



THE SAND COMPANY - BEACH EVENTS

ZOMERKAMPEN



Ontmoet nieuwe vriendjes en doe de leukste strandactiviteiten tijdens onze zomerkampen.

GROEPSUITJE



Boek één van onze leuke groepsactiviteiten op het strand met jullie bedrijf, vrienden of familie.

www.thesandcompany.nl

VERHUUR



Huur verschillende sportmaterialen en organiseer je favoriete activiteit of complete sportdag.

WATERSPORT



Boek een surfles of huur verschillende watersport materialen zoals surfboards, sup's, wetsuits, bodyboards en meer!



Tweewielerwinkel
van het jaar 2017
Den Haag



Tweewielerwinkel
van het jaar 2018
Den Haag

thank you!

GARANT
TWEEWIELERS
Consciousness, on footbikes

"Bedankt voor uw vertrouwen in ons!"

Laan van Meerdervoort 612, Den Haag • tel: 070 780 9 780
www.garanttweewielers.nl • info@garanttweewielers.nl

SEGBROEK
UITVAARTVERZORGING

Dag en nacht bereikbaar:
070 362 59 61



Uitvaartwensen vastleggen

Vrijblijvende kostenopgave

Crematie - Begrafenis

Natuurbegraven

Repatriëring

www.segbroekuitvaart.nl

Stadhoudersplantsoen 68

Ontdek
Zo Outdoor bij Ferguson!

De BSO voor kinderen die graag buiten zijn en de natuur als speelplek willen ontdekken!



Muurbloemweg 41
Den Haag
06 15 556 590
ferguson@zokinderopvang.nl
www.zokinderopvang.nl

zo
kinder
opvang





12

DE VROUWEN
AAN DE TOP
VAN SEGBROEK



15

EEN BIJZONDER STEL
IN EEN
BIJZONDER HUIS



25

VRUCHTENBUURT
IN ACTIE VOOR
OEKRAÏNERS



33

SPARERIBS,
VOEDSELBANK,
EN HEEL HARD
WERKEN

Inhoud

- 4 Vooraf
- 5 Uit en over de wijk
- 6 Fruit
- 7 Straatvertegenwoordigers
- 8 Van de Activiteitencommissie
- 9 Van de wijkagent
- 11 In gesprek
- 14 Perenstraat Poepvrij
- 16 Duurzaamheid
- 21 Boekbespreking
- 23 Volgens Esther
- 24 Theosofie
- 29 Straatvertegenwoordiger
aan het woord
- 30 Een leven lang in de Vruchtenbuurt
- 32 Behoeftte aan juridisch advies?
- 35 Muzikanten in de Vruchtenbuurt
- 37 Quiz
- 38 Colofon en telefoonnummers

VOORAF

Ambities en hoop

AMBITIES EN HOOP. DAT ZIJN IN HET KORT DE HOOFDONDERWERPEN VAN HET 'VOORAF' VAN DEZE KEER.

Op 19 maart hebben we de jaarvergadering van het Wijkberaad gehad. Gelukkig ging deze vergadering niet helemaal ongemerkt voorbij; een (klein) aantal belangstellenden had de moeite genomen om de gang naar de abri te maken, waarvoor veel dank! Tijdens deze vergadering hebben we het jaarverslag en financiële verantwoording 2021 goedgekeurd en het jaarplan 2022 en bijbehorende begroting vastgesteld. En zijn alle bestuursleden, deels zittende, deels nieuwe, met algemene stemmen benoemd. We zijn dus nu formeel van start, maar liefst met zijn zevenen! Bijna voltallig, maar helaas nog niet helemaal, daar kom ik verderop in deze bijdrage nog op terug.

Tijdens de eerste bestuursvergaderingen hebben we onze taakverdeling afgesproken. Belangrijker is dat we hebben verkend waar we de komende jaren aan willen werken. Want nu we langzaam maar zeker (alhoewel langzaam) weer terugkeren naar het normale leven, is er ook weer meer mogelijk en hebben mensen ook weer behoefte om elkaar te ontmoeten.

Om deze ambitie van het bestuur vorm te geven, hebben we in april op een zaterdagmiddag een eerste brainstorm gehouden. Twee zaken kwamen daar prominent uit naar voren. In de eerste plaats wat we als Wijkberaad willen zijn. De gemeente onderscheidt drie functies: organisator, verbinder en belangenbehartiger. De eerste twee doen we al én daar willen we nog een stap verder in zetten. De derde is een stuk ingewikkelder, daar zijn we nog (lang) niet uit, maar voorlopig zien we dit nog niet als een rol voor het wijkberaad.

Om die derde functie te kunnen vervullen, is namelijk noodzakelijk dat het Wijkberaad weet wat de bewoners in de wijk willen. En dat brengt me meteen op het tweede speerpunt, communicatie. We hebben in ieder geval de ambitie om meer en gemakkelijker te kunnen communiceren, van Wijkberaad naar de wijk, maar vooral van wijk naar Wijkberaad. Een eerste stap hebben we al gezet, in de vorm van het opstellen van een conceptcommunicatieplan, daarbij geholpen door een zeer actieve wijkbewoner!

Beide speerpunten, de ambities voor de komende jaren en communicatie, gaan we verwoorden in een document. En dat document willen we graag bespreken met de wijk. We zullen daarvoor een bijeenkomst gaan organiseren in het derde kwartaal; een precieze datum volgt in de volgende Vruchtenpers. En uiteraard hopen we dat er veel mensen mee willen komen praten!

Het realiseren van ambities gaat echter niet vanzelf; dat vraagt menskracht. En die hebben we dus hard nodig. We zijn nog steeds naarstig op zoek naar een wijkbewoner die als hoofdredacteur de productie van de Vruchtenpers op zich wil nemen. En hier ligt dus onze hoop! We hopen dat er zich iemand meldt om de Vruchtenpers op het hoge niveau van nu te houden! Mocht je interesse hebben of mocht je meer informatie willen, dan kun je ons altijd bereiken op voorzitter@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl of info@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl.

Naast al deze bestuurlijke zaken staat er ook weer een aantal leuke dingen in de wijk te wachten! In de eerste plaats het Fruit Festival! Dat vindt plaats op zaterdag 25 juni 2022. Daarnaast is Muziek in de Vruchtenbuurt weer terug! Op zondag 26 juni 2022 zullen op tal van plaatsen in de wijk optredens plaatsvinden. Houd deze data dus alvast vrij!

Rest mij nu om iedereen – alvast – een heel goede vakantie toe te wensen!

Hartelijke groet,
Michel Rovers

Gezocht: websitebouwer

Het bestuur van het wijkberaad wil graag weten wat er leeft in de Vruchtenbuurt! Ook willen we allerlei leuke en nuttige informatie delen. Onze website moet interactiever. Kan jij ons hiermee helpen? We zoeken iemand die eenmalig kan helpen met het vernieuwen van onze website. Hier staat uiteraard een vergoeding tegenover.

Ben of ken jij een professionele websitebouwer die ons wil helpen? Of wil je meer weten? Stuur dan voor 10 juli a.s. een mail naar info@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl of bel naar 070-3231930.



UIT EN OVER DE WIJK

Zicht op Geld

VIA ZICHT OP GELD MAG IK MEEBOUWEN AAN

VERPLEEGHUISVOORDEEL IN DE REGIO DEN HAAG.



Het gaat hier om financiële planning met specialisatie op de wet langdurige zorg. Maar waarom zou ik dat nu precies doen en waarom zou je mijn hulp dan willen inschakelen?

Al sinds lang geleden ben ik actief op heel veel terreinen die ouderen raken. Je komt kennelijk op een punt dat je een stuk betekenis wil meegeven aan je leven en dat is bij mij niet anders. Ik heb sindsdien achter de voordeur mogen kijken van ouderen om me bezig te houden met welzijn en daarbij de dynamiek tussen zorg en welzijn in vele vormen mogen ervaren.

De meest indrukwekkende ervaringen waren vaak wel de situaties waarbij één van beide moest worden opgenomen in het verpleeghuis omdat de ander de zorg op deze leeftijd niet meer kan invullen. Het is vaak een emotionele rollercoaster en daarnaast nog eens een stortvloed aan brieven van pensioen organisaties, belastingdienst, CAK eigen bijdrages, CIZ-indicaties, verpleeghuis contracten en hiermee ben ik nog niet eens volledig.

Ik heb de afgelopen periode ouderen bijgestaan die terecht zijn gekomen in een dergelijke situatie en heb gemiddeld jaarlijks EUR 5.000,- aan voordeel weten te behalen. Door de ervaring en interesse in deze materie weet ik precies hoe ik alle partijen op een juiste manier kan instrueren zodat u een persoonlijk maximaal voordeel kan ontvangen.

Met andere woorden; ik kan het zakelijke deel invullen zodat u zich kan richten op alle bijkomende emoties en momenten waar u wellicht op dat moment veel liever uw tijd aan besteedt. Mocht een dergelijke situatie in uw omgeving gaan spelen of recentelijk hebben gespeeld dan weet u in ieder geval dat er iemand in uw buurt is die u kan helpen.

Henri Nieuwhuis, Relatiemanager Zicht op Geld 06-34 209 655

Overhandiging Wijkagenda



Foto Sander Foederer

Op 10 maart jl. heeft onze kersverse voorzitter, Michel Rovers, zijn eerste officiële actie mogen uitvoeren; het overhandigen van de Wijkagenda aan wethouder Robert van Asten.

In de wijkagenda staan de belangrijkste prioriteiten van de wijk voor de komende vier jaar. De wijkagenda is tot stand gekomen

in overleg met bewoners, maatschappelijke organisaties en de gemeente.

Gezamenlijk gaan deze partijen de komende jaren in de Vruchtenbuurt aan de slag met drie thema's:

- 1 Auto- en fietsparkeerdruk
- 2 Meer groen
- 3 Lokale winkels behouden

Ons voornemen:

Vooraf kijken naar wat wel mogelijk is! En dat kan niet zonder uw hulp. Voelt u zich aangesproken tot één van deze onderwerpen en wilt u meedenken, meldt u zich dan aan door een mail te sturen naar info@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl. Dat kan natuurlijk ook als u meer informatie wilt!



Kleurplaat

Er waren heel veel prachtige inzendingen deze keer.

Mooie kleurplaten van:

Kaate Weerkamp (9 jaar), Ryan van Zomeren (7 jaar), Caatje Jansen (5 jaar), Anna Jansen (5 jaar), Helena Jansen (7 jaar), Mans Dooijenburg (8 jaar), Scott Woolmer (6 jaar), Rinto Wikarta (3 jaar), Roos van het Pomonaplein (5 jaar), Sophia de Groot (7 jaar) en Niki en Lotte (7 jaar). Ook nog een hele mooie beplakte plaat van Mats de Jongh (6 jaar).

Maar de jury vond de kleurplaat van Damiën (7 jaar) de allermooiste. Gefeliciteerd!

FRUIT! Zorg dat je er bij bent!

OP ZATERDAG 25 JUNI IS ER VAN 11:30 TOT 23:00 UUR HEEL VEEL TE DOEN

OP HET ABRIKOZENPLEIN.



Muziek in alle geuren, kleuren en klanken & voor alle leeftijden, optredens van buurtbewoners, extra veel activiteiten voor kinderen. Workshops, een kleine Festivalmarkt, veel lekkers te eten en te drinken, het aanbod is als elk jaar flink gevarieerd.

Het muziekprogramma is dit jaar weer lekker eigenwijs & divers. Naast coverbands voor jong en oud, party-till-you-drop muziek en jong talent, denken wij dit jaar ook weer aan de ouderen. Ook dit jaar kan er weer gedanst worden, het word een ware rage, dat dansen op het "FRUIT!-plein". Voor kids, naast lekkers en springkussens,

dit jaar ook leuke workshops van de knutselkeuken erbij, die van oude materialen mooie nieuwe knutsels maakt !

Wil je meedoen? Deel je hobby of passie!

Zoals ieder jaar geven we graag creatieve Vruchtenbuurt'ers die hun hobby of passie willen delen door middel van kleine workshops o.i.d de ruimte. Naast het delen van je passie mag je natuurlijk ook je eigen werk tentoonstellen. Als je geïnteresseerd bent, mail dan naar laylaorie78@gmail.com.

Winkelier!

Ben je winkelier in de Vruchtenbuurt en wil

je graag een bijdrage leveren aan dit festival neem dan contact op met de organisatie. 06-26272019- of mail naar organisatie.fruit@gmail.com

Interesse om een bijdrage te doen?

Wil je een bijdrage, reclame, een product of prijs leveren neem dan contact op via 06-2627 2019 of mail naar laylaorie78@gmail.com.

Organisatieteam Fruit:
Ramon Fehling, Valentijn Twisk,
Bert Kramer en Layla Orie



Loek de Grijter
070-3234030
Aalbessenstraat



Emanuel van der Kallen
070-3559466
Aardbeistraat en
Mispelstraat



Cliff en
Shirley Neervoort
06-14 596 923
Abrikozenplein
Pompoenstraat



Marijke Zanoni
070-3687437
Abrikozenstraat,
Pippelingstraat,



Wij zoeken iemand
voor de:
Amandelstraat en
Ananasstraat



Eline Le Maire
06-10 753 559
Bosbesstraat



Brigitte Leeuwerink
06-20 728 459
Citroenstraat,
Kornoeljestraat



Michiel Vos
06-12 382 371
Druivenstraat



Roel Praat
070-3238850
Frambozenstraat



Patricia
Vermeulen-Mooiman
Goudreinetsstraat
06-477 754 11



Anneke van Dijk
06-24 209 595
Laan van Meerdervoort



Lucie van der Bent
06-30 387 835
Laan van Meerdervoort
(nrs 989 t/m 1126),
Kersenstraat



Robert Kieboom
06-17 107 871
Mandarijnstraat,
Appelstraat



Wij zoeken iemand
voor de:
Meloenstraat



Lidya de Zeeuw
06-15 164 506
Mient (Ln van Eik en
Duinen -Perenstr) en
Moerbeiplein



Maria van Es
070-3235593
Mient (Ln van Eik en
Duinen -Perenstr) en
Moerbeiplein



Mispelstraat



Thea van Aanhout
070-3688954
Morelstraat



René Sijnja
070-3231518
Perenstraat, Mient
(Perenstr - Appelstraat)



Ineke de Jong
06-12 252 768
Perziklaan,
Kruisbessenstraat



Henk van den Berg
06-15 511 906
Pomonalaan en
Pomonaplein



Hans Boekhout
070-3235935
Sinaasappelstraat



Petra Venrooy
Sterappelstraat
06-200 250 95



Matthijs van den Bos
Thorbeckelaan (hoog)
06-20 35 13 96



Nelly van Straaten
070-3239765
Thorbeckelaan (laag),
Okkernootstraat



Dave Ormel
06-50 22 33 24
Tomatenstraat



Vlierboomstraat



Jos Visser
06-80 120 031
Coördinator

Onze straatvertegenwoordigers zijn vooral de ogen en oren van de buurt en het Wijkberaad. Als 'goede burgers' letten ze op zaken die met de leefbaarheid te maken hebben, zoals een defecte lantaarnpaal, gevaarlijke situaties in de bestrating, en/of andere zaken die lastig of gevaarlijk kunnen zijn. Ze weten de weg als het gaat om het aanmelden van die zaken bij het juiste loket. Daarnaast brengen ze signalen uit de buurt over de leefbaarheid onder de aandacht van het Wijkberaad.

De straatvertegenwoordigers zijn nadrukkelijk geen 'politie-agenten'; ze kunnen dus niet bemiddelen bij burenruzies of bij meningsverschillen over bijvoorbeeld de hoogte van de heg. Voor die zaken is er de wijkagent, bereikbaar via 0900-4488. Wilt u meedoen? Er zijn nog straten waar een 'vacature' is en voor lange straten is twee vertegenwoordigers ook fijn. Bel eens met de coördinator, Jos Visser. Hij kan u alles vertellen wat u over straatvertegenwoordigers wilt weten.



De VruchtenAcademie is weer geopend!

IN MEI WERD DE EERSTE WORKSHOP GEORGANISEERD DOOR ROB TAAL

MET ALS TITEL: DE KUNST VAN TAAL.

De eerstvolgende workshop in juni gaat over iets waar we allemaal wel eens mee bezig zijn, hoe vergroot ik mijn levensvreugde? Deze workshop, op maandagavond 13 juni a.s. in de Abri, is gratis! Met veel dank aan Paul van Koppen, trainer en coach voor persoonlijke ontwikkeling.

Geluk in uitvoering: Of hoe vergroot ik mijn levensvreugde?

