

Zeeheldinnen voor goed doel de Amsterdamse gracht in

Acht bewoonsters van het Zeeheldenkwartier springen in september de Amsterdamse grachten in voor het goede doel. Zij doen mee aan de Amsterdam City Swim en zwemmen om geld op te halen voor onderzoek naar de ongeneeslijke ziekte ALS.

Buurtgenoot Paul Lagerwerf, lijdt al een paar jaar aan deze rotziekte. Hij zit in een rolstoel, kan niet meer praten, eten of zijn kinderen knuffelen en er is geen enkele hoop op genezing. Mentaal doet alles het nog perfect, maar zijn lichaam is bijna volstrekt verlamd.

Florine Kuethe en Jenny Huttinga, twee bevriende schoolmoeders besloten vorig jaar mee te doen aan de zwemtocht van 2 kilometer door de grachten om hun steun aan Paul te betuigen. Dit jaar is de groep uitgegroeid tot 15 Haagse vrouwen waarvan 8 in de buurt wonen. Pauls echtgenote Myra Zweekhorst zwemt mee, een buurvrouw uit de straat, een schooljuf en een hele groep schoolmoeders van de Willemsparkschool.

Florine en Jenny zijn beiden werkzaam als zelfstandig communicatieadviseur en weten hoe ze zoiets aan moeten pakken. Vorig jaar haalden ze samen meer dan €12.500 op. Ieder middel werd ingezet: Twitter, Facebook, LinkedIn maar ook leuren bij ondernemers in de buurt en ouderwets met de collectebus rondgaan. Dit jaar willen zij nog meer geld inzamelen en met een grotere groep gaat dat ze zeker lukken.

Steun van ondernemers en gemeente
Het Haagse zwemteam krijgt veel steun van vrienden, familie en andere schoolouders. Maar ook ondernemers dragen bij ondanks de moeilijke tijden en dankzij wethouder Karsten Klein, mogen de dames op kosten van de gemeente in ieder Haags zwembad trainen.

Gebaar

Jenny Huttinga, licht haar motivatie toe: "Voor Paul zal een wetenschappelijke doorbraak te laat komen. Het is een ver-

drietige situatie en grijpt ons allemaal aan. Met deze zwemtocht doen wij iets positiefs en zinvols. Wij maken zo een gebaar waarmee wij laten zien dat het ons iets doet en dat wij er voor elkaar zijn."

Bedragen die er toe doen

Florine Kuethe, voegt hier aan toe: "Er zijn maar 1500 ALS-patiënten in Nederland. Voor de farmaceutische industrie is het niet interessant om onderzoek te financieren. Het levert gewoonweg niet genoeg op, dat is de harde waarheid. Dat geld moet er dus ergens anders vandaan komen. Dit evenement was vorig jaar goed voor meer dan zeven ton. Dit jaar zal het over een miljoen euro gaan. Dat zijn bedragen die er toe doen!"

Anti-strijkstokbeleid

Alle donaties aan de Amsterdam City Swim gaan naar Stichting ALS Nederland. Er wordt een strak anti-strijkstokbeleid gehanteerd en het is volledig transparant waar het geld precies aan uitgegeven wordt.

Amyotrofische Laterale Sclerose (ALS) is een zenuw-/spierziekte waardoor telkens bepaalde spiergroepen uitvallen en de patiënt verlamd raakt. Als de diagnose ALS is gesteld, is de gemiddelde levensverwachting ca. drie jaar.

Doneren?

Doneren kan via de website: amsterdamcityswim.nl/nl/participants/index/haagse door de deelnemende Zeeheldinnen Annetje Surie, Brigitte Scheffel, Florine Kuethe, Freeke Heijman, Jenny Huttinga, Margit Remeijer, Marleen Kriek-aard of Myra Zweekhorst te sponsoren, dit kan al met een klein bedrag.



Paul Lagerwerf (rechts) en de dames van het Haagse zwemteam. U kunt de dames sponsoren via de website amsterdamcityswim.nl/nl/participants/index/haagse.

Zeeheldenfestival: het leukste buurtfeestje van Den Haag

Vanaf woensdagmiddag 10 juli tot en met zondagochtend 14 juli is het tijd voor de 33^e editie van het Zeeheldenfestival! Het Prins Hendrikplein wordt dan weer vijf dagen gevuld met muziek, dans, kunst, kinderactiviteiten, en lekker eten en drinken. Ook dit jaar heeft de organisatie een afwisselend programma samengesteld.

De muzikale optredens bieden voor ieder wat wils: of je nu van rockabilly, ska, Afrikaanse percussie, blues, surf of hiphop houdt. De bands die de avonden afsluiten spreken voor zich: Sabroso zorgt voor een Surinaams feestje, Les Negritos voor flamenco en latinrock, de Jamal Thomas band speelt een mix van funk, rap & soul, en Russkaja tenslotte zal met hun feestmuziek van folk, punk, ska & polka iedereen aan het dansen krijgen. Tussen het bekijken van bands door kun je je laten verrassen door de theateracts. Bovendien is er op zaterdag de grote informatie- en rommelmarkt. En op zondag kan iedereen weer bijkomen met het in middels vernaarde ontbijt met (klassieke) muziek.

Jonge zeehelden

Thema van dit jaar is "Jonge Helden". Er is extra veel te doen voor de jonge festivalgangers. Kinderen kunnen genieten van onder meer poppentheater, een kinderband en workshops van het Haags Kinderatelier en van de gemeentelijke afdeling Archeologie. Ook is er op zaterdag de welbekende speelattractie en kunnen Zeeheldjes zich laten schminken. Speciaal voor de kinderen zijn er T-shirts met opdruk van het thema Jonge Helden gemaakt, die slechts 3,50 euro per stuk kosten.

Programma

Het programmaboekje wordt verspreid in het hele Zeeheldenkwartier. Dit jaar is een extra pagina toegevoegd met een overzicht van de kinderactiviteiten. Het algemene programmaoverzicht staat ook in deze Elandkrant op pagina 4. Nog meer weten over alle optredens en activiteiten? Kijk dan op www.zeeheldenfestival.nl; hier worden ook aanpassingen in het programma aangegeven.

Meedoen met het leukste buurtfeestje?

Zo'n 160 vrijwilligers én fondsen en sponsors van binnen en buiten de wijk maken het Zeeheldenfestival mogelijk. Mocht je zelf ook mee willen helpen om de volgende editie van dit leukste buurtfeestje van Den Haag tot een succes te maken, meld je dan aan als vrijwilliger of sponsor op www.zeeheldenfestival.nl.

Festival Dichter aan huis zoekt onderdak in het Zeeheldenkwartier!

