

WIJKKRANT

MUNTEL, VLIERT EN ORTHENPOORT

Orthenpoort, belofte voor de toekomst

De Orthenpoort zal voorlopig het buitenbeentje van de wijk Muntel / Vliert / Orthenpoort blijven. Het bestemmingsplan Orthenpoort dat in december door de gemeenteraad is vastgesteld, brengt hier geen verandering in.



Het is prettig toeven in de centraal gelegen woonwijk, want hier is van de rommeligheid van de buitenste schil geen sprake.

Doorgaans brengt een nieuw bestemmingsplan nieuwe kansen met zich mee. Dat is nu niet het geval. Bestemmingsplannen hebben niet het eeuwige leven en moeten om formele redenen elke tien jaar opnieuw worden vastgesteld. Het nieuwe vastgestelde bestemmingsplan is slechts een beheersplan. Uitgangspunt is het huidige gebruik en de huidige bebouwing.

Rommeltje

Oneerbiedig gezegd is het in de wijk – vooral in de buitenste schil – een rommeltje. Daar vinden we detailhandel en bedrijven (met veel mutaties en leegstand), kantoren, een moskee, woningen, politie en andere hulpdiensten. In het westen en noorden ingeklemd door spoorlijnen, in het zuiden door water (Dieze) en in het oosten de drukke Orthenseweg. Het bestemmingsplan omvat overigens ook de spoorlijn tot de overgang in de noordelijker wijk Orthen Links en de spoorlijn tot Station Oost. Dat is weer nodig om het zogenoemde Tracébesluit Sporen in Den Bosch officieel vast te leggen. Het gaat hierbij puur om de spoorlijn. De aanpalende groenstrook (Van de Venpark) in de Muntel valt er bijvoorbeeld weer buiten.

De Siep

Begin 20ste eeuw was het gebied, na het Zand tegenover het station, de eerste Bossche stadsuitbreiding sedert eeuwen. Het lag zo afgelegen dat Bosschenaren de toepasselijke naam 'Siberië' bedachten, oftewel 'De Siep', alwaar in de jaren dertig de woonwagens van de Hekellaan een nieuwe locatie kregen. De gemeente vond het in die tijd dienstig er een apart politiestipje te bouwen. Dat dit later zou worden opgevolgd door het hoofdbureau met aanpalende hulpdiensten kon toen niemand vermoeden.

De vele bezoekers van buiten de wijk komen af op de supermarkten (AH, Nettorama), publieke diensten (GGD, politie) en andere winkels, sportscholen, moskee en sinds 2014 de Kringloopwinkel. Zij worden vooral met de buitenschil van het gebied geconfronteerd. En die is rommelig. Eenmaal in het centraal gelegen woonwijkje met straten als Leliestraat, Ereprijsstraat, Akeleistraat en Korenbloemstraat, heb je daar geen last meer van. In het hart van de wijk is een speelplaats voor de jeugd.

Werfpad

Wat de verre toekomst zal brengen voor de Orthenpoort staat nog in de sterren geschreven. Het hangt ook af van de ontwikkelingen in de detailhandel. Misschien ontstaat er zoveel leegstand dat herontwikkeling ten behoeve van woningbouw in het vizier komt. De gemeente wil de bedrijvigheid concentreren op andere bedrijfsterreinen, zegt een woordvoerder, maar dat is pas op langere termijn. Eerst is de Kop van het Zand (De Heus) aan de andere kant van de Dieze aan de beurt en ook dat neemt nog wel een aantal jaren in beslag. Bij het ontwikkelen van die plannen is wel gezegd dat de andere (noord)kant van de Dieze daarna ook dringend aan bod zou moeten komen. Dit is het gebied waar nu de Gamma staat. Tegen de Orthenseweg ligt het Werfpad met zijn gemengde invulling van meubel-/outletzaken, snooker- en fitnessactiviteiten en vooral veel leegstand. Een van de eigenaren van enkele panden aldaar is de Stichting Beheer Werfpad, waarvoor Makelaars huys Van Dongen het beheer doet. Bij het vaststellen van het

KORT

Reageren? Mail Wijkkrant@ziggo.nl, of schrijf naar Van Noremborghstraat 34

Zin om weer eens te volleyballen?

