

De Wijkkrant

Muntel, Vliert en Orthenpoort

Jaargang 21 - december 2018

Stichting Loods
gids voor kwetsbare Bosschenaren

De kracht van zelfhulp

De Muntel leeft!

Steunpunt Mantelzorg in de Slinger

Nieuwe ronde wijksubsidie

Wandelen met de fysio

Slingernieuws

Foto: Sas Schilten



Kort

Update AED

In een vorige Wijkkrant plaatste Toon van der Ven een oproep: hij zocht mensen die mee wilden denken over voldoende dekking van AED-apparaten in de wijk, 24/7 bereikbaar en betaalbaar. Toon geeft een update: "Op mijn oproep heb ik enkele positieve reacties gehad, van iemand die AED-training kan verzorgen tot mensen die die training willen volgen. Ik heb contact gezocht met de Hartstichting; met hen wil ik ook nagaan wat de meest realistische financiële ondersteuning kan zijn. Dat contact is voorlopig alleen nog per e-mail. Intussen blijken er meer vergelijkbare initiatieven te bestaan. Op 19 december komen we met een aantal belangstellenden bij elkaar om verdere concrete stappen te bespreken. Ik heb er vertrouwen in dat we samen ons doel bereiken: 'n hart-veilige wijk.' Ook meedoen? Mail naar toonvanderven@kpnmail.nl.

De wijkfoto van Olaf Smit:
Brugwachtershuisje De Camping

Help! De Wijkkrant groeit!

De Wijkkrant is er ook voor internetgebruikers - vijf keer per jaar is hij een aanvulling op het snel vervliegende nieuws van Twitter, FaceBook en websites. Hoe hoor je anders over de achtergronden van dat nieuwe activiteitenteam? Of hoe het nu eigenlijk zit met die Stichting Loods in de Orthenpoort? Of waar je terecht kunt als je als mantelzorger wat steun nodig hebt? De Wijkkrant groeit en wordt steeds meer gewaardeerd - we verschijnen dan ook op elk adres in de wijk.

Maar er komt nu wel erg veel meer op een heel klein groepje. We hebben hulp nodig: bij de bezorging, bij de coördinatie van de bezorging, bij het beheren van de advertenties, bij de communicatie, en ook bij het schrijven en fotograferen van wijkgebonden inhoud.

Doe je mee? Stuur een mailtje naar wijkkrant@ziggo.nl voor meer info.

Bossche Windmolen op losse schroeven

Het klonk zo mooi, de Bossche Windmolen West die op De Rietvelden zou verrijzen. Deelname was beperkt tot omliggende postcodegebieden 5211 t/m 5224 en 5231. Deelnemers uit deze postcoderoos konden rekenen op een besparing van 40 procent op de stroomrekening. Er stond wel een behoorlijke investering tegenover en dat heeft veel mensen kennelijk weerhouden. Medio deze maand wordt de knoop doorgehakt. De verwachting is dat de 1.400 noodzakelijke deelnemers niet gehaald worden. Een plan om deelnamebewijzen te gaan voorfinancieren voor minder draagkrachtige kan alleen doorgaan met garantstelling van gemeente of provincie. Dat maakt weinig kans. Bij een andere aanpak kunnen geïnteresseerden uit de hele gemeente meedoen. Het voordeel zit niet in belastingkwijtschelding maar in korting op de elektriciteitsrekening. Hoe groot het voordeel dan wordt, is niet duidelijk. Het zal zeker minder zijn dan in de oorspronkelijke plannen. Actuele informatie is te vinden op www.bosshewindmolenwest.nl



De kracht van zelfhulp

Wat is er eigenlijk niet te vinden in onze wijken? Steeds weer duikt er een andere activiteit op. Nu dan het "Steunpunt Zelfhulp" in de Sonniusstraat. Bepaald niet nieuw, maar misschien niet bij iedereen bekend. Joop Castelijns vertelt hoe hij twaalf jaar geleden bij het steunpunt terecht kwam, wat daar zoal te doen is en wat er allemaal kan.

Het steunpunt zelfhulp voor 's-Hertogenbosch en omgeving is een plaatselijke aangelegenheid en bestaat inmiddels 17 jaar. Momenteel zijn er zo'n 45 groepen actief in het monumentale klooster aan de Sonniusstraat. Er is een grote diversiteit. Om er een paar te noemen: autisme, grootouders die hun kleinkinderen niet mogen zien, vrouwen en armoede, verslavingen, AA voor Poolse mensen, schildklierproblematiek, mantelzorgers, rouwverwerking en nog veel meer. Een opsomming waar je misschien niet vrolijk van wordt, maar als je ermee te maken hebt is het fijn om er met anderen over te kunnen praten.

Drie mensen is al een groep

Het steunpunt is een platform voor mensen die behoefte hebben aan lotgenotencontact over wat dan ook. Iedereen kan er aankloppen. Als er geen groep is voor die bepaalde problematiek dan kunnen ze je helpen om een groep van de grond te tillen. Zo ging het ook met Joop. Hij had op latere leeftijd astma gekregen en wilde daar alles over weten. Antwoorden vond hij bij het Astmafonds, maar daar was geen lotgenotencontact. Hij kwam terecht bij het steunpunt en er werd gezamenlijk een infoavond georganiseerd over Astma. Oproepen verschenen in de plaatselijke kranten. Er kwamen 50 mensen op af en het heeft geresulteerd in een groep van 25 personen. De groepsgrootte varieert heel sterk.

Ook een activiteit bij het Steunpunt:

woensdagavond van 19.00 - 20.30 uur:
juridisch advies van studenten uit Nijmegen.



Bestuursleden Joop Castelijns en Elly Pennings

Het steunpunt zorgt voor ondersteuning door ervaringsdeskundigen. Zo is ook Joop er blijven hangen. Met zijn ervaring is hij ook al weer jaren bestuurslid. Vrijwilligers zorgen dat er ruimte is en regelen nu en dan een professional zoals bijvoorbeeld een psycholoog of psychiater. Je kunt er kopiëren en koffie en thee kosten maar 50 cent. De groep zelf is verantwoordelijk voor de inhoud. Ze gaan uit van de kracht van de mens zelf!

Marjan Klinkhamer

"Hier hoef ik niet te zeggen dat het goed met je gaat"

Bent u op zoek naar lotgenoten, naar mensen die hetzelfde overkomen is als u?
Bent u op zoek naar mensen om mee te praten, om samen te ontdekken hoe u met uw problemen om kunt gaan?

ZELFHULP

In een groep een gedeelde problematiek proberen op te lossen of hanteerbaar te maken, zonder professionele hulp, dat is zelfhulp.

