

ZevenKrant

uitgave van Bewonersorganisatie Zevenkamp BOZ

Nummer 1

31e Jaargang

Februari / Maart

www.bo7kamp.nl

Babeltrucs

Ouderen vaak slachtoffer

Pagina 2



Nieuwe visie

OBS De Waterlelie

Pagina 5



Ambachtsplein

Betaald parkeren?

Pagina 9



Hoe verder met het Ambachtsplein?

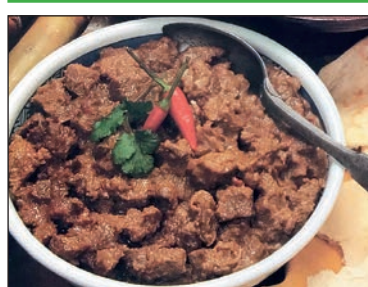
Winkelcentrum Ambachtsplein hoog op de agenda van Wijkraad Zevenkamp

Op 21 februari 2023 wordt tijdens de vergadering van de Wijkraad gesproken over met name de leegstand, de komst van Albert Heijn en de verdere ontwikkeling van het gebied.

De Wijkraad doet een oproep aan alle bewoners van Zevenkamp om vooral de vergadering bij te wonen. Men kan zich laten informeren, maar ook vragen stellen aan wijkraadsleden en deskundigen. (Zie verder pag. 3)



Al lange tijd veel leegstand



Recept

Rendang sapi

Een pittig rundvleesgerecht uit Padang, West Sumatra.

Pagina 4



Cursus plat Rotterdams

In een uitverkocht huis gaf cabaretier Roel Pot een cursus plat Rotterdams. Voor taalliefhebbers met humor een groot succes.

Pagina 6

Wijkambassadeur

Hef Wonen (voorheen Vestia) heeft voor Zevenkamp een wijkambassadeur aangesteld. Belangrijkste taak is klachten signaleren en contacten leggen tussen huurders en corporatie.

HEF
WONEN

Pagina 5

Eenzaamheid

'Alleen is maar alleen ..'

Iedereen kent wel momenten van eenzaamheid. Maar het kan ook zijn, dat de eenzaamheid een echt probleem wordt.

Bij de Inloop van Pameijer Zevenkamp wordt in de maanden februari en maart aandacht besteed aan het thema eenzaamheid.

Pagina 11

KORTE INFO

Stuur je kopij voortaan naar: stichtingboz@outlook.com

Actueel BOZ nieuws? www.bo7kamp.nl

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 1,5 tot 4 jaar.

We zullen het hebben over hoe je je peuter (1,5 tot 4 jaar) kunt helpen als hij boos, verdrietig of blij is. Hoe je je peuter kunt laten luisteren en hoe je kunt helpen om nieuwe dingen te leren.

Aanmelden:

Facebook Actie | Twinkeltje Opvoedondersteuning Rotterdam (vstwinkeltje.nl)

Peuter in Zicht, 16 februari startdatum.

9:00 - 11:00 uur

Gro Up Aquamarijn, Verlengde Nieuwstraat 15, Rotterdam



Hulp nodig?

Bij de Inloop BOZ kunt u terecht voor

- Moeite met schrijven van brieven
- Opstellen Curriculum Vitae (CV)
- Huursubsidie
- Zorgtoeslag
- Overleg met uw huisbaas
- Hulp nodig met lezen
- Formulieren invullen
- Buurtbemiddeling
- Wijk-initiatieven
- Vergunningen
- Regelingen
- Subsidies
- Bewoners-initiatieven
- Kopietje maken
- Vrijwilliger nodig of worden
- Samenwerkingsverbanden
- Kopje koffie of thee
- Of zomaar voor een praatje ...

Inloop BOZ

**Carry van Bruggensingel 47
3069 WD Rotterdam
(achter Dirk van de Broek)
Vrijdag van 10.00 - 13.00 uur
stichtingboz@outlook.com
Telefoon: 06-37563093**



Bewoners Organisatie Zevenkamp

Van uw wijkagenten ...

U heeft lekkage!

Een monteur die, zonder dat u zelf gebeld heeft, komt om een lekkage te verhelpen is een kenmerkend voorbeeld van een zogenaamde babbeltruc. Via een babbeltruc geven oplichters zich uit voor nieuwe burens, thuiszorgmedewerkers, loodgieter, elektricien of een 'toevallige' passant welke aangeeft dat er bij u ingebroken is en wel even wil kijken of uw woning inmiddels veilig is. Eenmaal binnen wordt het slachtoffer afgeleid en ongemerkt bestolen. De diefstal van tas, sieraden of portemonnee wordt vaak pas achteraf gemerkt.



Ondanks dat de samenstelling van de dadergroepen vaak wisselt, lijkt één ding overduidelijk: de hoge leeftijd van de slachtoffers. Uit de registraties binnen district Rotterdam Rijnmond – Oost blijkt dat de gemiddelde leeftijd van de slachtoffers circa 80 jaar is. De dadergroepen die zich bezig houden met babbeltrucs lijken bewust gebruik te maken van de gebrekkige weerbaarheid van de slachtoffers.

Zo blijkt het sociale isolement en de zorgbehoefte van ouderen een risicofactor om slachtoffer te worden. Het onverwachte bezoek en de aandacht die men krijgt, wordt niet direct als een bedreiging ervaren. Dit effect wordt versterkt als de dader het slachtoffer aanspreekt om legitieme reden. Daarnaast zijn ouderen vaak gewend om onbekend bezoek te ontvangen in het kader van de (medische) verzorging. Hierdoor is het voor ouderen moeilijk om hier doorheen te prikken. Toch is de boodschap om de deur niet te openen voor onverwacht bezoek en onbekenden.

Ook de wijkagenten Vincent van Wijngaarden, Danny Koster en Rudi van de Greijn van de wijk Zevenkamp benadrukken om de deur niet voor onbekenden te openen. Vraag gerust om een legitimatiebewijs of maak een afspraak om op een later tijdstip terug te komen, wanneer bijvoorbeeld een familielid aanwezig is. Veiligheid staat volgens de wijkagenten nog altijd boven beleefdheid!

Twijfel niet, bel 112 als u het niet vertrouwt!

Hieronder nog een aantal tips ter voorkoming van babbeltrucs:

- Kijk voor u opendoet wie er bij u aanbelt. Is het een onbekende? Vraag na wie het is en wat zijn bedoelingen zijn. Vertrouwt u het niet? Bel dan het alarmnummer 112.
- Zorg voor een deurketting of kierstandhouder of een ander hulpmiddel waarmee u uw deur op een kiertje kunt zetten.
- Zorg dat u niet (te) veel contant geld in huis heeft. En stel een laag dagelijks opneemlimiet in voor uw pinpas.
- Vaak komen mensen aan de deur om geld vragen, bijvoorbeeld collectes. Zorg ervoor dat u voor dit doel wat geld in de gang heeft liggen, zodat u niet naar binnen hoeft om uw portemonnee te halen.
- Laat u niet door andere mensen afleiden tijdens het pinnen en scherm uw pincode altijd af.
- Geef nooit uw pinpas, pincode of andere persoonlijke gegevens af.
- Bewaar uw pinpas en pincode altijd apart.
- Bewaar waardevolle spullen uit het zicht.

Omgaan met Pubers

18 mei ONLINE CURSUS

Ouders uit Rotterdam opgelet! Heb je een leuke puber van 10 tot 18 jaar in huis, maar heb je soms ook het idee dat jullie een andere taal spreken? Krijg je moeilijk contact met hem of haar en is de mobiele telefoon niet weg te slaan?

