



De Vogelwijk

Jaargang 56, no. 4, april 2013

Advertenties

Marjan Scheeres

Rietzangerlaan 30, 2566 SW, tel. 3240119

advertentiebeheer@vogelwijkonline.nl

Kwettertjes: Mileen Boutkan

Tel. 3684333, mhboutkan@planet.nl

Redactie

Dick van Rietschoten

Laan van Poot 152, 2566 EE,

tel. 3622706 /06-27268377

Magda van Eijck, Fuutlaan 4, tel. 3254467

Madelon Kranenburg

Rigolettostraat 54, 2555 VT, tel. 3253571

Mischa Vos, Kruisbeklaan 49A,

Tel. 06-24695983

Ruud van der Hoofd (webmaster)

E-mail: webmaster@vogelwijkonline.nl

E-mailadressen

wijkvereniging@hotmail.com of

dvanrietschoten@ziggo.nl

Website wijkvereniging

www.vogelwijkonline.nl

Aan- en afmelden van leden

Tel. 06 818 79 177 of e-mail

leden@vogelwijkonline.nl. Zie verder

achterin onder 'Ledenadministratie'

Verschijning: 11 x per jaar.

Oplage : 1900 exemplaren

Druk

Pasmans Offsetdrukkerij B.V.

Forellendaal 400, 2553 LP Den Haag

Ingezonden kopij

Journalistieke bijdragen of brieven van lezers zijn van harte welkom. De redactie heeft het niet eens te zijn met de inhoud van ingezonden brieven, maar behoudt zich het recht voor niet-inhoudelijke redactionele wijzigingen aan te brengen of al te uitvoerige teksten te bekorten. In bijzondere gevallen is de redactie en/of het bestuur gerechtigd ingezonden stukken niet te plaatsen.

Van de Redactie

Van tijd tot tijd zie je in de stad affiches hangen met de aankondiging van een 'Neuzelbeurs' in een voormalige fabriekshal in Rijswijk. Die naam wekt altijd een beetje de lachlust op, want het woord 'neuzelen' kennen we vooral in de betekenis van onverstaaenbaar mompelen of onzin praten. Bazelen of zwetsen mag ook. Maar de naamgevers van deze beurs, die in feite een enorme vlooiemarkt is, hebben natuurlijk gedacht: het is een beurs waar de mensen lekker kunnen rondneuzen of rondsnuffelen, dus noemen we het de Neuzelbeurs.

Daarover filosoferend zochten we onlangs toch maar eens de officiële betekenissen van 'neuzelen' in een woordenboek op. En wat bleek. Neuzelen wordt ook gebruikt voor snuffelen! Nooit geweten.

Eén keer per jaar heeft de Vogelwijk ook zo'n snuffelbeurs met duizend-en-één koopjes, namelijk de traditionele VogelVrijmarkt op Koninginnedag. De editie van dinsdag 30 april aanstaande wordt wel een heel bijzondere, want die dag krijgt ons land voor het eerst sinds november 1890 weer een koning als staatshoofd. Voorlopig wordt dit dus de laatste Koninginnedag uit een hele lange reeks. Volgend jaar gaan we Koningsdag vieren.

Vanwege deze overgangssituatie heeft de wijkvereniging aan de festiviteiten op 30 april een extra feestelijk karakter gegeven, met onder meer naast de gebruikelijke VogelVrijmarkt een Open Podium waarop jong en oud hun kunsten kunnen vertonen. Verderop in dit blad kunt u er meer over lezen. De ceremoniële overdracht van het koningschap in het koninklijk paleis op de Dam in Amsterdam zal tussen 10.00 en 11.00 uur plaatsvinden. Dat kunt u desgewenst nog thuis op televisie bekijken. Maar daarna kunt u gerust naar het feestterrein op de kruising van Kwartellaan en Sijzenlaan komen, want via een groot tv-scherm zijn ook daar de verdere gebeurtenissen in Amsterdam te volgen. Het bestuur van de wijkvereniging rekt op mooi weer (dat mag ook eindelijk wel eens na die ellenlange winter) en een grote opkomst van de Vogelwijk-ingezetenen. Dat is trouwens ook de wens van de redactie van dit maandblad, want hoe fraaier het weer is en hoe meer mensen er op de been zijn, des te leuker de fotoreportage wordt die we traditiegetrouw van dit evenement maken. Tot ziens dus op 30 april!

DvR

Het woord is aan



de voorzitter...

Crisis in de Vogelwijk?

Terwijl onze vereniging groeit en bloeit, we ons hoopvol voortbewegen richting de 'kroning' en ondernemers in onze wijk zich borrelend verenigen, kunnen we niet de ogen sluiten voor het economische dal waarin we ons bevinden. Waar eilanden in de Middellandse zee lijken te zinken in hun eigen economische zeepbel, doet zich de vraag voor hoe onze oase aan zee de crisis doorstaat. Op de website Funda zie ik op postcode 2566 ruim tachtig woningen te koop staan, sommige al lange tijd. Toch heel anders dan een jaar of vijf, zes geleden, toen huizen in onze wijk nog aan de hoogste bieder werden vergeven.

Achter die economische malaise zit veel persoonlijke ellende. Want hoe blij ben je als je voor dubbele lasten zit, als je baan onzeker of verdwenen is, als je eigenlijk toe bent aan een nieuwe (woon)fase in je leven, als je relatie over is maar de financiële situatie je gevangen houdt. Soms bereiken mij dat soort verhalen uit de wijk, terwijl er tegelijkertijd nauwelijks over gepraat wordt. Het is de vraag of we als wijkvereniging in dit opzicht iets kunnen betekenen, hoezeer we als bestuur er ook willen zijn voor mensen die in de penarie zitten. Maar als buurtbewoners of als directe burens kan een open oog, een luisterend oor en begripvol optreden een belangrijk verschil maken. Ja, daar is-ie weer: samen maken wij de Vogelwijk.

Vacatures bestuur

Vorige maand gaf ik aan dat binnenkort de positie van secretaris en penningmeester in het

bestuur vrij komen. Inmiddels hebben verschillende geïnteresseerden zich bij ons gemeld. We zijn in gesprek en hopen tijdens de eerstvolgende algemene ledenvergadering, op **donderdag 16 mei**, met een voordracht te komen. Ook voor de jeugdactiviteiten en andere commissies hebben zich nieuwe vrijwilligers gemeld. Helaas moesten voor dit jaar twee activiteiten worden geschrapt (Paaspuzzeltocht en Lanenloop) maar de toekomst ziet er hoopvol uit. We blijven we op zoek naar mensen die interesse hebben om zich in te zetten voor onze wijk. Met name iemand die de algemene organisatie van de Koninginnedagviering de komende jaren op zich wil nemen en één of meer organisatoren van de lanenloop. Dit zijn klussen die zich één maal per jaar voordoen.

Gemeenteraadsverkiezingen 2014

Samen met de andere bewonersorganisaties in Segbroek werken we aan een 10-puntenplan voor de verkiezingsprogramma's van de verschillende politieke partijen voor de raadsverkiezingen van 2014. Voor ons als wijkvereniging is dit een belangrijke mogelijkheid om de lokale politiek te beïnvloeden. We bouwen in belangrijke mate voort op de thema's die in de laatste ledenvergadering zijn vastgesteld voor het jaarplan 2013. Mocht u items hebben die wij mee moeten nemen richting politiek: laat het weten!

Sacramentskerk

Tot slot: hoe staat het met de Sacramentskerk? De situatie heeft zich zowel wat betreft de toekomst van het gebouw als het huidige gebruik van de kerk door uitgeprocedeerde asielzoekers gestabiliseerd. Op dit moment is er weinig nieuws te melden. Begin deze maand hebben we als bestuur een gesprek met de burgemeester en ook verder blijven we nauw bij het onderwerp betrokken.

Chris van Dam

(mede namens collega-bestuursleden Anke Lütkenhues, Marianne Moor, Arthur Wiggers en Rob Heidt)

Vogelwijk viert feest op drempel Koninginnedag en Koningsdag

Gedurende tientallen jaren heeft de Vogelwijk uitbundig Koninginnedag gevierd. Vroeger met optochten, muziek, verkleedpartijen, kinderspelen en dansfeestijnen en de laatste vijftien jaar met een altijd bruisende VogelVrijmarkt, omlijst met allerlei activiteiten voor jong en oud.

Dit jaar vieren we (voorlopig) voor het laatst Koninginnedag, want vanaf 2014 krijgen we eind april een Koningsdag. Op 30 april aanstaande immers doet koningin Beatrix afstand van de troon en zal haar zoon Willem-Alexander worden ingehuldigd als koning, met aan zijn zijde koningin-gemalin Máxima. Vanwege deze buitengewone 30^{ste} april pakt de Vogelwijk extra feestelijk uit.

Kom daarom in groten getale naar het bekende 'Oranjeterrein' bij de kruising Kwartellaan-Sijzenlaan! Op een groot tv-scherm kunt u daar ook de ceremonie en festiviteiten rond de troonswisseling in Amsterdam volgen.

De feestdag is opgezet door vijf geestdriftige wijkbewoonsters: Marianne Moor, Anja Nuijen, Marijke Vermeire, Paula Goossens en Linda Möller. Zij worden door nog een handvol vrijwilligers (ook mannen) geassisteerd, maar extra hulp is altijd welkom.

❖ 11.00 - 14.30 uur: VogelVrijMarkt

Vertrouwd recept: iedereen die tweedehands spulletjes in de aanbieding heeft, kan die op straat verkopen.

❖ 11.00 - 12.00 uur Stoepkrijtwedstrijd

Kinderen tot 11 jaar kunnen zich aanmelden: vogelwijk@online.nl

❖ 12.00 - 13.00 uur: Open Podium

Jong en oud kunnen zich opgeven voor een kort optreden met muziek, dans, voordrachtskunst, cabaret, een goocheltruc etc. Meld je aan via: vogelwijk@online.nl

En verder nog:

- ❖ Pony rijden
- ❖ Optreden van een clown
- ❖ Springkussen
- ❖ Lekker drankjes en hapjes (opbrengst naar goed doel)

Heeft u een eigen leuk idee of initiatief, stuur het dan snel op naar vogelwijk@online.nl

Wij zorgen dat u een plaatsje krijgt.

PROGRAMMA

Celebrate Queen's Day, on the threshold of King's Day

All Vogelwijk residents are kindly invited to the traditional Vogelwijk Queen's Day Party on Tuesday April 30. Location: the junction of Kwartellaan and Sijzenlaan. Time: 11.00 – 14.30.

As queen Beatrix will abdicate this particular day in favor of her son Willem-Alexander, the Vogelwijk festivities will have some extra's, like for instance an Open Stage where everybody can show his talent in making music, singing, dancing or whatever. Like each year there will also be a 'free fair' where people can sell all kinds of second hand stuff. Besides that there are plenty of activities for children and of course drinks and food will be available.

Come, see and enjoy!

Aandacht voor overlast op Tjalie Robinsonduin

De politie en het management van het stadsdeel Segbroek zullen dit jaar meer alert zijn op overlast die bewoners ervaren op en rond het Tjalie Robinsonduin, het gebied bij de twee flatcomplexen op het voormalige Houtrustterrein.



Dat wordt gemeld in de Leefbaarheidsscan Segbroek 2013 die vorige maand is gepubliceerd. Volgens dit rapport, waarin de leefbaarheid in alle wijken van Segbroek onder de loep wordt genomen, heeft het Tjalie Robinsonduin zich in 2012 ontwikkeld tot een gebied waar de bewoners veel klachten uiten over de leefomgeving.

