

# ZevenKrant

uitgave van Bewonersorganisatie Zevenkamp BOZ

Nummer 1

30e Jaargang

Februari / Maart 2022

www.bo7kamp.nl

## Afscheid

Jacques Lems

Pagina 2



## Nieuw

### Kinderopvang

Pagina 5



## Cultureel

Programma 2022

Pagina 7



## Verkiezingen

Op 16 maart 2022 zijn de gemeenteraadsverkiezingen. Tegelijkertijd kiezen de Rotterdammers onder het motto 'Meedoen, meedenken en meebeslissen', ook hun nieuwe wijkraden.



Pagina 3

## Mini biebs

Boekenliefhebbers opgelet: sinds dag 2 van 2022 is Zevenkamp 2 minibiëbs rijker! In het ene kastje vind je boeken voor kinderen, in het andere boeken voor volwassenen.



Pagina 4

## 30 Jaar wijkkrant in Zevenkamp

Het eerste bewonersblad in Zevenkamp dateert van 1982, is stekelig en luistert naar de naam De Egel. Volgens het Stadsarchief Rotterdam verdient het nog niet het predikaat krant en wordt het beschouwd als een periodiek. Geheel handmatig en met het nodige knip- en plakwerk kwam die tot stand.

Daar komt verandering in als in 1993 een echte wijkkrant met de naam Bugel verschijnt. Drijvende kracht hierachter is Corstiaan Breedveld die vanaf dat moment de wijkkrant op digitale wijze produceert. De lijnen van het Bugello worden strakgetrokken. Zwart/wit verdwijnt en voortaan

wordt gewerkt met duotonen en over een lichtoranje of blauwe achtergrond komt zwarte druk.

In 2008 verandert de naam in het huidige ZevenKrant. Na meer dan 25 jaar geeft Corstiaan halverwege 2019 het stokje over aan Loek Ernst. Eind 2019 besluit het bestuur van de BOZ tot een kwaliteitsimpuls. De ZevenKrant krijgt een facelift door een modernere uitstraling en professionele vormgeving. De opmaak is vanaf dan in handen van een andere wijkbewoner: Mike Pieters. De redactie, bestaande uit vrijwilligers, hoopt nog lange tijd de ZevenKrant voor de wijkbewoners te kunnen maken.



## Recept

### Fu Yong Hai

Dit gerecht wordt gegeten bij gekookte rijst en opgediend met een rode saus.

Pagina 4



## Diverse geloven

In groep 5/6 op de Fridtjof Nansenschool mogen kinderen zich uiten, een mening geven en hebben ze de vrijheid om in alles te geloven.

Pagina 5

## KORTE INFO

Stuur je kopij voortaan naar: [stichtingboz@outlook.com](mailto:stichtingboz@outlook.com)

Actueel BOZ nieuws? [www.bo7kamp.nl](http://www.bo7kamp.nl)



## Van uw wijkagenten ...

Beste bewoners van Zevenkamp,

Het jaar 2021 hebben wij weer achter ons gelaten. Wederom een maatschappelijk bewogen jaar. Als wijkagenten kregen wij ook met vele veranderingen te maken.

In directe vorm door een verandering van criminaliteit van de straat naar online of door het thuiswerken meer meldingen van klachten van geluidsoverlast van de burens.

Maar naast veranderd werk, was er door allerlei maatregelen minder contact in persoon en werden meer meldingen bijvoorbeeld telefonisch afgehandeld, werd door de inzet van de collega's bij de Mobiele eenheid onze inzet in de Spoed & Nu verwacht. Of waar wij net leuk begonnen te draaien met 'Wijkagenten in de Buurt', konden deze ook geen doorgang meer vinden.

Wij hopen voor een ieder op een mooi 2022. Dat het contact weer iets persoonlijker kan en mag en dat wij weer wat meer ruimte krijgen om voor u met onze tafel in de wijk te staan.

Mocht u ons werk in deze tijden willen volgen? Voeg ons dan toe op Instagram wijkagenten\_zevenkamp. Ook kunt u contact middels een DM (direct message) leggen.

Wij hopen u in dit nieuwe jaar weer te zien, te spreken en vooral even te groeten. Zwaaien mag altijd, ook als u ons niet nodig heeft.

Een goed 2022 toegewenst.

Uw wijkagenten,  
Danny, Rudi en Vincent



Beste bewoners van Zevenkamp,

In 2016 werd ik als wijkagent van de wijk Schenkel in Capelle aan den IJssel aangenomen om te starten als operationeel expert wijk voor de wijken Zevenkamp en Nesselande. In die periode kwamen ook de drie huidige wijkagenten Zevenkamp Vincent van Wijngaarden, Rudi van de Greijn en Danny Koster hier werken.

Ik ben echt trots op dit trio wijkagenten en wat zij in de afgelopen jaren hebben neergezet en dat ik daar ondersteunend aan heb mogen zijn. Het zijn drie wijkagenten die met beide benen in de wijk staan en hebben gezorgd dat zij bekend zijn bij hun bewoners in de wijk.

Daarnaast zijn er mooie resultaten bereikt op het gebied van veiligheid en werken zij er nog elke dag aan om dit verder te verbeteren.

Eind november ben ik gevraagd om dezelfde functie uit te voeren in het gebied Capelle-zuid en neem ik voorlopig nog waar voor het gebied Zevenkamp/Nesselande totdat de nieuwe operationeel expert mijn functie gaat overnemen.

De verwachting is dat dit per 1 maart 2022 zal zijn.

Daar de wijkagenten uw eerste aanspreekpunt blijven, zal er voor u als bewoner van Zevenkamp weinig veranderen. Ik wens de nieuwe operationeel expert wijk veel succes in dit mooie gebied. Ik verwacht dat hij zich in het volgende nummer van de Zevenkrant aan u zal voorstellen.

Tot ziens.

Met vriendelijke groet,

Jacques Lems



## Opvoeden en Zo



Wil jouw kind het liefste de hele dag filmpjes kijken op de telefoon? Voel je je soms ook meer een politiagent dan een ouder om de ruzies tussen je kinderen op te lossen? En geeft dat een dagelijkse discussie die de sfeer in huis niet beter maakt?

Dan is deze 6 wekelijkse ONLINE cursus perfect voor jou! Tijdens Opvoeden en Zo leer je meer over aandacht geven, regels stellen en ongewenst gedrag ombuigen. Hoe fijn zou het zijn als er soms meer rust gezelligheid in huis is!

### Voor wie?

Ouders met kinderen in de leeftijd van 4 tot 12 jaar.

De training wordt gratis aangeboden voor inwoners van Rotterdam. Meld je snel aan voor deze training. Er is een beperkt aantal plaatsen beschikbaar.

