

jaargang 8  
december 2021  
nummer 46

# 1018

*De Eilanden &  
Plantage Weesperbuurt*



Molen De Gooyer, blikvanger van 1018 🌀 TruColours biedt ex-verslaafden een veilige plek 🌀 De Weesperstraat was ooit een drukke winkelstraat 🌀 Ellen denkt terug aan jeugd op Kadijken 🌀 De Plantage-Weespermuur

## SOCIAAL LOKET AMSTERDAM CENTRUM, VOOR ZORG EN ONDERSTEUNING.

Bel voor een afspraak van ma t/m vrij 08.00 – 18.00 uur. Tel 020-25 52 916. Voor info <https://www.amsterdam.nl/zorg-ondersteuning/contact/contact-sociaal-loket/>

## OUDER-KIND-TEAM (OKT)

Iedere woensdag van 13.30-14.30 uur inlooppreekuur in Huis van de Buurt De Witte Boei. Overig contact kan dagelijks tussen 08.30 – 17.00 uur via tel: 020-555961 gratis spelinloop voor ouders en kinderen 0-2,5 jr. Kraijenhoffstraat 32 woensdag, vrijdag 9.00-12.00, Speeltuin Wittenbrug, Fortuinstraat 4, donderdag 9.00-13.00. Zie: <https://www.dynamo-amsterdam.nl/spelinloop/>

## STICHTING BUURTORGANISATIE 1018

Deze stichting ondersteunt en verbindt bewonersgroepen en stimuleert betrokkenheid in postcodegebied 1018. Bezoek de website [www.buurtorganisatie1018.nl](http://www.buurtorganisatie1018.nl), of kijk op Facebook

## POLITIE

De wijkagenten zijn bereikbaar via 0900-8844 of door het contactformulier in te vullen op [www.politie.nl](http://www.politie.nl).

## MELDNUMMER OPENBARE RUIMTE

Meldingen of klachten over oa vuilnis, fietswrakken, bestrating en groenvoorziening kunnen telefonisch worden doorgegeven bij de gemeente via tel. 14020. Voor vragen over de openbare ruimte kunt u terecht bij de gebiedsbeheerder Jeroen van Kemenade via [jeroen.kemenade@amsterdam.nl](mailto:jeroen.kemenade@amsterdam.nl).

## VERENIGING STADSDORP CENTRUM OOST

Doel van de vereniging is dat de leden, met uitwisseling van diensten en ondersteuning, zo lang mogelijk actief, gezond en veilig thuis in de eigen buurt kunnen (blijven) wonen. [info@stadsdorpcentrumoost.nl](mailto:info@stadsdorpcentrumoost.nl) [www.stadsdorpcentrumoost.nl](http://www.stadsdorpcentrumoost.nl)

## OVERLEG OOSTELIJKE EILANDEN EN KADIJKEN

Het Eilandenoverleg is voor alle bewoners met vragen en problemen op het gebied van de woon- en leefomgeving. Zie voor de data en tijden van het Eilandenoverleg [www.buurtorganisatie1018.nl/eilandenoverleg](http://www.buurtorganisatie1018.nl/eilandenoverleg).

## BUURTSPREEKUR PLANTAGEWEESPERBUURT

Elke woensdag, 11.00-12.00 uur, Café Eik en Linde, Plantage Middenlaan 22. Netwerk van bewoners (organisaties), wijkagent, sociale organisaties dat helpt bij wensen, ideeën en zorgen in de buurt. [mbvanwijk@live.nl](mailto:mbvanwijk@live.nl), 06-52008854

## PLANTAGE WEESPERBUURTYERENIGING

De buurtvereniging houdt zich bezig met zaken die van belang zijn in en voor de buurt. [www.plantageweesperbuurt.nl](http://www.plantageweesperbuurt.nl) en [www.facebook.com/plantagebuurt](https://www.facebook.com/plantagebuurt)

## STG ONTMOETINGSRUIMTE OUDEREN IN DE PLANTAGE- WEESPERBUURT (SOOP)

Voor buurtbewoners van 55+, met activiteiten en bijeenkomsten. Nieuwe Kerkstraat 124 ma. t/m vrij 11.00 uur -17.00 uur. Tel 020-4223152, [www.soopnet.nl](http://www.soopnet.nl).

## VERENIGING VRIENDEN VAN DE PLANTAGE

Doel is bevordering van een bloeiend cultureel leven in en rond de Amsterdamse Plantagebuurt. [www.vriendenvandeplantage.nl](http://www.vriendenvandeplantage.nl) en [www.facebook.com/vrienden-van-de-plantage](https://www.facebook.com/vrienden-van-de-plantage).

## OVERIGE ADRESSEN

Voor overige (werk)groepen, verenigingen en contactadressen zie [www.buurtorganisatie1018.nl/links](http://www.buurtorganisatie1018.nl/links)

## COLOFON

1018 is een buurtblad voor de oostelijke binnenstad en komt tot stand dankzij een groep vrijwilligers (redactie) en met medewerking van het Huis van de Buurt Oostelijke Binnenstad.

**Verschijsning** Het buurtblad 1018-Magazine komt zes maal per jaar uit, in een oplage van 13.000 exemplaren. ISSN: 2352 – 4111.

**Eindredactie** Titia Koerten

**Redactie** Vera Amende, Dennis Chin, Erik Hardeman, Maria Heijndael, Titia Koerten, Björn Martens, Jan Mey, Bruno van Moerkerken, Jannelies Poelstra en Heleen Verschuren.

**Aan dit nummer werkten mee** Ballabona Cucharón, Leeuw van Moerkerken, Erik van Ophem, Kamiel van Ophem en Rob Zwetsloot.

**Basisontwerp & opmaak** Werkplaats Amsterdam

**Druk** Rodi Rotatiedruk, Diemen.

**Inzenden kopij** Inleveren kopij en foto's: uiterlijk 28 januari 2022. In Word per e-mail naar [redactie1018@gmail.com](mailto:redactie1018@gmail.com). Foto's met naam van fotograaf en vrij van auteurs- en portretrecht. De redactie behoudt zich het recht voor ingezonden artikelen in te korten of niet te plaatsen, foto's te bewerken of niet te plaatsen en is niet verantwoordelijk voor aangeleverde foto's van derden. Foto's toezenden in hoge resolutie (JPEG, TIFF, RAW formaat).


**Verschijsingsdatum volgende nummer** Omstreeks 17 februari 2022.

**Advertentieopgave** Contact over advertenties en inleveren via [advertenties@1018magazine.nl](mailto:advertenties@1018magazine.nl) Inleveren uiterlijk 28 januari 2022.

## Tarieven advertenties 2021

Formaat 6x6 cm à € 60,- per keer, € 300,- per jaar. Formaat 12x6 cm à € 120,- per keer, € 600,- per jaar. Zes nummers (een jaar) = vijf betalen. Eventuele opmaakkosten € 72,- Halve pagina: € 360,- per keer Hele pagina: € 720,- per keer Prijsopgave via [advertenties@1018magazine.nl](mailto:advertenties@1018magazine.nl)

**Bezorging** Huis-aan-huis in alle brievenbussen. Ook zijn er diverse afhaalpunten in de buurt, zoals gezondheidscentra, huisartsen, supermarkten en 1018 ligt op veel koffietafels. Ook in De Witte Boei aan de Kleine Wittenburgerstraat 201 en in de Oosterkerk.

 Ook wij zitten op Facebook. Like ons op 'Plantagebuurt', 'Kadijkenburen' of '1018-Magazine'.

# Inhoud

Jaargang 8, nummer 46, december 2021



OMSLAGFOTO: BJÖRN MARTENS

DE JULES SCHELVISBRUG IS IN VERBAND MET HET AMSTERDAM LIGHTFESTIVAL TIJDELIJK OMGETOVERD TOT 'BRIDGE OF THE RAINBOW'.



- 4 Molen De Gooyer, blikvanger van 1018
- 7 Leeuw van Moerkerken
- 7 Stichting Over de Brug zoekt zangers
- 8 Kort nieuws
- 10 Ellen denkt terug aan haar jeugd op de Kadijken
- 15 1018 laat uit
- 16 Portrait Gallery Studio
- 16 Rob Zwetsloot
- 17 Werk in de wijk
- 18 Uit in de buurt
- 20 TruColours
- 22 Plantage Muiderbadplantsoen
- 24 Vera's blik op de buurt
- 25 Beestjes in de buurt
- 26 Activiteiten van de Brouwerij
- 27 Bob Helpt en MasZ3 slaan handen ineen
- 28 Nieuw boek over de Weesperstraat
- 30 DOCK
- 32 Yogapraktijk Mariët Bakker
- 33 Buurtpuzzel
- 34 Ballabona
- 35 Geef me je hand: Mette

## Opnieuw keren we de molen naar de wind

Een dag voordat dit redactioneel uit de pc moest rollen, kondigde premier Rutte de nieuwe lockdown aan. Zuur voor iedereen die zich had verheugd op gezellige kerstdagen met familie en vrienden, maar vooral triest voor winkeliers en ondernemers voor wie de kersttijd juist zo belangrijk is. Vooral voor hen is het te hopen dat de half december aangekondigde maatregelen door iedereen worden opgevolgd, zodat we zo snel mogelijk weer terug kunnen naar het oude normaal.

Bij gebrek aan uitgaansmogelijkheden kunnen de bewoners van ons postcodegebied de komende weken in ieder geval besluiten om een keer een wandeling te maken langs de kunstwerken van het Light Festival in onze buurt. En ongetwijfeld wordt hun blik dan op enig moment ook getrokken naar de fraai opgeknapt molen

De Gooyer aan de Funenkade, de hoogste houten stellingmolen van Nederland, zoals elders in dit blad valt te lezen.

De recente onderhoudsbeurt van de molen is met grote precisie uitgevoerd door eigenaar Stadsherstel, de organisatie die het erfgoed in Amsterdam bewaakt en die zich binnenkort ook gaat ontfermen over de Oosterkerk. Zoals in dit nummer van 1018 wordt beschreven, is er zelfs na ruim een jaar praten nog steeds geen duidelijkheid over het toekomstige gebruik van de kerk. Het lijkt de kabinetsformatie wel. Maar hoe dat besluit binnenkort ook uitvalt, het is te hopen dat Stadsherstel net zo zorgvuldig – en met oog voor de buurtbelangen – zal omgaan met de monumentale Oosterkerk als met De Gooyer is gebeurd.

(REDACTIE) 

# 'Met een draaiende molen maak je veel mensen blij'

Met zijn machtige wieken is molen De Gooyer al meer dan twee eeuwen lang een markante verschijning aan de Funenkade op de grens van Oost en Centrum. Menige toerist of trotse Amsterdammer heeft er een foto of selfie gemaakt. Afgelopen zomer kreeg de kap dankzij donateurs van Stadsherstel een nieuwe rietlaag en het houtwerk aan de buitenkant een nieuwe laag verf. Een mooie aanleiding voor 1018 Magazine om eens een kijkje te nemen in de molen.

DENNIS CHIN EN TITIA KOERTEN



Molenaar Evert Schuurman

**W**E WORDEN VERWELKOMD door molenaar Evert Schuurman. Hij komt uit een echte molenaarsfamilie en woont al zijn hele leven in deze molen. "Sinds 1931 wordt De Gooyer gerund door mijn familie. Mijn vader was beroepsmolenaar en ik heb hier mijn jeugd doorgebracht. Ik kan je zeggen dat een molen een erg fijne plek is om op te groeien. Doordat ik al van jongs van aan met het vak in aanraking kwam, is het molenaars-DNA vanzelf op mij overgesprongen."

Speciaal voor ons laat Evert op deze frisse herfstavond de molen draaien. Het lijkt windstil te zijn, maar de wieken vangen op die grote hoogte blijkbaar nog genoeg wind. Hij neemt ons mee de molen in en langs steile trappen klimmen we naar boven. De Gooyer heeft maar liefst acht verdiepingen, het is alsof we een oude kathedraal aan het beklimmen zijn.

