

UITGAVE VAN WIJKVERENIGING DE VOGELWIJK

# Vogelwijk

Jaargang 65 **12** december 2022



**VOGELWIJK-NOORD KRIJGT BETAALD PARKEREN | DE PATRIJSLAAN IN 1937  
OP ADEM KOMEN OP DE SPORTLAAN | COMPLEX HELLASDUIN INGEWIJD**

## Advertenties

Beheerder: Thomas Kramer

E [advertentiebeheer@vogelwijkdenhaag.nl](mailto:advertentiebeheer@vogelwijkdenhaag.nl)

Kwettertjes: Mileen Boutkan

T 3684333, E [mhboutkan@planet.nl](mailto:mhboutkan@planet.nl)

## Redactie

Dick van Rietschoten

Laan van Poot 152, T 06 27268377

E [dvanrietschoten@ziggo.nl](mailto:dvanrietschoten@ziggo.nl)

Mieke Hendriks

Papegaaialaan 12, T 06 38444072

E [miek.hendriks@gmail.com](mailto:miek.hendriks@gmail.com)

Sjaak Blom

Pauwenlaan 10, T 06 51 79 82 13

E [blom.bruin@hotmail.com](mailto:blom.bruin@hotmail.com)

Anja Knoope

Sportlaan 73, T 06 10 01 51 38.

E [anjaknoope@gmail.com](mailto:anjaknoope@gmail.com)

Ruud van der Hoofd (webmaster)

E [webmaster@vogelwijkdenhaag.nl](mailto:webmaster@vogelwijkdenhaag.nl)

## Algemeen mailadres redactie

[redactie@vogelwijkdenhaag.nl](mailto:redactie@vogelwijkdenhaag.nl)

## Website wijkvereniging

[www.vogelwijkdenhaag.nl](http://www.vogelwijkdenhaag.nl)

## Aan- en afmelden van leden

T 06 24 77 87 21 of

E [leden@vogelwijkdenhaag.nl](mailto:leden@vogelwijkdenhaag.nl). Zie verder achterin onder 'Ledenadministratie'

Verschijsing: 8 x per jaar. Oplage: 1950 ex.

## Druk

Pasmans Drukkerij

Chroomstraat 33, 2544 EX Den Haag

T (070) 397 71 71

E [info@pasmans.net](mailto:info@pasmans.net)

## 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.



Door Dick van Rietschoten

Onlangs zocht ik in de lijst 'Contacten' van mijn telefoon een nummer van iemand die ik al geruime tijd niet meer had gesproken. Ik verbaasde me erover hoe lang die lijst inmiddels is geworden. Wat een menselijk netwerk! Tegelijk nam ik me voor om op een rustig moment eens met de stofkam door die contacten te gaan. Had ik alle namen en nummers nog wel nodig? Vast niet. Er zaten ongetwijfeld mensen bij wier nummer ik lang geleden maar één keer had gebruikt, maar van wie ik de gegevens zekerheidshalve toch maar had opgeslagen.

Toen zich een poosje later zo'n 'schiftmoment' voordeed, kwam ik opnieuw voor een verrassing te staan. In de contactenlijst bevonden zich vier personen die dit jaar en voorgaande jaren waren overleden. Die zouden me nooit meer bellen en ik zou ze ook niet meer nodig hebben. Bovendien was hun nummer intussen ongetwijfeld al in andere handen gekomen. Toch bracht het een ongemakkelijk gevoel mee toen ik bij de betrokken namen en nummers op de 'verwijderknop' wilde drukken. Alsof die overledenen daarmee definitief uit je leven zouden worden weggestuift. En zo ontstond als vanzelf, voorafgaand aan het finale schrappen, voor elk van deze personen nog een apart herdenkingsmoment. Misschien herkent u dit wel, want ik kan me niet voorstellen dat ik de enige met zo'n ervaring ben.

Deze laatste maand van het jaar is sowieso altijd een periode van terugblikken. Er zijn wat dat betreft wel een paar dingen te noemen. Ten eerste is dit de laatste uitgave van het jaar waar het nummer 10 op prijkt. Komend jaar zullen we immers een tandje terugschakelen naar acht edities. Dan krijgt het 'kerstnummer' dus het cijfer 8. Ten tweede kijken we terug naar het gereedkomen van het geslaagde particuliere woonproject Hellasduin. Dat doen we aan de hand van een gesprek met een van de eerste bewoners. En ten derde vindt u in dit blad de aankondiging van een aantal activiteiten door de onlangs gerevitaliseerde Activiteitencommissie. Na een lange periode waarin de corona-pandemie tal van activiteiten lamlegde, probeert deze commissie in onze wijk weer wat leven in de brouwerij te krijgen. Toevallig heet een van de initiatiefnemers nog Brouwer ook! Er staat overigens ook nieuws in dit dikke decembernummer, over betaald parkeren bijvoorbeeld en over de toekomst van het ziekenhuisterrein aan de Sportlaan. En niet te vergeten een prachtig historisch verhaal over de Patrijslaan.

De gehele redactie wenst alle lezers alvast een aangename aanloop naar het nieuwe jaar!



# De wijk in Vogelvlucht

Door Redmar Wolf, voorzitter wijkvereniging De Vogelwijk

## Een jaar voorbij

En alweer de laatste editie van ons wijkblad in 2022. Een jaar dat nog begon met alle zorgen van de covid-pandemie, maar waarin met het uitbreken van de oorlog in Oekraïne het ene kwaad door het andere werd vervangen. De wereld om ons heen zal nooit meer hetzelfde zijn. We mogen ons gelukkig prijzen dat veel in onze wijk hetzelfde blijft. En dat we wonen in een buurt waarvan wij in ieder geval zelf vinden dat het de prettigste van Nederland is.

Maar ook in de Vogelwijk staat de tijd niet stil. Na vele jaren van voorbereiding en uitvoering is het appartementencomplex Hellasduin opgeleverd en mocht de wijk heel wat nieuwe bewoners (en leden van de wijkvereniging) verwelkomen. Midden in de coronatijd mocht ik nog samen met Irene van Geest, voorzitter van het koperscollectief, het 'bouwbord' onthullen. Inmiddels heeft wethouder Van Asten de officiële opening verricht. Het is een aanwinst voor onze wijk. Een groot compliment voor allen die dit resultaat - in goede harmonie met de omwonenden - mogelijk hebben gemaakt!

## Ziekenhuisterrein

Ook voor het voormalige Rode Kruisterrein aan de Sportlaan hangen veranderingen in de lucht. Het ziekenhuis is vertrokken en er wordt voorgesorteerd op herontwikkeling van het gebouw/terrein. Voorlopig is het oude ziekenhuiscomplex nog in gebruik als priklocatie en is het voormalige kinderziekenhuis in de linker-vleugel dit jaar in gebruik genomen als winteropvang voor dak- en thuislozen. Wijkbewoners die een steentje aan deze opvang willen bijdragen, kunnen zich melden via het mailadres: [winteropvang.denhaag@legerdesheils.nl](mailto:winteropvang.denhaag@legerdesheils.nl)

Bruikbare kleding die na corona soms niet meer zo goed past (daar heb ik in ieder geval last van), kunt u deponeren in de kledingcontainer voor de ingang. De tijdelijke bewoners van onze wijk zijn u dankbaar!

## Kerstboom

Een traditie uit de coronatijd is het regelen van een grote kerstboom op de Mezenlaan tegenover bakkerij Victor Driessen. Ook dit jaar is er een fraai exemplaar neergezet, met dank aan de gemeente én de bakkerszaak. De lichtjes in de boom worden op vrijdag 9 december om 17.00 uur ontstoken tijdens een gezellige bijeenkomst met medewerking van ons Vogelwijk Kerstkoor. U bent van harte welkom, mocht u deze uitgave tijdig ontvangen (daar spant het helaas altijd om in de decembermaand).

## Kerstverhaal

Het bestuur had gepland dat de winnaar van de Vogelwijk-kerstverhaalcompetitie de lichtjes zou mogen ontsteken. Helaas bleek de animo voor deelname aan deze verhalenwedstrijd voor de jeugd zeer beperkt. Met welgeteld één inzender moet ik constateren dat dit idee niet aansloeg en dat van een wedstrijd geen sprake is geweest. Op deze plaats wel een (zeer) eervolle vermelding voor de 9-jarige Dante van der Hulst van de Kruisbeklaan die een verhaal inzond over het vogeltje Jim dat ervoor zorgde dat iedereen in de wijk een kerstcadeautje kreeg.

## Extra ledenvergadering: 12 december

Bij dezen vraag ik uw bijzondere aandacht voor een extra algemene ledenvergadering die we houden op maandag 12 december om 20.30 uur in het clubgebouw van Quick in de Bosjes van

Pex (ingang aan de De Savornin Lohmanlaan, vlakbij de hoek met de Sportlaan). Deze bijeenkomst staat in het teken van het vaststellen van de jaarstukken over 2021, het instemmen met de benoeming van Ilonka Silleviss Smitt als bestuurslid en een update over verkeer/parkeren en de komende wijkactiviteiten in 2023. U bent vanaf 20.00 uur welkom, maar we beginnen dus pas een halfuurtje later. Zie ik u daar?

Mocht dat laatste niet het geval zijn, dan hoop ik dat u nu alvast zaterdag 24 juni 2023 in uw agenda blokkeert. Op die dag zal het 105-jarig bestaan van onze wijk groots worden gevierd

in en rondom restaurant Pex (Bosjes van Pex). Het is wel weer eens tijd voor een feestje, zo dachten wij.

Maar eerst is het voor u tijd voor feest in de huiselijke kring. Ik wens u alvast gezellige feestdagen toe en veel liefde, geluk en gezondheid in 2023.

*Redmar Wolf, ook namens de medebestuurleden Adam Braithwaite, Paul Lohmann, Lodewijk de Haes en kandidaat-bestuurslid Ilonka Silleviss Smitt.*

## Vogelwijkagenda

Vrijdag  
9 december

17.00 uur: Officiële ontsteking Vogelwijk-kerstboom op het pleintje aan de Mezenlaan.

Maandag  
12 december

20.30 uur: Extra algemene Ledenvergadering wijkvereniging in het clubhuis van Quick (ingang De Savornin Lohmanlaan).

Maandag  
19 december

- 10.30 – 12.00 uur: HoutrustKoffie, een ongedwongen ontmoeting van wijkgenoten in het paviljoen van Tennispark Houtrust. Elke wijkbewoner is welkom.
- 20.00 uur: Het Vogelwijk Kerstkoor zingt in de St. Albaanskerk, Rietzangerlaan 2. Toegang gratis.

Zaterdag  
14 januari

15.00 – 17.30: Bijeenkomst gemeentelijk 'Stappenplan gasreductie' in de Heldring-school, ingang IJsvogelplein.

Maandag  
16 januari

10.30 – 12.00 uur: HoutrustKoffie, een ongedwongen ontmoeting van wijkgenoten in het paviljoen van Tennispark Houtrust. Elke wijkbewoner is welkom.

Woensdag  
18 januari

14.00 – 16.00 uur: Kennismakingscursus valpreventie in Health Club Westduin achter de Nutsschool. Aanmelding via [activiteiten@vogelwijkdenhaag.nl](mailto:activiteiten@vogelwijkdenhaag.nl)

Woensdag  
25 januari

10.15 uur: Architectuur-exkursie in het Kunstmuseum (zie elders in dit blad).

Maandag  
6 februari

10.30 – 12.00 uur: HoutrustKoffie, een ongedwongen ontmoeting van wijkgenoten in het paviljoen van Tennispark Houtrust. Elke wijkbewoner is welkom.



Gemeente wil vanaf april betaald parkeren  
van 18.00 – 24.00 uur

# Parkeermeters in Vogelwijk-Noord

De gemeente Den Haag wil vanaf 1 april komend jaar gedurende de avonden betaald parkeren invoeren in het noordelijk deel van de Vogelwijk. Dit blijkt uit een zogeheten vooraankondiging die de wijkvereniging van de gemeente heeft ontvangen. Het beoogde gebied loopt vanaf de Houtrustweg tot en met de Nieboerweg. Ook de Rode Kruislaan en de uitlopers van de Fahrenheitstraat en Goudenregenstraat tussen de Segbroeklaan en Sportlaan worden hierbij betrokken.

