

POLDERPRAAT

wijkblad voor de Stevenshof

No: 141 WINTER 2021/2022



Franny Slingerland



**Wijkraad
Stevenshof**

DE WIJKVERENIGING VAN DE STEVENSHOF

Ik meld me aan als lid van de wijkvereniging

Dhr. / Mw./Fam.

Adres

Postcode

Telefoon

E-mailadres

één persoon € 5,00 per jaar

familie € 10,00 per jaar

Het lidmaatschap wordt aangegaan voor tenminste een volledig verenigingsjaar met een opzeggingstermijn van vier weken. Een volledig verenigingsjaar loopt van 1 januari t/m 31 december. Bij aangaan van het lidmaatschap is men contributie verschuldigd voor het gehele verenigingsjaar.

Als welkomstgeschenk ontvangt u een "ICE" stick. ICE staat voor **IN CASE OF EMERGENCY** Met gebruikadvies.

Als lid kun je een nieuw lid aanbrengen, dan ontvang je, na betaling door het nieuwe lid, 1/5 staatslot als bonus. In dit geval kun je een aanmeldingsformulier aanvragen.

De aanmelding kan worden verzonden naar het secretariaat: **E. Banningstr. 4, 2331 EC Leiden** of posten in de brievenbus in de hal van het buurthuis.



Kinderdagverblijf en BSO in Leiden

BSO



Waarom kiezen voor Wonderland?

- Deze locaties bieden een zee van ruimte, zowel binnen als buiten.
- Volledig verzorgde opvang met warme maaltijden bij het kinderdagverblijf.
- Bewust voedingsbeleid.
- Topgroep: een speciale groep voor de oudste kinderen.
- ZwembSO en SportBSO mogelijk.
- Combinatie tussen verschillende BSO's mogelijk.

KDV

T 088 – 2028101

▲ www.wonderlandkinderopvang.nl Volg ons op:    

Colofon

redactie: • Peter Ham en Bep Corba

Opm./DTP: • Thomas van Schaik

Druk: • Tipoprint

Oplage: • 4.200 exemplaren

Adverteren: info bij de redactie.

Nr. 142 verschijnt eind maart 2022 .

Kopij: inleveren voor 20 feb. 2022 bij de redactie, bij voorkeur via e-mail:

FOTO'S APART EN IN JPG AANLEVEREN,

TEXT: MAX. 700 WOORDEN,

polderpraat@wijkraadstevenshof.nl

Of via de postbus van de Wijkraad in het buurthuis.

Afhaaladressen:

Huisartsen Zaaier (praktijk op 11),

Huis van de buurt,

Gezondheidscentrum en

Bibliotheek.

Wijkraad Stevenshof secretariaat:

Emerentia Banningstraat 4, 2331 EC Leiden

Tel.: 071-5314024 email: info@wijkraadstevenshof.nl

K.v.K. nummer 40447286

Bankrekening NL04 INGB 0001 5960 83

t.n.v. Wijkraad Stevenshof te Leiden

Fysiotherapie Otto

Manuele therapie & Dry needling

- Fysiotherapie
- Manuele therapie
- Dry needling
- Kinesio® Taping
- Rugklachten
- Nekklachten
- Schouderklachten
- Hoofdpijklachten

U kunt zonder verwijzing direct terecht in de praktijk.

Behandeling bij u thuis is op verwijzing van de huisarts mogelijk.

Een afspraak buiten de reguliere openingstijden is uiteraard bespreekbaar.

T 06 3333 2690 • E info@fysiotherapie-otto.nl

www.fysiotherapie-otto.nl

Theda Mansholtstraat 5a • 2331 JE Leiden

VAN DE VOORZITTER RON DEROGEE

Beste Stevenshoffers,

Dit is alweer de laatste Polderpraat van dit jaar. Ik wil mijn voorwoord dan ook beginnen met u allemaal een hele mooie en prettige Kerst toe te wensen en de allermooiste jaarwisseling ooit. Laten wij hopen dat wij in 2022 verlost zijn van Corona en dat wij het nieuwe normaal kunnen oppakken als lijkt het, het oude normaal. Dat alle landen weer open zullen zijn en de 2G regel afgeschaft is, zodat iedereen, wel of niet gevaccineerd, weer op wintersport kan of andere leuke dingen kan gaan doen, zonder beperkingen. Wat u ook gaat doen: kijk uit, let op uzelf en blijf vooral gezond.

Wat een jaar is het geweest. Bijna niets was mogelijk en toen er weer iets mogelijk werd, heeft de werkgroep Halloween direct de knoop door gehakt en besloten om Halloween te gaan organiseren. Dat was maar goed ook, want niet lang na Halloween kwamen er weer beperkingen aan. Ik wil de werkgroep Halloween een groot compliment maken. Zij hebben in de korte tijd die er ter beschikking was een geweldig evenement neergezet. Door de beperkingen was nog niet alles mogelijk, maar zij hebben er voor de 750 bezoekers die kaartjes hadden weten te bemachtigen een mooi feest van gemaakt. Ik denk dat als het had gemogen, wij misschien wel het dubbele aantal bezoekers hadden kunnen halen. Wij hebben, spijtig genoeg, veel mensen moeten teleurstellen. Ook mijn dank aan wijkagent Willem van Egmond die ons de gehele avond heeft bijgestaan en samen met de studenten van MBO Rijnland en de beveiliging alles in goede banen heeft geleid. Natuurlijk ook alle vrijwilligers die het mogelijk hebben gemaakt, dank, dank, dank.

In dit nummer één van de hobby's van Jan Willem Bron. Deze hobby lijkt mij uitermate geschikt voor de donkere dagen. Dus mocht u zich vervelen dan is dit misschien wel iets voor u.

Door de nieuwe beperkingen, ons opgelegd door het demissionair kabinet Rutte, was het weer niet mogelijk om de Algemene Ledenvergadering, die gepland stond op dinsdag 30 november, te houden. Wij hadden alle stukken klaar liggen om aan de leden te sturen dan wel te mailen, maar helaas het kon niet doorgaan. Ik beloof u dat, zodra het weer mogelijk is om de ALV te houden, de leden de stukken twee weken voor de vergadering binnen hebben.

De verkoop en het afsteken van vuurwerk is ook dit jaar verboden. Mocht u naar een vuurwerkshow, dan wensen wij u veel plezier.

