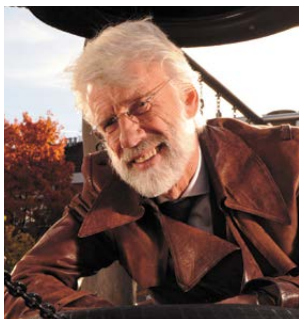


Beleef het
in Oost

winkelgebied Oostpoort
Bijlage in het hart van deze krant

5

Erik Scherder,
wil mensen van hun
luie gat af krijgen.
“Zitten is een
sluipmoordenaar.”



Het licht gaat weer
aan. En *de vuurtoren
van Amsterdam* wordt
opgeknapt.

7



21

De parkeertarieven stijgen
in sommige buurten naar €
€ 7,50.

21 NOVEMBER 2018 | OPLAGE 74.000 EXEMPLAREN | JAARGANG 11 | INFO@DEBRUGKRANT.NL | NUMMER 105 | WWW.DEBRUGKRANT.NL

WETTELIJKE AANRIJTIJDEN NIET GEHAALD

Grote zorgen om nachtsluiting brandweerkazerne Dapperbuurt

Onder bewoners en (voor-
malig) brandweerlieden
leven veel zorgen over
de aanstaande nachtslui-
ting van brandweerk-
zerne Victor aan de Dap-
perstraat. Per 2 januari
2019 zal de kazerne alleen
nog geopend zijn tussen
07.00 en 23.00 uur. Tegen-
standers vrezen dat de
aanrijtijden 's nachts in
sommige gevallen verdub-
belen, wat kan leiden tot
levensgevaarlijke situaties.

Door Tim Jansen

Burgemeester Halsema en
de brandweer willen meer
inzetten op preventie en spre-
ken van een 'weloverwogen

besluit' dat de veiligheid van
de bewoners in Oost niet in
het geding brengt.

In een poging onrust onder
de bewoners weg te nemen
organiseerde de gemeente
een informatieavond. Burge-
meester Femke Halsema be-
loofde de goedgevulde zaal in
de Wethouder Verheyhal een
open gesprek. Sectormanager
Harm Balk en korpscom-
mandant Leen Schaap van
de brandweer Amsterdam-
Amstelland probeerden het
publiek met cijfers gerust te
stellen.

Het aantal branden in Am-
sterdam neemt al jaren
gestaag af. De meeste branden
zijn het gevolg van menselijk
falen, dus de grootste bran-
drisico's zijn er overdag. Balk
houdt aanwezig voor dat in
2017 de kazerne Victor

Lees verder op pagina 3



Brandweermannen van de kazerne Victor, die in ieder geval de komende twee jaar 's nachts dicht gaat. Zij hebben niets te maken met dit artikel en komen niet aan het woord. Een brandweerman die anoniem wil blijven stelt tegenover de Brug: “De korpsleiding is niet eerlijk over de gevolgen van de sluiting”.

 IEDER SEIZOEN
naar Intratuin Amsterdam



SFEERVOLLE KERSTSHOW

INTRATUIN AMSTERDAM
7 DAGEN OPEN

Intratuin Amsterdam
Nobelweg 10, www.intratuin.nl

Al vijf generaties liefde
voor het slagersvak

SLAGERIJ
BÜHRS
SINDS 1876



De lekkerste lunch voor bedrijf of
thuis bestel je via Thuisbezorgd,
Uber of Deliveroo bij Slagerij
Bührs. Afhalen is ook mogelijk bij
onze vestigingen.

VEEMKADE 1260 — WWW.SLAGERIJBÜHRS.NL
WITTENBURGERGRACHT 179 — volg ons op facebook 

KANNIEWAARZIJN

Marcel van Roosmalen

Ik ging een column voorlezen
bij het programma Kannie-
waarzijn, het stiefkind van
het vroegere Ook dat nog.
Ik werd verwacht in de Am-
sterdam Studio's, vlak bij
mijn vroegere woning. Toen
ik de deur opentrok, bot-
ste ik daar op Jack Spijker-
man, die er kwam vertellen
over een paspoort dat hij
was verloren op een lucht-
haven. In de verhalen die ik
later over deze middag zou
vertellen fantaseerde ik erbij

dat hij een hertengewei op
het hoofd had. Hij deed vrij-
willigerswerk bij Ajax, oude
toegangskartjes zuurvrij in
plastic mapjes stoppen. De
Amsterdam Studio's heetten
vroeger de Cinetone Filmstu-
dio's en stonden bekend als
Hollands Hollywood. Tegen-
woordig worden er vooral
reclamefilmmpjes opgenomen,
en als natuurlijke tegenhang-
er dus ook Kanniewaarzijn.
Met Astrid Joosten, dat ook.



Our Story — Wie kent ze niet, de traditionele barretjes en café's in zuidelijke landen waar men van 's ochtends vroeg tot 's avonds laat geniet van een snelle espresso of een verfrissend glas wijn. Wij houden van dat alledaagse, rumoerige en menselijke. Hier gebeurt het leven. Hier komt men bij elkaar om te lachen, te vertellen en te genieten van de lokale specialiteiten. BLEND omhelst deze mediterrane 'way of life'.

Nog niet bekend met de nieuwe mediterrane avondgerechten van BLEND? Kom bij BLEND dineren en je krijgt een glas wijn cadeau!



* De actie loopt van 1 december tot 1 maart 2019.

reserveringen@blendcoffeewine.nl | tel # 020 7371034 |
BLEND Coffee & Wine | Oranje-Vrijstaatplein 40 | 1093 NG Amsterdam |
www.blendcoffeewine.nl



MOTION3 BOUTIQUE GYM

**PERSONAL TRAINING &
SMALL GROUP WORKOUTS**

BURN // CORE // BOX // YOGA // STRENGTH

**>> GRATIS PROEFWEEK?
TRAINING@MOTION3.NL!**

IJBURGLAAN 473 > AMSTERDAM > WWW.MOTION3BOUTIQUEGYM.NL

Amsterdam

SICKMANN

woninginrichting

uw beste keus in Amsterdam - al drie generaties lang!



Binnenkort te bewonderen bij Sickmann Amsterdam:

Luxaflex® Inspiration Shop

Leuke openingsactie!
10% korting op de Luxaflex® Raam decoratie collectie.
Actie geldig t/m 31 januari.

Ruime keuze in

- Luxaflex
- Horizontale jaloezieën
- Houten jaloezieën
- Rolgordijn
- Twist Rolgordijnen
- Duette Shades
- Roman Shades
- Verticale Jaloezieën
- Silhouette Shades
- Facette Shades
- Dakraamproducten
- Horren
- Zonwering

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


Inspiration dealer

www.sickmann.nl | www.sickmannwebshop.nl



**bel
ons!**

Kantoor Maastricht
+31 (0)43 - 354 00 41

Kantoor Amsterdam
+31 (0)20 - 514 81 15

www.vandortletselschade.nl

Van Dort Letselschade

Empathisch Ervaren Eigenzinnig



Zelf informatie inwinnen over wat te doen bij letselschade?
Kijk dan eens op www.letsel.nl.



VERKEERSCHOOL ED-ISHAK

20 Motorrijlessen
voertuigbeheersing en rijexamen **€ 999,-**

25 Autorijlessen
incl. rijexamen en theoriecursus
en -examen **voor maar € 1250,-**

4 Bromfietsrijlessen
lessen en rijexamen **€ 250,-**



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



www.ed-ishak.nl

BURGEMEESTER HALSEMA: ‘EEN WELOVERWOGEN BESLUIT’

Vervolg van pagina 1

’s nachts 108 meldingen heeft gehad. In 17 gevallen was er sprake van een brand in een woning, restaurant of zorginstelling, verder ging het om niet-spoedeisende incidenten, zoals als brandende containers op afgelegen plekken. Noodgevallen zijn volgens de brandweer makkelijk op te vangen door andere kazernes aan de Ringdijk (Oost), Valkenburgstraat (Centrum), Langbroekdreef (Zuidoost) en IJdoornlaan (Noord).

Gratis woninginspectie

Doordat Amsterdammers gemiddeld steeds meer (brandgevaarlijke) spullen in huis hebben, verspreiden branden zich sneller. Het toverwoord bij de informatieavond is dan ook: preventie. “Een rookmelder bezorgt zeven minuten winst bij brand. Die rijden wij nooit dicht”, zegt Balk. Het afgelopen jaar werden er in het verzorgingsgebied

van Victor 3.500 woningbezoeken afgelegd. Amsterdammers wordt geadviseerd een afspraak te maken voor een gratis woninginspectie en brandveiligheidsadvies. Dankzij het nieuwe rooster, met twee dienstblokken van acht uur, kan er meer mankracht vrijgemaakt worden voor deze huisbezoeken.

De korpsleiding erkent dat de wettelijke normen met betrekking tot aanrijtijden in sommige gevallen overschreden worden. Zo zal in delen van Indische Buurt de aanrijtijd volgens Balk ’s nachts iets meer dan acht minuten bedragen. Enkele gepensioneerde brandweermannen die op de informatieavond zijn afgekomen vinden deze lezing te optimistisch; zij houden het op twaalf à dertien minuten in de meest ongunstige gevallen. Sowieso vindt Balk dat aanrijtijden ‘niet heilig’ zijn. De huidige richtlijnen zouden zijn ge-

baseerd op een achterhaald rekenmodel. Landelijk dringt de brandweer bij de minister aan op onderzoek naar realistischere opkomsttijden.

Handtekeningenactie

Aanwezige bewoners zijn niet geheel gerustgesteld. Bewoonster en bouwjurist Saskia Ploeg noemt het teleurstellend dat niet op alle vragen een concreet antwoord is gegeven. Zo wil zij nog steeds weten waarom voor Oost is gekozen en niet voor kazerne Anton in de Bijlmer, zoals volgens haar lange tijd het plan was onder burgemeester Van der Laan. Daarnaast vindt Ploeg het zorgwekkend dat de korpsleiding (oud-)brandweermannen niet heeft kunnen overtuigen. “Hoe moet je daar als burger dan wel op vertrouwen?” vraagt zij zich af. Ploeg is een handtekeningenactie gestart tegen de nachtsluiting en heeft inmiddels ruim duizend steunbetuigingen ontvangen.

Binnen de uitrukdienst klinkt eveneens gemor over het besluit, maar kritische brandweerlieden willen uit angst voor de gevolgen alleen anoniem met de pers spreken. Het brandweerpersoneel werd per brief opgedragen ‘niet actief over de nachtsluiting op Victor te beginnen’. Een brandweerman stelt tegenover de Brug dat de korpsleiding tegenover burgers niet eerlijk is over de gevolgen van de nachtsluiting van Victor. Aanrijtijden worden in sommige gevallen nu eenmaal langer en daarmee nemen de risico’s toe. De inzet op preventie vindt de brandweerman begrijpelijk, maar dit kent zijn beperkingen. Uit ervaring weet hij dat preventie vooral mensen bereikt die al voorzorgsmaatregelen nemen. Kwetsbare groepen als psychiatrische patiënten of mensen met een taalachterstand worden volgens hem niet bereikt. Sectormanager Balk stelt dat de brandweer

met veel maatschappelijke partijen samenwerkt om dergelijke groepen toch te bereiken.

Kazerne wordt duurder

Een bewoonster wil weten of de nachtsluiting een bezuinigingsmaatregel is. “Nee”, bezweert Balk. Victor-nieuwe-stijl wordt ‘misschien zelfs een beetje duurder’. Halsema voegt toe dat het vooral een keuze voor een andere werkwijze is, met meer ‘normale’ werkuren. De kazerne wordt ‘minder een leefgemeenschap’.

De nachtsluiting betreft een proef van twee jaar. De brandweer kan nog niet zeggen of er bij eventueel succes ook andere kazernes ’s nachts gesloten worden. Wel zullen er meer experimenten met nieuwe werkwijzen volgen.

BUITEN FITNESSSEN IS HIP

Sportcontainers in de parken van Oost: ‘Ga lekker uit je dak’

Kinderen klimmen er ook graag in en op – en dat is prima – maar hij is toch ook echt bedoeld voor volwassenen: de SportContrainer. Sinds kort kun je twee van deze sportobjecten vinden in het Theo van Goghpark en het Oosterpark. Het idee is dat de containers ongeveer eens per half jaar van plek wisselen; eerder stond er een in het Flevopark.

Door José Stoop

De SportContrainer mag door iedereen vanaf 8 jaar worden gebruikt. Sportclubs en -groepjes kunnen ook een toegangscode krijgen van de container zelf, die gevuld is met sportmaterialen om mee te trainen: informatie hierover is te vinden op de container. Zo hebben de sportschool van Arie Boomsma (Vondelgym) en Sports World de sportcontainer al ontdekt. Er wordt gewerkt aan een programma, zodat duidelijk is wie wanneer gebruikmaakt van de container, maar het blijft nadrukkelijk de bedoeling dat iedereen – zelfstandig of in groepsverband – de container mag en kan gebruiken.

Sportmakelaar Hellen Velders en programmamanager Hafid Ouaali van stadsdeel Oost zijn de aanjagers van het project. Velders: “Wij zijn in Oost al jaren bezig om sport en bewegen op de agenda te

krijgen, en dat is ook aardig gelukt.” Zo heeft stadsdeel Oost een voortrekkersrol op dit gebied, en is het ook een van de weinige stadsdelen die voor dit soort projecten budget heeft, aldus Velders. “Nóg wel, moet ik helaas zeggen.” Al denkt ze dat ook het centrale stadsbestuur steeds meer het belang lijkt te gaan inzien. Zo is er bijvoorbeeld sinds kort de zogeheten sport-en-spelnorm, die voor nieuwbouwprojecten de hoeveelheid in sport- en speelruimte in de openbare ruimte voorschrijft naar aanleiding van de bebouwde vierkante meters en dichtheid. “Maar we maken ons bijvoorbeeld ook al jaren hard voor minder stenen en meer groen op de schoolpleinen.” Voor nu er is dus in ieder geval de SportContrainer. “Probeer hem eens en ga lekker uit je dak, zou ik zeggen.”



In het Oosterpark is onlangs de ‘Obstacle’ geplaatst, voor bootcampachtige trainingen. Arie Boomsma’s Vondelgym maakt er gebruik van, net zoals veel buurtbewoners.

Zweten in de openbare buitenlucht

In diverse parken in Oost, zoals het Flevopark en het Diemerpark, zijn kriskras allerlei fitnessstoestellen opgesteld. Het Flevopark heeft een gemarkeerde 400-meterhardlooppaas die veel wordt gebruikt. De Sportheldenbuurt op Zeeburgereiland krijgt straks rond het Urban Sportpark calisthenicstoestellen.

Laatste appartementen nog beschikbaar!

woon &
zeeburgereiland

Nieuwbouw op Zeeburgereiland

Een heerlijke plek waar wonen, werken, winkelen, ontspannen, samenkomen & delen voorop staat.

WOON& is veel meer dan wonen. De & staat voor alle extra's die dit complex met 120 woningen in zich heeft. Van deelbare mini-shops, een inspirerende Coworking Space tot faciliteiten op het gebied van mobiliteit en health. Ben jij omgevingsbewust en wil je graag delen, ontmoeten en duurzamer leven, dan is WOON& de plek voor jou.



Ruime 1 of 2 laagse appartementen vanaf 171 m²

- Super grote buitenruimtes vanaf 18 m² tot 2x 70 m²
- Privé berging en parkeerplaats in de ondergelegen kelder
- Inclusief 2 badkamers
- Koopsommen vanaf € 756.708 (o.b.v. jaarlijkse canonbetaling)

XL



flex

Flexibel wonen vanaf 122 m² tot 175 m²

Flexibel wonen

Deze woningen geven optimale flexibiliteit in gebruik: helemaal zelf bewonen, of een gedeelte als B & B verhuren. Permanent of tijdelijk. Jij bepaalt.