Fitnesscentrum

Naast de al vele jaren bekende overlast die bezoekers van discotheek Westwood nu en dan veroorzaken is er nog een probleemcategorie bijgekomen: de bezoekers van fitnesscentrum Fit For Free. Het gaat daarbij niet alleen om luidruchtigheid maar ook om fout geparkeerde auto's. Wat dat laatste betreft: het afgelopen half jaar zijn er al bijna 200 bekeuringen uitgeschreven. Verder blijken op het Tjalie

Robinsonduin ook honden en hun bezitters het geregeld bont te maken door zich niet te houden aan de verplichting de geproduceerde hondenpoep op te ruimen. Ten slotte klagen bewoners van de Houtrustflats geregeld over het illegaal langs de straat dumpen van bedrijfsafval, onder meer aan de Houtrustweg.

Rode Kruisplantsoen

Hondenuitlaters zullen dit jaar ook in het Rode Kruisplantsoen beter door gemeentelijke 'handhavers' in de gaten worden gehouden. Extra controles in het gebied rond de Kwartellaan hebben vorig jaar al aangetoond dat daarvan positieve effecten uitgaan.

Het Rode Kruisplantsoen is al enkele jaren een 'alcoholverbodsgbied'. Op dat punt zijn er dankzij controles echter nauwelijks meer problemen. Hoogstwaarschijnlijk zal het alcoholverbod daarom in de loop van dit jaar worden opgeheven.

Volgens de Leefbaarheidsscan telde de Vogelwijk vorig jaar 4901 bewoners, met een gemiddelde leeftijd van 41,6 jaar. Driekwart van de Vogelwijkers is autochtoon en een kwart allochtoon. Een opmerkelijk gegeven uit het rapport is dat de Vogelwijkers volgens een steekproef uit 2010 de kwaliteit van hun woonomgeving slechts een zesje geven.



in actie voor

Hartstichting

Voor de collecteweek van de Nederlandse Hartstichting ben ik op zoek naar vrijwilligers die in de week van 14 tot en met 20 april een paar uur willen collecteren in de Vogelwijk. Als u interesse heeft, wilt u dan alstublieft contact met mij opnemen? Annabeth Belderbos-Sibinga Mulder. Tel. 06-42125303 of (070) 3688881, e-mail: florabelderbos@planet.nl
Bij voorbaat HARTelijk dank!

De Burenhulpcentrale werkt!

Tekst en foto's: Dick van Rietschoten

In je eigen buurt een klusje doen voor een ander die daar op dat moment niet toe in staat is. In kleine leefgemeenschappen zoals dorpen is dat altijd heel normaal geweest. En nóg. In grotere verbanden daarentegen lijkt deze vorm van gemeenschapszin, nabuurschap of naastenliefde al decennialang aan het doodbloeden te zijn.

Maar Den Haag wil dat niet laten gebeuren. Daarom worden sinds 2011 overal in de stad Burenhulpcentrales opgericht. En ziedaar: het werkt!

In juni vorig jaar is in het stadsdeel Segbroek, waartoe ook de Vogelwijk behoort, de Burenhulpcentrale Segbroek van start gegaan. Hiermee zijn al vele positieve ervaringen opgedaan, ook in de Vogelwijk, vaak aangeduid als een 'dorp in de stad'. Bij dezen twee voorbeelden.

Tweepersoonsbed

Het afgelopen najaar hadden Piet en Truus Unger in hun woning aan de Kraaienlaan een lastig klusje te klaren. Truus: „Het gaat te ver om de hele voorgeschiedenis te vertellen, maar het komt erop neer dat er een oud tweepersoonsbed van boven naar beneden moest wor-



Piet, Truus en Christian

den gesjouwd, want de volgende ochtend zou het door de grofvuil-ophaaldienst worden weggehaald. Omdat wij de jongsten niet meer zijn, konden we bij die sjouwpartij wel wat hulp gebruiken. We belden met de Burenhulpcentrale en een paar uur later meldde zich Christian Pick, die op de Sportlaan woont. We maakten een afspraak met hem en hij heeft ons fantastisch geholpen! Hij wist het bed ook mooi in onderdelen uit elkaar te halen.”

Prachtig

Christian Pick is een geboren Duitser uit het Ruhrgebied, die al ruim tien jaar in Den Haag woont en werkt. In de zomer van vorig jaar verhuisde hij met zijn vrouw en jonge kinderen vanuit het Regentessekwartier naar de Vogelwijk. „Ik had me nog maar kort geleden als eventuele hulpbieder bij de Burenhulpcentrale ingeschreven. Dit was de eerste keer dat ik via dit systeem in actie kon komen”, vertelt hij.

„Het is toch prachtig als je op deze manier iets nuttigs voor mensen in je omgeving kunt doen? Later kreeg ik wel meer hulpverzoeken, bijvoorbeeld om iemand die slecht ter been was en plotseling geen vervoer had naar de kerk te brengen. Helaas heb ik ook een paar keer nee moeten zeggen toen de centrale mij belde, want op die momenten had ik echt geen tijd. Maar daar heeft men alle begrip voor.”

Ook Niels Pennock, die aan de Pauwenlaan woont, heeft zich via de Burenhulpcentrale al verdienstelijk kunnen maken. „Een paar maanden geleden bijvoorbeeld kreeg ik te horen dat een oudere man in de Kastanjestraat problemen had met zijn computer. De vraag was of ik even bij hem langs zou kunnen gaan”, zegt Niels. „Ik zei ja, want ik werk als compu-



Niels Pennock

terspecialist bij het ministerie van Veiligheid en Justitie, dus ik weet er wel wat van. Ik heb contact opgenomen met de hulpvrager en ben een uurtje bij hem geweest. Probleem opgelost. Klaar is Kees.”

Hoe werkt het?

Het systeem van de Burenhulpcentrale werkt heel simpel. Bij dezen nog even een korte samenvatting.

Als je graag af en toe iemand uit de buurt wilt helpen (zoals boodschappen doen, iemand naar het ziekenhuis brengen, een hond uitlaten, een boom helpen snoeien) meld je dan aan bij de Burenhulpcentrale Segbroek via (070)2629999. Daarbij kun je ook nog aangeven waar je goed in bent of welke klussen je juist liever niet doet. Heb je bijvoorbeeld een

afkeer van honden, dan wil je vanzelfsprekend geen hond uitlaten.

Wie incidenteel hulp nodig heeft - dus niet dag aan dag! – omdat hij of zij echt ‘omhoog zit’, kan naar hetzelfde nummer bellen (2629999) met een verzoek om assistentie. De centrale gaat dan in het bestand van hulpvaardigen op zoek naar iemand in de omgeving die de hulpvrager uit de brand kan helpen.

Een hulpgever is niet verplicht onmiddellijk te komen opdraven. Als het niet uitkomt, mag hij/zij gewoon nee zeggen. Dan probeert de centrale iemand anders te pakken te krijgen.

Schaam je niet

In het gehele stadsdeel Segbroek heeft de Burenhulpcentrale momenteel bijna 350 deelnemers, zowel hulpvragers als hulpbieders, aldus Sandra Mencken die de centrale coördineert. „In de Vogelwijk staan momenteel 35 mensen ingeschreven als hulpbieder en sinds vorig jaar zomer hebben 22 Vogelwijkbewoners één of meer keren een beroep op de centrale gedaan. Wat het meest voorkwam, was hulp bij de computer of de tv die kuren vertoonde. Verder was er diverse malen sprake van klusjes in huis of tuin, het vervoeren van iemand, het uitlaten van een hond of het meenemen van bepaalde boodschappen.”

„We willen uiteraard graag dat zich meer mensen bij de centrale aanmelden als mogelijke hulpbieder,” zegt Sandra Mencken. „Maar ik wil ook graag benadrukken dat meer hulpvragers net zo welkom zijn.

Niemand hoeft schroom te hebben of zich te schamen om de Burenhulpcentrale te bellen. Er staat echt altijd wel iemand uit de omgeving klaar die in staat is een helpende hand toe te steken!”

De Burenhulpcentrale is ook op internet te vinden:
www.burenhulpcentrale.nl

Een odyssee om nooit te vergeten

Vader en zoon doorkruisten bijna half jaar Afrika

Door Dick van Rietschoten

Een odyssee moest het worden, en dat werd het ook, compleet met weidse vergezichten, schone verlokkingen, bittere tegenvallers en spannende momenten. Op 8 september vorig jaar vertrokken vanaf het IJsvogelplein vader en zoon Harry en Bart Aarsse in een tot camper omgebouwde bejaarde Mercedes-truck het avontuur van hun leven tegemoet: dwars door het Afrikaanse continent naar Kaap de Goede Hoop. Echtgenote en moeder Corinne, leerkracht van de Heldringschool, bleef alleen achter, maar niet als de zeemannsvrouwen van weleer die maandenlang niets van hun geliefden vernamen. Dankzij de moderne commu-

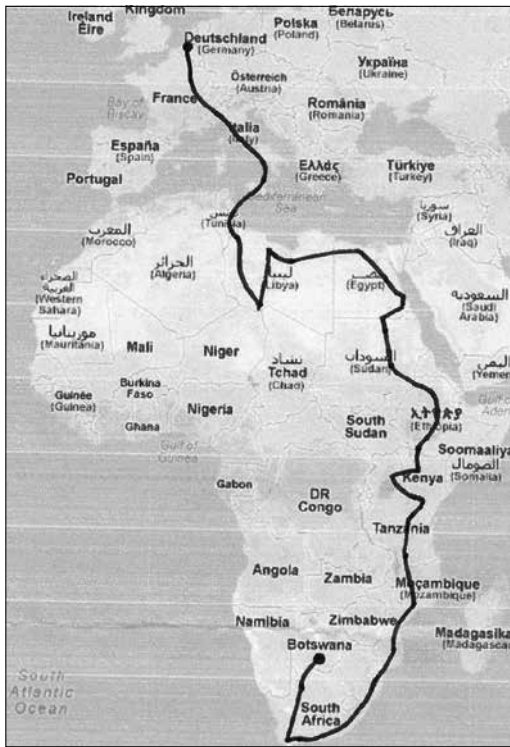
nicatiemiddelen zou zij geregeld contact met Harry en Bart kunnen onderhouden.

Botswana

Eind februari keerden de avonturiers ongeschonden terug in Den Haag, waar ze nog maar enkele uren na hun landing op Schiphol (de vrachtwagen hadden ze achtergelaten in Botswana) werden getraakteerd op een surprise-party in het pannenkoekenhuis in de Bosjes van Pex. Ook buiten de kring van familie, vrienden en kennissen was hun reis niet onopgemerkt gebleven, want halverwege het avontuur wijdde AD/Haagsche Courant er een artikel



Harry en Bart met 'Pumba' vlak voor hun vertrek in september



De gevolgde route.

aan en op 5 maart mochten vader en zoon zelfs over hun belevenissen vertellen in een tv-uitzending van omroep Max.

„We hebben ongeveer 25.000 kilometer afgelegd en zijn daarbij in totaal door zestien landen gereden,” vat Harry de statistische gegevens van de reis samen. „Nadat we bij Kaapstad het zuidelijkste puntje van Afrika hadden bereikt, zijn we geëindigd in Botswana, want daar woont een broer van mij. In het verleden heb ik zelf trouwens ook een paar jaar in Botswana gewoond en gewerkt, dus ik kende die regio al. Maar voor Bart was het allemaal hartstikke nieuw.”

