u krijgt van ons de juiste URL toegestuurd.

**ONLANGS** stuurde Marjon Parson ons ook een serie foto's. Er zijn vast nog wel meer mensen die foto's maken. Mocht u het leuk vinden om uw foto's toe te voegen aan de reportage van Fred Bender, laat dat dan ook even weten, hij neemt dan contact met u op om te overleggen.



# NIEUWS UIT DE LAAGBOUW

## De Laagbouw ging een dagje op stap

*Tekst en foto's: Joke Rijnders*

**NA** een oproep in het blad was er genoeg belangstelling om een dagje weg te gaan.



De reis was naar de Orchideeën Hoeve in Luttelgeest, een wereld vol kleurrijke orchideeën en vlinders. Om 8.30 uur vertrok de bus met zonnig najaarsweer naar de eerste koffiestop in Nijkerk bij Restaurant de Berenkuil. Die deed zijn naam geen eer aan want in plaats van beren was er een grote mooie Forellenvijver waar de mensen al driftig aan het vissen waren. Wij gingen lekker aan de koffie met gebak, want dat hoort op zo'n dag erbij. Na vele verhalen gingen we op weg naar onze eindbestemming. Niet via de snelweg maar door de polder met prachtige kleurrijke bomen en vele windmolens kwamen wij op de plaats van bestemming. Bij de ingang kon je op de plattegrond bekijken hoe alles eruit zag en je werd door de orchideeën begroet.

**ALLERLEI** kleuren, maten en zoveel soorten wat je eigenlijk niet verwacht van zo'n kleine bloem. Er was een Orchideeën-Maleisische-Taiwanese tuin met allerlei bloemen, bomen en planten, vogels, reptielen en een prachtige vlindertuin. Alles op een natuurlijke wijze samengebracht. Ook was er met een speeltuin aan de kinderen gedacht maar daar hoefden wij vandaag niet aan te denken. Na het eerste gedeelte



gingen we met z'n allen genieten van een heerlijke lunch. Daarna toch nog even verder kijken want iedere keer zie je weer iets anders. Helaas de tijd gaat snel en voordat je het weet moet je weer naar huis.

**VELEN** gingen gepakt en gezakt met orchideeën zonder of met vaas naar huis. Het was een geslaagde zonnige dag. En iedereen die in Holendrecht orchideeën ziet staan weet nu waar ze vandaan komen

## Reanimatie - redt levens - reanimatie

**BUURTVERENIGING** De Laagbouw organiseert weer een Reanimatiecursus, en wel op de avonden van 9 en 16 januari 2012 (bij voldoende aanmelding). De kosten bedragen voor leden van De Laagbouw € 12,- en voor niet-leden € 17,-.

**OOK** is er op 23 januari een herhalingscursus voor mensen die de cursus al op een eerder tijdstip hebben gevolgd. De kosten daarvoor bedragen € 6,50 voor leden van De Laagbouw, en € 9,- voor niet-leden.

**DE** cursussen worden gegeven in het gebouw van Anand Joti, Mijehof 7, en ze beginnen om 19.30 uur. Het cursusgeld moet op de cursusavond betaald worden. Wie zich wel aanmeldt en niet (op tijd) afzegt blijft gewoon verplicht om te betalen. Aanmelden bij Yvonne Boomgaard – Thiry, Maldenhof 369, 1106 EL Amsterdam, 020-697 3106 (niet tussen 18.00 en 20.00 uur), mobiel 06-4713 3995, mail [yvonne.boomgaard@kpnplanet.nl](mailto:yvonne.boomgaard@kpnplanet.nl)

## GEZONDHEID

### Gezondheidscentrum



**DIT** is de QR code van onze website, heel handig om snel naar de website van het centrum te surfen met de smartphone

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

### Haptotherapie in het gezondheidscentrum

*Marian Van den Born*

**IEDER** mens kan met pijn, problemen van overbelasting of beperkingen te maken krijgen. Daar gaan we op onze eigen specifieke manier mee om. Soms neemt dit een te grote plek in ons leven in en kan ondersteuning nodig zijn om een nieuwe balans te vinden. Haptotherapie kan daarbij behulpzaam zijn.