- 2 badkamers
- Privé berging en parkeerplaats in de ondergelegen kelder
- Koopsommen vanaf € 526.320 (o.b.v. jaarlijkse canonbetaling)



Kijk snel op woonenamsterdam.nl

ERIK SCHERDER

‘Stress dat ken ik niet, ik vind alles veel te leuk’

**Erik Scherder is hoogle-
raar neuropsychologie
aan de Vrije Universiteit.
Hij verwierf grote bekend-
heid door zijn enthousiaste
optredens bij De Wereld
Draait Door, zijn onortho-
doxe lezingen en de boe-
ken die hij schreef, zoals
Laat je hersenen niet zitten
en Singing in the brain.**

Door José Stoop

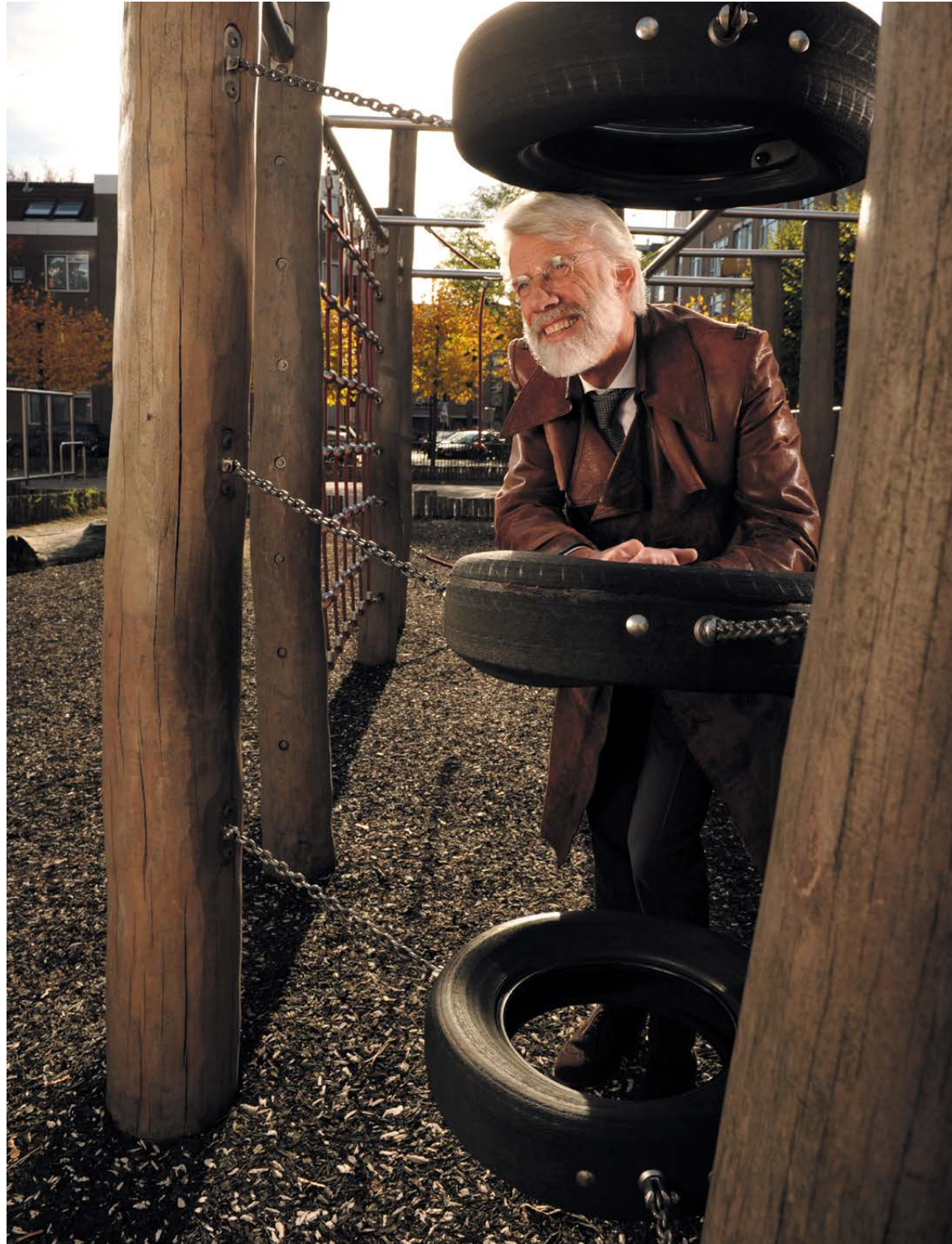
Je zou bijna denken dat hij een een popster is in plaats van professor, als je hem ziet poseren voor selfies na zijn lezing in Amsterdam-Oost. “Ik zou al mijn dagen zo kunnen vullen, zoveel verzoeken krijg ik tegenwoordig. Maar ik heb natuurlijk ook nog gewoon een fulltimebaan.” Zijn missie: mensen van hun luie gat af krijgen, want van bewegen profiteren je hersenen op allerlei fronten. ”

Tot de brug

“Ik ben geboren en getogen in de Watergraafsmeer, we woonden aan de Bredeweg. Vroeger speelde ik tennis bij de VVGA, tegenover het oude Ajaxstadion, ik zat op de Lidwinaschool. Wij mochten vroeger niet verder dan ‘de brug’, dat is die bij de Hema op de Linnaeusstraat. Daarachter begon dan de minder goede buurt, dat is natuurlijk helemaal anders nu. De Watergraafsmeer is niet echt veel veranderd. Okay, er wonen wat meer yuppen, maar de sfeer is hetzelfde gebleven. Het is gewoon heel fijn wonen hier, mijn kinderen zijn er ook alle drie blijven wonen. Al mijn eerste, goede herinneringen liggen hier.”

Loyaal aan Oost

“Toen ik student was heb ik nog op het Damrak gewoond, tegenover de Beurs van Berlage. Dat was in de tijd van de studentenrellen, op een gegeven moment zagen we hoe alles werd schoongevegd door de ME, wat een tijd. Daarna heb ik nog een periode in Betondorp gewoond, daar had ik samen met mijn vrouw een fysiotherapiepraktijk aan huis.



“De Watergraafsmeer is niet echt veel veranderd. Okay, er wonen wat meer yuppen, maar de sfeer is hetzelfde gebleven.”

Klopten ze vrijdagavond op een raam omdat ze hun enkel hadden verstuikt met voetbal. Mijn vrouw kon er niet goed tegen dat werk en privé zo in elkaar overliepen.”

Hersengymnastiek

“Bewegen is superbelangrijk voor een goede ontwikkeling van de hersenen, en het zorgt er ook voor dat je op latere leeftijd langer van je hersenen kunt genieten. Daarvoor moet je een actieve levensstijl hebben, en dat is eigenlijk tweeledig: minimaal iedere drie kwartier even de benen

strekken om je lichaam te activeren, en de ‘beweegnorm’ halen. Dat laatste betekent dat je minimaal 30 minuten per dag onafgebroken een matig inspannende inspanning levert, bijvoorbeeld stevig doorwandelen of fietsen. Maar het is toch niet te geloven dat maar tien procent van de mensen die beweegnorm haalt? Ook veel kinderen halen het niet. Het begint allemaal met de ouders, die moeten het rolmodel zijn voor hun kinderen. Dus niet neerploffen naast hun kind op de bank met een iPad, maar iets leuks doen! Scholen

kunnen ook veel meer doen, dat ene uurtje gymastiek per week is natuurlijk veel te weinig.”

Verplicht traplopen

“We zijn nu ook bezig om de politiek te mobiliseren; ik ben helemaal niet van het verplicht maken van dingen, maar de overheid mag best wel een beetje meer duwen. Bij ons op de VU kun je tegenwoordig niet meer met de lift naar de eerste twee verdiepingen, je moet de trap nemen. Maar het zal een lange weg worden, want ‘willen zitten’ zit diep en

het is echt een sluipmoorde-naar; mensen zijn nu eenmaal kortetermijndenkers. Allemaal supermenselijk, maar niet wenselijk. Er wordt wel gezegd dat het wel een generatie gaat duren voor we uit onszelf weer meer gaan bewegen.”

Geen stress

“Ik ben een laatbloei, maar toen ik eenmaal neuropsychologie ging studeren, ben ik nooit meer gestopt met werken. Die studie deed ik naast mijn baan als fysiotherapeut, in de avonden, en ik draai sindsdien werkweken van 70, 80 uur. Ik heb er wel altijd voor gezorgd dat mijn omgeving daar geen last van had. Dan werkte ik bijvoorbeeld 's ochtends vroeg en dan gingen we daarna iets leuks doen. Of wanneer we op het strand waren en mijn kinderen lezen een boek, waarom zou ik dan niet even een paar wetenschappelijke artikelen lezen? Maar stress, dat ken ik niet, daarvoor vind ik alles veel te leuk. Ik heb eigenlijk nergens een hekel aan.”

Uitdaging

“Zelf fiets ik iedere dag naar de VU, en in het weekend fiets ik met mijn vrouw naar de stad, of wandelen we met de hond. Allemaal heel bewust. En ik daag mezelf ook mentaal uit door bijvoorbeeld uitnodigingen voor lezingen aan te nemen over onderwerpen waar ik nog niet zo veel vanaf weet. Ik ben ook met vioolspelen begonnen een paar jaar geleden, dat was een lang gekoesterde droom. Het is er door mijn laatste boek een beetje bij ingeschoten, maar ik ga dat zeker weer oppakken.”

Goed gevoel

“Mijn tip aan ouders en kinderen? Als je een eerste stap zet – je gaat bijvoorbeeld meer bewegen – dan geeft dat een goed gevoel. Daar zorgt het beloningssysteem in de hersenen voor. Neem je een volgende stap, dan word je weer beloofd, en ga zo maar door. Ouders kunnen dit dan weer aan hun kinderen meegeven. Maar ja, ouders moeten echt het goede voorbeeld geven!”

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 away-maaltijden. Lekker dichtbij en alles is er altijd bij de hand.

Kalender

2 december

Pietenparcours

Kinderen kunnen deze zaterdag hun pietendiploma halen door alle spelletjes, verspreid door het winkelcentrum, te voltooien. Met gezelligheid, proeven en drinken. Winkelcentrum IJburg, 10.00-16.00 uur.

12,5
jaar

7 december

Winkelcentrum IJburg 12,5 jaar

Leuke acties en aanbiedingen bij diverse ondernemers, dit jubileum is een feestje waard.

vanaf 22 december

Versgebakken biologische oliebolletjes

van Biolicious. Net als vorige jaren bakt eigenaar Maurits de bollen – naturel en rozijnen – zelf buiten voor de winkel aan het Joris Ivensplein. Vanaf zaterdag 22 december t/m maandag 31 december dagelijks van 10.00-18.30 uur.

Slagerij Bart Verkerk

‘Mensen reageren altijd enthousiast’

Twaalf en een half jaar bestaat winkelcentrum IJburg op 7 december en precies zo lang hebben Bart Verkerk en zijn vrouw Jolanda (allebei 50) er hun slagerij. Met puur en ambachtelijk vers vlees, vleeswaren, belegde broodjes – gewild bij bedrijven in de buurt – en maaltijden. De jaren zijn omgevlogen, zegt Bart. “We zijn met de wijk meegroeid, hebben kinderen groot zien worden en mooie dingen meegemaakt. Na zo veel jaar bouw je echt een band op met klanten.” Wat hij mooi vindt hier: “Je probeert wel eens iets nieuws, organiseert bijvoorbeeld een workshop of proeverij, en de mensen reageren dan altijd enthousiast.” Zelf is hij een liefhebber van barbecueën, maar de wijkgenoten zijn dat ook. “Voor Kerst haal ik dan extra T-bonesteaks (zie foto) en côte de boeufs in huis.” Ook populair op IJburg is dry-agedvlees, Bart was er laatst als expert nog mee op tv, in het programma *De keuringsdienst van waarde*. Hij is er trots op, net als op zijn winkel. “We kopen geen producten in, maar maken en verwerken alles zelf. Dat vraagt de tijd en deze buurt.”



Viswinkel IJburg ‘Het wordt hier steeds leuker’

Bram (53) runt de winkel met zijn vrouw Margriet (51) en dochter Yasmin (25). Twaalf jaar ondernemen ze al in winkelcentrum IJburg, ze verkopen veel verse vis, kant-en-klaarmaaltijden en uiteraard gebakken vis. Het restaurantgedeelte is dit jaar vernieuwd, en dat is maar goed ook. Yasmin: “Steeds meer mensen kiezen een lekker menu om hier op te eten.” Winkelcentrum IJburg staat in een kinderrijke wijk en dat zie je, want op woensdagmiddag uit school komen veel ouders met hun kinderen lunchen. Op vrijdagmiddag zijn er veel medewerkers van bedrijven uit de buurt. Na al die jaren weten Bram en Yasmin: “Het wordt steeds leuker, drukker en gezelliger in het winkelcentrum.”

Ze merken ook dat mensen bewuster eten. Daarom ligt er steeds meer MSC-gecertificeerde – verantwoord gevangen – vis in de vitrine. Yasmin: “Niet alleen volwassenen die thuis het eten verzorgen komen bij ons in de winkel, maar juist ook jongeren. Populair onder de IJburgse jeugd is het broodje viskoek. Daar komen ze speciaal voor naar ons toe.”



RICK VERMIN, LID DAGELIJKS BESTUUR OOST

‘Ik wil zoveel mogelijk bewoners bij hun omgeving betrekken’

Rick Vermin (GroenLinks) is de laatste van de drie bestuurders van stadsdeel Oost met wie we een gesprek hebben. Sinds 2017 heeft hij de dossiers openbare ruimte, verkeer en vervoer, milieu, water, duurzaamheid, participatie en democratisering in zijn portefeuille. Daarnaast is hij in het bestuur contactpersoon voor de Indische Buurt en het Oostelijk Havengebied.

Door Ronald Smallenburg

U heeft duurzaamheid in uw portefeuille. Geef eens een voorbeeld van wat u daar in de praktijk mee doet? “Er bestaat in de Watergraafsmeer een bewonersinitiatief dat heet Coöperatie Meer-Energie, dat zich inzet voor een duurzame energievoorziening in Middenmeer-Noord. De coöperatie wil dat doen door bijvoorbeeld de warmte van de vele servers in het nabijgelegen Science Park af te nemen. Omdat in Middenmeer-Noord werkzaamheden aan de openbare ruimte en aan ondergronds leidingwerk gepland staan, ontstond de mogelijkheid om hierbij een warmtenet-

werk aan te leggen. Zo zou dit uiteindelijk een aardgasvrije buurt kunnen worden, als onderdeel van de energietransitie. Dat lijkt eenvoudiger dan het is, want er zijn veel partijen bij betrokken en het vergt een grote investering in netwerk. Ook roept het nieuwe vragen op, bijvoorbeeld qua beheer. De komende jaren gaan we die energietransitie met bewoners, het datacenter, de netwerkbeheerder en de centrale stad in gang zetten. Dit vergt een investering van 10 miljoen euro in het nieuwe netwerk, dus we werken het nu zorgvuldig uit.”

Participatie is niet alleen een toverwoord in het moderne bestuur, maar ook onderdeel van uw portefeuille. Wat doet u daaraan? “Neem het Sumatraplantsoen, daar willen we de buurt eigenaar van maken. We willen bewoners vanaf het allereerste begin betrekken. Hoe organiseer je dan het participatieproces zodanig dat zoveel mogelijk bewoners hun wensen kenbaar kunnen maken? En: wat houdt dat eigenaarschap in?”

Ik neem toch niet aan dat elke wens bevredigd kan worden? “Nee, uiteraard niet. Er is wel een kader waar binnen we met z’n allen moeten opereren. Er zijn nu eenmaal

financiële, architectonische en praktische grenzen. Maar het is een ruim kader en we hopen zoveel mogelijk buurtbewoners te betrekken bij de ideeënvorming en het uiteindelijke beheer van het plantsoen.”

Heeft u nog een mooi cadeau in petto voor de bewoners van Oost? “In het algemeen wil ik de voetganger zijn en hem openbare ruimte teruggeven. Ik wil de zeggenschap over en betrokkenheid van de bewoners bij hun omgeving vergroten, dat is de komende jaren mijn ambitie voor onze wijk. We richten bijvoorbeeld de Weesperzijde opnieuw in, met de voetganger als uitgangspunt. Maar concreet als cadeau zoals jij dat noemt, kan ik wel zeggen dat ik ideeën heb over het inrichten van een park-tot-parkzone die loopt van Frankendael naar het Oosterpark, en waarin dat stukje Middenweg en Linnaeusstraat autoluw wordt. Nog ver weg, maar dat lijkt me een mooi cadeau voor de bewoners van de buurt.”

Rick Vermin (39) is stadsdeelbestuurder van Oost namens GroenLinks. Hij studeerde sociale psychologie en heeft zich onder meer beziggehouden met Amsterdam Smart City en met de combinatie duurzaamheid en participatie. Rick woont met zijn vriendin en dochters in Oost.



“Ik heb wel ideeën over een park-to-parkzone van Frankendael naar het Oosterpark, waarin dat stukje Middenweg en Linnaeusstraat autoluw wordt.”



De vuurtoren van Amsterdam is ingepakt... en gaat weer branden

De vuurtoren van Amsterdam, voor de kust van Durgerdam, mag straks weer branden. Maar eerst krijgt Hoek van 't IJ, zoals hij vroeger genoemd werd, een opknapbeurt. De monumentale toren, een rijksmonument van bijna twintig meter hoog, wordt gestraald en opnieuw geverfd in de originele kleuren. Is dat eenmaal gebeurd, dan mag gedimd licht gevoerd worden. In 1701 werd de vuurtoren van Amsterdam gebouwd. Deze stenen toren werd in 1893 vervangen door een stalen exemplaar. Eind 2016 doofde het licht – de vuurtoren was overbodig geworden. Het licht zou, zo stelde Rijkswaterstaat destijds, zelfs tot verwarring kunnen leiden. En nu hebben Staatsbosbeheer (de huidige eigenaar) en de uitbaters van het restaurant op Vuurtoreneiland de handen ineengeslagen om het licht weer aan de praat te krijgen. Na de opknapbeurt, die zo'n 2,5 miljoen kost en die naar verwachting nog voor Kerst is afgerond, zullen de restauranthouders het onderhoud op zich nemen. Bij helder weer is het licht van de vuurtoren vanaf 2 kilometer te zien.

In Nieuw Amsterdams Wonen is het groots wonen.



**BOUW
GESTART!**

Locatie NAW:
Revaleiland in
Amsterdam
Houthaven



XL PATIOWONINGEN

Woonoppervlakte: ca. 232 tot 270 m²
Aantal kamers: 6 tot 8
Patio in souterrain: 26 tot 27 m²
Terras op leefverdieping: 22 tot 100 m²
Prijs o.b.v. canonbetaling:
ca. € 949.556,- tot € 1.175.075,- v.o.n.

Standaard 2 badkamers
Dubbele entree · Uitzicht op 't IJ

ALEX KLUSMAN HEEFT GROOTSE PLANNEN MET DRC

‘Vernieuwing geeft altijd wat weerstand’

Alex Klusman werd geboren in Zambia en woont in Durgerdam. Hij is voorzitter van voetbalclub DRC (Durgerdam Racing Club). We spreken elkaar in de kantine, waar Alex zwarte voetbalkantinekoffie schenkt. Buiten zien we twee voetbalvelden en een weiland met koeien. Vragen stellen is amper nodig; Alex vertelt enthousiast over alle ontwikkelingen. Zijn hond luistert mee.

