

KERSTVERHAAL

GELUKSVOGELS
IN DE
VRUCHTENBUURT

FIJNE FEESTDAGEN
VOOR IEDEREEN



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 KLUS
VAN FIETSEN
STALLEN



14

ONDERNEMERS
EN BEWONERS
IN GESPREK



24

EEN MUZIKAAL
ORGANISATIE-
TALENT IN DE
VRUCHTENBUURT



35

SOMS MAAK IK ER
WEL DERTIG OP
ÉÉN DAG

Inhoud

- 4** Vooraf
- 6** Uit en over de wijk
- 7** Straatvertegenwoordigers
- 9** Van de wijkagent
- 11** In gesprek
- 13** Claassen: familie in fietsen
- 15** It's about the touch
- 17** Duurzaamheid
- 20** Interview met Rob Taal
- 23** Volgens Esther
- 25** Kerstverhaal
- 26** Mag ik even met u praten?
- 29** Straatvertegenwoordiger
aan het woord
- 30** Hulp bij financiële administratie
- 31** Fijne feestdagen voor iedereen
- 32** Behoeftte aan juridisch advies?
- 33** Quiz
- 37** Uitslag kleurplaat
- 38** Colofon en telefoonnummers

VOORAF

Moeten we ons zorgen gaan maken?

OM TE BEGINNEN EEN TRIEST BERICHT. OP VRIJDAG 4 NOVEMBER JL. IS RENÉ SIJNJA OVERLEDEN. RENÉ HEEFT ZICH - VAAK ACHTER DE SCHERMEN - ALTIJD ZEER INGEZET VOOR HET WIJKBERAAD IN ZIJN ALGEMEENHEID, ALS STRAATVERTEGENWOORDIGER EN WAS ALTIJD EEN STEUN EN TOE-VERLAAT. WE WENSEN MARION HEEL VEEL STERKTE DE KOMENDE PERIODE.

Dan de kop van deze "Vooraf". De vorige keer schreef ik dat we onze ambities als bestuur, die we aan het begin van het jaar hadden, hebben moeten bijstellen. Dat beeld is er niet beter op geworden, integendeel. Want naast de vacature in het bestuur voor de post Communicatie zijn nu ook de posten Secretaris en Activiteiten vacant gekomen. Alle drie cruciale bestuursfuncties. Voeg hieraan toe dat de meeste overgebleven bestuursleden een fulltimebaan hebben en het moge duidelijk zijn dat we een (bestuurs)probleem hebben.

Nu staan het Wijkberaad en de Vruchtenbuurt er goed op. Dat is het goede nieuws. Binnen het bestuur hebben we de overige taken goed verdeeld en begint het overleg met de gemeente op gang te komen (waarover dadelijk meer). Als je naar de site van de gemeente, www.denhaag.incijfers.nl, gaat, kun je zien dat de Vruchtenbuurt op alle punten heel goed scoort, ook ten opzichte van andere vergelijkbare wijken.

Maar het moge duidelijk zijn dat we dringend nieuwe bestuursleden nodig hebben. Want zonder invulling van de drie opengevallen functies wordt het moeilijk om het huidige niveau van wijkvertegenwoordiging te handhaven, laat staan dat we nieuwe stappen kunnen zetten.

Ik hoop dat ook heel erg dat er mensen zijn die hun schouders onder de leefbaarheid in de Vruchtenbuurt willen zetten!! 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. Ook verderop in deze Vruchtenpers kunnen jullie de oproep aantreffen. In een actieve en grote wijk als de Vruchtenbuurt zouden er toch mensen moeten zijn die zich willen inzetten voor (versterking van) de sociale cohesie.

Dan het leuke nieuws. We zijn samen met de gemeente gestart met een campagne voor het Wijkbudget. Op 12 november hebben we hier 's middags in de Vlierboomstraat reclame voor gevraagd. Kort gezegd komt het erop neer dat alle bewoners van de Vruchtenbuurt ideeën kunnen aandragen om de sociale cohesie in de wijk te vergroten. In totaal is er €30.000,- subsidie beschikbaar. De wijk stemt zelf op de ideeën die het meest aanspreken. Een leuk en zeer laagdrempelig initiatief van de gemeente, waar de wijk zelf helemaal de eigen regie kan voeren! Iedereen kan ideeën inleveren tot 15 december, iedereen kan stemmen tot 22 december op www.wijkbudgetvruchtenbuurt.denhaag.nl

De afgelopen weken ben ik ook in overleg geweest met de gemeente over de herinrichting van de Laan van Eik en Duinen (aanleggen van een 30 km zone) en de voornemens van sociale participatie en woningbouw op het Colijnplein. In beide gevallen vraagt de gemeente om aanbevelingen c.q. ideeën vanuit – o.a. – de Vruchtenbuurt. Mochten er mensen behoefte hebben aan meer informatie, laat het ons weten, dan kunnen we zien op welke manier we daarin kunnen voorzien: info@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl

Tenslotte: normaliter houden we onze jaarvergadering eind januari. We willen dit komend jaar doen in februari; de concrete datum zullen we communiceren via onze website, de VruchtenMail en Hoplr.

Tot zover!
Goede feestdagen,
Michel.



IN MEMORIAM René Sijnja



Op 4 november bereikte ons het bericht dat René Sijnja op 76-jarige leeftijd is overleden. Al langer geleden was bij René een zeer ernstige ziekte vastgesteld, maar na een aantal behandelingen was hij door de artsen 'schoon' verklaard.

Helaas was de vreugde van korte duur: al een paar maanden later moest de diagnose worden bijgesteld en wisten René en zijn echtgenote dat hij niet heel lang meer onder ons zou zijn.

René was ontzettend actief binnen het Wijkberaad Vruchtenbuurt. Naast het feit dat hij al jaren straatvertegenwoordiger was speelde hij ook een belangrijke rol bij de planning en organisatie van de diverse activiteiten van de Activiteitencommissie.

De 'upgrade' van De Abri in 2021 heeft René vrijwel helemaal alleen bedacht, voorbereid en vooral ook uitgevoerd. Daarnaast was René al jaren de drijvende kracht achter het project Parels van de Flora- en Faunawijken, dat inmiddels bij vrijwel iedereen bekend is. Ook organiseerde hij wandelingen door zijn geliefde Vruchtenbuurt, die door hem van deskundig historisch commentaar werden voorzien.

Al op 6-jarige leeftijd trad René toe tot de jeugdbeweging "Internationale Orde van de Tafelronde". Begonnen als page klom hij op in de rangen om uiteindelijk in de jaren 90 de functie van Hoofdridder te bekleden. René was drager van de titel Graal Ridder.

René zal erg worden gemist. We wensen Marion en de kinderen heel veel sterkte bij het verwerken van dit verlies.

Samen wandelen door groen bij de buren

EÉN UURTJE PER WEEK MET ELKAAR WANDELEN DOOR HET MOOISTE GROEN
VAN DEN HAAG? SLUIT U DAN NU AAN BIJ DÉ WEKELIJKSE WANDELING DOOR
DE BOMEN EN BLOEMEN BUURT. GEZELLIG, GEZOND EN NOG GRATIS OOK.

Even de benen strekken, leuke mensen ontmoeten en genieten van het mooiste groen van Den Haag is nog nooit zo makkelijk geweest: iedere week, op een vast tijdstip en een vaste plek kunt u aansluiten bij de wandelingen van Stichting Gezond Natuur Wandelen. In een rustig tempo, want iedereen is welkom. Onderweg beleeft u met elkaar hoe ook de natuur met u meebeweegt, bij elk weertype en in ieder seizoen. Indrukken die u na afloop kunt delen tijdens een gezellig kopje koffie of thee.

Zin om mee te wandelen?

Doen! Aanmelden is niet nodig. Uw wandelgids staat wekelijks voor u klaar: vrijdag om

10 uur bij de ingang van de Zonnebloemstraat 159 A. De wandeling is altijd gratis, u betaalt alleen voor de koffie of thee.

Meer weten?

Heeft u vragen, of vindt u het misschien leuk om af en toe zelf een wandeling te begeleiden? Neem dan contact op met corrie@gezondnatuurwandelen.nl. Ook als u de locatie te ver vindt en graag dichterbij huis wandelt, laat het ons weten: bij voldoende belangstelling kunnen we een wandelgroep toevoegen!

Een overzicht van alle Gezond Natuur Wandelingen in Nederland vindt u op de website: www.gezondnatuurwandelen.nl



UIT EN OVER DE WIJK

Het Wijkberaad is dringend op zoek naar vrijwilligers!

Nieuw:
Sophie Baltink
06 153 43 882
Melostraat

OM HET VOORTBESTAAN VAN HET WIJKBERAAD TE VERZEKEREN

EN DAARMEE HAAR ROL IN HET BEHOUDEN/VERBETEREN VAN DE LEEFBAARHEID

IN DE WIJK ZIJN WE OP ZOEK NAAR:

- **Een secretaris (administratieve ondersteuning en aanspreekpunt voor bewoners).**

De functie van secretaris is onontbeerlijk voor het goed functioneren van het Wijkberaad en dus cruciaal voor het voortbestaan. Van je bestede tijd wordt vier uur per week betaald, mits je een zzp'er bent omdat het Wijkberaad geen mensen in dienst kan nemen.

- **Een bestuurslid Communicatie.**

Je bent de spin in het web voor alles wat draait om communicatie (website, social media, enz.). Deze functie is volledig vrijwilligerswerk en kost je ongeveer twee uur in de week. Je werkt samen met een groep enthousiaste mensen die het Wijkberaad meer op de kaart

willen zetten. We zoeken niet perse een opgeleide professional: als je het leuk vindt om een groep mensen te coördineren op het gebied van communicatie willen we graag met je in gesprek.

- **Een bestuurslid Activiteiten.**

Je bent in deze rol de verbindende schakel tussen de Activiteitencommissie en het bestuur.

Meer informatie?

Of wil je op een andere manier bijdragen aan de leefbaarheid van onze Vruchtenbuurt? Bel dan 070-3231930 of stuur een mail naar info@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl

Oproep van een buurtbewoner in het kerstnummer van De VruchtenPers

"De Vruchtenbuurt, de gezelligste buurt van Nederland", wordt wel gezegd en las ik ook weer in de laatste VruchtenPers. Ik ken natuurlijk niet alle buurten in Nederland, toch vraag ik me af of dit zo is. In mijn straat, de Aardbeistraat, groeten wij elkaar vriendelijk en maken we af en toe een praatje. Ik geef toe, een kleine straat, maar toch. Zodra ik de Aardbeistraat uit ben, kom ik in een andere wereld, lijkt het wel. Ook daar groet ik voorbijgangers. Een enkeling groet terug, de meesten kijken verstoord op (of zelfs dat al niet), sommigen brommen iets onverstaaens terug en een aantal keurt me geen blik waardig. Kan natuurlijk aan mij liggen, maar als dit al de gezelligste buurt van Nederland is, dan is het wel heel slecht met ons land gesteld. Kan het echt niet wat spontaner en vriendelijker? Zullen we proberen om er écht de gezelligste buurt

van Nederland van te maken door elkaar in het voorbijgaan vriendelijk te groeten? Eigenlijk niets bijzonders, toch?

Henk Zwaanswijk

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

Oplossing MiniBiebs:

In de vorige VruchtenPers stond een artikel over de verschillende mini-biebs in onze buurt. We vroegen u of u wist waar de verschillende foto's waren gemaakt; dat leverde nog aardig wat inzendingen op.

De oplossing was:

01 Laan van Meerdervoort, 02 Melostraat, 03 Tomatenstraat, 04 Perenstraat, 05 Oude Haagweg, 06 Perziklaan, 07 Ananasstraat, 08 Abrikozenplein, 09 Morelstraat, 10 Kornoeljestraat.

Na loting is de winnaar van een (in dit geval zeer toepasselijke) boekenbon: Janine Vink.



We schreven Pomonastraat

owneeee! echt?!

Iedereen weet natuurlijk dat het POMONALAAN moet zijn....

FOUTJE! vergeef je me?

IK ZAL HET NOOIT MEER DOEN O-OOP IK!



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



Michiel Vos
06-12 382 371
Druivenstraat



Roel Praat
070-3238850
Frambozenstraat



Patricia
Vermeulen-Mooiman
Goudreinestraat
06-477 754 11



Wij zoeken iemand
voor de:
Kornoeljestraat



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



Sophie Baltink
06 153 43 882
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



Wij zoeken iemand
voor de:
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.



Stichting Eykenburg
zorg- en dienstverlening voor ouderen

HAAGS ONTMOETEN

Uw plek in de wijk

Haags Ontmoeten, 't Praethuys



Kom vooral eens een kijkje nemen!

Het Haags Ontmoeten is een initiatief van de gemeente Den Haag. Een plek in de wijk waar alle zelfstandig wonende Haagse ouderen of hun mantelzorgers zonder afspraak binnen kunnen lopen om anderen te ontmoeten, ervaringen te delen of te ontspannen. U bent van harte welkom in Haags Ontmoeten 't Praethuys in Huize Eykenburg.

*Wilt u graag andere ouderen ontmoeten?
Gezellig koffiedrinken of een activiteit doen?*

Kom vooral gezellig langs! Er worden diverse activiteiten georganiseerd.

'Hoe kan ik mijn partner blijven ondersteunen?' 'Welke voorzieningen zijn er waarmee mijn vader/moeder langer thuis kan blijven wonen?'

Bij ons kunt u uw zorgen delen, een vraag stellen of andere mantelzorgers ontmoeten.

Activiteiten

Dinsdag

10.00 – 12.00 uur
Breien

14.00 – 15.00 uur
Beautymiddag

Donderdag

10.00 – 12.00 uur
Spelletjes

14.00 – 16.00 uur
PC hulp

Vrijdag

10.00 – 11.00 uur
Bewegen

14.30 – 15.30 uur
Borrelmiddag

Komt u bij
ons op de koffie?
U bent van
10.00 - 16.00 uur
van harte
welkom!

