

De Wijkkrant

Muntel, Vliert en Orthenpoort

Jaargang 28 september 2024



Foto: Ole Staalman

Kookhulp nodig? Hulpkok worden? - Thuisgekookt.nl

Verder:

Energiecoaches voor de wijk
Voortgang van de Buurtkiep
De tuin van herstelacademie De Stijl
Glaskunstenaar Bernadette
van der Klooster
Leren om niet te vallen
Bevrijding Den Bosch 80 jaar geleden
Groene initiatieven in de wijk
De opening van het Kruithuis museum

Kort
De natuurcolumn van Bob Cremers
Peter van Helden
De Hobbelpagina
De Slingerpagina
Goed om te weten
Wijkkrant Junior

en meer!

Oproep Nieuwehagen slaat aan

Heerlijk om te weten dat onze wijkkrant goed gelezen wordt én dat het ook aanzet tot actie. In onze vorige wijkkrant van voor de zomer vertelden we hoe leuk vrijwilligerswerk op zorgcentrum Nieuwehagen kan zijn. Vrijwilligster Marie van Elteren vertelde enthousiast wat ze allemaal voor 'haar oudjes' kan betekenen. Maar er zijn meer helpende handen nodig. Zo is er bijvoorbeeld altijd nog vraag naar mensen die af en toe met een bewoner een stukje willen wandelen, lekker een blokje om. Dat hoeft niet op vaste dagen, dat kan ook wanneer het de vrijwilliger uitkomt, vertelde Patricia de Weerd, de coördinator van de vrijwilligers er nog bij. "Als je twee keer in de maand een uurtje hebt is het ook fijn." En gelukkig meldden zich drie mensen die hiervoor voelen en dus af en toe op pad gaan voor een ommetje. Bravo!

Meedenken over Park Vliert

Op 5 september waren we aanwezig bij de workshop die de gemeente organiseerde over de ontwikkeling van Park Vliert (zie pag. 6 & 7). De ongeveer 45 belangstellenden werden uitgenodigd om in drie rondes te reageren op drie thema's:

- A. Beeldkwaliteit & wonen (zoals: welke uitstraling moet de hoogbouw krijgen die rond station Oost is gepland?),
- B. Mobiliteit, groen en water (zoals: hoe moet de nieuwe wijk aansluiten op omliggende wijken, hoe willen we publieke groenvoorzieningen inrichten)
- C. Gezondheid, ontmoeten & voorzieningen (zoals: welke voorzieningen moeten aanwezig zijn, wat moet de aard van het geplande park worden?).

Vele ideeën, opvattingen en wensen kwamen op tafel. En ook zorgen, zoals:

- De nieuwe wijk wordt autoluw, parkeermogelijkheden zullen beperkt zijn. Gaat dat parkeeroverlast geven in de omliggende wijken?
- Hoe gaan de kinderen straks naar school? De oversteek over de Grobbendonklaan van en naar de Ophoviuslaan is nu al een drama voor fietsende ouders en kinderen.

De vele aanwezige ambtenaren luisterden actief naar alle reacties en notuleerden ijverig. In de tweede helft van november volgt een terugkoppelavond, waarin de gemeente laat zien wat er met de input wordt gedaan. De realisatie van de nieuwe wijk zal gefaseerd plaatsvinden. Om te beginnen met de bouw van 1450 woningen vanaf 2027.

Fotograaf Olaf Smit was bij de opening van het Kruithuismuseum op 11 september en maakte daar deze sfeervolle foto. Peter van Helden was er ook, en vertelt ons er op pagina 15 meer over.



Gezondheid, besparen of voor het milieu?

Energiecoaches denken over alle aspecten mee.

In de Bossche Omroep stond vorig jaar een oproep voor mensen met affiniteit voor het onderwerp energiebesparing. Onder andere Jan Frank en Tom Poldner uit onze buurt reageerden, en met hen had ik een gesprek bij mij thuis.

Energie wordt steeds duurder – kun je daarop besparen? Hoe beïnvloedt energiegebruik je gezondheid? En hoe zit het met het milieu? Hoe je er ook naar kijkt en welke invalshoek je ook kiest, de verse energiecoaches komen op verzoek naar je toe en denken graag mee over oplossingen. Jan en Tom zijn beiden met pensioen en hebben allebei wel 'iets' met energie. Jan heeft een technische achtergrond en is geïnteresseerd in duurzaamheid. Tom is architect en is natuurlijk altijd wel met energie(besparing) bezig geweest. Zij troffen elkaar in de derde leergroep voor energiecoaches die in Den Bosch van start ging. "De gemeente faciliteerde en betaalde de training, uitgevoerd door de coöperatie HOOM, over energieverbruik, isoleren/ventileren en communiceren."

Aan de slag

De verse coaches zijn beschikbaar om hun nieuw opgedane kennis te delen en over te dragen aan iedereen die daar belangstelling voor heeft. Tom legt uit: "Als we ergens uitgenodigd worden, vragen we altijd wat de mensen belangrijk vinden. Dat kan bijvoorbeeld besparen zijn, wooncomfort en/of milieubewustzijn. De mensen bepalen dus zelf waar ze het met de energiecoach over willen hebben." Om zelf te ervaren hoe een bezoek van een energiecoach eruit kan zien, had ik Tom en Jan bij ons thuis uitgenodigd. Na een uitgebreid gesprek deden we samen een 'schouw' door het huis. Jan had meteen een opmerking over die andere schouw: onze afgetimmerde en betegelde schouw in de woonkamer. "Als het rookgat niet goed dicht is, kan dat wel eens vervelende trek geven," aldus Jan. Zo kwamen alle elementen aan bod: onze, ooh zo mooie, granieten vloer die niet te isoleren is, de dubbele beglazing en tochtstrippen die we overal hebben, alle aangebrachte (muur-)isolatie, de tocht door de brievenbus, het ventileren van slaapkamer en douche en de luchtaanvoer in de keuken.



Binnenklimaat

Met alle aandacht voor energiebesparing en milieubewustzijn (zoals het dichten van alle naden en kieren) worden de effecten op het binnenklimaat nog wel eens over het hoofd gezien. De luchtvochtigheid en het CO₂-gehalte moeten in binnenruimtes een gezonde waarde hebben. "Dat kun je meten met een eenvoudig apparaatje," aldus Jan Frank. "Vooral het CO₂-gehalte is een goede indicatie en mag niet te hoog zijn."

Wat verhoogt het CO₂-gehalte? Vooral: slecht ventileren. Een open haard of veel kaarsen kunnen veel CO₂ produceren. Met veel mensen tegelijk langdurig in één ruimte zijn, geeft ook een hoge CO₂-waarde; heel begrijpelijk als mensen daar hoofdpijn van krijgen. Ventileren dus. Voor gezonde binnenlucht: voldoende frisse lucht naar binnen, niet te veel kaarsen branden, spaarzaam de open haard branden en opletten met een gasfornuis.