Uit het zogeheten draagvlakonderzoek inzake betaald parkeren, dat het afgelopen voorjaar is gehouden, bleek onder bewoners van het noordelijk deel van de Vogelwijk ‘een beperkte maar duidelijke voorkeur voor betaald parkeren te bestaan’, aldus de ambtelijke vooraankondiging. ‘Dit kwam ook naar voren in de door de gemeente gehouden parkeerdrummetingen in het gebied en is bevestigd in gesprekken met de bewonersorganisaties die tussentijds zijn gevoerd.’ De verkeerscommissie van de wijkvereniging bestrijdt dat laatste. Er was weliswaar een Initiatiefgroep Parkeren Vogelwijk-Noord, die vurig pleitte voor invoering van betaald parkeren in het betreffende

deel van de wijk, maar de officiële bewonersorganisatie, namelijk het bestuur van de wijkvereniging, heeft zich altijd onthouden van een oordeel hierover.

## Coalitieakkoord

In het in september gesloten gemeentelijk coalitieakkoord van D66, VVD, CDA, PvdA en GroenLinks is afgesproken dat nagenoeg in heel Den Haag betaald parkeren zal worden ingevoerd. Wethouder Anne Mulder (mobiliteit) heeft echter aangegeven om in de Vogelwijk in eerste instantie recht te doen aan de uitslag van het draagvlakonderzoek. Het college van B&W wil daarom als eerste fase betaald parkeren invoeren in Vogelwijk-Noord.

## Vergunningen

Verwacht wordt dat het college eind januari of begin februari een definitief besluit over de parkeermaatregel neemt. Daarbij wordt uitgegaan van invoering met ingang van april. Het is de bedoeling dat voor het parkeren in Vogelwijk-Noord dagelijks tussen 18.00 en 24.00 uur moet worden betaald omdat gedurende die uren de meeste parkeeroverlast (vanuit andere wijken) wordt ervaren.

Uiteraard worden alle bewoners en bedrijven in het betrokken gebied tijdig door de gemeente van de nodige informatie voorzien.



De Nieboerweg op een zaterdagavond: overal bedrijfsbusjes. Vanaf april zullen die ongetwijfeld op de nog gratis parkeerplekken in het midden van de wijk worden neergezet.



Deze Jaguar staat al vele maanden op de Rode Kruislaan geparkeerd. Met ingang van april moet hiervoor worden betaald.

In februari worden hierover brieven rondgestuurd, waarin onder meer uitleg wordt gegeven over de diverse soorten vergunningen en de daarbij behorende kosten. Zo zal er onderscheid worden gemaakt tussen een bewonersvergunning (1e, 2e of 3e per adres), een bedrijfsvergunning, een bezoekersvergunning en andersoortige vergunningen, zoals een vergunning voor mantelzorgers. Naast de schriftelijke informatie wordt voor bewoners uit het gebied ook een inloopbijeenkomst georganiseerd, waar ieder met vragen en problemen terecht kan.

### **Parkeren op eigen terrein**

De gemeente heeft een al beeld van welke bewoners en bedrijven beschikken over parkeermogelijkheden op eigen terrein. Dit kan van belang zijn voor de vergunningaanvraag. Het is mogelijk dat deze bewoners in februari afzonderlijk worden benaderd over de daadwerkelijke beschikbaarheid van deze parkeer capaciteit.

### **Hoe verder?**

Er is nog geen planning voor een verdere invoering van betaald parkeren in de andere delen van de Vogelwijk. Wel zal de gemeente de effecten van de invoering van deze parkeermaatregel aan de noordkant van de wijk nauwgezet volgen en na ene jaar evalueren.

Mocht het zo zijn dat er grootschalige ‘uitwijk effecten’ van parkeerders zijn, dan wordt dit meegenomen bij het opstellen van een vervolgpianing.

Zoals gemeld, wordt iedereen in Vogelwijk-Noord in februari ruimschoots over de plannen geïnformeerd. Wanneer bepaalde vragen niet tot die tijd kunnen wachten, kunt u mailen naar [parkerenvogelwijk@denhaag.nl](mailto:parkerenvogelwijk@denhaag.nl) of bellen naar het gemeentelijk informatienummer 14070 (op werkdagen van 08.30 tot 17.00 uur) en daarbij vermelden dat u vragen hebt over de aangekondigde parkeerregeling in Vogelwijk-Noord.

---

## *Reactie van de Verkeerscommissie Vogelwijk*

### **Een korte terugblik**

In het noordelijk deel van de Vogelwijk is sprake van parkeeroverlast, die veroorzaakt wordt vanuit de omringende wijken waar betaald parkeren geldt. De *Initiatiefgroep Parkeren Vogelwijk-Noord* heeft om die reden in het voorjaar van 2021 een bewonersenquête gehouden in dit deel van de wijk en op basis van de uitslag daarvan aan de gemeente gevraagd een draagvlakmeting te doen naar betaald parkeren in de hele wijk. Die meting is begin dit jaar uitgevoerd. Alleen in de Vogelwijk-Noord stemde een kleine meerderheid voor invoering van betaald parkeren.

In het nieuwe gemeentelijke coalitieakkoord 2022-2026 is vastgelegd dat in bijna heel Den Haag betaald parkeren zal worden ingevoerd. Daarmee is de uitslag van de genoemde parkeerenquête als het ware door dit akkoord ingehaald. Op grond van de uitslag van de draagvlakmeting heeft wethouder Anne Mulder (VVD) onlangs besloten dat Vogelwijk-Noord alvast een regeling voor betaald parkeren (in de avonduren) zal krijgen.

Het bestuur van de wijkvereniging en de Verkeerscommissie zijn overigens nauwelijks

betrokken geweest bij deze besluitvorming. Er is vanuit de gemeente overleg geweest met de initiatiefgroep, maar de verkeerscommissie heeft altijd een neutraal standpunt ingenomen. Het bestuur van de wijkvereniging huldigt het standpunt dat er geen draagvlak is voor invoering van betaald parkeren in de hele wijk.

### POET-regeling

De Verkeerscommissie heeft nog wel enkele vragen over het parkeerplan voor Vogelwijk-Noord. Die betreffen met name de gevoelig liggende regeling van het 'parkeren op eigen terrein' (POET) en eventuele wijzigingen daarvan.

In het coalitieakkoord staat daarover in paragraaf 3.2. Mobiliteit te lezen dat naast het invoeren van betaald parkeren in nagenoeg de hele stad wordt *"bezien of er ruimte is om flexibeler om te gaan met het parkeren op eigen terrein in relatie tot bewonersvergunningen"*. Ook staat er: *"We benutten bij de invoering van betaald parkeren de eventuele mogelijkheid om maatwerk te leveren bij parkeren op eigen terrein"*.

Hoe dit uitgewerkt gaat worden is nog niet duidelijk. Het vormt op dit moment nog geen vastgesteld beleid. In de huidige situatie komt het er op neer dat wanneer er een eigen parkeergelegenheid aanwezig is er geen 'eerste bewonersvergunning' voor op straat wordt verstrekt. In de praktijk betekent dit dat men geen andere keuze heeft dan om tussen 18.00 en 24.00 uur op eigen terrein te parkeren.

De gemeente zal in februari een definitieve lijst beschikbaar hebben waarop staat welke bewoners in Vogelwijk-Noord al dan niet over een eigen parkeerplek beschikken. Bezwaar maken tegen deze beslissing is mogelijk. Zoals uit de gemeentelijke aankondiging van het parkeerplan blijkt zal er na een jaar een evaluatie plaatsvinden van de gevolgen van de invoering van betaald parkeren in het betreffende gebied, waaronder het 'verdringingseffect' naar andere delen van de Vogelwijk.

### Laadplekken

Het kaartje dat bij de vooraankondiging van de gemeente is gevoegd, laat zien dat alle straten tussen Houtrustweg, Segbroeklaan en Nieboerweg (beide zijden) onder de parkeerregeling zullen vallen. Dus óók de strook langs het Verversingskanaal op de Houtrustweg en het parkeerterrein bij de rioolwaterzuivering op de Laan van Poot. De parkeerstrook op het verlengde van de Nieboerweg tussen de Duivelandsestraat en de Duindorpdam blijft vallen onder het vergunningsgebied van Duindorp.



Het gebied waar vanaf april 's avonds voor parkeren moet worden betaald

De laadplekken voor elektrische auto's zullen eveneens onder het parkeerregime gaan vallen. Die mogen dus na invoering van de regeling 's avonds alleen worden gebruikt door mensen met een bewonersvergunning, tenzij voor het staan op zo'n oplaadplek parkeergeld wordt betaald.

Tot slot: De gemeente heeft nog geen beleid ten aanzien van het parkeren van bedrijfsbussen in de stad. De Verkeerscommissie vreest een verdere verspreiding in de wijk van deze busjes en andere auto's waarvoor - om welke reden dan ook - geen vergunning kan worden verkregen.



# Plankader voor bebouwing van ziekenhuisterrein bijna gereed

Door Dick van Rietschoten

Op het voormalige ziekenhuisterrein aan de Sportlaan moeten woningen worden gebouwd voor diverse doelgroepen en in verschillende prijsklassen. Ook dienen er ruimten te komen voor maatschappelijke voorzieningen, zoals een huisartsenpraktijk, een ontmoetingsruimte en 'kleine daghoreca'. Een ondergrondse parkeergarage is eveneens een vereiste. Dit staat in het voorlopige Planuitwerkingskader (PUK) waaraan de projectontwikkelaar die op het terrein aan de slag wil gaan zich in elk geval moet houden.

Op 7 november presenteerden de gemeente en het Haga-ziekenhuis (nog altijd eigenaar van de gebouwen) tijdens een informatiebijeenkomst in het oude complex aan de Sportlaan het ontwerp kader voor de bebouwing van het gebied. Er was een grote opkomst van omwonenden uit de Bomenbuurt en Vogelwijk. Het ontwerp kader wordt nog dit jaar ter beoordeling aan de gemeenteraad voorgelegd, waarna het definitief door B&W zal worden vastgesteld.

## Aanbesteding

De conceptversie van het PUK komt niet alleen voort uit wensen van de gemeente en het Haga-ziekenhuis. Voor een belangrijk deel is het kaderplan gebaseerd op een in mei gehouden inspraakbijeenkomst voor bewoners rond het ziekenhuisterrein. „Daarbij kwamen ontzettend veel overlappende ideeën en belangen aan het licht”, aldus Frank Bouhuis, vastgoeddirecteur van Haga. In het kort schetste hij het vervolg van de procedure: „Begin volgend



jaar wordt er een aanbesteding uitgeschreven, een zogeheten tender, waarbij het bouwterrein met het bijbehorende plankader wordt aangeboden aan belangstellende projectontwikkelaars. Die kunnen dan bouwplannen opstellen en indienen. Als er uiteindelijk een plan is gekozen, zal Haga de opstallen aan de betreffende projectontwikkelaar verkopen.”

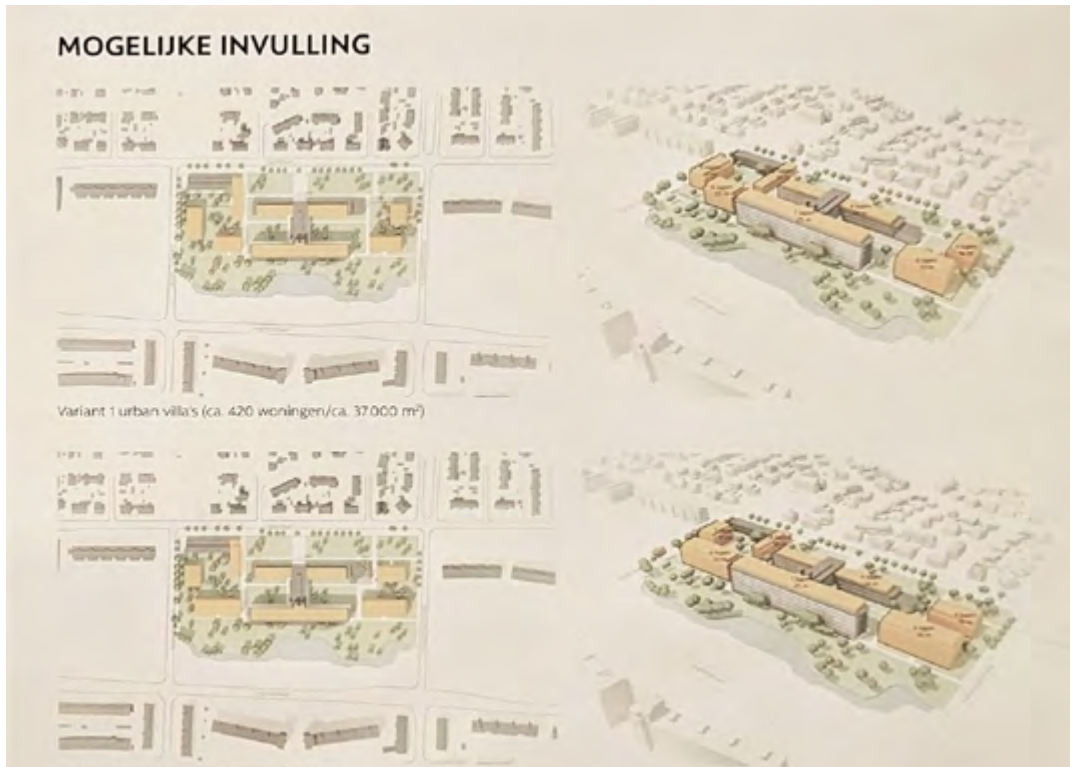
### Architectuurhistorische waarde

Namens de Dienst Stedelijke Ontwikkeling van Den Haag zette gemeentelijk architect Beate Begon de inhoud van het ontwerp-PUK uiteen. Essentieel daarin is dat het voormalige Rode Kruisziekenhuis, de in 1960 in gebruik genomen creatie van architect Julius Luthmann, niet geheel met de grond gelijk mag worden gemaakt. Het oorspronkelijke H-vormige kerncomplex (zonder de latere aanbousels aan weerszijden) heeft namelijk een architectuurhistorische waarde. Daarom is in het planuitvoeringskader vastgelegd dat



Beate Begon van de Dienst Stedelijke Ontwikkeling legt de mogelijkheden voor bebouwing van het terrein uit

het aanzien van de gevels aan de voor- en achterkant behouden moet blijven. De opritten naar de hoofdingang aan de Sportlaan zijn echter niet heilig. Bovendien mag het vroegere Juliana Kinderziekenhuis – nu nog dienst doend als winterpopvang voor daklo-



zen – ondanks z'n nog jeugdige leeftijd van 23 jaar geheel worden gesloopt.

