

# POLDERPRAAT

wijkblad voor de Stevenshof

No: 144 HERFST 2022



Uitgebloeide artisjok: Jan Poels



**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 gebruiksadvies.**

**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: Cornelia van Arkelstr. 19, 2331 LZ Leiden of posten in de brievenbus in de hal van het buurthuis.**



Heb je al een tijdje last van een pijnlijke arm, nek, schouder of (onder)rug? Ervaar je vermoeidheid of spanning in je lijf door stress, burn-out klachten of een whiplash?

Alexander Techniek helpt jou overbodige spierspanning te verminderen, je balans te vergroten en je coördinatie te verbeteren, waardoor klachten afnemen en worden voorkomen.

Alexander Techniek moet je ervaren!

Je bent van harte welkom voor een gratis proefles.

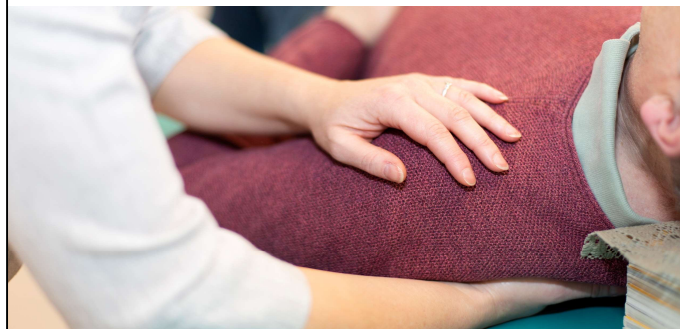
tel. 06 45281908

contact@atalwine.nl

www.atalwine.nl

Gezondheidscentrum Stevenshof

Theda Mansholtstraat 7F kamer 2.14, 2331 JE Leiden



**Colofon**

redactie: • Peter Ham en Bep Corba

Opm./DTP: • Thomas van Schaik

Druk: • Tipoprint

Oplage: • 4.200 exemplaren

Adverteren: info bij de redactie.

Nr. 145 verschijnt eind december 2022 .

Kopij: inleveren voor 28 november 2022 bij de redactie, bij voorkeur via e-mail:

FOTO'S APART EN IN JPG AANLEVEREN,

TEXT: MAX. 700 WOORDEN,

[polderpraat@wijkraadstevenshof.nl](mailto:polderpraat@wijkraadstevenshof.nl).

Of via de postbus van de Wijkraad in het buurthuis.

**Afhaaladressen:**

Huisartsen praktijk op 11,

Huis van de buurt,

Gezondheidscentrum en Bibliotheek.

Wijkraad Stevenshof secretariaat:

Cornelia van Arkelstr. 19, 2331 LZ Leiden

Tel.: 06-24651000 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
- Hoofdpijnlachten

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 VICE VOORZITTER

Beste lezers,

Op het moment dat ik dit voorwoord schrijf is de schoolvakantie periode voor ons net achter de rug. Ik hoop dat u een fijne vakantie heeft gehad.

Ook politiek, bestuurlijk Leiden is weer terug van zomerreces. Vlak voor de zomer hebben wij de digitale presentatie van de plannen voor de autoluwe binnenstad gevolgd. Onze zorgen waren met name gericht op bereikbaarheid met Openbaar Vervoer en via veilige fietsroutes.

Maar de presentatie leverde nog een nieuwe uitdaging op!

Door delen van de binnenstad autoluw te maken, zouden tientallen andere plekken in Leiden drukker worden. Ook bij ons in de Stevenshof: De Stevenshofdreef! Onze rotonde's zouden dan omgevormd moeten gaan worden naar kruisingen met verkeerslichten om het verkeer goed te kunnen verwerken. Het zijn op dit moment nog plannen waar de Gemeente nog verder mee aan de slag moet. Juist voor ons de kans om in te springen. Wij zoeken vrijwilligers voor onze nieuwe werkgroep/ commissie Bereikbaarheid. Om samen te kijken wat wij – als Stevenshofbewoners - belangrijk vinden met betrekking tot onze bereikbaarheid (fiets /OV / auto). Vervolgens willen wij onze zorgen en wensen naar de Raad te brengen, zodat de Gemeenteraad hoort en ziet wat wij willen met betrekking tot de bereikbaarheid van onze wijk, zodat de politieke partijen dit kunnen meenemen in hun verdere besluitvorming.

Wil je meedenken/helpen ? Mail dan naar ons secretariaat: [info@wijkraadstevenshof.nl](mailto:info@wijkraadstevenshof.nl)

Wij gaan graag met u in gesprek!

Voor nu wens ik u veel leesplezier met deze nieuwe Polderpraat.

Henk Osinga  
Voorzitter (a.i.)



**Uw makelaar in de Stevenshof!**

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

**VERKOOP**

-

**AANKOOP**

-

**TAXATIES**

**[www.werkmakelaardij.nl](http://www.werkmakelaardij.nl)**

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

Bel voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek.

**Tel: 071 740 00 04**

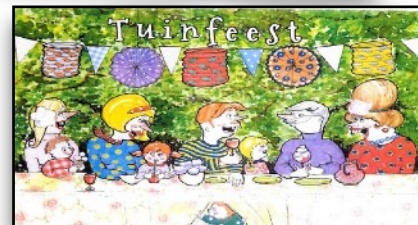


## GESLAAGD TUINFEEST DOBBEGAARDE



Zaterdag 13 augustus was er het jaarlijkse tuinfeest bij sociëteit De Dobbegaarde. Een 40-tal bewoners had zich gemeld voor de bingo, met daarna een loterij met leuke prijzen. Na deze onderdelen volgde het warm en koud buffet, dat prima in de smaak viel. Al met al een evenement dat – heel terecht – jaarlijks plaatsvindt. De sfeer was zeer gezellig, en de organisatie was – zoals gewoonlijk – perfect.

Kees van der Kaay.



## STRAATBARBECUE BEWONERS-VERENIGING GERDA BRAUTIGAMSINGEL 2022.

Een goed traditie verdient instandhouding. Daarom was iedereen blij dat het ook dit jaar weer is gelukt om het jaarlijkse festijn weer op de agenda te hebben. Een gezellige manier om oude bekenden en nieuwe buurtbewoners in een ontspannen sfeer te ontmoeten. Het weer werkte natuurlijk goed mee, dat kan niet anders na zo'n warme zomer.

De formule is prima: tent, banken, tafels etc. worden geregeld door de trouwe club regelaars, ieder neemt zijn eigen natje en droogje mee.

Naast het gebruikelijk vlees en de nodige salades, was er ook een ruime keus aan vegaspul.

Op naar de volgende versie, met dank voor de ondersteuning van de Wijkraad en de gesponsorde statafels.



## GROENEDAKENLEIDEN



**Dit jaar krijgt u €25 per m<sup>2</sup> subsidie bij de aanleg van uw groendak**

De gemeente Leiden stelt subsidie beschikbaar voor de aanleg van uw groendak.

Een groendak is goed voor het milieu, werkt verkoelend, helpt tegen wateroverlast bij hoosbuien en weert meeuwen. Een groendak draagt dus bij aan een gezondere leefomgeving. En het ziet er ook nog prachtig uit. Groene Daken Leiden realiseert samen met inwoners zoveel mogelijk groene daken en ontzorgt inwoners én bedrijven bij zowel de subsidieaanvraag als bij de realisatie.

