

de Brug

DE KRANT VOOR AMSTERDAM OOST EN OMSTREKEN

5

Conny Zijlstra heeft een hondenimperium op Zeeburgereiland.
"Dit is wat je in je stoutste dromen niet durft te dromen."



Menu voor Kerst:
'een knettergoede combi'
Een maaltijd die de boel bij elkaar houdt.

16



7

Rattengif voor particulieren straks verboden.
'Er zijn mensen die gericht ratten voeren'

Cees
SLAGERIJ
de Bouter

SCHARRELSLAGERIJ

**NEDERLANDS
KAMPIONEN
GRILLPRODUCTEN**

Bestel tijdig uw biologische met goud bekroonde gevulde kerstkalkoen naar oud-Engels recept

HOGEWEG 60 | 020-6653954
WWW.SCHARRELSLAGERIJ.NL

11 DECEMBER 2019 | OPLAGE 74.000 EXEMPLAREN | JAARGANG 12 | INFO@DEBRUGKRANT.NL | NUMMER 117 | WWW.DEBRUGKRANT.NL

BRUG OVER HET IJ KOMT ER VOORLOPIG NIET

'Een veerpont is veel onveiliger'

De gemeente Amsterdam, het Rijk en de provincie Noord-Holland zijn er onderling niet uitgekomen, een geschil dreigde. De beoogde Javabrug, een vaste verbinding over het IJ voor fietsers en voetgangers, komt er voorlopig niet, als hij er al komt. Een onafhankelijke commissie beraadt zich nu over deze kwestie. "Dit is onbehoorlijk bestuur," stelt Bas Kok, brugvoorvechter en auteur van Oerknal aan het IJ.

Door Michel van Dijk

Er is geen stad in de wereld waar al zo lang gesproken wordt over een brug of andere vaste oeververbinding, en Bas Kok (inwoner van Noord) vreest dat die er juist om die reden niet zal komen. "De discussie over een vaste verbin-

ding over het IJ duurt al 180 jaar. Dat is best extreem, en dat in brugstad nummer één van de wereld."

Kok weet wel hoe het komt. "De nautische lobby, met partijen als Rijkswaterstaat en de Amsterdamse haven, is een van de krachtigste in Nederland. Het is een machtsbastion, al sinds Amsterdam in de 17de eeuw de machtigste havenstad van de wereld werd. Dat zit op het niveau van ministers en gedeputeerden. Al vanaf de eerste plannen voor de Javabrug voert die lobby er oorlog tegen. Soms publiekelijk, maar meestal achter de schermen. Het is een onzichtbare macht, een onderwatermacht."

"Irrationeel," noemt Kok de afkeer tegen een brug. "Er is geen enkele reden te verzinnen waarom deze partijen benadeeld zouden worden door vaste verbindingen en bruggen. De Javabrug vormt voor de beroepsscheepvaart geen enkele hindernis. Je kunt

Lees verder op pagina 3



Bas Kok op de plek waar de Javabrug zou komen. Die plannen zijn weer uitgesteld. "Vaarveiligheid. Dat voert Rijkswaterstaat als voornaamste argument op om geen brug te willen. Maar een pont is veel onveiliger dan een brug of tunnel. Het is al een paar keer misgegaan, gelukkig zonder dat daarbij mensen ernstig gewond raakten. Maar het gaat een keer écht mis. Dat is slechts een kwestie van tijd."

SPONTAAN

Marcel van Roosmalen

We hadden de kinderen in de auto gepropt en weer uitgeladen op het parkeerplaatsje van Polder, het restaurant waar we vroeger op zondag altijd koffiedronken. Er was niets veranderd. De ober had nog steeds dezelfde humor, de espresso was er nog steeds krachtig en het was er nog steeds een aanlegsteiger voor

vijftigers die in groepsverband hadden gewielend. En onze kinderen gooiden nog steeds al hun glazen om, dat ook. Alles was kortom nog hetzelfde, behalve wij. Je kunt niet spontaan genieten van een kopje koffie als je daar een half uur voor moet rijden, onthoud dat nou eens!

NEE/NEE
sticker en toch graag de Brug ontvangen?

info@debrugkrant.nl

JA
de Brug

IEDER SEIZOEN
naar Intratuin Amsterdam

SFEERVOLLE KERSTSHOW

INTRATUIN AMSTERDAM 7 DAGEN OPEN

Intratuin Amsterdam
Nobelweg 10, www.intratuin.nl

dikke pech?!

bel ons!

Van Dort Letselschade
Empathisch Ervaren Eigenzinnig

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

www.vandortletselschade.nl

licht en meubels

Javastraat 133/141 AMSTERDAM
www.lichtenmeubels.nl

500m² showroom met design,
inspiratie en woontrends
tel: 020 33 42 735



openingstijden tijdens de feestdagen

Di. 24 dec	13 - 17 u
Wo. 25 dec	gesloten
Do. 26 dec	gesloten
Vr. 27 dec	13 - 20 u
Za. 28 dec	12 - 18 u
Zo. 29 dec	12 - 17 u
Ma. 30 dec	gesloten
Di. 31 dec	13 - 17 u
Wo. 1 jan	gesloten
Do. 2 jan	13 - 20 u

Wij wensen iedereen gezellige feestdagen



KERST MET VINNY

ROOMBOTER KERSTSTAAF	€ 7,50
ROOMBOTER KERSTKRANS	€ 12,50
ROOMBOTER KERSTBROOD KLEIN	€ 4,95
ROOMBOTER KERSTBROOD MIDDEL	€ 9,95
ROOMBOTER KERSTBROOD GROOT	€ 14,95
ROOMBOTER SUPER KERSTBROOD MIDDEL	€ 12,95
ROOMBOTER SUPER KERSTBROOD GROOT	€ 17,95
KERSTTAART (8 PERSONEN)	€ 19,95

Vinny's Bakery | 020-4167133 | info@vinnysbakery.nl



MOJA

*Kom gezellig lunchen met je
familie op eerste Kerstdag*

3-gangen menu 37.50 p.p.
Kinderen t/m 10 jaar 17.50 p.p.
Kinderen jonger dan 2 jaar eten gratis

Reserveren graag via www.moja.rocks

Pedro de Medinalaan 89 - 90
1086 XP Amsterdam

‘ER IS EEN STERKE NAUTISCHE LOBBY TÉGEN EEN BRUG OVER HET IJ’

Vervolg van pagina 1

hem zo bouwen dat binnen-
vaartschepen er moeiteloos
onderdoor varen, dat is tech-
nisch een fluitje van een cent.
Bruggen passen bij de traditie
van Amsterdam. Een tun-
nel mag ook, maar is minder
aantrekkelijk, én minstens vier
keer zo duur.”

Nautische partijen zoals
Rijkswaterstaat beschouwen
het IJ nog steeds als een tien
kilometer lange watersnel-
weg, constateert Kok. “En
niet als een oversteekplek
voor de 150.000 inwoners van
Amsterdam-Noord, Zaanstad,
Landsmeer, Oostzaan, die al-
lemaal op fietsafstand van het
IJ wonen. Zij zijn genoodzaakt
om dagelijks één van de pont-
jes te nemen naar het centrum.
Overdag welteverstaan, niet
’s nachts. Dan gaan bijna alle
pontjes uit de vaart.”

Aanvaringen
Vaarveiligheid. Dat voert Rijks-

waterstaat als voornaamste
argument op om geen brug te
willen. “Ambtenaren dringen
dat argument autoritair op,
maar het is een drogreden,”
stelt Kok. “Een pont is veel
onveiliger dan een brug of
tunnel. We praten over dwars
kruisend pontverkeer, vroeg
of laat zal dat tot aanvaringen
leiden. Het is al een paar keer
misgegaan, gelukkig zonder
dat daarbij mensen ernstig
gewond raakten. Maar het
gaat een keer écht mis. Dat is
slechts een kwestie van tijd.”

Om de impasse te doorbreken
hebben de gemeente Amster-
dam, Rijksoverheid en provin-
cie Noord-Holland een onaf-
hankelijke commissie in het
leven geroepen, onder voorzit-
terschap van de Vlaamse ste-
denbouwkundige Alexander
D’Hooghe. Hem is gevraagd
met een advies te komen over
vaste oeververbindingen over
of onder het IJ. Voorjaar 2020
wordt zijn rapport verwacht.
Kok heeft er gemengde ge-

voelens bij. “Zo’n commissie
heeft een risico in zich. Haar
werk vindt grotendeels achter
de schermen plaats. En de
nautische lobby bewijst al an-
derhalve eeuw dat hij het spel
achter de schermen goed weet
te spelen. Voor Rijkswaterstaat
is dit een kans om de brug defi-
nitief van tafel te krijgen.”

Niet achteroverleunen
Kok had daarom liever gezien
dat de gemeente Amsterdam
naar de bestuursrechter was
gestapt in plaats van in te
stemmen met een gezamen-
lijke commissie. “Ze had dan
kunnen zeggen: ‘Rijk, provin-
cie, als wij geen brug mogen
bouwen in een gebied waar
aan weerszijden van het IJ
honderdduizenden mensen
wonen en waar elke dag vijf-
tigduizend fietsers en voet-
gangers afhankelijk zijn van
een pontverbinding, dan is dat
onbehoorlijk bestuur.’ Grote
kans dat ze die rechtszaak had
gewonnen. Dan hadden we nu
de eerste heipaal voor de brug

kunnen slaan.”

Ondertussen stelt het college
van B&W zich volgens Kok in
dit dossier afwachtend op. “Nu
de commissie aan het werk is,
is haar houding: ‘We mogen
er niets over zeggen.’ In de tijd
dat ze burgemeester is, heeft
Femke Halsema de woorden
‘brug over het IJ’ niet één keer
uitgesproken. Ik vermoed dat
ze bang is voor dit dossier, het
is één van de grootste pijnpun-
ten tussen de gemeente Am-
sterdam en de Rijksoverheid.”

Kok raadt het college aan er
wél over te blijven praten. “Het
taboe moet eraf, dit is gewoon
een groot probleem, blijf dat
benoemen. Mobiliseer de pu-
blieke opinie, laat van je horen.
Leun niet achterover tot de
commissie met haar rapport
komt. Dat doet de nautische
lobby ook niet.”

Vuurwerk verboden in alle parken

Over een paar weken luiden we met z’n allen feestelijk het nieuwe jaar in. Met oliebol-
len, champagne en... vuurwerk. In sommige wijken en parken wordt al wekenlang flink
geknald, vooral door jongeren. Moet kunnen, vinden sommigen. Anderen ergeren zich
eraan. Hoe zat het ook al weer met vuurwerk? De Brug is er even voor je in gedoken:



foto: Amaury Gutierrez

- Vuurwerk mag worden afge-
stoken op oudejaarsavond, van
18.00 tot 2.00 uur.
- Haal je vuurwerk bij een van
de officiële verkooppunten
(zie de adressenlijst op de ge-
meentesite). De verkoop duurt
van 29 tot 31 december.
- In parken, bij kinderboer-
derijen en ziekenhuizen is
het afsteken van vuurwerk
verboden.
- Je kunt met je burens afspre-
ken om de straat vuurwerkvrij
te houden. De gemeente heeft
hiervoor tot 23 december
een pakket beschikbaar met
borden en raamposters met de
tekst *Knallen? Liever niet hier.*
Zie amsterdam.nl/vuurwerkervrij.
- Ruim vuurwerkafval zelf op.
Bij het stadsdeelkantoor en bij
de afvalpunten zijn hiervoor
vanaf 21 december gratis afval-
zakken af te halen.
- Wil je vuurwerkoverlast
melden? Bel de gemeente op
14020 of vul op de gemeente-
site een klachtenformulier in.
- Alle informatie is terug te
vinden op www.amsterdam.nl/oudennieuw. Heb je vragen over
het kopen, bewaren en veilig
afsteken van vuurwerk? Ga
dan naar de site van de politie
www.politie.nl/themas/vuurwerk.
Hier kun je ook melding doen
van illegaal vuurwerk.