Door Gijs Lauret

“Ik trof hier in 2012 eigenlijk een chaos aan. Ik bracht mijn zoonjes bij de mini’s en daar stond één trainer met veertig jeugdspelers. Hij keek opzij en vroeg: ‘Wil iemand me alsjeblieft helpen?’ Mijn vrouw duwde me het veld op en ik ben er niet meer vanaf gegaan. Al snel coördineerde ik het jeugdvoetbal, in 2015 werd ik voorzitter. Ik heb trainerscursussen gevolgd en train nog steeds hetzelfde jeugdelftal Onder-13, van mijn oudste zoon. We spelen hoofdklasse, daar ben ik trots op. Wie tijd vrijmaakt, kan snel vooruitgang boeken. Ik kopieer oefenstof van Ajax, waar mijn jongste zoon speelt. De discipline van jeugdspelers moet naar mijn mening omhoog, er heerst een D66-cultuur rond de trainingen. Ik heb de jongens verplicht te douchen.



Alex Klusman is voorzitter van DRC, en hij is ambitieus. “Wie tijd vrijmaakt, kan snel vooruitgang boeken.”

Ze houden dan allemaal hun onderbroek aan.”

“Professionalisering vind ik belangrijk. Ik wil met meer gediplomeerde jeugdtrainers het niveau verhogen en aansluiting vinden tussen jeugd en eerste elftal. Zes jaar terug was dit een speeltuinvereniging. Als je een voetbalclub pretendeert te zijn, moet je ze

leren voetballen. Nu dragen alle jeugdtrainers een DRC-jas en willen we een visie ontwikkelen over hoe we voetballen: kick and rush of juist collectief druk zetten? Er voetballen hier veel slimme mensen, dus dat kan best. DRC is wel een soort reservaat hoor, hockey zonder stokkie. We willen graag een afspiegeling van Amsterdam worden. Ik vind het verschrik-

kelijk om een geheel wit team te hebben dat bang is om tegen grote donkere jongens te voetballen. Bereikbaarheid is ons grote probleem. Oudere jeugdspelers en stagiair-trainers uit Amsterdam-Noord of IJburg haken af; die willen niet drie kilometer lopen vanaf een bushalte in Schellingwoude. We hebben 450 leden, waarvan zeker een kwart uit Durgerdam komt. Enkele jaren terug liepen in het eerste geen bekenden, inmiddels meer jongens uit de omgeving. Ook bieden we sinds vier jaar damesvoetbal. We hebben een groot 35+ team; de gillende voetbalmoeders van toen laten nu zelf zien wat ze kunnen.”

“Ons eerste veld is sinds tweeënhalf jaar kunstgras, het grasveld is prachtig gerenoveerd, de kleedkamers zijn vanbinnen opgeknapt en er komt een nieuw pupillenveld. Vernieuwing geeft altijd wat weerstand. Sommige veteranen vonden kunstgras niks, maar klagen nu als ze op gewoon gras moeten. Overigens zijn dat brave mannen die komen opdrijven voor iedere bardienst. Verder hangen er buiten borden dat wij rookvrij zijn. Dat is vooralsnog alleen bij jeugdwedstrijden. Later willen we volledig rookvrij worden. Dat heeft tijd nodig, maar deze maatschappelijke trend is niet te keren.”



Onderhoud spoor bij Muiderpoortstation

Lawaai, trillingen en geen treinverkeer van en naar Weesp... reizigers en omwonenden van het Muiderpoortstation ondervinden in het weekend van 24 en 25 november hinder door onderhoud aan het spoor. Freek Lenten van ProRail: “Bewoners gaan zeker wat merken van onze werkzaamheden. Helaas kan ik daar niets aan doen. Wel kunnen we omwonenden tijdig informeren, zodat ze daardoor niet overvallen worden.”

Met grote machines wordt de ballast (het grind dat ervoor zorgt dat het spoor stevig blijft liggen) weggehaald, gezeefd en waar nodig aangevuld met nieuw grind.

Door zo’n grondige onderhoudsbeurt van het spoor wordt de kans op vertraging of uitval van treinen veel kleiner. En doordat er tijdelijk geen treinen rijden, kan er dag en nacht worden doorgewerkt en blijft de overlast beperkt tot één weekend. Vanaf Muiderpoort rijden de treinen naar Utrecht dat weekend trouwens wel. In de vroege ochtend van 26 november is de klus geklaard.

22 NOV

GRUPPO SPORTIVO

POP ROCK

29 NOV

DESERT MOUNTAIN TRIBE

PSYCHROCK

02 DEC

DELGADO BROTHERS

BLUES

09 DEC

NATHAN BELL

AMERICANA

13 DEC

CRONIN: THE POGUES TRIBUTE

IRISH FOLK

CRONIN: a tribute to SHANE MCGOWAN and THE POGUES Est. 1982 POGUE MAHONE

14 DEC

SCHOOLLY D + CODE MONEY

HIPHOP

15 DEC

LEIF DE LEEUW BAND

ALLMAN BROTHERS BAND TRIBUTE

15 DEC

MASSADA

LATIN-ROCK

22 DEC

ABBA GOLD EUROPE

TRIBUTE

28 FEB

JOHAN DERKSEN

KEEPS THE BLUES ALIVE

09 MRT

IDA NIELSEN

FUNK

22 MRT

CRAZY LITTLE THINGS

QUEEN TRIBUTE

WWW.Q-FACTORY-AMSTERDAM.NL

Bikes & Boards

Voor €100 gratis accessoires of minimaal €200 voor uw oude fiets

Bij aanschaf van een Victoria E-Bike

Victoria E-bikes 2019

Bij aanschaf van een Victoria E-bike 2019 model ontvangt u nu voor €100 aan gratis accessoires of kiest u voor minimaal €200 inruilkorting op uw oude fiets.

Bij Bikes & Boards IJburg hebben we veel nieuwe Victoria modellen staan om uit te proberen. De €100 aan accessoires mag u zelf in de winkel uitzoeken: een degelijk kettingslot of een praktische mand?

Bosch aandrijving

De e-bikes van het Duitse merk Victoria bieden een hoge kwaliteit en komen internationaal vaak als winnaar uit de test. De fietsen zijn meestal voorzien van een aandrijving van het topmerk BOSCH.

Ruim assortiment

Van sportief tot robuuste stadsfiets, Victoria heeft een uitgebreid assortiment. De modellen bieden allemaal een bovengemiddeld hoog rijcomfort.



Victoria model eTrekking 12.9



Victoria model eTrekking 7.4



Victoria model eTrekking 5.8 SE



Victoria model eTrekking 8.9

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

GRATIS
ENTREE

COCKTAIL
BAR

19 UUR
TILL LATE

DAGHAP
VANAF 17 UUR
(TOT 21 UUR)

VRIJMIBO
DJ MARCELLO

VR 30
NOV

BIJ Storm
- CHILL & GRILL -

EN MEER:

BOUBERG WILSON

T-GRAY

ROBERTO DAVINCI

SANDRO



BIJ STORM | IJDIJK 10 | AMSTERDAM

Vier kerst Bij Storm!

1^e
KERSTDAG
kerstdiner

2^e
KERSTDAG
kerstbrunch
en kerstdiner

KERSTMENU

5-gangenmenu € 49,5

incl. amuse en bubbels

3-gangen vanaf € 29,-

Onze gerechten zijn ook
afzonderlijk te bestellen

KERSTBRUNCH € 24,5 [11-14 uur]

Kids 4 t/m 12 jaar € 12,25

Kids 0 t/m 3 jaar zijn gratis

Reserveer via
info@bijstorm.nl of
T 088 - 205 5200

Tijdens het kerstdiner en kerstbrunch is er een knutseltafel voor de kids en een cadeautje onder de kerstboom. Bekijk het kerstmenu op: [BIJSTORM.NL/KERSTDINER](https://www.bijstorm.nl/kerstdiner)



PRIJSSTIJGINGEN ZIJN EXORBITANT

Particuliere beleggers nemen woningmarkt over

Leraren en verpleegkundigen kunnen geen woning meer vinden, en beleggers zwaaien driftig met hun portefeuille - de Amsterdamse woningmarkt is vooral nog aantrekkelijk voor degenen met het meeste geld. Wat kan de gemeente Amsterdam doen om het tij te keren?

Door Michel van Dijk

Het gaat hard met particuliere beleggers. In 2017 waren ze goed voor 21 procent van het aantal woningaankopen in de vier grote steden, bleek in oktober 2018 uit onderzoek van De Nederlandsche Bank. In 2016 viel nog een op de acht verkochte huizen in handen van particuliere beleggers. Die spelen dus een steeds grotere rol op de Amsterdamse huizenmarkt. Dat is wel te begrijpen, zegt Laurens Ivens, als wethouder Huisvesting verantwoordelijk voor het woonbeleid in Amsterdam. “Beleggers speculeren op de prijsstijgingen van woningen. Woningen zijn momenteel interessante beleggingsobjecten, interessanter dan een spaarrekening of zelfs beleggen op de beurs.”

Er valt dus veel geld te verdienen. Dat leidt tot nieuwe fenomenen zoals buy-to-let waarbij koopwoningen worden opgekocht door verhuurders. Dat kunnen grote vastgoedpartijen zijn, maar steeds vaker ook kleine particulieren die beleggen in een tweede woning. Ivens: “Als je die woning verkamert en verhuurt, kun je voor een appartement waar eerst voor 900 euro huur per maand een gezin woonde, vier studenten laten wonen voor 2000 euro. Plus bijbehorende prijsstijging van de woning.”

Buy-to-let

Volgens onderzoek van de Universiteit van Amsterdam en de Katholieke Universiteit Leuven, voorjaar 2018, is buy-to-let in Nederland tussen 2006 en 2016 met ruim 75% toegenomen. In Amsterdam ligt het aandeel buy-to-let inmiddels op 10 à 13 procent. Het leidt tot grootschalige beleggingen in de Amsterdamse woningvoorraad en de effecten van toeristische verhuur zoals Airbnb en B&B's, maar ook tot verdringing op de Amsterdamse woningmarkt.



In de Watergraafsmeer, zoals hier aan de Bredeweg, is de gemiddelde vierkantemeterprijs al gestegen naar 6500 euro.

Amsterdam maakt zich zorgen over de exorbitante prijsstijgingen op de woningmarkt. Ivens: “We willen dat Amsterdam voor alle groepen bereikbaar blijft. Als deze stad wil blijven functioneren, hebben we iedereen nodig, horecapersoneel, bouwvakkers, leraren, verpleegkundigen. Als je als leraar in Amsterdam geen betaalbare woning kunt vinden, maar in Alkmaar wel, dan is de keuze snel gemaakt.”

De gemeente werkt daarom aan een pakket aan maatregelen. Zo zet ze in op het bouwen van meer betaalbare huurwoningen, zowel in het sociale als middeldure huursegment. Daarnaast wil ze de bestaande woningvoorraad beter beschermen. Ivens: “We onderzoeken of we een zelfwoonplicht kunnen invoeren. Je moet dan zelf gaan wonen in de woning die je hebt gekocht. We voorkomen daarmee dat beleggers woningen opkopen om die te verhuren. Daarnaast willen we het beleid aanscherpen op het gebied van woningdelen. De afgelopen jaren zijn er veel vergunningen aangevraagd voor mensen die hun pand willen verkameren en verhuren aan groepen studenten. We willen dat niet stoppen, ook studenten hebben woonruimte nodig, maar we willen het aantal vergunningen wel beperken. Zeker in

buurten en woonblokken waar al veel appartementen verkamerd zijn.”

Noodknop

Amsterdam wil ook dat iedere huurder een eigen huurcontract krijgt, dus ook alle huurders van deelhoningen. Dat is nu nog niet zo. Ivens: “Het betekent dat ze meer rechten hebben, en makkelijker naar de huurcommissie stappen als ze bezwaar willen maken tegen de hoogte van de huur. Als er eerlijke huurprijzen betaald moeten worden voor kamers, worden die als beleggingsobject minder interessant.”

Maar Amsterdam kan de woningmarkt niet zonder hulp in balans brengen, ook de rijksoverheid is aan zet. De gemeente maakt zich daarbij vooral zorgen over de particuliere sociale huursector. Dat zijn woningen die geen eigendom zijn van de corporaties, en die nu verhuurd worden voor een prijs onder de 711 euro, onder de sociale huurgrens. Zodra ze vrijkomen omdat de bewoner verhuist, mag de huurprijs opnieuw worden vastgesteld. Ivens: “Ze komen dan vaak in één keer in het dure segment terecht. De gemeente kan daar niets tegen doen, maar de rijksoverheid wel. We willen daarom dat minister Ollongren van Binnenlandse Zaken de zogenoemde

De vijf grootste huisjesmelkers van Amsterdam

Nr. 1: Johannes Veldhuijzen (57)

Met ruim vijfhonderd adressen een van de grootste privébezitters van vastgoed in Amsterdam. Had tot enkele jaren geleden louter sociale huurwoningen. Door veranderde regelgeving vormt hij deze woningen nu om voor de vrije sector.

Nr. 2: Prins Bernard van Oranje-Nassau (47)

Neef van de koning en lid van de koninklijke familie, is ondernemer en pandbezitter. Als privépersoon en via zijn bv's bezit hij 590 Nederlandse adressen, waarvan 349 in Amsterdam.

Nr. 3: Niek Sandmann (71)

Beheert vanuit Villa Betty aan het Vondelpark een omvangrijke portefeuille van enkele honderden panden, in onder meer De Pijp, de Raadhuisstraat en op de Keizersgracht.

Nr. 4: Peter (52) en Mark (51) Bakker

De broers bezitten privé en met hun maatschappij Overvast veel panden op A-locaties als de P.C. Hooftstraat en het Max Euweplein.

Nr. 5: Elly Dijkhuis (80) en erven Van der Vloodt

Elly Dijkhuis is de weduwe van de makelaar Peter van der Vloodt, die na zijn overlijden in 2009 zo'n tweehonderd adressen naliet. Ook weduwe Dijkhuis heeft met zo'n 170 woningen een aardige portefeuille. Die erfde zij van haar vader, die grote delen van de Watergraafsmeer bouwde.

Bron: Het Parool

‘noodknop’ gaat invoeren. Dat betekent dat je afsprekt dat huren met een maximum percentage mogen stijgen. De minister heeft gezegd hierover na te denken. We hopen dat dit snel tot resultaat leidt.”

SINTERKLAAS OP IJBURG

HAVEN IJBURG 24 NOVEMBER 2018

SINTERKLAAS ZAL ROND 13.00 UUR AANKOMEN,
HOPELIJK ZIEN WE JULLIE DAAR ALLEMAAL ZODAT WE
SINTERKLAAS SAMEN KUNNEN VERWELKOMEN.



HIJ KOMT! HIJ KOMT!

PROGRAMMA SINTERKLAAS INTOCHT

- 12.30 START ACTIVITEITEN
- 13.30 DE BOOT VAN SINTERKLAAS MEERT AAN
- 14.15 WELKOMSTWOORD EN MUZIEK OP HET PODIUM
- 14.30 SAMEN ZINGEN EN DANSEN
- 15.25 SINTERKLAAS UITZWAAIEN

ER ZIJN ALLERLEI LEUKE ACTIVITEITEN ROND DE HAVEN

- POPPENKAST EN VOORLEZEN VOOR DE ALLERKLEINSTEN
- PEPERNOTEN EN KOEKLETTERS BAKKEN
- PRIJSUITREIKING EN KLEURPLATENWEDSTRIJD
- SCHMINKEN EN GLITTERTATTOOS

SINTERKLAASOPIJBURG.NL

Hoofdsponsors:



AMBTELIJK CIRCUS DRAAIT OVERUREN

Asfalt of klinkers voor de Weesperzijde?

Ambtenaren en belangengroepen hebben meer macht dan bewoners. En gekozen politici doen alsof ze machteloos zijn. Dit is zeker geen Amsterdamse democratische wetmatigheid, maar wel de werkelijkheid van de Weesperzijde. Althans, als het over het nieuwe wegdek van de Weesperzijde gaat. Dat wordt van asfalt, zo heeft het stadsdeelbestuur als vooruitgeschoven post van het stadsbestuur eind oktober besloten.

Door Harko van den Hende

Asfalt of klinkers, wat maakt het uit? Met die vraag moet het bestuur van Oost een halfjaar geleden geworsteld hebben. Het bestuur had “zelf een lichte voorkeur” voor asfalt maar was “ook benieuwd hoe bewoners daarover denken”. Dus werden er 3300 brieven uitgestuurd waarop welgeteld 245 reacties kwamen. Uitkomst: 145 voor klinkers, 86 voor asfalt, 14 geen mening. 145 tegen 86, dat zou een duidelijke meerderheid genoemd kunnen worden. Ambtelijk heet dit “een lichte voorkeur”.

Tussen het verzenden van de brieven en het tellen van de burgerstemmen zat een maand of vijf en in die periode gaven ook andere partijen hun mening. Zoals de Fietzersbond, die meldde voor asfalt te zijn, zich beroepend op Amsterdams beleid. Daar tegenover stond de mening van een ambtelijke commissie, die zich voor klinkers uitsprak, met verwijzing naar hetzelfde Amsterdamse beleid. De Fietzersbond had er namelijk overheen gelezen dat het



Het besluit voor afvalt op de Weesperzijde is tegen de opvatting van bewoners is, maar gekozen politici doen alsof ze machteloos zijn.

beleid regels kent (asfalt) maar ook mogelijke uitzonderingen (als klinkers beter passen bij de uitstraling van een buurt). De Centrale Verkeerscommissie (CVC), een andere ambtelijke adviesgroep (met de Fietzersbond als vaste adviseur) had

daarentegen weer haar veto uitgesproken tegen klinkers – wat bijzonder is voor een commissie die adviseert en niet besluit.

