deBrug

DE KRANT VOOR AMSTERDAM OOST EN OMSTREKEN

5

De Jas
Liza van der Most is topvoetballer bij Ajax. Met Oranje speelde ze het EK, ***‘bizar’.***

Tram 9 verdwijnt (de Noord/Zuidlijn komt). ***“Je maakt zoveel gekke dingen mee.”***

9

18

Veel te doen, een zomeragenda van Oost. ***Rock-‘n-rollen, varen, braderieën, films en festivals.***

BovenIJ Ziekenhuis krant
Bijlage in het hart.

18 JULI 2018 | OPLAGE 70.000 EXEMPLAREN | JAARGANG 11 | INFO@DEBRUGKRANT.NL | NUMMER 102 | WWW.DEBRUGKRANT.NL

BEZOEKERS FLEVOPARK NIET WELKOM OP TOILET FLEVOR

‘Ik kan niet voor politieagent spelen’

De speeltuin bij de hoofdingang van het Flevopark is een favoriete plek voor ouders met kinderen. Buurtbewoonster Claire komt er graag, maar stuit op een prangend probleem. Bezoekers van de speeltuin zijn niet welkom op het toilet van de aangelegen uitspanning Flevor.

Door Wietse Schmidt

De buurtbewoonster claimt niet de enige te zijn die problemen heeft met de uitbater en wijst op sociale media als Facebook Reviews en Google Reviews waarop flink wordt geklaagd over de ondernemer. “Als je naar het toilet wilt, ben je verplicht een dure consumptie te nemen. Je kunt aanbieden ervoor te betalen, maar dat weigert hij. Het is geen incident, het is zijn beleid.”

Het gaat er bij Claire niet in dat de ondernemer geen verantwoordelijkheid voelt voor zijn omgeving. “Toen ik pas bevallen was moest ik nodig naar de wc. Ik wilde een flesje water kopen, maar hij had geen geld terug. Toch weigerde hij me naar het toilet te laten gaan. Gelukkig had mijn vriendin wat geld bij zich. Ik snap hem ook niet. Als je 50 cent vraagt voor het toilet dan verdien je er toch ook wat aan?”

Volgens Claire zijn er geen goede alternatieven in de buurt. “In het park zijn geen openbare toiletten en ’t Nieuwe Diep is ruim tien minuten lopen. Niet echt handig met een peuter. Die zaak is ook nog eens ’s ochtends en in de winter gesloten en dus niet echt een optie. De uitbater moedigt eigenlijk aan tot wildplassen.”

De uitbater begrijpt dat zijn beleid voor sommige parkbezoekers vervelend is. “Maar ik ben daartoe gedwongen. In het verleden liet ik parkbezoekers wel toe tot het toilet, maar de druk werd te groot. De toiletten werden smerig en er ontstonden rijen. Hoe denk je dat je toilet eruit ziet nadat een schoolklasje met plassende jongetjes is langs

De eigenaar van Flevor, vlak naast de populaire speeltuin in het Flevopark, ondervond overlast van toiletbezoekers. Hij nam rigoureuze maatregelen. Speeltuinouders zijn boos.

Lees verder op pagina 3

IEDER SEIZOEN
naar Intratuin Amsterdam

INTRATUIN AMSTERDAM 7 DAGEN OPEN

Intratuin Amsterdam
Nobelweg 10, www.intratuin.nl

SLAGERIJ BÜHRS SINDS 1876
Al vijf generaties liefde voor het slagersvak

Barbecueën doe je met Bührs!
Big Green Egg
Green Egg verhuur, workshops en smakelijke BBQ pakketten
Zie de advertentie in deze krant ➤
volg ons op facebook
VEEMKADE 1260 – WWW.SLAGERIJBUHRS.NL

OLVG

Marcel van Roosmalen

We meldden ons met een gewonde dochter in het ziekenhuis in Zaandam. Het was er nieuw en steriel, ik verlangde opeens naar het OLVG, waar ze werd geboren. Ik lag daar toen de halve nacht op een bankje onder een lap te luisteren naar wat er allemaal gaande was. Ik rookte nog en ging na de bevalling ondanks mijn hoogtevrees een sigaret roken op het dak. De Marokkaan met wie ik dat deed was ook net vader geworden. Het was een mooi stopmoment. We gooiden heel pathetisch onze pakjes naar beneden, waar ze meteen werden opgeraapt. Ik vond dat heel romantisch van Amsterdam-Oost, daarna draaide een verpleegster die ons op het dak zag voor straf de toegangsdeur op slot.

Al vijf generaties liefde voor het slagersvak

SLAGERIJ BÜHRS SINDS 1876

Workshops * Catering * Verjaardag * Zelf BBQen * (Bedrijfs)feest

Barbecueën met Bührs!

• Barbecue workshops met Bührs

Op de Big Green Egg leer je een 5-gangen diner te maken onder begeleiding van Grillmaster Rob van Leeuwen en slagers Michel en Robbert Bührs.
Geef je snel op voor een van de onderstaande data:
Zaterdag 15-09-18 > 12:00/16:00, **Zondag** 16-09-18 > 12:00/16:00
Kosten €60,- pp incl. hapjes en drankjes. **Inschrijven via info@slagerijbuhrs.nl**

• Big Green Egg kopen of huren in Amsterdam?

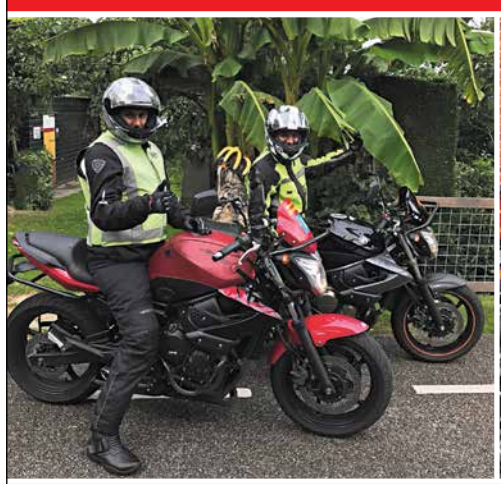
Heeft u binnenkort een leuk feestje of gewoon eens zin om stoer te barbecueën, huur dan nu een Big Green Egg. Neemt u voor minimaal €150,- vlees af dan krijgt u ook nog eens **20% korting** op de huurprijs. Bekijk de voorwaarden en boek snel op **www.slagerijbuhrs.nl**. Bij aanschaf van een Big Green Egg **Nu 5% korting** / actiecode **BUHRS5** / **www.greeneggtotaal.nl**

Slagerij Buhrs - f - Veemkade 1260, Winkelcentrum Brazilië - 020 4197440

VERKEERSSCHOOL ED-ISHAK

25 Motor rijlessen voertuigbeheersing en rijexamen **€ 1250,-**

4x Bromfietsrijles lessen en rijexamen **€ 250,-**

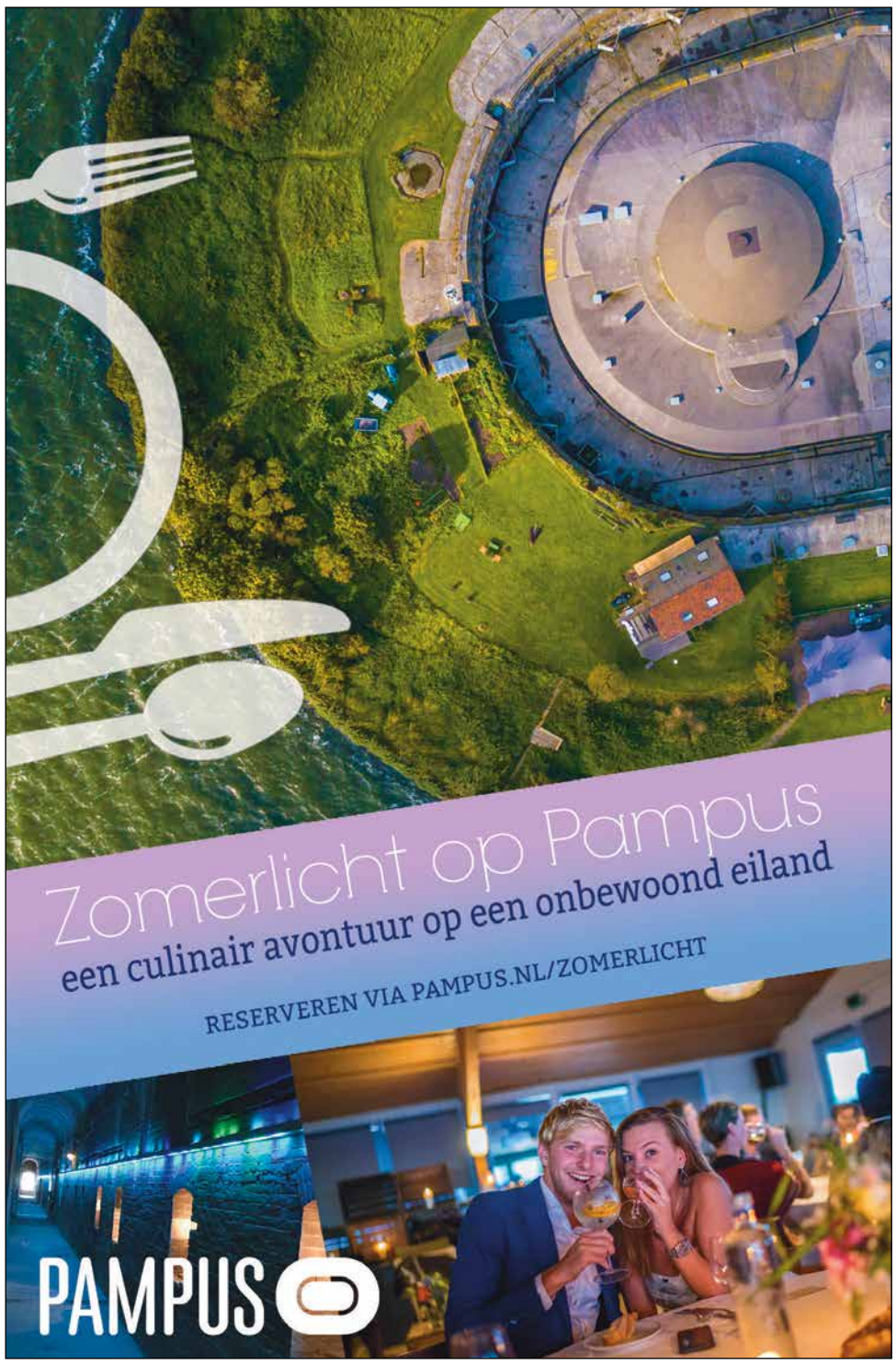


BOVAG

ED-ISHAK
Lumièrestraat 43 | 1087 JH Amsterdam - IJburg
Tel 020 6946172

KN

www.ed-ishak.nl



Van Aartsen bij afscheid:

‘Femke, pas goed op de stad’

Op 12 juli is Femke Halsema tijdens een openbare raadsvergadering beëdigd als burgemeester van Amsterdam. Belangstellenden voor wie in de raadszaal geen plek meer was, konden de plechtigheid volgen via een scherm in een andere zaal in het stadhuis en via een live-verbinding op internet.
Na het overlijden van Eberhard Van der Laan werd Jozias van Aartsen in december 2017 benoemd tot waarnemend burgemeester. Van hem is tijdens dezelfde raadsvergadering met lovende en warme woorden afscheid genomen. Als dank voor zijn inzet en betrokkenheid kreeg Van Aartsen een diner aangeboden in het Scheepvaartmuseum. *foto: Bert-Jan Kramer*

‘HET WORDT EEN BENDE’

Vervolg van pagina 1

geweest? De toiletten werden zelfs gesloopt. Mijn gasten begonnen te klagen.”

Het probleem voor de uitbater is dat hij zijn handen vol heeft aan zijn zaak. “Ik kan niet iedereen in de gaten houden en voor politieagent spelen. Ik ben eigenaar en draag zelf het risico als er dingen stuk gaan. Mensen houden feestjes in het park en willen dan bij mij naar het toilet. Dat wordt een bende. Ik kan niet de ene persoon wel toelaten en de andere niet. Ik vind het zelf ook vervelend, maar ik heb uit noodzaak besloten dat het toilet alleen voor mijn gasten is.”

De eigenaar zegt met het stadsdeel over het probleem gesproken te hebben en ziet graag een openbaar toilet in het park. “Het stadsdeel heeft aangegeven dat dit niet haalbaar is. Het kost te veel geld omdat openbare toiletten dagelijks door personeel bemand moeten worden.”

Stadsdeel Oost weet van de situatie en heeft enkele keren met de eigenaar gesproken. Die blijft bij zijn standpunt en vraagt om openbare toiletten. Het stadsdeel doet momenteel onderzoek naar de plaatsing van een ecotoilet in park Frankendael. “Als dat positief uitpakt, kan er in het Flevopark een vervolg op komen.”

VRAAGTEKENS BIJ NOODZAAK

Cameratoezicht Indische Buurt verlengd tot eind volgend jaar

Het cameratoezicht in de Indische Buurt is zonder enig commentaar verlengd, terwijl uit de cijfers blijkt dat het een van de veiligste buurten van Amsterdam is.

Door Harko van den Hende

Het westelijke deel van de Indische Buurt, met de hippe Javastraat als grote trekpleister, behoort tot de veiligste delen van Amsterdam. Het gebied kan zich makkelijk meten met nette buurten zoals de Vondelbuurt in Zuid of de Plantagebuurt in het centrum. In de Indische Buurt-west hangen camera’s. De gemeente heeft die jaren geleden opgehangen om de overlast en criminaliteit omlaag te krijgen. Dat is goed gelukt, gelet op de veiligheidscijfers. Maar toch heeft de gemeenteraad begin juni zonder enig commentaar geaccepteerd dat de camera’s er tot eind volgend jaar blijven hangen. En dat terwijl de raad volgens waarnemend burgemeester Van Aartsen een “zeer, zeer, zeer kritische houding” heeft ten aanzien van cameratoezicht.

Natuurlijk, elke buurt is weer anders en door de jaren heen laten de criminaliteitscijfers per buurt een wisselend beeld zien. Maar de trend in de Indische Buurt-west is al jaren gunstig, gunstiger ook dan in de andere buurten. Het resultaat is dat dit gebied ten opzichte van heel veel Amsterdamse buurten goed scoort als het gaat om bijvoorbeeld winkeldiefstal, zakkenrollerij, openlijke geweldpleging, drugscriminaliteit, autodiefstal en ook moord en doodslag. Fietsendiefstal is daarentegen nog wel een dingetje.

Om vast te stellen hoe veilig een buurt is, kijkt de gemeente naar allerlei cijfers. De kijk op deze cijfers verandert wel keer op keer. De laatste jaren zijn er, eerst door een extern bureau en daarna door een ambtelijke dienst, ‘beslisregels’ opgesteld. Over die regels hebben de burgemeester en de raad het niet, terwijl ze feitelijk hun besluit voorkoken.

Over de onderliggende cijfers, bijvoorbeeld het aantal incidenten dat de elf camera’s in de Indische Buurt registreren, is het in het debat van begin juni ook niet gegaan. Het waren er volgens de laatste rapportage om precies te zijn 609 in twaalf maanden. Dat aantal is voor de hele Indische Buurt, aparte cijfers voor het westelijk deel zijn er niet. Lang niet alle waarnemingen hebben te maken met incidenten die de politie belangrijk vindt en waar de camera’s ook echt voor zijn bedoeld. Jeugdoverlast, drankoverlast en autodiefstal zijn ‘prioritair’, foutparkeren of fietsendiefstal niet.

In de Indische Buurt rond de Javastraat hangen camera’s. Maar dit deel van Amsterdam behoort de veiligste buurten van Amsterdam.

Bijna 150 van de 600 waarnemingen vielen in de belangrijke categorie. En van die 150 waarnemingen werd minder dan de helft door de mannen en vrouwen achter de camera doorgegeven aan de meldcentrale van de politie. Dat is net iets meer dan één waarneming per maand per camera. Misschien voortaan maar even zwaaien naar de camera’s, dan hebben ze tenminste wat te zien.

Bikes & Boards

ZOMERAKTIE

GELDIG TOT 15 SEPTEMBER

Giant fietsen

Op alle modellen van Giant een zomerkorting van 15%.

Bijvoorbeeld de Giant Triple X. De ideale fiets voor naar de binnenstad.
Soepel fietsen met deze trendy transportfiets met 3 versnellingen. Lichtgewicht en toch stevig.

Korting **15%**

GIANT

Inruilkorting **200,-**

E-bike inruilkorting

Op alle E-bikes gegarandeerd minimaal € 200,- inruilkorting voor uw oude fiets.

Een goede elektrische fiets kopen doe je bij Bikes & Boards. Ruime keuze, deskundig advies en scherpe prijzen. En nu met inruilkorting!

Velo de Ville

De unieke kwaliteitsfiets die naar uw smaak wordt samengesteld.

Een Velo de Ville fiets stelt u naar uw smaak en doel samen. U kiest de kleur, het type frame, en alle componenten. Daarna wordt de fiets handmatig gebouwd. En dat voor een mooie prijs.

Exclusief in A'dam

VELO DE VILLE

Winkelcentrum IJburg Joris Ivensplein 50	1087 BP Amsterdam Telefoon: 020 4161133	Dinsdag t/m Vrijdag 10:00 tot 19:00 uur	Zaterdag 10:00 tot 17:00 uur	Zondag en Maandag Gesloten	**7 t/m 18 Augustus gesloten ivm vakantie**

Amsterdam

SICKMANN woninginrichting

uw beste keus in Amsterdam - al drie generaties lang!

