

Jaargang 2, nr. 2, Zomer 2018

In dit nummer o.a.:

Zoutkeet zoekt vrijwilligers
Gesprek met de wijkagent
Pannenkoekentafel
Running dinner
Chi Neng Qigong
Magic the Gathering
Klankbankjes
Grootouders voor het klimaat
Hoogvliet en Renault
Gesprek met een buurtbewoner
Zomerpuzzel
Agenda: alle activiteiten in de wijk
Nuttige adressen

Redactie:

- Marg Tax, voorzitter Zoutkeet
- Marian Kappers, interviews, redactie
- Berti Liemberg, eindredactie
- Ruud Overdijk, eindredactie en layout
- Ute Hoogeveen, buurtcoördinator Hilversum Zuid

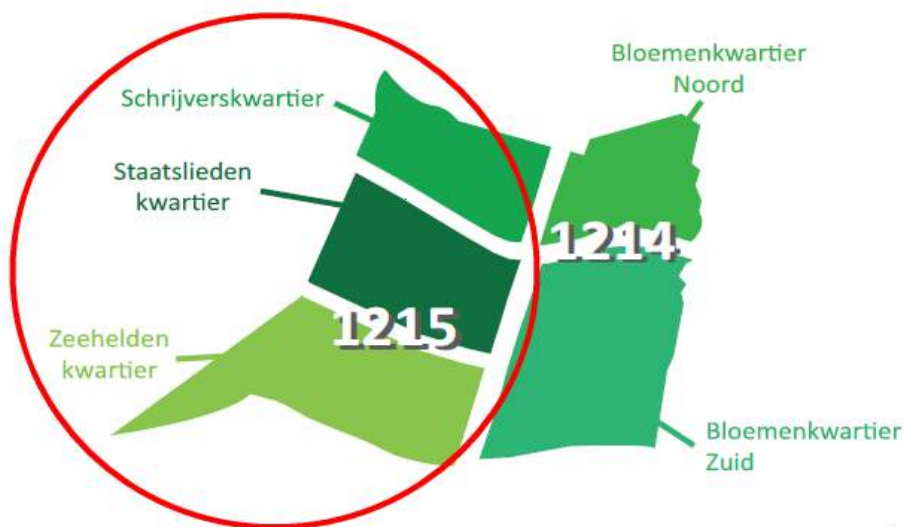
Redactieadres:

redactie1215@gmail.com

telefoon: 06 109 551 84

Ingezonden stukken:

Anoniem ingezonden stukken worden niet geplaatst. Wel kunnen op verzoek naam en adres achterwege worden gelaten. De redactie behoudt zich het recht voor ingezonden stukken in te korten, te bewerken of zonder opgaaf van redenen te weigeren.



Van de redactie

De redactie is heel blij met alle positieve berichten over de wijkkrant. Nog enthousiaster zijn we over de aanmeldingen om de wijkkrant te bezorgen. U kunt zich daar nog steeds voor opgeven, dan kunnen we de bezorg cirkeltjes wat kleiner maken.

U kunt nog steeds mee werken aan deze mooie wijkkrant, door stukjes in te leveren, maar ook om mee te doen in onze redactie. U kunt zich hier voor opgeven op het redactie adres.

Bij de laatste redactie vergadering waren we blij verrast over de ingeleverde kopij. Het waren allemaal leuke, informatieve en positieve stukjes. Was zelfs zoveel kopij, dat we er een extra blad, bestaande uit vier pagina's bij moesten maken. Heerlijk om zo te werken, dat geeft erg veel energie aan ons. We hopen u daar ook veel leesplezier mee te geven. Dat belooft ook wat voor de volgende wijkkrant, want dan beginnen na de zomerstop alle activiteiten weer. We verwachten daar natuurlijk ook weer de nodige informatie over. Heeft u een leuk verhaal over onze wijk of de geschiedenis ervan, u kunt dit altijd opsturen naar de redactie. Misschien wordt het stukje niet direct geplaatst, maar het is voor ons ook handig om reserve stukjes te hebben.

Mocht er nog ruimte over zijn om te vullen dan kunnen we die stukjes gebruiken. De bladzijden van de krant moeten deelbaar zijn door vier. Dus als we niet genoeg kopij hebben om een vierde pagina te vullen, kunnen we de extra kopij altijd gebruiken.

De redactie wenst iedereen een fijne zomer toe met heel mooi weer. Wij starten eind augustus weer met de volgende wijkkrant. We zien uw reacties graag tegemoet.

**Namens de redactie
Marg Tax**

Kennismaking met de wijkagent, zie pagina 3



De Zoutkeet zoekt vrijwilligers

Vaste bezoekers weten wel welke evenementen er, naast de clubs, plaatsvinden in de Zoutkeet, maar misschien zijn er nieuwe bewoners die hiervan nog niet op de hoogte zijn. Wij zijn trots op deze evenementen en vertellen er graag wat over.

Bingo

6 keer per jaar, op de derde zaterdag van de maand, is er een bingo-avond in de Zoutkeet. Deze avonden vinden plaats in de maanden oktober tot en met maart. Wij maken gebruik van schuifkaarten dus pen of stift zijn niet nodig en wij spelen ook niet met het mes op tafel. De kaarten kosten 7,50 per stuk en wij spelen 7 rondes. Wij hebben leuke prijsjes en prijzen, met als hoofdprijs in de Superronde een flink gevulde consumentenmand. Wij zetten een zoutje op tafel en de verliezers gaan aan het eind van de avond met een kleine verrassing naar huis. O ja, het lukt ons nog steeds om het eerste kopje koffie/thee gratis aan te bieden!

Rommelmarkt

2 keer per jaar hebben wij ook onze rommelmarkt, beroemd in en buiten Hilversum. Deze rommelmarkten zijn altijd in het weekend van de ingang zomertijd en de ingang wintertijd. Makkelijk te onthouden dus. Zaterdags kunnen de spullen waar u vanaf wilt gebracht worden. Zondag doen wij ons uiterste best om alles te verkopen. Kunt u echt de spullen niet zelf brengen en u woont in de Zeeheldenwijk, dan kunnen wij op zaterdag het op komen halen. Eerder kan echt niet, want de Zoutkeet is dage-

lijks volop in gebruik en er is dus geen ruimte om alles eerder op te slaan. De opbrengst is bestemd voor onderhoud speeltuin en buurthuis. De entree is gratis, dus altijd de moeite waard om een bezoekje te brengen en wie weet iets leuks of iets dat u al lang zoekt te vinden. Een kopje koffie drinken is natuurlijk ook mogelijk.

Sinterklaasfeest

Ook de Sint komt al vele, vele jaren samen met zijn Pieten, zijn verjaardag in de Zoutkeet vieren en wel op zaterdagmiddag en zondagmiddag. Hij wordt dan verrast met een leuke voorstelling waarin van alles gebeurt. Na de pauze wordt de Sint bijgepraat over alles wat er gebeurd is en krijgen de kinderen de gelegenheid om hem hun tekeningen en cadeaulijstjes te geven en hem van alles en nog wat te vertellen. Natuurlijk worden er vele Sinterklaasliedjes gezongen en de Pieten zijn zeer gul met het uitdelen van pepernoten.

Data

Alle data van deze evenementen kunt u vinden op onze website: www.zoutkeet.nl.

Wie wil helpen?

Voor al deze activiteiten is er een ploegje vaste vrijwilligers. Door allerlei omstandigheden wordt deze groep kleiner. Hetzelfde groepje kan wel wat extra handen gebruiken. Neem bijvoorbeeld het Sinterklaasfeest: Het is op vrijdag opbouwen, zaterdag en zondag de voorstelling verzorgen en op zondag alles weer afbreken en opruimen.



Helpende handen daarbij zouden erg welkom zijn. Dit geldt ook voor de andere evenementen. Als vrijwilliger heb je op de dagen dat er een evenement is wel eens iets anders te doen en is het lastig een "snipperdag" te vragen omdat er dan niet genoeg vrijwilligers zijn.