Dan is deze **GRATIS ONLINE** cursus perfect voor jou!

Als ouder wil je graag dat je puber luistert, maar luister jij al naar jouw puber? We oefenen met goed luisteren. Als je goed luistert kan het zomaar dat jouw puber meer gaat vertellen!

Bij deze cursus wordt op een positieve manier in gegaan op de lastige momenten waar ouders van een puber mee te maken kunnen krijgen. Meld je nu aan!

Aanmelden:

Omgaan met Pubers | Twinkeltje Opvoedondersteuning Rotterdam (vstwinkeltje.nl)
20:00 - 22:00 uur



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 of bel voor meer informatie naar: 06-37563093

Wilt u iets leuks doen voor uw wijk?

De bewonersorganisatie Zevenkamp BOZ zoekt dringend vrijwilligers

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

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

Wijkraad Zevenkamp

Afscheid Rashida Vlijter

Dinsdagavond 6 december 2022 heeft de Wijkraad Zevenkamp tijdens hun reguliere vergadering afscheid genomen van wijkraads-lid Rashida Vlijter. Er is nog geen opvolger beëdigd. Hierdoor is de zevenkoppige wijkraad niet meer voltallig. Eerste opvolger zou kunnen zijn: Dieudonnee Penning van Groen Links, nummer 9 op de uitslagenlijst.



In september vond ook al het afscheid plaats van wijkraads-lid Mannon van Dijk. Toen werd al aan het begin van die wijkraadsvergadering op 13 september Rashida Vlijter beëdigd als haar opvolger.

In de periode 2018-2022 waren er in wijkcomité Zevenkamp ook vaak problemen met de personele bezetting. De loting bij de notaris van 50 namen van Zevenkampers bleek tot tweemaal toe niet voldoende kandidaten op te leveren om zitting te nemen in het wijkcomité van vijf leden. Pas na de derde loting bleef het wijkcomité op sterkte.

De openbare vergaderingen in 2023 van de Wijkraad Zevenkamp zijn op de dinsdagen:
21 februari - 21 maart - 18 april - 30 mei - 27 juni - 12 september - 10 oktober - 14 november - 12 december.

De vergaderingen vinden plaats van 20.00 - 22.00 uur, in het Huis van de Wijk, Ambachtsplein 141. (Indien die locatie niet beschikbaar is, in de Vijf Havens, Zevenkampse Ring 40.)
Voor inspreken tijdens een vergadering kunt u zich tot 12:00 uur op de vergaderdag aanmelden per e-mail op: gebiedprinsalexander@rotterdam.nl

Komt allen in groten getale!

Het Ambachtsplein wordt tijdens de vergadering van de wijkraad besproken. Kom en laat u informeren en stel uw vragen!

Niemand is gebaat bij het feit dat Winkelcentrum Ambachtsplein niet functioneert als een volledig winkelcentrum. De leegstand van panden loopt op en de komst van nieuwe winkels blijft achter. De wijkraad heeft de verbetering van deze situatie hoog op haar agenda staan. Tijdens de participatie, gehouden door de wijkraad, is ook gebleken dat elke wijkbewoner graag een florierend wijkcentrum heeft. Afgelopen bestuursperiode heeft het wijkcomité diverse keren met de verantwoordelijke wethouder gesproken en haar bijdrage geleverd middels deelname aan het klankbordgroep, maar dit heeft niet mogen baten. Ook nu heeft de wijkraad met een wethouder gesproken, zonder resultaat. Dit leidt tot veel frustratie. Mede daarom heeft de wijkraad Stadsontwikkeling uitgenodigd op de eerstvolgende vergadering, om uitleg te komen geven over het winkelcentrum: hoe zit het met komst van de Albert Heijn, waarom duurt het allemaal zo lang en waar wringt het? Ook wil de wijkraad weten wanneer de verbouwing van start zal gaan. Stadsontwikkeling is de cluster binnen de gemeente die verantwoordelijk is voor de verbouwing en de komst van Albert Heijn. Tevens zal de nieuwe projectmanager die op deze klus is gezet, dhr. Frans Bello, aanwezig zijn en zich voorstellen en zijn rol toelichten. De wijkraad hoopt met deze actie een stapje te zetten in het tot nu toe moeizame proces.

U bent allen van harte uitgenodigd op dinsdag 21 februari 2023 om 20.00 uur voor de formele vergadering van de wijkraad in het Huis van de Wijk, met als belangrijkste agendapunt Winkelcentrum Ambachtsplein.

Komt allen in groten getale!

Namens Wijkraad Zevenkamp,
Soeshma Pandohi-Mishre



60 Jaar getrouwd

Om het nieuwe jaar goed te beginnen: op 2 januari heeft een tweekoppige vertegenwoordiging van de Wijkraad het echtpaar Splinter in de bloemetjes gezet.

In 1963 hebben ze elkander trouw beloofd en dat hebben ze tot op de dag van vandaag volgehouden. Wij begrepen dat ze nog geen genoeg van elkaar hebben. Al 23 jaar in Zevenkamp...



Het winkelcentrum kampt al langer met leegstand

Recept

Rendang sapi
(voor 4 personen)

Een pittig rundvleesgerecht uit Padang, West Sumatra. In Indonesië zijn boemboes (kruidenmengsels) vers te koop op de pasar. Geïmporteerd product is hier te koop voor minder dan één euro in de toko, bijvoorbeeld Amazing Oriental bij Alexandrium 1.

Let op! Dit recept wijkt af van de gebruiksaanwijzing op de verpakking!

Benodigdheden:

- 300-400 gram rundvlees in blokjes gesneden,
- halve liter water,
- een pakje bumbu/boemboe rendang,
- 200 ml (= half blik) kokosmelk.

Bereiding:

- Breng vlees en water aan de kook, sluit de pan en temper de warmte.
- Laat het vlees 60-90 minuten zachtjes garen in de bouillon.
- Roer dan de boemboe en de kokosmelk door de bouillon, breng opnieuw aan de kook en laat het vocht in open pan en regelmatig roerend zover indikken dat de saus om de stukjes vlees plakt.



Lekker bij rijst met komkommersalade maar ook met friet als 'Patatje rendang'.

Nieuwjaarsborrel
Kooikerweg
op 07-01-2023

Voorafgaande aan de nieuwjaarsborrel, heb ik een week voor kerst, een kerstboom gekocht en deze beneden in de hal geplaatst met de nodige verlichting. Daarbij een flyer gemaakt met de tekst dat de bewoners deze boom zelf mogen aankleden met ballen, slingers en dergelijke, om zo het kerstgevoel te versterken. Het was leuk dat daar volop gevolg aan is gegeven.