Contact

Wil je ook dat een onafhankelijke persoon eens meedenkt over hoe het er in jouw huis voor staat en wat jij kunt veranderen in de richting van jouw behoeften? Stuur een berichtje naar Energiebesparing Muntel/ Vliert/Orthenpoort: energiebesparingMVO@gmail.com

Voor alle duidelijkheid: zij denken mee en geven tips, maar voeren niet uit. Ik kan het je aanraden!

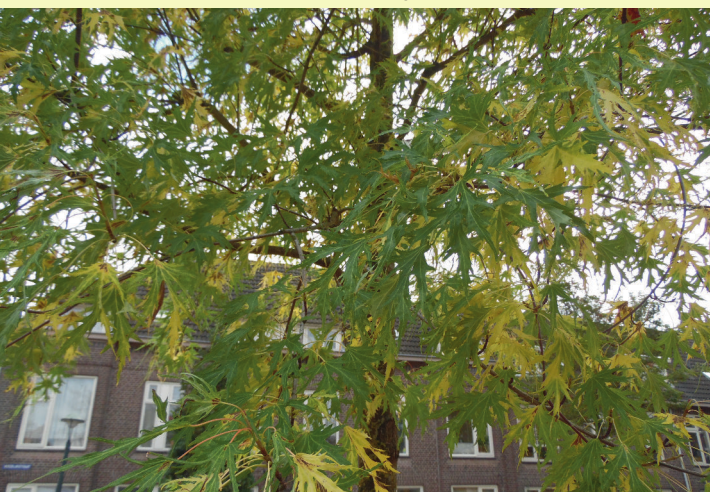
Bomen over bomen

Tijdens een bomenwandeling door het park kreeg ik de tip: een klein parkje bij de Munteltuinen, waar diverse boomsoorten te zien zijn. Men wees mij er onlangs wel op dat het parkje eigendom is van de buurt maar het kijken naar bomen is wellicht geen bezwaar. Overleg in dezen is misschien nog beter. Afijn, in dit parkje treffen we de hazelaar, die struikvormig groeit met veel stammetjes bijeen: het blad is mooi en de hazelnoten zijn voor de eekhoorn en gaai niet te versmaden. Ook staat daar een cultivar met purperachtig blad: *Corylus maxima* 'Purpurea' is zijn zondagse naam. Verder nog een forse krulhazelaar: alle takken kronkelen dat het een lieve lust is. Als kers op de taart is daar ook de toverhazelaar. Deze bloeit al in januari met franjeachtige gele bloemen op het overigens kale hout. Er zijn veel cultivars van deze soort; tuinbladen pronken in hun winteredities met diverse vormen en kleuren. De toverhazelaar is ook bekend onder de Latijnse naam *Hamamelis*. Extracten ervan schijnen een wondermiddel te zijn voor de huid. Je kunt de hazelaar in diverse parken aantreffen, onder andere in het Zuiderpark. Ze blijven betoverend mooi.

Nu maak ik een sprong naar een ander Muntelgedeelte, en wel het Taxandriaplein. Hier zijn ook diverse mooie soorten te vinden, zoals de robuuste esdoorns: het blad staat in het wapen van Canada. Een andere esdoornsoort, meer lijkend op een Japanse soort, heeft een fraai gespleten blad; zie de foto.

Een minder algemene soort is de hemelboom; goed bestand tegen vervuilde stadslucht. Ik hoop hem later nog eens uitvoeriger te beschrijven. Zijn Latijnse naam wil ik u niet onthouden: *Ailanthus altissima* (hoog opgaand). Een bijzonder kenmerk is het samengestelde blad, dat bestaat uit circa twintig deelblaadjes; dat zijn er meer dan bij de es. Tot zover deze "bomen over bomen"

tekst en foto Bob Cremers.



De toekomst van wijkwebsite De Buurtkiep

Begin 2023 maakten Maria van der Hamsvoord en Jan Jol als buurtkiepers een doorstart van wijkwebsite De Buurtkiep, in principe voor één jaar. Nu zijn we anderhalf jaar verder, dus het was hoog tijd om te evalueren.

De Buurtkiep is niet het levendige interactieve buurtplatform geworden dat de twee voor ogen stond. Jan Jol: "Er gebeurt veel in de buurt waarover wel op Facebook of andere platforms wordt bericht, maar niet op de Buurtkiep. Mogelijk hebben we de behoefte aan zo'n buurtplatform verkeerd ingeschat."

Jan en Maria willen per 31 december stoppen met De Buurtkiep in zijn huidige vorm als digitaal platform voor de buurt.: "We willen eind dit jaar onze opdracht teruggeven aan de buurt, en overleggen of er een alternatief mogelijk is." Daarvoor leggen ze de buurt drie vragen voor:

- (1) Welke informatie en functies voor de buurt dreigen we te verliezen die we zo mogelijk willen behouden als we eind dit jaar stoppen met de Buurtkiep? Wat willen we in 2025 graag vasthouden van de Buurtkiep?
- (2) Via welk medium en in welke vorm zouden deze informatie het best toegankelijk gemaakt kunnen worden voor de buurt? Een eenvoudige website misschien met links naar alle relevante sites zodat relevante buurtnetwerken zichtbaar blijven? Of heeft u een beter idee?
- (3) Wie kunnen bijdragen aan het realiseren daarvan? Welke bijdrage wil u zelf daar eventueel aan leveren?

Op dinsdag 17 september hebben ze deze vragen voorgelegd aan een aantal betrokken of geïnteresseerde buurtbewoners.

Benieuwd naar de uitkomst?
Ga naar www.buurtkiep.nl

Peter van Helden

In de tuin van de Herstelacademie De Stijl wordt gewerkt met symbolen uit de natuur. Voor groene, mentale gezondheid. Hier een voorbeeld - stel, jij bent een boom...



LEVENSBOM

Geworteld: waar kom jij vandaan?

Ge-aard: jouw bron van energie.

Stam en bast: je kracht, je kwaliteit.

Takken en twijgen: wat wil je bereiken!?

Bladeren: reik steeds naar het licht.

Vruchten: ze komen in vertrouwen.

Zaden: je hebt veel te geven!

Humus: wat je verteert, geeft leven.

Ruisen: wind, adem, het verruimt je 'mind'.

Kraken: buig mee met de storm in je leven.

Donderdagavond 10 oktober a.s. houd ik een verhaal, presentatie zoals dat heet, in het Groote Museum van Artis Amsterdam over Groen en Mentale Gezondheid. Met foto's en verhalen uit de Tuin & Herstel - workshop van De Stijl/Herstelacademie.

De toegang is gratis. Het museum opent om 19.00 uur

De lezing begint om 19.30 uur.

Het museum staat naast Artis aan de Plantage Middenlaan.

Hartelijk welkom!

fysio
THERAPIE
P. & H. BEENHAKKERS

SAMEN BEWEGEN

FYSIOFITNESS IN KLEINE GROEP
BEGELEIDING ERVAREN FYSIOTHERAPEUT

MEER INFORMATIE?
WWW.FYSIOTHERAPIEBEENHAKKERS.NL
OF BEL 073 6135318




Van Noremborghstraat 118
5212 NG 's-Hertogenbosch
Tel: 073-6422942

Voor dagelijks verse bloemen.