### Bouwhoogte

Belangrijke voorwaarden uit het concept-PUK zijn ook dat de toekomstige bebouwing niet hoger mag worden dan de huidige bouwhoogten plus eventueel een bescheiden toplaag en dat het nieuwe ensemble een 'groene uitstraling' krijgt. Wat de bouwhoogten betreft geldt voor de Sportlaankant een maximum van 14 meter en aan de kant van de Haagse Beek (Segbroeklaan) 25 meter.

Het woningbouwplan moet een mix worden van koop- en huurwoningen, maar in elk geval moet 30 procent uit sociale huurwoningen bestaan en 20 procent uit 'middeldure huurwoningen'. Een deel van het complex dient ook te bestaan uit seniorenwoningen, hetzij in de koop- hetzij in de huursector.

Alle informatie die tot nu toe bekend is over de toekomst van het ziekenhuisterrein, inclusief een filmverslag van de informatieavond van 7 november, is te vinden op de website: <https://herontwikkelingsportlaan.nl>

## TIPS van de Activiteitencommissie Vogelwijk

### Workshop kerststukjes maken onder professionele leiding

Op **maandag 12 december van 10.30 tot 13.00 uur** en **zondag 18 december van 15.00 tot 17.30 uur** kun je in de studio van *Natallia Volk* van *Floral Design Studio* aan de Laan van Meerdervoort een origineel kerststukje maken.

Natallia, opgegroeid in Wit-Rusland en sinds vier jaar wonend in Den Haag, is een gediplomeerd bloemist die ook lesgeeft aan internationale floristen. Ze heeft met haar bloemkunst zelfs diverse prijzen gewonnen.

Tijdens de workshop versier je onder leiding van Natallia een kaars versieren met groen en kerstdecoraties.

Locatie: Natallia's studio, Laan van Meerdervoort 269 (tussen Beeklaan en Archimedesstraat) waar je tot 18.00 uur gratis kunt parkeren.

Natallia schenkt koffie/thee en de wijkvereniging verzorgt er wat lekkers bij.

Vogelwijkbewoners betalen voor deelname aan de workshop de speciale prijs van €25,00 p.p. Meld u snel aan (met de gewenste dag van deelname) bij Yvonne Brouwer via een mail naar: [activiteiten@vogelwijkdenhaag.nl](mailto:activiteiten@vogelwijkdenhaag.nl)

### Berlage-excursie in Kunstmuseum

Het is u tijdens een bezoek aan het Kunstmuseum Den Haag (voorheen Gemeentemuseum) vast wel eens opgevallen wat voor speciaal gebouw dit is. Het ademt de stijl en kleurgebruik van architect H.P. Berlage. Ook in het gebruik van lichtinval toonde hij zich heel creatief en inventief. Meer over het exterieur en interieur van



het gebouw komt u te weten tijdens een excursie onder leiding van een deskundige gids op **woensdag 25 januari**. Om 10.15 uur verzamelen we ons in de hal na de entree bij de hoofdingang aan de Stadhouderslaan.

Geef u wel van tevoren op via een e-mail aan: [activiteiten@vogelwijkdenhaag.nl](mailto:activiteiten@vogelwijkdenhaag.nl) Vermeld daarbij met hoeveel personen u komt. U dient zelf een toegangsbewijs voor het museum te kopen of uw Museumkaart te laten zien. Wijkvereniging De Vogelwijk betaalt de gids. *Let wel: deze excursie gaat uitsluitend over het gebouw en dus niet over de kunstwerken!*



Bewoner Kees Tromp:  
'Een schitterende plek om oud te worden'

## Helemaal happy in Hellasduin

Door Dick van Rietschoten

Begin juni dit jaar namen de eerste bewoners hun intrek in het appartementencomplex Hellasduin bij het sportpark rond de atletiekbaan aan de Laan van Poot. Een van die pioniers is Kees Tromp (74), gepensioneerd huisarts. Hij behoort tot de kleine groep bewoners voor wie de Vogelwijk al bekend terrein was. Voorheen woonde hij aan de Mezenlaan. „Ons geduld werd op de proef gesteld”, zegt hij, „maar het loonde zeer. Ik heb het hier uitstekend naar m'n zin.”

Als we Kees Tromp bezoeken, begin november, oogt en ruikt alles in en rond de twee woonblokken van Hellasduin – Kees woont in de linker versie van de tweeling – nog nieuw. Het nog grotendeels maagdelijke plantsoen

krijgt net z'n eerste groene struikjes in de grond en de wanden van de lift in de hal zijn nog bekleed met stootwerend materiaal. „Er zijn nog steeds mensen hier naartoe aan het verhuizen”, legt Kees uit.

## Geneeskunde

Kees' wortels liggen in Alkmaar, waar z'n wieg stond en waar hij in een gezin met vijf kinderen opgroeide. „Na m'n middelbare school had ik nog iets heel anders in mijn hoofd dan arts worden”, vertelt hij. „Mede onder invloed van mijn vader, die aannemer was, schreef ik me in voor een studie weg- en waterbouwkunde aan de Technische Hogeschool in Delft – inmiddels de TU Delft geheten. ‘Leuk’, dacht ik eerst nog, want je kunt daar veel kanten mee op. Maar na een paar jaar moest ik tot de conclusie komen: nee, dit is eigenlijk niks voor mij, hier wil ik niet mee verder.”

Intussen was er al een ander studieplan tot rijping gekomen. „Ik ging geneeskunde studeren. Niet op een van de klassieke plekken in Leiden of Utrecht, maar in Rotterdam. Daar zat een frisse jonge faculteit voor medisch studies, nog maar net opgericht. Dat vond ik op zich al aantrekkelijk, maar een nog groter pluspunt was dat ik kon blijven wonen in Delft, waar ik als TH-student al een onderkomen had. Lekker dicht bij Rotterdam dus.”

„Destijds was je na zes jaar studeren basisarts en kon je na een aanvullende studie van slechts één jaar huisarts worden, dus ik dacht: dat doe ik erbij”, recapituleert Kees. „Met een fijnzinnig lachje: „Tegenwoordig kom je daar niet meer mee weg. Voor de specialisatie tot huisarts staat nu drie jaar.”

## Praktijk

Omdat hij overwoog zich eventueel verder te bekwamen in de wereld van de psychiatrie, ging hij aanvankelijk als huisarts aan de slag in een psychiatrische inrichting in Rotterdam. „Maar na een jaar had ik het daar wel gezien en toen de kans voorbij kwam om een huisartsenpraktijk over te nemen in Den Haag, heb ik die onmiddellijk gegrepen. Het was een praktijk op de Tienhovenselaan in de wijk Escamp. Daar heb ik twintig jaar gewerkt. Met plezier, maar het was wel pittig, zo in je eentje. Daarom ben ik daarna in een samenwerkingsverband met

andere huisartsen gestapt. Bij het Leyenburg-ziekenhuis ontstond een zogeheten HOED-praktijk, wat staat voor Huisartsen Onder Eén Dak. In dit geval ging het om vijf artsen, waar ik er dus eentje van was.”

Naast zijn werk als ‘eerstelijnsdokter’ of ‘poortwachter van de gezondheidszorg’, zoals huisartsen ook wel worden genoemd, heeft Kees zijn praktische vakkennis ook jarenlang overgedragen aan een volgende generatie vakbroeders en -zusters. „Ik reisde geregeld naar de universiteit van Leiden om daar les te geven aan huisartsen in opleiding. Ook heb ik heel wat beginnende Haagse huisartsen opgeleid.” Lange tijd woonde Kees op de Daal en Bergselaan. Hij was getrouwd en had een dochter en een zoon gekregen (Trots: „Mijn dochter Elise is ook huisarts geworden!”), maar toen het huwelijk tien jaar geleden strandde, verhuisde hij naar de Mezenlaan, met uitzicht op het pleintje bij de bakkerszaak. „Kort daarvoor had ik met een drukbezochte receptie afscheid genomen van mijn patiënten. Vooraf had ik duidelijk gemaakt dat ik geen cadeaus wilde, maar graag geld wilde inzamelen voor een goed doel. Ik had daarvoor een weeshuis in Tanzania uitgekozen en dat werd een succes. Een paar maanden later ben ik zelfs nog bij dat kindertehuis en de bijbehorende medische post op bezoek geweest. Een mooie reis. Heel indrukwekkend!”

## State of the art

Uit zijn hoofd rekt Kees even terug wanneer hij met het Hellasduinproject in aanraking is gekomen. „Ik was al vanaf het allereerste begin van de plannen geïnteresseerd. Ergens in 2016 was dat. In het wijkblad had ik erover gelezen en ik vond het zo'n leuk particulier bouwproject dat ik me aanmeldde als gegadigde en daarna alle informatiebijeenkomsten heb bijgewoond.”

„Toen de plannen concreter werden, tekende ik in voor een appartement van 95 vierkante meter. Dat is het dan ook geworden en kijk





maar eens om je heen: ruimte genoeg voor mij alleen, lekker veel lichtinval, een mooie open keuken, een prima balkon en alles prachtig afgewerkt met degelijke materialen. En alles hier is gasloos hè! Het is op het gebied van energievoorziening helemaal *state of the art* om het zo maar eens te zeggen. Het is hier ook altijd aangenaam, met warmtepompsystemen die voor verwarming zorgen als het koud is, onder meer via de vloer, en voor koeling als het warm is. Als ik dan toch één minpuntje zou moeten noemen, dan is het dat onze superdeluxe parkeergarage met volautomatische autolift nogal aan de krappe kant is. Je moet heel precies manoeuvreren. Maar verder: alle lof voor de architect en het bouwbedrijf! Er is trouwens ook een andere kant van de medaille, die niet mag worden vergeten: de omwonenden aan de Laan van Poot en de Tortellaan verdienen net zo goed een compliment, want die hebben tijdens het bouwproces aardig wat te verduren gehad.”

### Asielzoekers

De afgelopen zes jaar heeft Kees als pensionado niet met de armen over elkaar zitten afwachten tot z'n droomappartement in Hellasduin klaar was. „O nee, verre van dat!”, klinkt het. „Ten eerste heb ik allerlei leuke vormen van vrijetijdsbesteding, zoals tennissen, golfen en zeezeilen, en ten tweede ben ik na m'n afscheid als huisarts part-time in een asielzoekerscentrum in Katwijk gaan werken, bij het voormalige

militaire vliegveld Valkenburg. Dat doe ik nog steeds. Twee ochtenden per week houd ik daar spreekuur.”

De toehoorder heeft maar weinig woorden nodig om een indruk te krijgen van die bijzondere werkplek. „Er wonen voornamelijk mensen uit Syrië, Eritrea en Irak. Niet alleen volwassenen maar ook kinderen. Die krijgen gelukkig wel onderwijs, maar de ouderen mogen niks. Die lopen zich het grootste deel van de dag te vervelen. Het is geen vrolijk makend werk. De bewoners van het centrum hebben niet alleen fysieke klachten, maar vaak ook psychische problemen. Heel begrijpelijk natuurlijk. Je treft er ook specifieke Afrikaanse of Aziatische ziekten aan, zoals *thalassemie*, een zeer ernstige vorm van bloedarmoede die gepaard gaat met groeistoornissen, hartproblemen en vermoeidheid. En ja, dan heb je natuurlijk ook nog het probleem dat de taal vaak een barrière in de communicatie vormt. Ik maak dan ook geregeld gebruik van een telefonische tolkenhulp.”

