



HET WIJKBERAAD
HEEFT EEN
NIEUWE VOORZITTER

ONDER MOEDERS
(GELEENDE) PARAPLU

SAMEN AAN TAFEL





GARANT
TWEEWIELERS
UW FIETS, ONS VAK

Wij zijn **Bosch E-bike**
gespecialiseerd!



BOSCH

eBike Service



VOLLEDIGE
SERVICEBEURT
NU VOOR MAAR

€69,95

Direct uit voorraad leverbaar!

Meer dan **100 topmodellen** direct uit voorraad leverbaar! Bezoek nu onze website voor de **actuele voorraad** of kom meteen langs in onze showroom. De koffie staat al klaar!

www.garanttweewielers.nl

070 - 780 9 780

Laan van Meerdervoort 612, 2564 AK Den Haag

7RIH

HUYSER

BATAVUS

UNION

SPARTA

KALKHOFF



Dré
AUTOBEDRIJF

 **APK**
 **AIRCO**
 **EV AUTO'S**

 **BANDEN**
 **REPARATIE**
 **ALLE MERKEN**

Met meer dan 30 jaar ervaring is Autobedrijf Dré een onafhankelijk autobedrijf met uitgebreide kennis van diverse automerken, met een specialisatie in Citroën en Peugeot. Het bedrijf staat garant voor deskundige service en op maat gemaakte oplossingen.

Persoonlijk, helder & vakkundig



MERKSPECIALIST



Mandarijstraat 38
2564 SZ DEN HAAG

INFO@AUTOBEDRIJFDRÉ.NL
070-3154550



AUTOBEDRIJFDRÉ.NL



SEGBROEK
UITVAARTVERZORGING

Dag en nacht bereikbaar:
070 362 59 61



Uitvaartwensen vastleggen
 Vrijblijvende kostenopgave
 Crematie - Begrafenis
 Natuurbegraven
 Repatriëring

www.segbroekuitvaart.nl

Laan van Eik en Duinen 188



12

KOSTELOOS
JURIDISCH ADVIES
VOOR BEWONERS
VAN DE
VRUCHTENBUURT



14

HET WIJKBERAAD
HEEFT
EEN NIEUWE
VOORZITTER



20

6X VRAGEN
AAN EEN
INFLUENCER
IN DE
VRUCHTENBUURT



30

AFSCHEID VAN
JAN WILLEM PASMAN

Inhoud

- 4** Vooraf
- 5** Uit en over de wijk
- 7** Straatvertegenwoordigers
- 8** Activiteitencommissie
- 9** Van de wijkagent
- 11** In gesprek met ...
- 15** Op de koffie met buurtgenoten
- 17** Duurzaamheid
- 21** HKV Achilles
- 23** Column makelaar
- 23** Remko met een K
- 24** Persoonlijk verhaal
- 26** Stille getuigen van onbekende
buurtbewoners
- 29** Onder moeders (geleende) paraplu
- 32** Cynthia schrijft
- 33** Samen Aan Tafel
- 35** Interview
- 36** Ronald Vogels en
Rudy van Waterschoot, poeliers
- 38** Colofon

ACHTERAF Achteraf in Vooraf

25 JANUARI JL. HEBBEN WE ONZE JAARVERGADERING GEHAD.

DAT – HET WOORD ZEGT HET AL – IS EEN JAARLIJKSE TRADITIE. WE ZIJN HET NIET
VERPLICHT – HET WIJKBERAAD IS EEN STICHTING – MAAR IS WEL VASTGELEGD IN
ONZE STATUTEN EN – BELANGRIJKER – IS BEDOELD OM TERUG EN VOORUIT TE KIJKEN.

Terugkijken door verantwoording af te leggen over de activiteiten en de financiën van het afgelopen jaar. Vooruitkijken door in het jaarplan te schetsen wat we in het nieuwe jaar van plan zijn en inzicht te geven in de begroting voor het nieuwe jaar. Zo dus ook op 25 januari, voor het eerst in De Vlonder.

Het was een korte vergadering, met een redelijke opkomst. De vergadering trekt traditioneel niet zo veel belangstellenden, ondanks het feit dat wordt afgesloten met een borrel. Over het jaar 2024 hebben we al veel gezegd: verhuizing uit de Abri, zoektocht naar een nieuwe locatie, landing in De Vlonder. Voor het eerst hebben we ook inzicht gegeven in de uiteindelijke financiële situatie over 2024: die was positief, met name omdat veel vaste kosten die verband hielden met de huur van de Abri wegvielen. Ook de vooruitzichten voor 2025 zijn in dat opzicht positief. Kortom, het Wijkberaad gaat gezond het nieuwe jaar in!

In één opzicht kende de jaarvergadering een niet-jaarlijks agenda-punt: we hadden een bestuurswisseling. We hebben een nieuw bestuurslid verwelkomd: Eline le Mair!
Eline gaat samen met Artur de straatvertegenwoordigers onder haar hoede nemen en vormt de verbinding tussen bestuur en het Groenteam.



De tweede wisseling betrof mezelf. Na drie jaar voorzitterschap heb ik besloten om te stoppen als voorzitter. Om een hele simpele (maar wel dwingende) reden: tijdgebrek. Ik had al een drukke baan, maar door allerlei ontwikkelingen is deze nóg drukker geworden en dat houdt nog wel even aan. Daardoor kon ik voor mijn gevoel onvoldoende tijd besteden aan het Wijkberaad en dat is voor niemand een fijne situatie.

Gelukkig hebben we een opvolger gevonden: Marieke van Overveld. Marieke zat al in het bestuur en neemt het stokje dus over! Met beide bestuursleden – tezamen met de al zittende leden – is de continuïteit van het Wijkberaad dus geborgd!

De jaarvergadering blijft de moeite van het bezoeken waard: de borrel na afloop was als vanouds weer erg gezellig!

Dit is dus mijn laatste Vooraf. Vanaf nu neemt Marieke het over. Rest mij om Wijkberaad en VruchtenPers blijvend heel veel succes te wensen! En natuurlijk blijf ik betrokken.

Hartelijke groet,
Michel



UIT EN OVER DE WIJK

Zien bewegen doet bewegen?



Laagdrempelig starten met wandelen of hardlopen bij Haag Atletiek. Als inwoner van Den Haag (bijvoorbeeld in Segbroek, Vogelwijk, Scheveningen, Duindorp, Vruchtenbuurt, Kijkduin of Loosduinen) ziet u regelmatig hardlopers en wandelaars van Haag Atletiek door de wijk gaan. Mensen van alle leeftijden die door te bewegen hun lichaam fit en vitaal willen houden. En ook in andere Haagse wijken zijn veel hardlopers individueel of in groepen actief.

Wellicht heeft u wel eens overwogen zich aan te sluiten bij zo'n wandel- of loopgroep. Misschien zelfs wel eens een loper of wandelaar aangesproken. Want wie wil er nou niet fit blijven? En samen sporten is niet alleen gezond, maar voor ook heel gezellig. Niet voor niets lopen op 9 maart 2025 weer tienduizenden mensen de City Pier City Loop door onze mooie stad.

Als u nu denkt, dat lopen is misschien ook wel iets voor mij, dan heeft Haag Atletiek iets leuks: wij starten 5 april 2025 met een speciale groep voor beginners. Starten met wandelen of hardlopen is nog nooit zo eenvoudig en laagdrempelig geweest.

Wat houdt het Startersproject in?

Haag Atletiek biedt vanaf zaterdag 5 april een unieke kans om te verkennen of hardlopen iets voor u is. We starten een training

voor beginners vanaf 18 jaar van maar liefst vijf maanden. In deze periode kunt u driemaal per week trainen onder deskundige begeleiding. Op dinsdag- en donderdagavond en zaterdagochtend. Op 6 september a.s. bent u dan voldoende getraind om bijvoorbeeld de 5 of misschien wel 10 kilometer van de Vogelwijkloop te lopen. Op de website www.haagatletiek.nl vindt u meer informatie en een inschrijfmogelijkheid.

Haag Atletiek biedt beweegmogelijkheden voor iedereen

Naast de speciale training voor beginners, biedt Haag Atletiek nog veel meer mogelijkheden voor beweging. Heel veel jonge kinderen en steeds meer 80-plussers sporten met plezier bij Haag. Van baanatletiek tot sportief wandelen/fitwalken, van old stars tot weg-atletiek. Kom eens kijken en doe een maand gratis mee. Op het mooiste atletiekcomplex van ons land aan de voet van de Westduinen bent u van harte welkom.

En als u uitsluitend wilt kijken naar topatletiek, dan kan dat ook. Zaterdag 12 juli 2025 is de derde Liliane Mandema Memorial. Topatleten uit de hele wereld meten daar hun krachten. U bent van harte welkom.

Meer weten: bezoek www.haagatletiek.nl

Cultureel Festival FRUIT!

Op zaterdag 14 juni wordt voor de 10e keer het FRUIT!-festival op het Abrikozenplein gehouden. Het festival begon in 2014 en slingerde toen van de braderie in de Vlierboomstraat naar het Abrikozenplein. Vanaf 2016 is het festival alleen op het Abrikozenplein gehouden.

Door de Corona in 2020 is er een jaar overgeslagen, vandaar dat dit jaar het 10-jarig jubileum is. Het programma zal door de organisatie verder bekend worden gemaakt. De felicitaties gaan naar de organisatie van het festival met dit jubileum.

Wij wensen iedereen een gezellig FRUIT!-festival en hopen natuurlijk op mooi weer!



Nationale voorleesdag



Foto's gemaakt door Martijn Beekman.

Op donderdag 30 januari kwam wethouder Robert van Asten (stedelijke ontwikkeling, bibliotheken en Europa) voorlezen op OBS De Vlierboom. De kleuters waren de gelukken die mochten luisteren naar het boek 'Rinus' dat werd voorgelezen door wethouder van Asten. De wethouder kon 'heel erg goed voorlezen' vertelden de kinderen na het voorlezen.

Tijdens de Nationale voorleesdagen wordt voorlezen aan kinderen van 0-6 jaar gestimuleerd omdat zij zelf nog niet kunnen

lezen of het lezen net beginnen te ontdekken. Deze leesbevorderingscampagne benadrukt de voordelen van het (voor)lezen, waaronder het positieve effect op woordenschat en tekstbegrip. Bovendien ontwikkelen kinderen naast een beter taalgevoel ook hun empathisch vermogen door (voor)lezen. Bibliotheek Den Haag ondersteunt het project in den Haag.

Winterborrel Ananasstraat



Op zondagmiddag 19 januari stond voor de bewoners van de Ananasstraat de warme chocolademelk en de glühwein klaar voor een gezellige winterborrel. De organisatie van deze hartverwarmende borrel werd verzorgd door het feest comité van de straat. Kinderen vermaakten zich met reuze straatspellen en zij konden bij een vuurkorf marshmallows roosteren. De meegebrachte hapjes liet iedereen zich goed smaken. Een prima start van het nieuwe jaar.



Wat zijn er deze
keer veel kleurplaten
ingestuurd!
Alles bij elkaar
meer dan 20!

Omdat het heel erg moeilijk was om hier 'de beste' aan te wijzen hebben we daarom bedacht om ze in drie groepen te verdelen: tot 5 jaar, tot 8 jaar, en ouder.

Op deze bladzijde vind je de winnaars van die drie groepen. Deze kunstenaars hebben inmiddels een prijs ontvangen.

Verder hebben we op bladzijde 25 nog eens de 9 mooiste kleurplaten op een rij gezet.

Alle inzenders heel erg bedankt!



Loek de Grijter
070-3234030
Aalbessenstraat
en Pomonaplein



Emanuel van der Kallen
070-3559466
Aardbeistraat en
Mispelstraat



Cliff en
Shirley Neervoort
06-14 596 923
Abrikozenplein
Pompoenstraat



Peter van
den Nieuwenhoff /
Willemien Willems
06-29 068 350
Abrikozenstraat



Eline Le Mair
06-10 753 559
Bosbesstraat
coördinator



Brigitte Leeuwerink
06-20 728 459
Citroenstraat



Michiel Vos
06-12 382 371
Druivenstraat



Roel Praat
070-3238850
Frambozenstraat



Patricia
Vermeulen-Mooiman
Goudreinetsstraat
06-477 754 11



Marianne Warffemius
06-52 006 555
Kornoeljestraat
Mient (Laan van Eik en
Duinen - Perenstraat



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



Wout Huizing
06-45 484 877
Mandarijnstraat



Sophie Baltink
070-3688954
Meloenstraat



Thea van Aanhout
070-3688954
Morelstraat



Petra Spuijbroek
06-40 325 237
Mient tussen Peren-
straat - Appelstraat



Arthur Beukhof
06 1509 5562
Pippelingstraat
coördinator



Henk van den Berg
06-15 511 906
Pomonalaan



Petra Venrooy
Sterappelstraat
06-20 025 095



Nelly van Straaten
06-23 881 743
Thorbeckelaan (laag),
Okkernootstraat



Dave Ormel
06-50 233 245
Tomatenstraat



Pascal Slootjes
06-50 188 801
Vlierboomstraat

Hierboven staan onze straatvertegenwoordigers op volgorde van de straten die zij vertegenwoordigen. Staat uw straat er niet bij? En wilt u meer weten over meedoen? Bel eens met een van de coördinatoren, of stuur een mail aan sdv@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl.

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.

Overigens:
De straatvertegenwoordigers zijn nadrukkelijk geen 'politie-agenten'. Ze kunnen dus niet bemiddelen bij bureauzies of bij meningsverschillen over bijvoorbeeld de hoogte van de heg.

Voor die zaken is er de wijkagent, bereikbaar via 0900-8844.

ACTIVITEITEN COMMISSIE

Een tijdje geleden heeft de Activiteitencommissie een oproep gedaan voor versterking. De AC is verheugd te kunnen melden dat we Yvonne hebben kunnen verwelkom.

Muzikale toer Vruchtenbuurt 2025

Save the date! Op 7 september 2025 van 13.00 – 17.00 uur wordt er weer een muzikale toer in de Vruchtenbuurt georganiseerd: Muziek voor en door wijkbewoners.

We hopen op een groot aantal aanmeldingen zodat er in de hele Vruchtenbuurt muziek te horen en te zien is. We kunnen altijd enthousiastelingen gebruiken die willen meedenken met de organisatie. Je kunt je hiervoor aanmelden via de mail:

ac@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl

Ook muzikanten, bands of andere musici zijn bij deze uitgenodigd om zich aan te melden via bovenstaand mailadres.

Kleding Repair Café voor en door bewoners in de Vruchtenbuurt



Elke 3e dinsdag van de maand van 19.00 – 21.00 uur.

De eerstvolgende is op 18 maart 2025.

Bij Koffie en Kansen, Abrikozenstraat 97.

Gratis

AbriCosy koffie ochtend



Elke 3e woensdag in de maand van 10.00-11.30 uur in de kantine Achilles, Pomonaplein 71. Gratis deelname met koffie of thee en gebak. De eerstvolgende vindt plaats op wo 19 maart 2025! Uw gastvrouw is Ella.

Kinderkleding ruil

Zondag 23 maart 2025 van 11.00 – 15.00 uur.

In de kantine van Achilles, Pomonaplein 71.