Kom meespelen bij StickyFingers! Wij spelen op vrijdagavond van 20:00 – 21:30 onderlinge recreatieve wedstrijden in gymzaal Elzenstraat 2/s-Hertogenbosch. Meer weten? Bel 073-6124885 of kijk op www.volleybalstickyfingers.nl

Brabantse hart in actie opent weggeefwinkel in de Muntel

De stichting Brabantse hart in actie stelt kleding, speelgoed, kleine huisraad en andere eerste levensbehoeften beschikbaar aan mensen die hiervoor door (tijdelijke) omstandigheden geen geld hebben. Sinds kort heeft de stichting in de Muntel een weggeefwinkel geopend. Iedereen is welkom om te komen snuffelen aan de Gheert van Woustraat, op de hoek van de Geldersedam, op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag vanaf 10.00 tot 17.00 uur en op zaterdag van 12.00 uur tot 16.00 uur. Je kunt de stichting steunen: financieel, maar ook door spullen te doneren: kleding, schoenen, speelgoed en andere producten of diensten. Op dit moment is er een

enorme behoefte aan kinder- en mannenkleding. Meer weten?

Kijk op www.brabantsehartinactie.nl en volg de stichting op de Buurtkiep.

Kansen voor jongeren bij hotel De Soete Moeder

Binnenkort opent Kloosterhotel de Soete Moeder in het voormalig Nemiusklooster haar deuren. Het hotel biedt praktijkervaring aan jongeren die hun weg naar werk nog niet gevonden hebben. De Soete Moeder biedt deze jongeren nieuwe kansen door ze intensief te begeleiden bij "leren leren en leren werken". Vanaf april zijn jongeren in de leeftijd van 16-27 jaar en zonder startkwalificatie (dus zonder diploma op minimaal MBO niveau 2) welkom op een plek in de functie in de bediening, de keuken of bij facilitair. Een leerwerkplek kost 2900,- Voor 8 kandidaten biedt de Soete Moeder de mogelijkheid om kosteloos deel te nemen. Voor meer informatie zie de website www.desoetemoeder.nl of neem contact op met Adri Ederveen 06-12418118.



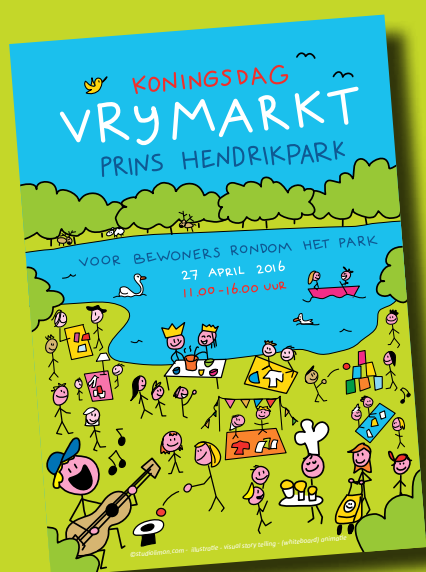
Leegstand

Verkeersluw

Dat de Diezebrug het veld ruimt waardoor deze visuele barrière met de overkant verdwijnt, blijft vooralsnog een wensdroom. De verkeerssituatie rondom Orthenpoort gaat waarschijnlijk nog deze zomer wel op de schop. De

Orthenseweg verandert dan niet van functie, maar wel in verkeersdrukte. De doorgaande route door de stad verschuift dan naar de Nelson Mandelalaan aan de andere kant van het spoor. Gezien de capaciteitsproblemen die zich in het Paleiskwartier nu al voordoen, is het echter maar de vraag of de drukte op de Orthenseweg echt fors zal verminderen.

....ONDERTUSSEN BIJ DE WEGGEEFWINKEL



Zie ook pagina 3

Buurtteam Muntel Vliert Orthenpoort

Als je de Wijkkrant van december 2015 erbij pakt en die naast deze krant houdt, dan heb je het hele BUURTTEAM bij elkaar en zie je uit welke personen het team bestaat. Ze komen uit drie verschillende organisaties, te weten: Juvans, Mee en Divers. In dit artikel spreken we met de medewerkers van Juvans en Mee, de zorgverleners binnen het Buurtteam.



Van links naar rechts: John Wildenberg, Tessa Tomasini, Monique Bosboom, Monique van de Wiel en Brigitta van Balkom. Foto: Liesbeth van Drunen.

Wat is het Buurtteam?