### Babyvleugel

Het gesprek krijgt allengs toch weer een vrolijker noot, want in de lichte woonkamer prijkt een object waar de ogen van een bezoeker moeilijk omheen kunnen: een piano, of zelfs meer dan dat: een babyvleugel, zoals dit instrument vaak wordt genoemd. „Ik kreeg al pianoles toen ik nog op de lagere school zat”, zegt Kees, „en ik ben het altijd blijven ontwikkelen en bijhouden. Maar altijd klassieke stukken, met een sterke voorkeur voor Bach. Ik heb nooit



de neiging gehad de kant op te gaan van jazz, boogie-woogie of een ander licht genre. Soms speel ik samen met een violiste. En kennelijk is de wand- en vloerisolatie hier hartstikke goed, want ik heb nog geen enkele klacht van burens ontvangen. Mocht iemand er toch ooit problemen mee hebben, dan valt er natuurlijk altijd een mouw aan te passen.”

### Sociale samenhang

Dat laatste zegt hij niet zomaar. Want een van de aardige aspecten van Hellasduin is dat de bewoners van de 42 appartementen elkaar allemaal min of meer kennen. „We hebben in de jarenlange aanloop naar de oplevering heel wat bijeenkomsten gehad, gediscussieerd, ons verheugd op wat komen ging en gezamenlijk de teleurstellingen verwerkt als er weer eens vertraging in het proces zat, bijvoorbeeld door de coronapandemie of door gemeentebestuurders die opeens moeilijk gingen doen over bepaalde bouwtekeningen. Zo ontstaat er toch een zekere band. Ik wil trouwens nog graag gezegd hebben dat ik grote bewondering heb voor de wijze waarop het bestuur van onze kopersvereniging onder leiding van Irene van Geest ons door al die jaren van voorbereiding en uitvoering heeft geloodst. Chapeau!”

„Er zijn in de loop der tijd ook enkele subclubjes ontstaan, die de sociale samenhang nog verder hebben versterkt, zoals een tuincommissie, een technische commissie en zelfs een lief- en leedcommissie. Kortom: ik heb hier niks te klagen. Ik heb zelfs geen last van de omstrede padelbanen omdat ik hier aan de voorkant zit van het complex zit. Tijdens de bouw is ons geduld aardig op de proef gesteld, maar het loonde uiteindelijk allemaal zeer. Dit is een schitterende plek om oud te worden. Het is wat je noemt een levensloopbestendige woonomgeving, waar ik het uitstekend naar m'n zin heb. En wat ook leuk is: intussen heeft de wijk er nog een Tromp bij gekregen, want mijn zoon is de nieuwe bewoner geworden van mijn vorige huis aan de Mezenlaan.”

## Nieuw leven voor gered HALO-kunstwerk

Op vrijdag 2 december heeft wethouder Robert van Asten (Stedelijke Ontwikkeling, tevens 'stadsdeelwethouder' van Segbroek) in feestelijke sfeer het Hellasduincomplex officieel geopend. De wethouder sprak lovende woorden over de totstandkoming van het project en hees vervolgens een speciaal ontworpen Hellasduin-vlag. Tijdens het openingsfeestje werd ook ruim



aandacht besteed aan een bijzonder kunstwerk dat in het plantsoen aan de voet van het appartementencomplex een plaats heeft gekregen. Het is een sculptuur met een verhaal, want het stond al sinds 1962 op ongeveer dezelfde plek, bij de sportacademie HALO. De maker ervan was de Haagse kunstenaar Bram Roth (1916-1995), van wiens hand verspreid over de stad meer creaties te vinden zijn, onder meer op het Sweelinckplein (De Stedenmaagd) en op de Conradkade bij de Houtrustbrug (Amazone). Het zwaar verwaarloosde kunstwerk – een stenen blok met een reliëf van twee dansende figuren – is op initiatief van huidig Hellasduinbewoonster Irene van Geest in 2018 gered uit de klauwen van de machines die de HALO kwamen slopen. Op kosten van de bewoners is het inmiddels door een gespecialiseerd bedrijf in Ameide gerestaureerd.





# Feestversiering in Vogelwijk voor huwelijk van Juliana & Bernhard

Door Gerco van der Heiden en Dick van Rietschoten

In de collectie van het Haags Gemeentearchief bevindt zich sinds kort de bovenstaande foto van begin januari 1937, waarvan de kwaliteit helaas nogal wat te wensen overlaat. Desondanks zit er een aardig verhaal aan vast, dat bij dezen uit de doeken wordt gedaan. Wijkbewoner Gerco van der Heiden, mede-auteur van dit verhaal en verzamelaar van oude Haagse ansichtkaarten, kreeg deze afbeelding onlangs in bezit. Het is een ansicht die in augustus 1938 is verstuurd van Den Haag naar Heemstede. Hij onderzocht de achtergrond van de kaart en schonk een kopie ervan aan het Gemeentearchief.

Ter verduidelijking van het verhaal achter de foto hebben we wel een paar andere illustraties nodig, want vandaag de dag is op het eerste gezicht niet vast te stellen waar het plaatje is geschoten.

De afbeelding, die gemaakt moet zijn in de laatste week van december 1936 of de eerste

week van januari 1937, toont het begin van de Patrijslaan, richting Fazantplein. De met struikjes versierde artistieke zuil aan de linkerkant, waarop we nog net een wimpel zien wapperen, staat echter niet op de Patrijslaan. Zowel het ornament als de dame ernaast bevinden zich op het destijds nog bestaande middengedeelte

van de Sportlaan, die hier van rechts naar links loopt. Wie goed kijkt, ziet zelfs nog de tramrails liggen van lijn 21 die hier toen reed.

### Haagse Beek

In het midden van de Sportlaan stroomde de Haagse Beek, die hier en daar behoorlijk breed was. Op enkele plekken, zoals hier, waren overgangen gemaakt naar de toenmalige Segbroeklaan en de Bloemenbuurt. Bijgaand plattegrondje maakt dat duidelijk. Vanuit de Patrijslaan kon je zo naar de Geraniumstraat lopen.



Op een andere foto, genomen in het begin van de jaren dertig, is goed te zien hoe de Sportlaan (links) en Segbroeklaan (rechts) in

die tijd twee parallelle lanen waren, gescheiden door de Haagse Beek. Door de massale afbraak aan de kant van de Segbroeklaan gedurende de oorlogsjaren – ten behoeve van de aanleg van de Duitse anti-tankgracht – en de bouw van flats na de oorlog is dit gebied er totaal anders uit komen te zien.

### Bruiloft

Terug naar de foto van het kruispunt Sportlaan-Patrijslaan. De opname laat een van de feestelijke ornamenten zien die aan de Sportlaan rond de Haagse Beek zijn neergezet ter gelegenheid van het aanstaande huwelijk van prinses Juliana en prins Bernhard. De bruiloft zal plaatsvinden op 7 januari 1937, eerst in het oude Haagse stadhuis aan de Groenmarkt en daarna in de nabijgelegen Sint-Jacobskerk.

In tal van wijken zijn comités gevormd die geld inzamelen om voorafgaande aan het huwelijk straten te versieren met bogen, poorten, zuilen en andere decoraties.

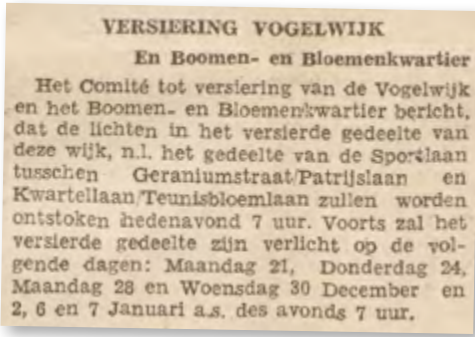
Zo ook in de Vogelwijk, waar wordt samengewerkt met de Bomen- en Bloemenbuurt. In Dagblad *Het Vaderland* van 4 december 1936 is hierover onder meer het volgende te lezen:



Foto: Haags Gemeentearchief

De Haagse Beek, midden de jaren dertig. Links de Sportlaan ter hoogte van het Sprietplein (waar nog wordt gebouwd) en rechts de Segbroeklaan. Er zijn verschillende 'dammen' in de beek tussen de Vogelwijk en de Bloemenbuurt, zo ook verderop bij de Patrijslaan.



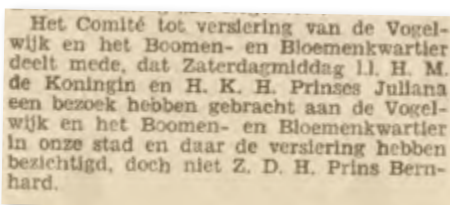


*Het stemt het Comité tot versiering in de Vogelwijk en het Boomen- en Bloemenkwartier tot grote voldoening dat het definitief opdracht heeft kunnen geven tot versiering van het gedeelte van de Sportlaan tussen de Geraniumstraat–Patrijslaan en de Kwartellaan–Teunisbloemlaan. Het plantsoen tussen de Geraniumstraat en Teunisbloemlaan zal worden geflankeerd door twee lichtmasten van elk 5,6 meter hoog. Voorts zal in het plantsoen een lichtmast worden geplaatst en ongeveer 9 meter geflankeerd door enige wimpelmasten.*

*De vijvers (van de beek) zullen worden omlijst met elektrische verlichting. Om het plantsoen zullen als een omlijsting 48 kleine wimpelmasten worden geplaatst. De verlichting zal gedeeltelijk 9 achtereenvolgende avonden worden ontstoken en op enige avonden zal er muziek zijn en een fakkelverlichting plaats vinden. Alle giften zijn welkom! Uw steun is nog hard nodig!*

### **Koninklijk bezoek**

De initiatiefnemers en ontwerpers van de straatversieringen hadden wel eer van hun werk, want op zaterdag 19 december 1936 kwamen de aanstaande bruid Juliana en haar moeder koningin Wilhelmina de feestelijke ornamenten in hoogsteigen persoon bewonderen. Een krantenbericht daarover meldt dat ZDH (Zijne Doorluchtige Hoogheid) prins Bernhard daarbij verstek had laten gaan.



### **Bewoners**

Zoals op de oude Ansichtkaart te zien is, wordt er op de Patrijslaan hier en daar al enthousiast gevlagd. Dat geldt niet voor het hoekhuis rechts, Patrijslaan 1, want dat staat leeg. Uit archieven van de burgerlijke stand is op te maken dat de voormalige hoofdbewoonster Anna Engelgeer – die er in 1931 was komen wonen toen het huis nog gloednieuw was – begin december is vertrokken naar Wassenaar. Bij nadere beschouwing blijkt er een bord in de tuin te staan waarop ongetwijfeld *Te Koop* staat. Pas enkele maanden later wordt de woning volgens adresboeken uit die tijd betrokken door dr. J. Wittop Koning, ‘specialist inwendige ziekten’, en diens echtgenote. De arts oefent zijn praktijk uit aan de Groot Hertoginnelaan. Aan de andere kant van het pand, op Patrijslaan 1a, komen we in die periode de familie J. Haasnoot tegen. De heer des huizes is handelaar in automobielen. Op Patrijslaan nr. 3 woonde sinds 1934 het gezin van Arthur Frédéric Louis Offergeld, een Vlaming afkomstig uit de Brusselse randgemeente Anderlecht.

In de eerste woningen aan de overkant van de straat, Patrijslaan 2, 4 en 6, wonen in die tijd respectievelijk twee gezinnen en een weduwe met kinderen. Op nummer 2 treffen we de familie Drielsma aan, waarvan de vader (Isidore geheten) vertegenwoordiger is. Nadere gegevens ontbreken. Nummer 4 is de residentie van Klaas de Vink, inspecteur bij de Veeartsenijkundige Dienst, die zich daar vlak na de bouw van het huis in 1932 met vrouw en kinderen heeft gevestigd. In het huis met nummer 6 woont de dan 55-jarige muziklerares Catharina de Jong–Höweler met een zoon en dochter. Ze is al enkele jaren weduwe en geeft les op de Christelijke Montessorischool, gevestigd in de later door de Duitsers afgebroken Banaanstraat.

Bronnen: Krantenarchief Delpher, Haags Gemeentearchief (foto's, woon- en familiekaarten) en adresboeken 's-Gravenhage 1936/'37 en 1937/'38.