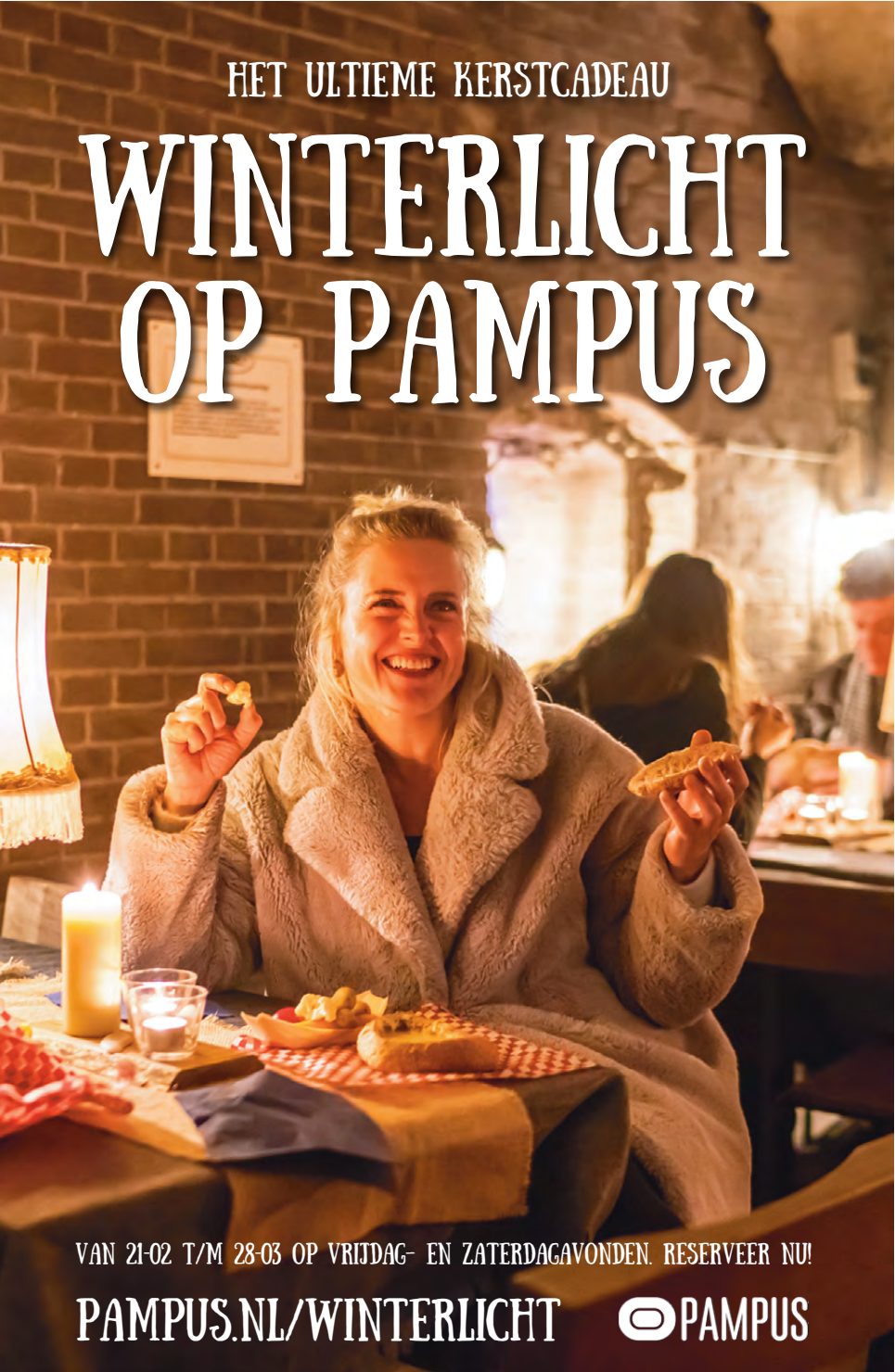
BIJNA 1 MILJOEN
INWONERS

Aantal Amsterdammers
bereikt record

Nooit eerder woonden er zoveel mensen in Amsterdam.
Het zijn er op dit moment 873.200 – een record. En de stad
blijft groeien: volgens de gemeente komen er per jaar zo’n
10.000 inwoners bij. De dienst OIS (Onderzoek, Informatie
en Statistiek) heeft berekend dat het aantal van 1 miljoen
inwoners in het jaar 2032 wordt bereikt.
Vroeger groeide het inwonertal doordat er meer geboorte
was dan sterfte, maar sinds 2015 zorgt buitenlandse
migratie voor de groei. Tijden van krimp waren er ook: in
de jaren zestig en zeventig keerden veel mensen de stad de
rug toe; in die periode trokken jaarlijks tussen de tien- en
twintigduizend mensen weg naar plaatsen in de regio.

HET ULTIEME KERSTCADEAU

WINTERLICHT OP PAMPUS



VAN 21-02 T/M 28-03 OP VRIJDAG- EN ZATERDAGAVONDEN. RESERVEER NU!

PAMPUS.NL/WINTERLICHT  **PAMPUS**

M **Ambachtelijke meubelstoffeerderij**
Leerspecialist
Antiekrestauratie
Interieuradviseurs
IEDEMA & zn.




55+ KORTING

Mogen wij ons even voorstellen?
Meubelstoffeerderij Miedema & Zn. is een ouderwets vertrouwd Hollands bedrijf, waarbij kwaliteit, service en persoonlijk contact nog echt bovenaan staan!

Wij zijn gespecialiseerd op het gebied van design meubelen van onder andere:
Leolux, Artifort, Gelderland, Rolf Benz, Gispen, Jori, De Sede, Oisterwijk

Nu ook in Amsterdam 020 244 31 89

Uw waardevolle meubelen weer als nieuw?

Wij beschikken over een grote collectie leer en stoffen van onder andere:
Ohmann, Designers Guild, Ploeg, Kvadrat, Alcantara, Romo, Sanderson en Saum & Viebahn.

Doorgezakte banken of fauteuils? **Gratis halen en brengen**
Wij vervangen de vullingen! Levering onder 3 jaar garantie

Bel voor meer informatie of een vrijblijvende afspraak bij u thuis of kom even langs in ons atelier.

Miedema & Zn. Amersfoort 033 472 35 77	Miedema & Zn. Amsterdam 020 244 31 89	Miedema & Zn. Bussum 035 691 29 05	Miedema & Zn. Rotterdam 010 21 888 76	Miedema & Zn. Schiedam 010 27 34 727	Miedema & Zn. Utrecht 030 662 82 18
--	---	--	---	--	---

www.miedemaenzn.nl

MOVE
Exciting views on mobility



Ga jij straks naar school in een zelfrijdende auto?

Move is de nieuwe, interactieve Mobility Experience in Amsterdam. We dagen je uit na te denken over mobiliteit. Rijd mee in een zelfrijdende schoolbus, race op het fietspad van de toekomst en bewonder bijzondere auto- en fiets prototypes! Move is gratis toegankelijk, en ideaal voor jong én oud: een familie-uitje waarbij je ook nog iets leert.

Boek nu online je gratis tickets en laat je verrassen!

VOOR JONG EN OUD | GRATIS TOEGANG
www.move.amsterdam
Stadionplein 28 | 1076 CM Amsterdam

MOVE THE CITY
Exciting views on mobility

Vind ons op Instagram  @MoveMobilityExperience

Geniet tijdens de feestdagen en in 2020 van een luxueuze schoonheidservaring

Uniek in Nederland:
A&A Clinic biedt A-merken voor TOP prijzen. Botox, Filler en exclusieve Facial behandeling op IJburg.



*Perfection with
Elegance & Grace*

IJburglaan 835, 1087 CL Amsterdam
bel voor een afspraak 020 337 95 64
info@aaclinic.nl, www.aaclinic.nl

TRIMSALON EN HONDENOPVANG S114 OP ZEEBURGEREILAND

‘Honden moeten lekker met elkaar kunnen kloten’

Op de Oostpunt van Zeeburgereiland, afslag S114, heeft Conny haar hondenopvang met trimsalon Pompidom. Ze is hier zielsgelukkig. “Honden horen niet met mensen, maar met elkaar te spelen. En ik ben een lucky bastard.”

Conny Zijlstra (63) is een hondenvrouw in hart en nieren. Je kunt bij haar met je hond terecht voor dagopvang, weekendopvang en vakantieopvang. De beesten hebben een groot afgesloten speelveld en worden meerdere keren per dag uitgelaten. Honden kunnen op vaste tijden gebracht en gehaald worden. “En anders even een appje, want ik wil rust in de tent.”

In 2012 begon Conny op deze plek met haar mobiele trimsalon, een omgebouwde camper. Onlangs tekende ze een huurcontract voor vijf jaar. “Ik neem niet zomaar elke hond aan hoor, hoog-risico rassen neem ik niet. Omdat ook de donsjes en de plujsjes veilig moeten kunnen spelen.” Voor die kleinere ‘toyrassen’ heeft ze daarom een apart veld. Vol overtuiging: “Honden spelen met honden, net zoals mensen met mensen spelen. Ze moeten lekker met elkaar kunnen kloten.”

Lukt het meiden, zegt Conny tegen haar eigen hondjes. Ze heeft er ‘een stuk of wat’. “Ik fok ze, dwergkeesjes. Dat zijn echt reteleuke beesten.

Wacht effe, zegt ze ineens, ik moet effe iemand tot de orde roepen.” Ze snelt naar buiten, waar een van de opvanghonden ondeugend is. Van jongs af aan is Conny met honden bezig. “Twintig jaar geleden zei ik al dat ze in groepen opvangen moeten worden in plaats van in kennels. Toen verklaarden ze me voor gek. En kijk nou ’s hier. Ik ben een lucky bastard, dank onze lieve heer dat-ie me heeft gezegend met deze plek. Honden moeten met elkaar zijn, niet alleen fysiek, maar ook mentaal. Ik merk het gewoon: als ze paar dagen op de opvang zijn, luisteren ze beter en zijn ze liever. Kijk... ik lees honden. Doe je geen intake, vragen mensen. Welnee, ik heb allang gezien hoe die hond in elkaar steekt.”

Desgewenst helpt Conny daarom ook bij de opvoeding. “Wat nu erg in is: je moet je hond afleiden. Maar ik zeg: opvoeden. Niet pamperen maar leiding geven. Je moet laten zien wie de baas is. Een hond wordt zelfverzekerder van duidelijkheid.”

Trimsalon
De trimsalon is inmiddels uitgegroeid tot een erkend leerbedrijf met gediplomeerde trimmers. Plukken, knippen, scheren, wassen en drogen: alles is er mogelijk. “We doen alle rassen, maar zijn gespecialiseerd in labradoodles en golden retrievers. We doen ook probleemhondjes en anti-ruikbehandelingen.”

Terwijl ze honden knuffelend met een stoffer en blik een drol



Conny op het speelterrein van haar hondenopvang, een langgekoesterde droom. In haar armen houdt ze dwergkees Shade. “Ik heb nog nooit zoveel van iemand gehouden als van dit kleine piepkuike. Maar ik ben gek met al mijn honden hoor.”

van het speelveld veegt: “Het is zo heerlijk hier, ik voel me rijk. Dit is wat je in je stoutste dromen niet durft te dromen.”

Trimsalon Pompidom met Hondencreche S114, IJdijk 10, 06-33633992, www.hondencreche-S114.nl



TEKORT AAN PERSONEEL
Politiebureau Linnaeusstraat 's nachts gesloten

De Amsterdamse politie kampt met een groot tekort aan personeel, en dat is in Oost goed te merken. Het politiebureau aan de IJburglaan werd vier jaar geleden al opgeheven, en deze maand werd bekend dat het bureau aan de Linnaeusstraat binnenkort alleen nog overdag bemand zal zijn. Het personeelstekort leidt ook tot het opheffen of inkrimpen van gespecialiseerde teams. De vrees bestaat dat veel zaken op de plank blijven liggen nu de politie de problemen in de hoofdstad met steeds minder mankracht moet oplossen en afhandelen – een onmogelijke opgave. Door binnen de stad te schuiven met agenten en medewerkers word geprobeerd overal voldoende agenten zichtbaar op straat te houden. Burgemeester Halsema, de politie en het Openbaar Ministerie zoeken naar een structurele oplossing voor het tekort aan mankracht bij de politie.



SLAGERIJ BART VERKERK; VOOR EEN (H)EERLIJK STUKJE VLEES

“We werken voornamelijk met streekprodukten, onze runderen, kalfjes- en lammeren grazen langs de Amstel, ons varkensvlees komt uit de Beemster, de kippen uit de Gelderse vallei. Verder verkopen wij dry aged vlees (uit onze dry aged kast), black angus en scharrelvlees. Kortom voor een (h)eerlijk stukje vlees moet je bij ons zijn!”

“Voor de Kerst hebben we speciaal geselecteerde paté’s en vleeswaren. Wild leveren we alleen op bestelling. Ook zijn er gourmet schotels, rollade’s en nog veel meer.”

AGENDA

KASSABONNENACTIE

Vier kerst samen met winkelcentrum IJburg, spaar je kassabonnen en maak kans op prachtige prijzen. Kijk voor meer informatie op onze website.

BIJZONDERE OPENINGSTIJDEN

Kijk deze maand voor de aangepaste openingstijden op www.winkelcentrum-ijburg.nl



KASSABONNENACTIE ...

Spaaractie loopt van 14 t/m 31 december 2019

WINKELCENTRUM-IJBURG.NL



EENDJES VOEREN: LIEVER NIET

‘Voorlichting en broodcontainers gaan rattenoverlast in Oost tegen’

Een muizen- en ratten-plaag zou op komst zijn als het gebruik van rodenticiden (muizengif) over een paar jaar verboden is. Volgens Jan Buijs, onderzoeker dierplaagbeheersing bij de GGD Amsterdam, zal het zo’n vaart niet lopen. “Vanaf 2023 mogen particulieren geen rodenticiden meer in huis gebruiken.

Door Kirsten Dorrestijn

Bij plaagvorming mogen professionals dat nog wel, maar sinds 2017 alleen nog via strenge regelgeving. Je hebt wel nog vallen die je kan zetten.” Het verbod op rodenticiden is bedoeld om te voorkomen dat er gif in de natuur terechtkomt.

“Op plekken waar ratten zich verzamelen ligt eigenlijk altijd voedselafval,” legt Buijs



uit. “Dat, in combinatie met schuilplekken voor ratten, zoals struiken of kruipruimtes in oude huizen. De basis voor succesvolle ongediertebestrijding is dan ook: opruimen en aanpassen van de schuilplekken.”

In sommige stadsdelen, zoals in Nieuw-West, in Zuidoost en West, geldt een verbod op het voeren van eenden. In Oost is dat nu nog niet

het geval, maar dat gaat er in de toekomst waarschijnlijk wel komen. “Soms gooien mensen hun broodzak leeg bij de waterkant onder het mom van ‘eendjes voeren’,” vertelt Buijs. “Of ze kieperen een pannetje met rijst, zo hup, de binnentuin in. Dat trekt ratten aan. Ook vuilnis dat wekenlang op het balkon blijft liggen of naast de container geplaatste vuilniszakken kunnen ratten aantrekken.”

Tot voor kort steeg het aantal meldingen van rattenoverlast in Amsterdam elk jaar, maar vanaf 2017 is het stabiel. Volgens Buijs komt dat vooral door acties van buurtbewoners, soms vanuit buurthuizen en moskeeën. In Oost lopen verschillende projecten om rattenoverlast te verminderen. Zo heeft de gemeente speciaal voor de Indische Buurt een film gemaakt: Stop de rat. In de Transvaalbuurt zijn twee voorlichtingsavonden gehouden. In die wijk zijn veel stoepverzakkingen op straat te zien, veroorzaakt door ratten.

Op zes plekken zijn broodcontainers geplaatst, om mensen te stimuleren hun oude brood niet meer op straat te strooien, maar in de container te deponeren. Marcel Nikkelsburg van de GGD: “In de Joubertstraat is er een neergezet bij de moskee voor de deur en dat was zo’n succes dat er direct nog een is bijgeplaatst. Het helpt

dat de moskee het uitdraagt.” Ook zijn er broodcontainers geplaatst op de hoek van de Tugelaweg en Christiaan de Wetstraat, op het Krugerplein en bij het Tugelahuis.

Acties als deze zijn niet zo zeer gericht op grootouders die met hun kleinkinderen eendjes komen voeren, maar op mensen die in grote hoeveelheden voeren. “Het gaat echt om het dumpen van afval. Vaak uit liefde voor de dieren, dat wel. Eerst komen er veel meeuwen en duiven op af, maar de ratten wachten rustig af tot de kust veilig is. Je hebt zelfs mensen die gericht ratten voeren,” weet Nikkelsburg.