Zie pagina 3.

Lange Gust woensdag 10 juli 18.30 - 21.30 uur.



Inloopavond herinrichting winkelstraten

De gemeente heeft plannen voor de herinrichting van de openbare ruimte van het winkelgebied, Piet Heinstraat, Zoutmanstraat en de Prins Hendrikstraat. Hiervoor houdt de gemeente een inloopavond waar u de schetsplannen kunt komen bekijken.

De inloopavond wordt gehouden op dinsdag 2 juli, van 18.30 uur tot 20.00 uur, in: Wijk en Diensten Centrum De Heldenhoek, Elandstraat 88, Den Haag.

De Groene Eland en ondernemersvereniging BIZ Zeeheldenkwartier zullen u over de achtergronden en hun ideeën nader via een aparte nieuwsbrief informeren.

Bewonersorganisatie De Groene Eland

Van de Voorzitter

Als het goed is, heeft, als u dit leest, de officiële aankondiging plaatsgevonden dat de Zeeheldentuin gerealiseerd gaat worden. De Groene Eland wil hierbij alle vrijwilligers die dit voor onze wijk mogelijk hebben gemaakt van harte feliciteren. We hopen dat we binnenkort van een stukje groen kunnen genieten in het zeeheldenkwartier.

Nog een enorme groep vrijwilligers die goed bezig zijn, zijn natuurlijk de mensen die het Zeeheldenfestival organiseren. Ik heb de programmaboekjes al gezien en het ziet er weer ontzettend mooi uit. Persoonlijk heb ik er weer zin in en krijg ik bij voorbaat al een zomers gevoel.

Als laatste wil ik nog even de aandacht vestigen op het feit dat het bestuur van De Groene Eland nog ruimte heeft voor extra bestuursleden. Mocht u interesse hebben dan kunt u dit kenbaar maken op onze locatie in de Elandstraat 88a of via het emailadres: secretariaat@groene-eland.nl.

Namens De Groene Eland wens ik al onze wijkbewoners een mooie zomer toe. Ludo Geukers, voorzitter De Groene Eland.

Heeft u iets leuks
of interessants te melden
over uzelf, uw straat, de wijk
of mensen die hier wonen?
Of wilt u reageren
op artikelen in deze krant?
Dat kan via e-mail:
elandkrant@groene-eland.nl



Of per brief aan:
Elandkrant, Elandstraat 88a,
2513 GV Den Haag.
Digitale foto's gemaakt
in het Zeeheldenkwartier
zijn ook welkom!

Openingstijden wijkwinkel De Groene Eland

De wijk- en informatiewinkel van
bewonersorganisatie De Groene
Eland, Elandstraat 88a, is ge-
opend: van maandag t/m vrijdag
van 9.00 tot 12.30 uur.

Telefoon: 070-3560410.
e-mail: info@groene-eland.nl
Website: www.groene-eland.nl

Bewonersorganisatie

De Groene Eland komt op voor
de belangen van de wijkbewo-
ners op het gebied van leefbaar-
heid, veiligheid, buurtcultuur, wo-
nen en werken.

De Groene Eland bestaat uit al-
lerlei groepen en commissies van
bewoners die meewerken om de
buurt gezelliger, mooier, leefbaar-
der te maken en te houden. Wilt u
meer informatie over de werkgroe-
pen of zich bij een van de werkgroe-
pen aansluiten? Neem dan con-
tact op met De Groene Eland.

Colofon

Redactie adres

Elandstraat 88a
2513 GV Den Haag
Telefoon: 070 - 3560410

e-mail:
elandkrant@groene-eland.nl

Eerder verschenen nummers van
de Elandkrant zijn te vinden op:
www.zeeheldenkwartier.nl

Aan dit nummer werkten mee

Reinout Barth
Rick Herrera
Henk Boenders
Sippora Stibbe

Eindredactie en vormgeving
Cora Waltheus

De volgende Elandkrant
verschijnt: 9 september 2013
Kopijdeadline: 22 augustus

Oplage: 6700 exemplaren

De Elandkrant is een uitgave van
Bewonersorganisatie De Groene
Eland en verschijnt 7x per jaar.

Bestuur bewonersorganisatie De Groene Eland

Ludo Geukers - voorzitter
Erik Pardon - penningmeester
Janet van de Bunt
Henk Boenders

De redactie aanvaardt geen aan-
sprakelijkheid voor eventuele on-
juistheden en behoudt zich het recht
om ingezonden kopij in te korten of
niet te plaatsen.

Meeuwenfeestje: om je groen en geel aan te ergeren

Sinds kort is het een puinzooi op straat op vuilnisophaaldag in het
Zeeheldenkwartier. De groenbakken verdwenen van de ene op de
andere dag. Al het vuilnis moest plotseling in zakken. De meeuwen
maken de zakken kapot. Ik las op de website van de Gemeente Den
Haag dat ik gele vuilniszakken gratis kan ophalen. Meeuwen hou-
den niet van gele zakken. Dacht ik nou altijd dat meeuwen kleuren-
blind waren. Maar goed. Groen en geel: een slechte Haagse grap
soms, deze actie om de groenbakken af te schaffen?

Onlangs viel plompverloren een
brief van de Gemeente Den Haag
in de bus met de mededeling dat
groenbakken zijn afgeschaft en
meteen maar werden meegenom-
men. Voortaan alles in een vuil-
niszak. De gevolgen zijn er wel.
Het begin van het broedseizoen
van de meeuwen, een goede ti-
ming van deze gemeentemaat-
regel. Heeft vast een beleids-
ambtenaar lang over zitten na-
denken en schrijven concept-
rapport, definitief rapport, voorbe-
reiding raadsbesluit, enz.



Gevolg één groot meeuwenfeest.
Heerlijk wroeten in openge-
scheurde zakken. Al twee ophaal-
dagen heb ik de pestzooi die het
oplevert voor mijn deur kunnen
opruimen. De laatste keer dat ik dit
deed was twintig jaar geleden toen
ik in de Katerstraat woonde. Dan
zal de modale Zeeheldenkwartier-
bewoner zeggen: Katerstraat daar
noem je wat. Maar de straten in de
wijk zien er sinds het afschaffen van
de groenbakken uit als de eerste
de beste krachtwijk.

Bij de informatiebalie het Stads-
huis heb ik de gratis gele vuilnis-
zakken opgehaald. Het werkt! De
meeuwen gingen de zakken van
de burens verderop kapot maken.
Niet de gele zakken. Nu mijn bu-
ren nog aan de gele zak!