Sickmann Amsterdam
Eerste Oosterparkstraat 202
1091 HL AMSTERDAM
(t.o. het OLVG ziekenhuis)

Tel: 020-6653395
Email:info@sickmann.nl
Site: www.sickmann.nl
Site: www.sickmannwebshop.nl

Ruime keuze in

- Linoleum
- Laminaat
- Parket
- Pvc stroken
- Vinyl
- Tapijt
- Gordijnen
- Vitrage
- Zonwering
- Behang
- Horren
- Karpetten
- Traplopers
- Onderhoudsproducten

www.sickmann.nl | www.sickmannwebshop.nl

Sickmann is op zoek naar een enthousiaste

Leerling Stoffeerder

Sickmann Woninginrichting uit Amsterdam is een familie bedrijf dat al ruim 65 jaar bestaat en is gespecialiseerd in woning en project stoffering.
Ter uitbreiding van ons team zijn wij op zoek naar een Leerling Stoffeerder.

- Lijkt het jou leuk om specialist te worden in het leggen van vloerbedekking en installeren van gordijnen en zonwering.
- Wil jij de technieken leren van het stofferen?

Dan zijn wij op zoek naar jou.

Interesse: Stuur of E-mail ons dan je CV en motivatie.
Email: info@sickmann.nl

---

3 MOTION

The house of motion, meer dan een sportwinkel

30%

sale

50%

IJBURGLAAN 473 > 020 303 0529 > INFO@MOTION3.NL > WWW.MOTION3.NL

Zomer op het Muiderslot

t/m 3 september 2018

Kom genieten van theatervoorstellingen, zomeravondconcerten, middeleeuws vermaak, rondleidingen, roofvogels, kinderspeurtocht, tentoonstelling en de prachtige kasteeltuinen. Tot in de Pruimentijd!

MUIDERSLOT

www.muiderslot.nl
Museumkaart/Vriendenpas gratis

Oostelijk Amsterdam is een broedplaats voor schrijvers, muzikanten, kunstenaars en ander talent. In de jas praten zij over hun werk, hun leven en hun inspiratie.

LIZA VAN DER MOST

‘Als je bij Ajax kan spelen dan is dat fantastisch’

Liza, topspeelster bij Ajax: “Voetbal is geen verzekering voor de toekomst. Ik vind het ook belangrijk om straks een carrière te kunnen hebben naast de sport”.

Liza van der Most (24) is Europees kampioen en speelster van Ajax. Geboren in Colombia, opgegroeid in Papendrecht en groot geworden in Amsterdam. Ze staat aan de vooravond van een nieuw seizoen. Een seizoen waarin ze prijzen wil pakken met Ajax om daarna als basisspeelster het WK in Frankrijk mee te maken.

Door Nik Kok

EK
“Het EK meemaken was bizar. Met al die volle stadions in Nederland. Vijfentwintigduizend mensen die bijna allemaal voor ons waren en ik mocht dan op het veld staan. Misschien maak ik het wel nooit meer mee. Bij het Nederlands elftal heb ik geen basisplaats, op het EK heb ik maar één wedstrijd meegedaan. Maar ik voel me wel echt Europees kampioen. Ook omdat we zo’n hecht team zijn. Het is mijn doel om op het WK een basisplaats te hebben. De concurrentiestrijd zal alleen maar harder worden. Ik vind het belangrijk om kritisch te zijn op mezelf. Altijd zoek ik een uitdaging. Ik ben niet snel tevreden.”

Vrouwenvoetbal
“Door het EK van vorige zomer is er veel veranderd. Bij het afgelopen WK bij de mannen zaten er vrouwelijke voetbalanalytici in de studio. Er wordt meer over vrouwenvoetbal gepraat. En ook: als we nu met het Nederlands elftal wedstrijden spelen, zitten de stadions vol.”

Droom
“Het is altijd een droom geweest om verder te komen in het voetbal. Ik voetbalde veel op straat in Papendrecht. Ging eerst op atletiek, maar wilde toch liever op voetbal. Toen was ik zes. Op mijn elfde mocht ik naar een voetbalacademie voor meisjes. Ik ben perfectionistisch. Als ik iets in mijn hoofd heb, wil ik het halen. Ik deed een keer mee aan een NK. Daar was Daphne Koster [voormalig speelster van het Nederlands elftal en nu manager bij Ajax, red.]. Tegen haar keek ik altijd op. Toen ik haar daar zag, dacht ik: nu moet ik er écht alles aan doen om zo ver te komen als zij. Als je dan later met haar bij Ajax kan spelen, is dat fantastisch. Ajax is inmiddels echt mijn club geworden.”

Colombia
“Vier jaar geleden ging ik voor het eerst terug naar Colombia. Zeven maanden oud was ik, toen ik werd geadopteerd uit dat land. Mijn biologische familie woont in Tumaco, bij de grens met Ecuador. Mensen mogen er vragen over stellen maar ik vind de zoektocht naar mijn familie persoonlijk en emotioneel. Ik heb dat bewust achter de schermen gedaan. Als ik er media-aandacht aan had willen geven had ik wel een tv-programma ingeschakeld. Om nu te zeggen dat ik in het veld de mentaliteit heb van een Colombiaanse gaat te ver. Ik ben vooral heel erg Nederlands. Colombiaanse verdedigers kunnen hard zijn, nietsontziend. Dat is juist iets wat ik nog moet ontwikkelen. Ik kan wel hard zijn, maar ik mag nog wel wat meer van me afbijten.”

Studie
“Voetbal is geen verzekering voor de toekomst. Ik vind het ook belangrijk om straks een carrière te kunnen hebben naast de sport. Ik heb nog twee punten nodig voor mijn propedeuse sociaalpedagogische hulpverlening aan de Hogeschool van Amsterdam. Het is lastig om die studie te volgen. Toen ik nog niet bij het Nederlands elftal speelde, was het te overzien. Nu ben ik met Oranje tien dagen van de maand weg. Dan mis je veel. Op school zijn ze verdeeld. Sommige leraren vinden dat ik mijn kans heb gehad. Andere willen topsporters meer de ruimte geven.”

Amsterdam
“Op mijn vijftiende kon ik al naar het talentteam in Amsterdam-Osdorp. Ik wilde wel, maar mijn ouders vonden dat ik te jong was. Je gaat daar dan op jezelf wonen. Ik bleef erop terugkomen. Uiteindelijk ging ik op mijn zestiende. Dat was nog best impulsief. Ik heb er nooit echt bij stilgestaan wat een grote stap dat was op die leeftijd. Ik kende Amsterdam alleen als de grote stad waar mijn ouders voor op hun hoede waren als we er weleens kwamen. In Osdorp woonde ik met verschillende sporters in één flat. Iedereen heeft z’n eigen kamertje, er is een gezamenlijke woonkamer en een keuken. Ik voelde me er vrij. Marieke [Ubachs, red.] met wie ik nu bij Ajax speel, had een scooter. Daar gingen we weleens mee de stad in. Uitgaan deden we ook. Als zestienjarige. Je denkt dan dat je dat allemaal wel kan.”

Oost
“Waar ik woonde in Osdorp was het niet zo mooi. Veel flats. Maar nu woon ik in Oost. Oost is gezellig en multicultureel. Ik ga er veel meer op ontdekkingsreis dan in Osdorp. De Javastraat is dichtbij, die is geweldig. Ik heb met mijn vriend een lijstje met de restaurants in Amsterdam die we hebben bezocht. Het zijn er zoveel! Als we dan iets leuks tegenkomen, zetten we het op de lijst.”

Buitenland
“Voor mijn gevoel kan én wil ik meer als voetbalster. Dan moet je naar het buitenland. Voetbal is niet voor altijd, dus zo’n stap maken op je 25ste is helemaal zo gek niet. En dan daarna weer terugkomen naar Amsterdam, denk ik. Of in de buurt daarvan. Al is Almere bijvoorbeeld weer helemaal niks voor mij. Wonen in Papendrecht kan ik niet meer. Daar ben ik te veel Amsterdammer voor geworden. Of in elk geval te stads.”

winkelcentrum IJBURG

Dichtbij en alles bij de hand

Al je dagelijkse boodschappen, zoals knapperig brood, ambachtelijk vlees, verse vis, fijne boeken, kleurige bloemen, biologische producten en kwaliteitsbrillen vind je bij Winkelcentrum IJburg. Maar je kunt er ook terecht voor handige spullen voor in huis, een gezonde lunch, goede koffie en heerlijke take way-maaltijden. Lekker dichtbij en alles is er altijd bij de hand.

Kalender

t/m 19 augustus

Bingo actie

Bij Albert Heijn krijg je bij elke 10 euro aan boodschappen een AH Bingozegel. Bij een volle spaarkaart (5 zegels) kun je op www.ah.nl/bingo toegangskaartjes kopen voor een uitje en is het tweede kaartje gratis. Keuze uit ruim 200 verschillende uitjes!

Dio IJburg

'Iedereen is welkom met vragen'

"Bij ons kan iedereen terecht", zegt de vrolijke bedrijfsleidster Judith Engel van Dio IJburg. Met haar team staat ze altijd klaar voor advies op maat. "Iedereen is bij ons welkom met vragen. Producten die we niet hebben, bestellen we voor je. Dat is echt een sport van me, ik zal er alles aan doen om een gewenst product in de winkel te krijgen. Daarom is ons assortiment heel groot. Dat maakt ons uniek, denk ik."
Dio IJburg is een drogisterij en parfumerie, maar biedt eigenlijk alles op het gebied van verzorging en gezondheid. Klantvriendelijkheid vindt Judith het allerbelangrijkst. "Wij kunnen uitleg geven bij onze producten, volgen veel cursussen." Sinds de lente verkoopt Dio IJburg als enige winkel in de wijk de producten van Clinique, inclusief zonneproducten. "Het leuke is, de mensen zijn daar heel enthousiast over."
www.diodrogist.nl

Albert Heijn IJburg

'We hebben een sociale functie'

"AH IJburg is de supermarkt van en voor IJburg, zo voelen wij ons ook. We doen veel voor de wijk." Supermarktmanager Mohamed Bakayan vindt dat belangrijk. Elke woensdagmiddag is er kindermiddag bij hem in de winkel, zoals knutselen met een gezonde snack. "We proberen een gezonde levensstijl te stimuleren: de proeverijen zijn vooral gezond, met fruit of kaas, in plaats van zoetigheid." Ook sponsort hij met de winkel veel initiatieven op IJburg, zoals de Avond4Daagse en gezonde lunches op basisscholen. "Toen onlangs de huisvesting voor statushouders en studenten geopend werd, brachten we welkomstpakketten en later ook lunchpakketten. We hebben een sociale functie in de wijk." Mohamed werkt nu vier en een half jaar in deze winkel, en hij heeft het ontzettend naar zijn zin. "Dit is een leuke buurt, het voelt als mijn dorpje." *www.ah.nl*

Bikes & Boards · ah · Eye Care · biolicious · bruna IJburg · dio · ACTION · Het dierenpunt · Bart Verkerk · Vomar Voordeelmarkt · Muskon Doe het zelf · Jane flowers · Gouden Kom · KOH · Holland & Barrett natuurlijke gezondheid & verzorging · Gall&Gall · Grills Fast Food · Hizi Hair · Vinny's Bakery · Etos · HEMA · Bagels & Beans · Viswinkel IJburg

Knip de bon, lever 'm in bij de betreffende winkel en geniet van je voordeel.

20% op alle schoolspullen Scoor zaterdag 28 juli je "early bird hi-school korting" !!*

Bruna, IJburglaan 561

** (behalve op boeken)*
Neem zaterdag 28 juli deze bon mee en ontvang je korting.

Luxe set mini's cadeau

Bij besteding van tenminste €55,- aan producten van Clinique

(waarde van de set €12,50)

Dio IJburg, IJburglaan 723

Geldig zolang de vooraad strekt.

€200,- inruil voor uw oude fiets *(gegarandeerd minimaal)*

Bij aankoop van een nieuwe E-bike

Bikes & Boards, Joris Ivensplein 50

Geldig tot 15 September 2018.

LIEVE STAD

BEGELEIDING KINDERVAKANTIEWEKEN

‘De ouders zeiden: we zijn blij dat hij een keer een weekje voor zichzelf heeft’

Sommige kinderen kunnen deze zomer niet met vakantie. Omdat hun vader of moeder ernstig ziek is, of omdat hun ouders onder bewind staan. Om deze gezinnen een adempauze te gunnen organiseert Humanitas in de bossen achter Amersfoort vier Kindervakantieweken. Slapen in een stapelbed, naar het zwemstrandje, een speurtocht – en dat allemaal met een groep leeftijdsgenoten. Die vaak ook lotgenootjes zijn, maar dat weten de meeste kinderen niet.

Door Catherine Smit

Maxime en Pleun, beiden net afgestudeerd, begeleiden in augustus het kamp voor 11- en 12-jarigen. Ze kennen het kampterrein in Voorthuizen van eerdere zomers: er zijn drie slaapzalen, een speeltuin en een zwemwater met strandje. Er gaan deze zomer in totaal bijna tweehonderd kinderen mee, waarvan 43 uit Amsterdam. Met twee man begeleiding per zes kinderen, een keukenploeg, twee vliegende kieps en twee hoofdleiders zijn er per kampweek zo’n twintig vrijwilligers nodig.

“Wij bereiden alles voor en verdelen de taken. Ik organiseer bijvoorbeeld de sportdag”, vertelt Maxime. Ze heeft ook een deel van de huisbezoeken afgelegd, een belangrijke, maar tijdrovende taak. Verschillende instanties in de stad dragen kinderen voor en zorgen ervoor dat Humanitas op de hoogte is van de gezinssituatie, gedragsproblemen of medicatie. Op die manier ontstaat er een heel diverse groep kinderen, die zichzelf soms in elkaar herkennen. Zo zei vorig jaar een kind tegen Pleun: “Juffrouw! Het is zo toevallig, er is hier een kindje waarvan de papa ook in de gevangenis zit.”

Humanitas betaalt de busreis, de locatie en het eten, en ook de ouders dragen bij in de kosten. Maar het budget is krap, en daarom zamelen de begeleiders ieder nog zo’n 45 euro in bij familie en vrienden. Genoeg voor een leuk extraatje als een bezoek aan het Openluchtmuseum of het zwembad.
Pleun en Maxime doen tijdens de kampen ervaring op in hun vakgebied, de gedragswetenschap. “Maar dat is niet de reden dat ik ermee ben gestart”, zegt Pleun. “Ik doe het omdat ik het leuk vind. Tijdens het kamp ben je geen hulpverlener; de kinderen zijn juist even lekker weg van dat alles. Maar we luisteren natuurlijk wel als een kind ergens mee komt.”

Is vrijwilligerswerk ook iets voor jou? Humanitas biedt hulp op het gebied van eenzaamheid, rouwverwerking, opvoeden en meer. Op www.humanitas.nl vind je alle informatie.

Maxime en Pleun: “We doen veel buitenactiviteiten en renspelletjes met de groep. En dat is maar goed ook, anders zijn we elke avond anderhalf uur bezig om die slaapzaal stil te krijgen!”

SUCCESVOLLE ‘GROENE’ PILOT OP JAVA-EILAND KRIJGT VERVOLG OP IJBURG

Amsterdam experimenteert met inzamelen gfe-afval

Papier, glas, plastic, textiel, restafval, er zijn in de stad voor alles aparte vuilcontainers. Maar die bananenschil en dat verlepte basilicumplantje dan? Alle goede bedoelingen ten spijt kunnen de meeste Amsterdammers hun groente-, fruit- en etensrestenafval – ‘gfe-afval’ – nog steeds nauwelijks kwijt.

Door José Stoop

Plannen zijn er zeker. Amsterdam wil in 2020 65% van al het afval laten scheiden ‘aan de bron’, door de bewoners dus. Het percentage schommelt hier rond de 28%, tegenover 51% landelijk. Voor groen afval is dat nog lager, vaak simpelweg door een gebrek aan mogelijkheden: zo’n 40% van de Amsterdammers woont in hoogbouw of heeft geen tuin, en heeft dus helemaal geen ruimte om gfe-afval (tijdelijk) op te slaan.

Een gemeentebrede aanpak ontbreekt vooralsnog, al wordt er wel druk geëxperimenteerd – met wisselend succes. Zo liep er in 2016 een project op de Oosterdokskade waarbij kleine containers werden uitgedeeld aan bewoners. Volle bakjes konden worden geleegd in één van de al aanwezige, daarvoor aangewezen ondergrondse containers. Al binnen een paar weken moest de proef worden gestaakt door vliegen- en stankoverlast; de containers sloten niet goed. Of het vorig jaar geopende Zero Waste Lab aan het Dapperplein, waar buurtbewoners afval kunnen inleveren in ruil voor waardemunten. Ook hier besloot men onlangs te stoppen met het aannemen van gfe-afval omdat de composteermachine – een container die binnen 24 uur mooie compost produceert – te veel stankoverlast veroorzaakte.

Esther Somers (in het midden) bij de start van de groene pilot op Java-eiland in 2016.