Ik groet u.

Ron Derogee
voorzitter



Uw makelaar in de Stevenshof!

**Prestatiegerichte courtage
No Cure No Pay
Dat werkt!**

VERKOOP

-

AANKOOP

-

TAXATIES

www.werkmakelaardij.nl

Annie Romeinsingel 148 te Leiden
(tegenover NS Station De Vink)

Bel voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek.

Tel: 071 740 00 04



VAN DE BESTUURSTAFEL

Nieuwe wijkregisseur

Wist u dat wij in de Stevenshof een nieuwe wijkregisseur hebben? Haar naam is Mirjan van der Blom. Wij hebben als bestuur al kennis met haar mogen maken, en dat was een prettige ontmoeting.

Fietspadennetwerk

Op maandag 1 november zijn wij met een delegatie van de PvdA, door onze wijk gefietst. Wij hebben hen een aantal knelpunten in het fietspadennetwerk van de Stevenshof laten zien, en hen gewezen op andere zaken die spelen in de Stevenshof. Wij hopen dat dit er toe bijdraagt dat de politiek er zich weer bewust van wordt dat er ook nog een Leiden buiten de singels bestaat.

Wat de knelpunten in het fietspadennetwerk betreft hopen wij dat deze snel verholpen gaan worden. De ambtenaar die er mee bezig was is weg bij de gemeente en wij gaan er vanuit dat zijn opvolger snel aan de slag gaat met de verbetering van het fietspadennetwerk in onze wijk.

Verkiezingen Maart 2022

Ook in 2022 is de Wijkvereniging van plan om een Politiek Debat voor de Gemeenteraadsverkiezingen te organiseren. Uw kans om vragen te stellen aan kandidaten van de diverse partijen. Wat gaan de partijen doen voor de Stevenshof en haar bewoners?

Wilt U meehelpen? Meld u dan aan via info@wijkraadstevenshof.nl

Rijnlandroute-Biodiversiteitsimpuls groene zone tussen weg en wijk

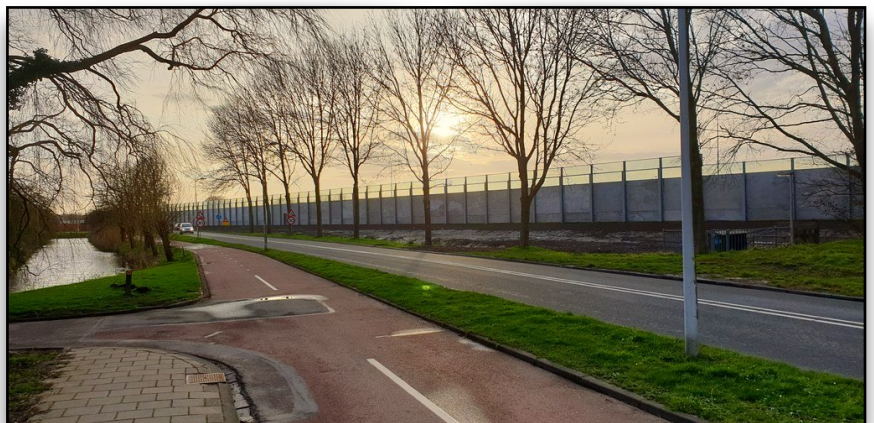
Naar aanleiding van een door de Leidse Gemeenteraad unaniem aangenomen raadsmotie (van 2 jaar geleden) hebben onze Werkgroep leden Frank, Jan en Henk recent een eerste ambtelijk gesprek gehad over onze voorstellen voor een versterking van de kwaliteiten van de groene polderstrook tussen de N434 en de stadsrand van de Stevenshof. Dit ten behoeve van een gezamenlijke zoektocht van Gemeente en Wijkvereniging naar groencompensatie voor het permanente leefbaarheidsverlies voor de bewoners van de Stevenshof vanwege de Rijnlandroute.

Onze inzet : VEE EN BLOEMRIJK GRASLAND AAN DE RAND VAN DE STEVENSHOF!

Groencompensatie Hadewychlaan / Geluidsscherm:

Na lang wachten is er eindelijk uitzicht op herstel van de groenrand langs de Hadewychlaan. Wij hebben als wijkvereniging met steun van omwonende André veel commentaar geleverd op de eerste ontwerpen. Na diverse gesprekken met Comol5, Provincie en Gemeente Leiden ligt er nu een aangepast plan. Dit plan heeft als belofte dat binnen 1 jaar het geluidsscherm vrijwel uit beeld is door hoge bomen, struiken, etc. De aanplant staat gepland voor komend plantseizoen (1e kwartaal 2022).

Wij als wijkvereniging blijven een en ander monitoren!



Uw foto op de voorpagina van PolderPraat 142?

Deze keer hebben wij ontzettend veel mooie foto's mogen ontvangen. Hartelijk dank hiervoor Carla Schuurmans, Franny Slingerland, Hanneke van Barneveld, Hannie Rosheuvel, Jos Schohaus en Leo Eijkemans. Jullie hebben het ons ontzettend moeilijk gemaakt. Onze keuze is gevallen op de foto van Franny Slingerland.

Voor PolderPraat 142 zijn wij op zoek naar lentefoto's. Dus, duik in uw archief en stuur uw mooiste foto's naar de redactie: polderpraat@wijkraadstevenshof.nl

Redactie PolderPraat

Graag willen wij u voorstellen aan Gwen van Egmond. Zij is 16 jaar en heeft ons gevraagd of zij mee mag schrijven in de PolderPraat. Haar eerste artikel vindt u in dit blad. Van harte welkom, Gwen.

GEEN BROOD!



We worden ons steeds bewuster van de dingen om ons heen. Wij rijden steeds vaker in elektrische auto's en kiezen vaker voor een vegetarische maaltijd. Maar waarom zijn er dan nog steeds mensen die eenden brood voeren?

Brood bevat weinig essentiële voedingsstoffen, veel koolhydraten, gluten, zout en verschillende schadelijke stoffen zoals glucose-fructosestroop en antinutriënt fytynezuur. Deze stoffen zijn uiteraard niet gezond voor eenden of andere watervogels. Doordat ze regelmatig brood eten, leven ze maximaal 2 – 3 jaar. Terwijl ze wel 15 jaar kunnen worden!. Restjes brood trekken ook ongedierte aan, zoals ratten, die ziektes kunnen verspreiden. Andere restjes brood lossen op, waardoor blauw-

alg kan ontstaan. En dat is dan weer slecht voor onze gezondheid. Rottend / beschimmeld brood is het ergst. In het brood kunnen giftige botulisme-bacteriën groeien. Als eenden dat binnen krijgen, raken zij verlamd en sterven ze.