Leuk

Bart, die in november in Egypte z'n 20^{ste} verjaardag vierde en binnenkort een opleiding hoopt te beginnen aan de Koninklijke Militaire Academie in Breda, vindt het moeilijk zijn gevoelens over de reis in een paar zinnen weer te

geven. „Veel mensen vroegen mij na terugkeer: ‘Hoe was het?’ En dan zei ik: ‘Leuk.’ Dan keken ze je gek aan. Pas als ze dóórvroegen, kwam ik met verhalen. Tja, het was fascinerend, inspirerend, leerzaam, onbeschrijflijk, noem maar op. Maar af en toe ook simpelweg níet leuk of ronduit irritant. Ik heb bijvoorbeeld een paar dagen koorts gehad, we hebben te maken gehad met corrupte en bureaucratische grenswachten, waarbij Egypte en Mozambique de kroon spanden, en diverse malen liet Pumba ons lelijk in de steek.”

Pumba? „O ja, zo noemden we onze wagen. Het is de naam van een wrattenzwijn uit de Disneyfilm *Jungle Book*.”

Route

De aanloop naar Afrika verliep als een normale vakantie: Harry en Bart koersten via Franse en Italiaanse campings naar Sicilië. Daar namen ze de boot naar Tunesië, waar het epos pas echt begon. De eerstvolgende bestemming werd Libië, gevolgd door een oversteek naar Egypte. Harry: „Daar hebben we onder meer boven de Nijl bij Luxor een ballonvaart gemaakt. We kwamen er gelukkig heelhuids van af, want eind februari stortte daar zo'n ballon neer, met 19 dode toeristen als gevolg.”

Na Egypte koerste het duo door Soedan, Ethiopië en vervolgens Kenia, waar geruime tijd halt werd gehouden voor een grote reparatieklus aan Pumba, die met gebroken veerbladen kampte. Een goede aanleiding voor een toeristische trip per vliegtuig naar buurland Uganda om in de jungle aldaar gorilla's te spotten. Bart: „Ik heb oog in oog met een zilverrug gestaan, op een paar meter afstand van elkaar!” De weken en maanden die volgden voerden het tweetal daarna nog door Tanzania, Malawi, Mozambique, Zuid-Afrika, Swaziland en Botswana.

Taakverdeling

De taken tussen vader & zoon waren tijdens de reis grofweg als volgt verdeeld: Harry was chauffeur (Bart ontbeert nog een rijbewijs) en

hij kookte meestal, in de regel met ingrediënten die op lokale markten of in supermarkten werden aangeschaft. Ook zorgde hij dat de voorraad water, bier en andere alcoholica op peil bleef. Bart trad op als navigator, waarbij hij gebruik maakte van landkaarten en een navigatiesysteem dat *tante Truus* werd genoemd. Verder speelde de zoon de rol van fotograaf en cineast en hield hij via internet een uitgebreid logboek bij. Dat laatste werd door vele bekenden in Nederland met graagte gelezen, want Bart bleek – afgezien van enkele hardnekkige taalzonden – een schrijftalent te zijn met een kleurrijke en soepele stijl.

De heren geven ruiterslijk toe dat het tijdens de toch niet te allen tijde koe en ei was. „Je leeft natuurlijk lange tijd op elkaars lip, dus dat botst af en toe, maar toch raakten we gaandeweg steeds beter op elkaar ingespeeld. Op den duur vormden we echt een ijzersterk team,” zegt Bart onder instemmend geknik van Harry.

Libië

Men moet trouwens niet denken dat het team Aarsse al die maanden louter met z'n tweeën Afrika doorkliefde. Er zijn namelijk vele andere westerlingen die precies hetzelfde doen en zo kom je dus onderweg nogal eens medereizigers tegen. Het noordelijke stuk Afrika – met onder meer de Libische woestijn - reden Harry en Bart om praktische- en veiligheidsredenen in het gezelschap van enkele Nederlandse trucks van Holland Africa Tour, een organisatie die geregeld met liefhebbers door het zwarte continent trekt.

„Zonder hen hadden we nooit zo'n bijzondere woestijntocht kunnen maken,” zegt Harry.

„Zij hadden voor ons ook de visa geregeld en bovendien voor gewapende bewakers gezorgd die ons door de woestijn loodsten. Libië leefde nog steeds in feeststemming vanwege het einde van het regime-Kadhafi. Wij waren zo'n beetje de eerste toeristen die sinds de val van de dictatuur door het land trokken. Bijna overal werden we vriendelijk bejegend, maar hier en daar

merkten we ook haat tegen westerlingen.”

Leuke bijkomstigheid in Libië: de krankzinnig lage brandstofprijzen. Harry: „We betaalden omgerekend 7 cent per liter diesel, dus daar hebben we onze 600-liter tank goed mee afgevuld.”

Tegen de mogelijke gevaren die ze onderweg zouden kunnen tegenkomen, hadden Harry en Bart zelf ook enkele 'wapens' meegenomen. Bart: „Natuurlijk geen kalasnikovs of pistolen, maar wel een in Frankrijk gekocht stroomstootapparaat – een taser - en pepperspray. Gelukkig hebben we beide niet nodig gehad.”

Huwelijksceremonie

Volgens vader en zoon werd het reizen een stuk relaxter toen ze de islamitische wereld achter zich hadden gelaten en Ethiopië gingen verkennen. Maar ook daar kregen ze een cultuurschok te verwerken. Diep in de binnenlanden mochten ze samen met een handvol andere toeristen getuige zijn van een bizarre huwelijksceremonie. „Daarbij werden jonge vrouwen uit het dorp met doornige takken op hun blote ruggen geslagen, wat bloedige striemen teweeg bracht,” aldus Bart. „Zo moesten ze de liefde voor hun familie tonen. Ze leken wel in trance en gaven geen kik. Sommigen kwamen nog om een paar extra slagen vragen. Verder moest de bruidgom zijn moed tonen door diverse keren naakt over de ruggen van een rij stieren te lopen.”

Eén attractie die ze allebei dolgraag hadden willen bezoeken, moesten ze vanwege verschillenden soorten pech (veringen, remmen, vastzitten in de modder etc.) en tijdgebrek helaas laten schieten: de imponerende Victoria Watervallen op de grens van Zambia en Zimbabwe. „Ik had ze al eens gezien, dus voor mij was het niet zo'n grote teleurstelling, maar voor hem zou het de eerste keer zijn en hij had zich er erg op verheugd”, broemt Harry, in Barts richting wijzend

Zuid-Afrika

Bart memoreert tot slot van het relaas *nóg* een opmerkelijke cultuurschok. „Die krijg je als je



Het team Aarsse heeft The Southernmost Tip Of The Continent Of Africa bereikt

vanuit het midden van het continent de republiek Zuid-Afrika bent binnengekomen. Want daar houdt het primitieve Afrika op. Het doet in één klap zó westers aan, althans als je niet in sloppenwijken á la Soweto komt: goede wegen, moderne gebouwen, relatief veel blanken, betere hygiëne enzovoorts. Dat was echt weer even wennen.”

„Ik heb ik Zuid-Afrika trouwens nog de kans gepakt om de hoogste bungeejump ter wereld te maken: vanaf een brug over een 200 meter diepe kloof waarin de Bloukransrivier loopt. Wow! Dat was wel een ervaring. En het gekke is: ik was geen moment bang. Dat ben ik trouwens tijdens die hele reis niet geweest. Jij ook niet hè, Harry?”

Nieuwe Activiteitencommissie

Wijkvereniging De Vogelwijk heeft sinds eind maart een nieuwe Activiteitencommissie. Deze commissie, die zich vooral zal bezighouden met de organisatie van kinderactiviteiten, bestaat uit Myra Bruijn (Leeuwerikplein), Femke van Veen (Papegaaiaalaan), Alphons Jacobs (Kiplaan) en Marije Teunissen (Cypresstraat). In het volgende nummer van dit blad zult u nader met hen kunnen kennismaken.

Zeer groot is de waardering van het bestuur van de wijkvereniging voor de inzet die de onlangs afgetreden Activiteitencommissie de afgelopen vier jaar heeft getoond. Zonder het creatieve enthousiasme van Karen Warmenhoven, Anouk van den Bout, Anke Lütkenhues, Carmin Raspan, Elizabeth Funnekotter en Frederique Paardekooper had de wijk nooit zulke leuke evenementen als paaspuzzeltochten, jeugdsportdagen en vossenjachten gehad!

Gepassioneerd koken en bakken voor wijkgenoten

Tekst en foto: Dick van Rietschoten

Lange drukke dag gehad. Geen tijd en eigenlijk ook geen zin meer om te koken. Komt wel vaker voor. Pizzateje halen dan maar weer? Of even naar de dichtstbijzijnde Chinees? Wacht even! Er is een leuk, gezond en goedkoop alternatief. En nog dicht bij huis ook. Kijk maar eens op de website www.thuisafgehaald.nl want als je daar rondsnuffelt, kom je vanzelf terecht bij Jessie's Cuisine aan het begin van de Laan van Poot. Wie zich tijdig heeft aangemeld, kan daar voor een spotprijs een maaltijd ophalen, desnoods voor het hele gezin.

Cordon Bleu

Dit vergt enige uitleg, maar die verschaft Jessica Heidenkamp, de vrouw achter Jessie's Cuisine, maar al te graag. De 34-jarige goedlachse moeder van de net 1 jaar oude Olivier en echtgenote van KLM-bedrijfsarts Jeroen Jeurissen, heeft naar eigen zeggen van jongs af aan al een passie voor koken. In haar huis aan de Laan van Poot 118 stijgen vanuit de keuken geregeld heerlijke geuren op. In Frankrijk zou men Jessica een *Cordon Bleu* noemen, een naam die is afgeleid van de blauwe sjerp die goede vrouwelijke koks in de achttiende en negentiende eeuw als ereteken kregen. Jessica klinkt die titel bekend in de oren, want ze heeft drie jaar aan de Riviera gewoond en gewerkt (in een hotel in St. Tropez en op een nabije camping) en is drie jaar op de Franse ambassade in Den Haag actief geweest als handelsattaché, waarbij ze intermediair was tussen het Franse bedrijfsleven en de Nederlandse overheid of Nederlandse bedrijven.

Sociaal koken

Nu is naast het moederschap koken haar belangrijkste bezigheid. Koken voor de lol, voor het eigen huishouden, maar ook 'sociaal koken', voor vrienden, kennissen en onbekenden. Wie

wil, kan bij haar tegen een lage prijs voortreffelijke maaltijden komen ophalen. „Ik verdien er niets noemenswaardigs aan hoor,” zegt ze. „Het plezier in het maken van culinaire creaties staat bij mij voorop.”

Logische vraag: hoe is Jessica daartoe gekomen? Ze steekt opnieuw van wal. „Toen ik zwanger was van Olivier, had ik mijn baan opgezegd. Ik werkte toen niet meer op de Franse ambassade, maar voor het Stadsgewest Haaglanden, een samenwerkingsverband van negen gemeenten in deze regio. Daar hield ik me onder meer bezig met het opzetten van de zogeheten knooppuntenroutes voor fietsers. Vorig jaar maart zag ik in De Wereld Draait Door de initiatiefneemster van de website 'Thuisafgehaald', een vrouw uit Utrecht die er heel aanstekelijk over vertelde. Het is een netwerk van thuiskoks, verspreid over heel Nederland en inmiddels ook België. Op de website kondigen ze aan wat ze op een bepaalde dag gaan koken en iedereen uit de buurt die ervan wil mee-eten, kan dan contact zoeken. De afhaler maakt dan een afspraak over het tijdstip waarop hij of zij langskomt. Men betaalt contant, liefst gepast, en je moet als afhaler wel een eigen pannetje, ovenschaal of tupperwaredoos meenemen. Dat is alles!”