De ‘groene’ pilot op Java-eiland die onlangs afliep is wel succesvol gebleken. Bewoners kregen afbreekbare zakjes en kleine containers die ze met een eigen pasje in bovengrondse containers konden leeggooien. Esther Somers begeleidde dit project vanuit de gemeente. “Zo’n 60% van de bewoners in de hoogbouw maakte gebruik van het pasje. En we hebben maar liefst 58 ton gfe-afval opgehaald in de veertien maanden dat de pilot liep, hiervan is bijvoorbeeld biogas en compost gemaakt.” De pilot loopt in andere gemeenten nog, maar Amsterdam is zo tevreden over de resultaten dat besloten is ermee door te gaan. En dat ook Amsterdammers enthousiast zijn blijkt uit de IJburgse petitie – medeondertekend door bedrijven en scholen – waarin gepleit wordt voor een soortgelijke proef. Met succes, want naar verwachting wordt hier in de herfst van dit jaar mee gestart.
“Idealiter willen we dit idee uitrollen vanaf het Centraal Station via de Oostelijke Handelskade en het Oostelijk Havengebied naar IJburg, als een soort groene archipel”, zegt Somers. Uitrollen in heel Amsterdam is voorlopig nog niet in zicht. “Het meekrijgen van bewoners is toch wel een intensief en tijdrovend proces, zij moeten het ten slotte doen.” Somers is ook nauw betrokken bij de door de gemeente gefaciliteerde wormenhotels. Er staan inmiddels veertig van deze rechthoekige, houten kisten verspreid over de stad, waar bewoners hun groene afval in kunnen gooien. De wormen produceren compost die bewoners in hun tuin kunnen gebruiken. De wormenhotels zijn zo populair dat er een wachtlijst is. Somers hoopt dat er in 2019 nog vijftig bij kunnen komen.

BAANBREKENDE PROGRAMMEEROPLEIDING OP MARINETERREIN

‘We houden de drempels zo laag mogelijk’

David Giron, directeur van de programmeeropleiding: “De computerwereld is nog onvoldoende een afspiegeling van de samenleving.”

Op 24 september opent Codam zijn deuren op het Marineterrein. Met een baanbrekende lesmethode, overgenomen van de beroemde Franse programmeerschool 42, hoopt de nieuwe opleiding zoveel mogelijk jongeren tussen 18 en 30 jaar te trekken.

Door Michel van Dijk

Geen docenten, geen verplichte studieboeken, maar leren alsof je computergames speelt. Je hebt zelfs geen vooropleiding nodig om te mogen instromen, en de opleiding is nog gratis ook. Bij Coding College Amsterdam (Codam) gaat alles anders. Dat is een bewuste keuze, legt David Giron uit, directeur van de programmeeropleiding. “De ontwikkelingen in de ICT gaan zo snel dat het zinloos is als een docent je een halfjaar lang de kneepjes van een nieuwe programmeertaal uitlegt. Voordat de collegereeks is afgelopen, is die taal alweer verouderd.”

De studenten van Codam leren daarom vooral van elkaar. “We kiezen voor peer-to-peer leren. Groepjes studenten voeren samen projecten uit. Ze gaan samen op zoek naar informatie om de opdracht uit te voeren, online, of bij de bedrijven waar ze stagelopen. We geven wel aanwijzingen, maar verder doen ze het zelf.

Je leert meer als je zelf op zoek gaat naar kennis, dan wanneer een leerkracht die kennis zit te pushen. Je bent dan vandaag alweer vergeten wat je gisteren hebt geleerd.”

Als de opdracht is afgerond, beoordelen de studenten elkaar. “Ook dat is leerzaam. Er is niemand die je vertelt wat het juiste antwoord is, wat je dan maar klakkeloos aanneemt. Nee, je discussieert met elkaar op grond van goede argumenten over waarom jij het zo hebt aangepakt. Op voet van gelijkwaardigheid. Die manier van leren lijkt meer op hoe het er tussen collega’s op de werkvloer aan toegaat.”

Programmeerschool 42

Codam is de Nederlandse partner van de Franse programmeerschool 42. Deze werd in 2013 opgericht door telecommiljardair Xavier Niel. “Hij besloot daartoe omdat er in Frankrijk, net als in Nederland, een schreeuwend tekort is aan programmeurs. In 2017 werd 42 uitgeroepen tot ’s werelds beste programmeerschool. Dat we geen lesgeld of toelatingseisen vragen, is omdat we de drempels laag willen houden. We willen zoveel mogelijk jongeren tussen de 18 en 30 jaar bereiken.”

Codam is opgericht door Corinne Vigreux, ondernemer en medeoprichter van TomTom. “In Frankrijk leerde ze 42 kennen. Ze besloot meteen dat ze dat naar Nederland wilde brengen. Codam is overigens onafhankelijk, we hebben geen banden met TomTom of andere IT-bedrijven.”

Er hebben zich inmiddels zo’n honderd studenten aangemeld voor de opleiding. Die duurt drie jaar, maar sommige studenten doen het in twee jaar, andere hebben er vier of vijf jaar voor nodig. “Het gaat erom dat je leert. De tijd die je daarvoor nodig hebt, verschilt per student.”

Afspiegeling

Er is nog plaats voor nieuwe studenten. “We werven nu vooral onder vrouwelijke studenten, jongeren met een laag inkomen en vluchtelingen. De computerwereld is nog onvoldoende een afspiegeling van de samenleving. Hoe diverser de opleiding, hoe creatiever onze oplossingen voor IT-vraagstukken. En daar profiteert iedereen van.”

Op zaterdag 28 juli om 14.00 uur organiseert Codam een Open Dag. Voor meer informatie, kijk op www.codam.nl.

100 woningen voor leraren

Amsterdam wijst dit jaar bij wijze van proef honderd woningen toe aan jonge leraren die werken op een basisschool of middelbare school in de stad. De gemeente werkt hierbij samen met woningbouwcorporaties.

Amsterdam heeft een tekort aan betaalbare huurwoningen. Daardoor kiezen veel jonge docenten voor een baan in een andere stad, waar wel geschikte woonruimte te vinden is. Om dit te voorkomen wordt er voor deze groep woonruimte gereserveerd in gemengde wooncomplexen voor jongeren en statushouders. In Oost gaat het om tien woningen aan de Kruislaan, veertig in het Science Park en tien op IJburg.
De leraren krijgen een huurcontract met een looptijd van maximaal vijf jaar. In die periode kunnen ze inschrijfduur opbouwen of – als hun inkomen hoger is geworden – doorstromen naar een middeldure huurwoning. Het experiment loopt tot eind februari 2019.

Ideaal waterpeil vastgesteld voor IJburg en Zeeburgereiland

Het klimaat verandert, en de gemeente Amsterdam houdt rekening met meer wateroverlast. Daarom stelt het Waterschap Amstel, Gooi en Vecht dit jaar voor IJburg (Haveneiland en Steigereiland) en Zeeburgereiland een nieuw peilbesluit vast. Hierin wordt de ideale hoeveelheid water voor natuur, bewoners en scheepvaart vastgelegd.
Voor Zeeburgereiland zijn extra (nood)maatregelen genomen in het beheer, zoals tijdelijke bemaling van het oppervlaktewater.

Festival: Jazz en de Walvis

Op zondag 16 september vormen de drie eilanden van het Oostelijk Havengebied het decor voor Jazz en de Walvis. Op acht locaties spelen muzikanten vier keer een concert van een half uur. De bezoekers lopen van concert naar concert. De meeste optredens zijn van kleine ensembles of van duo's. Ook is er die middag een architectuurwandeling in samenwerking met het Borneo Architectuur Centrum.

De line-up? Die is dik in orde: saxofonist en winnaar van de Boy Edgar Prijs Yuri Honing, zangeres Ntjam Rosie en de kersverse winnares van de Dutch Jazz Competition en drummer Sun Mi Hong komen spelen. Zondagmiddag 16 september, van 13.00 tot 17.00 uur. De kaartverkoop is al gestart. *Ga naar www.jazzendewalvis.nl of Facebook.*

DE NOORD/ZUIDLIJN KOMT, TRAM 9 VERDWIJNT

Herinneringen aan mooie ritten: ‘Ooit ging een man voor mijn hokje op zijn knieën’

De Noord/Zuidlijn wordt op 22 juli in gebruik genomen. Ongeveer de helft van alle Amsterdamse bussen en trams gaat dan een andere route rijden of krijgt een ander lijnnummer. Tram 9 verdwijnt na 115 jaar, waardoor inwoners van Oost en Diemen hun directe verbinding met hartje stad verliezen. Tram 9 wordt lijn 19 en gaat van Sloterdijk via Leidseplein en Alexanderplein naar Diemen.

Door Tim Jansen

Voor 78 bestuurders en conducteurs betekent de opheffing van tramlijnen een nieuwe toekomst. *de Brug* toog naar eindpunt Diemen Sniep om met vier (oud)medewerkers herinneringen op te halen. Over één ding zijn ze het roerend eens. Lijn 9 is meer dan een rondje rijden. “Als we een vaste passagier een tijd niet zien, proberen we te achterhalen wat er aan de hand is.”

‘Je bent een soort maatschappelijk werker’

Naam: **Jan Callenbach (65)**
Functie: **bestuurder**
Woont in: **Diemen-Zuid**
Op tram 9: **vanaf 1982, daarvoor 1 jaar op andere lijnen**
Toekomst: **tot december op lijn 3, daarna met pensioen**

“Tram 9 ga ik zeker missen, want hij hoort bij Diemen. In 1990, toen de route werd doorgetrokken naar Diemen, mocht ik de eerste rit verzorgen. Daarvan staat nog een filmpje op YouTube. Bij het eindpunt, waar nu druk gebouwd wordt, stonden toen nog koeien te grazen. Destijds reed mijn 2-jarige dochter mee. Zij is dit jaar moeder geworden. Op mijn laatste rit gaan mijn dochter en kleinzoon mee.” Jan rijdt niet de allerlaatste rit. “Nee, ik heb lekker een dagdienstje.” De vroege diensten (04.15 uur opstaan) vallen hem met de jaren zwaarder. Die zal hij niet missen, in tegenstelling tot de passagiers. “Je bent toch een soort maatschappelijk werker. Mensen komen met hun verhalen bij je, soms tot tranen toe.” In de tijd dat Ajax in De Meer voetbalde kon het er heftig aan toe gaan, vooral als ze verloren hadden. “Stond je stil op de Kruislaan, omdat al je ruiten eruit lagen. Moest de ME komen, maar onveilig heb ik me nooit gevoeld.”

‘Op mijn zeventigste ben ik echt gestopt’

Naam: **Christina Mast-Karbet (73) en Christa Karbet (55)**
Functie: **conducteur**
Wonen in: **Diemen**
Op tram 9: **Christina 1999–2016, Christa sinds 2011**
Leven na tram 9: **gepensioneerd en overstap naar lijn 2**

“Je maakt zoveel gekke dingen mee. Ooit ging een man met twee bossen bloemen op z’n knieën voor mijn hokkie. Helaas voor hem was ik al getrouwd”, zegt Christina. Toen haar man kort na haar pensionering overleed, werd ze gebeld of ze ter afleiding weer een paar uurtjes wilde werken. “Tram 9 heeft mij enorm geholpen bij de rouwverwerking, maar op mijn zeventigste ben ik echt gestopt.” Dochter Christa werkt sinds 2011 op de tram. “Als postbode was er geen werk meer. Toen heb ik bij het GVB gesolliciteerd, maar niet gezegd dat mijn moeder hier al werkte. En haar heb ik ook niets verteld, totdat ik was aangenomen. Ze reageerde verrast, omdat het werk mij nooit iets leek. Moet je de hele dag stilzitten, terwijl ik als postbode altijd in beweging was. Gelukkig bleek het erg leuk op de tram, al jaren vorm ik een vast koppel met Suzan. Daar komt een eind aan, want we gaan allebei op een andere lijn rijden.”

‘Ik wil reizigers ook vermaken’

Naam: **Remco de Ridder (54)**
Functie: **bestuurder**
Woont in: **Amsterdam-Oost**
Op tram 9: sinds augustus 1985
Leven na tram 9: **tram 14**

“Als bestuurder wil ik reizigers niet alleen vervoeren, maar soms ook vermaken door te zingen of met een imitatie. In de jaren negentig was Bob de Rooy, een typetje van Paul de Leeuw, bekend met zijn ‘Boppers’. Reden we langs de haringstal op het Christiaan Huygensplein in zo’n tram met buitenspeakers, riep ik: ‘Goedemiddag Boppers, geniet allemaal van uw harinkie’. Lag dat hele plein dubbel. Voorin heb ik een olifantje staan. Vlak bij Artis knijp ik hem in z’n achterste en dan klinkt het getrompetter van een olifant door de tram. Vinden de kinderen schitterend. Het mafste dat ik ooit heb meegemaakt? Op een dag zakte een man achter in de tram weg. Aangezien ik eerder een leven had gered met reanimatie, wist ik wat me te doen stond. Toen we de man de ambulance indroegen gleed er zo een erotische dvd uit zijn zak. Moesten we toch om lachen, blijkbaar was hij iets te opgewonden geraakt bij het halen van de film. Met die man is het trouwens goed gekomen.”

Remco, Jan, Christa en Christina stopten hun ziel en zaligheid in hun werk. “Tram 9 heeft me enorm geholpen bij de rouwverwerking.”

Tweede kans voor bijen Rietlandpark

Tussen de vier enorme, op elkaar gestapelde tafels bij tramhalte Rietlandpark zijn eind juni twee bijenvolken geplaatst. Op het kunstwerk van Frank Mandersloot, dat ‘Voor de Bijen’ heet, stonden tot 2013 ook al bijenkasten. Hiervoor werd destijds een andere plek gezocht omdat ze om verschillende redenen bij de tafels niet goed gedijden.

Imker en buurtbewoner Erik van Rosmalen verwacht dat het de bijen nu beter zal vergaan. Stadsecologen hebben in de omgeving van het Rietlandpark beplanting aangelegd die voldoende nectar biedt voor de bijen. Ook zijn de nieuwe bijenkasten tussen de oude in geplaatst, zodat ze minder wind vangen.

Gemeente Amsterdam

`Schaam je niet om hulp te vragen'

Alice, een Amsterdamse van 24 jaar en 1 van de vele jongeren die naar werk of opleiding is begeleid door de gemeente Amsterdam. Ze komt van ver maar heeft sinds anderhalf jaar via het Jongerenpunt een baan als receptioniste. Ze is trots op zichzelf en adviseert andere jongeren: "Schaam je niet om hulp te vragen."

"Ik herinner me hoe mijn moeder vroeger de eindjes aan elkaar moest knopen [..] dagje dierentuin of een verjaardagscadeau ging niet." Tijdens Alice haar puberteit had haar moeder moeite overzicht te houden en Alice raakte op het verkeerde pad. "Ik heb mezelf vergeven, maar vergeten doe ik het niet."
Ze wilt er niet veel over kwijt maar zegt over haar depressie: "Ik voelde me waardeloos en was geen goed voorbeeld voor mijn zusjes." Op een gegeven moment had Alice nergens meer zin in en zag ze het niet meer zitten. "Ik ging niet meer naar school en solliciteren durfde ik niet, want mijn CV sloeg nergens op. En hoe langer ik wachtte met stappen zetten, hoe dieper mijn val in het zwarte gat werd."
Via een buurvrouw kwam Alice bij het Jongerenpunt terecht. Haar jongerenadviseur luisterde zonder te oordelen en samen maakten ze een plan. Onderdeel van dat plan was een traject via het Jongerenpunt voor het herstellen van haar eigenwaarde en verwerking van haar depressie. "Ik kreeg langzaamaan ruimte in mijn hoofd en zag weer een beetje licht aan het einde van de tunnel." Niet lang daarna had Alice zin om aan de slag te gaan. "Het Jongerenpunt heeft mij vervolgens geholpen bij het vinden van deze baan. Het duurde wel even voordat ik mijn leven weer op de rit had, maar die eerste stap was het dubbel en dwars waard."

Laat jij je ook helpen door het Jongerenpunt in jouw stadsdeel?

Kom in contact:

020 252 6000
jongerenpunt@amsterdam.nl
amsterdam.nl/jongerenpunt
facebook.com/jongerenpunten

Eefje

EEFJE VOOGD
MAKELAARDIJ

AAN- EN VERKOOP EN VERHUUR VAN BESTAANDE EN NIEUWBOUW WONINGEN EN TAXATIES

Eefje Voogd Makelaardij bv
Parnassusweg 201, 1077 DG Amsterdam, T 020-30 50 560
www.eefjevoogd.nl, info@eefjevoogd.nl

NVM MVA funda vastgoedcert gecertificeerd pararius.com Opening Doors NWWI

BovenIJ ziekenhuis

BovenIJ ziekenhuiskrant

Zorg goed voor elkaar

Heupoperatie via ‘voorste benadering’

Heeft u pijn in de lies en uw bovenbeen? Dan kan het zijn dat uw heup versleten is. In dat geval kan het plaatsen van een heupprothese veel verlichting geven. In het BovenIJ ziekenhuis kunt u deze ingreep laten doen volgens de ‘voorste benadering’.

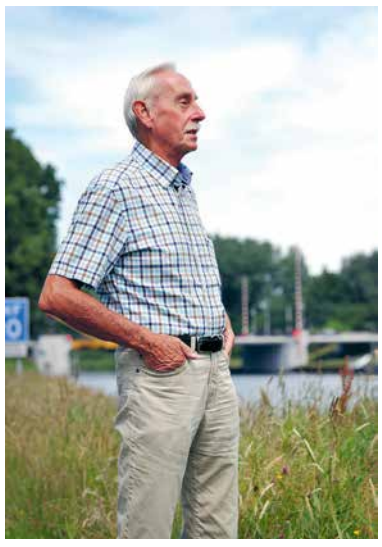
Sander Wassink, orthopedisch chirurg: “Bij een heupoperatie via de ‘voorste benadering’ wordt de prothese via de voorkant van de heup geplaatst. Het voordeel hiervan is dat de spieren van het been opzij worden gelegd in plaats van losgemaakt. De revalidatie na een nieuwe heup via de voorste benadering gaat sneller. Ook mag de patiënt alle bewegingen met het been direct vanaf de operatie maken en mag er ook meteen na de operatie al geoefend worden met lopen. Het mogelijke nadeel is dat niet iedereen geschikt is voor deze benadering. Op de polikliniek wordt tijdens de eerste afspraak duidelijk of gekozen kan worden voor een voorste benadering.”