## Geen hoogtevrees

Via de vijfde verdieping van de molen belanden we buiten op de stelling, ruim zeventien meter hoog. Je hebt hier een fantastisch uitzicht over Amsterdam. We kunnen zelfs de lichten van de verkeerstoren van Schiphol in de verte zien. Vanaf de stelling kun je de molen bedienen: draaien met het kruiad om de kap te draaien, zodat je de wieken goed op de wind kunt zetten. Verder kun je op de stelling de zeilen op de wieken bevestigen en de wieken met kettingen verankeren. Dat je als molenaar geen hoogtevrees moet hebben, blijkt wel als Evert, nadat hij de molen stil heeft gezet, als een piraat de onderste wijk beklimt en ons laat zien hoe het zeil van een wijk wordt opgerold. Met ontzag en bewondering en ook enigszins trillend op onze benen kijken we toe.

## Bouwpakket

Molen De Gooyer is de hoogste houten stellingmolen van Nederland. De vlucht van de molen - dat is de afstand van de ene wiek tot het uiteinde van de tegenoverliggende wijk - bedraagt 27 meter. Als je de hoogte van de stelling daarbij optelt, kom je op ongeveer 43 meter vanaf de grond. Evert: "Een molendeskundige van Stadsherstel heeft, aan de hand van de manier waarop de houten balken zijn gezaagd, berekend hoe oud de molen is. De houten bovenkant is gebouwd rond 1725 en de balken zijn half eiken en half grenen." De Gooyer bestaat voor het grootste deel uit hout en riet. Het skelet van een molen is van hout, met pen-en-gat-verbindingen. "Een molen is daardoor helemaal uit elkaar te halen om hem ergens anders weer op te kunnen bouwen, het is eigenlijk net een bouwpakket," vertelt Evert.

## Alleen windkracht

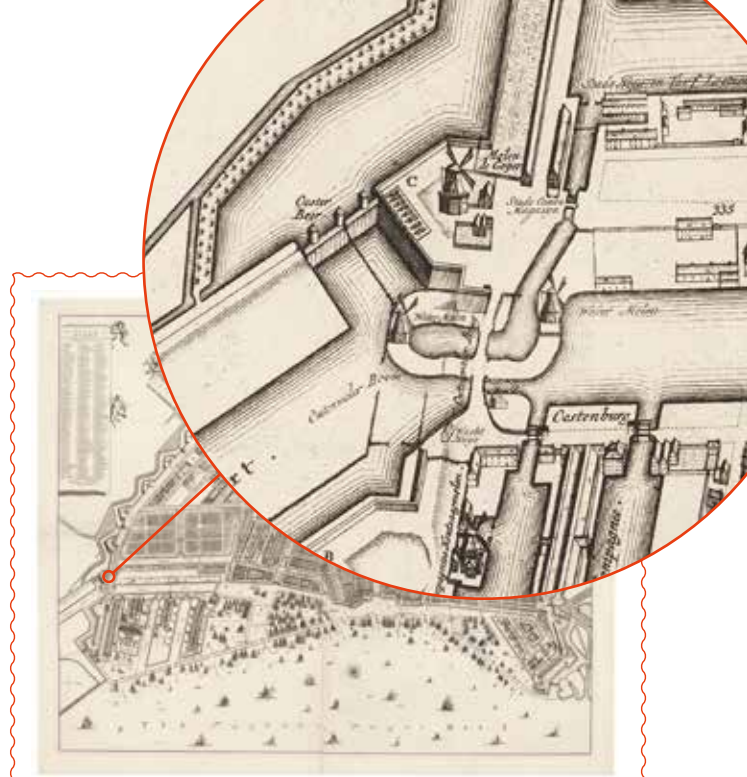
We klimmen nog verder naar boven. De trappen worden steeds smaller en de ruimte waar we kunnen lopen wordt ook steeds krappere. Op de zesde verdieping liggen de oude molenstenen die vroeger het graan maalden. Zo'n maalsteen weegt maar liefst twaalfhonderd kilo. Hoewel er geen graan meer wordt gemalen, laat Evert de molen nog wel regelmatig draaien. "Met een draaiende molen maak je veel mensen blij en alles wordt nog handmatig gedaan. Soms denken mensen dat er een motor in de molen zit, maar hij draait echt puur op windkracht, er komt geen computer of motor aan te pas. Het enige hulpmiddel dat ik heb ten opzichte van vroeger is Buienradar. Met sneeuw en vorst is het niet verstandig de molen te draaien met zeilen op de wieken, omdat die kunnen bevriezen." Op onze vraag of hij wat merkt van de klimaatverandering qua weertype, antwoordt Evert dat hij daar vrij weinig van merkt. "Storm, wind en regen zijn er immers altijd al geweest, dat is gewoon typisch Hollands weer." De zevende verdieping is de luizolder, hier hangt het mechanisme waarmee vroeger de zware zakken graan naar de maalzolder werden gehesen. Op de achtste verdieping, de kap van de molen, zien we het houten remsysteem, het wiel en de as waar de wieken aan vastzitten.

## Zware storm

Evert vertelt dat de molen tijdens de beruchte najaarsstorm van 1972 op hol sloeg en er vervolgens brand uitbrak. "De as waar de wieken aan vastzitten is toen gebroken en het wiekenkruis is van de molen afgewaaid. We hebben een van de wieken rechtopstaand in de Nieuwe Vaart teruggevonden. Het is echt een wonder dat er geen gewonden bij zijn gevallen als je bedenkt dat zo'n wiekenkruis meer dan tweehonderd kilo weegt. Bij het remsysteem zie je nog lichte schroeiplekken van de brand. Een brand is het grootste risico voor een molenaar omdat hout en riet natuurlijk erg brandbaar zijn. Er zijn tegenwoordig strenge eisen op het gebied van brandveiligheid en daarom hangen er op elke verdieping brandblussers, sprinklers en rookmelders."

Evert heeft het molenaarschap altijd goed kunnen combineren met zijn baan als piloot, maar is nu gepensioneerd. "Bij de KLM ga je vroeg met pensioen, maar als molenaar ga ik hier nog wel even door. In ieder geval zolang ik kan, ik zie het gewoon als een leuke hobby. Als de molen draait, ben ik altijd aanwezig, je kan niet even weggaan. Ik heb er ook nooit aan gedacht om te verhuizen. Er is helaas geen opvolging vanuit mijn familie, maar ik ben ervan overtuigd dat er na mij een molenaar zal komen die dit mooie werk kan voortzetten." 🐦

FOTO: STADSHERSTEL/SJORS VAN DAM



## Van standerdmolen naar stellingmolen

Molen De Gooyer was oorspronkelijk een standerdmolen die op verschillende plekken in Amsterdam heeft gestaan. In 1663 verhuisde De Gooyer naar bolwerk Oosterbeer. Dit bolwerk lag ter hoogte van de huidige tramhalte Hoogte Kadijk en de molen stond achter de Albert Heijn op het Jacoba Mulderplein. Op bijna alle bolwerken van de Amsterdamse stadsmuur stonden molens, vrijwel allemaal korenmolens.

In 1725 werd de standerdmolen vervangen door de huidige houten stellingmolen. De modernere stellingmolens waren hoger gebouwd zodat er voor de windvang minder hinder was van omliggende bebouwing en boden daarnaast meer opslagruimte. De meeste standerdmolens op de bolwerken werden rond die tijd vervangen.

Door de bouw van de Oranje-Nassaukazerne kon De Gooyer niet meer voldoende wind vangen. Daarom werd de molen in 1814 verplaatst van bolwerk Oosterbeer naar het fundament van een oude stads- vuilwatermolen op het Funen. Het fundament werd eerst nog 3,5 meter hoger opgemetseld, zodat de windvang verzekerd was. Van alle molens die vroeger op de stadsmuur stonden, is De Gooyer de enige molen die nog min of meer op zijn oorspronkelijke plek staat.

De Gooyer raakte begin vorige eeuw in verval en werd in 1928 aangekocht en gerestaureerd door de gemeente. De molen is sinds 1970 een Rijksmonument en in 2018 nam Stadsherstel de molen over van gemeente Amsterdam. De Gooyer is helaas niet te bezichtigen.

KAART: STADSARCHIEF AMSTERDAM, GERRIT DE BROEN, 1737

www.ROOSHERT.nl  
UITVAARTBEGELEIDING



Het is de liefde die blijft.  
06 24282782

Tabakshuis Weesperplein  
Gekoelde dranken  
Heerlijke koffie  
Post Punt



Reo  
Simply Pearfect

Repair Amsterdam  
Smartphone & Tablet Reparatie  
Originele onderdelen  
Klaar terwijl u wacht  
[www.repair.nl](http://www.repair.nl) | 020 622 3712

HADDERS & WIELEN  
Vof



TUIN

- ONTWERP & ADVIES
- AANLEG
- ONDERHOUD
- ALLE BESTRATINGEN

Ook: *ekologische tuinaanleg - schaduwtuinen*  
*kleine tuinen - bijzondere sierbestratingen -*  
*onderhoudscontracten*

Sarphatistraat 560, 1018 AV Amsterdam, 020-6268480

## De Plantage-Weespermuur

LEEUEW VAN MOERKERKEN

Op vakantie denk ik vaak aan thuis. Zo kon ik op mijn winterse stedentripje naar Berlijn het niet laten om me af te vragen hoe een Berlijnse muur er bij ons uit zou hebben gezien. Stel dat grote buitenlandse regimes niet Duitsland, maar juist onze 1018-buurt zouden verdelen. De muur loopt dan vanaf de Dijkstraat tot aan de Korte 's-Gravesandestraat. Met een dikke strook aan militaire zone. Alles vanaf de Marinierskade tot de Leeuwenwerf wordt gesloopt en met mijnen en prikkeldraad volgelegd, evenals alles vanaf het Plukbos tot de Ravenstraat. De Witte Boei doet dienst als douanepost, een van de weinige openingen in de Plantage-Weespermuur. Hier worden reizigers met strikte visa na een grondige (lichamelijke) controle doorgelaten. De Oosterkerk in het niemandsland wordt, net als de Versöhnungskirche, wegens praktische overwegingen opgeblazen. Van de Kadijken blijft weinig over. De grens loopt over de Nijlpaardenbrug en over de parkeerplaats, dwars door het olifantenverblijf heen. Hier blijkt het grootste lek te zitten van de grens. Door het Tweecheeta's-verdrag mogen de verzorgers zich namelijk vrijuit van Oost-Artis naar West-Artis verplaatsen. Dit blijkt een grootschalige smokkelroute voor Brouwerij 't IJ-bier naar het Westen en Bakkers-van-Oost-brood naar het Oosten. De bakkers van Oost zijn dan uiteraard van naam veranderd wegens verwarring over de locatie. Uiteindelijk wordt ook de grens in Artis hermetisch afgesloten. Alleen de prairiehonden lopen van Oost- naar West-Artis. De oostelijke ingang van Artis wordt het aquarium en de doodlopende Plantage Middenlaan wordt de Oostelijke Artis-parkeerplaats. Het Nieuwe Sint Jacobgebouw wordt meteen maar weer gesloopt (plots lijkt dit gedachte-experiment ook haar voordelen te hebben). De muur loopt verder over de witte bruggetjes, over de campus, langs Checkpoint Crea, dwars over de Sarphatistraat heen.

Na 28 jaar aan isolatie valt de muur uiteraard. En komen wij met Oost en West samen in een ongekend groot buurtfeest, waarin we gezamenlijk de muur afbreken. Het Oosten blijkt wat armer te zijn dan het Westen en het Westen blijkt een groot elektrisch Swapfiets-walhalla te zijn geworden. De Oosterlingen kunnen weer naar de Hortus en de Westerlingen kunnen weer naar de Muiderpoort op het Alexanderplatz. Drommen mensen zullen dagelijks fietsen huren en langs de voormalige muur fietsen. De niet opletende toeristen op rode fietsen met selfiesticks zullen een blijvende levende muur tussen Oost en West zijn.