## Sint Maarten 2022 uitbundig gevierd

„Mam, is een waxinelichtje ook een kaars?” Een heldere meisjesstem klinkt op 11 november door de bijna windstille avondlucht aan de zuidkant van de Vogelwijk. Het meisje, zwaaiend met een veelkleurige lampion en gevolgd door drie andere kinderen met dezelfde uitrusting, staat bij de voordeur van een huis waar in een uitgestorven woonkamer een glas met een brandend waxinelichtje staat. Haar moeder wacht met een plukje andere ouders voor het tuinhokje. „Zou kunnen hoor!” roept de aangesprokene terug. „Bel maar aan, je weet nooit...” Het meisje reikt naar de bel, maar

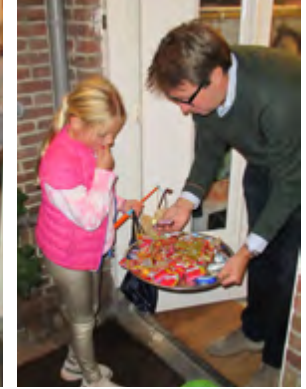
er komt geen reactie. „Nee, dat wordt niks”, concludeert de moeder. „Er is niemand thuis. Dat lichtje staat trouwens ook niet pal voor het raam. Kom, we gaan verder!”

### Oliebollen

Vorig jaar was het op 11 november nog coronatijd, maar toen al ging het traditionele Sint-Maartensfeest in de wijk gewoon door alsof er niets aan de hand was. Dit jaar bestond er echter geen enkele – al dan niet gegronde – vrees meer voor besmetting met het virus dat de wereld ruim twee jaar in de greep heeft gehad. Sint







Maarten werd uitbundig gevierd. Onbekommerd dwaalden enkele honderden kinderen, meestal begeleid door volwassenen, met hun lichtjes en liedjes door de lanen. Uiteraard was voorafgaand aan de tocht op drie plaatsen in de wijk nog een verse oliebol van bakkerij Victor Driessen te verschalken, maar daarna was het vooral snoepgoed dat de klok sloeg. De sfeer was uitstekend en jong en oud genoten ervan. In zijn gebruikelijke weekoverzicht schreef wijkagent Chiel Lentz enkele dagen later: 'Afgelopen vrijdag beleefden we in de wijk een fantastische Sint Maarten'.

### Toneelstukje

Zoals elk jaar plaatsten we hierbij weer een serie sfeervolle foto's. Eén daarvan verdient bijzondere vermelding. Na afloop van het uurtje zingend rondstruinen kregen op het Haanplein de kinderen uit de omgeving een door enkele ouders gespeeld toneelstukje voorgeschoteld over de man naar wie het feest is genoemd: Sint Maarten.



Voordat hij in de vierde eeuw van onze jaartelling bisschop werd in de Franse stad Tours, was deze Martinus een Romeinse soldaat met een groot hart. Op een koude dag zag hij een arme man bibberend langs de weg zitten. Hij sneed daarop zijn soldatenmantel doormidden en gaf de man de helft van het kledingstuk. De kinderen waren onder de indruk van het nagespeelde verhaal. Na afloop werd een fakkel aangestoken en liepen de kinderen achter Sint-Maarten en de andere spelers aan naar een tuin waar een vuurkorf werd ontstoken en het feest nog even werd voortgezet.



## December 2022

*We kunnen spijt hebben over het voorbijgaan  
van het jaar, over schoonheid die vergaat  
klagen over brandstofprijzen, duurder leven  
en onzekerheid over ons bestaan*

*maar wat als het leven is losgeraakt  
de lucht verduisterd door puin en stof  
explosieven met verlamdende dreunen  
verwoestend vallen uit de eens blauwe lucht*

*wat als niets meer verwarmd wordt, er geen  
licht, geen water is, geen voedsel, geen  
onderdak en nergens veiligheid  
wat als een stad, het land gebroken ligt*

*hoe anders dan zijn onze zorgen, lasten en  
verdriet, terwijl we zingen over  
een maan die door de bomen schijnt  
en dromen van een witte kerst*

*wat hebben bewoners te verwachten in  
landen onder een asgrauwe maan  
waar het leven verkeken lijkt  
vernietigd door regimes*

*toch zijn er getroffen die vastberaden  
besluiten samen te zullen overleven in kou  
tussen hopen steen, in kapot geschoten huizen  
op straten en ondergrondse bunkers*

*laten we, wat zo onbereikbaar lijkt, blijven  
uitzien naar een jaar zonder marteling  
en moord en vertrouwen op het idee dat  
ondanks dit alles de meeste mensen deugen*

**Olga Millenaar**





# Ademtechniek is niet alleen voor zangers belangrijk en nuttig

## Zingen en ademen op de Sportlaan

Door Mieke Hendriks

Ademen lijkt de gewoonste zaak van de wereld. Iedereen haalt toch adem? Vanaf het moment dat je geboren wordt tot je laatste ademtocht lijkt alles vanzelf te gaan. Ademen is een van de weinige zaken die je niet hoeft te leren. Of toch? Annemieke Klinkenberg-Nuijten geeft zangles en ademtraining en heeft daar een heel andere kijk op. Benieuwd naar haar visie, bel ik aan bij haar flat, gelegen langs de ventweg bij het brede plantsoen in het eerste deel van de Sportlaan.

Annemiekes man Douwe doet open en brengt mij naar de keuken, waar Annemieke thee voor ons maakt. Mijn oog valt meteen op de gezellige tuin die rondom de flat loopt. „Ja, we zijn echte bofkonten”, glundert Annemieke. „Kijk, daar staat ook het tuinhuis, waar ik zangles geef!” Het is een uitnodigend rood huisje aan de zijkant van de tuin. Annemieke legt uit dat mensen zich vrijer voelen om te zingen in het tuinhuis dan in de flat. „Ook prettiger voor de burens natuurlijk”, lacht ze. We gaan naar een rustige, lichte zijkamer waar Annemieke de ademtrainingen geeft.

### *Hoe ben je in de Vogelwijk verzeild geraakt?*

„De liefde! Ik studeerde zang aan het Koninklijk Conservatorium hier in Den Haag en tijdens een kooruitvoering ontmoette ik mijn man, die ook professioneel zanger is. Ik kom oorspronkelijk uit Zeeland, maar Douwe is wel opgegroeid in Den Haag en we verhuisden hierheen. We konden in 2004 dit huis kopen en zijn nog steeds heel gelukkig met deze plek.”

„Drie kinderen verder werd het wel een beetje krap, dus we hebben de coronatijd gebruikt om er een benedenverdieping bij te bouwen. Het uitgraven hebben we laten doen, maar de rest heeft Douwe zelf gedaan, compleet met één meter hoge ramen. Nu hebben we een heerlijke, lichte kelderverdieping met voor elk

kind (een meisje en twee jongens, in de leeftijd van 15, 13 en 8 jaar) een kamer en zelfs nog een badkamertje. Met al die extra ruimte erbij, de tuin en natuurlijk de nabijheid van de zee en de duinen, prijzen we ons echt heel gelukkig. De Vogelwijk is toch een soort dorp met als uitvalsbasis de grote stad om de hoek; een ideale mix van rust en culturaanbod dichtbij.”

### *Tijdens de grote verbouwing ben je gewoon blijven doorademen?*

„Inderdaad! De kennis van ademtechniek en daarbij dus ook van ontspannen en stressmanagement, heeft ons gedurende dat verbouwingsjaar enorm geholpen. We hadden geen haast en we zijn gestaag en rustig doorgegaan. Het huis zat op een gegeven moment vol grote gaten, maar door onze veerkracht konden we onze stressniveaus beheersen en dat was essentieel in de chaos.”

### *Hoe kwam je op het idee om naast je zanglessen ook ademtrainingen te gaan geven?*

„Dat kwam eigenlijk ook op tijdens de coronatijd. Ik geef twee dagen per week zangles, maar veel mensen durfden in die periode geen lessen te nemen. Ik had – en heb – wel een spatscherm in mijn tuinhuis/studio hangen, maar men was uiteraard toch heel voorzichtig, dus de zanglessen liepen terug. Ook werden alle concerten geannuleerd.”

„Ik geef al meer dan 20 jaar zangles, maar ik wilde deze ademopleiding eigenlijk ook al jaren doen. Via iemand uit de wijk werd ik weer op het idee gebracht en omdat het in die coronatijd toch stil was, ben ik toen begonnen met een opleiding aan de *Ademacademie Nederland* in Zwolle. Door mijn opleiding zang aan het conservatorium was ik natuurlijk al heel bewust van het belang van goed ademen. Je stemapparaat bestaat feitelijk uit een aantal kleine spiertjes die steun nodig hebben van een ander en groter apparaat om voldoende geluid te kunnen maken. Je moet immers met je zang boven het ‘lawaaï’ van een enorm orkest uit kunnen komen. Je lijf, dat je klankkast is, én je adem, helpen daarbij.”

„Adem doet de klank bewegen en is heel belangrijk om de klank te kunnen kanaliseren. Voor het zingen moet je alle spieren en spiertjes kunnen beheersen en dan gaat het niet zozeer om spierkracht, maar om heel precies te weten wat je doet; je moet echt per spiertje weten wat er gebeurt. Dus als je bijvoorbeeld een moeilijk interval zingt, dan gaan bepaalde spiertjes zich spannen. Die moet je dan zo leren beheersen dat je ze op het juiste moment ook weer kunt ontspannen. Dus het is telkens de balans zoeken tussen spannen en ontspannen, en dat is uiteindelijk de zang.”

#### ***Dat lijkt verdacht veel op het dagelijkse leven***

„Precies! Het gaat om spanning en ontspanning en je kunt zangtechniek dan ook heel mooi naast ademtechniek leggen. Met behulp van de adem kun je je fysieke en mentale welzijn beïnvloeden. Het mooie is dat je alleen met adem direct invloed kunt uitoefenen op je autonome zenuwstelsel, met andere woorden: met adem kun je ‘aan’ gaan en ‘uit’ gaan. In de Westerse wereld zie je vaak dat mensen voortdurend ‘aan’ staan en een snelle, oppervlakkige borstademhaling hebben. Dat is ongezond voor zowel lichaam als psyche. Met onder meer een laag adempatroon creëer je juist weer rust. Goed ademen is te vergelijken met het juiste



*“Zingt iemand op een technisch verkeerde manier, dan kan ik er zelf hees van worden”*

gebruik van het rempedaal en gaspedaal van een auto, dus met het evenwicht tussen ‘aan’ en ‘uit’.”

„Door op een goede manier te ademen krijg je meer grip op jezelf, want je leert stresssituaties beter beheersen. Hierdoor zul je beter slapen, leer je je hoofd af en toe ‘uit’ te zetten en kun je beter omgaan met werkdruk. Maar ook voor mensen met astma, COPD en hyperventilatie is het essentieel dat je via goed ademen het lichaam leert reguleren en het immuunsysteem positief kan stimuleren: Je krijgt letterlijk en figuurlijk meer lucht.”

#### ***Klinkt best wel ingewikkeld. Hoe maak je het inzichtelijk voor de cliënt?***

„Sinds kort volg ik een nieuwe opleiding: *HeartMath*. Daarbij draait het om het meten van de zogeheten hartritmevariabiliteit. In een ideale situatie is het hart coherent, dus zonder onregelmatige pieken en diepe dalen bij een meting. Een coherente hartslag geeft je



veerkracht: het vermogen om je goed voor te bereiden op lastige situaties, er goed mee om te gaan en/of ervan te herstellen. Hoe groter je veerkracht, hoe meer energie je beschikbaar hebt voor de lastige momenten. Het mooie van deze methode is dat je dit kunt meten: met een klemmetje op het oor van de cliënt kun je op het computerscherm laten zien wat de adem met het hart doet. Ik doe eerst altijd een nulmeting en daarna een adem oefening waarbij je kunt zien dat de hartslag coherenter wordt, dus in de grafiek minder onregelmatige pieken en dalen laat zien. Als je iemand vervolgens bijvoorbeeld het nieuws laat lezen, dan zie je opeens weer dat de coherentie daalt. Voor mij én de cliënt is het prettig om via dit programma het verhaal achter de ademtraining objectief in beeld te krijgen. Misschien leuk om te weten: HeartMath-coaches hebben sinds 2012 al zo'n 60.000 politiemedewerkers getraind."