Snel terecht

Willem Uijttenboogaard (76) kon zes weken na zijn eerste gesprek al geopereerd worden. “Door mijn eerdere, goede ervaringen wilde ik naar het BovenIJ ziekenhuis. Na mijn gesprek met dokter Wassink had ik veel vertrouwen in hem. Zijn uitleg over de operatie was duidelijk en hij was eerlijk over de mogelijke complicaties. Ik wist waar ik eventueel rekening mee moest houden. Gelukkig heb ik geen enkele complicatie gehad.”

Heupoperatie via voorste benadering

Voordat hij in het BovenIJ ziekenhuis terecht kwam, had de heer Uijttenboogaard pijnklachten. “Mijn bovenbeen was stijf en ik had moeite met het aantrekken van mijn linkerschoen. Op de foto’s bleek dat mijn heup aan één kant versleten was. Uiteindelijk ben ik geopereerd via de voorste benadering.”



De heer Uijttenboogaard

Goede voorbereiding en thuis aan de slag

De heer Uijttenboogaard had zich van tevoren goed ingelezen. “De informatie kon ik allemaal lezen op de website van het ziekenhuis. Zo kon ik ook gerichte vragen stellen aan de chirurg. De eerste dag na de operatie ging ik met de fysiotherapeut al wat oefeningen doen. Ik woon op drie hoog en heb geen lift, dus voordat ik naar huis ging, moest ik wel weten hoe ik het beste trappen kon lopen. Dit ging goed en ik mocht de dag erna naar huis! Eenmaal thuis heb ik veel geoefend. Zo’n drie keer per dag deed ik mijn oefeningen. En mijn fysiotherapeut kwam nog een paar keer bij ons thuis. Een paar weken later had ik op een gegeven moment niet eens door dat ik zonder krukken liep.”

Wassink: “Als de patiënt veilig kan lopen met krukken en als de pijn onder controle is, mag de patiënt naar huis. Gemiddeld zijn patiënten één tot drie dagen opgenomen. Vervolgens is het van belang dat de patiënt weer in beweging komt onder begeleiding van een fysiotherapeut. We zien de patiënt 6 tot 8 weken na de operatie terug. De meesten lopen dan alweer zonder krukken. Na de ingreep adviseer ik patiënten vaak korte stukjes te lopen in plaats van in één keer een lang stuk. Zo voorkomen we overbelasting van de heup in de eerste weken. Als de eerste periode met zwelling erop zit, kan de patiënt weer langere wandelingen maken.”

Weer heerlijk wandelen

Meneer Uijttenboogaard wandelt inmiddels weer elke dag. Net als voor zijn heupoperatie. “Ik ben heel actief. Samen met mijn vrouw wandel ik veel. Soms rijden we bijvoorbeeld naar Lage Vuursche of Castricum om daar te gaan wandelen. Ook wandel ik regelmatig langs het Noord-Hollands kanaal of in het Twiske. Vroeger waren we ook lid van een wandelclub. We hebben behoorlijk wat kilometers afgelegd. Inmiddels ben ik drie maanden geleden geopereerd en ik kan alles weer doen. Over een jaar hoef ik pas weer op controle te komen. Ik ben zeer tevreden”.

Wilt u meer weten over een heupoperatie?

Ter voorbereiding op een mogelijke heupoperatie kijkt u op www.bovenij.nl bij het specialisme ‘Orthopedie’ of op www.zorgvoorbeweging.nl.
Voor, tijdens en na uw behandeling kunt u met vragen ook terecht bij de orthopedisch verpleegkundige. Zij zijn telefonisch, per mail én via de gratis app ‘BeterDichtbij’ goed bereikbaar voor patiënten.

Beter Samen in Noord

Zorg houdt niet op als de patiënt uitbehandeld is in het ziekenhuis. Met diverse zorg- en welzijnsaanbieders werkt het BovenIJ ziekenhuis binnen “Beter Samen in Noord” (een programma van de Krijtmolenalliantie) onder andere samen aan de zorg voor (kwetsbare) ouderen.

De voorbereiding en nazorg voor (kwetsbare) ouderen die een heupoperatie ondergaan is hier onderdeel van. Winih Markito, internist ouderengeneeskunde: “Bij patiënten, ouder dan 70 jaar, die bijvoorbeeld een heupoperatie moeten ondergaan, bekijken we vooraf hoe het met de algehele gezondheid is. Zo kunnen we een inschatting maken welke risico’s er kunnen zijn na de operatie. En of er extra aandacht nodig is bij de revalidatie in het ziekenhuis maar zeker ook thuis. Oudere patiënten hebben vaak meerdere problemen tegelijk waardoor zij kwetsbaarder zijn. Het is bij ouderen daarom juist belangrijk om in de volle breedte de situatie te onderzoeken. Hiermee proberen wij ervoor te zorgen dat de patiënt zichzelf ook na de operatie goed kan redden. Zo kijken we binnen en buiten het BovenIJ ziekenhuis met elkaar veel breder dan ons eigen domein en dat komt de zorg voor de oudere patiënt ten goede.”

Winih Markito, internist ouderengeneeskunde

Een project van de Krijtmolenalliantie KMA

BSN BETER SAMEN IN NOORD

Kijk op www.betersameninnoord.nl

BVN 2018

Het BovenIJ ziekenhuis heeft van de Borstkankervereniging Nederland (BVN) het roze lintje ontvangen voor goede, patiëntgerichte borstkankerzorg. En daar zijn we ontzettend trots op. Ieder jaar worden zo’n 400 nieuwe patiënten met borstkanker in het Oncologisch Centrum Amsterdam behandeld. Door deze intensieve samenwerking met het OLVG kunnen patiënten voor behandeling altijd terecht bij een ziekenhuis bij hen in de buurt.

Het BovenIJ ziekenhuis:
persoonlijk, verbindend en ondernemend

Voorkomen dat je weer terugvalt, volhouden loont!

Hartrevalidatie in het BovenIJ ziekenhuis én thuis

Het doormaken van een hartziekte of een hartoperatie is ingrijpend. Voor de patiënt en de naasten ontstaat er veelal een 'nieuwe situatie', waarbij gevoelens van angst en onzekerheid een rol spelen.

Om het herstel tijdens en na de opname te bevorderen én de ervaringen een plek te geven, kunnen patiënten meedoen aan het hartrevalidatieprogramma. Bob Couzij vertelt over zijn ervaring met het programma. Op het moment dat wij hem spreken, is hij bezig met zijn laatste training in het BovenIJ ziekenhuis.
Bob Couzij: "Met hartklachten kwam ik terecht in het BovenIJ ziekenhuis. Na onderzoek werd ik gedotterd en werd

een stent geplaatst vlakbij mijn hart. Aansluitend volgde ik het hartrevalidatieprogramma. Dit bestaat uit een aantal bijeenkomsten waar je informatie krijgt over de ziekte, medicatie, risicofactoren, voeding en alles wat daarbij komt kijken. Tijdens één van de bijeenkomsten kreeg ik van dr. Bakx uitleg over de werking van de medicijnen. Ook heb ik samen met mijn vrouw de bijeenkomst over voeding bezocht. We waren best gewend om verantwoord te eten, maar ik houd erg van snoepen. Dat probeer ik nu wel te minderen. Ik heb nog wel wat bijwerkingen van de medicijnen, maar dat is te doen."

Fysieke training

Bij het hartrevalidatieprogramma hoort een training waar je je fysieke grenzen leert kennen en leert om te gaan met fysieke beperkingen. Bob Couzij: "Ik voel dat mijn conditie is verbeterd door de fysieke training en de ademhalings- en ontspanningsoefeningen. En na 12 lessen zit het er na vandaag voor mij op. Ik ben zeer tevreden over de medische begeleiding en persoonlijke aandacht. Nu ga ik thuis verder trainen."

Volhouden loont

Een paar maanden later spreken we Bob Couzij weer. Na het programma in het ziekenhuis is het belangrijk dat hartpatiënten in beweging blijven en de nieuwe levensstijl vasthouden. En dat lukt hem aardig.
Bob Couzij: "Met mij gaat het goed. Ik train nu één keer per week bij een fysiotherapiepraktijk. Ik was laatst bij de cardioloog en alle uitslagen waren goed. Ik dacht eerst nog dat ik de oefeningen thuis ook wel kon doen, maar na 2-3 weken verwatert dat toch. Nu word ik goed begeleid en voel me fit. Je houdt het beter vast en het geeft zelfvertrouwen."

Gezonde leefstijl

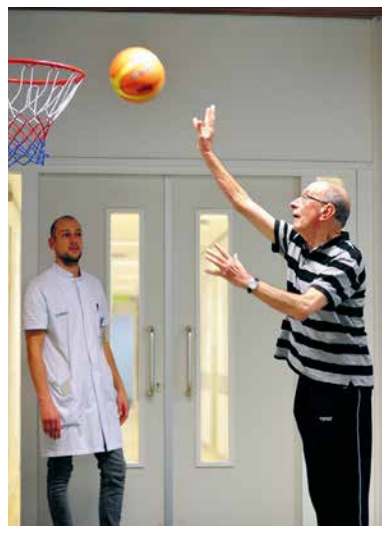
Naast de training is ook het vasthouden van een gezonde leefstijl belangrijk.
Bob: "Dat gaat ook goed. Mijn vrouw en ik leefden al gezond en letten ook op onze voeding. Maar we eten normaal. Ik laat mijn gehaktballetje niet staan. Maar wel minder zoetigheid en minder zout. Daar let ik op. Ook probeer ik zoveel mogelijk de trap te gebruiken, te fietsen en te wandelen. Ik was erg geschrokken

De heer Couzij tijdens de training in het BovenIJ ziekenhuis

na de dotterbehandeling. Maar als ik zie wat ik nu doe en kan, dan geeft me dat weer vertrouwen voor de toekomst."

Volhouden is belangrijk, ook buiten het ziekenhuis

Na het hartrevalidatieprogramma hebben patiënten vaak moeite om de nieuwe actieve leefstijl vast te houden. Dat kan een risico zijn voor een nieuwe hartziekte. Daarom is het belangrijk dat patiënten ook na het programma in de eigen buurt blijven trainen en gezond blijven leven. Een goede afstemming tussen ziekenhuis, huisarts en de fysiotherapeut in de buurt kan daarbij helpen. De patiënt komt dan in de eigen buurt ook op de juiste plek voor ondersteuning. De hartrevalidatie helpt patiënten bij het terugkrijgen van het vertrouwen in het eigen lichaam en het aanpassen van de leefstijl en verbetert zo de kwaliteit van leven.



Meer aandacht voor gezondheid en gedrag

Een gezonde leefstijl is nodig om gezond ouder te worden. De BovenIJ zorgprofessionals willen patiënten graag helpen bij het ontwikkelen van een gezonde(re) levensstijl.

Gezond eten

Goede voeding is belangrijk voor ons lichaam. Door gezond te eten heeft u minder kans op overgewicht, diabetes type 2, hart- en vaatziekten en gewrichtsklachten. Bovendien verkleint u de kans op bepaalde vormen van kanker. Met een goed gewicht zit u vaak ook lekkerder in uw vel. U voelt zich fitter, kunt gemakkelijker bewegen, raakt minder snel buiten adem en hebt minder kans om ziek te worden. Daarnaast is het belangrijk om ook goed op te letten of u wel voldoende eet, zeker als u wat kwetsbaar bent omdat u vaak ziek bent geweest of ouder bent.

Koolhydraten tellen bij diabetes

Voor patiënten met diabetes is een gezond voedingspatroon zeker belangrijk. 'Wat eet ik en wanneer?' en 'Wat heeft dat voor gevolgen voor mijn bloedsuikerwaarde?' Om patiënten bewust om te laten gaan met voeding organiseren de diabetesverpleegkundigen samen met de diëtistes workshops over 'het tellen van koolhydraten'.
De heer Cheung heeft de workshop gevolgd: "Ik heb al ongeveer 8 jaar een insulinepomp en ben dus gewend aan het tellen van koolhydraten. Als je een insulinepomp hebt, hoef je alleen het aantal koolhydraten aan te geven en de pomp zorgt zelf voor de juiste hoeveelheid insuline. Door me bewust te zijn van de hoeveelheid koolhydraten die ik eet, en daarbij de pomp te gebruiken, heb ik veel meer vrijheid gekregen. Ik kan het iedereen aanraden."

Gezellig samen wandelen is goed voor de gezondheid

Meer bewegen

Nederlanders bewegen eigenlijk te weinig. Er is een 'Nederlandse Norm Gezond Bewegen' die is gericht op het onderhouden van gezondheid op de lange termijn. Bent u jonger dan 54 jaar dan is de norm: 5 dagen per week 'matig intensief' bewegen, minimaal 30 minuten per dag. Bent u 55 jaar of ouder dan is de norm: 5 tot 7 dagen per week 'matig intensief' bewegen, minimaal 30 minuten per dag. En twee keer per week spierkrachtoefeningen. Dus: Kom in beweging! Wandel buiten, bezoek een sportschool of kijk in uw omgeving welke mogelijkheden er nog meer zijn.

Wandelgroepen in Noord

In verschillende wijken in Amsterdam-Noord zijn wekelijks wandelgroepen actief. Hier kunt u met anderen gezellig wandelen en zo gezond bezig zijn. Simone van Dijk is begeleider van de wandelgroep "Kwiek Noorderpark'. Simone: "Overgewicht zorgde ervoor dat ik last kreeg van mijn knie. Door regelmatig te bewegen met de wandelgroep heb ik nu minder pijn. Ik ben begonnen bij de wandelgroep 'Gewichtige dames'. Inmiddels ben ik 'steunvrouw' en begeleid ik andere dames, coördineer de wandelgroep en verzorg een koffieclubje in het Huis van de Wijk de Meeuw. Door met elkaar bezig te zijn krijg je meer energie. Het is een goedkope oplossing voor veel lichamelijke maar ook sociale problemen."
Wilt u ook wandelen door het mooie Amsterdam-Noord? Of bent u een dame met overgewicht en heeft u behoefte om andere 'gewichtige dames' te ontmoeten en eens samen te praten en bewegen? Dan kunt u terecht bij de 'Gewichtige dames' van Doras. Meer informatie vindt u op www.doras.nl. Voor informatie over de verschillende wandelgroepen kunt u contact opnemen met Rita Gemerts, wandelcoördinator in Noord via info@ray-action.nl

Stoppen met roken

Roken is mogelijk zó verweven in iemands dagelijks leven dat het bijna onmogelijk lijkt om ermee te stoppen. Stoppen met roken is nooit te laat. Het heeft altijd zin, ook op latere leeftijd. Als u niet meer rookt, loopt u een stuk minder risico op long- en hart- en vaatziekten. Ook bespaart u geld en tijd. Bovendien ruikt en proeft u meer. Maar wat nog veel belangrijker is: u leeft gezonder.

Programma 'Stoppen met roken - Voel je Vrij'

Stoppen met roken is prettig als je er niet alleen voor staat. Daarom start Lieke Spiegelenburg, longverpleegkundige, een nieuwe cursus van het programma 'Stoppen met roken – Voel je Vrij'. Bij de cursus 'Voel je vrij' stop je in groepsverband.
Lieke: 'Ik begeleid de mensen die zich aanmelden via de rook-stop-polikliniek. In tien weken kom je zeven keer bij elkaar. Naast het stoppen met roken is er ook aandacht voor leefstijl en gedragsverandering. En iedere deelnemer krijgt een 'maatje' uit de groep, waardoor je elkaar extra kunt stimuleren en motiveren.'

Lieke Spiegelenburg, longverpleegkundige

Verwijzing

Wilt u stoppen met roken maar kunt u daar wel een steuntje bij gebruiken? Vraag uw huisarts om een verwijzing naar de rook-stop-polikliniek in het BovenIJ ziekenhuis. De eerstvolgende cursus start op **maandag 10 september**. Meer informatie leest u op onze website.

Hoe ervaart u onze zorg?

Op de website zorgkaartnederland.nl kunt u uw ervaring met ons ziekenhuis delen.

column

Samen Beter

Noord groeit. Steeds meer mensen, jong en oud(er), komen in Amsterdam-Noord wonen. In 2030 is het bevolkingsaantal zelfs met 22% gegroeid. En ook anderen kunnen nu nog makkelijker en snel ons mooie stadsdeel ontdekken met de nieuwe Noord-Zuidlijn. Niet alleen Noord verandert. De gezondheidszorg verandert ook. Er komt veel meer aandacht voor samenwerking (terecht!), veel meer aandacht voor de ervaringen van de patiënt (terecht!) en meer aandacht voor digitale oplossingen (ook terecht!). Om maar eens een paar dingen te noemen. Om u optimaal van dienst te zijn, zijn al deze ontwikkelingen zowel voor u als voor ons ziekenhuis van grote betekenis. U wilt graag dichtbij beter worden en wij willen er graag voor u zijn. Of dat nou gaat om acute zorg, chronische zorg, planbare (operatieve) zorg of geboortezorg. U bent van harte welkom. Om u samen met andere zorg- en welzijnsprofessionals beter te kunnen maken is het van belang dat wij over uw juiste gegevens beschikken. Met de inwerkingtreding van de nieuwe privacywet zijn die eisen nog strenger geworden en moet u expliciet toestemming geven. Op de achterkant van deze krant leest u er meer over.

Om ook digitaal samen beter te worden, kunt u bijvoorbeeld gebruik maken van de BeterDichtbij-app. Een gratis service waarmee u direct in contact staat met uw specialist. Als u zich goed wilt voorbereiden op het gesprek met uw arts, heeft u veel aan de drie goede vragen van de Patiëntenfederatie: “Wat zijn mijn mogelijkheden? Wat zijn de voor- en nadelen? Wat betekent dat in mijn situatie?”
En laat u ons vooral ook weten als wij onze zorg aan u nog verder kunnen verbeteren, daar worden we samen beter van!