*Lees verder op blz. 12*



## Haptonomie...een kwestie van gevoel

Haptotherapie is gebaseerd op de haptonomie. Haptonomie gaat over contact en wat goed contact bijdraagt aan ons (samen)leven. Herinneringen aan angst, verdriet, eenzaamheid of pijn beïnvloeden - bewust of onbewust - hoe we contact in het dagelijks leven aangaan en beleven. Dikwijls laten wij ons daarbij meer leiden door ons denken dan door ons voelen. Onvrede, verstoorde relaties en het ontstaan of toenemen van lichamelijke en psychische klachten kunnen het gevolg zijn.

## Haptotherapie

Haptotherapie is een vorm van begeleiding waarbij voelen centraal staat. De therapie heeft tot doel een evenwicht te (her)vinden tussen voelen en denken. Dit proces leidt tot her- en erkenning van wezenlijke behoeften en het maken van keuzes die bij ons passen. Haptotherapie richt zich zowel op gevoelsmatige problemen als op lichamelijke klachten met een mogelijk psychosomatische oorzaak.

## Tarief

Een zitting heeft een tijdsduur van 50 minuten tot 1 uur. Het tarief bedraagt € 78,00. Een groot aantal zorgverzekeraars hebben de vergoeding van haptotherapie ondergebracht in aanvullende pakketten. Op [www.haptotherapeuten-vvh.nl](http://www.haptotherapeuten-vvh.nl) vindt u hiervan een overzicht. Ik ben aangesloten bij de VVH als GZ-Haptotherapeut. Voor meer informatie liggen er folders over haptotherapie in het gezondheidscentrum. Informatie kan ook telefonisch of via email. Telefoon 088 2992044, Email: [mvdborn@gazo.nl](mailto:mvdborn@gazo.nl)

0----0----0----0----0

## Registerpodoloog

*J.W.J. Vincken*

**SINDS** enkele jaren ben ik als registerpodoloog werkzaam in het gezondheidscentrum Nieuwlandhof 215. Registerpodoloog is een beschermde titel. Wij zijn erkende paramedische voetspecialisten. Mensen in het bezit van het officiële diploma stichting Hoger Onderwijs Nederland Registerpodologen herkennen en behandelen voetgerelateerde aandoeningen in de houding en bewegings apparaat. We werken samen met andere disciplines in de zorg vanuit een multidisciplinaire benadering waarin de patiënt centraal staat.



**ELKE** voet kan geleidelijk van vorm veranderen oftewel 'doorzakken'. Wat dan weer klachten kan veroorzaken. Denk hierbij aan pijn aan de binnenzijde van de voet, of pijn op de wreef van de voet. Pijn aan de buiten enkel of binnen enkel, pijn in de kuit, pijn tussen de middenvoetsbeentjes etc. etc. Soms kunnen deze klachten ook veroorzaakt of verergerd worden door verkeerd schoeisel. Herkent u het bovenstaande en heeft u klachten, maak dan een vrijblijvende afspraak. Mijn telefoonnummer is 06 36147518 .

0----0----0----0----0

## Cliëntenraad Gezondheidscentrum

### Holendrecht

*Adri Drubbel*



Clientenraad Gezondheidscentrum Holendrecht  
Voor patiënten door patiënten

**WEGENS** de Wet Medezeggenschap Cliëntenraden Zorginstellingen is er een verplichting tot het instellen van een cliëntenraad door zorginstellingen. De Stichting Gezondheidscentra Amsterdam Zuidoost (Gazo) is hierin een van initiatiefnemers geweest.

## Doelstelling

Algemene belangen van cliënten en patiënten uit de nabije omgeving van het gezondheidscentrum behartigen, door met regelmaat in gesprek te gaan met diverse disciplines van het gezondheidscentrum.

## Werkwijze

Tweemaandelijks vergaderingen, tussen de vergaderingen contact met elkaar onderhouden middels e-mail. Contacten onderhouden met professionele betrokkenen, zoals de centrummanager. Verzamelen van informatie m.b.t. de gezondheidszorg en veranderingen binnen het centrum of de omgeving.