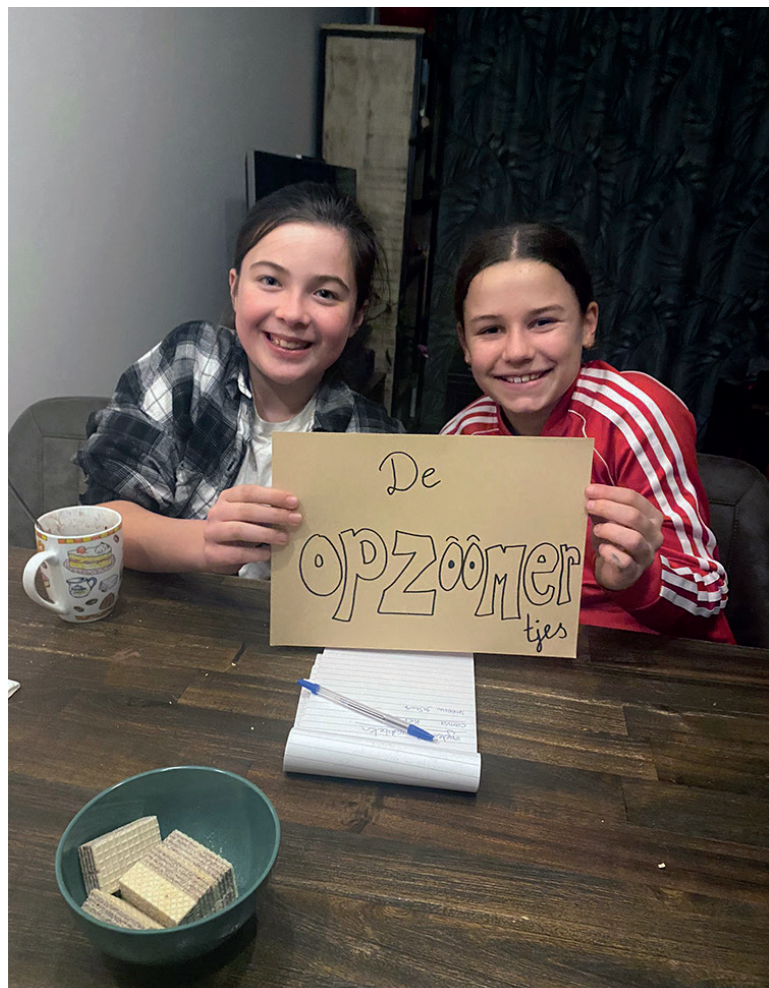
Op zaterdagmiddag 7 januari ben ik met de vrijwilligers opgestart met de tafels, stoelen, koelkast en alle verdere benodigdheden beneden in de centrale hal te plaatsen. Rond 15.00 uur startten we op met diverse maaltijden, licht alcoholische drankjes, koffie en thee.

In het voorwoord heb ik het gehad over burendiensten en dat we wat meer op elkaar moeten letten. Wij hielden ook een minuut stilte uit respect voor de bewoners die in 2022 waren overleden. Je kon een speld horen vallen....en dat maakte na afloop best wel indruk op de bewoners. Vervolgens is er voor circa 40 personen geserveerd: Jenny met haar Surinaamse rijst met bruine bonen en kip, Jane met haar salade en pastetjes, Olly was weer onze tosti-chef. Zelf serveerde ik de koffie, thee plus de glühwein. Verder waren er nog genoeg andere versnaperingen. Rond 19.00 uur sloten we af. Alles werd weer opgeruimd en de vloer schoon achter gelaten. Al het eten en drinken is schoon op gegaan. Weer een super en leuke geslaagde dag voor alle bewoners en voor de organisatie. Met dank aan Opzoomeren voor het geld en al diegene die hebben meegewerkt aan deze activiteit. Verder gaf Jane nog uitleg over haar functie als wijkambassadeur.

Len Moerman

**De "Opzoomertjes"**

Hallo lieve mensen van de krant, wij zijn 'de opzoomertjes'. Wij hebben een leuke kerstactiviteit opgezet, namelijk kerstkaarten versieren voor de buurt. Het was een groot succes! Wij hebben er ook sokken bij uitgedeeld, want wij hebben 100 paar sokken gekregen. Sommige mensen waren sprakeloos! De kinderen die de kerstkaarten hebben versierd hebben heel erg hun best gedaan met de dingen die in het pakketje zaten, en daarom hebben ze een beloning gekregen namelijk een zakje met lekkers erin. Wij hebben zelf natuurlijk ook meegedaan aan onze zelfgemaakte activiteit! Groetjes 'de opzoomertjes'.



Een nieuwe visie voor obs De Waterlelie

In de nieuwe visie leggen wij uit wat wij belangrijk vinden in het onderwijs aan onze kinderen voor nu en in de toekomst.

Ieder kind is uniek en heeft zijn eigen talenten en mogelijkheden. Op de basisschool beginnen de kinderen aan hun ontdekkingsreis. Ons doel van deze reis is dat de kinderen gelukkig en 'succesvol' zijn in het leven. Dat doen

we samen: kind, ouder én leerkracht. Met ons onderwijs zorgen we ervoor dat de kinderen genieten van het leren en zichzelf verder blijven ontwikkelen.

Met passie voor ons onderwijs bieden wij een uitdagende en moderne leeromgeving, waar de kinderen zich met elkaar én zelfstandig ontwikkelen.

Onze ambitie is groot en daarom stellen we hoge doelen aan onszelf en de kinderen. Wij helpen de kinderen in het zetten van hun volgende leerstap, met een gezonde dosis vertrouwen in zichzelf en de wereld. Als je met plezier leert, bereik je meer resultaat.

We richten ons niet alleen op leren, maar ook op creativiteit en sport.

Een open leeromgeving: dat is De Waterlelie! Samen met onze leerlingen en ouders bouwen we aan de toekomst van ieder kind. Dat doen we in een sfeer van veiligheid en wederzijds vertrouwen. Met elkaar en voor elkaar vormen wij een mini-maatschappij waarin kinderen zich ontwikkelen tot zelfstandige, kritische burgers. We staan open en leren dat iedereen op zijn eigen manier van waarde is voor de omgeving waarin zij leven.

Onze missie is geslaagd als leerlingen terugkijken op een



fijne schooltijd, waarin ze vertrouwen hebben gekregen in hun eigen kunnen. Maar ook dat ze een positief zelfbeeld en een kritische nieuwsgierigheid hebben ontwikkeld. Volgens ons dé basis om naar het voortgezet onderwijs door te stromen en hun verdere ontdekkingsreis kleur te geven.

Obs De Waterlelie:
"Zet jouw talent in bloei."



Wijkambassadeur HEF Wonen

Mijn naam is Jane Verhoeven en ik woon sinds kort in deze wijk en ben sinds september jl. wijkambassadeur voor de toen nog woningcorporatie Vestia en ik wil daarom graag het e.e.a. toelichten.

Ik heb vorig jaar via Huurdersraad Vestia diverse cursussen gevolgd, waaronder ook de cursus voor wijkambassadeur, met als doel de kennis te hebben om contacten tussen bewoners (huurders) en de corporatie, beter op elkaar te kunnen afstemmen, want klachten hoorde ik over en weer. Door de klachten die ik zo hoorde wilde ik meer betekenen voor de bewoners maar vooral meer verbinding brengen tussen de bewoners en Huurdersraad Vestia.

Taak

Mijn taak als wijkambassadeur is klachten signaleren, oren en ogen openhouden, huurders de weg wijzen waar zij terecht kunnen indien er problemen zijn, zo ook klachten die niet worden gehoord bij de corporatie deze kenbaar te maken bij de huurdersraad. Het gaat hierbij niet om klachten over bu-

renruzie of een lekkende kraan maar om klachten die al lange tijd niet opgelost worden. Samenwerken met de wijkbeheerder en wijkagent is ook van belang. Uiteraard kun je als wijkambassadeur niet alle problemen oplossen, maar waar mogelijk zal ik zeker mijn steentje bijdragen. Het ambassadeurschap is nog in opbouwfase dus heeft nog wel enige tijd nodig om het op de juiste manier van de grond te krijgen. Zodra dit alles rond is zal ik natuurlijk de bewoners hierover inlichten.