Mag je eenden dan helemaal niet meer voeren?

Natuurlijk wel. Je mag eenden doperwten, maïs, gewassen sla, haver, graan of restjes rijst voeren. Er bestaat ook speciaal eendenvoer (eendenkorrels) die te koop is in de meeste dierenspecialzaken. Ander ongezond voedsel, zoals crackers of biscuits, kun je ook beter thuis laten liggen. Het beste is als ze alleen in de winter gevoerd worden, of wanneer ze kleintjes hebben. Zo voorkom je dat de "lui" worden en niet meer zelf naar eten op zoek gaan. Mijn laatste tip: voer vooral niet te veel, en probeer het meeste voedsel op de kant te strooien.

Gwen van Egmond.



Gebr. ANIBA vof

Gevelrestauratie,voegwerken

0624621776-0655833098

voegbedrijfvaniba@hotmail.com

COMMISSIE STADSWARMTE

Op het gebied van stadswarmte gebeurde er dit najaar veel. Begin september vond er een wijkgesprek plaats over de omschakeling naar een aardgasvrij Leiden. Half oktober besloot de Rotterdamse gemeenteraad de stekker te trekken uit het Rotterdamse warmtebedrijf. Een paar weken later werd de concept transitievisie warmte door de gemeente Leiden ter inzage gelegd. In dit artikel praten we u over alledrie de onderwerpen kort bij.

Wijkgesprekken over energietransitie

In september en oktober organiseerde de gemeente wijkgesprekken over de energietransitie. Op locaties door heel de stad gingen inwoners en ondernemers met elkaar en de gemeente in gesprek over de mogelijkheden en consequenties voor Leiden om aardgasvrij te worden. Bewoners van de Stevenshof werden met een brief uitgenodigd om aan het gesprek op 9 september bij de Haagse Schouw deel te nemen. Ondanks dat de brief laat was verstuurd, was er een redelijke groep wijkbewoners aanwezig op de avond. Wilt u nalezen wat er besproken is, klik dan op:

<https://magazine-on-the-spot.nl/leiden/wijkgesprekken-tvw/stevenshof>.

Vanaf eind november staat er een Q&A op www.gagoed.nl/energietransitie met vragen en antwoorden die tijdens de wijkgesprekken aan bod kwamen.

Gemeente Rotterdam trekt stekker uit Warmtebedrijf

Door het besluit van de gemeenteraad van Rotterdam is de aanleg van een warmtetransportleiding vanuit Rotterdam naar Leiden zeer onzeker geworden. Daar is wisselend op gereageerd. Vattenfall gaf in een reactie aan dat de levering van stadswarmte gewaarborgd is en dat bewoners in Leiden niet in de kou zullen komen te zitten. Zowel Vattenfall als de gemeente Leiden benadrukken dat er nog wel gesprekken worden gevoerd of met andere partijen de warmtetransportleiding toch realiseerbaar is. De stuurgroep energietransitie Houtkwartier gaf juist aan dat het wegvallen van de Rotterdamse warmteleiding een kans is voor echte duurzaamheid in de Leidse regio. Zij pleiten ervoor om alles in te zetten op lokale verduurzaming om te komen tot een Leids energie-netwerk. De commissie stadswarmte deelt dat standpunt.

Transitievisie warmte

Op 19 oktober ontving de commissie stadswarmte van de wijkraad Stevenshof de concept transitievisie warmte van de gemeente. De commissie stadswarmte heeft samen met het bestuur van de wijkraad, energiecoaches en enkele wijkbewoners daar in november een reactie – een zienswijze - op geschreven. Na het wijkgesprek in september verwachtten wij dat de transitievisie warmte een goed leesbaar document zou zijn. Ook gingen we er vanuit dat op belangrijke punten de visie overeen zou komen met de bewonersinformatie die gegeven is. Bij het doornemen, bleek echter dat de visie een lang onleesbaar document was van 70 pagina's. Een leeswijzer voor inwoners of een overzicht wat de visie betekent per wijk, ontbraken. Ook zijn bewonersvragen die tijdens het wijkgesprek zijn gesteld, nog niet in de visie verwerkt.

Een ander opvallend punt is dat tijdens het wijkgesprek gesproken is over middenwarmte voor de Stevenshof. Dat betekent geen of nauwelijks aanpassingen in de woning. In de visie die er nu ligt wordt echter gesproken over lage temperatuurwarmte. Daarvoor zijn wel aanpassingen in de woning nodig. In de visie wordt ook niet onderbouwd waarom voor de Stevenshof als enige Leidse wijk deze keuze wordt gemaakt.

In een volgende versie van de transitievisie warmte verwachten wij dat de gemeente:

De keuze voor lage i.p.v. midden-temperatuur onderbouwd, aantoont dat dit leidt tot milieuwinst en gelijkblijvend comfort, en dat het bovenal betaalbaar is.

Geen onzekere vertrekpunten (zoals de restwarmte uit Rotterdam) opneemt en de visie aanpast op de recente ontwikkelingen voordat deze vastgesteld wordt.

Keuzevrijheid voor warmteleveranciers ook voor de bewoners van de Stevenshof mogelijk maakt.

De bestrijding van energiearmoede zoals gestart in andere wijken uitbreidt naar de Stevenshof.

Een kostenraming van de energietransitie opneemt en onderdeel maakt van de vervolgesprekken.

De volledige tekst van de zienswijze is te vinden op de website van de Wijkraad Stevenshof www.wijkraadstevenshof.nl De commissie stadswarmte blijft het vervolgproces om tot een door de raad vastgestelde transitievisie warmte te komen nauwlettend volgen.