### Aanmelden:

<https://vsvtwinkeltje.nl/cjg-site-opvoeden-en-zo/>

- maandag 7 maart 09.15-11.15 uur ONLINE
- donderdag 10 maart 09.15-11.15 uur ONLINE

## COLUMN

### Wijkraad

In maart vinden verkiezingen plaats voor de gemeenteraad en voor de wijkraden van elke Rotterdamse wijk.

De gemeente stelt wijkraden in omdat 'de gebiedscommissies niet goed werkten' want, zo lees ik op een gemeentelijke internetpagina: 'adviezen verdwenen in een la in het stadhuis'. Vreemd, als je dat weet, dan open je toch die la en ga je aan de slag?! Of is dat te simpel gedacht?

De wijkraden hebben dezelfde taken en verantwoordelijkheden als de gebiedscommissies: Het organiseren en participatie mogelijk maken en stimuleren van initiatieven van wijkbewoners.

Het lijkt mij dat het zoeken naar die la op het stadhuis een goed begin is, en er vervolgens voor zorgen dat die la nooit meer vol wordt omdat zij (wel) alle nieuwe voorstellen en ideeën uit de wijk serieus zullen nemen.

De gemeente kreeg een aantal tips voor het instellen van de wijkraden, zoals een duidelijk mandaat en bijbehorend budget, maar ook om zien te voorkomen dat wijkraden worden overgenomen door politieke partijen. Dat laatste is dus in Zevenkamp niet helemaal gelukt, zag ik op de kandidatenlijst.

Ik ga er vanuit de kandidaten voor de Zevenkampse wijkraad in de wijk wonen en zich al actief inzetten of geïnteresseerd zijn in het wel en wee van de wijk. Daarom mag ik verwachten dat zij de Bewonersorganisatie Zevenkamp (BOZ) wel kennen. De BOZ, die al 40 jaar zorgt voor activiteiten en initiatieven op sociaal en cultureel gebied en die ook deze wijkkrant 6 keer per jaar uitgeeft. Met vaste items van o.a. politie, BOZ, buurtwerk, basisscholen en activiteiten is het een waardevolle informatiebron voor de Zevenkampers.

Dalia (wijkbewoonster)

## 'Kom gerust even binnen'

### Open deur Alliantie Ambachtsplein

Vragen, opmerkingen, problemen of ideeën? De gemeente is een grote organisatie. Om het u een beetje makkelijker te maken, kunt u gewoon binnenlopen bij de Alliantie aan het Ambachtsplein. Dat kan elke vrijdag tussen 10.00 en 12.00 uur. Behalve met vragen, kunt u ook met klachten en ideeën terecht.

### Contact

Kunt u niet langskomen, maar wilt u wel contact met de wijknetwerker? Mail Sophia Ahluwalia: [sj.ahluwalia@Rotterdam.nl](mailto:sj.ahluwalia@Rotterdam.nl) of bel haar op 06 519 642 47.



### Stichting OOPOEH

## Opa's en oma's passen op een huisdier

Stichting OOPOEH zet zich in voor een actiever leven voor senioren en een leuker leven voor honden. Voor dit doel zet zij senioren in als maatje, als OOPOEH, voor honden in de buurt. OOPOEH slaat hiermee 3 vliegen in één klap: senioren helpen aan meer gezelschap en beweging, honden helpen aan de aandacht en verzorging die zij nodig hebben en baasjes helpen aan een betrouwbare oppas. OOPOEH is géén commerciële oppasdienst of uitlaatsentrale.

Voor het aanmelden als maatje of juist een huisdier, zie de website van de stichting: <https://www.oopoe.nl>



### Hier had uw advertentie kunnen staan!

Wilt u bij ons adverteren?

Nu: 3x adverteren = 2x betalen!

Neem dan contact op via e-mail: [stichting-boz@outlook.com](mailto:stichting-boz@outlook.com) of bel voor meer informatie naar: 06-37563093

### Dringend vrijwilligers gezocht

#### De bewonersorganisatie Zevenkamp zoekt dringend vrijwilligers

- Voor het bestuur: diverse functies
- Voor de ZevenKrant (een interviewer)

E-mail naar [stichting-boz@outlook.com](mailto:stichting-boz@outlook.com) of bel 06-37563093 (Fernande van Dongen) of 06-37345165 (Ed de Meijer)



## Wijkraden

### Meedoen, meedenken en meebeslissen

De wijkraad komt op voor de wijk. Via de wijkraad kunnen bewoners, organisaties en ondernemers bij de gemeente aandacht vragen voor dingen die zij belangrijk vinden. Zoals meer groen, welzijn, bereikbaarheid van de wijk of veiligheid op straat. Er komen 39 wijkraden door heel Rotterdam. Ze vervangen de gebiedscommissies, wijkcomités en huidige wijkraden.

In maart zijn er verkiezingen voor de gemeenteraad én voor 39 wijkraden. Dat zijn twee verschillende verkiezingen. Voor de gemeenteraad stemt u op een politieke partij. Leden van de politieke partijen stellen de volgorde van de kandidaten op de kieslijst vast. Veel kiezers stemmen op de lijsttrekker van een partij. Er worden 45 gemeenteraadsleden gekozen.

Voor de wijkraad stemt u op een persoon die zichzelf kandidaat heeft gesteld. Die kan lid zijn van een politieke partij. Een notaris heeft bij loting vastgesteld hoe de volgorde op de kieslijst is. Daar staan de namen dus in willekeurige volgorde. De zeven personen met de meeste stemmen worden benoemd in de wijkraad Zevenkamp. Welke persoon krijgt uw stem?

#### Dit zijn in alfabetische volgorde de 14 kandidaten voor de Wijkraad Zevenkamp:

H.B. (Bas) Berkhof (Leefbaar Rotterdam)  
M. (Mike) van Dee  
M.E. (Manon) van Dijk (Leefbaar Rotterdam)  
H. (Hans) Eimers  
L.C. (Loek) Ernst  
C.C.P.S.A. (Colette) Everse (Leefbaar Rotterdam)  
A. (Anthony) Kujundzic  
H. (Henk) Majoor  
S.S. (Shannon) Moore  
S.S. (Soeshma) Pandohi-Mishre  
D.L.J. (Dieudonné) Penning  
A.G.J. (Ab) van der Torre (VVD)  
R.N. (Rashida) Vlijter  
P.J. (Peter) van der Weel



### Verkiezingen

De wijkraadsverkiezingen zijn op 16 maart 2022. Wijkraadsleden worden voor vier jaar verkozen voor de wijkraad. De uitslag voor de wijkraadsverkiezingen wordt op 23 maart 2022 bekend gemaakt.

Op 20 april 2022 vindt de officiële beëdiging tot wijkraadslid plaats.