Aanmelden via email: ac@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl



Spelletjesmiddagen op maandagen van 14.00 – 16.00 uur t/m 28 december 2025



Elke maandag van 14.00 - 16.00 uur in de kantine van Achilles, Pomonaplein 7. Je kunt o.a. meedoen met sjoelen, rummikub, schaken, klaverjassen en scrabble.

Gratis deelname met koffie of thee.

Muzieklesjes voor de kleintjes van 1-4 jaar



Muzieklesjes voor de allerkleinsten.

Judith organiseert weer een

zomercursus op maandagochtend

2, 16, 23, 30 juni en 7 en 14 juli 2025

Dreumesen: van 1 – 2,5 jaar / tijd: 10.00 -10.30 uur

Peuters: van 2,5 – 4 jaar / tijd: 10.45 – 11.15 uur

Kosten: € 25,00 voor 6 lesjes.

Locatie: Lunchroom Op de Hoek, Pomonaplein 521.

Je kunt je opgeven via email : ac@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl

Kinderatelier voor kinderen van 7 t/m 12 jaar



Het kinderatelier wordt begeleid door Alexandra.

Teken-, schilder- of boetseerlessen met wekelijks een ander thema.

Elke zaterdag t/m 5 juli 2025 van 13:30 uur tot 15:00 uur (behalve de schoolvakanties).

Minimaal 3 kinderen en maximaal 8 kinderen.

Locatie: Bosbeskapel, Bosbesstraat 5.

Kosten inclusief alle materialen: € 25,00 per maand, een losse les of proefles € 10,00.

Aanmelden bij Alexandra: via appen of bellen 06- 37303647.

Social Media

De Activiteiten Commissie (AC) plaatst diverse berichten/activiteiten op de website van het Wijkberaad Vruchtenbuurt (<https://www.wijkberaad-vruchtenbuurt.nl>), op Facebook, in de Vruchtenmail en op Hoplr.

Hoplr is een buurtapp. Bij aanmelding met je adres op www.hoplr.com kom je alleen in de buurtapp.

Je huisnummer en telefoonnummer worden niet getoond!

Op 9 februari 2025 hebben al 2590 bewoners zich aangemeld op Hoplr.

Bijdragen voor Facebook kun je mailen naar nicoinderaad@planet.nl

De Vruchtenmail wordt 1x per maand toegestuurd.

Aanmelden kan via email:

vruchtenmail@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl

VAN DE WIJKAGENT

Wijkagent Jan Willem met pensioen



Eind februari begin maart was het zover. Ik heb de politiecap aan de wilgen gehangen. In 1980 begonnen aan de voorloper van Bureau Segbroek (Archimedesstraat) en na 45 jaar afsluiten als wijkagent in de Vruchtenbuurt.

Ik heb heel veel functies bekleed bij de politie van surveillant, senior, motorrijder, info/analist, ploegchef service en Intake tot wijkagent. Mooie dingen, vervelende zaken, ernstige zaken waaronder steekincidenten, schietincidenten, verhangingen en reanimaties. Wat voor mij het belangrijkste was, is het naar mijn zin hebben en fluitend naar mijn werk fietsen.

In de Vruchtenbuurt heb ik de laatste twee jaar met veel plezier gewerkt. Zeer betrokken bewoners en hardwerkende ondernemers, ijverige straatvertegenwoordigers, leuke speeltuinen (Appelstraat, Abrikozenplein). Mijn afscheid is een beetje dubbel. Ik ga de sociale contacten missen maar na 45 jaar is het ook genoeg geweest en ga ik genieten van mijn vrije tijd. Stilzitten kan ik niet en ga ik zeker niet doen. Genoeg hobby's om mij niet te vervelen. Tuinieren, zingen, lezen en vakantie vieren zijn zoal mijn bezigheden. Al enige maanden is Raymond Budhu Lall ook in de Vruchtenbuurt werkzaam. Hij gaat al uw vragen, mails, Whatsappjes beantwoorden. Ik wens u het allerbeste, veel geluk, liefde en voorspoed toe.

Jan Willem Pasman.

Van Raymond Budhu Lall aan Jan Willem:

Gefeliciteerd met je pensioen! Dankjewel voor al je harde werk en jouw waardevolle bijdrage aan ons team. Wij wensen je een heerlijk pensioen vol met rust, vreugde en avonturen.

BESTE VRUCHTENBUURTERS,
IK MOET NOG EEN AANTAL JAREN DOORGAAN.
OP DIT MOMENT WIL IK JULLIE WAARSCHUWEN
VOOR DE NEPAGENTEN DIE LANDELIJK ACTIEF
ZIJN. WEES ALERT!

Wat kunt u doen tegen nepagenten?

Als u bent gebeld:

Hang direct op als u wordt gebeld door iemand die zegt van de politie te zijn en die vraagt naar kostbaarheden zoals sieraden of bankgegevens.
Bel de politie via 0900-8844 en controleer via hen of u echt gebeld bent door een politiemedewerker.
Als u die informatie heeft doorgegeven: laat niemand binnen.

Als er iemand aan de deur staat:

Doe de deur niet zomaar open voor iemand die zegt van de politie te zijn. Vraag eerst om het politielegitimatie en personeelsnummer van degene die voor de deur staat en bel ook in dit geval de politie via 112 om het nummer te checken.
Een echte politieagent kan zich altijd legitimeren met een geldig

politielegitimatiebewijs. Dat is een kaart met daarop de naam, het personeelsnummer en een pasfoto. Dit bewijs is een kaart gemaakt van polycarbonaat, net zoals het rijbewijs. Ook heeft het politielegitimatiebewijs meerdere zichtbare en onzichtbare echtheidskenmerken zodat deze minder eenvoudig is te vervalsen. Een politiemedewerker in 'burgerkleding' moet altijd uit eigen beweging het politielegitimatiebewijs laten zien.

Spoed 112
Bel met de politie 0900-8844

Raymond Budhu Lall,
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
Stichting in samenwerking met Eykenburg

Jouw talenten. Ons doel.

Laat je talenten tot hun recht komen.
In een baan die past bij jouw leven,
jouw ambities en jouw hart voor de zorg.
En maak van elke dag een waardevolle dag.

Kijk voor onze vacatures op
werkenbij.eykenburg.nl



Meubel
stoffering

Vruchtenbuurt

Stoffeeratelier
Albert van der Putten
www.stoffeeratelier.info

Loosduinseweg 833
2571 AT Den Haag
06 - 11163483



de **nn** agneet
Bodyfashion

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



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

Vlierboomstraat 483
2564JE 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

IN GESPREK MET...

door Bert Alkema

Ondernemers zijn goud waard

WOENSDAG 15 FEBRUARI WAS EEN SPECIALE DAG VOOR TWEE WINKELS IN DE VLIERBOOMSTRAAT, ÉÉN VAN DE OUDSTE WINKELSTRATEN VAN DEN HAAG. ZOWEL DE FIRMA JAC. BENNEBROEK ALS DE MAGNEET BODY FASHION BESTAAT 90 JAAR. DAT IS WEL EEN MOOIE REDEN OM DE EIGENAREN VAN BEIDE WINKELS EENS FLINK IN HET ZONNETJE TE ZETTEN.



*De twee jubilerende ondernemingen in de Vlierboomstraat. 90 jaar lang vakkennis en persoonlijke aandacht.
Foto's: Henriette Guest Fotografie*

En dat gebeurde 's middags, onder leiding van bestuurslid Winkeliersvereniging BIZ De Vruchtenbuurt, Paul Doeve, die een openingswoord uitsprak en beide ondernemers een bos bloemen aanbod. Wethouder Hilbert Bredemeijer was namens de gemeente Den Haag aanwezig en bood beide eigenaren een onderscheiding in de vorm van een oorkonde aan. U kunt de onderscheidingen in de winkels aanschouwen. Overigens kenmerken deze winkels zich door hun uitgebreide assortiment.

Bij de firma Jac. Bennebroek heeft Jeffrey Vink het bedrijf 20 jaar geleden overgenomen van zijn vader Wim. Wim heeft de winkel in 1976 overgenomen van Jac. Bennebroek. Hij was in 1935 op dezelfde locatie zijn winkel begonnen in huishoudelijke artikelen. Al snel kwamen er allerlei "doe het zelf artikelen" en later gereedschappen bij.

Dat het een echt familiebedrijf is en een centraal punt in de Vruchtenbuurt blijkt uit het feit dat Wim nog vaak in de winkel bij Jeffrey is. Ook voor vragen en advies op allerlei gebied van doe het zelf kan men hier terecht. Zelfs voor één enkel schroefje of moertje hoeft je de wijk niet uit.

Firma De Magneet is begonnen in 1934 op het Abrikozenplein en later verhuisd naar de Vlierboomstraat. Ook dit is zo'n speciaalzaak waarvoor je in de Vruchtenbuurt moet zijn. De winkel is begonnen met huishoudelijk textiel en ondergoed. De specialiteit werd opgebouwd met nachtkleding en lingerie voor dames.

Voor al de kennis en ervaring in borstprothesen en bijpassende lingerie levert de ondernemer Martijn, zijn echtgenote Bianca en het team landelijke bekendheid op. Advies gebaseerd op kennis trekt klanten vanuit het hele land naar de Vlierboomstraat. Persoonlijke aandacht staat hoog in het vaandel.

Kosteloos juridisch advies voor bewoners van de Vruchtenbuurt

DE TROUWE LEZERS KENNEN GERMAINE VON BANNISSEHT WELLICHT VAN HAAR VASTE RUBRIEK IN DE VRUCHTENPERS. SAMEN MET ADVOCaat ERIC-JAN KRIJGSMAN BIEDEN ZIJ DE BEWONERS VAN DE VRUCHTENBUURT DE MOGELIJKHEID OM GRATIS ADVIES IN TE WINNEN. DAT KAN GAAN OVER EEN JURIDISCH PROBLEEM OF EEN VRAAG OVER EEN TESTAMENT. GERMAINE EN ERIC-JAN ZIJN ONLANGS ELK MET HUN EIGEN KANTOOR NAAR EEN ANDERE LOCATIE VERHUISD. EEN GOEDE GELEGENHEID OM EENS NADER KENNIS TE MAKEN.

Germaine ontvangt mij op haar nieuwe werkplek aan de Kranenburgerweg 146 in Scheveningen. Vanuit haar werkkamer kijk je mooi uit over de jachthaven. Sinds 21 januari is het notariskantoor Drost Juten notarissen in dit lichte en moderne pand gevestigd. Germaine is al 28 jaar werkzaam op dit kantoor waarvan 18 jaar als notaris. Haar expertise ligt op het terrein van onroerend goed en familierecht. Zij werkt voor ondernemers en particulieren.

De bewoners van de Vruchtenbuurt kunnen met al hun juridische vragen en problemen kosteloos terecht bij Eric-Jan en Germaine. Hoe is dat ontstaan?

Eric-Jan woont in de Vruchtenbuurt en hield al enige tijd spreekuur in de Abri. Bewoners konden met allerlei juridische kwesties bij hem terecht. Hij merkte dat er regelmatig vragen kwamen over notariële zaken, zoals splitsingsrecht en testamenten. Om die vragen goed te kunnen beantwoorden is de expertise van een notaris nodig.

Het lag voor hem voor de hand om Germaine te vragen om met hem samen te werken. Zij werkten in hetzelfde pand. Germaine als notaris bij Drost Juten notarissen en Eric-Jan als advocaat verbonden aan ScheerSanders Advocaten. Zij deelden de voordeur en de wachtkamer. Het voordeel van in hetzelfde pand werken was dat zij makkelijk bij elkaar konden binnenlopen om specifieke kennis over een juridisch onderwerp te delen. Hun kantoor was gevestigd aan het Nassaplein 36. Het advocatenkantoor van Eric-Jan is sinds kort gevestigd aan de Javastraat 1C.

Germaine kwam Eric-Jan niet alleen regelmatig tegen in het kantoorpand dat zij deelden, zij zagen elkaar ook op de velden van HBS-Craeyenhout. Als voetbalmoeder (Germaine) en hockeyvader (Eric-Jan) besloten zij in de adviespraktijk ook aan te bieden aan de

leden van HBS-Craeyenhout ("van Kraaien voor Kraaien"). Zij houden spreekuur in de kantine.

Wat maakt het aantrekkelijk om een beroep op jullie te doen?

Germaine legt uit dat zij het belangrijk vindt om laagdrempelig te zijn. Veel mensen zullen niet zo makkelijk een advocaat of notaris benaderen met een probleem. Dat is jammer want zo blijft een kwestie vaak onnodig voortslepen en worden conflicten niet opgelost. Germaine en Eric-Jan willen vooral de belemmering om juridisch advies in te winnen wegnemen. Zij geven op een voor iedereen begrijpelijke manier uitleg en wijzen de weg. De eventuele opties worden besproken. Als mensen vervolgstappen willen zetten en gebruik maken van hun diensten, stellen zij een opdrachtdocument op. Daarin staat hoe het vervolgproces eruit gaat zien en wat de globale kosten zijn. Het komt erop neer dat er kosten in rekening worden gebracht zodra er stukken geschreven moet worden. Germaine hecht zeer aan transparantie en duidelijkheid.

Na een adviesgesprek weten mensen waar ze aan toe zijn en welke stappen ze kunnen nemen. Ze ziet in de praktijk hoe effectief zo'n adviesgesprek kan zijn. Het biedt mensen meer zelfvertrouwen en een mogelijkheid om een probleem concreet aan te pakken. Germaine komt ook bij mensen thuis langs als ze daar behoefte aan hebben. Er is niet altijd gelegenheid overdag een afspraak te maken om je vragen over je testament te bespreken of hoe een splitsingsakte in elkaar zit. Aan het einde van haar werkdag vindt ze het geen bezwaar om even om te rijden voor een huisbezoek.

Wat voor zaken worden voorgelegd?

Veel bewoners in de Vruchtenbuurt besluiten om een extra verdieping bovenop hun woning te bouwen. Om zo'n extra verdieping



te mogen bouwen is toestemming nodig van de gemeente. Ook de VVE moet instemmen met zo'n verbouwing. De vraag is dan of de splitsingsakte van toepassing is en of het nodig is om tot een splitsingsakte wijziging over te gaan. Germaine kan beoordelen wat nodig en welke stappen genomen moeten worden.

Ook krijgt Germaine vragen over erfdiensbaarheid. Erfdiensbaarheid betekent dat de eigenaar van een stuk grond het recht heeft om iets te doen op of over het land van iemand anders. Een voorbeeld van erfdiensbaarheid is het recht van overpad. Een eigenaar moet een dienst verlenen door zijn erf tijdelijk beschikbaar te stellen aan een ander.

Soms zijn mensen onbekend met de regels over erfdiensbaarheid of willen hun afspraken laten vastleggen of wijzigen.

Het erfrecht is ook een terugkomend onderwerp. Wat zijn de regels bij de verdeling van een erfenis. Hoe wil je je nalatenschap regelen? Wat komt er kijken voor het opmaken van een testament? Germaine geeft over dit soort zaken duidelijk uitleg.

Zij wijst erop dat het verstandig is om een testament regelmatig te laten doornemen en bespreken met een notaris. Is de inhoud van het testament nog van toepassing op de huidige situatie? Is er een wijziging nodig?