Ondertussen had ook nog de klankbordgroep Weesperzijde

(bewoners) zich voor klinkers uitgesproken, had de betrokken ambtenaar ten behoeve van het bestuur in Oost een “afwegingskader” gemaakt waaruit een lichte voorkeur voor klinkers naar voren kwam en had (mogelijke dezelfde)

ambtenaar – toen bleek dat de bewoners voor klinkers waren – “een team van experts” gesproken. “Zij spraken zich uit voor asfalt”, zo heet het in het officiële stuk. Navraag leert dat de experts het niet eens waren en “een lichte voorkeur” voor asfalt hadden.

Grote afwezigen in dit verhaal: de leden van de bestuurscommissie Oost, terwijl zij volgens de huidige regels minstens een adviserende rol kunnen spelen. Wel aanwezig: raadsleden uit de gemeenteraad, maar zij stelden de foute vragen op het verkeerde moment.

Wegen de opvattingen van passanten (Fietzersbond) of professionals (CVC) dus zwaarder dan die van bewoners? Daar lijkt het op, maar echt duidelijk is het niet. Volgende keer zou het handig zijn, zeker als een besluit tegen de opvattingen van bewoners ingaat, alle stukken beschikbaar te hebben en in alle openheid in commissie en raad de afweging te maken en het besluit te nemen.



Brug naar Centrum-eiland geplaatst

Lang gewacht en toch gekregen. Nu Centrum-eiland bebouwd wordt en de Wim Noordhoekgracht op Haveneiland bijna helemaal gegraven is, wordt nog dit jaar brug 2030 van Haveneiland naar Centrum-eind (IJburg 2) geplaatst. Eind november staan de brugondersteuning – octopussen in jargon. Op 30 november wordt, als het weer meezit, de autobrug geplaatst. Begin december volgen dan de twee fietsbruggen. Tijdens de werkzaamheden worden auto's en fietsers omgeleid, en omdat je soms even moet wachten voor zwaar materieel zijn er dan verkeersregelaars ter plaatse. Naar verwachting gaat de brug in maart 2019 open voor verkeer. Dan is de eerste officiële verbinding tussen het 'oude' en nieuwe deel van IJburg gereed.

24 november

Intocht Sinterklaas op IJburg

Rond de jachthaven van IJburg barst op zaterdag 24 november het sinterklaasfeest los. Het programma begint om 12.30 uur. Nadat de Sint de haven is binnengevaren, maakt hij een wandeling langs de kade. Unikidz, Deen en andere sponsors zorgen voor een gezellig programma met schmink, een springkussen, theaterworkshops en pepernoten bakken. Voor de allerkleinsten is er in een speciale tent poppenkast en voorlezen.

Om 14.15 uur heet stadsdeelvoorzitter Maarten Poorter Sinterklaas van harte welkom en daarna is er volop tijd om samen te zingen en te dansen. Rond 15.30 uur zwaaien de kinderen Sinterklaas weer uit. Zie voor het complete programma: sinterklaasopijburg.nl.





HALLO *Feestdagen!*

Activiteiten winkelcentrum Maxis Muiden

24 november Sinterklaasintocht Maxis

Spelletjesochtend (11.00 - 13.00) Sinterklaasintocht (13.00 - 14.30)

25 november Sinterklaas bij Maxis

De Sint bezoekt Maxis & live muziek van Pieten-orkest

1 december Sinterklaas knutsel-terras

De Sint bezoekt Maxis & knutsel-terras voor kinderen

2 december Sinterklaas bij Maxis

Meet & Greet met Sinterklaas!

15 december Christmas Experience

Live muziek door de Christmas Experience. Sprookjesachtig genieten!

20, 21, 22 & 24 december inpakservice

Laat uw kerstinkopen extra feestelijk inpakken door onze inpakservice!

22 december Urker Mannenkwartet

Het Urker Mannen Kwartet zingt de mooiste kerstliederen

23 december Snowglobe

Trek je mooiste Kerst-outfit aan, neem plaats in onze enorme Snowglobe en laat je fotograferen. De foto krijg je meteen van ons mee!

Kijk op www.maxis.nl voor meer info of volg ons op Facebook!





BovenIJ ziekenhuiskrant

Zorg goed voor elkaar

‘De casemanager dementie helpt ons door het doolhof van hulp’

Enkele maanden geleden werd duidelijk dat André van Hekken een beginnende vorm van dementie heeft. Via de medisch specialist in het BovenIJ ziekenhuis kwamen André en zijn partner Loes van Aesch in contact met een casemanager dementie.

Grappjes over vergeten

Dat André vergeetachtig werd, ontging niemand in zijn omgeving. ‘We maakten er zelfs grappjes over’, vertelt Loes. De aanleiding om eens goed naar zijn vergeetachtigheid te laten kijken, kwam in het BovenIJ ziekenhuis. André werd opgenomen met een lichamelijke klacht. Loes: ‘Eenmaal daar werd hij verward, hij viel zelfs eens uit bed. Nu hij zo vergeetachtig werd, wilde ik weten hoe ik daar mee om moest gaan. Zodra het lichamenlijk beter met hem ging, zijn we bij de geriater langs-gegaan.’

Onderzoek bij de geriater

Tijdens het onderzoek bij de geriater wordt de patiënt helemaal in kaart gebracht op lichamenlijk, sociaal en geestelijk gebied. Ook wordt gekeken in hoeverre iemand dagelijkse handelingen kan doen. Loes: ‘Ze vroegen André om een klok te tekenen. Ik keek toe hoe hij aan de slag ging en voelde de tranen in mijn ogen springen. Dat het al zo erg was, had ik me niet eerder gerealiseerd. André bleek een beginnende vorm van dementie te hebben.’

Het doolhof van hulp

Via de geriater kwamen André en Loes in contact met een casemanager dementie van het meldpunt ouderenzorg. ‘Ze helpt ons door het doolhof van hulp’, vertelt Loes. ‘De diagnose heeft meteen één grote consequentie: André mocht niet langer autorijden. Onze casemanager weet dan wie je kunt inschakelen, zoals taxivervoer.’

Mantelzorger geworden

Loes neemt de rol van mantelzorger graag op zich. Zonder haar zou André zich thuis niet meer kunnen redden. ‘Nadat ik hem vertel wat ik in de krant heb gelezen, reageert hij een half uurtje later opnieuw verrast als hij hetzelfde nieuwsbericht zelf leest. Je kunt de neiging hebben om dan niets meer te zeggen, maar dat doe ik niet. Ik moet me aanpassen aan hem. Veel moeilijker voor mij, is dat André de interesse verliest in de wereld om hem heen.’

Doorgaan met leven

Haar casemanager en haar huisarts hebben haar ervan overtuigd dat ze zelf ook een ‘dagje vrij’ moet nemen. Loes:



André van Hekken en Loes van Aesch maken nog dagelijks een rondje met de hond door het bos in de buurt.

‘Dus als de kinderen voorstellen om André op te halen, plan ik iets anders. We zijn al 28 jaar samen en hebben altijd voor elkaar gezorgd. Ik weet dat het goed voor me is, maar het voelt toch alsof ik hem wegstuur. Het dagelijkse rondje met de hond ondernemen ze samen. ‘Ik probeer het leven door te laten gaan’, vertelt Loes. ‘Ik wil hem

overal bij blijven betrekken, anders worden we beiden niet gelukkig.’

Meldpunt ouderenzorg voor vragen en hulp

Patiënten met dementie en hun naasten kunnen voor vragen en hulp terecht bij het meldpunt ouderenzorg. In Amsterdam-Noord is er geen

wachttijd voor het inschakelen van een casemanager dementie via het meldpunt ouderenzorg. Het meldpunt ouderenzorg in Amsterdam-Noord is telefonisch bereikbaar via de polikliniek geriatrie van het BovenIJ ziekenhuis, via 020-634 62 53 (maandag t/m vrijdag tijdens kantooruren).

TIP!

Wat gaat u vragen aan uw dokter?

HELP DE DOKTER MET EEN GOED GESPREK

Schrijf thuis op wat u wilt vragen en wat je wilt vertellen bij de dokter. Dan vergeet u niet om de belangrijke dingen te bespreken.

Met deze 3 goede vragen begint u een goed gesprek:

- 1 Wat zijn mijn mogelijkheden?
- 2 Wat zijn de voordelen en nadelen van die mogelijkheden?
- 3 Wat betekent dat in mijn situatie?

Op de website 3goedevragen.nl leest u welke vragen u kunt stellen om de informatie te krijgen die u nodig hebt.



Trots op onze medewerkers: daarom gebak!

Op 3 in de Top 100

In de ziekenhuis top 100 van het Algemeen Dagblad staat het BovenIJ ziekenhuis op de 3e plaats in de categorie algemeen- of streekziekenhuis.

Edwin van der Meer, voorzitter Raad van Bestuur van het BovenIJ ziekenhuis is trots op het resultaat: ‘De 3e plaats is een enorme blijk van waardering voor al onze medewerkers en medisch specialisten. Zij zetten zich 24 uur per dag, zeven dagen in de week in om voor onze patiënten de zorg goed voor elkaar te hebben.’ Ad Bakx, voorzitter medische staf: ‘De resultaten laten zien dat we het o.a. goed doen bij knie-, heup- en galblaasoperaties. Ook de scores op de onderdelen heropnames en zorg voor kwetsbare ouderen zijn om trots op te zijn.’

Ervaringen patiënten

Van der Meer: ‘De persoonlijke erva-

ringen van patiënten, zoals ze die o.a. uitspreken op ZorgkaartNederland en social media zijn voor ons ook van grote waarde en een inspiratiebron voor continue verbetering. De kracht van ons BovenIJ ziekenhuis zit hem in de juiste zorg op de juiste plek voor de inwoners van Amsterdam-Noord en omstreken.’

AD Top 100

Algemeen Dagblad publiceert de Ziekenhuis Top 100 jaarlijks in november. Ze maken o.a. gebruik van gegevens uit 2017 die ziekenhuizen aanleveren aan de Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd (IGJ) en diverse keurmerken.

Wij zoeken nieuwe collega's

o.a. IC-verpleegkundigen en kinder- en/of neonatologieverpleegkundigen

Bekijk onze vacatures op werkenbijbovenij.nl

Angelique van Eck liep de Diabetes Challenge 2018: ‘Je hoeft niet achter de geraniums te zitten als je diabetes hebt’

Angelique van Eck wandelde maandenlang onder medische begeleiding vanuit het BovenIJ ziekenhuis en trainde zo voor de Nationale Diabetes Challenge: samen met diabetespatiënten uit het hele land liep ze eind september 15 km. ‘Het voelde als een overwinning op mezelf.’

Net zo gedreven
Afgelopen zomer verkenden de deelnemers uit Amsterdam-Noord alvast het Olympisch Stadion waar de challenge gehouden zou worden. Oud-olympisch kampioen volleybal en organisator Bas van de Goor liep met hen mee. Tijdens het wandelen raakte Angelique met hem in gesprek. ‘Bas heeft diabetes type-1, net als ik. Ook hij wil zijn eigen dingen blijven doen, ondanks de

diabetes. Zijn gedrevenheid herkende ik ook bij mezelf.’

Steeds je bloedsuiker meten
Samen met haar man heeft Angelique een eigen bedrijf in de mode. Ze vliegt geregeld naar leveranciers in China en Turkije. Afgelopen zomer vloog ze ook naar Atlanta om te kunnen snorkelen met walvishaaien. Zo op het oog blijft ze haar eigen dingen doen. Angelique:



Angelique van Eck (m) en zoon Bram (r) wandelen mee met de wandelgroep van Stichting Doras.

‘Ik let heel goed op mezelf en meet wel 8 keer per dag mijn bloedsuiker. En nog eens extra vlak voor ik met mijn twee kinderen de auto instap. Als mijn bloedsuiker te laag wordt - en ik een hypo krijg - kan ik niet meer goed praten en denken, en zelfs flauwvallen. Als er dan niemand reageert, kan ik overlijden.’

Geen dag hetzelfde
Bij type-1 gaat het erom dat je je bloedsuiker zo gelijk mogelijk kunt houden. Vooral in het eerste jaar naar haar diagnose, was dat lastig. ‘Mijn alvleesklier deed het soms wel, soms niet. Door mezelf te prikken kreeg ik snel te veel of te weinig insuline binnen. Bovendien runde ik toen nog een nachtcafé, samen met mijn moeder. Ik probeerde elke dag precies hetzelfde te eten, maar kon niet op vaste tijden slapen. De stress die ik voelde omdat het me niet lukte om mijn bloedsuiker onder controle te krijgen, werkte nog eens averechts. Wat mijn arts toen adviseerde, ben ik nooit meer vergeten: “Die diabetes went maar aan jou, in plaats van andersom.” Vanaf dat moment ging het stukken beter.’

Wandelen onder medische begeleiding
Voor diabetespatiënten is lichaamsbeweging extra goed omdat het de bloedsuikerspiegel verlaagt. Voor Angelique betekent dat ook meer kans op het krijgen van een hypo. ‘Ik was al niet sportief en durfde nu helemaal niet meer te sporten. Op facebook las ik een bericht van één van de deelnemers van de wandelgroep uit het BovenIJ ziekenhuis over de challenge met Bas van de Goor. Sporten onder medische begeleiding met een duidelijk einddoel;

Weetje: door te wandelen daalt de bloedsuiker

dat wilde ik wel proberen.’ Angelique die hoopte op leeftijdsgenoten met type-1 wist in eerste instantie niet wat ze ervan moest denken; de andere deelnemers waren veel ouder en hadden allemaal diabetes type-2. ‘Na de eerste keer had ik de blaren onder mijn voeten, zo fanatiek liepen ze! Dat Pia Stallenberg meeliep, trok me over de streep. Zij is verpleegkundig specialist diabetes en weet wat ze moet doen als ik een hypo krijg. Zonder Pia zou ik nooit hebben meegedaan.’

Tijd voor een nieuwe uitdaging
Angelique: ‘Het afronden van de challenge voelde als een overwinning op mezelf. Ik heb laten zien dat je niet achter de geraniums hoeft te zitten als je diabetes hebt.’ Natuurlijk blijft ze meelopen met de wandelgroep. Daarnaast maakt ze wel eens een rondje met haar zoon. ‘Dat je gezond bezig bent, merk ik aan mijn hele lichaam. Ik voelde me zo sterk dat er nog een uitdaging is bijgekomen: ik ben begonnen met een dieet.’

Meer weten? Diabetes polikliniek via bovenij.nl/diabetes of 020 634 62 71



Angelique van Eck met oud-olympisch kampioen volleybal en organisator van de Diabetes Challenge, Bas van de Goor tijdens de training voor de challenge.

In het kort: diabetes type-1
Bij patiënten met diabetes type-1 stopt de alvleesklier met het aanmaken van het hormoon insuline. Insuline is nodig om de bloedsuiker te regelen. Om hun bloedsuiker op peil te houden spuiten patiënten met diabetes type-1 daarom zelf insuline of dragen een insulinepomp.

Wandelt u mee?
Verpleegkundig specialist diabetes Pia Stallenberg en diabetesverpleegkundige Karin de Hertog begeleiden diabetespatiënten naar de Diabetes Challenge 2018. Nu de challenge is afgelopen kunnen diabetespatiënten meelopen met de wandelgroepen van Stichting Doras in Amsterdam-Noord. De vrijwilligers van Doras hebben scholing gekregen over diabetes.

Wilt u meewandelen? Neem contact op met Rita Gemerts van Stichting Doras, via 06 443 00455.

Praten over gezondheid in eigen kring

In de buurthuizen in Amsterdam-Noord schuiven geregeld professionals aan uit het BovenIJ ziekenhuis. Aan het ontbijt of tijdens de thee horen de buurtbewoners meer over diabetes of de menopauze.

Samar Shalan en Kedija Mohamed zijn contactpersonen in de wijk. Op de plekken waar buurtbewoners binnen

hun eigen kring samenkomen, nodigen zij een spreker uit. Bij de voorlichting is een vertaler aanwezig als dat nodig is.



Contactpersonen Samar Shalan (l) en Kedija Mohamed (r): ‘Deze bijeenkomsten vergroten het vertrouwen tussen de twee werelden.’

Veel vragen over gezondheid
Samar Shalan zet zich in voor Stichting de Vrouwenbazaar, onderdeel van Buurthuis van der Pek. Haar netwerk bestaat vooral uit mannen en vrouwen van Afghaanse, Arabische en Syrische komaf. Dat medische professionals zo open worden ontvangen is best bijzonder. Samar: ‘Informatie over gezondheid wordt gedeeld binnen de eigen cultuur. Met de huisarts is er niet altijd een goed contact. Mannen zullen al helemaal niet snel naar hun huisarts gaan; klagen over een pijntje wordt niet mannelijk gevonden. Toch is er een grote behoefte aan informatie over gezondheid. Deze bijeenkomsten met het BovenIJ ziekenhuis vergroten het vertrouwen tussen deze twee werelden.’

Ter plekke je bloedsuiker meten
Ook Kedija Mohamed maakt gebruik van de plek waar buurtbewoners bijeen komen. Ze organiseert al 9 jaar activiteiten voor vrouwen in de Stichting Thee Salon. In september kwam diabetesverpleegkundige Karin de Hertog langs in Huis van de Wijk de Meeuw.

De 45 bezoekers leerden over diabetes en namen meteen van de gelegenheid gebruik om hun bloedsuiker te meten. Kedija: ‘Kort geleden organiseerden we opnieuw een ochtend over diabetes. Een wandelgroep van Doras kwam ook

langs. Na afloop hebben we alle aanwezigen uitgenodigd om direct mee te lopen met de wandelgroep.’ Kedija vertelt dat zij het helpen van mensen, heeft meegekregen van haar moeder, ook zij was een echte buurtmoeder. De vrouwen die Kedija uitnodigt bij de TheeSalon hebben hun wortels in Eritrea, Somalië, Marokko, Syrië en Egypte.