Kijk op onze site wat de voordelen en mogelijkheden van groene daken zijn en hoe u kan meedoen.

Ga naar: [www.groenedakenleiden.nl](http://www.groenedakenleiden.nl)



## VAN DE BESTUURSTAFEL

In PolderPraat 143 hebben wij u bijgepraat over onderwerpen waar het bestuur van de wijkvereniging zich mee bezighoudt. Ook hebben wij aangegeven dat wij op zoek zijn naar versterking van het bestuur, de commissies en de werkgroepen. Op onze oproep hebben wij helaas geen reacties ontvangen.

### “Veel handen maken licht werk”

Verenigingswerk staat of valt met de beschikbaarheid van vrijwilligers. Ook bij de wijkvereniging.

Door het instellen van werkgroepen in plaats van één evenementencommissie hebben wij ervoor kunnen zorgen dat niet al onze activiteiten op het bordje van steeds dezelfde vrijwilligers terecht kwamen. Dit betekent, dat iedere werkgroep nu zijn eigen activiteit organiseert, en andere werkgroepen ondersteunt waar dat nodig is.

Mede gezien de ontwikkelingen rondom onze wijk heeft de wijkvereniging besloten een nieuwe commissie in het leven te roepen: Bereikbaarheid. De komst van een milieustraat, de aanpassing van het verkeersplein bij De Groote Vink, maar ook de discussie over de verkeersafwikkeling in het noordelijke gedeelte van de Morsweg gaan de bereikbaarheid van onze wijk verslechteren. En we willen niet dat de wijk opnieuw dichtslibt.

### Hoe nu verder

Vrijwilligerswerk is vrijwillig, maar nooit vrijblijvend. Dat realiseren wij ons terdege. Toch is het altijd gelukt om wijkbewoners aan ons te binden, omdat zij hart hebben voor de wijk. Het merendeel van de bestuursleden heeft dit altijd naast hun eigen baan gedaan, in hun vrije tijd.

Wij zijn dus dringend op zoek naar een voorzitter, en naar bestuursleden, commissieleden en leden voor de werkgroepen. Hecht u belang aan een wijkvereniging in de Stevenshof – die bij politiek Leiden bekend staat om zijn vasthoudendheid als het gaat om de belangen van de Stevenshof – en aan het voortbestaan van de wijkvereniging, neem dan contact met ons op: [info@wijkraadstevenshof.nl](mailto:info@wijkraadstevenshof.nl)

Wij gaan graag in gesprek met u. En zoals hierboven al gezegd: “Veel handen maken licht werk”.

### Algemene Ledenvergadering

In de Algemene Ledenvergadering van 5 april is aan de aanwezige leden van de wijkvereniging het voorstel voorgelegd om de contributie voor het lidmaatschap met ingang van 1 januari 2023 te wijzigen. Het voorstel werd met volledige meerderheid van stemmen goedgekeurd. Dit betekent, dat de degenen die vanaf 1 januari a.s. lid worden van de wijkvereniging € 10,00 contributie per jaar betalen, ongeacht de samenstelling van het huishouden.

### Uw foto op de voorpagina van PolderPraat 145?

Voor PolderPraat 145 zijn wij op zoek naar uw mooiste winterfoto's. Misschien wat vroeg, zult u denken, zeker na deze warme zomer. Maar u heeft in uw foto-archief vast wel mooie foto's die de moeite waard zijn om op de voorpagina te plaatsen. Stuur deze naar [polderpraat@wijkraadstevenshof.nl](mailto:polderpraat@wijkraadstevenshof.nl) Als er ruimte is plaatsen wij zoveel mogelijk van de ingezonden foto's.

Voor deze PolderPraat hebben wij gekozen voor de foto van Jan Poels: een uitgebloeide artisjok langs de Veenwatering in de Stevenshof, genomen in de herfst van 2021.

### Openbaar Vervoer

Sinds Januari 2022 is de dienstregeling van bus 1-2 en bus 3-4 verslechterd. Oorzaak: corona/minder reizigers.

Nu alle coronabeperkingen zijn opgeheven, hebben wij recentelijk Arriva Nederland gevraagd om de situatie van voor corona te herstellen. Dit verzoek hebben wij ook gedeeld met de Gemeente Leiden en de Provincie Zuid Holland. Deze laatste is “Opdrachtgever Openbaar Vervoer Concessie.” Een en ander is na te lezen in het Leidsch Dagblad van 31 augustus jl.

Wij zijn benieuwd naar de reactie van Arriva Nederland, en zullen u van verdere ontwikkelingen op de hoogte houden.



## WAT ZIT ERIN?

Dat was de vraag op het jaarfeest bij de Stevenshofvitaal-kraam. Ingrediënten raden van het gerecht, een salade onder de stolp. Een eenvoudig recept, vooral voor degene die dit recept eerder al hebben opgemerkt als Stevenshofvitaalweekrecept. De ingrediënten moest je opschrijven op een briefje en samen met je naam en telefoonnummer opgevouwen in de kartonnen doos doen.

En dan hopen op de prijs, een cadeaubon van Albert Heijn.

De prijsuitreiking was door omstandigheden pas 7 juli j.l. De ingevulde briefjes waren goed gecontroleerd en er waren drie personen die alle gerechten geraden hebben. Uit deze drie winnaars is de echte winnaar getrokken. Zij ontving de eerste prijs, een AH-bon ter waarde van € 20,00, genoeg om voor 4 personen de ingrediënten te kunnen kopen om het gerecht helemaal te kunnen bereiden.

Om welk recept het ging? De zomerse salade met witlof, avocado en aardbei. (<https://stevenshofvitaal.nl/wp-content/uploads/2022/07/2021-week-33-Zomerse-salade-met-witlof-avocado-en-aardbei.pdf>).



Naast deze heerlijke salade staan er

in het Stevenshofvitaalreceptenarchief nog meer salades en recepten die smakelijk en gezond zijn.

Elke week is er een Stevenshofvitaalweekrecept. Bij de ingang van de AH, naast of nabij de geldautomaat is dit recept te vinden. Met het fotograferen van de QR-code opent direct de pagina waarop wordt uitgelegd welke ingrediënten en hoe het gerecht te maken.

Heb je zelf ook een lekker recept, deel het met ons, zodat wij het archief kunnen uitbreiden.

Hannie Piels

# Gebr. ANIBA vof

## Gevelrestauratie, voegwerken

0624621776-0655833098

voegbedrijfvaniba@hotmail.com



## STEVENS HOF 40 JAAR.



met organisaties en instanties in de wijk. Enthousiaste plannen werden gemaakt, er kon gestart worden. Elke organisatie en instantie kreeg de vrijheid om een eigen deel van het wijkfeest in te vullen. Uiteraard werd de wijkvereniging van alle vooreringen op de hoogte gehouden. Helaas bleek al heel snel, dat ons enthousiasme moest worden bijgesteld. De uitvoering van de plannen hangt namelijk direct samen met de beschikbaarheid van vrijwilligers. En daar bleek een groot tekort aan te zijn.