Locatiegegevens

Haags Ontmoeten 't Praethuys
p/a Huize Eykenburg
Kruisbessenstraat 12
2564 VD Den Haag

Contact

Nanette Houtman, Teamleider Welzijn
Huize Eykenburg & Het Zamen
n.houtman@eykenburg.nl
070 – 750 72 04

VAN DE WIJKAGENT

Bodycam

door Steven Oemar

WELLICHT IS HET U OPGEVALLEN DAT POLITIEAGENTEN SINDS ENIGE TIJD IN HET BEZIT ZIJN VAN EEN BODYCAM. DIT HEEFT VOOR ONS, ALS POLITIEAGENT, EEN TOEGEVOEGDE WAARDE TIJDENS ONS WERK.



Enerzijds om bewijs te kunnen aanleveren als dit nodig is en anderzijds ook om ons eigen gedrag in beeld te brengen. We zijn kritisch op ons eigen handelen en kunnen, met gebruikmaking van de beelden, leren van de manier waarop we op straat ons werk doen. Mijn persoonlijke ervaring is heel erg positief. Ik heb vaak genoeg mijn bodycam bij een incident gebruikt, waarbij ik zelf betrokken was. Het geeft een goed beeld achteraf van mijn optreden ter plaatse. Het

is regelmatig voorgekomen dat een persoon in kwestie een andere voorstelling van zaken geeft in zijn verklaring bij de recherche. Het is dan prettig dat beelden die verklaring kunnen ontkrachten dan wel bijstellen. Ontkennende verdachten confronteren met duidelijke beelden is dan prettig. Aan het gebruik van de bodycam zijn wel een aantal regels verbonden en misschien dat onderstaand stukje u iets meer duidelijkheid verschaft

Camera's zijn niet meer weg te denken uit de maatschappij. Het is heel gewoon om te filmen wat we meemaken en om de opnamen te delen met anderen. Ook de politie gebruikt camera's, zoals de bodycam. Maandenlange praktijkproeven hebben uitgewezen dat het dragen van de bodycam effect heeft op het gedrag van zowel de burger als de politie. Het gebruik van de bodycam versterkt het de-escalerend vermogen van de politiemedewerkers. Immers, waarschuwen dat het gedrag en datgene wat uitgesproken wordt, gefilmd gaat worden, kan tot aanpassing van het gedrag leiden. Politiemedewerkers die een bodycam dragen, voelen zich veiliger. Er wordt minder agressie en geweld gebruikt tegen politiemedewerkers die uitgerust zijn met een bodycam. Maar ook het vastleggen van strafbaar gedrag voor bewijsvoering is een toepassing van de bodycam.

De bodycam die een politiemedewerker draagt, hoeft niet altijd aan te staan. De politiemedewerker beslist zelf wanneer hij op gaat nemen. Dit hangt af van de situatie en de afspraken die hierover zijn gemaakt.

Bodycam-opnamen die niet bruikbaar zijn voor het politiewerk, bijvoorbeeld onderzoek door de recherche, worden vernietigd. Opnamen die wel bruikbaar zijn, kunnen, mits de wet dat toelaat, bijvoorbeeld gebruikt worden als bewijs in een strafzaak.

Bewaartermijn van opnamen bodycams

Dat hangt af waarvoor de opnamen verzameld zijn en verwerkt worden. Voor alle situaties schrijft de Wet politiegegevens (Wpg) voor hoe lang de politiegegevens, en dus ook bodycam-opnamen, verwerkt en bewaard mogen worden, en wanneer en door wie ze vernietigd moeten worden.

Bodycam-opnamen waarvan direct duidelijk is dat ze onbruikbaar zijn (bijvoorbeeld alleen lucht, geen audio) of die niet langer noodzakelijk zijn voor het doel waarvoor ze zijn verzameld of worden verwerkt, worden vernietigd. Dit besluit wordt binnen 4 weken genomen.

Op voor publiek toegankelijke plaatsen mag een politiemedewerker u filmen met een bodycam. Het filmen gebeurt dan als uitvoering van de algemene politietaak (artikel 3 Politiewet 2012) en als vorm van 'niet-stelselmatige observatie'. De bodycam wordt daarbij altijd openlijk en duidelijk zichtbaar gedragen.

Een agent heeft mij gefilmd met een bodycam. Wat zijn mijn rechten?

U kunt schriftelijk een verzoek doen bij de privacydesk in de eenheid waar het incident om de opgenomen bodycam-opnamen in te zien. U kunt alleen opnamen bekijken van een incident waarbij u zelf betrokken was. Voeg bij de aanvraag altijd de datum, tijdstip en plaats van het incident toe.

Artikel 3 van de Politiewet beschrijft het gebruik van bodycams. Wat er met de opnamen gebeurt, staat in de Wet politiegegevens. Om ervoor te zorgen dat alleen opnames van bodycams worden bewaard die nodig zijn voor bijvoorbeeld onderzoek, heeft de politie een extra beperking opgelegd. Die houdt in dat binnen 28 dagen nadat de bodycam-opname is gemaakt, moet zijn vastgesteld of de opname noodzakelijk is voor het doel waarvoor ze is verkregen. Wordt daaraan niet voldaan, dan worden de opnamen vernietigd.

Steven Oemar,
Wijkagent Vruchtenbuurt

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

De kunst van vragen zonder oordeel met Peter den Haring

OP EEN AVOND IN OKTOBER VERPLAATSTE IK MIJ OP MIJN SCOOTER RICHTING DE KORNOELJESTRAAT. EEN VRIENDELIJKE EN VITALE MAN DEED OPEN EN WE NAMEN PLAATS IN EEN KAMER VOL MET BOEKEN.



Peter bood mij koffie aan met een likeurtje en terwijl hij bezig was om dit te organiseren heb ik de vrijheid genomen om te kijken welke boeken er werden gelezen in het huis van deze bewoner. Middels een boekenkast kan je immers al een redelijke inschatting maken van iemands persoon en daarnaast heb ik ook het internet bekeken om zo een klein beetje achtergrond te krijgen van de persoon die ik mocht interviewen.

Nog voor ik het interview kon starten, stelde de zesenzeventigjarige Peter mij allerlei vragen hetgeen mij niet verbaasde aangezien hij ook zelf journalist is geweest bij het Algemeen Dagblad.

Hoe het begon

In een ver verleden heeft hij gestudeerd aan Nijenrode (Bedrijfskunde) en functioneerde daar al als hoofdredacteur binnen het studentenmagazine. Daar is wellicht het zaadje geplant voor de journalistiek voor deze onorthodoxe en kritische maar ook snelle denker. Hij was een bekende Hagenaar en tevens mede oprichter van het Haagse jongeren centrum "Het Paard van Troje". In de periode 1969-1983 heeft Peter zich gestort op het jongerenwerk en daar heeft hij veel geleerd. Een bijzondere stap na een studie bedrijfskunde.

Twee jaar heeft hij in het Indiase Poona gewoond als discipel van Bhagwan Osho Rajneesh. Vol enthousiasme kon Peter ook nu weer vertellen over deze tijden van heel lang geleden alsof hij gisteren nog uit Poona was teruggevoegen. Hij heeft daar vele vormen van therapieën meegekregen en aan een aantal van deze therapieën geeft hij al sinds jaar en dag zelf invulling. Peter is ook betrokken geweest bij de oprichting van Centrum Wajid aan het Haagse Prins Hendrikplein. Dat is nog één van de weinige resterende Osho centra in Nederland

Een eigen mening

Als journalist heeft hij geschreven voor nogal wat verschillende tijdschriften zoals Bres, Spiegelbeeld, Onkruid, Happinez, Prana, Jonas, Paravisie en Happiness. Ook daar heeft hij als journalist kunnen functioneren als kritische vragensteller. Zijn stellingnames worden echter niet overal evenzeer gewaardeerd. Zo te horen is hij echter te oud om zich nog door iemand de maat te laten nemen en zich knollen voor citroenen te laten verkopen zonder daar vooraf met open vizier de discussie over te hebben gevoerd.

Daarnaast was hij tot voor kort actief op Café Weltschmerz met het programma Tussen Hemel En Aarde. Ook hier betreft het een alternatieve nieuws site waar dialogen en bevindingen buiten de reguliere kanalen plaatsvinden en andere perspectieven naar voren komen. Je kan via YouTube met als trefwoord zijn naam diverse interviews van Peter bekijken.

En boek nummer 9

Zeer recentelijk publiceert hij zijn negende boek Dikke Hans Leert Vliegen met als subtitel Bestaat Reïncarnatie Echt? Peter is een echte verhalenverteller en een flink aantal van deze verhalen kan je ook terugvinden in dit boek. Inspiratie put hij uit veelzijdige ervaringen in zijn therapeutische praktijk. De verhalen zijn niet alledaags en meestal flink maatschappijkritisch. Moeiteloos wisselt Peter van het ene naar het andere perspectief, van auralenzen naar astrologie, van hypnose naar Familie Opstellingen. We zitten zo samen een flink uurtje in de spirituele achtbaan. Uiteraard kan je dit boek bestellen en stuur dan gerust een mailtje naar info@peterdenharing.nl.

Nog steeds schrijft Peter twee wekelijks korte stukjes in Tijdgeest Megazien. Alternatieve informatie die je zelden terugleest in de reguliere media. Kijk maar op www.tijdgeest-magazine.nl.

'A je to!' De klus van fietsen stallen in de Vruchtenbuurt.

door Miriam Buijny

FIETSEN STALLEN IN DE VRUCHTENBUURT IS EEN KLUS: IN SOMMIGE STRATEN PUILEN STOEPEN UIT VAN DE FIETSEN. AL TE VAAK VERDWIJNT ER OOK EEN: ALLEEN AL VAN JULI TOT OKTOBER ZIJN ER 25 FIETSENDIEFSTALLEN GEMELD.

We hebben hier alles - behalve fietsenstalling

Of de motivatie nu "beleefdheid op het trottoir" is, denk aan rolstoelgebruikers en kinderwagenchauffeurs, of dat binnen stallen gewoon veiliger is: er is een fietsparkeerprobleem in onze wijk. Maar wat zijn de mogelijkheden, vooral voor bewoners van een bovenhuis? Deze vraag had ook Tom Fürstenberg toen hij met zijn vriendin Irma in januari hier kwam wonen. "We zijn fietsliefhebbers. Naast fietsen voor het dagelijks gebruik hebben we ook vakantie-fietsen." Het onderwerp was voor Tom en Irma zo belangrijk, dat ze eerst een huis met berging in een ander wijk op het oog hadden. Maar uiteindelijk kozen ze toch voor een bovenhuis in de Sterappelstraat. "De sfeer en het dorpse karakter van deze wijk heeft ons meteen aangesproken. Leuke burens, gezellige tentjes - we hebben hier alles!", behalve een fietsenstalling. "Wij hebben daar namelijk maanden mee geworsteld", bevestigt Tom.

Geen fietstrommel, ook bij voldoende ruimte

In eerste instantie wilde Tom een fietstrommel laten plaatsen op een gunstige plek vlakbij. Hij contacteerde hierover de wethouder Robert van Asten. Maar deze antwoordde in een brief: "Omdat een fietstrommel veel ruimte in neemt in de openbare ruimte en maar een beperkt aanbod heeft voor fietsparkeerplekken, is besloten te stoppen met het plaatsen." Dus gingen Tom en Irma verder op zoek. In de Abrikozenstraat opende in 2019 de eerste volautomatische fietsenstalling in een woonwijk: drie fietscarroussels met in totaal plek voor 72 fietsen. Was dit dan de oplossing? Ermee rekening houdend dat iedere Nederlander gemiddeld 1,3 fietsen bezit, is de stallingscapaciteit voor de bijna 10.000 Vruchtenbuurters helaas onvoldoende en de wachtlijst lang. "Een vervolg hierop is helaas nog niet gerealiseerd wegens de hoge investeringen", volgens de wethouder. Dus, hier hadden Tom en Irma ook geen baat bij.

Do-it-yourself buurtstalling?

Gelukkig zijn er inmiddels een aantal buurtstallingen, of van bewoners of ondernemers. Helaas zitten ook deze meestal vol of waren in een onhandige locatie. "Als je je fiets iedere dag nodig hebt is het niet handig om eerst 10 minuten daarnaartoe te lopen.", legt Tom uit. "Maar het is wel een goed initiatief." Ook de wethouder benadrukt dat er een subsidieregeling bestaat: via deze kunnen bewoners geld aanvragen om een buurtstalling te beginnen. Per fietsparkeerplek is dan tot 500 EUR subsidie mogelijk. Maar voor Tom en Irma met gebrek aan stalingsruimte was dat natuurlijk geen optie.

De do-it-yourself thuis stalling!



Dus moest het toch maar in het eigen huis. De fietsen in de gang beneden te zetten was geen optie. "Irma heeft vaak klanten thuis, en dan wil je niet dat iedereen erlangs moet wurmen." De bestaande hang- of katrolsystemen leken niet geschikt. "Bij een hangstelsysteem moet je de fiets zelf boven je hoofd tillen, en wij hebben zware fietsen. Meestal hangen ze dan alsnog in de weg. Met een fietslift kan je de fietsen wel makkelijk omhoog takelen. Maar je moet de fietslift aan het plafond bevestigen." En iedere Vruchtenbuurter weet dat in ons geliefde jaren 30 huizen zelfs het ophangen van een hanglampje snel op een aflevering van Buurman & Buurman begint te lijken, met de plafonds van stuc op riet. Daaraan kun je niet twee zware fietsen hangen.



Maar voor Tom, als natuurkundige en docent wiskunde, natuurkunde en informatica, zijn problemen er om opgelost te worden. Met behulp van zijn zoon liet hij een ophangstelsysteem op maat maken - slim en niet eens duur.



In dit katrolstelsysteem zijn er twee fietsliften (die wel overal te koop zijn) aan stevige muurbeugels van roestvrij staal gelast. Deze muurbeugels zijn vervolgens met stevige keilbouten in de stenen muur verankerd. "De fietsen hangen nu zo hoog, dat je er makkelijk onderdoor loopt. En je kunt het systeem risicoloos in je eentje bedienen, zelfs bij een stelsysteem als het onze met twee zware fietsen!" "A je to!"

Vragen?