[leeuw1018@gmail.com](mailto:leeuw1018@gmail.com)

## Zangers en zangeressen gezocht

Stichting Over de Brug is bezig met een buurtopera voor een groots openingsfeest van de nieuwe wijk Oostenburg-Noord. Dat zal in 2024 zijn. Het muziek-spektakel is gebaseerd op bekende en onbekende verhalen die de ronde doen in de buurt. Ze worden op muziek gezet in de stijl die bij het verhaal past: jazz, rap, hiphop, westers klassiek, traditionele Noord Afrikaanse klanken en fanfare.

In januari 2022 starten we met repeteren van een eerste lied in de buurtkamer op Oostenburg. Zo leren we elkaar al een beetje kennen. We gaan het lied een paar keer live uitvoeren als daar een gelegenheid voor is. We gaan het lied óók op film zetten om daarmee sponsors over de brug te trekken. We komen ongeveer vier woensdagavonden bij elkaar o.l.v. Peter van Os. In verband met de huidige coronamaatregelen worden degenen die zich opgeven, gemaild wanneer de eerste repetitie plaatsvindt. Omdat we maar een paar repetities hebben, zou het fijn zijn als je al enige zangervaring hebt, bijvoorbeeld in een koor.

Als je belangstelling hebt om mee te doen, geef je dan op bij Martha Meerman, [marthameerman@xs4all.nl](mailto:marthameerman@xs4all.nl). Zet in de mail: hoe je heet, je stemsoort en op welk eiland of in welke buurt je woont. Als je eerst informatie wilt, vraag dat dan in de mail en zet je telefoonnummer erbij. Dan bel ik met je. Hopelijk tot ziens!

Martha Meerman, Xander Straat  
Buurtopera Over de Brug, alt, Oostenburg



ILLUSTRATIE: FREEPIK

**Shiatsu-massage**



Koen Tangelder  
Shiatsu en Lichaamswerk

Bij diverse lichaamsklachten,  
stress en burn-out \* Acupunctuur

Praktijk De Kadijk  
Laagte Kadijk 41  
[www.koentangelder.nl](http://www.koentangelder.nl)  
Tel. 020 6 270 709 / 06 83 990 992



**ACUPUNCTUUR  
MESOLOGIE**

Paul Horsthuis  
Czaar Peterstraat 107  
[www.maac.nl](http://www.maac.nl)  
020-4205441

Hulp bij u  
in de buurt

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



Overal in de stad zijn er buurtteams. De buurtteams helpen u gratis bij vragen over zorg, geld, wonen, gezondheid, werk, ontmoeten en veiligheid.

Bijvoorbeeld als u moeite heeft om rond te komen, meer sociale contacten wilt, of zo lang mogelijk zelfstandig thuis wilt blijven wonen. Allerlei vragen waar onze buurtteams u bij kunnen helpen. Samen kijken we wat u nodig heeft, zodat u zelf weer verder kunt.

Neem contact op met uw buurtteam in centrum via:  
T. 020 - 557 33 38

**Buurteam Amsterdam**

Massagepraktijk  
Helder & Holistisch



Massages  
Lichaamsgerichte therapie  
voor ontspanning en bewustwording

Marianne van der Staaij,  
Holos @ massagetherapeut  
Vergoeding mogelijk via ziektekostenverzekering

Binnenkadijk 151, 1018 ZE, Amsterdam  
06 - 294 224 40  
[m.staay2@upcmail.nl](mailto:m.staay2@upcmail.nl)  
[www.praktijkhh.nl](http://www.praktijkhh.nl)



Vrijwilligers  
Centrale  
Amsterdam

**Jij.  
Wij.  
Blij.**

EEN SWITCH NAAR EEN ANDER VAK

Robert Ploem  
arbeidscoach & loopbaanbegeleider




Voor een goede balans  
tussen werk en privé  
[www.matrix-consultants.nl](http://www.matrix-consultants.nl)  
Alexanderkade 14d

Kies uit meer  
dan 1000 leuke  
vrijwilligersklussen  
in de stad

020 - 530 12 20 | [amsterdam@vca.nu](mailto:amsterdam@vca.nu) | [www.vca.nu](http://www.vca.nu)

Kapsalon, Haarwerken & Prullen

**TANJA'S  
Haarmode**

U kunt bij ons online uw afspraak maken  
[www.tanjashaarmode.nl](http://www.tanjashaarmode.nl)

Oostenburgergracht 39  
1018 NB Amsterdam  
(020) 620 7443  
[info@tanjashaarmode.nl](mailto:info@tanjashaarmode.nl)

Dinsdag t/m donderdag 08:30 tot 17:00  
Dondagavond 18:00 tot 20:30  
Vrijdag 08:30 tot 19:00  
Zaterdag 08:30 tot 16:00

Alleen op afspraak

## Oosterkerk (1)

Als de gemeente Amsterdam de Oosterkerk volgens plan verkoopt aan Stadsherstel moeten het Balletorkest en de Protestantse Kerk Amsterdam (PKA) allebei huurder worden. Dat stelt Boris van der Ham in een advies aan het gemeentebestuur. De oud-D66-politicus was begin dit jaar gevraagd om de impasse over de toekomst van de kerk te doorbreken. Die impasse was het gevolg van het feit dat Stadsherstel de ruimte aan het Balletorkest wilde verhuren en bovendien aankondigde de tarieven flink te zullen verhogen. Buurtorganisaties vreesden dat dat het einde zou betekenen van het buurtgebruik en ook van de gratis concerten. Zij steunden daarom de ambitie van de PKA om de kerk te kopen. Uit gesprekken met alle betrokkenen heeft Van der Ham nu de conclusie getrokken dat verkoop van de kerk aan Stadsherstel weliswaar een uitgemakte zaak is, maar dat het Balletorkest en de PKA de ruimte heel goed samen kunnen gaan gebruiken. Stadsherstel moet bovendien garanderen dat de kerk gedurende twintig dagen per jaar tegen een laag tarief beschikbaar is voor de buurt en dat er ruimte blijft voor gratis concerten.

## Oosterkerk (2)

In de buurt is wisselend op het advies gereageerd. “Wij zijn positief over de voornemens”, zegt voorzitter Bart Uitdenboogaart van het Eilandenvoerleg, “maar we zijn wel heel benieuwd naar de concrete uitwerking ervan in contracten. Een van onze bezwaren tegen de verkoop van de kerk aan Stadsherstel was dat zij een commercieel tarief voor buurtactiviteiten wilden gaan rekenen. In het advies wordt nu wel gesproken over een laag buurttarief, maar wij zijn pas echt gerust als we dat ook in de contracten terugzien.” Voorzitter Henk Verhoef van het bestuur van de stichting Oosterkerk is minder blij met de gang van zaken. In een brief aan van der Ham laat hij weten teleurgesteld te zijn over het feit dat de stichting, die de kerk jarenlang succesvol heeft beheerd, in het advies van Van der Ham geen enkele rol speelt. Hij noemt de tien miljoen euro voor aanpassingen aan ‘een gebouw dat bouwkundig volledig gezond is’ weggegooid geld en vreest dat het monumentale orgel wel eens het kind van de rekening zou kunnen worden.

[Er wordt druk gebouwd op Oostenburg, zicht vanaf de Windrooskade](#)

## Voorrang op Oostenburg

Voor een flink aantal onderwijzers, politieagenten en zorgmedewerkers gloort hoop op een spoedig einde van hun woningnood. In de nieuwbouw die Syntrus Achmea op Oostenburg realiseert, worden 136 studio's gereserveerd voor mensen die werken in een van de genoemde sleutelberoepen. Ook starters uit Amsterdam die nog geen 28 zijn, komen voor de studio's in aanmerking. Dat maakte de Amsterdamse pensioenbelegger eind november bekend. De studio's met een omvang van 33 tot 41 m<sup>2</sup> vallen met een huur van 728 euro net in de sociale huursector. Om in aanmerking te komen moeten gegadigden minimaal 3,5 keer de maandhuur, oftewel 2.548 euro bruto per maand, verdienen. Om in aanmerking te komen voor een huisvestingsvergunning geldt bovendien een maximum bruto-jaarinkomen van 46.679 euro. Behalve over woonruimte krijgen de toekomstige huurders ook de beschikking over een terras of een gezamenlijke daktuin. De woningen worden naar verwachting in maart opgeleverd.



## Herinrichting Kattenburgerstraat

Het plan voor herinrichting van de Kattenburgerstraat, dat begin dit jaar door de bewoners nog met instemming was begroet, wordt maar zeer ten dele uitgevoerd. Dat besloot de gemeenteraad half november. Vanwege geldgebrek bij de gemeente gaat de verlegging van de rijbanen richting Marineterrein niet door. Ook een nieuwe fietstunnel onder het spoor en een fietsbrug over de Dijkgracht zijn geschrapt. De versmalling van de rijbanen en de invoering van een maximumsnelheid van 30 km/u in de Kattenburgerstraat gaan wel door. Het besluit kostte de gemeenteraad half november zichtbaar moeite, zeker ook omdat er geen nieuw inspraaktraject komt. De herinrichting van de Kattenburgerstraat maakt namelijk deel uit van een groter project waarbij de Oostertoegang (bij CS) eenrichtingverkeer krijgt. Vertraging hiervan zou onwenselijk zijn omdat de Oostertoegang op tijd klaar moet zijn voor de nieuwe aanlegsteiger van de IJ-pont naar de Meeuwenlaan. Daarnaast eiste ProRail een snelle beslissing over de fietstunnel. Van zo'n tunnel zal het door dit raadsbesluit waarschijnlijk nooit meer komen.

## Droeve klucht in Plantage Parklaan

In de Plantage Parklaan woedt al ruim een jaar een loopgravenoorlog tussen de gemeente en buurtbewoners. In december 2020 publiceerde de gemeente een plan voor de herinrichting van de straat langs het Wertheimpark. Met het voorstel om een maximumsnelheid van 30 km/h in te voeren waren de bewoners het eens. Maar zij zagen geen heil in de voorgestelde versmalling van de rijbanen. Te gevaarlijk voor fietsers. Pas na lang aandringen mochten de bewoners hun bezwaar toelichten, maar de gemeente weigerde haar voorstel aan te passen. Na opnieuw lang aandringen zegde de gemeente toe het plan voor advies aan de Centrale Verkeerscommissie (CVC) te zullen voorleggen, maar die belofte werd niet nagekomen. Kort voordat het voorstel in een volgende vergadering van de CVC alsnog zou worden besproken, kreeg het verhaal een wel heel verrassende wending. Deskundigen uit die commissie vonden bespreking niet nodig. De rijbanen in het voorstel waren te smal en de veiligheidsituatie voor fietsers was onvoldoende. Precies wat de buurt al een jaar beweert. De gemeente past het plan nu aan. De buurt wacht af.

## Platform voor duurzaam inkopen

Vanaf 1 december kunnen bedrijven, organisaties en culturele instellingen in de Weesperbuurt en de Plantage hun duurzame inkopen tegen aantrekkelijke voorwaarden doen op een 'Collectief Circulair Inkoopplatform'. Het platform wordt gerund door Product for Product, een webshop en groothandel in circulaire producten met een assortiment van meer dan 30.000 artikelen. Het initiatief voor het oprichten van een platform voor duurzame inkopen is afkomstig van twee al langer bestaande belangenorganisaties in de buurt, de Bedrijveninvesteringzone (BIZ) Knowledge Mile en De Duurzame Plantage. Bij de BIZ zijn ruim tweehonderd bedrijven en organisaties langs de Wibautas aangesloten, in de Duurzame Plantage hebben veertien culturele instellingen uit de Plantage en omgeving hun krachten gebundeld. Eerder werkten beide organisaties ook al samen in een project om afval te scheiden, te recyclen en waar mogelijk per boot af te voeren. Het nieuwe inkoopplatform is alleen toegankelijk voor leden van beide organisaties.