Bestuur

Ook in het bestuur kunnen wij nog mensen gebruiken. Wij vergaderen de tweede donderdag van de maand. We beginnen om 20.30 en zijn rond 22.00 uur klaar met vergaderen. Ook is er 1 of 2 keer per jaar een vergadering met alle clubs.

Begint het al een beetje te kriebelen om aan te sluiten bij de leuke groep vrijwilligers die wij hebben, maar zijn er nog vragen?

Aarzel niet en neem contact op met Marg Tax, (voorzitter) tel. 035 6242822 of met Bea Meijer (coördinatie Evenementencommissie) tel 035 6234104. Nemen wij niet op, spreek dan de voice-mail in en wij nemen contact op.

Doe mee met de nationale Vredesweek

Vrede, het lijkt zo vanzelfsprekend, maar dat is het helaas niet. We moeten ons er samen voor blijven inzetten. Gelukkig zijn er op veel plekken moedige mensen die opkomen voor vrede, in Nederland en daarbuiten. Mensen die écht naar elkaar luisteren en mensen samenbrengen.

Vorig jaar ontving Burgemeester Broer-

tjes de vredesduif van de vredesorganisatie Pax. Hilversum is dus niet alleen mediastad maar ook "stad" van Vrede. Ook dit jaar Hilversum is weer actief in de vredesweek, die van **15 t/m 23 september** plaatsvindt. Een vredeswandeling waaraan u kunt deelnemen is in ieder geval een van de activiteiten. Op hilversum.nl (de website van de gemeente), wordt het verdere programma in aanloop

naar de Vredesweek bekend gemaakt. Het thema dit jaar is "Generaties voor Vrede!". Wellicht heeft u nog een mooi idee voor onze wijk om mensen en generaties samen te brengen in de Vredesweek. Voor meer vragen of ideeën kunt u mij bellen of mailen:

Marlie Maessen
06 12499863

marliemaessen@planet.nl

Samen werken aan plezierig wonen

Voor een gesprek ontvang ik onze nieuwe wijkagent, Gerard Teernstra. Een energieke vijftiger met een open blik, geïnteresseerd in mijn boekenverzameling en in veel meer zoals later blijkt.

Politiewerk stond hoog genoteerd in zijn avonturenboek. Dat resulteerde in een baan bij de Amsterdamse politie waar hij onder meer 2 jaar voor het project de Top600 heeft gewerkt (Amsterdam is in 2012 gestart met de aanpak van 600 veelplegers in de stad: de Top600, een



samenwerkingsverband tussen Gemeente en Openbaar Ministerie).

Sinds kort is Gerard onze wijkagent, voor hem worden alle eerdere werkzaamheden bij de politie nu samengevoegd in één functie, in een nieuwe omgeving. Hij is meer en meer op de hoogte van wat er speelt in onze wijk.

Prettig wonen

Gerard: "Ik denk dat het hier heel prettig wonen is, de bewoners hebben het over het algemeen goed voor elkaar. Alles is goed geregeld, we zijn burgerlijk, netjes, correct. Maar als het niet allemaal gaat zoals wij het graag willen, kan de wijkbewoner geïrriteerd raken. Bijvoorbeeld over het parkeren. Er zijn veel auto's en de parkeermogelijkheden zijn beperkt, dus het is schippen met de ruimte. Wat mij opvalt is dat bewoners bij het parkeren niet altijd over de veiligheid nadenken. Bijvoorbeeld parkeren op een hoek, waardoor een goed uitzicht voor andere weggebruikers belemmerd wordt en mensen met een rollator of kinderwagen de stoep niet kunnen gebruiken. Bewoners willen dan dat de politie in actie komt. Ik ben van mening dat we in zo'n geval eerst naar onszelf moeten kij-

ken: wat kunnen we er zelf aan doen? We hebben immers onze eigen verantwoordelijkheid. Parkeer je je eigen auto wel op de juiste manier, spreek je indien nodig mensen aan? Dat kan lastig zijn maar kan ook goed werken."

Samen doen

Moeten we dit soort problemen niet melden bij de wijkagent?

Gerard: "Jazeker, ik wil op de hoogte zijn van wat er speelt, maar we moeten daarin niet doorschieten. Laten we het vooral samen doen, als betrokken burgers met eigen verantwoordelijkheid; samen maken we er een fijne woonwijk van en dat willen we toch allemaal.

Een aardig voorbeeld van samen problemen aanpakken was een initiatief van Montessorischool Zuid: schoolkinderen werden ingezet om rode kaarten uit te delen aan foutparkeerders bij de school. Dat werkte prima op een heel leuke manier!"

Omdat diverse onderwerpen kort aan de orde komen, is ons plan om ook in de volgende Wijkkrant een gesprek met Gerard op te nemen. Op ons mailadres (zie de voorpagina) kunt u onderwerpen aandragen. Wat vindt u bijvoorbeeld van een spreekuur iedere week op een bepaalde locatie?

We zien Gerard vooral op de fiets rondrijden, u ontmoet hem vast binnenkort. Schroom niet maar spreek hem aan, voor een gesprek neemt hij de tijd en hij zal met aandacht naar u luisteren. Of bel voor contact met 0900- 8844 of mail via politie.nl (zie ook informatie op de achterzijde van deze krant).

Werken in je eigen wijk

Je zoekt een andere en meer opvallende vorm van solliciteren? Al ruim twaalf jaar kunnen wij jou deze bieden.

Je kunt bij ons wekelijks in je ritme komen in je eigen wijkcentrum, SAMEN op weg naar die ene baan en jouw verborgen talenten ontdekken. Kijk eens op onze website voor tips. Wij hebben een methode om je sollicitatie te laten opvallen. Door een persoonlijkheids- en com-

petentietest wordt je CV ook steeds beter. Nu met GRATIS interesse- en persoonlijkheidstest.

Ook kun je wekelijks een lijst met vacatures bekijken en een lijst met actuele banen, verreweg het grootste aantal in heel Nederland. Is je interesse gewekt, kom dan gerust eens met ons kennismaken bij een kopje koffie op een dinsdagochtend tussen 9-12 uur in wijkcentrum De Koepel, Kerkelanden. Dan kunnen meteen al



jouw vragen worden beantwoord door ons WerkzoekersServicePunt (WZSP). Wim van Oudheusden, 06-404 145 60, www.werkinjeeigenwijk.nl.

De langste pannenkoekentafel

Een jaar geleden was er de eerste en langste pannenkoekentafel, georganiseerd door wijkgebonden organisaties. Het was een groot succes. In de Gooi- en Eemlander verscheen een enthousiast artikel.

We gaan dit jaar op herhaling en wel op vrijdag 6 juli van 16.00 tot 19.00 uur (datum onder voorbehoud). We nodigen u allen uit om mee te doen door zelf pannenkoeken te bakken en ze aan de langste tafel te bezorgen en samen met andere wijkbewoners op te eten. Het idee hierachter is om elkaar en de meewerkende organisaties beter te leren kennen.

Vrijwilligers van de Zoutkeet bakken natuurlijk weer mee. De van huis meegebrachte bordjes moet u na afloop weer meenemen. Veel bordjes van vorig jaar hebben we bewaard en die kunnen alsnog in de speeltuin worden opgehaald.

We hopen op zomers weer een nog grotere opkomst. En op veel gezelligheid waardoor leuke contacten kunnen ontstaan.

Meer informatie vindt u op de websites van de meewerkende organisaties: Kikkerrik, De Brede School Zuiderheide, de Bethlehemkerk, Heikracht, de Pniëlkerk,



de Zoutkeet en supermarkt Jan Jongerius als sponsor.

Speeltuin Zoutkeet feestelijk geopend



Zaterdag 14 april is de speeltuin bij de Zoutkeet feestelijk geopend. Vanaf 10.00 uur was iedereen welkom en 's middags was er een aantal verrassingen voor de kinderen. Zo konden ze worden geschminkt, waren er clowns die van ballonnen dieren of zwaarden maakten en was er voor alle kinderen een suikerspin, limonade en een ijsje. Het was heerlijk droog speeltuinweer, in de middag liet zelfs het zonnetje zich zien.