Menopauze aan het ontbijt
Vorige maand vertelde gynaecoloog Hilda Kessel over de menopauze tijdens het maandelijkse ontbijt in de Turkse moskee. Nazlı Lale-Kahraman: ‘De zaal zat vol met meer dan vijftig vrouwen tussen de dertig en zestig jaar. Ze stelden veel vragen, zo kwamen eigenlijk alle gynaecologische problemen langs.’ Nazlı is zorgconsulent in het BovenIJ ziekenhuis. Ze vergezelt Turkssprekende patiënten naar hun arts om te vertalen wat er wordt gezegd en begeleidt hen tijdens het zorgproces. Nazlı: ‘Na die bezoeken is het een kleine stap om mijn collega’s te vragen of ze een voorlichting willen geven.’ Om Turkssprekende vrouwen te bereiken, maakt Nazlı o.a. gebruik van haar eigen netwerk via Stichting Islamitisch Centrum Amsterdam-Noord en Stichting Moslimvrouwen Salihat, die verbonden is aan de Turkse moskee.



Zorgconsulent Nazlı Lale-Kahraman van het BovenIJ ziekenhuis

BovenIJ in uw buurt?
Wilt u een voorlichting organiseren in uw buurt?
Bijvoorbeeld over de menopauze, hart- en vaatziekten, bevolkingsonderzoeken, infectieziekten, artrose of diabetes? Neem contact op met zorgconsulent Nazlı Lale-Kahraman, via zorgconsulent@bovenij.nl of 020 634 68 36



column Samen Beter

‘Samen maken we de zorg voor u als patiënt steeds beter’

In een van onze eerdere edities schreef ik dat de zorg snel aan het veranderen is. De afgelopen weken zijn we allen opgeschrikt door het faillissement van het MC Slotervaart in Amsterdam-West. De media stonden er weken lang vol van, patiënten kunnen niet meer terecht in hun eigen vertrouwde ziekenhuis, bevlogen gepassioneerde medewerkers met een jarenlange staat van dienst kregen te horen dat ze ontslagen zijn. Dat alles maakte ook hier bij ons in Amsterdam-Noord in ons eigen BovenIJ ziekenhuis diepe indruk. We leven mee met de patiënten en de medewerkers en zullen er samen met de andere ziekenhuizen en huisartsen alles aan doen om te proberen voor iedere patiënt en medewerker een nieuwe goede plek te vinden.

Ondertussen verschenen de gebruikelijke ranglijsten over de resultaten van de ziekenhuiszorg in Nederland. We zijn er trots op dat ons BovenIJ ziekenhuis een derde plek heeft behaald in de AD Top 100, dat we goed scoren in Elsevier en dat ook onze financiële prestaties goed zijn. We zien de toekomst van ons

ziekenhuis in Amsterdam-Noord dan ook met vertrouwen tegemoet. Dat vertrouwen wordt ook bevestigd door onze grootste verzekeraar Zilveren Kruis die heeft aangegeven ons voor meerdere jaren te contracteren voor al hun polissen, inclusief de zogenaamde budgetpolis. Dat betekent dat u als inwoner van Noord, maar natuurlijk ook daarbuiten, ook de komende jaren bij ons terecht kunt voor goede zorg.

Juist als klein ziekenhuis zijn we in staat om de verbinding te leggen met o.a. de huisartsen, de verloskundigen, de wijkverpleging en het welzijn. Samen maken we de zorg voor u als patiënt steeds beter. Een aantal van die ontwikkelingen kunt u lezen in deze krant, maar gaan ook voort zonder papier: u kunt appen met de arts en straks in 2019 ook zelf gegevens inzien in een patiëntenportaal. Laat ons vooral ook weten als u kansen ziet tot verdere verbetering: dan geven we inhoud aan ‘samen beter’!

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

Van alle kanten kijken naar hoofdpijn

Hoofdpijn of zelfs migraine is niet iets dat je bij kinderen graag ziet. Maar toch zijn er kinderen en jongeren die er last van hebben. Lenn (10) had veel last van hoofdpijn. Hij kwam terecht bij de hoofdpijn-polikliniek in het BovenIJ ziekenhuis.

Vaker last van hoofdpijn

Lenn: ‘Ik was met mijn vriendjes aan het zwemmen toen ik een zware zwemband op mijn hoofd kreeg. Na het zwemmen had ik hoofdpijn. Omdat ik wel vaker hoofdpijn heb én om er zeker van te zijn dat er niets ernstig aan de hand was, zijn we toch maar naar de huisarts gegaan. En zo kreeg ik een afspraak bij de hoofdpijnpolikliniek.’ Vader Melvin: ‘Wij wonen in Volendam en dan word je vaak verwezen naar het Waterland ziekenhuis. Maar wij zijn goed bekend met het BovenIJ ziekenhuis, onze kinderen zijn er geboren en we zijn er onder behandeling. Toen we hoorden dat het BovenIJ ziekenhuis een speciale hoofdpijnpolikliniek voor kinderen en jongeren heeft, was de keuze snel gemaakt.’

Meerdere oorzaken

‘De eerste afspraak in het ziekenhuis duurde best lang, we hebben veel mensen gesproken en we gingen van kamer naar kamer’, vertelt de 10-jarige Lenn. ‘Ik vond de gesprekken best wel leuk, helemaal niet eng. En van tevoren moest ik samen met mijn ouders een vragenlijst invullen. Dat was ook niet



Lenn met vader Melvin: ‘Fijn dat op deze jonge leeftijd al duidelijk is wat de oorzaak van de hoofdpijn is.’

zo moeilijk. Bij de fysiotherapeut moest ik oefeningen doen en toen ik op de bank lag, drukte de fysiotherapeut op mijn spieren. De fysiotherapeut had al snel de juiste plek te pakken, dat voelde ik wel. Aan het einde van de ochtend kregen we de uitslag.’ Melvin: ‘Uit de onderzoeken is naar voren gekomen dat Lenn moeite heeft met teveel drukte om zich heen en zijn lichaamshouding is niet goed. Dat laatste heeft hij van mij. Ik loop net zo, niet rechtop en schouders naar voren, mijn vader deed dat ook. Je zou kunnen zeggen dat Lenn hiermee erfelijk belast is. Gelukkig kan het goed behandeld worden.’

Weten hoe je hoofdpijn kunt verminderen

Lenn heeft nu nog af en toe hoofdpijn. ‘Als ik niet genoeg drink of eet, of als het heel druk om me heen is, dan voel

ik de hoofdpijn komen. Meestal ga ik dan naar een rustige plek, neem een paracetamol en probeer te slapen. Even niet op de iPad en geen computerspelletje doen, dan gaat het meestal wel over. Ik ga regelmatig naar de fysiotherapeut in Amsterdam-Noord. Hij pakt dan mijn spieren vast en drukt op de pijnpunten. Dit gaat steeds beter. Ook heb ik oefeningen gekregen en ik moet goed op mijn houding letten.’ Vader Melvin wil de medewerkers van de hoofdpijnpolikliniek een compliment geven voor de manier waarop Lenn behandeld is. ‘Het is fijn dat op deze jonge leeftijd al duidelijk is wat de oorzaak van de hoofdpijn is, en dat we met elkaar hebben kunnen uitsluiten wat het niet is.’

Meer weten over de hoofdpijnpolikliniek? Kijk op bovenij.nl/hoofdpijn of bel 020 634 6260

Nieuwe laserbehandeling

Patiënten met een vergrote prostaat kunnen sinds kort op een nieuwe manier worden behandeld: met een groene laser (GreenLightLaser). Het BovenIJ ziekenhuis is het enige ziekenhuis in de regio dat deze behandeling aanbiedt.

Verdampen prostaatweefsel

Uroloog Risto Lazarov: ‘Veel mannen van boven de vijftig krijgen te maken met een vergrote prostaat, het hoort bij het ouder worden. Als de urinebuis door de prostaat in de verdrukking komt, gaat het plassen steeds moeilijker. De laser verdampt het prostaatweefsel rondom de urinebuis waardoor de urinebuis niet langer dichtgedrukt wordt. Patiënten kunnen daardoor weer vrijuit plassen. Uroloog Rogier van der Vijgh: ‘De laserbehandeling kan een uitkomst zijn voor patiënten die vanwege andere medische redenen bloedverdunners slikken. Zij komen lastiger of helemaal niet in aanmerking voor een operatie aan de prostaat.’

Plasklachten

Mannen die last hebben van een vergrote prostaat gaan vaak naar de wc en slapen daardoor slechter. Soms blijft er te veel urine achter in de blaas of ze kunnen helemaal niet meer plassen.

Zonder behandeling kunnen deze patiënten (blijvende) nierschade oplopen.

Sneller herstel

De behandeling van een vergrote prostaat gebeurt meestal met medicijnen. Werken die niet genoeg, dan wordt een operatie besproken. De laserbehandeling biedt voordelen vergeleken met bestaande operatietechnieken: patiënten hebben gemiddeld minder bloedverlies, hebben korter een katheter nodig en hoeven gemiddeld slechts één nacht in het ziekenhuis te blijven.

Urologen Risto Lazarov, Rogier van der Vijgh en Maarten Schaaf bieden de groenlicht laserbehandeling (GreenLightLaser) aan naast de bestaande behandelingen voor een vergrote prostaat. Kijk op bovenij.nl/urologie of bel 020 634 62 43 (verwijzing van uw huisarts is nodig).



Urologen Rogier van der Vijgh en Risto Lazarov behandelen een patiënt met de groene laser.

Appt u al met ons?

BeterDichtbij

Steeds meer patiënten in het BovenIJ ziekenhuis gebruiken de BeterDichtbij app. Daarmee kunt u gratis en veilig vragen stellen over medicijnen en de behandeling.

Stomaverpleegkundigen Linda de Boer en Ina Hijne beheren de app voor patiënten op de stomapoli en de verpleegafdeling.

Meedoen met BeterDichtbij? Tijdens uw behandeling nodigen wij u uit voor de app.



Ina Hijne:

Patiënten vragen of roodheid na een operatie kwaad kan

Of ze sturen een foto mee



Linda de Boer:

Ze krijgen snel antwoord. Handig!



Voor u op de bres

De Cliëntenraad van het BovenIJ ziekenhuis komt al 12,5 jaar op voor de belangen van patiënten en bezoekers in het ziekenhuis.

Voorzitter Ineke van Gestel:

De Cliëntenraad heeft invloed op alle besluiten die de belangen van patiënten aangaan. Hoe kunnen we uw positie bij de dokter en in de ziekenhuisorganisatie versterken? En kan de zorg patiëntvriendelijker?

Wat gaat goed, wat kan beter?

Heeft u suggesties voor de Cliëntenraad? Zou u wel eens actief willen zijn in een cliëntenpanel? Neem dan contact op met de Cliëntenraad via clienraad@bovenij.nl.



Voorzitter van de Cliëntenraad Ineke van Gestel. (Foto: Vincent de Vries/RM)

Contact met de Cliëntenraad van het BovenIJ ziekenhuis?

Bereikbaar per mail: clienraad@bovenij.nl of via twitter: [@BovenIJClienten](https://twitter.com/BovenIJClienten).

Overal de patiënt in het vizier

Vanaf half augustus werken verschillende afdelingen in het BovenIJ ziekenhuis met een nieuw patiëntmonitorsysteem. Een nieuwe manier om ook op afstand, binnen de afdeling digitaal toezicht te houden op de patiënt.

Overall toezicht

Lidwien Vrolijk is kinder- en neonatologie verpleegkundige op het Moeder Kind Centrum. 'Voorheen kon je patiënten niet vanuit alle kamers in de gaten houden', vertelt ze. 'Nu is het mogelijk om het monitoringssysteem aan te

sluiten op speciale mobiele telefoons. De baby krijgt in de couveuse meestal een bandje om het handje of voetje. En soms komen er drie kleine monitorplakkers bij. De signalen worden doorgestuurd naar het monitoringssysteem. Zo kunnen verpleegkundigen de kinderen



Kinder- en neonatologie verpleegkundige Lidwien Vrolijk houdt overal haar patiënten in het vizier.

op afstand, maar wel op de afdeling monitoren.'

Snel ter plaatse

Lidwien: 'De signalen over de gezondheid van de patiënt worden doorgestuurd naar de mobiele telefoon. Afhankelijk van wat er aan de hand is, ontvang je verschillende geluidssignalen. Zo ben je snel ter plaatse, ook als je op een andere kamer aan het werk bent. Ook kunnen we eenvoudig terugkijken op de afgelopen periode tijdens overleg met de kinderarts. Dit is veiliger en het werkt gemakkelijker. Een mooie verbetering van onze patiëntenzorg.'

Buddy blijft beschikbaar

Het Moeder Kind Centrum heeft een buddy systeem. Lidwien: 'Je werkt eigenlijk met een achterwacht. Krijg je twee meldingen van patiënten tegelijk op je telefoon? Dan kun je één van die meldingen naar je achterwacht doorsturen. Jouw buddy pakt deze melding op en jij gaat naar de melding van de andere patiënt.'

Het Moeder Kind Centrum biedt zorg aan kinderen van 0 tot 18 jaar.

Meer weten? Kijk op www.bovenij.nl/moeder-kind-centrum of bel 020 634 63 20.

Vanaf het eerste moment bij elkaar

In het Moeder Kind Centrum (MKC) van het BovenIJ ziekenhuis staat gezinsgerichte zorg centraal. Als dat nodig is, plaatsen we een couveuse voor de baby in de suite bij de moeder. Zo blijft het gezin vanaf het allereerste moment bij elkaar.

Bevallen in het BovenIJ

Wil je een kijkje nemen? Kom naar een van de maandelijkse voorlichtingsbijeenkomsten voor aanstaande ouders in 2019 op:
14 januari
25 februari
8 april
20 mei

Tijdstip en locatie:

19:30-21:30 uur, 1e etage
BovenIJ ziekenhuis.
Aanmelden via bovenij.nl.
Deelname is gratis.



Zaterdag 13 oktober is de 1000ste baby in het Moeder Kind Centrum geboren: Hugo! Voor de kersverse ouders waren er felicitaties, een luiertaart en een bos bloemen. Moeder Ellen: 'We werden heel goed begeleid, personeel was kundig, lief en behulpzaam. Ook verliep het contact tijdens de bevalling erg prettig. Wij kijken zeer positief terug op onze bevalling in het BovenIJ ziekenhuis.'

Sneller en preciezer met de nieuwe CT-scan

Begin september werd een gloednieuwe CT-scan afgeleverd. Na de installatie en de training voor radiologie laboranten, ervaren patiënten nu de voordelen van de sprong in techniek.

Sneller en comfortabeler

'Voor iedereen die ermee werkt is de CT-scan een uitdaging', vertelt senior laborant radiologie Wybren Remery: 'Ga maar na; het oude apparaat ging al elf jaar mee en de techniek heeft sinds die tijd niet stilgestaan. Wij werken nu met nieuwe software om de beelden te bewerken. Onze patiënten zullen het ook merken; voor hen wordt het comfortabeler om de onderzoeken te ondergaan en ze zijn waarschijnlijk sneller klaar.'

apparaat; die is fors verminderd. Niet dat de vorige scan onveilig was; het vorige apparaat deed wat jaren geleden

het best mogelijk was, nu profiteren wij en onze patiënten van de allernieuwste techniek.'



Radioloog Jorrit Noordmans (l) en senior laborant radiologie Wybren Remery (r) voor de nieuwe CT-scan.

Muziek aan bed



Cellistes Mariëtte en Tjakina van Stichting Muziek aan Bed brengen een hele reeks serenades aan patiënten in het BovenIJ ziekenhuis. Samen spelend op één cello zorgen ze voor nieuwsgierige blikken, ontroering en spontaan meezingende patiënten en medewerkers.

De inzet van Stichting Muziek aan Bed in het BovenIJ ziekenhuis wordt mede mogelijk gemaakt door de Rotary Club Amsterdam Nieuwendam en Amsterdam-Noord.



Wil jij onze nieuwe collega worden?

Wij zoeken o.a. een
operatieassistent
en een
senior anesthesiemedewerker

Kijk op werkenbijbovenij.nl

Colofon

De BovenIJ ziekenhuiskrant is een uitgave van het BovenIJ ziekenhuis, november 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 Fotografie.

Productie Productie Rodi Media, Broeker Werf 8, 1721 PC Broek op Langedijk, 0226 333311, advies@rodi.nl. **Drukwerk** Rodi Rotatiedruk, Visseringweg 40, 1112 AT Diemen, 020 398 08 08, rotatiedruk@rodi.nl.

Volg ons ook op [f](https://www.facebook.com/bovenij) [i](https://www.instagram.com/bovenij) [in](https://www.linkedin.com/company/bovenij) [yt](https://www.youtube.com/channel/UC...)