Wilt u ook actief meedenken over de warmte- en energietransitie in onze wijk, mail dan naar

commissiestadswarmteshl@gmail.com



Niet alleen eten heeft direct invloed op het gewicht. Ook andere leefgewoonten, zoals bewegen, roken, alcohol en ontspanning (B R A V O), zijn hier direct aan gekoppeld. Zo zien we het gewicht nu niet meer als optelsom van alle calorieën, die je binnen gekregen of verbrand hebt. Dat kan het veranderen van het gewicht lastiger maken, omdat deze dingen met gedrag te maken hebben. Gedrag veranderen kost moeite en gaat niet vanzelf. We kunnen samen kijken welke onderdelen bij jou een rol spelen. Alvast op ontdekkingstocht? Doe de gratis test op mijnpositievegezondheid.nl

Eten houdt iedereen bezig en is gekoppeld aan veel dingen, zoals sociale gelegenheden, aandoeningen, werk en financiële situatie. Emotie loopt hier als een rode draad doorheen. Hier gaat het vaker over in het spreekuur van de diëtiste dan eten. Als de omstandigheden goed zijn, gaat het eten vaak vanzelf beter. Wilt u een afspraak maken bij de diëtiste, kijk dan op gcstevenshof.nl/dietist/

Wat kan de leefstijlcoach voor u doen? Sinds vorig jaar zijn er 3 leefstijlcoaches in de wijk Stevenshof. Zij organiseren een apart leefstijl-programma van 2 jaar. Het doel is om in deze periode een andere “mindset” (manier van denken) te verkrijgen met betrekking tot voeding, beweging, stress, ontspanning en slapen. De naam ‘coaching’ is niet voor niets: je gaat zelf aan de slag om je leefstijl te veranderen; de coach helpt je om dat op een manier te doen die precies bij je past. Het is in groepsverband, om zo te leren van anderen, maar ook om te delen waar je tegenaan loopt.

Via je huisarts kan je een verwijzing krijgen als je BMI boven de 25 ligt en je een risico hebt op hart-en vaatziekten of diabetes. In de Stevenshof gebruiken we het COOL-programma (COaching Op Leefstijl), zie rijncoepel.nl/gezondleveniscool/

Wat kan academische apotheek Stevenshof voor u doen? Apotheek Stevenshof adviseert u graag over uw medicijnen en het gebruik ervan. De apotheek wil daarnaast een plek zijn waar u terecht kunt met al u vragen over uw gezondheid en helpt u graag op weg bij het verbeteren van uw leefstijl in samenwerking met de andere zorgverleners in de wijk. In 2022 zal de apotheek volop aandacht geven aan een gezonde leefstijl..

U kunt bij ons bijvoorbeeld terecht voor een diabetes-risicotest. Graag vullen we samen met u een vragenlijst in om te kijken of u een verhoogd risico heeft op diabetes. Als dat zo is kunnen we ook uw bloedsuiker bepalen en afstemmen met uw huisarts.

Het kan ook zijn dat u bepaalde medicijnen gebruikt voor hoge bloeddruk, cholesterol of diabetes en u zich afvraagt of u dat moet blijven slikken. Het blijkt vaak mogelijk om met een gezonde leefstijl te minderen met medicijnen. Apotheek Stevenshof gaat nauw samen werken met de leefstijl coaches in de wijk die het COOL-programma aanbieden om uw leefstijl te verbeteren. Als dat goed gaat kan de apotheker in samenspraak met uw huisarts en/of praktijkondersteuner kijken of minder medicijnen mogelijk zijn. De apothekersassistente kan u ook vertellen of u voor zo’n programma in aanmerking komt.

Het kan ook zijn dat u hele andere medicijnen gebruikt die bijwerkingen hebben waardoor het veranderen van uw leefstijl lastiger wordt zoals bijvoorbeeld bij medicijnen tegen depressie.

U kunt terecht met al deze vragen aan de balie in de apotheek terecht, maar u kunt natuurlijk ook bellen of u e-mailen. Via de website academischeapotheekstevenshof.nl kunt u een afspraak maken voor een gesprek met een apotheker.



Stevenshof Vitaal! Gezondheidsproblemen zijn vergelijkbaar met problemen rondom klimaatverandering, alleen gaat het hier om het klimaat in uw eigen lichaam. En net als bij het klimaat is het moment nu om daar iets aan te doen: voor u zelf, maar ook vanwege de toenemende druk op de zorg in de komende jaren. En u woont in de juiste wijk hiervoor! In het project **Stevenshof Vitaal** staat ook de leefstijl centraal: zie stevenshofvitaal.nl en kijk bij de Initiatiefgroep Voeding en Beweeglint.

Wijksamenwerkingsverband Stevenshof

Huisartsenpraktijk Stevenshof Eekhof, Schuurig, Bakker en van der Spruit

Huisartsenpraktijk op 11 (voorheen Zaaijer, Zaaijer en Hensing)

Academische apotheek Stevenshof

Fysiotherapie Stevenshof

Susanne Berbée, diëtiste

INITIATIEFGROEP GEZOND OPGROEIEN

Als onderdeel van Stevenshof Vitaal richt de initiatiefgroep Gezond Opgroeien zich op kinderen, jeugdigen én hun opvoeders in de wijk. Professionals van SOL, Includio, het Centrum voor Jeugd en Gezin en een kinder- en jongerencoach werken samen in deze groep.

Het jonge kind

Voor het jonge kind zijn we op zoek naar ouders die mee willen denken. Wat valt hen op, wat werkt er goed en waar is juist nog behoefte aan in de wijk? Samen kunnen we initiatieven en plannen uitwerken. Samenbrengen met de andere initiatiefgroepen waar nodig.

Jongeren

Voor de jongeren (12 tot en met 15) in de wijk wordt er gewerkt aan een jongerenraad. Op deze manier kunnen zij hun behoefte uitspreken. In december wordt een aftrap hiervoor verzorgd met een kickboks clinic. Hou de Instagram @buurtsportcoach_achraf in de gaten voor updates van de activiteiten.

Zowel voor ouders van jonge kinderen als voor jongeren geldt:

Wil jij maandelijks meepraten over alles wat er bij Gezond Opgroeien in de Stevenshof komt kijken? Meld je dan aan! Stuur een e-mail met naam en telefoonnummer naar:

gezondopgroeien@stevenshofvitaal.nl



VERKAMERING IN DE WIJK?