Het Buurtteam is een samenwerkingsverband van de hierboven genoemde instanties voor het ondersteunen van bewoners van de wijken Orthenpoort, de Muntel en de Vliert en in dit geval ook voor de Binnenstad 't Zand. Dit gebeurt in opdracht van de gemeente, maar ook binnen de organisaties zelf groeide meer en meer het idee om samen te werken en de krachten te bundelen.

Het Buurtteam bestaat nog niet zo lang. De bedoeling ervan is wel duidelijk voor de afzonderlijke leden, maar in de uitwerking is het nog zoeken naar de juiste aanpak. Er klinkt in het gesprek daarover opvallend veel "waarschijnlijk", "misschien wel", "als". Maar vooral om er samen heel hard aan te gaan werken om hulpvragen van wijkbewoners zo goed mogelijk op te pakken.

Monique Bosboom zegt: "De ondersteuning vanuit het buurtteam is laagdrempelig en kosteloos. Bewoners kunnen met alle hulpvragen op het gebied van bijvoorbeeld wonen, werk, financiën en participatie bij ons terecht. Door de samenwerking tussen de drie organisaties kan snel bekeken worden waar de vraag van de bewoner het beste kan worden opgepakt; bij Juvans, Mee of Divers. Als meerdere bewoners soortgelijke vragen of problematieken hebben, wordt bekeken of dit collectief kan worden opgepakt."

Brigitta van Balkom: "In plaats van meteen meer dure zorg in te gaan zetten, kijken we eerst wat er mogelijk is in de wijk. Bijvoorbeeld: wat kan een buur voor iemand betekenen, of een vrijwilliger. We benutten zoveel mogelijk het netwerk dat al bestaat. In tegenstelling tot zorg bij instellingen is zorg uit de buurt en het netwerk duurzaam en meer op maat."

John Wildenberg vult aan: "Het voordeel van de nieuwe situatie is dat je als team meer gebruik kunt maken van elkaars kwaliteiten waardoor er waarschijnlijk meer resultaat te behalen is. Als je als Juvans, Mee of Divers apart daarmee bezig gaat dan blijf je binnen je eigen kaders."

Monique van de Wiel: "Het is nog zoeken... maar door de samenwerking proberen we ook tot andere oplossingen te komen. Misschien heb je zelf altijd een voorkeursstrategie of we-doen-het-altijd-zo, maar nu hoor je ook een keer een andere mening, een ander verhaal. Door de intensievere samenwerking kan er sneller gekeken worden wie de vraag het beste kan oppakken. Daarnaast kunnen wij ook van elkaar leren. Vanuit de hulpverlening keek ik eerst voornamelijk naar de hulpvraag van de cliënt. Nu ga ik ook meer kijken naar: hoe is het wonen in de wijk, heb jij contacten in de wijk en zou jij iemand anders kunnen helpen."

Waar moet je heen met je vraag?

Jonh Wildenberg: "Voorheen kwam je bij Juvans of MEE als je je aanmeldde; je moest zelf de eerste stappen zetten. De collega's van Divers werkten al meer in de wijken en merkten dus sneller dat er iets speelde in de wijk. Omdat we de krachten met elkaar bundelen kunnen nu problemen van bewoners soms in een eerder stadium worden gesignaleerd. Het maakt nu voor bewoners niet zoveel meer uit waar ze zich melden, want doordat we nu een buurtteam vormen, zijn de lijnen tussen de verschillende hulpverleners heel kort geworden. Het werkt dus sneller."

In de buurt gebeurt het

Monique Bosboom: "Voor mij is het "wijkgericht werken" een nieuwe manier van werken met bewoners. Een aantal jaar geleden dacht ik: de hulpvraag van een bewoner is privé, buuren of bijvoorbeeld andere bewoners uit de straat zou ik daar niet zo snel bij betrekken. Nu

maak ik veel meer gebruik van kwaliteiten die mensen zelf hebben. Door aan de degene die de hulpvraag stelt ook te vragen of hij of zij iets zou willen betekenen voor zijn of haar wijk, in welke zin dan ook. Alle bewoners, dus ook de kwetsbare bewoners, iedereen kan participeren binnen zijn of haar mogelijkheden."

Alle hulpverleners zijn het met elkaar eens dat het eigenlijk weer normaal moet worden dat buurtbewoners elkaar beter kennen en daardoor ook elkaar kunnen helpen als er hulpvragen zijn.