Ook speciaal voor: Bloemboeketten, Bloemdecoraties,
Bruids- Rouwarrangementen,
Bedrijfsarrangementen.

Bezorging door heel Nederland

Volg ons op Facebook

Bloemenwinkeltje Jet www.bloemenbosch.nl

GIANT DEN BOSCH

E-BIKE EXPERIENCE CENTER

073-6126750
AARTSHERTOGENLAAN 225
5212CG, 'S-HERTOGENBOSCH
WWW.GIANTSTORE-DENBOSCH.NL

KINDERPRAKTIJK
KUBUS

FYSIOTHERAPIE | ERGOTHERAPIE | PSYCHOLOGIE
PRE-LOGOPEDIE | PODOTHERAPIE

ROMPERTSEBAAN 56 • INFO@KINDERPRAKTIJKKUBUS.NL • (073) 6 444 988



Nieuwe stadswijk De Vliert



In juni zijn de plannen voor de nieuwe stadswijk de Vliert bekend gemaakt. Er komen veel nieuwe woningen bij. Wethouder verstedelijking Mike van der Geld heeft haast, want er zijn veel mensen op zoek naar een woning. Hij beantwoordt een paar belangrijke vragen.



Word nu vrienden met wijkmanager Marie-Louise Claessens op Facebook



Voor wie is de nieuwe wijk bedoeld?

'Het allerbelangrijkste zijn natuurlijk de woningzoekenden in Den Bosch. We hebben een gigantisch woningtekort. De Vliert biedt een oplossing voor starters, maar zeker ook voor doorstromers op de huizenmarkt. We bouwen vooral veel woningen in de sociale huur en de middenhuur. Ik vind het heel belangrijk dat juist in deze categorieën veel mensen terecht kunnen in de Vliert.'

Waarin onderscheidt de Vliert zich van andere gebieden in de stad?

'De locatie is fantastisch, echt midden in Den Bosch. Eigenlijk zit je overal dichtbij. Je bent zo in de binnenstad, maar ook in andere wijken. Er gaat veel meer groen bij komen. Die combinatie van stedelijk wonen in een groene omgeving gaat echt uniek worden voor Den Bosch!'

Er komen veel mensen wonen in de Vliert, terwijl in de buurten eromheen vaak al veel verkeer is. Hoe gaat de gemeente daar mee om?

'De Vliert wordt een autoluwe wijk, waarin de fiets veel centraler komt te staan dan de auto. Nu is er veel asfalt. We gaan straks inzetten op nieuwe fietsroutes. Het gebied wordt vooral toegesneden op langzaam verkeer. Ook voor omwonenden is dat van toegevoegde waarde. Maar we ontkomen er niet aan dat we veel nieuwe woningen nodig hebben en dat het daarom drukker zal worden in de stad.'

Hoe gaat het nu verder?

'Het allerbelangrijkste is dat we flinke vaart willen maken en zo snel mogelijk willen starten met de bouw van de woningen.'

Online meedenken

'In de Vliert bouwen we een buurt waarin iedereen welkom is. Daarom willen we graag weten wat jij belangrijk vindt in je woonomgeving. Online stellen we vragen over verschillende onderwerpen. Hoe wil je wonen in de Vliert? Welke voorzieningen wil je in de buurt? En wat ga jij doen in het groen?'

'De Vliert draagt bij aan het oplossen van het woningtekort'



De inloopbijeenkomst

Veel belangstelling voor workshops in het Pierson College

Op 5 en 11 september vonden onder veel belangstelling participatiewerkshops voor de Vliert plaats. In de aula van het Pierson College gingen belangstellenden in gesprek met de plannemakers van de gemeente.

Wat gebeurt er met alle input?

De opgehaalde resultaten van de inloopbijeenkomst, de workshops en enquête worden door de gemeente verwerkt in een nieuwe versie van het ontwikkelkader. Op de afsluitende bijeenkomst in november met wethouder Mike van der Geld wordt de nieuwe versie gepresenteerd.

Meer informatie

Op www.denbosch.nl/de-vliert vind je meer informatie over de plannen van de nieuwe stadswijk. Daar zijn ook de panelen van de inloopbijeenkomst terug te vinden. Daarnaast is het concept-ontwikkelkader hier in te zien.

Glaskunstenaar Bernadette van der Klooster

Dit voorjaar konden we tijdens de atelierroute in onze wijk kennismaken met de glaskunst van Bernadette van der Klooster. De belangstelling was groot. Haar tot tentoonstellingsruimte ingerichte achterkamer op de hoek van Frederik Hendriklaan en Monseigneur Diepenstraat pulde regelmatig uit van de bezoekers die haar glasbranddemonstraties met spanning volgden. Wie is Bernadette? En hoe kwam ze tot deze toch niet alledaagse kunstvorm?

Uit de hand gelopen hobby

"Ik stam uit een creatieve familie en maakte als kind al kennis met veel verschillende technieken. Tijdens een workshop sierraden maken met tantes en nichtjes zag ik dat je ook een workshop kralen maken kon volgen. Dat intrigeerde me. Dus dat ging ik doen! Met een brander glas vloeibaar maken en tot kralen vormen. Ik vond het fantastisch! Daarop kocht mijn lief voor mij een brander en een busje en ben ik thuis kralen gaan maken. Zo is het begonnen, zo'n twintig jaar geleden. Daarna ben ik op zoek gegaan naar mogelijkheden om me verder te ontwikkelen. Ik kwam uit bij Stipglas in Tilburg, een groot glaskunstatelier, waar je workshops in allerlei glastechnieken kunt volgen. Kunstenaars uit de hele wereld komen daar lesgeven. Van een dame uit Singapore heb ik toen glasblazen geleerd. Dat had ik nog nooit gedaan, maar het was geweldig. Heet, zwaar, de adrenaline giert door je lijf! Daar ben ik mee verder gegaan."

Glas begrijpen

"Om met glas te kunnen werken moet je begrijpen hoe vloeibaar glas zich beweegt. Die kennis bouw je gaandeweg op: hoe de hitte zich verdeelt en hoe je dat beheerst. Warm genoeg om te bewerken, maar niet zo heet dat het vorm verliest. Als glas te snel afkoelt gaat het kapot. Je hebt maar kort de tijd om ermee te werken.

Over glas is zo veel te leren, een mensenleven is daarvoor gewoon te kort. En ik begon rijkelijk laat. Zoveel verschillende technieken zijn er, zoals 'fusen', 'casten', 'glas-in-lood'. Maar ik vind het fascinerend om vloeibaar glas in mijn handen te hebben. Als je aan een brander werkt ben je zo gefocust. Het is heet, vloeibaar, je moet er bij zijn en je vergeet verder alles. Een geweldige manier om je hoofd leeg te maken."

Fascinerende tulp

Een opvallend thema in het werk van Bernadette is de tulp. Van tulpen maakt ze composities in een vaas, op een wand of als lamp. "De tulp fascineert me al tien jaar. Een oer-Hollandse bloem, elegant en vrouwelijk, sterk en kleurrijk. Om de tulp te maken combineer ik twee verschillende glastechnieken: werken aan de brander en glasblazen met een kleine pijp. Een unieke combinatie die ik zelf ontwikkeld heb. En, grappig om te merken, na al die jaren breng ik nog steeds verbeteringen aan in het proces. Dit voorjaar heb ik voor een expositie in kasteel Cannenburch (Vaassen) een speciale tulp ontwikkeld, genoemd naar de laatste barones die daar gewoond heeft: La Tulpa Baronessa Charlotte Marie."