Germaine ziet dat steeds meer mensen een levenstestament laten opstellen. Het levenstestament is een notariële volmacht waarin je iemand aanwijst die voor jou mag handelen als je daar zelf niet meer toe in staat bent. In een levenstestament bepaal je zelf wie je zaken regelt of medische belangen behartigt als je dat zelf niet meer kunt. Bijvoorbeeld door dementie of een ongeval. Met het levenstestament hou je zelf de regie, ook onder moeilijke

omstandigheden. Aan een levenstestament kan een bijlage worden toegevoegd waarin persoonlijke wensen worden vastgelegd. Germaine noemt dat een praatstuk waarin in gesprek met partner, familie maar ook de huisarts afspraken kunnen worden vastgelegd.

Iemand kan een familielid aanwijzen als gevolmachtigde.

In een testament kun je ook iemand aanwijzen die jouw nalatenschap afwikkelt; dat noem je een executeur en dat kan ook een notaris zijn. Germaine vertelt over een meneer die haar als executeur had aangewezen. Hij had laten vastleggen om een legaat aan HBS te schenken. De club had hem veel plezier in zijn jeugd gebracht, vandaar.

Het advocatenkantoor waar Eric-Jan aan verbonden is heeft een brede expertise op vrijwel alle rechtsgebieden. Zelf staat hij vooral cliënten bij die slachtoffer zijn geworden van een ongeval. Dat kan gaan om een verkeers- of bedrijfsongeval. Daarnaast heeft hij veel ervaring in arbeidszaken.

Het kantoor biedt juridische ondersteuning voor ondernemers en particulieren. Of het nu gaat om een echtscheiding, letselschade, of een zakelijk conflict, Eric-Jan en zijn kantoorgenoten komen deskundig voor ieders belangen op. En overweeg je om samen met de andere partij te werken aan een oplossing, dan kun je terecht bij één van de mediators van kantoor. De mediator is net als de notaris neutraal en onafhankelijk.

De verhuizingen zitten de voorzetting van de bijzondere service van Germaine en Eric-Jan aan de bewoners van de Vruchtenbuurt niet in de weg. Ze blijven een kosteloze juridische vraagbaak voor de wijk. Gelukkig maar.

Het Wijkberaad heeft een nieuwe voorzitter

door Marieke Morshuis

BEGIN 2022 STAPTE MARIEKE VAN OVERVELD TEGELIJK MET MICHEL ROVERS, HIJ ALS VOORZITTER, IN HET BESTUUR VAN HET WIJKBERAAD. IN JANUARI VAN DIT JAAR NAM ZE TIJDENS DE JAARVERGADERING DE VOORZITTERSHAMER VAN HEM OVER. WIE IS MARIEKE EN WAT DRIJFT HAAR ALS VOORZITTER VAN HET WIJKBERAAD EN BEWONER VAN DE VRUCHTENBUURT? EEN KENNISMAKING.



Marieke woont inmiddels zo'n 5 jaar in de Vruchtenbuurt. "Ik werkte al lang in Den Haag en woonde samen in Brabant. Toen mijn relatie uitging, ben ik deze kant opgekomen. Ik zocht een huis met tuin (vanwege mijn hond) in een beetje een goede en ook groene buurt en zo kwam ik dus in de Vruchtenbuurt terecht." Een ideale buurt volgens Marieke: "De buurt is gezellig en heeft een goede sfeer. Het voelde als thuiskomen toen ik hier kwam wonen. En als je wil ben je snel in de drukte van de stad en bijvoorbeeld musea, maar wil je dat niet zit je hier heerlijk rustig."

Het bestuur in gekletst

Al vrij snel werd ze ook actief in de buurt. "Ik heb een vanzelfsprekende neiging om iets te willen betekenen voor mijn omgeving. Op mijn werk zat ik bijvoorbeeld in de OR." Ze reageerde in eerste instantie op een oproep voor de Vruchtenpers, maar werd in een gesprek hierover "zo het bestuur in gekletst" vertelt ze met een lach. En zo startte in januari 2022 haar bestuurscarrière in de Vruchtenbuurt. "Ik begon als een soort vliegende keep. Onder andere was ik contactpersoon voor het wijkbudget van de gemeente."

Ze heeft wel even getwijfeld of ze nu voorzitter wilde worden. Zou dat wel te combineren zijn met haar drukke baan als bestuurssecretaris bij een pensioenuitvoerder? Marieke: "Ik geef mezelf 2 jaar om te kijken waar ik dan sta. En ik ben natuurlijk niet in mijn eentje. Als voorzitter ben je weliswaar het boegbeeld en eerste aanspreekpunt, maar we zijn met elkaar het bestuur. Het is de kunst om het werk op zo'n manier te verdelen, dat ieder doet wat hij of zij leuk vindt en de bijdrage kan leveren die hij wil." Een idealiter beperkt zich dat werk verdelen niet alleen tot de bestuursleden. Marieke: "We zijn nu met zijn vijven, een leuk team van mensen die graag iets voor de buurt willen betekenen. Een paar mensen extra zou fijn zijn, maar

een bestuursfunctie vraagt structureel tijd en commitment, dat wil niet iedereen. Terwijl veel mensen best af en toe ergens mee willen helpen, met een afgebakende klus of activiteit bijvoorbeeld. Ik zou daarom om het bestuur heen graag een clubje 'extra handjes' organiseren, die we wat meer ad hoc in kunnen zetten."

Wat wil de wijk

Een goed beeld krijgen van wat er leeft in de buurt vindt Marieke een van de uitdagingen waar het bestuur voor staat. "De gemeente kijkt graag naar ons als wijkberaad, maar wij weten vaak ook niet wat de grootste behoeften zijn van de buurt. Daar iets aan doen begint met zichtbaar zijn. Met het Wijkberaad hebben we daarom sinds een paar jaar een kraam op de jaarmarkt. Een ander speerpunt vind ik het beter opzetten van de communicatie. Dat is al langer een wens, maar daarvoor hebben we iemand nodig die met de juiste expertise het bestuur komt versterken."

Met elkaar

Gevraagd naar hoe zij haar stempel wil zetten, antwoordt Marieke dat ze vooral anderen de ruimte wil geven om te doen waar ze blij van worden. "En het is belangrijk om mensen te laten weten dat je hun inzet waardeert. Het web van vrijwilligers in de buurt is onmisbaar. Denk bijvoorbeeld aan de straatvertegenwoordigers, de activiteitencommissie en de werkgroep duurzaamheid. We doen het met zijn allen."

Zou u ook iets willen doen voor, in, met de buurt?

Het Wijkberaad is bereikbaar via info@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl.

Op de koffie met buurtgenoten

door Marieke Morshuis

REGELMATIG ZIE IK HET STAAN IN DE VRUCHTENMAIL: EEN AANKONDIGING VAN DE ABRICOSY KOFFIEOCHTEND. NIET MEER IN DE ABRI INMIDDELS, MAAR MEEVERHUISD NAAR DE VLONDER. IK WAS EIGENLIJK AL LANG NIEUWSGIERIG NAAR DEZE OCHTENDJES, MISSCHIEN U OOK WEL? NAMENS DE VRUCHTENPERS GING IK DUS MAAR EENS EEN BAKKIE DOEN, OP DE EERSTE DERDE WOENSDAG VAN DIT JAAR.



Voor een dichte deur

Dat het nog een beetje onwennig is in de nieuwe setting blijkt meteen als ik onder de poort door richting het Achillesveld loop. Voor mij uit lopen enkele dames die zo te zien ook op weg zijn naar de koffie. Een man op de fiets - Leo, blijkt als we later kennismaken - komt vanaf de Vlonder onze kant op. "De deur is dicht, er is niemand," weet hij te melden. Twijfel in het groepje, het was toch deze woensdag? Wat nu? Iemand oppert dat het toch wel heel handig zou zijn om een 'koffie-ochtend-appgroep' te hebben voor een situatie als deze. Een ander pakt ondertussen haar telefoon om van tijdelijk gastheer Arthur te vernemen dat er echt iemand klaar zou moeten zitten met koffie en taart. Met zijn allen weer richting de ingang dus en inderdaad, de deur is gewoon open en we kunnen naar binnen. Leo snapt er niets van: "De deur was echt dicht!"

Slagroom of chipolata

Hoe dan ook, we zijn binnen, waar Hella, de nieuwe gastvrouw voor de koffieochtenden, ons welkom heet en de koffie- en taartbestellingen opneemt. Hier in de Vlonder geen koffiekannen, zoals in de Abri, maar (prima) koffie uit de Achilles-automaat. Qua taart is er deze ochtend de keuze uit chipolata (meest gekozen) of slagroom. Ik maak ondertussen kennis met de overige koffiedrinkers en vertel dat ik van de Vruchtenpers ben. Ik krijg de indruk dat de bezoekers min of meer vaste gasten zijn van de koffieochtenden. Het zijn er 8 vandaag (mijzelf niet meegerekend): naast Leo zijn dat Anneke, Henk, Cootje, Sonja, Nelly, Franka en Lia. Meestal zijn het er meer begrijp ik. Maar met z'n negenen passen we vandaag in ieder geval om een grote tafel.

De komst van Anneke bezorgt Leo nog even een 'zie-je-wel-moment'. Ook bij haar lijkt in eerste instantie de deur gesloten.

Het gesprek aan tafel gaat al gauw alle kanten op. Ik krijg er niet echt vragen tussen, dus ik laat het maar over me heen komen. In de categorie herinneringen uit de oude doos gaat het even over de 'vrouwengewichtclub' in de Abri. Ik zie meteen beelden voor me van gewichtheffende dames in de Abri, maar het blijkt te gaan over samenkomsten van de Weight Watchers. En Cootje vertelt met nog steeds strijdbare blik hoe ze ooit verhaal ging halen bij de gemeente om te zorgen dat haar dochter een huis kreeg, ook al had dat een kamer te veel. Sonja, oud-Vruchtenbuurter, komt speciaal uit Houtwijk naar de koffieochtenden. Ze vertelt levendig hoe ze in haar eigen straat probeert te zorgen voor verbinding en afspraken met de gemeente. Zouden ze daar ook straatvertegenwoordigers hebben? Hier zitten er in ieder geval enkele aan tafel.

Iedere maand AbriCosy

Het is al met al een gezellig samenzijn. De vaste bezoekers vinden het hier wel wat minder knus dan in de Abri, maar de verhuizing heeft ze niet tegengehouden om op de koffie te blijven komen.

Ook koffiedrinken met je buurtgenoten? Ga eens langs. Elke 3e woensdag van de maand, van 10 tot half 12, is er in de Vlonder een AbriCosy: koffie met taart. Iedereen uit de Vruchtenbuurt is van harte welkom!



FEESTJE AAN ZEE?

Of je nu je verjaardag wilt vieren, een familiediner, beach BBQ of bedrijfsfeestje wilt geven. Bij strandpaviljoen de Kwartel zit je altijd goed! Gelegen op een mooi stuk strand, met prachtig uitzicht over zee en duinen, waar iedereen zich meteen thuis voelt en geniet van de sfeer.

Iets te vieren? Mail naar events@dekwartel.nl

VANAF 8 MAART OPEN
Strandslag 9 - Zuiderstrand - Den Haag


STRANDPAVILJOEN DE KWARTEL
RESTAURANT EN WEDDING LOUNGE

Vochtdoorslag en andere problemen
aan de gevel lossen wij op!

van den BERGH



Gevelonderhoud

Gespecialiseerd in:

Metselwerk • Voegwerk
Impregneren • Vochtwerping
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

Thuis achter de duinen



AAN- EN VERKOOP VAN WONINGEN EN APPARTEMENTEN



klapmakelaardij.nl

Vruchtenbuurters 'empoweren' Musicon!

ZONDAG 9 FEBRUARI 2025 WERD HET GLOEDNIEUWE CIRCULAIR ZONNEDAK OP MUZIEKCENTRUM MUSICON AAN DE SOESTDIJKSEKADE 345 IN BEDRIJF GENOMEN.



Vruchtenbuurters Willie Berentsen, Arie Visser met Joris Wijsmuller, Daan van der Bruggen en vrijwilligers zetten de stroom aan tijdens de feestelijke opening.
Fotografie: Bart Versteeg

De feestelijke opening werd verricht door Joris Wijsmuller (directeur Duurzaam Den Haag), Daan van der Bruggen (directeur Musicon), Willie Berentsen (voorzitter Sterk op Stroom) én de vrijwilligers die de tweedehands panelen hebben 'geoogst' en geplaatst op het dak van Musicon.

Het circulaire zonnedak bestaat uit 72 tweedehands zonnepanelen, die zijn gedoneerd door CUVO, de Coöperatieve Uitvaartvereniging De Volharding. Nog maar 8 jaar oud kunnen ze de komende 15 jaar nog 20.000 kWh per jaar aan duurzame stroom produceren. Dit dekt 30% van het jaarlijkse stroomverbruik van Musicon. Door het hergebruik van de economisch afgeschreven PV-panelen stimuleert onze coöperatie naast de opwekking van lokale duurzame stroom ook de 'circulaire economie'. Dus dubbel goed voor de planeet! Het Musicon-dak is het tweede collectieve zonnedak van coöperatie Sterk op Stroom. Het eerste werd in maart 2023 in gebruik gesteld op de Aikidoschool aan de Mient 277.

Achtergrond informatie

Lage kosten: De panelen zijn door vrijwilligers van coöperatie Sterk op Stroom van het dak van De Volharding 'geoogst'. Ook het terugplaatsen van de installatie op het Musicon is grotendeels door vrijwilliger van de coöperatie gedaan. Hierbij professioneel begeleid door het Haagse installatiebedrijf Energy Guards. Op deze wijze zijn de investeringskosten van het PV-systeem laag gehouden.

Terugdringen energiearmoede:

De gedoneerde PV-panelen waren gratis en ook de overige kosten hebben we laag weten te houden door inzet van vrijwilligers. De resterende investeringskosten (omvormers, bekabeling, aansluiting op de elektrische installatie van Musicon, e.d.) zijn gefinancierd met donaties van leden van SoS, sponsoring door lokale bedrijven en instellingen en een subsidie. Hierdoor rust er geen afbetaling verplichting aan de bank of investeerders. Sterk op Stroom kan daardoor de opbrengsten van het PV-systeem volledig inzetten voor het realiseren van nieuwe duurzaamheidsprojecten in onze wijken en/of aan het bestrijden van energiearmoede.



Gezellige drukte in het Musicon.
Fotografie: Bart Versteeg

Meer circulaire zonnedaken:

Met dit project heeft coöperatie Sterk op Stroom een nieuwe methode gevonden om óók op kleinere daken in de binnenstadswijken collectieve opwekking te realiseren. In de regel geldt dat een collectief zonnedak pas kostendekkend geëxploiteerd kan worden bij minimaal 150 PV-panelen. Dat vraagt grote daken en die zijn in binnenstadswijken nauwelijks te vinden. Zo blijft er veel dakoppervlak onbenut. Het is onze ambitie om in de naaste toekomst veel dakoppervlak op in onze wijken te voorzien van een collectief en circulair PV-systeem.

Coöperatieve Uitvaartvereniging De Volharding (CUVO):

CUVO is dus een coöperatie, die uitvaarten voor leden en niet leden verzorgt. Het doel is ervoor te zorgen dat niemand in de regio Haaglanden zich zorgen hoeft te maken over een passende uitvaart. Meer onder <https://www.cuvo.nl/>

Energiecoöperatie Sterk op Stroom:

Wij zijn Sterk op Stroom, de energiecoöperatie van de Vruchtenbuurt én aangrenzende wijken. We zijn gewone burens met een buitengewoon plan: samen groene en betaalbare energie opwekken en delen in onze eigen wijk. We vinden het onzin om dure, vervuillende energie van ver te halen als er hier lokale, duurzame bronnen voorhanden zijn.