De sfeer was fantastisch met maar liefst 300 kinderen. Die hebben genoten en zijn blij dat de speeltuin weer open is. Dank aan alle vrijwilligers die keihard hebben gewerkt om van deze dag een succes te maken!

We wensen iedereen een fijn speeltuinseizoen, met veel mooi weer. Informatie over de openingstijden vindt u op de website www.zoutkeet.nl

Waarom speelgoed kopen als je elke week iets nieuws kan lenen?

De speel-o-theek is er voor alle kinderen van nul tot tien jaar en hun (gast)ouders of opvoeders. Behalve de plek om speelgoed te lenen is de speel-o-theek ook een ontmoetingsplek voor (gast)ouders, terwijl de kinderen samen aan het spelen zijn.

Spelen is dé manier voor kinderen om te leren. De speel-o-theek heeft een breed aanbod van speelgoed, zodat kinderen naast hun favorieten ook nieuw speel-

goed kunnen ontdekken zonder het zelf te hoeven aanschaffen. Ook speelgoed om bijvoorbeeld te leren lezen, wat je een korte periode gebruikt, kan je bij ons lenen.

Met een lidmaatschap van de speel-o-theek hebben kinderen voor weinig geld het hele jaar afwisselend en uitdagend speelgoed in huis. Eventueel te betalen uit het Kindpakket van de gemeente. Kom eens langs! Wij laten je graag de

speel-o-theek zien tijdens de openingstijden:

Maandag 09.30 – 11.00

Woensdag 15.00 – 16.30

Zaterdag 10.00 – 11.30

Wil je nu alvast meer informatie kijk dan op onze website:

www.speelothekhilversum.nl

Speel-o-theek De Steeg
Edisonstraat 47
Hilversum

Running Dinner in de Van Hoornstraat

Al vijf jaar wordt in de Van Hoornstraat door Daniel en Sjaan van den Berg een Running Dinner georganiseerd, een ongelooflijk leuk en laagdrempelig buurtinitiatief. Ieder jaar doen 30-36 burenmee. Hoog tijd om een van de initiatiefnemers aan het woord te laten.

We zitten in het zonnetje en Sjaan vertelt: "Voor mijn werk was ik in het buitenland waar ik, heel spontaan, werd uitgenodigd voor Running Dinner. Het was een ongelooflijk leuke avond, met mensen die ik nooit eerder had ontmoet.

In Hilversum kwam ik het nog een keer tegen in de Lijsterbeslaan. Het idee werd geboren, dit moest ook in de Van Hoornstraat gaan gebeuren!

Een Running Dinner is een diner waarbij je elke gang op een ander adres in de straat eet. Bij één gang ben je thuis gastheer/vrouw en twee gangen eet je bij anderen, die je soms alleen van het voorbij gaan kent. Partners worden op verschillende adressen ingedeeld, zodat er een optimale mix is. Tot slot is een gezamenlijke afsluiting op een centrale plek. En heel belangrijk: geen kinderen en je

hoeft geen keukenprinses te zijn. Het gaat echt om de gezelligheid; al trek je een blik soep open."

Het allerleukste is dat je allerlei onverwachte gesprekken voert met mensen uit je straat. Daarna loop je heus niet de deur bij elkaar plat, maar er wordt wel saamhorigheid gekweekt. En daar komt meer uit dan je denkt: een kinderoppas, een advies, een borrelafpraak, een filmmaatje. Je leert elkaar beter kennen, dus weet je sneller wie je om hulp kan vragen of wie je ergens een plezier mee kan doen."

Dat is dan vast heel ingewikkeld om te organiseren, zeker?

"Nee hoor, je vraagt eens aan je burens of het ze wat lijkt, je maakt een uitnodiging en stuurt deze rond. Het lastigste is een goede puzzel te maken van de verschillende tafels. Misschien heeft de overbuurman voor dit jaar een programmaatje geschreven om hierbij te helpen! Maar die klus wordt dubbel en dwars beloond. Het is zo leuk om tijd voor elkaar te hebben!"

Enthousiast ga ik weer naar huis, met de belofte dat ik dit jaar echt mee ga doen. Wil je dit in jouw straat ook organiseren en heb je vragen? Sjaan helpt je graag via vanhoornstraat@gmail.com.

Marianne van Vliet



Hoe organiseer ik een straatfeest?

In het vorige nummer stonden stukjes van geslaagde straatfeesten. Buren die elkaar nauwelijks kenden hadden het reuze gezellig met elkaar. Een goed contact met je burens is best wat waard! Maar een straatfeest organiseren, hoe doe je dat eigenlijk?

Het is niet zo ingewikkeld. En veel geld hoeft het niet te kosten. Klein beginnen met een pot koffie en koekjes en een paar stoelen op de stoep voor de burens die langskomen kan ook al een feestje worden. Hieronder volgen een paar tips voor wie het een keer gezellig wil maken in de straat.

Een straatfeest is net zo iets als een pick-

nick. Die kun je groot of klein organiseren. Het principe is eenvoudig: alle deelnemers nemen wat te eten en te drinken mee en in gezamenlijkheid wordt alles opgegeten en gedronken. Op de stoep, op het grasveld aan de overkant, of op straat. Dat kan spontaan als het lekker weer is en je zin hebt in een feestje met de burens. Bel aan bij de burens die je kent en vraag of ze ook naar buiten komen met een stoel onder de arm. Als de eerste drie burens bij elkaar zitten komen er vanzelf meer mensen uit de straat bij. Wil je groot uitpakken dan moet dat langer van tevoren gepland worden. Neem er de tijd voor, ongeveer drie maanden volgens ervaren organisatoren. Op de

website van buurtinitiatief Heikracht (www.heikracht.nl/straatpicknick/) is een complete handleiding te vinden.



Chi Neng Qigong in de Zoutkeet

Alweer 8 jaar wordt op de zaterdagochtenden in Wijkcentrum De Zoutkeet de Chinese bewegingsleer Chi Neng Qigong gegeven door Gerda Schoots, erkende instructeur van het Chi Neng instituut Nederland.

De grondlegger van deze vorm van Qigong is Doctor Pang Ming, zowel Chinese als Westerse arts. Hij heeft zijn leven gewijd om een vereenvoudigde, maar zeer effectieve vorm van Qigong oefeningen te ontwikkelen. Een belangrijk aspect daarvan is het met aandacht leren uitvoeren van de bewegingen om tot een goede doorstroming van de energie in het lichaam te komen.

Pang Ming heeft echter meer toegevoegd. Al vanaf jonge leeftijd heeft hij kennis en inzichten vergaard uit oude filosofieën, zoals taoïsme, confucianisme en boeddhisme, maar ook nieuwe inzichten

uit bv. de Kwantum fysica. Samen met zijn kennis over de werking van het menselijk lichaam heeft dit hem gebracht tot een totaliteitstheorie, waarin mens, samenleving en universum één geheel vormen.

Drie componenten

De lessen bevatten drie belangrijke componenten:

- Oefenen in groepsverband, waardoor er een krachtiger energieveld ontstaat, waaruit ieder kan putten.
- Uitvoering van de juiste bewegingen, waardoor de energie in je lichaam makkelijker in stroming wordt gebracht.
- Korte delen uit theorie en inzichten van de totaliteitstheorie die maken dat er effectiever geoefend kan worden en die ook je doen en laten in je dagelijks leven beïnvloeden.

Een veel gehoorde reactie na de les: 'Ik voel me na een les weer als nieuw, meer energie, steviger op mijn benen, frisser in mijn hoofd.'

Zittend

De oefeningen zijn voor een ieder goed te doen, de meeste zelfs zittend als dat nodig is.