La Tulpa Baronessa Charlotte Marie.

Foto: Heske Knoppers

De overige foto's komen uit Bernadettes eigen archief.



De tulp is voor Bernadette ook een bloem die emoties oproept. "De tulp symboliseert verbondenheid. Verbondenheid met Nederland, met vrienden, met bijzondere gebeurtenissen in het leven. Ik merk dat andere mensen zich ook aangetrokken voelen tot de tulp. Ze zijn soms echt ontroerd door mijn werk. Het is zo mooi om te zien dat je werk anderen raakt. Als ze er dan ook nog geld voor over hebben om het aan te schaffen is dat voor mij een groot compliment."



Lang gekoesterde wens

"Glas bewerken begon voor mij als hobby, maar gaandeweg werd het veel meer dan een hobby. Mijn werk wordt verkocht in een aantal galerieën. Maar naast mijn werk als docent op het Koning Willem 1 college, kon ik maar een beperkte voorraad maken. Dit voorjaar heb ik de knoop doorgehakt, mijn baan opgezegd en mezelf met spaargeld een jaar de tijd gegeven om te onderzoeken of ik van mijn glaskunst kan gaan leven. Nu doe ik ook actief mee aan atelierroutes en kunstmarkten.

Deze winter ga ik naar Aruba als 'artist in residence' bij een glasblaasstudio. Een langgekoesterde wens. De meester glasblazer daar stamt uit een glasblaasfamilie die oorspronkelijk uit Murano komt. Van hem kan ik zoveel leren, die kans krijg ik nu. Ja, het is schipperen tussen mijn naamsbekendheid vergroten en mijn vaardigheden verder ontwikkelen. Het wordt spannend. Gaat het lukken om met glaskunst een bestaansbasis op te bouwen? Maar ik heb nog geen moment spijt gehad van mijn beslissing. Ook als het niet lukt, heb ik het toch geprobeerd."

Klanten met een verhaal

"Mijn werk wordt best veel verkocht, ook aan mensen die op kunstmarkten een kaartje mee nemen. Dat verbaast me wel, want mijn werk is niet heel goedkoop. Mensen nemen dan contact op, we bespreken wat zij willen. En dan is het de kunst om hun beeld te vertalen naar wat ik kan maken. Dat vraagt interactie tussen ons beiden. Vaak is er een bijzondere reden waarom mensen een werk willen aanschaffen. Die verhalen maken het voor mij extra waardevol."

Ineke Sagasser



Authentiek werk

Jan Hein Stiphout is eigenaar van glasatelier Stipglas in Tilburg, waar Bernadette cursussen volgde. "Wat me opviel was dat Bernadette er echt veel tijd in stak. Uren was ze aan het oefenen. En trots als ze dan een goed product had gemaakt. Maar daar liet ze het niet bij. 'Nu maak ik tien goeie achter elkaar'. Ja, als je echt verder wilt komen, heb je die mentaliteit nodig. Bij Bernadette zie je de bereidheid om veel te oefenen voordat ze tevreden is. Daarbij komt, ze volgt geen trend, kopieert geen werk van anderen, maar doet haar eigen ding. Die tulp maken is haar eigen idee. Dat is niet zo makkelijk. Je hebt geen voorbeeld en moet alles zelf uitvlooien, vanaf het begin. Maar dan krijg je ook originele stukken. Authenticiteit, uitgevoerd op een goed niveau, dat zie ik in het werk van Bernadette."

Meer weten?

Onder de naam LaDetta brengt Bernadette haar glaskunst op de markt. Op haar website (www.LaDetta.com) staat op welke kunstmarkten en galerieën je haar werk kunt zien. Ze is vast van plan om de volgende keer weer mee te doen aan de atelierroute in onze wijk.

Leren om niet te vallen

Veel ouderen hebben een groter risico om te vallen. Benieuwd of dat ook voor u geldt? In De Slinger en Nieuwehagen houdt Beenhakkers Fysiotherapie een valtest.

Bij fysiotherapiepraktijk Beenhakkers in de Muntel ligt deze maandagochtend een lange zwarte mat uitgerold. Betsie (81) loopt er als een heuse mannequin overheen. Een enkelband met zender verradt dat het hier om een speciale test gaat. De zender stuurt alle loopbewegingen van Betsie naar de computer. Hoe snel ze loopt, de lengte van haar passen, werken rechter- en linkervoet even goed en hoe krachtig ze haar voeten neerzet. De computer vertelt dan binnen een mum of Betsie gevoelig is om te vallen. Zo ja, dan is het wellicht zinvol om een valtraining te volgen.

Valpreventie, dus voorkomen dat je valt, is een belangrijk thema in de zorg voor ouderen. Gemeenten zijn verplicht hier werk van te maken en de gemeente Den Bosch heeft dit fier aangepakt. Daarom zijn er binnenkort zogeheten valtesten, niet om te vallen maar om dus net als Betsie over een mat te lopen om te meten of je een risico hebt om te vallen. Dat kan gratis bij De Slinger en Nieuwehagen (zie kader voor data en tijden).

Fysiotherapeut Luuk begeleidt het lopen over de valmat. Want de computer registreert heel veel, het oog van de deskundige is ook belangrijk, vandaar dat Luuk kijkt hoe iemand loopt. Soms heeft iemand bijvoorbeeld een aandoening, en dan is het ook zinvol om dat mee te nemen in de beoordeling.

Een val kan je hele leven op z'n kop zetten. Vooral bij ouderen kunnen de lichamelijke gevolgen fors zijn en soms is het niet meer mogelijk zelfstandig te blijven wonen. En zelfstandig en mobiel blijven is van levensbelang. Want als je bang bent om te vallen, ga je er minder op uit, ontmoet je minder mensen en kun je in een isolement raken.



Betsie loopt over de mat

Gelukkig is er dus wat aan te doen, je kunt het risico op vallen kleiner maken. Bijvoorbeeld door goed te (blijven) bewegen, bijvoorbeeld wandelen. Maar is het risico wat groter, dan zijn speciale oefeningen een uitkomst. Die leer je tijdens de valtraining bij de fysiotherapeut. Deze training met onder meer (balans)oefeningen en voorlichting start binnenkort in De Slinger, duurt twaalf weken en is gratis.

Als Betsie de loopmat afstapt, is haar score goed, zij heeft minimaal risico om te vallen. Lies die de looptest ook deed, heeft een hele goede score: 'Maar één procent om te vallen', meldt ze trots. Beide vrouwen weten ook hoe dat komt: "We bewegen elke dag en trainen wekelijks hier bij de fysio, dat helpt dus echt".

tekst en foto's Petra Dircks



De zender om de enkel die registreert hoe je loopt

Gratis valtesten, aanmelden is niet nodig.