Culinaire thuiskok Jessica: 'Ik doe het voor m'n plezier'

Landkaart

„Het systeem werkt perfect,” zegt Jessica. „Als je de website www.thuisafgehaald.nl opent, zie je een landkaart waarop alle thuiskoks staan die op dat moment iets in de aanbieding hebben. Vaak gaat het om maaltijden die de koks thuis toch al van plan waren te maken, maar waarvan ze met opzet een aantal porties extra maken. Op die landkaart kun je inzoomen naar je eigen woonplaats, wijk of buurt. En wat zie je als je in de Vogelwijk rondkijkt? Voilà! Jessie's Cuisine. Ik ben de enige in deze hele wijk die dit als aanbieder doet. Dat kunnen er natuurlijk nog veel meer worden.”

Jessica begon haar activiteiten voor ‘Thuisafgehaald’ vorig jaar september. Inmiddels heeft ze al een aantal vaste klanten in haar omgeving. „Afgezien van de lol van het bereiden vind ik het ook hartstikke leuk dat ik met veel nieuwe mensen kennis kan maken,” zegt ze. „We wonen hier nu vier jaar en in de afgelopen zes maanden heb ik meer buurtgenoten leren kennen dan in de drieënhalve jaar daarvoor.”

Mailadres

Via de website met het ‘virtuele kookplein’ kun je trouwens ook je naam en e-mailadres opgeven, waardoor je op de hoogte wordt gehouden van wat er in je omgeving wordt aangeboden. En iedereen kan ook verzoekjes indienen. Laatst kreeg ik de vraag van iemand uit de wijk die voor een party een aantal lekkere kleine cakejes en andere hapjes wilde hebben. Geen punt.”

Laatste vraag: waar is Jessica als kok naar eigen denken het best in? Ze laat een lach door de kamer klinken. „Nou eh... ik sta inmiddels al een beetje bekend als ‘de culinaire thuiskok’. Ik ben niet zo van de gewone happen als een macaroni- of zuurkoolschotel, maar ik probeer altijd meer in de richting van de haute cuisine te koken. Vorige week had ik bijvoorbeeld een maaltijd met eendenborstfilet. Uiteraard ook met zelfgemaakte saus.”

Gelukkig! Jessica bezondigt zich niet aan het in ons land veelvuldig uitgesproken en geschreven woord ‘eigengemaakt’. Helaas is die fout nog wel op de website te lezen. Maar dan is dan ook het enige minpuntje.



Op een frisse winterdag in de duinen aan de slag

Door Mischa Vos en Ruud van der Hoofd

Zondag 10 maart luidde het begin in van een periode waarin de winter nog een paar keer venijnig toesloeg. Om een frisse neus te halen en toch warm te blijven, deden duizenden mensen die middag mee aan de City-Pier-Cityloop. Ongeveer 35 anderen, voornamelijk afkomstig uit de Vogelwijk, maakten echter een andere sportieve keus. Zij hadden zich opgegeven voor de zogeheten Groenwerkdag in het duingebied bij de De Savornin Lohmanlaan, georganiseerd door Landschapsbeheer Zuid-Holland, in samen-

werking met de gemeente Den Haag en enkele natuurorganisaties.

Uitgerust met materialen als snoeischaar en takkenzaag gingen de vrijwillige natuurwerkers, jong en oud, onder deskundige leiding aan de slag met onder meer het kortwieken of zelfs geheel verwijderen van boompjes en struiken. Een andere opdracht die ter hand werd genomen was het slaan van extra palen met als doel de looppaden dwars door het duingebied extra te markeren. Het komt dan naar men hoopt minder vaak voor dat verdwaalde wandelaars een boete om de oren krijgen vanwege het (vaak niet opzettelijk!) verlaten van de paden.





Observatiewand

Leuk was ook het opbouwen van een houten observatiewand voor vogelliefhebbers bij het duinmeertje aan het eind van de Laan van Poot. Zo kunnen de vogelaars naar hartenlust filmen en fotograferen zonder de vogels met hun aanwezigheid te storen. Het karwei trok zelfs de aandacht van de Schotse hooglanders die sinds een jaar in dit duingebied wonen.



Wethouder Boudewijn Revis dankte de vrijwilligers voor hun inzet en vroeg hen of zo'n Groenwerkdag voor herhaling vatbaar is. De reacties waren instemmend. Er wordt inmiddels al gedacht aan het formeren van een vaste groep vrijwilligers die nu en dan bij het onderhoud van het Westduinpark de helpende hand biedt.



Zondag 9 juni: 'Woordkunst in de Vogelwijk'

Gezocht:

Schrijvers, dichters, zangers, rappers, cabaretiers, kalligrafen, letterontwerpers, boekbinders en andere 'woordkunstenaars'.

Op zondagmiddag 9 juni (en dus niet zoals eerder aangekondigd op 26 mei) zal de voorjaarseditie van *Uit de Kunst in de Vogelwijk* plaatsvinden rond het thema 'Woordkunst'. Dit evenement is dé gelegenheid voor kunstminnende Vogelwijkbewoners, van jong tot oud, amateur of professioneel, om kunstuitingen te tonen en te bewonderen.

De organisatoren, Simone Kappeyne en Mieke Douma, zoeken voor 9 juni wijkbewoners die zich op één of andere manier kunstzinnig bezighouden met 'het woord' en het leuk vinden om dat te delen met de bezoekers.

Het evenement zal gehouden worden in drie huiskamers die op loopafstand van elkaar liggen. Ieder huis heeft een thema: het *gesproken woord*, het *gezongen woord* en het *geschreven woord*. Op elke locatie zal er voor jong en oud van alles te zien, te horen en te doen zijn.

Dus schrijf je weleens, zing je graag, zit je in een band of een koor, heb je een hobby of een beroep waarin je met woorden, letters of boeken werkt, meld je dan bij

Simone: simonekappeyne@planet.nl,
06-3814 9134

of Mieke: visserdouma@hetnet.nl
tel. 06-51182890.

Paasbridgedrive in winterse sfeer

Door Ans Paris en Flynn Olie

Door het aanhoudende winterse maartweer leek het wel of de deelnemers aan de traditionele Vogelwijk-paasbridgedrive op zaterdagavond 23 maart op weg waren naar de kerstbridgedrive. Het paasevenement voor bridgers in en rond de wijk vindt meestal in lenteachtige sfeer plaats, maar nu was daar niets van te merken.

Binnen in de catacomben van de Bergkerk, het vaste strijdtoneel van de drives, was het gelukkig warm en sfeervol. Goed dus voor een gezellige bridgeavond. Bovendien was de feestelijke prijzentafel in elk geval in vrolijke lentekleuren opgemaakt. Zoals altijd was er immers ook nu weer na afloop voor elke deelnemer en deelnemster een prijsje naar keuze.

Het werd een avond met enthousiaste spelers en speelsters en spannende spellen. Ook de culinaire versnaperingen ontbraken niet.



De wisselbeker gaat voor een jaar naar het paar Jenny Mioch en Gerard van Dijk. Op de foto poseren ze met in hun midden organisator Lucy Nijmeijer, die uiteraard opnieuw een (ook in dit geval warm) applaus kreeg. Bij het weggaan werd er alweer gesproken over de kerstbridgedrive in december.



Kijk eens wat ze op 30 april in de Vogelwijk doen!

Groter leefgebied voor Schotse Hooglanders

De vier Schotse hooglanders die vorig voorjaar zijn uitgezet in de duinen rond de De Savornin Lohmanlaan, hebben in de laatste week van maart een groter leefgebied gekregen. Nu ook het duingebied achter het eindpunt van tramlijn 12 bij Duindorp een 'operatie natuurherstel' heeft ondergaan, mogen de grote langharige runderen ook daar grazen.



Op 26 maart werden twee van de dieren uit hun inmiddels vertrouwde habitat gehaald en naar het nieuwe gebied overgebracht om er te wennen. Hans Kruidierink, groenbeheerder van Segbroek, gaf de Hooglanders de vrijheid.



Wereldburgers aan de Duinrand

Gezin Van Oosterhout-Kennedy snel ingeburgerd in Vogelwijk

Tekst en foto's: Magda van Eijck

Op nummer 511 van de De Savornin Lohmanlaan woont sinds de zomer van 2012 het gezin Van Oosterhout-Kennedy. Het gezelschap bestaat uit Erik-Jan van Oosterhout, zijn Britse vrouw Julie Kennedy, hun zonen Kylian (15) en Dylan (13) en de tienjarige dochter Shannon.

Omdat het gezin lid is geworden van de wijkvereniging, zich al helemaal thuis voelt in onze mooie wijk, heel blij is met de vriendelijke buurtgenoten en behulpzame burens én met plezier het wijkblad leest, nam Julie contact op met de redactie om dit te melden. Een goede aanleiding om er eens op bezoek te gaan. Mooi toch dat nieuwe wijkbewoners al zo snel ingeburgerd zijn?

Kosmopolitische ervaringen

Julie leerde Den Haag als veertienjarig meisje kennen. „Dat was in 1981,” rekt ze terug. „Ik kwam toen met m'n ouders uit Frankrijk, waar we een aantal jaren hadden gewoond, en we kregen een huis in het Statenkwartier. Mijn vader werkte voor het mijnbouw- en ertsverwerkingsbedrijf Billiton, destijds nog een onderdeel van Shell. Hoewel mijn beide ouders Brits zijn - m'n vader komt uit het Noord-Ierse Belfast en m'n moeder uit Wales - koos ik in Den Haag voor de Franse school omdat ik al zeven jaar in Frankrijk op school had gezeten.” Het Statenkwartier speelde ook later nog een belangrijke rol in Julies leven. „Vanaf 1993 heb ik samen met Erik-Jan vier jaar in een dub-

bel benedenhuis op de Frankenslag gewoond en vervolgens gingen we voor tien jaar naar Afrika: Kameroen, Oeganda en Senegal. Maar daar heb ik het straks nog wel over, want er kwam ook nog vijf jaar Berlijn achteraan.”

Internationale school

„Toen we vorig jaar in Den Haag een huis gingen kopen, wist ik 100 procent zeker dat het in de Vogelwijk moest zijn. Dit is zo'n mooie buurt! Bovendien kenden we de omgeving al vrij goed omdat we tijdens onze Afrikaanse periode elke zomer een huisje in het Kijkduinpark huurden. We hadden ons trouwens ook voorgenomen om onze kinderen hier naar de Internationale School bij Kijkduin te laten gaan. Dat is ook gebeurd. Het is een goede opleiding en vanaf ons huis kunnen ze er makkelijk op de fiets naar toe. Net als op Nederlandse middelbare scholen moeten ook hier de leerlingen vóór het behalen van hun *International Baccalaureate* verplicht een maatschappelijke stage volgen. Toevallig dat in het wijkblad van maart een artikel hierover stond! Ik ben benieuwd of er in de Vogelwijk of omgeving iets is waarvoor ze zich kunnen aanmelden.”

Talenkennis

In 1991 ontmoette Julie haar Erik-Jan toen ze van het Erasmus-studiefonds een jaar lang



in Granada Spaans mocht studeren. „Met Spaans was ik al tamelijk vertrouwd, want ik had in Wales 'Modern languages and business studies' gestudeerd, een soort bedrijfskunde met nadruk op de talen Duits en Spaans. Erik-Jan studeerde in die tijd politicologie in Leiden en deed een deel daarvan in Granada om ook Spaans te leren. Later ging hij voor Buitenlandse Zaken werken.”

Als Julie over de talenkennis binnen het gezin praat, vraag je je geamuseerd af of er niet af en toe een Babylonische spraakverwarring ontstaat. „Onze kinderen zijn opgevoed met Nederlands en Engels en door ons verblijf van vijf jaar in Berlijn ook nog Duits en daarnaast een beetje Frans. Ik spreek deze talen ook, plus Spaans, net als Erik-Jan, en daarnaast spreekt Erik-Jan ook nog Portugees.”