Buurtbewoners zijn welkom om het stelsysteem te komen bekijken en indien gewenst hulp te krijgen bij het (na)maken ervan.

t.furstenberg@winford.nl

Info over buurtstallingen:
<https://www.buurtstallingdenhaag.nl/>

Claassen: familie in fietsen

door Marieke Morshuis

ELKE VRUCHTENBUURTER WEET HET: VROEGER ZAT OP ELKE HOEK EEN WINKEL. INMIDDELS IS DAT AL LANG NIET MEER ZO. MAAR SOMMIGE VAN DIE HOEKWINKELS BESTAAN NOG STEEDS. ZOALS CLAASSEN TWEEWIELERSPECIALIST. OOIIT EEN VAN DE ZEKER ACHT FIETSENMAKERS IN DE BUURT. VIER ALLEEN AL IN DE STRATEN ROND HET ABRIKOZENPLEIN LEES IK IN HET BOEKJE 'HET WILDE WESTEN' VAN J.M. KNAUD.



Je kunt het je haast niet meer voorstellen. Een daarvan is fietsenzaak Claassen, sinds 1964 op de hoek Pippelingstraat - Citroenstraat. Ik ben benieuwd hoe het allemaal ooit begonnen is en ga in gesprek met vader en zoon Claassen, oprichter en huidige eigenaar van dit familiebedrijf.

Bromfietsman

Claassen senior, bij iedereen bekend als Piet Claassen, heet eigenlijk Peter. Op zijn veertiende zet hij zijn eerste schreden op het fietsenmakerspad als hij gaat werken bij fietsenwinkel Sheriff, hoek Pippelingstraat - Goudreinetstraat. Piet Claassen: "Ik begon daar als jongste bediende. En omdat er al meerdere Peters in de zaak waren, zeiden ze tegen mij: we noemen jou Piet. In die zaak heb ik het vak geleerd. Niet alleen met fietsen, maar ook brommers. Sheriff was de eerste Solex-dealer in Den Haag. De jeugd uit de buurt kwam er altijd graag sleutelen, waarbij ze wel goed opletten dat rivaliserende brommergroepjes - je had in die tijd de Bullen en de Kikkers - niet tegelijk kwamen. Ik stond bekend als de bromfietsman. Maar opvoeren van brommers heb ik nooit gedaan!"

Eigenlijk zou Piet Claassen fietsenzaak Sheriff overnemen, maar dat gaat uiteindelijk niet door. Een paar hoeken verderop zat echter fietsenmaker Den Dulk, een klein zaakje aan huis. Piet Claassen hielp hem al af en toe met reparaties en in 1964 neemt hij die zaak over. Met de verkoop en reparatie van brommers en fietsen start hij rijwielhandel Claassen. Ook geeft hij les aan de vakopleiding voor fietsenmakers.

In 1999 gaat Claassen senior met pensioen en neemt zoon Olaf de zaak over. Olaf: "Ik liep er in mijn jeugd wel veel rond, maar

overnemen was niet altijd al mijn bedoeling. Het liep gewoon zo. Mijn vader moest in die tijd weer een hartoperatie ondergaan en ik ging Rein - die nu inmiddels 44 jaar in de zaak werkt - helpen. En toen mijn vader 65 werd, nam ik het over. Handig was dat ik met mijn MMO-opleiding al een middenstandsdiploma had, want dat was toen nog verplicht als je een zaak had."

Vakmanschap

Vader en zoon delen de liefde voor het fietsenvak. Claassen senior heeft 30 jaar lesgegeven aan de vakopleiding en is nog steeds regelmatig te vinden in de werkplaats. Olaf zet met stagiairs in zijn zaak de lijn van zijn vader voort. Olaf: "Fietsenmaken klinkt misschien makkelijk, maar het is best een moeilijk beroep. Vakmanschap staat bij ons hoog in het vaandel en daar is praktijkervaring voor nodig. Daarbij vind ik het zelf heel leuk om mensen te zien ontwikkelen, zeker mensen voor wie dat misschien niet vanzelfsprekend is. Mooi om te zien hoe ze dan vervolgens bij mij of andere, grotere fietsenzaken in dienst komen." Niet voor niets werd Claassen in 2019 uitgeroepen tot beste stagebedrijf van Den Haag. Olaf: "Daar ben ik heel trots op."

Het vak van fietsenmaker is de afgelopen jaren aan het veranderen, niet in de laatste plaats door de opkomst van de elektrische fiets. Ook het vak verandert daardoor, maar met cursussen en bijscholing gaat Claassen met zijn tijd mee. "Tegenwoordig lezen we fietsen uit met een computer!" Maar ook met mijn gewone Gazelle kan ik er nog steeds goed terecht gelukkig.

MEER ZICHTBAARHEID & VERBINDING:

Ondernemers en bewoners in gesprek

ZONDAG 18 SEPTEMBER JL. WAS HET ZOVER:

HÉT EVENT 'MEER ZICHTBAARHEID & VERBINDING' VOND PLAATS!



Dit event, georganiseerd door Esther, Christel, Renée, Leanne en Simone was bedoeld om ondernemers en bewoners met elkaar in contact te brengen. Elkaar kunnen inspireren, motiveren en informeren en daarnaast meer zichtbaarheid te creëren voor ondernemers die geen 'etalage' hebben.

Het event vond plaats in onze Abri, het hart van de wijk. Met een gezellig aantal van 25 gasten ging het programma van start. Belangrijk: men kon ondertussen genieten van een kop koffie of thee met huisgemaakte gezonde lekkernijen.

Esther van Esther Musch Coaching trapt de middag af over stress: 'Zorg net zo goed voor jezelf, als je dat doet voor jouw mobiele telefoon. Deze laad je toch ook op?'. Daarna was Christel van Lekker Relaxed aan de beurt. Het opladen is mogelijk in haar praktijk aan huis: 'Geniet bij mij van een fijne massage die persoonlijk op jou is afgestemd, in stilte of in combinatie met een gesprek'. En als je dan nog beter voor jezelf wilt zorgen, kijk dan naar je voeding. Bij Renée ben je aan het juiste adres, want Renée van Relax & Enjoy Eating kijkt op een holistische manier naar voeding en zegt: 'Op welke factoren heeft voeding nou eigenlijk allemaal invloed? Heel veel!'.

Korte pauze. Even alles laten bezinken en in contact komen met elkaar!

Iedereen uitgekletst? Dan gaan we verder, want als je dan helemaal lekker in je vel zit, is het tijd om te stralen! Leanne vertelde vanuit

JustLeanne hoe je als onderneming zichtbaar kan zijn online, maar dat het belangrijk is om de offline wereld niet te vergeten. 'Iedereen is uniek, dus laat dit zien! Vertel jouw verhaal, maar vergeet De Driehoek niet!' En als we het dan hebben over even offline zijn, dan komen wij uit bij Simone van Schoonheidssalon Bienvenidos. Ze gaf een workshop over natuurlijke huidverzorging in samenwerking met Botanical Beauty, want 'je smeert geen producten op je lijf die je niet kan eten' en zoals ze mooi zei 'neem de tijd en geniet'!

Uiteindelijk werd de dag afgesloten met een gezellige borrel, die werd gesponsord door lokale leveranciers. Vegan kaasfondue van Mijnskrijn, smaakvolle wijnen van Porte Refe en heerlijke borrelhapen van Bilal.

En om een herinnering te creëren, stond er voor iedereen een leuke goodiebag klaar met o.a. diverse informatie van verschillende ondernemers en een lekker zoetigheidje van Bakkerij Segaar.

Wij kijken terug op een positief event en hopen dat er een vervolg komt!

Ben jij ondernemer en wil jij ook graag jouw verhaal delen met de bewoners uit de Vruchtenbuurt? Wij komen graag met je in contact! Stuur een mail naar: leanne@justleanne.nl.

Tip: support elkaar en kies voor lokaal!

Team - De Vruchtenbuurt 'meer zichtbaarheid & verbinding', Esther, Christel, Renée, Leanne en Simone.

It's about the touch

door Miriam Bujny

IRINA KULIKOVA IS ÉÉN VAN 'S WERELDS HOOGST AANGESCHREVEN KLASSIEKE GITARISTEN. TERWIJL HET REIZEN EEN GROTE ROL IN HAAR LEVEN SPEELT, VOELT ZIJ ZICH HIER IN DE VRUCHTENBUURT THUIS.



Foto: by Yana Feldman

Gelukkig 'verdwaald' in de Appelstraat

Irina speelt gitaar sinds haar vijfde. Vanaf haar twaalfde reist zij over de hele wereld. "De vroege start van mijn muzikale carrière heeft me iets bijzonders geschonken. Muziek heeft me dicht bij de mensen van over de hele wereld gebracht." Op een dag in de jaren nul verdwaalde zij hier in de buurt tijdens een wandeling en was meteen verliefd. Meer dan 15 jaar woont zij inmiddels gelukkig met haar familie in de Appelstraat.

Haar levensverhaal is inspirerend en raakt je: het gaat over natuurlijk talent, hard werken en familie. Geboren in Tsjeljabinsk en opgegroeid tijdens het uiteenvallen van de Sovjet-Unie was het leven niet altijd even makkelijk. Maar Irina is een ongelofelijk talent en doorzetter. Ze studeerde uiteindelijk aan de prominente Gnessin Staatsacademie in Moskou, en later aan het Mozarteum Salzburg en het Conservatorium Maastricht. Irina betreut niets. "Aan de uitdagingen ben ik als mens en als artiest enorm gegroeid."

It's about the touch

In haar muziek en in het dagelijks leven gaat het bij Irina om 'the touch' - het gevoel, het aanraken en geraakt worden. "Als je met volle overgave zorg besteedt aan de kleine dingen die het leven mooi maken, een kopje thee zetten, een heerlijk gerecht koken, of de muziek, dan zul je de mensen om je heen raken op een manier die blijft". Dit motto heeft ze ook in haar vijfde soloalbum "It's about the touch" verwerkt. Irina wilde zich uitdagen de klassieke gitaar te introduceren bij een breder publiek. Hierbij selecteerde zij onder andere composities die haar muzikale persoonlijkheid vormden als kind in Rusland. Het gaat hierbij om werken van onder andere Schubert, Chopin, Albéniz en Debussy, die oorspronkelijk zijn geschreven voor andere instrumenten. Irina combineert deze met gitaarcomposities van Aguado en Tárrega. Ook zijn er meerdere duo's te horen met Feliks Volozhanin. Met Volozhanin, een hoog aangeschreven cellist en jeugdvriend uit Tsjeljabinsk, speelt zij Albinoni's Adagio en Schubert's Ave Maria. En de wereldpremière

van "Three Night Ballades", een compositie toegewijd aan Feliks en Irina door componist Konstantin Vassiliev is te horen. Vassiliev arrangeerde ook een heel persoonlijk lied, geschreven door Irina's echtgenoot Wouter Fellendans, "Be as beautiful as you", toegewijd aan hun dochter Mariëlle voor deze CD.

Gloednieuw is haar inmiddels zevende album: een kerst-cd voor zang en gitaar, opgenomen in de befaamde Abbey Road Studio, en vervolgens dan ook "Christmas at Abbey Road" genoemd. Op dit feestelijk album zijn een aantal traditionele kerstliederen in heerlijke nieuwe arrangementen te beluisteren. Ook hier geeft Irina met "Christmas Without You", geschreven door Wouter Fellendans, en een lied gezongen door haar dochter een heel persoonlijke 'touch' aan haar werk.



Over het geven: coaching en lessen

Naast een drukke concertpraktijk geeft Kulikova lessen en doceert ze aan diverse instellingen over de hele wereld, daaronder ook online in de door haar opgericht Online Guitar Academy en in een aantal tutorials te volgen op haar Patreon pagina. Voor haar zit het vooral in het begrijpen hoe een student in elkaar zit om de kwaliteiten tevoorschijn te laten komen. Ook hier volgt Irina haar motto 'It's about the touch', en haar lessen zitten boordevol met beelden en humor. In een van haar tutorials zie je haar dan ook op een spons spelen om begrijpelijk te maken hoe verend haar vingers in een moeilijke passage op een neer springen.

Als oprichter en directeur van de The Hague – Altamira International Classical Guitar Competitie heeft ze in 2021 al een eerste editie met veel succes online gehouden. Irina hoopt er in 2023 een gedeeltelijk online, gedeeltelijk live festival van te maken. "Hiervoor zoek ik op dit moment nog een projectleider." Maar vervelen doet ze zich in de tussentijd zeker niet: "Ik wil vaker in Den Haag en in mijn buurt optreden. Ik geef bijvoorbeeld ook huisconcerten, en vind dat een heerlijke manier om contact te maken." Ook droomt ze ervan in 2023 een buurtconcert in de Vruchtenbuurt of vlakbij te geven. We horen het hier zeker als eerst en verheugen ons al erop!

Bedankt voor je komst
en graag tot maart 2023!

STRANDPAVILJOEN DE KWARTEL

RESTAURANT EN WIJNBAR AAN ZEE

KOOKABURRA
Beach

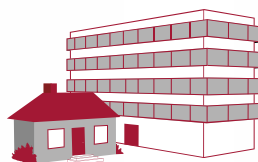
Feestje vieren?
Trouwen bij Kookaburra?
Vergaderen in het Kwartelhuisje?

events@dekwartel.nl
events@kookaburrabeach.nl

Kom je werken De Kwartel &
Kookaburra? Laat het vast weten via
personeel@dekwartel.nl

Vochtdoorslag en andere problemen
aan de gevel lossen wij op!

van den BERGH



Gevelonderhoud

Gespecialiseerd in:

Metselwerk • Voegwerk
Impregneren • Vochtwerking
Gevelinspectie • Stoomreiniging

*De gevelexpert van
de Vruchtenbuurt
en omstreken.*

Voor een vrijblijvende offerte bel nu:
06 250 90 673 of mail naar:
info@vandenbergh-gevelonderhoud.nl

W.F. Klap
MAKELAARDIJ

Gewoon goed!



Wilfred Klap
Register Makelaar



Leendert-Jan Klap
Register Makelaar
Register Taxateur



Jeroen Bockstam
Commercieel
Medewerker



Shirley Brant-Smak Gregoor
Commercieel Binnendienst
Medewerker



Sylvia Geenen
Commercieel Binnendienst
Medewerker



VERKOOP | AANKOOP | TAXATIE



klapmakelaardij.nl

Waarom iemand die zich geen 'gelovige' noemt toch investeert in duurzaamheid!