Een workshop over zin
en onzin over de
maakbaarheid van geluk

Inhoud

Op een speelse en informele manier gaan we kijken wat geluk nu eigenlijk is en betekent voor ons. We geven eerst wat meer achtergrond en delen de laatste inzichten, m.n. vanuit de school van de positieve psychologie. Er kleven vele mythes aan wat ons 'echt' gelukkig maakt: geld, gezondheid, werk of een relatie: het blijkt toch vaak tegen te vallen. Tegelijkertijd kunnen we zelf veel doen

om ons geluk te vergroten (Hè, is dat echt waar? Dat geloof ik niet!) Aan 'welke knoppen' van de geluksformule moeten we (niet) draaien om ons geluk te vergroten? Hoe werkt dat dan, en vooral: wat kan ik zelf doen? Deze workshop zal je niet alleen een andere blik geven op geluk maar ook meerdere praktische tips en handvatten geven! Voor sceptici en echte 'believers'....

Spreker: Paul van Koppen, trainer en coach voor persoonlijke ontwikkeling (en woonachtig in de Goudreinetstraat).

Programma

Vanaf 19.30 uur welkom voor een kopje koffie of thee, vanaf 20.00 uur starten we.

Duur: tot circa 21.30 uur, onderverdeeld in twee delen met een korte pauze.

Werkwijze: korte blokjes met theorie, afgewisseld met actieve inbreng en eenvoudige oefeningen door de deelnemers.

Voorbereiding: een goede nachtrust en een open mind, verder niets

Deelnemers: minimaal 5 personen

Aanmelden via email: ac@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl

Leuke vrouwen gezocht een oproep van een wijkbewoonster

Sinds ik met pensioen ben, loop ik vaak door onze wijk en wat me dan steeds opvalt is dat ik zoveel leuke vrouwen tegenkom! Nu ik mijn collega's min of meer kwijt ben, de zorg voor ons kleinkind, nu hij naar de basisschool is veel minder tijd neemt en ik ontdek dat vrienden die ver weg wonen niet zo handig zijn in de 3e levensfase, lijkt het met ontzettend leuk om wat van die leuke vrouwen te leren kennen!

Dus, lijkt het je leuk/interessant om ergens in de buurt, met leuke buurtgenoten die ook of al/of binnenkort gepensioneerd zijn, een kopje koffie/wijntje te drinken, stuur dan een mailtje naar ac@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl

Wie weet wat voor leuke en interessante contacten er ontstaan....

Een goede buurtgenoot is beter dan een verre vriend!

VAN DE WIJKAGENT

Drillrap

door Steven Oemar

IN MIJN VORIGE UPDATE OP HOPLR SCHREEF IK EEN KORT STUKJE OVER DRILRAPP. DE VRAAG DIE IK TOEN STELDE WAS “DENKEN JULLIE DAT DIT FENOMEEN OOK IN DE VRUCHTENBUURT PLAATS VINDT?



Het antwoord is ja. Gelukkig heeft het nog een onschuldige karakter maar daarom is het fijn om vanuit de wijk signalen te krijgen als men denkt dat hun zoon of dochter hierbij betrokken is. Omdat drillrap nog niet echt bekend is bij de burger heb ik een stuk opgezocht wat het hopelijk een beetje inzichtelijk voor u maakt.

Drillrap is namelijk niet zo onschuldig als dat het lijkt. Als u weet hoe het in het wereldje werkt dan zult u hopelijk begrijpen waarom ik mij zorgen maak.

Rappen over het harde leven en de straat: drillrap dook voor het eerst op in het stadsdeel South Side in Chicago. Mannen, vaak onherkenbaar door maskers of bivakmutsen, vertellen in hun muziek over hun problemen en rappen daarbij ook over hun vijanden. Hierbij wordt verbaal gedreigd, soms ook door vuurwapens te laten zien.

Drillrap lijkt op trap, een ander subgenre, maar is vaak monotoner en duisterder. Vanuit Chicago kreeg drillrap langzaam ook voet aan de grond in Londen, waar in plaats van vuurwapens vaker voor de makkelijker verkrijgbare messen werd gekozen.

En de laatste jaren begint het subgenre ook in Nederland steeds populairder te worden, hoewel de gemiddelde Nederlander daar waarschijnlijk weinig van zal merken: het genre is niet vaak terug te zien in de hitlijsten.

Dat het een trouwe fanbase heeft, wordt wel duidelijk als je kijkt naar het aantal streams op muziekdienst Spotify. Nummers van de Amsterdamse drillrapgroep 73 De Pijp (verwijzend naar de postcode) hebben honderdduizenden tot meer dan een miljoen streams. Rappers zoals Qlas & Blacka kunnen zelfs rekenen op meer dan twee miljoen streams per nummer.

De afgelopen jaren worden geweldsdelicten in verband gebracht met de drillrapwereld. Zo is eind vorig jaar een jongere omgebracht met een machete. De directe aanleiding lijkt een conflict tussen twee groepen in de stad die elkaar via de raps hebben uitgedaagd en gedist (afgekraakt).

Er zijn gevallen bekend van drillrapgroepen die naar andermans postcodegebied gaan om daar een rapvideo op te nemen. ‘Om te zieken’, bijvoorbeeld. ‘De video wordt dan online gezet, waardoor de andere groep moet reageren. En dat kan escaleren.’

Uit onderzoek blijkt dat het bestempelen van drillrap als ‘criminelen-muziek’ meer kwaad dan goed doet. Dat laat immers geen ruimte over voor onschuldige jongeren die zich alleen maar creatief willen uiten.

Men ziet in waarom de muziek populair is onder sommige jongeren. ‘Het is een vertaling van het leven op straat. Het gaat over armoede, over een droom die niet verwezenlijkt kan worden. Dat spreekt aan. De uitwassen, die zie je nu in het nieuws.’

Dat de drillrapgroepen jongeren bereiken, kunnen ze ook positief inzetten. Zo is onlangs een nummer gemaakt over thuisblijven in coronatijd. ‘Je blijft osso’ (je blijft thuis), zo werd gerapt.

Volgens onderzoekers is er zeker een verschil tussen de jongeren in de drillrapwereld. Zo ziet men een groep influencers, die de video's maakt, en een carrière in de muziekindustrie ambieert. Een andere groep, zo legt men uit, bestaat uit jongeren die beïnvloed worden door de verheerlijking van wapens en meelopen. ‘Zij hebben messen bij zich met de intentie om er iets mee te doen. Het is een symbool van verdediging voor hen.’

Ik heb in de wijk iemand gesproken die muziek online zet voor bepaalde drillrap groepen in het land. Deze persoon kwam bij onze digitale-politie afdeling in beeld. Ik hoop oprecht dat deze wijk-bewoner zijn verstand blijft gebruiken en zich niet laat verleiden door de negatieve kanten die dit fenomeen kent.

ACUPUNCTUUR • TUINA MEDISCHE MASSAGE

*Gezondheid is meer dan alleen
de afwezigheid van ziekte!*



De Kristallen Naald
Perenstraat 243
2564 RZ Den Haag
Tel: +31 (0)6 50890942

www.dekristallennaald.nl



Stichting Eykenburg

Zorg- en dienstverlening voor ouderen



Andere zorg nodig, toch samen wonen

Stichting Eykenburg biedt uitkomst!

2-kamerappartementen voor echtparen en stellen

Onlangs zijn er in Huize Eykenburg tien 2-kamerappartementen opgeleverd, specifiek voor echtparen of stellen.

- Eigen huiskamer, slaapkamer, badkamer en keuken
- Geschikt voor verlenen zware lichamelijke zorg
- Gemeenschappelijke huiskamer met andere appartementbewoners
- U houdt de regie in eigen handen
- Vele mogelijkheden zoals maaltijden in eigen appartement of gezamenlijke huiskamer, afspraken over zorgmomenten, plaatsen eigen wasmachine.

Wilt u weten of u voor één van deze appartementen in aanmerking komt? Bel gerust naar 070-7507000 en vraag naar Chama Bishesar of Leonie de Roo.

Meer informatie 070 - 750 70 00 | www.eykenburg.nl



Stoffeeratelier Albert van der Putten
Uw stoffeerder voor de vruchtenbuurt.

www.stoffeeratelier.info

Loosdunseweg 833
2571 AT Den Haag
Tel: 06-11163483



de m m agneet
Bodyfashion

Lingerie, foundation, badmode,
homewear, nachtmode,
beenmode, borstprotheses.



Waarom met minder genoegen
nemen? Laat u door ons
adviseren.

Vlierboomstraat 483
2564 JE Den Haag
070-3254389



www.demagneetlingerie.nl

VAN GAS NAAR INDUCTIE

Vraag ons naar de mogelijkheden

**ELECTRO
WORLD**



**ELECTRO
WORLD** **STADHOUDER**

Thomsonplein 15 Den Haag
070-3609108 / www.stadhouder.nl

Een muzikale huiskamer in de Vruchtenbuurt

“MET OP DE HOEK WIL IK EEN HUISKAMER ZIJN VOOR DE VRUCHTENBUURT.”

AAN HET WOORD IS BARBARA VAN DELDEN, EIGENAAR VAN LUNCHROOM OP DE HOEK IN DE VLIERBOOMSTRAAT. INMIDDELS ZIT DE LUNCHROOM ALWEER RUIM TWEE JAAR NIET MEER OP DE HOEK, MAAR DE NAAM IS MEEVERHUISD.

Barbara is bekend bij vele Vruchtenbuurters, niet alleen van de lunchroom, velen kennen haar ook nog als medewerker en later mede-eigenaar van Videoland.



Ook voor zoon Thijs (“De enige 9-jarige die nog weet wat Videoland is”) is Op de Hoek een huiskamer. Als ik bij Barbara langsga voor dit gesprek zit hij met een stripboek op de bank. Later komt de telefoon tevoorschijn. Na schooltijd en in vakanties is hij er regelmatig te vinden onder de hoede van zijn moeder. Net zoals Barbara vroeger altijd naar háár moeder ging, die als schoonheidsspecialiste een ruimte huurde bij een kapper in de Abrikozenstraat, om de hoek bij Op de Hoek. Ze is, zoals ze zelf zegt, niet geboren maar wel opgegroeid in de Vruchtenbuurt. Net als haar zoon. “En ik woon weliswaar net buiten de buurt, maar ik leef wel in de Vruchtenbuurt.”

Huiskamer

De nieuwe locatie van Op de Hoek is een stuk groter dan de vorige. Dat maakt het voor Barbara ook makkelijker om ruimte beschikbaar te stellen aan allerlei initiatieven van en voor buurtgenoten. Zo is er elke vrijdag het afhaalpunt van Rechtstreex, voor de verkoop van verse producten uit de streek (kijk voor meer informatie op www.rechtstreex.nl). Maandelijks op woensdagochtend is er een schrijfworkshop van soepteksten.nl. En regelmatig zijn er activiteiten voor kinderen, zoals boekenworkshops samen met de Knutselkeuken, waarbij wordt voorgelezen en geknutseld.

Het idee om een huiskamer voor de buurt te zijn is eigenlijk vanzelf ontstaan vanuit Barbara's wens om mensen een podium te geven. En dat kan op veel verschillende manieren. Barbara is er makkelijk in: “Ik heb de ruimte, dus als iemand met een vraag of een voorstel komt en ik vind dat het past bij Op de Hoek, komen we er vaak wel uit.” Terwijl we hierover praten, komt iemand zijn schilderij ophangen in de kindelhoek en worden de woorden meteen in praktijk gebracht.

De huiskamersfeer is zo ook te zien aan de muren. Niet alleen door de schilderijen van kunstenaars uit de buurt, ook is er een fotogalerij met familiefoto's van Barbara zelf.

En dat mensen zich thuis voelen bij Op de Hoek blijkt wel uit de burens die, zoals ze dan tegen Barbara zeggen, “even in mijn voortuin komen zitten”. Bij haar op het terras dus.

Muziek in de Vruchtenbuurt

Ook het Wijkberaad weet de lunchroom als huiskamer te vinden, onder meer voor muzikale activiteiten zoals peutermuziek op maandagochtend. En na het succesvolle ‘Er zit muziek in de Vruchtenbuurt’-evenement van vorig jaar klopte het Wijkberaad bij Barbara aan met het voorstel om daar een maandelijks vervolg aan te geven. Het Wijkberaad regelt de muzikanten, Barbara stelt ruimte beschikbaar. Uiteraard wel met enige eisen aan decibelbegrenzing, tenslotte heeft ze ook bovenburen om rekening mee te houden. Ze was het afgelopen jaar wel verrast toen bleek dat zelfs een drumstel onder de afgesproken geluidsnorm bleef.

Vooral nog was eind mei de laatste muzikale middag in Op de Hoek. Op 26 juni is nu eerst weer het grote evenement ‘Er zit muziek in de Vruchtenbuurt’ en wie weet keert na de zomer de muziek dan ook weer terug bij Op de Hoek.

De vrouwen aan de top van Segbroek

door Henri Nieuwhuis

VANDAAG IS EEN SPANNENDE DAG VOOR MIJ ALS INTERVIEWER.

AL VROEG IN DE OCHTEND HAD IK SAMEN MET WIM ABBENHUIS EEN

AFSPRAAK OP HET STADSDEELKANTOOR AAN DE FAHRENHEITSTRAAT.



Wij gaan op bezoek bij Annette de Graaf en Lianne van de Garde. Annette is stadsdeeldirecteur Segbroek bij de gemeente Den Haag. Daardoor valt de Vruchtenbuurt ook onder haar verantwoordelijkheid. Lianne is stadsdeelmedewerker Welzijn, Jeugd en Participatie. Via LinkedIn had ik me voorbereid door van beide dames het zakelijk profiel te bekijken.

In het profiel van Annette vallen woorden mij op als 'duurzame en een gezonde omgeving voor iedereen' en 'het terugdringen van ongelijkheid'. Wanneer ik iets verder naar beneden scroll kom ik op een internationale carrière en vele andere functies die raken aan de publieke gezondheid.

In haar functie als stadsdeeldirecteur had ze zichzelf als doel gesteld om te zorgen voor een voetpad langs de Houtrustweg. Daarnaast dat platte daken voorzien zijn van zonnepanelen en dat elk wijk-beraad een actief bestuur zou hebben.

Bovenstaande doelen zijn grotendeels behaald maar er is altijd nog meer te realiseren en dat maakt haar functie uitdagend.

Daarnaast vindt Annette de uitvoering van de wijkagenda erg belangrijk. De wijkagenda is de opvolger van wat vroeger bekend stond als het uitvoeringsprogramma voor de wijk, maar dat een lage betrokkenheid had onder de bewoners. De wijkagenda is voor een heel groot deel samen met en door bewoners opgesteld.

Lianne heeft haar oorsprong in Den Haag

Opgegroeid in Duinoord, als scholier van het Segbroek College raakte ze bekend met Segbroek, en inmiddels inwoner van het Zeeheldenkwartier. Hierdoor heeft ze de mogelijkheid om de verschillen te zien tussen het Zeeheldenkwartier en de Vruchtenbuurt. Het heeft haar geleerd dat mensen vanuit hun eigen woonomgeving denken. Juist het verlaten van je persoonlijke omgeving en van daaruit het gesprek aan gaan met mensen uit andere wijken is voor haar iets waar ze veel voldoening uit haalt. Ze is nu alweer 2,5 jaar werkzaam op het stadsdeelkantoor. Lianne houdt zich ook bezig met subsidieverzoeken die gedaan worden in het kader van leefbaarheid en bewonersparticipatie.

Annette heeft stadsdeel Segbroek als verantwoordelijkheid

Dit stadsdeel is onderverdeeld in zes wijken: Vruchtenbuurt, Bomenbuurt, Bloemenbuurt, Heesterbuurt en Vogelwijk en als grootste Regentesse- en Valkenboskwartier. Annette is het gezicht van Segbroek en daarmee van de Vruchtenbuurt binnen de Gemeente Den Haag. In de Vruchtenbuurt komt de gemeente zo nu en dan ook met de andere diensten op bezoek, in bijvoorbeeld Café Loft voor inspraakavonden. Ook vindt Annette de ontwikkeling van de energietransitie erg belangrijk. Ze geeft dan ook aan dat de invulling door de intrinsiek gemotiveerde Vruchtenbuurter zoals deelauto's, Sterk op Stroom en Warm in de Wijk haar goed doen. Het is voor haar een schoolvoorbeeld van een resultaat dat ontstaat bij betrokken bewoners. Hetgeen weer aansluit bij haar persoonlijke drive om dit te laten ontstaan binnen haar functie. Deze transitie is immers een gezamenlijke verantwoordelijkheid.

Annette vindt het erg belangrijk dat we de winkelstraten zoals de Appelstraat, de Vlierboomstraat blijven behouden en geeft daarbij aan dat de Vruchtenbuurters dit in stand moeten houden. Wij hebben in de Vruchtenbuurt immers de beste groenteboer.