### ***Wat voor mensen komen op jouw ademtraining af?***

„Ademmethodes zijn natuurlijk niet nieuw en op het moment eigenlijk ook best vaak in het nieuws, onder meer dankzij mensen als Wim Hof, de *Iceman*. Het was dus niet nodig om voor ademtrainingen een lans te breken, of belangstelling te wekken, die was er al. Tijdens mijn opleiding aan de Ademacademie Nederland ben ik al met cliënten gaan werken en nu geef ik behalve aan individuen bij mij thuis ook trainingen aan bijvoorbeeld leerkrachten, rechters in opleiding en conservatoriumstudenten. Mensen kunnen door deze methode beter leren omgaan met *ongemak*, een heel breed begrip voor verschillende onverwachte momenten: een leerkracht met een onrustige klas, een rechter met hoogoplopende emoties in een rechtszaal, een werknemer met deadlines. Dan gaat het dus vooral om het beheersen van stress en emoties.”

„Toen ik onlangs een training gaf aan rechters in opleiding, kreeg ik opmerkelijke reacties. Rechters zitten natuurlijk behoorlijk ‘in the

picture’, maar als ze adem oefeningen doen en goed letten op de juiste houding, dan heeft dat effect op hoe ze overkomen. De feedback van deze groep was onder meer dat ze er zich er ‘magistratelijker’ door voelden. Door de juiste ademhaling creëer je rust in je stem en houding, en dus in jezelf. Je krijgt een uitstraling met natuurlijk overwicht. Niet op een vervelende manier, maar heel open, rustig en toegankelijk, met als boodschap naar de cliënt: Ik luister naar jou en jij naar mij.”

„Ik geef ook trainingen aan conservatoriumstudenten. Je kunt namelijk wel de juiste zangtechnieken beheersen, maar hoe ga je om met podiumstress? Op de juiste manier ademen is daarbij van essentieel belang. Door stress versnelt je adem waardoor bepaalde spieren verkrampen. Bij zangers leidt dat bijvoorbeeld tot spanning rondom de hals, het strottenhoofd enzovoort. Door de juiste adem en houding toe te passen kun je je performance op een hoger niveau brengen.”

### ***Kijk je nog onbevangen naar tv-programma's als The Voice of Holland's Got Talent?***

„Oh nee! Ik kan niet meer gewoon naar dat soort programma's kijken. Als iemand staat te zingen en die doet dat op een technisch verkeerde manier, dan kan ik er zelf hees van worden. Ik heb zo vaak les gegeven dat je je onmiddellijk begint te verplaatsten in dat lichaam om





te kijken waar wat gebeurt en hoe ik het kan herstellen. Dan richt ik mij meteen op het probleem: op welk punt in de stemweg, de lijn van bekkenbodemspier tot kruin, zit de spanning? In het strottenhoofd, halspielen, kaak, buik? We gaan eigenlijk ook nooit naar klassieke concerten, alleen nog naar jazz, omdat dat een genre is dat ik zelf niet goed beheers. Daar kan ik dan weer wel enorm van genieten.”

### ***Zangles of ademtraining geven: wat heeft je voorkeur?***

„Ik vind beide fijn om te doen. Ik geef al jaren zangles en sommige mensen komen al jaren achter elkaar bij mij. Dat kan soms zomaar uitgroeien tot een vriendschap, want je leert elkaar heel goed kennen. Als ademtrainer geef ik de cliënt ook echt het gereedschap om er zelf mee aan de slag te gaan. Met een pakket van zo'n vijf lessen kan ik de basis goed doorgeven. De meeste mensen plakken daar nog wat lessen aan vast voor individuele verdieping, om het op hun dagelijkse situatie toe te passen.”

„Het belangrijkste is dat het niet gaat om een therapie die je ondergaat, maar dat je met de aangereikte techniek zelf aan de slag kunt, waar en wanneer je maar wilt! Je kunt altijd adem oefeningen doen: in de rij bij de supermarkt, op de fiets, achter de computer, tijdens het snijden van de groenten, zelfs als je met iemand aan het praten bent. Je moet je telkens bewust blijven van je adem en je houding: sta ik goed rechtop, is mijn hals lang, waar zit mijn adem? Door eerst 'bewust bekwaam' te worden, word je langzaam 'onbewust bekwaam'. Bij zangles reik ik gereedschappen aan om beter te leren zingen en bij ademtraining reik ik gereedschappen aan om beter/fijner/gezonder/rustiger te leven. Het fijne van die trainingen is dat je direct met de mens bezig bent en daar krijg je enorm veel energie voor terug!”

### ***Geef je ook nog zangles aan koren?***

„Nee, dat is meer iets voor mijn man Douwe. Hij geeft zangles aan de bovenbouw van de Vrije School en dirigeert daar ook het 200-koppige

koor. Daarnaast begeleidt hij ook wel projectkoren, bijvoorbeeld voor Christmas carols. Ik vind het leuker om 1 op 1 te werken. Je kunt sneller en beter doordringen tot specifieke problemen. Maar ik zing zelf wel regelmatig in professionele koren. Zo doe ik nu bijvoorbeeld in een koor mee aan het project *Efteling in concert* met het Metropole Orkest. De Efteling bestaat 70 jaar en we treden met het Metropole orkest op om die mooie klassieke muziek te zingen die je bij de Efteling-attracties hoort, onder meer in Ahoy of in de Brabant Hallen. Echt heel leuk om te doen. Maar ik heb ook klassieke koren ingezongen voor de Nederlandse metalband *Epica*, die als achtergrond van de eigen keiharde grunge-zang graag met klassieke koor-muziek werkt. Dat is weer eens wat anders dan de 'gewone' Matthäus-reeks in de paastijd!”

### ***Zijn jullie kinderen ook 'into the music'?***

„Oh ja, dat is bijna onvermijdelijk met twee ouders uit de klassieke zangwereld! Ze zijn alle drie klassiek begonnen, maar nu meer met popmuziek bezig. Mijn dochter componeert en zingt nu haar eigen liedjes met gitaar en piano. Die neemt ze op via de computer en zet die vervolgens op Spotify. De middelste is met trombone begonnen en heeft ook in orkesten gespeeld, maar hij is nu vooral met bezig met het produceren van zijn eigen muziek en is zich meer gaan richten op slagwerk. De jongste is begonnen met klassieke gitaar. Via de Vrije School komen ze natuurlijk ook al van jongs af aan, als onderdeel van het creatieve aanbod, veel met muziek in aanraking.”

„Zie je daar dat kleurrijke schilderij van een boom? Dat heeft mijn dochter op school gemaakt naar aanleiding van verhalen uit de Noorse mythologie. Ik gebruik het vaak omdat het een heldere verwijzing is naar het evenwicht tussen het denken, het voelen en het zijn. De kruin staat voor het denken en de stam voor het voelen. De wortels staan voor het zijn, of - in ademhalingstermen - voor de rust, voor het buikademen. Zonder wortels valt de boom om.”

## Nooit meer weg uit de Vogelwijk

Van de wortels op papier gaan we naar de wortels in de tuin, want het grote voordeel van deze ruime flat is dat het is omringd door een flinke tuin, afgegrensd van de straat door struiken en heggen. Annemieke toont me haar moestuin in een grote, houten bak. Hij staat achter de rode tuinhuis-zangstudio en is ook een resultaat van de coronaperiode. „We hadden zoveel extra tijd met elkaar, dat we naast al het klussen ook dit soort dingen met de kinderen hebben opgezet”, vertelt Annemieke. „Via de app *Makkelijke Moestuin* kun je precies bijhouden wat en wanneer je iets moet doen met de groenten en kruiden. In de zomer zitten we hier vaak 's avonds in

de tuin te eten en op de trampoline kunnen de kinderen zich uitleven of gewoon lekker liggen, samen met de drie katten!”

Haar uitspraken roepen een sfeer op van ‘Domweg gelukkig in de Vogelwijk’. Klopt dat? Annemieke beaamt het volmondig: ‘JA! We zitten hier echt heerlijk. Net alsof we in een bungalow wonen, midden in het groen. Alleen het parkeren is soms lastig, zeker in het weekend wanneer er op de sportvelden bij Houtrust voetbaltrainingen of wedstrijden zijn. Maar voor de rest is het een fijne plek om te wonen. We gaan hier echt nooit meer weg.’

Meer weten?

Zie: [www.ademrust.nl](http://www.ademrust.nl)

## Oude iep tot havik getransformeerd

Sinds half november is de wijk opnieuw een kunstwerk rijker dat is vervaardigd uit de stam van een dode boom. Een imposant voorbeeld hiervan is al een paar jaar te zien op de speelplaats van basisschool De Parkiet aan het begin van de Sijzenlaan. En nu prijkt er in de tuin bij het appartementengebouw in het voormalige nonnenklooster aan de Haviklaan een meer dan levensgrote havik.

„De houten vogel is voortgekomen uit een ongeveer honderdjarige iep, die zwaar was aangetast door een tonderzwam en steeds minder leven vertoonde”, vertelt bewoonster Bernadette van Gigch. „Met het oog op valgevaar moest hij uiteindelijk worden gekapt en dat vonden we allemaal vreselijk. We hebben toen, als vereniging van eigenaren, besloten de boom een nieuw leven te geven. We zochten contact met de van origine Engelse boomkunstenaar Dave Harmsworth, die in Utrecht het bedrijfje Treeworks heeft en we vroegen of hij met z'n kettingzagen uit de stam een havik kon maken. Dat bleek geen probleem. Op 17 oktober is de zieke iep van z'n kruin ontdaan



en op 14 november kwam Dave langs. In één dag was hij klaar.”

Nu waakt de havik over het vroegere klooster St. Marie, dat eind jaren negentig met de transformatie tot appartementencomplex ook een nieuw leven kreeg. Overigens is niet ver daar vandaan in een particuliere tuin aan de Sijzenlaan ook nog een boomkunstwerk te zien: een oude boom omgetoverd tot sijs.

# Winterwerkzaamheden in de tuin

Door Dick Tielrooij

Zodra de temperatuur zakt gaat de tuin in een soort winterslaap, maar u natuurlijk niet. Er blijft genoeg te doen. Aan de slag dus! We reiken u bij dezen een aantal mogelijke activiteiten aan.

1. Zorg dat uw **dakgoten** vrij zijn van (blad)afval. Hiermee voorkomt u lekkage door het overlopen van de regengoot en/of het kapotvriezen daarvan. Tap gelijk de leiding van uw tuinkraan af en zet deze open. Dit voorkomt een hoop ellende bij vorst. Nog beter is het de hemelwaterafvoer af te koppelen zodat het water in uw tuin komt en niet in het riool. Beter voor het milieu en uw tuin.

2. **Tuinverlichting.** Als u dan toch buiten lekker bezig bent, check dan even uw tuinverlichting. Verlichting van 12 volt is het meest duurzaam en geeft voldoende licht én is goed voor de portemonnee. Ook de nachtdieren zijn blij met minder licht. In tegenstelling tot inbrekers, want die hebben liever veel licht. Dat werkt voor hen een stuk makkelijker. Het is overigens effectiever verlichting te hebben die aangaat als er iemand langs loopt.

3. Haal de laatste **blaadjes** van uw gazon. Oók van de plastic mat. Drop ze in uw borders. Daar ontstaat dan een mooie mulchlaag. Mulch houdt onkruid weg, en houdt vocht vast (scheelt water geven) en zorgt voor minder vorstschade. Goed voor het milieu én weer voor uw portemonnee.

4. Al **bollen** geplant? Kijk bijvoorbeeld eens op <https://www.sprinklr.co> of naar de lokale (Vogelwijk-)bollenleverancier [www.blomstring.nl](http://www.blomstring.nl)  
Alles voor een mooi aanbod van duurzame,



aparte bollen. Gifvrij thuisbezorgd. Planten kan nog tot half december. Vóór de vorst in elk geval.



5. Als u inmiddels de afgelopen maanden al onze goedbedoelde tips voor een nóg groenere en biodiverse wijk heeft opgevolgd, ontvangt u als geschenk veel meer **vogels** in uw tuin. Omdat vogels een lichaamstemperatuur van 40 graden hebben, mogen we best iets extra's voor ze doen omdat ze veel energie verstoppen. Vetbollen, pinda's, zaadmengsels en fruit bijvoorbeeld is goed voor ze. En ook een bakje water graag. Kijk voor tips bij [www.vogelbescherming.nl](http://www.vogelbescherming.nl)

N.B. Wat het genoemde water betreft: GEEN suikerwater of iets met zoutoplossing. En al helemaal geen brood!

We wensen u een mooie kerst en een gezonde start in het nieuwe jaar!

**Groenverleiders Vogelwijk**

Dick, Renée, Eva en Bernadette

E-mail: [groenverleidersvogelwijk@gmail.com](mailto:groenverleidersvogelwijk@gmail.com)

## Hebt u al een energicoach geboekt?

De afgelopen maanden is in dit blad al enkele malen aandacht besteed aan het fenomeen 'energicoach': iemand die bewoners met raad en daad terzijde staat bij het besparen van energie. In heel Den Haag zijn al ongeveer 80 speciaal opgeleide energicoaches actief, ook in de Vogelwijk, en dat aantal is hard op weg te groeien naar boven de 100. Samen hebben de coaches dit jaar al ruim 850 gesprekken met huiseigenaren en huurders afgerond.