Spreek zelfhulp u aan?
Het Steunpunt Zelfhulp 's-Hertogenbosch & Regio kan veel voor u betekenen.

Telefoon: 073 623 72 63
info@zelfhulpdenbosch.nl
www.zelfhulpdenbosch.nl

Column

Mantelzorg ... uit de doeken gedaan.

....'en zij wikkelde hem in doeken...' Ik zie het voor me: de zorgzame moeder en haar pasgeboren baby. Ze gaat hem lekker inbakeren, tegen de kou, tegen de boze buitenwereld... Haar handen zo vaardig als die van een jonge moeder. De eerste mantelzorg is een feit.

Die doeken kunnen behoorlijk gaan knellen, als 'ze' de deur uit willen.

Jongeman Jezus wijst zijn bezorgde ouders op z'n twaalfde al van zich af, en later nog eens, wijzend op zijn vrienden: 'Zie mijn moeder en mijn broers.' Hij heeft een nieuwe familie gevonden! En geen mantelzorg meer nodig. Die doeken werpt hij later nog eens van zich af. Dan vindt die andere Maria ze netjes opgevouwen naast het graf. Hij heeft immers alles uit de doeken gedaan, over God en liefde, over angst en bevrijding. 'Onze' mantelzorg komt van Sint Maarten, die, toen hij nog geen heilige was, maar stoere ridder, bij de poort van Tours een arme bedelaar zag liggen. Hij stapt van zijn paard en grijpt zijn zwaard. In zijn overwinningsroes snijdt hij zijn mantel in tweeën en geeft de ene helft aan de man tegen kou en regen.

Deze mantel, ook al was het maar de helft, geeft zijn naam aan 'onze' mantelzorg. Is die helft symbolisch? 'Blijf als mantelzorger ook om jezelf denken...' Laat mantelzorg zoveel mogelijk ook wederkerig zijn.

Mantelzorgers willen soms een ander eerst wel 'in de watten leggen'. Dat kan uitlopen op 'in doeken wikkelen', vooral als de zorg toeneemt en het ingewikkeld wordt. Dan bepaal ik wat goed voor jou is. Mantelzorg is niet eenvoudig, mantelzorgers worden ook op de proef gesteld. Ik heb diep respect voor de inzet, het geduld, het uithoudingsvermogen van die ontelbare mantelzorgers, die vaak veel meer geven dan de helft!

Peter van Helden.

Wijkprojecten

Schoon genoeg?

Toen begin 2016 het Kapelaan Koopmansplein gerenoveerd was hebben een aantal bewoners rond het plein gezegd:

"Mooi, wij willen er op toezien dat het ook mooi blijft."

Vanaf toen is een groepje bezig om elke maandag- en vrijdagmorgen het zwerfvuil op te ruimen.

"Goed bezig!" is een veel gehoorde opmerking als Toon tussen de beplanting een hele rits blikjes van een goedkoop biermerk opvist. Sommige maar half leeg.

Niet alleen laten mensen de verpakking van wat ze uit de supermarkt halen plompverloren uit hun handen vallen, het plein is ook geliefd bij honden die ook zo het een en ander laten vallen. Elly: "Het is hier geen uitlaatveld!" Nou, dat maakt het baasje zelf wel uit. Haar beestje gaat niet op die vieze rand van de Aa. Echt niet! "Maar hier ook niet!" is het antwoord van Elly, waarna het baasje mopperend tergend langzaam richting Jan de la Barlaan loopt.

Graziella is druk met de parkeerplaatsen: "Je wil niet weten wat mensen allemaal uit de auto kieperen. Toch weten? Dan neem de tijd." Nee, laat maar.

Bij de afvalcontainers komen de vaste vier opruimers weer bij elkaar om hun zakken in de twee containers te doen.

"Zo," zegt Jan, "dat is het dan weer. Ik blijf het toch leuk vinden om te doen, zo'n schoon plein."

Toon van Rijnsoever

Ook samen je eigen straatje of hofje schoon houden?

Bij de reinigingsdienst helpen ze je graag als je om spullen verlegen zit.

Algemeen telefoonnummer: (073) 615 65 00

Faxnummer: (073) 615 65 99

e-mail: afvalstoffendienst@s-hertogenbosch.nl



De Muntel leeft!

Ze noemen zich een 'activiteitenteam', maar het wordt nu zo groot dat ze binnenkort een Stichting worden: Stichting Taxander. Het belangrijkste doel: kinderen in Muntel, Vliert en Orthenpoort een topdag bezorgen - zie bijvoorbeeld laatst met Halloween en met Sinterklaas. Maar ook jongeren, ouderen en andere wijkgenoten kunnen activiteiten verwachten.

Kwetsbare kinderen

In cafetaria De Taxander zit een deel van het team bij elkaar om te vertellen over hun plannen. Nataša Mandić: "Geweldig! Ik krijg net een telefoontje van Kiwanis, dat ze ons gaan ondersteunen! Ze sturen de Sint, met twee pieten, gratis!" Kiwanis s-Hertogenbosch is een organisatie die zich ten doel stelt kwetsbare kinderen te ondersteunen, en die organisatie heeft haarfijn in de gaten dat zich in de Muntel iets ontwikkelt wat hun aandacht verdient.

Begin

Nataša: "Het is eigenlijk begonnen bij het wijkfeest, drie jaar geleden. Daar was zo veel behoefte aan - we vonden dat het moest blijven nadat De Hobbels ermee gestopt was. Zo is het met elk nieuw wijkfeest gegroeid. We werken samen met Stichting Jong Actief, we kregen subsidie van de gemeente, ruimte bij De Stijl en ook PowerUp073 is steeds meer gaan bijdragen."

Gunther Baelen van PowerUp073 is er ook: "Bij het laatste wijkfeest waren we er met wel vier groepen. Dat is het goede van dit activiteitenteam: ze werken samen met organisaties die passen bij de activiteit. Als het op jongeren gericht is, doen wij mee, maar bij een activiteit voor kleine kinderen of ouderen zoeken ze weer aansluiting bij andere organisaties. Het mooie van het wijkfeest is dat je alle doelgroepen bij elkaar hebt. Dat brengt mensen samen."