## Vanaf maart 2022 is de Wijk aan Zet. Rotterdam krijgt 39 wijkraden.

- Rotterdammers hebben goede ideeën om hun wijk **beter, mooier, fijner en veiliger** te maken.
- Met **Wijk aan Zet** krijgen Rotterdammers **meer invloed** op wat er gebeurt in hun wijk.
- Rotterdam krijgt **39 wijkraden**. Deze vervangen de gebiedscommissies, gelote wijkcomités en huidige wijkraden.
- 16 maart 2022 kun je **2x stemmen**: voor de **gemeenteraad** én voor je eigen **wijkraad**.
- De wijkraadsleden gaan de wijk in om te horen **wat er leeft**.
- De wijkraad maakt samen met bewoners, wijkorganisaties en medewerkers van de gemeente **plannen** voor de wijk.

De wijkraad **houdt in de gaten** of de plannen goed worden uitgevoerd.

Via de wijkraad krijg je dus **meer te zeggen** over jouw wijk.

Ben je 16 jaar of ouder en wil je je inzetten voor een betere wijk? **Stel jezelf verkiesbaar** voor de wijkraad!

**De 39 wijkraden van Rotterdam.**

#### Overzicht van wijkraden per gebied

Charlote: 1. Carnisse-Zuiderpark, 2. Heijplaat, 3. Oud Charlote-Wielewaal, 4. Pendrecht-Zuidwijk, 5. Tarnewijk. Delfshaven: 6. Bosplolder-Spangen-Tussendijken, 7. Delfshaven-Schietmonde, 8. Mathenesse, 9. Middelrand-Nieuwe Westen. Feijenoord: 10. Afrikaanderwijk, 11. Bloemhof, 12. Entrepot-Noorderstrand, 13. Feijenoord, 14. Hillesluis, 15. Kattendrecht-Wilhelminapark, 16. Vreewijk. Hillegersberg-Schiebroek: 17. Hillegersberg, 18. Schietbroek. Hoek van Holland: 19. Hoek van Holland. Hoogvliet: 20. Hoogvliet. IJsselmonde: 21. Beverwaard, 22. Groot-IJsselmonde en Oud-IJsselmonde, 23. Lombardijen. Krabbendam-Crosswijk: 24. Crosswijk, 25. Krabbendam. Noord: 26. Agrarischebuurt-Provenierswijk, 27. Bergpolder-Blijdorp-Liskwartier, 28. Oude Noorden. Overschie: 29. Overschie. Pernis: 30. Pernis. Prins Alexander: 31. Lage Land, Prinsentland en 's-Gravenland, 32. Kralingseveer, 33. Nesseland, 34. Ommoord, 35. Oosterflank, 36. Zevenkamp. Rotterdam Centrum: 37. Cool-Scheepvaarkwartier-Stadsdriehoek, 38. Dijkzigt-Oude Westen. Rozenburg: 39. Rozenburg.

[www.rotterdam.nl/wijkraden](http://www.rotterdam.nl/wijkraden)



## Peuter in Zicht

Ouders uit Rotterdam opgelet! Heb je een leuke, maar pittige peuter die graag 'nee' zegt, alles zelf wil doen of heel boos wordt als het niet gaat zoals hij of zij wil? Dan is deze GRATIS cursus perfect voor jou!

Wat zou het fijn zijn als je 's avonds geen strijd meer hebt bij het eten met je peuter of juist dat de ochtenden zonder stress verlopen! In de afgelopen jaren hebben we al tientallen moeders uit Rotterdam geholpen aan meer rust in hoofd en huis.

Met de training Peuter in Zicht leer je in slechts 4 weken hoe je beter in kunt gaan op de pittige buien van je peuter. Wat kun je het beste doen wanneer je kind driftig is en wat juist niet? Je leert wat je peuter nodig heeft op deze momenten en hoe je je kind hierin kan helpen.

### Voor wie?

Ouders met kinderen in de leeftijd van 1,5 tot 4 jaar.

Vul het inschrijfformulier op onze website zo snel mogelijk in. Er is een beperkt aantal plaatsen beschikbaar.

Veel ouders hebben Peuter in Zicht suc-

cesvol gevolgd en merken écht verschil thuis.

De training is **gratis** voor inwoners van Rotterdam.

#### Aanmelden:

<https://vsvstinkeltje.nl/facebook-actie-peuterinzicht/>

- dinsdag 8 februari 09.15-11.15 uur
- maandag 14 maart 09.15-11.15 uur



## Terugblik, door het gelote wijkcomité Zevenkamp

Vier jaar geleden gingen ze van start: de gelote wijkcomitéleden. Een experiment van de gemeenteraad om het democratische gehalte van het bestuursproces te vergroten. Vrij onervaren in het bestuursproces maar met veel bezieling ging het wijkcomité aan de slag voor hun wijk. Met vallen en opstaan. Men moest wennen aan de bureaucratie, beleidsstukken doorploegen, de verhoudingen tussen de verschillende organisaties in de wijk aanvoelen en de eigen taken onder de knie krijgen. Ook moest men onderling kunnen samenwerken. Ze gingen de uitdaging aan: de ene keer stonden ze op het podium om de Sint feestelijk te ontvangen, dan weer een pitch te houden voor de burgemeester en wethouders over het Ambachtsplein, hangjongeren en andere problematiek. Ook het schrijven van adviezen voor de wethouders was één van de taken. Intussen is het wijkcomité een stabiel bestuursorgaan geworden. Door Covid-19 was participatie en het bezoeken van bewoners vrijwel onmogelijk. De maandelijkse openbare vergadering werd vanaf dat moment digitaal gehouden.



Huidige Wijkcomité Zevenkamp: vlnr Peter van der Weel, Shannon Moore, Soeshma Pandohi Mishre, Rashida Vlijter en Jettie Ale.

Foto: Raai Dijk, fotografie

### Taken

De taken van het wijkcomité zijn o.a. het verlenen van budget voor bewonersinitiatieven, het adviseren van de gemeenteraad op tal van gebieden, het feliciteren van jubilarissen en het organiseren van participatiemomenten. Het wijkcomité heeft elk jaar met succes het jaarlijks toegekende budget weten te besteden aan bewonersinitiatieven. Zevenkamp is een wijk met veel betrokken bewoners dus zijn er altijd aanvragen van verschillende organisaties gehonoreerd. Een greep uit de bewonersinitiatieven: intocht Sinterklaas, Halloween- en kerstactiviteiten, pop-up knutselactiviteit, een gevelconcert, kookprojecten en verschillende groenprojecten. Tijdens de pandemie is het budget ook aangewend om betrokken organisaties te helpen een financieel gat te dichten dat ontstaan was door misgelopen inkomsten. Hier stond een maatschappelijk initiatief tegenover, dat ten goede kwam aan de wijk. Deze budgetten zijn o.a. besteed aan nieuw buitenmeubilair voor het terras bij Xerxes, broeikasje in de Merenbuurt, speeltoestellen bij de volkstuinvereniging, kaartjes Blijdorp en Plaswijckpark, laptops voor cursussen.