Hierbij kortweg enige informatie over de energicoaches in onze wijk:

- Sinds begin november staan tien opgeleide en gecertificeerde Vogelwijk-energicoaches gratis voor u klaar.
- In de wijk hebben zich tot nu toe 33 huiseigenaren voor een coachgesprek aangemeld. Voor 18 woningen hebben de coaches samen met de bewoners al de kansen en mogelijkheden voor energiebesparing en klimaatmaatregelen in kaart gebracht.
- Enkele coaches uit de Vogelwijk helpen ook mee in andere wijken, waar nog geen coaches actief zijn. Vooral voor huurders zijn er in Den Haag nog extra coaches nodig. Help je graag mee, dan kun je je aanmelden bij [info@heba.nl](mailto:info@heba.nl)

### Behoeften

De variëteit in behoeften die uit de coachgesprekken naar voren komt is groot: isoleren (vloer, gevel, dak), kleine maatregelen (kieren dichten, radiatorfolie aanbrengen, etc), ventileren (schone lucht in huis regelen) en installeren (nieuw warmtesysteem of aanpassingen in het bestaande systeem). Enkele veelgehoorde vragen zijn: Waar kun je het best mee beginnen? Wat werkt en wat werkt niet? Wat is een



haalbaar streefdoel voor mijn huis? Welke subsidies zijn er? Welke installateurs zijn goed?

De energicoaches uit de Vogelwijk kunnen bij al dit soort vragen behulpzaam zijn. Ze hebben weliswaar niet het antwoord op alle vragen, maar kunnen goed meedenken. En samen weten ze behoorlijk veel. Meld je aan voor een vrijblijvend gesprek met een coach via <https://duurzaamdenhaag.nl/energicoach>

## Help Den Haag de winter door!

Zoals u weet heeft het kabinet besloten alle huishoudens in Nederland voor de sterk gestegen energiekosten te compenseren met een bijdrage van € 190 in zowel november als december. De datum en wijze van uitbetaling kan per energieleverancier verschillen.

Veel mensen – naar wij denken ook in de Vogelwijk – hebben deze bijdrage niet nodig, terwijl veel anderen niet weten waar ze het geld voor de energierekening deze winter vandaan moeten halen. Door het hele land zijn inmiddels tal van initiatieven ontplooid om de betreffende bijdragen door te sluisen naar de mensen die het geld het meest nodig hebben. Mocht u de energiecompensatie kunnen missen, dan roept Vogelwijk Energie(k) u op om



één van de volgende twee Haagse initiatieven te steunen:

Een groep bewoners van het Statenkwartier spoort wijkgenoten aan hun bijdrage via de stichting *Duurzaam Den Haag* ten goede te doen komen aan Energiecoöperatie Moerwijk; deze zal de donaties gebruiken voor eenvoudige energiebesparende maatregelen in de stadsdelen Escamp en Laak (denk aan radiatorfolie, kierdichting, koudewerende gordijnen e.d.). Om deze actie te steunen met uw bijdrage, kijk op [www.statenkwartier.net](http://www.statenkwartier.net) en klik op deze startpagina op het 'tegeltje' met de tekst *Doneer je 190 euro energietoeslag*

Om uw energiecompensatie direct te laten bijdragen aan het lenigen van de acute financiële nood van Hagenaars die deze winter met hun energierekening worstelen kunt u terecht bij SFDH (Sociale Fondsen Den Haag). Fonds 1818 is bij deze actie betrokken en verdubbelt de donaties: Zie [www.socialefondsendenhaag.nl](http://www.socialefondsendenhaag.nl) en klik op *Doneer Nu*

### Infrarood warmtescan

Al vele jaren biedt Vogelwijk Energie(k) haar leden de mogelijkheid om in de wintermaanden tegen gereduceerd tarief een infraroodscan van de buitenkant van hun huis te laten maken. Tientallen wijkgenoten hebben daar al gebruik van gemaakt. Het is een effectief hulpmiddel gebleken bij het nemen van isolatiemaatregelen en dus van energiebesparing.

U kunt zich hiervoor weer aanmelden (met adres en tel. nummer!) via een e-mail naar [info@vogelwijkenergiek.nl](mailto:info@vogelwijkenergiek.nl)

Zodra er koude nachten aan lijken te komen, nemen wij contact met u op. Daarin staan onder andere instructies om de verwarming de betreffende nacht eenmalig hoger te zetten,

omdat de warmtelekken dan het best zichtbaar worden. De infrarood-fotograaf komt 's ochtends vroeg langs, wanneer de buitentemperatuur het laagst is. U krijgt de scans met toelichting via de mail. Als lid van VwE betaalt u slechts € 25. Geen lid? Meld u dan meteen aan voor € 15 per jaar.

### Bijeenkomst zaterdag 14 januari over stappenplan gasreductie

Op zaterdagmiddag 14 januari aanstaande belegt Vogelwijk Energie(k) in samenwerking met de gemeente Den Haag een bewonersbijeenkomst over besparing op gas. Namens de gemeente zal Jelle de Jong u loodsen door een *vijfstappenplan* dat moet leiden tot 30 procent gasreductie. Ook de buurtenergiecoaches komen aan bod en er zal er ruime gelegenheid zijn om vragen te stellen en ervaringen uit te wisselen.

Zet de bijeenkomst alvast in uw agenda:

**14 januari 2023 - Tijd: 15.00-17.30**

**Plaats: Heldringschool, IJsvogelplein 10.**

Alle wijkbewoners zullen overigens nog een uitnodigingsbrief van de gemeente ontvangen.

Houd ook onze website in de gaten:

[www.vogelwijkenergiek.nl](http://www.vogelwijkenergiek.nl)



Goudenregenplein 50-53, Den Haag  
Telefoon 070 - 360 360 7  
[www.roosijzerhandel.nl](http://www.roosijzerhandel.nl)

• Brabantia • Sigma en De Vos verf  
• Sanitair en elektra • Victorinox Zwitserse zakmessen

Al bijna 100 jaar het vertrouwde adres in de wijk!

## **Vogelwijk-kerstkoor zingt op 19 december in St. Albaanskerk**

Het dertigkoppig gemengd Vogelwijk-kerstkoor onder leiding van Marieke Stoel, dat al sinds 2015 kerst-optredens verzorgt, treedt deze maand drie maal op, onder meer in woonzorgcentrum Duinhage en een verpleeghuis van Parnassia. Maar er is ook een voor iedereen toegankelijk concert gepland in de Vogelwijk. Het koor zal zijn vierstemmige vertolking van internationale kerstliederen ten gehore brengen op: 19 december om 20.00 uur in de St. Albaanskerk, Rietzangerlaan 2.

Op het programma staan twaalf kerstliederen uit diverse landen. Sommige daarvan heeft het koor al eerder gezongen, onder meer het Spaans-Galicische lied *Torches*, het zestiende-eeuwse Duitse lied *Maria durch ein Dornwald ging* en ook *L'Adieu des Bergers* van Hector Berlioz uit het Oratorium *L'Enfance du Christ*. Verder is nu onder meer het lied *Bells are Ringing* uit de jaren zestig te horen en een versie van *Stille Nacht* uit begin negentiende eeuw.

## **Concert voor piano en cello in Rietzangerlaan: 27 december**

Op dinsdag 27 december ('3<sup>e</sup> kerstdag') treedt in de koffiekamer naast de Vrij-katholieke St. Albaanskerk aan de Rietzangerlaan een bijzonder muzikaal duo op. Pianist Erik Huele en de van oorsprong Albanese cellist Martin Grudaj spelen werken van Bach, Satie, Pärt en Piazzolla. Aanvang: 15.00 uur. Entree: 15 euro. Hebt u er zin in? Meld u dan aan bij wijkbezoenster Annette Langerhorst via [annette@uelenspieghel.nl](mailto:annette@uelenspieghel.nl)

## **Else Krijgsman speelt Schubert**

Gewoontegetrouw speelt pianiste Else Krijgsman in haar concertsalon aan de Laan van

Poot 298 in december en op Nieuwjaarsdag uitsluitend werken van de jong overleden Oostenrijkse componist Franz Schubert (1797-1828). Op drie middagen kunt u vanaf 15.30 uur van deze *Schubertiades* genieten: Zondag 18 december, maandagmiddag 26 december en 1 januari. De inmiddels 91-jarige pianiste, die al bijna twintig jaar huiskamerconcerten geeft, vraagt een toegangsprijs van 15 euro, maar dit bedrag wordt gedoneerd aan Artsen Zonder Grenzen. Wel graag reserveren via [krijgsman.else@gmail.com](mailto:krijgsman.else@gmail.com)

## **Cantamus Alati zoekt versterking**

Cantamus Alati is een Haags gemengd concertkoor dat bestaat uit 55 enthousiaste, meer en minder ervaren zangers. We zingen zowel oudere als modernere klassieke stukken. Cantamus Alati betekent 'Wij zingen gevleugeld' en dat is wat we doen onder de inspirerende leiding van dirigent Kees van der Linden. Overweeg je om het zingen (weer) op te pakken? Dan is het nu een goed moment om je bij ons aan te sluiten. We beginnen met nieuw repertoire om ons volgende concert voor te bereiden. Je kunt vrijblijvend drie repetities met ons meezingen om de sfeer te proeven. Ook is het mogelijk om als beginnend of herintredend zanger je kennis over koorzang op te frissen in drie lessen coaching in koorzang op 12, 19 en 26 januari.

Wekelijks repeteren we op donderdag van 20.00-22.00 uur in de Vrije School aan de Abbenbroekweg 7. Naast aandacht voor zangkwaliteit vinden we ook de onderlinge band belangrijk, maandelijks is er een borrel om elkaar beter te leren kennen.

Ben je tussen de 18 en 65 jaar en wil je meedoen? Meld je aan via onze website: [www.cantamusalati.nl](http://www.cantamusalati.nl)

# KortOm

## Kennismakingscursus valpreventie

Bent u bang om te vallen of vindt u het eng om iets van de grond op te rapen omdat u bang bent het evenwicht te verliezen en te vallen?

Wijkvereniging De Vogelwijk organiseert in samenwerking met VEL Fysiotherapie (Nieuwboerweg) een kennismakingscursus valpreventie. Ervaren fysiotherapeuten brengen u de eerste beginselen bij van technieken om vallen te voorkomen en u leert hoe u een val het best kunt 'opvangen'.

Datum: **woensdag 18 januari**. Tijd: **14.00-16.00 uur**. Locatie: **Health Sportsclub Westduin**, achter de Nutsschool, Laan van Poot.

Weten is voorkomen, oefenen nog beter, dus geef u snel op. Deelname aan de kennismakingscursus is gratis, maar er is een maximum aantal deelnemers vastgesteld.

Meld u aan bij Yvonne Brouwer via [activiteiten@vogelwijkdenhaag.nl](mailto:activiteiten@vogelwijkdenhaag.nl) of bel 06-14658979.

## Musici en zangers, laten we samen muziek gaan maken!

Gezocht: Mensen uit de Vogelwijk die samen muziek willen gaan maken.

Hans Scharis (hobby-jazzgitarist, onder meer bekend van de Fazantflat-tuinconcerten van de afgelopen jaren) en Yvonne Brouwer ('regelnicht' van de Activiteitencommissie die graag zingt) willen mensen bij elkaar krijgen die mee willen 'jammen'. Het hoeft niet per se jazz te zijn. Lichte muziek, blues maar ook klassiek sluiten wij niet uit.

Het doel is om in ieder geval in gezellige sfeer samen muziek te maken, te jammen, te luisteren naar elkaar, te improviseren en elkaar te stimuleren. Wie weet vloeit er een optreden in de wijk uit voort, hoewel dat geen doel op zich is.

Dus: bespeel je een instrument, van drumstel

tot vleugel, kun je een beetje (solo) zingen of sla je graag op de tamboerijn? Meld je dan aan bij [activiteiten@vogelwijkdenhaag.nl](mailto:activiteiten@vogelwijkdenhaag.nl). Of bel met Yvonne Brouwer: 06-14658979.



Toen Marja van Rijswijk, bewoonster van de Houtrustlaan, op een mooie herfstmiddag eind november haar huis verliet, werd ze getroffen door de aanblik van een regenboog die zich boven de verkleurende Bosjes van Poot uitstrekte. Ze aarzelde niet, nam snel een foto en mailde die naar de wijkbladredactie.