Je krijgt de basis aangeleerd tijdens de lessen van 11.00 tot 12.00 uur. Hierna kan je overstappen naar de groep die intensiever oefent van 09.00 tot 10.30 uur. Ook is er altijd de mogelijkheid van 11.00 tot 12.00 uur tegen een gereduceerd tarief een introductie les te volgen.

Info en opgave via de website:

www.praktijkgezondheidinbalans.nl

of inspreken van naam en telefoonnummer op 035 -533.94.18

Mail: adco90@planet.nl

Aangepast sporten in de regio 't Gooi



Bewegen is goed voor iedereen, maar niet voor iedereen is het ook vanzelfsprekend.

Als je een lichamelijke of verstandelijke beperking hebt, is het niet altijd makkelijk om een sportactiviteit te vinden die geschikt is en die je ook nog eens leuk

vindt. Toch zijn er ook voor jou veel mogelijkheden! Aangepast sporten is er voor iedereen met een beperking, waarbij het kan gaan om een lichamelijke, verstandelijke, auditieve of visuele beperking, chronische aandoening of een stoornis binnen het autismespectrum. Wil je graag

hulp bij de zoektocht naar een passende sport- of beweegactiviteit in de regio 't Gooi? Neem contact op met de regiomedewerker aangepast sporten voor een sport-/beweegadvies via mail: asgooi@teamsportservice.nl of tel: 06-11421327.

Kennismakingslessen Yoga

Ook zo'n zin in de zomer? Ik ook en als ik naar buiten kijk naar alles dat groeit en bloeit voel ik de energie in mijn lichaam toenemen.

Energie om te delen, met anderen. Zodat we in vitaliteit en kracht steeds sterker

worden en onze mind rustiger. Yoga is heel helend, voor lichaam en geest en de positieve sfeer van De Zoutkeet draagt daar zeker aan bij. De lessen, de ruimte en de mensen maken de yogasessies tot een wekelijks feest.

Dus kom maar langs voor een shot positieve energie. Deze zomer geef ik gratis kennismakingslessen weg.

Mirjam de Boer www.soepelengezond.nl

Magic the Gathering, een fantasy-kaartspel

Elk weekend organiseert stichting ManaTap Magic the Gathering twee speelavonden in de Zoutkeet. Magic is een fantasy-kaartspel, waarbij iedere speler met behulp van kaarten probeert zijn tegenstander te verslaan. Magic werd meer dan 25 jaar geleden door de wiskundige Richard Garfield ontworpen en sindsdien zijn ruim 15.000 verschillende kaarten verschenen.

De gebruikelijkste manieren om Magic te spelen zijn: constructed en draft. Bij constructed bouw je een eigen speeldeck met kaarten uit je verzameling. Dit deck neem je mee naar een speelavond en hiermee speel je tegen andere spelers. Een deck bestaat uit spreuken (spells) en landjes. Je probeert de landen op tafel te krijgen. Deze leveren vervolgens de energie (mana) om je spreuken te kunnen toveren. Na het toveren van een spreuk draai (tap) je je landen een kwartslag, omdat ze tot je volgende beurt uitgeput zijn. Met behulp van je

spreuken probeer je de levenspunten van je tegenstander van 20 naar 0 te krijgen en je probeert te voorkomen dat je tegenstander jou op 0 of lager weet te krijgen.

Bij draft speel je met een aantal pakjes (boosters) met Magic kaartjes uit een bepaalde Magic set. De kaarten uit zo'n set, die bestaat uit 250 tot 300 kaarten, hebben een bepaald thema, bijvoorbeeld dinosauriërs, piraten of ninja's. Er worden tafels gemaakt van 8 spelers en iedere speler ontvangt 3 boosters met 15 verschillende kaarten per booster. De spelers maken tegelijkertijd hun eerste booster open, kiezen er een kaart naar keuze uit en geven de rest van de booster door. Zo gaat het door tot de 15^e kaart. Daarna volgen de tweede en derde booster. Met behulp van de tijdens de draft verzamelde kaarten, wordt een deck gemaakt. Hiermee wordt gedurende de rest van de avond gespeeld. Meestal speel je Magic tegen één tegenstander tegelijk, maar er zijn ook versies

waarbij je met meerdere spelers tegen elkaar speelt. Zogenaamde multiplayer-potjes vergen naast een goed deck veel diplomatie, want alleen degene die als laatste overblijft, wint het spel. In de Zoutkeet spelen we toernooitjes met boosters of Magic promokaarten als inzet. Als je wilt kan je echter ook deelnemen aan grote toernooien, waaraan spelers van over de hele wereld meedoen. ManaTap speelt meestal op vrijdag- en zaterdagavond vanaf 19:00. Iedereen (jong, oud, vrouw, man, ervaren, onervaren en alles ertussenin) is van harte welkom om te komen kijken en/of mee te spelen. De enige wellicht beperkende factor is dat teksten op Magic kaarten in het Engels zijn. Vaste spelers zijn altijd bereid nieuwe spelers te helpen. De eenvoudigste en leukste manier om Magic te leren is door het te komen meespeelen. Neem voor meer info contact met ons op via info@manatap.nl of kijk wanneer je kunt langskomen op onze website: www.manatap.nl.

Bosjesfestival

Op vrijdag 7 en zaterdag 8 september 2018 is er weer het Bosjesfestival, een uit de hand gelopen feestje bedacht door Derk Sloot in 2004 toen hij zijn hond uitliet in het Loosdrechtse Bos.

De hond rende het half-natuurlijk amfitheater van Landgoed Zonnestraal in, Derk keek om zich heen en dacht: dít is een geweldige plek voor een feestje! Het cabaretduo Olaf en Jasper waren dat met hem eens en het feest kreeg de prachtige titel: Olaf en Jasper met Vrienden in de Bosjes. Bevriende cabaretiërs en singer-songwriters werden gevraagd om gratis op te treden.

Een krat bier, stroom van een kleine aggregaat (dat zoveel lawaai maakte als een cirkelzaag) en ongeveer 100 vrienden van Derk en Olaf en Jasper zorgden voor een geslaagd feest.

De enthousiaste toehoorders vroegen of het niet nóg eens georganiseerd kon worden. Bij de tweede editie in 2005



waren er zo'n 200 mensen aanwezig. Nu, 14 jaar later, is het een volwaardig festival. Er is een prachtig podium met professioneel licht en geluid, er is een grote bar met eten en drinken, een t-shirtmakerij en een enorm aggregaat dat zoveel geluid maakt als een spinnende kat (van 4 meter). De naam van het festival is veranderd, en het geïnteresseerde

publiek groeit nog steeds. Iedereen werkt belangeloos mee, de toegang is gratis en als het donker wordt is het bos verlicht met lampjes. Het festival vindt dit jaar plaats op 7 en 8 september. De toegangskaartjes vliegen over de toonbank zodra ze gekocht kunnen worden, dus houd de website in de gaten: www.bosjesfestival.nl