Kameroen, Oeganda, Senegal

„In 1995 zijn we getrouwd. Erik-Jan werkte toen net bij Buitenlandse Zaken en ik heb toen een paar jaar bij Novib gewerkt en ook als management consultant bij een Brits bedrijf. Door het werk van Erik-Jan vertrokken we in 1997 naar Kameroen, waar hij een functie kreeg op de Nederlandse ambassade. Daarna volgde Oeganda en onze laatste post in Afrika werd Senegal. Vervolgens verhuisden we in 2007 naar Berlijn. Maar nu is het voorlopig weer even Nederland. In Afrika heb ik ook al die tijd gewerkt: op de ambassade in Kameroen, voor een Frans verhuisbedrijf in Oeganda en als voorzitter van een internationale vrouwenvereniging in Senegal.”

Neergestreken in de Vogelwijk richtte Julie *Kennedy Personal Coaching* op. Daarnaast werkt ze voor *Global Connection*, een bedrijf dat partners van uitgezonden personeel ondersteunt door middel van een blad, een website en 'personal support'.

„Wat coaching betreft ben ik gespecialiseerd in 'motivational coaching' en de coaching voor expats. Bij dat laatste gaat het bijvoorbeeld om de voorbereiding voor een overplaatsing, de

assimilatie ter plaatse en het omgaan met 'thuis-komen'. Dat kan in persoonlijke gesprekken 'face to face', maar ook via Skype. O ja, ik geef ook nog bijles in Frans en Engels, want ik houd er nu eenmaal van bezig te zijn."

Afrika en de zee

In hun huis op de De Savornin Lohmanlaan staan heel wat beelden en kunstwerken uit Afrika en ook aan de buitenkant is te zien dat het gezin lang op het Afrikaanse continent gewoond heeft. Naast de voordeur staat een totem en buiten - boven het raam van de woonkamer - staat op een brede raamlijst een miniatuur van een Senegalese vissersboot met daarnaast een walvisbot.

Julie: „Omdat we hier zo dicht bij de zee wonen, vonden we dat wel toepasselijk in de voortuin. De zee is zo dichtbij dat we 's ochtends en 's avonds vaak de branding kunnen horen. Op nieuwjaarsdag hebben we onze eigen nieuwjaarsduik georganiseerd door met het hele gezin vanuit huis de duinen over te steken, snel kopje onder te gaan in zee en als een haas weer terug te rennen naar huis. Nee, echt behaaglijk was het niet. Maar wel hartstikke leuk."

Verhuizing

Als hardnekkige zwerver had Julie nooit gedacht ergens een huis te zullen kopen, maar in de Vogelwijk was ze snel 'verkocht'. „Op de dag van de verhuizing maakten we trouwens nog iets moois mee. Alles was netjes in de kamers geplaatst, we hadden nog gezellig met de verhuizers zitten praten en daarna zwaaiden we met z'n allen de verhuisauto uit. Maar toen... viel de voordeur dicht en stonden we met z'n allen buiten zonder de nieuwe huissleutels. Erik-Jan moest via het balkon van de burens in ons eigen huis inbreken! Dat was wel een originele kennismaking met de burens!"

Wat Julie het meeste verraste toen ze hier kwamen wonen was de hartelijkheid van de burens. „Sommigen brachten bloemen, anderen een taart en als de vuilnisauto langs is geweest en je bakken staan nog buiten, dan zorgen de burens ervoor dat ze keurig op hun plek terecht komen." Maar het allermeest geniet het gezin toch wel van het uitzicht op de duinen én – zo benadrukt Julie - op de Schotse Hooglanders die er af en toe op hun gemakje lopen te grazen. Met die dieren in de nabijheid heeft hun leven nog een extra internationaal tintje gekregen.



Na de nieuwjaarsduik

Al zeven gegadigden voor proef in wijk met elektrische deelauto

Door Dick van Rietschoten

Zeven wijkbewoners zijn bereid om na de zomer deel te nemen aan een proefproject in de Vogelwijk, waarbij een groep mensen een elektrische auto deelt. De praktische invulling van deze proef moet nog worden uitgewerkt, maar de eerste stap is gezet. Dat gebeurde tijdens een informatieavond op 14 maart, georganiseerd door de vereniging Vogelwijk Energie(k) in samenwerking met de ANWB en Vogelwijker Evert Jeen van der Meer die al twee jaar in een elektrische auto rijdt.

„Misschien is dit wel een historische avond,” zei Paul Schlotter, voorzitter ad interim van Vogelwijk Energie(k), in zijn openingstoespraak. „Als over een aantal jaren de elektrische auto’s steeds meer het verkeersbeeld gaan bepalen en het fenomeen ‘deelauto’ heel gewoon is geworden, kunt u zeggen: ik was erbij toen deze ontwikkeling nog in de kinderschoenen stond.”

Kosten

De ANWB houdt op diverse plaatsen in het land al proefnemingen met elektrische deelauto’s. Voor het Vogelwijkproject stelt de organisatie een Nissan Leaf beschikbaar. „Tegen heel bescheiden kosten”, aldus ANWB’er Marco Eenennaam, die tekst en uitleg gaf over de voordelen van een elektrische auto, waarbij hij eerlijkheidshalve ook de nadelen opsomde. „Het is waar dat zo’n auto momenteel maar een actieradius heeft van ongeveer 120 kilome-



ter. Dan moet de accu weer worden opgeladen en als je dat doet met behulp van het gewone stroomnet van 220 volt, neemt dat wel een aantal uren in beslag. Als je flink ‘gas’geeft en bijvoorbeeld de verwarming aan hebt staan, raakt de batterij trouwens al sneller uitgeput. Bovendien zijn de oplaadpalen langs de openbare weg nog dun gezaaid. Maar de ontwikkelingen gaan snel en er komen steeds meer oplaadpalen en steeds betere accu’s, waarmee je dus zonder een oplaadstop veel verder kunt reizen.”

Oplaadpaal in de wijk

De Vogelwijk krijgt binnenkort ook een openbare oplaadpaal. Waar die komt te staan is nog niet bekend, maar het ligt in de rede dat het ergens in het midden van de wijk zal zijn. Bij de autodeelproef, die na de zomer van start kan gaan, maakt een groep wijkbewoners onderling afspraken wie op welke tijdstippen de auto mag

gebruiken. Eén persoon fungeert als hoofdbeerder van het voertuig, die het 'leenrooster' bijhoudt en de wagen bijvoorbeeld nu en dan door een wasstraat haalt. Degene die in de auto heeft gereden, moet echter ook voor het herladen van de accu zorgen.

De informatieavond eindigde met een praktijkbeleving. Wie wilde, mocht onder leiding van ervaren 'elektrische rijders' achter het stuur van een Nissan Leaf kruipen en een ritje door de wijk maken. Evert Jeen van der Meer waarschuwde alvast: „In het begin is het geruisloos zoeven een gekke ervaring, maar al gauw weet je niet beter meer en vindt je het juist gek als je weer in een wagen met een lawaaiige benzine-motor zit.”

Duurzame voorbeeldhuizen op 18 mei te bezoeken

Op zaterdag 18 mei krijgt u tussen 10.00 en 14.00 uur weer de gelegenheid een kijkje te nemen achter de voordeur van wijkgenoten en anderen in Den Haag die bezig zijn hun huis te 'verduurzamen' en hun enthousiasme, kennis en ervaring graag willen delen met anderen die ook de duurzame kant op willen.

Het gaat daarbij niet alleen om energiebesparende maatregelen, zoals vloer-, gevel- en dakisolatie, geavanceerde verwarmingssystemen, zonnepanelen en 'slimme' meters of thermostaten, maar ook om bijvoorbeeld regenwateropvangsystemen en 'groene' daken.

Als u wilt deelnemen als bezoeker, uw huis wilt openstellen of meer wilt weten, stuurt u dan een mailtje naar info@vogelwijkenergiek.nl

Word lid en krijg gratis een 'slimme' energiemeter

Als u nu lid wordt van de Vogelwijk Energie(k), de vereniging die de wijk duurzamer wil maken, wordt er bij u thuis gratis een zogeheten slimme energiemeter geïnstalleerd. Normaal betaalt u daarvoor ruim 72 euro. Het lidmaatschap van Vogelwijk Energie(k) kost maar 25 euro per jaar. Stuur snel een mailtje met uw gegevens naar: vogelwijkenergiek@gmail.com

In het volgende nummer van dit blad leest u meer over slimme meters.

Nieuwe subsidieregeling Haagse zonnepanelen

Op een datum in april die bij het drukken van dit blad nog niet bekend was, treedt er opnieuw een gemeentelijke subsidieregeling voor zonnepanelen in werking. Wie van plan is binnenkort zonnepanelen te laten installeren, kan van deze Haagse korting gebruik maken. De regeling duurt doorgaans maar kort. Wilt u weten, wanneer u voor de subsidie kunt inschrijven, mail dan de tekst "Aankondiging subsidie 2013" naar het volgende mailadres: subsidiezonnepanelen2012@denhaag.nl U ontvangt dan automatisch bericht zodra de nieuwe regeling daadwerkelijk van start gaat. De Haagse regeling biedt overigens geen vaste subsidiebedragen. Het is een open inschrijving, waarbij bewoners aangeven voor hoeveel vermogen ('Wattpiek') zij op hun dak willen plaatsen en welke financiële bijdrage zij daarvoor van de gemeente wensen te ontvangen. De inschrijvers met de laagste financiële bijdrage krijgen als eersten subsidie.

VOGELWIJKAGENDA

Zondag 14, 21, 28 april	13.00-16.00 uur: Voorjaarsfair Leeuweriklaan 13
Dinsdag 30 april	Koninginnedagfeest met VogelVrijmarkt, Kwartellaan
Zaterdag 11 mei	14.00 uur: Opening kunst- expositie Rietzangerlaan 2A
Donderdag 16 mei	19.30 uur: Algemene Ledenvergadering wijkvereni- ging in HALO
Zaterdag 18 mei	Vanaf 10.00 uur: Open huis bij duurzame woningen
Zondag 9 juni	Vanaf 14.00 uur: Woordkunst in de Vogelwijk
Zondag 16 juni	Vanaf 10.00 uur: 9e Vogelwijkkrally
Vrijdag 13 september	16.00 uur: Vogelwijk Golftoernooi (Ockenburgh)

"Ken U zelven"

Spiritueel centrum

Laan van Poot 292 - tel. 368 61 62



Woensdag 3 april: Petra verzorgt een avond met psychometrie a.d.h.v. een foto of voorwerp van een levend persoon.

Woensdag 10 april: Martin Reul verzorgt een avond met helderziende waarnemingen a.d.h.v. een briefje met de naam van een overleden persoon. Na de pauze kunt u gemagnetiseerd worden door diverse magnetiseurs.

Woensdag 17 april: Jock verzorgt een avond met psychometrie a.d.h.v. kleuren.

Woensdag 24 april: Ton Bons verzorgt een avond met psychometrie a.d.h.v. een foto of voorwerp van een levend persoon. Na de avond geeft Ton een bloemengroet.

Woensdag 1 mei: Brigitte Goudsmith verzorgt een avond met psychometrie a.d.h.v. een foto of voorwerp van een levend of overleden persoon.