## Gezocht

Voor de huidige raad, deze bestaat thans uit 3 leden, zijn we opzoek naar nieuwe leden. Mocht U interesse hebben neem dan contact op met de huidige voorzitter van de Raad, ([a\\_drubbel@planet.nl](mailto:a_drubbel@planet.nl)) of u kunt de aanmelding afgeven/ opsturen naar:  
Cliëntenraad Gezondheidscentrum  
Holendrecht,  
Millingenhof 58,  
1106 KK Amsterdam



## MEER GEZONDHEIDSZORG

### Wat is een pijn polikliniek?

*Naar informatie van B. Sondervan - Frank*

**VEEL** mensen lopen lang met pijn, zonder dat het lijkt of daar iets aan te doen is. Op verschillende plaatsen zijn speciale pijnpoliklinieken, zoals 'Pijn Weg Amstelveen', ([www.polikliniek-pijn-weg-amstelveen.nl](http://www.polikliniek-pijn-weg-amstelveen.nl)) waar dokter Sondervan, arts voor pijnbestrijding, pijnklachten behandelt die al langer dan twee maanden bestaan, en die de huisarts of specialist moeilijk onder controle kan krijgen. Men kan hierheen verwezen worden door de behandelend arts of op eigen initiatief contact opnemen. Deze polikliniek kent geen wachttijden: iedereen wordt binnen een week geholpen. De meeste zorgverzekeringen vergoeden (een deel van) de kosten. Een aanvullende verzekering voor onder andere alternatieve behandelingen is dan wel nodig.

**DICHTER** bij huis is er de pijnpoli in het AMC, waar naar uw huisarts of specialist u kan doorverwijzen. Daar moet waarschijnlijk rekening gehouden worden met wachttijden, maar de behandeling zit dan wel in het verzekeringspakket.



### PRIKKELTJES IN HET ZAND

Op de dag dat de grote gravers alle bomen en struiken

in mijn buurt weg kwamen halen was het echt wel schrikken hoor! Ze kwamen heel vroeg en groeven heel de boel door elkaar! Bomen en struiken die ik al jaren kende,... allemaal weg! En omdat ze zo vroeg waren was ik niet op tijd om mijn spulletjes uit mijn holletje te halen. Ik was blij dat ik bij Lucky, de rode kater, en zijn mens had geslapen, anders hadden die werkmensen mij ook ondersteboven gegraven. Het is buiten erg kalig. Ik ben dus blij dat ik mag overwinteren in het huis van Lucky.

Lucky was gisteren niet erg blij toen hij met zandpootjes thuis kwam. "Brrrrriauw, het is helemaal niet leuk en nog viezig en koud ook!" zei hij. Ik was zelf binnen gebleven om een kartonnen doos te vullen met afgevallen blaadjes, zodat ik lekker kan winterslapen. Ik vroeg of hij nog iets had meegemaakt. "Ja hoor,...

een raar beest met allemaal prikkeltjes op zijn ruggie en een soort dropje als neus was de weg kwijt." "Prikkeltjes?" zei ik, terwijl ik van schrik alle blaadjes in mijn handjes los liet. "Een egeltje bedoel je?" "Dat kan,..." Lucky likte even een pootje schoon en mauwde toen verder: "...ik weet niet hoe die buitenbeesten heten hoor." "Maar waar heb je hem heen gestuurd dan?!" schreeuwde ik nu, terwijl ik Lucky aan zijn snorharen beetpakte en hem met grote vraagogen aan keek. "Nou, nou, rustig hoor,..." Lucky grinnauwde een beetje: "...ik heb gezegd dat hij goed moest blijven zoeken en ben naar huis gegaan." Lucky trok zijn snorharen uit mijn handjes en rolde over de grond van het lachen. Ik plofte bijna uit mijn groene lijfje. "Breng me naar die egel toe!" "Ja hoor,..." mauwde Lucky. Hij stond op, keek even naar zijn pas gewassen voorpootjes, schudde zijn kopje en voor ik verder nog iets kon doen pakte hij me op en rende roetsj met me door het kattenluikje. Bengelend uit het bekje van Lucky die door zand en modder hobbelde zag ik dat we richting mijn oude holletje gingen. Met een beetje inspanning kon ik in de verte een bolletje in het rond zien lopen... Zou het...? Even later waren we vlak bij en kon ik het bolletje goed zien. "Tier!" wilde ik roepen, maar omdat Lucky me net op dat moment los liet kwam dat er niet helemaal uit. Tiewfpffffffft!" riep ik nu. Het bolletje kwam haastig dichterbij geschuiveld en ik herkende dat snuitje meteen! "Holdie!" riep het egeltje blij. "Tier!" riep ik terug. "Hollie! Tierie!" riep Lucky plagerig, terwijl hij een rare poezesnuit trok. Tier en ik lieten ons niet afleiden en lachend vielen we in elkaars pootjes,... armpjes,... nou ja, jullie begrijpen het wel. "Dit is Lucky,..." zei ik tegen Tier en toen tegen Lucky: "Dit is Tier!" "Ja, ja, het is goed,..." nog een logé..." Saampies liepen we naar huis en gelukkig mag Tier ook blijven winterslapen!