Dit verhaaltje heb ik aan de wet-
houder gezonden. Lotte van Bas-
ten Batenburg, bestuursadviseur,
belde me heel attent. Er komt
extra aandacht vanuit Stadsdeel
Centrum voor het opruimen van
de vervuiling. Een gratis klikocontainer is ook mogelijk,
maar dat is lastig voor mijn huis.
Mogelijk voor anderen in het Zee-
heldenkwartier een oplossing? Het
Zeeheldenkwartier is op korte
termijn nog niet aan de beurt voor
ondergrondse opslag, vertelde
de bestuursadviseur. In het na-
jaar komt een nieuwe beslis-
ronde voor de stad.

Het blijft jammer dat de groen-
bakken zijn meegenomen en niet
meer gebruikt kunnen worden. Ze
werkten even goed en zelfs beter
als de gele vuilniszakken.

Ik zag in het CV van VVD Wethou-
der Financiën en Stadsbeheer,
Boudewijn Revis, dat hij veel
heeft met defensie. Ik nodig hem
uit om een aanvalsplan op te stel-
len tegen het vuil op straat in het
Zeeheldenkwartier, door versneld
de ondergrondse restafval-
containers te plaatsen. Hopelijk
kan de bewonersorganisatie De
Groene Eland de wethouder daar-
bij helpen.

Menno Gerritsma,
Bewoner Zeeheldenkwartier.

Urban Gardening Flashmob

Den Haag in Transitie (DHIT), het Haagse platform voor innovatie,
participatie en cohesie in wijk en buurtinitiatieven, organiseerde op
zaterdag 18 mei de Urban Gardening Flashmob in de Prins
Hendrikstraat. In samenspraak met de winkeliers, de gemeente en
het groenbeheer maakt DHIT van de Prins Hendrikstraat één van de
groenere winkelstraten van Den Haag.

Foto's: Reinout Barth



Aangepaste route voor bus 17

De route van de bus 17 wordt met ingang van de zomerdienst op 13
juli a.s. aangepast. Dit naar aanleiding van wensen van wijkbewoners
en ondernemers. In 2013 wordt gewerkt aan een parkeergarage
op de Noordwal. Daarom neemt bus 17 een deel van de route van
tram 17 over zodat het Zeeheldenkwartier per openbaar vervoer
grotendeels bereikbaar blijft.

De route van bus 17 is vanaf 13 juli als volgt:

De bus rijdt van de Halte Javastraat, rechtdoor via de Alexanderstraat,
rechtsaf Hoge Wal, rechtdoor Elandstraat, en linksaf Bilderdijkstraat.
Vervolgens rechtsaf Vondelstraat, hier ligt direct rechts de tijdelijke
halte Noordwal. Vervolgens rechtdoor Vondelstraat, via (tram)halte
Elandstraat, rechtdoor Zoutmansstraat naar halte Van Speijkstraat.
Vervolgens rechtsaf Javastraat, rechtsaf Alexanderstraat terug naar
de halte Javastraat.

Bij halte Javastraat kunt u overstappen op tram 1 en 17 en bus 22 en
24. Bij halte Van Speijkstraat kunt overstappen op bus 24. Bus 17 rijdt
iedere 15 minuten van maandag t/m vrijdag tussen 7.00 en 19.00 uur,
zaterdag tussen 8.00 en 19.00 uur en op zondag tussen 10.00 en
19.00 uur. De bus is gratis, u hoeft geen vervoerbewijs te tonen.



Sponsorloop Max Velthuijschool

Tijdens de Koningsspelen op 29 april jl. heeft
openbare basisschool Max Velthuijs aan de Da
Costastraat een sponsorloop gehouden waar-
bij geld is ingezameld voor stichting KiKa.



Deze sportieve dag werd geopend met het liedje
Bewegen is Gezond van Kinderen voor Kinde-
ren. Het dansje dat hoort bij dit liedje hebben alle
leerlingen, juffen en meesters op het schoolplein gedanst. Het was
helaas een regenachtige dag maar dat weerhield de kinderen er niet
van om na deze sportieve opening de benen uit hun lijf te rennen voor
het goede doel!

Er waren kinderen die wel 15 rondjes om het blok heen gerend heb-
ben! (Da Costastraat/Veenkade/Helmersstraat/Elandsstraat en terug
naar de Da Costastraat) Ze zijn fanatiek aan de slag gegaan met het
zoeken naar sponsors binnen hun familie- en kennissenkring, en dat
heeft goed uitgepakt!

Op 29 mei jl. kwam Aleid Hagemeijer bij ons op school langs, zij is
vrijwilliger voor KiKa, om de cheque in ontvangst te nemen. De 160
leerlingen die obs Max Velthuijs rijk is hebben samen maar liefst
€1156,97 opgehaald! Wat een topprestatie, leerlingen en familie,
bedankt!! Dit geld kan KiKa goed gebruiken voor vernieuwend onder-
zoek en andere activiteiten op het gebied van kinderkanker, gericht op
minder pijn en strijd, meer genezing en een hogere kwaliteit van leven
op latere leeftijd.

Marloes Rommelse,
Gymleerkracht basisschool Max Velthuijs.



Heeft u klachten over de openbare ruimte?

Bel dan naar het Ge-
meentelijk Contactcen-
trum telefoon 14070.

De gemeente draagt zorg voor
een schone, hele en veilige
leefomgeving. Dit kan niet zon-
der uw hulp.

Als u op straat iets ziet dat niet
in orde is of overlast van een
bedrijf heeft, kunt u dit melden.
Denk hierbij aan gaten in de
straat, beschadigd straat-
meubilair, een gebroken tak die
gevaarlijk hangt, geluids- of
stankoverlast of afval op straat
dat er reeds langere tijd ligt.

Moderne woningbouw in beschermd stadsgezicht

door Reinout Barth

De gemeente heeft een vergunning verleend voor de bouw van een moderne woning tussen de bestaande 19^e eeuwse woningen aan de Elandstraat. Protesten van omwonenden heeft tot op heden geen effect gehad. Opvallend is dat de voorzitter van de welstandscommissie die het ontwerp goedkeurde, zakelijke relaties heeft met de projectontwikkelaar.

De tuin van het hoekpand aan de Elandstraat en 2^e de Riemerstraat mag volgens het bestemmingsplan bebouwd worden. Projectontwikkelaar MS Vastgoed en Belegging is eigenaar van het perceel. Zij liet een moderne 4-laagswoning ontwerpen met grijze gevelplaten, goudkleurige aluminium kozijnen, een bijna 10 meter hoge matglazen wand en een dakterras.