Groter

Het succes van de wijkfeesten gaf het vertrouwen om een stapje verder te gaan: het activiteitenteam wilde ook andere activiteiten in de wijk gaan organiseren. Wijkbewoners waren gewend dat De Hobbels daarvoor vaak initiatieven nam, maar die organisatie had te kampen met teruggang in vrijwilligers en moet zich tegenwoordig beperken tot zijn kerndoel: het beheren van de speelgelegenheid en de speluitleen op het Taxandriaplein. Teamlid Ankie de Groot: "Dus er gebeurde niks meer. Dat kan toch niet? Daarom wilden we werken aan een Sinterklaasfeest, een kerstfeest, iets met Pasen. En het leek ons heel leuk om iets te doen met Halloween". Nataša: "Ik dacht een week tevoren nog: het wordt niks. Maar toen kwamen de aanmeldingen; 6, 20, 40, 74! Uiteindelijk moesten we 25 kinderen teleurstellen - we zaten gewoon vol! We hebben er vijf weken keihard aan gewerkt, maar het was dan ook een enorm succes".

Plannen

En dan nu, na Sinterklaas, verder naar de kerst. Ankie: "We werken samen met het Buurteam om alleenstaande mensen te vinden die blij zijn met een kerstactiviteit. En we denken nu na over een paasactiviteit voor kinderen, we hebben het over een survivaldag en over uitjes voor vrouwen en voor mannen." Nataša: "En dan komt het wijkfeest er alweer aan!"



Anja van Kleef

vlr.: Gunther Baelen, Ankie de Groot en Nataša Mandić

Meedoen? Het activiteitenteam kan vrijwilligers gebruiken! Of heb je ideeën voor een activiteit? Neem contact op met Nataša, natasamandic@hotmail.com, of loop eens langs bij de Taxander. Help dit wijkinitiatief om te groeien!

Steunpunt Mantelzorg nu ook in De Slinger

Sinds juli 2018 is Dorien Faasse het Buurtteam komen versterken. Het Buurtteam, dat zijn plek gevonden heeft in De Slinger. Onder aan de pagina kun je zien hoe het Buurtteam is samengesteld en welke organisaties daarin een rol spelen. Dorien Faasse is er voor ondersteuning van mantelzorgers in onze wijken.

Mantelzorg?

Dorien Faasse: "Mantelzorg is zorgen voor een ander, maar dan wel meer dan acht uur in de week en langer dan drie maanden. Veel mensen krijgen ermee te maken door heel verschillende oorzaken. Denk aan een kind dat een handicap heeft of een partner, die een chronische aandoening krijgt. Een volwassen jonge vrouw die aan depressies lijdt en jouw buurvrouw is." Dorien Faasse noemt een groot aantal voorbeelden van mensen die het overkomt dat zij de zorg voor een ander op zich nemen. Het begint vaak met: dat doe je toch gewoon. "Je kiest er niet voor, het overkomt je en het is vaak ook een kwestie van lange adem. Dan is het fijn als er ondersteuning is. En dat is mijn taak als consulent mantelzorg."

Consulent

Als consulent houdt Dorien Faasse inlooppreekuur in De Slinger op de woensdagmorgen van 10.00 – 11.00 uur. Ook is zij lid van het Buurtteam, dat elke week de binnengekomen vragen bespreekt.

"Als mensen bij het steunpunt komen," zegt Dorien, "dan is het vaak al zo dat ze de zorg als een belasting ervaren. Het zou beter zijn als ze eerder komen en we overbelasting kunnen voorkomen. In het gesprek bespreken we samen de situatie en kijken we welke ondersteuning nuttig kan zijn. Ik vraag ook altijd: "hoe gaat het nu met jou? Hoe red je het allemaal?"



Dorien Faasse

Foto :Fabienne Sluimer

Ik probeer op basis van het gesprek met de mantelzorger mee te denken en te zien waar zaken anders kunnen, zodat de belasting minder wordt. Als je overbelast bent, is het belangrijk om te zorgen dat je een netwerk hebt of krijgt. We kijken met elkaar of er meer mensen uit de omgeving bij de zorg betrokken kunnen worden. Ook gaan we na welke praktische regelingen je kunt treffen om te zorgen dat je het kan volhouden. Want als mantelzorger heb je te maken met zoveel instanties en regelingen."

Ook buiten het inlooppreekuur is Dorien Faasse te bereiken. "Als je me belt of mailt," zegt ze, "maken we een afspraak en dan kom ik naar je toe."

Haar mobiele nummer is: 06-15466540. Mailen naar: d.faasse@divers.nl

Toon van Rijnsoever

Mantelzorg een raar woord? Misschien. Het wordt gebruikt sinds 1972. Het is bedacht door professor dr. Johannes Hattinga-Verschure, die arts en scheikundige was. Hattinga had het over 'zorg die je in een kleine groep aan elkaar verleent I(bijvoorbeeld in een gezin), De zorg voor iedereen uit de groep is als een mantel die verwarmt, beschut en beveiligt.'

Buurtteam

Monique Rozeboom – Juvans
Elle van den Bogaard – Juvans
Brigitta van Balkom – Juvans
Sevin Uygun – Juvans
Silke van den Heuvel – MEE
Maciëlle Geijsberts – MEE
Jorri Roosen – Divers Wijkwerk
Liesbeth van Drunen – Divers Wijkwerk
Dorien Faasse – Divers Mantelzorg



06 1186 9597
06 1131 6878
06 1546 6540

Nieuwe ronde wijksubsidie

Muntel, Vliert en Orthenpoort hebben het budget voor wijk- en dorpsubsidie van €30.000 dit jaar bijna helemaal opgesoupeerd. Voor dit jaar was voor de hele gemeente een bedrag begroot van circa €700.000. Voor 2019 zit er €741.000 in het vat en daarvan is €32.000 bestemd voor onze wijk.



De subsidie moet worden aangevraagd bij de gemeente die uiteindelijk ook beslist. Maar dat gebeurt sinds twee jaar na een zwaarwegend advies van de wijkbewoners van het Netwerk Buurtdemocratie. De Kerngroep organiseert via buurtwebsite de Buurtkiep digitale inspraak-en adviesrondes. "We hopen dat het Netwerk komend jaar tot honderd deelnemers doorgroeit," zegt Dick van Diepen, één van de vier leden van de kerngroep "En het zou ook mooi zijn als de deelnemers vaker reageren. Soms zien ze al een paar positieve reacties voorbij komen, waarmee zij instemmen en dan vinden ze het wel goed. Maar meer reacties – positief of met kanttekeningen – is beter. Ook voor het draagvlak."

Meer fysieke aanvragen stimuleren.