Dan denk je als Stevenshofbewoner: ver van mijn bed. Maar schijn bedriegt. Steeds verder rukt de verkamering in Leiden op naar alle stadsdelen. Ook naar onze wijk. De gemeente geeft nu voorlopig geen vergunningen meer af om woningen op te delen. Dat is geen heldendaad, maar geboren uit eigen schuld dikke bult. Door jarenlang ongebreideld toelaten van opdeling liep de overlast door voornamelijk studenten de spuigaten uit. Die overlast varieert van een berg fietsen voor de deur tot diep in de nacht luidruchtig feestten, disputen en toenemende vervuiling, maar in hogere mate aantasting van de leefbaarheid. Politie en andere terzake doende overheidsinstanties doen er, behalve aanbellen en vragen of het wat minder kan, geen reet aan. U moet bij de politiek zijn. U vraag zich natuurlijk af, hoe weet jij dat nou? Wel, ik mag mij een ervaringsdeskundige noemen. Wij kregen bij onze toenmalige woning aan een der singels rechts van ons 5 dames, die na het dorpsse onbenulbestaan binnen 1 week El Cid (bij ons in de buurt toen El Shit genaamd) de feestelijke studenten stadsbeleving doorkregen, enige tijd later ter zijde gestaan door 5 heren die aan de linkerzijde van ons hun intrek namen. Ik kan u verzekeren dat je die strijd verliest, en er uiteindelijk voor kiest om te verhuizen vanwege een onleefbare situatie. Maar ter zake: de gemeente deelt de stad op in wijken die een x-aantal verkameringswoningen toestaat. Dat is een aanzienlijk aantal. Voor onze wijk is dat 5%, want wij zijn een randwijk. De Raad van State verklaarde onlangs de lokale beperkingen voor woning-splitsing ongeldig, omdat de rechterlijke macht vindt dat leefbaarheid uit de regelgeving gehaald moet worden. Nu heeft de rechterlijke macht zoals u weet met de Toeslagenaffaire ook weer prima gescoord. Nota bene juist de belangrijkste reden waarom verkamering ingedamd moet worden. Dat is de reden waarom Leiden op de pauzeknop drukt. Immers, dat betekende dat het verkameringsbeleid ook voor de gemeente Leiden dus onverbindend is, met als gevolg: koop op en verkamer naar hartenlust. Althans van toepassing op de koopwoningen. Toch woon je hier, zeker voor wat betreft leefbaarheid, tot nu toe in een mooie wijk. Ja, azijnpissers heb je overal, maar wij zijn tevreden over onze huidige woonsituatie. Volgens mij vindt een merendeel van de wijkbewoners dat ook. Dat kan plotseling veranderen, ook voor u, als de pauzeknop weer wordt ontgrendeld en leefbaarheid ook in de nieuwe, nog door de Tweede Kamer goed te keuren regelgeving, niet is gewaarborgd. Spoedig zullen dan de eerste studieballen, na een driftige verbouwing na opkoop van een belegger, zich als uw nieuwe burens melden. De huidige politiek vindt dat Leiden een kennisstad is, waarbij studenten voor levendigheid zorgen. Die levendigheid ervaren veel reguliere bewoners als overlast. Ik hou u op de hoogte van de ontwikkelingen.

Kees van der Kaay



Deze rubriek gaat over mensen die in de Stevenschhof wonen en die een speciale hobby, sport of beroep hebben. Kent u een dergelijke Stevenschhof bewoner of bent u er zelf een en u wilt dat er aandacht wordt besteed aan de hobby, sport of het beroep van uzelf of een ander, mail dat dan naar onze redactie. In dit nummer:

POSTZEGELS VERZAMELEN, DE HOBBY VAN:

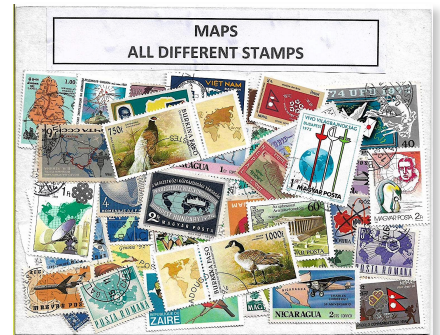
Naam : Jan Willem Bron
 Leeftijd : 60
 Burgerlijke stand : Getrouwd met Helma, 2 uitwonende kinderen, Saskia 32 en Remco 30 jaar
 Stevenschhof : Woont sinds 1986 in de Stevenschhof
 Huisdieren : Aquarium met discusvissen
 Andere hobby's : Verzamelt alles wat met de 17e eeuwse Leidse schilder Jan Steen te maken heeft, aquarium, archeologie, fotograferen en hengelsport



Jan Willem heeft altijd veel hobby's gehad. Maar nadat hij arbeidsongeschikt was geraakt, moest hij op zoek gaan naar een "rustige" hobby. Doordat er op vrijdagmiddag in de Stevenschhof een postzegelclub was, koos hij voor het verzamelen van postzegels met afbeeldingen van munten en afbeeldingen van landkaarten. Hij voelde zich meteen op zijn gemak bij de "postzegelvrienden", waar hij op een rustige manier postzegels kon ruilen. Thuis kan hij op zijn gemak de postzegels van zijn verzamelgebieden rustig opbergen. Deze hobby is een stuk goedkoper dan zijn andere hobby's, omdat op dit moment postzegels over het algemeen niet veel meer waard zijn. Voor slechts 5 cent per stuk veranderen de meeste postzegels bij de "Postzegelvrienden" al van eigenaar. Jan Willem heeft het met deze "verrassend leuke hobby" erg naar zijn zin bij de postzegelclub in de Stevenschhof

die elke derde vrijdag van de maand (uitgezonderd juli en augustus) van 14.00 uur tot 16.30 uur een ruilmiddag heeft aan de Dobbedreef 250. Heeft u ook interesse in het verzamelen van postzegels? Er zijn genoeg verzamelgebieden en motieven te bedenken. Kom gezellig vrijblijvend een keer langs of neem contact op met de Postzegelvrienden: telefoon: 071-5766739.

Er zijn al heel wat informatiekanalen beschikbaar voor wie wil beginnen met een postzegelverzameling. Zo is er bijvoorbeeld het postkantoor, de afdeling Philately & Stamps Printing, en over het hele land zijn er ook honderden clubs verspreid. Je kan natuurlijk ook een postzegelhandelaar benaderen of Google raadplegen, maar volgens mij is het eenvoudiger om even contact op te nemen met de "Postzegelvrienden".