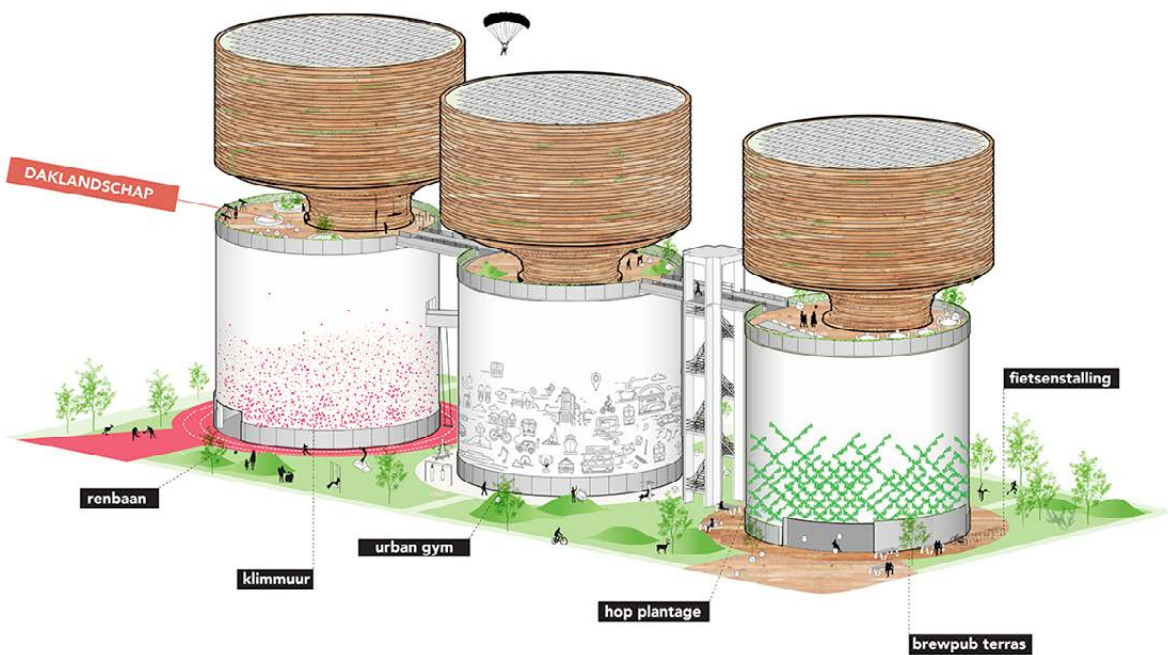
SILO-ONTWIKKELAARS ORGANISEREN FEEST VOOR DE BUURT

Driekoningen op Zeeburgereiland

Op 6 januari 2019 stellen de ontwikkelaars van de silo's hun deuren symbolisch open voor de buurt. Dan is er een gezellige borrel met een informatiemarkt, kraampjes, "veel glühwein", chocomel en de gelegenheid om vragen te stellen. "We willen dat Driekoningen weer een jaarlijks feest wordt."

De enthousiaste ontwikkelaars van de iconen op Zeeburger-eiland – Grayfield, Vink Bouw en Tank architecten – hebben de silo's omgedoopt tot De Drie Koningen. Net als de drie wijzen uit het oosten (Melchior, Balthasar en Caspar) krijgt ook elke toren een eigen identiteit. Van oudsher is Driekoningen een katholiek feest dat valt op de dertiende dag na Kerstmis. Het wordt hier eigenlijk niet meer gevierd, maar daar komt dus nu verandering in.

Achter de schermen wordt ondertussen hard gewerkt aan de invulling van de silo's. Igor Sancici van Grayfield: "We gaan voor een enorm hoog duurzaamheidsniveau en



Het ontwerp voor De Drie Koningen, in 2019 start de verbouw.

spraakmakende gebruikers." Zo komt er onder meer een filmtheater, klim- en speelhal, hotel, restaurant en een spa met fitness. De meest oostelijke silo krijgt horeca onderin. "Liefde voor erfgoed springt er bij alle betrokkenen uit."

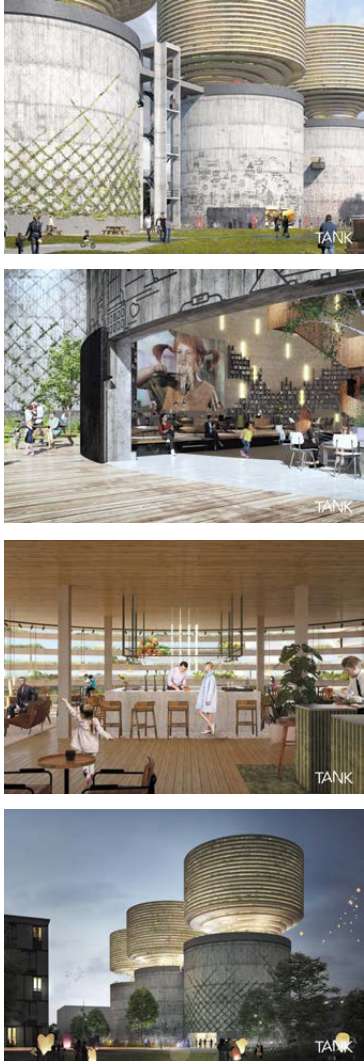
Trots zijn ze nu al op de geplande daken van de oorspronkelijke torens. Deze worden openbaar en zijn te bereiken via een trappenhuis. "Je vindt er straks bijvoorbeeld kiosken, terrassen en speelelementen voor kinderen. Zo

blijven de silo's voor iedereen bereikbaar."

In 2017 schreef de gemeente voor de tweede keer een prijsvraag uit voor invulling van de drie silo's – restanten van de in 2003 ontmantelde Riolwaterzuiveringsinstallatie Oost. In januari 2018 werd bekend dat Grayfield met Vink Bouw, Tank architecten en Brouwerij 't IJ het winnende plan 'De Drie Koningen' schreven. Boven op de bestaande silo's, waarvan het uiterlijk nagenoeg intact blijft, komt een ronde

opbouw waarmee de torens 38 meter hoog worden. Brouwerij 't IJ is inmiddels afgehaakt – zij kozen voor 't Blauwe Theehuis in het Vondelpark als hun tweede locatie. Naar verwachting start de verbouw van de silo's in 2019.

Driekoningen op 6 januari: borrel en informatiemarkt voor de buurt van 14.00–16.00 uur.



DJ Marcello draait de Vrijmibo

Opnieuw een Roxy-legende op dé Vrijmibo van Amsterdam-Oost. Vrijdag 30 november komt DJ Marcello – ook bekend van de legendarische Chemistry in Escape, en natuurlijk van de iT – naar Bij Storm. Een herleving, maar met nieuwe beats op de meest funky dansvloer uit de wijde omtrek. Ook achter de booth, onder anderen: dj's T-Gray en Sandro. Ben je erbij? Kom op tijd en neem je vrienden mee. Buiten brandt het vuur, binnen staat natuurlijk die gin-en-tonicbar. Vanaf 19.00 uur, met speciale daghap en vrij entree. Vrijmibo op 30 november, Bij Storm, IJdijk 10.

SINTERKLAAS KOMT NAAR DIEMERPLEIN

ZATERDAG 1 DECEMBER
13:00-15:00 UUR

*Haal nu de kleurplaat bij de Diemerpleinwinkeliers

MET PIETENBAND, BALLONNENPIET EN SCHMIKPIET EN OM 13.30 UUR: PRIJSUITREIKING KLEURWEDSTRIJD*

WINKELCENTRUM DIEMERPLEIN DAAR GA JE GRAAG NAAR TOE

DIEMERPLEIN WINKELCENTRUM
www.diemerplein.nl

DaaromDiemen



BAKEN VAN
NARVA
HOUTHAVEN

LAATSTE
TUIN- EN TERRAS-
WONINGEN
BESCHIKBAAR



KIJK SNEL OP
WWW.NIEUWBOUW-BAKENVANNARVA.NL

TERRASWONINGEN

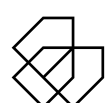
- 109 - 128m²
 - Terras aan het water óf eetkeuken met groot dakterras op de 4e verdieping
- Vanaf € 587.523,- (o.b.v. jaarlijkse canon excl. ppl.)

TUINWONINGEN

- 131 - 148m²
 - Voortuin aan de binnenstraat én loggia aan de waterzijde
- Vanaf €670.457,- (o.b.v. jaarlijkse canon excl. ppl.)



EEN ONTWIKKELING VAN



bpd

creating living environments

D66 TEGEN RAAD:

Maak haast met fietstrap Schellingwouderbrug

Sinds 2015 vragen bewoners en omwonenden om de aanleg van trappen met een fietsgeul aan de zuidzijde van de Schellingwouderbrug. Nu moeten fietsers op weg naar Zeeburgereiland de drukke Zuiderzeeweg oversteken, en om dat te vermijden nemen sommigen het fietspad aan de verkeerde kant van de weg. Dit leidt tot gevaarlijke situaties en ongelukken.

Met het groeiende aantal bewoners en scholieren neemt ook de verkeersdruk rond Zeeburgereiland toe. Hoewel de gemeente in 2016 heeft erkend dat de trappen wenselijk zijn, is er nog steeds niets gebeurd. Een van de opgegeven redenen is dat de brug niet wordt beheerd door

Amsterdam, maar door Rijkswaterstaat. Ook zijn er hoge kosten gemoeid met de aanleg. Hierdoor kan het wel tot 2025 duren voor de trappen er zijn.

Jan-Bert Vroege, woordvoerder Mobiliteit van D66, heeft de raad hierover nu schriftelijke vragen gesteld. Hij stelt dat de verkeersveiligheid “significanter verbeterd kan worden met een laagdrempelige oplossing als een trap met een fietsgeul” en spoort de raad aan dit probleem met voorrang aan te pakken.



Bewoners van Zeeburgereiland maken zich zorgen om de verkeersveiligheid. In 2016 erkende de gemeente al dat trappen aan die zijde van de Schellingwouderbrug wenselijk zijn, maar er is nog niks gebeurd.

Van Erven Dorens Geeft Sterren



Welke gebouwen geven kleur aan Oost? Architect en schrijver Jan van Erven Dorens bezieet de stad met de blik van een kenner en velt zijn oordeel. Kijk maar.

HOTEL V / THE LOBBY

‘Ik voel me als een geheime inspecteur’

Als architectuurcriticus van *de Brug* ben ik permanent op zoek naar een onderwerp voor mijn column. Onderweg, op de fiets of in de auto, draait mijn hoofd van links naar rechts als de periscoop van een duikboot, en scan ik de omgeving op nieuwe ontwikkelingen. Als ik iets zie dat de moeite waard lijkt, trap ik op de rem en ga ik eropaf.

Zo was ik op weg tussen Amstelstation en Watergraafsmeer. Ik passeerde het Amsteldorp, een curieus dorp van huisjes met rode dakpannen, en moest even grinniken, denkend aan een studiegenoot die daar terecht gekomen is. Tot mijn verbazing zie ik aan de rand van het kabouterige Amsteldorp een kantoorgebouw uit de jaren zeventig dat overtuigend herontwikkeld is tot horeca-hotspot: Hotel V / restaurant The Lobby.

De architectuur van het kantoorgebouw, een miniatuurversie van het Slotervaart Ziekenhuis, is typisch voor de vroege jaren zeventig: strakke horizontale lijnen, veel beton, functionalisme ten top. Ik zeg ‘overtuigend herontwikkeld’ omdat het nieuwe er vanaf spat, terwijl er bijna niets aan



het gebouw veranderd is. Dat vind ik echt knap gedaan. De raamstroken zijn diepzwart gemaakt, terwijl ze oorspronkelijk bruin of grijs waren. Een heftige showbizz-luifel met lampjes boven de ingang maakt duidelijk dat de tijden voorbij zijn dat hier duf kantoorvolk naar binnen ging. Zwarte stalen binnenpuien zie je in veel horecazaken, zo

ook in The Lobby. Ik vermoed dat de architect dacht: als zwart binnen goed is, waarom dan ook niet buiten? In ieder geval heeft hij het goed gezien, want de zwarte raamstroken in combinatie met het beton hebben dit gebouw veranderd van een verouderd, doorsnee kantoorgebouw in een blinkende nieuwe moneymaker.

De architect voor de herontwikkeling en voor het interieur is David Tol. Het gebouw is ontworpen door architect Piet Zandstra (1905–2002) voor de GGD en heeft 12 jaar leeggestaan voordat Hotel V zijn oog er op liet vallen. Om ook het interieur te beoordelen voor *de Brug* reserveer ik een tafel voor vier in het restaurant. Ik voel me als een

geheime inspecteur van de Michelinids, die als camouflage zijn vrouw en twee dochters heeft meegenomen. Ons oordeel: interieur is top, keuken is top, bediening is top.



Fitness Center IJburg
health & wellness

Heb jij ervaring in de fitness branche en ben je in het bezit van het juiste diploma dan zoeken we jou!

Het aantal uren is in overleg op ma t/m zo ook in de avonden. **Minimaal 25 uur per week**

Allround fitness instructeur M/V

Stuur je motivatie en CV naar info@fitnesscenterijburg.nl t.a.v. M. Dolman



Schoonmaak Onderneming Nederland BV

Wij zoeken enthousiaste medewerkers v/m voor een kantoor locatie in Amsterdam Zuidoost.
Werktijden en uren in overleg. Voor circa 15 uur per week.
Voor meer informatie: 076 581 26 59 / www.sonbreda.nl




Unikidz

Nieuwe collega's gezocht voor onze vestigingen op Amsterdam-IJburg

Jij bent een sport- en bewegingsleider

Jij hebt een diploma van een erkende sportopleiding en ervaring met kinderen en sport

Jij bent een danser, theater- of muziekdocent

Jij hebt een diploma van een dans-, theater- of muziekopleiding op minimaal HB-niveau

Jij hebt een talent voor koken

Koken is jouw passie en grote hobby

Jij bent verzorgend en creatief

Jij bent creatief en een natuurtalent met kinderen

Herken jij jezelf in een van bovenstaande profielen?

Stuur jouw persoonlijke motivatie en cv naar hr@unikidz.nl
Kijk voor meer informatie over opleidingen en mogelijkheden op onze website of bel ons op (020) 416 56 91
Solliciteer nu via www.unikidz.nl/vacatures



deBrug

Uw personeelsadvertentie in de Brug? Dat kan.

Tot 2019 ontvangt u **50% korting** op de reguliere tarieven.

neem contact met uitgever Martijn van den Dobbelsteen martijn@debrugkrant.nl
www.debrugkrant.nl/adverteren



HADDOCK
AMSTERDAM

We Want You!

WIJ ZIJN OP ZOEK NAAR:

Supervisors
Kok
Medewerkers bediening
Weekendhulp (vanaf 15 jaar)

STUUR JE CV EN/OF MAIL JE MOTIVATIE NAAR:
Info@haddockamsterdam.nl



bel ons!

Kantoor Maastricht
+31 (0)43 - 354 00 41

Kantoor Amsterdam
+31 (0)20 - 514 81 15

www.vandortletselschade.nl

Van Dort Letselschade

Empathisch Ervaren Eigenzinnig



Zelf informatie inwinnen over wat te doen bij letselschade?
Kijk dan eens op www.letsel.nl.

FLEXIBEL WONEN OP ZEEBURGEREILAND

WOON&: Veel meer dan wonen alleen

WOON& is een uniek project in Amsterdam, op Zeeburgereiland. Het is anders en innovatief, voor mensen die durven te delen. In het complex vind je straks 120 woningen en een goede mix van deelfuncties.

Delen

In **WOON&** staat ontmoeten, delen, flexibiliteit én multifunctionaliteit centraal. Op de begane grond komen flexibele werkplekken en ruimtes voor bijvoorbeeld vergaderingen, events, yogales of een huiswerkklas. En er komt een ruimte voor minishops zoals een koffiebar of bakker met verse broodjes in de ochtend, winkeltjes met groenten, fruit, taart of cadeautjes in de middag, een cateraar met verse maaltijden in de vroege avond.

In **WOON&** komen kunst en creativiteit samen, met ook een ruimte die geschikt is voor exposities, tentoonstellingen en workshops, en waar je ook zelf aan de slag kunt met de klusspullen uit de dealkelder.

In **WOON&** denken we aan duurzame mobiliteit: er komen elektrische deelauto's en deelfietsen die de bewoners kunnen gebruiken. Zo besparen we samen ruimte, energie en kosten. En leveren we een bijdrage aan een beter milieu.



Gastheer, gastvrouw

In het hart van het gebouw komen bewoners, bezoekers en gebruikers binnen. Zij worden verwelkomd door de **WOON&-host**. Deze gastheer of -vrouw zorgt ervoor dat iedereen die binnenkomt weet waar hij of zij heen moet, helpt bij vragen, neemt pakketjes aan, heeft overzicht over het gebruik en de beschikbaarheid van alle deelfuncties, ontvangt B&B-gasten en weet de juiste partijen te vinden bij calamiteiten of onderhouds- en beheervragen.

Wonen, werken, winkelen, mobiliteit, ontspanning en beweging: **WOON&** combineert het allemaal.

Flexibel wonen

In **WOON&** komen multifunctionele woningen die geschikt én bedoeld zijn om te delen met anderen. Je kunt hier namelijk 'Flexibel Wonen'. Deze bijzondere appartementen hebben een apart B&B-gedeelte met eigen badkamer. Voor een logé, je zoon of dochter, een hulpbehoevende ouder of juist om commercieel te verhuren. Permanent of tijdelijk, 10 of 365 dagen per jaar en volgens de B&B-regels van de gemeente. Maar je kunt het gedeelte ook bij je eigen woning betrekken. Want jij bepaalt.



Op de begane grond komt een ruimte voor mini-shops zoals een koffiebar of een cateraar.

Beschikbare woningen

Er zijn nog enkele XL-appartementen of Flexibel Wonen-appartementen beschikbaar.

- De XL-appartementen zijn éénlaags- of tweelaagse appartementen met 4, 5 of 6 kamers en een woonoppervlakte van 171 tot 208 m².
- De Flexibel Wonen-appartementen hebben een woonoppervlakte variërend van 122 tot 175 m² en een B&B-gedeelte dat kan worden verhuurd maar ook zelf kan worden bewoond. Het B&B-gedeelte heeft een eigen badkamer.
- Zowel de XL- als de Flexibel Wonen-appartementen beschikken over een eigen buitenruimte – balkon of riant terras – met in de kelder een privéberging en eigen parkeerplaats.

Belangstelling?

Heb je belangstelling voor de nog beschikbare woningen in **WOON&**? Ga dan naar de projectsite www.woonenamsterdam.nl of neem contact op met een van de verkoopmakelaars: ERA van der Steege (020 - 4357040) of WIJZ WONEN (06 - 42686251).



Voorbeeld plattegrond Flexibel Wonen-appartement



Uw Amsterdamse makelaar met kennis van zaken en al meer dan 20 jaar een betrouwbare specialist in het hart van Oost-Watergraafsmeer!