Edwin van der Meer
Voorzitter Raad van Bestuur
(secretariaatrvb@bovenij.nl)

Klaar voor meer bevallingen

In ons nieuwe Moeder Kind Centrum worden jaarlijks ongeveer 1.200 baby’s geboren. De verwachting is dat het aantal stijgt naar tenminste 1.500 bevallingen per jaar.

Amsterdam-Noord groeit
Steeds meer jonge stellen trekken naar Noord. Daarnaast sluiten de geboorteafdeling van het Waterlandziekenhuis en het naastgelegen kraamhotel in Purmerend. De geboorteafdeling van het Waterlandziekenhuis verhuist naar het Westfriesgasthuis in Hoorn.

Klaarmaken voor flinke groei
Met de oplevering van het nieuwe Moeder Kind Centrum is het BovenIJ ziekenhuis klaar voor een flinke groei. Een groot deel van de mensen die naar het ziekenhuis gaat, komt uit Amsterdam-Noord. Maar ook veel inwoners uit de regio Waterland komen naar het BovenIJ ziekenhuis. En we verwachten uit de regio Waterland ook een toename. We zijn juist een ziekenhuis voor iedereen in de omgeving. Iedereen is van harte welkom!
“We hebben nu vier verloskamers, maar de nieuwe afdeling is zo gebouwd dat er gemakkelijk nog een kamer bij kan komen. Die is dan in een paar weken af. Dan hebben we in het BovenIJ ziekenhuis plek voor 1.800 bevallingen per jaar.”

Vanaf de geboorte bij elkaar
Er zijn kamers voor de bevallingen en kamers waar de moeders met baby kunnen bijkomen. Dit zijn bewust twee kamers, zodat moeder en kind naar een frisse, nieuwe kamer gaan. Ook kunnen de vader of ander familielid in de kamer blijven slapen, zo is het als het ware een “gezinssuite”. Ook als het kindje extra zorg nodig heeft, blijft de moeder erbij. De couveuse wordt dan op de kamer geplaatst. Gynaecoloog Marion Verdel is heel blij met de nieuwe afdeling: ,,Vroeger hadden we een aparte kamer met couveuses, nu blijven moeder en kind bij elkaar. Dat is veel fijner voor allebei.”

Nieuw en comfortabel
De kamers zijn zo ingericht dat deze wat huiselijker eruitzien dan een gemiddelde ziekenhuiskamer. Ook kunnen de ouders muziek luisteren, is er wifi, televisie en hebben de eigen badkamers douches met massagestand en zijn er kamers met een bad. Verdel: ,,We hebben het zo ingericht, dat ouders hier hun eigen plekje kunnen maken. Natuurlijk, het blijft een ziekenhuis, maar het is een nieuwe start voor een gezin, dus maken we de inrichting ook wat huiselijker.”

Hoofdpijnpolikliniek voor kinderen en jongeren

Kinderen en jongeren met hoofdpijnklachten kunnen in het BovenIJ ziekenhuis terecht op het spreekuur van de hoofdpijnpolikliniek. De neuroloog, kinderarts, fysiotherapeut en hoofdpijnverpleegkundige werken nauw samen bij de behandeling van hoofdpijn bij kinderen en jongeren.

Afspraken op één dag
Neuroloog Anouk Custers: “Bij de behandeling van kinderen en jongeren met hoofdpijnklachten werkten we al nauw samen met de kinderartsen. Nu we ook de fysiotherapeut en oogarts/orthoptist bij de behandeling betrekken is het nu mogelijk om snel alle aspecten van de diagnose en behandeling duidelijk te hebben.”
“Voor zowel kinderen als ouders is het fijn dat alle afspraken zoveel mogelijk op één dag plaats kunnen vinden en dat het behandelplan snel bekend is, aldus kinderarts Janneke Wilms.”

Meike Hartelust bezocht met haar dochter Riekje de hoofdpijnpolikliniek. Meike: “Het idee dat er vanuit allerlei verschillende vakgebieden en expertises naar Riekje wordt gekeken om haar hoofdpijnpuzzel zo goed mogelijk te leggen, geeft heel veel vertrouwen. Riekje zelf vond de mensen van de hoofdpijnpoli erg aardig. Ik vond het fijn dat ik mijn verhaal kwijt kon.”

Afspraak op de hoofdpijnpolikliniek
Heeft uw kind hoofdpijnklachten? Dan kunt u uw huisarts vragen voor een verwijzing naar de hoofdpijnpolikliniek in het BovenIJ ziekenhuis. Na aanmelding wordt bekeken waar binnen het behandelteam de eerste afspraak het beste kan plaatsvinden.

Multidisciplinaire aanpak van chronische hoofdpijn bij kinderen en jongeren

Voorlichtingsavonden en rondleiding Moeder Kind Centrum

Meer weten over bevallen in het BovenIJ ziekenhuis? Bezoek dan de voorlichtingsbijeenkomst in september of november. U krijgt tevens een rondleiding en kunt de verloskamers en gezinssuites bekijken.

Ook kun je met je eigen verloskundige bij ons bevallen. Aida Schrijver deed dat ook. ‘Vooraf heb ik met mijn verloskundige besproken dat ik in het ziekenhuis wilde bevallen. Toen zijn we ook naar de voorlichting geweest. Het kleinschalige en dat alles nieuw was, sprak ons het meeste aan. Een paar weken later ben ik in het BovenIJ bevallen.’

Meer weten? Bekijk alle data op bovenij.nl, > agenda.

Centering
Kent u centering al? Dat is een nieuwe manier van zwangerschapscontroles. Samen met andere vrouwen die in dezelfde periode zwanger zijn. Het BovenIJ ziekenhuis biedt ook centering aan. In totaal zijn het tien groepsbijeenkomsten.
Erika: “Op latere leeftijd ben ik zwanger geworden. Uiteindelijk via een IVF traject. Zelf ben ik enig kind, Franstalig en in mijn omgeving was ik de enige die op dat moment zwanger was. Via centering leerde ik andere zwangere vrouwen kennen en deelde mijn ervaringen. Allemaal onder begeleiding van de verloskundige in het BovenIJ ziekenhuis. Door de groepsgesprekken die er ontstonden, bespraken we verschillende onderwerpen. Zo kreeg ik door de gesprekken een beter beeld van de bevalling dan dat ik alleen de mooie verhalen uit een boekje las. Aansluitend voerde de verloskundige van het ziekenhuis ook één op één de medische controles uit”.

Meer informatie? Neem contact op met het Moeder Kind Centrum via 020-634 6320 of kijk op www.centeringhealthcare.nl

Contact met de Cliëntenraad van het BovenIJ ziekenhuis?

Bereikbaar per mail: clientenraad@bovenij.nl of via twitter: @BovenIJClienten.

Noteer 23 november: Cliëntenraad viert 12,5 jaar bestaan

Samen duurzaam: drop de dop!

Een beter milieu begint bij jezelf. Plastic kan bijvoorbeeld heel makkelijk gerecycled worden. In de BrasserIJ van het BovenIJ ziekenhuis staat sinds kort een oranje PET- man fles. In deze bak kunt u lege plastic flessen achter laten. En als er voldoende flessen zijn, wordt het plastic gerecycled. De leverancier maakt er vervolgens duurzame pennen van.

De doppen van de flessen kunt u apart inleveren. Een paar jaar zamelen al een aantal medewerkers van het BovenIJ ziekenhuis plastic doppen in. Naast de PET-man fles staat dus ook een bak waar de plastic doppen in kunnen. Alle ronde plastic doppen en deksels zijn welkom: van mineraalwaterflessen, frisdrankflessen, melk- of yoghurtpakken en fruitsappakken. Maar ook doppen van slagroombussen, doseerdopjes van wasmiddelflessen en deksels van pindakaas- en chocopastapotten zamelen we in voor het goede doel KNGF Geleidehonden. Per kilo ontvangt het goede doel een vergoeding. En daarmee kan de KNGF Geleidehonden stichting weer gratis een hond opleiden. Dus gooi de doppen niet weg, maar lever ze in!

Jan van der Borden, KNO-arts

Jan van der Borden, KNO-arts: 'Soms is het zo eenvoudig om milieubewust ergens mee bezig te zijn. En je helpt ook nog eens het goede doel. Dat is eenvoudig te realiseren. Eén keer in de zoveel tijd lever ik namens het BovenIJ ziekenhuis de doppen bij het verzamelpunt in. Dus met elkaar zoveel mogelijk doppen droppen!'

Tips voor de zomer

Wees alert in de zomer! Let op dat de huid niet verbrandt. Smeert u zich daarom voldoende in met een hoge factor en het liefst ook een paar keer per dag.

Dermatoloog Piskin: "Het aantal gevallen van huidkanker stijgt ieder jaar. Daarom is het belangrijk dat we mensen blijven stimuleren regelmatig hun huid te controleren, om zo huidkanker in een vroeg stadium te ontdekken. Bewustwording en preventie zijn erg belangrijk. We kunnen niet genoeg blijven hameren op de noodzaak van een goede bescherming van de huid tijdens zonnen, recreëren, sporten of werken." Controleer uw huid ook altijd op teken na het fietsen, wandelen of buiten spelen. In de zomer draagt u luchtige kleding. Teken kunnen daardoor makkelijker op de huid terecht komen. Belangrijk is dat u de teek zo snel mogelijk verwijdert. Anders bestaat de kans dat u de ziekte van Lyme krijgt. Lukt het verwijderen niet of heeft u vragen? Neem dan altijd contact op met uw huisarts.

Veilig appen met uw arts via de gratis BeterDichtbij app

In een veilige app uw persoonlijke vraag stellen aan uw eigen arts en onderzoeksuitslagen ontvangen op uw telefoon? Dat is mogelijk voor een groep patiënten via de gratis en beveiligde app BeterDichtbij. Voor of na een ziekenhuisafspraak zitten patiënten soms nog met allerlei vragen. Dit kan gaan over een afspraak of parkeren, maar juist ook over ziekte of gezondheid. "Het is fantastisch dat we nu ook via een app onze vertrouwde, regionale zorg kunnen bieden. Gewoon via de eigen telefoon of computer, zodat alles ook nog eens rustig na te lezen is", aldus een van de artsen. "Samen met patiënten onderzoeken we hoe we de app steeds verder kunnen verbeteren."

BeterDichtbij ook gebruiken?
Vraag ernaar bij uw specialist in het BovenIJ ziekenhuis of lees verder op www.beterdichtbij.nl

De komst van de Noord-Zuidlijn!

Per 22 juli gaat de Noord-Zuidlijn rijden. Een nieuwe mogelijkheid om in Amsterdam-Noord te komen. Verschillende bushaltes zijn door de gemeente Amsterdam in de stad verplaatst of verwijderd. In de buurt van het ziekenhuis blijven de twee bushaltes beschikbaar, namelijk halte Oosterlengte en halte BovenIJ ziekenhuis. Ook stopt de Noord-Zuidlijn in de buurt van het ziekenhuis. U moet dan wel een stukje lopen. Wilt u meer weten over de wijzigingen rondom het openbaar vervoer? Kijk dan op de website www.wijnemenjemee.nl

Bezoek onze binnentuin

Wist u al dat het ziekenhuis een binnentuin heeft? Als proef stellen we de tuin open voor bezoekers, patiënten en medewerkers. Elke dag van 8.00 tot 18.00 uur. U kunt er bijvoorbeeld even op een bankje zitten, wat drinken of een boekje lezen. Denk wel aan onze patiënten en collega's. Rondom de tuin zitten spreekkamers en patiëntenkamers.

Tuin bezoeken? Volg de route naar het stiltecentrum.

Werken in het BovenIJ ziekenhuis?

Kijk dan eens naar de mogelijkheden op werkenbijbovenij.nl

BovenIJ ziekenhuis vraagt toestemming voor delen medische gegevens

In verband met de nieuwe privacywetgeving, sinds 25 mei van kracht, mogen ziekenhuizen niet meer automatisch gegevens van patiënten delen met andere zorgverleners. Patiënten moeten hiervoor actief toestemming geven. Zonder deze toestemming mogen gegevens niet gedeeld worden. Ook niet in noodsituaties.

Dit betekent dat voor het delen van uw (medische) gegevens vanuit het BovenIJ ziekenhuis via 'portalen' naar bijvoorbeeld huisartsen, apotheken en andere ziekenhuizen uw uitdrukkelijke toestemming nodig is. Wanneer u voor verdere behandeling wordt doorverwezen naar een andere specialist of een ander ziekenhuis, dan is aparte toestemming niet vereist. Uw toestemming wordt dan verondersteld.

Wij vragen uw toestemming
Als u ons ziekenhuis bezoekt, vragen wij u om uw toestemming voor het delen van uw gegevens. Hiervoor ontvangt u een toestemmingsformulier ter ondertekening (ook als u geen toestemming wilt geven) én een samenvatting van de folder 'Toestemming gegevens delen'.
Meer informatie kunt u lezen in de uitgebreide folder 'Toestemming gegevens delen'. Deze vindt u op onze website op de pagina 'Rechten en Plichten', daar vindt u ook ons nieuwe privacybeleid én de nieuwe privacyverklaring. Heeft u nog vragen dan kunt u deze stellen via privacy@bovenij.nl. Om ook uw privacy goed voor elkaar te kunnen hebben, is uw toestemming nodig. Daarom vragen wij om uw toestemming bij uw bezoek aan ons ziekenhuis.

Patiëntenportaal Mijn BovenIJ

Eind 2019 heeft ook het BovenIJ ziekenhuis een uitgebreid patiëntenportaal. Patiënten kunnen dan zelf hun medische gegevens inzien. Bijvoorbeeld bloeduitslagen of andere medische gegevens. Via de website van het ziekenhuis kunt u nu al wel naar Mijn BovenIJ. Alleen de informatie is nog beperkt. Patiënten kunnen op dit moment alleen hun geplande afspraken en persoonlijke gegevens inzien, zoals naam, telefoonnummer en mailadres.

Geef uw 06-nummer aan ons door!
Als u voor het eerst in het BovenIJ ziekenhuis komt, schrijft u zich in bij het Patiënten Service Bureau. Zorg ervoor dat uw mobiele telefoonnummer en e-mailadres bij ons bekend zijn. Zo kunnen wij u in de toekomst nog beter bedienen.

Colofon

De **BovenIJ ziekenhuiskrant** is een uitgave van het BovenIJ ziekenhuis, juli 2018. **www.bovenij.nl**.
Redactie Afdeling communicatie en voorlichting, postbus 37610, 1030 BD Amsterdam, email: communicatie@bovenij.nl. **Fotografie** Afdeling communicatie en voorlichting, Henk Rougoor, REEM fotografie, Ella Tilgenkamp en Shutterstock. **Productie** Rodi Media, Broeker Werf 8, 1721 PC Broek op Langedijk, (0226) 333311, advies@rodi.nl.
Drukwerk Rodi Rotatiedruk, Visseringweg 40, 1112 AT Diemen, (020) 3980808, rotatiedruk@rodi.nl.

Volg ons ook op

INTERVIEW MET IVAR MANUEL, LID DAGELIJKS BESTUUR AMSTERDAM-OOST

‘7500 woningen erbij legt een enorme druk op het stadsdeel’

Manuel in gesprek met bewoners over speeltoestellen en een bankje, vlak bij het stadsdeelhuis Oost.

Ivar Manuel, lid van het dagelijks bestuur (DB) in Amsterdam-Oost, is al jaren actief in de plaatselijke politiek. In het nieuwe bestuur heeft hij onder meer Ruimtelijke Ontwikkeling, Cultuur en Groen in zijn portefeuille.

Door Ronald Smallenburg

Hoe gaat het nu, als lid van het dagelijks bestuur van Oost?
“Uitstekend. Groen Links heeft de verkiezingen gewonnen maar keurig de posities verdeeld, waardoor er bij ons een PvdA-er [Maarten Poorter, RS] voorzitter is geworden. Het voordeel van deze nieuwe constructie is dat we nu veel dichter bij de macht zitten, het college van B en W in de Stopera. Daarmee krijgen we invloed op het beleid namens de bewoners.”

Wat houdt dat concreet in?
“Dit jaar moeten er 7.500 woningen gebouwd worden in Amsterdam. Oost is daarvoor de eerste plek met IJburg, Zeeburgereiland en het Amstelkwartier. Dat legt een enorme druk op ons, want dit vraagt natuurlijk niet alleen om woningen en bedrijfsruimten op een verder verdicht Strandeiland, maar ook om infrastructuur en voorzieningen. In de nieuwe buurten moet er gefietst kunnen worden, er moeten scholen, winkels en culturele en jongerenvoorzieningen komen en nog veel meer. De bestuurscommissie heeft de ambitie en de taak om de ideeën daarover onder de huidige en toekomstige bewoners van Oost te verzamelen en die samen met hen te ontwikkelen. We roepen iedereen op om actief met ons mee te doen.”

Over infrastructuur gesproken... de ontsluiting van Oost is een drama.
“Dat klopt en dat lossen we niet zomaar op. Iedereen is zich hiervan bewust en wij zullen hier voortdurend aandacht voor vragen. De stad groeit en dat zal voorlopig zo blijven. Afgelopen jaar kwamen er 11.000 mensen bij. Dat vraagt om extra inzet op de bouw en de infrastructuur. Wij stimuleren dit soort investeringen – zoals extra geld voor een uitgebreider ov-netwerk in Oost – zoveel mogelijk bij de centrale stad. En dat geldt ook voor de op- en afritten bij de A10.”