Om onze planeet leefbaar te houden moet de CO₂-uitstoot omlaag en de opwarming gestopt. Door lokaal meer duurzame stroom op te wekken en deze op een slimme en eerlijke wijze te delen dragen we serieus bij aan de klimaatdoelen en noodzakelijke energietransitie. Een eerlijke en groene energievoorziening, dát is waar de coöperatie Sterk op Stroom naar streeft. Alle opbrengsten worden opnieuw geïnvesteerd in duurzaamheid in onze de wijken! Kijk ook op www.sterkopstroom.nl

Voor meer informatie::

Arie Visser (bestuur Sterk op Stroom), arie.visser@sterkopstroom.nl
Telefoon: 06-43874848

NetVerder: Partner voor het samen bouwen aan een betaalbaar warmtenet in de Vruchtenbuurt



Warmtebuizen van NetVerder in The Green Village in Delft, een Fieldlab voor duurzame innovatie.

Warm in de Wijk heeft, naast de Coöperatie Duurzame Vruchtenbuurt, twee belangrijke partners, die meedenken over de plannen voor een duurzaam coöperatief warmtenet in de wijk: NetVerder en De Gemeente Den Haag. Bij NetVerder werkt men aan het ontwikkelen, realiseren en onderhouden van de infrastructuur voor onder andere warmtenetten. Ik sprak met Dennis Ouwens, die in zijn functie als projectontwikkelaar bij alle fasen van ons warmtenet betrokken is.

Kennismaken met Dennis:

Zijn liefde voor de technische wereld was al vroeg geboren: kleuter Dennis ging al met zijn opa, aannemer van beroep, mee de bouw op. Na een studie Commerciële Economie, zette hij binnen een consultancybedrijf een afdeling op, die gemeenten hulp biedt bij hun rol in de warmtetransitie. Zo ontstond zijn wens om een wezenlijke bijdrage te leveren aan de overgang van huishoudens van gas naar duurzame warmte. Vorig jaar stapte hij over naar NetVerder.

Dennis woont in een huis uit 1912, wat hij inmiddels verduurzaamd heeft. De aankoop van een hybride warmtepomp stelt hij nog even uit, in afwachting van de ontwikkelingen in zijn wijk. Hij hoopt, dat er een warmtenet zal komen! Energieprijzen zijn aan verandering onderhevig; gasprijzen stijgen weer. Onderzoeken geven aan, dat een warmtenet toekomstig de meest stabiele vorm van duurzame warmte is, ook financieel gezien. Bewoners moeten hun huis voldoende isoleren, maar dat is bij de aanschaf van een individuele warmtepomp ook een belangrijke stap. Geïnspireerd door de Vruchtenbuurt krijgt hij zin om met zijn burens te gaan praten over hún ideeën voor een betaalbare duurzame warmtevoorziening. Zijn twee jonge kinderen zijn voor hem een extra motivatie om zich in te zetten voor een duurzame wereld.

Een inkijkje bij NetVerder:

NetVerder is een dochteronderneming van Stedin Groep. Men houdt zich bezig met de ontwikkeling, realisatie en exploitatie van duurzame energiesystemen. NetVerder streeft geen commercieel, maar een maatschappelijk belang na. Transparantie staat hoog in het vaandel. Samen met de partners werkt men aan een haalbaar, betrouwbaar en betaalbaar warmtenet. Men maakt de kosten inzichtelijk en draait samen met de partners aan de knoppen om deze steeds zo laag mogelijk te houden.



WidW voorzitter Eric Boessenkool en wethouder Arjen Kapteijns

NetVerder realiseert verschillende warmtenetprojecten in Zuid-Holland, Utrecht en Zeeland. Men werkt doorgaans samen met woningcorporaties of gemeenten. In de Vruchtenbuurt is de Coöperatie Duurzame Vruchtenbuurt de samenwerkingspartner. De Coöperatie huurt hun projectleider in vanuit ingenieursbureau Stantec, maar de beslissingen worden genomen door de leden van de Coöperatie. Er wordt toegewerkt naar een coöperatief warmtebedrijf voor de exploitatie, waarin de leden/bewoners de regie hebben.

Dennis voelt een uitdaging in de ontdekkingstocht naar zijn rol in deze hele andere setting. Hoe kan hij de bewoners van de Vruchtenbuurt pragmatisch ondersteunen met zijn kennis? Een win-win-situatie, want NetVerder kan zo ervaring opdoen in de voor hen nieuwe situatie van samenwerking met een bewonerscoöperatie. NetVerder heeft de intentie om het warmtenet in de Vruchtenbuurt blijvend te ondersteunen.

De boodschap van Dennis: Maak elkaar als burens enthousiast voor het warmtenet, want hoe meer huishoudens zich aansluiten, hoe rendabeler het wordt!

Kort Nieuws:

Met de andere partner van Warm in de Wijk, Gemeente Den Haag, is de samenwerking onlangs formeel vastgelegd in een intentieovereenkomst. Wethouder Arjen Kapteijns en voorzitter Eric Boessenkool zetten op de ALV van 9 december 2024 hun handtekening:

De Gemeente Den Haag en de Coöperatie Duurzame Vruchtenbuurt hebben de intentie om te onderzoeken hoe de ontwikkeling van het warmtenet voor de Vruchtenbuurt gerealiseerd kan worden met als doel het uiteindelijk sluiten van een samenwerkingsovereenkomst tussen de betrokken partijen.

Wil je meer weten, of je aansluiten?

Oproep aan Vruchtenbuurt-bewoners: Warm in de Wijk kan altijd denkracht en extra handen voor hand- en spandiensten gebruiken! Help je mee? Maak je bekend via info@warmindewijk.nl

DUURZAAMHEID

door Arie Visser

Waarom ik DEEL

Ik ben Arie Visser, 69 jaar en actief in de wijk. Ik woonde bijna 8 jaar in de Vruchtenbuurt, toen de woningen van Groene Mient werden opgeleverd.

Wat maakt de Vruchtenbuurt voor jou leuk en leefbaar?

Heel eerlijk, toen ik hier net kwam wonen vond ik het een tuttig buurtje. Zo wit, zo netjes en zo burgerlijk. Maar al snel ontdekte ik dat er mensen in onze wijk elkaar kennen, elkaar op straat groeten en behulpzaam zijn. Dat is geweldig, want het individualisme neemt overal toe in onze samenleving. Een zorgelijke ontwikkeling. We hebben veel meer Vruchtenbuurten nodig in dit land.

Waarom doe je mee bij Vruchtenbuurt DEELt?

Auto's delen met vrienden heb ik mijn hele leven gedaan. Een eigen auto was nooit nodig. Bovendien ben ik fietser en OV-reiziger. Dat zit meer in mijn systeem dan de auto pakken. Maar soms is het handig om over een auto te beschikken. Het is een doorn in mijn oog dat onze straten vol staan met blik. Er is steeds minder leefruimte op straat. Met autodelen dragen we bij aan verlichting van de parkeerdruk, een goede luchtkwaliteit en ruimte voor groen en fietsen. Heel belangrijk vind ik dat.

Waarom de Zoë, terwijl jullie allerlei modellen en maten bij DEEL hebben?

De Zoë is een schattig, bijna lief autootje. Simpel, betrouwbaar, ruim, rijdt geweldig én is bescheiden van formaat. Dat laatste – het bescheiden formaat – vind ik prettig. Er verschijnen steeds meer obese bakbeesten op de weg. En natuurlijk is het handig dat de Zoë zijn vaste standplaats heeft op het parkeerterrein van Groene Mient.

Waarom raad je andere Vruchtenbuurters aan bij DEEL in te stappen?

“Delen is het nieuwe bezitten”. Het is goed voor je portemonnee én voor de planeet! Autodelen is vooral een mindset. Voor veel autobezitters geldt dat ze slecht één of enkele keren per week de auto gebruiken. Vruchtenbuurt DEEL heeft een heel laagdrempelige ‘instapregeling’. Probeer het gewoon eens! Ook leuk is dat je meer contacten krijgt in de buurt: DEEL-genoten waarmee je makkelijk een praatje maakt op straat. Dat is toch heel gezellig!

DEELAUTO INFO AVOND VRUCHTENBUURT



dinsdag 20 mei | 20 -21 uur | online
dinsdag 3 juni | 20 - 21 uur | Clubgebouw Achilles

ONTDEK WAAROM JOUW BUREN AUTODELEN

meld je hier aan: vruchtenbuurt@wijzijndeel.nl



6X VRAGEN AAN EEN INFLUENCER IN DE VRUCHTENBUURT

door: Isabella Spaans

Ik werk 7 dagen per week, 365 dagen per jaar



OP SOCIAL MEDIA IS ZE GROOT, MAAR IN DE VRUCHTENBUURT LOOPT ZE RELATIEF ANONIEM ROND - EN DAT WIL ZE GRAAG ZO HOUDEN.

Daarom beantwoordt deze internationale influencer, die op Instagram en TikTok samen ruim 180.000 trouwe volgers heeft, anoniem maar openhartig de vragen waar we stiekem allemaal wel nieuwsgierig naar zijn.

1 Hoe ziet jouw werkdag als influencer eruit?

Ik ben 4 à 5 uur per dag bezig met puur het produceren van content: filmen, knippen, plakken. Maar daarnaast moet er nog veel meer gebeuren, dus ik ben per dag 8 à 10 uur aan het werk. 7 dagen per week, 365 dagen per jaar. In mijn Instagram-story's post ik over mijn dagelijks leven en dus is alles potentiële content – op elk moment van de dag, en ook als ik op vakantie ben. Sinds ik hier vier jaar geleden mee begon ben ik eigenlijk nooit niet aan het werk geweest.

2 Is er een grens aan wat je online deelt? Wat houd je privé?

Ik bepaal 100% zelf wat ik post. Ik laat de gezichten van mijn kinderen niet zien en hun namen noem ik ook niet. Eigenlijk ligt de grens bij dingen die niet alleen mij, maar ook anderen betreffen, of dat nou mijn relatie, vrienden of familie zijn. In praktijk is dat soms heel lastig: als er iets heftigs gebeurt wat veel impact op mij heeft, maar ik er niets over kan delen. Ik deel persoonlijke dingen sowieso pas online als ik ze zelf al verwerkt heb, want helaas moet je altijd rekening houden met haatreacties. En die 1% negatieve reacties blijft helaas toch altijd langer hangen dan de 99% aan positieve reacties.

3 Ben je rijk?

Ik ben niet arm, haha. Bedrijven benaderen mij via mijn management om te vragen of ik berichten over hun producten wil posten. Hoeveel ze daarvoor betalen, hangt onder andere af van mijn volgersaantal en hoe vaak mijn video's gemiddeld worden bekeken. Toen ik begon, vroeg ik rond de € 125 per post. Inmiddels ligt dat

bedrag tussen de € 800 en € 1000 per post. Dan gaat er nog een percentage naar mijn management, ik heb een assistent in dienst en er gaat 50% naar de belastingdienst.

4 Sla je ook wel eens samenwerkingen af?

Ik heb toevallig net iets afgeslagen, daar stond ik echt niet achter. Het ging om een skin care product, en het voor en na-plaatje was overduidelijk digitaal bewerkt. Dat leek me iets te mooi om waar te zijn, en toen vertelde het bedrijf inderdaad dat het een combinatie was van laserbehandeling en hun product. Ik test eerst alle producten en als ik ze niet goed vind, dan post ik er niet over. Ik heb me één keer door het geld laten overhalen om zo'n paarse tandpasta aan te prijzen waar je wittere tanden van zou krijgen, terwijl dat effect maar twee uur duurde – dat zou ik nu niet meer doen. Nu is mijn richtlijn: zou ik het aan vrienden aanbevelen, dan post ik erover.

5 Wat is de grootste misvatting die mensen over influencers hebben?

Dat het geen echt werk is en dat ik de hele dag niks doe. Terwijl ik de hele dag bezig ben. Het is wel heel flexibel, dus ik kan er altijd zijn voor mijn kinderen, maar tegelijkertijd betekent dat dat ik ook vaak 's avonds nog aan het werk ben. Maar mijn privéleven is ook mijn werk, dus het is goed te combineren.

6 Word je weleens herkend in de buurt?

95% van mijn volgers komt van buiten Nederland, dus het valt wel mee. Er zijn weleens moeders op het schoolplein op me afgestapt, en toevallig vertelde de adjunct-directeur van onze basisschool me laatst dat hij me op zijn telefoon voorbij had zien komen. Hij vroeg zich af of ik het inderdaad was of niet, en ja, ik was het. Dus toen heb ik hem maar gevraagd of hij het in ieder geval wel even had geliked, haha.



HKV ACHILLES Ferry Reijerse 70 jaar lid van HKV Achilles

IN EEN TIJD WAARIN VERENIGINGEN HET STEEDS LASTIGER KRIJGEN EN SPORTERS STEEDS VAKER VOOR HET PERSOONLIJK HOOGST HAALBARE DOEL GAAN, IS HET BIJNA LASTIG VOOR TE STELLEN DAT IEMAND 70 JAAR LID IS VAN EEN EN DEZELFDE SPORT-VERENIGING. EXTRA BIJZONDER DUS ALS DIT WEL GEBEURT. VOOR ACHILLES DUS ALLE REDEN OM FERRY REIJERSE EXTRA IN HET ZONNETJE TE ZETTEN.

Op 10 mei 1954 werd Ferry op 12 jarige leeftijd lid van Achilles. Hij schopte het tot de selectie, waarin Ferry jarenlang gespeeld heeft en met name beducht was om zijn aanvalsspel. Een doelpunt van hem ging altijd kort gepaard met een triomfgebaar, maar hij zorgde er vooral voor zelf zo snel mogelijk weer klaar te zijn voor de hervatting van het spel.

Ferry was niet alleen speler, maar werd ook één van die super vrijwilligers die verenigingen nodig hebben om te kunnen blijven draaien. Hij zat o.a. in de jeugdcommissie en een aantal jaar in het bestuur als commissaris. Op 10 mei 1985 kreeg Ferry de titel lid van Verdienste, na een lange carrière als materiaal commissaris.

Tot op de dag van vandaag is Ferry altijd nog een actieve toeschouwer van de selectie van Achilles, hoewel inmiddels wat milder, nog steeds fel en fanatiek en geen blad voor de mond. De afgelopen jaren moet hij echter zijn aandacht wel over wat meer korfbalverenigingen verdelen. Na zijn twee dochters ook op Achilles te hebben zien opgroeien, stond de derde generatie klaar in de vorm van Ferry zijn kleinzonen, vijf maar liefst. Hoewel allemaal begonnen op het

Pomonaplein, zijn deze inmiddels (bijna) allemaal volwassen mannen nu uitgevlogen. Zo moet Ferry nu zijn tijd verdelen tussen Den Haag, Delft en Sassenheim. Het is maar goed dat er op Curaçao niet wordt gekorfbald, want daar had zijn elektrische fiets hem toch echt niet kunnen brengen.

Op zaterdag 8 februari jongstleden werd Ferry door het bestuur van Achilles in het bijzijn van zijn gehele familie in het zonnetje gezet voor zijn jubileum.