Huurdersraad

Zoals bekend, is Woningcorporatie Vestia per 1 januari jl. gesplitst in 3 corporaties (Rotterdam valt nu onder Hef Wonen) waardoor er ook 3 nieuwe huurdersraden ontstaan zijn. Hierdoor is ook een nieuwe huurdersraad Rotterdam ontstaan. Een huurdersraad is een zelfstandig orgaan, een belangenbehartiger met (deels) vrijwilligers voor de huurders.

Wat doet een huurdersraad zoal?

Bijvoorbeeld gesprekken voeren, vragen stellen en meebeslissen met de ge-

meente en corporatie over alles wat van belang is voor de huurders, kortom in alle aspecten staan zij voor de huurder. De huurdersraden verbinden partijen namelijk: verhuurder, gemeente en huurders.

Binnen deze huurdersraden zijn ook werkgroepen zoals coaches (ook allemaal vrijwilligers). Deze werkgroepen helpen en geven feedback aan de huurdersraden bij alle onderwerpen die de huurders aangaat, denk aan bijvoorbeeld een energiecoach, niet onbelangrijk in deze periode, werkgroep voor servicekosten, eveneens niet onbelangrijk. Het bestuur vertegenwoordigt alle Hef Wonen huurders, dus achter de schermen is een grote groep mensen die veel mogelijk maakt voor de huurders.



HUURDERSRAAD
HEF WONEN

Crowdfunding voor RotjeKoor

RotjeKoor is het meest gerse korenfestival van Rotterdam. In 2019 en 2022 stonden er onder deze noemer op een zaterdag in juni meer dan 100 koren in Rotterdam-centrum. Van pop tot rock, musical, gospel, religieus, klassiek en shanty. Het publiek wordt op vele hoeken verrast door zang: in de Koopgoot, op de Lijnbaan, het Stadhuisplein of de WTC-trappen. Duizenden enthousiaste zangers van jong naar oudere jongeren, van diverse culturen en van een a capella vocalgroep tot een door een combo begeleid koor van 80 zangers. Dat is RotjeKoor!

Georganiseerd door vrijwilligers

Het grote festival wordt georganiseerd door een groep zanglustige vrijwilligers. De initiatiefneemster Ingrid Ravenstein en 2 anderen wonen in Zevenkamp. Ingrid: "De eerste twee edities van RotjeKoor waren geweldig. Dat willen we in 2023 weer. We weten alleen niet of het dit jaar weer zo groot kan als de eerste twee keren." Barbera van Rossum vult aan: "De kosten van podia en techniek zijn na corona enorm gestegen, Subsidies en sponsors zijn ook steeds moeilijker te vinden. We moeten dus creatief zijn en op andere manieren aan geld komen".

Crowdfunding voor een podium op het Schouwburgplein

RotjeKoor is daarom eind januari gestart met crowdfunding. Ingrid: "Via het platform 'Voordekunst', hopen wij via donateurs aan €5.000 te komen. Dan is in elk geval één groot buitenpodium met alle toeters en bellen veilig gesteld. Met de bijdragen van de deelnemende koren en diverse fondsen kan er dan hopelijk weer een volwaardig RotjeKoor plaatsvinden op 10 juni."

Geef ook via www.voordekunst.nl

Wat moeten Zevenkampers doen als ze ook willen geven? Barbera: Ga naar de website www.voordekunst.nl. Zoek op RotjeKoor en je vindt onze campagne. Daarna wijst alles zich vanzelf, doneren is heel eenvoudig. En je krijgt er zelfs iets voor terug! We hebben leuke tegenprestaties bedacht. Ingrid: "We moeten minimaal 80% van de beoogde €5.000 binnenhalen. Lukt dat niet, dan krijgt elke donateur zijn geld teruggestort. Wie steunt ons?"

www.rotjekoor.nl
RotjeKoor-facebookpagina!



Sociale Alliantie: een strijdbaar 2023

De Sociale Alliantie Rotterdam hield haar nieuwjaarsbijeenkomst in de Schotse Kerk in het Centrum. Geen nieuwjaar zonder een inhoudelijk programma. Er werd een panel gevormd van politici en vakbond met Caroline Dijk, journaliste en filmmaker als gespreksleider. Hun bevindingen zijn ook belangrijk voor Zevenkamp. Enes Yiğit wethouder armoedebestrijding, schuldhulpverlening en taal gaf een uiteenzetting over de gemeentelijke initiatieven met betrekking tot armoede. Hij wees op de negentig scholen die dagelijks zorgen voor een ontbijt voor de kinderen.

60% van de kinderen op die scholen komt zonder ontbijt naar de les. De gemeente zorgde ook voor een witgoedfonds en een kledingbank. Een energie cluster is opgericht om woningen te isoleren. Voor de voedselbanken is €500.000 uitgetrokken. Terwijl 4,5 miljoen is uitgetrokken voor het totaal pakket,

vindt de wethouder dat het gewoon pleisters plakken is. Er dient iets structureel te veranderen, het systeem moet op de schop. Het kan niet dat zelfs werkende mensen hun hand moeten ophouden, vaak heerst er schaamte. In het voorjaar komt er een brede aanpak en wordt er een koppeling gemaakt met werk en gezondheid. Warm Rotterdam gaf hiervan een voorzet op de afgelopen wijkraadsvergadering. Het inkomen moet omhoog, maar dat is een rijksopgave.

Handen in elkaar

PVDA politicus en voormalig wethouder Barbara Kathmann vertelt dat er een linkse coalitie in de maak is. Men wil de handen ineen slaan om weer de menselijke maat te krijgen. 20 tot 30 % van de bevolking ervaart de kosten crisis. Dat is ook in Zevenkamp te merken. De lonen moeten omhoog en de kosten omlaag. Barbara zit in de commissie

Sociale Zaken en Werkgelegenheid als Tweede Kamerlid. Alle goede voorstellen botsen op de gebrekkige uitvoering. Kathmann komt met tien oplossingen, vijf op de korte en vijf op de langere termijn. De vraag moet zijn: wat levert dit op aan levensgeluk?

Vakbond aan het woord

Kitty Jong, vicevoorzitter van de FNV, is buitengewoon kritisch op het document Participatiewet in Balans van minister Carola Schouten. Ze geeft alleen aanbevelingen aan de gemeenten, geen richtlijnen. Je weet dan al van te voren hoe bepaalde gemeenten reageren. Het gaat om behoud van giften, mogelijkheid tot bijverdiene, minder sancties. Ze citeert Marga Klompé: 'Het gaat niet alleen over overleven maar ook om een bloemetje op tafel.' Voor de VVD zijn mensen met een uitkering of laag salaris niets anders dan losers. Het minimumloon moet naar € 14,00 per uur. De kostendeling moet afgeschaft worden. De uitkeringen dienen individueel te zijn. Mensen met schulden worden doorgaans pas na vijf jaar geholpen, we moeten meteen acteren. Kitty roept de wethouders op om samen met de FNV naar het Malieveld te gaan, genoeg is genoeg. Het is tijd voor burgerlijke ongehoorzaamheid. De huidige regering zijn betere middenklasse mensen die het goed hebben en geen oog hebben voor de onderkant. Vanuit de zaal komt de vraag richting panel: wat doen jullie concreet?