OJISUSHI BOWLS & PLANT



Alexandrine Tinneplein 98
 2331 PP Leiden
 071-5790216
 info@ojisushi.nl
 www.ojisushi.nl

Lekkerste sushi uit eigen wijk!

Scan onze QR-code of bestel via ons website voor

10% KORTING



— 皇子 ALEXANDER 酒楼 —
All you can taste Asian flavours

van sushi, Dim Sum tot Thaise curry en meer



VOOR EEN VASTE PRIJS!

Ma-wa-do € 29,50 p.p.
 Vrijdag t/m zondag € 32,50 p.p.
 Kinderen t/m 4 jaar gratis
 Kinderen van 5 t/m 10 € 16,50 p.p.

Voor reserveren en meer informatie
www.alexanderleiden.nl
 Tel: 071-5790216
 info@alexanderleiden.nl

Muziek in de bieb op 9 oktober

Op 9 oktober 's ochtends traden enkele musicerende bewoners van de Maria Rutgersweg op in de bibliotheek van de Stevenshof onder de titel 'De Maria Rutgersweg laat van zich horen'. Het was een zeer gevarieerd concert door zowel jonge als oudere muzikale straatgenoten: Xiapeng Zhou en zijn broer Xiatan Zhou speelden op indrukwekkende manier werken van Einaudi en Bach op piano, Tjores Hermans en vader Marco speelden op blokfluit en trombone leuke stukken van Reimann, Clodomir en Hellbach en Nelleke Ketel, Marianne Mathijssen en Peter van Oosten speelden de prachtige Five pieces for 2 violins and piano van Dmitri Sjostakovitsj.

Het 20-koppige publiek was heel blij met deze culturele activiteit en kijkt uit naar het volgende evenement. De volgende editie van 'Muziek in de Bieb' is op 18 december en biedt dan een podium aan leerlingen van BplusC.

Samen muziek maken op 14 november

Wat was het leuk om met elkaar muziek te maken! Er waren 7 muzikanten en Marijke van der Werf zorgde voor de koffie en thee. Eerst hebben alle aanwezigen voor elkaar voorgespeeld: celloduetten, muziek op viool, piano, dwarsfluit, hobo. Daarna ging het hele gezelschap samen aan het musiceren van bladmuziek die door twee spelers was meegebracht en dat was bijzonder geslaagd! Er zijn nu contacten gelegd om onderling verder afspraken te maken om met elkaar te musiceren. Iedereen kijkt alweer uit naar de volgende samenspeelmiddag. Die is op 16 januari en er zijn nu alweer 6 aanmeldingen!

Werkgroep Kunst en Cultuur



Dierendag op 6 oktober 2021 op de Dierenweide Stevenshof:



Op 6 oktober hebben we dierendag gevierd op de Dierenweide Stevenshof met een middag wol viltten. De regen viel met bakken uit de hemel, maar desondanks kwamen er 4 enthousiaste meiden naar de weide. Onder leiding van Anna Veldhuizen hebben ze zich een hele middag vermaakt met het maken van haarbandjes en bloemen van schapenwol in prachtige kleuren. Zie foto's. De dieren vonden het ook gezellig! Anna, bedankt!



Straatbarbecue

Op 9 oktober werd door een enthousiaste groep bewoners van onze wijk een straatbarbecue georganiseerd. Van Wouter en Katinka van Bommel ontvingen wij bijgaande foto: "De buurt BBQ was een succes afgelopen zaterdag op de hoek van de Louise Hardenbergsingel en het Maria Montessoripad."

Veertig jaar Stevenshof verdient een jubileummagazine

15 september 1982 was een donkere, regenachtige dag. De zon liet zich niet zien. De polder inijkend vanaf de Haagsche schouw zien we bouwverkeer; heimachines, kraanwagens en graafmachines. Midden in de polder is een bouwkeet neergezet. Op deze dag, bijna 39 jaar geleden, werd de eerste paal geslagen van de wijk die Stevenshof is gaan heten.

Ik ben Patty Zoet, tekstschrijver, en samen met fotografe Stefanie Uit den Boogaard vorm ik Stadskwartier Leiden. Wij gaan voor de Stevenshof een prachtig jubileummagazine maken. De Stevenshof is een actieve en sociale wijk waar bewoners trots op mogen zijn. De wijk verdient het om in het zonnetje gezet te worden.

Wij zijn op zoek naar mooie en bijzondere verhalen en plekken in de wijk. Wat mag er absoluut niet ontbreken in het magazine? Laat het ons weten! Alle verhalen, klein of groot, zijn welkom.

Benieuwd hoe het magazine eruit zou kunnen komen te zien? Zoek op Facebook of Instagram naar Merenwijk Magazine. Ideeën en tips kunnen gemaild worden naar de wijkraad: info@wijkraadstevenshof.nl



Terugblik Vitaliteits Festival Stevenshof

Wat een geslaagd Vitaliteits Festival hadden we op 11 september in de Stevenshof! Op het parkeerterrein tussen het Gezondheidscentrum en het Huis van de Buurt was er voor jong en oud van alles te doen. In tal van kraampjes kregen bezoekers informatie over gezondheid en vitaliteit en konden zij kennis maken met verschillende activiteiten in de wijk. Daarnaast was er veel ruimte voor sport en spel, demonstraties en optredens. Ook wethouder Marleen Damen bracht een bezoek aan het festival en kwam ter plaatse meteen in actie. Zo onthulde zij bij de ingang van het Gezondheidscentrum een 'Rookvrij-bord' en reikte zij een zestal prijzen uit in het kader van 'Het jaar van de Tuin'. Alle betrokkenen en bezoekers van het festival: dank je wel!



BplusC zet handtekening onder Stevenshof Vitaal

BplusC is al geruime tijd betrokken bij Stevenshof Vitaal, het programma waarmee bewoners en organisaties zich inzetten voor een gezonde en sociale wijk. Maar een officiële handtekening ontbrak nog. Het Vitaliteits Festival op 11 september vormde een mooie gelegenheid om daarin verandering te brengen.

"Als onderdeel van de Stevenshof zijn we blij met de samenwerking rond Stevenshof Vitaal", aldus BplusC-directeur Willem van Moort bij de ondertekening. BplusC staat voor Bibliotheek plus Centrum voor kunst en cultuur en heeft onder meer een vestiging aan de Trix Terwindtstraat in de Stevenshof. Van Moort zette dan ook graag zijn handtekening op het bord met partners, met daarbij de tekst 'Ja, wij onderschrijven de missie van Alles is Gezondheid en doen mee met Stevenshof Vitaal!'