Het wordt bij ons reuze gezellig en ik hoop dat er volgend jaar veel struikjes en hegjes en bomen zijn voor mij en de buitenbeesten en ook voor de mensen natuurlijk! Fijne feestdagen en tot de volgende keer!



Groetjes van Holdie en zijn vriendjes!

Alles goed en wel, maar van mijn brokjes blijven ze af! Lucky.



# KINDERBOERDERIJ

Tekst en foto's: Toon Borst

## Brinkie kalender 2012



John bij metro AMC/Holendrecht en op 't Brinkie.

**DE** Brinkie kalender is uitgekomen, voor de 28e keer. De kalender is gratis voor leden, en is voor niet-leden voor 3 euro te koop bij bloemenzaak

## UitMUNTend jaar 2011

**DE** verwachtingen voor 2011 waren niet al te hoog wat de inzameling van de buitenlandse munten en biljetten betreft. Na precies tien jaar zou ik het wat rustiger aan gaan doen nu ook mijn vrouw met pensioen ging. Veel taken op de kinderboerderij had ik al afgebouwd (zondagdiensten, rommelmarkten, Jantje Beton collecte, organisatie rond het jaarverslag en kalender, coördinatie van het onkruid en stekels in de weilanden enz.) met andere woorden: een wat rustiger jaar, vooruitlopend op de zeven streepjes.

**HEEL** bescheiden werd er een bedrag van 13.500 euro in de begroting van de kinderboerderij opgenomen met een verdeelsleutel van 1/3e voor 't Brinkie, dus 4.500, en de andere 9.000 euro zou dan volgens een bepaalde sleutel verdeeld worden over alle kinderboerderijen in Amsterdam en omgeving en het project Umang. En nu het resultaat: 31.000 euro. Dat vraagt een verklaring. Een aantal factoren speelt hierbij een rol. Allereerst natuurlijk dat door mij terug te trekken uit een groot aantal projecten, er een zee van ruimte kwam. Als tweede ongetwijfeld ook het erg slecht weer in de zomertijd, waardoor het plan om minstens vier weken te gaan kamperen werd teruggebracht tot vier dagen. En nauwelijks terug kwam die actie voor de slachtoffers van de extreme droogte in de Hoorn van Afrika. Een actie die twee maanden duurde en waarvan de opbrengst geheel ten goede is gekomen aan Giro 555 (in totaal een kleine 7.500 euro). Zoals bekend was er in februari al een eerdere actie voor de slachtoffers van de tsunami/aardbeving in Japan die zo'n 1.500 euro had opgebracht. Bij elkaar dus rond de 9.000 euro voor het goede doel. Via de Echo, het Parool, Radio Noord Holland en zelfs Radio 2 op zaterdagmorgen (Cappuccino) kwam er de nodige publiciteit, die kilo's buitenlandse munten bleek op te leve-

ren. En op donderdag 24 november nog een filmpje via Nederland Helpt van de EO waarin ik ben opgetreden als de Helpende Hollander). Daarna kwam in weekmedia in