Met inmiddels ook een achter kleinzoon erbij heeft Ferry over 1,5 jaar wellicht nog wel meer momenten om te lekker te gaan kijken. Wie weet dat dan de vierde generatie ook de eerste korfbalstappen gaat zetten op het Pomonaplein.

Ferry, we zijn trots op leden zoals jij en hopen je nog lang langs de velden te zien staan!

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**
Zorg en dienstverlening voor ouderen



'Elke dag waardevol en betekenisvol'

Stichting Eykenburg biedt een veelzijdig zorgaanbod passend bij uw persoonlijke situatie en behoeften. Bij u thuis of op een van onze woonzorglocaties in Den Haag. De wensen van onze cliënten vormen het uitgangspunt van ons handelen, opdat u elke dag als waardevol en betekenisvol ervaart.

Thuiszorg
■ Zorg en verpleging aan huis ■ Huishoudelijke verzorging ■ Begeleiding thuis en casemanagement ■ Palliatieve zorg ■ Persoonssalarmering ■ Dagbesteding ■ Ontmoetingscentrum

Wonen bij
■ Verpleeghuiszorg ■ Kortdurende opname ■ Zelfstandig wonen met zorg op afstand ■ Diagnostisch centrum ■ Levensloopbestendige appartementen ■ Echtparen- en partnerwoningen ■ Hospice Claude Monet

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

Mooi werk doe je bij Anton Constandse



→ Wij bieden ondersteuning in het leven van mensen met een psychiatrische kwetsbaarheid, soms gecombineerd met verslaving.

**Uniek in herstel
Je doet ertoe**

Kom bij ons werken en maak het verschil voor een ander:
werkenbijantonconstandse.nl

 **anton constandse**

 **MARE**
UITVAARTBEGELEIDING

Bel bij overlijden of een vrijblijvende kennismaking:
070 - 21 44 369 (dag en nacht)

Een persoonlijk afscheid met rust en zorg samen vormgeven.



www.mareuitvaartbegeleiding.nl

BLOEIENDE STEM
Durf je stem te laten horen!
Door zingen win je aan gezondheid & zelfvertrouwen
Alleen het verlangen om te zingen is genoeg.



- Zangles
- Koren
- Zangvakanties
- Mantra zingen
- Stembevrijding

BLOEMENBUURT
www.bloeiendestem.nl **06.12424776**

Warm in de Wijk: van buurtinitiatief naar toekomstbestendig wonen



Toen het tijd was om weer in de pen te klimmen voor deze column, kwamen er direct allerlei onderwerpen in me op. Verhuistips, bijvoorbeeld. Waar let je op bij een bezichtiging? Hoe zorg je dat je huis optimaal in de markt staat? Allemaal zaken

waarvoor je bij ons aan het juiste adres bent. Maar als makelaarskantoor midden in de Vruchtenbuurt kijken we graag verder dan alleen woningen. We kijken naar wat er leeft in de wijk en hoe we als buurt samen sterker kunnen staan. En dat brengt me bij een bijzonder initiatief: Warm in de Wijk.

Duurzaam wonen is allang geen ver-van-ons-bed-show meer. De energietransitie is in volle gang en ook in de Vruchtenbuurt zetten bewoners samen stappen richting een duurzame toekomst. Warm in de Wijk is daar een prachtig voorbeeld van. Dit bewonersinitiatief werkt aan de ontwikkeling van een warmtenet waarmee huizen in de buurt op een collectieve, duurzame manier verwarmd kunnen worden. Het idee? Minder afhankelijk van aardgas, minder CO₂-uitstoot en een toekomstbestendige warmtevoorziening waar de hele wijk van profiteert.

Als Olsthoorn Makelaars ondersteunen we Warm in de Wijk van harte. Niet alleen omdat duurzaamheid belangrijk is en zorgt voor meer wooncomfort, maar ook omdat het slim is. Verduurzaming heeft namelijk een positieve impact op de waarde van je woning. Een energiezuinig huis is aantrekkelijker voor kopers en zorgt voor lagere maandlasten. Maar hoe pak je dat aan? Welke investeringen zijn het meest rendabel? Daar helpen wij je graag bij.

Met onze kennis van de woningmarkt en onze samenwerkingspartners kunnen we je bovendien informeren over subsidies, leningen en andere financieringsopties waarmee je jouw woning duurzamer en comfortabeler kunt maken. Zo kun je niet alleen milieubewust wonen, maar ook voordeliger. En dat is precies waar Warm in de Wijk ook naar streeft: een haalbare en betaalbare verduurzaming voor iedereen in de buurt.

Wil je meer weten over Warm in de Wijk en wat dit voor jou betekent? Kijk dan op www.warmindewijk.nl. En wil je meer weten over duurzaam wonen en de mogelijkheden voor jouw woning? Loop dan eens binnen bij ons kantoor aan de Appelstraat. We denken graag met je mee over een duurzame toekomst voor jou én onze wijk.

Ferry Rodenburg
Register Makelaar Taxateur
Olsthoorn Makelaars

Remko met een K



LA PAGE BLANCHE

Soms heb ik van die momenten dat ik geen idee heb wat ik moet schrijven.
Nu, bijvoorbeeld.

Stilzwijgend staar ik al half uur naar het onbeschreven werkblad van mijn digitale tekstverwerker.

De muizen van mijn handen rusten links en rechts van de aanraakgevoelige muismat op mijn laptop. Drie muizen en toch geen enkele beweging op het scherm.

Onrustig glijden mijn vingers over de ietwat uitstekende knoppen waarop, dankzij een uitsnede en een lichtje, een figuurtje zichtbaar is. Vormen die wij letters noemen. Leestekens. Haakjes, accolades, vierkante haken, vraagtekens, uitroeptekens, plus, min, is-gelijk-aan, lage min, dubbelepunt, puntkomma, ampersand, dakje, raar kringeltje, dollar, euro, percent, accent grave, accent aigu, sterretje, slash, backslash, aanhalingstekens, apostrof, pijltjes naar links, pijltje naar rechts, pijltje omhoog en pijntje naar beneden. Het helpt allemaal niks.

Rusteloos zoekend naar een eerste toetsaanslag, een half woord of een mooie taalvondst om het schrijfproces op gang te krijgen, krommen mijn vingers zich uit pure frustratie tot twee gebalde vuisten. Nog steeds niets.

De duimen, die niet in mijn vuisten zitten, kijken elkaar met de nagel aan; Als gebruikers van alleen de spatiebalk lijkt deze hele frustratie sowieso volledig aan hen voorbij te gaan. Ze ervaren het gelaten en maken zich niet druk over de inhoud. Met korte, felle klapjes bedienen zij trots de grootste knop van het klavier. De leegte die ze daarmee achterlaten is onontbeerlijk voor de impact die andere vingers met hun toetsen hebben.

Mijn ogen dwalen af en kijken in de omgeving naar iets wat een onderwerp zou kunnen zijn. De afgestoken lichtbrenger op 't pakje lucifers naast het fornuis. Het bruinverdorpe blad van de hertschoorn in de vensterbank, die ik ooit van mijn tante heb gekregen. De stofzuiger die al tien dagen, onvermoeibaar fier met de stang omhoog, ongebruikt midden in de woonkamer staat. De rij mensen in de keet van de visboer die, als haringen in een ton, netjes op hun beurt wachten om een Hollandse Nieuwe of portie kibbeling te bemachtigen. Leuk, maar nog steeds geen letter op het scherm.

Ik trek mijn handen van mijn laptop, doe het dicht en zet 't op tafel. Wellicht dat de koelkast hulp kan bieden. Maar helaas, ook daar al weinig inspiratie: twee stokken selderij, drie wortels, een zakje kaasfondue, een bijna lege knijpfles ketchup en wat sinaasappelsap.

Misschien kan ik vandaag beter boodschappen gaan doen dan proberen iets te schrijven.

Imkes zoon lijdt aan eetstoornis ARFID

TWEE WEKEN LANG ZOCHTEN WE NAAR GESCHIKT VOEDSEL,
MAAR TWEE WEKEN LANG AT HIJ NIETS



Voor veel ouders is het een herkenbaar taferel: een kind dat bepaald eten weigert of bijna niets lust. Maar voor buurtgenoot Imke en haar zoon (7 jaar) was dit meer dan een fase. Haar zoon lijdt aan ARFID, een eetstoornis die lang onopgemerkt bleef, met ingrijpende gevolgen voor hun hele gezin.

Een vreselijke vakantie

Imkes zoon had altijd een beperkt eetpatroon – als baby weigerde hij al flesjes en vast voedsel. Toen hij naar

de opvang ging zag Imke zich daarom genoodzaakt haar baan op te zeggen en een baan te zoeken die dicht bij de opvang was, zodat ze hem in haar pauzes kon voeden. Met 14 maanden accepteerde Imkes zoon nog steeds niets anders dan borstvoeding. In een uiterste poging hem ander voedsel te laten eten stopte ze van de ene op de andere dag met borstvoeding - en dat leek zowaar te werken. Haar zoon begon langzaam aan te eten en trok op vakantie zelfs veel bekijks omdat hij zo heerlijk van zijn pizza smulde. Totdat hij anderhalf werd en ontdekte dat hij 'nee' kon zeggen. Imke: "Sindsdien heeft hij nooit meer groenten, fruit of een warme maaltijd gegeten. Hij beperkte zich tot zijn 'safe foods', vaak eenvoudige zaken zoals crackers, kaakjes en witbrood." Maar het luistert nauw: op vakantie zaten de crackers in een andere verpakking en weigerde Imkes toen 2-jarige zoon ze te eten. Twee weken lang zochten ze naar geschikt voedsel, maar twee weken lang at hij niets – op melk en een meegenomen zakje stroopwafels na. Imke: "Na die vreselijke vakantie was het mij wel duidelijk dat dit geen kwestie was van een 'kieskeurige eter' of dat ik als moeder strenger moest zijn. Toen mijn zoon 3 jaar was vertelde een kennis over ARFID – en alles viel op z'n plek! Binnen twee minuten zat ik op de site van een gespecialiseerde behandelkliniek in Oostenrijk om een afspraak te maken." In de kliniek werd de diagnose ARFID gesteld en leerden ze hoe ze als gezin met deze eetstoornis om kunnen gaan.

Een onzichtbaar tekort met grote gevolgen

Ondanks de diagnose en het behandelplan bleef de impact van ARFID in de jaren die volgden groot. Imkes zoon had zijn safe foods, maar die beperkten zijn sociale leven als opgroeiend jongetje. Tegen spelen bij vriendjes zag hij op, uit eten gaan was stressvol, en ook doorgaans leuke zaken zoals kerstdiner op school en kinderfeestjes gingen voor hem gepaard met de angst 'dat er voor hem geen eten zou zijn'.

Rond zijn 7e jaar besloot Imke dat haar zoons bloedwaardes gemonitord zouden moeten worden. "Het was mamma's intuïtie", ik moest gewoon weten of hij wel voldoende voedingsstoffen binnenkreeg." En alhoewel alle uitslagen goed terugkwamen, ging de gezondheid van haar zoon eind vorig jaar plots snel achteruit. Hij kreeg steeds meer pijn in zijn benen, waardoor hij moeilijk kon lopen, tot hij op een punt helemaal niet meer kon lopen. We konden hem wekenlang alleen maar tillend verplaatsen en hij kon niet meer naar school. Bovendien zagen we dat zijn tandvlees verkleurde en niet herstelde, tot zijn tandvlees paars gekneusd was. We maakten ons vreselijk zorgen en zijn langs eindeloos veel artsen getrokken voordat iemand er eindelijk achter kwam dat hij scorbuut, oftewel een langdurig vitamine C-tekort had. Volwassenen met een vergelijkbaar tekort krijgen morfine om met de pijn om te kunnen gaan. We waren blij dat we de oorzaak nu kenden en hem konden helpen, maar het heeft maandenlang geduurd om hem weer op de been te krijgen."

Imke hoopt door haar verhaal te delen meer bekendheid over ARFID en het gevaar van een vitamine C-tekort te creëren. Imke: "Had ik eerder geweten wat ARFID was, dan had ik sneller hulp gezocht. Ik hoop dat mijn verhaal andere ouders helpt om de signalen eerder te herkennen." Ook begrijpen anderen dan hopelijk dat de goedbedoelde adviezen geen zin hebben – ze heeft echt alles al een keer geprobeerd. "De fijnste reactie die we kunnen krijgen is: Wat lust je wel? Dan halen we dat in huis en kan je gezellig komen spelen!"

Wat is ARFID?

ARFID staat voor Avoidant/Restrictive Food Intake Disorder (in het Nederlands: vermijdende/restrictieve voedselinname stoornis), waarbij iemand maar een zeer beperkt aantal voedingsmiddelen eet. ARFID heeft niets te maken met diëten, af willen vallen of een vertekend lichaamsbeeld en is niet hetzelfde als 'kieskeurig eten'. Het verschilt bij deze eetstoornis per persoon wat iemand niet eet of drinkt, maar de oorzaak ligt vermoedelijk in een sensorische informatieverwerkingsstoornis is de mond. Deze uit zich in angst voor het eten van bepaalde voedingsmiddelen en een walging van bepaalde etensgeuren.

Hoe herken je ARFID?

ARFID kan zich op verschillende manieren uiten, waardoor het niet altijd meteen herkend wordt. Signalen kunnen zijn: Het eten van een extreem beperkt aantal voedingsmiddelen zonder variatie, angst of paniek bij nieuwe voedingsmiddelen, en voedsel vermijden vanwege sensorische gevoeligheid (smaak, geur, textuur).

vanaf 8 jaar



Kate, 8 jaar



Thorwald, 9 jaar



Phileine, 12 jaar

van 5 tot 8 jaar



Rosalinde 7 jaar



Yanon, 7 jaar



Rumi, 5 jaar

tot 5 jaar



Reno, 3 jaar



Juul 4 jr en Nore 3 jr



Thom, 3 jaar

Stille getuigen van onbekende buurtbewoners

door Marinus van der Vos

AAN DE RAND VAN DE VRUCHTENBUURT LIGGEN TWEE OUDE HAAGSE BEGRAAF-
PLAATSEN. OUD EIK EN DUINEN, AL SINDS DE ZEVENTIENDE EEUW IN GEBRUIK
ALS BEGRAAFPLAATS EN HET IN 1891 AANGELEGDE NIEUW EYKENDUYNEN.



Adrianus Oskam



Grafsteen De Graaf



Oorlogsherinneringskruis-
postuum toegekend aan
Kees de Graaf



Overlijdensbericht
Adrianus Oskam

Op beide begraafplaatsen liggen beroemde Nederlanders, denk aan Louis Couperus, dr. Willem Drees, Willem Kloos en Simon Vestdijk. Minder bekend is wellicht dat er ook Nederlandse oorlogsgraven liggen. De Oorlogsgravenstichting beheert deze graven van oorlogsslachtoffers¹.

Op Oud Eik en Duinen bevinden zich 89 graven van oorlogsslachtoffers. Daar bevindt zich ook het oorlogsgraf van schrijver Menno ter Braak. Nieuw Eykenduynen telt 92 oorlogsgraven. Onder hen zijn onder meer 33 slachtoffers van het bombardement op Bezuidenhout op 3 maart 1945. Maar ook onbekende Vruchtenbuurters vinden hier hun laatste rustplaats in een oorlogsgraf. Op Oud Eik en Duinen ligt sergeant der Jagers Kees de Graaf en op Nieuw Eykenduinen is het lid van de Nederlandse Binnenlandse Strijdkrachten (NBS) Adriaan Oskam begraven.