Concrete maatregelen

Wethouder Yiğit wijst op de negenendertig huizen van de wijk en de wijkteams die in de haarvaten van de wijk zitten. Daarmee werkt de gemeente. Maar het is niet genoeg. De gemeentes worden uitgeknepen. In Zevenkamp levert naast Buurtwerk (Huis van de Wijk) ook de laagdrempelige Inloop Bewonersorganisatie Zevenkamp (BOZ) haar bijdrage richting armoedebestrijding. De vakbond zette in op de energietoelag, de omschakeling van arbeiders uit de fossiele sector, de verhoging van het minimumloon. De meeste mensen in de armoede werken. Het zijn de vuilnismanen en postbezorgers. De FNV zet in op stakingen en legt diverse steden plat. We moeten naar een

ander systeem. Volgens Kathmann dienen stappen te worden gezet: kinderopvang betaalbaar, minimum loon omhoog, energieplatform en taallessen. We moeten de krachten bundelen daarom zijn de provinciale verkiezingen ook belangrijk. Zij kiezen de Eerste Kamer. Politiek doet ertoe. Er werd aan het eind van de middag stevig genetwerkt, we moeten elkaar blijven vinden. Het is tijd om alle zeilen bij te zetten.

Inloop BOZ

Carry van Bruggensingel 47
3069 WD Rotterdam
(achter Dirk van de Broek)
Vrijdag van 10.00 - 13.00 uur



Aan tafel vlnr: Barbara Kathmann, Kitty Jong, Caroline Dijk en Enes Yiğit

CAPOEIRA lessen

Capoeira Angola is een Afro-Braziliaans dans-vecht-spel voor iedereen. Een combinatie van muziek, dans, verdediging en speelsheid. Het daagt je fysiek uit, geeft je energie en zelfvertrouwen, en zorgt voor verbinding.

Zin in bewegen, acrobatiek en muziek? Kom naar de capoeiralessen in Rotterdam!

Wanneer?

Elke woensdagavond van 19 tot 22 uur

Waar?

Drumschool Hands & Feet
Nieuwemeer 101
Rotterdam

Contact

Riedewald
06 21243671
010 2234496

capoeira-angola.nl

gcaholanda

grupodecapoeiraangolaholanda



Capoeira Angola is de naam voor het dans-vechtspel dat de tot slaaf gemaakte Afrikanen in Brazilië hebben ontwikkeld.

De verschillende elementen van het spel zijn meegekomen met de Afrikanen, als onderdeel van hun cultuur in Afrika.

Tijdens het beoefenen van Capoei-

ra leer je: muziek maken, zingen, het spel van aanval en verdediging en spelenderwijs jouw sluwheid daarbij te gebruiken.

Op het ritme van muziekinstrumenten; de 3 berimbau's, de atabaque, de pandeiro, de reco-reco en de agogo, "spelen" twee deelnemers met elkaar in de Roda, een cirkel

gevormd door zingende en meegenietende toeschouwers.

De kunst is om niet geraakt te worden m.b.v. een goede verdediging en daarvan uit weer verassend aan te vallen op het ritme van de muziek.

Capoeira is show, communicatie, sociaal, plezier en voor iedereen.

Geef jezelf een klanksessie cadeau

Op vrijdagavond 17 februari 2023 is er weer zo'n geweldige klanksessie in huis van de wijk Oosterflank, Kobehof 5.

Met deze klanksessie worden je energiebanen geheald en aangeraakt, zodat je energie weer gaat stromen..

Door alle geluiden van de klankschalen, didgeridoo, ruisbuisen, kliksja's, sjamaantrommel en natuurgeluiden ontstaat er een gevoel van welbehagen, van ontspanning en het wegnemen van vermoeidheid.

Ook krijg je nog een sjamaan - meditatie en nek-rug-massage op deze bijzondere avond.

Het gaat om je eigen beleving en ervaring, die je goed doet.

Tijden: 20.00-22.00 uur.
De Oriënt, Kobehof 5,
Oosterflank.

Aanmelden:
Anna van Leeuwen:
annavl@hetnet.nl
of
06 39017304



Van harte welkom op deze bijzondere avond!

Roel Pot werkt op de lachspieren

Oer Rotterdammer en cabaretier Roel Pot was te gast in het Huis van de Wijk op uitnodiging van de BOZ. Roel gaf een 50 koppig publiek een cursus plat Rotterdams. Veel natte T's en veel O's. 'Ik komt en ik heb gevrotten.' Bijnamen passeerden de revue van rooie Carry tot nachtburgemeester Juul Deelder.

Gebouwen krijgen wonderlijke namen van Potlood tot Paperclip, het Blaakse bos en de Ponskaart, de zogenaamde Ponskaart van Henk Klunder, met 120 meter bedoeld als hoogste woongebouw van Nederland. Jules Deelder dacht er het zijne van: 'Is dat hier een wereldstad of een kantoorboekhandel?' Wat te denken van de Rotterdamse namen voor de Markthal: de Sixtijnse kapel of de Vertrekhal? Wat te denken van Kabouter Buttplug, de Zwaan en de Koopgoot? Een doorsnee Rotterdammer denkt dat de Beurstraverse in Den Haag ligt. Het publiek mocht raden wie van telkens twee BN'ers in Rotterdam was geboren.



Ik heb de cursus plat Rotterdams succesvol bijgewoond

Tering wat goed

Ik heb bij Roel Pot de cursus Plat Rotterdams succesvol bijgewoond en kan me vrijelijk in Rotterdam begeven en me vertaanbaar maken

Krotenkoker, kapoentje, tinteldoosie behoren nu tot mijn vocabular

ECH WEL

www.echwel.nu
www.echwelrotterdams.nl

De zaal deed ook enthousiast mee om ABN gezegdes om te zetten in het Rotterdams. 'Wat zeggie? Azzie val, dan leggie!', kwam natuurlijk ook voorbij. Ook de kinnesine tussen Noord en Zuid (de boerenzij). Op Zuid waren ze aanvankelijk niet zo blij met de Zwaan. De Maas ligt er niet voor niets! Het was een heerlijke middag. Vooral zijn persiflages op de open mond leidde tot vele lachsalvo's.

Van Londen tot Parijs

een leuke komedie

Richard rijdt een scheve schaats. Hij verheugt zich op een gezellig weekendje met Daphne nu zijn vrouw de deur uit is. Plotseling staat zijn vriend Peter op de stoep, die zijn flat en heel zijn leven in beslag neemt. De familie van Peter, die op bezoek komt, moet denken dat Richards flat van Peter is. Het ene misverstand stapelt zich op het andere. Wanneer Richards vrouw terug komt na weken scheiding, is de chaos compleet.

Theater Tatio wist 75 bewoners naar het theaterstuk in het Huis van de Wijk te trekken. Er werd zowat constant hartelijk gelachen en de ene verrassing kwam na de andere. De amateur theaterspelers wisten perfect hun typetjes neer te zetten. Door hun spel bleek het hele gebeuren uit het leven gegrepen.

De Bewonersorganisatie Zevenkamp, die het initiatief nam, zorgde voor een hartelijk onthaal. Tijdens de pauze werd er druk gekeuveld en ook contacten gelegd met een amateur doedelzakvereniging de Saint Andrew Pipe Band. Na de voorstelling kwam een evaluatie via een enquête. De bezoekers willen een foyer met een gezellig drankje in de pauze. Ze willen meer theater, en de zaal in het Huis van de Wijk leent zich hiertoe, maar verdient een opknappbeurt zeker wat de belichting en tribune betreft.