Veel aanvragen gaan over sociaal-culturele activiteiten, vooral veel straat- en buurtfeesten, maar ook kindervakantie-activiteiten, straatspeeldagen, kerst- en sinterklaasbijeenkomsten, trimactiviteiten en vormen van sociale ontmoeting. De straatfeestjes blijven zeker welkom en mogelijk (afgetopt op een bijdrage van max. €250) maar de gemeente zou graag meer aanvragen voor "ruimtelijke" en fysieke voorzieningen ontvangen. Deze hebben een structurelere, duurzamere invloed op de leefbaarheid. Wat voorbeelden van stoffelijke zaken die afgelopen jaar met wijksubsidie zijn gerealiseerd:

een tafeltennistafel in de Orthenpoort, kunstgrasmatten bij vuilcontainers tegen het zwerfvuil en bakken voor bomen en planten op het Muntelhof en Gheert van Calcarplein. Dat laatste was met €7.000 de hoogste subsidiepost. De aanvragers hadden laten weten dat zij het onderhoud op zich willen nemen en zo'n vorm van sociale betrokkenheid weegt zwaar bij de gemeente.

Kostenbegroting

Subsidieaanvragen voor 'fysieke' spullen (denk ook aan straatmeubilair, trimtoestellen, extra groen, vergroening van stenen pleinen en daken) zijn wel wat ingewikkelder. Het is vooral lastig een kostenbegroting te maken, want de gemeente stelt hoge eisen aan de voorzieningen.

De beste aanpak: eerst polsen of er steun is (zijn er bezwaren?) en dan een afspraak maken met een vakafdeling van de gemeente. Vraag aan wijkmanager Marie-Louise Claessens (zie pagina 'Wijkgericht') bij welke afdeling je moet zijn. Zo ontstaat een plan, en meteen ook een begroting. Soms neemt de gemeente de investering helemaal voor zijn rekening, maar vaak zal het een gezamenlijke aanpak worden, zeker als het om een forse investering gaat. Dan kan een paar duizend euro aangevraagd worden via het Wijk- en Dorpsbudget en gaat de rest via de gemeente.

Jos van Rijsingen

Informatie over het Wijk en-Dorpsbudget?

Ga naar de website van de gemeente:
www.s-hertogenbosch.nl/wdbudget.html
Subsidie aanvragen begint op deze website.
Als de aanvraag aan de voorwaarden voldoet, komt hij terecht bij het Netwerk Buurtdemocratie.

Informatie over het Netwerk Buurtdemocratie?

Ga naar www.buurtkiep.nl en klik onder 'onze wijk' op 'netwerk buurtdemocratie'.
Wie is ingeschreven op de Buurtkiep, kan zich daar aanmelden als deelnemer aan het netwerk.
Een mail naar Buurtdemocratie@gmail.com kan ook.

De Kerngroep bestaat momenteel uit: Kees de Klerk, Nico Bosters, Jan van Gompel en Dick van Diepen. Zij streven naar uitbreiding met één of twee leden om het werk te verdelen en om de diverse buurten beter vertegenwoordigd te hebben. De inzet qua tijd is vier uur per maand; de kerngroep komt eens per maand voor kort overleg bij elkaar.

Dick van Diepen





Stichting Loods:

Links: Marcel Wijnen: "Eigenwaarde en geborgenheid vergroten is belangrijk."
Foto Jos van Rijsingen.

Het Pastoraal Uitzendbureau (PUB) genoot bekendheid in Den Bosch met zijn fietsenwerkplaats en groen- en veegprojectteams. Hetzelfde gold voor de SOS Kringloopwinkel (eigenlijk Spoor073). Inmiddels bevinden beide organisaties zich sinds medio dit jaar onder de paraplu van de Stichting Loods. Ze waren sinds 2014 al bureaus aan de Ridderspoorstraat in de Orthenpoort.

Aan het roer staat sinds het samengaan Marcel Wijnen (54). Zijn titel is 'bedrijfsleider'. "Maar eigenlijk ben ik manusje van alles," vertelt hij enthousiast. "Ik doe het werk met tien gemotiveerde medewerkers en ook nog ongeveer tien vrijwilligers. En dat allemaal voor ruim 120 deelnemers. Zo noemen wij de mensen voor wie het doen, het zijn cliënten maar vooral ook actieve deelnemers."

Flexibeler

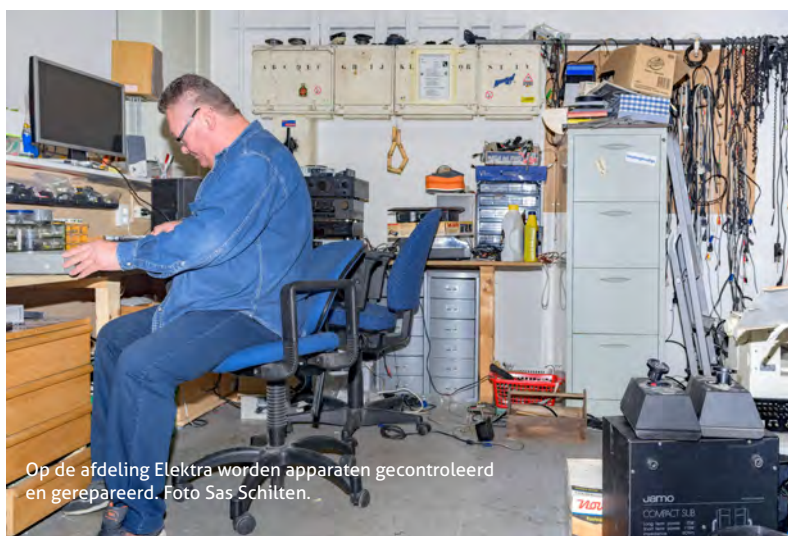
Alles onder één organisatorisch dak heeft voordelen, vertelt Wijnen. "Door schaalgroottes kunnen we zaken professioneler aanpakken, bijvoorbeeld de administratie, de financiën en de begeleiding. Maar we zijn ook flexibeler om deelnemers van de ene activiteit aan een andere activiteit te laten deelnemen, als dat beter past voor de persoon."

Doelgroep op wie de Stichting Loods zich richt zijn de meest kwetsbare mensen in Den Bosch.



De fietswerkplaats van Loods.
Foto Sas Schilten.

Dan hebben we het over dak- en thuislozen, mensen met (ex-)verslavingsproblematiek, psychiatrische problemen, sociaal isolement, schuldenproblematiek, zwak netwerk, grote afstand tot de arbeidsmarkt. Bij een aantal mensen gaat het om een combinatie van bovenstaande problemen, al is dat niet altijd zichtbaar. Maar er werken ook mensen die nuttig bezig willen zijn of een plek nodig hebben om even op te laden. "En hier bieden we hun een veilige en vertrouwde omgeving met aandacht, waar iedereen kan zijn wie hij/zij is," zegt Marcel. "We bieden structuur, kansen voor de eerste kleine stapjes. De Loods wordt ervaren als 'familie'." Heel belangrijk dus voor de deelnemers, maar ook voor de stad.