De eerste afzegging kwam in maart: niet voldoende vrijwilligers beschikbaar.



Dat betekende dat de plannen moesten worden aangepast. Even omschakelen, maar dat lukte. Dat lukte ook nog toen we in de week voor het wijkfeest meerdere afzeggingen kregen. Voor de opbouw en de afbouw van de kramen in het park kregen wij hulp uit onverwachte hoek. Zes bewoners van de 3 Oktoberhal hadden zich via Vluchtelingenwerk Leiden aangemeld om te komen helpen. Zij wilden graag iets doen voor de wijk. Ondanks alles ging op zaterdag 18 juni het wijkfeest van start. Bij Kishido Karate Leiden kon men een workshop karate volgen, Scoutinggroep Franciscus was met activiteiten aanwezig, bij de kraam van het Dierenasiel, de



Molenstichting, Stichting Puzzelstuk en Stichting Jeugdorp Leiden kon men kennis maken met hun activiteiten. Er was zelfs – op verzoek van veel bewoners – een kleedjesmarkt, georganiseerd door SOL. De wijkvereniging was aanwezig met een kraam met een loterij waar mooie prijzen gewonnen konden worden. De opbrengst, € 500,00, zal binnenkort overhandigd worden aan Stichting Puzzelstuk. Bij de werkgroep Vitaal van de wijkvereniging kon ondermeer informatie worden ingewonnen over gezondheid, duurzaamheid en biodiversiteit. En kon men meedoen met de prijsvraag: "Hoeveel ingrediënten".

Onder de luifel van het Buurthuis kon men luisteren naar het door BplusC en Inluzio verzorgde muzikale programma. De middag werd afgesloten door een optreden van "The Band of Liberation". Daarnaast organiseerde de wijkvereniging, in samenwerking met de winkeliersvereniging, een grote prijsvraag. Al wandelend kon de puzzel worden opgelost, en ingeleverd bij Optiek van Laarhoven. Tijdens de prijsuitreiking mochten wij de eerste prijs (een waardecheque van € 500,00 van Landal) uitreiken aan Elin van Berkum; de tweede prijs (een rondvlucht van 30 minuten voor 2 personen met een Dakota) was voor Rick Verhoog; de derde prijs (een diner voor 2 personen in de Hofftram in Den Haag) ging naar Danielle Olij. Nogmaals van harte gefeliciteerd allemaal.

Op 15 december is het exact 40 jaar geleden dat de eerste paal werd geslagen voor de Stevenshof. Mede door de coronacrisis heeft de wijkvereniging besloten om niet te wachten tot 2023 om dit jubileum te vieren, en het dit jaar te organiseren.

De eerste voorbereidingen werden al in de zomer van 2021 getroffen. Wat gaan we doen, wat kunnen we realiseren als we aan de eisen van de vergunning moeten voldoen. Is er beveiliging nodig, er moet voor een EHBO-er(s) gezorgd worden, hoeveel decibel mag er maximaal gemeten worden. Al snel werden de eerste contacten gelegd



Daarnaast organiseerde de wijkvereniging, in samenwerking met de winkeliersvereniging, een grote prijsvraag. Al wandelend kon de puzzel worden opgelost, en ingeleverd bij Optiek van Laarhoven. Tijdens de prijsuitreiking mochten wij de eerste prijs (een waardecheque van € 500,00 van Landal) uitreiken aan Elin van Berkum; de tweede prijs (een rondvlucht van 30 minuten voor 2 personen met een Dakota) was voor Rick Verhoog; de derde prijs (een diner voor 2 personen in de Hofftram in Den Haag) ging naar Danielle Olij. Nogmaals van harte gefeliciteerd allemaal.



Of er ooit nog een wijkfeest gaat komen, daar is de wijkvereniging op dit moment hard over aan het nadenken. Wij gaan in ieder geval ons licht opsteken bij andere wijkverenigingen. En wij gaan in gesprek met een aantal enthousiaste bewoners die met ons mee willen denken. Wilt u ook meedenken? Meldt u dan bij ons via [info@wijkraadstevenshof.nl](mailto:info@wijkraadstevenshof.nl)

## Psychische klachten: wie kan u helpen in de Stevenshof?

*Mensen kunnen allerlei soorten klachten krijgen. Dat kunnen lichamelijke klachten zijn, zoals hoesten, hoofdpijn of huidproblemen. Maar het kunnen ook psychische klachten zijn, zoals somberheid, angst of spanning.*

Iedereen voelt zich wel eens minder goed, dat is heel normaal. Dat kan allerlei oorzaken hebben, van stress op werk tot problemen met de kinderen. Maar soms kan dat slecht voelen langer aanhouden. Dan kan het verstandig zijn om de stap naar een hulpverlener te zetten, om te bespreken wat u eraan zou kunnen doen.



Er zijn verschillende soorten zelftests die u kunt doen om te kijken of u last hebt van psychische klachten. Op [mentaalvitaal.nl](http://mentaalvitaal.nl) is zo'n test te vinden. En op [thuisarts.nl/psychische-klachten-bij-volwassenen](http://thuisarts.nl/psychische-klachten-bij-volwassenen) is algemene informatie te vinden over psychische klachten.

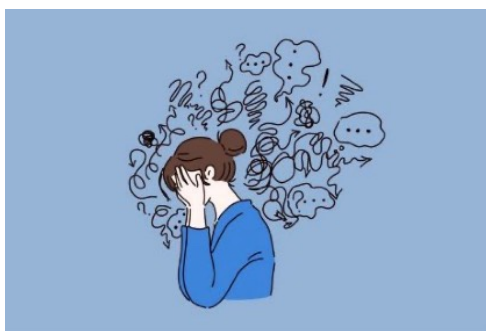
En natuurlijk kunt u ook bij de huisarts terecht. Die kan met u in gesprek over waar u last van heeft, en met u bespreken wie of wat u nog meer kan helpen. Een van de mogelijkheden is de **praktijkondersteuner (POH-GGZ)**. Dat is iemand die in de huisartsenpraktijk werkt, en een psychologische opleiding heeft. De praktijkondersteuner bespreekt uw klachten en kan u er mogelijk zelf in begeleiden. Of hij/zij kan zeggen dat de stap naar een psycholoog verstandig is, of dat een psychiater mee kan denken over de klachten. Het gaat erom welke hulp voor u het best kan werken.

De huisarts en de POH-GGZ kennen nog meer hulpverleners die u kunnen helpen met uw psychische klachten. In het Gezondheidscentrum werkt bijvoorbeeld ook een psychosomatisch fysiotherapeut.

Een **psychosomatisch fysiotherapeut** heeft (meer dan de algemeen fysiotherapeut) aandacht voor zowel de geestelijke als de lichamelijke aspecten die het welzijn van mensen beïnvloeden. Bij psychosomatische klachten is het evenwicht tussen belasting en belastbaarheid vaak verstoord (burn-out, hyperventilatie, stress en slecht slapen). Zij kan u begeleiden en behandelen door middel van oefeningen en gesprekken, gericht op het herstel van het verstoorde evenwicht tussen spanning en ontspanning. Gezien er een nauwe samenwerking bestaat tussen lichaam en geest, komen beide aspecten in de behandeling aan de orde.