OP EEN ZONNIGE MIDDAG ONTMOET IK PIERRE HEIJNEN BIJ LUNCHROOM OP DE HOEK. PIERRE WOONT SINDE 1988 IN DE VRUCHTENBUURT IN DE TOMATENSTRAAT. HIJ IS WETHOUDER GEWEEST VOOR ONZE GEMEENTE VAN 1998 TOT 2006. IK BEN NIEUWSGIERIG WAAROM HIJ MEEDOET MET HET COLLECTIEVE ZONNEDAK DAT DE BUURTCOÖPERATIE STERK OP STROOM BOUWT OP DE AIKIDO-SCHOOL AAN DE MIENT.

De energiecrisis als aanjager voor verduurzaming

Pierre vertelt dat hij meer tijd heeft om te volgen wat er allemaal in onze buurt gebeurt nu hij met pensioen is. "Ik heb altijd met bewondering gekeken naar Groene Mient. Deze mensen in onze buurt hebben hun dromen in daden omgezet. Dat is knap! Dat geeft mij vertrouwen in waar zij nu mee bezig zijn: het ontwikkelen van het collectieve zonnedak." Daarnaast kent hij Arie Visser, de coördinator van het zonnedak, nog van vroeger. "Ik weet dat hij dit niet doet om zich persoonlijk te verrijken. Dat geeft mij het vertrouwen om mee te gaan doen. Het collectieve zonnedak is een goed doel. En als ik dan een steentje kan bijdragen, dan doe ik dat graag."

Trots op zijn Vruchtenbuurt(ers)

Een aantal motieven spelen bij Pierre's keuze voor het zonnedak bewust en onbewust mee. Maar het allerbelangrijkste motief voor Pierre is toch wel zijn verantwoordelijkheidsgevoel naar de toekomst. "Naast dat ik met pensioen ben, speelt ook de actuele energiecrisis en de oorlog een grote rol. Dit is natuurlijk vreselijk. Maar als lichtpuntje zie ik wel dat er een gigantische versnelling komt in het besparen van energie en het opwekken van meer duurzame energie. Je ziet nu dat meer mensen daar actief mee bezig zijn. De situatie met de energieprijzen is een hele grote wake up call", aldus Pierre. En hier is hij trots op zijn buurt. Trots dat de Vruchtenbuurt dit zo goed doet. "Ik vind het leuk als de Vruchtenbuurt zich onderscheidt door bij duurzaamheid goed te presteren". Daarnaast heeft de energiecrisis ook nog andere gevolgen voor Pierre. "Als voorzitter van Haag Atletiek word ik daar natuurlijk ook mee geconfronteerd. Ik ben enorm gedreven om sport en bewegen toegankelijk te houden voor iedereen. Dat kan alleen als de energielasten van de

sportaccommodaties enorm naar beneden gaan. Gelukkig zijn daar veel subsidiemogelijkheden voor bij de Gemeente, maar je moet het dan nog wel doen!"

Geen gelovige, maar verantwoordelijk voor de toekomst

"Ik ben geen gelovige of frontrunner op het gebied van duurzaamheid. Ik ben een hele modale Vruchtenbuurter", constateert Pierre. "Mijn allereerste drijfveer is het toegankelijk houden van sport voor iedereen. Willen we dat mogelijk houden dan moeten we iets aan ons energieverbruik en energieopwekking doen. We hebben al een zonnedak op het clubhuis, maar nog niet op de kleedkamers. Dat is dus de volgende stap. Daar ben ik intensief mee bezig." Maar Pierre is niet alleen bezig met zijn eigen belangen. "Daarnaast zie je, op een ander niveau, wat er misgaat met de aarde. Maak je je daar zorgen over en wil je ook iets kunnen 'doen'? Zelf heb je dan niet altijd de kennis, energie, en tijd om heel actief te worden. Maar door mee te doen met het collectieve zonnedak van Sterk op Stroom of het duurzame warmtenet van Warm in de Wijk, kan je toch iets doen met je verantwoordelijkheidsgevoel voor de toekomst! Zonder heel veel moeite help je op die manier onze buurtbewoners die wel heel actief zijn om de Vruchtenbuurt duurzamer te maken."



Wilt u net als Pierre Heijnen meedoen met het collectieve zonnedak op de Aikido-school aan de Mient?



Via deze QR-code komt u op de informatie-pagina van de website van Sterk op Stroom.



Volledig aardgasvrij?



ZO HELPT WARM IN DE WIJK MET DE OVERSTAP OP INDUCTIE KOKEN



Warm in de Wijk zet zich in om een duurzaam warmtenet te realiseren in de Vruchtenbuurt. Wanneer u aansluit op het warmtenet adviseren wij u om over te stappen op elektrisch koken. Dit bespaart namelijk kosten. Als u namelijk volledig aardgasvrij wordt, betaalt u geen netbeheiderskosten meer voor gas. Dit is tussen de € 100,- en € 140,- per jaar. Andere voordelen van inductiekoken zijn:

- 1 Veiliger; geen gevaar voor koolmonoxide vergiftiging en brand en de plaat is direct koel nadat je de pan van de plaat haalt
- 2 Eenvoudig schoon te maken
- 3 Weinig energieverlies: alleen de pan wordt warm
- 4 Duurzaam: geen gas meer. Tip: koop groene stroom of investeer in zonnepanelen

In de Vruchtenbuurt hebben veel bewoners een 1x 35A elektriciteitsaansluiting. Sommige platen zijn hiervoor niet geschikt. Bijvoorbeeld de 80 cm kookplaten waarmee je op iedere kookzone tegelijkertijd wil koken. U kunt dus kiezen of u de inductiekookplaat uitzoekt op de elektriciteitsaansluiting die u in uw woning heeft of u kunt ervoor kiezen om uw elektriciteitsaansluiting te laten verzwaren door de netbeheerder.

Elektriciteitsaansluiting verzwaren

Om uw elektriciteitsaansluiting te verzwaren naar 2x 25A moet u altijd zelf een aanvraag doen op www.mijnaansluiting.nl. De netbeheerder voert de werkzaamheden uit en zal u een offerte opsturen. Op dit moment bedragen de kosten hiervoor € 303,- inclusief btw. Wanneer de offerte betaald is, plant de netbeheerder een afspraak met u in. Op dit moment zijn de wachttijden ongeveer 14 weken. Het kan zijn dat u daarnaast ook uw meterkast moet laten aanpassen.

Hoe helpt Warm in de Wijk?

Wij proberen zoveel mogelijk bewoners te helpen bij de overstap naar inductiekoken. Daarom hebben wij twee opties onderzocht: de volledige ontzorging (in samenwerking met de gemeente) en de collectiviteitskorting.

1 Volledige ontzorging:

- a Kijk op www.kokenopschoneenergie.nl.
- b Kies een inductiekookplaat, reken direct af en de rest wordt voor u geregeld. Van eventuele aanpassingen in de meterkast tot volledige installatie van de inductiekookplaat.
- c Momenteel heeft de gemeente een subsidie van maximaal € 500,- (met Ooievaarspas maximaal € 625,-) als u overstapt op elektrisch koken. Deze subsidie wordt automatisch van het bedrag afgetrokken en u hoeft deze subsidie niet zelf aan te vragen.

2 Collectiviteitskorting:

- a Via een externe partij kunnen we een aantal geselecteerde inductiekookplaten (van Bosch en Siemens) goedkoper aanschaffen.
- b Warm in de Wijk onderzoekt of deze collectieve inkoop via een installateur kan verlopen. Houd hiervoor ook de website van Warm in de Wijk en onze nieuwsbrief in de gaten of meld je direct bij info@warmindewijk.nl
- c Subsidie dient u zelf aan te vragen via de gemeente: www.denhaag.nl/subsidies.

Warm in de Wijk: voor én door de Vruchtenbuurt!

Wij als bewoners van de Vruchtenbuurt hebben het voortouw genomen om de duurzame warmtevoorziening van onze buurt te ontwikkelen. De overstap op inductie koken sluit aan op het volledig aardgasvrij maken van de buurt. Het pioniersproject van Warm in de Wijk richt zich erop binnen enkele jaren een eerste groep van minstens 500 bewoners in een deel van de Haagse Vruchtenbuurt aan te sluiten op een duurzaam warmtenet. Het uiteindelijke doel van het project is om dit te ontwikkelen voor de hele Vruchtenbuurt, met draagvlak en commitment van de bewoners.

Sinds het meetmoment in april 2022 is het aantal ondertekende intentieverklaringen opgelopen naar ruim 670 deelnemende huishoudens. Op dit moment worden de technische ontwerpen gemaakt en wordt er toegewerkt naar een concreet aanbod. Bent u ook geïnteresseerd in aansluiting op het warmtenet? Lees dan meer op warmindewijk.nl.

Autodelen vaak voor DEELiger

GEEN EIGEN AUTO, MAAR SAMEN MET EEN GROEP MENSEN EEN AUTO DELEN – HET WORDT STEEDS POPULAIRDER IN NEDERLAND, EN OOK IN ONZE BUURT IS ER DE AUTODEELINITIATIEF “VRUCHTENBUURT DEELT”.



Ben je er klaar voor om je Ritanalyse te doen?

Veel van de buurtbewoners bleken nieuwsgierig naar de kosten. Daarom organiseerde Vruchtenbuurt DEELt in oktober een voorrekenavond. Tijdens deze avond gaven buurtgenoten inzicht in de kosten van een eigen auto ten opzichte van de kosten van een deelauto, gelet op ieders persoonlijke situatie en rijgedrag.

De voorrekenavond: beetje schrikken?

Op 5 oktober stonden de koffie en thee klaar in t'Ei bij de Groene Mient. Na een korte uitleg over de DEEL coöperatie, bogen we ons als groep over het autogebruik van meerdere geïnteresseerden. Aan de hand van het ANWB-rekenmodel kan een inschatting worden gemaakt van de maandelijkse kosten. Dat bleek toch een stuk hoger te liggen dan de meesten van ons vermoeden: niet alleen zijn er kosten voor benzine of verzekeringen, maar ook 'verborgen kosten' van periodiek onderhoud, parkeerkosten, reparaties, afschrijving, en meer. In totaal komen deze kosten neer op 340 tot wel 675 euro per maand, afhankelijk van het type auto. Zo ook bij de buurtbewoners, en dat was voor de meesten toch wel een beetje schrikken.

Voor meeste is een DEELauto goedkoper

Maar hoeveel zou een DEELauto dan kosten bij hetzelfde rijgedrag? Met behulp van de ritanalyse van DEEL brachten we in kaart wat het rijden in een elektrische DEELauto per maand zou gaan kosten. Hoe vaak heb je de auto nodig voor werk, en hoeveel kilometers rij je dan? Ga je weleens een weekendje weg, bezoek je vrienden met de auto, heb je een auto nodig voor de boodschappen, bezoek aan Zweedse winkels, tuincentra...? Bij de meeste buurtbewoners kwamen we uit op maandelijkse kosten van 150 tot 200 euro, en dat was vaak aanzienlijk lager dan de gemiddelde kosten van een eigen auto.

Bij een enkeling bleken de kosten ongeveer gelijk op te lopen. Het leverde interessante discussies op: hoe belangrijk is het om een

eigen auto te hebben? Zijn er activiteiten die wellicht ook zonder auto gedaan kunnen worden? Hoe belangrijk is het type auto waarin je rijdt, en daarmee het comfort? Spelen zaken als impact op het milieu mee, of leefbaarheid van de wijk? En wat nou als je plotseling vaker of juist veel minder vaak gebruik moet maken van een auto?

Hoe kan DEEL zo goedkoop zijn?

Ten opzichte van het hebben van een eigen auto is dat niet zo gek, want de kosten van een eigen auto lopen continu door. Bij een deelauto alleen betaalt als je rijdt. En als je je dan realiseert dat de meeste auto's ook nog eens zo'n 90% stilstaan overdag, ben je toch een beetje een dief van je eigen portemonnee. Vruchtenbuurt DEELt is ook goedkoop, omdat we geen winstoogmerk en bijna geen overheadkosten hebben. Wij zijn een coöperatie, dus dat houdt in dat we samen verantwoordelijk zijn voor de auto's en voor de DEELgroep.

Inmiddels DEELen 47 Vruchtenbuurters

Op dit moment doen er al 32 huishoudens (47 rijders) mee en hebben we gezamenlijk al 10 auto's minder in de wijk staan. Dus 10 parkeerplekken die niet bezet zijn! Dit is met aftrek van drie (elektrische) auto's die ervoor in de plaats zijn gekomen. Daarnaast hebben we vanuit de gemeente twee vaste plekken aangewezen gekregen en staat een derde op de Groene Mient. Al onze auto's leasen we via leasemaatschappijen, dus rijden we wat dat betreft altijd zonder zorgen en volledig verzekerd rond in nieuwe auto's.

Tweede voorrekenavond in januari

Mocht je interesse zijn gewekt, kom dan gerust langs op onze tweede voorrekenavond op 18 januari 2023 van 19:30 tot 21:30 uur in tuinpaviljoen t'Ei (door de poort bij Groene Mient), of kijk op <https://wijzijndeel.nl> voor meer informatie!



Interview met Rob Taal, kunstenaar, schilderdocent en voormalig chef-kok (o.a.)

MET DE BROMMER AAN DE HAND KOMT ROB OP EEN ZONDAGMIDDAG HET TUINHEK BINNEN VOOR EEN GEZELLIG GESPREK OVER HET HEDEN EN HET VERLEDEN.

Rob is geen onbekende in de Vruchtenbuurt, al woont hij hier niet. Hij geeft al sinds een jaar of 6 schilderlessen in de Abri, en sinds enkele maanden ook in de avonduren. Aangezien ik zelf het geluk heb dat ik een plaats heb gekregen in de avondgroep (want de groepen zijn al vol en er is zelfs een wachtlijst), kan ik over Rob's kwaliteiten als docent meepraten.