Op de afdeling Elektra worden apparaten gecontroleerd en gerepareerd. Foto Sas Schilten.

gids voor kwetsbare Bosschenaren

“De Loods wordt ervaren als familie”

Door opvang en dagbesteding van bepaalde verwarde personen bij de Stichting Loods wordt ook de overlast in de stad verminderd. Voor de meeste deelnemers is de stap naar de arbeidsmarkt te groot. Het hebben van een zinvolle activiteit om het gevoel van eigenwaarde en geborgenheid te vergroten is extra belangrijk. “De psychiatrie of andere instellingen komen steeds minder aan deze mensen toe. Daarom is het belangrijk dat wij er zijn,” vindt Marcel Wijnen. Het personeel is ook uitermate gemotiveerd. “Ze verdienen hier niet de hoogste salarissen, maar ze hoeven ook veel minder te rapporteren in dossiers. Dat vinden ze een enorm voordeel. Ze kunnen al hun tijd echt met de deelnemers bezig zijn en dat is hun drijfveer.”

Overlast

Minder overlast in de stad kan wel gepaard gaan met meer overlast in de wijk Orthenpoort. Marcel Wijnen: “Er is wel eens wat geweest, maar het valt gelukkig erg mee. Wij kunnen onze deelnemers natuurlijk wel enigszins sturen. Overlast in de omgeving is absoluut not done. En we hebben goede en rechtstreekse contacten in de wijk om problemen op te lossen.” Financieel gezien gaat er heel wat geld om in de Stichting Loods. Voor ongeveer een derde worden eigen inkomsten gegenereerd, vooral via de kringloopwinkel. Belangrijkste subsidiegever is de gemeente, maar in de Muntel zijn ook enkele genereuze sponsors zoals Bakkerij De Groot en de Coop Supermarkt die regelmatig brood en levensmiddelen leveren die niet meer in de winkel verkocht worden, maar nog wel prima te consumeren zijn voor de deelnemers.

Meer emplooi

Ambities heeft de Stichting Loods ook. De gemeente zou graag zien dat er voor nog wat meer kwetsbare mensen emplooi komt. Maar de ruimte is beperkt en verhuizing is geen optie, want veel te duur. “Maar ik zie toch wel mogelijkheden. We hebben een grote opslagloods die verduurzaamd zou kunnen worden, dan kan die ook gebruikt worden als werkplaats. Verder is er nog ruimte te winnen door de kantines van de fietswerkplaats en de kringloopwinkel te combineren,” filosofeert bedrijfsleider Marcel Wijnen over de toekomst. Het vergt echter wel een forse investering. Gesprekken met de gemeente en mogelijk nog enkele subsidiegevers lopen.

Jos van Rijsingen



In de keuken van Loods worden goede en goedkope maaltijden bereid.
Foto Sas Schilten

Activiteiten van Stichting Loods

Alle activiteiten worden voortaan gekoppeld aan de Stichting Loods. Dus niet meer PUB Fietsenwerkplaats maar Stichting Loods Fietswerkplaats, niet meer SOS Kringloopwinkel maar Stichting Loods Kringloopwinkel. Op deze manier moet de Stichting Loods snel aan bekendheid winnen. De activiteiten van de Stichting Loods zijn:

- Groenproject: bos/groen onderhouden in samenwerking met gemeente en natuurorganisaties.
- Kringloopwinkel: alle werkzaamheden die nodig zijn bij een winkel voor gebruikte artikelen zoals ophalen, sorteren, beprijzen, etaleren, verkopen, kassa, bezorgen.
- Fietswerkplaats: demonteren, repareren en verkopen van tweedehands fietsen.
- Veegploeg: schoonhouden van wijken en pleinen, ook op verzoek van derden.
- Verscholen Stad: stadswandeling op bijzondere plekken met ex-dak- of thuisloze.
- Zelfkrant: ook bekend als straatkrant. Levert verkopers bescheiden extra inkomen op.
- Koken: bereiden van voedzame en zeer betaalbare maaltijd, samen eten.

Over niet al te lange tijd komt er een overkoepelende website in de lucht (www.stichtingloods.nl). Op dit moment zijn de oude websites (www.dagbestedingpub.nl en www.soskringloopwinkel.nl) nog de toegangspoorten.

FYSIOTHERAPIE BEENHAKKERS

Specialisaties: COPD
 Orthopedische Manuele Therapie
 Psychosomatische Fysiotherapie
 Bekkenfysiotherapie
 Kinderfysiotherapie
 Dry Needling
 Arbeidsfysiotherapie

Antoon der Kinderenlaan 7
 52AA 's-Hertogenbosch
 073-6135318

www.fysiotherapiebeenhackers.nl
info@fysiotherapiebeenhackers.nl

Aangesloten bij Parkinson Netwerk en Schouder Netwerk N. Brabant
 Wandelen met ouderen op woensdagochtend om 11 uur.



vd Veerdonk & vd Loo
 Administratie en advies

Uw partner in de wijk voor financiële dienstverlening

Victorialaan 15
 5213 JG 's-Hertogenbosch

073-6212105
veerdonkloo@hetnet.nl



Deman & van Grinsven

Fysiotherapie * Manuele Therapie * Orofaciale Fysiotherapie
 Lymfedrainage Aangesloten bij Claudicatio netwerk.

Ophoviuslaan 71
 5212 AL 's-Hertogenbosch

T 073 6134596

E info@deman-vangrinsven.nl

W www.fysiotherapiedemanvangrinsven.nl



Binnenkort iets te vieren?



Hotel • Borrelen • Dineren • Meeting
 de Soete Moeder is een officiële trouwlocatie!

Nemiusstraat 4
 5212 RG 's-Hertogenbosch

Telefoon: +31 (0)73 2048840
 Web: www.desoetemoeder.nl

Kijk eens vaker op www.s-hertogenbosch.nl. Hier is veel informatie te vinden over uw wijk.

Hebt u vragen, neem dan contact op met wijkmanager Marie-Louise Claessens, tel. 073 615 5621 of mail naar wijkgerichtwerken@s-hertogenbosch.nl. Deze pagina is een initiatief van de gemeente 's-Hertogenbosch.



Kyra's werkplek is op gemeentewerk De Poeldonk. "Ik zit hier bij de werfbeheerder, maar dit is ook de thuisbasis van de medewerkers die in de openbare ruimte de kleine reparaties doen of coördineren. Op de achtergrond zie je een collega van het meldpunt, de werfbeheerder zit achter haar. Verder is het hier een komen en gaan van veegwagens die komen lossen, aannemers die iets komen halen, afvalstoffendienst die grofvuil komt ophalen, kortom: altijd reuring."