De huisartsenpraktijken werken ook regelmatig samen met de **psychologenpraktijk** (ELP groep) in het gebouw.

Goed om te weten: psychische klachten komen veel voor, en er is meer mogelijk dan u denkt om deze klachten te verbeteren. Gelukkig is er steeds meer begrip voor psychische klachten, en wordt er ook veel meer belang gehecht aan een goede psychische gezondheid. Een goede gezondheid is tenslotte meer dan alleen een gezond lichaam; lichaam en geest werken samen!





**POH GGZ: verwijzing via de huisarts**

Carolien van de Wetering, werkzaam bij Huisartsenpraktijk Stevenhof

Gerda Koole, werkzaam bij Huisartsenpraktijk Stevenshof en Praktijkop11

Inge Vogel, werkzaam bij Praktijkop11

**Psychosomatisch fysiotherapeut, tel: 071-5319328**

Annemarie Bol, werkzaam in gezondheidscentrum Stevenshof, afdeling fysiotherapie

**ELPgroep, Eerstelijns GZ-psychologen tel: 06-24558578**

Werkzaam in Gezondheidscentrum Stevenshof

**Advies over medicijnen tegen angst en depressie in apotheek**

Bent u gebruiker van een medicijn tegen depressie en angst, dan kunt u bij academische apotheek Stevenshof terecht als u vragen of zorgen heeft bij het gebruik van het middel.

Als u langere tijd zo'n middel in gebruik heeft kunt u naast uw huisarts ook bij apotheek informatie inwinnen of u eventueel dit middel zou kunnen stoppen en hoe afbouwen van het medicijn kan plaats vinden. Uiteraard moet afbouwen altijd plaats vinden in samenspraak met de behandelend arts.

Ook als u het idee dat u bepaalde klachten heeft van het medicijn dan wel onvoldoende effect ervaart kunt u bij ons terecht voor advies. Het blijkt dat een medicijn tegen depressie/angst bij sommige mensen versneld in het lichaam wordt afgebroken waardoor onvoldoende effect wordt ervaren. Andersom wordt het medicijn bij andere mensen te langzaam afgebroken waardoor men meer bijwerkingen kan ervaren. Met name als u dit ervaart bij verschillende middelen kan het raadzaam zijn een farmacogenetische test te laten doen om te kijken of u medicijnen te snel of te langzaam afbreekt.

Tenslotte kunnen bepaalde medicijnen tegens depressie/angst als bijwerking gewichtstoename hebben. Als u plannen heeft af te vallen door opvolging van leefstijladviezen, kan het gebruik van dit medicijn dit tegenwerken.

Wilt u een persoonlijk gesprek hierover, dan kunt via onze website ([www.apotheekstevenshof.nl](http://www.apotheekstevenshof.nl)) een afspraak maken voor een (kort) consult met de apotheker via de button "afspraak met apotheker". Ook voor advies over slaap- en kalmeringsmiddelen dan wel middelen tegen psychose (antipsychotica) kunt u bij ons terecht. Wij werken nauw samen met de huisartsen van praktijk Stevenshof en Praktijk op 11 en stemmen al onze adviezen met hen af.

**Eerstelijns Samenwerkingsverband Stevenshof**

Huisartsenpraktijk Stevenshof Eekhof, Schuurig, Bakker en van der Spruit

Huisartsenpraktijk Praktijkop11

Fysiotherapiepraktijk Stevenshof

Academische apotheek Stevenshof

Susanne Berbée, diëtiste

ELP psychologenpraktijk

## NIEUWE WIJKAMBASSADEUR DUURZAAMHEID EN ENERGIETRANSITIE IN DE STEVENSHOF

Sinds 2016 heeft Leiden een groep van ca. 11 Leidse wijkambassadeurs. Zij helpen actief burens en wijkgenoten met het verduurzamen van hun woning. Zij weten waar betrouwbare informatie te vinden is over isolatie en duurzame warmte en elektriciteit, groene daken én welke subsidies beschikbaar zijn. Samen met hun netwerk activeren en stimuleren zij energietransitie en vergroening in de stad!

### Vijf jaar aandacht voor Duurzame Energie

Voor de Stevenshof is Ckees van Oijen de wijkambassadeur sinds 2017. Met Duurzaam Bouwloket organiseerde hij de eerste bijeenkomsten over de energietransitie. Duurzaam Bouwloket stelde vervolgens in overleg stappenplannen op voor 8 referentiewoningen in de Stevenshof. De rapporten en samenvattende matrix zijn te vinden op [www.duurzaambouwloket.nl/stevenshof](http://www.duurzaambouwloket.nl/stevenshof). Hij werkte ook samen met de Wijkraad en schreef in overleg met de Commissie Stadswarmte stukjes zoals deze voor de Polderpraat. In 2022 organiseerde hij nog de informatiemarkt bij het Muziekfestival over Water.

### Rol als energiecoach voor bewoners

Behalve het organiseren van bijeenkomsten in het Huis van de Buurt aan de Trix Terwindtstraat, kunnen bewoners ook bij de wijkambassadeur terecht met vragen. Zoals over mogelijkheden voor groene daken, isolatie en zonnepanelen, of het maken van warmte scans om inzicht te krijgen in de mogelijkheden van het verduurzamen van de eigen woning. Om die rol te verbreden en versterken is er in 2020 begonnen met het werven van 4 energiecoaches. Na een korte training zijn deze in 2021 begonnen om samen bewoners te adviseren over de mogelijkheden om hun woning duurzaam, energiezuinig en comfortabel te maken.

### Contact met gemeente Leiden

De wijkambassadeur is ook betrokken bij gesprekken met gemeente Leiden over de warmtevisie, de mogelijkheden om onafhankelijk te worden van het aardgas en de wijkgesprekken Energietransitie in 2020 en 2021. Daarbij is veel informatie gedeeld met en opgehaald bij deelnemers. Op basis van die ervaring en met de nieuwe inzichten heeft de Wijkraad met de Commissie Stadswarmte en actieve bewoners een zienswijze ingediend. Deze zullen weer worden meegenomen bij het opstellen van een wijkuitvoeringsplan.

### Opvolger voor de Wijkambassadeur

Sinds 2021 is Ckees van Oijen ook wijkambassadeur in de Merenwijk, waar hij zelf al ruim 20 jaar woont. Vanwege deze andere nieuwe werkzaamheden bleef er weinig ruimte over om de taken als wijkambassadeur goed uit te voeren. Daarom heeft hij besloten die activiteiten als wijkambassadeur in de Stevenshof af te bouwen en komt er vanaf oktober ruimte voor een enthousiaste opvolger. Vanwege de gewenste betrokkenheid en contacten, verdient een wijkambassadeur uit de Stevenshof zelf de voorkeur.

### Netwerker met hart voor duurzaamheid

Ben je betrokken bij de energietransitie en draag je duurzaamheid een warm hart toe? Kun je mensen enthousiast maken en heb je zelf al stappen genomen om je eigen woning energiezuiniger te maken? Je hoeft geen technische of bouwkundige achtergrond te hebben, maar interesse in duurzame oplossingen helpt om mensen goed te kunnen adviseren. Een van de sterke punten van het team van wijkambassadeurs is juist dat ieder een ander specialisme en een andere achtergrond meebrengt!