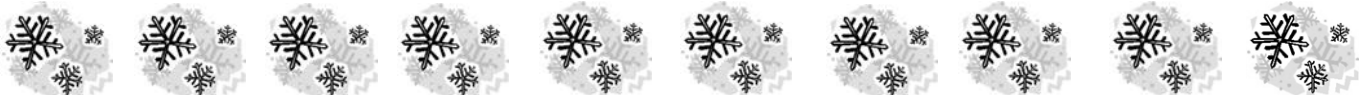
Noord, Nieuw West en Zuid publiciteit voor de inzameling van al die vreemde valuta voor de eigen kinderboerderijen in de buurt, zodat uiteindelijk een veel hoger bedrag is bereikt dan we voor mogelijk hebben gehouden. Last but not least kwam iemand van een bedrijf uit Utrecht met connecties over de hele wereld zich melden als "groot vereurotiseur", die kilo's munten en biljetten uit landen waarvoor in de afgelopen jaren nooit vakantiegangers waren heeft omgewisseld, waardoor duizenden euro's op het rekeningnummer van 't Brinkie zijn gestort. Maakten we in de afgelopen jaren melding van ongeveer dertig tot veertig landen per jaar, in 2011 zijn het er meer dan honderd. Dit betekent dat er uiteindelijk voor 't Brinkie zo'n 6.000 euro netto dit jaar overblijft, waardoor de thermometer na meer dan tien jaar op 110.000 euro is komen te staan. Onder kinderboerderijen in Amsterdam is zo'n 5.000 euro verdeeld en het project in India ongeveer 11.000 euro. In het afgelopen jaar is geprobeerd andere kinderboerderijen ook meer bij deze inzameling te gaan betrekken. Dat is nog niet overal gelukt. Vooral ook omdat het sorteren en "wegwerken" van de ongeveer 1.500 kilo munten en duizenden biljetten wel een gemiddelde van twintig uur per week vergt. Maar goed, er is - hopelijk - nog voldoende tijd te gaan, zodat over niet al te lange tijd de leuze die in Zuidoost inmiddels overbekend klinkt - "buitenlands geld naar 't Brinkie" - in de loop der jaren in alle stadsdelen van Amsterdam wordt overgenomen als "buitenlands geld naar de buurtboerderij": de Buiktuin in Noord, de Pijp in Zuid, de Strohalm en Sloterpark in Nieuw West, en Westerpark in West.  
*Toon, de muntenman van Amsterdam e.o.*

---

## NATUURVERENIGING DE RUIGE HOF

Tekst en foto's: Els Rens

**5 NOVEMBER:** mannen in blote basten die een regendans willen doen. Die de goden verzoeken of het niet een graad of 10 kouder kan. Zijn we in de tropen? Nee, Klarenbeek, Amsterdam Zuidoost, Landelijke



Natuurwerkdag. Maar ondanks die 'hitte' is er toch heel wat gedaan op die eerste zaterdag van november. Vrijwilligers en de jongens en meisjes van de Scouting Holendrecht hebben de hele dag gekapt, gezaagd en gesjouwd. Met als resultaat dat een aantal essen die veel licht wegnamen bij onze burens van het volks-tuincomplex 'De 5 slagen' nu weg zijn. Ergens jammer, maar Klarenbeek wordt zo ook weer mooier: de afgezaagde stammen zullen weer uitlopen en zo wordt Klarenbeek een biotoop rijker: essenhakhout, een bijzonderheid in het Nederland van nu.



**23 OKTOBER:** Riethoek Herfstfeest ook weer zonnig en mooi. De middag, mogelijk gemaakt door voucherproject Holendrecht, en met medewerking van Buurtkamer Casa Japie Makandra, was bedoeld om bewoners hun natuur in de buurt te laten beleven. Van groot tot klein, voor iedereen was wat te doen: excursies, speurtochten, schminken, knutselen,



kappen en zagen, en de beroemde natuurquiz. Voor degenen die alleen het bos in wilden worden gestuurd, waren er wandelboekjes vol informatie. De herfstjuweeltjes konden niet uitblijven natuurlijk. Aardsterren, satijnzwammen, zwavelkopjes, blauwe kaaszwam,

dakloze huiszwam en nog veel meer waren te zien tijdens de paddenstoelenwandeling. Gesnoven werd er ook, aan de geurige anijskurkzwam (Rode Lijst soort) en de kokosmelkzwam. De Riethoek mag niet groot zijn, maar de natuur is rijk. Ook in de winter is er nog van alles te beleven, ook op paddenstoelengebied, dus kom hier eens lekker wandelen.