Van Erven Dorens Geeft Sterren



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

DE WITTE KAAP

‘Een decorstuk uit de detectiveserie met Hercule Poirot’

Een mooie winterdag op IJburg. Het is droog, de zon breekt door de wolken en werpt een bleek schijnsel op de zandhopen van Centrumeiland. Ik exploreer het grondoppervlak van het nieuw opgespoten eiland op zoek naar de plek voor het nieuwste ontwerp van Dorens Architects. Na wat omzwervingen vind ik de bouwlocatie. Ik maak een aantekening op mijn plattegrond. In de tussentijd pieker ik over een onderwerp voor mijn column in de Brug.

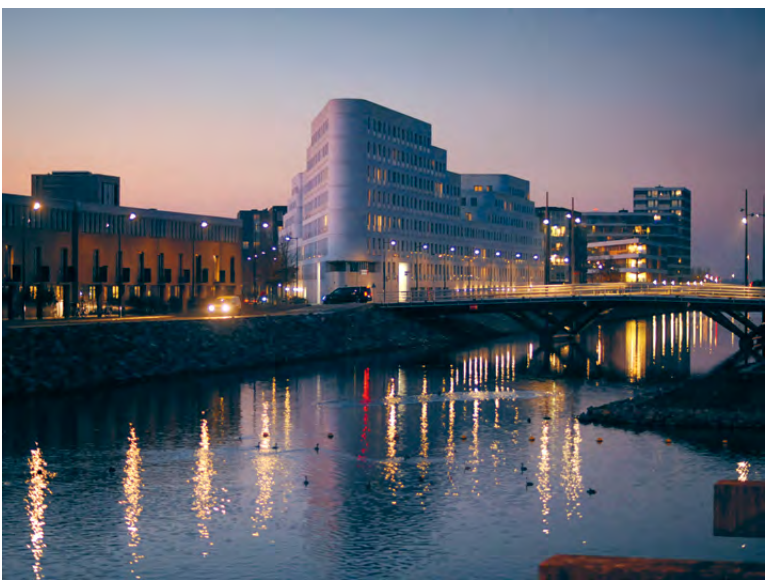
Ik kijk op van het papier en zie in de verte De Witte Kaap liggen. Het majestueuze witte gebouw tekent zich als een cruiseschip op zee af tegen een prachtige bruinigrijze wolkenlucht. Ik maak een foto en stuur die naar de fotograaf van de Brug. Onmiddellijk krijg ik een bericht terug. ‘YES!’ Eindelijk De Witte Kaap. We hebben het gebouw, sinds de oplevering in 2010, vaak de revue laten passeren. Maar

ik hield het steeds achter de hand, als een appeltje voor de dorst. Ik wist dat ik er ooit over zou schrijven, maar ik wist nog niet wat ik er over zou schrijven. Mijn eerste indruk van het gebouw was dat het een decorstuk leek uit de detectiveserie met Hercule Poirot in de hoofdrol. Typische jarentwintigarchitectuur. Met de sculpturale rondingen en massieve uitstraling heeft de stijl veel weg van de Amsterdamse School. Door de witgeschilderde steen is het eerder een gebouw dat je in het Londen van direct na de Eerste Wereldoorlog verwacht. Stel je het gebouw voor in geelbruine baksteen en je zou het kunnen tegenkomen in de straten van het Plan Zuid van Berlage.

Met de link naar de vroegmoderne architectuur past dit ontwerp in het oeuvre van Claus en Kaan Architecten. In veel van hun ontwerpen zie je de voorliefde voor Le Corbusier, Mies van der Rohe,

Bauhaus. Als ik hun stijl in een paar woorden moet omschrijven: strak, abstract, rationeel, robuust, tijdloos. Een voorkeur voor massief, veel repetitie, de ramen netjes boven elkaar. Experimenteel zou ik ze niet noemen. Felix Claus en Kees Kaan waren enkele decennia erg productief totdat beide architecten hun eigen weg gingen in 2013. Voor die tijd hadden ze hun kantoor al opgesplitst in een vestiging in Rotterdam (Kaan) en een vestiging in Amsterdam (Claus).

Logisch eigenlijk dat architecten uit elkaar gaan. In het begin heb je elkaar nodig, inspireer je elkaar. Maar na verloop van tijd begint het te wringen. Als ontwerper ben je een individualist. Architectuur is tenslotte een vorm van kunst. Tot op zekere hoogte kan je in redelijkheid onderhandelen over architectuur, maar op een gegeven moment wil je niet onderhandelen. In die zin zijn architecten kunstenaars en geen samen-



werkende ondernemers. Even zoeken leert dat dit ontwerp uit de koker van Felix Claus komt in samenwerking met Jaap Gräber. Jaap Gräber ontmoette ik bij een presentatie in het kantoor van Claus en Kaan op IJburg. Een jaar later, de crisis in de bouw was op zijn hoogtepunt, kwam ik hem tegen bij een lezing. Ik vroeg hoe het ging. Hij antwoorde, niet zonder humor, ex-architect te zijn. Hij

had behoefte zich op andere dingen te richten. Ik zoek op wat hij doet en vind planmodules.com. Mooie website. Research, Strategies, Making, Communication. Stedenbouw in plaats van architectuur. Heel interessant.

Reacties naar jved@dorensarchitects.nl

HENK*

HET VRIJDAGAVONDFEEST VAN OOST



Nieuwsjaarsborrel glitterstyle
vrijdagavond 10 januari 19.30 uur
traditioneel het nieuwe jaar inluiden
bij N.A.P. met een top-dj en
glas bubbels bij entree
www.napmsterdam.nl
Krijn Taconiskade 124
haven IJburg

01
02
20
08
AMSTERDAM

EVENSTARS LINGERIE

Wees welkom in de lingerie-
speciaalzaak in kerstsfeer

22-12 Extra open van 12.00 tot 17.00
24-12 Met een hapje & drankje
jouw kerstlingerie uitzoeken
tot 18.00

Kerstinkopen doe je op de Pampus-
laan, IJburg's gezellige winkelstraat.

LINGERIESPECIALZAAK IJBURG
• Pampuslaan 41, 1087 HP Amsterdam
• www.evenstarslingerie.com

VOORDEEL
VAN
DE ZAAK

DRIVE TOGETHER

MAZDA



MAZDA CX-5

NU TIJDELIJK MET
€ 3.000 KORTING

VAN NIEUWKERK
MAZDA VAN NIEUWKERK
Hoogoorddreef 41 | 1101 BB Amsterdam
020 - 4683341 | www.vannieuwkerk.nl



Thuis-Zorgoutlet Amsterdam

- Hét adres voor gebruikte zorgmiddelen zoals sta op stoelen, hoog-laag bedden, rolstoelen, krukken, rollators, looprekken en veel MEER!! (ook inkoop en verkoop in consignatie)
- **Openingstijden:** dinsdag, donderdag en vrijdag 11.00 tot 15.00 uur, woensdag 11.00 tot 19.00 uur en zaterdag 10.00 tot 16.00 uur.
- **Let op:** buiten de reguliere feestdagen zijn wij gesloten op dinsdag 24 december en 31 december

Lemelerbergweg 46 - 1101 AM Amsterdam Zuidoost - 0657 966 356
www.thuis-zorgoutletamsterdam.nl



GRAND OPENING



Openingsactie

voor de hele maand december

- 10% op matrassen en massief houten bedden van **Bedaffair**
- 10% op de toppers, matrassen en boxsprings van **Skoon**
- 5% op álles van het merk **Dormiente**

'Neerlands' grootste 100% ecologische slaapkamer speciaalzaak is nu nog groter!

Ontdek nu in Heemstede, de grootste 100% ecologische speciaalzaak in volledige slaapkamer inrichting, bankstellen en slaapbanken van Nederland en België.

Nog meer ecologisch slaaplezier!

- ✓ Ruim 700 m2 aan woon- en slaapinspiratie
- ✓ Naast 100% natuurlijke slaapkamer inrichting, hebben wij nu ook eco bankstellen en slaapbanken
- ✓ Gemakkelijk te bereiken met het openbaar vervoer en de auto
- ✓ Ruime parkeerplaatsen op eigen terrein

Bedaffair
Cruquiusweg 27a
2102 LS HEEMSTEDE
www.bedaffair.nl

Check de website voor meer informatie!



Henks Nieuwjaarsborrel op 10 januari

Henks Nieuwjaarsborrel bij N.A.P. aan de haven van IJburg is deze keer op vrijdag 10 januari. Voor deze legendarische avond loopt de buurt uit. Het is een goede traditie om in glitter te komen, elkaar te kussen en een beetje te flirten. Met fijne muziek en heerlijke hapjes. Neem je vrienden, burens en kennissen mee, en kom op tijd want tot 21.30 uur krijg je een drankje van het huis. Dit wordt hoe dan ook een feestje! *N.A.P. Amsterdam, 10 januari vanaf 19.30 uur, Krijn Taconiskade 124, Facebook: Henk Nieuwjaarsborrel, napamsterdam.nl.*



VOOR DE RECHTSAAK TEGEN BIOMASSACENTRALE

Klimaatduik op IJburg

Op 1 januari organiseren het Comité Schone Lucht en Milieudefensie een Klimaatduik op IJburg. Deelnemers kunnen zich laten sponsoren om geld in te zamelen voor de rechtszaak tegen de komst van de omstreden biomassa-centrale in Diemen. Gemeenten, overheden, natuurorganisaties en burgers maken zich grote zorgen over de plannen van energiebedrijf Nuon/Vattenfall om aan de oostrand van Amsterdam de grootste biomassa-centrale van Nederland te realiseren. Het verstoken van biomassa (houtpellets) is volgens deskundigen niet duurzaam; het leidt onder meer tot grootschalige houtkap en luchtvervuiling. Wil je meedoen? Ga naar milieudefensie.nl/actie/klimaatduik en schrijf je in. Donaties voor de rechtszaak zijn welkom via: whydonate.nl/fundraising/stop-de-biomassacentrale-diemenamsterdam/en.

Jaap Broersma *De Stille Stad*

De wakende Klaas

Zijn naamgenoot is alweer met de boot naar warmer oorden vertrokken, maar de echte Klaas blijft het hele jaar. Dat doet-ie al sinds 1887, toen de Heilige Nicolaaskerk werd gebouwd. In 2012 was het feest, want toen werd de kerk basiliek. En dat is nu zijn eretitel: de basiliek van de Heilige Nicolaas. Ik noem hem Klaas.

Het is niet de grootste kerk van Amsterdam, en de oudste is hij ook niet. Maar in fierheid is dit goddelijk monument onovertroffen. Hij troont net boven de zichtlijn van het centrum uit en ligt erbij als de rustende draak Smaug, ogenschijnlijk slapend maar alert wakend boven op de goudberg. En die goudberg, dat zijn wij. Het geeft me een rustig gevoel dat we beschermd worden, hoewel het met Smaug in de film *De Hobbit* niet erg goed afloopt.

Het gaat goed met Klaas, hij is per slot van rekening de patroonheilige van de stad. Klaas is niet alleen kerk, maar ook museum en concertzaal.

Er worden missen opgevoerd in allerlei talen, het interieur is één groot esthetisch feest, en elke zondagmiddag draaft de Schola Cantorum Amsterdam op om vespers te zingen. Absolute aanrader!

En toch is er iets met Klaas. Van voren klopt-ie niet helemaal. Ik heb hem een aantal malen geschilderd en er zit iets asymmetrisch in de voorgevel. Navraag leert dat mijn vermoeden klopt: de ene toren staat wat meer naar voren, zodat het vanaf de straat gezien lijkt alsof alles prima aansluit. Soms moet je een beetje scheef bouwen om een recht lijkende voorgevel te krijgen. Ik vind Klaas diep symbolisch voor Amsterdam. Laat hem in godsnaam de goudberg goed beschermen!

Reacties:
jaapbroersma1@gmail.com



Sint, olieverf, 40x 30 cm

SCHIESSER

95
5

ELK 2^E
95/5
BASIS
ARTIKEL

-50%*

* De korting geldt op het goedkoopste artikel. Geldig t/m 31 december 2019.

DE WINTER

h e r e n m o d e

Linnaeusstraat 197 • 1093 EN Amsterdam • 020 6940252
www.dewinterherenmode.nl • www.schiesser-ondergoed.nl



‘Vier dagen na de operatie kon ik weer zelf boodschappen doen’

Ger ter Beke uit Purmerend ging met spierpijn klachten naar de huisarts. In eerste instantie werd hij naar de fysiotherapeut doorverwezen. Dat hielp onvoldoende. Op de röntgenfoto was slijtage aan de heup zichtbaar.

Meer weten over een heupoperatie?

Kijk op www.bovenij.nl bij het specialisme orthopedie of op www.zorgvoorbeweging.nl over de voorbereiding op een heupoperatie. Voor, tijdens en na uw behandeling kunt u met vragen ook terecht bij de orthopedisch verpleegkundige via 020 634 68 37 (dinsdag tot en met vrijdag van 09:00 - 16:00 uur), orthopedie@bovenij.nl of via de BeterDichtbij app.



Ger ter Beke kreeg een nieuwe heup in het BovenIJ ziekenhuis: 'Ik heb de zorg als perfect ervaren.'

Zelf op zoek naar behandelmogelijkheden

Ger ter Beke ging via het internet zelf op zoek naar verschillende behandelmogelijkheden voor een heupoperatie. 'Ik kwam terecht op de website van het BovenIJ ziekenhuis. Op de site las ik verschillende ervaringsverhalen van patiënten die via de voorste benadering aan de heup geopereerd waren. Vervolgens

heb ik zelf bij mijn huisarts naar een verwijzing gevraagd voor het BovenIJ. Ik wilde met de orthopedisch chirurg overleggen of ik voor deze operatie in aanmerking zou komen.'

Korte wachttijden

Met de verwijzing van de huisarts kon Ger snel op de polikliniek terecht bij Sander Wassink, één van de orthopedisch chirurgen.

Ger: 'Mijn linkerheup was matig versleten. Hierdoor kwam ik in aanmerking voor de operatie.'

Soepel herstel in ziekenhuis en thuis

De operatie verliep goed. 'De avond na de operatie ben ik zelf al naar het toilet op de kamer gegaan. De volgende dag, nadat ik onder andere trapoefeningen met de

fysiotherapeut had gedaan, mocht ik naar huis. Zelf woon ik in een eengezinswoning met splitlevel en slaap boven, dus trappen lopen moest ik wel kunnen met mijn nieuwe heup.