Voorbeelden? Iemand kan tijdelijk niet uit de voeten, maar de familie, buuren of vrijwilligers helpen een handje om de tijd te overbruggen, totdat hij of zij weer zelf naar buiten kan om de boodschappen in huis te halen. Sommige bewoners doen het vanzelf, maar hulpvragen kan soms moeilijk zijn. Het Buurtteam probeert extra te stimuleren dat bewoners niet meer bang zijn om ook een ander iets te vragen. Of: bij een kind met een verstandelijke beperking wordt gekeken naar mogelijkheden om in de buurt te spelen en wie daarbij een ondersteunende rol kan hebben.

Het Buurtteam wil buurtbewoners meer de kans geven om iets voor elkaar te betekenen, Het beschikt over een heel netwerk dat mee kan helpen om oplossingen te vinden voor vragen van bewoners. Op de Buurtkiep heeft het Buurtteam een eigen pagina, waar je kunt lezen wat zij voor je kunnen doen: www.buurtkiep.nl/groep/divers---juvans--mee--muntel-vliert-orthenpoort Het Buurtteam heeft nog geen vaste plek in de wijk. Daar wordt nog naar gezocht. Maar de leden van het team zijn wel bereikbaar en aanspreekbaar. Zie het kader.

Toon van Rijnsoever

Het buurtteam bestaat uit:

Wijkwerkers van Divers:	Diny Ceelen Liesbeth van Drunen	d.ceelen@divers.nl l.vandrunen@divers.nl
Wijkwerkers van MEE Den Bosch:	Monique Bosboom Tessa Tomasini	m.bosboom@meedenbosch.nl t.tomasini@meedenbosch.nl
Wijkwerkers van Juvans:	Brigitta van Balkom Monique van de Wiel John Wildenberg	brigittavanbalkom@juvans.nl moniquevandewiel@juvans.nl johnwildenberg@juvans.nl



Een snelfietsroute tussen Den Bosch en Oss, die is er niet zomaar. Er wordt in een deel van de Aartshertogenlaan dan ook een hele fietsstraat aangelegd: rood asfalt, waar ook auto's over mogen rijden. Parkeren doe je voortaan aan de andere kant van de parallelweg. Meer over dit project: www.brabant.nl/dossiers/dossiers-op-thema/verkeer-en-vervoer/fiets/fietspaden.aspx www.buurtkiep.nl/bericht/aanleg-snelfietsroute-f59

SJEJ JANSEN
DAMES & HEREN KAPSALON

CITADELLAAN 123
5212VC 'S-HERTOGENBOSCH
THE NETHERLANDS
073 613 64 85

WWW.KAPSALON-SJEJ-JANSEN.NL

Wandelgroep 'De IJzeren Vrouw'

(Een wandelgroep voor ouderen)



Wanneer
Elke woensdagochtend, starttijd 11.00
Hoelang
Rondje IJzeren Vrouw, ± 1 uur.

Startpunt
Praktijk Fysiotherapie Beenhackers
Antoon der Kinderenlaan 7
Den Bosch 073-6135318

Begeleid door een Fysiotherapeut
Er zijn geen kosten aan verbonden

Colofon

Verschijnt gratis 5x per jaar

Redactie: Wim van den Berg, Anja van der Horst, Daniëlle Jansen, Anja van Kleef, Toon van Rijnsoever, Jos van Rijsingen met medewerking van Marcel Koopman

Druk: Drukkerij Printbest - Oplage: 3600

Verspreiding: Vrijwilligers uit de verschillende wijken

Advertenties: Tel: 06-18155751

Redactieadres: Van Noremborghstraat 34

E-mail Wijkkrant: wijkkrant@ziggo.nl

Informatie voor de volgende Wijkkrant inleveren vóór 23 mei.

De volgende krant verschijnt begin juli 2016.
De redactie behoudt zich het recht voor stukken te redigeren, in te korten of niet te plaatsen.

Hoera: weer een vrijmarkt op Koningsdag!