Daarnaast deelt Annette nog een aantal lovende verhalen met mij die op haar een goede indruk achterlaten. De vele duurzame initiatieven in de wijk zijn een mooi voorbeeld van eigenaarschap. Er worden veel activiteiten georganiseerd, hierdoor creëer je sociale cohesie. Er zijn mogelijkheden voor mensen om elkaar te ontmoeten wat weer een positieve uitwerking heeft op de leefbaarheid in de Vruchtenbuurt. Het gaat erom dat je elkaar echt ziet en elkaar uitnodigt in jouw eigen wereld. En als laatste de sterke en mooie ontwikkelingen van het Moerbeiplein, met zijn betrokken activiteiten- commissie en straks een nieuwe speelplek waarbij de kinderen zelf hebben meegedacht. (opening is op 4 juni).

Lianne vindt het belangrijk dat de afstand tussen gemeente en bewoners verkleind gaat worden om ook het vertrouwen terug te winnen van de bewoner. Zij geeft hier vorm aan door de gemeente een gezicht te geven door steeds vaker aanwezig te zijn in de diverse wijken. Voor bijvoorbeeld een vergunningsaanvraag gaat ze soms het gesprek aan om zo echt te luisteren naar wat de bedoeling is. Je komt er dan veel beter uit wat de bewoner wil en wat er leeft. Al kom je er niet altijd pratend uit omdat je als stadsdeel het complete plaatje in de gaten moet houden en je het niet altijd iedereen volledig naar de zin kan maken. Je kan wel transparanter zijn door beter uit te leggen waarom het stadsdeel is gekomen tot het nemen van een bepaald besluit.

Vraag aan Lianne: wanneer is jouw rol als stadsdeelmedewerker afgerond (voor jezelf)?

"Zodra het te voorspelbaar aan het worden is en alles gaat voelen als een vast patroon. Ik zou dan wel iets willen als gebiedsregisseur maar om te starten in een wat kleiner gebied".

En als laatste vraag aan Annette: hoe dragen de medewerkers van het stadsdeel Segbroek zelf bij aan de sociale cohesie?

"Medewerkers van het stadsdeel zijn betrokken en hebben zich voorgenomen om in 2022 ook op een andere manier bij te dragen. Vier uur per maand dragen zij -als vrijwilliger- bij aan een project dat de wereld in stadsdeel Segbroek iets mooier maakt."

Dit lijkt meteen een mooi moment om af te sluiten nu ook de volgende afspraak van Annette zich heeft gemeld. Dank voor het vrijmaken van een stukje tijd en zo de Vruchtenbuurt-bewoner een inkijkje te geven op de werkzaamheden binnen het stadsdeelkantoor die ons als bewoner raken.

Perenstraat Poepvrij

door Isabella Spaans

PLOTS DOKEN ZE OP IN DE PERENSTRAAT: GRAPPIGE, KLEINE BORDJES AAN DE LANTAARNPALEN, DIE DE LEZER AANSPOREN DE STRAAT POEPPRIJ TE HOUDEN.



De posters werden door buurtbewoners enthousiast besproken op buurtapp Hoplr en het Instagram-account @vruchtenbuurt, maar over de initiatiefnemer tastte men in het duister. Na een heuse zoektocht kwam de redactie uit bij buurtgenoot Saskia Anderson. Als een ware Banksy hoeft ze niet zo nodig zelf in the picture, maar laat ze haar werk voor zich spreken.

Nummer 1- ergernis

Hondenpoep (en kattenpoep) is een grote, zo niet de nummer één ergernis van buurtbewoners. Het is steevast onderdeel van de kritische noten die buurtbewoners via het Wijkpanel Vruchtenbuurt uitdelen, en begin dit jaar verscheen er bij omroep POWNED zelfs een korte reportage over de hondenpoepoverlast in onze buurt. Daarin moedigde raadslid William de Blok, wandelend door de Perenstraat, bewoners aan om melding te maken van overlast door hondenpoep. Ook op buurtapp Hoplr plaatsen boze buurtbewoners regelmatig vieze voorbeelden van poep en plas van honden en katten in geveltuintjes, plantenbakken en zelfs op deurmatten. En een nieuw fenomeen is het ook al niet: al in 2015 berichtte de Vruchten-Pers over een grote opschoondag in de Perenstraat.

Poep in de Perenstraat

Ook voor Vruchtenbuurter Saskia Anderson was de maat vol. "Ik heb zelf ook een hond, dus ik zie regelmatig andere hondenuitlaters. Vooral één meneer liet regelmatig een enorme hoop liggen. Vervolgens reden daar dan fietsers of auto's doorheen waardoor de hele straat werd ondergesmeerd met poep, echt heel smerig en intens." Saskia vond het zo niet langer kunnen - er moest iets gebeuren. "Voor ik op het idee van de postertjes kwam had ik het al eens geprobeerd met bordjes op stokjes. Bij sommige bordjes had ik zelfs poepzakjes gehangen, maar helaas bleken de bordjes te interessant voor de kinderen uit de buurt, die de bordjes en zakjes kapot maakten."

Perenstraat Poepvrij-postertjes

Toen kwam Saskia op het idee om bordjes aan de lantaarnpalen te bevestigen. Ze ontwierp hoogstpersoonlijk een kleine serie posters, drukte ze af op weerbestendig polystyreen en bevestigde ze in haar straat. De bordjes waren niet te herleiden tot de ontwerpster, dus persoonlijk ontving ze weinig reacties. Maar via andere kanalen klinkt in de reacties steevast de roep om dit soort bordjes ook in andere straten op te hangen. Ook zelf ziet Saskia dat haar bordjes op wel meer plekken niet zouden misstaan. "Laatst zag ik op de Pioenweg nog een verwaterd papiertje hangen, nou, daar had ik dan het liefst ook een bordje opgehangen."

'Zacht uitgedrukt'

"De ergernis over hondenpoep reikt verder dan de Perenstraat. Het leeft in de hele buurt, waarschijnlijk wel in heel Nederland." Dat bracht haar op het idee op een hele serie te ontwerpen, met de ingenieuze titel 'Zacht uitgedrukt'. Saskia: "Haha, zoiets gooi ik dan in de familie-app en daar vlogen de namen toen over en weer. Deze kwam uiteindelijk van mijn nichtje Maxime." Het is voorlopig een werk in progress, want Saskia doet het naast haar reguliere baan bij een grafisch productiebedrijf. Saskia komt sowieso over als een creatieve duizendpoot: ze houdt van tuinieren, dieren, vintage verzamelen én hielp mee bij de inrichting van lunchroom Op de hoek. "En er zitten maar zoveel uren in één dag." Daarnaast denkt ze na over hoe ze de bordjes kan verduurzamen door te werken met ander materiaal, en over het beheersbaar houden van de kosten wanneer ze in grotere oplagen gaat drukken.

Interesse in Saskia's posterserie 'Zacht Uitgedrukt' voor in je eigen straat? Laat het de redactie weten via redactie@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl.

Een bijzonder stel in een bijzonder huis

door Isabella Spaans

VERBORGEN IN EEN HOEKJE VAN HET HOFJE AAN DE ABRIKOZENSTRAAT STAAT EEN BIJZONDER HUIS. MET HELDERBLAUWE KOZIJNEN EN DAKLIJSTEN, BIJZONDERE ORNAMENTEN VOOR HET RAAM EN BOVEN DE VOORDEUR EEN BORDJE MET DAAROP 'BONAIRE', KON ONZE REDACTIE HAAR NIEUWSGIERIGHEID NAAR DEZE BUURTGENOTEN NIET LANGER BEDWINGEN, DUS BELDEN WE MAAR EENS AAN...



foto Isabella Spaans

... en er werd niet opengedaan

Wat wilde de ironie: bewoners Ton en Marijke zaten op – u raadt het al – Bonaire. Zoals ze dat al 25 jaar lang doen. Toen ze eenmaal terug in de Abrikozenstraat waren, ontvingen ze ons echter allerhartelijkst.

Een huis vol herinneringen

Het huis met de bijzondere buitenkant, blijkt van de binnenkant minstens even bijzonder. Zowel de woonkamer als de tuin ademen een echte vakantiesfeer, met tropisch blauwe elementen, sfeervolle verlichting, en in de tuin zelfs een heuse dolfijn-fontein. De scheiding tussen het zitgedeelte en de keuken is rijk versierd met een heel leven aan mooie herinneringen. Aan de hand van verschillende foto's nemen Ton en Marijke ons kriskras mee door hun leven.

Ton en Marijke ontmoetten elkaar als 21- en 23-jarige op Nieuwjaarsdag op de wekelijkse dansavond. "Ton was echt een leuk sodemietertje, daar viel ik op, en ineens stond hij voor me." Binnen een jaar waren ze getrouwd. Ze kregen een zoon en dochter en zijn inmiddels trotse grootouders van drie volwassen kleindochters.

In 1977 streken ze neer in de Abrikozenstraat. Daarvoor hadden ze al in de Amandelstraat gewoond, waar Ton zijn schoenmakerij bestierde.

Als het goed is, is het goed

Marijke is met haar kenmerkende hoofdband ("Ook handig bij het tennissen") een verzorgde en kleurrijke verschijning. Sociaal en creatief als ze is, deed ze op de verlosafdeling hoogzwanger het haar van de andere vrouwen, ze naaide schooltassen, ze liep modeshows, organiseerde feestjes. Ook nu nog neemt ze het voortouw in het organiseren van feestjes voor en met burens.

Ton is goedlachs en complimenteus. "Ze is echt een mooi lief vrouwtje - je hoeft niet te blozen hoor schat! Ik zeg het haar vaak genoeg, hoor. Ik heb het geluk dat ik helemaal niet jaloers ben - als ik jaloers was geweest hadden we heel vaak problemen gehad, haha. Ik geniet als zij geniet." Zelf is hij wat meer op zichzelf. "Ik houd niet zo van drukte. Ik hou van rust en een beetje stilte."

Bonaire

En die rust vonden ze op Bonaire. Toen Ton er 25 jaar geleden ging duiken was het liefde op het eerste gezicht. "Bonaire was kleinschalig en rustig. Als we landen zeggen we tegen elkaar: ha, we zijn weer thuis. En wat zo positief is aan Marijke: ik heb bijna een week nodig om leuk contact met anderen te leggen. Maar zij niet. We hadden gelijk kennissen en vrienden."

Bonaire werd een kwart eeuw lang hun tweede thuis. Maar tijdens de pandemie moesten ze, net als de rest van Nederland, een jaartje overslaan. En dit jaar viel het een beetje tegen – Bonaire wordt drukker en drukker. Met pijn in het hart kwamen ze dan ook tot de conclusie om volgend jaar over te slaan, hoezeer ze hun vrienden op het eiland ook zullen missen. Maar Ton en Marijke zijn niet voor een gat te vangen: Lanzarote lonkt. Ton: "Aan alles komt een einde, daar moet je verder niet dramatisch over doen. Maar missen zullen we het zeker."

Zoals het klokje thuis tikt...

Marijke: "Ik hou van mijn huis. Door Ton gaan we ook erop uit en dan ben ik ook heel blij. Maar na een paar weken krijg ik heimwee en wil ik naar huis." Op foto's toont Marijke hoezeer het huis met hen mee is veranderd. Dat in de woonkamer vroeger een heuse bar én leefkuil aanwezig waren. Als muren konden praten...

Collectief zonnedak aan de Mient, doet u mee?



U wilt zonnepanelen, maar uw dak is niet geschikt, de VVE-werkt niet mee of ziet u op tegen alle rompslomp. Dan heeft u nu de kans om deel te nemen aan het collectief zonnedak van coöperatie Sterk op Stroom (SoS). Op de Aikido-school aan de Mient 277 is plaats voor 166 zonnepanelen. Bewoners van de Vruchtenbuurt kunnen hierin participeren, door een 'aandeel' te nemen. Lees hier hoe u kunt deelnemen.



*Dak van de Aikido-school aan de Mient 277
(credit: Groene Mient/Sterk op Stroom)*



*Legplan van zonnepanelen op de Mient 277
(credit: Groene Mient/Sterk op Stroom)*

Hoe kan je meedoen?

Het collectieve zonnedak, met 166 PV-panelen vraagt een eenmalige investering van € 80.000.

De financiering realiseert coöperatie Sterk op Stroom door 'participaties' uit te geven, een soort aandelen. In totaal geeft de coöperatie 1600 participaties uit, van elk € 50.

Bewoners van de Vruchtenbuurt kunnen zich inschrijven voor één of meerdere participaties. Per persoon minimaal 1 en maximaal 50 participaties. We hopen op de deelname van 250 tot 300 buurtgenoten, die gemiddeld 6 participaties nemen. Zo brengen we gezamenlijk het benodigde investeringskapitaal bijeen.

Als deelnemer aan het zonnedak moet je lid worden van coöperatie Sterk op Stroom.

Aflossing van de inleg

In maximaal 15 jaar verdienen we de investering terug. Per jaar wordt op basis van de jaarrekening van het zonnedak vastgesteld welke deel van de inleg terugbetaald wordt aan de deelnemers.

De hoogte van de terugbetaling hangt af van de hoeveelheid geproduceerde stroom. Alle deelnemers hebben stemrecht in de jaarvergadering waar de jaarcijfers worden vastgesteld.

Het investeringsrisico van het zonnedak is laag. Door gebruikt te maken van de landelijk Subsidieregeling Coöperatieve Energie-opwekking (SCE) zijn we voor 15 jaar verzekerd van een vast bedrag per opgewekt kWh. Dat geeft veel zekerheid.

Voor de planeet

De ligging van het dak van de Aikido-school aan de Mient 277 is niet optimaal. Door de bomen langs de Mient en langs het korfbalveld van Achilles is er relatief veel schaduwwerking op de PV-panelen. Dat drukt de opbrengst. Maar het is voor dit moment het enige beschikbare dak op gemeentelijk vastgoed in onze wijk. In financiële zin is het dak slechts matig rendabel. We rekenen op 1% rendement per jaar. Dat is niet veel. Voor het geld moet je het niet doen, maar wel als je een concrete bijdrage wilt leveren aan het duurzaam opwekken van stroom.

Het collectieve zonnedak draagt bij aan een duurzame Vruchtenbuurt. Het vermindert onze afhankelijkheid van gas en andere fossiele brandstoffen. En het vormt een volgende stap op weg het lokaal opwekken én slim delen van duurzame opgewekte stroom in de wijk (een smartgrid). Lokaal opwekken en onderling delen, daar staat coöperatie Sterk op Stroom voor.

Samen met de andere duurzame wijkinitiatieven Warm in de Wijk / Duurzame Vruchtenbuurt (aanleg warmtenet) en Vruchtenbuurt Deelt (deelauto coöperatie) maken we de Vruchtenbuurt de meest duurzame wijk van Den Haag. Dat doen we samen als buurtbewoners én zonder winstoogmerk.

Inschrijven

Half mei start de coöperatie met het inschrijven van belangstellenden. Voor u zich inschrijft ontvangt u een informatiedocument met gedetailleerde informatie. Ook vragen wij u lid te worden van coöperatie Sterk op Stroom. Dat is voorwaarde om participaties te kunnen nemen.

We verwachten eind van de zomer het benodigde aantal inschrijvingen met het investeringskapitaal van € 80.000 bijeen te hebben. Zodra dat (bijna) bereikt is vragen we de SCE subsidie aan. Eventueel kunnen we als aanvulling op de inleg van buurtbewoners nog een lening uit het Energiefonds Den Haag verkrijgen. Maar het heeft onze grote voorkeur om het volledige bedrag met de wijk bijeen te brengen. Zonder tegenslagen zou het zonnedak begin 2023 productief kunnen zijn.

Heeft u belangstelling voor dit project, en wil u meer informatie ontvangen, meldt u zich dan aan via info@sterkopstroom.nl. Graag uw naam en adres vermelden.

Meer informatie over energiecoöperatie Sterk op Stroom vindt u ook op onze website www.sterkopstroom.nl



Goed bezochte informatieavond over het zonnedak op Mient 277 op 23 maart 2022 (credit: Groene Mient/Sterk op Stroom)



Er is veel milieuwinst te boeken in de Vruchtenbuurt. Nog geen 4% van alle daken is belegd met zonnepanelen, terwijl veel daken wel geschikt zijn. Ruim 60% van de woningen in de Vruchtenbuurt zijn portiekwoningen, met kleine Vve's. Het blijkt soms lastig om de Vve mee te krijgen voor het idee om zonnepanelen te plaatsen. Het collectieve zonnedak aan de Mient kan dan een goed alternatief zijn!

**IK
DOE
MEE
VOOR
ONZE
WIJK**

www.sterkopstroom.nl

PARTNERS

Streek

Den Haag

DE HAAGSE
WILDE SCHOLEN

STEDIN

VRUCHTENBUURT



Warm in de Wijk heeft 500 aanmeldingen gehaald! Hoe nu verder?