## Win een lunchbon op de Knowledge Mile

Ook dit jaar heeft de BIZ Knowledge Mile langs de Wibautstraat en de Weesperstraat weer vijftien grote kerstbomen geplaatst 'om de twee straten in de donkere decembermaanden wat gezelliger te maken'. Maar als extraatje heeft de organisatie er deze keer ook een wedstrijd aan verbonden. In elke boom hangt namelijk een letter. De vijftien letters vormen samen een woord en onder degenen die dat woord uiterlijk 11 januari opsturen naar [straatmanager@knowlegemile.biz](mailto:straatmanager@knowlegemile.biz) worden op 12 januari tien lunchbonnen van vijftig euro verloot.

Voor meer nieuws uit 1018: [www.buurtorganisatie1018.nl/nieuws](http://www.buurtorganisatie1018.nl/nieuws)



FOTO S: BRUNO VAN MOERKERKEN

Ellen denkt terug aan haar jeugd op de Kadijken

# ‘Wandelen naar de Oranjesluizen en zwemmen bij het strandje’



FOTO: TITIA KOERTEN

Ellen in haar atelier

Rechts: Ellen en haar zusje

Ellen Schokker-Metz (83) had een redelijk onbezorgde jeugd op de Kadijken in de jaren veertig en vijftig. Een hele leuke tijd, waar ze met plezier aan terugdenkt, maar achteraf verbaast het haar wel dat ze destijds zoveel vrijheid had en ook veel verantwoordelijkheid kreeg toegeschoven. Zoals ze zelf zegt: “het was een heel andere tijd, niet te vergelijken met nu.”

TITIA KOERTEN

ELLEN WOONDE VROEGER op Hoogte Kadijk 17, het huis is er nog. Zelf woont ze al jaren in Oud-Zuid. In haar lichte keuken halen we herinneringen op aan haar jeugd. Ze komt uit een rood nest, haar ouders waren communistisch, zoals veel mensen destijds in deze buurt.

## Hoe was jullie gezin samengesteld?

“Mijn vader was meubelmaker en was heel erg handig. Mijn moeder was lid van de Nederlandse Vrouwenbeweging (NVB) en ging met het partijblad langs de deuren. Coba Veltman, de verzetsstrijdster die de pamfletten van de Februaristaking uittipte en verspreidde, was een zus van haar. Mijn broer was acht jaar ouder en daardoor had ik niet zoveel contact met hem. Ik beschouwde hem door het leeftijdsverschil ook min of meer als een volwassene. Hij zat ook al op de middelbare school, dus ik lette niet zo op hem. Mijn zusje was vier jaar jonger en met haar heb ik veel gespeeld. Ik speelde sowieso vooral met jongere kinderen.”

“Mijn moeder kwam van Oostenburg en ze vertelde me altijd dat ze elke dag, samen met Coba, helemaal naar het Mariniersplein moest lopen om in de rij te staan als er pap werd uitgedeeld. Ze hadden daar een gruwelijke hekel aan, maar ze moesten wel, omdat ze zo arm waren. Mijn grootvader was bootwerker en het gezin woonde in een halve woning met een alkoof. Grootvader ging elke ochtend naar het café de Blauwe Druif om daar werk in de haven te krijgen. Dat noemde men besteken, je moest elke dag maar weer afwachten of je werk kreeg. Je werd ook uitbetaald in het café en dan moest er natuurlijk eerst worden afgerekend met de kastelein.

Mijn grootmoeder stierf tijdens de Spaanse griep en toen bleef grootvader met acht kinderen achter. De zus van mijn grootmoeder, die best een goede baan had als hoofdverpleegster, kwam toen bij hem inwonen om voor de kinderen te zorgen. Uiteindelijk wilde mijn grootvader met mijn oudtante trouwen, maar dan moest hij haar wel beloven dat ze dan naar een andere woning zouden verhuizen en dat hij niet meer zou drinken. Die woning kreeg hij via zijn werk in Nieuwendam, maar hij moest zijn werkgever beloven dat hij niet meer ging staken. Dat belofde hij en

## TAIJI QUAN & QIGONG

Traditionele Chinese bewegingskunst voor een goede gezondheid en balans. Effectief tegen o.a. stress, rsi, hoge bloeddruk, stramme gewrichten. Les van grootmeester Fei BaoNong. **Gratis proefles** op woe. 12 en 19 jan. om 19.00 uur. Verhinderd? Daarna bent u ook welkom. De kleine Boeschool, Kleine Wittenburgerstraat 100 Amsterdam. Info: Ada 06-51564482 en Arnold 06-40871202 [www.longtengtaiji.com](http://www.longtengtaiji.com)

6 dagen per week

## Maaltijden Broodjes Visdelicatessen

**FRANK'S  
SMOKE HOUSE**  
DELI | CAFE | RESTAURANT

Oostenburgervoorstraat 1, Amsterdam



**Purr & Fetch**  
Dierenspecialzaak

Plantage Kerklaan 21 1018SZ Amsterdam

020-3584192 shop@purrfetch.nl Purr\_fetch



## Uitgepraat bij de GGZ.

Wat nu?

Je draait rondjes  
in je hoofd, maar een  
oplossing *bedenk* je niet.  
Ga naar je lijf.  
**Dat weet meer  
dan je denkt.**

Mijn Vierkante Meter

Body/mind  
Systemisch werk  
Co-counselen

[www.mijnvierkantemeter.org](http://www.mijnvierkantemeter.org)  
06 20829560



- Moderne en klassieke lijsten op maat in aluminium en hout
- Ornamentlijsten
- Ophangsystemen
- Indien gewenst inlijstwerk gratis bezorgd

**PLANTAGE KERKLAAN 4 sous**  
Tel.: 020-4284049

[info@deinlijster.nl](mailto:info@deinlijster.nl) [www.deinlijster.nl](http://www.deinlijster.nl)

beweging ontspanning

## Yoga & Ademwerk

Kleine groepen  
Individuele aandacht

Locatie Studio Lumen • Nwe Keizersgracht 58  
Info • aanmelden +31 (0)6 11 36 04 84  
[marietb@xs4all.nl](mailto:marietb@xs4all.nl)

[MARIETBAKKER.NL](http://MARIETBAKKER.NL)

Praktijk voor Fysio- en Manuele Therapie

**GoFysio**  
manuele therapie

- Fysiotherapie
- Manuele therapie
- Dry-needling
- Fascie-therapie
- Behandeling van nek-, schouder- en armklachten, hoofdpijn en duizeligheid.

Valkenburgerstraat 188 E  
020-6183578

[www.gofysio.nl](http://www.gofysio.nl)  
[contact@gofysio.nl](mailto:contact@gofysio.nl)

## DAVID ELDERS begrafenis & crematie

uitvaartcentrum  
tegenover de nieuwe ooster

020 6252201

kruislaan 235 amsterdam  
[www.uitvaartcentrumelders.nl](http://www.uitvaartcentrumelders.nl)

## PRAKTIJK DE KADIJK



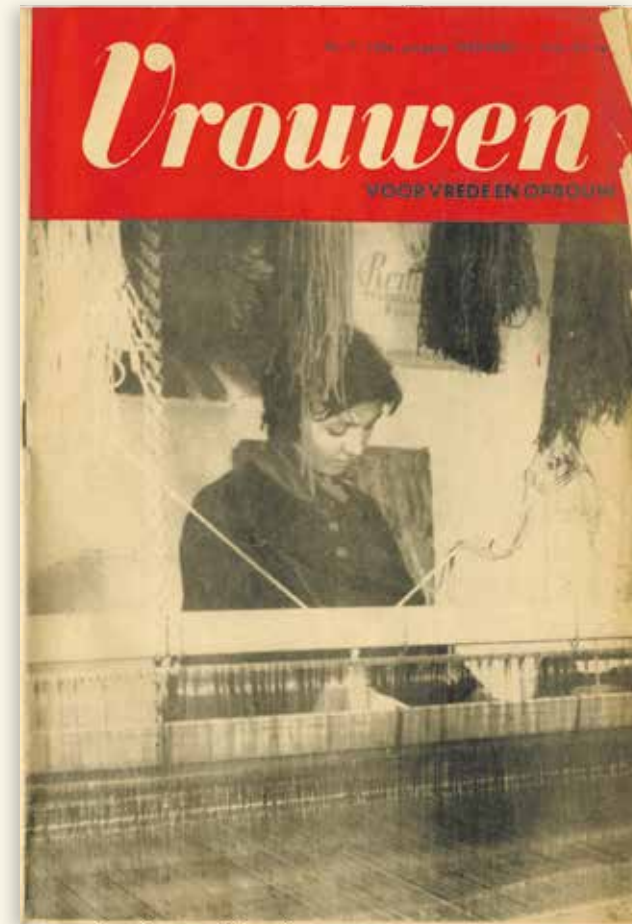
- Fysiotherapie
- Manuele therapie
- Bekkenbodetherapie
- Oedeemfysiotherapie
- Acupunctuur
- Shiatsu en lichaamswerk
- Adem- en ontspanningstherapie
- Oncologische revalidatie

Alle therapeuten voldoen aan de kwaliteitseisen van zorgverzekeraars

Ook fysiotherapie na 18.00 uur mogelijk

Laagte Kadijk 41, 1018 BB Amsterdam

Aanmelden via: 020 6261836 of [www.praktijkdekadijk.nl](http://www.praktijkdekadijk.nl)



ze hebben de rest van hun leven in Noord gewoond. Ik ging hen daar altijd opzoeken."

### Was de Hoogte Kadijk een mooie straat?

"Nou, aan onze kant, de oneven kant, was het niet zo bijzonder, maar aan de overkant wel. Dat waren van die mooie hals- en klokgeveltjes, echt prachtig. We speelden er veel op straat, want er waren veel kinderen. Wat we deden? Nou, knikkeren, tollen en hinkelen. Kattenkwaad? Nou, ik niet, ik was misschien een beetje te braaf."

### Waar ging je naar school?

"Ik zat op de Abraham Taelmanschool aan de Kattenburgerkade 38. Dat was een hele fijne school. Tekenen en handwerken waren mijn lievelingsvakken. We tekenden nog op een lei met een griffel. Ik kreeg op een gegeven moment van de juf een schetsboek om in te tekenen. Het had van dat grauwe, grijze papier met vloeipapier ertussen. Ik weet nog dat ik het eerst heel eng vond om erin te tekenen. Op mijn lei kon ik het namelijk zo weer wegvegen. Toen ik in de vijfde of zesde klas zat, werd ik vaak gevraagd, als er een juf ziek was, om een klas met jongere kinderen bezig te houden."

### Waarom werd je daarvoor gevraagd?

"Ik heb echt geen idee, ik was best wel verlegen, als je er nu over nadenkt is het natuurlijk heel gek. Ik ging namelijk

gewoon met een klas wandelen. Daar moet je nu toch niet meer aan denken, een kind van twaalf jaar dat met een groep van vijftig jongere kinderen gaat wandelen! We gingen zelfs op de Marinierskade langs het spoor lopen, er was wel een hek, maar dat stond meestal open. We liepen dan langs het water en plukten bloemen of gooiden stenen in het water. Maar goed, ik vond dat toen allemaal wel heel leuk."