Eerst een duik in het verleden

Rob Taal, zoals de naam al doet vermoeden, is een geboren Scheveninger. En daarom eet hij niet alleen graag vis, hij kan het ook geweldig bereiden en maakt prachtige etens van vissen (voorheen te zien op een expositie in de Abri, helaas alweer beëindigd). Na zijn lagere school ging Rob naar de LTS aan de Ammunitieshaven om het koks vak te leren middels de opleiding voor "Brood- & banketbakker". Eén specifieke "Koksopleiding" bestond er vroeger eigenlijk niet; je werd opgeleid binnen het bedrijf! Maar in een nieuw gebouw de Francois Vatel school in de Amalia van Solmstraat werd een nieuwe opleiding gestart Leerling-Kok/kelner. Maar ook Rob leerde in praktijk, want hij ging 1 dag per week naar school en werkte de rest van de tijd bij restaurant "de Spaanse Vloot" in 's Gravenzande; en Nadat hij daar een jaar of 2 gewerkt had trad hij in dienst bij L'Esperance, een van de eerste Bistro's in Nederland, in dit geval in de Reinkenstraat. Kenmerkend voor een bistro is dat je daar alles op een plank geserveerd krijgt.! Toch weer

terug naar 's-Gravenzande was uiteindelijk al dat 's avonds werken zat, solliciteerde hij bij het Diaconessenhuis in Voorburg en werd daar aangesteld als instellingskok. Een gelukkige greep, want Rob leerde daar zijn vrouw kennen, waarmee hij al meer dan 45 jaar gelukkig getrouwd is, en twee prachtige zonen. Hij heeft daar 4 jaar naar volle tevredenheid gewerkt en carrière gemaakt van kok naar eerste kok leidinggevende, om vervolgens een overstap te maken via het Rode Kruis ziekenhuis, naar Verpleeghuis Prinsenhof in Leidschendam. In Leidschendam werkte hij tot 1989. En toen kwam een grote overstap naar Congrescentrum de Leeuwenhorst in Noordwijkerhout, waar hij tien jaar lang als chef-kok gewerkt heeft. Dus weer terug in de horeca.

Ga er maar aan staan!

Geen sinecure, want hij was verantwoordelijk voor de hele organisatie met 10 koks en 10 assistenten in een enorm grote keuken. Hij moest het hele logistieke proces managen; ruim 400 kamers, ontbijt, lunch en diners van gemiddeld 500 gasten per dag waar zeker 100 serveersters voor nodig waren, 100 dames in de huishouding en 50 barkeppers, natuurlijk in wisselende diensten (om maar eens wat te noemen).

Het was een enorme uitdaging maar hij heeft het gedurende tien jaar volbracht. Een Indische rijsttafel voor 400 man: daar draaide Rob zijn hand niet voor om. Als je maar een rijstkoker hebt van



200 liter! Van de meest luxe diners, partijen en bijeenkomsten tot individuele gasten en toeristen.

Hij heeft er mooie dingen gedaan en interessante mensen voorbij zien komen. Van 200 werknemers uit alle delen van de wereld van Shell, tot Herman Brood; van ministeries tot Emil Ratelband (die met zijn loopbak vol hete kooltjes nog eens een mooi Perzisch tapijt verschroeid heeft)

Toch lokte na tien jaar, inmiddels tientallen diploma's rijker en een mooi salaris (voor een zestig-urige werkweek) wijzer, de Prinsenhof in Leidschendam hem weer terug. Alhoewel hij daar binnen 3 maanden de hele keuken op zijn kop gezet had, alles weer voor elkaar, en binnen een jaar zijn vaste aanstelling had, waren het de reorganisaties, compleet met sociale plannen, en bezuinigingen in de gezondheidszorg die eigenlijk weinig met het koksvak hadden te maken. In 2015 hield hij er mee op en ging vervroegd met pensioen.

Met pensioen.

Tijd om iets voor zichzelf te gaan doen. En dat was vooral schilderen. Hij had les bij Frans van Gorkum bij Stichting Mooi en leerde allerlei technieken. Ook deed hij veel workshops en volgende een opleiding die hem een lesbevoegdheid voor tekenen en schilderen verschafte. Toen hij op een goede dag na de zomervakantie terugkwam bij zijn lesgroep van Frans, kondigde deze aan dat hij wilde stoppen, en of Rob interesse had om het over te nemen. Rob, wiens leven in het tekenstaat van uitdagingen aangaan, en die kennis overdragen altijd heel leuk vond, nam de groep over.

De nieuwe teken- en schilderdocent!

De avond les stopte en ging verder in de ochtend bij de op de Eekhoornrade Stichting Mooi aan +/- 20 ouderen, dat was wel een beetje veel, maar nu 12 daling door corona. Via Roel Sauerbrei kwam hij in de Abri terecht, en begon hij met twee groepjes van maximaal 7 cursisten.

Hij brengt altijd alle materialen mee, goed gesorteerd met verf en

penselen, paletten, krijt en andere benodigdheden. Hij laat het liefste de cursisten vrij in de keuze van hun onderwerp maar verwacht wel een beetje dat zij zich thuis voorbereiden op wat ze van plan zijn te gaan schilderen (anders gaat er eigenlijk te veel tijd verloren van de les). Eens in de vijf zes weken presenteert hij een echte les met een onderwerp dat hij zelf gekozen heeft of een verzoek uit de groep. Dat kan bijvoorbeeld een portret van een zeeman zijn of een herfstgebeuren met dennenappels en herfstbladeren. Maar als iemand liever een stilleven met paprika's of een rennende paarden of een bosgezicht schildert, dan staat Rob ernaast en de cursisten met raad en daad bij. Ook toont hij zich altijd een goede en harte-lijke gastheer, die de cursisten verwent met koffie en koekjes. De schilderclub zorgt dan ook niet alleen voor mooie resultaten maar ook voor heel veel gezelligheid!

Tenslotte

Zelf is Rob zich gaan bekwamen in het ets-vak de laatste 10 jaar in opleiding bij ets kunstenaar Jan Naezer, een vak apart is dat zeker. Het vergt goede kennis en inzicht van de technieken, en ook een zorgvuldige keuze van de onderwerpen. Hij heeft een eigen ets-pers en maakt de prachtigste etsen, o.a. van vissen dus. Hij hield van kinds af aan van vissen: geboren in een vissersdorp, eet graag vis, bereidt vis en etst vis en heeft een aquarium. Daarnaast is hij vader van twee zoons en ook opa en hij vindt dat prachtig! Veel van zijn etsen heeft hij opgenomen in zelf gebonden boeken, want ook het boekbindersvak heeft hij zich inmiddels eigen gemaakt. Hij heeft een boekbinderscursus gevolgd bij een restaurateuse, en is in staat om 12 katernen in een band te naaien. Het ziet er schitterend uit!

Toekomstplannen heeft hij niet echt.
Carpe Diem en vooral: GEEN GEDOE!

Beweeg *Interne kracht*
Stretch *Loslaten*



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 Over aanschaffen van Smartphones & Tablets Laptops, Desktops	REPARATIE Smartphones & Tablets Laptops & Desktops Printers & Monitoren
VERKOOP Hard- & software Smartphones & Tablets Cartridges & Printers	HULP AAN HUIS 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 

De woningmarkt doet regelmatig stof opwaaien in de media



De woningmarkt doet regelmatig stof opwaaien in de media. En ook op verjaardagen of tijdens een gesprek buiten met de buurman is het een veelbesproken onderwerp. "De huizenmarkt zit in het slop!" hoor ik regelmatig voorbijkomen. Ik kan je vertellen: dat valt alles mee. Het leek

me daarom een goed moment om jullie, de lezers van de Vruchtenpers, bij te praten.

De huizenmarkt komt uit een overspannen en gekke situatie en wordt weer normaal; de markt wordt rustiger en ruimer. Waar er de afgelopen jaren maar mondjesmaat nieuw woningaanbod vrijkwam, nam het aanbod het afgelopen kwartaal krachtig toe, ten opzichte van het derde kwartaal 2021. En ook de tijd van extreme prijsstijgingen lijkt achter ons te liggen. Waar de afgelopen jaren een jaarlijkse prijsstijging van zo'n 10 tot 20% niet ongevoel was, is nu de prijsstijging ten opzichte van het derde kwartaal vorig jaar slechts 2%. De gemiddelde verkoopprijs lag het afgelopen kwartaal op € 425.000,-, terwijl die in het vorige kwartaal nog op € 448.000,- lag. Een verschil van zo'n - 5,8%. Ondanks dat werd toch nog zo'n 64% van de woningen boven de vraagprijs verkocht. Een jaar geleden was dit 81%. Het duurt gemiddeld 27 dagen voordat een woning is verkocht. Dezelfde periode een jaar geleden was dit 23 dagen.

Is het dan nog wel verstandig om je huis nu in verkoop te zetten? Jazeker. Geen paniek. De invloed van de gestegen hypotheekrente, de hoge energiekosten en inflatie halen de gekte uit de markt. Het gevolg is dat de keuzemogelijkheden voor kopers toenemen. Zoekers die zich nu op de markt bevinden zijn serieus geïnteresseerd. Het is niet meer zo dat er 30 kijkers per dag komen, maar woningen worden nog steeds voor een goede prijs, dus rond de vraagprijs, verkocht.

Kortom: de markt komt nu duidelijk in beweging en in deze veranderende markt is een professionele ondersteuning bij verkoop of aankoop juist van belang. Hier eens verder over praten? We staan voor je klaar!

Ferry Rodenburg
Makelaar RMT
Olsthoorn Makelaars
Appelstraat 201
070 308 46 52



Unbelievable

'Een opgewonden standje, dat ben je,' zei mijn echtgenoot, nadat ik met grote ogen had gekeken naar de serveerster achter de balie en uit al mijn poriën irritatie op haar had afgestraald. Wat spuug spetterde na, toen ik tot twee keer toe 'unbelievable' op haar afvuurde, waardoor ik zelfs de aandacht trok van mensen achter in de rij. Ik weet niet hoe het bij u werkt, maar als ik al geïrriteerd ben en naar mijn gevoel volledig in mijn recht sta, dan helpt het niet als degene van wie je steun verwacht, je een opgewonden standje noemt.

Mijn heftige reactie was een opstapeling van een hele week eten in Italië, die deze mevrouw over haar heen kreeg. Sinds een jaar eet ik namelijk geen vlees meer. Eerst heb ik dat jaren alleen thuis gedaan. Omdat ik niet lastig wilde zijn, at ik het wel als ik bijvoorbeeld bij iemand ging eten. Vorig jaar heb ik besloten lastig te mogen zijn. In Italië heb ik gemerkt dat ik vooral heel lastig ben geworden voor mezelf, want ik kan vertellen: de keuze is niet reuze. Ik schat in dat 10% van de kaart voor mij geschikt was. Die 10% was blijkbaar onderling afgesproken, want bij ieder restaurant was het hetzelfde waardoor ik nu geen mozzarella meer kan zien. Nu heb ik ook wel eens overwogen om helemaal geen dierlijke producten meer te eten, dan was die vakantie goed geweest voor de lijn. Water en brood was het dan geweest.

De mevrouw, die mij vast niet aardig vindt, werkt in een wegrestaurant. Voor haar lagen allemaal verschillende broodjes. Er was heel veel keus: kaas met ham, kaas met andere ham, kaas met spek en weet ik niet wat meer. Maar echt overal zat vlees op, dat weet ik wel. Ze was broodjes aan het klaar maken toen ik haar heel vriendelijk of ze voor mij op het broodje alleen kaas wilde doen. 'Not possible,' was haar reactie. 'U hoeft alleen de ham er niet op te doen,' zei ik nog. 'Not possible,' was wederom haar reactie. Ja, en toen knapte er wat. Het kwam uit een diep gevoel van onrechtvaardigheid en ongeloof want het zou anno 2022 toch andersom moeten zijn. Er zou heel veel keus voor broodjes met o.a. humus, gegrilde groente en weet ik niet wat nog meer moeten zijn. In ieder geval geen vlees. Als er dan iemand zou vragen of er een plakje ham bij mocht, zou het antwoord 'not possible' volkomen logisch zijn. Maar ja, wie ben ik. Een opgewonden standje die beseft dat haar invloed niet verder rijkt dan het schrijven van deze column.

Esther Musch, coach.

Een muzikaal organisatietalent in de Vruchtenbuurt

door Henri Nieuwhuis

IN OKTOBER SNELDE IK RICHTING APPELS EN PEREN VOOR EEN INTERVIEW MET RAMON FEHLING. VIA VIA HEB IK ZIJN NAAM DOORGEKREGEN EN NU WAS HET MOMENT EINDELIJK AANGEBROKEN. WE ZATEN NOG NIET ZO LANG OP HET TERRAS TOEN AL REGELMATIG HET HANDJE VAN RAMON OMHOOG GING OM PASSERENDE VRUCHTENBUURTERS TE BEGROETEN.



Ramon is van oorsprong een Duindorper maar woont alweer even zolang in de Vruchtenbuurt. Hij heeft jarenlang gevoetbald bij Duno maar inmiddels speelt hij bij SVC08. Alhoewel hij nog genoeg vrienden in Duindorp heeft voelt hij zich erg thuis in de Vruchtenbuurt en zal hij hier voor zover hij dat nu kan inschatten nooit meer weg gaan. Het meest aantrekkelijke van de Vruchtenbuurt vindt hij de kind vriendelijkheid en de speeltuintjes. Toch ziet hij met het stijgen van de huizenprijzen de buurt wel veranderen. Zijn dochter zou hier graag een huis kopen maar kan dat niet meer betalen en moet daarvoor noodgedwongen ergens anders wonen. Zelf hoopt hij dat de relaxte sfeer zoals hij het zelf noemt behouden blijft in de toekomst.

Deze gemeenteambtenaar is sinds twee jaar regelmatig te zien op zijn racefiets en daarnaast is hij een echte liefhebber van kleine festivalletjes en groot muzik liefhebber. Zo houdt hij van Indy Rock en bezoekt hij bijvoorbeeld concerten van Depeche Mode, Placebo, White Lies en Editors maar dat is slechts een zeer kleine selectie.

Zijn vrouw met wie hij dit jaar is getrouwd, is werkzaam bij Primera en daarnaast heeft hij twee dochters. Inmiddels is Ramon bezig een cursus te volgen als stadgids om zo rondleidingen in het Haagse centrum te kunnen geven.

Hij is medebedenker en oprichter van het inmiddels vijftientig jaar bestaande Schollenpop. Een muziekfestival bij het Zuiderstrand met een altijd bijzondere line up. De organisatie van dit evenement vergt een behoorlijke tijdinvestering en de eerste telefoontjes vinden al een half jaar voor aanvang plaats. Sinds de start van het evenement is het ook behoorlijk gegroeid in omvang en dat betekent ook meteen dat de financiële risico's groter worden en dat maakt het soms wel eens spannend. Tijdens Corona heeft het evenement niet kunnen plaatsvinden en ook dit jaar was er geen Schollenpop. Of er in 2023 weer een Schollenpop plaats zal vinden is nog onzeker. Het zou weer wat kleiner kunnen maar aan de andere kant ga je altijd vergelijken met voorgaande jaren dus dan zou het groter worden. Ramon is er nog niet uit in ieder geval.