Voor de eerste dagen had ik al wat boodschappen in huis, maar na vier dagen heb ik zelf ook al wat boodschappen gedaan bij de supermarkt.'

Meteen op de been na een gebroken heup

Mevrouw Nora de Kleijn uit Landsmeer viel in haar schuurtje en brak haar heup. Na een operatie in het BovenIJ ziekenhuis revalideerde ze in De Die.



Nora de Kleijn: 'Opeens lag ik daar, met mijn hoofd in het schuurtje en mijn benen in de gang. De pijn was verschrikkelijk. Gelukkig kon mijn buurvrouw de ambulance bellen. We hebben goed contact.'

Appje naar de kinderen

Onderweg naar het BovenIJ ziekenhuis kreeg mevrouw de Kleijn al pijnstilling. 'Daarna heb ik een app gestuurd naar mijn zoon en dochter. Zij waren allebei in het buitenland. Mijn zoon trommelde meteen bezoek op en de volgende dag werden er al bloemen bezorgd.' Op zaterdagochtend werd ze geopereerd door traumachirurg Bas Twigt.

Snel op de been

Bas: 'Bij de behandeling van een gebroken heup is het belangrijk dat de patiënt snel weer op beide benen staat

en in goede conditie komt. Ook als het bot nog geneest. De fysiotherapeut in het BovenIJ ziekenhuis kijkt wat het beste bij de patiënt past om te revalideren.' Nora de Kleijn herstelde goed na de operatie. 'Zondag keerde mijn dochter al terug vanuit Canada, mijn zoon was er dinsdag. Met al dat bezoek was het best gezellig.'

Herstellen in verpleeghuis

Na het verblijf in het ziekenhuis hebben oudere patiënten vaak meer tijd nodig voor ze hun dagelijkse activiteiten kunnen oppakken. Nora de Kleijn kon verder revalideren in één van de verpleeghuizen waar het BovenIJ ziekenhuis mee samenwerkt. Nora: 'Alles was keurig geregeld; op woensdag werd ik met een rolstoel-taxi naar het verpleeghuis gebracht. Ik kreeg daar soms wel twee keer per dag fysiotherapie, en ben er een maand



Bas Twigt, trauma en algemeen chirurg in het BovenIJ ziekenhuis: 'Na een gebroken heup kunt u thuis of in een verpleeghuis verder herstellen met een fysiotherapeut.'

gebleven. Alles was prima, toch ben je liever thuis.'

Thuis heeft Nora een rollator nodig. Nora: 'Van mijn geopereerde been heb ik geen last meer. Maar autorijden lukt nog niet. Hopelijk kan ik in het voorjaar weer naar de camping op de Veluwe. Daar heb ik veel kennissen die ik graag weer wil zien.'



Wij zoeken nieuwe collega's!

o.a. IC-verpleegkundigen, obstetrie verpleegkundige, operatie assistent en apothekersassistent ziekenhuisapotheek

Bekijk onze vacatures op werkenbij.bovenij.nl

Leren omgaan met vermoeidheid

Mevrouw Kuhlman-Vink kreeg zes jaar geleden te horen dat ze de longziekte COPD heeft: ‘Na de diagnose ben ik gelijk gestopt met roken.’

De behandeling van patiënten met COPD is gericht op het vertragen van de ziekte en het verminderen van de klachten. De eerste en belangrijkste stap is daarom het wegnemen van de belangrijkste oorzaak: direct stoppen met roken.

Moe en benauwd

Suzan Spaans is niet alleen wijkverpleegkundige, maar ook longverpleegkundige in het BovenIJ

ziekenhuis. ‘Mensen met COPD voelen zich bij inspanning en soms ook zonder inspanning benauwd en hebben vaak hoestbuien en fluimen die moeilijk op te hoesten zijn. Ze zijn chronisch vermoeid en elke activiteit is vaak al te veel. Ik leer ze hoe ze zelf kunnen handelen bij hun klachten en een verergering van hun situatie zo lang mogelijk kunnen uitstellen.’ Toch is het onvermijdelijk dat de longen steeds slechter gaan werken. In het eerste

jaar na de diagnose had mevrouw Kuhlman-Vink nog niet zoveel zuurstof nodig. Mevrouw Kuhlman-Vink: ‘Nu, een paar jaar later, zit ik 24 uur aan de zuurstof, ook ‘s nachts.’

Bewegen blijft belangrijk

De longverpleegkundige geeft instructie over de inhalatie medicatie. De medicatie maakt het ademen iets minder zwaar. Ze bespreekt de problemen die patiënten kunnen ervaren in het omgaan met COPD in het dagelijks leven. Zij heeft nauw contact met de longarts en kan doorverwijzen naar andere deskundigen. Suzan Spaans: ‘Bewegen

is voor patiënten met COPD zwaar en vermoeiend. Alleen ademen kost al veel energie. Blijven bewegen is echter wel belangrijk omdat hierdoor de klachten afnemen en het lichaam leert om beter met zuurstof om te gaan.’

Weer overal naar toe

Het sociale leven van patiënten met COPD verandert door de vermoeidheid. Boodschappen doen of koffie drinken bij vrienden zijn een enorme inspanning. Voor mevrouw Kuhlman-Vink kwam er een hulpmiddel: ‘Ik heb een scootmobiel waardoor ik nu weer overal naar toe kan. Dat is wel erg fijn. De afspraak

met de longverpleegkundige is daarom nu weer in het BovenIJ ziekenhuis.’

3 vragen over de longziekte COPD

Wat is COPD?

Bij de longziekte COPD gaan de longen steeds slechter werken. De luchtwegen zijn chronisch vernauwd. Ook zijn de longen chronisch geïrriteerd en ontstoken. Patiënten met COPD zijn daarom moe en kortademig. Ze kunnen last krijgen van een ernstige benauwdheidsaanval die longaanval genoemd wordt. De eerste symptomen van COPD ontstaan vaak na het 40ste levensjaar. Genezen van COPD kan helaas niet. Na verloop van tijd krijgt men steeds meer beperkingen.

Wat is de belangrijkste oorzaak?

De meeste patiënten worden ziek door roken. Niet iedere roker krijgt COPD, maar het gevaar is wel altijd aanwezig. Een heel klein deel van de patiënten krijgt COPD door fijnstof in de lucht tijdens het werk of door een erfelijk aangeboren enzymgebrek.

Waarom is stoppen met roken belangrijk?

Om COPD te voorkomen of om de ziekte niet erger te laten worden, is het belangrijk om niet te roken of om te stoppen met roken. Een gezonde manier van leven en goede inhalatie medicatie kan achteruitgang van de ziekte vertragen en de klachten verminderen.



Wijklongverpleegkundige Suzan Spaans bespreekt de gezondheid van mevrouw Kuhlman-Vink bij haar thuis in Amsterdam-Noord.

Beter Samen in Noord voor patiënten met COPD

De zorg voor patiënten met COPD houdt niet op bij het ziekenhuis. Longarts Ivonne Wilting van het BovenIJ ziekenhuis: ‘Beter zorg thuis en een intensievere communicatie tussen de zorgverleners in en buiten het ziekenhuis, is enorm belangrijk.’

Thuis begeleiding en advies

De longartsen en longverpleegkundigen van het BovenIJ ziekenhuis werken daarom intensief Samen met thuiszorgorganisaties. Deze wijklongverpleegkundige heeft een belangrijke, coördinerende rol.

Na een opname in het BovenIJ ziekenhuis vanwege een longaanval worden patiënten met de longziekte COPD bezocht door de wijklongverpleegkundige. De wijklongverpleegkundige begeleidt de patiënt met COPD en helpt deze om eigen regie te behouden. Er is

aandacht voor klachten, medicatie, extra zorg, voeding, bewegen en bijvoorbeeld stoppen met roken. De wijklongverpleegkundige houdt het herstel van de patiënt in de gaten én is de schakel naar andere zorgverleners.

Betere kwaliteit van leven

Longarts Ivonne Wilting: ‘Chronische patiënten kunnen zo thuis goed herstellen en staan er niet alleen voor na een intensieve ziekenhuisopname. Hierdoor willen we de kwaliteit van leven verbeteren voor (oudere) patiënten met COPD.’



Beter Samen in Noord

De zorg voor longpatiënten is één van de projecten van ‘Beter Samen in Noord’. Hierin trekt het BovenIJ ziekenhuis samen op met zorg- en welzijnspartners in Noord, de gemeente Amsterdam,

zorgverzekeraar Zilveren Kruis en de Nederlandse Zorgautoriteit om zorg en welzijn anders te organiseren.

Kijk op www.betersameninoord.nl en lees hoe we ons Samen inzetten voor betere zorg in Noord.

Wilt u stoppen met roken?

In het BovenIJ ziekenhuis bieden wij u verschillende rookstoptrajecten aan.

U kunt kiezen voor medicatie in combinatie met begeleiding. De begeleiding bestaat uit gesprekken met de longverpleegkundige of in een groep. Bespreek de mogelijkheden met uw behandelend specialist of huisarts.

Meer weten?

Kijk op www.bovenij.nl/rook-stop-polikliniek of bel 020 - 634 62 92 (op werkdagen van 8:30 tot 17:00 uur). Voor het maken van een afspraak heeft u een verwijzing nodig van uw huisarts of specialist.



Longverpleegkundigen Lieke Spiegelenburg en Suzan Spaans begeleiden mensen die willen stoppen met roken op de rook-stop-poli van het BovenIJ ziekenhuis.



column

Samen Beter

Voor u ligt de nieuwste ziekenhuiskrant van het BovenIJ ziekenhuis. We zijn graag bezig om samen met u onze zorg steeds verder te verbeteren.

Resultaten en ervaringen

In deze krant leest u ervaringen van patiënten die zijn behandeld in ons ziekenhuis. Naast het eigen verhaal van de patiënt doet ook de medisch specialist of de verpleegkundige zijn of haar verhaal over deze behandeling. Op deze manier belichten we de zorg van zoveel mogelijk kanten en krijgt u inzicht in zowel onze resultaten als ervaringen van medepatiënten.

Kwaliteit van leven

We verbeteren ook fysiek. Onze zojuist vernieuwde Acute Opname Afdeling (AOA) is daar een mooi voorbeeld van. Een bijdrage leveren aan een goede kwaliteit van leven van onze bevolking is iets waar we ons de komende jaren vol voor gaan inzetten. Dat betekent niet alleen behandelen als iemand ziek is, maar ook proberen te voorkomen dat burgers ziek(er) worden. Meer inzet op preventie, samen met alle andere zorg- en welzijnsorganisaties in Amsterdam-Noord: Beter Samen in Noord!

'Bijdragen aan de kwaliteit van uw leven'

Patiënten panel

Eind november organiseerden we een patiënten bijeenkomst. Het was een genoeg een aantal van u als patiënten van ons ziekenhuis en bewoners van Noord om tafel te hebben om mee te denken over de gezondheidszorg van nu en de toekomst. Wilt u mee blijven denken over onze zorg? Meldt u dan aan voor het patiënten panel, door een mail te sturen naar onze Cliëntenraad, via clienraad@bovenij.nl.

Ik wens u veel leesplezier en vooral een goed en zo gezond mogelijk 2020.

Edwin van der Meer
Voorzitter Raad van Bestuur



De AOA-afdeling is ruimer en voldoet aan de wensen van deze tijd.

Ruimte en privacy op de vernieuwde AOA

De acute opname afdeling (AOA) is vernieuwd. Begin 2020 openen we op de tweede etage ook de nieuwe endoscopieafdeling en de uitbreiding van het Dagcentrum. Dan is ook dit deel van het ziekenhuis helemaal vernieuwd.

Meer ruimte en licht

De kamers op de AOA zijn ruimer. En alles is nieuw; zoals het sanitair en de inrichting. Karin Mulder, senior verpleegkundige: 'Je herkent de oude afdeling niet meer. Het is zo licht en alles ziet er fris en netjes uit. De voorbereiding vroeg tijd, maar dat is het waard geweest.'

Meer éénpersoonskamers

Op een grote kamer verblijven maximaal drie patiënten. Karin: 'Op deze kamer kan nu ook makkelijk een rolstoel en/of rollator staan. De extra ruimte is prettig voor de patiënt, maar ook voor de collega's die de patiënten verzorgen. Ook zijn er meer éénpersoonskamers. Op deze kamers verblijven de ernstig zieke mensen of patiënten die gebaat zijn bij meer rust.'

Twee speciale kamers

Op de afdeling zijn twee kamers bijgekomen. Karin: 'Een opname kamer en een rooming-in kamer. In de opname kamer ontvangen we alle nieuwe patiënten. Hier houden we een opname gesprek, meestal met de familie erbij. Zo kun je makkelijk dingen bespreken en hoeft dat niet meer op de kamer waar andere patiënten bij zijn. Dit geeft meer rust en privacy.'

Ook is er op de AOA een rooming-in kamer. Dit is een kamer waar bij de patiënt ook een familielid kan blijven slapen. Karin: 'Bijvoorbeeld een familielid van een verward persoon of een ernstig zieke patiënt. Zo kun je rust en een veilige, vertrouwde omgeving bieden voor de patiënt.'



Karin Mulder is senior verpleegkundige op de AOA.

Acute opname afdeling (AOA)

De acute opname afdeling is speciaal voor patiënten die met spoed worden opgenomen via de spoedeisende hulp of de polikliniek.

Binnen 48 uur wordt de patiënt als dat nodig is overgeplaatst naar een andere afdeling. Of gaat daarna naar huis.

Nieuwe endoscopie, uitbreiding Dagcentrum

We vernieuwen ons ziekenhuis omdat we de zorg voor u goed voor elkaar willen hebben. Nu én in de toekomst.

Op de noordvleugel van de tweede etage krijgt het Dagcentrum extra ruimte voor patiënten in dagbehandeling.

Daar komt ook een nieuwe endoscopie afdeling met moderne onderzoekskamers en nieuwe apparatuur. Hier kunnen patiënten onder andere terecht voor onderzoek, bijvoorbeeld voor het bevolkingsonderzoek naar darmkanker.



Op de daken van het BovenIJ ziekenhuis zorgen 619 zonnepanelen voor groene stroom.

Zorg voor een gezonde toekomst

In november stapte het BovenIJ ziekenhuis over van aardgas naar stadswarmte. Een grote stap in onze zorg voor het milieu.