Word nu vrienden met wijkmanager Marie-Louise Claessens op Facebook



Wat gebeurt er met je melding?

Soms zijn er dingen die je storen op straat: gedumpte vuilniszakken, een kapot bushokje of een gat in een fietspad. Voor zulke gevallen heeft de gemeente een meldpunt: het Meldpunt Openbare Ruimte, op verschillende manieren te bereiken:

- telefonisch: (073) 615 55 55, of
- online via het meldingsformulier: www.s-hertogenbosch.nl/meldpunt.html, of
- met de BuitenBeter-app. Downloaden kan via www.s-hertogenbosch.nl/meldpunt.html.

Naar de juiste plek

Grote kans dat je melding terechtkomt bij medewerker Kyra; zij of een van haar collega's zetten hem daarna uit naar de juiste persoon. Kyra: "Dat kan iemand zijn die het straatwerk moet repareren of een paal recht moet zetten, maar het kan ook naar de aannemer gaan die de lampen repareert of naar iemand die gaat over toezicht en handhaving. Soms is de melding niet voor de gemeente maar voor een andere organisatie, bijvoorbeeld het waterschap. Wij geven dat dan door aan die organisatie en laten de melder weten dat wij dit niet oplossen maar die ander, en dat dit is doorgegeven."

Nazorg

Het blijft niet bij het opvangen van meldingen: "De melding moet worden afgehandeld met een terugkoppeling aan de melder. Als de reparatiemedewerker de melding heeft opgelost, komt hij terug en levert de melding in met daarop aangegeven wat hij heeft gedaan en wat hij wel of niet heeft teruggekoppeld aan de melder. Als de melding voor een andere afdeling in de gemeente is handelt die zelf de melding af."

Van alles

Kyra ziet van alles langskomen op het meldpunt: "Veel illegale stort, al dan niet naast de ondergrondse containers, straatwerk wat niet goed ligt, kapotte verlichting, prullenbakken vol of kapot, paaltjes die omver liggen, verkeerd geparkeerde auto's, afhankelijk van het jaargetijde meldingen over niet gemaaid gazon, bomen snoeien, stormschade, onkruid te hoog, meldingen over hondenoverlast of hondenpoep, meldingen over speeltoestellen en ook wel inrichtingsvraagstukken."



De BuitenBeter-app

Kyra: "De BuitenBeter-app is superhandig. We hebben de melding snel binnen, door de foto is het handig om te zien wat er precies aan de hand is en er is ruimte voor een toelichting." Ze heeft daarbij nog wel wat tips: "Maak een duidelijke foto, geef in de toelichting duidelijk het probleem aan en de plaats, bijvoorbeeld met een huisnummer; wij kunnen momenteel nog niet het kaartje zien waar de melder de pin plaatst. Een lantaarnpaal heeft een sticker met het nummer - een foto daarvan zegt ons meer dan een foto van een lamp die 's nachts niet brandt; die levert alleen een zwart plaatje op! En vul goede adresgegevens in, voor het geval we nog iets willen vragen."

Verder nog iets, Kyra?

"Ja, dit nog: de gemeente, dat zijn wij allemaal. Wij doen enorm ons best om alles op orde te houden; dat lukt de ene keer beter dan de andere keer, maar als we er samen allemaal voor zorgen dat het schoon, heel en veilig blijft, dan is dat voor iedereen prettig, zowel de gebruiker als de beheerder."

Gezondheid

een rubriek over gezondheidsorganisaties in de wijk.
Deze keer: wandelen met de fysio.



"Het is ver.....es koud vandaag," zegt fysiotherapeut Jules van Roessel, "Ik ben benieuwd hoeveel het er vandaag zijn; dat is altijd afwachten." Als we de praktijk aan de Antoon der Kinderenlaan uitlopen zie ik ze staan: een groepje van zo'n tien mensen staat klaar om onder aanvoering van Jules een wandeling rond het park te maken. Precies op de afgesproken tijd van 11 uur gaan ze, zoals iedere woensdag, opgewekt op pad, en ik mag mee.

De voorste drie zetten er meteen aardig de sokken in, maar Jules tempert al gauw een beetje, want niet iedereen kan dat tempo bijhouden. Jules: "Iedereen heeft wel te kampen met een of meer gezondheidsproblemen. De meesten komen dan ook meedoen vanuit een training die ze bij ons zijn komen doen. Maar Truus, bijvoorbeeld, is meegekomen met haar man, die bij ons trainde. Hij leeft intussen niet meer, maar Truus is altijd blijven meelopen." Truus vertelt: "Ik loop graag, en het is gezellig. En het park is prachtig; je ziet het veranderen met de seizoenen." Ze heeft in het groepje leuke mensen leren kennen, en gaat nog steeds op bezoek bij iemand die vanwege de leeftijd niet meer meeloopt. Ook Marjan vindt de gezelligheid een belangrijke factor. "Je komt er veel eerder toe om te bewegen als je met een groepje bent." En Bert vult aan: "Je weet dat je moet bewegen, maar het komt er gewoon niet van als je niets hebt afgesproken."

Als we de Amazones naderen, zien we in de verte Peter al staan wachten met zijn rollator. Hij wordt binnenkort 92, maar als het even kan, loopt hij iedere week nog mee. "Ik probeer iedere dag drie kwartier tot een uur te lopen," vertelt hij even later. Een leeftijdsgenoot van hem is er vandaag niet, maar er lopen verschillende tachtigers mee.

Toch is lang niet iedereen hoogbejaard. Betty, bijvoorbeeld, is jonger, maar heeft vanwege vaatvernauwingen veel pijn bij het lopen. "Het is een kwaal waarbij je door de pijn heen moet lopen," licht Jules toe, en Betty beaamt het: "Het is eerst een scherpe pijn, maar als je dan even doorloopt wordt het doffer en veel beter te hebben."

Jules loopt nu al zes of zeven jaar met zijn groepje het park rond. De mensen doen gratis mee. "Vroeger hadden we een bewegings-programma maar ik merkte dat de kosten mensen ervan weerhielden om mee te doen. Toen ik zag hoe mooi het park was opgeknapt, zo vlakbij de praktijk, dacht ik: kom, ik probeer eens of het lukt als ik daar als vrijwilliger een uurtje per week aan besteed."

De wandeling rond het park kost het groepje over het algemeen zo'n drie kwartier, maar in dit gezelschap vliegt die tijd voorbij – voor ik het weet, staan we weer voor Praktijk Beenhakkers aan de Antoon der Kinderenlaan en gaat iedereen zijn eigen weg. Bedankt voor de wandeling, mensen! Ik hoop dat jullie er nog lang van kunnen genieten!