Sergeant Kees de Graaf

Kees (Cornelis Johan Marie Arie) de Graaf is op 10 augustus 1914 geboren in Den Haag, in de Nieuwe Schoolstraat. Zijn vader, Johan Marie de Graaf is inspecteur voor een levensverzekeringsmaatschappij. Zijn moeder Johanna Sophia Kemmers was na het huwelijk zonder beroep. Het gezin, met Kees als enig kind, verhuist in de loop der jaren via het Cromvlietplein en Rijswijkseweg naar de nieuwe Vruchtenbuurt. Vanaf augustus 1932 wonen ze op de Vlierboomstraat 630. Vijf jaar later in juli 1937 verhuist het gezin twee portieken verderop in de straat naar nummer 648, een benedenwoning met tuin. De Vlierboomstraat werd toen overigens nog geschreven als Flierboomstraat. Na de H.B.S. werkt Kees in die tijd als kantoorbediende tot hij opgeroepen wordt voor zijn dienstplicht.

Op 17 juni 1935 begint hij, na een jaar uitstel, aan zijn militaire dienst. Kees is voorbestemd om opgeleid te worden tot

onderofficier. Uit zijn straflijst zou je op kunnen maken dat het militaire leven hem niet echt op het lijf geschreven is. Zo kreeg hij licht en verzwaard arrest voor te laat komen na herhaalde waarschuwingen, het "eigenzinnig" niet opvolgen van opdrachten en voor "zonder noodzaak als commandant van een groep een rijwiel medegevoerd en tijdens het doen inrukken een onmilitaire houding aangenomen door op het rijwiel te hangen".² De kerstdagen van 1935 brengt hij getuige zijn verlofkaart thuis door. Ondanks dat volgens zijn superieuren het een ander aan te merken is op zijn houding wordt Kees op 15 maart 1936 bevorderd tot sergeant. Per 30 april 1936 gaat hij met klein verlof en aansluitend met groot verlof. Om ruim drie jaar later op 24 augustus 1939 weer opgeroepen te worden tijdens de mobilisatie.

Kees maakt onderdeel uit van de 1e compagnie van het 1e bataljon Regiment Jagers dat is gelegerd in Monster. Als op 10 mei 1940 Duitse parachutisten rond Den Haag landen is het vliegveld Ockenburgh één van de aanvalsdoelen. Ondanks felle tegenstand van de Nederlandse militairen op het vliegveld valt dit snel in Duitse handen. De vijand trekt vervolgens op richting Loosduinen. Nadat Nederlandse militairen de aanval op Loosduinen hebben afgeslagen wordt besloten om het vliegveld te heroveren om zo verdere landingen van de Duitser onmogelijk te maken. De Jagers in Monster krijgen de opdracht om deel te nemen aan de tegenaanval op het vliegveld³. De militairen trekken op langs de Monsterseweg tot zij onder vuur genomen worden met mitrailleurvuur vanaf de Paalberg. De omgeving daar zag er toen iets anders uit dan nu. De Paalberg, in de volksmond Belvédère genoemd, was een kunstmatige heuvel langs de Monsterseweg tussen huisnummer 17B en wat nu de Madesteinweg is (toen een kassengebied) en is 1950 afgegraven. Waar nu de wijk Ockenrode ligt was in 1940 landbouwgrond. In het dit gevechtcontact sneuvelt sergeant De Graaf met enkele andere



Graaf, C.J.M.A. de
 Diende als Sergeant bij het Regiment 1-I-Jagers.
 De afdeling waar Sergeant De Graaf deel van uitmaakte was
 opgerukt tot aan de bosrand aan de zuidoostzijde van Ockenburg.
 Hier bleek de afdeling te zijn ingesloten door Duitse troepen.
 Bij het hevige vuurgevecht wat toen volgde sneuvelde
 Sergeant De Graaf en nog twee andere onderofficieren en enkele
 manschappen. Werd op 17 mei 1940 op de begraafplaats
 Oud Eik en Duinen aan de Laan van Eik en Duinen te
 's-Gravenhage begraven.
 Op 8 november 1940 werd in een gang van het schoolgebouw
 van de H.B.S. aan de Raamstraat in Den Haag een bronzen
 gedenkplaat onthuld, met daarop de namen en de portretten van
 drie gesneuvelde oud-leerlingen, waaronder
 Cornelis Johan Marie Arie de Graaf.

Jagers⁴. Op 13 mei wordt Kees begraven in een veldgraf bij het
 gesticht Bloemendaal (nu Parnassia Monsterseweg). Na de capitula-
 tie wordt hij op 17 mei 1940 begraven op Oud Eik en Duinen. Zijn
 oude middelbare school, de H.B.S. aan de Raamstraat onthult een
 plaquette met drie gesneuvelde oud-leerlingen, waaronder Kees.
 Helaas is deze plaquette kwijtgeraakt bij verbouwingen in de loop
 der jaren.

Adriaan Oskam

Adriaan (Adrianus Cornelis) Oskam ziet het levenslicht op 21 maart
 1901 in Scheveningen als zoon van Cornelis Oskam en Jacoba Maria
 Metz. Het gezin woont aan de Badhuisstraat, waar in 1902 ook een
 tweede kind werd geboren, Willem (Jacobus Marinus). Vader Corne-
 lis is volgens de beschrijving op de persoonskaart van de gemeente
 werkzaam als sigarenwinkelier en lantaarnopsteker. In 1923 trouwt
 Adriaan op 22-jarige leeftijd met Maria Elisabeth Kelfkens, net zo
 oud als hij en ook in Den Haag geboren. Ze komen in 1929 voor het
 eerst in de Vruchtenbuurt terecht. Ze wonen van augustus 1929 tot
 september 1934 in de Aalbessenstraat op nummer 22 om daarna
 te verhuizen naar de Bosbesstraat 10 (toen nog de Boschbesstraat
 geheten). Ze krijgen twee dochters. Adriaan Oskam werkt als klerk
 en later als commies op het ministerie van Koloniën. Dit ministerie
 aan het Plein is in die jaren verantwoordelijk voor de relatie met de
 koloniën. Omdat de Duitsers vrezen dat bij een geallieerde landing
 op Scheveningen het bestuur lamgelegd zou worden, geven zij
 opdracht het regeringsapparaat te verplaatsen. Het ministerie van
 Koloniën verhuisde in 1942 naar Zutphen en Adriaan verhuist mee
 en gaat wonen op de Boompjeswal 16 in Zutphen.

Hij komt in contact met zijn buurman, verzetsman Gijsbert van
 Oostveen. Al gauw is Adriaan opgenomen in de verzetsgroep van
 vijf mensen. Ze luisteren in zijn kelder naar Radio Oranje. Hij krijgt
 van Gijs een vals paspoort als verzekeringsagent en verspreidt il-
 legale bladen. Adriaan meldt zich (na een oproep via de radio) als
 lid van de Binnenlandse Strijdkrachten. Vanuit het ministerie krijgt
 hij als enkeling geheime bevelen. In oktober 1944 wordt gedacht
 aan sabotageacties en er wordt samengewerkt met ondergedoken
 spoorwegpersoneel ⁵.

De groep rond Van Oostveen wordt omstreeks 25 maart 1945
 gearresteerd en komt in het Huis van Bewaring in Zutphen terecht.
 Juist in die periode krijgt de Duitse militair van de Sicherheitsdienst
 Ludwig Heinemann de opdracht het Huis van Bewaring in Zutphen
 te ontruimen. Hij meldt aan zijn chef, Sturmführer Haaze in Lochem,
 dat hij politieke gevangenen heeft die naar zijn mening tot de
 zware gevallen gerekend moeten worden en vraagt om instructies.
 Haaze schrijft dat Heinemann conform zijn plicht moet handelen.
 Heinemann besluit dat de gevangenen gefusilleerd moeten worden
 en maakt een lijst van tien personen. Adriaan is een van hen. Vier
 (Nederlandse) mannen van de SD zullen de executie moeten uitvoe-
 ren. Dat gebeurt in de avond van 31 maart 1945. De gevangenen
 worden in drie keer - twee aan twee geboeid - met de auto naar
 de IJsselkade vervoerd. Ze moeten in de richting van de rivier lopen.
 Heinemann geeft het bevel "Feuer" waarop een salvo klinkt uit vier
 pistolen. De touwen worden doorgesneden en Heinemann geeft
 dan opdracht de mannen in de rivier de IJssel te gooien. Adriaan
 Oskam is de laatste die doodgeschoten wordt. Een van hen overleeft
 de aanslag (hij kan ongezien wegzwemmen). Aan de IJsselkade in
 Zutphen (op de plek van de executie) herinnert een gedenksteen
 aan het gebeurde. Pas op 20 april werd het stoffelijk overschot
 van Adriaan gevonden in de IJssel en is hij begraven op de Oude
 Begraafplaats te Zutphen. Hij is op 10 december 1945 herbegraven
 op Nieuw Eykenduin.

Beide Vruchtenbuurters hebben hun laatste rustplaats daar waar ze
 hun leven (deels) geleid hebben. Het huis waar Kees woonde tot
 aan zijn dood staat er nog steeds. Het huis van Adriaan heeft inmid-
 dels plaats gemaakt voor nieuwbouw (van o.a. een kinderdagver-
 blijf). Maar het kan geen toeval zijn dat hij hemelsbreed maar 360
 meter van zijn Haagse huis begraven is.

- 1 Volgens de statuten van de stichting zijn oorlogsslachtoffer: Militairen van
 de Nederlandse krijgsmacht die na 9 mei 1940 zijn gevallen en Nederlandse
 burgers die, hetzij metterdaad de vijand bestrijdende dan wel ten gevolge van
 hun handelingen of houding tegenover de vijand, het leven hebben verloren.
- 2 Straffijst van De Graaf, Cornelis Johan Marie Arie, Regiment Jagers,
 tirallieurcompagnie
- 3 E.H. Brongers, Slag om de residentie, Uitgeverij Aspect, Soesterberg, 2004
- 4 Gevechtsverslag sectiecommandant
- 5 De tekst over de periode in Zutphen en het verzet is grotendeels overgenomen
 van het Nationaal Onderduikersmuseum te Aalten.

joint movement

praktijk voor massage & coaching

Ervaar de kunst
van het (aan)raken

www.jointmovement.nl
Abrikozenstraat 25A
2564 VK Den Haag
06 200 888 92



Ontdek een wereld vol
avontuur na schooltijd
bij de outdoor BSO van
Zo bij Ferguson

Muurbloemweg 41, Den Haag
tel: 06 15 45 37 77
ferguson@zokinderopvang.nl
www.zokinderopvang.nl



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!



M&O

FYSIOTHERAPIE
MANUELE THERAPIE

FYSIOTHERAPIE
ORTHOPEDISCHE MANUELE THERAPIE
SPORTFYSIOTHERAPIE
GESPECIALISEERDE FYSIOTHERAPIE AAN HUIS
LONGFYSIOTHERAPIE
ECHOGELEIDE PERCUTANE ELECTROLYSE
EN SHOCKWAVE VOOR PEES-SPIERKLACHTEN
DRY NEEDLING | ECHOGRAFIE

070 368 89 57

8 LOCATIES IN DEN HAAG!

Akeleistraat 35 M | Goudenregenplein 12
Laan van Meerdervoort 633 | Mimosastraat 4, 7 en 14
Oude Haagweg 577 | Weimarstraat 128 (Xcelsior)
info@mnofysio.nl

M&O IS AANGESLOTEN BIJ

FysioGroep
Haaglanden

luchtwerk

Koninklijk Nederlands
Genootschap voor Fysiotherapie
De Fysiotherapeuten van Nederland

traumanet



Chronisch ZorgNet

veiligheid.nl

SNRW

Artrose Netwerk
Regio Haaglanden

www.MNOFysio.nl

Mondhygiënist
Roselique Meijer



Mondhygiënist Roselique Meijer
Distelvinkenplein 4
2566 GH Den Haag

06 28 25 77 52
info@mondhygienistroseliquemeijer.nl
www.mondhygienistroseliquemeijer.nl

Onder moeders (geleende) paraplu

Tekst: Isabella Spaans
Foto's: Rutger van der Linden



Stel: je loopt door de Vlierboomstraat voor je dagelijkse boodschappen, en precies tussen de kapper en de slager breekt plots de hemel open. En natuurlijk heb je net geen paraplu bij je, want toen je van huis ging was het nog droog. Een realistisch scenario in, laten we wel wezen, zo ongeveer elk Hollands seizoen. Maar geen zorgen, want hier is nu een slimme en duurzame oplossing voor: de Leen Plu!

Dit initiatief van de Vereniging BIZ de Vruchtenbuurt zorgt ervoor dat je nooit meer in een stortbui hoeft te staan zonder paraplu.

Hoe werkt het?

Bij diverse winkels, horecagelegenheden en andere locaties in de Vruchtenbuurt staan paraplu's klaar die je gratis kunt lenen. Heb je er een nodig? Pak er gewoon eentje en lever deze later weer in bij een deelnemende locatie. Zo blijf je droog én dragen we samen bij aan een duurzamere en gastvrije wijk.

Wat zijn de voordelen van de Leen Plu?

Altijd voorbereid op het weer: Geen stress meer over onverwachte regenbuien. Geen extra kosten: Je hoeft niet steeds een nieuwe paraplu te kopen.

Makkelijk en flexibel: Lever de paraplu in waar het jou uitkomt.

Duurzaam: Minder verspilling en meer hergebruik.

Een betrokken buurt: Samen maken we de Vruchtenbuurt vriendelijker en praktischer voor iedereen.

Doe mee en blijf droog in de Vruchtenbuurt!

Dankzij de Leen Plu wordt de buurt niet alleen klantvriendelijker, maar ook groener en duurzamer. Dus zie je een rek met paraplu's? Pak er gerust een en doe mee aan deze mooie buurtactie.

Zo zorgen we samen voor een prettige en levendige Vruchtenbuurt, ongeacht het weer!

Jan Willem Pasman, wijkagent van de Vruchtenbuurt

“KIJK OM NAAR JE KWETSBARE BUURTGENOTEN EN BLIJF MET ELKAAR IN GESPREK”.

EEN WELGEMEEND ADVIES VAN ONZE AFZWAAIENDE WIJKAGENT.



Na 45 jaar waakzaam en dienstbaar te zijn geweest sluit Jan Willem Pasman zijn lange en veelzijdige loopbaan bij de politie af. Jan Willem was onze wijkagent in de Vruchtenbuurt. Hij ziet uit naar zijn welverdiende pensioen maar heeft tegelijkertijd dubbele gevoelens. Het sociale contact met de bewoners en ondernemers in de wijk denkt hij zeker te gaan missen. Ik kijk met Jan Willem terug op het politievak en in het bijzonder zijn jaren als wijkagent in onze wijk.