Ook is Ramon samen met drie anderen de bedenker van het fruit festival. Dit is een klein festivalletje in de vruchtenbuurt. De voorbereiding is een stuk kleiner en daarnaast is het vanuit financieel oogpunt een stuk minder spannend. Lokale sponsors als Hoveniersbedrijf Olierook, loodgieter Rurup bakkerij de Segaar en vele andere sponsors maken het mogelijk om er een leuke dag van te maken. Sommige sponsors hebben de mogelijkheid om op het festivalterrein weer hun koopwaar aan te bieden zodat ze een deel van de sponsoring weer kunnen terugverdienen. Dit jaar heeft het fruit festival wel plaatsgevonden op het Abrikozenplein. Nadat de sfeer er in de middag flink in zat, begon het enorm te regenen. Het festivalterrein liep leeg maar nog geen uur later liet de zon zich weer zien. De meeste mensen kwamen weer terug en zo werd ook de avond een mooi succes. Dat is een groot voordeel van een festival in je eigen buurt. Mensen kunnen schuilen in hun eigen huis en kunnen eenvoudig terugkomen wanneer de zon zich weer laat zien.

Tenslotte gaat deze vader zo nu en dan met zijn dochters op stap en dat geeft een mooi kijkje in de jonge geest van deze inmiddels vijftigjarige Vruchtenbuurter.

De gezelligste Kerst van Nederland

door Marieke Morshuis.

Er was eens een meisje dat al haar hele leven in de Vruchtenbuurt woonde. De gezelligste buurt van Nederland. Dat vond ze niet alleen omdat haar ouders en opa en oma dat voortdurend zeiden, maar omdat het nou eenmaal zo is.

Bes - want zo heet ze - doorkruist elke dag de Vruchtenbuurt van de ene hoek naar net voorbij de andere hoek, op weg naar de brugklas. Op een dag, ze zit nog een beetje suffend op de fiets, ziet ze ineens een bord. 'Gezelligste buurt van Nederland? M'n neus.' En even verderop nog een: 'Gezelligste? Ja daahaag..'. En zo nog een paar, met soortgelijke leuzen. Rechtsonder op de borden staat 'BB'. Huh, denkt Bes, wat krijgen we nou?! Later die dag, op de terugweg, begrijpt ze het beter. Dan leest ze op de andere kant van de borden: 'De Bomenbuurt is veel gezelliger' en 'Bomenbuurt de leukste!'. Dat laat Bes niet op zich zitten. De volgende dag, op weg naar huis, stapt ze bij elk bord even van haar fiets en schrijft met een dikke zwarte stift: 'Dat zullen we nog wel eens zien' en op een volgend bord 'Zie je met Kerstmis 2022'. Ze heeft een plan.

De dagen daarna is ze geheimzinnig in de weer. Ze is of druk bezig op haar kamer of gaat op haar skateboard de buurt door. Haar vader en moeder vragen wat ze aan het doen is en of het wel goed gaat, maar Bes zegt niks en sluit zich weer op. Zo af en toe wordt er aangebeld, dan doet Bes haastig open en trekt ze iemand de trap op naar haar kamer. Soms roept ze nog even snel "Mam, dit is Pip", "...Peach", "...Okke", maar meestal horen haar vader en moeder alleen nog stampen op de trap en vervolgens haar kamerdeur dichtgaan.

Maar een week voor Kerstmis vinden ze een briefje op de deurmat. En als Bes' moeder later op straat loopt met hond Mispel, wordt ze door de ene na de andere buur aangesproken. Wat blijkt, iedereen heeft zo'n briefje gekregen! Er staat op:

KOMT ALLEN!
NAAR HET GEZELLIGSTE KERSTONTBIJT VAN NEDERLAND!
Zaterdag 24 december 2022 om half 10, middenin de Vruchtenbuurt - kruising Vlierboomstraat / Abrikozenstraat
(En trek je mooiste kerstkleren aan)

Ze proberen Bes om uitleg te vragen, maar die lacht geheimzinnig - en ook een beetje zenuwachtig - en zegt "Je zult het wel zien". Die hele week blijft ze nerveus en onrustig. Vrijdagavond 23 december valt ze pas laat in slaap en om zes uur 's ochtends is ze al weer klaarwakker. Nu gaat het beginnen! Bes kleedt zich snel feestelijk aan, sluipt de deur uit en skate met een noodvaart door de Abrikozenstraat naar de Vlierboomstraat. Daar arriveren een voor een haar partners in crime: haar vrienden en vriendinnen uit de buurt en de nieuwe grotemensenvrienden die ze heeft gemaakt door her en der aan te bellen en om hulp te vragen.

Met vereende krachten maken ze het ontbijt klaar. Vanaf het kruispunt lopen ze in alle richtingen de straten in en met de mensen die daar wonen, halen ze eettafels, borden en bestek naar buiten.

De fietsenmakers in de buurt hebben Bes en haar compagnons een paar bakfietsen te leen gegeven en daarmee gaan ze nu als een haas door de buurt om allerlei afgesproken spullen te halen bij winkeliers en bewoners. Tafelkleden, bloemen, broodjes, fruit, vleeswaar, hagelslag, er wordt een ware feestdis tevoorschijn getoverd. De vluchtelingen in de Bosbeskapel hebben speciale kerstgerechtes gemaakt uit het land waar ze vandaan komen en de cafeetjes uit de buurt brengen enorme kannen koffie en thee.

Vanaf half 10 ziet Bes de straten volstromen met buurtgenoten. Als een slang kronkelt de ontbijttafel zich door de buurt. Steeds wordt er aan een van de uiteinden weer een tafel bijgeschoven, totdat uiteindelijk iedereen zit. Bes roept zo hard als ze kan:

"DIT IS DE BESTE KERST OOI. EET SMAKELIJK!!"

En ze leefden nog lang en gezellig.

Vrolijk kerstfeest!

Mag ik even met u praten?

door Christine Albertz

AL IN 1958, TOEN NOG NIET ZOVEEL HUISHOUDENS OVER EEN TELEFOON BESCHIKTEN, MAAR ER AL WEL TELEFOONCELLEN BESTONDEN, WERD DE S.O.S. TELEFONISCHE HULPDIENT OPGEZET: DE HUIDIGE LUISTERLIJN.



Een stukje geschiedenis

Een predikant in Londen plaatste een advertentie in de krant waarin hij mensen opriep om hem te bellen als ze voornemens waren een einde aan hun leven te maken. Een niet alledaagse oproep die echter door een onverwacht hoog aantal mensen werd beantwoord. De Luisterlijn was geboren! Ook in Nederland werd al gauw zo'n hulpdienst opgezet, door een Rotterdamse predikant. Aanvankelijk lagen de initiatieven bij kerken en humanisten. Inmiddels werken er bij de Luisterlijn zo'n 1500 vrijwilligers uit allerlei achtergronden en met verschillende levensvisies.

Allemaal hebben zij de wens en bevoegdheid om mensen in kwetsbare situaties een luisterend oor te bieden.

De organisatie

De Luisterlijn is in 60 jaar uitgegroeid tot een landelijk netwerk met 28 vestigingen door het land verspreid. De 1.500 -getrainde- vrijwilligers van de Luisterlijn bieden in het hele land anonieme steun op afstand. Dag en nacht; 24/7. Via telefoon, chat en per e-mail zijn zij bereikbaar. Vanuit huis, of vanuit een van de 28 locaties voeren zij gesprekken met de bellers. Jaarlijks ontvangen zij bijna een half miljoen oproepen! De behoefte aan een anoniem luisterend oor is groter dan ooit.

Een goed gesprek

Een beller is te allen tijde volledig anoniem: er zijn geen



telefoonnummers zichtbaar en de plaats waar vandaan iemand belt is onbekend. Een beller kan verbonden worden met een vrijwilliger overal in Nederland, die op dat moment beschikbaar is. Dat vooropgesteld. Om een goed gesprek te kunnen voeren is het van belang dat de betreffende vrijwilliger die het gesprek voert in staat is om oordeelloos te luisteren. Het is niet de bedoeling

om met oplossingen te komen. De beller blijft zelf verantwoordelijk voor, en eigenaar van, zijn of haar verhaal of probleem. Mensen die naar de Luisterlijn bellen hebben in de eerste plaats behoefte aan een luisterend oor. De bellers vragen ook meestal niet om een oplossing, maar om begrip, aandacht en erkenning. (Ze willen niet horen wat ze moeten doen maar herkend en erkend worden in hun gevoel).

Wie nemen er zoal contact op met de Luisterlijn?

De bellers (chatters/mailers) zijn zowel vrouwen als mannen uit alle leeftijdscategorieën; van jonger dan 25 jaar tot ouder dan 65 jaar. Jonge mensen maken daarbij wat meer gebruik van de mogelijkheid om te chatten.

De Luisterlijn is er voor iedereen die ergens mee zit en daarover wil praten. (Het zijn mensen die zich verdrietig, bezorgd of alleen voelen). Er wordt bijvoorbeeld gebeld over: de invulling van de dag, relaties (liefde/ familie/ vrienden/bekenden of het missen van relaties), geestelijke gezondheid, corona, lichamelijke gezondheid, de zorg (hulpverlening).

Wat is de opbrengst van een gesprek?

Diegene die belt zoekt en vindt een luisterend oor, dat in de eigen omgeving ontbreekt. Soms komt dat omdat iemand alleen is of

eenzaam, en soms ook omdat hij of zij de eigen omgeving niet wil belasten met bepaalde zorgen, eigen gevoelens en emoties of problematiek.

Anoniem bellen, zonder verplichtingen en zonder consequenties voor de toekomst, geeft iemand de ruimte om zich vrijelijk te uiten. De bijkomstigheden van een dergelijk gesprek zijn enerzijds dat de beller contact en aandacht heeft gehad waardoor hij/zij zich beter voelt en opgelucht. Vaak heeft de beller door er zo over te kunnen praten meer inzicht gekregen en kan hij/zij kan beter omgaan met het leven en de problematiek. Ook heeft de beller soms meer zelfvertrouwen gekregen en is bijvoorbeeld een stap verder in het vragen van ondersteuning in eigen omgeving, in staat een beroep te doen op professionele hulp

De Luisterlijn is dringend op zoek naar vrijwilligers. Want na de zorgelijke tijd a.g.v. het coronavirus zijn er ook nu weer maatschappelijke zorgen die hun impact hebben op het welzijn en welbevinden van bijna iedereen. Denk aan de zorgen rond het klimaat, de energiecrisis, de oorlog in Oekraïne, die ook ons leven beïnvloed. En dat naast de dagelijkse kleine en grote worstelingen met de diverse aspecten van het leven die van alle tijden zijn. De behoefte aan een luisterend oor is groot en wordt alleen maar groter.

Heb je tijd in je hart, hoofd en agenda?

Kort samengevat werk je 20 uur per maand waarbij je 4 diensten van 4 uur draait, inclusief 1 nachtdienst. Je roostert je flexibel in en kunt de diensten vanuit kantoor (stad Den Haag) en/of thuis doen. Daarnaast is er tijd voor (verdiepings)trainingen, reflecteren, groepsbijeenkomsten, thema-avonden en gezellige borrels. Voordat je daadwerkelijk begint met gesprekken ontvang je als vrijwilliger een uitgebreide training in gespreks- en luistervaardigheden, van ongeveer 6 weken (denk aan 1 dagdeel per week en e-learning).

Met dank aan Ellen Vrolijk van de Luisterlijn.

Heb je behoefte aan een luisterend oor?

Bel dan: 088-0767000 of 070-3454500 (24/7)
of chat (10.00-22.00 uur) via: www.deluisterlijn.nl

Heb je interesse om vrijwilliger te worden?

Neem dan een kijkje op een van de volgende websites of mail met: denhaag@deluisterlijn.nl
www.deluisterlijn.nl
www.twitter.com/DeLuisterlijn
www.facebook.com/deluisterlijn
www.linkedin.com/company/de-luisterlijn/
www.instagram.com/deluisterlijn/

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

Pomonalaan

IN DEZE REEKS GEVEN WE TELKENS HET WOORD AAN EEN VAN DE TIENTALLEN STRAATVERTEGENWOORDIGERS DIE ONZE BUURT RIJK IS. DITMAAL IS HET WOORD AAN HENK VAN DEN BERG (69 JAAR), STRAATVERTEGENWOORDIGER VAN DE POMONALAAN EN HET POMONAPLEIN. "VOOR HET POMONAPLEIN ZOEKEN WE NOG EEN NIEUWE STRAATVERTEGENWOORDIGER."



Wanneer ben je straatvertegenwoordiger geworden? Zo'n vijf jaar geleden, maar mijn vrouw en ik wonen hier al veertig jaar. Toen wij dit huis vonden, stond het al twee jaar leeg. Daarvoor had er de peuterschool van de NUTS-school in gezeten. Het moest flink onder handen worden genomen. En ondanks dat ik zoon van een aannemer ben, heb ik twee linkerhanden. Maar mijn vrouw stond erop om het pand te kopen. Ze had er een goed gevoel bij. Bijzonder genoeg woon ik nu dus vlakbij de Vlierboomstraat, waar mijn opa vroeger woonde en een slijterij had. Toen ik over de mogelijkheid las om straatvertegenwoordiger te worden, sprak het me direct aan. Ik help altijd al graag mensen, ik ben nieuwsgierig en ik ben sowieso een bemoeial, haha.

Wat houdt het in om straatvertegenwoordiger te zijn? Voor mij betekent het niet dat ik problemen oplos, maar ik signaleer ze wel en contacteer de juiste mensen. Ik meld alles. Ik kan je een hele waslijst van meldingen bij 14070 (algemene telefoonnummer van de gemeente Den Haag, red.) laten zien, en ik sta in goed contact met onze wijkagent. Wanneer er nieuwe mensen in de straat wonen en het komt toevallig zo uit, maak ik even een praatje waarin ik me voorstel als straatvertegenwoordiger.

Ik maak eigenlijk altijd wel een praatje op straat, en als ik weleens met de hond van mijn zoon loop kom ik weer heel andere mensen tegen. Ik heb ook gekozen om beheerder van de ORAC (ondergrondse restafvalcontainer, red.) te zijn.