HET KAN U BIJNA NIET ONTGAAN ZIJN. BEWONERSINITIATIEF WARM IN DE WIJK HAD DIT VOORJAAR 500 INTENTIEVERKLARINGEN NODIG VOOR HET MOGELIJK MAKEN VAN EEN DUURZAAM WARMTENET. DIT AANTAL IS RUIMSCHOOTS GEHAALD! HOE ZAT DAT OOK ALWEER PRECIES? WE ZETTEN DE MEEST GESTELDE VRAGEN VOOR U OP EEN RIJ:



Wat is Warm in de Wijk ook alweer?

Al in 2015 is vanuit het Wijkberaad Vruchtenbuurt, het idee ontstaan om samen met de bewoners van de wijk een eigen duurzaam warmtenet te ontwikkelen. Vanaf 2018 is de coöperatie Duurzame Vruchtenbuurt ontstaan. Omdat in 2020 een belangrijke Europese subsidie (ELENA) door Warm in de Wijk is binnengehaald, kunnen er nu serieuze stappen worden gemaakt om het warmtenet te gaan maken.

Wie zijn Warm in de Wijk?

Naast de coöperatie Duurzame Vruchtenbuurt zijn sinds 2018 ook NetVerder (onderdeel van Stedin), Dunea Warmte & Koude en de Gemeente Den Haag betrokken. Gezamenlijk hebben zij het aanbod uitgewerkt dat dit voorjaar aan bewoners is voorgelegd.

Hoe duurzaam is dat warmtenet?

Toch wel best duurzaam! De warmte die we nodig hebben komt van een rivierwaterleiding van Dunea. Die ligt onder de Laan van Meerdervoort. De warmte die in de zomer in het water zit wordt eruit gehaald en ondergronds opgeslagen. In de winter wordt die warmte weer uit de ondergronds opslag gehaald en met een

warmtepomp verhoogd tot de 70 graden die we in het warmtenet gebruiken. De elektriciteit die voor de warmtepomp nodig is, gaan we zoveel mogelijk met eigen zonnepanelen opwekken.

Waarom willen we eigenlijk van het aardgas af?

In het Klimaatkakoord van 2018 staat al dat Nederland uiterlijk in 2050 aardgasvrij wordt. Het verbranden van aardgas zorgt namelijk voor uitstoot van CO₂ en daarmee weer voor (verdere) opwarming van het klimaat. Bovendien is er geen oneindige voorraad van aardgas. Onze eigen voorraden in Groningen gebruiken we het liefst zo min mogelijk, vanwege de aardbevingen die zijn veroorzaakt. En, zeker gezien de recentelijke ontwikkelingen, leidt het inkopen van aardgas uit bijv. Rusland tot geopolitieke spanningen. Tijd om er afscheid van te nemen dus!

Is dit de enige manier voor Vruchtenbuurters om aardgasvrij te worden? Of kan het ook anders?

Je kan er ook voor kiezen om je woning te verwarmen met een warmtepomp in plaats van een aansluiting op het warmtenet. Dit is wel ingrijpend: je huis moet dan flink worden geïsoleerd (bijvoorbeeld door isolerende voorzetwanden), je radiatoren moeten

worden aangepast (bij voorkeur vervangen door vloerverwarming) en er moet ruimte zijn voor een warmtepomp met een flinke boiler ernaast. Bovendien moet de warmtepomp voorzien zijn van een 'buitenunit' die je dus nog ergens op je dak of aan je gevel kwijt moet. Waarbij geluidsoverlast voor jezelf en je burens een risico is.

En waarom moesten er dan 500 intentieverklaringen worden gehaald?

De partners van Warm in de Wijk: NetVerder, Dunea en de Gemeente moeten flink investeren om het warmtenet uiteindelijk aangelegd te krijgen. Dan wil je wel zeker weten dat er serieuze belangstelling onder de bewoners in de buurt is. 500 intentieverklaringen was het doel. Dit aantal is ruimschoots behaald: Uiteindelijk hebben zich 630 bewoners aangemeld. En dat in een gebied van 2200 woningen! In sommige straten is zelfs een deelname van ruim 70% behaald. Voor Warm in de Wijk is dit een duidelijk signaal om verder te gaan met het project.

Ik heb mij aangemeld. Wat kan ik nu verder verwachten?

Wat goed dat u bij de eerste aanmelders zit! Zoals gezegd gaan de partners nu door met het project: Dat gaat bijvoorbeeld om een ontwerp voor de productielocatie en voor het leidingennetwerk. Ook wordt een gedetailleerd aanbod aan de bewoners uitgewerkt. Dit aanbod hopen we rond de zomer van 2023 aan u te kunnen presenteren. Wanneer het warmtenet precies warmte gaat leveren, is van veel factoren afhankelijk. Volgens onze huidige planning zal dit ongeveer in 2025 zijn.

We gaan ook helpen om uw woning voor te bereiden op het warmtenet. Hoe we dat gaan doen, zijn we aan het uitwerken. We gaan helpen om op elektrisch koken over te gaan en een tijdelijke oplossing bieden voor de bewoners waarvan de CV-ketel aan het einde van de levensduur is. Dit willen we samen met mensen uit de buurt gaan organiseren.

We houden u sowieso goed op de hoogte van de voortgang via e-mail.

Ik ben eigenlijk wel benieuwd hoe zo'n warmtetaansluiting er dan uit komt te zien. Kan ik dat al ergens bekijken?

Ja dat kan zeker! Ruud Cuijpers van NetVerder heeft voor ons een camera en microfoon meegenomen naar een woning in Groningen die al aangesloten is op een warmtenet en een informatief filmpje gemaakt. De manier waarop dat daar is gebeurd, is goed vergelijkbaar met hoe het er straks uit komt te zien in de Vruchtenbuurt. Dit filmpje is te bekijken op: <https://warmindewijk.nl/het-warmtenet-in-uw-woning-ruud-laet-het-zien/>

Ik heb mij nog niet aangemeld. Kan dit alsnog?

Ja hoor, graag zelfs! Op onze website www.warmindewijk.nl staat nog steeds een aanmeldknop.

Ik woon buiten het focusgebied, maar wel in de Vruchtenbuurt. Kan ik later dan nog wel meedoen?

Het warmtenet van Warm in de Wijk wordt nu nog alleen ontwikkeld voor bewoners in het zogenaamde 'focusgebied' (zie <https://warmindewijk.nl/focusgebied>). Een deel van de Vruchtenbuurt valt daar nog buiten. De coöperatie Duurzame Vruchtenbuurt wil uiteindelijk voor de hele Vruchtenbuurt het duurzame warmtenet ontwikkelen.

Ik schrik erg van mijn aardgasrekening op dit moment. Wordt het warmtenet goedkoper?

We hebben afgesproken dat de aansluiting op het warmtenet maximaal €3.500 kost. Wat u per maand moet betalen, kunnen we nu nog niet voorspellen. De aardgasprijzen zijn enorm hard gestegen het afgelopen jaar. Bij sommige bewoners leeft de angst dat met een aansluiting op een warmtenet het nog duurder gaat worden. Dit is niet het geval. De prijs van warmte is gereguleerd door het ACM en mag niet duurder zijn dan wat u anders had betaald aan aardgas. De coöperatie Duurzame Vruchtenbuurt streeft naar een redelijke, op de kostprijs gebaseerde, prijs.

De rol van de coöperatie Duurzame Vruchtenbuurt

De coöperatie zit namens de bewoners in Warm in de Wijk. Na de succesvolle campagne in de buurt hebben de leden van de coöperatie besloten dat we verder kunnen met het project om de eerste 500 woningen aan te sluiten op het warmtenet. Gezien de belangstelling van de bewoners wordt het ontwerp zo gemaakt dat ALLE woningen in het focusgebied aan zouden kunnen sluiten.

Om dit te realiseren moet er nog veel uitgezocht worden. Daarom is ook besloten om te starten met een onderzoek naar (voor-) financiering. Daarnaast gaat de coöperatie onderzoeken in welke organisatievorm de leden een stem hebben bij o.a. de prijsbepaling van de warmte die u straks afneemt. Wilt u ook meepraten: wordt dan lid van de coöperatie!

Tot slot: Dank aan alle bewoners van de Vruchtenbuurt!

Wat zijn we waanzinnig trots dat we deze mijlpaal nu hebben gehaald. Dit hadden we nooit gekund zonder de inzet van alle bewoners in de wijk. Hartelijk dank voor iedereen die heeft geholpen met flyereren, borden ophangen, de deuren langs in de straat, het onder de aandacht brengen in de groepsapp en noem het maar op. Dankzij de vele gesprekken die de inwoners in de Vruchtenbuurt met ons en met elkaar over dit warmtenet hebben gevoerd hebben we nu een serieuze stap gezet in het mogelijk maken van een eigen duurzaam warmtenet.

KOOKABURRA Beach

Welkom Kookaburra Beach!
Kooka...wattttt? Precies de reactie die we willen

We hebben besloten De Fuut te bedanken en de locatie een nieuw jasje te geven. Het is tijd voor nieuwe kleuren en een nieuwe uitstraling!
En daar hoort dus een nieuwe naam bij:

KOOKABURRA Beach

Kookaburra? Wat is dat?
Een (Australische) lachvogel! En lachen staat voor ontspanning. Dat is nou net wat je vindt bij Kookaburra Beach:

Gezelligheid, ontspanning, genieten van het strand met een goede koffie of een lekker speciaalbiertje in je handen je voeten in het zand.

Alleen of in goed gezelschap, alles kan, niks moet.

Kortom, een prachtige locatie om lekker een dagje te 'stranden' of een goed (bedrijfs)feestje te vieren.

Kookaburra Beach gaat 1 april open!
(Vertel het door!)

Vochtdoorslag en andere problemen
aan de gevel lossen wij op!

van den BERGH



Gevelonderhoud

Gespecialiseerd in:

Metselwerk • Voegwerk
Balkonherstel • Vochtwering
Gevelinspectie • Stoomreiniging

Dé gevelexpert van Den Haag!

Van Vruchtenbuurt tot Marlot

Voor een vrijblijvende offerte bel nu:
06 250 90 673 of mail naar:
vdbergh.gevel@hetnet.nl



Gewoon goed!



Wilfred Klap
Register Makelaar
Register Taxateur



Leendert-Jan Klap
Register Makelaar
Register Taxateur



Jeroen Bockstaele
Commercieel medewerker



Shirley Brant-Smak Gregoor
Commercieel binnendienst
medewerkster



Sylvia Geenen
Commercieel binnendienst
medewerkster



VERKOOP | AANKOOP | TAXATIE





Er zit muziek in de Vruchtenbuurt

**26 juni
13.00-17.00 uur**

**Wijkberaad Vruchtenbuurt
Vrijdag 26 juni 2015**

**Programma
en
de artiesten**



1 - BackTrack.nl

Poprepertoire met o.a. muziek van Joe Walsh, Joe Cocker, Tom Petty, The Eagles, The Birds, Bruce en nog veel meer.....

Locatie: Abrikozenstraat 182
13.30-14.00, 14.30-15.00,
15.30-16.00 uur

2 - Tutti Frutti

'Van alles door elkaar'; vooral pop-covers uit de TOP2000, met hier en daar een verrassende noot.

Locatie: Pippelingstraat 77
14.30-15.00, 15.30-16.00,
16.30-17.00 uur

3 - Chi-Han Chai

Pianorecital: Franz Schubert:
Vier Impromptus op. 90 D 899
Locatie: Limoenhof 10
(tuin Groene Mient)
15.00-15.30 uur

4 - Tanti Canti

Klein vrouwen popkoor/ vocal group Tanti Canti zingt jullie met enthousiasme toe!
Locatie: Abrikozenplein
13.00-13.30, 14.00-14.30,
15.00-15.30 uur

5 - Todd Giles

Acoustic Indie - een muzikaal buffet - nieuwe liedjes, oude liedjes, gitaren, banjo's, mandoline - je weet nooit wat je krijgt, maar het zal iets zijn!
Locatie: Pomonalaan 7
14.30-15.00, 15.30-16.00,
16.30-17.00 uur

6 - Take 3

Semi-akoestische covers – afwisselend repertoire met veel aandacht voor close harmony.
Locatie: Abri, Abrikozenstraat 207
13.00-13.30, 14.00-14.30 uur



7 - Popkoor de Sodano's.

Een sprankelend vrolijk vrouwenkoor dat leuke en mooie meerstemmige popliedjes zingt.
Locatie: Limoenhof 10 (tuin Groene Mient)
14.00-14.30 uur

8 - Haags Kleinkoor

Klein kamerkoor dat zonder begeleiding zingt over vrolijkheid, weemoed, liefde en treurigheid
Locatie: Mandarijnstraat 55
13.00-13.30, 14.00-14.30 uur

Les Amis de la Framboise

Locatie: Frambozenstraat 35
15.00-15.30, 16.00-16.30 uur

9 - La Parranda

Latijns-Amerikaans (salsa, merengue, plena, bolero, bachata enz.)
Met een aanstekelijke mix van Latijns-Amerikaanse muziek maakt La Parranda een feestje waarbij niemand stil kan blijven zitten!
Locatie: Limoenhof 10 (tuin Groene Mient)
16.00-16.30 uur

10 - Urban Fun Band

3 gitaristen, drummer en zanger/mondharmonica spelen Rock en Blues
Locatie: Mient 677 (hoek Appelstraat-Mient)
13.30-14.00, 14.30-15.00, 15.30-16.00 uur

11 - Simon Cardoso

Een grote variëteit aan genres, in het bijzonder pop, rock en wat populaire oudere liedjes
Locatie: Abrikozenplein
13.30-14.00, 14.30-15.00 uur

12 - The BiggerBand

een grote, vet spelende coverband, inclusief 2 wereldzangeressen uit de Vruchtenbuurt en dampende blazerssectie.
Locatie: Aardbeistraat 1
15.00-15.30, 16.00-16.30, 16.30-17.00 uur

13 - Accent-Huisband Saffier

Covers muziek 60/ 70 jaren
Locatie: Perenstraat 59
14.00-14.30, 15.00-15.30 uur

Programma 26 juni 'Er zit muziek in de Vruchtenbuurt'

13.00-13.30	13.30-14.00	14.00-14.30	14.30-15.00	15.00-15.30	15.30-16.00	16.00-16.30	16.30-17.00
Haags Kleinkoor		Haags Kleinkoor	Tutti Frutti		Tutti Frutti		Tutti Frutti
	BackTrack		BackTrack	Les Amis de la Framboise	BackTrack	Les Amis de la Framboise	
Take 3	Urban Fun Band	Take 3	Urban Fun Band	The Biggerband	Urban Fun Band	The Biggerband	The Biggerband
		Popkoor de Sodano's		Chi-Han Chai		La Parranda	
		Accent-Huisband Saffier		Accent - Huisband Saffier			
			Todd Giles		Todd Giles		Todd Giles
Tanti Canti	Simon Cardoso	Tanti Canti	Simon Cardoso	Tanti Canti			

Buiten de lijntjes

VANDAAG MAG IK VOOR DE TWEEDE KEER IN MIJN REDACTEURSCHAP EEN
DEBUTEREND SCHRIJFSTER INTERVIEWEN EN DITMAAL IS DAT MAAIKE WIERINGA.
AAN HET BEGIN VAN DE AVOND BEGEEF IK MIJ NAAR DE GROENE MIENT.

Een sociocratie heb ik me laten vertellen. Toch wel bijzonder om als redacteur het voorrecht te hebben om bijzondere delen van de Vruchtenbuurt van binnen te bekijken.

Maaïke is opgegroeid in de Haagse Archipelbuurt en is inmiddels moeder van twee kinderen. Na het Gymnasium Haganum is ze ergotherapie gaan studeren in Gent en aansluitend heeft ze de Pabo afgerond aan de Haagse Hogeschool.



Ze is begonnen als ergotherapeut en is dat later gaan combineren met het lesgeven op de basisschool. Vervolgens is ze een post hbo-opleiding gaan volgen in de richting van psychomotorische kindervertherapie. Maaïke is na deze studie haar eigen praktijk gestart als kindervertherapeut en daarnaast blijven lesgeven op de basisschool. In 2022 is ze, na tien jaar, gestopt met haar eigen praktijk om meer tijd vrij te maken voor het schrijversambacht.

Het schrijven van een boek was al langere tijd een onvervulde droom van Maaïke. In het najaar van 2019 is ze gestart met het schrijven van haar eerste boek. Ze heeft daarbij de hulp ingeroepen van een schrijfcoach, Martien Versteegh van uitgeverij Donkigotte. Iedere

twee weken moest ze leveren en hiermee had ze een 'stok achter de deur' waardoor haar project een veel grotere kans van slagen had. De teksten werden vervolgens iedere twee weken voorzien van commentaar. Halverwege het proces heeft ze samen met haar schrijfcoach besloten om het vertelperspectief van haar boek te wijzigen waardoor al het eerdere schrijfwerk moest worden aangepast.