Maandag 30 september Zorgcentrum Nieuwehagen
(3e etage, ruimte Het Palet)

14.00 – 16.00 uur

Woensdag 2 oktober Wijkgebouw De Slinger

10.00 – 13.00 uur

Kookhulp en hulpkok

Ouder worden is niet iets voor watjes. Het zijn niet alleen de jaren die tellen, ook je gezondheid wordt kwetsbaarder. En zo kan het zomaar zijn dat een griepje uitmondt in hartfalen en een longembolie. En je partner heeft een hartritmestoornis. Jut en Jul, grappen we tegen elkaar. Maar ondertussen moet het dagelijkse huiswerk wel gebeuren en dat gaat niet meer zo makkelijk als vroeger. We realiseren ons dat we hulp nodig hebben.

Iemand vertelt me over de stichting Thuisgekookt. Ik kijk op de website Thuisgekookt.nl, die allerlei informatie geeft. Het is een landelijke organisatie die hulpvragers koppelt aan vrijwilligers in de eigen wijk die tegen een klein bedrag (tussen de 3 en 6 euro) een maaltijd verzorgen en komen brengen. Het concept spreekt me meteen aan. Leuk, vrijwilligers en niet commercieel.

En zo kom ik in contact met Sieta, die inderdaad bij mij in de buurt woont. Het klikt meteen tussen ons. Ze vertelt dat ze via LinkedIn de website van Thuisgekookt zag en meteen dacht: dat is iets voor mij! 'Ik ben moeder van drie jonge kinderen, ik kook altijd te veel en ik vind het zonde om restjes weg te gooien. Wat zou het fijn zijn als ik daar een ander blij mee kan maken. Ik wilde toch al graag iets voor de buurt doen en dit kost me weinig moeite.' We wisselen uit over onze kook- en eetgewoonten en die blijken wonderwel met elkaar te kloppen.

We besluiten tot een proefmaaltijd en die bevalt prima. Dus sinds die tijd eten we twee keer per week 'met de pot mee'. Het houdt in dat Sieta dan tegen etenstijd de maaltijd komt brengen. Altijd fijn, niet alleen vanwege het eten maar ook haar aanstekelijke enthousiasme en vrolijkheid. En door deze – en andere hulp – lukt het ons, het huishouden op de rails te houden.

Sieta zelf ziet het ook als een verrijking: "Ik hoef geen eten meer weg te gooien, ik kook bewuster en met meer variatie en mijn kinderen vinden het een leuk idee dat wij hetzelfde eten als zij. En zo zien ze ook dat het belangrijk is om iets te doen voor andere mensen". Een win-win-situatie dus.

Dus als je kookhulp nodig hebt of als je hulpkok wilt worden, kijk dan eens op www.thuisgekookt.nl.

Je vindt er trouwens ook leuke recepten.

Marian van den Beuken



Foto: Ole Staalman

80 JAAR VRIJHEID

's-Hertogenbosch

Dit jaar viert Den Bosch 80 jaar bevrijding. Zoals elke vijf jaar, is er ook dit keer een speciaal programma waarin vooral verhalen centraal staan. De verhalen van de Tweede Wereldoorlog zijn de verhalen van toen en van de strijd voor vrijheid nu, stelt de gemeente. Er is een uitgebreid programma opgezet voor de bevrijdingsweek van zaterdag 19 tot en met maandag 28 oktober. Ook in onze wijk Muntel/Vliert/Orthenpoort zijn er plekken en momenten om 80 jaar vrijheid te gedenken.

Welsh Division Memorial

Even ten oosten van De Vliert staat het Welsh Division Memorial, een van de belangrijkste bevrijdings-gedenktekens van onze stad. Het herinnert aan de 146 Britse militairen van de 53rd Welsh Division die omkwamen tijdens de bevrijding van de stad in oktober 1944. Op deze plek aan de Aartshertogenlaan kwamen de militairen in Den Bosch aan nadat ze Rosmalen bevrijd hadden. Dit leidde een paar dagen later tot de bevrijding van Den Bosch op 27 oktober 1944. Bij dit monument is zaterdag 26 oktober een herdenking. Deze is van 15.00 tot 16.15 uur.



Kapelaan Koopmans

Net voordat Den Bosch bevrijd werd overleed kapelaan Harry Koopmans. Het verhaal is genoegzaam bekend. De kapelaan vluchtte uit de toenmalige pastorie aan het Duhamelplein omdat hij niet door de Duitsers verhoord wilde worden. Hij werd in zijn vlucht meteen op straat door de Duitsers in de rug geschoten en overleed vrijwel direct. Hij was pas 38 jaar. Het plein kreeg later zijn naam, Kapelaan Koopmansplein en er kwam in 1956 een beeld ter herinnering. Bij dat beeld was 9 augustus een herdenking waarbij onder meer een bloemstuk werd gelegd door de gemeente. Die dag was het namelijk precies 80 jaar geleden dat kapelaan Koopmans daar werd gefusilleerd. Onder anderen Jan de Wit van kabinetszaken van de gemeente sprak kort over kapelaan Koopmans. Hij was zeer geliefd in de wijk Muntel waar hij sinds 1938 voor veel mensen een vertrouweling was.



Foto Marc Verbeek



Joodse namen

De binnenplaats van de Citadel lag zondag 1 september bezaaid met honderden gekleurde bordjes. Daarop namen van holocaustslachtoffers van de oorlog, Joden, Sinti en Roma. Met het neerleggen van deze bordjes, keerden de slachtoffers symbolisch terug naar huis. De stichting Namen en Nummers zet zich al jaren in om de slachtoffers een naam en verhaal te geven. Iedereen kan een naam 'adopter' en het verhaal opschrijven van de overleden persoon. Dit verhaal komt dan op de website van Namen en Nummers zodat het niet verloren gaat. Ook kan iedereen de naam van een slachtoffer op een bordje schilderen en deze bordjes uit heel Brabant werden dus onlangs bijeengebracht bij de Citadel. Het leverde een indrukwekkend en confronterend beeld op van hoeveel mensen er zijn omgekomen. Maar vooral, welke verhalen erachter zitten. Op een van de bordjes uit Den Bosch staat de naam van Martha Neuhaus-Davids die aan de Ophoviuslaan woonde. Dat verhaal gaat verteld worden, zie ook het stukje over Bossche Joodse Huizen. De naambordjes gaan naar het Hornemannhuis, het holocaustmuseum in Eindhoven dat onlangs openging.

Bossche Joodse huizen

Tijdens de bevrijdingsweek wordt ook het project Bossche Struikelstenen officieel afgesloten. De laatste van de 249 stenen worden dan in de stad gelegd en daarmee zijn alle Joodse stadsgenoten die in een concentratiekamp werden vermoord, herdacht. 'Zolang we hun namen kennen, vergeten we hen niet', is de achterliggende gedachte bij deze struikelstenen. De vierkante messing stenen liggen in het trottoir voor huizen waar deze mensen woonden. In de wijken Muntel, Vliert en Orthenpoort liggen op zeventien plekken stenen die herinneren aan in totaal veertig slachtoffers. Indrukwekkend om daar tijdens een wandeling door de wijk eens bij stil te staan. De plekken zijn te vinden op de site: <https://map.stolpersteine.app/nl/den-bosch/locaties>.