Toen het plan bekend werd, startten omwonenden een petitie en hebben bezwaar aangetekend, omdat zij vinden dat het ontwerp niet past in het beschermd stadsgezicht. Daarnaast claimen ze dat het ontwerp niet aan het bestemmingsplan voldoet en dat de privacy van directe burens geschonden wordt door de glazen achterwand en het dakterras.

De gemeente wilde in eerste instantie de aanvraag wel aan het oude maar niet aan het nieuwe bestemmingsplan toetsen, dat gedurende het aanvraagproces goedgekeurd was. Pas na tussenkomst van de rechter, heeft de gemeente dat gedaan. Het ontwerp is hoger dan mag, maar de gemeente heeft ontheffing verleend. Zij vindt dat het niet tot "onevenredige hinder" voor de omwonenden leidt.

Welstandscommissie

Een ontwerp voor een nieuwe woning moet vooraf altijd door de welstandscommissie en de gemeente worden goedgekeurd. Voorzitter van de welstandscommissie, Rainer Bullhorst, schrijft in zijn oordeel over het ontwerp: "[De commissie] is dan ook van mening dat de onderhavige eensgezinswoning [...] goed aansluit op de architectuur in de omgeving". Jurjen Keuning en andere omwonenden waren het hier niet mee eens en vroegen een second-opinion aan. Hierbij wordt het ontwerp voorgelegd aan een welstandscommissie uit een ander deel van het land. Deze concludeert dat het ontwerp "zal detoneren in het beschermd stadsgezicht" en keurt het af. Met deze second-opinion vroeg Keuning aan de gemeente een nieuw oordeel over de bouwvergunning.

Keuning: "De betrokken ambtenaar heeft Bullhorst gevraagd wat hij van de second-opinion vindt. Die is het hier natuurlijk niet mee eens en blijft bij zijn eerdere oordeel." En zo blijft de bouwvergunning overeind. Keuning vraagt zich af of wethouder De Jong zelf echt naar de zaak heeft gekeken.

Wat nog meer vraagtekens oproept bij Keuning is dat de voorzitter van de wel-



De geplande nieuwbouw op Elandstraat 46A.

standscommissie zelf een actief architect is die regelmatig werkzaamheden voor MS Vastgoed uitvoert, ook op dit moment. Keuning: "De gemeente moet bij het nemen van besluiten de schijn van belangenverstrengeling altijd vermijden. Dat is hier duidelijk niet gebeurd."

Vanwege de schijn van belangenverstrengeling bij de welstandscommissie en de rommelige besluitvorming bij de gemeente hebben Keuning en andere omwonenden bij de rechtbank beroep aangetekend. Dit beroep is half juni ongegrond verklaard. Keuning gaat nu in beroep bij de Raad van State.

In een reactie zegt Bullhorst dat het volgens de bouwverordening van de gemeente is toegestaan dat leden van de commissie werkzaamheden in de stad uitvoeren. Bullhorst: "Bovendien beslis ik niet in mijn eentje. We weten heel vaak niet wie de opdrachtgever is. Van dit ontwerp hoorde ik pas een half jaar later wie dat was. Dus dat heeft bij de beslissing geen rol gespeeld."

De besluiten van de welstandscommissie hebben de aandacht van de gemeenteraad getrokken. Gerwin van Vulpen van de Haagse Stadspartij: "Rainer Bullhorst mag als voorzitter van de Welstandscommissie natuurlijk niet zakelijk profiteren van zijn positie. Adviseren over omstreden projecten van zijn eigen zakelijke relaties, lijkt me niet goed. Dit roept voor burgers het beeld op van handjeklap en cliëntelisme." De partij heeft schriftelijke raadvragen hierover aan wethouder De Jong gesteld.

De gemeente wil niet op de zaak reageren voordat ze de vragen van de gemeenteraad heeft beantwoord.

Groen licht voor 26 sociale huurwoningen én Zeeheldentuin

In de Tasmanstraat komen 26 sociale huurwoningen én een stadstuin. Voor dit bijzondere nieuwbouwproject is woensdag 12 juni groen licht gegeven.

Woningcorporatie Haag Wonen en bewoners van het Zeeheldenkwartier hebben intensief samengewerkt om dit project mogelijk te maken. De corporatie wilde sociale huurwoningen bouwen op het terrein waar vroeger basisschool 'De Wereldwijzer' stond. Bij bewoners in het Zeeheldenkwartier was intussen het idee ontstaan voor een stadstuin. Uiteindelijk worden er zowel woningen als een stadstuin gerealiseerd.

Om de vruchtbare samenwerking te vieren, werden 12 juni drie fruitbomen geplant naast de al eerder gepote appelboom. De vier verschillende bomen stralen de samenwerking uit tussen Haag Wonen, Vereniging de Zeeheldentuin, Gemeente Den Haag en het bouwbedrijf Dura Vermeer.

"De 26 betaalbare huurwoningen in combinatie met de stadstuin zorgen voor ontmoeting en verbondenheid in dit karakteristieke en gevarieerde Zeeheldenkwartier", voorziet Bart Moesbergen, directeur Strategie & Vastgoed Haag Wonen. Annelies Breedveld, voorzitter van Vereniging de Zeeheldentuin: "Het Zeeheldenkwartier is dichtbebouwd, met weinig groen. Terwijl groen juist heel belangrijk is om de stad leefbaar te houden. Dankzij de Zeeheldentuin kunnen kinderen straks spelen in de natuurspeeltuin en kunnen gezinnen, ouderen en andere bewoners zelf groenten kweken of heerlijk picknicken in het gras." Wethouder Marjolein de Jong is ervan overtuigd dat de Zeeheldentuin straks "een groene oase is waar bewoners elkaar kunnen ontmoeten."

v.l.n.r.: Annelies Breedveld (voorzitter Zeeheldentuin), Rob Steijn (directeur Dura Vermeer), Karin van Dreven (directeur-bestuurder Haag Wonen) en wethouder Marjolein de Jong planten samen met buurtkinderen de drie fruitbomen.

Foto: Ton Groenendijk



Festival Dichter aan huis zoekt onderdak in het Zeeheldenkwartier!

Op zaterdag 5 en zondag 6 oktober 2013 wordt het literatuurfestival Dichter aan huis georganiseerd in Den Haag. Tijdens dit festival dragen 50 gerenommeerde schrijvers voor uit eigen werk in 50 Haagse woonkamers.

De auteurs treden vier keer per dag op. De eerste lezing is om 13.00 en de laatste om 16.00 uur. De schrijvers blijven op de locatie en de festivalbezoekers trekken rond en stellen zo hun programma samen. Iedere lezing duurt ongeveer 40 minuten (inclusief nagesprek) waarna het publiek de gelegenheid krijgt naar de volgende locatie te reizen. Het aantal bezoekers per lezing is afhankelijk van de grootte van de locatie, maar is maximaal 25.