Couperus

Zo ik iets ben, geef ik mezelf zo weinig
hooguit een zielgenoot zien zij van mij

Voor hen ben ik een opgedofte man
een Xerxes, een jaloerse uit het hoge Noorden
niet meer dan een verliefde ezels
ver weg van de vreugde, een man van onvermogen
of zelfs een Haagse vrouw, zweverig en droef

In momenten van een heilig weten
draag ik een berg van licht in mij
als ik afstand neem zie ik mij
als een hoogmoedige legende met weinig
lijnen van geleidelijkheid in het leven

Maar mijn geloof in God en in het noodlot
zijn een bescherming van mijn psyche
als er mensen en dingen voorbij gaan
mijn kunst en ik moeten elke dag opnieuw beginnen
want in de schemering woont altijd
een weten dat ik anders ben

Ook in Den Haag, de weduwe van Indië
waart een stille kracht en gedraag ik mijzelf
zo weinig als ik werkelijk ben, hooguit een zielgenoot
nooit meer dan dat zien zij van mij

Olga Millenaar

Te lage drempels ietsje opgehoogd

Door Dick van Rietschoten en Ruud van der Hoofd



Nog maar nauwelijks was het project 'rioolvernieuwing en herbestrating' in het wijkdeel tussen Kwartellaan en Oude Buizerdlaan in februari officieel als beëindigd verklaard of de bestratingsploeg moest opnieuw uitrukken naar de Vogelwijk. Een overijverige ambtenaar van het stadsdeel Segbroek had namelijk de nieuwe verkeersdrempels aan de Laan van Poot ter hoogte van de Wildhoefflaan en de Oude Buizerdlaan voor de zekerheid nog eens nagemeten. Daarbij had hij ontdekt dat de drempels 2,5 centimeter te laag waren aangebracht. Het gevolg hiervan was dat de aannemerscombinatie HABO Gww/BAM de opdracht kreeg het karwei ter plekke nog eens dunnetjes over te doen. En zo stond er op 7 en 8 maart opnieuw een werkliedenploeg met een asfalteermachine op de Laan van Poot om de drempels op de juiste hoogte te brengen.

Doe mee aan de enquête

Tot 15 april hebben de bewoners van het rioolprojectgebied Vogelwijk Fase III nog de tijd om de enquête in te vullen die de wijkvereniging over dit project heeft opgesteld. Het is belang-

rijk dat zo veel mogelijk mensen aan dit onderzoek meedoen, want de resultaten worden besproken met de gemeente en de uitvoerende bedrijven en kunnen op die manier bijdragen aan een nog betere dienstverlening en communicatie bij dergelijke projecten.

Voor het invullen van de enquête kunt u terecht op de website van de wijkvereniging

www.vogelwijkonline.nl



Het gebruik van internet heeft het voordeel dat een deel van de antwoorden automatisch kan worden verwerkt. Het invullen van de enquête vraagt maximaal 8 minuten van uw tijd. Wijkbewoners die geen internetverbinding hebben, kunnen bij de Vogelwijk Apotheek aan de Kwartellaan een papieren exemplaar van de enquête ophalen. Daarop staat ook waar de vragenformulieren moeten worden ingeleverd. Zoals het er nu naar uitziet, zal in januari volgend jaar worden begonnen met het sluitstuk van het riool- en bestratingsproject in de Vogelwijk: het gedeelte tussen Oude Buizerdlaan en De Savornin Lohmanlaan. In september begint de aanbestedingsprocedure voor deze klus.



De voorbereidingen voor de jaarlijkse Vogelwijkrally voor klassieke en sportieve automobielen zijn al in volle gang. Dit jaar wordt het al de negende op rij! De rally van 2013 zal plaatsvinden op zondag 16 juni.

De deelnemers kunnen inschrijven in:

- **de toerklasse:** geschikt voor degenen met geen of weinig rally-ervaring, die graag willen genieten van een gezellige en mooie toertocht in hun klassieke auto.
- **de sportklasse:** geschikt voor degenen die al eerder rally-ervaring hebben opgedaan en graag wat meer uitdaging en competitie aangaan, natuurlijk ook in hun klassieker.

De start vindt wederom plaats op het parkeerterrein van de HALO, Laan van Poot 363. Houd er rekening mee dat het dagprogramma om 10.00 uur begint en om plm. 19.00 uur eindigt. Het evenement wordt zoals gewoonlijk georganiseerd door de Vogelwijkbewoners Eric van der Maarel, eigenaar van *CHROME, the exclusive driving experience*, en Carine Smith. De kosten voor deelname bedragen 80 euro per équipe van twee personen. Hiervoor ontvangt u koffie/thee, de rally-bescheiden, autoschild, professionele begeleiding en bezemwagen met monteur, een (eenvoudige) lunch en een borrel

met hapjes bij de finish. Tevens zijn er prijzen beschikbaar voor de eerste drie équipes per klasse.

Voor diegenen, die graag mee willen doen, maar niet zelf beschikken over een geschikte auto, biedt *CHROME* een keuze uit verschillende klassieke huurauto's aan: zie www.chrome.nl

Schrijf u snel per e-mail in bij:

carine.smith@xs4all.nl

Vermeld naam chauffeur, naam bijrijder, merk en type auto, adres, telefoonnummer en e-mailadres en natuurlijk de klasse waarin u deelneemt.

Na inschrijving ontvangt u een bevestiging met uw startnummer en vermelding van het rekeningnummer waarop u het inschrijfgeld kunt overmaken.

Voor nadere inlichtingen/vragen: Carine Smith 06-51.15.23.73 of Eric van der Maarel: 06-28.22.80.98.

Bed & Breakfast

Kaat en ik verhuurden in de jaren tachtig in ons huis aan de Pauwenlaan wel eens een kamer aan toeristen, vooral Duitsers, bij wijze van bed & breakfast. We hadden er altijd succes mee en een aantal gasten is ons altijd bijgebleven.

Het was in het voorjaar van 1988 dat de VVV liet weten dat er een Duits echtpaar zou komen: Herr und Frau von Seidewitsch. Mijn familie uit Denemarken was die dag net vertrokken en ik moest snel de bedden van frisse lakens voorzien. Achteraf bezien had ik me niet hoeven haasten, want het echtpaar liet nogal op zich wachten.

Het duurde Kaat uiteindelijk te lang. Ze ging naar bed. Net wilde ze zich gereedmaken voor de nacht toen de bel ging. Ik was nog op mijn eigen etage op tweehoog. Door de haast om open te doen bleef Kaat onderweg ergens aan hangen, met een totaal opengereten broekspijp tot gevolg. Daarmee opende ze de voordeur.

Ik was inmiddels de trappen afgehold om met een brede lach het echtpaar te verwelkomen. Met een wervend VVV-praatje ging ik hen voor de trap op naar hun kamer: „Sehr schone Umgebung, das Meer ist ganz in der Nähe.“

Hoewel het buiten al schemerde, had ik wel in de gaten dat Frau von Seidewitsch er in haar mantelpak en op hoge hakken tiptop uitzag. Meneer was zo'n typsche Duitser met bierbuik, blond haar, snor en een hoedje op. Een enge man eigenlijk.

De vrouw liep naar de keuken annex badkamer en riep: „Ah, es gibt nog eine Küche!“ en kwam de kamer weer in. De man stond bij het raam en de vrouw tegen een kastdeur geleund. Ik hoorde wat onderdrukt gemompel en een giechel.

Ik begreep er niets van.

Ineens kwam de man – die nog nauwelijks iets had gezegd - op mij af, greep me fors bij mijn schouders en riep terwijl we over het bed rolden: „Herken je me dan niet? Ik ben Liesbeth en daar staat Syl!“ Ik stond perplex: het Duitse echtpaar bleek te bestaan uit twee verklede collega's van Kaat en mij.

Kaat was inmiddels op het kabaal afgekomen, waarna we uitgebreid verslag kregen van hun plan om ons er tussen te nemen. Een vriend hadden ze namens de VVV laten opbellen voor een kamer. Het tweetal dames was echt onherkenbaar. Liesbeth zag er werkelijk uit als een louche vent en Syl had ik nog nooit op hakken gezien of met een rok. Zij had knalrode aangeplakte nagels, die inmiddels in de rondte vlogen. Omdat we er zo waren ingetuind, hadden ze zich haast niet meer goed kunnen houden. Hun toneelstuk hadden ze zelfs tot in hun kofferinhoud doorgevoerd. Toen ze het valies openden, kwamen bier en bratwurst tevoorschijn en zelfs pikante Duitse boeken met fraaie titels als 'Schwüle Nächte'.

Ze vertelden nog dat ze hadden willen 'bumsen' boven Kaats hoofd, als het tenminste zo ver zou zijn gekomen dat ze waren blijven slapen. Enfin, er heerste grote hilariteit en het werd nog een dolle avond. Syl merkte op een gegeven moment op dat ze het wel erg vond dat ze ons 60 gulden door de neus hadden geboord. „Geeft niet hoor, meid“, riep Kaat, „we hebben voor 100 gulden gelachen!“

„Nou“, zei Syl, „dan krijg ik nog 40 gulden van je!“

Lorre

Kortom

Workshop 'lenteschoonmaak': Mooi opgeruimd de zomer in

Op zondagmiddag 21 april geeft Liesbeth Hofstee van het bedrijfje Mooi Opgeruimd aan de Papegaaiaan 7 van 14.00 tot 17.00 uur een workshop waarin ze praktische tips geeft om in huis eens radicaal schoon schip te maken en de boel desnoods opnieuw – en praktischer - in te richten. 'Een opgeruimd huis geeft een opgeruimd hoofd' luidt een van Liesbeths motto's. Kom je om in je spullen, zitten je klerenkasten te vol, bewaar je te veel paperassen, heb je geen plek voor een nieuwe hobby? Dan is het hoog tijd om mee te doen aan deze workshop. De kosten bedragen € 35 per deelnemer, inclusief koffie/thee, versnaperingen en een borrel. Minimum aantal deelnemers: 10, maximaal 15. Aanmelden met naam, adres, telefoon en e-mail bij: info@vergaderathome.nl
Zie ook de website www.vergaderathome.nl

Laat gratis graffiti van uw pand verwijderen

Wijkvereniging De Vogelwijk heeft met de gemeente Den Haag een contract gesloten om graffiti en illegaal aangeplakte posters in de wijk te laten verwijderen. Ook een aantal andere Haagse bewonersorganisaties hebben inmiddels zo'n contract.

Als u graffiti of illegale plaksels op een muur van uw woning (of bijv. een tuinmuurtje) wilt laten verwijderen, moet u eerst officieel opdracht daarvoor geven. Hiertoe vult u een inschrijfformulier in. Dat kan ook al worden ingevuld als er nog niets schoon te maken valt; gewoon voor het geval het in de toekomst toch nodig mocht zijn. Wie daadwerkelijk een gratis schoonmaakactie van een gekwalificeerd schoonmaakbedrijf wenst, moet ook een speci-

aal meldingsformulier invullen.

De beide formulieren zijn te vinden als u op de website van de gemeente Den Haag (www.denhaag.nl) rechts bovenin in het zoekvenster het woord *graffiti* invult. Dan komt u vanzelf bij de schoonmaakregeling terecht.

Let wel: de actie geldt voor zowel eigenaren van woningen en bedrijven als huurders. Nadere informatie is ook telefonisch te verkrijgen via het Meldpunt Graffiti: (070) 3534605.

Sport- en speldag voor kids bij korfbalvereniging ALO

Op zaterdag 20 april organiseert korfbalvereniging ALO de jaarlijkse sport- en speldag voor kinderen van 4 tot 10 jaar. Dit jaarlijks terugkerende festijn staat dit jaar in het teken van het thema 'cowboys en indianen'. Tijdens het feest kunnen kinderen met de korfbalvereniging kennis maken. Er is van alles te doen. Vooral veel leuke (korfbal)spelletjes, maar ook springen op een springkussen, geschminkt worden, op de foto gaan met een cowboy of indiaan, pannenkoeken eten en nog veel meer.