Welke ervaring als straatvertegenwoordiger is je bijgebleven? Ik zag eens een man een enorme televisie naast de ORAC zetten. Ik ben hem toen achternagelopen en na wat vriendelijk aandringen heeft hij de televisie toen weer weggehaald. En onlangs nog vatte er een vuilniswagen vlam, en terwijl ik 112 belde waren de buurtbewoners al met emmers water in de weer om het vuur te doven. Maar het gaat ook om het melden van een scheef Hagenaartje, zwerf fietsen laten verwijderen en jeugd aanspreken die op de stoep fietst. Het is mooi om wat voor de buurt te kunnen betekenen. En niet alleen voor de Pomonalaan. Bij de herinrichting van de Vlierboomstraat werd mijn suggestie om schuine en rechte parkeervakken te combineren zodat de winkeliers hun brede stoepen konden behouden, overgenomen. Ik steun Harold Braakmans inspanningen voor klassieke lantaarnpalen op de Pomonalaan. Ik ben ook altijd wel te vinden bij de koffie-ochtend in de Abri – daar moeten ook echt meer nieuwe mensen naartoe.

Wat maakt de Pomonalaan voor jou speciaal? De Pomonalaan is in de loop der jaren een hele diverse straat geworden. We hebben burens van allerlei afkomsten: Frans, Australisch, Iranees, Roemeens, Amerikaans, Syrisch, Spaans. Tijdens de lockdowns in de coronaperiode, waarin niemand zijn huis mocht verlaten terwijl het buiten prachtig weer was, trokken de bewoners van deze kant van de Pomonalaan en masse spontaan naar hun zonnige voortuintjes. Ik zag mensen die ik nooit eerder had gezien en zo leerden we elkaar allemaal kennen. Er kwamen plots ook uit alle hoeken en gaten kinderen die kwamen buitenspelen, stoepkrijten, hockeyen op straat, stoeprandje spelen. Dat vond ik mooi om te zien. We hebben zo'n mooie straat. De 'pomona-vijver' scheidt ons trouwens echt van de overkant, want daar hebben we nauwelijks contact mee en daar ken ik vrijwel niemand.

Wat zou je de lezers van de Vruchten-Pers vanuit jouw positie als straatvertegenwoordiger graag mee willen geven? Ik zou willen zeggen: ruim je rommel op, houd de buurt mooi. Wat mij betreft is de Pomonalaan de mooiste straat van de Vruchtenbuurt en misschien wel van heel Den Haag, dus laten we dat samen zo houden.

Je partner moet naar een verpleeghuis en dan..

HET IS EEN SITUATIE WAARIN JE ALS STEL NIET HOOPT TERECHT TE KOMEN: NOODGEDWONGEN GESCEIDEN WORDEN VAN ELKAAR, OMDAT EEN VAN DE TWEE MOET WORDEN OPGENOMEN IN EEN ZORGINSTELLING. JE GAAT EEN EMOTIONELE PERIODE IN VAN AFSCHIED NEMEN EN LOSLATEN. MAAR OOK EEN PERIODE VAN VEEL REGELEN EN BELANGRIJKE KEUZES MAKEN, ONDER ANDERE OVER GELD.



dingen samen doen.” Ook in misschien op het oog saaie onderwerpen als fiscale planning en het notariaat heeft Henri altijd oog voor de verhalen en de mensen erachter, bijvoorbeeld in familierecht bij de notaris.

Verhalen zijn er zeker binnen het werkkterrein waar hij zich nu op begeeft. Henri: “Een verpleeghuisopname kan zó ingewikkeld worden, dat ik soms wanhopige mensen aantref, ten einde raad. Als mensen al zelf ergens achteraan bellen, krijgen ze niet zelden onduidelijke of zelfs verkeerde informatie. Een vinkje op de verkeerde plek op een formulier kan grote financiële gevolgen hebben, maar je moet dan maar net ontdekken waar het fout is gegaan. Andersom kan het invullen van een paar simpele formulieren soms veel geld opleveren, maar je moet die formulieren dan wel kennen natuurlijk. Ik kan het hele geregeld overnemen van mensen.”

Woud aan regelingen

Henri heeft behalve ervaring met financiële, fiscale en juridische vraagstukken inmiddels, met een dementerende moeder, ook de nodige zorgervaring. Hij begrijpt daardoor de dynamiek van zorg en het complexe woud aan regelingen waar mensen mee te maken krijgen. Daar heeft hij inmiddels een behoorlijke kennis over opgebouwd. Henri: “Veel partijen in de zorg zelf, maar ook betrokken overheidsinstanties zoals het CAK en de Belastingdienst, zijn vaak alleen maar bekend met hun eigen stukje en missen het overzicht en de onderlinge samenhang van regelingen. Ik heb dat overzicht wel en kan zo mensen goed ondersteunen met de veranderingen die op hen afkomen als een van beiden naar een verpleeghuis moet.”

Ingewikkeld allemaal, maar gelukkig kun je er hulp bij inschakelen. In Den Haag is Vruchtenbuurter Henri Nieuwhuis actief op dit terrein, als adviseur voor het Friese bedrijf Zicht op Geld. Hij vertelt me uitgebreid over zijn werkzaamheden.

Henri: “Als een van de twee naar een verpleeghuis moet, komt er ontzettend veel op de achterblijver af. Je komt in een oerwoud van wetgeving terecht. Je moet ontzettend veel regelen en vaak is het dan ook nog eens heel moeilijk om de juiste wegen te vinden. Mensen hebben in zo’n situatie weliswaar recht op van alles, maar je moet maar net de goede deurtjes weten te vinden. En het is zo ingewikkeld dat instanties vaak zelf niet eens weten hoe het zit. Ik kan mensen daarbij helpen.”

Mensen en verhalen

Henri is opgeleid als bedrijfseconoom en eigenlijk altijd al vooral geïnteresseerd geweest in de verhalen achter de financiën. Henri: “In die verhalen vind ik mijn waarden en mijn drijfveren: het menselijk welzijn en verbinding. Het belang en eigenlijk ook de noodzaak van

Henri is een van de adviseurs van Zicht op geld, een franchise-bedrijf dat in Friesland is begonnen en inmiddels landelijk opereert. Hij werkt nu aan meer bekendheid in de regio Den Haag. “Veel mensen weten niet waar ze mee te maken kunnen krijgen, wat ze moeten regelen en waar ze recht op hebben. Onder meer door presentaties bij zorginstellingen geef ik daar nu voorlichting over. Zij kunnen dan (familieleden van) hun cliënten informeren. Als mensen ons weten te vinden, kunnen we ze helpen!”

Meer weten over Zicht op Geld? Kijk op zichtopgeld.nl of mail de redactie als u in contact wilt komen met Henri Nieuwhuis.

FIJNE FEESTDAGEN VOOR IEDEREEN

door Isabella Spaans

Ook Vruchtenbuurters die het dit jaar moeilijk hebben

AFGELOPEN OKTOBER PLAATSTE NATASCHA VERMEER EEN OPROEP OP BUURTAPP HOPLR: WIE WILDE MEEHELPE OM BUURTBEWONERS DIE HET MOEILIJK HEBBEN FIJNE FEESTDAGEN TE BEZORGEN MET BIJVOORBEELD VOEDSELPAKKETTEN? ZE ONTVING VEEL ENTHOUSIASTE REACTIES VAN BUURTBEWONERS DIE WILDEN MEEDOEN. HOE IS HET DAARNA VERLOPEN?

Natascha Vermeer (49 jaar) werkt als begeleider 1 in een psychiatrisch ziekenhuis. Haar ouders werkten er al in de schoonmaak, wat ook Natascha's eerste baantje was. Vervolgens werkte ze er in het restaurant en nu dus als begeleider 1. Haar werk is heftig, maar patiënten goed begeleiden brengt haar ook voldoening. "Ik vind het fascinerend werk, en ik blijf dit tot mijn pensioen doen."

Wat was je idee?

Mijn bedoeling was om buurtbewoners die het momenteel niet breed hebben, dit jaar toch fijne feestdagen te bezorgen. Ik wilde voorstellen dat we met elkaar zouden zorgen voor Sinterklaaspakketten voor gezinnen met kinderen en kerstpakketten voor buurtbewoners die het moeilijk hebben. Mensen die anders dit jaar met een karige kerstmaaltijd zouden zitten, een mooie maaltijd geven.

Hoe kwam je op dit idee?

Ik werk al 26 jaar in de geestelijke gezondheidszorg. Mensen komen bij ons op de afdeling terecht met diverse psychische beelden en worden door ons begeleid. En ik zie al maandenlang een toename in het aantal mensen dat in geestelijke nood is. Ook zien we een zorgwekkende ophoging in het aantal zelfdodingen. Daaraan zie ik dat steeds meer mensen het moeilijk hebben in deze tijd. De hoge huizenprijzen, duurdere zorgverzekering en de stijgende gasprijzen hebben het leven snel duurder gemaakt, en bij veel mensen stapelen de rekeningen zich op. Zeker in aanloop naar de feestdagen zijn er zaken die geld kosten, geld is nu eenmaal belangrijk. En zo kunnen mensen, ook ouderen, snel enorm in de problemen raken. Je hoort vreselijke verhalen over mensen die moeten kiezen tussen een warm huis of eten. Moeders die noodgedwongen hun kinderen met lege magjes naar school sturen, of zelf dan maar niet eten.

Dat zijn inderdaad schrijnende verhalen. Vindt dit ook plaats in de Vruchtenbuurt?

Jazeker. Je zou misschien denken: als je in de Vruchtenbuurt kan wonen zal dit je niet overkomen, maar het kan iedereen overkomen. Geldnood en psychische nood gaan echter vaak gepaard met een enorme schaamte. Het gebeurt allemaal achter de voordeur, zonder dat anderen het weten. En dus wilde ik met buurtbewoners samen iets voor deze Vruchtenbuurters doen.

Hoe waren de reacties op je Hoplr-oproep?

De reacties waren heel enthousiast. Veel buurtbewoners wilden graag iets doen voor een ander. Ook winkeliers waren in voor sponsoring. Mijn huisgenoot en ik hebben geprobeerd organisaties als Budgetmaatjes070 en de Voedselbank te benaderen voor een samenwerking – zij weten hoe je de pakketten die ik wilde maken



bij de juiste mensen terecht kan laten komen. De flyers waren al gedrukt, maar we liepen vast op praktische zaken als privacy-wetgeving.

Wat zonde van je mooie plan. Gaat het nu niet meer door?

Voor dit jaar wordt het lastig, maar ik ga het volgend jaar gewoon weer proberen en ik stop er pas mee als het is gelukt!

Hoe verklaar je dat je zo'n geweldige passie hebt om dit plan te laten slagen?

Mijn vader sloofde zich vroeger elk jaar ontzettend uit om anderen fijne feestdagen te bezorgen. Rond Kerst en vooral Oud & Nieuw zorgde hij voor een lange tafel vol eten en alle burens waren welkom om gezellig aan te schuiven en een oliebolletje mee te eten. Dat heeft me geïnspireerd. Maar vroeger kende de hele buurt elkaar, en tegenwoordig is dat vaak toch niet meer zo. Je weet niet wat zich achter de voordeur afspeelt. Maar als we in de Vruchtenbuurt deze feestdagen in ieder geval naar onze eigen burens omkijken, kunnen we op die manier toch voor elkaar zorgen en elkaar fijne feestdagen bezorgen.

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. Is dat onverhoopt het geval, dan kunt u 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@drostjuten.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.

Vruchtenbuurt quiz

Een, naar wij denken, pittige quiz. De vragen en antwoorden hebben allemaal een relatie met 'Vruchtenbuurt' in ruime zin; bij een paar vragen zijn wat hints vermeld. Antwoorden insturen kan tot 5 januari 2023 naar redactie@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl

Succes!

- 1 Jan Siebelink: De winkels waren in de Vlierboomstraat Mamma liep, de boodschappentas aan haar arm. Vera fietste op de driewieler naast haar. Mamma met haar dikke buik zeulde de zware tas de buitentrapp op. Ze woonden op een bovenhuis aan delaan Vera liep de zestien treden van de buitentrapp op, zocht in het portiek de sleutel.
In welke laan de woonde Vera?
.....
- 2 Over de herkomst van deze vrucht: Een zure kriek, oorspronkelijk uit het gebied rond de Kaspische Zee De Romeinen zouden de variëteit zure kriek gekend hebben onder de naam "Apronianum" Het woord zou afgeleid zijn van Moren.
Wat is de nu gebruikelijke naam van deze vrucht?
.....
- 3 De steenvrucht groeit aan struiken en bomen. Hoewel de soortaanduiding suggereert dat de soort uit Armenië komt, stamt deze uit Noordoost-China tegen de Russische grens. In China is de vrucht het symbool voor wellust. In Perzië noemen ze de vrucht de 'eieren van de zon'. Het is ook de nationale vrucht en boom van Armenië.
Welke straat en/of welk plein is hiernaar vernoemd?
.....
- 4 Historische feitjes: In Houtwijk waren twee fabrieken gevestigd die landelijke bekendheid hadden. Tot 1980 lag aan deze weg de tot in het buitenland bekende rubberfabriek Vredestein.
Hoe heet deze weg. Randje Vruchtenbuurt?
.....
- 5 Een stukje geschiedenis. Op dit plein woonden op nummer 40: Hijman Parijs, boekverkoper, geboren 22 maart 1905 te Amsterdam; overleden op 21 mei 1943 te Sobibor, 38 jaar oud. Rosa Elisabeth Parijs-Prins geboren op 17 augustus 1906; overleden op 21 mei 1943, 36 jaar oud, te Sobibor.
Bron: Het Joods Monument. Dat is een onlinemonument voor de meer dan 104.000 mensen die in Nederland als Joden werden vervolgd en de Holocaust niet overleefden.
Op welk plein woonden deze in het concentratiekamp omgekomen mensen?
.....
- 6 Op 24 september 1931 verhuist het gezin van J.J.Voskuil (schrijver) naar de deze straat, nummer 21. 'Intussen was mijn vader redactiechef van de Vooruit geworden en waren we verhuisd van de Irisstraat naar een heel huis op de hoek van de deze straat en de Tomatenstraat' (JH, 37) (In plaats van Tomatenstraat bedoelde hij Meloensteat). Bron: de Leunstoel. NI/ Fokke Zwaan
Welke andere straat wordt hier bedoeld?
.....
- 7 De exotische vrucht waar deze straat naar genoemd is bevat wel veel vitamine C en vezels en er worden mooie eigenschappen aan toegeschreven (ontstekingsremmend, vocht afdrijvend, tegen wormen en verstopping.)
Welke exotische vrucht wordt hier bedoeld?
.....
- 8 Tijdens de Wederopbouw stuurde (de schrijver en advocaat) Bordewijk maar liefst 24 lijsten met in totaal 439 zelfverzonnen straatnamen naar de gemeente Den Haag, ontevreden als hij was met fantasieeloze namen als van deze straat. Het stadsbestuur heeft slechts enkele voorstellen van de beroemde zonderling gehonoreerd, zoals in de naoorlogse wijk Mariahoeve. Bron: Nationale schrijversgalerij/ Gerrit Borgers
Om welke straat gaat het?
.....
- 9 ".....bomen bloeien wit" Bij de discussie of deze bomen nou wit of roze bloeien, gebeurt een auto-ongeluk. Bij het ongeluk raakte een jongen in coma waaruit hij blind ontwaakt, en dus zal hij nooit de kleur van de bloesem met eigen ogen waar kunnen nemen.
Om welke vrucht (vruchtenboom) gaat het?
.....
- 10 Deze straat is vernoemd naar een geslacht van dertig tot vijftig soorten struikachtige planten en bomen, die rood, geel of wit bloeit. Veel soorten hebben tegenoverstaande bladeren, maar bij enkele soorten staan ze afwisselend. De vrucht is een steenvrucht met een of twee zaadjes.
Welke struikachtige plant wordt hier bedoeld?
.....