Voor beide festivaldagen is Dichter aan huis op zoek naar een aantal nieuwe locaties in het Zeeheldenkwartier waar kleine groepen belangstellenden kunnen luisteren naar een schrijver. De locaties zijn particuliere Haagse woonhuizen. Deze particulieren stellen één van de twee middagen hun huis open voor een dichter en zijn/haar publiek.

Bent u geïnteresseerd en wilt u een middag de gastheer of -vrouw zijn voor een schrijver en publiek reageer dan zo spoedig mogelijk via email: festival@dichteraanhuis.nl. Of stuur uw reactie naar: Stichting Dichter aan huis, Antwoordnummer 10986, 2501 WB Den Haag (postzegel is niet nodig).

De organisatie zal dan contact met u opnemen. Voor telefonische inlichtingen: 070 3465786.

Schrijvers die al hebben toegezegd mee te werken aan de editie van 2013 zijn o.a. Bart Chabot, Tomas Lieske, Miquel Bulnes, Jessica Durlacher, Annemarie Oster, Herman Pleij, Özcan Akyol, Wim Daniëls, Charlotte Mutsaers, Jan Kuitenbrouwer, Jan Rot, Paul van Vliet, Annemiek Schrijver, Sjaak Bral, René Diekstra, Wim de Bie, Asis Aynan, Maxim Februari, Reggie Baay, Yvonne Keuls, Christiaan Weijts, Marcel Möring, Abdelkader Benali, Hans Goedkoop, Renske de Greef, Kees 't Hart, Arjen Duinker, Petra Stienen en vele anderen.

Wim de Bie

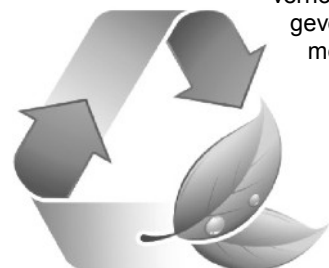


Doe mee met 070-Energiek!



De werkgroep 070-Energiek bestaat uit bewoners van Kortenbos, Oude Centrum en het Zeeheldenkwartier. We willen onze wijken energiezuinig en duurzaam helpen maken en zo bijdragen aan het doel 'Den Haag klimaatneutraal in 2040'. De gemeente steunt ons daarbij.

De beste kansen liggen in energiebesparing in bestaande woningen door isolatie en opwekking van groene stroom uit zon en wind. Dat bespaart ook op energiekosten en verhoogt het wooncomfort. Via onze site en wijkbijeenkomsten geven we tips voor huurders en eigenaars, en voor mensen die meer of minder geld te investeren hebben.



We komen graag in contact met bewoners die mee willen doen of denken, of die vragen hebben over het verduurzamen van hun woning, ook in VvE-verband. Samen kunnen we meer dan alleen. U kunt ons bereiken, meer lezen over ons initiatief en de agenda bekijken op www.070-energiek.nl.



33° ZEEHELDEN FESTIVAL

10-14 JULI 2013

PRINSHENDRIKPLEIN

WOENSDAG 10 JULI

Presentatie: Wicked Wendy

12.00 - 12.45	GP	Basisschool Max Velthuijs Kinderoptredens
12.45 - 13.30	GP	Basisschool De Spiegel Kinderoptredens
13.30 - 14.00	PLEIN/KP	Gerardo Jongleur
14.00 - 17.00	BARTENT	Dienst Archeologie: schatgraven Kinderactiviteit
14.00 - 17.00	PLEIN	Spelletjesronde Kinderactiviteit
14.30 - 15.00	PLEIN	Gerardo (workshop jongleren) Jongleur
15.00 - 15.30	PLEIN/GP	Supertobi en Megamarijn Poppenkast
15.15 - 15.45	GP	Liedjes van de Musical Fabriek Musicalliedjes
15.30 - 16.00	PLEIN	Gerardo (workshop jongleren) Jongleur
16.00 - 17.00	GP	POPSchool Den Haag Presentatie jong talent
17.00 - 18.00	PLEIN/KP	Vreemde Circusgasten Theater / acrobatiek
18.00 - 18.20	PLEIN	Sène Percu Afrikaanse percussie en dans
18.30 - 21.30	PLEIN	Lange Gust Steltlooptact
18.20 - 18.35	PLEIN/GP	Opening Zeeheldenfestival Door Jonge Helden Nihal en Stefano
18.35 - 18.55	PLEIN	Sène Percu Afrikaanse percussie en dans
19.00 - 19.45	KP	Red Light Babies Blues rock
19.45 - 20.45	GP	Piñata Mix van reggae, pop, ska, hiphop, surf
20.45 - 21.30	KP	Engine Rock-punk covers
21.45 - 23.00	GP	Sabroso Surinaams feestje!

www.zeeheldenfestival.nl
twitter: @Zeeheldnfestival
facebook.com/zeeheldenfestival

GP: Grote podium KP: Kleine podium

DONDERDAG 11 JULI

Presentatie: Sarah Pronk

15.45 - 17.30	BARTENT	Haags Kinderatelier Kinderactiviteit
16.00 - 17.00	GP	Falwabos Poppentheater
17.00 - 17.45	KP	Ma Forêt Storymusic
17.00 - 21.00	PLEIN	Madame Moisa Animatie / straattheater
17.45 - 18.30	GP	Blues Hunters Blues
18.30 - 19.30	KP	Maxime Capellot Gypsy Jazz Ensemble Gypsy jazz
19.30 - 20.30	GP	The Royal Spuds Folk / punk
20.30 - 21.15	KP	Brandwerk Hiphop
21.45 - 23.00	GP	Negritos Flamenco / latinrock

VRIJDAG 12 JULI

Presentatie: Jetty Sangster

15.45 - 17.30	BARTENT	Haags Kinderatelier Kinderactiviteit
16.00 - 16.45	GP/PLEIN	Te Zotte Zeehonde Muziek en comedy voor kinderen
16.45 - 17.30	PLEIN	Ben Zuddhist Straattheater
17.30 - 18.30	GP	Dansschool Scoil Rince Damsa na nóg & The Teetotallers Ierse dans en muziek
17.30 - 20.30	PLEIN	Martin Forget Straattheater
18.30 - 19.30	KP	Juan Noguera Wereldmuziek
19.30 - 20.30	GP	The Regulators Jamaican ska
20.30 - 21.30	KP	Atombox Alternatieve rock
21.45 - 23.00	GP	Jamal Thomas band Funk / rap / soul