In 'Buiten de lijntjes' volgen we Robin (het vrouwelijk hoofdpersonage) en Noah (het mannelijke hoofdpersonage) op hun pad van puberteit naar jongvolwassenheid.

Alhoewel het verhaal niet autobiografisch is, heeft het verhaal wel een aantal gelijkenissen met haar eigen pubertijd. Het boek gaat over de tegenstrijdige periode die veel van ons doormaken op weg naar volwassenheid. Een ingewikkelde periode waarin je op zoek bent naar je eigen identiteit en tegelijkertijd ergens bij wilt horen. Het hokjes denken van je omgeving waardoor jouw specifieke pad best eens eenzaam kan voelen. Een periode waarin je jezelf spiegelt aan leeftijdgenoten, je seksueel oriënteert en verlangt naar die ander bij wie je zonder enige terughoudendheid jezelf kan en mag zijn.

Kortom een zoektocht naar wie je bent, wie je mag zijn, van jezelf en van anderen.

Is je boek al veel gelezen en heeft het sommige lezers geholpen?

Voorals mensen in mijn omgeving hebben het boek gelezen. Ik heb nog niet echt berichten gehad over hoe het mensen, jongeren, heeft geholpen. Wel heb ik begrepen dat ik een prettige schrijfstijl heb en mijn boek vlot leest. Zelf vind ik mijn schrijfstijl nog wat aan de veilige kant. Ik hoop in een volgend boek meer uit mijn comfort zone te kunnen komen.

Ben je al aan het nadenken over een volgend boek?

In mijn hoofd ben ik al wel bezig met een volgend verhaal. Het thema zal waarschijnlijk betrekking hebben op de overgang en de 'is dit het nu' vraag.

Hoe voelt het om Maaïke te zijn?

Gelijkmatig, kalm en soms ook verrassend. Ook heb ik altijd de ambitie naar meer.

Heb je nog meer dromen?

Ik zou nog graag een kinderboek schrijven samen met mijn dochter.

Nieuwsgierig naar Maaïke's debuutroman? 'Buiten de lijntjes' is te bestellen bij Uitgeverij Donkigotte en bij elke andere boekhandel. Heel veel dank voor het interview; ik zal mijn exemplaar snel gaan lezen nu de meivakanties eraan komen.

Beweeg *Interne kracht*
Stretch *Loslaten*



de Kristallen naald

YOGA • TAI CHI • QIGONG

www.dekristallennaald.nl

 **Quality Computer Centre**
Vertrouwd sinds 1997

Goudreinetstraat 253
2564 PS • Den Haag
070 - 323 69 91
info@qualitycomputer.nl
www.qualitycomputer.nl

ADVIES	REPARATIE
Over aanschaffen van Smartphones & Tablets Laptops, Desktops	Smartphones & Tablets Laptops & Desktops Printers & Monitoren
VERKOOP	HULP AAN HUIS
Hard- & software Smartphones & Tablets Cartridges & Printers	Instellen van Netwerk Back-ups, Printers E-mail & meer...

Voor informatie kunt u altijd bellen of onze website bezoeken



 **Stichting Eykenburg**
Help en ondersteuning voor ouderen

Huishoudelijke verzorging



Zoekt u ondersteuning in de huishoudelijke verzorging omdat het huishouden toch wat zwaar begint te worden? Dan helpt Stichting Eykenburg u graag!

Wij bieden huishoudelijke verzorging zowel via de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) als particulier. Wij werken in vaste teams, waardoor u niet teveel verschillende medewerkers over de vloer krijgt.

Wilt u meer weten over de huishoudelijke verzorging of bent u op zoek naar de actuele prijzen? Neem dan contact op via 070 - 750 70 00 of kijk op www.eykenburg.nl.

Meer informatie 070 - 750 70 00 | www.eykenburg.nl

Een huis kopen of verkopen
is een hele stap.
WIJ. staan graag voor u klaar

WIJ. met
TON BOS
makelaardij



WIJ. met Ton Bos makelaardij
Laan van Eik en Duinen 252
2564 GZ Den Haag
(070) 323 60 60

www.tonbos.nl



Huis nu verkopen of nog maar even wachten?



Steeds vaker spreek ik klanten die onzeker zijn wat het beste moment is om hun huis te koop te zetten. De oorlog in Oekraïne, de stijgende hypotheekrentes; hoe gaat dit doorwerken op de woningmarkt en is het dan beter om nu snel in actie te komen of nog maar even te wachten? De beslissing

ligt natuurlijk altijd bij de verkoper zelf, maar door relevante informatie te geven, help ik graag om deze weloverwogen te maken.

Stijgende hypotheekrente

De twee cijfers die van invloed zijn op de woningmarkt, zijn de hypotheekrentes en het consumentenvertrouwen. Door de inflatie en de gestegen risicopremies op de financiële markt, verwachten we niet snel een einde aan de stijgende hypotheekrentes, maar desondanks zal de hypotheekrente per saldo naar verwachting relatief laag blijven en er is veel concurrentie op de hypotheekmarkt.

Wat gaan de huizenprijzen doen?

Het consumentenvertrouwen wordt momenteel beïnvloed door de oorlog en de inflatie. Wij zien dit terug in een daling van het aantal bezichtigingen en aantal biedingen en een (tijdelijke) toename van ons aanbod doordat verkopers nu eerder tot verkoop willen overgaan. Het is echter goed je te realiseren dat uit recente cijfers van de NVM blijkt dat de woningmarkt nog steeds krap is, met meer vraag dan aanbod, en de woningen die er zijn worden snel verkocht. Daarom houden wij rekening met een verdere stijging van de huizenprijzen, maar de gemiddelde prijsstijging zal wel lager uitvallen dan vorig jaar.

De volgende stap

In veel bestaande woningen zit overwaarde en de spaartegoeden zijn groot. Dat zorgt ervoor dat er nog steeds veel geld besteed kan worden aan een (volgende) woning en dat te koop staande woningen nog altijd snel een koper zullen vinden. Paniek en haastig handelen is dan ook niet nodig.

Ferry Rodenburg
Register Makelaar Taxateur
Olsthoorn Makelaars



VOLGENS ESTHER

Feedback

Vandaag deel ik met u hoe mijn column tot stand komt. Zie het als een stukje verwerking, zodat ik het volhoud om iedere keer weer iets op papier te zetten. In grote lijnen gaat het ongeveer zo. Ik maak iets mee en zet die persoonlijke ervaring om in een column. Nadat ik het op papier heb gezet, lees ik het een paar keer door om taal- en tikfouten te verwijderen. Ik laat de column nog een dag of twee liggen, lees het dan nog een keer en pas het aan. Tenminste, dat zou ik moeten doen. Ik ga eerlijk zijn. Meestal ben ik zo enthousiast over mijn eigen schrijfsel dat ik het gelijk doorstuur naar mijn echtgenoot voor feedback. Vol spanning vraag ik drieëntwintig keer in een week of hij mijn column heeft gelezen. Mijn echtgenoot is niet de snelste, stelt dingen uit tot wanneer het echt moet en vergeet ook wel eens wat. Vandaar deze tactiek. In het meest positieve scenario begint de eerste zin van zijn mail met 'Leuk!'. Daaronder staan kritische vragen en wat opmerkingen. Van dit scenario word ik blij en daarna neem ik al zijn aanbevelingen over. Mijn liefde voor hem neemt toe, dankbaar dat hij meedenkt.

In het meest negatieve scenario begint zijn mail niet met "leuk", maar met "Is dit een onderwerp voor een column?" Met hartslag gaat omhoog, rode vlekken verschijnen in mijn nek en lichtelijk geïrriteerd lees ik verder. Woorden als "te emotioneel", "in your face", "wat ben je weer belerend" en "wat wil je nu eigenlijk zeggen?", staan zwart op wit. Ik klap mijn laptop dicht, haal diep adem, tover een lach op mijn gezicht en zeg een paar keer tegen mezelf dat ik heel goed tegen feedback kan. Hij wil alleen maar helpen, wat fijn dat hij zo eerlijk is. Ik verzin gewoon een ander onderwerp, niets aan de hand. Ik wil niet meer praten over die mislukte column. Feedback lezen, of horen, is een vak apart. Daar heb je een opleiding voor nodig.

Mijn echtgenoot wil daarentegen wel praten en als ik hem tegenkom is zijn eerste vraag wat ik van zijn feedback vond. Adem in, adem uit. 'Duidelijk. Ik ga een andere column schrijven. Bedankt voor je eerlijkheid.' Zijn ogen lichten op, hij is tevreden met het resultaat. Alert wacht ik op zijn reactie. 'Het onderwerp kan wel hoor. Alleen wat is je doel?'

Voordat hij verder kan gaan onderbreek ik hem. Ik ken hem te goed. 'Je hebt gelijk. Ik maak er nog wel wat van.'

Het liefst loop ik daarna weg, want ik zie dat hij opbloeit van het feit dat ik zo goed met zijn feedback omga. 'Het was echt to much, zo emotioneel beladen, ik ging mij steeds meer ergeren. Je had dertien keer hetzelfde woord gebruikt, heel irritant.' Hij gaat er nog even lekker voor zitten. 'Genoeg! Stop! Duidelijk. Je gaat in de overdrive, mijn feedback grens is bereikt.' Er volgt een schaapachtig lachje. In zijn ogen zie ik dat het klopt. 'Die laatste zin, die was wel mooi', hoor ik er nog zacht uitkomen.

Esther Musch

Theosofie

door Henri Nieuwhuis

DIT NUMMER MAG IK COEN VONK INTERVIEWEN EN DAAR HEB IK LANG
NAAR UITGEKEKEN. HIJ HEEFT SAMEN MET EEN COLLEGA DE LEIDING OVER
HET THEOSOFISCH GENOOTSCHAP EN IS DIRECTEUR VAN THEOSOPHICAL
UNIVERSITY PRESS AGENCY.

Coen woont in de Vruchtenbuurt en houdt kantoor aan de Daal en Bergselaan. Ik heb me nooit gerealiseerd dat een dergelijk genootschap zich kennelijk op loopafstand van mijn huis bevindt en dat soort verrassingen maakt het redacteurschap extra leuk.



Familieman

Coen heeft twee puberende kinderen en daarnaast een vrouw die werkt in de zorg. Regelmatig kun je hem zien wandelen met een sigaartje tussen zijn vingers op weg naar het strand. Hier laadt hij op en vindt hij de rust die hij zo nu en dan nodig heeft.

Studietijd

Hij is geen Hagenees maar heeft als student voor het eerst kennisgemaakt met de stad. Hij was graag in Groningen begonnen aan de studie bedrijfskunde maar het lot bepaalde anders en zo gebeurde het dat hij op de European University kon starten. Al snel kwam hij erachter dat alles wat hij daar leerde niet echt iets voor hem was. Ondanks deze tegenzin slaagde hij erin zijn studie af te ronden met mooie cijfers.

Geboren interesse

Zijn vroegste herinnering aan menselijke broederschap had Coen op achtjarige leeftijd. In een hotel in Duitsland zag hij een man die slechts één been had. Dit vond hij zo erg dat wat hem betreft daar het zaadje is geplant voor alles wat hij nu doet. In een Chinees restaurant waar hij zijn huwelijk vierde met zijn vrouw stond heel groot op de muur de tekst “voorbestede ontmoeting”. Zo is Coen

steeds minder in toeval gaan geloven maar steeds meer in de ideologie dat alles wat gebeurt een bedoeling heeft.

Coen is diverse malen afgereisd naar India en heeft daar veel armoede gezien. Hij wil graag een anekdote met mij delen. Hij zag daar een man bananen verkopen. Zelden heeft hij zoveel vreugde gezien in de ogen van iemand die met zo weinig tevreden kan zijn. Daarnaast kwam hij in aanraking met de opvattingen over karma (oorzaak en gevolg) en reïncarnatie. Samen met een gelijkgestemde buurman heeft hij nog vele andere landen bezocht zoals West-China, Mexico, Guatemala en Egypte met belangstelling voor hun oude beschavingen.

Wat is eigenlijk theosofie?

De theosofie bestudeert verschillende religies, filosofieën en wetenschappen op zoek naar waarheid. Door bijvoorbeeld de verschillende religies te bekijken zie je een aantal leefregels die in iedere religie terugkomen zoals ‘heb je naaste lief zoals jezelf’. Coen gebruikt hier de woorden zuivere ethiek. Een valkuil bij de religies die pretenderen de enige waarheid te bezitten is dat men elkaar naar het leven zal gaan staan. Coen neigt dan ook naar het boeddhisme. Het boeddhisme streeft naar een egeloos bestaan wat beter is voor eenieder. Handelen door het goede te doen om het goede zelf en niet denken aan het resultaat. Een bekend voorbeeld is het planten van een boom waarvan je zelf nooit de vruchten zal plukken maar de wereldbewoners na jou mogelijk wel.

Blavatsky

De geheime leer van de Oekraïense theosofe Helena Petrovna Blavatsky is meerdere malen door het genootschap uitgegeven. Bij de laatste versie heeft de Nederlandse taal een grondige update gekregen en daarnaast zijn er vele citaten en bronverwijzingen gecontroleerd en toegevoegd.

Dit gesprek en specifiek de theosofie laat zich slecht vangen in 600 woorden. Toch hoop ik een klein beetje de nieuwsgierigheid bij de Vruchtenbuurter te hebben geprikkeld. Ik ga als redacteur met een rijkelijk gevulde tas met verhalen en boeken naar huis. Veel dank Coen en ik hoop je nog veel te spreken.

Hoe kunnen we helpen? Vruchtenbuurt in actie voor Oekraïners

door Marieke Morshuis

DE ZOEKTOCHT VOOR DIT ARTIKEL NAAR INITIATIEVEN IN DE VRUCHTENBUURT
OM OEKRAÏNERS TE HELPEN, EINDIGT VOOR MIJ IN DE PRACHTIGE, ZONNIGE
TUIN VAN MIEKE VAN DEN BRANDE.

Daar kom ik terecht in een gemixt gezelschap van Oekraïense vrouwen en kinderen die in Nederland zijn opgevangen en Vruchtenbuurtbewoners die op de een of andere manier willen helpen.

Opvang in huis

Het artikel begon voor mij bij Alena Nemish, een van oorsprong Oekraïense die inmiddels 20 jaar in de Vruchtenbuurt woont. Zij heeft eerder haar eigen verhaal gedeeld met de Vruchtenpers (2019 - editie 4). Maar nu, zegt ze, gaat het niet over haar, maar over het

helpen van Oekraïne en Oekraïners. Zelf ving ze - via een Oekraïense vriend - Vera en haar twee kinderen op in haar woning aan de Thorbeckelaan. Terwijl zij onderweg waren naar Nederland bleek er nog een vriendin met kind mee te komen. Alena: "Ik heb toen op Hoplr een oproep gedaan om ook voor deze mensen een onderkomen te vinden. Daar kreeg ik meteen reacties op. Het was heel fijn om te zien dat mensen willen helpen." Ze kon zelfs kiezen uit meerdere plekken en kwam uiteindelijk uit bij Nicole. Daarover later meer.





Onmisbaar in het Gulden Huis

De opvang bij mensen thuis is in principe de eerste opvang voor een korte periode. De gasten van Alena zijn inmiddels voor een aantal maanden ondergebracht in voormalig woonzorgcentrum Het Gulden Huis. Alena: "Het is goed dat opvang bij iemand in huis meestal tijdelijk is. Het betekent nogal wat, dat moet je wel beseffen. Mensen hebben niet alleen verblijf nodig, maar ook bijvoorbeeld kleren en andere spullen. En je moet van alles regelen, zoals registratie bij de gemeente, bepaalde procedures bij de Oekraïense ambassade, een huisarts als dat nodig is en school en vrijetijdsbesteding voor de kinderen. Het is ook belangrijk om zelf initiatief te nemen in het zoeken naar een oplossing voor de wat langere termijn. Die komt niet vanzelf naar je toe."

Vera, die ik ontmoet bij de tuinbijeenkomst, blijkt inmiddels een populaire bewoner in het Gulden Huis. Ze vertelt: "Toen we daar aankwamen, merkte ik dat er weinig onderling contact was en iedereen maar een beetje op zijn eigen kamer bleef. Ik heb mijn best gedaan ze eruit te krijgen, onder meer door samen te koken en te eten. Ook vrijwilligers komen graag mee-eten en willen me eigenlijk niet meer laten gaan!"

'Studeren' op de Vlierboom

Alena heeft haar gasten bij vertrek zeker niet losgelaten en helpt ze nog steeds waar ze kan. Zo heeft ze voor de 15-jarige dochter Polina geregeld dat ze kan schilderen in het atelier van Mieke. In die prachtige tuin. Ook gaat Polina met een meisje uit de buurt naar dansles. En voor de 4-jarige Tim heeft ze een plekje gevonden op basisschool De Vlierboom. Na de eerste schooldag daar kwam hij volgens Alena een tikje teleurgesteld thuis. "In Oekraïne gaan kinderen pas met 6 jaar naar school en Tim had zich verheugd op het serieuze leren en studeren waar hij nu aan zou beginnen. Maar in groep 1 in Nederland is het natuurlijk nog vooral spelen en spelletjes doen!" Ze noemt ook nog korfbalclub Achilles, waar Oekraïense kinderen van harte welkom zijn.