Rondleiding

Willy Frits, teamhoofd algemene techniek, nam buurtbewoners mee door het ketelhuis, het kloppende, technische hart van het ziekenhuis. Hij liet zien hoe de overstap op stadswarmte in zijn werk gaat.

De buurtbewoners hebben de werkzaamheden rond het ziekenhuis van dichtbij meegemaakt. 'Ze waren betrokken en zeer geïnteresseerd', vertelt Willy. 'Dat maakte het erg leuk om ze rond te leiden. Wat me ook werd verteld, was dat nachtverlichting op het terrein zo mooi te zien is vanaf de flats. We hebben LED-lampen geplaatst om energie te besparen. Dat ze ook een mooi uitzicht opleveren, is fijn om te horen.'

In de komende drie jaar wordt ook de verlichting in het ziekenhuis, waar mogelijk, vervangen door LED-verlichting. Meer weten over onze zorg voor het milieu? Kijk op www.bovenij.nl/zorgvooronsmilieu

Centering tijdens uw zwangerschap

Kent u centering al? Dat is een nieuwe manier van zwangerschapscontroles. Samen met vrouwen die in dezelfde periode zwanger zijn.

Maria deed mee aan centering in het BovenIJ ziekenhuis. Centering is een combinatie van medische controles, het uitwisselen van kennis en ervaring

en het versterken van uw netwerk. Maria: 'Tijdens de groepsbijeenkomsten deel je samen met andere zwangere vrouwen ervaringen en je

hebt steun aan elkaar. En het leuke is dat ik door centering ook twee nieuwe vriendschappen heb gesloten.'

'We zien echt de voordelen van de centering terug, niet alleen in de gezondheid van de zwangere en het kind, maar ook op sociaal vlak.'

Wil je ook meedoen met centering?

Al drie jaar organiseert het BovenIJ ziekenhuis samen met verloskundigenpraktijk Aan 't IJ de cursus centering. Op meerdere momenten per jaar starten we een nieuwe groep. Ook als u een medische indicatie heeft, kunt u deelnemen.

Meldt u aan bij uw verloskundige of via de poli verloskunde van het BovenIJ ziekenhuis, via tel. 020 634 61 03

Geef u op voor het BovenIJ panel!

Wat verwacht u van uw ziekenhuis in Amsterdam-Noord? De Cliëntenraad van het BovenIJ ziekenhuis is benieuwd naar uw ideeën.

De zorg verandert

We willen graag van u weten wat u verwacht van de ziekenhuiszorg in Amsterdam-Noord. Komt u straks nog steeds naar het ziekenhuis of wordt u vaker thuis behandeld? Hoe heeft u contact met uw arts? Via de app op een telefoon of in de spreekkamer?

Wat vindt u belangrijk, nú en in de toekomst?

Het BovenIJ ziekenhuis wil haar toekomstplannen niet alleen zelf bedenken, maar graag in samenspraak met anderen. Zeker met patiënten, mantelzorgers, bezoekers en buurtbewoners.

BovenIJ panel

Wat verwacht u van ziekenhuiszorg in Amsterdam-Noord? Wij zijn benieuwd naar uw ideeën! Meldt u aan voor het BovenIJ panel bij de Cliëntenraad van het BovenIJ ziekenhuis, via clienraad@bovenij.nl.

Vacature Cliëntenraad

Wilt u het team van de Cliëntenraad versterken? Kijk op www.werkenbij.bovenij.nl



De ouders van Alyssa werden door medewerkers van het BovenIJ ziekenhuis in het zonnetje gezet met felicitaties, een luiertaart en een bos bloemen.

Welkom Alyssa

Maandag 7 oktober verwelkomde het Moeder Kind Centrum haar duizendste baby van dit jaar: een meisje!

Tien jaar geleden

Tien jaar geleden hadden we de naam van onze dochter al bedacht, vertelt Maria, de moeder van Alyssa, vol trots. 'Op 26 september was ik eigenlijk uitgerekend. Uiteindelijk ben ik wat later bevallen van onze dochter. Tien jaar geleden is onze zoon ook in het BovenIJ ziekenhuis geboren.

De zorg in het ziekenhuis was ook dit keer weer uitstekend.'

Het BovenIJ ziekenhuis heeft een nieuw Moeder Kind Centrum (MKC) waar gezinsgerichte zorg centraal staat. Moeder en kind blijven ook na de geboorte in dezelfde kamer. Zo blijft het gezin vanaf het allereerste moment bij elkaar.



Wil jij onze nieuwe collega worden?

Kijk op werkenbij.bovenij.nl of gebruik de QR-code

Nieuwsgierig? Je bent altijd welkom om kennis te maken en een dagje mee te kijken.



Colofon

De **BovenIJ ziekenhuiskrant** is een uitgave van het BovenIJ ziekenhuis, november 2019. www.bovenij.nl

Redactie Afdeling communicatie en voorlichting, postbus 37610, 1030 BD Amsterdam, email: communicatie@bovenij.nl. **Fotografie** Afdeling communicatie en voorlichting, Henk Rougour Fotografie.

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) [t](https://twitter.com/bovenij) [in](https://www.linkedin.com/company/bovenij) [ig](https://www.instagram.com/bovenij) [v](https://www.youtube.com/channel/UC...)

Activiteiten uniek bij UniKidz

‘Waarom wij zo hard groeien? Omdat wij met kinderen doen wat ouders graag met ze zouden willen doen’, zegt Svetlana Lalic, eigenaresse van kinderopvang UniKidz. ‘Kinderen rijden paard bij ons, doen judo en basketbal, gaan naar zwemles, dansen, doen circusacts, spelen tooneel, zeilen en leren koken. Geen saaie opvang dus, maar activiteiten die je als ouder ook graag met je kind zou doen als je niet toevallig ook een drukke baan had.’ Revolutionair is het onlangs ingerichte STEAM-lokaal bij UniKidz Haven, één van de zes locaties van UniKidz op IJburg.

Svetlana Lalic is een bekend gezicht op IJburg. Haar energieke persoonlijkheid zet zij volledig in voor haar grote passie, de opvang van kinderen tussen 0 en 18 jaar. Tien jaar geleden begon ze met één kleine BSO-locatie, nu runt ze kinderdagverblijven, buitenschoolse opvang op meerdere locaties en opvang van kinderen tussen 13 en 18 bij Schoolz, waar het accent langzaam opschuift van chillen naar huiswerkbegeleiding.

De belangrijkste oorzaak van haar succes zijn de activiteiten die Svetlana als onderdeel van haar opvangprogramma

aanbiedt. Altijd is ze op zoek naar nieuwe ontwikkelingen, bijzondere activiteiten en populaire sporten. In een tijd waarin BSO-organisaties worden opgekocht door grote buitenlandse investeringsmaatschappijen zodat bedrijfseconomische doelstellingen het beleid bepalen, is de aanpak van UniKidz uniek. Onlangs is UniKidz ook verantwoordelijk geworden voor de opvang binnen basisschool De Neptunus.

STEAM: Science, Technology, Engineering, Arts en Mathematics
Meest recente aanwinst in het aanbod van UniKidz



Schoolz, een van activiteiten van Unikidz: chillen en huiswerkbegeleiding voor kinderen tussen 13 en 18 jaar.

is STEAM, wat staat voor Science, Technology, Engineering, Arts en Mathematics. Het is een formule van onderwijsspecialist Heutink waar UniKidz nauw mee samenwerkt. Centraal staat het motto ‘Denken, Doen en Delen’. Kinderen beginnen met denken over een ontwerp, vervolgens maken ze het met bouwmaterialen, knutselen, Lego, elektronica of robotica, en vervolgens presenteren ze het aan hun leeftijdgenoten

door een live demonstratie of op een groot scherm. Op de UniKidz-locatie Haven staan zelfs twee 3D-printers die kinderen gebruiken om hun zelfbedachte ontwerpen te materialiseren. In een blok van tien weken maken kinderen onder deskundige begeleiding kennis met de onbegrensde mogelijkheden van STEAM. Vanuit Denemarken wordt het STEAM-lokaal van UniKidz binnenkort bezocht door een delegatie van Lego.

‘Natuurlijk ben ik dan trots’, zegt Svetlana. ‘We hebben een waanzinnig goed en leuk team van mensen die zich elke dag inspinnen voor onze kinderen. Wij hebben niet alleen pedagogisch geschoolde medewerkers, maar ook sportleraren, theaterdocenten, dansinstructeurs, STEAM-specialisten en koks aan het werk op onze vestigingen. Het is gaaf als we op deze manier erkenning krijgen voor wat we doen.’ Groeimogelijkheden ziet de IJburgse ondernemster genoeg. ‘Op IJburg kennen de meeste mensen ons wel, maar in de rest van Amsterdam nog niet. We zijn op zoek naar nieuwe locaties waar we volgens de UniKidz-methode kinderen op zullen vangen. In Amsterdam, maar ook zeker daarbuiten.’

Voor meer informatie over de activiteiten van UniKidz, kijk op www.unikidz.nl.

Advertorial

IL BORGO RISTORANTE - ITALIANO



KERSTMENU

25 & 26 december €65,00 p.p.

Glas Prosecco

➤ VOORGERECHTEN ➤

Carpaccio van gerookte eendenborst met mousse van ricotta en erwten
Conquilles Saint-Jacques met saus van granatenappel en krokant varken spek
Aubergine Parmigiana

➤ TUSSENGERECHTEN ➤

Tagliatelle van kastanjemeel met varkenworst ricotta en truffel
Verse Penne met Zwaardvis aubergine en tomaten

➤ HOOFDGERECHTEN ➤

Wild zwijn filet met rode wijn foie gras en truffel
Zeewolffilet uit oven

➤ DESSERT ➤

Geassorteerd Italiaanse nagerechten



Reservering:
020-6657955 of
www.ilborgoamsterdam.nl
Aanbetaling: €35,00

Hogeweg 40
1098 CD, Amsterdam



sikkens

AkzoNobel

SIKKENS VOOR EEN PROFESSIONEEL RESULTAAT

NU 25% Korting
Op Sikkens muurverf en lakken
bij uw verfspecialzaak

Actieperiode: t/m 31 januari 2020

Doe Het Zelf Wittenburg
Wittenburgergracht 103-113
1018 MX Amsterdam
020-6224065
www.doehetzelfwittenburg.nl



Hulp aangeboden

Welke hulpbehoevende man/vrouw zoekt hulp in eigen huis?
Klusjes, wandelen, etc. Op vrijdag, zaterdag en zondag.

Bel 06-502 85 297, met referenties.



Namens alle medewerkers van
de Brug: Fijne feestdagen

Zorggroep Amsterdam Oost

Begeleiding en dagbesteding

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

Meer weten?
020 592 54 20

www.zgao.nl

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

Blasiusstraat 141

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

Voor meer informatie en tarief:
info@stallingamsterdam.nl



Een initiatief van
De Baron De Stalling BV

advertentie

“ECZEEM MIDDEL WERELDWIJD SUCCES DANKZIJ BOUWVAKKER”

Een Australische bouwvakker kon niet langer aanzien dat zijn zoontje zoveel last van eczeem en jeuk had, dat hij besloot zelf een middel te gaan uitvinden. Zijn uitgangspunten waren: natuurlijke ingrediënten, effectief en vrij van schadelijke stoffen. Nu, 15 jaar later, is het een wereldwijd succes in de strijd tegen huidklachten. Bij de gebruikers is Grahams vaak niet meer uit het dagelijks leven weg te denken.

Het geval van Geoff zelf staat te boek als één van de zwaarste eczeem gevallen. Hij was 3 maanden oud toen hij werd opgenomen in het "Royal Children's Hospital" in Melbourne. Hij leefde lang met deze vreselijke aandoening, totdat zijn zoontje Ryan (toen 14 maanden oud) van top tot teen onder de eczeem zat. Geoff besloot dat hij iets moest gaan doen. "Ik zei tegen mijn vrouw: Shannon, we moeten iets doen. We kunnen Ryan niet hetzelfde laten ondergaan als wat ik heb meegemaakt. Ik had alles al geprobeerd, maar niets bleek te helpen. Chemische producten (o.a. met hormonen) maakten de huid dunner, andere opties (o.a. teerzalf, licht therapie) hielpen hem niet. We zochten het dus in een andere hoek en begonnen met het uitgangspunt "natuurlijke ingrediënten". Alle soorten naslagwerken bekeken we voor de allerbeste ingrediënten uit de natuur. Na veel vallen en opstaan hadden we tenslotte ons product; het gaf prachtige resultaten, zowel voor mij als voor Ryan. Dit product, de Grahams Eczeem Crème, is nu een wereldwijd succes en helpt mensen over de hele wereld".

Geoff heeft het verhaal al vaak verteld, o.a. op de Australische TV. Ze willen zoveel mogelijk mensen helpen met de vreselijke huidklachten. Ook in Nederland is Grahams al

bij veel drogisterijen en gezondheidswinkels beschikbaar. "Dagelijks horen we nieuwe verhalen over eczeem, jeuk en droge huid. Het is fantastisch om hen nu Grahams te kunnen bieden. We begonnen ooit om onze zoon te helpen, helemaal niet met het idee om het op de markt te brengen. Voor ons geeft het enorme voldoening om van gebruikers te horen hoe speciaal Grahams voor ze is."

Inmiddels wordt Grahams door veel mensen naar tevredenheid gebruikt. Doordat gebruikers enthousiast zijn over Grahams wordt het geadviseerd en gaat het snel van mond tot mond. Tot slot vertelt Geoff: "We krijgen dagelijks zeer emotionele reacties, je kunt je niet voorstellen wat het met iemand doet als diegene altijd huidklachten heeft gehad en nu aan den lijve ondervindt dat er effectieve producten voor bestaan".

Grahams Eczeem Crème is een Medisch Hulpmiddel. Lees voor gebruik de gebruiksaanwijzing.

Grahams is o.a. verkrijgbaar bij:

Etos Jodenbreestraat 13
Etos Nieuwezijds Voorburgwal 226A

Etos Nieuwendijk 67-71
Holland & Barrett Nieuwendijk 106 Kalverstraat 10

Grahams SKINCARE
www.grahams.nl



MOTION3 GYM BREIDT UIT!

PERSONAL TRAINING & GROUP WORKOUTS

HIIT - STRENGTH - YOGA - (KICK)BOKSEN
- BARRE - BOKZAKTRAINING - BURN

SCHRIJF JE IN, EN SPORT 2 MAANDEN GRATIS!