ZATERDAG 13 JULI

Presentatie: Peter van Loon en Alexander Franken (middag) en René Bom (avond)

12.00 - 12.30	GP/PLEIN	Dansschool Kidswing-Wesseling Hiphop, breakdance en moderne dans
12.30 - 12.50	KP	Madeleine Bellucci Zang en piano
13.00 - 13.45	PLEIN	Ben Zuddhist Straattheater
13.45 - 14.30	KP	Power Girl Kindershow Kinderoptreden
14.00 - 17.00	BARTENT	Dienst Archeologie: schatgraven en Romeinse kapsels Kinderactiviteit en historische kapsalon
14.30 - 15.30	GP	Strijkorkest De Haagse Beek Klassieke folklore
15.30 - 16.15	KP	Hooked Popfunk
16.15 - 17.15	GP	Ready to Play Presentatie beginnende bands
17.15 - 17.50	PLEIN	Ben Zuddhist Straattheater
17.55 - 18.30	KP	Anthony Burford Singer songwriter
18.00 - 21.00	PLEIN	Frogs Stelten animatie
18.30 - 19.30	GP	La Blusa Cajun / swamp / Zydeco muziek
19.30 - 20.30	KP	The Boppin' Bastards Rockabilly
20.30 - 21.30	GP	Checkpoint Mary Mashupband
21.30 - 22.30	KP	The Stiff Punkrock tribute
22.45 - 00.00	GP	Russkaja Folk, punk, ska & polka

ZONDAG 14 JULI

Presentatie: Marlène van Noort

11.00 - 12.00	PLEIN	Tactus Anima 14e eeuwse dansmuziek
12.00 - 13.00	PLEIN	Trio Luminosus Gemengd klassiek / Latijns Amerikaans

Bewoners knappen binnentuin Roggeveenstraat op



Een groep jongeren en volwassenen is zaterdag 25 mei gestart met het opknappen van de binnentuin tussen de Waldeck Pyrmontkade en de Roggeveenstraat.

Een kleine, verborgen jungle in het Zeeheldenkwartier. Zo ligt de binnentuin in de Roggeveenstraat er al jaren bij. De binnentuin is niet openbaar toegankelijk. Een paar buurtbewoners hebben de sleutel van de poort en zetten er hun vuilcontainers neer. De binnentuin wordt één keer per jaar opgeruimd. Onkruid wordt gewied en de tuin wordt schoongemaakt.

Het onkruid was een doorn in het oog van André van Soelen. Hij is voorzitter van de bewonerscommissie en van het Buurt-preventieteam. Vanaf zijn balkon kijkt hij uit op de binnentuin. Er moet iets gebeuren, concludeerde hij. André nam het initiatief om de jungle om te toveren in een mooie binnentuin waar omwonendenvan kunnen genieten. Het kostte hem weinig moeite om de bewonerscommissie, Haag Wonen en de gemeente achter zich te krijgen.

Pimp up yourHood

De hele straat werd uitgenodigd om te helpen. Ook de jongeren van Pimp up your Hood deden mee. Zij werken aan een mooier en schoner Zeeheldenkwartier. Het was de derde keer dat de jongeren van Pimp up yourHood bij elkaar kwamen. Pimp up yourHood is een project van BBOZ, St. Zebra, politie, gemeente Den Haag en Haag Wonen.

Zaterdag 25 mei staken jongeren en volwassenen hun handen enthousiast uit de mouwen, om de binnentuin in de Roggeveenstraat op te knappen.

van de bewonerscommissie. Welke plannen zijn er zoal? 'De bewonerscommissie Roggeveenstraat wil graag de binnentuin in gebruik nemen om buurtbarbecues en feestjes te houden en een moestuin creëren. Buurtbewoners kunnen er groenten en kruiden verbouwen.'

Schilderen en bestraten

Gebiedsregisseur Grada Hiddink en toezichthouder Roderick Silberie van Haag Wonen deden ook mee. 'We stimuleren jongeren en andere bewoners om iets goeds te doen voor hun buurt. Zo kunnen we de uitstraling van de straat verbeteren en buurtbewoners maken op een leuke manier kennis met elkaar', aldus Grada. Het sluit bovendien mooi aan bij de plannen van Haag Wonen, dat binnenkort wil starten met schilderwerkzaamheden in de Roggeveenstraat. En de gemeente gaat na de zomer de Roggeveenstraat opnieuw bestraten.

Meedoen aan Pimp up yourHood?

'Fantastisch' vindt Rick Herrera de samenwerking tussen de jongeren en volwassenen. 'Het kan misschien een voorbeeld zijn voor andere buurten. Pimp up your Hood kan nog hulp gebruiken van ouders van deelnemende jongeren en andere buurtgenoten. In samenwerking met de Ondernemersvereniging BIZ wordt zaterdag 29 juni een activiteit met de jongeren van Pimp up yourHood georganiseerd. Wilt u eens een zaterdag meedoen aan dit leuke én nuttige project? Bel dan met Tamah Manneveld van St. Zebra: 06 43 39 52 30.

Zaterdag 25 mei staken jongeren en volwassenen hun handen enthousiast uit de mouwen, om de binnentuin in de Roggeveenstraat op te knappen.

Foto: Ton Groenendijk



Elandstraatkerk concert voor orgel en viool

Zondag 30 juni 2013
Aanvang 14.00 uur

Anne van Eck, viool
Ton van Eck, orgel

Toegang 10,--
inclusief consumptie

Info
www.edvanaken.nl/soek



Medebewoners in vogelvlucht

door Rick Herrera

Namen: Minou en Kitty

Status Minou: Jusqu'ici tout va bien.
Status Kitty: Altijd verliefd op het leven.

Woonachtig in het Zeeheldenkwartier:
Minou 4 maanden en Kitty 5 maanden.

Beroep Minou: masseuse en sociaal werker.
Beroep Kitty: masseuse en veganistische kok.

Passie Minou: fotografie (Het leert me om op een andere manier naar de wereld te kijken en juist die dingen te zien waar we normaal aan voorbij gaan), yoga en meditatie ("Vanuit de behoefte om de reis naar binnen te beleven"), reizen ("Avontuur!") en liefhebben ("zonder liefde geen leven").

Passie Kitty: Van het zaad tot het fruit.. Tuinieren. Het verwerken van het fruit.. het koken. Maar ook de kennis overbrengen van de medicinale werking van groente, fruit, kruiden en planten.