Activiteiten in de wijk

Datum	Wat	Waar
Iedere woensdagmiddag	Een recreatieve activiteit , zoals Bingo, optredens koren en muziekgezelschappen, zitvolksdansen, etc.. € 2,75 per activiteit, incl. koffie en thee	Amaris Zuiderheide
Iedere vrijdagmiddag 15.00 – 17.00	Grand Café met live muziek. Gratis entree, consumpties voor eigen rekening	Amaris Zuiderheide
Dagelijks	Zuiderheidebus uitstapjes naar verschillende bestemmingen, zoals toertochten, musea, tuincentra, etc. Telefonisch opgegeven via de Servicedesk of Activiteitenbegeleiding (nummers op pagina 12).	Amaris Zuiderheide
Maandag 10.00 – 12.00 donderdag 13.30 – 15.30	Handwerkclub	Amaris Zuiderheide
Dinsdag 10.00 – 12.00	Creatieve club	Amaris Zuiderheide
Elke dinsdagmiddag, vanaf 28/8, 14.30-16.30	Ontspanningsbijeenkomst voor senioren . De zaal is open om 14.00 uur. U kunt er handwerken, een spelletje spelen, of met elkaar een gesprekje voeren.	Bethlehemkerk
Elke eerste donderdag van de maand, van 17.00 - 18.30 uur	Spreekuur met de wijkagent	Wijkinformatiepunt Hilvertsweg 89-91
Dinsdag middag vanaf 13.30 – 15.00, om de week	Koffiemoment met de Buurtcoördinator	Wijkinformatiepunt Hilvertsweg 89-91
Woensdagmiddag in de even weken van 13.00 – 14.00, om de week	Koffiemoment met de Buurtcoördinator	In De Zoutkeet of in de Heigalerij. Bel 06 109 551 84 om te weten waar.
JUNI		
dinsdag 5	Ontspanningsmiddag voor senioren, 14.30-16.30	Bethlehemkerk
vrijdag 8	Egerlandermusikanten, 19.30 uur, Grote zaal, kosten € 2,50	Wijkcentrum Nw Kerkelanden
zondag 10	Wandelen met Maria, start Bethlehemkerk om 14.00 uur	Bethlehemkerk
woensdag 13	Nationale Buitenspeeldag , van 14.00-17.00 uur diverse activiteiten voor alle basisschool kinderen van 4 t/m 12 jaar op het plein van de Paulusschool, gratis deelname	Diverse straten Hilversum, Paulusschool
woensdag 13	Alzheimer Café: Hoe lang blijft u als mantelzorger op de been? Informatie: alzheimercafe.hilversum@gmail.com 06-20951875	Wijkcentrum de Koepel, Kapittelweg 399a, Hilversum
vrijdag 15	Themadiner asperges 17.30 uur, kosten € 22,50 incl. drankje en live muziek	Egelantier
zaterdag 16	Nationale Buitenspeeldag	Diverse straten Hilversum
maandag 18	Muziekoptreden A men's Passion 14.00 uur, kosten € 2,50	Egelantier
vrijdag 22	wandeling Heikracht	info www.heikracht.nl
zondag 24	Rondleiding Landgoed Zonnestraal, bespreken via 035 - 5385400 of info@zonnestraal.org. Kosten € 8,00 p.p.	
maandag 25	Bingo 19.30 uur, kosten € 4,00	Egelantier
dinsdag 26	Marimbakoor , 19.30 uur, Grote zaal , kosten € 2,50	Wijkcentrum Nieuw Kerkelanden

Datum	Wat	Waar
woensdag 27	Restaurant 1215, Bethlehemkerk, kosten € 7,50	Heikracht
JULI		
dinsdag 3	Themalunch Noordzee 12.30 uur met aansluitend een optreden van het Delta Combo 14.00 uur (prijs lunch op te vragen bij de Brasserie) Voor alleen het Delta Combo zijn de kosten €2,50	Egelantier
vrijdag 6	Langste Pannenkoekentafel, DATUM NOG NIET ZEKER	Sweerslaan
woensdag 11	Muziek optreden Eemjazz 14.00 uur, kosten €2,50	Egelantier
maandag 16	Bingo 19.30 uur, kosten €4,00	Egelantier
woensdag 25	Restaurant 1215, Bethlehemkerk, kosten € 7,50	Heikracht
zaterdag 28	Dammen op de Dijk, 10.00 - 17.00 uur, kosten € 10,00	Zoutkeet
AUGUSTUS		
donderdag 2	Zomerwandeling, opgeven bij Nathalie Jasper buursportcoach Zuid 14.00 uur, gratis	Egelantier
dinsdag 7	Ondermode verkoop 10.00 tot 12.00 uur, gratis	Egelantier
vrijdag 17	BBQ voor bewoners en wijkbewoners, opgeven bij de Brasserie, aanvang 17.30 uur, kosten €19,95 (ovb) incl. drankjes en live muziek	Egelantier
zaterdag 25	wandeling Heikracht	info www.heikracht.nl
zondag 26	Rondleiding Landgoed Zonnestraal, start om 12.00 en 14.00 uur, bespreken via 035 - 5385400 of info@zonnestraal.org . Kosten € 8,00 p.p.	
dinsdag 28	Ontspanningsmiddag voor senioren, 14.30 - 16.30, start nieuw seizoen	Bethlehemkerk
dinsdag 28	Themalunch Italie met aansluitend een optreden van Opera Familia, kosten €12,50, inschrijven via Gabie vd Klein en vol = vol.	Egelantier
woensdag 29	Restaurant 1215, Bethlehemkerk, kosten € 7,50	Heikracht
SEPTEMBER		
vrijdag 7	Bosjesfestival, voor programma zie: bosjesfestival.nl	bossen bij Zonnestraal
zaterdag 8	Bosjesfestival, voor programma zie: bosjesfestival.nl	bossen bij Zonnestraal
woensdag 19	nordic walking aangepast tempo, 11.15 uur, kosten € 5,00	start bij De Zoutkeet
woensdag 26	Restaurant 1215, Bethlehemkerk, kosten € 7,50	info www.heikracht.nl
vrijdag 28	wandeling Heikracht	info www.heikracht.nl
zondag 30	Start kindertoneel voor kinderen Van 8-15 jaar, van 14.00-16.00 uur, € 25,00 voor 13 lessen, locatie volgt	Kinderwerk De Lelie



Op de fiets langs zeven klankbankjes

Hilversum is een bijzondere attractie rijk: een fietsroute langs *Klankbankjes* op zeven locaties waar de natuur en Hilversum elkaar raken. Een route van ongeveer 1,5 uur langs onder meer het Raadhuis, Anna's Hoeve en de Oude Haven.

De plaatsing van de Klankbankjes is een initiatief van de Gemeente Hilversum, het Metropole Orkest en het Dudok Architectuur Centrum.

Pak de fiets, volg de route en neem plaats op deze banken. Plug in met de

oortjes van je mobiele telefoon en luister naar de muziek. Voel het ruwe hout waarop je zit en geef je ogen de kost: wat zie je? Bevalt het uitzicht? Waarom zit je hier?

Natuur en muziek vormen een prachtige combinatie. De uiteenlopende muziekstukken die vanuit de bankjes te horen zijn, werden met zorg uitgekozen door het Metropole Orkest, passend bij de verschillende plaatsen waarop wordt uitgekeken. Zo is bijvoorbeeld muziek te horen van Duke Ellington, Rachmaninov, Bruckner, Jules Buckley en natuurlijk van het Metropole Orkest zelf.

Zie voor route en beschrijving van de locaties:

www.dudokarchitectuurcentrum.nl

Op deze foto de Klankbank in onze wijk aan de Kolhornseweg, rechts in het grasveld naast de parkeerplaats van Begraafplaats Zuiderhof. De man op de bank kwam hier min of meer toevallig langs gewandeld. Een bijzonder initiatief, zo zei hij.



Start Hilversum 100 challenge in juli 2018

De Hilversum100 Challenge roept iedereen met duurzame ideeën en concrete plannen op om Hilversum groener en gezonder te maken.

Het gaat om een idee waar je zelf mee aan de slag gaat. Net als in 2017 ligt ook dit jaar de focus op het verminderen van

de CO₂-uitstoot.

De meest concrete manieren om CO₂ te minderen zijn: minder verbruik van gas en elektriciteit, minder autokilometers en natuurlijk het opwekken van duurzame energie. Maar het kan ook anders. Wie heeft er een goed plan?

Samen maken we de energietransitie

slimmer, creatiever en leuker. meer informatie:

www.hilversum100.nl/challenge/

Mail ons wanneer je wilt dat we je in mei informatie mailen:

ikdoemee@hilversum100.nl

Rijden met de Riksja

Stel je voor: je hebt je leven lang genieten van fietstochtjes in en rond Hilversum. Maar op een dag lukt fietsen niet meer. Wat zou het dan heerlijk zijn als er een vrijwilliger komt voorrijden met een riksja.

onze riksja maken we ritten naar de hei, het bos, het vliegveld, Lage Vuursche en de markt. Zin om mee te gaan? Of lijkt het u leuk om 'piloot' te worden op de riksja (met hulpmotor)? Neem dan contact op met Philip en Marian:

hilversum@fietsenallejaren.nl.