### Kandidaatstelling wijkraad

Vier jaar later heeft het wijkcomité van Zevenkamp sterk het gevoel dat hun werk nog niet af is. Daarom hebben Rashida, Shannon, Soeshma en Peter zich kandidaat gesteld voor de verkiezing van de wijkraad op 16 maart 2022. Jettie, werkzaam in de zorg wil zich op haar eigen werk richten en van de zijlijn meedenken. Rashida, Shannon, Soeshma en Peter willen doorpakken en zich richten op o.a. de problematiek rondom het Ambachtsplein, de parkeerplaatsen, meer aandacht voor de kwetsbare groepen en een schoner en veiliger Zevenkamp. Zij gaan ervoor!

## Pittige Jaren

Vind jij het opvoeden van je kind ook soms best lastig? Volg daarom de cursus Pittige Jaren online. Deze cursus helpt je op de momenten dat je het opvoeden lastig vindt. De cursus bestaat uit 14 online bijeenkomsten. Deze training is **GRATIS** voor Rotterdammers, aangeboden door de Gemeente. Bij de training krijg je het boek Pittige Jaren (ter waarde van €67,95) bij aanwezigheid van 12 van de 14 bijeenkomsten. Voor wie: ouders van kinderen van 3 tot 8 jaar.

Meld je snel aan voor deze training via onze website. Er is een beperkt aantal plaatsen beschikbaar. Website: <https://vsvstinkeltje.nl/facebook-actie-pittige-jaren/>

- Donderdag 10 maart 09.15-11.15 uur
- Vrijdag 11 maart 09.15-11.15 uur
- Dinsdag 15 maart 09.15-11.15 uur





## Recept

## Fu Yong Hai met rode saus

Dit gerecht wordt gegeten bij gekookte rijst en opgediend met een rode saus. Het is een eigerecht met groente en krab. Hai is Chinees voor krab. In plaats van krab kunt u ook garnalen of surimi krabsticks gebruiken.

## Ingrediënten roerei-groente-krab:

- 2 à 3 eetlepels zonnebloemolie
- 6 eieren, losgeklopt met
- 1 eetlepel zoute ketjap
- 200 gram surimi, in blokjes gesneden
- 1 middelgrote ui, gesnipperd
- 4 teentjes knoflook, geraspt
- 250 gram fijngesneden soepgroente (worteltjes, prei en selderie)
- 1 theelepel suiker
- gemalen zwarte peper en zout

## Ingrediënten rode saus:

- 1 eetlepel zonnebloemolie
- 1 kleine ui, gesnipperd
- 1 teentje knoflook, geraspt
- 3 cm gemberwortel, geraspt
- 200 gram water
- 1 groentebouillonblokje
- 1 eetlepel zoute ketjap
- 1 theelepel suiker
- 1 blik (400 gram) tomatenblokjes
- 2 eetlepels maizena

## Bereiding

Maak eerst de rode saus. Warm de olie op in een steelpan, fruit de ui, dan de gember en knoflook. Voeg 3/4 van het water toe, het bouillonblokje, de ketjap, de suiker en de tomatenblokjes, breng aan de kook. Maak een papje van maizena en de rest van het water. Voeg dit roerend toe aan de massa om de saus te binden. Zet afgedekt opzij.



Maak dan roerei. Verwarm de olie in een wok of diepe koekenpan, fruit de ui, dan de knoflook. Voeg de blokjes surimi toe, peper, zout en suiker en roerbak de massa. Voeg de groente toe, temper de hitte, laat enkele minuten afgedekt garen. Giet daarna de losgeklopte eieren toe, blijf roerend omscheppen tot het ei droog is.

Dien de ei-krab-groentemassa op in een platte schaal met een deel van de saus. De rest van de saus apart in een kom doen zodat ieder naar behoefte kan toevoegen. Overgebleven saus smaakt ook lekker bij loempia of pangsit.

**Bewoners van Zevenkamp, heeft u nog een bijzonder recept? Een recept waarmee u altijd succes heeft bij familie of vrienden? Wellicht een "geheim" familierecept dat al generaties lang doorgegeven wordt en dat u toch wilt delen in de ZevenKrant? Mail dat dan naar: [stichtingboz@outlook.com](mailto:stichtingboz@outlook.com)**

## Twee nieuwe minibiebs in Zevenkamp

Boekenliefhebbers opgelet: sinds dag 2 van 2022 is Zevenkamp 2 minibiebs rijker! In het ene kastje vind je boeken voor kinderen, in het andere boeken voor volwassenen.

De minibiebs staan op het pleintje van de Fats Wallerhof. Dit ligt tussen de Buskesschool en de Tochtenweg in. Vanaf de weg loop je in één minuut naar het pleintje.

Uit de kastjes kun je gratis boeken meenemen. Na lezing mag je ze terugleggen, maar het hoeft niet. Heb je zelf leuke boeken over, vul dan de voorraad aan!

De minibiebs 'Op het Plein' zijn het initiatief van vier buurvrouwen en werden gesubsidieerd door Opzoomer Mee.



## Rotterdam Zevenkamp

## Wandelen in de Natuur van onze Wijk

Begin 2020 zijn wij gestart met wandelen in de Natuur van onze Wijk Zevenkamp. Wandelingen door onze bewoners - en met onze bewoners georganiseerd. Onze wijk laat zich zien, de natuur laat zich horen, en onze bewoners ervaren steeds weer een verrassende wandeling. Ja, zeker de moeite waard en zoveel mooier dan verwacht. Samen in beweging, gezellig en met een glimlach.

Wij, als vaste betrokken vrijwilligers Liesanne (kunstenaar met glas) en Louis (Adem- en Leefstijlcoach) en de begeleiding van Huis van de Wijk Zevenkamp (Christel) en Stichting Pameijer (Diana, Dionne), zijn enthousiast. Des te meer omdat ons programma zich steeds weer vernieuwt en altijd start met koffie/thee (vanaf 09:45 uur inloop, vertrek om 10:15 uur) en eindigt met een lunch (onder voorbehoud Corona) om ca. 11:30 uur.

Kom en ervaar zelf wat onze wandeling met jou doet!

Met vrolijke en actieve groet,

**Waar:** Huis van de Wijk Rotterdam-Zevenkamp / Stichting Pameijer.

**Wanneer:** Elke dinsdag vanaf 09:45 uur (inloop), start wandeling 10:15 uur.

**Aanmelden:** Via whatsapp +31640778349 (Dionne) of +31612724950 (Christel).

**Kosten:** Geen (organisatie door Stichting Pameijer en Huis van de Wijk).



## New Beginnings

New Beginnings is voor iedere ouder die (pas) gescheiden is.

Hoe vorm je als ouder met je kinderen een gezin in deze nieuwe situatie en hoe help je je kinderen hierbij?