Een van deze locaties is Ophoviuslaan 126 in de Vliert. Daar liggen twee stenen die herinneren aan Martha Neuhaus-Davids en Arthur Neuhaus. Deze stenen werden in 2018 gelegd ter herinnering aan het jonge echtpaar dat in concentratiekamp Sobibor op 5 maart 1943 werd vergast. Hun dochttertje Marianne, later Marian, overleefde de oorlog. Zij kwam in 2018 speciaal over uit Amerika om bij de onthulling aanwezig te zijn. Het persoonlijke verhaal van het echtpaar Neuhaus wordt verteld op zondag 20 oktober in hun voormalige woning aan de Ophoviuslaan 126. Tussen 11.00 en 13.00 uur staat de deur open.

Petra Dircks



Groen in de wijk

door Marjan Klinkhamer, foto's Ole Staalman



vlnr: Christien, Tineke en Jeanne

Meehelpen bij Bietje-bij-Bietje?

Mensen die zaaien, mogen ook oogsten!

Bietje-bij-Bietje, het groene initiatief tussen de Monseigneur Diepenstraat en De Vliert, bestaat bijna tien jaar. Waar het eerst nog een wat kale bedoeling was, is de buurttuin nu een groene oase van bloemen, groenten en fruit. Met aanhoudende energie zijn de tuinders van Bietje-bij-Bietje bezig gebleven met het verbeteren en verfraaien van hun terrein. De tuin ligt inmiddels in de luwte van begroeide heuvels rondom, waardoor je weinig tot niets merkt van het verkeer en heerlijk relaxed met je handen in de aarde bezig kunt zijn. Gezelligheid en gein komen beslist niet op de laatste plaats!

Nieuwe vrijwilligers zijn altijd welkom. Dinsdagmiddag en woensdagavond zijn vaste werkafspraken, maar ieder kan de handen uitsteken wanneer het uitkomt. De tuin is vrij toegankelijk en iedereen kan er een kijkje nemen. Voor informatie: bietjebijbietje@kpnmail.nl of bellen met Rinus van Kessel: 06 1715 0672

Kapelaan Koopmansplein: een verrassend tuintje

Jet van het bloemenwinkeltje in de van Noremborghstraat ergerde zich aan de kale bedoeling in het plantsoentje naast haar winkel. Het leek wel een hondentoilet. Kordaat als ze is, heeft ze het geadopteerd. "Ik heb zelf wat planten gekocht en ook omwonenden hebben stekjes aangedragen," vertelt Jet enthousiast. Er staan twee stoelen in, die ze vond bij de afvalcontainers. "Daar plant ik nog Hedera en Passiebloem, dan zie je er straks niets meer van." Iedere dag harkt ze tien minuten, zodat er geen onkruid gaat groeien. Als ze binnenkort drie weken de winkel moet sluiten vanwege een operatie, hoopt ze wel dat iemand dat klusje even overneemt.



'Oorlog in een museum'

Woensdag 11 september jl.
- op de dag dat in 1629 de eerste bres werd geslagen in de stadsmuren van 's-Hertogenbosch en de stad zich moest overgeven, en bijna precies 400 jaar nadat het gebouw klaar was als 'Ammonitiehuis voor buspoeder' (1621) - werd het Kruithuis opnieuw geopend, deze keer als Museum Kruithuis.



Wethouder Marianne v.d. Sloot kreeg de sleutel aangereikt door enkele lakeien, voorafgegaan door marsmuziek van de soldatenkapel. Nadat de deur was geopend volgde een heus schot uit een oeroud kanon - wordt het hier menens?

In de binnenhof stond het koor Vught Vocaal Middeleeuwse liederen te zingen en zo kwamen we goed in historische sferen.

Veel dankwoorden werden uitgesproken toen we in de bovenzaal waren, door de voorzitters van Kring Vrienden en Stichting Museum Kruithuis. Daarna volgden drie sprekers met interessante verhalen. De eerste, Hildo van Engen, ging over de geschiedenis van dit gebouw en was een beetje stoffig, maar dat klopt dan ook. Het ontwerp voor dit gebouw is ooit gemaakt door een dokter, die ook meetkundige was! De ons bekende Jan van der Weeghen. Fraai en uniek in zijn soort. Het stond er niet zomaar; er was veel verzet uit de bevolking; die wilden geen extra belasting betalen voor dit gebouw. Uiteindelijk kostte het ook 23.000 gulden, een derde deel van de hele begroting van de stad! Een steen in de gevel zegt: 'Slaapt hier om gewekt te worden'.



Oorlog is nog niet vergeten. De slachtoffers, de omgekomen soldaten, worden herdacht, ook met de bedoeling ervan te leren. Veel oorlogen waren een opeenvolging van vernedering-wraak-vernedering-wraak, zoals we ook nu nog zien. Bouwen aan Vrede lukte na 1945 met als motivatie: dat nooit meer! De oorlog zou dus eigenlijk permanent in een museum moeten, en daar blijven!

Tenslotte een verhaal over water als dreiging en bescherming en levensnoodzaak. De Waterlinie als bescherming; de overstromingen van bijv. 1995 o.a. door klimaatverandering als bedreiging; en de noodzaak om voldoende en schoon drinkwater te voorzien. Hogere dijken overal, waterbuffers waar mogelijk, maar er moet nog drie keer zoveel water worden 'geborgend'. Een grote klus. En bouwplannen: die worden gerealiseerd in risicogebieden: Noord- en Zuid-Holland, terwijl Brabant en Limburg last hebben van een steeds lager grondwaterpeil. Het museum wil een plek zijn voor bezinning, kennisvermeerdering en educatie op het gebied van oorlog en water. De eerste 3000 bezoekers zijn geweest. Wie volgt?



Ook vandaag worden plekken gezocht om munitie op te slaan, want het is oorlog, zo vertelde de tweede spreker, Mart de Kruif, oud-generaal Landmacht. Zijn verhaal had een waarschuwend toon: het vredesproject van de Europese Unie loopt ten einde: dreiging van de oorlog tussen Rusland en Oekraïne; grenscontroles terug van weggeweest; opleving wapenindustrie en defensie-uitgaven.

Tekst en foto's Peter van Helden

SAVE THE DATE

Rob Koolen heeft een uitnodiging:

"Zaterdag 12 oktober gaan we los. Vanaf 20.30 uur is the floor yours. You've got the chance to dance. Dance what you want, dance how you want!

We nodigen je uit om met de hele buurt de boel op stelten te zetten in de Slinger met vette muziek. Dat zijn de nummers die jij wil horen. DJ Maurico zoekt voor jou de beste versie uit. Swingen doen we allemaal op jouw Salsa verzoekje, een dwepende Grunge, lekkere Soul, Hard Rock, Blues of een Quick Step op Glenn Miller. Het ken allemaal tijdens deze mixed Music & Dance Event in de opgepimpte grote zaal. Tussendoor lekker ouwehoeren in het cafégedeelte of een peukje smoren achter in de tuin. Leuk om elkaar te treffen in een andere setting of misschien voor het eerst te ontmoeten. Buur(t)mannen, buur(t)vrouwen, let's dance zaterdag 12 oktober aan de Jan Schöffelaar in De Slinger."