Werkzaamheden Minou: Holistische massage (o.a. Thaise yoga Massage en Stoel-massage). Allesomvattend gericht op body and mind. Minou heeft ook de studie psychosociale counseling gedaan. Ze werkt 1x per week als vrijwilliger bij een telefonische hulplijn voor mensen met behoefte aan een gesprek of luisterend oor. Daarnaast werkt ze af en toe ook als verpleeghulp bij de Thuiszorg. De individualisering in onze maatschappij en ook teleurstelling in de hulpverlening werkt vereenzaming in de hand. Ze doet dit werk vanuit de behoefte om bij te dragen aan het bieden van bestaansrecht aan diegenen die niet gezien worden.

Werkzaamheden Kitty: In Nederland en Thailand heeft Kitty haar opleiding gevolgd. Zij geeft o.a. Thaise yoga massage, Stoel massage, Shiatsu en Chi Nei Tsang. Ze deed dit eerst samen met Minou in hun praktijkje aan huis, maar mas-seert tegenwoordig de mensen in hun eigen omgeving. Een keer per maand kookt ze veganistisch in een eetcafé in het Zeeheldenkwartier, vanuit de overtuiging dat mensen gezond, verantwoord en vooral lekker kunnen eten zonder vlees.



Waar houd je je naast je werk mee bezig? Kitty is vrijwilliger van het project 'Den Haag in Transitie'. Den Haag in Transitie zorgt voor het samenkomen van de lokale gemeenschap om positieve veranderingen te maken in hun manier van wonen, leven en werken in Den Haag. Onder anderen verbouwen van je eigen groenten en het plaatsen van zonnepanelen wordt gestimuleerd. Op een leuke manier. Zo zijn er plannen voor bijvoorbeeld een Groen Circus. Het Groene Circus is een rijdende moestuin/circus/educatie installatie die van wijk naar wijk zal rijden en opgebouwd zal worden in

de Zeeheldentuin. Minou probeert bewust te leven en bewust te zijn. De 'zijn' ervaring, het 'nu'. Ze is bezig met meditatief zelfonderzoek. De reis in haar innerlijke wereld.

Pluspunten van het Zeeheldenkwartier:

1. "Het feit dat we dicht bij elkaar wonen en onze vrienden ook."
2. Volgens Minou is dit een sprankelende buurt "Je voelt dat het leeft. Er gebeurt veel." Kitty is het hier niet mee eens en vindt dat er 20 jaar geleden meer te doen viel.
3. "Wajid, het Osho Centrum op het Prins Hendrikplein is er gelukkig nog steeds."
4. Er is van alles en nog wat in deze wijk, o.a. veel tweedehands winkeltjes.
5. Het Zeeheldenfestival, de Pure Markt en de Home Made Market.

Minpunten van het Zeeheldenkwartier:

1. Het kan wat groener (Kitty)
2. Wat minder auto's. "Weg met de auto, weg met de tram". (Minou)

Wat is er op dit moment belangrijk voor jou?

- Minou: "Welzijn en geluk van mij en de mensen om me heen."
- Kitty: "Persoonlijke groei, delen, liefde en lust."

Heb je suggesties voor het verhelpen/verbeteren van de minpunten, en om het Zeeheldenkwartier nog fijner te maken?

1. Meer samenwerking tussen de bewoners.
2. Geveltuinen, zonnepanelen en verticale tuinen.
3. Weg met de tram uit de Zoutmanstraat.
4. Car4you elektrische autoverhuur (Green Wheels formule maar dan elektrisch).

Wil je tot slot als Zeeheldenkwartierrepresentant nog iets kwijt aan je Zeeheldenkwartiergenoten?

- Kitty: "Laten we het Zeeheldenkwartier, samen de groenste wijk van Den Haag maken."
- Minou: "Leef en heb lief."

Zondag 1 september Home Made Market

Op het Prins Hendrikplein, de Prins Hendrikstraat en de Zoutmanstraat.

Vast onderdeel van de Home Made Market is de zweefmolen op het Prins Hendrikplein! Ter hoogte van eetcafé de Brave Hendrik staat weer een podium met gedurende de gehele dag, een leuk muzikaal programma. Op de XL editie van deze Home Made Market vindt u in de Zoutmanstraat nog bullriding en een Hilbillie band bij the Guitarshop!

De Heldenhoek & 't Anker

Informatie

Over Zebra welzijnswerk

We verzorgen al vele jaren een zeer uitgebreid aanbod van welzijnsdiensten. Dankzij de veelzijdigheid van onze professionals zijn we in staat adequaat in te spelen op allerhande vragen, ook wanneer dat expertise op meerdere vlakken vereist. We ontwikkelen regelmatig nieuwe diensten en producten en zetten vaak de toon daarin. Waar nodig nemen we het initiatief tot overleg en samenwerking met ketenpartners. De individuele burger en de lokale overheid kunnen rekenen op gepast advies en ondersteuning in een prettige en betrouwbare stijl.

Visie en missie

De visie van Zebra op haar plek in de samenleving is: 'het is onze overtuiging dat zelfstandigheid de impuls biedt om bij mensen meer zelfbeschikking te creëren en daarmee een nog waardevollere plaats in te nemen en bij te dragen aan onze samenleving. Het is onze diepste intentie om mensen zelfstandig te maken en daarmee maatschappelijk duurzaam bij te dragen, naar volle tevredenheid van onze belangengroepen.'

Daarbij hebben we ons de volgende missie opgelegd: 'wij stellen ons tot doel om op een professionele manier mensen te ondersteunen. Dat doen wij door programmatisch en individueel samen te werken en daarmee kansen te bieden om op een zelfstandige manier deel te nemen aan onze samenleving.'

Kernwaarden

Voor Zebra zijn de volgende kernwaarden van groot belang bij het werken met, voor en door mensen: optimistisch, betrouwbaar en Klantgericht.

Welzijn Nieuwe Stijl

Zebra Welzijn is een welzijnsorganisatie "Nieuwe Stijl". We gaan uit van de eigen kracht van de burger, zoeken naar de echte vraag van onze klanten, zoeken naar langdurige en vaak collectieve oplossingen die mensen bij elkaar brengen.

Binnen ons werkgebied verzorgen wij het traditionele welzijnswerk. We zien echter ook veel kansen en uitdagingen op andere terreinen, en we beperken ons ook niet tot ons geografisch werkgebied.

Onze organisatie bestaat uit:

220 medewerkers
450 vrijwilligers
73 stagiaires
1 centraal bureau
9 wijkaccommodaties
9 Haagse Hopjes
25 Voorscholen

Zebra is samen met welzijnsorganisatie MOOI en VÓÓR onderdeel van Xtra.