Opening: 11:00 uur. Waar: Evert Wijtemaweg in de Bosjes van Pex (naast de speeltuin)

Meer informatie: www.alo.nu/korfbal

Voorjaarsfair in Ivy Lodge

In en rond haar villa Ivy Lodge, Leeuwieriklaan 13, houdt Grada Albregts deze maand weer haar bekende Voorjaarsfair. Op de zondagmiddagen 14, 21 en 28 april bent u tussen 13.00 en 16.00 van harte welkom.

Het gebodene is zeer gevarieerd, dus er is voor elk wat wils: tuinartikelen, voorjaarsplantjes, zonnige tafelkleden, picknickplacés, manden, vogelhuisjes etc. etc. Daarnaast biedt Grada het gebruikelijke assortiment huis- en

tuindecoraties, kleine meubeltjes, lampen, kussens, sieraden en originele cadeautjes. Zoals gewoonlijk is alles uitermate vriendelijk geprijsd en het grootste deel van de opbrengst gaat naar een goed doel. Stap er eens binnen, al is het alleen al om de gezellige sfeer te proeven!

Tweetal gearresteerd na inbraakpoging Sportlaan

Op woensdag 20 maart arresteerde de politie rond 11.30 in de tuinen tussen de Sportlaan en de Sijzenlaan twee mannen van 20 jaar die een poging tot inbraak hadden ondernomen aan de Sportlaan, ter hoogte van de Nieboerweg. Een passerende wandelaar had glasgerinkel achter een huis gehoord. Hij vertrouwde het niet en belde het alarmnummer 112. Even later zagen agenten bij het huis twee mannen op het dak van een schuur klimmen. Het betrapte duo vluchtte daarop de tuinen van de woningen aan de Sijzenlaan in. Daar konden ze even later in de kraag worden gevat.

Petitie tegen vuilstort in gebied Westduinen

Scheveninger Jan Brand is een actie begonnen om de vuilstortplaatsen die al sinds jaar en dag in het Westduinpark zijn gevestigd op te heffen. Volgens hem zijn de vuilstortplaatsen, waar ook milieuvervuilende stoffen worden gedumpt, in strijd met het karakter van beschermd natuurgebied dat de Westduinen sinds begin deze eeuw hebben. Voor de petitie zijn minimaal 2500 handtekeningen nodig. U kunt uw sympathie betuigen via het internetadres <http://petities.nl/loket/den-haag>. Hier ziet u verschillende Haagse petitieën staan, waaronder ook die van Brand, met de naam 'Natura 2000 maar dan zonder vuilstortlocaties'.

Gevarieerde kunstexposities aan de Rietzangerlaan

Voor het vijfde jaar achtereenvolgende jaar exposeren de komende maanden kunstenaars uit de Vogelwijk en omgeving hun creaties in de zaal naast de kerk aan de Rietzangerlaan 2A. De tentoonstellingen, die een gevarieerd karakter hebben, zullen gedurende een aantal weekends in mei, juni en augustus te bewonderen zijn, telkens op zaterdag- en zondagmiddag van 14.00 tot 17.00 uur.

In het weekend van 11/12 en 18/19 mei kunt u zien: schilderijen, naaldwerk, handgemaakte tassen en quiltwerk.

Op 1/2 en 8/9 juni: kunstfoto's, schilderijen, sieraden en keramiek.

Op 10/11 en 17/18 augustus: schilderijen, grafiek, papiermachéwerk, weefwerk en tassen. De serie exposities wordt op zaterdag 11 mei om 14.00 uur geopend door Chris van Dam, voorzitter van de wijkvereniging. U bent van harte welkom!

De exposanten zien u (ook op de volgende expositiedagen) graag komen, kijken en misschien wel kopen.

Nadere informatie bij Murette Wils, Peter van Kessel en Hans Kruger via tel. (070) 323 89 10.

Biologische groenten op het Mezenpleintje

Groente- en fruithandelaar Ron van Arkel verkoopt sinds enkele weken in zijn winkel op het Mezenpleintje naast het gewone groente- en fruitassortiment ook biologische groente: van aardappels, uien, pastinaken en schorseneren tot tomaten, andijvie en zelfs paksoi. „Het komt allemaal van een bedrijf in Roelofarendsveen, dat niet alleen zelf biologische groente teelt, maar ook van

elders dergelijke producten haalt,” aldus Ron. Overigens kunt u bij hem ook terecht voor zuivelproducten, stamppotten, salades en wijn, maar dat wist u vast al.

Jubileumconcert gemengd koor Haga Sonare op 28 april

Het gemengd koor Haga Sonare bestaat twintig jaar en viert dit jubileum met een feestelijk concert op zondagmiddag 28 april. De uitvoering vindt plaats in de Noorderkerk, Schuytstraat 9-11. Het koor brengt *King Arthur* van Purcell ten gehore en ook een selectie van muziekstukken die de afgelopen twee decennia zijn gezongen. Medewerking wordt verleend door 2 solisten en het Scroll ensemble.

Orgel en piano worden bespeeld door Patrick Hopper en de algehele leiding is in handen van Sabine Geerlof-v.d.Zande.

Aanvang van het concert is 15.00 uur, de kerk is open om 14.30 uur. Kaarten kosten 12,50 euro (inclusief programmaboekje en koffie) en zijn verkrijgbaar via (070) 3237329 of voor aanvang van het concert in de kerk.

Zie website: www.hagasonare.nl

Zaterdag 20 april: Open dag op golfbaan Ockenburgh

Op een paar minuten rijden van de Vogelwijk ligt aan de Wijndaelerweg de schitterende 9 holes golfbaan Ockenburgh. Op zaterdag 20 april wordt daar vanaf 10.00 tot 16.00 uur een Open Dag gehouden. Jong en oud, golfers en niet-golfers zijn hier hartelijk welkom.

U wordt ontvangen met een gratis kopje koffie. Voor geïnteresseerden ligt er een informatie-setje klaar waarin onder meer staat hoe u lid kunt worden van Golfclub Ockenburgh. Er worden rondleidingen verzorgd en wie nog

niet eerder kennis heeft gemaakt met golfen, kan bij de golfcracks Ron Garcia en Derrick Ingram een gratis golfclinic volgen. Ook voor kinderen zijn er die dag leuke dingen te doen, zoals een puttingwedstrijd. Bezoekers die al een golfvaardigheidsbewijs (GVB) hebben, kunnen tijdens de Open Dag vrij golfen over alle 9 holes. Tot ziens op de Wijndaelerweg 125! Voor meer informatie, zie www.golfocckenburgh.nl

Strandlopen tegen stress, burn-out en depressie

Bewegingstherapeut Sam Pitzalis, wonend aan het Irisplein, geeft sinds kort ‘runningtherapie’ aan individuen en groepjes, waarbij het strand een belangrijke rol speelt. Op zijn website www.strandlopers.nl is alle informatie daarover te vinden.

In toenemende mate wordt bij depressies, burn-out of stress runningtherapie toegepast in plaats van medicijnen en bezoeken aan een psycholoog of psychiater. Dit past ook in de officiële richtlijn die huisartsen hebben gekregen om minder medicijnen en meer bewegen voor te schrijven. Runningtherapie begint met rustig opgebouwd joggen. Het is de bedoeling dat het een gewaardeerd en heilzaam onderdeel van het dagelijks leven wordt. Naar wens krijgt men ook voedingsadvies om wat kilo's kwijt te raken.

Sam Pitzalis is aangesloten bij de Stichting Running Therapie Nederland, opgezet door de bekende psychiater Bram Bakker.

Zie www.runningtherapie.nl

Een pakket van twee kennismakingslessen privé van een uur kost 50 euro in totaal. Bij afname van een pakket van 8 weken gaan die 50 euro af van de kosten daarvan.



Kwettertjes

Plaatsingsvoorwaarden

Kwettertjes zijn kleine gratis advertenties over vraag en aanbod, bestemd voor leden van de wijkvereniging. Bedrijfsreclame is niet toegestaan, tenzij het gaat om cursussen, lessen, huishoudelijke hulp e.d. Een advertentie mag maximaal 2x per jaar worden aangeboden.

Tekst aanleveren voor de 20^{ste} van elke maand bij mevr. M. Boutkan, Pauwenlaan 99, tel. 3684333. E-mail: mhboutkan@planet.nl

LIEVE, ERVAREN OPPASMOEDER -

Vanaf 1 mei beschikbaar op maandag, dinsdag en woensdag. Bel Moniek, tel. 06 129 67 691.

KINDEROPVANG - Op woensdagmiddagen vang ik kinderen op van 4 tot 10 jaar bij mij thuis (omg. Laan van Poot). Maximaal vier. Bij slecht weer tekenles of bootseerles in mijn atelier en bij mooi weer gaan we naar het strand. Kosten 7,50 euro per uur. Inlichtingen tel. 06 218 145 40

GEZOCHT - Wij zoeken voor drie dagen in de week een vriendelijke, kordate, opgeruimde dame die onze kinderen van 5, 6 en 7 jaar na schooltijd bij ons thuis in de Vogelwijk wil opvangen. Liefst een wat oudere dame die ervaring met oppassen op (eigen) kinderen heeft en wil koken of evt. lichte huishoudelijke taken uitvoeren. Bel tel. 06 425 409 64.

OPPAS AANGEBODEN - Wij, Noëlle de Looze (13) en Roos Korff de Gidts (14), zoeken oppaswerk in en om de Vogelwijk of Bomenbuurt. Wij kunnen dit alleen doen met z'n tweeën. Bent u geïnteresseerd, bel dan voor Noëlle: 06-28126525 en voor Roos: 06-45541166. Liefst bellen eind van de middag of 's avonds.

WONINGRUIL KAAPSTAD - Gezin van 4 (2 volwassenen, 2 kinderen) zoekt huizenruil in de Vogelwijk voor de periode 23 juni – 13 juli a.s. Wij wonen zelf in Houtbaai, Kaapstad, Z-Afrika. Ons huis bestaat uit 3 slaapkamers, grote tuin met zwembad, ruime keuken, bar met binnenbraai en enkele lounges. Voor verdere inlichtingen en foto's kunt u contact opnemen met +27 76 687 1817 of mailen naar evertjan.terburg@gmail.com

GEZOCHT - Lieve oppas of oppas-echtpaar in Vogelwijk voor mijn hond (Friese stabij, teefje, 4 jaar) tijdens vakantie, weekendje weg etc. Tel. 06 218 145 40.

TE KOOP - Altrex opsteekladder met 2x12 treden. Werkhoogte 5 à 6 meter. Vraagprijs € 35.- Tel. 36 49 989.

TE KOOP - Wij hebben een grote binnenbak/kooi voor een cavia of hamster te koop, tezamen met een buiten-ren. Ophalen voor € 15,- Interesse? Neem contact op met Sandra Korff de Gidts via: 06 - 28878701

HUISHOUDELIJKE HULP - Onze zeer vakkundige, betrouwbare en bescheiden hulp heeft nog tijd over om te werken. Zij is te bereiken op tel.nr: 06 850 279 70. Voor referenties/nadere inlichtingen tel 06 218 484 31.

HONDENOPPAS - Wilt u op vakantie en de hond kan niet mee, dan wil ik (Trudi) graag op uw hond passen. De hond (of maximaal 2 honden) kan bij mij logeren of ik kom bij hen logeren. Bel mij voor een afspraak op tel. 06 44 766 898. En hebt u op een dag geen tijd om met de hond te gaan wandelen, dan kunt u ook bellen.

TE KOOP - Kleuterfietsje met zijwieltjes 15 euro, autostoeltje, 15 euro, metalen vouwbed 10 euro. Tel. 32 33 968.