De derde keer is het alweer, dat wijkbewoners elkaar in het Prins Hendrikpark kunnen ontmoeten op de vrijmarkt op Koningsdag. Marieke Antens, de initiatiefneemster aan wie we dit evenement te danken hebben, is er natuurlijk ook weer, met haar cupcakes-bakkende dochter. Maar de verantwoordelijkheid voor de organisatie was dit jaar naast de geboorte van haar derde kindje wat veel van het goede. Maaïke Marechal heeft het van haar overgenomen, want dat de vrijmarkt er weer moest komen, daar twijfelde niemand meer aan.



Maaïke: "Al die leuke reacties! Mensen zijn al maanden weer spulletjes aan het verzamelen. Vooral gezinnen met lagere schoolkinderen zijn heel betrokken. Onze vrijmarkt voegt blijkbaar echt iets toe op Koningsdag – het is gezellig, kleinschalig en niet zo commercieel."

Wat valt er eigenlijk te organiseren aan een vrijmarkt? Maaïke: "Eigenlijk niet zo veel, want de mensen moeten het toch zelf leuk

maken. Maar er moet om te beginnen een vergunning komen, en de communicatie moet worden geregeld. De flyer is belangrijk, die wordt huis-aan-huis bezorgd. Brigitte van Studio Limon heeft hem voor ons ontworpen." Maar ook na afloop is het voor de organisatie nog niet voorbij: het afval moet worden opgeruimd en de Kringloop moet ophalen wat niet mee terug naar huis gaat. Marieke: "En vergeet de BIG-aanvraag niet, want er moet ook nogal wat betaald worden". Maaïke: "Dat is waar! We hebben 402 euro gekregen; daar moet het drukken van de flyer van worden betaald, de onkosten van de EHBO-mensen en de vergunning, die kost ook geld. Ik hoop dat we ermee rondkomen."

Inderdaad: of het leuk wordt, dat hangt van de deelnemers af. Vorige jaren lukte dat prima, met mensen die zorgden voor soep, voor geschminkte kindersnoeten, voor muziek en voor grabbeltonnen. Er werd gepicknickt, gespeeld in de speeltoestellen en vooral heel veel gekocht en verkocht. Dit jaar weer? Zorg dat je erbij bent! 27 april, tussen elf en vier.

Meer weten? www.buurtkiep.nl! Het zoekwoord 'vrijmarkt' brengt je bij het nieuwsbericht

Bietje bij bietje en het Exodus-huis: samen groeien en laten groeien

Wijkbewoners weten intussen wel van het bestaan van buurttuin Bietje bij bietje, en ook het Exodushuis in de Sonniusstraat is niet meer onbekend. De buurttuin, aan de voet van de Amazones, is uitgegroeid tot een stevig project waar veel mensen plezier aan beleven. Het Exodushuis is intussen succesvol in de ondersteuning aan ex-gedetineerden en gedetineerden in de laatste fase van hun straf die gemotiveerd zijn uit de criminaliteit te stappen. Wat nieuw is: een vorm van samenwerking tussen die twee waar iedereen baat bij heeft.



Sophie in de kas van Exodus.
foto: Sophie Gruijters

Sophie Gruijters is werkzaam voor Exodus. "Het Exodushuis heeft een mooie kas in de tuin staan die erg geschikt is om plantgoed in op te kweken. De kas werd door het Exodushuis zelf weinig gebruikt. Nu is er het project De ideale buurman, waarmee Exodus ernaar streeft om meer samen met de wijk te ondernemen. Dat project gaat in mei van start, en een samenwerking met de buurttuin is dan een goed begin."

Rinus van Kessel vertegenwoordigt Bietje bij bietje. Hij zag meteen de kansen van de kas van het Exodushuis. "Door het kweken van plantgoed in de kas kun je de teelt vervroegen en direct plantjes in de buurttuin planten. Zo heb je snel een veel beter resultaat dan wanneer je alles in de volle grond moet inzaaien."



Rinus in buurttuin Bietje-bij-bietje
foto: Ingrid Kemps

Sophie en Rinus zijn samen aanspreekpunt in het project. Ze gaan met bewoners van het Exodushuis en andere buurtbewoners veel verschillende bloemen, groente en kruiden in de kas zaaien. Wekelijks komen buurtbewoners die actief zijn in de buurttuin langs bij het Exodushuis om in de kas te werken.