### Subsidie Lokale Energie Initiatieven Leiden

Wijkambassadeurs kunnen voor hun werkzaamheden, net als andere kleine initiatieven, subsidie ontvangen uit de regeling Lokale Energie Initiatieven Leiden. Actieve bewoners die tijd kunnen vrijmaken om burens te helpen, bijeenkomsten te organiseren en samen met het netwerk van collega-wijkambassadeurs acties op te zetten om je wijk te verduurzamen kunnen een waardevolle rol vervullen voor burens, wijk en de stad. Wijkambassadeurs kunnen ook als duo samenwerken!

Meer informatie over de wijkambassadeurs: kijk op [www.gagoed.nl](http://www.gagoed.nl). Wil je eerst nog horen wat het precies allemaal inhoudt? Neem dan contact op met [gagoed@leiden.nl](mailto:gagoed@leiden.nl). In het voorjaar en de zomer heeft de werkgroep Kunst en Cultuur van de wijkvereniging aardig wat activiteiten ontplooid.





**SPEELTUINTJES EN JEU-DE-BOULESBAAN -  
MALING AAN DE WIJKVERENIGING**



Toen een inwoner mij een mail stuurde met het verzoek of de wijkvereniging iets kon betekenen om bij haar aan de Aagje Dekenstraat - op het zogenoemde Pleintje - speeltoestellen voor kinderen te plaatsen en daarmee ook de onderlinge sociale contacten van ouders te bevorderen, stuurde ik haar verzoek naar de wijkregisseur. Die voorzag mij na 1 dag van een antwoord.

Zoals gewoonlijk begint de gemeente met de mededeling dat er geen geld is. Die slogan zouden B&W in de Leidse vlag moeten borduren. Er was wel een potje voor groenvoorziening, maar daar ging volgens mij het verzoek van de aanvrager niet over.

De wijkregisseur bood wel aan, als daar behoefte aan zou zijn, om met de aanvrager ter plekke de situatie eens te beoordelen. Het was haar namelijk haar ook niet helemaal duidelijk wat nou die 3 betonblokken op dat pleintje doen. Ik heb, bij nadere inspectie, een troosteloos pleintje gezien waar met een paar simpele handelingen een leuk speel-terreintje voor kinderen en een ontmoetingsplek voor ouders kan worden gerealiseerd. Een paar bankjes doen wonderen. Maar hier in Leiden komen er bankjes waar men het absoluut niet wil en krijg je er geen als dat gewenst is. Doet niets af aan het zelfingenomen ambtelijke antwoord, want als wij hierop weer gaan reageren, dan zal dat wederom hetzelfde zijn als wat hierboven staat. Regels zijn regels en daar wijken we natuurlijk niet vanaf.



Voorts stond in de reactie van de gemeente dat volgens de betreffende Beleidsmedewerker Spelen die hierover gaat, er naar rato van het aantal kinderen in de wijk en het aantal speeltoestellen dat er al staat, deze in voldoende mate aanwezig zouden zijn. Dat rekende deze mevrouw even uit vanachter haar PC. Geen aanleiding dus om het verzoek te honoreren, laat staan om zelf eens te komen kijken. En dat terwijl er in dit gedeelte van de wijk geen speelpleintje is, waar dat op veel andere plekken wel het geval is. Nu wil de wijkraad het daar sowieso niet bij laten, want geen geld lijkt ons sterk: net 18 miljoen ontvangen als extraatje. Daar kunnen best een wipkip en een glijbaantje vanaf, toch? Wie schetst onze verbazing toen er op 9 augustus jl. in het Leidsch Dagblad een artikel verscheen waarin de gemeente vier speeltuintjes in de Stevenshof een nieuwe inrichting gaat geven. Door opa's en oma's is blijkbaar ook om een jeu-de-boulesbaan gevraagd. Kennelijk naar aanleiding van een door de gemeente gehouden enquête (?) die middels brieven aan de bewoners zijn verstuurd. De wijkraad is daar totaal niet over geïnformeerd.

Nu hebben wij als wijkvereniging al ettelijke malen aangegeven dat wij, als de gemeente eigenhandig actie onderneemt die onze wijk aangaan, hierin ook gekend willen worden als vertegenwoordiging van de bewoners naar de gemeente. Voor de zoveelste keer is dit niet gebeurt. U kunt er dus vanuit gaan dat de gemeente maling heeft aan wijkverenigingen in het algemeen, en daar valt die van u ook onder.

Kees van der Kaay



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

**Lekkerste sushi uit uw buurt !**



**ALEXANDER** All you can taste Asian flavours

www.alexander-leiden.nl | Tel: 071-5790216  
info@alexanderleiden.nl | Alexandrine Tinneplein 96 -108

	<b>lunch</b>	<b>Diner</b>
Ma - wo - do	22.00 p.p.	33.00 p.p.
vrijdag t/m zondag	25.00 p.p.	35.00 p.p.
Kinderen t/m 4 jaar gratis		
Kinderen van 5 t/m 12 jaar	15.00 p.p.	18.00 p.p.

## KUNST EN CULTUUR IN DE STEVENSHOF 2022

### Programma Kunst en Cultuur 2022/2023

Wat komt er in het nieuwe seizoen?

#### Lunchconcerten in het Huis van de Buurt

Vrijdag 23 september, vrijdag 25 november, vrijdag 27 januari 2023, van 12.30 uur tot 13.15 uur.

#### Muziek in de bieb

Zaterdag 8 oktober, zaterdag 3 december, zaterdag 18 februari 2023, zaterdag 10 juni 2023, van 11.00 uur tot 12.00 uur.

**Lezingen in de bieb:** wordt nog bekend gemaakt.

#### Samenspeelzondagmiddagen in het Buurthuis

Zondag 20 november, zondag 15 januari 2023, zondag 2 april 2023, zondag 25 juni 2023, van 14.30 uur tot 17.00 uur

#### Kerstconcert in de Middelaeskerk

Zondag 11 december, van 15.30 uur tot 17.00 uur.

#### Lenteconcert

Zondag 26 maart 2023, van 15.30 uur tot 17.00 uur.

#### Zomerconcert

Zondag 18 juni 2023, van 15.30 uur tot 17.00 uur.

#### Stevenshofmuziekfestival

Vrijdag 12 mei en zaterdag 13 mei 2023.

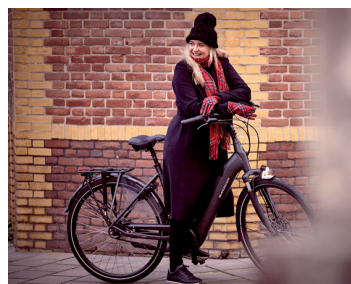
Het concrete programma vindt u op de website van de Wijkraad, op facebook Stevenshof, bij BplusC en in het programma van Inluzio.

Komt allen!

Op 20 maart 2022 was het Musicalconcert in de Maria Middelaeskerk. Het was een geweldig concert door Käthe Staallekker, sopraan, en pianist Emile Chappin. Käthe wist in haar eentje, ondersteund door Emile, complete musicals op te voeren: Evita, Cats, Les Miserables, Moana, Turks Fruit en nog veel meer. Het publiek was zeer enthousiast.