Gekkenhuis in de Slinger, jonguh...

Zaterdag 12 oktober, vanaf 20.30 uur

**Hakken, slown, swingen
en dat soort dingen**

Prince, John de Bever, Nirvana,
Billy Eilisch, Flemming, De Staat ...

Van welke muziek ga jij uit je plaat?

DE SLINGER
Wijkgebouw

Vriendencafé

Iedere donderdagmiddag kunnen mensen die zich eenzaam voelen terecht in het Vriendencafé in De Slinger. Een gesprek met Yvonne Keve, gastvrouw van het café, en bezoeker Corrie Walters



Foto: Ole Staalman

"Het Vriendencafé is vijf jaar geleden opgestart door Humanitas", vertelt Yvonne Keve. "Ik werkte daar toen als vrijwilliger en mij is toen gevraagd of ik gastvrouw van het café wilde worden. Daar had ik wel oren naar. Met een kleine groep vrijwilligers vangen we de gasten op."

"In eerste instantie richtte het café zich op mensen onder de vijftig", vervolgt Yvonne. "Daar bleek echter onvoldoende animo voor te zijn. Toen besloten we om Farent er bij te betrekken. Die adviseerde om ons ook op ouderen te richten. Onder die doelgroep bleek veel belangstelling voor het café te bestaan. Overigens zijn mensen van onder de vijftig nog steeds van harte welkom."

In het begin zat het Vriendencafé in het pand van Bij Katrien in de Schilderstraat", zegt Yvonne. "Bij Katrien moest dat pand op een gegeven moment echter verlaten en toen zijn we uitgeweken naar De Slinger. Daar zitten we nu drie jaar."

Yvonne is zeer te spreken over De Slinger. "De mensen zijn hier erg gastvrij", aldus Yvonne. "Bovendien is het erg fijn dat we in de vakantieperiode gewoon mogen doorgaan."

Corrie Walters bezoekt het Vriendencafé al de nodige jaren. "Ik ben hier via de Zuiderschans terechtgekomen" vertelt ze. "Ik bezocht daar een soortgelijk initiatief. Daar attendeerde men mij op het Vriendencafé."

Het Vriendencafé bevalt Corrie goed. "Het is hier net een grote familie" zegt ze "We hebben veel dezelfde dingen meegemaakt met kinderen en echtgenoten. Het is fijn om die dingen met elkaar te delen, onder het genot van koffie, thee of een sapje met zoutjes." "Naast het praten is er ook ruimte voor spelletjes", vervolgt Corrie. "Meestal sjoelen, maar soms ook bordspelen. Je voelt je hier echt welkom. Zelfs in de vakantieperiode gaat het café gewoon door."

Corrie staat niet bepaald alleen in haar enthousiasme. "Ieder jaar vraagt de gemeente ons om een enquête te houden", vertelt gastvrouw Yvonne Keve. "De laatste keer beoordeelden de bezoekers ons met een 9."

Het Vriendencafé is elke donderdag tussen 14.00 en 16.00 uur in De Slinger te bezoeken. Iedereen uit de gemeente Den Bosch is van harte welkom. Bezoekers kunnen zo binnenlopen. Wel wordt een bijdrage van €1,- voor de consumpties verwacht.

Het Vriendencafé is op zoek naar nieuwe vrijwilligers die kunnen meehelpen om het café iedere week te organiseren. Als u interesse heeft voor dit leuke vrijwilligerswerk, kunt u contact opnemen. Belangstellenden kunnen voor meer informatie mailen of bellen met Simone Cremers van Farent, die het Vriendencafé coördineert. Zij is te bereiken via het mailadres simonecremers@farent.nl en het telefoonnummer 06 – 51 86 66 04.

Of men kan bellen met Yvonne Keve via het telefoonnummer 06- 269 62 445.



Thai afhaal en bezorgen
Taxandriaplein 23
073 - 6146282

Openingstijden:
woensdag tm zondag
16.00 - 20.30 uur



Bel voor een
afspraak
073 613 67 13

Een onafhankelijk, duidelijk en deskundig advies
voor uw gezondheidsproblemen. Bel of bezoek
onze website voor een afspraak:

www.artshealthcare.nl

Sigarenmakerstraat 5 | 's-Hertogenbosch | cor@artshealthcare.nl

**36 JAAR INZET VOOR GROENLINKS,
ANTOON BEDANKT!**



**GROEN
LINKS**
DEN BOSCH

SJEF JANSEN DAMES & HEREN KAPSALON

CITADELLAAN 123
5212VC 'S-HERTOGENBOSCH
THE NETHERLANDS
073 613 64 85



WWW.KAPSALON-SJEF-JANSEN.NL

feestartikelen en verhuurbedrijf



De twee leukste winkels van Den Bosch onder een dak.

Aartshertogenlaan 1
5212CB Den Bosch
telefoon: 073 6130641

www.las-feestartikelen.nl info@las-feestartikelen.nl

Mary's cadeaushop
telefoon: 06 44032030



**5212, gewoon
een fijne postcode!**

Verhuisplannen?

Bel of e-mail voor een afspraak.

viermakelaars

073 - 621 56 56 | info@viermakelaars.nl

TRAINING INTERNETMARKING

SEO | Social Media | Online advertenties (Ads)



- Meer bezoekers naar je website
- Zelf beheren van campagnes
- Geen duur bureau
- Volledig transparant
- Afgestemd op jouw tijd



NEEDMACHINE

0622921764 | INFO@NEEDMACHINE.NL

**Kom dichterbij
de Soete Moeder**

Kloosterhotel
de Soete Moeder
Nemiusstraat 4
's-Hertogenbosch
073 204 8840
sales@desoetemoeder.nl

KLOOSTERHOTEL

VERGADERLOCATIE
training • presentatie

TROUWLOCATIE

TUINCAFE
jubileum • borrel

Goed om te weten...

Kunst kijken - 'Samen is leuker'

De Galant doe-kalender 'Samen is Leuker' die dit voorjaar is gelanceerd, blijkt in een grote behoefte te voorzien. De doe-kalender biedt individuen en bewoners van zorg- en welzijnsinstellingen de kans om onder het motto 'Samen is Leuker' laagdrempelige activiteiten te bezoeken die niet alleen het welzijn bevorderen, maar ook een brug slaan tussen mensen. De doe-kalender biedt een breed scala aan gratis en voor iedereen toegankelijke activiteiten in de Gemeente 's-Hertogenbosch. Een mooi voorbeeld: een rondleiding bij de Würth Kunsteducatie Expositie Horst Antes - op bedrijventerrein De Brand, Het Sterrenbeeld 35, op dinsdag 5 november.