Mail naar: training@motion3.nl

[motion3boutiquegym](https://www.instagram.com/motion3boutiquegym)
 [motion3training](https://www.facebook.com/motion3training)

MANTELZORGCOACH ONDERSTEUNT FAMILIE BIJ STAP NAAR VERPLEEGHUIS

‘Dat je gezien wordt is ontzettend belangrijk’

De verhuizing van de vader van Irene van thuis naar een woning in verpleeghuis De Open Hof, verliep mede dankzij mantelcoach Maaïke Ruitenschild ‘zo vlekkeloos als maar kan’. Irene: “Dat je er was voor ons, is essentieel geweest.”

Door Linda van den Dobbelsteen

Mantelzorgcoach is een nieuwe functie bij ZGAO. Maaïke Ruitenschild begeleidt mantelzorgers met een naaste op de wachtlijst om de overgang van thuis naar het verpleeghuis soepel te laten verlopen. Ze vertelt: “Als die stap gezet moet worden, vaak een moeilijke stap, is het fijn dat er iemand is met wie de familie alles kan delen. Je bouwt een vertrouwensband op.” Maaïke regelt praktische zaken, maar biedt ook emotionele ondersteuning. Ook in het geval van Irene Goes en haar familie. Haar vader kwam op de wachtlijst voor een plekje in De Open Hof. “Als er een kamer vrijkomt, bespreek ik wat er allemaal komt kijken bij een verhuizing: wat neem je mee, wat kun je verwachten, wat kun je als familie doen, dat soort dingen.”

Als het zover is, spreekt ze de eerste dag in het verpleeghuis met de familie door. Maaïke:



Mantelzorgcoach Maaïke Ruitenschild (links) ondersteunde Irene Goes en haar familie bij de verhuizing van haar vader naar De Open Hof. Irene: “Dat hij niet meer thuis kan wonen is moeilijk, maar Maaïke heeft de overgang naar de nieuwe situatie een stuk makkelijker gemaakt.”

“De ouders van Irene zijn 58 jaar getrouwd. Voor haar moeder kan het ontzettend moeilijk zijn om aan het eind van die dag alleen naar huis te gaan. Ik kan de pijn niet wegnemen, maar iemand er wel op voorbereiden.”

Als de verhuizing erop zit, laat Maaïke de familie niet meteen

los. “Ik houd een vinger aan de pols, ga nog eens op huisbezoek. En stimuleer mensen om oude hobby’s weer op te pakken. Want mantelzorgers zijn vaak niet meer gewend om tijd voor zichzelf te hebben. Irene herkent dat wel. “Mijn vader is leuk, lief en gezellig, nog steeds. Die wil je niet laten zitten. Mijn moeder

heeft jarenlang fulltime voor hem gezorgd. Dat gaat geleidelijk, waardoor je niet in de gaten hebt dat het steeds zwaarder wordt.”

Irene en haar familie hebben de periode rondom de verhuizing veel steun aan Maaïke gehad. “Mijn vader woont sinds juni van dit jaar in De Open Hof. De

verhuizing was heel emotioneel, maar is toch zo goed als vlekkeloos verlopen, mede dankzij haar. Ze kijkt naar Maaïke: “Dat je er was voor ons, is essentieel geweest. Met al onze vragen konden we bij je terecht.” Ze is even stil, en vervolgt dan: “Uiteindelijk moest mijn moeder toch haar man wegbrengen. Nu zien we: er wordt goed voor hem gezorgd, hij heeft het goed hier. Wij lopen veel binnen maar voor ons is de druk eraf.”

Ze kijkt weer naar Maaïke. “Twee dingen die je voor ons hebt gedaan zijn heel belangrijk. Het eerste lijkt een kleinigheid: de speciale parkeervergunning voor mantelzorgers. Hoe moet dat, elke dag met de auto hierheen en die enorme parkeerkosten, dacht mijn moeder. Die zorg heb je zomaar weggenomen omdat je de weg kent bij de gemeente.”

“Bovendien heb je het levensverhaal van mijn vader prachtig beschreven. Je hebt naar hem geluisterd en hij heeft zijn verhaal kunnen vertellen. Dit verhaal is nu bekend bij de medewerkers hier. Dat je als mens in je nieuwe huis gezien wordt is ontzettend belangrijk.”

www.zgao.nl

Advertorial

Tips voor een groener Oost

Door Catherine Smit

Een insectenhotel maken

Met een insectenhotel bied je wilde bijen en andere nuttige insecten een plek om te overwinteren of komende zomer hun eitjes af te zetten. Als dank bestuiven ze je fruitboom of aardbeienplanten en ruimen ze bladluizen en andere plagen voor je op. De ‘bewoners’ vormen op hun beurt weer voedsel voor vogels. Welke diertjes je gaat huisvesten hangt af van de materialen die je gebruikt. Op internet zijn heel veel leuke ideeën te vinden voor het maken van zo’n hotel. Van een leeg bloempotje maak je met wat touw en een pluk hooi, stro of gedroogde brandnetelstengels een veilige verstopplaats voor oorwormen of lieveheersbeestjes. Maak een bundeltje van de vulling

die je wilt gebruiken. Knip de stengels op maat met een snoeischaar. Wikkel er een lus van touw omheen, trek deze strak aan en steek de lus van binnenuit door het gaatje in de bodem. Hang de bloempot ondersteboven aan een boomtak (dicht bij de stam) of in een struik en kijk er niet meer naar om.

Wilde bijen en andere bestuivers help je door gaatjes te boren in een houtblok. Je kunt ook een stevige, afgewaaid boomtak in stukken van 20 centimeter zagen. Zolang je hard en onbehandeld hout gebruikt, is het goed. Door steeds een ander boortje te kiezen maak je gaatjes met een diameter van 2–10 millimeter. Maak de gangen 3 tot 20

centimeter diep en zorg ervoor dat de achterkant dicht blijft. Schuur de opening mooi glad, dan beschadigen de insecten hun vleugels niet. Hang het houtblok op een beschutte, droge plek (op het zuiden), minimaal een meter boven de grond. Bestaat jouw bijenhotel uit losse onderdelen, bind die dan samen of plaats ze (met bijvoorbeeld een paar dennenappels, een baksteen met gaatjes erin en een pluk houtwol) in een kistje. Dek de voorzijde af met gaas en hang het kistje op. Zijn er in de zomer voldoende bloeiende planten in de buurt, dan kiezen de gevleugelde gasten met zorg een kamertje uit. Hoe meer dichtgestopte gaatjes je ziet, hoe beter je hotel in de smaak valt.





KOM JE OOK SCHAATSEN BIJ MAXIS?
**TOT 12 JANUARI KUN JE OP VERTOON VAN
DE KASSABON VAN EEN VAN DE MAXIS
WINKELS GRATIS SCHAATSEN!**



11 T/M 15 DECEMBER

**GROOTSTE BRIEFBUS VAN NEDERLAND MET
25 METER LANGE GLIJBAAAN! I.S.M. POST NL**

14 & 15 DECEMBER

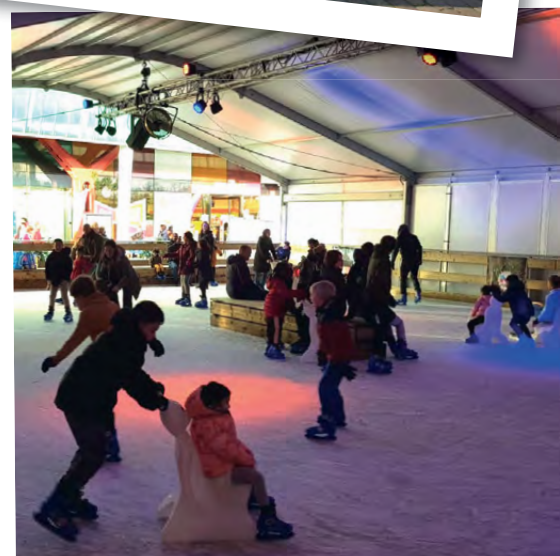
KERSTFEESTJE VOOR JE BEESTJE BIJ PETS PLACE MAXIS

22 DECEMBER

**OP DE FOTO IN EEN REUZE SNOWGLOBE,
DE FOTO KRIJG JE DIRECT GRATIS MEE!**

24 DECEMBER

KERSTLIEDEREN DOOR URKER MANNEN KWARTET



WWW.MAXIS.NL OF VOLG ONS OP FACEBOOK VOOR MEER INFORMATIE



**DE WINTER IN ZONDER
(LEES)BRIL OF LENZEN!**



**De nieuwste ReLEx SMILE
ooglasermethode**

- Veilig, pijnloos en snel
- Hele korte herstelperiode
- Hooggekwalificeerde oogartsen
- Al sinds 1989 ooglaservaring

Leesbrilcorrectie

- Op alle afstanden scherp zicht
- Zeer snel herstel
- De meest geavanceerde trifocale lenzen
- Op latere leeftijd geen staar meer

**INFORMATIEAVOND
AMSTERDAM:**

Di. 21 januari 19:15 uur

*Nu voor alle bezoekers van de
informatieavond een
gratis vooronderzoek
t.w.v. €85,-*



De Boelelaan 1065
1082 SB Amsterdam

T: 085 029 00 11
www.worldeye.nl



Worldeye
EXCELLENCE IN EYE CARE

BERT KOPS, WORSTELLEGENDE AAN DE WEESPERZIJD

‘Alleen als ze me gek maken, laat ik even zien wie de sterkste is’



Bert met een van zijn goeie gabbers Hugo Broers, die vaak komt buurten, op de Weesperzijde, voor het beroemde Sportcentrum Kops. “Ik ben vechtsportfan in hart en nieren.”

Bert Kops, die sinds mensenheugenis zijn sportschool aan de Weesperzijde heeft, is een geboren worstelaar die tegenwoordig veel vechtsporters traint. Bert Kops senior was deelnemer aan de Olympische Spelen van München (1972) maar weigerde te worstelen na een brute aanslag op Israëlische atleten. Junior, eveneens veelvoudig worstelkampioen, zit aan zijn barretje bij Sportcentrum Kops, waar menigeen driftig knikt of meepraat terwijl de levende legende vertelt. Hij heeft staalkabels in zijn armen en een torso van beton.

Waar begon het worstelen voor jou?
“Van jongs af natuurlijk. M’n vader was de beste worstelaar ooit, zeggen ze. Hij won altijd dus ik wou ook de sterkste zijn, andere gasten optillen en neergooien. Grote sterke mannen, massagegeur, prachtig. Worstelen is geen gemene sport maar wel zwaar, zoals turnen. Ik heb het als kleine jongen geleerd; een partijtje worstelen is voor mij als een blokkie om lopen.”

Aan vechtsporten kleven risico’s. Wat is jouw visie daarop?
“Ik ben vechtsportfan in hart en nieren. Aan ons de taak om sporters zó te trainen dat ze zo min mogelijk schade oplopen. Gegard Mousasi traint hier en is de beste freefighter ter wereld omdat hij zijn schade beperkt. Maar het blijft vechtsport, de kooi is een jungle. Dat zijn de risico’s van het vak, dat weet je. Soms lijkt het

heftiger dan het is; per partij vallen er maar enkele écht rake klappen.”

Had je wel eens ergens spijt van?
“Ooit gebruikte ik de alligator worsteltechniek, had ik die gozer helemaal ingeklemd. Ik sloofde me effe uit voor het publiek maar toen lag-ie helemaal bewusteloos en dacht ik: jesus, dat had niet hoeven. Maar het is schitterend als twee mannen hun krachten meten, kijken wie de beste techniek heeft, wie het sterkst is. Misschien macho, maar ik vind het prachtig, de gladiatoren deden het al.”

Worstel je zelf nog?
“Ik ben 57, hoeft niets te bewijzen. Ik moet zuinig zijn op mijn lichaam, heb versleten knieën. Alleen als ze me gek maken, laat ik even zien wie de sterkste is. Don’t poke the lion. Iedereen heeft respect of zelfs

op een grappige manier angst voor me, daar geniet ik van. Als ik alleen al een schijnbeweging maak, stuiven ze opzij.”

Toch ben je een lieve man, schijnt.
“Toevallig ben ik ergens goed in, maar ik respecteer iedereen en help waar het kan. Kees is mijn gappie, hij is al dertig jaar blind. Die haal ik drie keer per week op, zit de hele dag in het donker op me te wachten. Hij komt trainen en daarna lekker een biertje drinken. Als ik ergens mee zit, brengt Kees me tot rust. Zo was er een andere jongen in een rolstoel, die hielp ik vroeger naar de hoeren gaan. Ja, ik heb veel gevoel voor mensen die het moeilijker hebben.”

Door Gijs Lauret



Amsterdam helpt de huismus

Stadsecologen zagen het aantal mussen steeds verder teruglopen en besloten hier iets aan te doen. Om de huismus te helpen zijn bij vijf kinderboerderijen in de stad nestkasten opgehangen, onder meer bij kinderboerderij De Werf in Watergraafsmeer en bij Boerderij op IJburg. Daar hangen nu – dicht bij elkaar – wel tien nestkasten, want mussen leven in hechte kolonies en broeden graag samen. Kinderboerderijen vormen een prima leefgebied voor mussen: er is veel groen, het is er lekker rommelig en er is volop voedsel te vinden. Ook bij nieuwbouwprojecten wordt steeds vaker iets voor de mus gedaan, bijvoorbeeld door neststenen in de gevel te metselen. En nu maar hopen dat de nestkasten in gebruik worden genomen. In januari maakt het mannetje een nest van droog gras en gaat vervolgens op zoek naar een vrouwtje, waarmee hij twee tot drie nesten per jaar heeft. Mussen zijn honkvast, dus als het nest bevalt, broedt het paartje er het jaar daarop weer.

TE KOOP GEVRAAGD

Merkhorloges Rolex & Patek Philippe.
Spiegelgracht Juweliers
Spiegelgracht 12, Amsterdam 020-422 10 15.
Graag op afspraak.

VEILIG EN FEEST
Sponsoravond bij N.A.P.