Ondertekening BplusC Alles is Gezond – Stevenshof Vitaal

Gezondheidscentrum Stevenshof officieel rookvrij gebouw

Het Gezondheidscentrum Stevenshof is voortaan officieel een rookvrij gebouw. Een bord aan de gevel werd daartoe onthuld door wethouder Marleen Damen tijdens het Vitaliteits Festival in de Stevenshof.

"Roken is de grootste vijand voor je gezondheid", vertelde huisarts Just Eekhof bij de onthulling van het bord. "Niet roken is wat mij betreft een van de belangrijkste boodschappen om uit te dragen richting de huidige en volgende generatie. Dat willen we laten zien bij het gezondheidscentrum, waar je in en rondom het gebouw niet mag roken. Je komt hier immers voor je gezondheid. Mensen die willen stoppen met roken zijn natuurlijk wel van harte welkom in het gebouw, zodat we hen kunnen helpen en begeleiden om te stoppen."

Marleen Damen, wethouder Gezondheid, Jeugdzorg en Welzijn van de gemeente Leiden, sprak van 'een mooie nieuwe stap'. "Als gemeente willen we heel graag dat de jeugd rookvrij kan opgroeien. Zeker bij een gezondheidscentrum hoort dat ook. We zijn erg blij met weer een nieuw rookvrij gebouw."



Onthulling bord rookvrij gezondheidscentrum

WIJ ZIJN ER VOOR ALLE FIETSERS!



Met 4 winkels in de regio hebben we een ruime keuze aan nieuwe en gebruikte fietsen!



VAN HULST

www.biketotaalvanhulst.nl

LEIDEN
Stevensbloem 3
T. 071 5316654

DEGSTGEEST
Lijtweg 6
T. 071 5177515

DEGSTGEEST
Geversstraat 43
T. 071 5170600

SASSENHEIM
Kerklaan 57
T. 0252 222550

‘Mooi dat Stevit-deelnemers aan hun gezondheid willen werken’

“Ik hoop dat veel bewoners van de Stevenshof gaan deelnemen aan Stevit”, aldus wethouder Marleen Damen tijdens het Vitaliteits Festival op 11 september. “Een heel mooi project, trots dat wij hieraan bijdragen”, vond ook Ton van Houten, bestuursvoorzitter van Zorg en Zekerheid. Niet alleen zij, maar ook veel andere bezoekers kwamen langs bij de stand van Stevit voor informatie of om hun bloeddruk te laten meten. Roos Guijt had het er maar druk mee. Bezoekers van het Vitaliteits Festival konden bij de praktijkondersteuner van huisartsenpraktijk Stevenshof hun bloeddruk laten meten. Ze kregen er ook uitleg over Stevit, het project waarmee mensen met risico op hart- en vaatziekten aan een gezondere leefstijl werken. Wethouder Marleen Damen en bestuursvoorzitter Ton van Houten van Zorg en Zekerheid toonden ook hun interesse.

“Met de apparatuur in de Stevit Box kunnen deelnemers zelf hun bloeddruk meten, hun gewicht in de gaten houden en stappen tellen”, legde Guijt uit. “Zo worden ze bewust van hun eigen gezondheid. Deelnemers weten bijvoorbeeld of ze meer moeten bewegen of hun medicatie moeten aanpassen. Ik krijg de resultaten van de metingen binnen en houd contact met deelnemers. Maar mensen hebben zelf de regie over hun gezondheid.”

Voorkomen van ziekte

Ton van Houten, bestuursvoorzitter van zorgverzekeraar Zorg en Zekerheid, noemde Stevit ‘een heel mooi project’. “Als Zorg en Zekerheid vinden we preventie een belangrijk aandachtspunt. Er gebeurt veel in de wijk, ook op het gebied van gezondheid en welzijn. Dat is belangrijk, voor de mensen zelf en om de zorg betaalbaar te houden. Het is mooi om te zien dat deelnemers aan Stevit, samen met anderen, aan hun gezondheid willen werken.” Het voorkomen van ziekte is ook volgens huisarts Just Eekhof van groot belang, zo vertelde hij tijdens het Vitaliteits Festival. “Toen ik 25 jaar geleden begon als huisarts in de Stevenshof, was er één frietkraam. Nu zijn er wel zeven plekken waar je fastfood kunt kopen. Er zijn bovendien meer verkooppunten waar je sigaretten kunt kopen dan brood. We zien in onze huisartsenpraktijk veel mensen met een hoge bloeddruk. We kunnen dat tegenwoordig goed meten, net als het cholesterol van mensen. Er zijn zelfs pillen om af te vallen. Heel knap allemaal, maar het is belangrijker dat je ziekte voorkomt. In de Stevenshof proberen we daar met zijn allen iets aan te doen, met Stevenshof Vitaal en Stevit als onderdeel daarvan.”



Stevit: Roos Guijt, Just Eekhof en Ton van Houten

Gezond eten en bewegen

De gemeente Leiden hecht ook veel belang aan initiatieven als Stevit, vertelde de aanwezige wethouder Marleen Damen (Gezondheid, Jeugdzorg en Welzijn). “In Leiden hebben we dit voorjaar het Preventieakkoord ‘Leiden Gezond en Vitaal’ vastgesteld, dat inmiddels door ruim vijftig partijen is ondertekend. Corona heeft Nederland wat dat betreft wel wakker geschud. We zien in dat we veel meer moeten inzetten op gezond eten en bewegen. Maar mensen hebben daarin een eigen verantwoordelijkheid. Ik hoop dan ook dat veel bewoners van de Stevenshof met risico op hart- en vaatziekten gaan deelnemen aan Stevit. Zo houden we de Stevenshof gezond en vitaal.”