**LEUK** om te vermelden is ook dat er bezoek geweest is van de wespendif in Klarenbeek. Een niet alledaagse verschijning. Hoe vreemd en onwaarschijnlijk het ook lijkt (denk eens aan dat gestek en gekriebel), deze gast is dol op wespen en bijen! Hij/zij heeft een heel gat in de grond gegraven om bij de beestjes te komen. In februari heeft u weer de kans om wilgen te gaan knotten bij de Ruige Hof. Hou voor deze activiteit en ook andere zaken (ruige kids middagen, lezingen, excursies) onze website [www.deruigehof.nl](http://www.deruigehof.nl) in de gaten. Kom ook of word lid! De natuur in de buurt kan uw steun heel erg goed gebruiken.

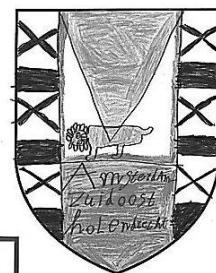
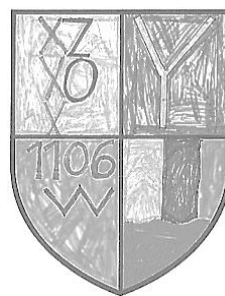
## ONTWERP MEE AAN HET HOLENDRECHTPLEIN!

*Niesje Johannes (CBK Zuidoost)*

**ZOALS** in het vorige nummer van de Holendrecht al aangegeven werd, komt er eind volgend jaar een bijzonder kunstwerk op het Holendrechtplein. Kunstenaar Arno Coenen heeft het ontwerp gemaakt voor een groots tegeltableau, 'Hub Holendrecht', dat in naam en vormgeving verwijst naar het Holendrechtplein als knooppunt en centraal middelpunt. In de woorden van Coenen: "Met mijn ontwerp wil ik in een absurde overdrijving de andere kant aangeven. Holendrecht is niet een onzichtbare wijk in Amsterdam: Holendrecht is het middelpunt van het universum". In het tegeltableau zal ook een, nog te bedenken, Wapen van Holendrecht een plek krijgen.

**ER** wordt al druk nagedacht over zo'n Wapen. Leerlingen van de basisscholen in Holendrecht en de Brede School cluster Holendrecht hebben al ontwerpen gemaakt voor een Wapen van Holendrecht, ter inspiratie geven we hierbij al een paar voorbeelden. De ontwerpen van deze scholieren en van andere bewoners uit Holendrecht worden van 3 maart t/m 7 april 2012 tentoongesteld in CBK Zuidoost. Een of misschien wel meerdere ontwerpen krijgen uiteindelijk een plek in het kunstwerk, herkenbaar vormgegeven in de beeldtaal van Arno Coenen.

**IEDEREEN** die een ontwerp voor 'Het Wapen van Holendrecht' wil inleveren, kan contact opnemen met CBK Zuidoost: [n.johannes@zuidoost.amsterdam.nl](mailto:n.johannes@zuidoost.amsterdam.nl) / 020-252 5402



## Gratis trimbeurt voor uw kat ?

Saskia Heijboer

Beste katteneigenaren,

Mijn naam is Saskia Heijboer en ik volg de opleiding tot Professioneel Kattentrimmer aan de Martin Gaus Academie. Deze opleiding leidt op tot gespecialiseerd kattentrimmer die de katten trimt ZONDER narcose. De voordelen zijn:

- \* geen narcosestoffen in het lichaam
- \* kat hoeft niet nuchter te zijn voor de behandeling
- \* kat is na de behandeling niet versuft
- \* minder kans op verwonding van de huid tijdens het scheren
- \* ook oudere katten en katten met gezondheidsproblemen kunnen getrimd worden, voor hen is narcose vaak te risicovol

Voor mijn eindopdracht moet ik zelfstandig katten behandelen. De behandeling is **gratis**. Wel vraag ik de eigenaar een evaluatieformulier in te vullen. U kunt bij de trimbehandeling aanwezig blijven. De trimsalon is in Montfoorthof, maar ik kan de kat ook bij u thuis trimmen.