Over de kou heb ik niemand gehoord.

Anja van Kleef
Foto's: Olaf Smit

Om privacyredenen zijn sommige namen veranderd.



Ook meelopen?
Haak gewoon eens aan
op woensdagochtend!

Wijkgebouw De Slinger

Het was zaterdag de 17e november. Terwijl buiten op straat mensen in groepen naar de stad liepen en fietsten op weg naar het Kwèkfestijn presenteerde binnen in De Slinger het nieuwe bestuur de plannen voor de komende tijd.



'Een trefpunt voor de buurt, waar iedereen zich welkom voelt', dat is het doel van het nieuwe bestuur en Wim Markerink lichtte dat uitgebreid toe in een overzichtelijke Powerpoint-presentatie. Het was duidelijk: de bestuursleden hadden er zin in om de taken die Wim op zijn dia's liet zien te gaan uitvoeren. Eerste doel: 'de boel op orde', en dan werken aan dat warme welkom voor iedereen, voor alle groepen, in een prettig gebouw met als thema: "De Slinger beweegt ... van, vóór en dóór de buurt!"

Veel van de klaargezette stoelen waren bezet toen voorzitter Marianne Caspani het Open Huis opende en de andere bestuursleden voorstelde: penningmeester Léon Reijner, secretaris Hanneke Becx, en bestuursleden Francis Roeffen en Marjo Verberne (personeel en organisatie) en Wim Markerink (organisatie en communicatie). Ze noemde tevens de namen van de zeer gewaardeerde (vrijwillige) medewerkers: Heidi, Stijn (vrijwilliger/beheerder), Louisa (schoonmaak e.d. 3x per week), Gerion (vrijwilliger op dinsdag en donderdag), Piet (klusjes), Peter (vrijwilliger), Berend, Michelle (komt op woensdag het archief digitaliseren) en Lia.

WIJKGEBOUW DE SLINGER

DE SLINGER BEWEEGT.....

Maar eerst:

- De boel op orde
- Herstel van vertrouwen
- Iedereen voelt zich welkom
- Iedereen hoort erbij en krijgt meer verantwoordelijkheid
- Toename vanuit de buurt
- Toename van verschillende leeftijden
- Slim kijken naar de inrichting en aankleding van het gebouw



De voorzitter voegde daar later nog aan toe: "De hulp van vrijwilligers is heel hard nodig, vooral gastvrouwen en -mannen, die overdag willen bijstaan, bijvoorbeeld met koffieschenken of ondersteuning bij een spelletjesmiddag."

Wethouder Ufuk Kâhya (GroenLinks) en wijkmanager Marie-Louise Claessens dronken ook een kopje koffie mee. Ufuk Kâhya kwam als zeventienjarige al in De Slinger en denkt graag mee: hoe maak je van De Slinger een ontmoetingsplek voor iedereen?

*Anja van Kleef en Toon van Rijnsoever
Foto's: Liesbeth van Drunen*



Het bestuur van links naar rechts: Marianne Caspani, Wim Markerink, Francis Roeffen, Léon Reijner en Marjo Verberne. Hanneke Becx ontbreekt op de foto.



Belangstellenden Open Huis



Advies, thuisbezorging
en alle andere diensten
van uw apotheek.



**“En wat
kunnen we
nog meer
voor u doen?”**



ARTS
health care



Bel voor een
afspraak
073 613 67 13

Heeft u vage, chronische en/of mentale klachten?
Orthomoleculaire* geneeswijze kan een ondersteuning zijn
voor het vinden van een oplossing!

*een behandelwijze waarbij chemische processen in de cellen van het lichaam met
behulp van de juiste voeding, verandering van de leefstijl en het ontwijken van stress
in balans worden gebracht

Gerard Doustraat 20 | 's-Hertogenbosch | cor@artshealthcare.nl

GROEN SUCCES #1

**DANKZIJ DE BOSSCHE GROENEN
KRIJGT DE STAD VIER TINY FORESTS**

**DE BOSSCHE GROENEN
GEEF JOUW STAD EEN GEZICHT**

GA NAAR WWW.DEBOSSCHEGROENEN.NL OF VOLG ONS OP [Twitter](#) [Facebook](#) [Instagram](#) [YouTube](#)

feestartikelen en verhuurbedrijf



De twee leukste winkels van Den Bosch onder één dak.

Aartshertogenlaan 1
5212CB Den Bosch
telefoon: 073 6130641
www.las-feestartikelen.nl

Mary's cadeaushop
telefoon: 06 44032030

info@las-feestartikelen.nl

Acupunctuur

j.van Roessel
Lid NVA



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

Wandelgroep 'De IJzeren Vrouw'
een wandelgroep voor ouderen

wanneer: Elke woensdagochtend starttijd 11.00 uur

hoe lang: 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.*



Van Noremborghstraat 118
5212 NG 's-Hertogenbosch
Tel: 073-6422942

Voor dagelijks verse bloemen.

Ook speciaal voor: Bloemboeketten, Bloemdecoraties,
Bruids- Rouwarrangementen,
Bedrijfsarrangementen.

Bezorging door heel Nederland

Volg ons op Facebook

Bloemenwinkeltje Jet www.bloemendenbosch.nl

DIT

loopt in de gaten!

adverteren in de wijkkrant?

wijkkrant@ziggo.nl

Goed om te weten...

Jong & oud samen zingend het nieuwe jaar in'

Zorgcentrum Nieuwehagen (Gervenstraat 2) organiseert op 31 december tussen 14:30 en 16:30 de jaarlijks terugkerende 'Oud & Nieuw Karaoke', waarbij 'Oud & Nieuw' verzoeknummers zingen van de bewoners van Nieuwehagen. Kom ook en draag bij aan de feestelijke sfeer waar de bewoners van Nieuwehagen zo van genieten.

Karwijk heeft ruimte

Klussendienst Karwijk voert uiteenlopende technische en hulpvaardige klusjes uit voor buurtgenoten van de Muntel, Vliert, Orthenpoort en het Noordereiland. Als de klusaanvragen binnen komen per mail (karwijk@gmail.com) of per telefoon (073-6131130) zoekt Josien Enklaar, één van de matchende coördinatoren, de geschikte klusser erbij. Josien legt uit wat het succes is: "Karwijk is goed in de kleine klusjes die een buurtbewoner zonder ervaring of een klein netwerk niet zomaar zelf kan uitvoeren. Hierdoor ziet hij/zij er vaak als een berg tegenop. Deze klussen opgelost krijgen, levert instant geluk op. Een gaatje boren is stap 1, maar meedenken met de vraagsteller is échte hulp, en dat is de meerwaarde van Karwijk!" We hebben ruimte voor nieuwe klusaanvragen, maar zijn ook zeker op zoek naar nieuwe buurthelpers/klussers. Met welk talent kom jij het team versterken?!