"Thuis speelde ik ook veel met jongere kinderen, omdat mijn zusje vier jaar jonger was. Als we dan schooltje speelden was ik als oudste de schooljuffrouw. Met de buurtkinderen maakten we hele wandelingen, dan liepen we de hele Hoogte Kadijk af naar Zeeburg en dan gingen we via de Oranjesluizen het IJ over. Dat vond ik prachtig, leuk over die smalle gangetjes, en tegelijkertijd heel spannend en eigenlijk ook wel gevaarlijk met al dat water. Dan liepen we verder over de Nieuwendammerdijk, namen de pont naar het Centraal Station en gingen over de Prins Hendrikkade weer naar de Hoogte Kadijk. Op de Prins Hendrikkade, tegenover de Marinekazerne, was een strandje waar we altijd gingen zwemmen. Het was daar altijd heel druk."

### En na de lagere school?

"Ik vond het heel naar om van de lagere school af te gaan. Ik ging daarna naar de Amstelschool aan de Mauritskade, dat was een mulo en dat vond ik verschrikkelijk. Ik kende er niemand. Ik ben toen met een vriendinnetje dat ik al kende naar de Industrieschool op de Weteringschans gegaan. Een soort huishoudschool, maar dan meer op kunstnijverheid gericht. Daar heb ik veel geleerd, maar de tekenlessen vond ik het leukst. Met dat vriendinnetje ging ik heel veel spijbelen, de helft van het jaar gingen we niet naar school."

### Ben je toen van school gegaan?

Dat weet ik niet meer precies, maar mijn moeder kwam rond die tijd een advertentie tegen waarin gratis weeflessen werden aangeboden. Het bleek om een handweverij, een zogenaamde kelimweverij, in de Nieuwmarktbuurt te gaan, waar men eigenlijk op zoek was naar personeel. Ik heb die lessen gevolgd en vond het ontzettend leuk. Toen de eigenaar ermee op hield, heb ik de zaak overgenomen en toen was het mijn weverij. Helaas moest het pand van de weverij verdwijnen bij de aanleg van de metrolijn en werd ik uitgekocht."

Ellen pakt een vergeeld tijdschrift en laat me de voorkant zien: "Kijk, hier sta ik te weven, achter het getouw." Het is een exemplaar van Vrouwen uit 1959, het blad van de NVB waar haar moeder ooit mee colporteurde. "Ze hebben toen een hele reportage over de weverij gemaakt."

Ellen laat me haar atelier zien, een gezellige, lichte ruimte, waar ze tekent, schildert en kleding naait. "Ik ben eigenlijk mijn hele leven bezig geweest met textiel en ik ben altijd blijven tekenen en daar ga ik ook nog wel even mee door." En tot slot laat Ellen me nog haar poppenhuis zien: "Dit is het enige speelgoed uit mijn jeugd dat ik nog heb. Ik heb het ooit van Sinterklaas gekregen. Mijn kinderen hebben er mee gespeeld en nu spelen de kleinkinderen ermee."

Op de oude foto zien we de Weesperstraat richting het zuiden, met rechts een nog bestaand huizenblok in de Nieuwe Kerkstraat. Op de recente foto is datzelfde blok uiterst rechts zichtbaar, naast de rode nieuwbouw. 🐾

**18 november 1988****13 december 2021**

## Iggy, mixnixje

Omdat ik voor mijn rubriek in contact wilde komen met de eigenaar van een opvallende basset, door mij gespot in het plantsoentje aan het eind van het Entrepotdok, plaatste ik een oproep op Nextdoor. Het bassetbaasje meldde zich niet, maar Indy de Keijzer reageerde ad rem: “Ik heb een leuke hond van het ras *mixnix*, maar je wilt natuurlijk alleen maar echte rashonden!”

Omdat ik noch mensen noch honden discrimineer, antwoord ik direct dat ik graag met Iggy uit wil. “Je kunt me herkennen aan de hondenwandelwagen”, mailt ze. Op het Marineterrein, herken ik haar van verre. Het wagentje met Iggy staat voor haar, een zwerm kraaien fladdert om haar heen. Ze heeft altijd wat brokjes voor haar zwart gevederde vrienden bij zich.

Door de rake reactie verwacht ik een jonge pittige meid, niet deze dame op leeftijd met beschaafd zachte stem. “Iggy, als van Iggy Pop?” Jawel, de hit *Lust for life* was de inspiratiebron voor de naam van haar adoptiehondje uit Bulgarije. De achtjarige Iggy kwam vier jaar geleden naar Amsterdam. “Ze diende als belhond bij zigeuners. Een zigeunerwagen heeft geen bel en dus lag ze – heel treurig – buiten aan de ketting, met als doel aan te slaan wanneer er mensen kwamen.”

FOTO: BJÖRN MARTENS

Ik buk me voor een nadere kennismaking met de kleine ruwharige Iggy, maar word straal genegeerd. Bij een tweede poging, onderweg, dribbelt ze op haar korte pootjes achteruit en blijft me daarna nauwlettend in de gaten houden. “Het ligt niet aan jou. Ze is heel eenkennig, ook naar mensen met wie ik al jaren opliep.”

Indy kent de buurt goed: ze woont al veertig jaar op Wittenburg en heeft, hoewel opgeleid tot schoonheids-specialiste, jaren achter de bar gestaan op het Rapenburgerplein in Café De Keijzer, dat toen van haar ouders was. Het café heet nu alweer drie decennia Scharrebier naar de Scharrebiersluisbrug. Goedkoop met water aangelengd bier noemde men vroeger scharrebier.

Verhalen ophalend over het vroegere caféleven in de buurt, hebben we ongemerkt het Marineterrein verlaten en staan we opeens voor Indy’s deur in de Wittenburgerstraat. Indy: “Jeetje, ik was best een beetje zenuwachtig vooraf, maar de tijd is omgevlogen met zo’n leuk gesprek!” Ik kan dat alleen maar beamen. 🐾



## Portrait Gallery Studio, nieuwkomer op het Marineterrein

De Dutch National Portrait Gallery brengt sinds 2013 online-producties en tentoonstellingen op wisselende locaties. Na een nomadisch bestaan heeft het nu een eigen bescheiden ruimte, de Portrait Gallery Studio, op het Marineterrein.



FOTO: BJÖRN MARTENS

Ik loop binnen op de openingsdag van de expositie The Love Line van fotografe Tara Fallaux. Op de muur een zwart-wit projectie van twee bewegende vrouwengezichten afgewisseld met het beeld van een citroen in een mandje, begeleid door ambient-muziek. Fallaux: "De video is een portret van de liefde en de miscommunicatie die ons daarbij in de weg zit. Bij dit werk hoort de gelijknamige podcastserie van VPRO-DOCS met anonieme verhalen van geliefden. Voor een vervolg op de serie ben ik op zoek naar bijzondere liefdes(verdriet) verhalen." Tot en met 2 januari is The Love Line buiten te zien en te beluisteren door het scannen van de QR-code op het raam.

Medeoprichtster en fotohistorica Hedy van Erp: "De Dutch National Portrait Gallery is opricht door fotografen en kunstenaars die een nationale portrait gallery, zoals in Engeland, misten. Mensen kennen ons wellicht van Engelen van de Zee van fotograaf Stephan Vanfleteren, een co-productie met het Scheepvaartmuseum. Daarnaast brengen we ook exposities in openbare ruimtes zoals NS-stations."

Voor 2022 staat naast een expositie van robot- en crayonportretten ook Helden met een Rafelrand gepland: portretten op postzegelformaat, samengesteld en van commentaar voorzien door Maarten van Rossem, een hartstochtelijk postzegelverzamelaar.

Portrait Gallery Studio, Kattenburgerstraat 5 (gebouw 003D) | [www.dutchnationalportrait.gallery](http://www.dutchnationalportrait.gallery)

Wil jij je liefdesverhaal met Tara Fallaux delen? Stuur dan een whatsapp-spraakbericht of voicemail naar 06-58756120 of mail naar [tara@theloveline.nl](mailto:tara@theloveline.nl).

## Botvieruh!

ROB ZWETSLOOT

Mijn leven is een tranendal, een opstapeling van narigheid, tegenslag en ellende.

Maar, ik blijf desondanks dapper voortploeteren. Ik laat me niet uit het veld slaan, leef in het moment, probeer in mijn kracht te staan en over mijn eigen schaduw heen te springen.

Want er zijn altijd lichtpuntjes aan het einde van de tunnel. Zonnestraaltjes. Zo is er in de directe omgeving van mijn donkere en sombere woning een weldaad aan cultuur te beleven. Musea, galeries, bioscopen en dan zijn er ook nog de talloze kunstenaars, schrijvers, muzikanten en andere artistiekelingen die vlak om de hoek wonen en waarmee een praatje altijd even mijn dag opfleurt.

Zo is er bijvoorbeeld Cees Koldijk, de kapitein van de Kadijken en leider van de onvolprezen 4Tuoze Matroze. Het is altijd een eer en een genoegen om te converseren met deze getalenteerde buurtgenoot die regelmatig buitengaats verblijft en zich afgelopen half jaar terugtrok op een onbewoond eiland om een gloednieuwe cd van de 4Tuoze Matroze te produceren onder de titel *Botvieruh!* Hiervoor werden talloze muzikanten per boot aangevoerd om een bijdrage te leveren.

Het waren vermoeiende en intensieve opnamen, waarbij geen zee te hoog was en men als wakkere pikbroeken de golven van tegenslag trotseerde en vol goede moed de tegenwind pareerde. Iedereen ging tot het uiterste, waarbij de emoties niet geschuwd werden en somtijds hoog opliepen. Menig traantje werd geplengd. 'De dood of de gladiolen', om het maar eens in zeemanstermen te zeggen. Of, op z'n Amsterdams, 'niet lullen, maar poetsen.' Het uiteindelijke resultaat mag er zijn en staat als een huis, gereed om de storm te trotseren. De kapitein, doorgewinterd als hij is, doet dapper zijn ding en weet mij als luisteraar wederom in vervoering te brengen en het is maar dat u het weet. .



ILLUSTRATIE: ERIK VAN OPHEM

## Werk in de wijk

CRUQUIUSKADE



Op zoek naar werkers stuit ik op een dozijn Waternetmannen en een -vrouw. De gastvrije Amsterdammers geven me gelijk een cursus rioolinspectie. Eerst moet de zinker leeg en dan wordt vanaf de overkant de rioolbuis schoongespoten. Vanuit de camerawagen wordt de binnenkant van de buis bekeken. Ik leer over gas-detectie-apparatuur en de vijf meter diepe put waar je nooit alleen mag werken vanwege de veiligheid. Tussendoor wordt een nieuwe planner door vaste collega's Richard en Eugene wegwijs gemaakt in de praktijk en examineert Hassan ('de man die alles kan') een nieuw talent in het team. .

FOTO: MARIA HEIJENDAEL

# Uit

Nr. 46:  
**december,  
januari en  
februari 2022**

Let op: Culturele instellingen hanteren nog steeds een aangepast toegangsbeleid. Check voor de meest recente informatie en e-tickets de desbetreffende websites.

## Zien

Ik was van plan om hier iets te schrijven over de sculpturen van zoutkristallen in het Joods Historisch Museum. Helaas was de nieuwe lockdown me voor. Dat krijg je als je alles op het laatste moment doet. Snel geswitcht naar de online tentoonstelling *Wees Moedig* in het Verzetmuseum. Tot de culturele instellingen weer opgegaan moeten we het hier even mee doen.

Zoals gewoonlijk biedt het Verzetmuseum een compacte, uitgebalanceerde tentoonstelling. Net lang genoeg om je bij de les te houden, maar toch met voldoende diepgang.

*Wees moedig* maakt indruk. Het lot van de drie uitgelichte stakers was hard, de afscheidsbrieven hartverscheurend, maar hoe deze gebeurtenissen nu nog inwerken op de nabestaanden maakt op mij misschien nog wel de meeste indruk.

Ik kan het niet vaak genoeg herhalen: hoe fijn een online-filmpje ook is, het haalt het echt niet bij fysiek museumbezoek. Ik kan dus niet wachten tot musea, bioscopen en theaters weer opengaan. En ik hoop u ook, want de culturele sector heeft onze steun heel hard nodig.