Op maandag 23 december is er bij restaurant N.A.P op IJburg een feestelijke veiling met loterij voor het goede doel. Zo kun je 2019 afsluiten met een goede daad en nog een topavond beleven ook!
In september 2020 reist een groep IJburgse vrouwen af naar Kenia, waar ze – met lokale vaklui en de toekomstige bewoners – eenvoudige, betaalbare huizen gaan bouwen voor mensen die geen fatsoenlijk dak boven hun hoofd hebben. Ze doen dit in samenwerking met de organisatie Habitat for Humanity.
Door een kaartje te kopen voor de sponsoravond help je deze stoere IJburgers voldoende geld bijeen te brengen voor dit mooie project. De entreprijs bedraagt 10 euro. Daarvoor krijg je een gezellige avond met dj, een welkomstdrankje, een lootje voor de veiling en een kortingsbon voor je volgende bezoek aan N.A.P.
Sponsoravond bij N.A.P, Krijn Taconiskade 124. Deuren open om 20.00 uur, start veiling rond 21.30 uur.

KERSTKIPMAAL MET ZUURKOOL EN KNOLSELDERIJ

Janneke kookt

Als je (zoals ik) het hele jaar door beroepsmatig met je neus in de kookboeken / buurtsupers / pannen zit, is het wel zo rustgevend om met Kerst altijd hetzelfde te eten. Hier staat al jaren kippendij in cidersaus met zuurkool en knolselderijpuree op het menu. Misschien geen wereldschokkend kerstmaal, maar wél een knettergoede combi. De zuurkool houdt namelijk de vette kip in toom en de cider vindt z’n gelijke weer in de appel die bij de zuurkool gaat. Cider en appel zijn ook weer dik met de zoetige knolselderij. Een maaltijd die de boel bij elkaar houdt dus. En dat is uiteindelijk wat je wil met Kerst, nietwaar?



Zuurkool voor 4 personen:

- **olijfolie**
- **1 ui, geschild en in ringen gesneden**
- **125 gram spekjes**
- **2 laurierblaadjes**
- **2 takjes rozemarijn**
- **2 takjes tijm**
- **5 jeneverbessen, geplet**
- **500 gram zuurkool**
- **1 appel, in parten gesneden**
- **200 ml witte wijn**

Kip voor 4 personen:

- **olijfolie**
- **6 kippendijen, in grote stukken gesneden**
- **2 sjalotjes, geschild en in parten gesneden**
- **250 gram kastanjechampignons, schoongemaakt en grof gesneden**
- **2 tenen knoflook, grof gehakt**
- **4 ansjovisfilets**
- **2 laurierblaadjes**
- **2 takjes rozemarijn**
- **2 takjes tijm**
- **2 eetlepels bloem**
- **250 ml cider**
- **250 ml paddenstoelen- of groente-bouillon (van blokje)**
- **100 ml crème fraîche**
- **paar takken bladpeterselie, gehakt**

Puree voor 4 personen:

- **300 gram kruimige aardappelen**
- **300 gram knolselderij**
- **2 tenen knoflook, gepeld**
- **2 takjes tijm**
- **75 gram roomboter**

RECEPTEN

ZUURKOOL UIT DE OVEN

Een eindje boven Amsterdam ligt Zuid-Scharwoude, de zuurkoolhoofdstad van de wereld. Bijna alle zuurkool in de winkel, van Amsterdam tot Australië, wordt hier gemaakt. De kool komt van het omringende land en in huizenhoge bakken in de fabriek wordt die gefermenteerd. Maar het kan nóg dichter bij huis. In de Transvaalbuurt huist namelijk ergens op een hoekje Thull’s, waar je huisgemaakte (en zeer kerstwaardige) zuurkool recht uit ’t vat koopt. Nog wel, want in januari gaat Thull’s samen met Oceaan Deli op de C. van Eesterenlaan verder onder de naam Thull’s Deli. En de zuurkool blijft.

Bereiding

Verwarm de oven voor op 150 graden (hetelucht op 125 graden). Verhit een grote koekenpan en bak de ui 5 minuten op laag vuur in een flinke plens olijfolie. Voeg spek, laurier, rozemarijn, tijm en jeneverbes toe en bak nog eens 5 minuten. Knijp het vocht een beetje uit de zuurkool en voeg dan de zuurkool en de appel toe aan de pan. Blus af met de wijn, giet alles in een ovenschaal en laat afgedekt 2 uur stoven in de oven. Maak het gerust de dag ervoor; zet dan de ovenschaal vanuit de koelkast nog afgedekt een halfuur op 150 graden in de oven.

KIP MET PADDENSTOELEN EN CIDER

Even een tip voor het hele jaar door, wat zeg ik, het hele leven door: vervang kipfilets altijd door kippendijen. Die hebben namelijk meer beweging gehad en zijn daardoor veel sappiger dan de droge, flauwe filetjes. Dijen hebben ook meer smaak en blijven beter overeind bij machtige kruiden als rozemarijn en tijm.

Bereiding

Verhit de olijfolie in braadpan of hoge koekenpan, laat goed heet worden. Bak de kippendijen in 5 minuten aan alle kanten bruin. Schep het vlees met een spatel uit de pan en zet apart. Voeg de sjalotjes toe aan de pan en bak 5 minuten op laag vuur. Bak intussen in een andere (koeken)pan de paddenstoelen op hoog vuur gaar en hou ze apart. Voeg de ansjovis met een beetje olie, de gehakte knoflook, laurier, rozemarijn en tijm toe aan de sjalotten en bak nog 2 minuten. Voeg de kip weer toe aan de pan, bestrooi met de bloem en bak al roerend nog 1 minuut al omscheppend. Schenk de cider, bouillon en gebakken paddenstoelen erbij en breng aan de kook. Voeg dan de crème fraîche toe. Roer goed door en laat alles 25 minuten op laag vuur pruttelen. Maak intussen de knolselderijpuree. Bestrooi de kerstkip vlak voor het opdienen met de gehakte peterselie.

PUREE VAN KNOLSELDERIJ EN AARDAPPEL

Knolselderij is een groente van het type ‘ruwe bolster, blanke pit’. Oerlelijk maar met een verfijnde zoete en aardse smaak. Ik at een tijd terug in een restaurant een hemelse crème van knolselderij. “Gewoon een half pakje boter erbij gegooid,” zei de chef toen ik vroeg naar z’n geheim. Kijk, dat zijn de tips waar een mens mee uit de voeten kan. Door de hobbelige schil is het schillen van knolselderij een rotklus, maar doe het vooral niet voordat de visite komt, want dan verkleurt-ie.

Bereiding

Schil de aardappels en knolselderij (of liever: laat je schoonvader dat doen) en snijd in blokjes. Kook ze samen met de knoflook en tijm in gezouten water. Laat intussen de roomboter op kamertemperatuur komen. Giet de handel af, vis de tijmtakjes er tussenuit en stamp met een stamper samen met de boter tot een smeùige puree. Breng op smaak met een flinke draai grof zout en peper.

www.breezeamsterdam.com

Sunday Afternoon
tea
by M.e.

Breeze

EVENSTARS LINGERIE

LINGERIESPECIAALZAAK IJBURG

- Pampuslaan 41, 1087 HP Amsterdam
- www.evenstarslingerie.com

MOJA

Het restaurant
voor 't gezin

Pedro de Medinalaan 89

ONTDEK DE NIEUWE
ZWEEF-ATTRACTIE

PAMPUS FORT EILAND

Perfection with Elegance & Grace

AA CLINIC

IJburglaan 835
1087 CL Amsterdam
020 337 95 64
info@aaclinic.nl
www.aaclinic.nl

enoteca

Italian wine & food

020 700 84 00, Linnaeusstraat 89,
Amsterdam, www.enotecaamsterdam.nl,
info@enotecaamsterdam.nl

Trimsalon
Zeeburgereiland

POMPIDOM

IJdijk 10 1095 KN Oostpunt Zeeburgereiland

Unikidz Kinderopvang

contactadres:

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

Ekodis
Natuurvoeding

Beukenplein 73
Openingstijden:
Ma t/m Vr 8:00 - 19:00
Zaterdag 8:00 - 18:00
Zondag 10:00 - 18:00

licht en meubels

Javastraat 133/141 AMSTERDAM

Bij Storm
CHILL & DRILL

WWW.BIJSTORM.NL

Y

I-GREC EXPRESS

DE GRIEKSE KEUKEN BIJ JE THUIS!

KIDS AKTIEF

kidsaktief.nl

STERREN VAN HEMEL CATERING

Culinaire catering - sterrenvandeheemel.nl
info@sterrenvandeheemel.nl - 06 509 545 95

Financiële Fabriek

Boekhouding & Belastingaangifte
Vanaf 175 EUR per jaar
Bel 06-12505994
www.financiele-fabriek.nl

Nieuwe
wintercollectie

RIS KINDER-
SCHOENEN
en pedicure

Middenweg 77, www.risschoenen.nl

DELOKATIE

www.delokatie.org T 020 463 11 15

SPORT BRIGADE

personal trainers en
sport instructeurs
voor scholen
en bedrijven

06 - 2420 1353
www.sportbrigade.nl
info@sportbrigade.nl

GROENTEBOER BORNEO

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

POLDER
CAFE-RESTAURANTPOLDER.NL

Alle dagen open 9-24 h
Science Park 201, Amsterdam,
020 463 43 03

BEDAFFAIR
DESIGNED BY NATURE

Nieuw adres
vanaf 1 december
Cruquiusweg 27a
2102 LS Heemstede

www.bedaffair.nl
info@bedaffair.nl

**Administratie en Consultancy
Associatie B.V.**

Full service administratiekantoor

- (loon)administraties
- jaarrekeningen
- belastingaangiften
- advies

Veenbroederhof 93, 1019 HD
020-589 1850 www.acaadmin.nl

DE TROPEN
CAFÉ EN RESTAURANT

Mauritskade 64, 1092 AD Amsterdam
020 568 2000, info@amsterdamdetropen.nl

KADIMA GYM AMSTERDAM

Kadima Gym, Krav Maga lessen op IJburg
www.kadimagym.nl

Cees
SLAGERIJ
de Bouter

SCHARRELSLAGERIJ | HOGEWEG 60
WWW.SCHARRELSLAGERIJ.NL

expert

vertrouwd dichtbij

Expert, Diemerplein 142
www.expert.nl

SICKMANN
woninginrichting

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

vergelijk en bespaar op
uw autoverzekering!

WWW.OTUA.NL

OTUA | ONDERDEEL VAN
geijzel KROON

DOE HET ZELF
ALLES OP MAAT

WITTENBURGERGRACHT 103-113
WWW.DOEHETZELFWITTENBURG.NL

uw makelaar
op IJburg

Hallie &
Van Klooster
Makelaardij

IJburglaan 1279 | 020-4950650
www.hallie-vanklooster.nl

Where else?!

napamsterdam.nl

Ouderen Advies Raad
OOST

We zoeken
De OAR-Oost is op
zoek naar betrokken
50+ bewoners in
Amsterdam Oost.

Middenweg 86 | 1097 BS Amsterdam
oost-oost.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

Funeral Quest
uitvaartengebied

**Eat well
live better**

biolicious

**SERKAN
BEAUTY CENTER**

IJBURGLAAN 1493
TELEFOON 020 - 416 14 24
SERKANBEAUTYCENTER.NL

**VERKEERSSCHOOL
ED-ISHAK**

Lumiërestraat 43
1087 JH Amsterdam -
IJburg, Tel 020 6946172
www.ed-ishak.nl

Dynamo

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

DE KRIJGSMAN MUIDEN

WWW.DEKRIJGSMANMUIDEN.NL

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

Civic

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

**Püttmann
Juweliers**
DIEMEN - ALMERE

Winkelcentrum
Diemerplein
020 6903727

**Inkoop oud goud, zilver en
edelmetalen munten. Reparaties,
horloges, klokken en sieraden in
eigen atelier. www.puttmann.nl**

Colofon

de Brug

jaargang 12, nummer 117
11 december 2019

Aan dit nummer werkten mee

Jaap Broersma, Michel van Dijk, Linda van den
Dobbelsteen, Jan van Erven Dorens, Kirsten
Dorrestijn, Harko van den Hende, Tim Jansen,
Gijs Lauret, Marcel van Roosmalen, Catherine
Smit, Henk Spaan, Janneke Vermeulen.

Advertenties

Kijk op www.debrugkrant.nl/adverteren of infor-
meer bij martijn@debrugkrant.nl
06-29040240.

Vormgeving

Studio Potsdam (Guus Pot)
dtp@debrugkrant.nl

Uitgever

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

Redactie

redactie@debrugkrant.nl

Fotografie

www.dobbelsteenfotografie.nl

Drukwerk

Rodi Rotatie

Verspreiding

Door Verspreidingen

Disclaimer

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

Rechten

Niets uit deze uitgave mag, in welke vorm dan
ook, worden veeveelvoudigd, gekopieerd, ge-

publiceerd, opgeslagen, aangepast of gebruikt,
online en op papier, zonder voorafgaande
schriftelijke toestemming van de uitgever.

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

- **Indische Buurt** Ambonpleinbuurt, Ma-
kassarpleinbuurt, Sumatraplantsoenbuurt,
Timorpleinbuurt
- **Oostelijk Havengebied:** Borneo-eiland,
Cruquiseiland, Java-eiland, KNSM-eiland,
Oostelijke Handelskade, Sporenburg
- **Oud-Oost:** Dapperbuurt, Oostpoort, Oos-
terparkbuurt, Transvaalbuurt, Weesperzijde
- **Watergraafsmeer:** Amsteldorp, Amstel-
kwartier, Betondorp, Don Bosco, Julianapark,
Middenmeer, Omval en Van der Kunbuurt,
Park de Meer, Sciencepark, Tuindorp Franken-
dael, Weespertrekvaart
- **IJburg:** Haveneilanden, Rieteilanden, Stei-
gereiland, Centrum-eiland
- **Zeeburgereiland**

- **Centrum: 't Funen**
- **Durgerdam**
- **Schellingwoude**
- **Diemen-Noord**
- **De Krijgsman, Muiden**

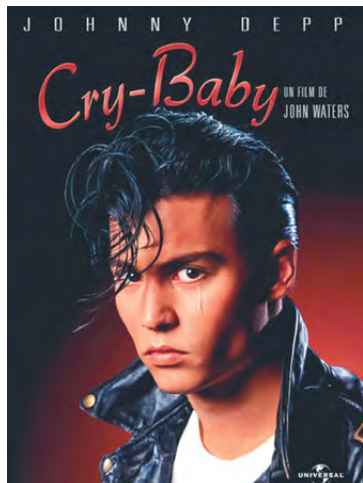
Afhaalpunten

AH IJburg, AH Molukkenstraat, AH Ooster-
parkstraat, AH Oostpoort, AH Wibautstraat,
Bij Storm, Biolicious Oostpoort, café-restau-
rant Polder, gemeentehuis Diemen, Grand
Café Genieten, Haddock, IJburg College, Ikea
Amsterdam Zuidoost, Intratuin Nobelweg,
Landmarkt Schellingwoude, Maxis Mui-
den, N.A.P., Stadsdeelhuis Oost, Sickmann
Woninginrichting, winkelcentrum Brazilië,
winkelcentrum Diemerplein, etc.

www.debrugkrant.nl

Opgericht: januari 2008

WAT IS ER TE DOEN IN OOST? EVENEMENTEN VOOR DE (ONLINE) AGENDA KUN JE AANMELDEN VIA WWW.DEBRUGKRANT.NL.