Meedoen? Meld je aan bij Rinus van Kessel, rinusvankessel@kpnmail.nl



Word nu vrienden met wijkmanager Manon Karssen op Facebook

Kijk ook eens op www.s-hertogenbosch.nl. Hier is veel informatie te vinden over uw wijk. Hebt u vragen, neem dan contact op met wijkmanager Manon Karssen, telefoonnummer (073) 615 58 35 of mail naar wijkgerichtwerken@s-hertogenbosch.nl. Deze nieuwspagina is een initiatief van de gemeente 's-Hertogenbosch.

Een bericht van Karwijk - de Buurtklussengroep

"Veel mensen in de buurt hebben een klein netwerk met weinig mensen om zich heen. Vaak hebben ze familie en vrienden die verder weg wonen en niet meteen of regelmatig kunnen komen om een klusje in en om het huis te doen. En dan is het niet altijd makkelijk om zomaar bij iemand aan te kloppen voor hulp."

Wij van Karwijk (de buurtklussengroep) wilden daar graag verandering in brengen en, in samenwerking met Liesbeth van Divers Welzijnsorganisatie, zijn we rond de tafel gaan zitten om het zo te organiseren dat het voor iedereen veel gemakkelijker wordt om hulp te vragen. Daarvoor zoekt Karwijk mensen uit de buurt die het leuk vinden om iemand uit de brand te helpen.

Iedereen kan ziek worden of zijn been breken of tijdelijk in het ziekenhuis terecht komen en hulp nodig hebben. Maar iemand kan ook een vraag hebben om in of rond het huis een klusje op te knappen. Kortom buurtbewoners kunnen bij ons aankloppen voor kleine hulpvragen, die niet onder professionele hulpverlening vallen.

Maar voordat we een hulpvraag kunnen beantwoorden komen we graag in contact komen met klussers. Ben je nieuwsgierig geworden en/of wil je je als klus-ster of klusser opgeven mail ons op karwijk@gmail.com of klik de groep Karwijk aan op de buurtkiep (www.buurtkiep.nl)

En voor de bewoners die al zitten te springen op onze hulp: binnenkort brengen we u graag op de hoogte hoe u met ons in contact kunt komen. Dus hou ons in de gaten!"

Het Karwijk-team : Wies, Ton, Cecile & Theo



De Stijl in de wijk

De Stijl is een maatschappelijk steunpunt voor mensen met een psychische kwetsbaarheid. Ze vinden er het steuntje dat ze nodig hebben om in hun eigen leefomgeving te kunnen functioneren en hun leven vorm te geven. Dat steuntje krijgen ze niet alleen van de officiële instanties die aan de basis staan: Divers en Reinier van Arkel, maar vooral ook van vrijwilligers, lotgenoten en ook wijkgenoten. En die laatste, op hun beurt, kunnen weer veel hebben aan de deelnemers van De Stijl.

De Stijl biedt een programma van vaste, wekelijkse activiteiten waar deelnemers aan kunnen meedoen: workshops als creatieve vaardigheden, tekenen en schilderen, houtbewerken en boeketterie, maar ook yoga, qigong, intuïtieve dans, zwemmen en ontspannen op muziek. Daarnaast hebben alle deelnemers wel een vraag of wens waarmee ze aan de slag kunnen, onder begeleiding of misschien in een groep gelijkgestemden. Soms gaat het daarbij om een talent of een aanbod waarmee een deelnemer een maatschappelijke bijdrage kan leveren. Dat biedt kansen voor de deelnemer, voor De Stijl en voor de wijk. De Stijl streeft ernaar dat iedere deelnemer een bijdrage levert. Dat kan heel kleinschalig blijven, binnen de ontmoetingsruimte van De Stijl, maar het kan ook een maatschappelijke bijdrage aan het leven in de straat, de wijk of de stad zijn, bijvoorbeeld in een rol als vrijwillig ondersteuner. Dat vraagt om samenwerking met wijkbewoners en –organisaties.

Een mooi voorbeeld is de nieuwe activiteit die wordt georganiseerd door Facet, een groep deelnemers en wijkbewoners die die samenwerking vorm probeert te geven. Wim van den Berg fungeert als contactpersoon: "Ik merkte dat muziek heel verbindend werkt op het nieuwjaarsfeest, waar Johan Hexspoor met zijn optreden bezoekers en deelnemers aan het dansen kreeg met zijn gouden hits. Dat bracht me op het idee om een muziekpodium te organiseren." Na de succesvolle kerst-, paas- en wijkfeestactiviteiten van Facet is het de bedoeling dat het open podium, voor iedereen toegankelijk, twee keer per jaar een Stijl-evenement is voor de hele wijk.