Raadpleeg ook:  
[www.deplantage.amsterdam](http://www.deplantage.amsterdam)  
Deze agenda kan alleen maar worden samengesteld op grond van aangeleverde informatie in Word aan [redactieros@gmail.com](mailto:redactieros@gmail.com)  
De deadline voor het volgende nummer is 28 januari 2022. Graag uw informatie op tijd en a.u.b. in de gevraagde vorm mailen.

### AMSTERDAM ARTSPACE

#### EXPOSITIE

**T/m 7 januari. The Candy Shop. Peim van de Sloot** creëert optisch illusies met patronen die bestaan uit uitsluitend naast en over elkaar geplaatste vrolijk gekleurde stickers. Composities waarbij de dunne lijn tussen orde en chaos wordt vervormd.

[Blankenstraat 254 | open: ma & do, 11.00 – 17.00 uur | weekend op afspraak | \[www.amsterdamartspace.nl\]\(http://www.amsterdamartspace.nl\)](mailto:ma&do,11.00-17.00uur@weekendopafsprak.nl)

### ARCAM

#### EXPOSITIE

**T/m 6 februari. Subterra.** Deze tentoonstelling onderzoekt de kansen van ondergronds bouwen en leven in Amsterdam. Subterra verdiept je kennis van het gebruik van de ondergrond door de eeuwen heen en van toekomstvisies op woningtekort, biodiversiteit en het klimaat.

**T/m 6 februari. Ecognosis, Work in Progress.**

Hoe zou de wereld eruitzien als de mens er niet (meer) was? Kunstenaarsduo Between-TwoHands visualiseert dit proces in de installatie Ecognosis.

[Prins Hendrikkade 600 | open: di – zo, 13.00 – 17.00 uur | \[www.arcam.nl\]\(http://www.arcam.nl\)](mailto:Prins Hendrikkade 600 | open: di – zo, 13.00 – 17.00 uur | www.arcam.nl)

### EXPO THUIS – HERBERT VAN DER BRUGGHEN

#### EXPOSITIE

**13 t/m 16 januari. Rik Slinger** – Figuratieve werken acryl op doek.

**10 t/m 13 februari. Mattijs van den Bosch** – Aquarel en acrylverf op papier en doek. N.B. reserveren via website verplicht.

[Plantage Middenlaan 9-hs | open: do – zo | 13.00 – 16.30 uur | \[www.herbertvanderbrugghen.nl\]\(http://www.herbertvanderbrugghen.nl\)](mailto:Plantage Middenlaan 9-hs | open: do – zo | 13.00 – 16.30 uur | www.herbertvanderbrugghen.nl)

### GALERIE FRANZIS ENGELS

#### EXPOSITIE

**T/m 15 januari. Go for 2022.** Groepstentoonstelling van kunstenaars van de galerie met nieuw werk en topstukken, die om curieuze redenen niet zijn verkocht.

**27 januari t/m 12 maart. Flexibel.** Het is allang niet meer vreemd dat er kunst gemaakt wordt met andere materialen dan verf, marmer of brons. De laatste jaren zijn flexibele materialen in opkomst. Werk van Marian Bijlenga, Joyce Overheul, Valentina Gal en Sibyl Heijnen.

[Nieuwe Vaart 200 | open: do – za | 13.00 – 18.00 uur | \[www.franzisengels.nl\]\(http://www.franzisengels.nl\)](mailto:Nieuwe Vaart 200 | open: do – za | 13.00 – 18.00 uur | www.franzisengels.nl)

### GALERIE OVERSTROOM

#### EXPOSITIE

**15 t/m 30 januari. Dwaalgasten – Niek Bruynzeel.** Assemblages, schilderen en tekeningen. N.B. Niet meer dan zes bezoekers tegelijk.

QR-code en mondkapjes verplicht.

[Entrepotdok 33 | open: vr – zo | 12.00 – 17.00 uur of op afspraak | \[www.galerieoverstroom.nl\]\(http://www.galerieoverstroom.nl\)](mailto:Entrepotdok 33 | open: vr – zo | 12.00 – 17.00 uur of op afspraak | www.galerieoverstroom.nl)

### HERMITAGE

#### EXPOSITIE

**T/m 9 januari 2022. Romanovs in de ban van de Ridders.** Tsaren, ridders, jonkvrouwen, hofse liefde, ridderspelen en een bijzondere middeleeuwse kunstcollectie zijn de ingrediënten van deze unieke tentoonstelling uit de collectie van de Hermitage.

**Vanaf 29 januari. Russische avant-garde.**

**Revolutie in de kunst.** Russische avant-garde-kunst vanaf de laatste jaren van het keizerlijk Rusland via de turbulente tijd rond de revolutie van 1917 tot het einde van de Stalimperiode. Kunstenaars als Kazimir Malevitsj en Wassily Kandinsky maakten naam met radicale vernieuwingen in de schilderkunst, maar stortten zich ook op het ontwerp van interieurs, theaterdecor, gebruiksvoorwerpen, boeken en porselein.

[Amstel 51 | 020-5308755 | \[www.hermitage.nl\]\(http://www.hermitage.nl\)](mailto:Amstel 51 | 020-5308755 | www.hermitage.nl)

### HORTUS BOTANICUS

#### SWANDELING

**T/m 9 januari. Hortus by night.** Duizenden

glinsterende lichtjes in de tuin nemen je mee op een betoverende winterwandeling. Opwarmen kan na de wandeling met warme chocolademelk of glühwein. Reserveren via de website.

[Plantage Middenlaan 2a | open: ma – zo | 10.00 – 17.00 uur | \[www.dehortus.nl\]\(http://www.dehortus.nl\)](mailto:Plantage Middenlaan 2a | open: ma – zo | 10.00 – 17.00 uur | www.dehortus.nl)

### JOODS HISTORISCH MUSEUM

#### EXPOSITIE

**T/m 9 januari. Een feest van licht: Chanoeka.** Expositie van chanoekia's uit de collecties van het Joods Museum en de Portugese Synagoge. Veel religies en culturen vieren in de donkerste dagen van het jaar feesten van licht. In de joodse traditie is dat Chanoeka, de herdenking van de opstand van de joden tegen hun Griekse onderdrukkers, meer dan tweeduizend jaar geleden.

**T/m 6 juni. Rammelaars! Rammelaars! Rammelaars!** Wat beweegt iemand zijn leven te wijden aan het verzamelen van honderden rammelaars? Heinz Keijser leidt voor de oortog een actief en creatief leven. Na de oorlog is daar weinig meer van over. Het constante vluchten, de onderduik en het verlies van dierbaren hebben hem getraumatiseerd. De zoektocht naar een miniatuurrammelaartje geeft hem een nieuwe levensvulling.

**T/m 27 maart. Sigalit Landau – Between worlds.**

De Dode Zee in Israël is zo zout dat je er erin blijft drijven. De Israëliësche Landau werkt veel in en bij dit meer. Haar wereldwijd bekende en spectaculaire zoutsculpturen zijn nu voor het eerst in Nederland te zien.

[Nieuwe Amstelstraat 1 | \[www.jck.nl\]\(http://www.jck.nl\)](mailto:Nieuwe Amstelstraat 1 | www.jck.nl)

### LUTHER MUSEUM

#### CONCERTEN

**T/m 9 januari 2022. Luther & Oranje** De geschiedenis van Het Huis van Oranje-Nassau is sterk verbonden met de vroegere Nederlands Hervormde Kerk, met het gedachtegoed van Johannes Calvijni. Toch moet de invloed van Maarten Luther niet worden onderschat. Al vanaf Willem van Oranje, zoon van lutherse ouders, zijn er lutheranen aan het hof te vinden. Het Luther Museum vertelt hun verhaal met portretten, persoonlijke documenten en objecten uit koninklijk en luthers bezit.

#### CONCERTEN

**Zondag 16 januari, 16.45 uur** Nicolas Boudier (natuurhoorn) en Anders Muskens (fortepiano) met A Horn Story - an instrumental Love Story throughout the 19th Century, werk van Jadin, Hérolf, Gounod en Reinecke.

**Zondag 23 januari, 16.45 uur** Artem Belogurov (fortepiano) en Menno van Delft (klavecimbel/orgel). CD-presentatie 'Miscellanea from the Christopher Hogwood Legacy'.

Tickets concerten: € 22,00 / € 18,00 (museumkaart, stadspas) via [www.museumgeelvinck.nl](http://www.museumgeelvinck.nl)

[Nieuwe Keizersgracht 570 | open: do – zo | 11.00 – 17.00 uur | \[www.luthermuseum.nl\]\(http://www.luthermuseum.nl\)](mailto:Nieuwe Keizersgracht 570 | open: do – zo | 11.00 – 17.00 uur | www.luthermuseum.nl)

### OOSTERKERK

#### CONCERTEN

**Vrijdag 24 december, 20.15 – 21.45 uur. Kerstprogramma van barokensemble Eik en Linde.** Aria's uit het Weihnachtsatorium van Bach en de Messia'h van Händel, werk van Albinoni, Buxtehude en Corelli. Kaarten: € 25,-

**Zaterdag 25 december, 12.00 – 13.30 uur. 350 jaar Oosterkerk. Meezingconcert.** Met organist Henk Verhoef en Muziekgezelschap Wittenburg.

**Donderdag 30 december, 15.00 – 16.00 uur.**

**Trollennmuziek – een wintersprookje van Selma Lagerlöf.** Door Florian de Backere (verteller) en Helena Basilova (piano). Ook geschikt voor kinderen.

**Zaterdag 1 januari, 12.00 – 14.00 uur. Nieuwjaarsconcert.** Ensemble Sognante van familie 't Hart met het pianokwartet van Brahms en werken van Bach, Vierne en Franck.

**Dinsdag 11 januari, 20.00-21.20 uur. Ode**

**Saxofoonkwartet** Werken van Ravel, Pierné, Desenclos, De Falla en Piazzolla.

**Woensdag 12 januari, 20.00-21.00 uur. Orgelconcertreeks Kunst der Fuge – 'A due soggetti'** Bachs Kunst der Fuge in context – serie van vijf concerten op het Van Oeckelen-orgel door organist Henk Verhoef. Met Kunst der Fuge Contrapunctus 8 t/m11 en werken van Buxtehude en Mendelssohn.

**Zaterdag 22 januari, 15.00-16.00 uur. Maya**

**Fridman (cellist) & Carlos Marín Rayo (pianist)**

Werken van Jan Peter de Graaff, Bach, De Falla, Schumann en Shalygin.

**Vrijdag 28 januari, 14.30-15.15 uur. Quartet with a twist.** Strijkkwartet met werken van Sjostakovitsj, Piazzolla en Frank Sinatra.

**Woensdag 16 februari, 20.00-21.00 uur. Orgelconcertreeks Kunst der Fuge** – 'Spiegeling' Bachs

Kunst der Fuge in context – serie van vijf concerten op het Van Oeckelen-orgel door organist Henk Verhoef. Met Kunst der Fuge Contrapunctus 12 & 13, recto verso en werken van Schumann en Franck.

**Zaterdag 19 februari, 15.00-16.00 uur. Duo**

**Volgaris – Regression.** Bartolomeo Audisio (fluit) en Richard He (piano)

*Reserveren via website verplicht. Voor alle concerten geldt, indien niet anders vermeld: Gratis toegang, maar een vrijwillige bijdrage wordt op prijs gesteld. Uitgebreide info over programmering: [www.oosterkerk-amsterdam.nl](http://www.oosterkerk-amsterdam.nl), Kleine Wittenburgerstraat 1.*

### OUTSIDER ART GALERIE / ARTOTHEEK

#### EXPOSITIE

**T/m 16 januari. Pay As You Please.** Met verborgen schatten uit het atelier en depot van de galerie. De koper bepaalt zelf de prijs!