U heeft ook cultuur in uw portefeuille. Kunnen bewoners nog een cultureel cadeau verwachten?
“Een cadeau niet, maar wel een Cultuurpodium. Wat je met het steeds drukker worden van het centrum ziet gebeuren is dat veel Amsterdammers in de wijken blijven. Jij en ik [uw reporter is van dezelfde generatie, RS] gingen in onze jonge jaren naar het Leidseplein. Nu gaat men uit in eigen buurt of wijk. In Oost proberen we dat te faciliteren met een overkoepelend Cultuurpodium, een netwerk van samenwerkende podia om een beter en niet-versnipperd aanbod aan cultuur te brengen. Dat is zo’n voorbeeld om met de groeiende vraag naar buurtvoorzieningen om te gaan.”

EIGENZINNIG!

Raoul van Dort

Tweede Paasdag 2011. Een groepje jongelui rijdt in hun auto door het centrum van Tilburg als plotseling een fietser de weg op rijdt; een aanrijding kan niet worden voorkomen. De fietser loopt ernstig letsel op, waaronder hersenletsel. Zij kan zich van het ongeval niks herinneren, ook niet waar ze vandaan kwam of waar ze naar toe ging. Via een oud-cliënte kom ik met haar in contact. Een ander kantoor had haar zaak beoordeeld en zag er niks in.

Eigenzinnig als ik ben meende ik dat – ook vanwege het ernstige letsel – op zijn minst een nader onderzoek moest worden gedaan naar de toedracht van het ongeval en nam de zaak in behandeling op basis van no cure no pay. Bovendien was cliënte als gevolg van het ongeval volledig arbeidsongeschikt geraakt, terwijl zij tot aan het ongeval had gewerkt en goede vooruitzichten had. Bovendien was ze afhankelijk geworden van de hulp van anderen.
De jongelui in de auto hadden (ook onder ede) verklaard dat cliënte plotseling van rechts de weg op was geschoten, ze hadden niks kunnen doen om de aanrijding te voorkomen.
Eén aspect was echter vreemd: cliënte zou in haar val een linkerspiegel van een rechts geparkeerde auto hebben afgebroken. Dat trok mijn aandacht: hoe kun je als je van rechts naar links rijdt en dan wordt aangereden, een spiegel afbreken van een auto die zich dan in feite achter je bevindt? Ik kon dat niet verklaren.

De verzekeraar van de auto beriep zich op overmacht en wees aansprakelijkheid van de hand. Dat werd bevestigd door de rechtbank aan wie we de zaak hadden voorgelegd. We besloten een ongevalsdeskundige de zaak eens te laten analyseren. Die bevestigde het vermoeden dat cliënte niet van rechts kon zijn gekomen, maar van links! Dat verklaarde ook de kapotte spiegel; de bestuurder kon dus wel degelijk onoplettendheid worden verweten. De puzzel viel in elkaar. Dat creëerde ruimte in de procedure in hoger beroep. En onlangs, ruim zeven jaar na dato kon deze kwestie alsnog op bevredigende wijze worden geschikt. Eigenzinnig, gelukkig!

Van Dort Letselschade
www.vandortletselschade.nl / letsel.nl

Advertorial

Fysiotherapie GOED ook op IJburg!

Vanaf **maandag 23 juli** kunt u bij ons terecht aan de **IJburglaan 840**

Fysiotherapie
Alle aandacht voor uw klacht
GOED
Amsterdam

- Fysiotherapie
- Manuele therapie
- Kinderfysiotherapie

Binnen 24 uur de eerste afspraak.

Bel ons op 020 49 101 20

www.fysiotherapiegoed.nl

JAAP EDEN HAL

GROTE ZOMER VLOOIENMARKT

ZONDAG 22 JULI /19 AUG
10.00 UUR - 17.00 UUR

RADIOWEG 64
GRATIS PARKEREN

BOEK NU UW KRAAM
BEL VOOR INFO
06 391 08 152

animo-vlooienmarkten.nl

Zorggroep Amsterdam Oost

Begeleiding en dagbesteding

Wordt u ouder en zou wat begeleiding fijn zijn of mist u thuis gezelligheid? ZGAO helpt u graag zelfstandig te blijven.

Meer weten?
020 592 54 20

www.zgao.nl

Opslag van wat u dierbaar is in privé unit.
Ook geschikt voor uw motor.

Blasiusstraat 141

Volledig afgesloten met computerslot en sleutel, unit voorzien van verlichting, stroompunt, SKG slot.

Voor meer informatie en tarief:
info@stallingamsterdam.nl

Een initiatief van
De Baron De Stalling BV

TE HUUR

Kantoor aan de Spiegelplas

Turn-key kantoorruimte op de verdieping van een kleinschalig bedrijvencomplex aan de Dammerweg in Nederhorst den Berg. De kantoorruimte (104 m2) is voorzien van eigen aansluitingen, airconditioning, vloerbedekking, keuken etc. en heeft uitzicht op jachthaven en het water.
Huurprijs: € 889 per maand excl. BTW. Geen servicekosten!

VAN LONKHUIZEN makelaars
0294 – 480355

PARKETLOODS

De hoogste kwaliteit voor de laagste prijs

Amsterdam

Houten vloeren

ook geschikt voor vloerverwarming

Showroom Lemelerbergweg 35F
Amsterdam-Zuidoost (vlak bij Ikea) | gratis parkeren
www.parketloods.nl | info@parketloods.nl

ROYL traditional oil & wax

SPILFUNCTIE IN AMSTELDORP VOOR DE OPEN HOF EN HOEKHUIS

‘We willen er echt voor de buurt zijn’

In Amsteldorp staan verpleeghuis De Open Hof en het Hoekhuis, een sociaal buurtcentrum. Bewoners van het verpleeghuis en buurtbewoners kunnen in het Hoekhuis terecht voor koffie, activiteiten, samen eten, vragenuurtjes en gezelligheid. “We willen echt onderdeel uitmaken van de buurt. Hier kun je altijd binnenlopen.”

Door Linda van den Dobbelsteen

Annette en Saskia in de Fizeaustraat. Ze willen zo veel mogelijk buurtbewoners bereiken. “Hier in Amsteldorp wordt tussen verschillende (zorg)partijen, de gemeente én de buurt goed samengewerkt. Niemand mag tussen de wal en het schip belanden.”

Annette Bense is coördinator van servicepunt Hoekhuis en een trotse buurtbewoonster. “Het Hoekhuis is een buurthuis-plus, het schakelpunt tussen diverse zorgpartijen en buurtbewoners. Je kunt er ruimte huren en er zijn veel activiteiten. Zo organiseert ZGAO er een open inloop: koffie, kletsen en krant. En er is de seniorensoos waar buurtbewoners die gezelligheid zoeken en soms een steuntje in de rug prettig vinden, hartelijk ontvangen worden. Als het nodig is, regelen wij zelfs het vervoer.”

Je kunt in het Hoekhuis ook terecht met vragen. Zeker niet alleen over zorg. Ook jongeren met een vraag op woongebied worden geholpen. Annette legt het helder uit: “Iedereen weet dat je een brood bij de bakker haalt of vlees bij de slager. Maar gaat het over zorg en je prettig voelen – in wijk en vel – dan is het een zoektocht. Wij kunnen helpen.”

“We zien het als onze taak om mensen te helpen in het doolhof van zorgaanbod en onduidelijke vaktermen”, zegt Saskia Zonneveld, manager van De Open Hof en het Hoekhuis. “We willen niet dat iemand zich verloren voelt. In het verpleeghuis werken specialisten met veel expertise in ouderenzorg. Denk aan artsen, fysiotherapeuten, casemanagers dementie en ergotherapeuten. Hun kennis is niet alleen voor bewoners van De Open Hof, die brengen we graag de wijk in. Als je bijvoorbeeld twijfelt of je vader nog thuis kan wonen, of het gasfornuis nog wel veilig gebruikt wordt: onze ergotherapeut kan meekijken. Je hoeft het niet alleen te doen.”

Intussen wordt het plein tussen het Hoekhuis en De Open Hof opgeknapt. Saskia: “Samen met de gemeente maken wij het plein aantrekkelijker. Zodat iemand die de hond uitlaat sneller even stopt voor een praatje met onze bewoners.” Aan de andere kant van het huis ligt nog een stukje groen, ook dat wordt toegankelijk gemaakt. Zo’n veilige wandelzone is ook prettig voor de bewoners van de seniorenappartementen boven het Hoekhuis.

Naast wandelen zorgt de duofiets van De Open Hof voor vertier. Daarmee gaan medewerkers, familieleden en vrijwilligers met bewoners even de buurt in. Het Hoekhuis wordt trouwens grotendeels gerund door vrijwilligers. Annette: “Deze gastvrouwen bouwen een vertrouwensband op met onze bezoekers. Zo is het Hoekhuis laagdrempelig, voor leuke dingen én als je hulp nodig hebt.”

www.zgao.nl

(Advertorial)

Buurtbewoners zijn welkom in De Open Hof

- Een kopje koffie op het Hofplein.
- Lunch (3,50) of een avondmaaltijd (7,50), aanmelden bij de receptie.
- Meedoen met activiteiten zoals knutselen, film, sjoelen en optredens.
- Fysiotherapie, ergotherapie. Er is een oefenzaal.

De Open Hof:
Fahrenheitstraat 115, 020-4623333. Hoekhuis: Fizeaustraat 3.

Opslag voor fietsen of spullen in Oost

De Baron De Stalling BV opent een nieuwe vestiging in de Blasiusstraat. In deze een buurt is veel vraag naar opslagruimte, weten ondernemers Jack van Lieshout en Linda Tijssen. Na de verbouwing biedt hun stalling met camera’s, computerchipsloten, goede verlichting met ledlampen een veilige ruimte voor buurtbewoners die hun scooter of motor willen stallen. Je hebt een vaste plek met verankeringspunt en naamkaart, en kunt altijd in en uit. Er worden ook opslagunits – 8 m^3, met stroompunt – gerealiseerd voor bewoners of ondernemers die meer spullen hebben dan ruimte in hun huis of bedrijf. De Baron heeft diverse panden verspreid door de stad, waarvan al twee in Oost. Via een reserveringssite kun je je aanmelden: *www.stallingamsterdam.nl*. Vlak voor de vakantieperiode is de stalling aan de Blasiusstraat 141 gereed. ***(Advertorial)***

Fysiotherapie GOED binnenkort open

Aan de IJburglaan 840 opent Fysiotherapie GOED een nieuwe praktijk. De hoofdlocatie in Schellingwoude bestaat inmiddels bijna 10 jaar, met een team van vijftien fysiotherapeuten met diverse specialisaties. Het scala aan behandelingen bestaat niet alleen uit fysiotherapie, sportfysiotherapie, manuele therapie en kinderfysiotherapie, maar ook uit dry needling en shockwave. Spier- en peesklachten kunnen in beeld worden gebracht met behulp van echoscopie. GOED Fysiotherapie betrekt je na het vaststellen van de diagnose en oorzaak van de klacht actief bij het herstel, om te voorkomen dat de klachten blijven bestaan of terugkomen. *www.fysiotherapiegoed.nl / 020-4910120.* ***(Advertorial)***

Boogschieten op het Muiderslot

In het kasteel aan de Vecht zijn allerlei zomerse activiteiten. Behalve de tentoonstelling Gewapend met schoonheid, vrouwen en macht sinds de middeleeuwen is er tot het einde van de vakantie Een zomer om te zoenen. Elke dinsdag en donderdag kun je meedoen met het meespeeltheater en op woensdag staat er een Middeleeuwse boogschietbaan. Vaak is de valkenier aanwezig met zijn roofvogels, en op 2 september is het Pruimentijd. Info en openingstijden: *muiderslot.nl.*

MAXIS

Wij wensen u een fijne vakantie!

Gemakkelijk te bereiken, keuze uit een ruim winkel aanbod, altijd gratis parkeren, gezellig even bijkletsen en voordelig tanken. Iedere zondag geopend!

WWW.MAXIS.NL • VOLG ONS OP FACEBOOK

MEDIA GROEP Amsterdam

Mediagroep Amsterdam

Bereik Amsterdammers met wat Amsterdammers willen lezen!

Westerpost · ZUID · KOMPAS REGIOKRANT · Bijlmer&Meer · deBrug · Noord-Amsterdams Nieuwsblad

Alles over cultuur, sport, politiek en evenementen in de stad.

U leest het in de huis-aan-huisbladen van Mediagroep Amsterdam.

Voor meer informatie en reserveringen kunt u contact opnemen via:
Telefoon: 06-29040240 E-mail: martijn@debrugkrant.nl Website: www.debrugkrant.nl

A'dam en Media

de Brug wordt uitgegeven door A'dam en Media, specialist in tekst, fotografie en vormgeving

- brochures
- advertenties
- magazines
- huisstijlen
- campagnes
- bijlages

EEN GOED ALTERNATIEF VOOR FLYEREN IN AMSTERDAM

BEREIK JE DOELGROEP MET DE BRUG

de krant voor Amsterdam-Oost en omstreken
oplage 70.000 exemplaren, huis-aan-huis

www.adamenmedia.nl

06-29040240 · info@ adamenmedia.nl

WESLEY VENEMA, AMBITIEUZE TRAINER VAN TOS-ACTIEF

‘Wie ik dronken tegenkom, speelt niet’

TOS-Actief (vierde klasse zaterdag) heeft een nieuwe trainer: Wesley Venema. Ik spreek de 39-jarige ras-Amsterdammer op het zonovergoten terras naast een verdord hoofdveld. Wesley is welbespraakt, ontspannen rijgt hij de ene volzin aan de andere.

Door Gijs Lauret

Wat wil je bereiken met TOS-Actief?
“We zetten een driejarig traject uit, waarbij we elk jaar samen kijken of we verdergaan. Ik heb eerder laten zien geen clubhopper te zijn, wil hier langere tijd blijven. De selectie is rond, we hebben meerdere jeugdspelers toegevoegd. We hebben goede lichtingen in hogere jeugdelftallen. We willen de clubcultuur handhaven door de zogenaamde twee-plus-één-regel: tegenover iedere jongen van buiten twee spelers uit eigen jeugd in de selectie. Zo hoef je niet elk seizoen opnieuw te bouwen omdat iedereen weggaat. Na twee, drie jaar moeten de eerste resultaten zichtbaar zijn. Dat hoeft niet met promotie, maar vooral met ontwikkeling van de gehele club.
Het eerste jaar is belangrijk om samen plezier te krijgen, dat is de basis. Van daaruit willen we verzorgd voetballen, zonder onszelf een doelstelling op te leggen in de competitie. Eerst kijk ik welke spelers ik heb, daaruit volgt de tactiek. We kunnen niet iedereen wekelijks gebruiken, daar ben ik eerlijk in. Wel krijgt iedereen een eerlijke kans en worden jongens die niet spelen in andere elftallen ondergebracht. De mentaliteit is hier beter dan in andere stadsdelen. Ze zijn serieuzer, gedisciplineerder, gaan beter met teleurstelling om als ze niet spelen en... ze staan gewoon te luisteren wat je wilt op de training! Er is bovendien genoeg drive, ze spreken al onderling af om te trainen.”

Karakteriseer jezelf eens als trainer?
“Ik wil open zijn. Driemaal per week ben ik anderhalf uur de leider. Daarbuiten ben ik geen trainer maar moeten ze een geintje over mij kunnen maken zoals ik dat over hen moet kunnen. Vanuit plezier en goed onderling contact wil ik presteren. Maar afspraak is afspraak. Wie ik vrijdagavond dronken in de kroeg tegenkom, speelt niet. Liever een ander die wel de discipline heeft fit op de club te komen. Ik heb geen controle over wat ze doen, maar vertrouw erop dat ze verantwoordelijkheid nemen. Ga je uit? Prima, meld het. We hebben twintig man, stel ik iemand anders op. Zit er een rotte appel tussen? Al is hij de allerbeste, jammer. Die gaat eruit.”

Wesley Venema is de nieuwe trainer van TOS-Actief. “Driemaal per week ben ik anderhalf uur hun trainer. Daarbuiten moeten ze een geintje over me kunnen maken.”

Thomas Obrien-Coker, bestuurslid technische zaken:

“We willen plezier en prestaties laten samengaan en de normen en waarden van de vereniging hooghouden. Iedereen krijgt ruimte om op eigen niveau te voetballen en met de twee-plus-één-regel behouden we de TOS-identiteit. We willen jeugdvoetballers kansen bieden om als volwassene selectievoetbal te spelen. Ons eerste is het vlaggenschip, we hopen dat ze ernaar opkijken en uiteindelijk zelf graag in het eerste willen spelen.”

Fietspad IJburg-Muiden nu een voetpad?

Hoewel er bijna alleen maar fietsers te vinden zijn, attendeerde een lezer ons erop dat de ‘Natuurboulevard’, het in 2011 met veel bombarie geopende fietspad tussen winkelcentrum Maxis en Muiden langs het IJmeer, een voetpad is geworden. De fietspadborden zijn ook vervangen door voetpadborden. Het pad, officieel Jan Kerstenpad geheten, is een populaire fietsroute. Door wandelaars wordt het pad veel minder gebruikt.

De lezer schrijft: “Een ambtenaar van gemeente Gooise Meren vertelde mij dat het pad te smal zou zijn om volgens de normen veilig een fietspad te kunnen zijn. Ik heb eens op de breedte gelet, en ik vond dat wel meevallen. Het pad is van 1,5 tot 3 meter breed. Er zijn veel fietspaden die smaller zijn. Volgens de ambtenaar die ik sprak 'wordt er in principe niet gehandhaafd’.