ACTIVITEITEN AGENDA 2023 BEWONERSORGANISATIE ZEVENKAMP

29, 30 APRIL	PASSAR MALAM
MEI	GOUWE OUWE
JULI/AUGUSTUS	ZOMERZATERDAGEN
AUGUSTUS	STRAAT-THEATER
SEPTEMBER	PLEINBIOSCOOP
OKTOBER	VUILE HUICHELAAAR
NOVEMBER	THEATER JONG VAN HART
DECEMBER	SINTERKLAASTHEATER 'TATIO'



Gratis gezondheidscheck voor 55-plussers in Prins Alexander

Benieuwd hoe het met uw gezondheid gesteld is en wat u kunt doen om zo gezond en fit mogelijk te blijven? Laat dan eens de gezondheidscheck doen door Christine van Roekel, de ouderenconsulent bij Gro-up Buurtwerk.



Zij meet uw lengte, gewicht, bloeddruk, hartslag, cholesterol, urine-eiwit en bloedsuiker. De uitkomsten hiervan geven een goed beeld over uw gezondheid. Ook kunt u bespreken hoe het verder met u gaat en of er dingen zijn waar u hulp bij nodig heeft. Wellicht kan dit consult u op weg helpen. Het consult duurt 45 minuten, is gratis en verplicht u tot niets. Het is niet bedoeld voor gezondheidsklachten die al bij uw huisarts of specialist bekend zijn. Als u dat wilt kan de ouderenconsulent, tevens verpleegkundige, wel leefstijladviezen geven of u doorverwijzen naar huisarts, diëtiste of andere deskundige.

Voor het maken van een afspraak bij het Huis van de Wijk in uw buurt kunt u mailen naar christine.vanroekel@gro-up.nl of bellen naar tel: 06-12280873.

Ook kunt u informeren bij de balie van het Huis van de Wijk in uw buurt.



Feel the fever

Elke donderdag kunnen wijkbewoners tussen de 25 en 80 jaar bij "Feel the fever" komen bewegen in een gemengde groep. Onder begeleiding van Randy Fit wordt er samen gesport!

Wanneer?

Iedere donderdag om 13:00 uur inloop.
Sporten start om 13:30 tot 14:30 uur.

Waar?

Huis van de Wijk, Ambachtsplein 141

Voor wie?

Volwassenen/ouderen tussen de 25 en 80 jaar.

Vragen of aanmelden

Bel naar trainer Randy 0619987218 of naar trainer Angerina 0685213041.



gro-up

WIJKKEUKEN

BUURT-BROODJES



Elke woensdagmiddag kunt u genieten van de heerlijk belegde Buurt-Broodjes verzorgd door de Wijkkeuken. Van broodjes kipkerrie tot broodjes gezond met voor de afwisseling af en toe lekkere johnny-cake of pasteitjes.

PRIJS PER BROODJE: TUSSEN €1,75 - €2,50
AFHANKELIJK VAN HET BROODJE

LET OP: Elke week een ander vers broodje! Dus wandel op woensdag gerust bij ons naar binnen en vraag naar het broodje die dag.



Huis van de Wijk Zevenkamp
Ambachtsplein 141

gro-up
buurtwerk

De Meidenclub gaat van start

Vanaf donderdag 19 januari zijn wij gestart met de Meidenclub in het Huis van de Wijk Zevenkamp. Tijdens de Meidenclub gaan we leuke dingen doen met meiden van 9 tot en met 14 jaar. Denk maar aan het maken van nagellak, henna zetten, optutten en nog veel meer leuke dingen. De Meidenclub is elke donderdag (met uitzondering van vakanties). We sluiten de Meidenclub af met een leuke modeshow met alle mama's, papa's, opa's, oma's, kennissen, noem maar op.



Meidenclub Zevenkamp

Kom gezellig langs!

Er is van alles te doen denk aan henna zetten of nagels doen maar ook make uppen en nog veel meer!

Een middag vol gezelligheid en meidenpraat speciaal voor meiden.

Wanneer?

Elke donderdag van 15.00 uur tot 16.30 uur

Waar?

Huis van de Wijk Zevenkamp
Ambachtsplein 141

Voor wie?

Meiden tussen de 9 en 14 jaar

Vragen of aanmelden?
Bel naar 0682046609 of stuur een email naar videshni.ramcharan@gro-up.nl



Shirma Rouse trapt 'Maak mee in je wijk' af met een knaller in Open Hof



Foto's: Eric Fecken

Maak Mee In Je Wijk in Prins Alexander is deze week van start gegaan, en hoe! Maandag was de eerste filmmiddag van Film in de Wijk, die druk bezocht was. Gisteravond zat Open Hof tot de nok toe gevuld met bezoekers aan het concert van Shirma Rouse, die al zingend en swingend een fantastische avond hadden.

De avond werd geopend door het Ommoordse trio LaraLindeFleur, die nog niet eerder voor zo'n volle zaal hadden opgetreden, onder leiding van Willem Blonk. "Het was ontzettend genieten om zo op het podium te staan!" vertellen de zangeressen. Na deze opwarmer betrad Shirma Rouse het podium, waarna het feest losbarstte. Shirma Rouse

nam het publiek mee in een waar gospelspektakel, liet ze genieten van de mooiste liedjes en kreeg het hele publiek al swingend van de stoel. De avond werd afgesloten met een duet tussen Shirma Rouse en het Ommoordse trio, waar ze alle vier zichtbaar van genoten.

"Geweldig dat er eindelijk zoiets



in Prins Alexander georganiseerd is" en "wat hebben we genoten van deze fantastische avond" zijn veel gehoorde reacties uit het publiek. "Het is fantastisch om te zien wat voor gemêleerd publiek hierop af is gekomen en het is zeker een kers op de taart dat de volle zaal zo aan het genieten was!" vertelt Reinier Weers, projectleider.

Film in de Wijk

Afgelopen maandag ging de reeks films van Film in de Wijk van start met Hors Normes in een volle zaal in de Laurens Thuisplusflat. De indrukwekkende film maakte veel los bij de bezoekers en zorgde voor mooie gesprekken onderling. "Het was een heftige, maar mooie film. Ik ben zo blij dat hij hier gedraaid werd! Ik kon er namelijk helaas niet naartoe toen hij in de bioscoop was", vertelde een van de bezoekers. "Het is zo fijn dat er nu cul-

turele activiteiten hier in de buurt zijn. Naar de stad is voor mij namelijk echt te ver", vult haar vriendin aan.

Eric Vloeimans en Egbert Derix

De festiviteiten zijn deze week nog niet voorbij. Vanavond kunnen de inwoners van Prins Alexander genieten van een jazzconcert van een van 's werelds beste trompettisten Eric Vloeimans, die samen met de bijzondere pianist Egbert Derix een spektakel belooft neer te zetten. Beiden zetten ze alle clichés overboord, die aan (jazz)muzikanten kleven. De musici spelen in het nu zonder strak vooropgezet plan, een combinatie van improvisaties en eigen composities.

Nog meer om mee te maken

De komende weken is er nog genoeg om mee te maken, zo draaien er nog verschillende films in de Huizen van de Wijk en staat eind februari Theaterwerkplaats Ouwe Rotten op het podium in Lage Land. Alle activiteiten zijn terug te vinden op de agenda op de website, waar ook activiteiten in Prins Alexander te vinden zijn die niet onder de koepel Maak Mee In Je Wijk vallen.