"Stap maar in, dan gaan we samen op pad." In Hilversum Zuid kan dat. Met



Grootouders voor het klimaat

Al lang wordt er geschreven en gesproken over de opwarming van de aarde en van het feit dat mensen daar een belangrijke bijdrage aan leveren. Jarenlang werd dat bestreden door klimaatontkenners maar langzamerhand raken steeds meer mensen ervan overtuigd dat er iets moet gebeuren. Inmiddels is het een groot item geworden.

Om de bewustwording te bevorderen startte de gemeente Hilversum vorig jaar een actie, de Hilversum100 Challenge (www.hilversum100.nl/challenge/). Met deze uitdaging riep de gemeente bewoners op om duurzame ideeën aan te dragen. Voor goede ideeën was ook een geldbedrag beschikbaar. Zo kwam o.a. de actie footprint (voetafdruk) tot stand. Met je voetafdruk stel je vast in welke mate jij de aarde belast. De actie heette footprint40. Je kon je eigen voetafdruk vergelijken met anderen. Het was een uitdaging om kritisch naar je manier van leven te kijken en na te gaan of je in een periode van 40 dagen je leven klimaatvriendelijker zou kunnen maken. Om je daarbij te helpen kreeg je wekelijks een leuke tip. Ik vond het een mooie actie om je bewuster te maken van je leefstijl. Heb je zelf ideeën? Grijp dan je

kans. De Challenge voor 2018 is alweer begonnen. Er zijn op termijn ook maatregelen nodig die we zelf niet voor elkaar kunnen krijgen. Daar moeten we bij worden geholpen, o.a. door de overheid. Wij, mijn echtgenote en ik, gaan vaak naar Den Haag. Daar verzamelen we ons met wat oudere mensen, afkomstig uit verschillende delen van het land. We komen dan samen bij één van de ingangen van de Tweede Kamer. We noemen ons: *Grootouders voor het Klimaat*. (zie www.grootoudersvoorhetklimaat.nl). Ik weet dat sommige mensen moeite hebben met de naam omdat ze zelf gewild of ongewild geen grootouder zijn geworden en daarom aan onze acties niet mee willen doen. Toch blijf ik het gebruiken omdat de naam goed aangeeft wat ons doel is. We willen nl. dat de overheid die maatregelen neemt die nodig zijn, zodat volgende generaties ook kunnen wonen op een leefbare aarde. Dat doel hebben we vastgelegd in een manifest. We nodig een kamerlid uit, leggen uit wat we willen en leggen haar/hem ons manifest voor met het verzoek het te voorzien van een handtekening en die boodschap in de Tweede Kamer uit te dragen. Ook ons, bewoners van postcodegebied

1215, wachten grote veranderingen. Wanneer en hoe dat weet ik niet. Dat we aan dat idee moet wennen en moeten nadenken wat wij willen dat weet ik wel. Voor de Hilversumse Meent denkt men al aan de eerste gasloze wijk in Hilversum. Een mooie uitdaging omdat die wijk bestaat uit woningen die in dezelfde tijd zijn gebouwd. Wordt Kerkelanden de volgende wijk? En wij in 1215, met onze grote verscheidenheid aan woningen? Kortom, werk aan de winkel. Tenslotte: Hebt u een idee op welke manier wij onze Hilversumse bestuurders en de bevolking steeds opnieuw kunnen herinneren aan onze grootste uitdaging? Aan onze nalatenschap? Aan een leefbare aarde? Ik hoor het graag.

PS. In de vorige uitgave van de wijkkrant schreef ik over een mooiere wijk en stelde voor auto's te gaan delen. De Hilversumse Energie Transitie, HET, introduceert een elektrische (deel)auto. Misschien hebt u de auto al gezien. De opschrift op de auto luidt: HET, rijdt op Zon. Op de website (www.hetcooperatie.nl/) kunt u lezen hoe dat werkt.

Jogchum Kooi (jogchum@heikracht.nl)

Sporten als je ouder bent

Bij alle mensen gaat ouder worden gepaard met een continue afname in spiermassa en inspanningscapaciteit. Dit leidt tot verlies aan spierkracht, wat zich vertaalt in moeilijkheden bij het opstaan uit een stoel, traplopen, het dragen van zware voorwerpen, het openen van een fles enz.

Dagelijkse activiteiten vragen van oudere personen dus grotere inspanningen, wat verklaart waarom men sneller vermoeid is in vergelijking met vroeger. Bovendien veroorzaakt het verouderingsproces een verlies aan elasticiteit in de spieren en pezen, wat zich manifesteert als een stijf gevoel. Al op 30-40 jaar zien we een jaarlijkse afname van spierkracht en spiermassa van ongeveer 1%.

Vanaf 70 jaar versnelt dit proces tot 3,5% krachtverlies per jaar. Daarbovenop heeft ouder worden ook een negatief effect op het afweersysteem. Uit wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat regelmatig fysiek actief zijn en stretch-oefeningen doen bij mensen boven de 50 jaar een positief effect heeft op zowel de afname van de spiermassa als het afweersysteem. Senioren die regelmatig hun spieren oefenen en stretchen, blijven soepel, behouden een betere spierfunctie en ondervinden minder last van ontstekingen, zelfs bij de oudste senioren (>90 jaar!). Op basis van de huidige wetenschappelijke inzichten blijkt dat sporadische en/of laag intensieve fysieke activiteiten (zoals af en toe een wandeling) onvol-

doende zijn om een duurzaam en optimaal resultaat te behalen. Een goed oefenprogramma moet bestaan uit zowel oefeningen voor de uithouding als voor de spierkracht en de lenigheid.

Op dinsdagmiddagen van 14.00 – 15.00 uur start in de Egelantier buurtsportcoach Nathalie Jasper met “Soepel & Fit”-lessen met een nadruk op stretch-oefeningen in combinatie met spierversterkende oefeningen, voor beginners én gevorderden op de 3^e etage in de ontmoetingsruimte. De kosten zijn € 5,- per keer middels een knipkaart. Aanmelden kan per direct bij Nathalie of Gabie
Locatie de Egelantier - HilverZorg, telefoon 035 760 94 16

Hoogvliet en de Renault garage—vervolg

Supermarkt Hoogvliet wil uitbreiden en dat kan volgens hen niet op de huidige locatie aan de Admiraal de Ruijterlaan. Als zij niet kunnen uitbreiden zal Hoogvliet binnen afzienbare tijd uit onze buurt vertrekken. Stam, eigenaar van de Renault-garage, meldt dat de garage aan de Bosdrift vertrekt, Stam wil deze locatie graag verhuren aan Hoogvliet. Voor Hoogvliet is dit een uitgelezen kans om aan de Bosdrift een grotere supermarkt te realiseren.

In de vorige Wijkkrant vroegen we om uw gedachten over de toekomst van het winkelgebied Chatham en de Renault-garage met ons te delen. We ontvingen weinig reacties. Opvallend, omdat we op straat veel vragen en opmerkingen horen over de verhuisplannen. We krijgen de indruk dat deze plannen bij slechts een klein aantal bewoners van het Zeeheldenkwartier spelen, met name bij de direct betrokkenen. Begrijpelijk omdat zij met de grootste verandering te maken krijgen.

Mensen die reageerden op onze oproep doen vooral de suggestie om woningen te realiseren in de leegkomende panden.

Debatavond

De tweede debatavond werd half april door Hoogvliet en Stam georganiseerd

voor bewoners die hadden aangegeven betrokken te willen zijn. Dat waren voornamelijk mensen die niet positief staan tegenover de verhuizing. Er werden veel vragen gesteld over met name de verkeersveiligheid, over het parkeren, over geluidsoverlast als Hoogvliet verhuist. En wat gebeurt er vervolgens met Chatham? Het gebied is nu door leegstand en achterstallig onderhoud niet meer aantrekkelijk, zo vinden de aanwezige bewoners.