'VEGA'

Janneke kookt

Er zijn tal van goede redenen om vegetarisch te eten. Vanwege duurzaamheid bijvoorbeeld, of omdat je tegen dierenleed bent, of desnoods omdat het rijmt met je identiteit. Maar de allerbeste reden is toch wel dat groenten zo lekker zijn. In Brabant, waar ik vandaan kom, weten ze dat nog niet. Op de lunchkaarten daar staat onder 'vega' nog altijd de onuitroeibare geitenkaassalade. Ik was er onlangs in een restaurant waar op de menukaart triomfantelijk het eerste vegetarische gerecht werd aangekondigd, want: 'ook wij gaan met de tijd mee'. Tja.

Amsterdam is de fase van de geitenkaassalade ver voorbij. Hier grijpt inmiddels het veganvirus om zich heen. Het veganistische restaurant bij ons om de hoek zit avond na avond vol, en bij onze favoriete koffietent wordt graag een veganistisch taartje gebakken.

In eigen keuken flex ik tussen vlees, vis, vega en vegan. Onder aanvoering van groentekok Ottolenghi en consorten leerde ik hoe veelzijdig groenten zijn. Bieten bijvoorbeeld, kun je behalve koken ook poffen, roken, inleggen in zoet-zuur, en in dunne plakken snijden en dan marineren. Laatst heb ik zelfs een paar gele bieten gegaard in zoutkorst. Ook bloemkool heeft meer in zich dan doorgekookt opgediend te worden met een flets kaassausje. Van roosteren in de oven bijvoorbeeld, krijgt-ie een flinke oppepper en komt de aardse smaak goed tot z'n recht. Dat proef je goed in deze vegan curry.

Nodig voor 4 borden:

- ***750 gram bloemkoolroosjes (ongeveer 1 grote bloemkool)***
- ***4 eetlepels olijf- of zonnebloemolie***
- ***50 gram amandelschaafsel***
- ***2 grote uien, in parten gesneden***
- ***2 eetlepels kerriepoeder***
- ***1 blik kokosmelk (400 ml)***
- ***half groentebouillonblokje (voor een halve liter)***
- ***fijngesneden verse koriander***
- ***(basmati)rijst***

RECEPT

VEGAN BLOEMKOOLCURRY

bereiding

Verwarm de oven voor op 200 graden. Rooster het amandelschaafsel in een droge koekenpan. Meng de bloemkoolroosjes met 2 eetlepels olie, zout en peper en rooster ze 20 minuten in de oven. Smoor de uiparten in 2 eetlepels olie een kwartiertje op zacht vuur. Voeg de kerriepoeder toe en bak nog 1 minuut. Voeg dan de kokosmelk en het halve bouillonblokje toe en kook al roerend even in. Voeg de bloemkool toe en warm nog even door. Breng zo nodig op smaak met zout en peper. Serveer met amandelschaafsel en koriander. Lekker met basmatirijst.

Door Janneke Vermeulen

Pride Oost op het Javaplein

Op 1 augustus presenteert Alle kleuren Oost weer Pride Oost. Het Javaplein is dan de plek waar alle kleuren bij elkaar komen. Er is muziek op twee podia, een foodcourt, kunst en cultuur. Zes jaar geleden is Alle kleuren Oost opgericht, met als doel verbinding tussen alle bewoners van Oost te stimuleren, door evenementen en bijeenkomsten meer divers en inclusief te maken. Zoals Dag van de Tolerantie en Pride Oost. De organisatie: "We vieren ons kleurrijke Oost. Met de buurt, in de buurt, voor de buurt. Het Javaplein is het toneel van een kleurrijk festival, met muziek, spel, heerlijk eten, straatkunst en bijzondere ontmoetingen." Wethouder Van Doorninck verzorgt de opening, veel ondernemers, initiatieven, bewoners en organisaties uit Oost doen mee.

Zie www.allekleuren.amsterdam.

Pop-uprestaurant Zomerlicht op Pampus

Deze zomer vaart de klassieke motorklipper MS Sailboa weer vanuit IJburg naar het restaurant Zomerlicht op forteiland Pampus. Het culinaire avontuur vindt plaats op verschillende plekjes op het eiland, een oud-militair bolwerk. Chef-kok Jurre Sweers heeft zich voor het nieuwe Zomerlichtseizoen laten inspireren door de Franse keuken, hij gebruikt behalve lokale producten ook wat de moestuin op Pampus te bieden heeft. Slechts enkele weken per jaar opent Pampus zijn haven voor deze avond. Zomerlicht is er op donderdag-, vrijdag- en zaterdagavond, voor info en reserveren zie *pampus.nl/zomerlicht*.

Colofon

de Brug
jaargang 11, nummer 102
18 juli 2018

Aan dit nummer werkten mee
Michel van Dijk, Linda van den Dobbelsteen, Jan van Erven Dorens, Harko van den Hende, Tim Jansen, Nik Kok, Gijs Lauret, Coen Ofman, Marcel van Roosmalen, Wietse Schmidt, Ruben Sitaldin, Ronald Smallenburg, Catherine Smit, José Stoop, Janneke Vermeulen.

Advertenties
Kijk op *www.debrugkrant.nl/adverteren* of informeer bij *martijn@debrugkrant.nl* 06-29040240.

Redactie
redactie@debrugkrant.nl

Vormgeving
Studio Potsdam (Guus Pot)
dtp@debrugkrant.nl

Fotografie
www.dobbelsteenfotografie.nl

Uitgever
Uitgever A'dam en Media
Martijn van den Dobbelsteen
06-29040240

Drukwerk
Rodi Rotatie

Verspreiding
Door Verspreidingen

de Brug wordt in een oplage van 70.000 ex. verspreid in Amsterdam-Oost en omstreken:
- **Indische Buurt** Ambonpleinbuurt, Makassarpleinbuurt, Sumatraplantsoenbuurt, Timorpleinbuurt
- **Oostelijk Havengebied**: Borneoeiland, Cruquiuseiland, Java-eiland, KNSM-eiland, Oostelijke Handelskade, Sporenburg
- **Oud-Oost:** Dapperbuurt, Oostpoort, Oosterparkbuurt, Transvaalbuurt, Weesperzijde
- **Watergraafsmeer:** Amsteldorp, Amstelkwartier, Betondorp, Don Bosco, Julianapark, Middenmeer, Omval en Van der Kunbuurt, Park de Meer, Sciencepark, Tuindorp Frankendael, Weespertrekvaart
- **IJburg:** Haveneilanden, Rieteilanden, Steigereiland, Centrumeiland
- **Zeeburgereiland**
- **Centrum:** 't Funen
- **Durgerdam**
- **Schellingwoude**
- **Diemen-Noord**

Afhaalpunten
AH IJburg, AH Oostpoort, AH Wibautstraat, Diemerplein, gemeentehuis Diemen, IJburg College, Ikea Amsterdam Zuidoost, Intratuin, Landmarkt Schellingwoude, N.A.P., Maxis Muiden, stadsdeelhuis Oost, winkelcentrum Brazilië, café-restaurant Polder, Sickmann Woninginrichting.

www.debrugkrant.nl
Opgericht: januari 2008

deBrugVrienden

Ook vrienden worden? www.debrugkrant.nl/vrienden of mail martijn@debrugkrant.nl

Indonesische avond
Onbeperkt Rijsttafel voor 14,- euro p/p, 18:00 tot 20:00 uur, met optreden van
Balinese danser Nyoman Sumardika
Zondag 29/7, 30/9 en 25/11
Oase buurthuiskamer, Vrolikstraat 281Hs
Res: hherly@hotmail.com, 0653222901

Moderne wereldkeuken
ZEBRA café · bar · bistro
tel: 020 30 30 603
Valentijnkade 34
1094 ST Amsterdam
www.bistrozebra.com

Heb je het gevoel dat je er alleen voor staat? Civic kan je helpen.
Civic Amsterdam
Bel ons op: 020 – 6658001
of kijk op www.civicamsterdam.nl

Ekodis Natuurvoeding
KORTINGSBON: 5%
op ál je boodschappen
Geldig tot 1 januari 2019

Zen.nl Amsterdam
RUST
Gratis proefles zenmeditatie
Zen.nl Amsterdam
Paradijsplein, Oostpoort
zen.nl/amsterdam

CAÑA
Mezzes • Tapas • Grill
Krijn Taconiskade 404-406
020 •7712554 (Haven IJburg)
reserveren@cana-ijburg.nl

GROENTE FRUIT LEVENSMIDDELEN
ASLAN VERSMARKT
Beukenweg 26, 1091KE, Amsterdam

Where else?!
napamsterdam.nl
NAP AMSTERDAM

Steun onze Crowdfunding Campagne
Compost à la Carte
voorjebuurt.nl/wormenhotel

expert
• Medewerker gezocht
Expert, Diemerplein 142
www.expert.nl

DeBies Uitvaartzorg
Elk mens is uniek, net als elke uitvaart. Ik help je graag bij het vormgeven.
Sonja de Bies
06 82 96 9307

dinges
Eetcafé dinges
Cruquiusweg 9
1019 AT Amsterdam
020-8462881
info@dinges amsterdam.nl
www.dingesamsterdam.nl

vergelijk en bespaar op uw autoverzekering!
WWW.OTUA.NL
OTUA ONDERDEEL VAN geijsel KROON

DE KRIJGSMAN MUIDEN
WWW.DEKRIJGSMANMUIDEN.NL

POLDER
CAFE-RESTAURANTPOLDER.NL
Alle dagen open 9-24 h
Science Park 201, Amsterdam,
020 463 43 03

SICKMANN Amsterdam woninginrichting
uw beste keus in Amsterdam - al die generaties lang!
Eerste Oosterparkstraat 202
info@sickmann.nl T 020- 6653395
www.sickmann.nl

LOODS of stock
Altijd de laagste prijs!
Merkkinderkleding en schoenen
voor baby, kids & teens
Winkelcentrum Oostpoort
Waldenlaan 204
big brands, small prices!

BIJ Storm CHILL & GRILL
WWW.BIJSTORM.NL

Peggy Grefkens
Stiefcoach & Psycholoog NIP
06 45 48 49 70, www.stiefgoed.nl
Stiefgoed® werkt voor samengestelde gezinnen

SPORTS WORLD
De wereld van sport, voeding en gezond leven in één
sportsworldamsterdam.nl

SLAGERIJ BÜHRS SINDS 1876
WWW.SLAGERIJBUHRS.NL

uitvaartverzorging MadelieF
www.uitvaartverzorging-madelief.nl
06 - 33 99 59 50 (24/7)

Een uitvaart die bij u past, met veel respect voor allen.
Anne-Marie Boogaarts
06 81 81 84 69 (24/7)
www.funeralquest.nl
Funeral Quest uitvaartbegeleiding

FIETS + MEER
Pretoriusstraat 88H | 020 3311700
www.fietsenmeer.nl

EASYSLIM.NU
Simpel, Snel, Slank!

IJdent.
praktijk voor mondzorg
tandarts & mondhygienisten
WWW.IJDENT.NL | 020 41 61 606
ONLINE INSCHRIJVEN EN AFSPRAKEN MAKEN

DE Tropen AAN HET OOSTERPARK
LINAEUSSTRAAT 2
AMSTERDAMDETROPEN.NL

SEVENLANDS
Samsøe & Samsøe – mbyM – Second Female – Unisa
/sevenlands020 - Ijburglaan 1359 – Amsterdam

Eat like a Thai KOH
ADD SUGAR FOR Sweet
ADD VINEGAR FOR Sour
ADD CHILI FLAKE FOR Spicy
ADD FISH SAUCE FOR Savory
IJBURGLAAN 725 | 020-8200673
WWW.KOHKITCHEN.NL

DARTLI PRINT & REPRO
Pedro de Medinalaan 1c
1086 XK Amsterdam
www.dartli.nl • info@dartli.nl

Startup Village:
koffie
kantoorruimte
flexplekken
meeting & events
Amsterdam Science Park 608
startupvillage.nl
Startup Village
THE COFFEE VIRUS

slaapbanken en bedkasten
easy living
Middenweg 109-113a
www.slaapbanken.nl

Cees SLAGERIJ de Bouter
SCHARRELSLAGERIJ | HOGEWEG 60
WWW.SCHARRELSLAGERIJ.NL

JUMPER de diersuper
Eerste Oosterparkstraat 155
1091 GZ Amsterdam,
020-6937518, www.jumper.nl

SERKAN BEAUTY CENTER
IJBURGLAAN 1493
TELEFOON 020 - 416 14 24
SERKANBEAUTYCENTER.NL

POWERZONE
BOWLING
LASERGAME
GLOW MINIGOLF
BBQ RESTAURANT
Bowlen vanaf 27,50 per uur
www.powerzone.amsterdam

Ouderen Advies Raad OOST
We zoeken
De OAR-Oost is op zoek naar betrokken 50+ bewoners in Amsterdam Oost.
Middenweg 86 | 1097 BS Amsterdam
oar-oost.nl

Dynamo
Dynamo helpt Amsterdammers om actief mee te doen in de buurt.
www.dynamo-amsterdam.nl
info@dynamo-amsterdam.nl
telefoon 020 46 09 300

De Kraanvogel
Loop eens langs bij De Kraanvogel: Voor mensen die leven met kanker en hun naasten!
Robert Kochplantsoen 19 | 1097 GG Amsterdam
TEL 06-48362873 | info@dekraanvogel.org
DEKRAANVOGEL.ORG

DOE HET ZELF ALLES OP MAAT WITTENBURG
WITTENBURGERGRACHT 103-113
WWW.DOEHETZELFWITTENBURG.NL

VERF AMSTERDAM
ZEEBURGERPAD 38 020 6639655
WWW.VERFAMSTERDAM.NL

VRIENDEN WORDEN?
www.debrugkrant.nl/vrienden

DE BAKKERSFIETS
HET BESTE BROOD OP IJBURG
IN DE WINKEL ÈN AAN HUIS BEZORGD!

FYSIOTHERAPIE MIDDENWEG
Beweeg. Herstel. Leef.
Middenweg 183 | 020 7527066
info@fysiomiddenweg.nl
www.fysiomiddenweg.nl

Püttmann Juweliers DIEMEN · ALMERE
Winkelcentrum Diemerplein
020 6903727
Inkoop oud goud, zilver en edelmetalen munten. Reperaties, horloges, klokken en sieraden in eigen atelier. www.puttmann.nl

uw makelaar op IJburg
Hallie & Van Klooster Makelaardij
IJburglaan 1279 | 020-4950650
www.hallie-vanklooster.nl

Groenten en Fruit versmarkt IJBURG
ALLE DAGEN OPEN!
Pampuslaan 104-106 | 020-416 55 90
WWW.VERSMARKTSHOP.NL

VRIENDEN HEBBEN EEN STREEPJE VOOR

Door vriend van *de Brug* te worden gunt u uw klanten een gratis nieuwskrant, maken we samen de buurt leuker, en zet u intussen ook uw eigen bedrijf in de schijnwerpers.

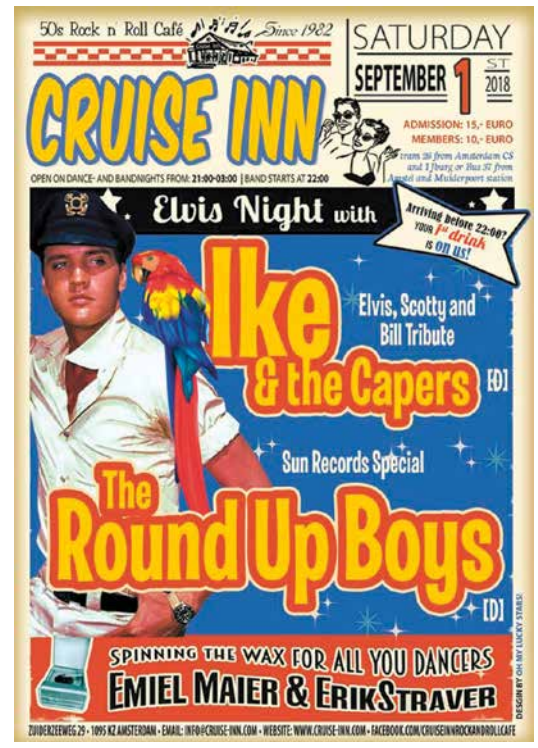
U KRIJGT:

- Maandelijks een advertentie plaatsing van 50 mm x 30 mm in de papieren krant
- Een kopbanner 90 pix x 54 pix met een doorlink naar uw website op *www.debrugkrant.nl*
- Als u zich een jaar (11 plaatsingen) of langer verbindt, krijgt u gratis een advertentie van 127,5 mm x 96 mm ter waarde van €420,-

Dit exclusieve vriendenabonnement ontvangt u voor € 75 per maand.

MEER INFO ?
Martijn van den Dobbelsteen (uitgever) | martijn@debrugkrant.nl | 06 29040240 | www.debrugkrant.nl/vrienden

WAT IS ER TE DOEN IN OOST? MAANDELIJKS EEN UITGEBREIDE VERZAMELING EVENEMENTEN IN KUNST, FESTIVAL, MARKT, KINDEREN EN MEER.



ALLEGAAR

18 JULI
Proeftijd: Brouwerij Kleiburg. Met bieren van het Kleiklooster uit de Bijlmer. Erna een bierquiz om prijzen. Hopp Amsterdam, Eerste Ringdijkstraat, 18.45 uur, *zie Facebook*.

19 JULI
Pubquiz Zomereditie. Mét barbecue. Lastige vragen om dikke prijzen, strijden in een team. NAP Amsterdam, 19.00 uur, *napamsterdam.nl*.

20 JULI
Zomerlicht op Pampus. Dineren op het forteiland, erheen varen met de Sailboa vanaf IJburg. Aan boord staat het Pampusbier koud. Slenter door de gangen, geniet van de zonsondergang en het fijne eten. Afvaart om 19.00 uur, *zie pampus.nl/zomerlicht (t/m 1 september op do, vr en za)*.