Programma:

13.30 uur inloop

13.30 – 14.00 uur koffie/ thee/koekje bedrijfskantine

14.00 – 14.45 uur rondleiding Horst Antes – kunstwerken uit de Verzameling Würth

Aanmelden kan nog (vol is vol) via Kunstlocatie@wurth.nl vóór 20 oktober, onder vermelding van naam en emailadres

Eb en Overvloed: dineren bij De Loods

Stichting Loods, Ridderspoorstraat 2, biedt door middel van activiteiten als een kringloopwinkel en fietsreparaties een veilige plek waar mensen elkaar kunnen ontmoeten en hun bijdrage kunnen leveren.

Eb & Overvloed organiseert op 2 en 3 november samen met Stichting Loods een theateraal diner, waarin de plek en de gebruikers centraal staan. In een omgeving waarin gebruikte spullen hun plek hebben, duik je tijdens een 5-gangendiner, inclusief wijn en water, op theatrale wijze in de wereld van hergebruik en het thema de kringloop van het leven. Door een ticket te kopen voor dit theateraal diner steun je ook De Loods omdat een gedeelte van je ticket gedoneerd wordt aan De Loods. Meer informatie op www.Ebenover.nl

De Nachtburgemeesters vragen

"We zijn benieuwd naar jouw mening over het Bossche nachtleven. We willen je daarom vragen om een vragenlijst hierover in te vullen. Met het Bossche nachtleven bedoelen we, alles wat er 's nachts plaatsvindt in de binnenstad en de tramkade. Breed genomen gaat het om het aanbod uitgaan, vermaak, kunst en cultuur tussen 22:00 en 6:00 uur. Denk aan locaties als (feest)cafés, kroegen, bars, terrassen, nachtclubs, muziekpodia, festivals en evenementen in de nacht. De resultaten worden meegenomen in een onderzoek naar de status van het nachtleven en een eventuele nachtvisie in 's-Hertogenbosch. Kijk op s-hertogenbosch.survalyzer.eu/ nachtburgemeesters voor de vragenlijst en de vrijkaarten die we onder de deelnemers verloten! Liefs, de Nachtburgemeesters"

Colofon

De Wijkkrant wordt 5x per jaar gemaakt door vrijwilligers, en gratis verspreid in Muntel, Vliert en Orthenpoort.

Deze keer met medewerking van Wim van den Berg, Bob Cremers, Petra Dircks, Peter van Helden, Ronald van Hest, Anja van Kleef, Marjan Klinkhamer, Jan Romeijn, Ineke Sagasser, Olaf Smit, Ole Staalman en Renske Staalman.

Vormgeving: Anja van Kleef

Eindredactie: Anja van Kleef, Jan Romeijn

Drukwerk: BladNL, oplage 3800

Verspreiding: Vrijwilligers uit de wijk.

Redactieadres: Van Noremborghstraat 34, 06-10506609
E-mail: wijkkrantmail@gmail.com Mail ons voor advertenties en reacties of met informatie voor de volgende Wijkkrant.

Meedoen met de Wijkkrant? Meld je aan voor de nieuwsbrief op wijkkrantmail@gmail.com. Die nodigt je vijf keer per jaar uit om mee te denken over de nieuwe krant.

De volgende Wijkkrant verschijnt rond 26 november 2024
Informatie kun je inleveren t/m 28 oktober 2024.



Humanitas zit om jou te springen!!

Vrijwilliger worden bij een inspirerende organisatie die de zaken goed geregeld heeft

Jouw ervaring is goud waard!
Wij zijn op zoek naar jou als vrijwilliger voor onze activiteiten binnen de thema's:
Opvoeden, Opgroeien, Eenzaamheid, Thuisadministratie en Detentie.

Heb je vragen of wil je vrijwilliger worden?
073-6146003 / shertogenbosch@humanitas.nl
www.humanitas/afdeling/s-hertogenbosch



SCAN MIJ

Reis rond de wijk voor 80 paddenstoelen

Na de juniorpagina van vorig jaar ben ik nog even doorgegaan met paddenstoelen tellen want er kwamen steeds weer nieuwe bij. Na een jaar zoeken, eind Juli, ben ik gestopt. Ik had toen 80 soorten gevonden. Er staan in onze wijken dus als je goed kijkt best veel verschillende paddenstoelen. Onder aan de pagina staan de namen van deze 80 paddenstoelen (l t/m 80). Van 30 paddenstoelen staat hieronder ook een foto (l t/m 30). Weet jij welke naam bij welke foto hoort? Om het een beetje eenvoudiger te maken staat bij elke foto twee letters. Dit zijn de beginletter van de naam, en de beginletter van het tweede deel van de naam. De goede antwoorden staan aan de rechterkant van deze pagina. Veel succes met het zoeken van de paddenstoelnamen, hopelijk doe je er geen jaar over net als ik.



Dit zijn de 80 paddenstoelen:

1:Isabelkleurig breeksteeltje-2:Bleke franjehoed-3:Grasleemhoed-4:Weidekringzwam-5:Vliegenschwam-6:Dikrandtonderzwam-7:Zwavelzwam-8:Berkenboleet
9:Parelamaniet-10:Rode boleet-11:Reuzenbovist-12:Groene knolamaniet-13:Reuzenchampignon-14:Gewone krulzoom-15:Geschubde inktzwam-16: Satijnzwam
17:Paarse schijnridderzwam-18:Elfenbankje-19:Schubbige boschampignon-20:Gele aardappelbovist-21:Gele korstzwam-22:Echt judasoor-23:Spekzwaardzwam
24:Geel hoorntje-25:Grote parasolzwam-26:Echte honingzwam-27:Sombere honingzwam-28:Dooiergele mestzwam-29:Roodsteel fluweelboleet-30: Zadelzwam
31:Grote bloedsteelmycena-32:Karbolchampignon-33:Echte tonderzwam-34:Helmmysca-35:Kogelhoutskoolzwam-36:Waaier-37:Gewone anjischampignon
38:Gewone hertenzwam-39:Oranjerode stropharia-40:Gewone glimmerinktzwam-41:Platte tonderzwam-42:Kleine viltinktzwam-43:Klonterige trilzwam
44:Gewone knolparasolzwam-45:Grijze buisjeszwam-46:Wijdporie kurkzwam-47:Viltig judasoor-48:Fopelfenbankje-49:Fluweelpootje-50:Paarse dennenzwam
51:Roestvlekkenzwam-52:Scherpe schelpzwam-53:Paarse korstzwam-54:Doolhofzwam-55:Kleine aardappelbovist-56:berijpte russala-57:Straatchampignon
58:Gewone fopzwam-59:Witte satijnvezelkop-60:Nevelzwam-61:Vaalhoed-62:Grote stinkzwam-63:Botercolibia-64:Afgeplatte stuifzwam-65:Gewoon donsvoetje
66:Grote kale inktzwam-67:Gewone oesterzwam-68:Voorjaarspronkridder-69:Ruig elfenbankje-70:Oranje druppelzwam-72:Gazonvlekplaat-73:Loodgrijze bovist
74:Kamussala-75:Plooirokkje-76:Geelwitte russala-77:Gewoon zwavelkopje-78:Witte bultzwam-79:Boomgaardvuurzwam-80:Schubbige bundelchampignon

Wat veel paddenstoelen!

Ik ken ze niet eens.

Of we in een bos wonen.

Doen we toch ook?

Hoezo?

We wonen toch in Den Bosch