**samen
meer
bereiken**

Heb jij een stichting of maatschappelijk initiatief? Dan maken we graag kennis met jou. Want samen kunnen we meer voor elkaar krijgen.

Samen kunnen we meer vrijwilligers vinden voor jouw stichting, of financiering voor jouw plan. Zoek je samenwerking met andere initiatieven? We brengen je graag in contact. Gratis voor initiatieven die zich op Den Haag richten. Zo kunnen we samen meer bereiken.

Maak kennis met Elles Voorstuijs:
helpdesk@pepdenhaag.nl
070 302 44 44
www.pepdenhaag.nl

pep meer
voor elkaar
krijgen



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



Soms maak ik er wel dertig op één dag

door isabella Spaans

WELLICHT IS HET U WELEENS OPGEVALLEN: IN BUURTSUPER VAN DEN BERG STAAT EEN KAARTENMOLEN MET HANDGEMAAKTE WENSKAARTEN. TIENTALLEN UNIEKE KAARTEN MET UITEENLOPENDE ONTWERPEN VOOR ELKE DENKBARE GELEGENHEID. DE KAARTEN KOSTEN SLECHTS €0,50 EN VINDEN GRETIG AFTREK ONDER DE BUURTBEWONERS. WIJ WAREN BENIEUWD: DOOR WIE WORDEN AL DEZE KAARTEN GEMAAKT?



De caissière weet het ons te vertellen: ze worden hoogstpersoonlijk gemaakt door niemand minder dan Ria van den Berg – de eigenares van de buurtsuper. Ria en haar man namen de buurtsuper op de hoek van de Vlierboomstraat en de Frambozenstraat in 2004 over van de toenmalige eigenaren. Ria was aanvankelijk ‘meewerkend echtgenote’, maar toen haar man in 2007 na een kort ziekbed overleed stond ze er plots alleen voor. Wel weet ze zich gesteund door haar familie, vriendinnen en natuurlijk haar collega's. "Mensen denken vaak dat wij allemaal familie zijn, maar we zijn vrienden."

Ook sinds het overlijden van haar echtgenoot heeft Ria nog veel voor haar kiezen gekregen: zo verloor ze de afgelopen jaren nog eens een boel dierbaren en ze kreeg zelf -nota bene tijdens het werk- een herseninfarct. Een mens zou van minder bij de pakken neer gaan zitten, maar Ria besloot om door te gaan. "Ik kon kiezen: zwemmen of verdrinken. Dus ik ben gaan zwemmen." De buurtsuper runnen is een hoop werk, maar Ria vindt haar ontspanning in creativiteit: ze knutselt dat het een lieve lust is, en de kaarten zijn hier een voorbeeld van. "Soms maak ik er wel dertig op één dag."

De creativiteit

Het creatieve zit Ria in het bloed: haar beide ouders waren zeer behendig. Haar moeder

breide truien en stopte sokken, en haar vader borduurde en deed aan figuurzagen. "Wat zijn ogen zagen, konden zijn handen maken." Vroeger al had ze altijd vriendjes over de vloer om gezellig bij haar thuis te knutselen. Die traditie zet ze voort met de gezellige knutselavonden die ze voor vrienden en familie organiseert. Aan een lange tafel vol koekjes en koffie knutselen ze elke keer iets anders, en Ria zorgt voor de inspiratie en materialen. Op een gegeven moment wordt het tijdens zo'n avond stil: dan is iedereen gestopt met kletsen en zitten ze zo geconcentreerd te knutselen dat ze zelfs vergeten een nieuwe cd op te zetten.

De kaarten

Dat Ria al van jongs af aan creatief bezig is, uit zich in de veelzijdigheid van haar kaarten. Ze heeft kaarten in alle denkbare kleuren, maar ook voor elke denkbare gelegenheid. Wat te denken van een hele reeks geboortefelicities die de winkel uit vlogen? Op het moment van schrijven is ze bezig met honderden (!) kerstkaarten. Ze hanteert en combineert verschillende technieken, zoals tekenen, stempelen, knippen, origami, stansen en styrofoam 3D kaarten. Materialen haalt ze overal vandaan; ze is regelmatig te vinden in hobbywinkels voor vilt, kurk en stickers, maar ze werkt ook met gedroogde bloemetjes, en de lusjes aan de binnenkant van truien gebruikt ze bijvoorbeeld als

decoratieve lintjes. En Ria is ook niet vies van een beetje humor. Ze verwerkte politieke spotprenten tot humoristische felicitatiekaarten en maakt ook kaarten op verzoek - klanten vragen haar geregeld om specifieke kaarten. Ze maakte een kaart met Andre Rieu ter gelegenheid van het concertbezoek met wijlen haar zus, en haar tweelingkleindochters geven elk jaar hun wensen door (eenhoorns, zeemeerminnen, prinsessen); Ria maakt er elke verjaardag iets spectaculairs van.

De hobby

Kaarten maken is en blijft voor Ria een hobby – zou ze er haar werk van maken, dan wordt het te veel een verplichting. Maar ze haalt veel plezier uit het maken en de leuke reacties die ze op haar kaarten krijgt. En wij zijn telkens weer benieuwd naar wat Ria nu weer heeft gemaakt!

Vlak voor deze editie van de Vruchten-Pers naar de drukker ging, werd bekend dat Buurtsuper van den Berg in januari 2023 haar deuren voorgoed zal sluiten. Ria van den Berg laat weten op zoek te gaan naar andere manieren om klanten met belangstelling voor haar kaarten te bereiken. Ze wil langs deze weg tevens alle klanten van de winkel hartelijk bedanken voor hun jarenlange steun en vertrouwen in de winkel.

Geluksvogels in de Vruchtenbuurt

door team Groene Vruchtenbuurt

WIST U DAT DE HUISMUS OP DE RODE LIJST VOGELS STAAT? DIT HOUDT IN DAT HET AANTAL HUISMUSSEN SINDS DE JAREN VIJFTIG VAN DE VORIGE EEUW MEER DAN GEHALVEERD IS.



Een belangrijke oorzaak hiervan is de afname van de nestgelegenheid en de hoeveelheid voedsel in stedelijk gebied. Hieronder deelt Team Groene Vruchtenbuurt tips om het welzijn van de huismus en andere gevederde vrienden te bevorderen.

Vogelvriendelijke tuin

De Vogelbescherming heeft een ezelsbruggetje voor vogelvriendelijke tuinen. Zo'n tuin voldoet namelijk aan de 3 V's.

- 1 Voedsel: Tuinvogels eten bijvoorbeeld bessen, wormen en insecten. Vooral variatie in de beplanting met bomen, struiken en inheemse planten helpt om te zorgen voor genoeg voedsel. Ook een vijver, een stukje gras of een pergola zijn nuttig.
- 2 Veiligheid: Geef vogels schuilplaatsen. Struiken en klimop zijn hier erg geschikt voor.
- 3 Voortplanting: Nestkasten en struiken bieden de vogels een plek om veilig een nestje te bouwen.

Vogelvriendelijk balkon

Ook een balkon kan vogelvriendelijk ingericht worden. Zo kunt u een grote pot neerzetten met een bessenstruikje of potten met bloeiende planten of kruiden. Een waterschaal is ook erg fijn voor vogels. Na het bad vetten zij hun veren in om waterafstotend blijven. Wie een balkon in de schaduw heeft, kan een nestkastje ophangen. Als het balkon in de volle zon ligt, kunnen de jonkies doodgaan van de warmte. Een bijenhotel is in zo'n situatie een betere keuze.

Maak kans op een gratis advies van een tuinvogelconsulent of een vogelvoederhuis

Team Groene Vruchtenbuurt verloot twee adviezen van een tuinvogelconsulent van de Vogelbescherming (waarde: € 47,50). De tuinvogelconsulent komt bij u langs en schrijft een advies om uw tuin vogelvriendelijk(er) te maken. Dit advies wordt aangepast aan uw wensen en kan variëren van relatief kleine aanpassingen tot suggesties voor een volledige herinrichting van uw tuin. Daarnaast heeft Team Groene Vruchtenbuurt ook 15 vogelvoederhuisjes te vergeven (waarde: € 14,99). Deze kunnen ook prima op een balkon gehangen worden.

Stuur voor 31 januari 2023 een e-mail naar groen@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl om deel te nemen aan deze actie. In de mail vermeldt u uw naam, adres en of u een tuin of balkon heeft. De tuinvogeladviezen worden verloot onder de deelnemers met een tuin. De vogelvoederhuisjes zijn voor de eerste 15 mensen die reageren (maximaal één voederhuisje per adres in de Vruchtenbuurt).

Meer informatie over vogelvriendelijke tuinen?

Zowel de Vogelbescherming (www.vogelbescherming.nl) als Duurzaam Den Haag (www.duurzaamdenhaag.nl) geven nuttige informatie op hun website.

Update: 300 m2 groen dak, 465 inheemse planten en 2310 biologische bloembollenx



Het afgelopen jaar heeft Team Groene Vruchtenbuurt aandacht besteed aan groene daken. Zo was er in februari een webinar en stond er een informatiestand met een 3-dimensionaal groen dak bij de

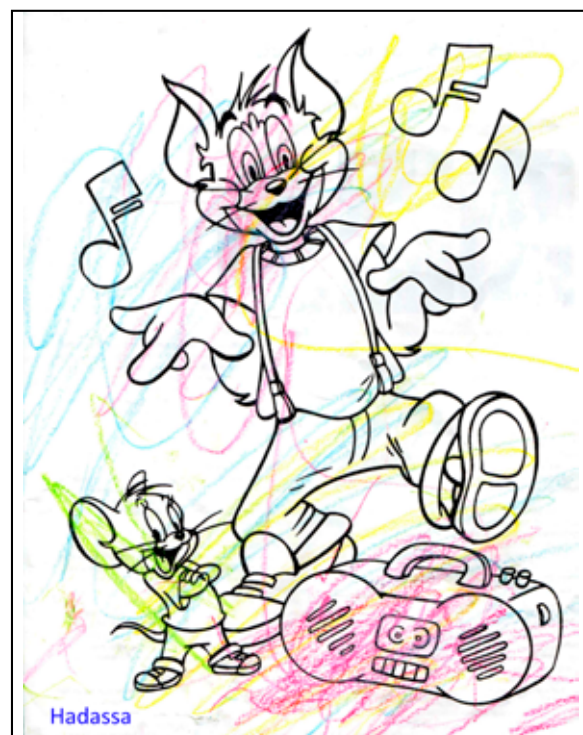
Abri. 35 wijkbewoners besloten om mee te doen met de in samenwerking met Green2Live georganiseerde actie. In totaal komt er meer dan 300 m2 nieuw groen dak in de Vruchtenbuurt.

Op zaterdag 8 oktober hebben ruim 70 buurtbewoners de bijenboxen en bollenpakketten opgehaald die zij dankzij een subsidie van het Wijkberaad met 50% korting besteld hadden bij Zorgtuint Mens en Tuin. De Vruchtenbuurt is hierdoor maar liefst 465 planten en 2310 bloembollen rijker.

Acties gemist, maar wel interesse in een groen dak of biologische planten en bollen?

Via <https://groenedakendenhaag.nl> kunt u het huidige aanbod van Green2Live bekijken. Zelf aan de slag gaan met een groen dak en subsidie aanvragen bij de gemeente is ook een mogelijkheid. Mens en Tuin heeft een winkel waar u het hele jaar terecht kunt.

Uitslag kleurplaat



Veel inzenders deze keer: de vijf mooiste staan hier.
Winnaar is Louise van Tilburg, gefeliciteerd.
De bon van Koperen Pion is voor jou.
Een eervolle vermelding voor de ongetwijfeld allerjongste
inzender ooit: Hadassa.



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. Aanmelden/verzoeken voor artikelen uiterlijk 9 januari 2023; sluitingsdatum kopij 17 februari 2023, geplande verschijningsdatum: 18 maart 2023.

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, afspraak niet nodig</i>	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 Lindenkwardant 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

Een team van prothesespecialisten

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

- Voor het maken van nieuwe kunstgebitten
- Pasvormcorrecties en reparaties
- Behandeling aan huis mogelijk in overleg
- 75% vergoeding vanuit uw basisverzekering,
25% eigen bijdrage
- Rechtstreekse vergoeding door uw zorgverzekeraar



Enrico, Martijn, Jasper
en John Jellema

Behandeling aan huis

Tel: 070-3555790
info@novodent.nl

Valkenboskade 466
2563 JK Den Haag
(Hoek Laan van Meerdervoort
recht t.o. halte tram 3 en 12)

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

*Ook komend jaar staan
wij graag voor u klaar*

2023