In principe komen alle katten in aanmerking voor een trimbeurt, langhaar en korthaar. De stage omvat o.a. de volgende behandelingen:

- \* scheren: hierbij worden niet-uitkambare klitten uit de vacht geschoren met een tondeuse.
- \* plukken/ontwollen: hierbij wordt loszittend haar uit de onderwol verwijderd (gevolg: minder los haar in huis en minder haarballen). Het gladde dekhaar blijft zitten.
- \* nageltjes knippen: standaard voor elke behandeling i.v.m. de veiligheid. De nagels hebben na ca. een week weer hun normale scherpte.
- \* wassen: indien nodig of gewenst kan de kat gewassen worden.

Voor een afspraak of meer informatie (ook over de nieuwe kattentrimsalon in Holendrecht): [info@catpretty.nl](mailto:info@catpretty.nl), 06 - 42368073, [www.catpretty.nl](http://www.catpretty.nl)

Kattentrimsalon



Cat Pretty

## Colofon

Oplage 4.800  
Verspreiding in geheel Holendrecht,  
9<sup>e</sup> jaargang. Verschijnt vier keer per jaar

Redactie

Th. Arts, E. Magnée-Meijer, L. Brunken,  
J. Rijnders-Krop, F. Bender, R. Kooistra

Drukwerk Drukkerij Schilperoord  
Vormgeving R. Kooistra en L. Brunken  
Verspreiding E. Magnée en F. Bender

Deze keer met bijdragen van:

BCHN, Brinkie, BV Gaasperdam, CBK  
Zuidoost, CJM, Gezondheidscentrum  
Holendrecht, S.Heijboer, Holdie, Laag-  
bouw, Reciclarte, Redactieleden, Ruige  
Hof, SBW Zuidoost, B.Sondervan,  
Stadsdeel, A.Stijkel, Swazoom, Yoga

Redactieadres

Buurtkrant De Holendrecht  
Mijndenhof 78, 1106 GP Amsterdam ZO  
Telefoon: 020 696 5510

E-mail [holendrecht@yahoo.com](mailto:holendrecht@yahoo.com)

De volgende Holendrecht verschijnt  
half maart 2012. Inzendtermijn voor het  
nieuwe nummer: 20 februari.

Kopij maximaal 300 woorden.

De redactie behoudt zich het recht voor  
om kopij in te korten of (z)onder opgaaf  
van redenen te weigeren. Plaatsing van  
ingezonden artikelen wil niet altijd  
zeggen dat de redactie het met de in-  
houd of strekking eens is. Anonieme  
inzendingen worden niet geplaatst.

Deze Holendrecht kwam tot stand  
met financiële steun van Stadsdeel  
Zuidoost en de woningcorporaties  
Rochdale, Eigen Haard en Stadgenoot.

## Handige telefoonnummers

### Politiebureau Remmerdenplein

Niet-spoedeisende zaken: 0900 - 8844

Alarmnummer 112

Informatie Amsterdam 14020

Informatie Zuidoost 020 - 252 5000

Meldpunt Zorg en Overlast 020 - 252 5555

Loket Zorg en Samenleven 020 - 252 5777

Meldpunt Openbare 020 - 252 5222

Ruimte en Milieupolitie

Afvalpunt (gratis) 0800-6650 566

Horeca overlast 020 - 421 4567

BuurtHuis 020 -  
Holendrechtplein 37 569 6852  
[www.buurthuizenzuidoost.nl](http://www.buurthuizenzuidoost.nl)

BuurtEntree, Holendrechtplein 3  
Buurtentree-holendrecht@stadgenoot.nl

Buurtkamer 06-1402 1203  
Opheusdenhof 112, [j.otto@eigenhaard.nl](mailto:j.otto@eigenhaard.nl)

Storingen  
Water 0900 - 9394  
Kabel 0900 - 1580  
Gas en elektra 0800 - 9009

Ziut, straatverlichting 020 - 597 2626



Gezondheidscentrum 088 - 299 2040  
Millingenhof 158

Huisartsenpost in het AMC  
avond/weekend 088 - 003 0600

Sociaal Raadslieden (MaDi)  
Inlooppreekuur 9.00 - 11.00  
Telefonisch advies 13-14 uur: 020 - 314 1618

Ouderenconciërge in BuurtHuis  
Holendrechtplein 37, 06-4350 8498  
Maandag en donderdag, 9.00 tot 13.00 uur

Formulierenbrigade  
De Formulierenbrigade helpt bij het  
invullen van formulieren. 020 - 346 4357