Open zomerpodium 3 juli - een bruisend festijn in de Stijl

- De stijl start in samenwerking met wijkbewoners een hele nieuwe activiteit:
- een open podium met optredens van wijkbewoners en deelnemers van De Stijl,
- twee keer per jaar, in juli en januari, op zondagmiddag in De Stijl.

Op zondagmiddag 3 juli organiseren we voor het eerst het Open Zomerpodium. We hebben muzikanten, koren en scholen gevraagd om op te treden en daarop is enthousiast gereageerd. Het belooft een fantastische middag te worden!

Ook meedoen, wijkbewoner? Dat kan – iedereen die het leuk vindt om eens op te treden, met muziek of iets anders (goochelen, voordragen, acrobatiek, noem maar op) is van harte welkom.

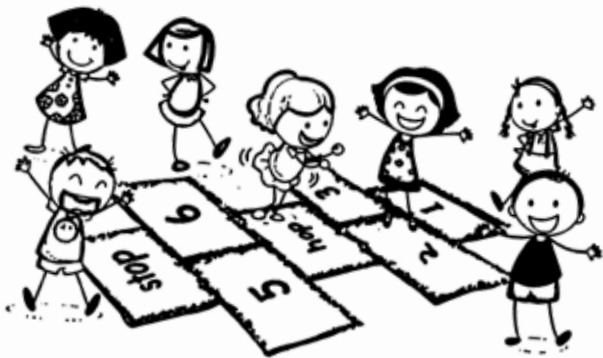
Geef je op bij Wim van den Berg: wh.vandenberg@gmail.com

WIJKRANT junior

Buitenspelen

Buitenspelen is leuk. Het is vooral leuk in de zomer! Maar in de winter is het ook super! Sneeuwballen gooien, en van de berg af sleeden! En in de herfst kan je met bladeren spelen. Op een hoop leggen, en dan er lekker inspringen. Een leuke speeltuin in de buurt bij mij in 's-Hertogenbosch is de Hobbels. Daar kun je allemaal leuke dingen lenen. Zoals: skateboard, skeelers, skippy, bal, springstok & noem maar op! Het is leuk om buiten te spelen! En dat is fijn!

Milana 10 jaar



Gezien op de Citadellaan.

speltips

Hinkelen

Bij hinkelen schop je telkens je hinkelsteen een vakje vooruit. Je mag maar op één been over de hinkelbaan gaan. Van 1 tot 8 of zo. Teken eerst de hinkelbaan met stoepkrijt. Kijk naar het voorbeeld op de foto. Je begint met je hinkelsteen in het vakje met het cijfer 1 te gooien. Heb je raak gegooit, dan moet je de 1 overslaan met hinkelen. Je hinkt naar de 2 en dan naar de 3 tot je bij de 8 bent en dan hink je weer terug op één been. Als je bij de 2 terugkomt raap je de hinkelsteen op en spring je over de 1 heen. Nu ben je terug en mag je de hinkelsteen in het vak met 2 proberen te gooien. Lukt dat dan spring je op de 1, dan op de 3 tot en met de 8 en ga je weer terug. Vanuit de 3 pak je de hinkelsteen uit 2 en hinkel je door de 1 naar het beginpunt. Je mag hiermee doorgaan tot je een keer misgooit. Dan is een ander aan de beurt. Je hebt gewonnen als je als eerste bij de 8 bent. De eerste cijfers zijn niet moeilijk, maar dan!

Knikkeren

Er zijn veel manieren om te knikkeren, zoals "knikkeren in een potje", "ketsen" of "muurkets". Ga op zoek naar een knikkerpotje. Een stoeptegeltje dat kapot is kan al goed zijn om "knikkerpotje" te worden. Of maak met de hak van je schoen een kuiltje in het zand bij een boom. Trek een streep en rol om de beurt een knikker in de richting van het "knikkerpotje". Daar kun je ook regels over afspreken. Bijvoorbeeld: door je wijsvinger van achter je duim vandaan te laten schieten of andersom, of door met een kromme vinger tegen de knikker te tikken. Wie de knikker het dichtst bij de pot tikt mag verder gaan. Als jouw knikker in het potje rolt mag je nog een keer. Rolt de knikker naast de pot dan is de volgende speler aan de beurt. Wie de laatste knikker in het potje krijgt is de winnaar en mag alle kikkers uit het potje pakken.