Coördinatie gezocht

Alena houdt al met een al een hoop balletjes in de lucht. Ze heeft haar eigen gezin en huishouden, past twee dagen in de week op de kleinkinderen en werkt als officemanager bij een tandarts. "Alles gaat gewoon door en het helpen van Oekraïne en Oekraïners komt er nu bij. En ik had het idee dat er her en der veel losse initiatieven zijn. Door mensen samen te brengen hoop ik krachten te bundelen en iets van coördinatie tot stand te brengen, zodat niet iedereen zelf steeds dezelfde dingen moet uitvinden en we activiteiten kunnen verdelen." Ze deed daarom een oproep bij de inmiddels in een kleine app-groep verzamelde contacten: laten we bij elkaar komen om ervaringen uit te wisselen en te kijken of we een centraal punt kunnen instellen.

Tuin-beraad

En naar aanleiding van die oproep en mijn contact met Alena beland ook ik dus in de tuin bij Mieke. Een paar dagen ervoor sprak ik haar al even apart. Mieke: "Net als velen was ik ontzet toen de oorlog begon. Ik wilde iets doen om te helpen en meldde me aan bij onder meer Vluchtelingenwerk en het Rode Kruis. Dat leverde niet direct iets op, maar buurvrouw Marjolein bracht me in contact met een Oekraïens echtpaar uit de buurt dat spullen zou gaan brengen. En via Marjolein kwam ik vervolgens ook in contact met Alena en de mensen die zij opving. Zo kon ik Polina mijn atelier ter beschikking stellen. Langzaamaan kreeg de hulp meer vorm, onder meer door het starten van een appgroep."

Na een start in de 'huiskamer' - bij Op de Hoek - gaat de bijeenkomst verder in de tuin van Mieke. Daar word ik opgenomen in een gezellige kring van Oekraïense en Nederlandse vrouwen en Miekies man. Het lijkt bijna een familie of een al jaren bestaande vrienden-groep. De aanwezige kleine jongens vermaken zich bij - en Tim zelfs even in - de vijver. In een geanimeerde mix van Nederlands, Engels en Oekraïens worden de onderlinge banden aangehaald en diverse initiatieven gedeeld. Zo heeft Mieke iemand in de aanbieding die Engelse les kan geven en de aanwezige Vera en Tania maken daar graag gebruik van.

Twee keer ontbijten

De ook aanwezige Oekraïense Mariia werkt voor een internationaal bedrijf en spreekt al goed Engels, wat deze middag heel handig blijkt. Ze vertelt me ook over haar eigen woonomstandigheden. Ze is vrij snel na het begin van de oorlog gevlucht en terecht gekomen bij een gezin waar ze nu nog steeds verblijft. Dat dat zo lang goed gaat, heeft verschillende redenen. Zo heeft ze, samen met zoon Alexander van 6, de beschikking over een eigen keuken en badkamer. En op vaste momenten bespreekt ze met haar gastgezin hoe het gaat; wat goed gaat en wat beter anders kan. Deze open en constructieve opstelling van beide kanten maakt dat ze eerlijk uit kunnen spreken als iets niet bevalt en er dus iets aan kunnen doen. Bovendien kunnen de kinderen van beide gezinnen het goed vinden met elkaar. Mariia: "Inmiddels hebben ze samen ontdekt dat ze twee keer kunnen ontbijten, eerst bij de een en vervolgens bij de ander!"

Groene Mient

Ook twee bewoonsters van de Groene Mient sluiten aan. Het wooncollectief heeft plannen om hun gemeenschappelijke ruimte ter beschikking te stellen aan Oekraïners, bijvoorbeeld voor (kinder) activiteiten of zelfs tijdelijke bewoning in de zomermaanden. En wie wel eens een kijkje heeft genomen achter de gevels aan de Mient, weet dat het een paradijselijk plekje is! José vertelt: "We hebben ons op verschillende plekken gemeld, bijvoorbeeld bij TakecareBNB,

maar daar is nog niks uitgekomen. Misschien dat we nu via dit buurtnetwerk contacten kunnen leggen.” In de tuin blijkt in ieder geval belangstelling te zijn en er worden meteen gegevens uitgewisseld.

1 Minuut stilte

Net voor vier uur vraagt Alena even aandacht. Via een Oekraïense chatgroep heeft ze een oproep ontvangen om 1 minuut stil te zijn. Het lijkt een ‘reizende’ oproep te zijn, die wordt gedeeld en doorgestuurd en de minuut stilte reist mee. Alena vraagt ons mee te doen en zo delen we in de prachtige tuin op een zonnige zondagmiddag een bijzonder en ontroerend moment. Het wordt extra indrukwekkend door de precies op dat moment beierende kerkklokken.

‘Ze zijn welkom’

Nicole de Mooy heeft zich deze middag opgeworpen als centraal aanspreekpunt. Zelf heeft ze een tijdje Natalia met haar zoontje Seva

Nicole helpt haar met van alles. Nicole: “Voor de inrichting van het huis heb ik bijvoorbeeld Marktplaats en de kringloop afgestruind. Een kleine handicap is dat ik geen rijbewijs heb, dus grote spullen als vloerkleden en een kast kan ik niet vervoeren. Misschien is er iemand in de buurt die daar mee kan helpen?”

Vruchtenbuurt helpt UA

Nicole beheert nu de whatsappgroep ‘Vruchtenbuurt helpt UA’. De bedoeling van de appgroep is om hulpvragen en aanbod snel en centraal te kunnen koppelen. Dat kan over van alles gaan, van diensten als vervoer of taalles tot activiteiten voor kinderen en allerlei spullen. Iedereen die wil, kan lid worden van de appgroep. Stuur daarvoor een mail naar ndemooy@hotmail.com.

Alena is ook actief voor de stichting Oekraïners in Nederland (www.ukrainians.nl), die samenwerkt met de Oekraïense ambassade. Deze stichting werft fondsen, ondersteunt vluchtelingen en geeft gericht



van 2,5 in huis gehad. Ze reageerde meteen impulsief op de oproep van Alena via Hoplr: “Ik heb een kamer over, ze zijn welkom.” Nicole vertelt dat ze eerder al eens een tijdje een dakloos meisje in huis had gehad. Ze wist dus dat ze het kon. Nicole: “Ik ben met dochter Mare van 14 al gewend dat we allebei behoorlijk onze eigen gang gaan. Mare heeft autisme en dit werkt goed voor haar. Zo eten we allebei op ons eigen moment. Ik maak het wel klaar en Mare eet dan wanneer ze dat zelf wil. Dat was ook mijn insteek voor de opvang, ook de gasten moeten rustig hun eigen gang kunnen gaan. En Mare is erg begaan met mensen, dus zij vond het alleen maar mooi en ook gezellig dat ze er waren.”

Het ging zo goed dat Natalia en Nicole echt vriendinnen zijn geworden. Inmiddels heeft Natalia vanwege de zorg voor haar zoontje een eigen woning gekregen, maar ze hebben nog steeds veel contact en

praktische hulp, onder meer spullen, op de plekken waar het nodig is. Zo rijden er regelmatig kleine busjes naar Oekraïne om spullen te brengen. In het begin was er, ook in Nederland, vooral kleding nodig. Later was er meer vraag naar bijvoorbeeld luiers en melkpoeder. Op dit moment is er vooral behoefte aan borgbenodigdheden en verpleegartikelen. Alena weet via de stichting welke spullen nodig zijn. Als je wilt bijdragen, financieel of met spullen, kun je direct contact opnemen met Alena via 06 16479635.

n+u
COFFEE & MORE
AMSTERDAM ■ ■ ■ EST. 2020



nu verkrijgbaar
bij Porte Reffe
Vlierboomstraat 582-584

www.npuc.nl

WOLVILTEN
WORKSHOP
CURSUS DIY
KUNST
DESIGN
inspiratie
techniek
ontwerp
viltflexplek.nl



viltflex
plek

jac. bennebroek

Service & kwaliteit

- * IJzerwaren - gereedschappen - elektra - huishoudelijke artikelen en nog veel meer
- * Jac. Bennebroek is één van de oudste, zo niet "de oudste zaak" in de Vruchtenbuurt.
- * Vlierboomstraat 507 (hoek Abrikozenstr.) tel. 070-3680777

www.jacbennebroek.nl  

Sleutels klaar terwijl u wacht!




FYSIOTHERAPIE
ORTHOPEDISCHE MANUELE THERAPIE
OSTEOPATHIE | SPORTFYSIOTHERAPIE
GERIATRIE FYSIOTHERAPIE
GESPECIALISEERDE
FYSIOTHERAPIE AAN HUIS
EPTA VOOR PEESONTSTEEKINGEN
DRY NEEDLING | ECHOGRAFIE

7 LOCATIES IN DEN HAAG!
Akeleistraat 35M | Goudenregenplein 12
Weimarstraat 128 (Xcelsior) | Oude Haagweg 577
Mimosastraat 4 | Mimosastraat 7 | Mimosastraat 14

070 368 89 57 | info@mulderenvanoostveen.nl

FysioGroep Haaglanden    

WWW.MULDERENVANOOSTVEEN.NL



Gewicht in evenwicht? 

Als investeren in gezondheid en positieve energie een doel is!

- Coaching in gezonde leefstijl
- Specialisatie voeding en kind
- Ervaringsdeskundige in onder en overgewicht
- Kookworkshops kinderen/kookpartijtjes
- Workshops menu-make over, voor u en het gezin
- Catering
- Vergoeding vanuit aanvullende ziektekostenverzekering

Informeer naar de mogelijkheden op maat!
BGN Gewichtsconsulent, Eline Le Mair 06-10753559
info@gie-den Haag.nl, www.gie-den Haag.nl



de Vlierboom

DROGISTERIJ | PARFUMERIE

De Vlierboom

Vlierboomstraat 588
070-3230689
www.drogisterijdevlierboom.nl

Straatvertegenwoordiger aan het woord

door Isabella Spaans

IN DEZE NIEUWE REEKS GEVEN WE TELKENS HET WOORD AAN EEN VAN DE TIENTALLEN STRAATVERTEGENWOORDIGERS DIE ONZE BUURT RIJK IS. WE TRAPPEN AF MET PETRA HAMEL-VENROOY, DIE MET VOELBARE LIEFDE OVER DE STERAPPELSTRAAT EN DE 'STERAPPELAARS' SPREEKT.



Petra Hamel-Venrooy werd 61 jaar geleden geboren in Den Haag. Na drie jaar vertrok ze alweer uit Den Haag, maar 18 jaar geleden kwam ze door de liefde van haar leven weer terug – en wel in de Sterappelstraat, misschien wel het kortste straatje van de Vruchtenbuurt. Petra is wat je noemt een bezig bijtje: naast haar werk bij onderzoeksbureau Mediad doet deze trotse oma allerhande vrijwilligers- en bestuurswerk, van trainer/coach bij vrouwenorganisatie Yasmin tot gemeentevertegenwoordiger van de plaatselijke orac en ambassadeur van festival Oerol. En last but not least: sinds twee jaar is ze straatvertegenwoordiger van de Sterappelstraat. Nou ja, twee jaar...

Wanneer ben je straatvertegenwoordiger geworden?

Petra: "Sinds twee jaar op papier. Maar voor die tijd was ik al op verschillende manieren bezig met de straat. Het begon toen ik gevraagd werd om te bemiddelen in een burengeschil. Ik heb dat toen gedaan, maar puur om ruimte te creëren zodat zij in gesprek konden gaan. Ik heb nooit een oordeel gehad of partij gekozen, en tot op de dag van vandaag onthoud ik me van het vellen van oordelen – dat is niet aan mij. Daarnaast ben ik samen met een aantal burens

altijd voortrekker geweest van feesten en partijen in de straat – dat vind ik nou eenmaal superleuk!"

Wat houdt het in om straatvertegenwoordiger te zijn?

"Als straatvertegenwoordiger zie ik het als mijn taak om bij te dragen aan de veiligheid van iedereen in de straat. Ik meng mij niet in burenzaken, maar ik heb wel een signalerende functie. Ik heb allerlei mogelijkheden om mensen door te verwijzen, bijvoorbeeld naar de wijkagent. Je bent intermediair. Tegelijkertijd gaat het om verbinden, initiatieven nemen. Ik heb bijvoorbeeld de appgroep van de straat opgericht en de WhatsApp-buurtpreventiestickers daarvan opgehangen – sindsdien hebben we geen inbraken meer gehad *klopt het af*. Ook als er bijvoorbeeld iemand gaat verhuizen of verbouwen en er een parkeerplaats vrijgehouden moet worden, regelen we dat voor elkaar."

Welke ervaring als straatvertegenwoordiger is je bijgebleven?

"Begin dit jaar sloot banketbakkerij Borsboom, een boegbeeld op de hoek van de Sterappelstraat, de deuren. We hebben toen met de hele straat gezorgd dat Mark Langeree een gezellig afscheid kreeg. Jong en oud waren er. Het mooie vond ik dat Marieke hierin het voortouw nam, terwijl ze nota bene zelf pas net in de Sterappelstraat woonde. Ze zamelde geld in, iedereen gaf gul, en we deden Mark een heus eigen straatnaambord cadeau. Ik wil haar daar graag een compliment voor maken, want dat is precies mijn visie: dat er een nieuwe generatie opstaat die iets voor de straat wil betekenen."

Wat maakt de Sterappelstraat voor jou speciaal?

"Het is een kleine, hechte straat, met misschien rond de 35 gezinnen. De mensen kennen elkaar goed en kijken nog echt naar elkaar om. We hebben momenteel maar liefst negen nieuwe gezinnen in de straat, en vanuit de Abri is gezorgd dat ik deze nieuwe 'sterappelaars' na de zomer mag uitnodigen voor een mooie welkomstwandeling door de buurt."

Wat zou je de lezers van de VruchtenPers vanuit jouw positie als straatvertegenwoordiger graag mee willen geven?

"Iedereen kan een straatfeest organiseren. Ik doe het omdat ik het leuk vind, maar ik ben niet Atlas, ik kan niet de wereld op mijn rug te dragen. Iemand moet het doen, dus doe ik het, maar als iemand anders het ook leuk vindt: be my guest, ik help je graag. Wat mij betreft doe ik dit nog 5 jaar, waarin allerlei burens stage bij me lopen en het daarna overnemen. We doen het samen en duurzaam – want met elkaar kunnen we veel meer."

De balletschool van Annemarie

DROMEN EN PIROUETTES. KLEINE MEISJES HEBBEN GROTE DROMEN,
GROTE MEISJES HEBBEN KLEINE DROMEN.



Ik was niet het enige meisje in de vruchtenbuurt dat, na het lezen van het levensverhaal van de wereldberoemde Russische ballerina Anna Pavlova in het meisjesblad de TINA, er van droomde om bij het ballet te gaan. Nu, jaren later, droom ik er van nog een keer mijn geliefde balletjuffrouw te ontmoeten, die mij ietsje dichterbij die meisjesdroom bracht: Annemarie Gerretsen uit de Tomatenstraat.

Als ik aan de deur bel voor het afgesproken interview, zwaait Annemarie zelf de deur open en roept vrolijk uit: hier is de balletjuffrouw, en lijkt zij zowaar nog even een halve pirouette te maken in de deuropening. Ik herken mijn balletjuffrouw onmiddellijk, want alhoewel inmiddels ver in de 80 en misschien ietsje grijzer: zij heeft nog steeds de uitstraling van toen: een jeugdige ballerina.

Balletdansers, vriendschap en het Nederlands DansTheater

Annemarie Verhoeven had als kind balletles van Netty van der Valk in Rotterdam. Na de MULO heeft zij auditie gedaan en werd zij aangenomen bij het Nederlands Ballet, onder leiding van de Grande Dame Sonia Gaskell. Zij had daar aanvankelijk de tijd van haar leven, samen met o.a. Rudi van Dantzig, haar soulmate. Toch ontstond er na enige tijd onvrede en besloten enkele balletdansers, waaronder Annemarie en Rudi, het Nederlands Dans Theater op te richten (dat overigens nog steeds bestaat).

Rudi van Dantzig maakte in de begintijd veel balletten met mooie rollen voor Annemarie er in.

De orkestbak en wat daar zoal uitvoortkomt

Terwijl Annemarie haar mooie balletten danste werd Just Gerretsen, die als altviolist bij het Kunstmaandorkest speelde en in de orkestbak zat, verliefd op de mooie ballerina Annemarie.