Voor de kinderen is dit ook een lastige periode en met behulp van Twinkel-tje kun je hen hierin goed begeleiden.

In 10 gratis bijeenkomsten ga je met andere ouders aan de slag om ervoor te zorgen dat je kind(eren) meer met jou gaan delen, hoe je ze buiten conflicten tussen jou en je ex-partner houdt en hoe je weer een stevige 'nieuwe' basis legt in jouw gezin.

Er komt meer controle, balans en rust in je gezinsleven.

Onderdelen:

- Meer plezier met elkaar
- Omgaan met moeilijke vragen en opmerkingen
- Je kinderen helpen vertellen
- Je kinderen erbuiten houden
- Fijn meewerken thuis

**Voor wie?**

Ouders met kinderen (3-18 jaar) die pas gescheiden zijn

**Wanneer?**

Houd de agenda in de gaten voor de eerstvolgende startdatum.

**Kosten?**

Helemaal niets! Deelname is gratis voor inwoners van Rotterdam.

Vul het inschrijfformulier op onze website zo snel mogelijk in: <https://vsvst-winkeltje.nl/facebook-actie-newbeginnings/>

Er is een beperkt aantal plaatsen beschikbaar.

De training is **gratis** voor inwoners van Rotterdam.

- Donderdag 10 februari 09.15-11.15 uur
- Dinsdag 10 mei 09.15-11.15 uur





## Nieuwe schoolbibliotheek

### Kersverse boeken voor De Vliedberg

Waarom stinken je eigen scheten niet? Kun je gamen in de ruimte? Is het mogelijk dat jouw oma stiekem een geheim agente is? Weet jij welk botje er heilig is? Waar is de noedelsoep gebleven? Wist jij dat alle dino's op het land leefden? Dat olifanten zichzelf koelste toewapperen met hun gigantische oren? En dat de smoking van een pinguïn niet zomaar een modestatement is?

De kinderen van KBS De Vliedberg kunnen sinds kort antwoord vinden op al hun prangende, grappige, gekke, belangrijke, interessante en wonderlijke vragen in de schoolbibliotheek. De bieb ruikt nog helemaal nieuw, aangezien deze in november van 2021 fonkelnieuw is ingericht. Niet alleen de honderden prachtige boeken zijn kersvers, maar ook de kleurrijke boekenkasten en bijpassende poefjes zijn pas geleverd. Wie wil zich nu niet verliezen in dit boekenparadijs?



## Nieuwe kinderopvang in Zevenkamp

### Trotse aankondiging samenwerking OBS De Waterlelie en Kinderopvang Kleinrijkje

In April 2022 is het zover. Dan opent Kinderopvang Kleinrijkje de deuren van haar nieuwe vestiging in OBS De Waterlelie. Kinderopvang Kleinrijkje biedt een peuterspeelzaal, een voorschoolse- en een naschoolse opvang aan. Kinderopvang Kleinrijkje staat voor kleinschalige opvang van hoge kwaliteit, met toegewijd personeel met passie voor hun werk en aandacht voor uw kind, uw meest waardevolle bezit.

Menno Admiraal, directeur OBS De Waterlelie: "Wij zijn er trots op dat we onze krachten bundelen met kinderopvang Kleinrijkje. Deze samenwerking past binnen de missie van de school waarmee we een totaalpakket van onderwijs en opvang kunnen bieden aan de kinderen in Zevenkamp en omstreken."

Hulya Ercel, directeur Kinderopvang Kleinrijkje: "Waterlelies groeien het mooist in een kinder- en kleinrijk(je) omgeving. Onze gezamenlijke opvatting over educatie, opvoeding en ontwikkeling van kinderen verbindt ons en stimuleert ons om nog beter ons best te doen voor uw kinderen. Samen uit, samen thuis".

### Peuterspeelzaal

De Peuterspeelzaal zal iedere werkdag van 08:30 tot 11:50 geopend zijn. Kinderen vanaf 2 tot 4 jaar kunnen samen komen spelen en leren. Kinderen vinden dit niet alleen leuk, maar leren er ook een hoop van. Dit in een veilige omgeving met deskundige begeleiding. Kinderen die tijd doorbrengen op

## De Fridtjof Nansenschool gelooft in een mooie toekomst!



In groep 5/6 op de Fridtjof Nansenschool mogen kinderen zich uiten, een mening geven en hebben ze de vrijheid om in alles te geloven. Vooral in jezelf geloven wordt benadrukt. Maar we leren dat er ook veel mensen zijn die geloven in één god of in meerdere goden en dat verschillende geloven mooie overeenkomsten hebben. We hebben

het daarom veel over de geschiedenis en het heden van de 5 wereldgodsdiensten, maar weten we dat er inmiddels meerdere geloven zijn waar we ook over praten, werken, vieren en spelen.

Op de foto's hieronder kunt u vooral even het mooie figuurzaagwerk zien wat de kinderen maken op school in ons fijne technieklokaal

met onze fijne technieklerkracht. Kinderen leren om precies en voorzichtig te werk te gaan. Verder zijn er weer begrijpend leeslessen over onder andere natuurgodsdiensten en koning Clovis. Maken we kennis met Islamitische kunst en bespreken we woorden die te maken hebben met religie (religion) in het Engels.



de peuterspeelzaal ontwikkelen zich over het algemeen sneller op het gebied van taal en sociale vaardigheden.

### VSO/BSO

De VSO/BSO is voor schoolgaande kinderen dé plek om voor en/of na schooltijd te ontspannen, met vriendjes en vriendinnetjes te spelen en om talenten te ontdekken of verder te ontwikkelen met leuke en educatieve activiteiten. Werkende ouders kunnen er gerust op zijn dat hun kind in een veilige en prettige omgeving wordt opgevangen. De VSO is geopend van 7:00 tot 08:30. De BSO is geopend van 14:30 tot 18:30 en op woensdag van 12:30 tot 18:00/18:30

Meer informatie over kinderopvang Kleinrijkje: [www.kleinrijkje.nl](http://www.kleinrijkje.nl).

Wij adviseren uw kind op tijd in te schrijven. Dit kan via [info@kleinrijkje.nl](mailto:info@kleinrijkje.nl) of bel naar 068605776

Meer informatie over OBS De Waterlelie; kijk op [www.obs-de-waterlelie.nl](http://www.obs-de-waterlelie.nl) of bel naar 010-4211020





## Nieuws en Agenda van de Bewonersorganisatie Zevenkamp

### Moestuintjes

De moestuintjes bij de basisschool Klein Rotterdam worden in maart aangelegd en ingezaaid. Om dit te realiseren dient eerst een partij verwilderde struiken door vrijwilligers verwijderd te worden. Er komen ook veldjes met bloemen en planten die door leraren en kinderen en ouders worden geplant en onderhouden.