Organiseer je een evenement in Prins Alexander dat je wil toevoegen aan de agenda op de website? Dat kan! Via de website kun je contact opnemen met de organisatie.



Betaald parkeren rondom Ambachtsplein in Zevenkamp?

In de laatste vergadering van het Wijkcomité, begin maart 2022, werd de tekst van een brief vastgesteld waarin aan de toenmalig wethouder wordt gevraagd het eerdere besluit te heroverwegen over wel/geen extra autoparkeerplaatsen te creëren rondom het Ambachtsplein. In opdracht van die wethouder was een parkeerdrukmeting uitgevoerd in verband met de mogelijke vestiging van een grote AH supermarkt. In de Zevenkrant van

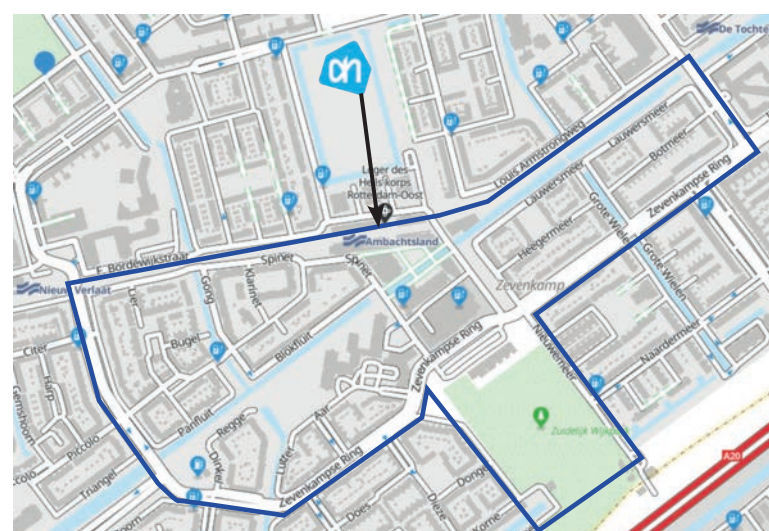
maart 2022 stelden wij de lezers op de hoogte over die parkeerdrukmeting. De nieuw geïnstalleerde wijkraad had maanden later nog geen reactie ontvangen op de brief van het wijkcomité. Uit navraag bleek dat die brief in het ongereede was geraakt en niet was ontvangen op de Coolsingel. Nadat de wijkraad de brief opnieuw had gestuurd heeft wethouder Karremans op 1 december 2022 gereageerd. Hij schrijft: "De meest ef-

fectieve maatregel tegen een hoge parkeerdruk is het invoeren van betaald parkeren. Het college heeft besloten tot de invoering van betaald parkeren binnen de Ring. Zevenkamp valt buiten de Ring, maar wanneer er sprake is van een parkeerdruk hoger dan 80% kan ook buiten de Ring betaald parkeren worden ingevoerd."

Volgens wethouder Karremans kan bijvoorbeeld ook gedacht worden aan andere invullingen van ruimtes zoals groen of een speelplaats. Hierover schrijft hij aan wijkraad Zevenkamp: "Ik sluit niet uit dat extra autoparkeerplaatsen rond-

om het Ambachtsplein in de toekomst worden gerealiseerd in deze bredere afweging." Zou dit de verklaring kun-

nen zijn dat ook het hele Zuidelijk Wijkpark betrokken werd bij de parkeerdrukmeting ruim rondom het Ambachtsplein?



Gebied parkeerdrukmeting

Wollefoppengroen & Co.

Groene Vrienden, Beste Mensen,

We zijn het nieuwe jaar begonnen! We vertellen het nog maar even, want we begrijpen dat niet iedereen zich realiseert dat de Taka Tuka Tuin er is voor iedereen uit Zevenkamp!

Er is, zoals een steeds groter aantal van jullie weten, van alles aan het gebeuren in en rond de Taka Tuka Tuin. Zo hebben we regelmatig een Klaverjasavond op de maandagavond. Iedereen kan aansluiten en zich opgeven. Meer info via de mail of website www.wollefoppengroen.nl.

Natuurlijk hebben we ook allerlei andere activiteiten in 't Groene Stekkie. Zo vertrekt de wandelclub regelmatig vanuit 't Groene Stekkie, zijn er kampvuursessies, wordt er regelmatig gekookt en is er zelfs een Kinderkookcafé. De laatste vrijdag van de maand hebben we altijd Vuur en Soep. Ook worden er Workshops gegeven. En... natuurlijk kan je ook je (al dan niet) Groene vingers in de grond steken in de moestuin of zo meteen weer helpen met snoeien. Rob en Benjamin helpen en begeleiden je met het werk, alle benodigdheden en tips. Oogsten doen we dan samen. Meer info ook op de website, maar je kan je ook inschrijven voor de nieuwsbrief van Wollefoppengroen & co zodat je altijd op de hoogte blijft.

Pim Jongste is met Pensioen!

Helaas hebben we in de eerste week van januari afscheid genomen van Pim Jongste.



Pim heeft zich jarenlang ingezet voor de Taka Tuka Tuin en onze wijk. Als werkbegeleider van Pameijer heeft hij met de wijkbewoners met een zorgvraag, de Taka

Tuka Tuin mede gemaakt tot wat het nu is. Zijn inzet, zijn liefde voor buiten en de tuin en vooral ook zijn aparte humor zullen we missen. Zijn T-shirt 'Ik leer zoveel van mijn fouten, ik maak er gewoon nog een paar' is hier een prachtig voorbeeld van.

Hij was een graag geziene gast in de wijk omdat hij met 'zijn jongens' ook hielp de straten van Zeven-

kamp ruim rondom de Taka Tuka Tuin schoon te houden en al het zwerfvuil op te ruimen. Pim gaat nu genieten van zijn welverdiende Pensioen!

Ook Annemiek is deze week voor het laatst en ook haar willen we hartstikke bedanken.

We wensen Benjamin en de twee nieuwe begeleiders Mouna en Nouchka, en de andere begeleiders Amiro en Arzu veel succes en plezier de komende tijd.

Wethouder op zoek

In de eerste week van januari kwam ook Wethouder Robert Simons (Haven, Economie, Horeca en Bestuur; Wijken en kleine kernen) op bezoek in de tuin met een aantal projecten die, net als wij, meedoen aan het project 'Right to challenge' van de Gemeente.

Het was een erg interessante en inspirerende bijeenkomst en het was leuk om te horen dat iedereen ver-

rast was om zo'n mooie plek te zien tussen al het grijze beton in onze wijk.

De Wethouder prees ons project en vond het een inspirerende plek voor alle Rotterdammers.

Marleen verzorgde een heerlijke lunch met hulp van Eva, Lenny en Leon.

En zo werd er meteen goede reclame gemaakt voor de verschillende overheerlijke kookactiviteiten die wij organiseren.

We kunnen het niet genoeg zeggen, maar kom maar op met je ideeën of kom eens langs!