Annemarie en Just gingen trouwen en stichtten een gezin. Just kreeg een baan bij het Residentieorkest in Den Haag, en tevens een huis aangeboden in de Aaltje Noorderwierstraat. Dit luidde het einde in van de carrière als balletdanseres van Annemarie.

Er werden meerdere dochters geboren. De vader van Just, die kunstschilder was, én docent op het Montessorilyceum en kunstrecensent voor de krant woonde in het huis in de Tomatenstraat (de eerste bewoner). Daar bij hem alle kinderen al uitgevlogen waren stelde hij woningruil voor. Zo gezegd zo gedaan: de Tomatenstraat verhuisde naar de Aaltje Noorderwier, en de Aaltje Noorderwier verhuisde, met kinderschare, naar de Tomatenstraat.

De balletschool

Moeder Annemarie kon toch niet helemaal afscheid nemen van het ballet, en had het plan opgevat om thuis een balletschool op te rich-

ten. Beneden in de doorgebroken kamer en suite werden spiegels aan de muren gehangen en aan elke zijde van de kamer een bar. Annemarie had banden vol klassieke muziek op een grote band-recorder, en hopla: enveloppé, développé, battement, battement. De meisjes van de met name de Vruchtenbuurt, Bloemenbuurt en Vogelwijk kwamen als "ballerinaatjes in de dop" de juiste houding en danspasjes aanleren bij de balletschool van Annemarie. Al na een paar jaar moest zij, inmiddels officieel bevoegd als danslerares, uitwijken naar een grotere ruimte, en dat werd kleuterschool de Libel.

Sneeuwvlokjes, elfjes en kikkertjes

Behalve les werden er ook voorstellingen gegeven. Waar ik zelf nog als een sneeuwvlokje in een blauwe tutu op het podium van de

Sonia Gaskell is op latere leeftijd naar Parijs verhuisd waar zij aan het eind van haar leven nog enige tijd verzorgd werd door een jongere balletdanser en in juli 1974 stierf na een ziekbed in een ziekenhuis in Parijs.

Hoe het nu gaat

Annemarie heeft 4 dochters, 10 kleinkinderen, en 3 achterkleinkinderen. Zij is nog steeds actief; zwemt en wandelt vaak met Liesbet de Jongh door de Bosjes van Pex. Het is verrassend hoeveel oud-leerlingen zij tijdens hun wandelingen tegenkomen, die Annemarie dan verheugd begroeten. En zelfs de dames van de manege hebben bij Annemarie op les gezeten. Toen er nieuwe burens kwamen wonen kregen deze de vraag: "oh gaan jullie naast Annemarie wonen? In dat huis had ik vroeger balletles!"



Dalton rond dwarrelde, werden er al gauw om het jaar voorstellingen gegeven in het Congresgebouw. Het ene jaar was er een open les, voor familie en vrienden, en het andere jaar een grote voorstelling. De hele familie Gerretsen hielp mee met de organisatie van de voorstellingen. Annemarie bedacht het hele programma zelf. Het huis in de Tomatenstraat had in die dagen veel weg van een heus naaiatelier, want overal hingen de eenvoudige maar vaak geestige pakjes, van kikkertjes tot elfjes tot prima ballerina's. Want van de kleinsten tot de oudsten: iedereen deed mee met de uitvoering!

Niet onverdienstelijk

Dat de balletlessen van Annemarie niet onverdienstelijk waren mag duidelijk zijn. Meerdere leerlingen van Annemarie zijn later naar het Koninklijke Conservatorium gegaan (om daar de balletopleiding te volgen red.) Onder andere Rachel Beaujean, voormalig soliste en de huidige adjunct-artistiek directeur van Het Nationale Ballet.

Hoe het verder ging

Annemarie is na 30 jaar balletlessen met pensioen gegaan. Maar er lopen nog heel wat meisjes (jong en oud) in de vruchtenbuurt en omstreken rond die dierbare herinneringen hebben aan haar bezielende lessen.

Haar man, de altviolist is inmiddels overleden

Rudi van Dantzig overleed in januari 2012 op 78-jarige leeftijd als gevolg van een ernstig verzwakte gezondheid.

Wat Leuk! "We kunnen met recht zeggen dat er in de Tomatenstraat een verborgen "Icoon" van de Vruchtenbuurt woont! (Met dank aan Liesbet de Jong voor de puntjes op de I)



Links Rudi van Dantzig, Midden Annemarie Verhoeven, rechts Just Gerretsen (haar man)

Behoeft u aan (gratis) juridisch advies?

Iedereen wordt wel eens geconfronteerd met een juridisch probleem waar men zelf niet uitkomt en waarbij advies door een deskundige gewenst is. U kunt dan ook nog steeds bij ons terecht voor het maken van een afspraak voor een vrijblijvend adviesgesprek in uw vertrouwde Abri.

Zo kunt u bij (huis)advocaat Eric-Jan Krijgsman terecht voor allerlei juridische aangelegenheden, waaronder die binnen VvE's maar ook op de werkvloer of binnen het gezin. Ook over de mogelijkheden van een schadevergoeding, bijvoorbeeld na een (bedrijfs-of verkeers)ongeval kunt u kosteloos worden geadviseerd. Daarnaast zijn de ondernemers uit de Vruchtenbuurt van harte welkom voor een kosteloos adviesgesprek, bijvoorbeeld indien problemen bestaan met afnemers of leveranciers. Of wellicht hebt u hulp nodig bij het opstellen van een goede incassobrief? En hebt u als ondernemer wel eens gedacht aan het opstellen van algemene voorwaarden?

Bij (huis)notaris Germaine Olde Heuvelt-von Bannisseht kunt u terecht voor alle vragen op notarieel gebied zoals bijvoorbeeld over wijzigingen van een appartementensplitsing, het oprichten van een B.V. of het maken van een testament of samenlevingscontract. Ook kunt u bestaande stukken (testamenten, huwelijksvoorwaarden, samenlevingscontracten) laten beoordelen; zijn ze nog steeds up-to date? Het is aan te raden een dergelijke check eens in de vijf jaar uit te laten voeren. Wanneer is dat bij u voor het laatst gebeurd?

Wilt u intussen een kosteloos (eerste) advies van (huis)notaris Germaine of (huis)advocaat Eric-Jan in Wijkgebouw De Abri? Maak dan een afspraak via het betreffende kantoor onder vermelding van "VruchtenPers".

Naast een fysieke afspraak in de Abri, bestaat ook de mogelijkheid van een telefonisch consult en/of de mogelijkheid van videobellen.



Drost Juten Netwerk Notarissen
Germaine Olde Heuvelt-von Bannisseht
T 070 – 342 51 00
E notarisgb@dorstjuten.nl



ScheerSanders Advocaten
Eric-Jan Krijgsman
T 070 – 365 99 33
E krijgsman@scheer.nl



Bent u toe aan ontspanning en wilt u een gezellig avondje uit? Dan bent u bij ons aan het goede adres.

Foxtrot, salsa, lijdans, gezelligheid en meer....

Heeft u zin in een gezellige avond, kom dan bij ons, DANSCLUB de MIENT, op de Mient 273D te Den Haag.

Elke zaterdag is er vrij dansen van 20.00 uur tot 24.00 uur.

Niet denken "ik kan het niet meer dus wat heb ik daar te zoeken", maar kom gewoon. Er zijn altijd mensen die u willen helpen met dansen en u wegwijs willen maken. Op de Mient is ruimte voor iedereen.

Door te bewegen op dansmuziek krijg je een vrij gevoel en dat is ook plezier. Dansen geeft contact met mensen door vrolijk met elkaar te praten. U heeft vroeger vast wel gedanst, maar door allerlei omstandigheden is er al jaren niets meer van gekomen.

Maar toch kriebelt het, laat u verrassen en stap over die drempel.

KOM EEN AVOND NAAR "DANSCLUB DE MIENT".

Op de vrijdagavond zijn er workshops of andere activiteiten, informatie daarover staat op de website www.dansclubdemient.nl.

De workshops in oktober van salsa en lijdans zijn goed bezocht en hebben de enthousiaste deelnemers veel plezier gegeven.

Tot ziens op de Mient en alvast een hele gezellige avond.

Spareribs, voedselbank, en heel hard werken

door Christine Albertz

ISAM JAMAL KWAM IN 1994 UIT EGYPTEN NAAR NEDERLAND, EIGENLIJK BIJ VRIENDEN “OP BEZOEK”. MAAR HET KLIMAAT (LETTERLIJK EN FIGUURLIJK) BEVIEL HEM ZO GOED, DAT HIJ HIER GRAAG WILDE WONEN EN WERKEN.



Hij begon, op basis van zijn horeca-ervaring, in Groningen en vervolgens in Maastricht, met werken in een “Nederlandse” shoarma-shop, om vervolgens naar Den Haag door te reizen en daar aan de slag te gaan. Eerst op de Regentesselaan maar vond al gauw zijn definitieve plek in de vruchtenbuurt.

Eigen zaak

In 2001 kocht hij snackbar “de Lotus”. Het was een eenvoudige snackbar maar Isam introduceerde het toen nog niet zo bekende broodje Shoarma en ging met goede moed van start. Maar pas toen de zaak meermaals verbouwd was en Isam zijn eigen specialiteiten invoerde, werd het een groot succes.

De zaak, die er altijd even keurig en schoon uitziet, werd uitgebouwd en voorzien van een speciale grill waar dagelijks vers bereide spareribs op gemaakt worden, die wijd en zijd beroemd zijn.

Groot bereik en de voedselbank

De Lotus bezorgt niet alleen maar in de Vruchtenbuurt, maar heeft een bereik van Loosduinen tot het Centraal Station, van Houtwijk tot Scheveningen.

Het mooiste is het als de klanten bestellen via de eigen website. Want voor elke bestelling die er geplaatst wordt, wordt er al sinds 2019 (!) vijftig cent per bestelling gedoneerd aan de voedselbank. Eenmaal per jaar gaat Isam zelf de medewerkers van de voedselbank begroeten, zoals hij dat noemt, maar door tijdgebrek kan hij zelf helaas niet meer doen. Toch helpt zijn bijdrage mee aan de voortdurende noodzakelijke uitbreiding van de faciliteiten van de voedselbank, wat ten goede komt aan steeds meer mensen die genoodzaakt zijn van deze voorziening gebruik te maken. Het is fantastisch dat een ondernemer, die zelf net de zware Coronatijd achter de rug heeft, nog zo aan anderen denkt. Maar als ik mijn respect toon wuift hij dat bescheiden weg, en zegt dat Nederland een land is waar heel veel mensen goed doen, via donaties of vrijwilligerswerk of iets degelijks.

Wie op de facebook site van de Lotus kijkt ziet hoe Isam de voedselbank met hand en spandiensten bij staat.

Personeel

Isam prijst zich gelukkig, zoals hij door de Coronatijd heen gekomen is. Middels de bekende platformen deed de Lotus al aan thuisbezorgen maar het werd zeker drukker tijdens de Coronacrisis.

De echte crisis kwam echter pas na de coronatijd, zoals voor zoveel horecaondernemers.

De echte crisis

De thuisbezorgsector is in de Coronatijd gegroeid van 100.000 naar een veelvoud aan werknemers. De bezorgers hebben het werk voor het kiezen en veel kleine- ondernemers kunnen niet aan voldoende personeel komen, inclusief de Lotus. Dit heeft tot gevolg dat Isam en zijn collega's soms wel 70 tot 80 uur moeten werken per week. Vakantie zit er dus niet altijd in, al hoopt Isam deze zomer met zijn vrouw en kinderen op familiebezoek te kunnen gaan in Egypte.

Prijsstijgingen

Tenslotte vraag ik of de Lotus gevolgen ondervindt van de oorlog. En dat blijkt inderdaad het geval te zijn, vooral door prijsstijgingen. Zo betaalde hij 8 maanden geleden voor een vat van 20 liter sojaolie 18 euro: nu kost zo'n zelfde vat 60 euro! De grondstoffen zijn schaarser, en het transport is lastiger en duurder geworden.

Vruchtenbuurt

Na 21 jaar vruchtenbuurt, waar Isam werkt, woont en zijn kinderen naar school gaan, voelt hij zich nog steeds heel erg gelukkig in deze fijne buurt.

Wij hopen dat de Lotus, ondanks de diverse crisissen (banken 2008/ Corona 2000-2002/ oorlog in de Oekraïne 2022 en het nijpende personeelstekort) nog lang in onze Vruchtenbuurt voort zal bestaan!

STALLING

SINAASAPPELSTRAAT



voor fiets - scooter - motor
winterbanden - skibox

voor info 06-51502791
stalling93@hotmail.com



P. RUPUR
Loodgieters
& installatiebedrijf

Meloenstraat 9, 2564 TA Den Haag
Telefoon: 070 323 2582
Mobiel: 06 2874 7362
E-mail: p.rurup@ziggo.nl
www.ruruploodgieter.nl

AANLEG CV-INSTALLATIES

ONDERHOUD CV-KETELS

ALLE DAKWERKZAAMHEDEN

LOOD- EN ZINKWERK

ONDERHOUD SANITAIR

RENOVATIE BADKAMERS



P. Rurup Loodgieters & installatiebedrijf voor de Vruchtenbuurt

Rurup Loodgieters- en Installatiebedrijf is al meer dan 15 jaar een begrip in Den Haag. Voor onder andere het installatiewerk van sanitair, centrale verwarming en dakwerken kunt u bij ons terecht.

Neem vrijblijvend contact op voor sanitaire werkzaamheden, gas-, water- en afvoerleidingen, rioleringen, platte en schuine daken, lood- en zinkwerken, CV-installaties en onderhoud.



Thuis bij

OLSTHOORN MAKELAARS



Vruchtenbuurt



Wij zijn uw makelaar in de wijk | olsthoornmakelaars.nl | 070 - 308 46 52



MUZIKANTEN IN DE VRUCHTENBUURT

door Miriam Bujny

Een première met encore: Pippelingstraat, hier komen wij (weer)!

CRIS VAN EIJK, MUZIKANT EN IT-ER BIJ STAEDION, GAAT ZICH BINNENKORT MUZIKAAL VOORSTELLEN BIJ DE NIEUWE BUREN. OP 26 JUNI (TIJDENS HET MUZIEK IN DE VRUCHTENBUURT-EVENEMENT) SPEELT HIJ POP EN ROCK COVERS IN ZIJN NIEUWE VOORTUIN.



Minke, nichtje Sterre en Cris (v.l.n.r.) (foto: Anviro Fotografie)

Cris en zijn vrouw Franka verheugen zich al op de nieuwe benedenwoning en vooral op de tuin. Sinds meer dan 15 jaar woonachtig op het Abrikozenplein, gaan ze binnenkort verhuizen. Voor Cris, die uit Capelle aan den IJssel komt, is het een première op de Pippelingstraat. Voor Franka niet, zij is hier geboren en getogen. "Het is een prima wijk, heerlijk rustig maar dicht bij het centrum. Ik kan overal naartoe fietsen, ook naar mijn werk."

Bij Staedion werkt hij al meer dan 15 jaar. En net zo lang speelt hij ook bij de bedrijfsband, Staeds. "Het bleek dat mijn manager ook de bassist was, en zo had ik een nieuwe baan en een nieuwe band." Met Staeds (gitaar, zang, basgitaar, saxofoon, keyboard, drums) speelt hij vooral pop en rock covers. "Tijdens Muziek in de Wijk wordt het een leuke akoestische set met gitaar en 2 zangeressen. Laat je vooral verrassen!" Gitaarspelen is een grote passie van Cris. Hij heeft het zich 35 jaar geleden zelf aangeleerd. "Ik speelde al saxofoon, maar ik wilde ook liedjes muzikaal kunnen begeleiden".

Hiervoor had hij al een behoorlijke muzikale achtergrond. Cris begon op 6-jarige leeftijd met blokfluit, later stapte hij over naar altblokfluit. Daarna wordt deze voor de hobo ingeruild, waarmee hij 2 graden heeft gehaald op de Capelse muziekschool. Op de middelbare school kwam daar de saxofoon bij. "Ik kom uit een muzikale familie. Mijn vader speelt dwarsfluit en orgel en mijn opa was kerkorganist." Zo deed hij dan ook eindexamen muziek op school, naast onder andere Wiskunde, Nederlands en Engels. "Hier kwam heel wat bij kijken; drummen, keyboard spelen, componeren, zingen, bas spelen," en hij vond het geweldig. Had hij het conservatorium of iets met muziek op oog? "Het leek me erg leuk, maar daar is toch geen brood mee te verdienen?". Het leek hem meer voor de hand liggen

om verder te gaan met zijn wiskunde-talenten en IT-er te worden.