Voorbeeld van de moestuintjes

### Activiteiten BOZ

In 2022 wil de Bewoners Organisatie Zevenkamp zes Zevenkranten uitgeven. In de zomervakantie wil de BOZ 3 pleinactiviteiten vormgeven. Er komt een pleinbioscoop in september. Gedurende het hele jaar worden maandelijks culturele activiteiten geprogrammeerd in het Huis van de Wijk Zevenkamp en op het Ambachtsplein en het Carry van Bruggenplein. Ook uitstapjes zijn aan de orde zoals misschien wel weer de Croosboot, dat was een groot succes! En creatieve dikke dames schilderen krijgt ook een vervolg.

### Cultureel programma

De BOZ legt de laatste hand aan een cultureel programma in 2022 dat wordt gesponsord door Cultuur Concreet en fondsen. Hier volgt een voorlopige agenda, exacte datums zijn nog niet vastgelegd (zie pagina 7).



Workshop Dikke Dames schilderen...



... en het eindresultaat...

## Een helpende hand van de Bewonersorganisatie Zevenkamp (BOZ)

Naast de ZevenKrant en alle activiteiten voor senioren en kinderen, doet de BOZ veel voor de bewoners van Zevenkamp. Het invullen en aanvragen van Bewonersinitiatieven en Opzomer Mee activiteiten! Hulp bij het aanvragen of invullen van zorg- en huurtoeslagen. Vragen over de belasting, kwijtschelding of financiële vragen. En vragen over de buitenruimte, of aan de Gemeente Rotterdam zoals bijvoorbeeld via telefoonnummer 14010. Kopiëren kunt u ook bij ons. Het helpen van klachten richting uw verhuurder.

Ook hulp dat de boodschappen gedaan worden in samenwerking met Buurtsteunpunt.

Dat doen we tijdens ons spreekuur op de inloop BOZ, iedere vrijdagochtend van 10.00 t/m 13.00 uur.

Adres: Carry van Bruggensingel 47.

Maak een afspraak via de telefoon: 06 37563093

Of per mail: [stichtingboz@outlook.com](mailto:stichtingboz@outlook.com)



Ook gerealiseerd door samenwerking met vrijwilligers: het ophogen van een voor- en achtertuin! Voor het goed bereikbaar maken van uw woning met uw scootmobiel.

## Perfekte plaatje geschoten van een vogel in uw tuin of rond het huis? Stuur die ons toe en de kans is groot dat wij hem hier plaatsen.

De Nationale Vogeltelling 2022 zit er weer op. De 146,000 deelnemers telden meer dan twee miljoen vogels. De huismus (foto onder) werd opnieuw het meest geteld.

Deze en andere vogels komen vast ook voor in Zevenkampse tuinen. Maar heeft u een keer een foto gemaakt van een mooie of bijzondere vogel bij u in de tuin? Wij zijn daar erg benieuwd naar.

Stuur uw foto(s) naar:  
[stichtingboz@outlook.com](mailto:stichtingboz@outlook.com)





### Cultureel programma 2022

(voorlopige agenda, exacte datums zijn nog niet vastgelegd)

Maart	Crea Workshop
April	Theater Jong van Hart
Mei	Ridder Clap (Jacobus Wieman)
Juni	Brocantemarkt 2e hands markt
Juli	<b>Drie Zomer Vakantie Zaterdagen</b> Kinderactiviteiten / Drumtastic / Knutseljuf Marieke / Clown Kiekeboe / Bungee Jump / Olivier Quist / Suikerspin
Augustus	Gouwe Ouwe (Muziek en Dans) Jaren '50,'60
September	Pleinbioscoop ABBA / André Rieu
Oktober	Marjolein Meijers
November	The New Twinkeling Stars
December	Poef Pepernoot

Mede mogelijk gemaakt door:



**CULTUUR  
CONCREET**



**Oranje  
Fonds**  
voor sociale initiatieven

Stichting Bevordering van Volkskracht®

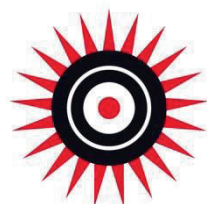


**VSBfonds,**  
iedereen doet mee

*Elise Mathilde*

**BOZ**  
Bewoners Organisatie Zevenkamp




**buurtwerk.nl**  
 inspireert

**6 - 12 jaar**

## Kids Club Zevenkamp



Sluit op woensdagmiddag aan bij de leukste club uit de buurt. Speel, lach, beleef en ontdek samen!

Met elke keer een ander thema:



**WAAR:**  
**Ambachtsplein**  
**141**



**TIJD:**  
**14.00u**  
**tot**  
**15.30u**

Contact: fernando.fonseca@buurtwerk.nl / 0612039252



Contact: fernando.fonseca@buurtwerk.nl / 0612039252



tot  
**15.30u**





## De maand van de Liefde 2022



### Liefde is samen..

Ons hart openen voor elkaar! Weet jij iemand die in deze moeilijke coronatijd wat extra liefde kan gebruiken? Mail ons dan en vertel waarom je deze persoon in het zonnetje wil zetten! Wij gaan dan aan de slag en maken een speciaal liefdesverwenpakket voor diegene.

Laat je hart dus spreken en heb oog voor hen die we niet in de steek mogen laten. Denk aan je oma of opa, buurman of buurvrouw of een goede vriend of collega. Eigenlijk kan het iedereen zijn want iedereen heeft liefde nodig en we maken allemaal moeilijke periodes mee.

Heb je iemand op het oog? Wacht dan niet! En mail ons je verhaal.

Je kan iemand aanmelden tot 25 februari 2022

**Blijf op de hoogte en volg ons op Facebook: Jongerenwerk PA.**

**Zorg dat je erbij bent!**

Huis van de wijk Zevenkamp, Ambachtsplein 141, 3068 GV ROTTERDAM.  
[Stephanie.lamsberg@buurtwerk.nl](mailto:Stephanie.lamsberg@buurtwerk.nl).

# Meedoen?

## Wij zorgen ervoor!



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



Uit het geschiedenisboek 35 jaar Zevenkamp zetten we even de spot op een tweetal actievelingen. Het gaat om een bewogen jongerenwerker en een muzikale talentspotter.

## Omar Zaroual contacten leggen met jongeren

Vanaf de eerste dag dat Omar Zaroual in Zevenkamp kwam werken, ging hij voor en vooral met de jongeren in de wijk aan de slag. Zijn devies: spreek mensen aan. 'Veel jongeren zijn echt bereid dingen te doen. Laat ze komen met ideeën en maak dingen bespreekbaar.' Zevenkamp is bij het ambulante jongerenwerk echt in de picture. In 2005 begon Omar Zaroual als ambulant jongerenwerker in de wijk. Omar is een open minded jongen die makkelijk contact legt. Toen Ed de Meyer als opbouwwerker begon, was Omar de eerste die kwam kennismaken: 'Al direct gingen we filosoferen over kansen voor de jeugd!' Omar heeft nog twee collega's waarmee hij in het gebied van Prins Alexander de boer op gaat om diverse jongerengroepen in de buitenruimte op te zoeken. Elke dag is hij in de weer van 13.00 tot 22.00 uur. 'In de zomer gaan we op vrijdagavond tot 24.00 uur door en regelmatig ook op zaterdag.'