Vogelcursus 2019

De IVN start een vogelcursus voor beginners: 5 lessen (op 24 jan., 21 feb., 7 mrt., 21 mrt. en 11 apr.) in de BBS-Zuid en 4 excursies (23 jan., 9 mrt., 23 mrt., en 13 apr.) in de omgeving van Den Bosch. De kosten: € 50.00. Leden IVN/VNW krijgen € 20.00 korting. Voor opgeven of meer informatie: cursussen@ivn-s-hertogenbosch.nl, o.v.v. 'vogelcursus 2019', tot eind van het jaar of tot de cursus volgeboekt is.

Colofon

Verschijnt gratis 5x per jaar

redactie: Wim van den Berg, Anja van Kleef, Toon van Rijnsoever en Jos van Rijsingen.
Met medewerking van Peter van Helden, Marjan Klinkhamer en Olaf Smit

drukwerk: BladNL, oplage 3600

verspreiding: Anja van der Horst en vrijwilligers uit de wijk

redactieadres: Van Noremborghstraat 34, tel. 073 6135111

e-mail: wijkkrant@ziggo.nl. Mail ons voor **advertenties** en **reacties** of met **informatie** voor de volgende Wijkkrant.

De volgende Wijkkrant verschijnt rond 15 februari 2019. Informatie kunt u inleveren tot 7 januari.



WAT?

Onder muzikale begeleiding van Renske Wolfs gaan we (oude en nieuwe liedjes) zingen! Plezier staat voorop en daarnaast is er aandacht voor het voluit durven zingen en de muzikale ontwikkeling en expressie. De oudere bewoners van Nieuwehagen worden uitgenodigd om van onze zang te komen genieten en misschien wel mee te zingen.

VOOR WIE?

Kinderen tussen de 7 en 12 jaar die zin hebben om met anderen samen te zingen en zich muzikaal te ontwikkelen.

WAAR?

Brabantzorg Nieuwehagen, Gervenstraat 2, 's-Hertogenbosch.

WANNEER?

8 keer op vrijdagmiddag van 14:30 tot 15:30 uur:
18 en 25 januari, 1, 8, 15 en 22 februari en 1 en 15 maart.

KOSTEN?

€40,- voor 8 keer.
(als kosten een belemmering zijn, laat het weten, dan vinden we een oplossing)

MEER INFO EN AANMELDEN?

Mail dan naar info@renskewolfs.nl



Tip

Plastic dopjes zijn geld waard. Hoezo? Het KNGF (Koninklijk Nederlands Geleidehonden Fonds) krijgt er van het recyclebedrijf een bedrag voor; zij kunnen er weer plastic pallets van maken. Dat spaart bomen! Het geld dat KNGF krijgt wordt o.a. besteed aan de opleiding van geleidehonden. Plastic doppen kun je inleveren bij Bloemenwinkeltje Jet!

HALLOWEEN

Op 31 oktober hebben 75 kinderen meegedaan aan de Halloweenoptocht rond het Taxandriaplein. De activiteit was een groot succes. Er waren zelfs te veel aanmeldingen! Volgend jaar met Halloween wordt er weer iets georganiseerd.

Anissa en Sami vertellen hun belevenissen.

Hoi ik ben Anissa Zaimi. Ik vond het heel leuk om mee te doen. We hebben veel snoep gekregen en lekkere cupcakes met warme chocolademelk bij Nataša. Ik hoop datervolgend jaarnogmeerschrikmomenten zullen zijn dat zou helemaal leuk zijn Ik doe volgend jaar zeker weer mee heb er nu alweer zin in.

groetjes Anissa, 9 jaar



Hoi ik ben Sami Zaimi Ik heb dit jaar met Halloween meegedaan als figurant en moest de kids laten schrikken. Ik vond het leuk om die bange gezichten te zien. Ik wil volgend jaar weer meedoen als figurant. Lijkt me echt gaaf Hoop dat het dan nog groter wordt en er nog meer mensen meedoen figuranten en spoken kids enz. Ik vond het in ieder geval een top avond

Sami 12 jaar

Helaas vallen er elk jaar tijdens Oud en Nieuw onnodig veel vuurwerkslachtoffers. Met behulp deze tips kan je dat voorkomen.

Vuurwerk mag je afsteken op 31 december van 18.00 uur tot 1 januari 02.00 uur.

- Koop** het vuurwerk altijd in een **legale winkel**
- Bewaar** het veilig op een **koele, droge plek**.
- Lees de instructies** op de verpakking goed door: Zo weet je zeker hoe je het vuurwerk veilig moet afsteken.
- Vuurwerk** altijd **afsteken** met een **aansteeklont**, niet met lucifers of een aansteker.
- Draag geen** licht ontvlambare kleding (**nylon**) en draag een (**veiligheids**)**bril**
- Zorg** dat vuurwerk altijd **stevig en stabiel** staat.
- Zet pijlen** altijd in een fles, halfgevuld met zand of water.
- Sla** voor grote **vuurpijlen** een pvc-buis in de grond.
- Steek** een **pijl** altijd aan de **zijkant** aan.
- Zet vuurwerkpotten** altijd goed klem tussen b.v. 2 stenen.
- Neem** voldoende **afstand**, minstens 8 tot 15 meter.
- Steek geen vuurwerk af in je hand**
- Steek maximaal één stuk** vuurwerk **tegelijk** af.
- Steek vuurwerk** dat niet is afgegaan **niet opnieuw af**
- Let op de windrichting** en **omgeving**: mens en dier.
- Maak nooit zelf vuurwerk**: experimenteren met vuurwerk is gevaarlijk!

knalfeest



Als je niet van vuurwerk houdt kan je ook gewoon een knaller vouwen van papier. Op dit Youtube filmpje zie je hoe je dat moet doen.

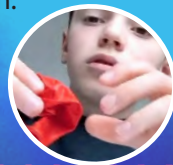
google naar:

papieren knaller maken game boy.

Bij een feest horen natuurlijk ballonnen. Er is een leuk Youtube filmpje van een goocheltruc met een ballon.

google naar:

truc met ballon uitleg AdrianFSX



griep(er)depiep hoera!

Snif..
ik ben verkouden.

Dat stelt niks voor.
Ik krijg de griep, dat heeft ons hele gezin.

Op onze school
hebben ook al kinderen griep

Bij ons de hele groep.
Plus de meester. Volgende week de hele school!

Waarom moet je toch altijd zo overdrijven?

Och, ik vind het gewoon leuk om te winnen.