Elastieken

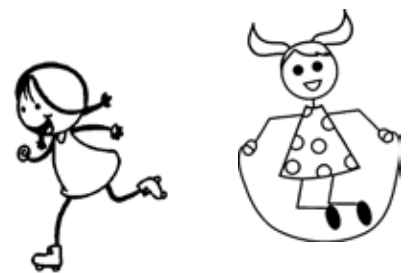
Je hebt wel een flink stuk elastiek nodig. Dat knoop je vast aan een hek of je sleept twee stoelen naar buiten. Als je met andere kinderen samen speelt dan kan het elastiek om de benen gespannen worden. Spring met één voet tussen het elastiek; spring met twee voeten tussen het elastiek; spring met een draai uit het elastiek; spring met twee voeten op het elastiek. Doe de sprongen van je voorganger na. Het elastiek kan ook steeds hoger gespannen worden. Nog leuker: Zing er bij. Gillen!!



stoepkrijten

Zonder jas naar buiten! En dan? Karima weet het niet. Al haar vriendinnen zijn weg. Stom! "Wat ga je doen?" vraagt haar moeder, "nu is het fijn weer om buiten te spelen. De zon schijnt!" "Weet ik," zegt Karima. "Nou dan, hup!" Moeder duwt haar naar de deur. "Maar ik heb niemand om mee te spelen," roept Karima boos, "ze zijn allemaal weg." "Ik heb een idee," zegt moeder en ze loopt naar de kast. Ze pakt een doos en geeft die aan Karima. Er zitten allemaal stukken stoepkrijt in de doos. "Hier en ik wil over een uur de mooiste stoep van de straat hebben."

Wat denk je? Is Karima gaan stoepkrijten of niet?



de winner

Hoi!
Zullen we een
partijtje tennissen?

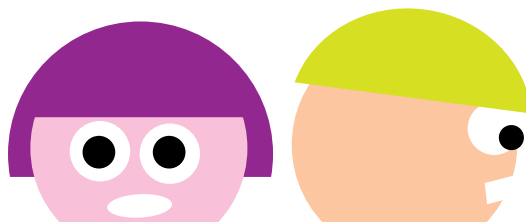
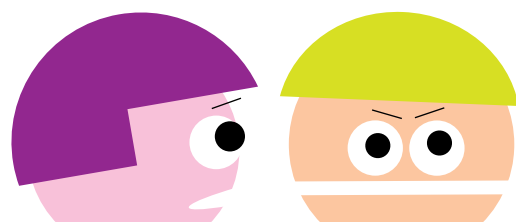
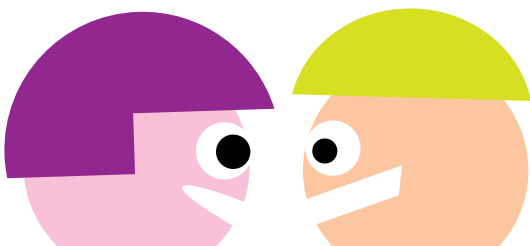
Yes! Ik heb wel
zin in een potje
ballen rammen.

Wil je niet
gewoon rustig
spelen?

Voor de lol spelen?
Nee, dat kan ik niet
want ik ben een winner!!

Wat leuk! Ik ook.
Vorig jaar was
ik kampioen
bij onze club.

O, eh... Laat trouwens
maar. Ik bedenk me
ineens dat ik nog heel
veel huiswerk heb.



Consult
Voeding
Massage

guna

DE KRACHT
ACHTER AYURVEDA

WWW.GUNA-AYURVEDA.NL
OPHOVIUSLAAN 8537 | 06 44934659

APOTHEEK
Apotheek Schellekens

"En wat kunnen we nog meer voor u doen?"

Advies, thuisbezorging en alle andere diensten van uw apotheek.

和和

Acupunctuur

J. van Roessel
Lid NVA

Antoon der Kinderenlaan 7
5212 AA Den Bosch
Tel. 073 - 613 53 18

DRUKKERIJ

PRINTBEST

K E R K D R I E L

Tel. (0418) 63 63 63 E-mail: info@printbest.nl