### Jongerengroepen

Volgens Omar zijn er twee jongerengroepen: de hangers die geen overlast bezorgen, maar samenscholen om van elkaar te leren en bevestiging te zoeken voor hun ideeën, en een tweede,

lastiger groep die niet lekker in zijn vel zit en in conflict komt met de 'volwassen' wereld. Zaroual probeert de eerste groep te interesseren voor activiteiten in Youngsters of in gymzalen. De tweede groep probeert hij te verbinden met de hulpverlening. Omar vertelt: 'Veel van de jongeren hebben troubles op school of zitten in de schulden. Hangen op het Ambachtsplein is van alle tijden. Wereldkampioen karate Patrick van Daalen was ook een hangjongere. Op een gegeven ogenblik besluiten ze eigenwijs een eigen weg te gaan.' Omar probeert hen hierbij een zetje te geven. Hij krijgt soms de wind van voren, maar meestal zijn er positieve reacties. 'Omar, ik ga weer naar school. Ik ben gestopt met al dat blowen man.'

### Succes

Het grootste succes bereikte Omar met zijn sportinloop in de gymzaal van de Buskesschool. Daarmee bereikte hij de moeilijkste groep en de hulpverlening kon aan de slag, met resultaat. 'Creëer je contact, is de boodschap voor de jongerenwerker.' Omar vindt het bijzonder zinnig dat er vanuit Youngsters aandacht gegeven wordt aan de jonge aanwas, de jongeren van tien tot veertien jaar. Het is belangrijk hen heel vroeg uit dat hanggedrag te halen. De jongerenwerker wil hen op een positieve manier beïnvloeden.

Omar heeft leuke ervaringen rond het spel tussen jongeren en volwassenen. In het gebied bij de Liede en de Hunze waren behoorlijk wat spanningen met de buurt rond het tennisveldje. 'Jong en oud gingen met elkaar in gesprek, met de politiek erbij. Ze

begrepen elkaar en de jongeren organiseerden een barbecue voor de buurt. Huis aan huis hebben ze mensen uitgenodigd', zegt Omar met lichte trots.

De jongeren hebben ook een aantal keer een podium opgericht op het Ambachtsplein waar jonge rappers als Rass Motivated de buurt versted deden staan. Ook het Zuidelijk Wijkpark hebben ze eens behoorlijk geanimeerd. Ze organiseerden op het plein een tafeltennistoernooi, voor en door jongeren. Wat Omar mooi vindt is het enthousiasme van een buurtjongen die in Youngsters Thaiboksen geeft. 'Het loopt als een trein met 25 deelnemers.' Een ander voorbeeld is het kunstgrasveldje op het 'Dikke Vriendjes Plein'. 'Dat zag er niet uit. De jongeren zochten contact met de buurtbewoners en samen gingen ze richting politiek. Het nieuwe veldje kwam er en de jongeren regelden hapjes en een springkussen voor de kleintjes.' Als een jongere een baan vindt en Omar lachend tegemoet komt met de mededeling 'Ik ga je nooit vergeten gozer', voelt de jongerenwerker zich gelukkig.



In het LCC en Aafje speelt Cherly Zeeuw met de kinderen een sprookjesmix...

## Cherly Zeeuw internationaal muzikant en talent-spotter

Cherly verzamelt in een recordtempo 25 kinderen om zich heen die hij vier dagen per week les geeft in piano, keyboard, zang en musical. Cherly Zeeuw komt in 2002 naar de Charlie Shaverslaan in Zevenkamp. Hij blijkt te wonen tussen gezinnen met emotionele problemen. Tot 2010 heeft hij hier geen last van. Daarna wordt het problematisch. Als om twee uur 's nachts lawaaiig gebarbecued wordt, gaat Cherly verhuizen. Cherly Zeeuw was vrije leerling op het conservatorium en specialiseerde zich in piano. Vanaf 1990 geeft hij muziekles aan jongeren. Voorheen was hij een avontuurlijk popbandlid en begeleidde hij bekende artiesten als de zangers van Replay, Tasha van Tasha's World en Ntjam Rosie. Hij speelde met Equals en Roots Syndicate (bekend van het succesnummer Mockin' Bird Hill).



Cherly Zeeuw deed zowat alle Europese hoofdsteden aan. Tot hij de 'heavy scene' beu werd. Hij zag mensen die compleet doordraiden. Zeeuw besluit een advertentie op te hangen in Super de Boer en folders neer te leggen bij de bibliotheek. Hij wordt opgebeld door het Lokaal Cultureel Centrum (LCC). Ze zoeken een muziekleraar. Cherly verzamelt in een record tempo 25 kinderen om zich heen die hij vier dagen per week les geeft in piano, keyboard, zang en musical. Hij bereidt leerlingen voor op het conservatorium. Cherly is een jazzfanaat en toneelschrijver. Hij heeft veel fantasie. In het LCC en Aafje speelt hij met de kinderen een sprookjesmix en een verbazingwekkend halloweenstuk. Op het Ambachtsplein hebben de kinderen diverse optredens en regisseert Cherly een jongerenpodium. Op dit moment coacht hij twee zangeressen waarmee hij een CD gaat uitbrengen. 'Als ik zie dat kinderen wat willen bereiken, of ze zeggen dat ze artiest willen worden, dan ga ik ermee door. Ik ken de artiestenwereld, de bands, en de valkuilen.'

(Einde deel 10)

## Wollefoppengroen & Co.

Het ophaalpunt van Rechtstreek is in nieuwe handen. Wijkchef Elly heeft het afhaalpunt overgenomen. En er is een nieuwe afhaaldag. Wellicht goed nieuws voor de mensen die op donderdag niet konden, want de nieuwe ophaaldag is WOENSDAG.

Bestellen kan tot maandagochtend 10.30 uur. Je kunt dan jouw bestelling op woensdagmiddag komen afhalen tussen 16.00 en 18.30 uur. Ook belangrijk: ik probeer zo min mogelijk verpakkingen te gebruiken; dus neem je eigen tassen, koeltas en zakjes mee.

Je kunt betalen met pin op het afhaalpunt.

Wil je meedoen en ook genieten van verse, lekkere producten van boeren en makers uit de buurt? Schrijf je dan in via 'Gratis aanmelden nieuwsbrief'. Je ontvangt dan wekelijks het nieuwe, seizoensgebonden assortiment in je mailbox. Als je nog vragen hebt, mag je altijd even whatsappen of langskomen.