Wij hebben afgesproken op de thuisbasis van Jan Willem, het politiebureau Segbroek. Hij komt mij met een brede glimlach tegemoet. Hij is weliswaar bezig met de laatste loodjes maar nog volop actief. Enthousiast vertelt hij over de komende presentatie van politiestudenten. De studenten deden onderzoek naar snelheidsovertredingen in de wijk. Zij zullen binnenkort de bevindingen van hun onderzoek gaan presenteren. De studenten voerden een

scan uit naar snelheidsovertredingen op doorgangswegen zoals de Mient. In eerdere gesprekken tussen wijkbewoners, de politie en de gemeente werd geklaagd over te hard rijdende auto's in de wijk. Dat was de aanleiding om een onderzoek in te stellen.

De straatvertegenwoordigers werden ook betrokken bij het onderzoek en zijn uitgenodigd voor de presentatie. De straatvertegenwoordigers vormen een belangrijke informatiebron voor de wijkagent vertelt Jan Willem. Hij zit in de groepsapp en kan direct reageren als de bemoeienis van de politie gewenst is.

Jan Willem is niet zijn hele politie carrière als wijkagent werkzaam geweest. In de loop der jaren bekleedde hij veel verschillende functies binnen de politie. Zo was hij ook tien jaar motoragent. Hij denkt er met plezier aan terug, ondanks de soms minder prettige kanten. Wat hij bijzonder vond? Leden van het koningshuis of belangrijk buitenlands bezoek door Den Haag escorteren. Maar als motoragent maakte hij ook de meest heftige dingen mee. Het zwaarste om mee te maken vond hij de ernstige ongevallen met dodelijke afloop. Als motoragent ben je vaak als eerste ter plekke. De beelden van jonge zwaargewonde of overleden kinderen blijven hem voor altijd bij.

Jan Willem legt uit dat er bij de politie een vangnet is voor collega's die een aangrijpende gebeurtenis hebben meegemaakt. Er staat altijd een team collegiale ondersteuning klaar om je op te vangen na een schokkend voorval. Dit soort heftige ervaringen zijn onderdeel van het politievak, maar wennen nooit. Het is dan belangrijk dat collega's je helpen en je goed in de gaten houden.

Wijkagent zijn past het beste bij hem zegt Jan Willem. Hij houdt ervan om verbinding te leggen met bewoners van een wijk. Jan Willem was in veel verschillende wijken als wijkagent actief. In de Schilderswijk, de Stationsbuurt en de afgelopen jaren in de Heesterbuurt. Of het nu om een drukke en chaotische wijk als de Schilderswijk gaat of een wijk als de Vruchtenbuurt met een relatief rustige dorps sfeer, de wijkagent hoort voor iedereen aanspreekbaar te zijn vindt Jan Willem. Een wijkagent beschikt over een goed afgestelde sociale antenne en inlevingsvermogen. Voor Jan Willem staat voorop dat je in alle omstandigheden het gesprek moet durven aangaan. En ja, de wijkagent schrijft soms ook bekeuringen uit en doet opsporingswerkzaamheden.

Hoe kijk je terug op je jaren als wijkagent in de Vruchtenbuurt?

Het is een schitterende buurt vindt hij. Je merkt hoezeer de bewoners zich bij de wijk betrokken voelen. Dat zie je terug in de berichten op Hopr bijvoorbeeld. Wat opvalt is dat er veel bewoners initiatieven in de wijk zijn. Dat bevordert het gevoel van saamhorigheid en verbondenheid. Onlangs gaf Jan Willem nog een presentatie in de Bosbeskapel over het politievak. Daar gaf hij uitleg over zijn uitrusting en beantwoorde vragen van bewoners.

Hoe ziet de gemiddelde werkdag eruit?

De dienst begint altijd met koffie en de briefing. Bij een briefing hoort het team wat er speelt en de aandachtspunten voor die dag. In het politie systeem checkt hij vervolgens relevante zaken voor de wijk. Het doornemen van zijn mail behoort ook tot zijn dagelijkse routine. Met een vraag of een melding kunnen buurtbewoners de wijkagent rechtstreeks mailen. Als het nodig is neemt hij direct contact op. Jan Willem spreekt veel met de gemeente, maar ook de GGZ en maatschappelijk werk zijn vaste gesprekspartners.

De wijk in met de fiets, met de bus of lopend is een belangrijk onderdeel van het werk van de wijkagent. Jan Willem praat regelmatig met de ondernemers in de wijk om te horen wat er speelt of gaat op huisbezoek bij een bewoner.

Wat zijn de aandachtspunten in de wijk?

Er komen veel meldingen van fietsendiefstal in de wijk binnen, met name bakfietsen. Ook ervaren bewoners af en toe overlast van hangjongeren in speeltuintjes in de wijk. Vernielingen en andere diefstallen komen langs. Zelfs gedenktekens op de graven van de begraafplaats Oud Eik en Duinen werden onlangs gestolen. Een laffe daad met veel impact op de nabestaanden zegt Jan Willem.

Als wijkagent wordt Jan Willem ook regelmatig geconfronteerd met mensen met onbegrepen gedrag, zoals dat in vaktermen heet. Dat speelt ook in de Vruchtenbuurt. Buren alarmeren de politie als zij overlast ondervinden of zich zorgen maken om hun buren. De politie kan helaas niet een kant en klare oplossing bieden. Mensen kunnen niet zomaar tegen hun wil opgenomen worden. Dat kan alleen via de rechter en als mensen een gevaar voor zichzelf of anderen vormen. De mensen waar het om gaat hebben veelal psychiatrische hulp nodig maar mijden elke vorm van zorg. Deze zogenaamde zorgmijders leven in hun eigen wereld en raken in een isolement.

Jan Willem probeert in die gevallen in overleg met de GGZ en maatschappelijk Werk te zoeken naar een aanvaardbare situatie. Het kost hem veel tijd en energie. Gelukkig kan hij een beroep doen op een medewerker van Parnassia die aan het bureau Segbroek verbonden is. Samen zoeken ze uit hoe de juiste hulp kan worden geboden.

Is er leven na de politie?

Jan Willem denkt niet dat hij zich snel gaat vervelen. Al jarenlang is hij voorzitter van het politie mannenkoor Entre Nous. Hij vertelt bevoegen over het koor dat bestaat uit collega's die bij de politie werkzaam waren of zijn, van de schoonmaker tot de commissaris. Het repertoire is divers: van klassiek tot musical. Het koor treedt regelmatig op en is (nu al) bezig met het opnemen van een kerstalbum.

Verder gaat Jan Willem nog meer genieten van zijn kleinkinderen en misschien, na een jaar of zo, wil hij als vrijwilliger terug bij de politie. Een bijdrage leven bij de Stichting Ambulancewens lijkt hem ook waardevol om te doen.

Wat wil Jan Willem nog aan de bewoners van de Vruchtenbuurt meegeven?

Kijk naar elkaar om. Cohesie binnen de wijk is behoorlijk, probeer dat zo te houden. Betrek de eenzame ouderen in de wijk. Ga het gesprek aan, breng af en toe een pannetje soep. Een klein gebaar kan heel betekenisvol zijn en voorkomen dat mensen in een isolement raken.

Voor Jan Willem staat voorop dat het gesprek aangaan, hoe ongemakkelijk dat ook lijkt, de beste manier is om veel problemen en leed te voorkomen.

Jan Willem heeft er alle vertrouwen in dat de buurt in goede handen is bij zijn ervaren collega Raymond Budhu Lall. Dat hij zijn lange politie carrière mocht afsluiten in de Vruchtenbuurt stemt hem tevreden. Het is mooi zo.

Behoeft u aan (gratis) juridisch advies?



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

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 von Bannisseht kunt u terecht voor alle vragen op notarieel gebied zoals bijvoorbeeld over wijzigingen van een appartementen-splitsing, 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? Maak dan een afspraak via het betreffende kantoor onder vermelding van "VruchtenPers".

Mocht een afspraak op kantoor bezwaarlijk zijn bestaat ook de mogelijkheid van een bezoek aan huis of een telefonisch consult en/of de mogelijkheid van videobellen.

Drost Juten Netwerk Notarissen
Germaine von Bannisseht
070 – 342 51 00
notarisgb@drostjuten.nl

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

CYNTHIA SCHRIFT



Ontdooide rijp

Als ik het gevoel krijg dat iets moet of "zo hoort" veranderen ik spontaan in een stekelvarken. Van zinnen als "mag ik mee in je koffer" of "heb jij dit weertje besteld" begin ik te kokhalzen. Waarom apen we elkaar zo na? Het zal wel iets te maken hebben met je voegen naar de maatschappij. Iets dat mij net zo makkelijk afgaat als mezelf teleporteren naar een winters landschap als ik hartje zomer nabij een hartaanval zit, als enige.

Mag ik nog even verder klagen over klagende mensen waar ik me zo aan stoort? Want wat ben ik blij als die winterdepressie waar 99% van de bevolking aan lijdt voorbij is. Mensen behandelen elkaar als stukken stront en doen dan zogenaamd gezellig in december. Ik beland er bijna zelf in een dip van. Maar mijn humeur is niet stuk te krijgen. Behalve wanneer ik smelt in de zomerzon.

Gelukkig is het voorjaar in aantocht met al haar charmes. Broedende meeuwen die je om 4:00 wakker krijgen, heerlijk. Mijn burens werken al sinds half februari demonstratief in korte broeken woest de violen de grond in. "Het wordt vanzelf lekker weer" bibberde buurman Bert met zijn blauwe bakkes. En de eerste stokstaartjes zijn al gespot trouwens. Van die mensen die nog net niet hun shirt optrekken om ook daar wat zonnestralen op te vangen.

De klok gaat weer vooruit. Dat zal vast gepaard gaan met uitspraken als: "Ik kan niet wennen aan die nieuwe tijd, van mij mogen ze het afschaffen!" Uitputtend...

Een moestuin onderhouden, daar word je pas moe van. Als je het goed doet tenminste. Een enthousiast begin zwakte vorig jaar na één week af om er uiteindelijk niet meer te komen. Alleen om het leeg te halen. Gelukkig zaaide ik in de eerste week en creëerde dit zonder enige moeite zo'n gigantische oogst dat we er een week van konden eten.

Zo zie je maar dat het leven moeiteloos mag zijn. Daar word je pas echt gelukkig van. Zo min mogelijk moeten en doen wat goed voelt. En dan alsnog oogsten. Dus "go with the flow" lieve burens! Geef je over aan de zomer-tijd en ga ongegeneerd halfnaakt op een terras wijn drinken om 11:00 's morgens als de rijp net ontdooit is.

SAMEN AAN TAFEL

Al 25 Jaar verbinding en gezelligheid in de buurt



door Miriam Bujny

IN DE BOSBESKAPEL VERZORGEN VRIJWILLIGERS ELKE VRIJDAG EEN EENVOUDIGE MAALTIJD VOOR EEN KLEINE PRIJS. ONDER DE NAAM SAMEN AAN TAFEL KOKEN EN ETEN BEWONERS VAN DE VRUCHTENBUURT, NOTENBUURT EN OMGEVING MET ELKAAR TER BEVORDERING VAN DE SAAMHORIGHEID EN LEEFBAARHEID VAN DE WIJK.



Annoek Van den Wijngaart en Andrea Eschler van kookgroep 5

Het motto van Samen Aan Tafel is: **Makkelijk, Anders en Gezellig.**

Afgelopen Valentijnsdag werd De VruchtenPers uitgenodigd om samen aan tafel te gaan. De sfeer was warm en gastvrij, met veel lachende gezichten die zich verzameld hadden voor de wekelijkse maaltijd. We werden hartelijk ontvangen door zowel de vrijwilligers als de gasten. Gert-Jan de Raad, de coördinator van Samen Aan Tafel opende de avond op een bijzondere manier door een gedicht van Toon Hermes voor te dragen, "Als de liefde niet bestond", wat de avond extra speciaal maakte, gezien de gelegenheid van Valentijnsdag. Iedereen luisterde aandachtig naar de woorden, die een extra warme, betekenisvolle sfeer toevoegden aan de avond.

De oorsprong van het project

In 2000 werd in de Petrakerk aan de Thorbeckelaan het project Samen Aan Tafel opgericht door Adri van der Zwan en Gert-Jan de Raad, beide toentertijd diakenen in de kerk. "Ons doel was simpel: Samen eten is gezelliger dan alleen," legt Gert-Jan uit. Dit idee leidde tot de start van wekelijkse maaltijden op vrijdagavond, een traditie die inmiddels al 25 jaar standhoudt. "We begonnen eerst met een oproep, waarin we vroegen om zes kookgroepen, elk bestaande uit minimaal zes personen." De opzet was eenvoudig maar effectief: een gezellige avond bieden waarin mensen, zowel uit de kerk als uit de buurt, samen konden eten, praten en elkaar beter

leren kennen. Het bleek een succesformule, want eenmaal per zes weken koken bleef voor iedereen leuk. "Velen van hen blijven lang betrokken, sommige meer dan vijftien jaar," aldus Gert-Jan.

Verhuizing naar de Bosbeskapel

Toen de Petrakerk in 2002 buiten gebruik werd gesteld, verhuisde de kerkelijke gemeente naar de Bosbeskapel. Bij de verbouwing van de Bosbeskapel werd rekening gehouden met het maaltijdproject, en er werd zelfs een professionele keuken geplaatst. Deze vernieuwde ruimte biedt nu de perfecte locatie voor de wekelijkse maaltijden.

Nieuwe generaties vrijwilligers

Zoals bij elk langdurig project veranderde ook de samenstelling van de vrijwilligers. Toen de oorspronkelijke leden van de kookgroepen ouder werden en het voor sommigen fysiek te zwaar werd, werd de groep versterkt met nieuwe vrijwilligers. In september vorig jaar, toen twee teams aangaven volledig te willen stoppen, werd er via de buurtapp Hoplr een oproep gedaan. "De respons was overweldigend: maar liefst 16 nieuwe vrijwilligers meldden zich aan!" vertelt Gert-Jan blij en trots. Dit was een teken van de betrokkenheid die de Vruchtenbuurt nog steeds toont voor dit project.

Een maaltijd die verbinding brengt

Elke vrijdagavond koken de verschillende kookgroepen een driegangenmenu. Het menu wordt door de groepen zelf bepaald, en na afloop is er altijd de gelegenheid om gezellig koffie of thee te drinken. Gert-Jan voegde toe: "Gemiddeld ontvangen we 28 gasten per week. Veel van onze gasten zijn al jaren vertrouwde gezichten, maar gelukkig weten steeds meer buurtbewoners de weg naar de Bosbeskapel te vinden. De deuren staan altijd open voor iedereen die gezellig met ons mee wil eten."

Ook voor De VruchtenPers was het een bijzondere ervaring om deel uit te maken van deze gemeenschap, waar gezelligheid en verbondenheid centraal staan. De driegangenmaaltijd was heerlijk, en het was mooi om te zien hoe iedereen zich op zijn gemak voelde. Wat een perfecte manier om Valentijnsdag te vieren, samen met de buurt!

Mee eten?

Samen Aan Tafel is wekelijks op vrijdag (behalve in de maanden juli en augustus). De zaal gaat open vanaf 17.30 uur. De maaltijd is van 18.00 uur tot 19.30 uur. Aanmelden hiervoor kan via www.deaanschuiftafel.nl (hier zie je ook of er nog plekken zijn). De bijdrage is 5 euro.

De Bosbeskapel
Bosbesstraat 5, 2564 PA Den Haag

Angelique Fossen
UITVAARTBEGELEIDING

Voor een uniek,
liefdevol en
passend
afscheid.



U kunt contact met mij opnemen voor een
oriënterend gesprek.