ÚW BUURTMAKELAAR!



DE HEREN VAN SNOEK
MAKELAARDIJ

VBO  MAKELAAR

020 46 30 100

deherenvansnoek.nl ▲ Linnaeuskade 6 ▲ 1098 BC Amsterdam

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


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

goed voorbereid minder stress

Zwangerschapscursussen Amsterdam Oost

zwangerschapsgym 8x:
start 13 december 20.00 uur
Vonk, Ambonplein

snelcursus 4x:
start 27 november 10.00 uur
start 8 januari 10.00 uur
Oosterpark Praktijk

 rondomdegeboorte.nl

Als makelaars, maar ook als sportliefhebbers, komen wij met een ijzersterke combinatie. In ons favoriete stadsdeel, Amsterdam Oost, willen wij sportverenigingen helpen maar zijn natuurlijk ook op zoek naar nieuwe klanten.

Uw vereniging legt de bal voor, wij schieten hem erin!

Uw vereniging een gevulde kas. Uw medelid, supporter, kennis, vriend of familie een betrokken makelaar!

Kijk voor meer uitleg op:
www.sem-makelaars.nl/diensten/clubactie


SEM
MAKELAARS

De Eydenberghof
5 Dorpsvilla's Westzaan



Prijzen v.a. € 570.000,-

Landelijke ligging op 15 min. van Amsterdam & Haarlem

Mogelijkheid levensloopbestendige woning

VERKOOP GESTART

Verkoopinformatie:



NieuwbouwZaanstreek
www.nieuwbouwzaanstreek.nl



Thijssen
makelaardij
www.thijssenmakelaardij.nl

DAGCENTRUM VERHUIST NAAR NIEUWE LOCATIE FLEVOPOORT

‘Het is belangrijk dat we zichtbaar zijn in de buurt’

Het dagcentrum, nu gevestigd in het Flevohuis, verhuist in maart 2019 naar de andere kant van het Kramatplantsoen, in de Flevopoort. De ruimte naast het gezondheidscentrum heeft mooie grote ramen. Buurtbewoners, familie en mantelzorgers zijn van harte welkom. “Ouderen uit Oost kunnen hier samenkomen, mensen ontmoeten, meedoen.”

Door Linda van den Dobbelsteen

De verbouwing is begonnen. Om dat te vieren loopt Regien Keurentjes, teamleider dagbesteding, met bezoekers van het dagcentrum en medewerkers de vijftig meter naar het nieuwe centrum. Ze zegt, terwijl iedereen in de nog kale ruimte staat: “Voor de buurt is het belangrijk om te weten wat hier gebeurt.” Samen met een vrijwilliger plakt ze daarom grote posters voor de ramen: ‘Hier bouwt ZGAO aan een mooi nieuw dagcentrum’. Ze geeft het woord aan Dirk,



Regien Keurentjes: “We willen in contact staan met de buurt.” In maart 2019 gaat het nieuwe dagcentrum aan het Kramatplantsoen open.

die de bouw begeleidt. “Deze grote, lichte ruimte wordt straks ingedeeld in drie dagbestedingslokalen met alle drie een eigen keuken. Behalve dat het erg mooi wordt, zorgen we dat het hier ook huiselijk wordt, warm en behaaglijk. Met goede verlichting en mooie meubels.”

De ruimtes worden functioneel, maar zullen voelen als een woonkamer. En alle faciliteiten voor goede zorg zijn aanwezig. Keurentjes: “Mensen wonen tot op hoge leeftijd thuis en dan kan wat extra ondersteuning en gezelligheid heel prettig zijn. Dit dagcentrum is er voor hen, en het is

hard nodig. Ouderen uit Oost kunnen hier samenkomen, mensen ontmoeten en dingen ondernemen. Wij merken dat bezoekers opfleuren en energie krijgen. Voor mantelzorgers is het fijn dat hun naaste een leuke dag heeft en de zorg door ons wordt overgenomen.”

Met een knik naar de grote ramen – de ruiten krijgen helder glas – vervolgt ze: “We willen in contact staan met de buurt. Hier heb je mooi uitzicht op het plein. Andersom geldt: mensen die langslopen zien wat we hier doen, en wij hopen dat ze gemakkelijk even binnen lopen. In je eigen buurt aan activiteiten meedoen die je leuk vindt, zorgt ervoor dat je de regie over je eigen leven houdt. Daar draagt het nieuwe centrum aan bij.”

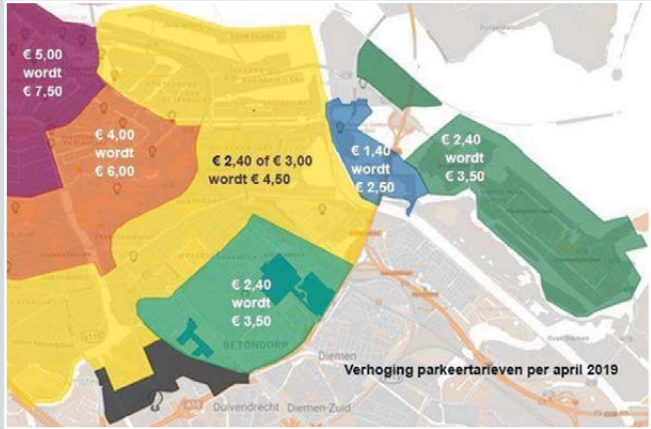
Net als in het bestaande dagcentrum wordt in de nieuwe activiteitenruimte samen gegeten en gezongen, gekletst. Ook worden er creatieve dingen en spelletjes gedaan. Familie van bezoekers en mantelzorgers zijn van harte welkom. “Om te zien waar hun naaste mee bezig is. Maar zeker ook voor vragen en advies.”

Dan komt de taart op tafel, om het moment te vieren. “Op een mooi nieuw dagcentrum!”

www.zgao.nl

Parkeren volgend jaar duurder

Volgend jaar gaan voor het eerst sinds 2009 de parkeertarieven omhoog. De stijging van het tarief is bedoeld om de stad leefbaar en toegankelijk te houden. Op plekken waar de auto wordt geweerd, ontstaat er meer ruimte voor groen, speelplekken, fietsers en voetgangers, zo redeneert de gemeente. De extra opbrengsten worden geïnvesteerd in maatregelen die hieraan bijdragen. De parkeerkosten gaan in april 2019 in alle delen van de stad omhoog. In het algemeen geldt: hoe dichterbij het centrum, hoe meer je betaalt. Als het de bedoeling is dat inwoners en bezoekers de auto vaker laten staan, moet de stad hiervoor natuurlijk wel voldoende alternatieven bieden. Daarom investeert Amsterdam de komende jaren nog eens 400 miljoen euro in nieuwe trams, metro’s en ‘schone’ bussen. De parkeertarieven vind je op amsterdam.nl.



(Advertorial)



Cadeautje voor mantelzorgers

Op zaterdag 10 november was het de Dag van de Mantelzorg. Naar schatting zorgt een op de vijf Nederlanders voor een hulpbehoevend kind, ouder, partner of buurvrouw. Dat is mooi, maar het kan ook zwaar zijn. De Dag voor de Mantelzorg is er vooral om al die mantelzorgers eens in het zonnetje te zetten.

Ook de gemeente Amsterdam heeft veel waardering voor het werk van mantelzorgers. Voor hen is er een speciale actie: woon je in Amsterdam en ben je mantelzorger, of zorg je voor iemand die in Amsterdam woont, dan kun je tot en met 31 december een VVV-cadeaukaart ter waarde van 20 euro aanvragen. Dit kan online of bij het Stadsloket. Kijk voor meer informatie op www.amsterdam.nl/mantelzorg. Op deze website vind je ook meer over activiteiten en hulp en ondersteuning voor mantelzorgers.

Foto: Annette uit Amsterdam is mantelzorger voor haar vader (op de foto) en schoonouders, die de ziekte van Alzheimer hebben. “Tropenjaren.”



Ontwerpen voor brug over IJ afgekeurd

De zes plannen van de gemeente Amsterdam voor een brug over het IJ, van Java-eiland naar het Hamerkwartier in Noord, zijn stuk voor stuk door Rijkswaterstaat afgekeurd. De brug moet een drukke vaarroute voor beroeps- en recreatievaart overspannen, en deskundigen zien de huidige ontwerpen als een gevaar voor de scheepvaart. De gemeente en Rijkswaterstaat gaan nu in overleg over hoe het verder moet. De brug over het IJ moet minimaal 11 meter hoog worden omdat er schepen met vier lagen containers onderdoor moeten kunnen.

Heb je behoefte aan een luisterend oor?

Jongeren kunnen bij stichting @ease in het Westerpark zonder afspraak binnenlopen om te praten over hun zorgen, vragen en problemen. De gesprekken kunnen over van alles gaan, problemen binnen het gezin, liefdesverdriet, pesten, verslaving, sombere gedachten... Elke woensdagmiddag zijn er goedgepaste, jonge (ervarings) deskundigen en zorgprofessionals aanwezig. De GGD en de gemeente Amsterdam steunen het initiatief en zijn er nauw bij betrokken.

Voor jongeren tussen 12 en 25 jaar die graag hun verhaal kwijt willen of door een wachtlijst op passende zorg moeten wachten biedt @ease uitkomst. Na het gesprek wordt er samen gekeken wat er verder nodig of gewenst is: een paar vervolgesprekken, contact met lot- of leeftijdsgenoten of een doorverwijzing naar een behandelaar. Alle gesprekken zijn vertrouwelijk en gratis.



@ease, elke woensdag tussen 14.00 en 19.00 uur, Houtmankade 336 (bij Volta) in het Westerpark. Zie: amsterdam@ease.nl.

Nu ook aantal B&B's in Amsterdam aan banden

Doordat er streng wordt gehandhaafd op vakantieverblijf (zoals Airbnb), komen er steeds meer Bed and Breakfasts bij in Amsterdam. De gemeente wil hier grip op krijgen. Het college van B&W gaat het verplicht maken om een vergunning aan te vragen als je een B&B wilt starten, en vastleggen hoeveel vergunningen er mogen worden uitgegeven. Dit wordt opgenomen in de nieuwe Huisvestingsverordening die op 1 januari 2020 in gaat, en geldt voor alle woningen in Amsterdam.

Voor mensen die nu al een B&B hebben, kan dit nieuwe beleid ingrijpende gevolgen hebben. Zij krijgen bij het overgaan op het nieuwe systeem niet automatisch een vergunning. Het college wil wel een passende overgangstermijn gaan aanbieden.



Oplage verhoogd naar 74.000 exemplaren de Brug nu in heel Amsterdam

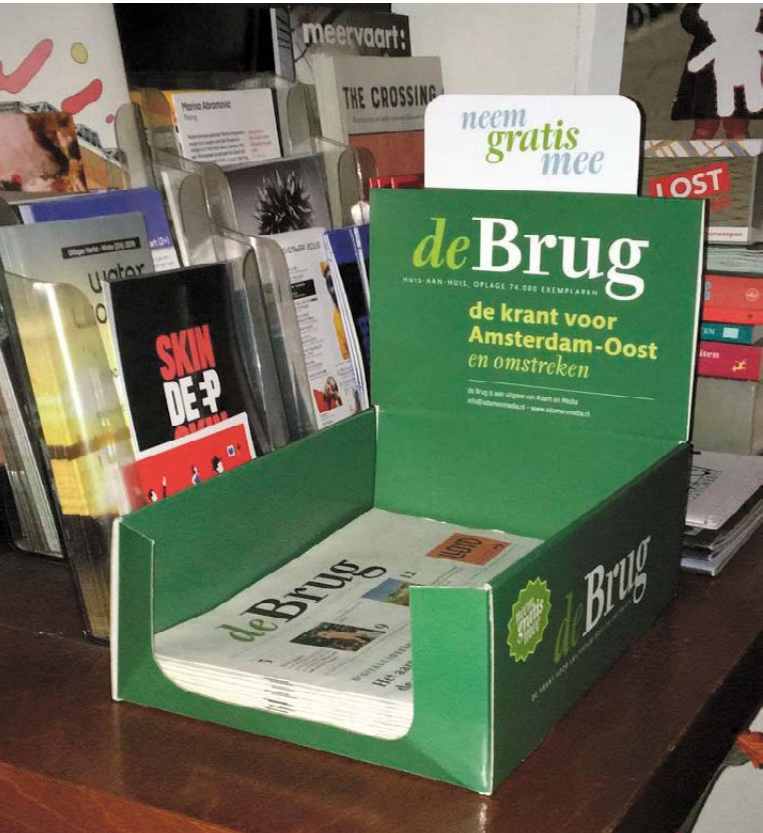
Naast huis-aan-huisbezorging in heel stadsdeel Oost en zullen bij onder meer Ikea en Landmark heeft de Brug nu speciaal ontworpen doosjes door heel Amsterdam, gevuld door de helden van Flyerman. De krant is voortaan af te halen op plekken als Het Badhuis, Bloemers, café Gruter, Coffee Company Van Wou, De Balie, De Jaren, De Koe, Heineken Hoek, Hortus Botanicus, Noorderlicht, Pakhuis de Zwijger, Schinkelhaven, Stadsschouwburg en Lokaal 't Loosje. Zie het colofon voor alle (meer dan tachtig) afhaalpunten.

Verwarring rond kranten- en folderbeleid

Er is, merken wij, nog veel verwarring rond het gemeentelijke beleid rond huis-aan-huisbezorging van kranten en reclamefolders. Het is als volgt:

- geen sticker: wél huis-aan-huisbladen, geen reclamefolders
- ja-sticker: huis-aan-huisbladen en reclamefolders
- nee/ja sticker: geen reclamefolders, wél huis-aan-huisbladen
- nee/nee-sticker: geen huis-aan-huisbladen, geen reclamefolders
- nee/nee-sticker met JA de Brug-sticker: wél de Brug, geen huis-aan-huisbladen, geen reclamefolders.

Een JA de Brug-sticker, in 2010 door ons geïntroduceerd, kun je aanvragen via info@debrugkrant.nl.





Unikidz
Kinderopvang
contactadres:
Eva Besnyöstraat 11
1087 KR Amsterdam
Tel. (020) 4165691
informatie@unikidz.nl



napamsterdam.nl
Where else?
AMSTERDAM

Moderne wereldkeuken
tel: 020 30 30 603
Valentijnkade 34
1094 ST Amsterdam
www.bistrozebra.com


GROENTEBOER BORNEO
C. van Eesterenlaan 11
Rie Mastenbroekstraat 1D, 020 334 3269



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

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



FLYERMAN
De specialist in
het drukken en
verspreiden
van drukwerk
info@flyerman.nl
bel de flyerfoon
06 - 457 341 38
www.flyerman.nl

DE TROPEN
CAFÉ EN RESTAURANT
Mauritskade 64, 1092 AD Amsterdam
020 568 2000, info@amsterdamdetropen.nl

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

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

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



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

vergelijk en bespaar op
uw autoverzekering!
WWW.OTUA.NL
 


DE KRIJGSMAN MUIDEN
WWW.DEKRIJGSMANMUIDEN.NL

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

SICKMANN
woninginrichting
Eerste Oosterparkstraat 202
info@sickmann.nl 020- 6653395
www.sickmann.nl


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


WWW.BIJSTORM.NL

FIETS + MEER

Pretoriusstraat 88H | 020 3311700
www.fietsenmeer.nl

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


SLAGERIJ BÜHRS
SINDS 1876
WWW.SLAGERIJBÜHRS.NL

Eat like a Thai 
ADD SUGAR FOR Sweet ADD VINEGAR FOR Sour ADD CHILI FLAKE FOR Spicy ADD FISH SAUCE FOR Savory
NIEUW ADRES: KRIJN TACONISKADE 372, HAVEN IJBURG
020-8200673, WWW.KOHHITCHEN.NL

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


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

Heb je het gevoel dat je er alleen
voor staat? Civic kan je helpen.

Bel ons op: 020 – 6658001
of kijk op www.civicamsterdam.nl

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

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

ASLAN
VERSMAKT
Beukenweg 26, 1091KE, Amsterdam

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



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



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

**VRIENDEN
WORDEN?**
www.debrugkrant.nl/vrienden


WITTENBURGERGRACHT 103-113
WWW.DOEHETZELFWITTENBURG.NL

VERF
AMSTERDAM
ZEEBURGERPAD 38 020 6639655
WWW.VERFAMSTERDAM.NL


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

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



Puttmann Juweliers
DIEMEN - ALMERE
Inkoop oud goud, zilver en
edelmetal 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

slaapbanken en bedkasten

Middenweg 109-113a
www.slaapbanken.nl

VRIENDEN VAN DE BRUG

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, maar 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 Dobbelssteen (uitgever) | martijn@debrugkrant.nl | 06 29040240 | www.debrugkrant.nl/vrienden



IJburg bij Nacht (2005)

Martijn van den Dobbelsteen

serie van 8 analoge beelden, gemaakt met een Linhof 6x17 breedbeeldcamera

fotowerk van 150 x 46 mm op geborsteld aluminium, voorzien van een ophangstelsel

€ 375,- p/s > info, bestellen: info@adamenmedia.nl.



Nodig voor 4 eters:

- 1 kilo zachtkokende aardappelen
- 1 spitskool
- 300 gram gerookte spekblokjes
- 50 gram boter
- 2 eetlepels kerriepoeder
- 250 ml melk
- sap van 1 limoen
- gebakken uitjes

HET STAMPPOTPALET

Janneke kookt

Als-ie dan toch komt, kan je ’m maar beter omarmen, de herfst. Met gerechten waar je iets mee kan als wind en regen om je fiets slaan. Een stevige stampopot bijvoorbeeld. Herfst is dan misschien nog geen winter, maar wel een voorbode. En je weet het toch niet meer met die seizoenen van tegenwoordig.