KERST

15 DECEMBER

Kerstmarkt, met versieringen, cadeautjes, hebbedingen, lekkers, glühwein, chocomel en zo. Flevohuis/Flevopoort, Kramatplanstoet 263/101-D, 10.00-16.00 uur.

15 DECEMBER

Kerstconcert Zeeburg Zingt, Verenigingsgebouw Kindervreugd, Kramatweg 31A, 14.00 uur.

20 DECEMBER

Robin Theel. Música Temprana presenteert een sfeervol kerstconcert rond de Misa Criolla. Muziekgebouw aan 't IJ, 20.15 uur, muziekgebouw.nl.

21 DECEMBER

ABBA Gold Europe Christmas Special. Dansen, meezingen en springen. Q-Factory, 20.30 uur, q-factory.nl.

25 DECEMBER

Kerst voor kinderen, het kerstverhaal voorgelezen op het plein voor kerk De Bron. 17.00-18.00 uur, Hugo de Vrieslaan 2.

ALLEGAAR

13 EN 14 DECEMBER

Van Heinde en Ver, festival en expositie. Een selectie uit de fotocollectie over de geschiedenis van migranten, met rondleidingen, optredens en film. Zeeburgerkade 10, museumperonoost.nl.

21 DECEMBER

Spelletjesmiddag in het Brinkhuis: dammen, schaken, rummikub, catan, ganzenbord, monopoly, kaarten, sjoelen en meer, voor alle leeftijden en

gratis. Landbouwstraat, 13.00-15.30 uur.

23 DECEMBER

NAP for Kenya. Groep vrouwen uit Oost gaat op bouwreis. Veiling – mooie prijzen! – voor het goede doel, met goede muziek. Entree €10 inclusief een lootje en een drankje van het huis. NAP Amsterdam, krijn Taconiskade, vanaf 20.00 uur, napamsterdam.nl.

6 JANUARI

Blue Zone Dinner. Blue Zones zijn gebieden op de wereld waar mensen langer, gezonder en gelukkiger leven. Eén van die plekken is het Griekse eiland Ikaria. Een Blue Zone Dinner, met tips en dansen tot besluit. €35 inclusief drankjes en Ikariotische wijnen, inschrijven via info@restaurantigrec.nl. Jean Desmetstraat 121, 18.00 uur, restaurantigrec.nl.

TM 12 JANUARI

Tentoonstelling Verlangen naar Mekka. Inzicht in een van de grootste religieuze, spirituele en culturele fenomenen ter wereld. Tropenmuseum, Linnaeusstraat 2, tropenmuseum.nl.

CLUB

14 DECEMBER

Een nacht met Robin Jaydee Albers en vrienden. Dance-classics, melodieuze techno, pompende house en meer. 'The legend continues.' Recycle Lounge Gallery Club, Zuiderzeeweg, vanaf 22.00 uur, rlgc.nl.

31 DECEMBER

We all love the 80's, 90's en 00's Nieuwjaarseditie, met eten en dansen. Club Panama, 22.00-

5.00 uur, Oostelijke Handelskade 4, wealllove.com, panama.nl.

10 JANUARI

HENKS Nieuwjaarsborrel bij N.A.P. Voor deze legendarische avond loopt de buurt uit. Het is een goede traditie om in glitter te komen. Tot 21.30 uur krijg je een glaasje bubbels van het huis. N.A.P. Amsterdam, 19.30 uur, Facebook: Henks Nieuwjaarsborrel, napamsterdam.nl.

FILM

13 DECEMBER

Rocket Man (drama, 12+). Het waargebeurde verhaal van Elton John. Vrijburcht, 20.30 uur, theatervrijburcht.nl.

16 DECEMBER

Q-Cinema: Cry Baby. Iggy Pop, the Godfather of Punk, is meer dan alleen zanger en performer. Muzikale, komische film. Q-Factory, 19.30 uur, q-factory.nl.

21 DECEMBER

Yalda filmmarathon en poëzie. Vier de langste nacht van het jaar met films die poëzie omarmen. En laat je toekomst voorspellen door de dichter Hafez. De Nieuwe KHL, 19.30 uur, denieuwekhl.nl.

27 DECEMBER

Christo, walking on water (docu, film, AL). Geestig portret van deze Bulgaarse kunstenaar. Vrijburcht, 20.30 uur, theatervrijburcht.nl.

JEUGD

15 DECEMBER

Nee-eend, Theaterduo Kees & Koos (2+). Over de verveelend die er even helemaal geen zin

in heeft. House of Watt, 11.00 uur, James Wattstraat (elke zondag), ajtc.nl.

21 DECEMBER E.V.

Kerstfestival: Meis (6+). Een spannend en grappig sprookje over een dapper meisje dat zichzelf moet redden. Plein Theater, 16.00 uur, plein-theater.nl.

5 JANUARI

Olifantje Ollielollie wil patat! (2-4 jaar). Onvervalste poppenkast, met schminken, limo en koek. Theater Koos Kneus, 12.00 uur, kooskneus.nl (elke wo en zo).

12 JANUARI

Marionettentheater: De gelaarsde kat (4-12 jaar). Het Zoldertheater, Derde Oosterparkstraat 144 III, 14.30 uur, nlmarionetten.nl.

MARKT

14 DECEMBER

Kerstrommelmarkt, met Rad van Fortuin, warme dranken, poffertjes en snert. De Open Hof/Hoekhuis, Fahrenheitstraat 115/Fizeastraat 3, 14.00-17.00 uur.

22 DECEMBER

Pure Markt, winterstijl. Eerlijke producten, proeven, terrassen, zweefmolen, livemuziek. Park Frankendael, 11.00-17.00 uur.

MUZIEK

13 DECEMBER

Stones Sessions: 50 jaar Let It Bleed. Deze band speelt op dampende wijze alle hits van de Amerikaanse tournee 1969. Q-Factory, 20.00 uur, q-factory.nl.

14 DECEMBER

Duifjes 020 Festival: Roberto

Galanto. Unieke parels uit Amsterdam-Oost, steeds op een andere locatie. Deze keer in N.A.P. Amsterdam om 14.30 uur, napamsterdam.nl.

14 DECEMBER

Cock-Tales, een vrolijk avond aan de Veemkade met een cocktail van muziekstijlen en verhalen, en na afloop de Balkan-beats van DJ Volkan. Mezrab, 20.30 uur, clubantre.nl.

15 DECEMBER

Louis Swing Orchestra. Luisteren, zingen en swingen, repertoire uit de jaren 20 tot met 50. Camping Zeeburg, Zuider IJdijk 20, louisswingorchestra.nl.

4 JANUARI

Betondorp Live, met Indiepop-band Preser John, singer-songwriter Stijntje Booij, blues van de Moody Maniacs en allround-band Imagine. Voetjes van de vloer dus. Brinkhuis, 20.00-01.00 uur, Landbouwstraat.

12 JANUARI

Nieuwjaarsconcert. Luisteren en meezingen, voor elk wat wils. Kerkzaal van de Anna-Bonifatius, Tweede Oosterparkstraat 246, abgparochie.nl.

THEATER

20 DECEMBER

Bodywarmer, Sarah Ringøet. Reconstructie van een liefdesgeschiedenis. Plein Theater, 20.30 uur, Sijetplein 39, plein-theater.nl.



Henk
SPAAN

Geen Max Verstappen

Als ik een lijst moest maken met alles wat ik vroeger niet mocht, was dit stukje vol voordat ik het wist. Op het gevaar af voor ouwe zak te worden versleten, hier een lijstje van dingen die kinderen tegenwoordig wél mogen. Met name in de supermarkt. Nooit meer ga ik op zaterdag naar Landmarkt. Let wel, Landmarkt is een hele fijne winkel met goeie, kakelverse spullen en extreem vriendelijk personeel. Op zaterdag is hun grootste uiting van vriendelijkheid het niet slaan van kinderen. Je ziet dat ze niets liever zouden willen, maar menig kind verlaat ongeschonden de winkel.

Ouders, vaders vooral, laten op zaterdag hun kinderen uit bij Landmarkt. Zo slaan ze twee vliegen in één klap: ze hoeven niet naar de Efteling en ze doen nog boodschappen ook. Het meest bewonderenswaardig is nog met hoeveel overgave de vaders hun kinderen negeren. De kinderen weten uit ervaring dat ze nooit gecorrigeerd zullen worden. Dus gaan ze verstoppertje spelen achter schappen. Rennen. Schreeuwen. Diefie-met-verlos doen rond de vistoonbank. Snoep uit het snoepvak rukken. Sowieso artikelen uit het schap rukken. Aan elkaar rukken. Aan hun vaders rukken. Janken om alles. Geen broccoli lusten. Meestal heten ze Bikkel, die zoontjes, Bikkel en Hayden.

Deze jankerd ramde van achteren een winkelwagen in mijn onderrug. Ik wilde uithalen maar er waren mensen in de buurt. Toen keek ik hem zo vuil aan dat het jochie, ik schatte het een jaar of zeven, keihard begon te huilen. ‘Bikkel, waar ben je?’ hoorde ik. ‘Papa, papa,’ krijste Bikkel. De vader kwam de hoek om, karretje vol met bier van hippe brouwers. Mannenliefde heette een van de biertjes. Wat of hier aan de hand was, wilde de mannenliefde-drinker weten. Ik zei dat Bikkel uit de bocht was gevlogen, tegen mij aan, en dat hij toen was gaan huilen. Dat er geen Max Verstappen in hem school. De vader zei dat ik niet beledigend hoefde te worden. Ik zei dat een winkel geen speeltuin was. De vader vroeg aan Bikkel of hij misschien snoep wilde. Dat hij dan wel moest stoppen met huilen.

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			

© Puzzelcorner.nl

Horizontaal

4. Toegepast Natuur-wetenschappelijk Onderzoek

8. Dwangvoorstelling

11. Divan

13. Eikenschors

14. Iemand die druk-proeven verbetert

15. Geruisloos

17. Chinees heerser

18. Toverkol

19. Land in het Midden-Oosten

21. Het was __ en boos

22. Rivier in Duitsland

24. Uitvoering bij het kunstschaatsen

27. Rijstdrank

29. Bijlartstok

31. Nagerecht

33. Eerlijk

35. Slotwoord
36. Oude munteenheid in Portugal

38. Datum waarop iets klaar moet zijn

40. Elk

42. Middelpunt

43. Solozang

45. Europees land

49. Mannelijk dier

50. Van de __ dag op de andere

51. Wintermaand

52. Weblog
1. Eigenzinnig meisje van de posters

2. Inuit

3. Bachelor of science

4. Machthebber

5. Romeins keizer

6. Met zijn neus in de __ vallen

7. Scheur

9. Dom, onnozel

10. De proef op de __ nemen

11. Platvis

12. Driekantig voorzeil

16. Mythologische figuur

20. Bladader

21. Fout in computer-programma

23. Advies

25. Wortel

26. Winters voertuig

28. Deel van het gebit
29. Weerkundig instituut

30. Lidwoord (Frans)

31. Kameraad

32. Bekende opera

34. Lange, puntige degen

35. Vooruit!

37. Broeikas

39. Aanwijzend voor-naamwoord

41. Ceintuur

44. Alstublieft

46. Oplawaai

47. In nader overleg

48. Europese Economische Gemeenschap (hist.)

8	30	51	48	19	27	44	34
---	----	----	----	----	----	----	----

Knallend 2020 in, diner voor twee winnen!

Bij het fantastische Il Borgo Ristorante Italiano, een diner voor twee mét een fles wijn.

Puzzel jij mee voor deze mooie prijs van Il Borgo aan de Hogeweg?

Stuur dan oplossing van de puzzel (samen met je naam, adres en telefoonnummer) voor 8 januari 2020 naar info@debrugkrant.nl. Oplossing en winnaar worden in de volgende krant bekend gemaakt.

Deze puzzel wordt u aangeboden door Il Borgo Ristorante Italiano, Hogeweg 40H, 020-6657955, www.ilborgoamsterdam.nl.

De oplossing van de puzzel in de Brug nr. 116-2019 is regenbui. Uit 154 inzenders is de fam. Peeters als winnaar uit de bus gekomen. Ze hebben inmiddels bericht gekregen.

Door verkeerde blokjes was de puzzel van editie 116 lastig op te lossen. Onze excuses daarvoor. Toch hebben we een winnaar, hilde!

The logo is a dark blue, rounded rectangular frame with a red outline. Inside, the words "ALBERT CHRISTMAS CUYP" are written in a white, distressed, serif font. The background of the entire poster is a dark teal color with scattered yellow stars and silhouettes of reindeer and evergreen trees.

ALBERT CHRISTMAS CUYP

KERST OP DE ALBERT CUYP MARKT

20, 21, 23 & 24 DECEMBER

De dagen vóór kerst is de Cuyp extra sfeervol. Kom lekker shoppen op vrijdag, zaterdag, maandag en dinsdag tussen 10 en 17 uur. We staan met 250 kraampjes voor u klaar met verse producten, de laatste mode en bijzondere kadootjes. En natuurlijk echte Amsterdamse gezelligheid.

DE KERSTMAN - LIVE MUZIEK - SCHMINK ARTIEST

De Albert Cuyp ligt midden in De Pijp, de gezelligste wijk van Amsterdam. Vol met ambachtelijke winkeltjes en hippe cafés. Met de Noord-Zuidlijn staat u zo midden op de markt (halte De Pijp). Een perfect bezoek om de feestdagen mee in te luiden.

Merry Albert Christmas Cuyp!



**ALBERT CUYP
MARKT**