22 JULI
TafelTijd. Met LHBT+'ers in de kerk, samen praten en eten. De Binnenwaai, 17.30-21.00 uur, Ed Pelsterpark, *wijdekerk.nl/tafeltijd*.

29 JULI
Maansverduistering, sterrenkijkavond. De aarde schuift tussen de zon en de dan bloedrode maan. Met lezingen, workshops en rondleidingen. De telescopen staan buiten. Anton Pannekoek Instituut, Science Park 904, 21.30-00.30 uur.

2 SEPTEMBER
Pruimentijd: kom proeven in de boomgaard van het kasteel. De valkenier is er vaak, met zijn roofvogels. En deze zomer zijn er ook theatervoorstellingen. *muiderslot.nl*.

CLUB

21 JULI
Karaoke met kampvuur, gitaren, Johnny's (Cash, Jordaan, Walker) en zingen. Café-restaurant Camping Zeeburg, 22.00 uur, Zuider IJdijk 20, *campingzeeburg.nl (ook op 4 en 18 aug.)*.

FESTIVAL

21 JULI
Zomerfeest. Het grootste en laatste Zomerfeest van Blijburg. Met zon, zee, strand, bands en dj's (Isis!) op meerdere podia in de stadsoase. *Blijburg, 16.00-06.00 uur, blijburg.nl*.

1 AUGUSTUS
Pride Oost. Alle kleuren komen samen. Podia, muziek, eten en drinken, kunst en theater. Javaplein, 15,00-21.00 uur, *Facebook: 'Alle kleuren Oost'*.

11 AUGUSTUS
Groots electronic hiphop festival. Met drie podia en onder veel anderen Josylvio, MadLib en De Jeugd van Tegenwoordig. Korting voor bewoners van Oost. Flevopark 12.00-23.00 uur, *appelsap.net*.

25 EN 26 AUGUSTUS
Tuinfestival: Umami park in het Instituut voor de Tropen. Aziatisch eten, foodtrucks, optredens, workshops en kinderactiviteiten, en allemaal in de mooie binnentuin. *Zie kit.nl*.

16 SEPTEMBER
Jazz en de walvis, festival. Op acht locaties verdeeld over drie eilanden spelen muzikanten – o.a. Yuri Honing, Ntjam Rosie en Sun Mi Hong – vier keer een huiskamerconcert van een half uur. Ook met een architectuurwandeling. Oostelijk Havengebied, 13.00-17.00 uur, *jazzendewalvis.nl*.

JEUGD

23 JULI
Badhuis Atelier: creatieve workshops voor kinderen van 4-9 jaar. Inschrijven via sylwie.badhuistheater@gmail.com. Badhuis Theater, 13.00-14.30 uur, *badhuistheater.nl*.

15 AUGUSTUS
Buurtconcert Grachtenfestival. Familievoorstelling (6+) met korte workshop. Dans mee met Jeff & Conchita, flamenco voor jong en oud. Mariotteplein, 14.00 en 16.00 uur.

T/M 2 SEPTEMBER
Meespeeltheater op de binnenplaats van het kasteel: De zoen van Jacoba. Muiderslot, de hele zomer, *muiderslot.nl*.

2 SEPTEMBER
Dj-workshop voor kinderen, door de dj-producerschool, 7-12 jaar. Blijburg, 12.00 en 14.00 uur, *blijburg.nl*.

MARKT

22 JULI
Rommelmarkt op het rauwe Cruquiuseiland. Bring your own kleedje en alles. QRU Café, Cruquiusweg 140, 10.00-17.00 uur, *gru.amsterdam*.

12 AUGUSTUS
Braderie van Blijburg. Struinen, tweedehands parels, livemuziek, kindertheater, activiteiten. Vanaf 16.30 uur is er livemuziek op het terras. Bijlburg, 10.00-23.00 uur, *blijburg.nl (ook op 16 september)*.

19 AUGUSTUS
Vlooienmarkt, kramen vol opruimdingen, nostalgische spullen, meubeltjes, lampen, kleding, boeken, prenten, platen, speelgoed. Jaap Edenhal, Radioweg, 10.00-17.00 uur, *animo-vlooienmarkten.nl*.

MUZIEK

26 JULI
Bizarre Ride II The Pharcyde, grondleggers van de alternatieve hiphop uit Los Angeles. Energieke liveshow. Q-Factory, 20.00 uur, *q-factory.nl*

28 JULI
Poldersalsa XL op de camping, met topband Accion con Clave en de dj El Raton Rabioso Mark. Vanaf 16.00 uur, met tussendoor een bbq. Camping Zeeburg, Zuider IJdijk, *campingzeeburg.nl*.

4 AUGUSTUS
Betondorp Live: optredens van troubadour Ronald Schepman feat. Naomi, The New Roots, Suzewind, Basterdsuiker. Brinkhuis, Landbouwstraat 63, 19.30-00.00 uur.

1 SEPTEMBER
Elvis Night, onvervalst rock-'n-roll. Met: Ike & the Capers, The Round Up Boys en andere bands. 'Spinning the wax for alle you dancers'. Drankje van het huis voor wie voor 22.00 uur komt. Cruise Inn, Zuiderzeeweg 29, Zeeburgereiland, 21.00-03.00 uur, *cruise-inn.com*.

Gijs Lauret

SCIENTOLOGY-GEKKIES

Sandra en ik vonden dat we naar Scientology op de Wibautstraat moesten. Uit nieuwsgierigheid aanhoren wat die rare types van die doodenge sekte allemaal zeggen. Eenmaal onderweg nestelt spijt zich in al onze lichaamscellen. Angst dringt zich op. Angst dat ze onze ziel in een potje proppen en nooit meer vrijlaten. Zenuwachtig duwen we de glazen buitendeur open. 'Iedereen welkom' staat er.

De kortgeknipte receptioniste glimlacht minzaam. Of we binnen mogen kijken? Jawel, maar eerst een formulier invullen, want ze wil weten hoe we bij Scientology terechtkwamen. En hoplakeetje, ook naam, adres, mailadres, telefoonnummer en beroep vermelden. Dacht het niet, gekkies. 'Kunnen we niet gewoon even kijken?' vraag ik. Dat kan, zegt ze, maar eerst het formulier. Dit bizarre ritueel herhaalt zich meermaals. Uiteindelijk mogen we doorlopen als we aankruisen hoe we bij Scientology belandden. En onze voornamen prijsgeven. Ik heet Klaas.

We betreden een gelikte ruimte met videoschermen, schreeuwerige boeken en dvd's die waarschijnlijk succes en grandeur moeten uitstralen. Het ruikt muf, als een pas geopende kledingwinkel. Een hobbitachtige jongeman in bruinzwart pakje vertelt ons in Amerikaans-Engels dat we zelfstandig mogen rondkijken. De videoschermen beweren dat de hele wereld verzuipt in geweld en narigheid. We zien hysterisch meppende mensen, brandende flatgebouwen. Kortom: nét een gemiddelde dag in Amsterdam-Oost... Gelukkig kan Scientology, dat beweert te strijden tegen krankzinnigheid, iedereen redden als we ons massaal aansluiten. En onze bankrekening laten leegzuigen, maar dat zeggen ze er niet bij. Verder zitten drugs in het verdomhoekje, evenals de psychiatrie. Niet verwonderlijk; Scientology-oprichter Hubbard zweette angstpeentjes voor psychiaters. Ergens voelde hij wel dat hij niet spoorde.

Ons bezoekje is uiteindelijk weinig sensationeel. We zeggen de hobbit vaarwel. Eenmaal vlak bij welverdiende koffie schrik ik me het apenlazarus. Mijn pinpas is pleite! Die moet daar uit m'n broekzak zijn gegleden toen ik m'n telefoon greep voor een clandestien fotootje. Shit! Die freaks vreten mijn geld op! Ik voel fysieke drang om knetterhard te fietsen. Ik weet waar het pasje moet liggen, raap het vliegensvlug op en wandel weg alsof het niets is.

We concluderen dat levend terugkeren uit het Scientology-gebouw mogelijk is. Maar ik zou zeggen: drink liever kruidenthee met je schoonmoeder.

deBrug nummer 103

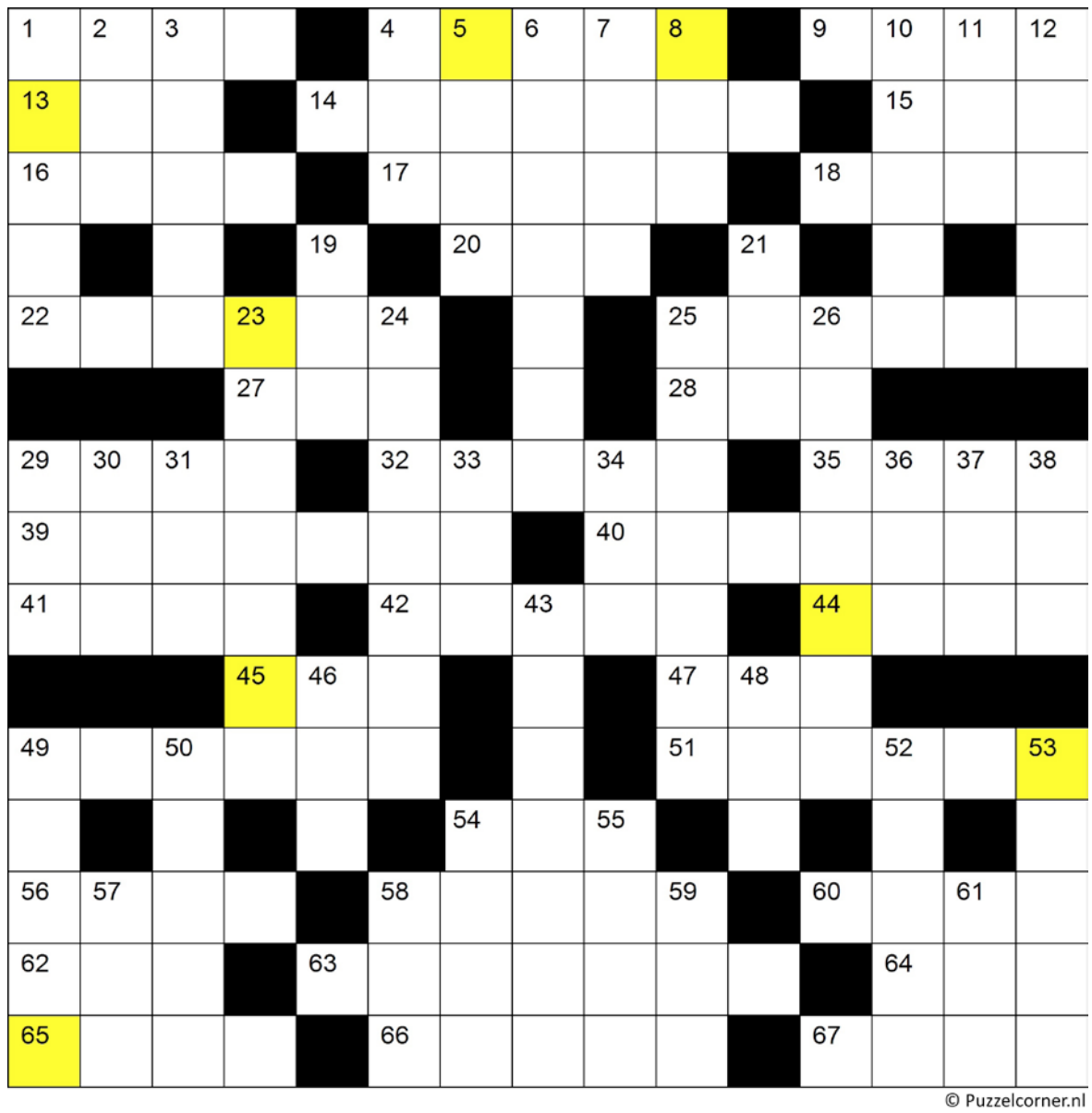
De volgende editie van de Brug verschijnt op 26 september 2018.

DE BRUG CIJFER

500.000 euro

De feestelijkheden rondom de opening van de Noord/Zuidlijn op 21 juli zijn begroot op 500.000 euro. Er zijn feesten en optredens en 50.000 mensen kunnen gratis met de nieuwe metro rijden. *Bron: Het Parool / F-site.nl.* **De Noord/Zuidlijn gaat op 22 juli rijden, ongeveer de helft van de bestaande ov-lijnen in Amsterdam verdwijnt of gaat een andere route rijden.**

PRIJSPUZZEL



© Puzzelcorner.nl

Horizontaal
1. Uitgestorven vogel
4. Knaagdier
9. Broer van Kaïn
13. April (afk.)
14. Meer in Israël (4, 3)
15. Watering
16. Actie
17. Tijdelijk aan iemand afstaan
18. Boterton
20. Deel van het oor
22. Boksterm
25. Zonder nadenken
27. Omroep
28. Wereldgezondheids-organisatie
29. Vrouw
32. Aanhef
35. Intens
39. Zeuren, dreinen
40. Weekblad
41. Eetlust
42. Behoorlijk
44. De __ inhebben
45. Gelofte
47. Milieuvriendelijk (voorvoegsel)
49. Algehele heesheid
51. Bedriegen
54. Teken dierenriem
56. Inham van de zee in het land
58. Hoofdstad van Bulgarije
60. Aangelegd groengebied
62. United States of America
63. Geweven stof
64. Koor
65. Bederf in hout
66. Stimulerend middel
67. Denkbeeld

Verticaal
1. Vijg
2. Grootvader
3. Afvoerbuisje
4. Cirkelvormig
5. Hoogstaand
6. Stad in Italië
7. Eenhoevig zoogdier
8. Snelle loop
10. Kleur
11. Voordat
12. Buigzaam
19. Uitroep om aandacht te trekken
21. Grote hond
23. Beledigen
24. Misère
25. Schoonmaken
26. Dandy
29. Insectendodend middel
30. Arrondissement
31. Met iemand of iets
33. Dochter van Cadmus
34. Nagerecht
36. Eiland (Frans)
37. Priem
38. Naatje __
43. Afrikaans dier
46. Loofboom
48. Kleinste eenheid binnen een organisme
49. Plakboek
50. Eivormig
52. Schaakstuk
53. Blootje (pop.)
54. Faam, roem
55. __-en-place
57. Asociaal persoon
58. Bezittelijk voornaam-woord (Frans)
59. Reanimatieapparaat
61. Hertensoort

23	13	65	44	5	8	45	53

Tralala, een zomerse topprijs!

Intratuinbon ter waarde van € 100

Puzzel jij mee voor deze royale tuinbon van Intratuin Amsterdam?
Stuur dan de oplossing van de puzzel (samen met je naam, adres en telefoonnummer) voor 10 augustus 2018 naar info@debrugkrant.nl. Oplossing en winnaar worden in de volgende krant bekend gemaakt.

Deze puzzel wordt u aangeboden door Intratuin Amsterdam, Nobelweg 10, 020-4622922, intratuin.nl/winkels/intratuin-amsterdam.

De oplossing van de puzzel in de Brug nr. 101-2018 is badhanddoek. Uit 408 inzenders is mevr. C. Petersen als winnaar uit de bus gekomen. Ze heeft inmiddels bericht gekregen.

Infodag • zaterdag 21 juli

16.00-18.00 uur Club Kaboem

BOOTHUIZEN

‘HIER VOELT THUIS ALS VAKANTIE’

ACHT LUXE BOOTHUIZEN IN VERKOOP
In deelplan De Tuinen, waar veel van het water uit de wijk samenkomt, direct achter de oude zeedijk langs het IJmeer, verrijzen acht boothuizen, vrijstaand en twee-onder-een-kap. De villa’s variëren in oppervlakte van 165 tot 177 m2, je boot ligt onder of aan je huis. Hier woon je met je terras op het zuiden en met uitzicht op bijvoorbeeld het Muiderslot. De sfeer is er maritiem en stijlvol. De materialen zijn in donkere tonen, de gevels van hout en glas. Er zijn serres, vlonders en eindeloze vergezichten. Thuis voelt als vakantie, maar dan het hele jaar door.

DE KRIJGSMAN
De Krijgsman Muiden ligt verscholen tussen het groen, in de luwte tussen polder, Vecht en IJmeer. Precies waar Amsterdam aan Muiden grenst. Er komen 1300 koopwoningen, en wandelpaden naar de oude zeedijk. Het is dicht bij natuurgebiedjes en ’t Gooi, met alle voorzieningen op fietsafstand, en het centrum van Muiden zelfs op loopafstand.

Op het terrein van de voormalige kruitfabriek blijven ook historische gebouwen, zoals de kruitopslagloodsen bewaard, daar kan straks gewoond en gewerkt worden. Varend via de sluis kom je vanuit hier zo op de Vecht, het IJmeer en richting de grachten van Amsterdam.

VERKOOP- EN INFORMATIEDAG IN CLUB KABOEM
Op 21 juli 2018 van 16.00-18.00 uur is er een informatiemiddag in Club Kaboem, in het Kruitbos langs de dijk. Beleef De Krijgsman Muiden tussen de oude bomen en ruige natuur, en bezoek die zeventien meter lange pop-up buitenbar. Het verkoopteam informeert je graag over het project, er zijn brochures om mee te nemen en er is die speciale De Krijgsman-gin. Behalve de boothuizen is er ook informatie over nog drie villa’s in De Tuinen en enkele panden aan de Gracht West en Vesting Oost die al in verkoop zijn.
Bekijk www.dekrijgsmanmuiden.nl voor het beschikbare aanbod, of bel Patricia Jacobs of Maureen Tromp: 0294-466608.

DE KRIJGSMAN MUIDEN

Infocentrum en Club Kaboem • Kruitpad 15 • 1398 CP Muiden • www.dekrijgsmanmuiden.nl