Groet,

Jacqueline en Frenk  
Wollefoppengroen & co  
Tel. 06 - 3943 6150



Inloophuis De Regenboog | Ben Websterstraat 1 | elke maandag van 10.00 - 13.00 uur

Tijdens de inloop op de maandagochtend is er alle ruimte voor ontmoeting, gewoon met elkaar (bij) praten, meedoen met een themagesprek of een DOE-activiteit. Het is elke week weer een andere ervaring. Om 12.00 uur lunchen we samen (vrijwillige bijdrage) en praten we nog na over de ervaringen. De bijeenkomsten voor senioren worden onder de vlag van PCOB Afdeling Prins Alexander georganiseerd, in samenwerking met Samen010, de Ontmoetingskerk en Inloophuis De Regenboog.

Voor meer informatie: Sherita Thakoerd, 06 34 49 15 82 of Jouke Bosma, 06 47 09 76 35.

### Corona zelftesten

Gratis Corona zelftesten zolang de voorraad strekt. Neem eerst contact op met Sherita Thakoerd.



### Februari

ma 14 februari - culturele ochtend  
ma 21 februari - een goed gesprek  
ma 28 februari - **themabijeenkomst over gebruik website slavenregisters bij stamboomonderzoek**

### Maart

ma 7 maart - **inloop met aandacht voor vrouwendag**  
ma 14 maart - culturele ochtend  
ma 21 maart - een goed gesprek  
ma 28 maart - **themabijeenkomst over budgetteren** met Samen010/

Voor wijkbewoners met een smalle beurs krijgen wij van de Stichting Armoedefonds Corona zelftesten, maandverband, wegwerp mondkapjes enz. Neem contact op met Sherita Thakoerd, telefoon 06 34 49 15 82.

### Menstruatie-armoede

Vrouwen die niet voldoende geld hebben om zelf maandverband of tampons te kopen, kunnen gebruik maken van een uitgiftepunt voor gratis menstruatieproducten. Inloophuis De Regenboog is zo een menstruatieproducten-uitgiftepunt, een MUP. Maak er gebruik van ... wel even bellen met Sherita, 06 34 49 15 82.

### Mondkapjes type II R

Het ministerie stelt via de Stichting Armoedefonds gratis wegwerp mondkapje beschikbaar. Deze zijn op moment van uitkomen van deze wijkkrant nog niet ontvangen. Maar u kunt alvast bellen en u opgeven als u er belangstelling voor heeft. Zodra de bestelling is ontvangen, krijgt u bericht en kunt u deze afhalen in het Inloophuis de Regenboog (in de Ontmoetingskerk Zevenkamp).

Telefoon 06 34 49 15 82, Sherita Thakoerd



## Welkom bij Inloop Zevenkamp

Beste mensen,

Het nieuwe jaar is weer van start gegaan en er staat weer een aantal nieuwe activiteiten op de planning bij Inloop Zevenkamp.

Op woensdag 23 februari van 14:00 uur t/m 15:00 uur gaan we beginnen met Lach Yoga. Lachen is super gezond en ontspannend voor je lijf en geeft een diepe rust. Een cadeau voor je lijf om te herstellen van alle stress en je bouwt enorm veel energie op om met plezier van je leven te genieten en uit je hoofd te komen en in je lijf te komen, een boost voor je weerstand!

Wil je erbij zijn? Geef je dan snel op!

De Lach yoga wordt gegeven door Louis van der Valk.

Het deelnemen aan de activiteiten is tegen een kleine vergoeding of gratis. Kijk vooral op onze facebookpagina: "inloop Zevenkamp" voor informatie en geplande activiteiten.

### Wat is er te doen op Inloop Zevenkamp?

#### Ieder werkdag van 9.30 uur t/m 16 uur inloop

Van maandag tot vrijdag zijn wij open van 9:30 tot 16:00 uur, u kunt altijd binnen lopen voor een gratis vers kopje koffie of thee.

#### Dinsdag:

Wandelclub. Wandelen door het mooie groen in Zevenkamp en aansluitend een lunch gratis.

In de middag zijn er crea activiteiten, op het moment is er een groepje sokken aan het breien. € 2,- per keer.

#### Woensdag:

In de ochtend is er een breiclubje waar we lapjes breien en haken om een deken van te maken voor het goede doel.

1e woensdagmiddag van de maand sjoelen, gratis.



3e woensdagmiddag van de maand spelletjes middag, gratis.

4e woensdagmiddag Lach Yoga, kosten € 2,-

#### Donderdag:

Ochtend: teken- en schilderles, kosten € 2,-

Middag: yoga en een bakworkshop, kosten € 2,- per activiteit.

Er gaat in het nieuwe jaar ook een nieuwe mindfulnesscursus beginnen.

#### Vrijdag:

Tablet-/laptops op afspraak, gratis.

Krachtgroep samen praten over wat je bezig houdt, gratis.

Elke laatste vrijdag van de maand is er een filmmiddag, kosten € 0,50

#### Neem ook eens een kijkje in de meeneemhoek!

Hier kunt u op de dinsdag en donderdag van 10 uur tot 14 uur gratis kleine spulletjes, zoals kleding, boeken, servies, speelgoed etc. komen halen of brengen.

**Adres:** Carry van Bruggensingel 47

Mail/Tel: mireille.leurs@pameijer.nl 06-40358486/

marijke.van.wijk@pameijer.nl 06-30451053

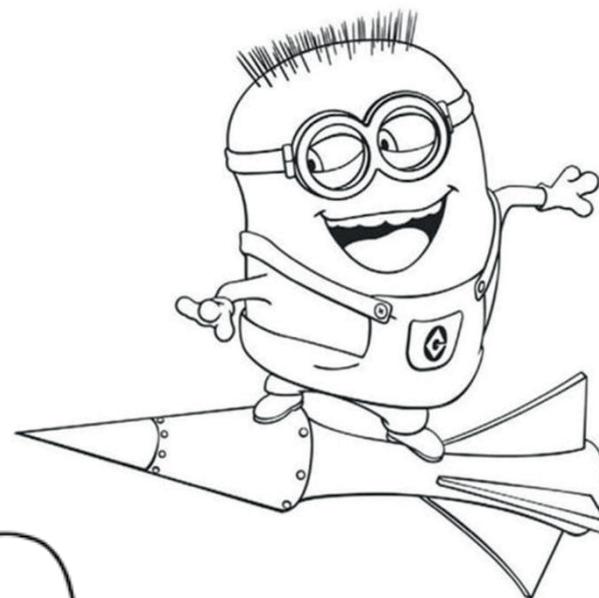
088-2714201

Facebook: inloop Zevenkamp

stap  
verder  
pameijer

stap  
verder  
pameijer

stap  
verder  
pameijer



KLEUREN  
VOOR  
KINDEREN