Maar muziek maken, dat wil hij niet missen. Vanaf zijn zeventiende organiseerde hij als vrijwilliger jarenlang 'jam sessions' in een Rotterdams jeugdcentrum. Hij speelde in rock cover bands zoals 'Get it On' en 'Undercover' en nu 'Rockformation', die in een akoestische versie onder Hard 2 Handle' bekend staat. Afgelopen jaar kwam dan naast zijn werk een opleiding als Sound Engineer and Music Producer bij. "We hadden allerlei mixers en opnameapparaten in de oefenruimte staan en ik wilde eindelijk ook wel weten hoe ik de opnames goed kan mixen." In deze opleiding produceerde hij verschillende werkstukken in een aantal studio's. Onder andere zijn afstudeeropdracht 'Subside' met de band 'Red Ate Wolf'. Deze door Cris geproduceerde folk song (waar hij overigens ook tin whistle op speelt) staat sinds kort op Spotify.

"Ik vind produceren gaaf, maar ik wil het liefst ook zelf spelen". Zo is het dan ook begrijpelijk dat Prince een van zijn grootste idolen is. "Multi-muzikaal, hij kon alles zelf componeren en spelen, en zat vol inspiratie", aldus Cris. Maar muziek maken samen met vrienden, collega's en familie is voor hem heel belangrijk. Zijn nichtje deed laatst eindexamen muziek op dezelfde school in Capelle aan den IJssel. "Toen mocht ik haar op de gitaar begeleiden. Dat was heel bijzonder." Ik vraag hem nog met wie hij het liefst wil stranden op een onbewoond eiland met een perfect werkende studio. "Met Meikel, de bassist van 'Get it On', en met mijn nichtje Sterre... en eigenlijk wil ik ook ooit nog wel een paar songs opnemen met al mijn muzikale familieleden...". Maar nu eerst even bij de burens voorstellen op 26 juni!

MUZIKANTEN IN DE VRUCHTENBUURT

door Miriam Bujny

Alleen luisteren, dat is niet genoeg

OP 26 JUNI, TIJDENS MUZIEK IN DE WIJK, LAAT TODD GILES EEN STUKJE REPERTOIRE HOREN.

DIT DOET HIJ IN ZIJN EIGEN PORTIEK AAN DE POMONALAAN



Natterjack (Mike Bailey (gitaar), Maartje Valk (fluit, tin whistle), Todd Giles (4-string banjo); Foto © Eduardus Lee

Zeven jaar geleden kwam hij hier wonen, samen met zijn Duitse vrouw en Haagse dochter. Todd komt oorspronkelijk uit de VS. "Van de andere kant van de oceaan, uit New England. Aan zee, ergens tussen Zuiderstrand en Kijkduin, is hij vaak te vinden; om te ontspannen, inspiratie te vinden en om muziek te maken. Zo is het video voor de single "Wolf Moon" van zijn recente solo album "Old Trees" dan ook in het Westduinpark opgenomen.

Ook een korte film waar hij een van Bach's Cello Suites op fantastische wijze heeft omgetoverd tot een stuk op de mandoline speelt zich gedeeltelijk op het Zuiderstrand af. Deze producties ontstaan samen met Erik Mugira voor de technische kunstontwikkeling, "omdat ik daar geen vaardigheden in heb en hij geweldig werk doet." Echter, Todd is niet zomaar een muzikant, hij bespeelt allerlei snaarinstrumenten en is daarin een 'allround player'.

Sinds 25 jaar brengt Todd muziek uit, hij is begonnen met zijn indie

rockband Kolya. "Met The Union Ares maak ik nog steeds luide indie rock, maar misschien melodieuzer dan toen." Hoe anders was het om solo muziek te maken? "Het songwriting is eigenlijk vergelijkbaar. Ik schrijf altijd vrij eenzaam. Daar geniet ik van. Met een band geniet ik van het presenteren van een idee, en samen vervolgens ontwikkelen."

Waarover gaat "Old Trees", een album met 10 zachte en melodieuze songs op akoestische gitaar, die je ook op 26 juni gaat presenteren? "Voor mij is het een soort temperatuurcontrole van mijn eigen bestaan. Het gaat over dingen die ik observeer, waar ik muzikaal commentaar op wil geven. Het gaat over de wereld en hoe we er individueel, en als geheel, in leven. Ouderschap is een onderwerp, de actuele (wereld)politieke situatie, hoe mensen omgaan met de uitdagingen van de routines waarin ze zich bevinden. Mijn doel is, het altijd zo te componeren dat de luisteraar zijn eigen interpretatie kan ontwikkelen. Dat is veel gevraagd, van mezelf en de luisteraar, maar dat is mijn droom."

Wat is de grootste invloed op je muziek?

"Gewoon te leven. Ik houd te veel van muziek en het wordt allemaal verwerkt tot de mengelmoes die ik uiteindelijk produceer. Als ik iets hoor dat ik leuk vind, voel ik de behoefte eraan mee te kunnen doen. Dat kan muzikaal vele kanten op. Ik houd van Ierse traditionele muziek, dus ben ik begonnen met viool spelen, wat ik overigens nogal slecht doe. Maar ik speel 4-string banjo met Natterjack, waar wij naast Irish traditionals zelf gecomponeerde songs spelen. Ik houd van Bluegrass, dus speel ik ook de 5-string banjo en de mandoline. Alleen luisteren naar muziek, dat is niet genoeg voor mij. Als ik naar Tony Rice op zijn gitaar luister, wil ik onderzoeken hoe hij aan zijn geluid komt. Ik bedoel niet de noten die hij speelt, maar het geluid dat hij maakt."

Zoals inmiddels gebruikelijk, staat Todd's muziek op het internet, bijvoorbeeld op Bandcamp, Spotify en inmiddels ook op zijn eigen YouTube channel 'BanjoTodd'. Maar hij is eigenlijk geen grote vriend van digitale media. "Ik laat mijn muziek nog steeds het liefst op Vinyl zetten omdat ik ouderwets ben en er een blijvende romantiek in Vinyl zit." Hij doet dit onder andere ook op zijn eigen platenlabel dat hij niet voor niets Old Man Giles Records heeft genoemd. Natterjack heeft zijn eerste album opgenomen; het gaat binnenkort verschijnen.

<https://www.facebook.com/natterjackmusic1>

<https://www.theunionares.com>

<https://www.facebook.com/theunionares>

YouTube channel: BanjoTodd

Quiz:

In onderstaande zinnen zitten een boom, plant of dier verstopt. Als de plant, boom of dier letterlijk wordt genoemd is dat niet het goede antwoord, want de opgaven zijn weer cryptisch.

1. De man zette zijn das vast met een zilveren clip
2. Geen plevijf.
3. 's Avonds was het in het park ietwat donker en griezelig.
4. Na een flinke joint veranderde hij in een vis.
5. Engelse bok in de lente.
6. De Russen spoelden na de schipbreuk aan wal.
7. Sterke drank.
8. De schutter was op jacht naar vissen.
9. Geen palingbes.
10. Kameel + leeuw = ondier
11. See you later.....!
12. Kuch, kuch, er zit een amfibie in mn keel.
13. Verdrietige boom.
14. De ANWB haalt ze weg.
15. Er stonden veel bierflessen onder de struik.
16. Wat stond de vroegere koningin die mantel mooi!
17. Hou mn ladder vast als ik op het dak klim.
18. Adam en Eva zagen ze vliegen.
19. Roos aan het klimrek.
20. Deze planten benben ik vergeten helaas.

Stuur je oplossing uiterlijk 15 augustus in naar: roelsauerbreij@hotmail.com of doe deze in een enveloppe in de brievenbus van de Abri, Abrikozenstraat 207.
De winnaar of winnares ontvangt een cadeaubon van 25 euro.

Oplossing van de quiz uit VP1:

1. IJsvogel
2. Wombat
3. Gierzwaluw
4. Krokodil
5. Luis
6. Kwak
7. Roodborstje
8. Oester
9. Muggen
10. Makreel
11. Kanarie
12. Spar / varen
13. Zebra
14. Vlinder
15. Meerval
16. Schol
17. Beuk
18. Bloedzuiger
19. Strontvlieg
20. Kaasjeskruid

De winnaar van de quiz uit VP1 is de heer J. Lokker uit de Tomatenstraat

VruchtenPers Archief

Alle nummers sinds 2011 zijn digitaal gearchiveerd en te downloaden. Ga naar www.wijkberaad-vruchtenbuurt.nl en klik op Archief/VruchtenPers.

VruchtenMail

Het Wijkberaad heeft ook een maandelijks elektronische nieuwsbrief, de VruchtenMail.
Ga naar www.wijkberaad-vruchtenbuurt.nl en meld u aan.

De Abri

Het is mogelijk om ons wijkhuis De Abri te huren voor eigen activiteiten, bijvoorbeeld voor een vergadering van de Vereniging van Eigenaren. De Abri is niet te huur voor 'feesten en partijen'; we houden rekening met de burens. Er is gelegenheid voor ontvangst van maximaal 20 á 25 personen. De pantry beschikt over een koffiezetapparaat, waterkoker en een magnetron.
Voor meer informatie: bel ons secretariaat 070-3231930 of mail via info@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl.

COLOFON EN TELEFOONNUMMERS

Bezoek en postadres

Wijkhuis De Abri
Abrikozenstraat 207 (hoek Meloenstraat)
2564 VP Den Haag

Secretariaat

Telefoon: 070 – 323 19 30
E-mail: info@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl
Website: www.wijkberaad-vruchtenbuurt.nl

Openingstijden secretariaat: maandag van 09.00 tot 13.00 uur

Bestuur Stichting Wijkberaad Vruchtenbuurt

Voorzitter: Michel Rovers
voorzitter@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl
Secretaris: Esther Musch
secretaris@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl
Penningmeester: Marion Sijnja
penningmeester@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl
Bestuursleden: Jos Visser (Straatvertegenwoordigers) 06-80 12 00 31€
Tim Berkelaar (Duurzaamheid)
duurzaamheid@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl
Anneke Verhaal (AC) ac@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl
Marieke van Overveld
Webmaster: Tineke Orie & Renée van Burk,
webmaster@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl

Redactie VruchtenMail: [Astrid van der Vleut, info@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl](mailto:Astrid.van.der.Vleut@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl)
Secretariaat: EMC, contact: 070-323 19 30 of
info@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl

De VruchtenPers

Redacteuren: Isabella Spaans, Miriam Bujny, Henri Nieuwhuis, Christine Albertz en Marieke Morshuis. Met bijdragen van Roel Sauerbreij, Esther Musch, Steven Oemar, de AC en anderen.
Fotografie: Isabella Spaans, Miriam Bujny, Henri Nieuwhuis, Christine Albertz, Marieke Morshuis en anderen.
E-mail: info@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl
Vormgeving: Studio RIK, Den Haag.
Drukwerk: drukkerij Quantas, Rijswijk. Oplage: 5250 exemplaren
Adverteren: Secretariaat, 070-3231930 of
info@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl
Bezorging: Reclameverspreiding Haaglanden

De VruchtenPers verschijnt 4 maal per jaar in een oplage van 5250 stuks en wordt huis aan huis in de Vruchtenbuurt verspreid. Sluitingsdatum kopij volgende nummer 14 augustus 2022, geplande verschijningsdatum: 11 september 2022.

Reacties

Voor reacties lezers, suggesties, opmerkingen etc. zie contactinformatie secretariaat.

Algemeen alarmnummer hulpdiensten	Alleen voor urgente gevallen	112
Politie algemeen	niet urgent bureau Segbroek Fahrenheitstraat 192	0900 – 88 44
Wijkagent Steven Oemar	via het landelijke politienummer	0900 – 88 44
Elektronische aangifte	www.politie.nl/aangifte	
Meldpunt Misdaad Anoniem	website: www.meldmisdaadanoniem.nl	0800 – 7000
Brandweer	niet urgent	088 – 246 35 00
Gemeentelijk Contact Centrum (waaronder GGD) <i>voor schade openbare ruimte, storing/uitval straatverlichting, slechte bestrating, volle ORAC's, graffiti, groenvoorziening e.d.</i>	contactcentrum@dsb.denhaag.nl	14070
Meldpunt Graffiti <i>(voor verwijderen illegaal graffiti en plakwerk,</i>	www.meldpuntgraffiti@denhaag.nl	070 – 353 46 05
Stadsdeelkantoor Segbroek	Fahrenheitstraat 190	070 – 353 57 00
Wijkbus Segbroek	aanmelden tussen 08.00-10.00 uur	070 – 368 50 70
Stadsdeelwethouder Robert van Asten	Aanmelden voor spreekuur: Stuur een mailtje naar segbroek@denhaag.nl	
Gemeentelijke Ombudsman <i>Spreekuur woensdag 13.00 – 15.00 uur,</i> afspraak niet nodig	Sint Jacobstraat 125 mail: ombudsman@denhaag.nl	070 – 752 82 00
Sociaal Raadslieden		070 – 353 75 00
<i>Afspraak voor spreekuur via Klantenservice</i>		
Maatschappelijk werk <i>Telefonisch op afspraak via Stichting MOOI! VOOR Welzijn</i>		070 – 205 22 22
Den Haag doet burenhulp <i>voor hulpvragers en hulpaanbieders van kleine klussen, boodschappen, vervoer en dergelijke</i>	www.denhaagdoetburenhulp.nl	070 – 205 33 33
Centrum voor ouderen	Wijkcentrum de Regenvalk Weimarstraat 69	070 – 346 95 43
Ouderen consulent	i-shop 't Lindenkwaad 2e Braamstraat 6	070 – 205 24 80
Centrum Jeugd en gezin	cjgsegbroek@voorwelzijn.nl Hanenburglaan 339	070 – 752 69 00
Veilig Thuis	Zuid Holland	0800 – 2000
Advies- en Meldpunt Kindermishandeling	landelijk nummer	0800 – 2000
Dierenbescherming	landelijk nummer	088 – 811 30 00
Storing Gas of elektra	landelijk nummer	0800 – 9009
Blokken bankpassen en pincode	landelijk nummer	0800 – 0313

Verantwoording: De VruchtenPers wordt uitgegeven onder verantwoordelijkheid van Stichting Wijkberaad Vruchtenbuurt en wordt mede mogelijk gemaakt door de Gemeente Den

Haag en onze adverteerders. De redactie is verantwoordelijk voor de inhoud, en stemt deze af met het bestuur. Aan de inhoud kunnen geen rechten worden ontleend. De redactie

houdt zich het recht voor kopij te weigeren, te wijzigen of in te korten zonder opgave van reden.

VERAX

ASSURANTIEN NEDERLAND



Wilt u ook uw verzekerings- en hypotheekadviseur
bij u om de hoek?



Dicht bij huis verzekerd van een goed advies met de laagste
premies, voor al uw verzekeringen en financieringen.

Onder andere:

VvE verzekeringen
Autoverzekeringen
Woonverzekeringen
Hypotheek en leningen
Zakelijke verzekeringen



Kom eens langs op de Laan van Eik en Duinen 172, 2564 GX Den Haag
tel. 070-3461751 info@verax.nl www.verax.nl

novodent

John, Martijn en Jasper Jellema

Een team van prothesespecialisten



Wij van Novodent komen gratis bij u thuis voor het maken van
nieuwe protheses of het corrigeren en repareren van uw huidige
prothese. Met onze kennis en vaardigheden kunnen wij u
perfect van dienst zijn!

- Voor het maken van nieuwe kunstgebiten
- Pasvormcorrecties en reparaties
- Gratis behandeling aan huis
- 75% vergoeding vanuit uw basisverzekering, 25% eigen bijdrage
- Rechtstreekse vergoeding door uw zorgverzekeraar

**Bel voor het maken van een afspraak
of meer informatie.**

Valkenboskade 466 • 2563 JK Den Haag
(Hoek Laan van Meerdervoort recht tegenover halte tram 3 en 12)
070-3555790 • info@novodent.nl • www.novodent.nl



Laan van Meerdervoort 614
2564 AK Den Haag

Tel. 070 3250158

Fax 070 3251184

Binnen- en Buiten zonweringproducten

- Lamellen, jaloezieën, rol- en vouwgordijnen
- Knikarm- en uitvalschermen en horren
- Ruime keuze en uitstekende service
- Reparaties in eigen werkplaats



Blijft Mooi

VINTAGE
WOONWINKEL

Blijft Mooi, Vintage Woonwinkel

Vlierboomstraat 500, 2564 JM Den Haag

Openingstijden: donderdag t/m zaterdag

11:00-17:00 (of op afspraak)

Telefoon: 06-21497117 (ook WhatsApp)

Instagram: @blijftmooivintage

Website: www.blijftmooi.nl

STALLING
SINAASAPPELSTRAAT



**voor fiets - scooter - motor
winterbanden - skibox**

**voor info 06-51502791
stalling93@hotmail.com**

DE GESCHIKTE WONING, EEN SPELD IN EEN HOOIBERG?



WIJ VINDEN HET VOOR U

Laan van Meerdervoort 708a - 2564 AM Den Haag

T: (070) 368 94 96

E-mail: info@belderbos.nl - Internet: www.belderbos.nl