Maaltijd 55+

Iedere maandag en donderdag om 17.00 uur wordt er in De Heldenhoek voor € 4,- een warme maaltijd geserveerd.

U kunt zich hiervoor aanmelden tot uiterlijk 11.00 uur op dezelfde dag via tel: 205 22 70 of bij de informatiebalie van wijkcentrum De Heldenhoek, Elandstraat 88.



Wijkbus Stap-In

De wijkbus is er voor oudere en mindervaliden die niet of moeilijk van het openbaar vervoer gebruik kunnen maken en geen eigen vervoer hebben.

Met de wijkbus kunt u vervoerd worden naar de ziekenhuizen Bro-novo, Rode Kruis en Westeinde, huisarts, pedicure, winkels, enz.

De bus is beschikbaar van maandag t/m vrijdag van 9.00 tot 17.00 uur. Tenminste een dag van te voren aanmelden via tel. 3520416 tussen 9.00 en 10.00 uur. Abonnement voor 3 maanden: € 18,-



In De Heldenhoek
dinsdagmiddag
2 en 16 juli
Aanvang 13.00 uur



In De Heldenhoek, Elandstraat 88, wordt er iedere maandag van 9.30 tot 10.30 uur yogalessen gegeven. Kosten: € 10,- per maand. Inlichtingen en aanmelden bij De Heldenhoek, telefoon 2052270.

Deze pagina is samengesteld door
Wijk- en Dienstencentrum De Heldenhoek,
Elandstraat 88, telefoon: 070-205 22 70 en
Buurthuis DeeDrie & Clubhuis 't Anker,
Witte de Withstraat 119, telefoon: 070-424 82 96



Wat is de burenhulpcentrale?

Burenhulp is van alle tijden, het is niets meer of minder dan iemand uit de eigen straat of buurt een handje te helpen. Een keer een boodschap doen of de hond uitlaten, een kastje naar boven sjouwen of een tv programmeren. De mooiste vorm van burenhulp is natuurlijk als dat vanzelfsprekend gaat. Maar ja, je weet niet altijd wie je daar in de buurt voor kan vragen of wie iets nodig heeft. De burenhulpcentrale zorgt er voor dat mensen die iets nodig hebben op een makkelijke manier in contact komen met mensen uit de buurt die weleens voor een ander van betekenis willen zijn. Dat kan via de telefoon, maar ook via de website.

Waarvoor kunt u de burenhulpcentrale inschakelen?

U kunt de burenhulpcentrale inschakelen voor kleine en kortdurende hulpvragen. Bijvoorbeeld als u een keer:

- zelf geen boodschappen kunt doen
- de hond niet kunt uitlaten
- een klein klusje in huis of tuin heeft
- ergens naartoe moet en vervoer nodig heeft
- behoefte hebt aan gezelligheid
- voor een uurtje een oppas zoekt

Doe mee als deelnemer

Om ook werkelijk de bovenstaande burenhulp te kunnen bieden hebben wij deelnemers nodig. Als u zich opgeeft als deelnemer kunt u af en toe gebeld worden door de centrale met de vraag of u iets voor iemand in de buurt kunt doen. U bepaalt zelf wanneer u iets voor uw buurtgenoten wilt betekenen en zit dus nergens aan vast.

Voor meer informatie kunt u bellen naar 070-2629999 of de website bezoeken www.burenhulpcentrale.nl. Wilt u zich als deelnemer aanmelden dan kunt u het best langskomen bij de Heldenhoek, een medewerker zal u dan te woord staan.

In de ontmoetingsruimte van De Heldenhoek kunt u op werkdagen van 8.30 tot 16.00 uur terecht voor een kopje koffie of thee en diverse belegde broodjes.



Gymnastiek 55+ in De Heldenhoek

Wanneer u belangstelling hebt voor gymnastiek en u bent 55 jaar of ouder, dan kunt u daarvoor terecht in wijk- en dienstencentrum De Heldenhoek.

Op de vrijdagochtend zijn er twee lesgroepen, waar nog nieuwe deelnemers welkom zijn. De eerste groep is van 9.00 tot 9.45 uur; de tweede van 10.00 tot 10.45 uur. De contributie bedraagt € 6,00 per maand. In juli en augustus zijn er geen lessen en wordt er geen contributie in rekening gebracht. Heeft u hiervoor belangstelling, dan kunt u contact opnemen met de receptie van "De Heldenhoek", Elandstraat 88, telefoon 205 22 70.

De Veldmuisjes

Voorschool voor peuters vanaf 2,5 jaar
Da Costastraat 40



Is uw kind nog niet ingeschreven op de voorschool? Kom dan bij ons langs voor inschrijving en informatie.

4 dagdelen: 2 ochtenden, van 8.30 tot 11.30 uur en 2 middagen van 13.00 tot 15.00 uur.

Wij bieden uw kind een educatief programma met veel aandacht voor de taalontwikkeling.

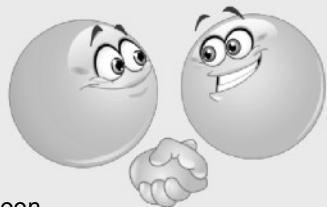
De kosten bedragen € 20,00 per maand. Als u in bezit bent van een Ooievaarspas dan is het gratis.

Voor meer informatie neem dan contact op via telefoonnummer: 06-43395253 of 070-3655010.

'Oude Vrienden'

'Oude Vrienden' onderneemt verschillende activiteiten, zoals een bos- of strandwandeling, zwemmen, museumbezoek, een spelletjesochtend, knutselochtend, gezamenlijk winkelen en gewoon lekker kletsen.

Lijkt het u leuk om de club 'Oude Vrienden' te komen versterken? Dan bent u elke woensdag van 10.00 tot 12.00 uur van harte welkom in De Heldenhoek, Elandstraat 88, telefoon 205 22 70. Els de Bruijn is hiervoor de contactpersoon. Voor deelname wordt geen contributie gevraagd.



De Heldenhoek

Activiteiten 2013

Gymnastiek 55+	Maandag van 12.00 - 12.45 uur Vrijdag van 9.00 - 9.45 uur en van 10.00 - 10.45 uur Kosten: € 6,- per maand
Maaltijd 55+	Maandag en donderdag om 17.00 uur Kosten € 4,- per maaltijd
Handwerken 55+	Dinsdag van 10.00 - 12.00 uur Kosten: gratis
Tekenen en schilderen	Maandag van 14.00 - 16.00 uur Kosten: € 15,- per maand
Yoga	Maandag van 9.30 - 10.30 uur Kosten: € 10,- per maand
Sjoelen	Woensdag en vrijdag 13.30 - 15.30 uur. Kosten: gratis