Op 28 maart 2022 waren de bekende romanschrijver Oek de Jong en literatuurcriticus Jaap Goedegebuure te gast in bibliotheek Stevenshof. Boekhandel Bruna verkocht in de bibliotheek flink wat boeken van de

## 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](http://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



schrijver en van literatuurrecensent Goedegebuure, die hun werk ter plekke signeerden. De zaal was goed gevuld. In een huiselijke setting, op de bank met schemerlamp, wisselden schrijver en recensent voor een aandachtig gehoor van gedachten over de rol van het beeld in het werk van De Jong, die kunstgeschiedenis heeft gestudeerd en in zijn romans vaak refereert aan kunst en kunstenaars. Hij vertelde hoe hij te werk gaat als hij schrijft. Beelden vormen vaak de aanleiding om te schrijven. Hij doet ook onderzoek naar allerlei elementen die in zijn boeken voorkomen om het verhaal een plausibele achtergrond te geven.



Op 3 april was er weer samenspelen in het Huis van de Buurt. Er traden wat spelers op op viool, piano en blokfluit, o.a. leerlingen van onze violiste uit de Stevenshof Diana Byazarti. Vervolgens werd de Tafelmusik van Telemann ter hand genomen op piano, violen, dwarsfluiten, hobo, cello en blokfluit. Weer wat nieuwe spelers erbij en voor de toekomst plannen voor een nieuwe aanpak. Prima!

Op 13 en 14 mei was het Stevenshof Muziekfestival met het thema Water!! in het Huis van het Buurt. Dit is een initiatief van wijkbewoners Marijke van der Werf en Marianne Mathijssen. Deze eerste editie was geslaagd qua programmering. Er was gehoopt op wat meer publiek, maar enkele activiteiten waren zeer goed bezocht, zoals de scratchuitvoering van de Watermusic van Händel o.l.v. Martin van der Brugge, en het optreden met twee waterliedjes door het gloednieuwe kinderkoor van de Stevenshof o.l.v. Danielle Mulder van BplusC. Het kamerconcert met als gedreven uitvoerenden o.a. Peter van Oosten en Diana Byazarti uit onze wijk trok flink wat belangstellenden, met werk van Schubert, het Forellenkwintet, en van Vivaldi, de Winter en nog meer. Jammer dat zeemanskoor Rumor di Mare wat minder publiek trok, want zij brachten echt een spetterend optreden. Het opera-optreden door drie zangers van de Nationale Opera, in de sfeervolle grote zaal van het Huis van de Buurt, was spectaculair. De aanwezigen hebben allemaal volop genoten. Zangkoor The Keys verzorgde het slotconcert. De zaterdag was in de bibliotheek en in de tuin van het Huis van de Buurt de Dag van het Water, met informatie over water, klimaatverandering, verduurzaming, kwaliteit van het water. Kanovaren met Martin Kroon op de waterspeelplaats, wandeling naar de molen met Jan Visser, plastic opvissen uit de sloten, waterdierpjes spotten in de tuin van het Buurthuis, klimaattafel met duidelijke demonstratie wat er met de doorlaatbaarheid van de bodem gebeurt als je stenen vervangt door groen, gebruik van regenton-

nen, informatie over Dunea door Wim en Marian Oorthuizen. Bestuurslid van Hoogheemraadschap Rijnland Thea Fierens startte de dag met een wervend praatje, en wethouder Yvonne van Delft sloot af. Er was aardig wat publiciteit aan het festival gewijd. ESOF Leiden 2022 sponsorde deze AQUA-dag. Volgend jaar weer!



Op 5 juni was het zomerconcert in het Huis van de Buurt. Het All Time Sax quartet gaf een swingend concert voor een enthousiast publiek afwisselend met het duo Zijspoor dat aanstekelijke liedjes bracht van Dean Martin en Frank Sinatra, maar ook van Ramses Shaffy en Jacques Brel. Heel geslaagd.

Marianna Mathijssen



# SCHOOLSPOORTCURSUSSEN LEIDEN 2022 - 2023 75 JAAR !

## Uitslag Prijsvraag Leidse Mascotte:

onder 239 inzendingen vanuit het basisonderwijs, zijn uiteindelijk 4 prijswinnaars waaronder Eliise Jacobsen van de Openbare Basisschool Stevenshof.

Winnende naam: Leijo.

Quote van Eliise waarom zij voor deze naam heeft gekozen: "omdat het een mix leeuw de leeuw en leiden is".

Motivatie van de jury: "Bekt lekker en zegt in het kort waar School-sport071 voor staat: de leidse leeuw die gaat met die banaan!"

Op 8 juni jl. zijn de prijswinnaars bezocht in hun klas, uiteraard met mascotte Leijo die een goed gevulde sporttas met sportattributen aan de prijswinnaars heeft uitgereikt. Leijo, onze Leidse mascotte, zorgt voor herkenbaarheid van School-sport071 die tijdens school-sporttoernooien regelmatig aanwezig zal zijn.

Naast het hebben van een heuse Leidse Mascotte is tevens de naam van School-sportcommissie veranderd in School-sport071. Vanaf dit schooljaar mogen naast kinderen uit Leiden en Zoeterwoude, ook die uit Oegstgeest meedoen aan de school-sportcursussen en school-sporttoernooien. Reeds 75 jaar zet de Gemeentelijke School-sportcommissie Leiden zich in om de Leidse jeugd op een laagdrempelige manier te laten sporten en bewegen.

School-sport071 heeft, in samenwerking met sportverenigingen en commerciële aanbieders, weer gezorgd voor een breed en divers sportaanbod.

Tot juni 2023 staan 341 activiteiten op het programma in bijna 80 verschillende takken van sport. Van acrobatiek, bodyboarden en waterskiën tot dans en musical en duiken. Juist die sporten waar je wellicht anders niet zo gemakkelijk mee in aanraking komt. Kies een sport die bij je past en probeer èèn of meerdere kennismakingscursussen.