**22 januari t/m 6 maart. Bob van Brunswijk,**

**Jessika van Overveld en Ricardo Beltran** Het werk van deze kunstenaars kenmerkt zich als naïef.

[Neerlandiaplein 7 \(achter Hermitage\) | open: ma t/m zo | 12.00 – 17.00 uur | Toegang maximaal 10 bezoekers tegelijk | \[www.outsiderartgalerie.nl\]\(http://www.outsiderartgalerie.nl\)](mailto:Neerlandiaplein 7 (achter Hermitage) | open: ma t/m zo | 12.00 – 17.00 uur | Toegang maximaal 10 bezoekers tegelijk | www.outsiderartgalerie.nl)

### MUSEUM VAN DE GEEST – OUTSIDER ART

#### EXPOSITIE

**T/m 6 juni 2022. Democracy.** Modeontwerper

Duran Lantink liet zich inspireren door de Amerikaanse kunstenaar Andy Warhol en geeft outsiders een podium. Lantink werkt hiervoor samen met Jan Hoek, oprichter van Outsiderwear, een project waarin getalenteerde "outsider" kunstenaars samenwerken met opkomende en gevestigde modeontwerpers, streetwear labels en kunstenaars. Met werk van onder andere The Choolers, Vanderschenden en Lantink zelf. [Hermitage | Amstel 51 | \[www.hermitage.nl\]\(http://www.hermitage.nl\)](mailto:Hermitage | Amstel 51 | www.hermitage.nl)

### SCHEEPPAARTMUSEUM

#### TENTOONSTELLING

**T/m 27 maart 2022. Willem van de Velde & zoon.**

De overzichtsontoonstelling neemt je mee in de maritieme wereld van de van vader en zoon Van de Velde, twee toonaangevende zeeschilders, en voert je langs ruwe schetsen, kalme zeegezichten, dramatische stormen en mentale zeeslagen.

[Kattenburgerplein 1 | \[www.hetscheepvaartmuseum.nl\]\(http://www.hetscheepvaartmuseum.nl\)](mailto:Kattenburgerplein 1 | www.hetscheepvaartmuseum.nl)

### SOOP

#### CONCERT

**Zondag 9 januari 2022, 14.00 uur. Jazzmatinee** o.l.v. Jos Borburg en Eef van Barneveld

#### EXPOSITIE

**T/m 2 februari. Drukkers bij de SOOP.** Eigen werk van deelnemers aan de diverse cursussen grafiek in de SOOP onder begeleiding van beeldend kunstenaar en drukker Erica Habold.

**3 februari t/m 6 april. AMSTERDAM.** Portretten van dieren en mensen, cafétaferelen en meer.

Sylvia van Berkel laat u kennismaken met haar eigen visie op onze stad.

**T/m 22 februari. Kees Valentijn. Schilderen op de SOOP-zolder.** Werk van schilder Kees Valentijn en zijn cursisten.

*De lezingen/presentaties zijn toegankelijk voor dubbel gevaccineerde personen.*

[Nieuwe Kerkstraat 124 hs | open: ma t/m vrij | 11.00 – 17.00 uur | \[www.soopnet.nl\]\(http://www.soopnet.nl\)](mailto:Nieuwe Kerkstraat 124 hs | open: ma t/m vrij | 11.00 – 17.00 uur | www.soopnet.nl)

### VERZETSMUSEUM

#### TENTOONSTELLING

**T/m 1 mei 2022. Wees Moedig! Aangrijpende**

**verzetsverhalen.** Verzet tegen onrecht vergt moed en kan zware gevolgen hebben. 80 jaar

geleden stonden Willem, Coba en Joop op tegen de Jodenvervolgging tijdens de Februaristaking van 1941. De drie Amsterdamers speelden een

actieve rol in de enige massale protestactie tegen de vervolging die Europa heeft gekend. Ieder

was moedig op zijn of haar manier, maar

tegen welke prijs?

[Plantage KerKlaan 61 | E-tickets met starttijd online | \[www.verzetmuseum.org\]\(http://www.verzetmuseum.org\)](mailto:Plantage KerKlaan 61 | E-tickets met starttijd online | www.verzetmuseum.org)



# TruColours, busy being born

'Elke eerste woensdag van de maand happy hour. Gratis koffie, thee en wat lekkers van 13 tot 14 uur', vermeldde de flyer in mijn brievenbus. Afzender TruColours aan de Geschutswerf 12 heeft als motto 'busy being born, body mind soul'. Als ik google vind ik niets, waarschijnlijk heb ik 'thru' in plaats van 'tru' getypt. Voor het karakteristieke gebouwtje bij de voetbalkooi zie ik vaak groepjes buiten staan. Nieuwsgierig loop ik begin november de trap op en kom binnen in een prettig lichte en frisse ruimte met tafeltjes, appelgroene stoelen en een koffiebar. Daar heb ik een gesprek met TruColours coördinatoren Mathijs Bos en Savanna Leeman.

JANNELIES POELSTRA

## Wat is Tru Colours?

Savanna: TruColours is een initiatief van Trubendorffer Hulp bij verslaving en dubbele diagnose. Oprichter Dick Trubendorffer was zelf verslaafd. Omdat hij in Nederland niet de juiste hulp kon vinden, is hij in de jaren negentig naar de Verenigde Staten gegaan om af te kicken. Toen hij terugkwam, heeft hij zelf een behandellocatie opgericht. Inmiddels heeft Trubendorffer een detoxkliniek in Limburg

en verspreid over Nederland acht GGZ-erkende behandellocaties, waar gespecialiseerde ambulante hulp wordt gegeven bij elk denkbare verslavingsvorm. Dus niet alleen alcohol- of drugsverslaving, maar bijvoorbeeld ook gok- of internetverslaving. Hier in dit gebouw zat al zes jaar – onzichtbaar voor de buitenwereld – een behandellocatie van Trubendorffer. Dick is dit jaar vijftienvijftig jaar clean en dat wil hij vieren door iets terug te geven aan de maatschappij in de vorm van TruColours. Het moet een laagdrempelig ontmoetingscentrum worden voor iedereen – niet alleen ex-verslaafden – die aan zichzelf wil werken op fysiek, geestelijk en spiritueel gebied.

Mathijs en Savanna waren zelf verslaafd. Ze zijn alweer een aantal jaar clean en dus ervaringsdeskundig. Beiden zijn als vrijwilliger bij TruColours begonnen en inmiddels in vaste dienst.

Savanna: "Ik kwam op mijn twaalfde al in aanraking met softdrugs en tijdens mijn studie Pedagogiek begon ik met alcohol en andere drugs. Omdat het gebruik van alcohol en drugs onder jongeren en studenten sociaal geaccepteerd is, kon ik lang verbergen dat ik verslaafd was. Ik heb mijn studie ondanks mijn verslaving toch afgemaakt. Toen het echt niet meer ging, heb ik hulp gezocht. Ik ben



nu alweer een hele tijd clean en heb, na een jaar als vrijwilliger te hebben gewerkt, bij TruColours een vaste aanstelling gekregen als coördinator.

Mathijs: Vroeger werkte ik als leidinggevende in de horeca, voor een ex-alcoholist nou niet bepaald de meest geschikte werkplek. Zes jaar geleden ben ik hier begonnen als vrijwilliger. Nu ben ik hier coördinator en locatiebeheerder."

## Wat is het doel van TruColours?

Mathijs: "We bieden allereerst een veilige plek voor herstellende verslaafden en faciliteren zelfhulpgroepen met ruimte voor bijeenkomsten, koffie en thee en eventuele andere zaken. Deze groepen zijn onafhankelijk van Trubendorffer, maar houden hier bijeenkomsten, vergelijkbaar met AA-meetings. Een aantal ex-verslaafden doet hier vrijwilligerswerk zoals bardiensten en vindt zo een opstapje op weg naar een nieuw en zinvol leven in de maatschappij. Maar ons uiteindelijke doel is om een ontmoetingscentrum te worden voor gelijkgestemden - verslaafd of niet - op zoek naar 'zelfrealisatie' en verbinding."

Savanna: "Daarom zijn we begonnen met een happy hour voor buurtbewoners en het aanbieden van cursussen yoga, bootcamp en kickboksen. Covid-19 heeft het afgelopen jaar helaas roet in het eten gegooid, waardoor het aanbod van activiteiten dat we voor ogen hebben nog niet optimaal is. Normaal gesproken – nu zijn we afhankelijk van de corona-

maatregelen - zijn we zeven dagen per week van 10.00 tot 22.00 uur geopend en hopen we op termijn drie tot vijf activiteiten per dag aan te kunnen bieden. Naast yoga en sportieve activiteiten, denken we aan muziek, lezingen, boekpresentaties, trainingen en cursussen op spiritueel gebied. We zijn in de buurt op zoek naar verbinding en samenwerking met mensen of organisaties met initiatieven en activiteiten op het gebied 'body, mind & soul.'"

**Kennismaken? Elke eerste woensdag van de maand is er happy hour met gratis koffie, thee en iets lekkers van 13.00 tot 14.00 uur.**

**TruColours is zeven dagen per week geopend van 10.00 tot 22.00 uur. Adres: Geschutswerf 12.**

**Info en reserveringen yoga-, bootcamp- en andere lessen: [www.trucolours.nl](http://www.trucolours.nl).**

**Informatie over behandeling bij verslavingsproblematiek is te vinden op [www.trubendorffer.nl](http://www.trubendorffer.nl). Of loop binnen bij TruColours op Geschutswerf 12.**

**Denkt u bij te kunnen dragen aan het activiteitenaanbod van Tru Colours, mail dan naar [Mathijs en Savanna op info@trucolours.nl](mailto:info@trucolours.nl).**



FOTO'S: BJÖRN MARTENS

## Plantage Muiderbadplantsoen



Dit najaar werd de rose 'urban villa' aan het Plantage Muiderbadplantsoen (hoek Plantage Muidergracht en Plantage Badlaan) voorzien van beter geïsoleerde kozijnen en ramen. Een twee maanden durende klus om het gebouw uit 1989 van architect Johan Nust toekomstbestendig te maken. In de aanliggende straten werd ook flink gebouwd, o.a. Sint Jacob, diverse

panden van Artis en meerdere verbouwingen in de Plantage Badlaan en aan de Plantage Muidergracht, waardoor het een enorme drukte was en nog is aan vrachtverkeer, hijskranen en aannemersbusjes. Soms zijn de straten aan beide kanten afgesloten. Zou de brandweer dat weten? .

TEKST EN BEELD: BRUNO VAN MOERKERKEN

VERA AMENDE

### Milieu

Doordat onze aandacht tegenwoordig op allerlei indringende manieren op het milieu wordt gericht, begin je zelf ook te denken over wat je kunt doen. Daar ik in het begin van mijn leven een periode beleefd heb waarin aan *alles* gebrek was, sta ik, en met mij de allereerste bewoners van de stad, misschien wel enigszins geharder in het leven. Latere generaties genoten van elke verbetering, zoals een warm huis. Na de steenkolen kwam de olie en als verrassing kwam daarna het toen vriendelijk geprijsde aardgas. Jammer genoeg is dat nu bijna op en heel duur. De goede raad die nu in het algemeen ter besparing wordt gegeven: sluit de gordijnen, stop tochtige kieren dicht en doe je kachel een uur eerder uit. Deze mantra's komen me uit een ver verleden bekend voor: 'Doe het licht achter je k... uit, sluit zachtjes de deuren.' Misschien straks ook een kruik in bed en de gordijnen vroeg dicht, maar dat is alleen een gebaar van goede wil en zet niet echt zoden aan de dijk. Enige troost bieden de lezingen in Pakhuis de Zwijger, waar gelukkig veel knappe jonge mensen zich over het milieu en over de toekomst van onze samenleving buigen.