Kostbaar

Tijdens deze avond liet Hoogvliet zien waarom zij niet op de huidige locatie kunnen uitbreiden. Het is te kostbaar en te gecompliceerd met veel consequenties voor de bovenliggende woningen. Hoogvliet presenteerde tot slot het plan voor de locatie aan de Bosdrift. Het was naar aanleiding van eerdere opmerkingen op enkele onderdelen aangepast.

Hoe nu verder

Overigens is er nog geen officiële aanvraag ingediend bij de gemeente. De gemeente heeft aan Stam en Hoogvliet gevraagd om alvorens het plan in te dienen zoveel mogelijk in gesprek te gaan met de buurt. Inmiddels zijn er vele gesprekken gevoerd met belanghebbende bewoners. En er zijn naast een informa-

tieavond twee debatavonden georganiseerd. Die leverden de nodige informatie over welke vragen en zorgen er leven. De gemeente heeft belangstellend meegeluisterd en meegekeken. Immers, als er een plan wordt ingediend moet de gemeente daar uiteindelijk een beslissing over nemen.

Wordt vervolgd

Het is nu aan Stam en Hoogvliet om te bepalen hoe verder te gaan. Wordt vervolgd in de volgende Wijkkrant 1215.



Kennismakingsles nordic walking

Op woensdagmorgen 19 september 2018 om 11.15 uur kunt u kennis maken met nordic walking in aangepast tempo. Deze les is bedoeld voor deelnemers die in een rustig tempo willen proberen of nordic walking een geschikte bewegingsactiviteit voor hen is.

Dat u het rustiger wilt doen kan zijn vanwege een slechte conditie, uw leeftijd, overgewicht, of vanwege een chronische aandoening zoals reumatische klachten, COPD, diabetes, hart- en vaat-aandoening, herstel na blessure of ziekte, beginnende Parkinson. Ondanks deze beperkingen is nordic walking in aangepast tempo mogelijk. Zonodig kunt u vooraf

met uw arts overleggen of nordic walking geschikt is voor u. Wetenschappelijk is aangetoond dat nordic walking ook effectief is in een lager bewegingstempo. De les duurt 60 minuten, waarin lopen wordt afgewisseld met instructie (rust) en met eenvoudige spierversterkende oefeningen.

De les wordt gegeven door Riet van Engelen, gediplomeerd sportdocent, INWA nordic walking trainer (international nordic walking association) en docent meer bewegen voor ouderen. INWA nordic walking trainers zijn gespecialiseerd in het lesgeven aan ouderen en aan deelnemers met een lagere belastbaarheid

en/of met chronische aandoeningen. Mocht er na de les voldoende belangstelling zijn, dan is het mogelijk om u aan te melden voor een cursus van 8 lessen, waarin de techniek van nordic walking wordt aangeleerd. Vervolgens kunt u zich aansluiten bij een groep die iedere week wandelt.

Het vertrekpunt is Wijkcentrum de Zoutkeet aan de Zoutmanlaan 3 in Hilversum. Kosten kennismakingsles € 5,00 incl. gebruik van de wandelpoles. Aanmelden kan vanaf 15 augustus; meer informatie over deze en andere nordic walking lessen bij Riet van Engelen, tel. 035 6219353

DAMMEN OP DE DIJK

Wijkcentrum De Zoutkeet
Zoutmanlaan 3
1215 PR Hilversum

ZATERDAG 28 JULI 2018

10 TOT 17 UUR
VOOR DE 19^e KEER



Snel Dam Spektakel voor maximaal 66
liefhebbers van dammen op de digitale gong

Hoofdklasse (A) eerste klasse (B)
2e klasse + jeugd (C) - ook voor huisdammers

Deelnemersbijdrage incl. lunch: € 10,00 / jeugd: € 5,00
te voldoen uiterlijk 21 juli via NL03INGB0003220366
t.n.v. A.M. Vreeswijk te Hilversum
dan wel contant op 28 juli bij de inschrijving
op de wedstrijdlocatie

Info: Ad Vreeswijk T 06 54 99 32 43
en/of Jan Kooistra T 035 621 86 26
of via dammenopdedijk@gmail.com

Internet: www.dammenopdedijk.nl

Teken- en schilder cursus



Na de zomervakantie beginnen wij weer met
de Teken- en schilder cursus onder begeleiding
van een gediplomeerde kunstenares.

Deze cursus is voor kinderen van
groep 4 t/m 8 van de basisschool.

Op maandagmiddag van 16.15 tot 17.15 uur.

Kosten: € 21,- voor 7 lessen.

GRATIS PROEFLES

Data en locatie volgt nog!

Opgeven: klipusz@versawelzijn.nl

Kinderwerk is op Facebook. Je kan ons vinden onder **Wijkcentrum de Lelie**.
Als je op de pagina op de knop **Vind ik leuk** drukt, lees je alle berichten van ons.
Wees er snel bij! Wie het eerst komt, die het eerst maalt!

Gesprek met buurtbewoner Kazjin Salim-Bakhuis

Kazjin bezoekt vorige zomer een bijeenkomst in de Zoutkeet. Ze schrok toen ze een oudere dame hoorde vertellen over jonge stellen die hier komen wonen en die het alleen maar druk-druk-druk lijken te hebben. Van enig contact is dan geen sprake, zo zei deze vrouw.

Volgens Kazjin klopt de gedachte dat je als oudere niets hebt aan jonge mensen helemaal niet.

Ze vertelt enthousiast over haar eigen initiatief: 'Mijn man en ik hebben bij alle burens in ons huizenblok een briefje in de brievenbus gedaan met de uitnodiging voor een gezellig samenzijn in ons huis. Al die burens zijn geweest, echt allemaal, en het was super gezellig! Een buurman zei tegen ons: "Jullie geven het goede voorbeeld." Dat kunnen anderen dus ook doen, nodig mensen in je directe omgeving uit. Ouderen moeten niet alleen maar afwachten, zij kunnen ook initiatief nemen.'

Vertel eens iets over jezelf.

'Ik ben Kazjin Salim, 32 jaar oud en getrouwd met Freek Bakhuis. Baas van

onze hond Sem. Ik werk als doktersassistente bij Tergooi.'

Hoe lang woon je in deze buurt?

'Ik ben op mijn 15^e vanuit Irak vertrokken, inmiddels woon ik al weer 17 jaar in Nederland. Met veel plezier de laatste 7 jaar in Hilversum.'

Wat waardeer je in deze buurt?

'De diversiteit van de bewoners spreekt me aan. Ik wandel veel met onze hond, daarvoor heb je snel contact met andere wandelaars, ik heb zo maar een interessant gesprek met iemand. Ik woon in een prachtig dorp in het Gooi met heide en bos op loopafstand. En op tien minuten fietsafstand hebben we een gezellig centrum met veel faciliteiten. Ik waardeer ook de grote vriend van onze hond: een man van 86 jaar oud. Deze man heeft met veel plezier onze hond overdag uitgelaten.

Tot hij ziek werd, nu bezoeken wij hem regelmatig.'

Wat zal je niet missen?

'Het toenemend aantal toeristen bij mooi weer en de auto's die te hard rijden in de wijk.'



Zomerpuzzel

Zoek alle woorden. De overgebleven woorden vormen een leuke zin.

Je kunt de oplossing mailen aan redactie1215@gmail.com of inleveren in de Zoutkeet brievenbus.

Onder de goede inzendingen verloten wij 2 mooie prijzen:

1e prijs - een gezinsabonnement op de Zoutkeet speeltuin voor dit jaar

2e prijs - een proefles boogschieten bij de Zoutkeet.