06-38571818
www.afuirtvaartbegeleiding.nl

Dag en nacht bereikbaar.
Den Haag e.o.



P. RURUP
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.



lex **VAN LEEUWEN**
MAKELAARS

VERKOOP
AANKOOP
VERHUUR
TAXATIES

SINDS 2001 DE BETROUWBARE MAKELAAR UIT DE VRUCHTENBUURT!



VLIERBOOMSTRAAT 670 | 2564 JR DEN HAAG | 070 448 1000
INFO@LEXVANLEEUVEN.NL | WWW.LEXVANLEEUVEN.NL

Van een standaard uitvaart naar een afscheid op maat. Een interview met Angelique Fossen, zelfstandig uitvaartbegeleider

ANGELIQUE FOSSEN LIET DE REDACTIE VAN DE VRUCHTENPERS WETEN DAT ZIJ SINDS ZES MAANDEN IN DE VLIERBOOMSTRAAT ALS ZELFSTANDIG UITVAARTBEGELEIDER ACTIEF IS. NIEUWSGIERIG NAAR WAT HET VAK VAN UITVAARTBEGELEIDER ZOAL INHOUDT SPRAK IK MET HAAR AF BIJ OP DE HOEK.



Angelique vertelt dat zij 12,5 jaar werkzaam was als floormanager bij crematorium Ockenburgh. Een floormanager is verantwoordelijk voor de facilitaire kant van een uitvaart. Voor Angelique is de uitvaartbranche dus bekend terrein. Op een zeker moment maakte ze voor zichzelf de balans op: wilde ze als floormanager verder of liever meer het accent leggen op de zorg rond een uitvaart? Ze koos voor het laatste.

Na enige tijd bij een uitvaartorganisatie in Zoetermeer te hebben gewerkt is Angelique gaan freelancen. Zij werd door het hele land ingehuurd door uitvaartondernemers. De verzoeken uit haar eigen kring om de uitvaart van een geliefde te verzorgen brachten haar op het idee om als zelfstandig uitvaartverzorger te starten.

Met haar persoonlijke benadering probeert zij nabestaanden te ontzorgen. Angelique vertelt dat zij altijd zelf de telefoon opneemt. Zij is dag en nacht bereikbaar. Voor haar voelt dat niet als belastend.

Met haar jarenlange ervaring in zowel de uitvaartbranche als de horeca weet Angelique hoe belangrijk het is om een goede klik te hebben met haar cliënten.

Wat maakt het werk van uitvaartverzorger aantrekkelijk? Angelique haalt er veel voldoening uit om iets wezenlijks voor anderen te kunnen betekenen. De afwisseling en de creativiteit die je kunt inzetten om een afscheid zo uniek maken het vak zo boeiend voor haar. Als je op de deurbel drukt weet je nooit hoe je mensen aantreft. De contacten met zoveel verschillende mensen vindt Angelique uitdagend en leuk.

Het taboe rond de dood neemt af. Angelique merkt dat mensen steeds bewuster gaan nadenken over hun afscheid. Zij willen zelf

de regie over hun uitvaart voeren. Het is niet meer ongebruikelijk om een afspraak te maken om de mogelijkheden rondom de eigen uitvaart te bespreken, merkt Angelique.

Steeds vaker kiezen mensen een passende en originele uitvaartlocatie. Zij vertelt dat zij onlangs een uitvaart organiseerde voor iemand die als deejay actief was geweest. De zaal werd omgetoverd tot een soort discotheek met lampen en harde muziek. Ook maakte ze mee dat de uitvaart vanuit het geliefde tuinhuis van de overledene werd georganiseerd. Een uitvaart in de buitenlucht, het is allemaal mogelijk.

Angelique merkt dat een uitvaart in intieme kring, bijvoorbeeld vanuit huis of familiekamer, ook als fijn en persoonlijk wordt ervaren.

De organisatie van een uitvaart op een bijzondere locatie vraagt wel wat extra organisatie en improvisatievermogen. Zo moet de plek voor bezoekers toegankelijk zijn en is een goede stroomvoorziening handig.

De balans vinden tussen emotionele betrokkenheid en je professionele regelmodus is een specifieke kwaliteit voor een uitvaartverzorger. De rouwende nabestaanden verdienen alle aandacht maar er moet ook onder tijdsdruk van alles geregeld worden.

Rondom een uitvaart bestaan strikte regels. Een uitvaart moet binnen zes dagen plaatsvinden, maar uitstel is vaak onvermijdelijk vanwege de overvolle agenda's van met name crematoria.

In korte tijd moeten er ook afspraken gemaakt worden met de kistenleverancier en het zorgteam dat de overledene verzorgd. Met de familie is er afstemming nodig over de rouwkaart met tekst, de kosten, de bloemen, de muziek. Het is juist die combinatie die Angelique aanspreekt.

De nazorg vormt ook een vast onderdeel van het werk vindt Angelique. Als nabestaanden daar behoefte aan hebben kunnen ze nog tot een jaar na het overlijden met vragen bij haar terecht.

Van een mooie, persoonlijke toespraak of zien hoe liefdevol een familie met elkaar omgaat kan Angelique ontroerd raken. Angelique vindt het verdrietig om te zien hoe achterblijvers worstelen na een heftig en onverwacht overlijden. De uitdaging voor Angelique is om ervoor te zorgen dat je voor alle nabestaanden het vertrouwde aanspreekpunt blijft.

IN GESPREK MET...

door Bert Alkema

Ronald Vogels en Rudy van Waterschoot, poeliers

DEZE KEER BEN IK TE GAST BIJ POELIERSBEDRIJF "RONALD VOGELS" AAN DE MIENT, HOEK APPELSTRAAT.



Misschien vraagt u zich af: "Oké, Ronald Vogels, dat begrijp ik. Die is meer dan bekend. Maar Rudy van Waterschoot, hoe zit dat dan?" Ronald en ik hebben in een voorgesprek afgesproken om dit interview meteen te gebruiken om de bewoners in te lichten over op handen zijnde verandering. Ronald gaat per 1 mei aanstaande stoppen met zijn werk als poelier op deze bekende plek in de Vruchtenbuurt. Hij was hier al een tijd over aan het nadenken en tijdens een etentje met familie kwam zijn plan ter sprake. "Een neef van mij bleek interesse te hebben om de zaak over te nemen en ging er over nadenken". Die neef is Rudy van Waterschoot en heeft Ronald, na goede gesprekken en afwegingen thuis, het poeliersbedrijf over te nemen. Dat was voor ons de reden om met ons drieën dit gesprek te gaan houden.

"Ronald, je hebt nu ruim 10 jaar dit poeliersbedrijf gehad. Kan je vertellen waarom je dit besluit hebt genomen?" "Ja, in die 10 jaar was het heel hard werken, dag in dag uit, het hele jaar door. Ik heb het met heel veel plezier en gedaan. Met hart en ziel heb ik mij aan het bedrijf gewijd en minder uren werken gaat niet in de zaak en ik wil graag een andere uitdaging aan. Maar het besluit heb ik pas genomen, nadat ik zeker wist dat er een goede opvolger beschikbaar is. En die heb ik gevonden en kan mijn klanten met een gerust hart voorstellen: Rudy van Waterschoot, uw nieuwe poelier per 1 mei aanstaande".

Hierna is Ronald verdergegaan met zijn werk: er komen klanten binnen, gerechten moeten worden gemaakt en de bekende grill



voor de “5 uren kippen” moet naar buiten om opgestart te worden. Dat het flink aanpoten is blijkt wel uit het feit dat hij vandaag alleen in de winkel staat. Zijn vaste medewerkende Natasja is vandaag vrij. Zodoende gaan Rudy en ik verder met het gesprek.

“Rudy, wil jij je in het kort verder voorstellen aan de bewoners en klanten?”

Jazeker, graag! Ik heb er thuis met mijn verloofde en twee kinderen uitgebreid over gesproken of ik de zaak van Ronald kan en wil overnemen. We zijn er alle vier unaniem uitgekomen dat ik het ga doen en ik heb er heel veel zin in. Zowel zakelijk gezien als voor ons gezin kan het en weet je wat het ook prettig maakt: wij wonen vlakbij de winkel en ik kan er lopend heen”.

Wat heb je hiervoor zoal gedaan?

“Ik ben jarenlang Chef-kok geweest en neem deze ervaring mee naar de winkel. Nu kan ik weer mijn passie voor lekker eten, goede producten en mooie gerechten uitvoeren. Zo kan ik dat de mensen in de winkel laten zien en hen adviseren. Want wanneer je net als ik van goed, maar ook vooral gezond eten houdt, ga je toch naar de speciaalzaken.

En zoals je van Ronald hebt gehoord is het balletje gaan rollen tijdens een familie etentje en kan ik uiteindelijk zijn zaak overnemen”.

De datum van overname is 1 mei 2025. Hoe gaat hij de komende tijd invullen? “Die tijd ga ik gebruiken om mij door Ronald en Natasja te laten inwerken. Dan gaat de winkel vanaf die datum heel even dicht voor wat visuele aanpassingen. En intussen zijn mijn verloofde en ik onze bruiloft in augustus aan het voorbereiden. Kortom, ik heb genoeg te doen en ben van plan een mooie winkel voor de Vruchtenbuurt te behouden”.

Dat klinkt naar weinig verandering.

“Ja, dat klopt. Ik wil in het begin de winkel en het assortiment voor het grootste deel zo houden. Ja ja, de grill voor 5 uur blijft zeker bestaan! Verder ben ik niet van plan om veel acties met het assortiment te houden. Ik wil net als Ronald kwaliteit en een goede prijs voor de producten leveren. Daarnaast blijft bewustwording wat je als klant koopt en wilt bereiden belangrijk”. “En de naam van de

winkel, Rudy?”, vraag ik tot slot. “Die blijft de naam Vogels houden, dat hoort in de familie. De nieuwe naam wordt: Poelier en Traiteur Vogels. En Natasja, u wel bekend, blijft u ook in de winkel helpen. Ik blijf maaltijden verkopen en wil dit gaan uitbreiden en meer variatie toevoegen. Ook wil ik mij wat meer gaan richten op gerechten voor een complete borrel, zeker wanneer het weekend nadert. Ik heb er zin in en kijk uit naar 1 mei!”

Beste Ronald, Heel veel dank voor dit gesprek en de prettige ervaring als klant. Ik wil je en ik denk ook namens al je klanten, andere winkeliers en de Vruchtenpers redactie bedanken voor je fijne service, grandioze klantvriendelijkheid en alle goeds toewensen voor de toekomst.

Rudy: we gaan elkaar in de toekomst blijven zien en ik wens je dan ook heel veel succes en werkplezier toe in je nieuwe, eigen bedrijf.

COLOFON EN TELEFOONNUMMERS

Bezoekadres:

Wijkberaad Vruchtenbuurt
bij HKV Achilles
Pomonaplein 71
2564 XT Den Haag

Postadres:

Wijkberaad Vruchtenbuurt
Perenstraat 139
2564 RX Den Haag

Secretariaat

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

Openingstijden secretariaat: Op afspraak (070-323 19 30)

Bestuur Stichting Wijkberaad Vruchtenbuurt

Voorzitter: Marieke van Overveld
voorzitter@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl
Secretaris: Arthur Beukhof
secretaris@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl (06 1509 5562)
Penningmeester: Marion Sijnja
penningmeester@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl
Bestuursleden: Tim Berkelaar (Duurzaamheid)
duurzaamheid@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl
Activiteitencommissie Coördinator = vacant
ac@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl
Webmaster: Tineke Orie & Renée van Burk,
webmaster@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl

De VruchtenPers

Redacteuren: Jeanet van Wijk, Isabella Spaans, Bert Alkema,
Miriam Bujny en Marieke Morshuis.
Met bijdragen van de wijkagent, de AC en anderen.
Hoofdredactie: Wim F. Abbenhuis
Fotografie: Isabella Spaans, Jeanet van Wijk, Miriam Bujny,
Marieke Morshuis, Bert Alkema en anderen
Voorpagina: Afbelding van J_Blueberry via Pixabay
E-mail: redactie@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: Zeker Verspreid

De VruchtenPers verschijnt 4 maal per jaar in een oplaag van 5250 stuks en wordt huis aan huis in de Vruchtenbuurt verspreid. Aanmelden/verzoeken voor artikelen uiterlijk 6 april 2025; sluitingsdatum kopij 17 mei 2025, geplande verschijningsdatum: 15 juni 2025.

De VruchtenPers niet gekregen?

Het kan een enkele keer voorkomen dat de bezorger uw brievenbus per ongeluk overslaat. Maar geen nood: meld dit aan info@zekerverspreid.nl, of bel met het nummer 06-57298298. Dan komt het zeker goed!

Reacties

Reacties lezers, suggesties, opmerkingen: redactie@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl

Vruchtenmail

Redactie VruchtenMail: Astrid van der Vleut,
vruchtenmail@wijkberaad-vruchtenbuurt.nl

Algemeen alarmnummer hulpdiensten	Alleen voor urgente gevallen	112
Politie algemeen	niet urgent bureau Segbroek Fahrenheitstraat 192	0900 – 88 44
Wijkagent: Raymond Budhu Lall	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)	contactcentrum@dsb.denhaag.nl	14070
<i>voor schade openbare ruimte, storing/uitval straatverlichting, slechte bestrating, volle ORAC's, graffiti, groenvoorziening e.d.</i>		
Meldpunt Graffiti	www.meldpuntgraffiti@denhaag.nl	070 – 353 46 05
<i>(voor verwijderen illegaal graffiti en plakwerk,</i>		
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	Sint Jacobstraat 125	070 – 752 82 00
Spreekuur woensdag 13.00 – 15.00 uur,	mail: ombudsman@denhaag.nl	
afpraak niet nodig		
Sociaal Raadslieden		070 – 353 75 00
Afspraak voor spreekuur via Klantenservice		
Maatschappelijk werk		070 – 205 22 22
<i>Telefonisch op afspraak via Stichting MOOI! VOOR Welzijn</i>		
Burenhulp	burenhulp.wijkz.nl	070 – 336 47 16
<i>voor hulpvragers en hulpaanbieders van kleine klussen, boodschappen, vervoer en dergelijke</i>		
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	070 – 752 69 00
	Hanenburglaan 339	
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



Voordelig
verzekeringspakket

Passend advies

Particulier &
zakelijk

Uw vertrouwde adviseur voor
deskundige begeleiding van uw
verzekeringen.

Bij ons bent u in goede handen.

info@verax.nl

verax.nl

070 346 1751

ONDERDEEL VAN DE  GROEP

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

STALLING

SINAASAPPELSTRAAT



voor fiets - scooter - motor
winterbanden - skibox

voor info 06-51502791
stalling93@hotmail.com



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 uitvalscherms en horren
- Ruime keuze en uitstekende service
- Reparaties in eigen werkplaats



Joost van Vliet
makelaars o.g.

de beste kijk op uw wijk

Distelvinkenplein 9
2566 GH Den Haag

Tel 070 365 00 00

info@joostvanvliet.nl
www.joostvanvliet.nl



Zet de *stap*
naar een nieuw *thuis*,
wij weten de weg!



Verkoop | Aankoop | Nieuwbouw | Taxaties

Ontdek gratis &
direct wat je huis nu
waard is!



Appelstraat 201
2564 EE Den Haag
070 308 46 52

www.olsthoornmakelaars.nl