Carla Schuurmans



Jos Schohaus



Hannie Rosheuvel



Hanneke van Barneveld

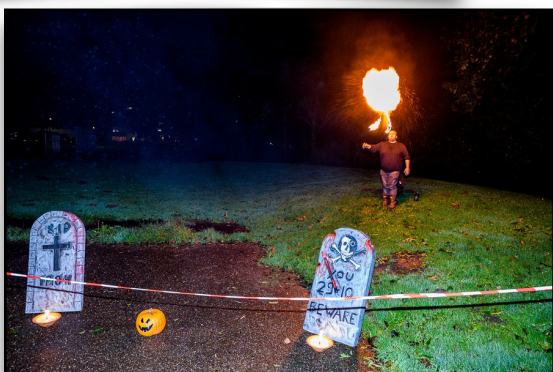
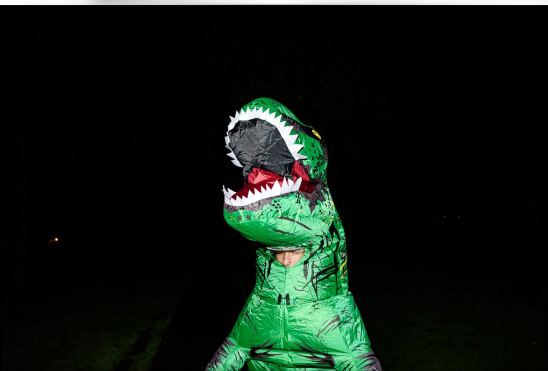


Leo Eijkemans

HALLOWEEN 2021

Hier vindt u een foto/impressie van Halloween. Met dank aan fotograaf Rob van Dullemen voor het ter beschikking stellen van de foto's.

robvandullemen
Pers- en reportage fotografie



Het sprookje van John van der Born met tekeningen van Peter Ham

Het lieve hert van het grote bos

Toen Poppie eenmaal goed op het hert zat, begon het grote kennismakingsfeest met de dieren in het bos. Het hert sprong op en rende door het grote bos. Poppie genoot van alle lieve dieren die hij in het grote bos tegenkwam. Zelfs een heel klein aapje kwam achter hem zitten. "Leuk, leuk", schreeuwde het kleine aapje heel hard. En Poppie schreeuwde net zo hard mee. Na een paar uur rennen en schreeuwen zette het hert Poppie af voor de deur van de woning van Poppenrood. "Hier woont je vader, misschien is hij thuis", zei het hert. Poppie kon niet bij de bel, dus schopte hij drie keer tegen de deur. Boem, boem, boem! Langzaam ging de deur open en Poppenrood kwam tevoorschijn. "Kom binnen", zei Poppenrood, "dan zal ik je naar je slaapkamer brengen." "Slaapkamer?", zei Poppie, "wat is dat?" "Dat zal ik je laten zien", zei Poppenrood, en samen liepen zij de slaapkamer binnen. "Wat is het hier mooi", riep Poppie heel blij. "Ik heb nog nooit een slaapkamer gehad. Is deze kamer echt van mij?" "Jazeker", antwoordde Poppenrood. "Hier mag je iedere keer slapen als je moe bent." "Ik ben echt heel moe", zei Poppie, "ik ga lekker slapen." En al snel droomde de kleine kabouter van het grote bos. En het lieve hert? Dat bracht het kleine aapje terug naar zijn vader en moeder.



Poppenrood en Poppie op het strand

De volgende dag besloot Poppenrood om met Poppie naar het strand te gaan. Poppie vond het geweldig en al snel zocht hij in de schuur van Poppenrood naar een schep en een emmertje. Zingend van: "En we gaan nog niet naar huis" liepen ze met zijn tweetjes naar zee. "Zo, daar staan we dan aan de rand van het grote water", zei Poppenrood. Nog nooit hadden ze zoveel water gezien. Voorzichtig deed Poppenrood zijn mooie schoenen uit. "Zo, die kunnen niet meer nat worden." En netjes zette hij zijn schoenen naast elkaar in het zand. Verschrikt keek Poppenrood naar zijn schoenen. Ze verdwenen heel snel onder het zand. Daarvoor in de plaats kwam een zandkabouter uit het zand tevoorschijn. Eenmaal uit het zand zag Poppenrood dat de zandkabouter zijn mooie schoenen had aangedaan. "Zitten lekker", zei de zandkabouter, en lachend sprong hij de zee in. "Niet doen!", riep Poppenrood, "zo worden mijn mooie schoenen nat!" De zandkabouter deed net of hij niets hoorde en sprong over de ene golf na de andere. Na een poosje kwam de zandkabouter weer uit zee. "Kijk", zei hij, en hij wees naar de schoenen van Poppenrood. Nog nooit had Poppenrood zulke mooie en droge schoenen gezien. "Zijn die echt van mij?", vroeg Poppenrood. De zandkabouter trok lachend zijn schoenen uit en verdween weer onder het zand. Verbaasd keek Poppenrood om zich heen of er nog meer zandkabouters op het strand waren. Maar gelukkig zag hij niemand.



Feest

in de duinen

Ineens zag hij wel een hele grote vogel op hem afkomen. Gezellig ging de vogel naast Poppenrood zitten. "Dag kabouter", groette de grote vogel. "Zullen wij met zijn drietjes naar de duinen vliegen?" "Ik kan niet vliegen", antwoordde Poppenrood, "en Poppie ook niet." "Kom maar op mijn rug zitten", zei de vogel. Dat vonden Poppenrood en Poppie een goed idee, en zo vlogen zij samen met de grote vogel naar de duinen. In de duinen was een groot feest. Op een hoog duin speelde Jan Klaassen op een accordeon. De muziek klonk zo vrolijk, dat er steeds meer zandkabouters uit het zand tevoorschijn kwamen. De ene zandkabouter was nog vrolijker dan de andere. Plotseling speelde Jan Klaassen "Lang zal ze leven ...", en de zandkabouters zongen steeds harder mee. Naast Jan Klaassen stond een prinsesje te zwaaien. Op haar truitje stond geschreven: "Ik ben jarig". Eén van de zandkabouters liep met een cadeau naar haar toe. Nieuwsgierig pakte zij het cadeau uit. Er kwam een heel klein paardje tevoorschijn. Het prinsesje zette het paardje op de grond, en direct werd het groter en groter en groter. Eenmaal uitgegroeid ging het prinsesje erop zitten. "Ik ben blij, ik ben heel blij", riep ze heel hard, en rustig liep het paard door de duinen. Plotseling stond het stil. Uit het zand kwam de koning van de zandkabouters. In zijn handen had hij een groot cadeau voor het prinsesje. Maar wat er in dat cadeau zat, dat vertelt zij de volgende keer.



Wordt vervolgd.