# SPORT Leiden

Basisonderwijs					
Sport	Vereniging/Sportaanbieder	Leeftijden	Aantal lessen	Start op	
Acrobatiek (ouder en kind)	Acrobatiek Leiden	4 t/m 5	8 x 1,00 uur	08-10-2022 (15-04-2023)	
Atletiek	Leiden Atletiek	6 t/m 11	8 x 1,00 uur	13-03-2023 (15-03-2023)	
Batuque Capoeira	Batuque Capoeira Leiden	4 t/m 8	8 x 1,00 uur	17-09-2022 (21-01-2023)	
Bodyboarden	Surfschool Katwijk	7 t/m 12	3 x 1,50 uur	10-05-2023	
Bowlen	B.V.L.Z.W. (Kenauweg)	8 t/m 12	8 x 1,00 uur	06-10-2022 (19-01-2023)	
Braziliaanse Jiu Jitsu / MMA	Sportschool Key Mura	8 t/m 12	6 x 1,00 uur	01-11-2022 (17-01-2023)	
Breakdance	K dans	10 t/m 12	6 x 1,00 uur	09-09-2022 (04-11-2022)	
Dammen	Leids Damgenootschap (Robijnstraat 4)	7 t/m 12	8 x 45 minuten	03-11-2022 (09-02-2023)	
Freerunning	Gymsport Leiden	9 t/m 12	8 x 1,00 uur	04-10-2022 (17-01-2023)	
IJshockey	Leiden Lions (Vondellaan)	4 t/m 12	5 x 1,00 uur	15-11-2022 (14-01-2023)	
Inline Skaten	Skate-Oké Skateschool	9 t/m 12	5 x 1,25 uur	14-09-2022 (31-05-2023)	
Judo en zelfverdediging	Budokan Leiden	8 t/m 12	10 x 1,00 uur	15-09-2022 (19-01-2023)	
Kids Bokstraining	Sportcentrum Y-Fit	9 t/m 12	8 x 45 minuten	01-11-2022 (17-01-2023)	
Kinderyoga	De Marebron - De Yogaboomb	4 t/m 5	6 x 45 minuten	02-11-2022 (18-01-2023)	
Kleuter- en kidsbasketbal	Fundamenteel Sports (PC Hooftlaan)	4 t/m 8	8 x 1,00 uur	15-09-2022 (19-01-2023)	
Korfbal	KZ Danaiden	4 t/m 12	8 x 1,00 uur	07-09-2022 (12-04-2023)	
Kracht & Zelfvertrouwen	Social Sport Pro Leiden	8 t/m 12	6 x 1,00 uur	02-11-2022	
Multisport Module	Fundamenteel Sports	4 t/m 8	5 x 45 minuten	02-11-2022 (18-01-2023)	
Musical(dans en acteer)les	Docent Saskia van der Zwart	7 t/m 9	10 x 1,00 uur	08-03-2023	
Peuter- en kleutervoetbal	Prima Events	3 t/m 5	5 x 45 minuten	05-02-2023	
Ritmische Gymnastiek	Gymsport Leiden (3-Octoberhal)	4 t/m 7	8 x 1,00 uur	05-10-2022 (18-01-2023)	
Schaken	Jeugd schaakvereniging Op Eigen Wieken	6 t/m 9	10 x 1,00 uur	04-10-2022 (10-01-2023)	
Scouting Welpen	Paulusgroep	7 t/m 11	5 x 2,50 uur	06-11-2022 (22-05-2022)	
Snorkelen	Dive Post	10 t/m 12	3 x 1,50 uur	27-11-2022 (12-03-2023)	
Tafeltennis	Docos Tafeltennis (Hoge Morsweg)	6 t/m 9	10 x 1,00 uur	13-01-2023	
Tuimeljudo	Sportschool Aad van Polanen	3 t/m 4	10 x 45 minuten	14-01-2023	
Turnen (meisjes)/(jongens)	Gymsport Leiden	6 t/m 9	8 x 1,00 uur	04-10-2022/05-10-2022	
Basis- en Voortgezet onderwijs					
Badminton	B.C. Veglo (3 Octoberhal)	7 t/m 13	6 x 1,50 uur	01-11-2022 (10-01-2023)	
Boulderen	Boulderhal Kunststof	10 t/m 14	5 x 1,00 uur	16-01-2022 (08-05-2023)	
Golfsurfen	Surfschool Katwijk	12 t/m 16	3 x 1,50 uur	10-05-2023	
Hattori Ninja Kindertraining	The Iga Warrior	7 t/m 14	4 x 1,00 uur	06-11-2022 (22-01-2023)	
Kunstrijden op de schaats	K.S.V. Rijnland	5 t/m 13	10 x 1,00 uur	08-10-2022	
Padel (met/zonder racketvering)	T.P.V. Zuid-West	10 t/m 13	5 x 1,00 uur	21-09-2022 (05-04-2023)	
Rots en Water	Rots en Water via School-sport071	10 t/m 14	10 x 1,00 uur	07-02-2023	
Schaatsen op noren	Schaatsen School-sport071 (Vondellaan)	7 t/m 14	10 x 1,00 uur	07-10-2022	
Scheren	Schermvereniging A.E.W.	10 t/m 14	8 x 1,00 uur	19-01-2023	
Shorttrack	I.H.C.L. (Vondellaan)	7 t/m 13	5 x 1,00 uur	05-11-2022 (21-01-2023)	
Skateboarden	Wood Be Hero Skateshop	8 t/m 14	3 x 1,00 uur	08-05-2023 (09-05-2023)	
Tennis	Tennisschool Challenge	9 t/m 13	5 x 1,00 uur	15-09-2022 (01-06-2023)	
Windsurfen	Funsport van Vliet	9 t/m 17	1 x 5,00 uur	28-05-2023 (11-06-2023)	
Zeilten (onderdeel Zeeverkeners)	Zeeverkeners Waingunga	8 t/m 13	4 x 6,00 uur	03-09-2022 (03-06-2023)	
Voortgezet onderwijs					
Beachvolleybal	Leython D.C.	12 t/m 18	5 x 1,50 uur	03-06-2023	
Duiken	Dive Post	12 t/m 18	2 x 2,50 uur	11-12-2022 (26-03-2023)	
Gymnastic Diving	Gymsport Leiden	12 t/m 18	10 x 1,00 uur	12-11-2022	
Indoor Bootcamp	L.K.W. de Spartaan	14 t/m 17	8 x 1,00 uur	01-11-2022 (17-01-2023)	
Kishido Karate	Kishido Karate	12 t/m 18	10 x 1,00 uur	30-09-2022 (13-01-2023)	
Padel (met racketvering)	T.P.V. Zuid-West	13 t/m 16	5 x 1,00 uur	21-09-2022 (05-04-2023)	
Roeien	K.S.R.V. Njord	13 t/m 18	6 x 1,50 uur	08-05-2023	
Wandklimmen	Wandklimmen via School-sport071	12 t/m 17	5 x 1,00 uur	06-03-2023	
Waterskiën	Watersport Academy De Kaag	12 t/m 15	3 x 1,00 uur	13-05-2023	

# SCHOOLSPOORT 071

Foto Eliise





Deze rubriek gaat over mensen die in de Stevenshof wonen en die een speciale hobby, sport of beroep hebben. Kent u een dergelijke Stevenshof 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:

**(Boeken) schrijven, de hobby van:**

Naam	: René Weerheijm
Leeftijd	: 55
Burgerlijke stand	: Getrouwd met Natalie
Stevenshof	: Woont vanaf 1983 in de wijk
Huisdieren	: Geen
Andere hobby's	: Secretaris van de enige echte Liverpool fanclub in Nederland, fietsen en koken
Werk	: Vormgever bij een communicatiebureau

Vanaf het moment dat René kon schrijven, schrijft hij en zolang hij zich kan herinneren schrijft hij verhalen.

Alles wat er in zijn hoofd op kwam, vertrouwde hij toe aan het papier. Nog steeds dwarrelen er stukjes door zijn hoofd die hij opschrijft.