 **stadstuincentrum**  
**NIEUW HANENBURG**

HANENBURGLAAN 266  
2565 HC DEN HAAG  
TELEFOON 070 - 3605292

 HUIS	 TUIN	 BALKON
---	---	---

- ✿ Snijbloemen
- ✿ Perkgoed
- ✿ (Rouw)bloemwerk
- ✿ Zaden
- ✿ Kamerplanten
- ✿ Bollen
- ✿ Vaste planten
- ✿ Potten
- ✿ Manden
- ✿ (Biologische) bestrijdingsmiddelen
- ✿ Heesters
- ✿ (Fruit)bomen
- ✿ Sfeerartikelen
- ✿ Gras
- ✿ Groenteplantjes
- ✿ Grond
- ✿ Gereedschap
- ✿ Vijverplanten

 AL MEER DAN 45 JAAR EEN BEGRIP IN DEN HAAG E.O.

**Een bloeiende start maak je bij stadstuincentrum Nieuw Hanenburg**

WWW.TUINCENTRUMNIEUWHANENBURG.NL  BEZORGEN MOGELIJK



# Kwettertjes

Kleine gratis advertenties over vraag en aanbod, afkomstig van leden van de wijkvereniging

## Plaatsingsvoorwaarden

Bedrijfsreclame is niet toegestaan, tenzij het gaat om cursussen en lessen. Aanbevelingen voor huishoudelijke hulp mogen wel, maar alleen met vermelding van eigen telefoonnummer of mailadres van de referent. Een advertentie mag maximaal 2x per jaar worden aangeboden. Aanlevering voor de 18e van elke maand bij mevr. M. Boutkan, Pauwenlaan 99, tel. 3684333. E-mail: [mhboutkan@planet.nl](mailto:mhboutkan@planet.nl)

**KERSTBOMEN OP NIEBOERWEG** – Al bijna dertig jaar verkoopt Gerard Cools in december kerstbomen op de kruising Nieboerweg-Mezenlaan-Laen van Poot. Ook nu staat hij er weer, met stevige Nordmannen en andere typen zilverspar die hij hoogstpersoonlijk uit Duitsland en Denemarken heeft gehaald. Desgewenst bezorgt Gerard ook aan huis. Zoals bekend gaat een deel van zijn opbrengst altijd naar een goed doel. Vroeger was dat het Juliana Kinderziekenhuis, maar sinds enkele jaren is dat de stichting **KiKa** (Kinderen Kankervrij).

**WORD ZONNEBLOEM-VRIJWILLIGER** – Wilt u het nieuwe jaar beginnen met zinvol vrijwilligerswerk? De afdeling Segbroek van De Zonnebloem kan nog volop vrijwilligers gebruiken! Gedurende een paar uur per week kunt u – dicht bij huis – samen met anderen voorkomen dat mensen met een fysieke beperking in een sociaal isolement terechtkomen. Wilt u zich aanmelden of een oriënterend gesprekje hebben? Neem dan contact op met Gaby Willebrands Bakker, tel. 06-82079404 of 070-3231230. E-mail: [zonnebloemsegbroek@outlook.com](mailto:zonnebloemsegbroek@outlook.com)

**BRIDGECLUB ZOEKT LEDEN** – Onze gezellige bridgeclub HOC/Studiecentrum (aangesloten bij de Nederlandse Bridgebond) heet graag nieuwe leden welkom, van beginners tot (ver) gevorderden. Wij spelen al 16 jaar met veel plezier op maandagavond in de gastrijke voetbalkantine van v.v. Scheveningen

(ingang bij tennispark Laan van Poot). Nadere informatie bij Henk Schwarz: [marthaenhenk@kpnmail.nl](mailto:marthaenhenk@kpnmail.nl)

**AANGEBODEN** – Gratis op te halen: meer dan 30 legpuzzels bestaande uit 500 grote stukken. Zeer geschikt voor slechtzienenden! Telefoon: 070 - 36 42 209.

**TE KOOP** – Set winterbanden op aluminium velgen, in zeer goede staat. Merk : Dunlop, maat 225/50 R17 M+S. Voor o.a. BMW 5-serie. Prijs: € 395. Desgewenst monteer ik ze ook nog voor U! Tel: 06-15 914180.

**DICHTBUNDEL** – De recent uitgebrachte geïllustreerde dichtbundel 'Dat alles gewoon maar doorgaat' van Vogelwijk-dichteres Olga Millenaar is nog voor een tientje bij haar te bestellen via [omillenaar49@gmail.com](mailto:omillenaar49@gmail.com)

**HUISHOUDELIJKE HULP** – Mijn betrouwbare hulp kan u om de andere donderdag vanaf 10.00 uur komen helpen gedurende 2 à 3 uur. Zij doet ook graag klusjes in de tuin. Voor nadere inlichtingen kunt u mij bellen op 070 - 364 26 53.

**HUISHOUDELIJKE HULP** – Als u op zoek bent naar een goede hulp in de huishouding, kunt u contact opnemen met onze hardwerkende en betrouwbare schoonmaakster: tel 06-46.89.80.85; Voor referenties: 06-55.87.65.98

## DE PASFOTO SPECIALIST

● Paspoort ● ID-kaart ● Rijbewijs ● Visa ● Museumkaart  
● Sollicitatie ● OV-chipkaart ● Bedrijfspas ● of zomaar!

**OOK VOOR DE ONLINE VERLENGING VAN UW RIJBEWIJS!**

 RDW erkend

 RIJBEWIJS



**IN ALLE FORMATEN**

**R!NG FOTOFOCUS.nl** Thomsonlaan 96 | 2565 JE | Den Haag | 070-3638398



# 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: Chiel Lentz.

Tel. 0900 - 8844 (vraag naar Bureau Segbroek Den Haag).

e-mail: [chiel.lentz@politie.nl](mailto:chiel.lentz@politie.nl)

Werkdagen: ma, di, do, vr en vaak in weekends.

## Buurtveiligheid

Hebt u informatie of wilt u informatie over de (on)veiligheid in de wijk, neem dan contact op met het buurtveiligheidsplatform 112Vogelwijk, e-mail: [112vogelwijk@vogelwijkdenhaag.nl](mailto:112vogelwijk@vogelwijkdenhaag.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) 14070.

Directeur: Annette de Graaf, email: [annette.degraaf@denhaag.nl](mailto:annette.degraaf@denhaag.nl)

Openingstijden: Alleen op afspraak (via [www.denhaag.nl](http://www.denhaag.nl) onder 'Contact') op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 8.30 tot 16.30 uur en op woensdag van 12.00 tot 20.00 uur. Voor paspoorten en rijbewijzen moet u naar stadsdeelkantoor Centrum of Escamp.

## Dierenambulance Den Haag

tel. (070) 328 28 28

## Klachtentelefoon gemeente

Tel. 14070

## Informatie over het duingebied

Eric Wisse

tel. 06 - 30 19 88 94

WIJKOUDERENWERK

# Segbroek / Vogelwijk

Hulp voor zelfstandig wonende ouderen

## Burenhulpcentrale Vogelwijk

Tel. (070) 262 99 99 of (070) 205 24 80.

## Ouderenconsulent

Voor informatie, advies en bemiddeling op het gebied van wonen, welzijn en zorgverlening ten behoeve van ouderen kunt u contact opnemen met ouderenconsulent Linda Hagen via: (070) 205 24 80 of (06) 81 28 94 86, e-mail: [l.hagen@wijkz.nl](mailto:l.hagen@wijkz.nl).

## Wijkbus Segbroek

Voor aanmelding als abonnee (€25 per kwartaal) en vervoersafspraken: bel tussen 08.30 en 10.00 uur met (070) 368 50 70.

## Telefooncirkel

Via de ouderenconsulent (070 - 205 24 80 of 070 - 205 26 60) kunnen wijkbewoners ook worden aangesloten bij een 'telefooncirkel'. Dan worden zij dagelijks op vaste tijdstippen gebeld om te weten te komen of alles in orde is.

## Thuiszorg

### Florence Gezondheid en Zorg

In woonzorgcentrum Uitzicht, Zonnebloemstraat 383, kunt u terecht voor alle informatie op het gebied van zorgverlening. Tel. (070) 754 55 66. e-mail: [info@florence.nl](mailto:info@florence.nl)

### Haagse Wijk- en Woonzorg (HWW)

O.a. voor thuiszorg, personenalarmering, etc. Wijkverpleegkundige HWW: 06-82010709 e-mail: [instroom@hwwzorg.nl](mailto:instroom@hwwzorg.nl) Tel: (070) 379 33 00 - [www.hwwzorg.nl](http://www.hwwzorg.nl)

### Evita Zorg Den Haag

(ook voor personenalarmering en spreekuren voor mantelzorgers) e-mail: [info@evitazorg.nl](mailto:info@evitazorg.nl) Tel: (070) 31416000 - [www.evitazorg.nl](http://www.evitazorg.nl)

### BabZ

Begeleiding, advies en bemiddeling in de thuiszorg. Thomsonlaan 129. 24/7 bereikbaar. Tel: (070) 239 01 05, e-mail: [info@babzorg.nl](mailto:info@babzorg.nl) - [www.babzorg.nl](http://www.babzorg.nl)

# Wijkvereniging De Vogelwijk

## Website

www.vogelwijkdenhaag.nl

## Postadres wijkvereniging

Postbus 65923, 2506 EE Den Haag

## Bestuur

### Voorzitter

Redmar Wolf, Patrijslaan 4  
e-mail: voorzitter@vogelwijkdenhaag.nl

### Secretaris

Lodewijk de Haes, Spotvogellaan 3  
tel. 06 19007710  
e-mail: bestuur@vogelwijkdenhaag.nl

### Penningmeester

Adam Braithwaite, Nieboerweg 224  
e-mail: penningmeester@vogelwijkdenhaag.nl

### Portefeuille Openbare ruimte

Paul Lohmann, Nieboerweg 228  
tel. 06 14355222  
e-mail: pag.lohmann@gmail.com

### Portefeuille Sociale Wijkzaken

Ilonka Sillevs Smitt, Papegaaialaan 32  
e-mail: ilonkasbnb@gmail.com

## Commissies

### Verkeer

Stef Tours, Fred van der Burg  
e-mail: verkeer@vogelwijkdenhaag.nl

### Kinderactiviteiten

Alphons Jacobs, Kiplaan 8  
e-mail: activiteiten@vogelwijkdenhaag.nl

### Activiteiten (volwassenen)

Flip Petri (06-22711850), Yvonne Brouwer,  
Marjan Scheeres  
e-mail: activiteiten@vogelwijkdenhaag.nl

### Platform 112Vogelwijk (buurtveiligheid)

e-mail: 112vogelwijk@vogelwijkdenhaag.nl

### Vogelwijk Energie(k)

Voorzitter: Rutger van Hoogstraten, Fuutlaan 1  
Secretaris: Paul Schlotter, Kwartellaan 24  
e-mail: info@vogelwijkenergiek.nl

# Activiteiten & Clubs

## Houstruistkoffie

Gezellige ontmoeting met wijkgenoten elke eerste en derde maandag van de maand van 10.30-12.00 uur

## Vogelwijk Dinerclub

Elke laatste maandag van de maand eten op diverse locaties. Informatie bij Hedy de Munk, e-mail: hmdemunk@gmail.com

## Huiskamerbridgeclub

Elline van Dijk, tel. 3659257,  
e-mail: bridgevogelwijk@gmail.com

## Jeu de boules

Sportveld Laan v. Poot, dinsdag 14.00-16.00 uur.  
Info: Pieter Cusell, tel. 06 43492040,  
e-mail: pieter.cusell@gmail.com

## Conditietraining voor mannen

di. avond 20.30-21.45, Segbroek College, Klaverstraat  
Frank v.d. Maaten, tel. 06 51182353

## Damesgymnastiek

Donderdag 20.15-21.15, Gymzaal Heldringschool  
Ineke Spaanbroek, tel. 365 30 02,  
e-mail: inekecastel@gmail.com

## Seniorengym (m/v)

Zaterdag 10.00-11.00 uur in de Heldringschool  
Quintana v.d. Willigen, qvanderwilligen@gmail.com

## Volleybalclub

Woensdag 20.15-22.00 uur in sportcomplex  
Westduin, Laan van Poot 355A.  
Contact: Hans van Schuylenburch, tel. 06 29045258  
Willem Korteweg, tel. 06 11928401

## Werkgroep AED Vogelwijk

aedvogelwijk@gmail.com, tel. 06 53414041

## Ledenadministratie

voor aanmeldingen, opzeggingen en adreswijzigingen

Paul Raasveldt, Patrijslaan 6,  
tel. 06 24778721,  
e-mail: leden@vogelwijkdenhaag.nl

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

Rek.nr. wijkvereniging:  
IBAN: NL61 INGB 0001783722