Nu zit de wereld vol met onzekerheden deze dagen, dankzij nepnieuws en Trump en meer van dat soort toestanden. Ik las laatst ook dat hét symbool van de Hollandse keuken, de stampopot, helemaal niet zo Hollands is als wij graag geloven. Nee hoor, in Frankrijk heb je brandade (met gezouten vis), in België Brusselse stoemp (met spruiten) en in Duitsland hete bliksem (met appel en spek). Weg nationale culinaire trots.

Dan is het fijn als je je vast kunt klampen aan zekerheden als aardappelen, kool en spek. Een geijkte combinatie in het stampopotpalet – denk maar aan stampopot boerenkool met spek. En variëren mag, zolang je de basis maar in de smiezen houdt. Dat geldt ook voor de bereiding: maak éérst de aardappelpuree (met warme melk!), en schep dan de rest erdoorheen.

Ik maakte een stampopot met spitskool en gaf er een Oosterse twist aan met kerriepoeder, limoensap en gebakken uitjes.

RECEPT

OOSTERSE STAMPPOT

bereiding

Schil de aardappelen en snijd ze in grove stukken van gelijke grootte. Kook ze in water met zout in ongeveer 20 minuten gaar. Verwijder de buitenste bladeren van de spitskool, snijd ’m doormidden, verwijder de harde kern en snijd de helften in repen. Bak in een grote, hoge koekenpan de spekjes uit, haal ze uit de pan en bewaar het spekvet in de pan. Smelt de boter in dezelfde pan, bak daarin de kerriepoeder een paar tellen aan en voeg de koolrepen toe. Bak ze twee minuten al omscheppend tot de kool iets is geslonken. Verwarm de melk al roerend op laag vuur in een steelpannetje. Giet de aardappelen af, voeg de melk toe en stamp de aardappelen tot een fluwelige puree. Schep de spekjes, kool (met bakvet) en limoensap erdoor en breng de puree op smaak met zout en peper. Serveer met de gebakken uitjes.

Door Janneke Vermeulen

Colofon

de Brug

jaargang 11, nummer 105
21 november 2018

Aan dit nummer werkten mee

Sandro Assorgia, Michel van Dijk, Linda van den Dobbelsteen, Jan van Erven Dorens, Harko van den Hen-de, Tim Jansen, Nik Kok, Gijs Lau-ret, 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 (huis-aan-huis), Flyerman (doosjes)

Rechten

Niets uit deze uitgave mag, in welke vorm dan ook, worden verveelvou-digd, gekopieerd, gepubliceerd, opgeslagen, aangepast of gebruikt, online en op papier, zonder voor-afgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Disclaimer

De informatie in deze uitgave is met uiterste zorg samengesteld, deson-danks kunnen er geen rechten aan worden ontleend.

de Brug wordt in een oplage van 74.000 ex. verspreid in Amsterdam-Oost en omstreken:

► **Indische Buurt** Ambon-pleinbuurt, Makassarpleinbuurt, Sumatraplantsoenbuurt, Timor-pleinbuurt

- **Oostelijk Havengebied:** Borneo-eiland, Cruquiuseiland, Java-eiland, KNSM-eiland, Oostelijke Handelskade, Sporenburg
- **Oud-Oost:** Dapperbuurt, Oost-poort, Oosterparkbuurt, Trans-vaalbuurt, Weesperzijde
- **Watergraafsmeer:** Amsteldorp, Amsteltkwartier, Betondorp, Don Bosco, Julianapark, Middenmeer, Omval en Van der Kunbuurt, Park de Meer, Sciencepark, Tuindorp Frankendael, Weespertrekvaart
- **IJburg:** Haveneilanden, Riet-eilanden, Steigereiland, Centrum-eiland
- **Zeeburgereiland**
- **Centrum:** ‘t Funen
- **Dursterdam**
- **Schellingwoude**
- **Diemen-Noord**

Afhaalpunten

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

Anders, Het Badhuis, Batton, Bloemers, Brasserie Roetzemoes, Brood en koffie A'dam Noord, Cafe de Gruter, Cafe Nassau, Cafe T Hooischip, Cafetaria 2002, Coffee Company Middenweg, Coffee com-pany Van Wou, Coffee company Rijnstraat, Da Georgio, DE Balie, De Doelen, De Jaren, De Koe, De prins, Grand cafe Genieten, Heineken Hoek, Hortus Botanicus, Hotel D'Amsterdam, Hotel Europa 92, House of Watt, Jam Studios, Just Because, Louis Davids, Nel, Noord West, Noorderlicht, Oba Bos en Lommer, Oba Javaplein, Oba Mer-catorplein, Oba Oosterpark, Oba van Hall, Pakhuis de Zwijger, Pauls, PN96, Reynders, Schinkelhaven, Staalmeesters, Stadsschouwburg, 't Loosje, Talian Bistro Project, Trai-teur Frederique, Tuin 10, Van der Linde, Vlaams Broodhuys, Zouk.

www.debrugkrant.nl

Opgericht: januari 2008



ALLEGAAR

23 NOVEMBER

Imagine the silence (14+). Muzikale voorstelling, schaamteloze zoektocht naar identiteit, imago en seksualiteit. Theater Oostblok, Sajetplein 39, 19.30 uur, oostblok.nl.

24 NOVEMBER

Natuurtocht op Vuurtoreneiland. Op pad met de boswachter door ongerepte natuur. Opstappen om 12.00 uur, steiger 14 (IJ-zijde CS), aanmelden: sega-amsterdam.nl.

27 NOVEMBER

Elke laatste vrijdag van de maand een dj, en elke laatste dinsdag van de maand die fameuze Pubquiz. NAP Amsterdam, 20.00 en 19.00 uur, napamsterdam.nl.

29 NOVEMBER

Jubileum van het seniorencafé. Muzikale show met De Bingorettes, bingo met liedjes. Entree en koffie en thee gratis. Hofkerk, Linnaeushof 94, 19.30 uur, senioren-cafe.nl.

T/M 9 JANUARI 2019

Expositie Paris Amsterdam, Eddy Posthuma de Boer. De bekende fotograaf laat de verschillen zien tussen twee wereldsteden tussen 1955 en nu. Hotel Arena, hotelarena.nl.

CLUB

30 NOVEMBER

DJ Marcello. Opnieuw een legende op dé Vrijmibo, hij komt de meest funky dansvloer uit de omtrek onveilig maken. Ook met o.a. dj's T-Gray en Sandro, gin-en-tonicbar en vrij entree. Bij Storm, vanaf 19.00 uur, bijstorm.nl, Facebook: 'vrijmibo bijstorm'.

8 DECEMBER

Hoeraaaa: 36 Years of Cruise Inn. Met de bands Hillbilly Boogiemen, The Chessnuts e.a., en dj's als Mike en Sputnik. Cruise Inn, Zuiderzeeweg 29, 20.00 uur, cruise-inn.com.

FILM

23 NOVEMBER

Lean on Pete (16+). Charlie Plummer zoekt koortsig naar houvast in een melancholiek coming-of-agedrama over mens en dier. Vrijburcht, 20.30 uur, theatervrijburcht.nl.

6 DECEMBER

Q-Cinema: Black Christmas. Bloedstollend, en toch de ultieme kerstsfeer. En een paar lijken, dat ook. Q-Factory, 20.00 uur, q-factory.nl.

JEUGD

24 NOVEMBER

Intocht van Sinterklaas IJburg. Hij vaart weer spectaculair binnen, wandelt rond, er zijn

pieten en er is allerlei leuks te doen. Haven IJburg, 13.00-15.30 uur, sinterklaasopijburg.nl.

25 NOVEMBER

Help, een olifant! (6+), Wishful Singing. Vijf zangeressen, een bos vol olifanten, Japanse tempel en Amerikaanse prairie. Meezingen mag. Muziekgebouw, 13.30 uur, muziekgebouw.nl.

25 NOVEMBER

Maranza (4+, muzikale familievoorstelling). Vrijburcht, 16.00 uur, theatervrijburcht.nl.

1 DECEMBER

Sinterklaasfeest Diemerplein. Met pietenband, ballonnen, schminken en kleurplaatwedstrijd. Winkelcentrum Diemerplein, 13.00-15.00 uur, diemerplein.nl.

9 DECEMBER

Ponymaatjesinstuif. Kennismaken, verzorgen, voltige. Boerderij op IJburg, Overdiemerweg 36A, 14.00 uur, boerderijopijburg.nl.

9 DECEMBER

Theelichtjes versieren. Een gezellig middag voor kinderen en hun ouders. Bij Storm, 14.00-16.00 uur, bijstorm.nl.

16 DECEMBER

Feest voor Flapoor! (2-4 jr.), poppenkast aan het Iepenplein, met schminken, limo, koffie en worteltjestartaar. Theater Koos Kneus, 10.30 uur, kooskneus.nl (elke wo. en zo. div. tijden).

MARKT

24 NOVEMBER

Rommelm Markt en livemuziek. Kleding, sieraden, huisraad, boeken, speelgoed, etc. Eltheto, Javastraat 118, 12.00-15.00 uur.

20 DECEMBER

Kerstmarkt. Op het terrein van de Zuidergasfabriek, met lokale producten, cadeautjes, glühwein, vuurtjes, kerstkoor en veel meer. Thuis aan de Amstel, 16.00-21.00 uur, thuisaandeamstel.nl, Facebook: 'amstelkwartiertiertervier'.

MUZIEK

22 NOVEMBER

Gruppo Sportivo. Dit legendarische muziekgezelschap treedt weer op! Denk 'Hey Girl'. Q-Factory, 19.30 uur, q-factory.nl.

25 NOVEMBER

Concert Kamermuziek: cello en viool. Schuilkerk De Hoop, 15.00 uur, schuilkerkdehoop.nl.

30 NOVEMBER

Psalms 151, Cappella. Boudewijn Tarenskeen maakte acht interpretaties van psalmen, met o.a. Freek de Jonge en Ramsey Nasr. Muziekgebouw aan 't IJ, 20.15 uur, muziekgebouw.nl.

1 DECEMBER

Betondorp Live: Winter Wonderland. Superswingende live-muziek met het heerlijke duo Onder de Maan, jazzy-, poppy- en rock-'n-rollbands. Brinkhuis,

19.30 uur.

2 DECEMBER

Delgado Brothers, het bestbevaarde bluesgeheim van de VS. 'The band we always wanted to be'. Prijswinnend, steengoed. Q-Factory, 16.00 uur, q-factory.nl.

8 DECEMBER

Club Antre: Oriënt Express, reis door de Balkan. Met Roman Oro, Gabi en Vasile en het Tombaz ensemble. Mezrab, Veemkade 576, 20.30 uur, clubantre.nl.

9 DECEMBER

Singing Sunday. Zangpodium voor iedereen, prof of amateur. Alle muziekstijlen, neem je bladmuziek mee voor de pianist. Jungle Amsterdam, 16.00 uur, Tweede van Swindenstraat 26.

16 DECEMBER

Een Wereldse Kerst. Koor van Schellingwoude met het vioolkwartet By-Reine en zanggroep The Christmasladies. Schellingwouderkerk, Wijkergouw 6, 15.00 uur (reserveren: 020-4904477).

Gijs
Lauret

DE CANDY CLUB LEEFT!

Doet het adres Eikenweg 29 een belletje rinkelen? Zo ja, dan ben je waarschijnlijk van het avontuurlijke soort. Het type dat voor een vleugje afwisseling de neus niet ophaalt. Tot 2011 herbergde nummer 29 namelijk een levensechte parenclub, Candy Club geheten. Onze toenmalige burgervader, de heer Messias van der Laan, liet de orgievereniging opdoeken, want daarbinnen werd gesekst voor geld. En dat mocht dus niet. In zo’n parenclub mag je ongeremd paren met alles en iedereen, behalve met een prostituee.

Hoewel ik op partnerruilgebied groen als zoetzure augurkjes ben, vond ik het ergens wel jammer dat die malle pornotoko dicht moest. Een beetje schimmige levendigheid om me heen, daar ben ik best voor in. Het leven is van zichzelf immers al saai genoeg. Directe omwonenden jubelden; jarenlange geluids- en parkeeroverlast werd beëindigd. Maar ik mis ze wel een beetje, die beschaamde figuren die schichtig de straat in tuurden en vliegensvlug naar binnen glipten als ze dachten dat niemand keek. Prachttaferelen waren dat.

In 2015 interviewde ik namens deze krant de babbelgrage voorzitter van Huurdersvereniging Oost. Deze ietwat wonderlijke meneer wist volkomen zeker dat zijn stichting het pandje weldra zou betrekken. Sindsdien is de boel finaal uitgestorven. Geen huurdersvereniging te bekennen.

Op een stralende zondag wandelen vriendinlief en ik richting het spoor, langs het beruchte huisje. Rode cijfers op een wit bordje vormen het getal 29. De brievenbus barst bijkans uit elkaar. Er steken enveloppen uit. En niet zomaar enveloppen hè. Blauwe enveloppen. Nieuwsgierigheid is ons de baas en we grissen er eentje uit. Haar mooie gezicht vertrekt van verwondering; post voor de Candy Club! Mijn levenspartner, integer als ze is, probeert de envelop terug te proppen, wat een kansloze opgave blijkt. Het arme brievenbusje zit nokvol. Met blauwe enveloppen.

Al mijmerend typ ik deze letters. Je mag dan al zeven jaar overleden zijn, de Belastingdienst weet je alsnog te vinden. Een blauwe envelop die een vergane parenclub nieuw leven inblaast, ronduit ontroerend eigenlijk.

deBrug
nummer 106

De volgende editie van de Brug verschijnt op 12 december.

DE BRUG CIJFER

84.000

Gemiddeld 84.000 reizigers nemen de Noord/Zuidlijn, bleek uit onderzoek na de eerste 100 dagen. Op alle openbaar vervoer in Amsterdam is het aantal reizigers met 6% gestegen.

PRIJSPUZZEL

	1		2		3	4		5		6	7	8	9
10			11	12				13	14				
15		16		17			18					19	
20						21			22		23		
24				25	26			27					28
	29	30						31				32	
33					34					35	36		
37			38				39				40		
41			42	43			44		45				
		46				47						48	49
	50					51			52		53		
54			55		56			57			58		
59		60					61			62		63	
64					65					66			

© Puzzelcorner.nl

- Horizontaal

1. Terbeschikkingstelling

3. Enig

6. Rekening

10. Wetenschappelijk onderwijs

11. Hoogstaand

13. Witmarmeren knikker

15. Sprookjesfiguur

17. Betrekking

19. Cent

20. Leus

21. Behoudens vergissingen

22. Een __ beklede

24. Kroon

25. Wereldwijd

29. Door water omgeven land

31. Voormalige publieke omroep

32. Ja (Spaans)

33. Voor

34. In

35. Portie

37. Zwemvogel

39. Senior

40. Grafisch bestands-formaat

41. Lidwoord (Frans)

42. Ankerplaats

44. Aangehaalde tekst

46. Drank

48. Iridium

50. Fijngemalen schelpen

51. Onderofficier

52. Theatermake-up

54. Bacheloropleiding

55. Stad in Italië

58. Abonnee

59. Fototoestel

61. Rivier in Spanje

63. Uitwendig gebruik (Latijn)

64. Stam, familieverband

65. Deel van de hand

66. Wachten tot je een __ weegt

Verticaal

1. Toelaten

2. Selenium

3. Afwatering

4. Narigheid

5. Huisdier

6. Geen mens

7. Oké

8. Fijngevoeligheid

9. Droogoven

10. Vragend voornaam-woord

12. Toneelstuk

14. Slingerplant

16. Frequentiemodulatie

18. Apparaat voor reanimatie

23. Briefaanhef

26. Verbijsterd

27. Schiereiland

28. Bier

30. Elektrisch geladen deeltje

32. Keizer van Rome en vader van Caracalla

33. Terpentine

36. Een en ander

38. De __ zijn zuur

39. Vliegende __

43. Invoertoets

45. Bouwmateriaal

46. Meester

47. Dicht

49. Ratio

50. Dunne plek in weefsels

53. Hij (Frans)

54. E-mailterm

56. Houten kom

57. In samenwerking met

60. Familielid

62. Als onder

60. Greenwichtijd

62. Na dato

10	18	6	35	61	58	30	56	50

Dikke prijs!

Lunch voor twee, mét prosecco, bij DOK48.

Puzzel jij mee voor de lunch voor twee van DOK48?

Stuur dan de oplossing van de puzzel (samen met je naam, adres en telefoonnummer) voor 2 december 2018 naar info@debrugkrant.nl. Oplossing en winnaar worden in de volgende krant bekend gemaakt.

Deze puzzel wordt u aangeboden door eetcafé Dok48, Krijn Taconiskade 328-330, dok48.nl.

De oplossing van de puzzel in de Brug nr. 104-2018 is paddenstoel. Uit 516 inzenders is mevr. De Malsche als winnaar uit de bus gekomen. Ze hebben inmiddels bericht gekregen.



Wil je een echte en geurende kerstboom, maar zie je door de bomen het bos niet meer? Geen nood! Wij helpen je graag bij het vinden van de perfecte boom. Groot of klein.



Misschien wel de mooiste **KERSTSHOW** VAN AMSTERDAM



De kerstboom staat, of in elk geval bijna. Nu is hét moment om ook de rest van het huis te versieren en gezellig te maken. Dat kan heel goed met minikerstbomen, kerststukjes en de mooiste lichtsnoeren! Wij geven je graag leuke alvast ideeën voor om je huis mooi te maken, je tafel gezellig aan te kleden of verrassende cadeaus voor onder de boom. Bij ons staat alles in het teken van Kerst en we helpen je graag om er een stralend feest van te maken. Kon het maar altijd Kerst zijn!



HET TUINCENTRUM BINNEN DE RING!

Intratuin Amsterdam Nobelweg 10, 020-4622922.
Tussen Amstel Station en Middenweg. www.intratuin.nl/amsterdam