Het enige verschil met vroeger is dat hij deze nu in de computer zet. René heeft altijd al een passie gehad voor thrillers en is op latere leeftijd zelf thrillers gaan schrijven. Zelf vindt hij dat hij na zijn 50ste pas beter is gaan schrijven. Hij zegt ook: "Je bent ouder en wijzer geworden, je hebt meer levenservaring en ook meer gelezen van andere schrijvers. En dat alles tezamen maakt dat je beter beslagen ten ijs komt." Van alle verhalen die hij in zijn hoofd had, en die hij heeft uitgewerkt, vond hij er zelf niet één goed genoeg om aan te bieden bij een uitgever. Tot nu dan, want van dit verhaal dat hij in zijn hoofd had viel alles op zijn plek. De verhaallijn, de karakters, de clou, alles klopte, en na lovende recensies van vrienden en familie is hij op zoek gegaan naar, en is het hem gelukt om een uitgever te vinden.

De titel van het boek "Het Manuscript", ligt nog niet in de winkel, maar is wel online te bestellen bij uitgeverij Boekscout. "Het Manuscript" is wat mij betreft een aanrader. Het boek speelt zich af in Leiden en mag wat mij betreft niet ontbreken in een Leidse boekenkast. Saillant detail is, dat de hoofdpersoon uit het boek in de Stevenshof woont en nota bene in dat deel van de wijk waar René voor de Wijkraad de "PolderPraat" in de brievenbus stopt. René is trots op zijn boek en wij zijn trots op onze wijkbewoner die dit toch maar voor elkaar heeft gekregen. Komt er een vervolg? Vast wel want de hoofdpersoon is al weer met een nieuwe zaak bezig. Schrijvers die er voor René uitspringen en waar hij veel aan heeft gehad zijn Jeroen Windmeijer en Thomas Olde Heuvelt. Als je een fan bent van thrillers, dan moet je hun werk zeker lezen.



Ik sluit af met de flaptekst van "Het Manuscript". ISBN: 978-94-6450-786-7

*3 oktober in Leiden. De dag dat Leidens Ontzet wordt gevierd. Het zou dit jaar anders verlopen. Ter hoogte van het Pieterskerkhof nabij de Pieterskerk wordt een moord gepleegd. Hans Zegman is politieagent en raakt betrokken bij deze brute moord. Dwars door Leiden wordt gezocht naar de dader. Dan komt Hans erachter dat er sprake is van een groot geheim. Een geheim dat hem ook buiten Leiden zal brengen. Een geheim dat veel verder gaat dan het oplossen van een moord in de stad zelf.*

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

### Poppenrood terug naar het grote bos

In de vorige aflevering van Poppenrood hebben jullie kunnen lezen, dat Poppenrood op een vliegend tapijt naar huis vloog. Hoe zijn reis verliep, lezen jullie hier.

Uitgezwaaid door Sint Nicolaas en de zes Zwarte Pieten vloog het vliegende tapijt richting het grote bos. Onderweg zag Poppenrood een paar vliegtuigen voorbij vliegen. Kinderen die voor de raampjes zaten zwaaide blij naar Poppenrood. Uit zijn binnenzak haalde Poppenrood zijn toverstokje tevoorschijn en riep: "Geef alle kinderen die in het vliegtuig zitten een lekker ijsje!" En zo kregen alle kinderen in het vliegtuig een heerlijk ijsje. In de verte zag Poppenrood het grote bos. "Daar wonen al mijn vriendjes", zuchtte hij. Na een half uurtje landde het vliegende tapijt voor de deur van het huis van Poppenrood. Toen de vogels hem zagen, floten zij het hoogste lied, zo blij waren zij. En de kabouters, die zongen net zo hard mee.

Na een poosje zei Poppenrood dat hij erg moe was en naar bed verlangde. Hij sliep twee dagen en nachten achter elkaar. Eenmaal uitgeslapen ging hij naar buiten en riep heel hard: "Ik ga verstoppertje spelen, doen jullie mee?" Dat vonden alle kabouters leuk en snel ging iedereen een plekje zoeken om weg te kruipen. Poppenrood ging met zijn handen voor zijn ogen tegen een boom staan, telde tot tien, en riep toen heel hard: "Wie niet weg is, is gezien, ik kom!"

Daarna keek hij rustig om zich heen, maar hij zag niemand meer. Om zijn vriendjes voor de gek te houden, klom Poppenrood in een boom en wachtte rustig af tot iemand tevoorschijn kwam. Poppenrood was nog steeds een beetje moe van de lange reis en misschien niet goed uitgeslapen. Want als je verstoppertje speelt, moet je de kabouters wel gaan zoeken in het bos, en niet gaan zitten wachten in een boom. Al snel kwamen er twee kabouters tevoorschijn. "Ik zie jullie!", riep Poppenrood lachend. "Klim maar in de boom." Verbaasd keken de twee kabouters omhoog. "Nee Poppenrood, dat klopt niet", riepen zij, "jij mag je niet verstoppen, jij moet zoeken."



### De goede fee verrast de kabouters van het grote bos

"Jullie hebben gelijk", antwoordde Poppenrood, en sportief klom hij uit de boom. "Kabouters, komen jullie maar tevoorschijn, dan gaan we wat anders doen." Toen alle kabouters weer rond Poppenrood stonden, kwam de goede fee aanlopen. Ze riep: "Hallo allemaal, ik ben weer terug, ik ben weer terug." En lachend ging zij naast Poppenrood staan. "Wat heb je een mooie schoenen Poppenrood", zei ze. "Dat weet ik goede fee", zei Poppenrood, "want die zijn van u. En met die schoenen kun je heel hard lopen." "Dat willen wij ook", riepen alle kabouters. "Dat is een goed idee", antwoordde de goede fee en zij zorgde voor een hele rij mooie schoenen. Het duurde niet lang of alle kabouters hadden de mooie schoenen aangetrokken. Nu konden zij allemaal heel hard lopen. "Maar deze schoenen kunnen meer", zei de goede fee. Zij kunnen kabouters die in het grote bos verdwaald zijn terugvinden. Jullie hoeven alleen maar de naam van de verdwaalde kabouter te roepen, en dan brengen deze schoenen jullie naar de verdwaalde kabouter." "Daar zijn wij heel blij mee lieve fee", zeiden de kabouters, "maar wij worden echt heel blij als je weer terugkomt in ons dorp. Daar hebben wij een verrassing voor u." Met zijn allen liepen zij naar het dorp van de kabouters. Daar zag de goede fee een heel mooi huis. "Wat een mooi huis heb je Poppenrood", zei ze. "Maar dat is niet mijn huis, maar uw huis, lieve fee. Een cadeau van de kabouters." "Is dat mooie huis echt van mij?" De goede fee werd er helemaal blij van. "Ja", zeiden de kabouters, "dit huis hebben wij speciaal voor u gebouwd, en wij hopen dat u nooit meer weggaat." Poppenrood pakte de sleutel van het nieuwe huis uit zijn jaszak en gaf die aan de goede fee. Voorzichtig stopte zij de sleutel in het slot van haar huis en opende de deur. Voorzichtig stapte zij naar binnen en riep luid: Oh, oh, wat mooi! Hier ga ik nooit meer weg." De kabouters vonden dat geweldig. "Wij zullen heel goed voor u zorgen", zeiden zij. U heet de goede fee, maar wij zijn de goede kabouters met mooie schoenen. Nu hebben wij een tovenaars en een goede fee in ons midden. Wij mogen wel blij zijn, en dat zijn wij.



Wordt vervolgd