S	L	I	P	P	E	R	S	T	A	A	L	D
J	I	Z	O	N	N	E	B	A	D	E	N	W
I	R	U	N	E	U	Q	E	B	R	A	B	A
R	B	T	H	O	Z	E	V	A	L	U	T	A
E	E	I	J	E	Z	N	D	N	A	R	T	S
T	N	K	D	J	I	T	E	J	I	R	V	W
A	N	A	G	I	U	T	G	E	I	L	V	E
W	O	M	L	E	I	T	N	A	K	A	V	E
L	Z	P	K	U	C	A	R	A	V	A	N	K
E	B	E	B	R	E	F	F	O	K	E	R	W
T	O	R	B	A	G	A	G	E	B	A	N	D
O	O	E	N	E	G	A	W	W	U	O	V	E
H	T	N	E	T	G	D	A	B	M	E	W	Z

BAGAGEBAND
BARBEQUEN
BOOT
BUITENLAND
CARAVAN
HOTEL
KAMPEREN
KOFFER
SLIPPERS
STRAND
TAAL
TENT
VAKANTIE
VAKANTIEHUIS
VALUTA
VLIEGTUIG
VOUWWAGEN
VRIJETIJD
WATERIJS

ZEE
ZON
ZONNEBADEN
ZONNEBRIL
ZWEMBAD

Fitness voor de Savornin Lohman school!

Wij hebben begin april nieuwe fitness-apparaten staan voor de school en de Savornin Lohman is er heel blij mee.

Het idee is besproken in de Leerlingenraad, toen de gemeente vroeg of er buitentrimtoestellen geplaatst konden worden bij de school.

Stoere apparaten

Eerst hebben we uitgekozen welke fitnessapparaten we het best vonden. We konden ook kiezen voor stoere apparaten die ze ook voor free running gebruiken. Maar we kozen deze, want die zijn makkelijk te gebruiken en dan ga je er ook snel op. Zeker als het lekker warm is en je hebt pauze of je bent uit, dan zal het wel druk worden. Voor schooltijd

denk ik niet, want dan ben je nog niet zo wakker.

Ook bewoners uit de wijk

De leerlingen hebben het meteen uitgeprobeerd en waren dolenthousiast. Het leuke er van is dat het niet alleen voor de school is, maar de bewoners uit de wijk kunnen er ook op sporten. De buurtbewoners kunnen dan lekker in de buitenlucht sporten en hoeven niet helemaal naar de sportschool. De ideale oplossing voor de school en de buurt.

Sophia uit de Leerlingenraad van de Savornin Lohman School



Kindertoneel

Na de zomervakantie start weer de toneel cursus voor kinderen van 8 t/m 15 jaar. Sommige kinderen doen al een aantal jaren mee, anderen zullen nog even moeten wennen om op het podium te staan. Dat geeft niks, alles is te leren.

We oefenen op zaterdag van 14:00 tot 16:00 uur. Uiteindelijk werken we naar een uitvoering toe waarbij de pappa's en de mamma's, opa's en oma's, burens en anderen kunnen genieten van een zeer leuke voorstelling.

Geef je snel op!

Opgave kan alleen via de mail: klipusz@versawelzijn.nl

Start: zaterdag 30 september 2017

Van 14:00 tot 16:00 uur

€25,- voor 13 lessen

De locatie waar gerepeteerd gaat worden wordt later bekend gemaakt, hier ontvangt u een mail over.
Kinderwerk De Lelie, Paulusschool, Irisstraat 2

Belangrijke adressen en telefoonnummers

(Wilt u hier ook bij staan? Laat het ons weten)

Wijkagent 1215 Gerard Teernstra, bereikbaar via 0900 8844 of mail via gerard.teernstra@politie.nl.

Wijkagent 1214 Linda de Jong, bereikbaar via 0900 8844 of linda.de.jong.1@politie.nl

Netwerk 1215

Heikracht, www.heikracht.nl, info@heikracht.nl

Bethlehemkerk, Loosdrechtseweg 263 1215 JV Hilversum, telefoon: 035 624 60 45

De Verbinding (Pniëlkerk), Van Ghentlaan 47, 1215 PN Hilversum, telefoon: 035 631 02 20

Zuiderheide (Amaris), Diependaalselaan 337, 1215 KG Hilversum, telefoon: 035 624 04 58

De Egelantier (Hilverzorg), Egelantierstraat 194, 1214 EH Hilversum, telefoon: 035 760 80 02

De Zoutkeet, Zoutmanlaan 3, 1215 PR Hilversum, telefoon: 035 624 88 22

Kinderdagverblijf Kikkerrik, Banckertlaan 132-B, 1215 RH Hilversum, telefoon: 035 628 14 10
e-mail: info@kikkerrik.nl

Winkelcentrum De Heigalerij, Van Hogendorplaan, 1215 EH Hilversum

Van Hasseltschool, Banckertlaan 130, 1215 RH Hilversum, 035 624 4375
e-mail: b.vanderzanden@proceon.nl

Savornin Lohmanschool, Van Ghentlaan 51, 1215 PN Hilversum, telefoon: 035 624 0261
e-mail: post@savorninlohman.nl

Kinderopvang De Hasselbraam, Banckertlaan 130, 1215 RH Hilversum, telefoon: 035 621 9568

Elckerlycschool, Van Hogendorplaan 1-a, 1215 Hilversum, telefoon: 035 624 9150
e-mail: info@elckerlycschool.nl

BSO Basisbende, Van Hogendorplaan 1c 1215 EG Hilversum, telefoon 035 628 20 95
e-mail: manager-basisbende@binkkinderopvang.nl

Andere organisaties

Buurtcoördinator Ute Hogeveen,
e-mail: u.hoogeveen@hilversum.nl,
telefoon 035 629 26 13, 06 109 551 84

Buurtsportcoach Zuid Nathalie Jasper,
e-mail: n.jasper@hilverzorg.nl

Centrum Jeugd en Gezin (CJG Hilversum)

e-mail: gezinsopvoedcoachHSUM@jggv.nl

telefoon: 035 692 63 84

website: www.jggv.nl

Sociaal en Maatschappelijk Werk VERSA Welzijn,

Sociaal werker, Gert Bos

e-mail: gbos@versawelzijn.nl

telefoon: 06 192 270 82

Jongerenwerker, Brahim Ej-Jaouani

e-mail: beijaouani@versawelzijn.nl

telefoon: 06 475 851 92

Kinderwerk, Kati Lipusz en Maarten Seijsener

e-mail: klipusz@versawelzijn.nl

telefoon: 06 236 726 91

mseijsener@versawelzijn.nl

Telefoon 06 302 758 83

Consulent Wonen, Welzijn en Mantelzorg, Fatiha Achrfi

e-mail: fachrfi@versawelzijn.nl

telefoon: 06 479 186 57

Algemeen maatschappelijk werk, Aniel Siriram

e-mail: asiriram@versawelzijn.nl

telefoon: 06 139 658 64

Opbouwwerk, Sandra Zamir

e-mail: szamir@versawelzijn.nl

Telefoon: 06 302 024 81

Seniorenvereniging Senver Kerkelandenlaan 29B,

1216 RR Hilversum,

telefoon: 035 685 0442

Woondienstencentrum De Egelantier,

Egelantierstraat 194, Hilversum,

telefoon: 035 760 8002

Servicedesk Amaris Zuiderheide, 085 021 36 00

Activiteitenbegeleiding Amaris Zuiderheide 085 021 36 50

www.amaris.nl/woningen-met-zorg/woningen-met-zorg/zuiderheide/

Landgoed Zonnestraal

Loosdrechtse Bos 17 1213 RH Hilversum, telefoon: 035 538 5400

E-mail: info@zonnestraal.org

Gezondheidscentrum Eedenburgh (huisartsen, apotheek, kinderarts, Jeugd en Gezin, fysiotherapie, dietisten etc.)

Frederik van Eedenlaan 13 C-D, 1215 EK Hilversum

Sociaal Plein

Voor alle inwoners van Hilversum en voor elke hulpvraag op het gebied van werk, inkomen, (jeugd)zorg en ondersteuning
Wilhelminastraat 1 – 19, Hilversum

Telefoon: 035 629 2700

Inlooppreekuur (geen afspraak nodig) maandag t/m vrijdag
9.00 – 13.00 en donderdagavond 17.00 – 19.30.