TE HUUR IN FRANKRIJK – Vakantie huis te huur in Zuid-Frankrijk, op de grens van de departementen Aude en Ariège, vlak bij het mooie middeleeuwse dorp Mirepoix. Prachtige omgeving, uitzicht op Pyreneeën. Maximaal 4 personen. Wifi aanwezig en Ned. en Fr. tv. Voor meer info: zie www.tekke.eu

TE KOOP: TVR S3C - In prima conditie. Bouwjr. 1992, 2900cc Ford V6, Racing green, beige leer, dashboard en stuur van hout, 29.500 km op de teller. Te rijden als cabrio, targa of gesloten. Auto nieuw aangeschaft bij Nimag; eerste eigenaar. Taxatierapport: € 22.500. Vraagprijs: € 19.500. Er zijn slechts 887 stuks van gebouwd! Bel Alexander op tel. 06 1300 1600.

VAKANTIE-DIERENOPPAS - Tijdens uw vakantie een betrouwbare dierenoppas nodig? Tegen geringe vergoeding kan uw dier thuis dagelijks door twee jonge Vogelwijkers worden verzorgd. Alleen katten, konijnen, cavia's, e.d. Geen honden, alleen incidenteel uitlaten als u een dagje weg bent of in noodgeval. E-mail: burenhulp@hotmail.com

BIJLES AANGEBODEN – Ik geef bijles wiskunde voor examenkandidaten (havo en vwo). Ik ben vierdejaars wiskunde student aan de TU Delft met ruime ervaring in bijles geven (o.a. werkzaam bij SSL; examencursus in Leiden). Tarief: €15 per uur. E-mail: ericshols@hotmail.com, telefoon: 06 38 655 987.

GEZOCHT - Rustig gezin, academisch gevormd, gewend aan de Vogelwijk, is op zoek naar woonruimte met het liefst 3 slaapkamers voor een langere periode. Graag uw reacties naar 06-18302914.

AANGEBODEN - Wit ledikant (merk Coming Kids, Springtime) met matras en aerosleep en in goede staat voor 50 euro. Tel: 06-515 29 770 of e-mail: laurabuters@hotmail.com

HALO organiseert weer zomersportkampen (Hague Sport Camps)

Op het complex van de Academie voor Sportstudies (HALO) in Den Haag, zijn de afgelopen jaren in de zomervakanties met groot succes sportkampen voor de jeugd van 6 tot en met 14 jaar georganiseerd. Ook dit jaar staan er weer twee sportkampweken op het programma: **van maandag 22 t/m vrijdag 26 juli 2013 en van maandag 19 t/m vrijdag 23 augustus.**

De kinderen kunnen kiezen uit een tennis-, dans- of golfsurfkamp, maar ook bestaat de mogelijkheid van een multi-sportkamp of het Big Five Extreme-kamp, want daarin worden veel verschillende sporten aangeboden.

Voor kinderen van 4 en 5 jaar is er een apart **Kiddokamp**. In dit kamp wordt ingespeeld op de ontwikkelingsmogelijkheden van deze leeftijdsgroep.

Tijdens de kampweken slapen de kinderen gewoon thuis. Zij kunnen dagelijks tussen 08.15 en 08.30 uur worden gebracht en tussen 17.15 en 17.30 uur weer worden opgehaald.

De specifieke sportactiviteiten worden tijdens de kampweken afgewisseld met andere sportieve en recreatieve activiteiten. De sportkampen zijn niet alleen leerzaam en gezellig voor de kinderen, maar zijn ook wellicht een praktische oplossing voor ouders die werken en zelf geen zes weken zomervakantie hebben.

Voor kinderen die Engelstalig, Franstalig of Duitstalig zijn bestaat dit jaar de mogelijkheid om tijdens de kampweek extra les te krijgen in de Nederlandse taal.

Wilt u meer weten (over de kosten bijvoorbeeld) of alvast een impressie krijgen door middel van foto's van de sportkampen van afgelopen zomer? Kijk dan op:

www.haagsesportkampen.nl Hier kunnen deelnemers zich ook aanmelden.

English version available!

Nuttige adressen & telefoonnummers

Politie

Alarmnummer bij acute nood, levensgevaar of brand: 112

Algemeen politienummer: 0900-8844

Politiebureau Segbroek, Fahrenheitstraat 192.

Geopend van 08.00 tot 18.00 uur.

Wijkagent: Wilfried van der Vorst

Tel. 0900-8844. E-mail:

wilfried.van.der.vorst@haaglanden.politie.nl

Spreekuur: elke dinsdagmiddag van 14.00 tot

14.30 uur in basisschool De Parkiet, Parkietlaan 1.

Buurtveiligheid

Hebt u informatie of wilt u informatie over de (on)veiligheid in de wijk, neem dan contact op met de veiligheidscoördinator van de wijkvereniging, Victor Veenman via buurtveiligheid@vogelwijkonline.nl

Brandweer:

Bij brand: 112

In alle andere gevallen: (070) 362.11.50

Post Loosduinen/Segbroek tijdens kantooruren: (070) 359 15 11

Doktersnachtdienst

tel. (070) 346 96 69

Informatie dienstdoende apotheken

tel. (070) 345 10 00

Stadsdeelkantoor Segbroek

Fahrenheitstraat 190, tel. (070) 353 57 00

Openingstijden Dienst Burgerzaken (paspoorten, rijbewijzen, uittreksels uit de burgerlijke stand, verhuizingen etc.): op werkdagen van 08.00-14.00 uur, maar op woensdag van 12.00-20.00 uur. Website gemeente Den Haag: <http://www.denhaag.nl>

Dierenambulance Den Haag

tel. (070) 328 28 28

Klachttelefoon gemeente

Tel. 14070

Meldpunt m.b.t. duingebied

hht_boswachters@denhaag.nl of

tel (070) 353.85.11

WIJKOUDERENWERK

Segbroek / Vogelwijk

Hulp voor zelfstandig wonende ouderen

Burenhulpcentrale Vogelwijk

Tel. (070) 262 99 99 of (070) 308 39 54.

Ouderenconsulent

Voor informatie, advies en bemiddeling op het gebied van wonen, welzijn en zorgverlening ten behoeve van ouderen kunt u een beroep doen op ouderenconsulent Lizeth Kastelein. Zij is voor het maken van een afspraak op maandag, dinsdag, woensdag en donderdag bereikbaar in buurtcentrum 't Lindenkwadrant, 2^e Braamstraat 6, tel. (070) 308 39 54.

Huisbezoek is mogelijk. Er zijn geen kosten aan verbonden.

Wijkbus Segbroek

Voor aanmelding als abonnee (30 euro per kwartaal) en vervoersafspraken: bel tussen 08.30 en 10.00 uur met (070) 368 50 70.

Telefooncirkel

Deze cirkel wordt gevormd door een aantal mensen die elkaar elke dag op vaste tijdstippen bellen om te weten of alles in orde is. Het dagelijks contact geeft de deelnemers een prettig en veilig gevoel. Tel. (070) 308 39 54. Lizeth Kastelein.

Buurtcontact/Bezoekgroep

Als u aan huis gebonden bent, contacten bent kwijtgeraakt en nieuwe contacten zoekt, bijvoorbeeld voor een praatje of om er eens op uit te gaan, is de bezoekgroep misschien iets voor u. Tel. (070) 308 39 54 Lizeth Kastelein.

Oppasservice

Als u de zorg heeft voor een volwassen huisgeenoot die thuis niet alleen kan worden gelaten, kunt u de oppasservice inschakelen als u er een paar uur tussenuit wilt. Tel. (070) 308 39 54.

Wijkservicepunt Uitzicht/Dekkersduin

In Florence woonzorgcentrum Uitzicht, Zonnebloemstraat 383, kunt u terecht voor informatie, bemiddeling en advies op het gebied van wonen, welzijn en zorgverlening. Tel. (070) 754 55 55.

Respect Zorggroep Scheveningen

De Respect Zorggroep levert thuiszorg, maar heeft ook enkele woonzorgcentra, een verpleeghuis en een seniorencomplex.

Tel. (070) 306 10 20

E-mail: info@rzgs.nl Website: www.rzgs.nl

Postadres wijkvereniging

Postbus 65923, 2506 EE Den Haag

Wilt u zaken aan het bestuur voorleggen of heeft u vragen over de wijkvereniging, dan is daarvoor elke dinsdag van 12.45 tot 16.45 uur ook onze secretariaatsmedewerkster Jeanine Fall bereikbaar via tel.nr. 06-12700626.

Bestuur

Voorzitter

Chris van Dam
tel.06 51 36 26 87
e-mail: cjlvandam@hetnet.nl

Secretaris

Anke Lütkenhues
Wildhoeflaan 12, tel. 06 818 79 177
e-mail: alluetkenh@aol.com

Penningmeester

Rob Heidt
tel. 365 87 28
e-mail: robertheidt@hetnet.nl

Overige bestuursleden

- Arthur Wiggers (infrastructuur),
Pauwenlaan 67, tel. 325 36 76
- Marianne Moor
Sportlaan 81, tel. 06 53 22 13 79
e-mail: moor@ikvpaxchristi.nl

Ledenadministratie

(voor aanmeldingen, opzeggingen en adreswijzigingen)
Paul Raasveldt, Patrijsslaan 6, tel. 06 - 24778721,
e-mail: leden@vogelwijkonline.nl

De contributie voor de wijkvereniging (incl. het maandblad) bedraagt € 15,- per gezin per jaar. Voor de contributiebetaling wordt een acceptgiro toegezonden.

Gironummer wijkvereniging: 1783722.

Activiteiten & Clubs

Activiteitencommissie Vogelwijk

Contactpersoon: Carmin Raspan,
tel. 06 - 21544061,
e-mail: activiteiten@vogelwijkonline.nl

Expat Committee

Carolyn Edgerton, 06 - 46118939
e-mail: edgearo@xs4all.nl

Ouderenactiviteiten

Mieke Douma en Ria Zonneveld
Tel. 3629191 of 3452268

Buurtveiligheid

Victor Veenman
buurtveiligheid@vogelwijkonline.nl

Bomencommissie

Clara Visser, Talinglaan 19, tel. 356 20 31
e-mail: clavi@hetnet.nl

Verkeerscommissie

Herman Boutkan, Frans Dietz, Erik v. Jaarsveld
e-mail: verkeer@vogelwijkonline.nl

Kustcommissie

Rutger van Hoogstraten, Fuutlaan 1,
e-mail: rutger@vanhoogstraten.com

Tennisclub

Ineke Brügemann, Kiplaan 29
e-mail: inekebrugemann@hotmail.com

Damesgymnastiek

Woe. 20.00-21.00 uur Houtrustschool
Ineke Spaanbroek, Leeuwerikplein 2, tel. 365 30 02

Conditietraining voor mannen

Di. avond HALO, Frank v.d. Maaten,
tel. 06 51 182 353, e-mail: frank@vandermaaten.nl

Jeu de boules

Sportveld Laan van Poot, di en do 14.00-16.00 uur.
Info: Liesbeth Hijmans, Fuutlaan 7, tel. 368 58 92

Volleybalclub

Do. 20.00-22.00 uur, HALO. Contact: Willem Korteweg, tel. 06-11928401
mail: volleybal@vogelwijkonline.nl

Speelplekken

Job Heimerikx en Maurits Voncken:
e-mail: j.heimerikx@pijlhove.nl of
maurits.voncken@minvenw.nl

Contact hondenbezitters

Floor de Ruiten, tel. 365 53 29.
e-mail: fl.deruiten@freeler.nl

Vogelwijk Energie(k)

info@vogelwijkenergiek.nl
Zie ook www.vogelwijkenergiek.nl