Tot snel,

Rob en Frenk

Wollefoppengroen & co

Tel. 06 - 3943 6150

<https://www.wollefoppengroen.nl/>



Deelnemers samen met wethouder Simons op de foto voor 't Groene Stekkie

Mardjan Seighali nieuwe directeur-bestuurder Natuurstad

**NATUUR
STAD** Ontdek je buiten

Werken aan een duurzaam, groen en gezond Rotterdam

Op 1 januari 2023 is Mardjan Seighali in functie getreden als directeur-bestuurder van Natuurstad. Zij was voorheen onder meer directeur-bestuurder bij de Stichting Vluchteling-Studenten UAF, de Stichting Erfgoed Nederland en unitmanager bij Reclassering Nederland. Ook bekleedt(-de) zij een aantal functies als toezichthouder en commissaris en is zij voorzitter van het Humanistisch Verbond.



Een groen en gezond Rotterdam - dat is de missie waar Mardjan als directeur-bestuurder van de Stichting Natuurstad Rotterdam aan bijdraagt: door middel van recreatie, educatie en participatie stimuleert Natuurstad duurzaam denken en handelen bij de inwoners van de stad. Op acht bijzondere kinderboerderijen en veertien inspirerende (school-)tuinen ontdekken en leren bezoekers - jong en oud - alles over de natuur en het milieu. Verspreid over de hele stad bereikt Natuurstad jaarlijks bijna een miljoen bezoekers, waaronder 50.000 leerlingen. Bij Natuurstad werken ruim honderd medewerkers en honderd vrijwilligers met een hart voor de natuur.

De komende jaren komt het accent voor Natuurstad nog sterker te liggen op externe oriëntatie en versterken van de positie en zichtbaarheid in de stad. Mardjan zal zich naast de dagelijkse zorg voor de organisatie dan ook vooral richten op een waardevolle verbinding van Natuurstad en haar medewerkers met de bewoners, bedrijven en activiteiten in de Rotterdamse wijken. Mardjan: "Samen met de collega's van Natuurstad wil ik me de komende periode op een verbindende manier inzetten voor de doorontwikkeling van de stichting, zodat we dag in, dag uit een blijvende bijdrage kunnen leveren aan een duurzaam, groen en gezond Rotterdam."

Wie weet dit nog?

Plein krijgt 'Leugenboom'

De zogenaamde leugenboom zal het nu kale Zevenkampse Ambachtsplein gaan markeren. Naast enkele speelobjecten en ander straatmeubilair krijgt de boom, van kunstenaar Marinus Boezem, eind '83 een vaste plek.

Een geschiedenisboekje bracht de kunstenaar op het idee. Vroeger stonden op driesprongen in de polder vaak grote eikenbomen. 'Onder die reusachtige bomen hield men, zittend op een bankje, precies in de peiling wie er in en uit het dorp ging, een soort sociale controle. Het was een plek voor meestal sterke verhalen, vandaar de naam leugenboom', zegt Marinus Boezem.

Weggesnoeid

'Met de verkaveling zijn al die bomen weggesnoeid en hun sociale functie verdween daarmee ook. Ik wil die boom in ere herstellen. Wie weet helpt hij ook een beetje mee het sociale contact in de nieuwbouwwijk te versterken.'

(Bron: 18 januari 1983 | *Het Vrije volk*)



Welkom bij Inloop Zevenkamp

EENZAAMHEID

- Alleen is maar alleen ...
- Alleen zijn betekent nog niet dat je eenzaam bent ...
- Je kunt ook eenzaam zijn in een groep mensen
- Ik voel me steeds eenzaam als ik naar Facebook kijk ...
- Mijn eenzaamheid is niet hetzelfde als jouw eenzaamheid ...



Zo maar een aantal uitspraken over eenzaamheid ...

Iedereen kent wel momenten van eenzaamheid. Maar het kan ook zijn, dat de eenzaamheid een echt probleem wordt. Niet iedereen vindt het gemakkelijk om contact te maken met andere mensen. Of mensen te vinden die een zelfde levenshouding of interesses hebben. Terwijl de meeste mensen toch graag een maatje hebben, een of meer goede vrienden en/of een partner.

Bij de **Inloop van Pameijer in de wijk Zevenkamp** gaan we in de maanden **februari en maart** aandacht besteden aan het thema eenzaamheid. Worstel je met eenzaamheid en wil je daarover wel eens in gesprek, dan ben je van harte welkom.

De bijeenkomsten worden georganiseerd door twee ervaringsdeskundigen bij Pameijer: Zoë (22 jaar) en Ron (57 jaar).

We organiseren 4 bijeenkomsten op de volgende dinsdagmiddagen van 13:30-16:00 uur:

- **14 februari:** we gaan op een speelse manier over het thema eenzaamheid met elkaar in gesprek;
- **28 februari:** vormen van eenzaamheid. Welke eenzaamheid ervaar jij?
- **14 maart:** wat zijn je ervaringen in de lockdowns van afgelopen jaren? Heb je manieren gevonden om hier mee om te gaan?
- **28 maart:** hoe gaat het nu met je? Waar verlang je naar? Wie of wat zou je daarbij kunnen helpen?

Je kunt met alle bijeenkomsten meedoen of met een enkele bijeenkomst. We heten je graag welkom met koffie, thee en wat lekkers. Uiteraard hebben we bij iedere bijeenkomst ook een pauze.

Er is bij alle bijeenkomsten plaats voor 10 deelnemers.

Meld je daarom wel even aan bij Ron van den Heuvel: ron.van.den.heuvel@pameijer.nl of 06 – 28 57 69 23 (bij geen gehoor s.v.p. voicemail inspreken).

Adres Inloop Zevenkamp:
Carry van Bruggensingel 47
3069 WD Rotterdam

stap
verder
pameijer

Activiteiten:

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?

Inloop van maandag tot vrijdag zijn van 9.30 tot 16.00 uur, u kunt altijd binnenlopen voor een gratis kopje koffie of thee.

Neem ook eens een kijkje in de meeneemhoek! Elke dinsdag en donderdag ochtend van 9.00 tot 13.00 uur kunt u hier terecht om gratis spulletjes op te halen of spullen die u niet meer wilt in te leveren.

Maandag:

Ochtend Yin Yoga van 10.00-11.00 uur en van 11.00 tot 12.00 uur. Dit is een rustige vorm van Yoga. Kosten € 2,-

Dinsdag:

Ochtend van 10.00 t/m 12.00 uur Wandelclub, wandelen door het mooie groen in Zevenkamp en aansluitend een gratis lunch.

In de middag zijn er crea activiteiten, steeds wisselende activiteiten van kaarten maken tot breien.

Woensdag:

1e woensdagmiddag van de maand van 13.00 t/m 15.00 uur sjoelen, gratis 4e woensdag van 14.00 t/m 15.00 uur is er een Lach workshop.

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 workshop wordt gegeven door Louis van der Valk.

Kosten € 2,-

Donderdag:

Ochtend teken- en schilderles of kleurplaten van 10.30 t/m 11.30 uur, Kosten: gratis.

Middag van 13.00 t/m 15.30 uur Bakworkshop, kosten € 2,- per activiteit Er worden gezamenlijk heerlijke dingen gebakken de ene week zoet de andere week hartig die je mee kan nemen naar huis.

Bij genoeg aanmeldingen gaat er ook een nieuwe mindfulness cursus beginnen en Yin Yoga.

Vrijdag:

Tablet-/ laptoples op afspraak, gratis.

Elke laatste vrijdagmiddag van de maand van 13.00 t/m 15.30 uur is er een filmmiddag, kosten € 0,50.

Adres Carry van bruggensingel 47

Tel: Mireille 06-40358486 of Marijke 06-30451053

Facebook inloop Zevenkamp

stap
verder
pameijer



KLEUREN VOOR KINDEREN