### Economie

Ineens valt er een boek uit de boekenkast met de titel *Het einde van de voorspelbaarheid*. In een hoofdstuk vind ik een mooie zin van Stephen Smale uit 1991. 'Er is veel dat niet te voorspellen is. Chaos helpt ons de grenzen van de voorspelbaarheid beter te begrijpen.' Een beetje chaos hebben we wel bij de hand. Ik hoop in ieder geval dat jonge economen veel van deze tijd zullen leren. Want die eeuwigdurende groei van de economie lijkt toch echt niet de goede weg. Gewoon van alles te veel.

### Gezondheid

De mensen die ik regelmatig tegenkom, zijn allemaal voorzien van de inmiddels beroemde QR-code. In het ene café wordt de controle bij de



FOTO: BRUNO VAN MOERKERKEN

deur gedaan. In een andere gelegenheid laat je je code zien voor het opnemen van je bestelling. Op de meest onverwachte plaatsen kom ik goede raad tegen. Sta ik in een halletje bij de huisdokter op de grieprik te wachten, wordt mij op billboard-grootte gemeld: 'poets je tanden op één been, drink een glas water extra, sta tienmaal snel van je stoel op', enzovoort. Maar het beste is: vooral goed op jezelf en je naasten passen.

### Light festival

Dit jaar is het Light Festival bijna volledig in postcodegebied 1018 ondergebracht. Een paar objecten die vorig jaar door velen bewonderd werden, zijn op verzoek opnieuw te zien. Best de moeite waard, alleen heb ik ieder jaar weer medelijden met de Magere Brug. Dat is toch hét monument van Amsterdam, zoals een jonge man al fietsend aan de passagier op zijn bagagedrager vertelde: 'Dit is de beroemd-

ste brug van Amsterdam.' De brug is het hele jaar door heel stemmig versierd met lampjes langs de bogen. Waarom nu dan ook nog een versiering bovenop? Beetje veel van het goede. Een mooie sneeuwbuï over de Amstel, dát zou pas een mooie versiering zijn. 🌀

SAPROMYZA  
HALIDAYI



TEKST EN BEELD: KAMIEL VAN OPHEM

### Waar woont dit beestje?

Deze ondersoort van de Lauxaniidae, een familie die geen Nederlandse naam heeft, leeft bij composthopen en gronden met een levendige humuslaag.

### Wat eet dit beestje?

Zowel de larven als de imago's eten schimmeldraden, sporen van schimmels en organisch restmateriaal. Dit laat goed zien dat dood doet leven en tuinafval beter door de natuur kan worden afgebroken dan door een verbrandingsoven.

### Wie eet dit beestje?

De roofdieren die deze vlieg als een lekker hapje zouden kunnen zien, zijn zelf ook allemaal vliegend. Dit zijn bijvoorbeeld vleermuizen, maar ook roofvliegen en libellen.

### Is dit beestje gevaarlijk?

Deze vlieg is ongevaarlijk voor de mens, andersom zou je de tegeltuin als bedreiging voor deze soort kunnen zien.

### Heeft dit beestje iets speciaals?

Dit beest is door meerdere biologen onder verschillende geslachten geplaatst. Zo heette hij eerst *Calliopum tuberculosum* (Becker, 1895). Verwijzend naar de bacterie die in 1892 werd ontdekt en werd aangewezen als de oorzaak van de gelijknamige ziekte. 🌀





# Samenwerking op Oostenburg voor opleiding en werk

Buurtorganisatie BOB Helpt en leerbedrijf MAS Zone3 ondersteunen jongeren op de Oostelijke eilanden, die niet zo goed zijn in 'zittend' leren en liever leren door te 'doen' om een goede start op de arbeidsmarkt te maken. De twee organisaties sloten op 19 november een samenwerkingsovereenkomst.

MAS Dienstverleners, opgericht in 1997 door Rahma el Mouden, is gespecialiseerd in schoonmaak, onderhoud en inbraakpreventie en levert personele diensten zoals huismeesters, wijkbeheerders, conciërges en horecamedewerkers. In 2020 fuseerde het bedrijf met Zone 3, dat veel mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt in dienst heeft. Bij MAS Z3 gaat leren samen met een stage om werkervaring op te doen, waardoor jongeren en ouderen die willen werken worden begeleid naar betaald werk en sociaal geactiveerd worden. Het leertraject wordt bij succes afgesloten met een diploma of een certificaat. Meer weten als aanvrager of aanbieder van een leerwerkplek? Neem contact op met BOB Helpt, tel: 06 - 53627695 of mail: [info@bobhelpt.me](mailto:info@bobhelpt.me)

BOB Helpt is opgericht door bewoners op Oostenburg om te helpen voorkomen dat jongeren uit de buurt zonder toekomstperspectief makkelijk afglijden naar criminaliteit. De vestiging van tal van bewoners en bedrijven op Oostenburg biedt jongeren in hun visie perspectief op werk en daarmee op een leuk en zinvol bestaan voor zichzelf en anderen.



## Centrum de Brouwerij zoekt vrijwilligers

Je begeleidt activiteiten op het gebied van onder meer (gezonde) voeding, bewegen, communicatie en kunst; of je helpt mee in het buurtrestaurant. Voor vrijwilligers biedt Centrum de Brouwerij aan de Hoogte Kadijk 61 een breed palet aan mogelijkheden, vertelt coördinator welzijn Pelle Bast.

"Centrum de Brouwerij is een behandelcentrum met een ruime opvatting van herstel voor mensen met een psychosegevoeligheid. Binnen onze gemeenschap hebben we verschillende rollen zoals die van cliënt/patiënt, behandelaar, ondersteuner, vrijwilliger of familielid. Om de gelijkwaardigheid

van alle betrokkenen tot uitdrukking te brengen, spreken wij van leden in plaats van cliënten of patiënten.

We verwachten van onze leden dat ze zowel van onze behandeling als ondersteuning gebruik maken. De mate waarin kan verschillen, afhankelijk van iemands wensen en behoeften. We leggen daarom de te bereiken doelen gezamenlijk vast in een gecombineerd behandel- en ondersteuningsplan en evalueren dit regelmatig met de leden en hun naasten. Van iedereen die bij de Brouwerij betrokken is, verwachten we dat hij of zij een bijdrage levert aan het functioneren van de Brouwerij.



Voor leden en familie betekent dit dat men naar vermogen betrokken is bij activiteiten. Dat

kan zijn door deel te nemen aan activiteiten, maar bijvoorbeeld ook door een bijdrage te leveren aan de organisatie daarvan.

In de aanpak van Centrum de Brouwerij zijn vrijwilligers essentieel. Zij zorgen voor het laagdrempelige contact met de wereld buiten De Brouwerij. Ook maken onze vrijwilligers het mogelijk om wekelijks een divers programma aan activiteiten neer te zetten. Ze begeleiden activiteiten en leden en geven input voor nieuwe activiteiten. Wil jij een bijdrage leveren aan het leven in een bloeiende leefgemeenschap? Neem dan contact op met: [pelle.bast@molemann.nl](mailto:pelle.bast@molemann.nl) Wil je ons centrum graag eerst een keer onder het genot van een heerlijke maaltijd leren kennen? Kom dan eens langs bij ons buurtrestaurant dat elke tweede maandag van de maand plaatsvindt."

FOTO: BJÖRN MARTENS



# Van stadsstraat naar verkeersweg naar groene straat?

Het is nu bijna niet meer voor te stellen, maar voor de oorlog was de Weesperstraat een smalle, drukke winkelstraat. In zijn dit jaar verschenen boek *De Weesperstraat* heeft historicus Rob van het Groenewoud van alle, veelal joodse, bewoners huis voor huis uitgezocht wie zij waren, hoe hun gezin was samengesteld, wat voor beroep zij uitoefenden en welk lot hen in de oorlog trof. In gesprekken met acht overlevenden schetst hij daarnaast een kleurrijk beeld van het vooroorlogse leven in de straat. Op deze pagina's enkele passages uit de herinneringen van Hanneke Soester en een beschouwing van Vera Amende over verleden, heden en toekomst van de Weesperstraat.

## Lekkere Friese nagelkaas

De ouders van Hanneke Soester (1922–2019) hadden op nummer 15 een zaak in boter en kaas.

'In ons stuk van de straat waren er geen grote zaken, maar als je over de brug ging van de Nieuwe Keizersgracht, had je De Gruijter en V&D. Die laatste heette toen nog De Zon en je had daar ook nog Simon de Wit. Op de hoek met de Nieuwe Kerkstraat zat die dikke visboer 'snorrie' Moos van Kleef en er tegenover had je de zaak van Grishaaver, die had haringen uit de ton en zuur enz., goedkoop eigenlijk allemaal. Bekende straatfiguren had je, zoals Hemeltje Bolhoed, een vreemde figuur die altijd een bolhoed droeg en je had Sarie Scheefsnoet, de naam zegt het al, die stond met haar man Sjaje bij de brug met fruit en je had ook Sjakie de Schapendief. Je zag ze natuurlijk ook bij de sjoel bedelen.'

'Wij kregen op zondag regelmatig veel volk binnen die naar de Jodenhoek kwam, wij hadden van die lekkere Friese nagelkaas, die liep altijd goed. Je had ook straathandelaren, bijv. met sinaasappelen, heel arme venters, ook een oom, Flippie Mouwes. Die Mouwes kwam bij ons om boter in blik te maken voor de oorlog die kwam. Wij hadden een machine om blikken dicht te kunnen maken om de boter te kunnen bewaren.'

'Rabbijn Tal kwam een keer in de winkel en wilde kaas hebben. Hij wilde per se een nieuwe kaas aanbreken met zijn eigen mes om er maar zeker van te zijn dat het stuk kaas koosjer zou zijn. In de winkel kwamen ook wel eens collectanten o.i.d., zo had je een chewreman\* die verkocht bonnetjes voor 5 cent, die je kon sparen en inwisselen. Eén keer kwam er iemand de zaak binnen die 100 eieren wilde want die had een heleboel bonnetjes gespaard.'

'Aan de overkant zat de (niet-joodse) kapper van Hendrik Boer. Zijn vrouw kwam onze winkel in toen wij zo ongeveer



Een etalage in de Weesperstraat, zomer 1938.

FOTO: EMIEL VAN MOERKERKEN

werden opgehaald, om zich te beklagen dat de straat was afgezet en nu konden ze niet naar hun huisje op Muiderberg. Geen enkel begrip voor de situatie van de joden.'

\*De chewreman maakte wekelijks zijn rondgang langs Joodse huizen om de lidmaatschapsgelden van het chewre, de begrafenisvereniging, te innen.

'De Weesperstraat' is voor € 12,50 te koop bij boekhandel Pantheon in de St Antoniesbreestraat, het Joods Historisch Museum en de Stadsboekwinkel in de Vijzelstraat. Wie het boek thuisgestuurd wil krijgen, moet een email sturen naar rvanhetg@dds.nl en € 20,- overmaken op rekening NL59 ASNB 0707 1581 33, tnv R.E. van het Groenewoud ovv Weesperstraat.



FOTO: BRUNO VAN MOERKERKEN

## De lange weg naar versmalling

VERA AMENDE

De Weesperstraat is de laatste tijd weer voortdurend in het nieuws met berichten zoals 'asfalt eruit, groen erin' en 'van vierbaans- naar tweebaansweg'. Maar dat is niet voor het eerst, want ik heb uit het verleden een knipselmap vol plannen voor de versmalling van deze straat. Bij het bekijken van die map vroeg ik mij onlangs af hoe de Weesperstraat er vroeger als winkelstraat uit heeft gezien. Geboren aan de Singelgracht, vlak bij het Haarlemmerplein, was deze straat lange tijd heel ver weg voor ons. Toch dacht ik die vraag gemakkelijk te kunnen beantwoorden. In mijn geërfde collectie ansichtkaarten over het Amsterdam van voor 1940 bevindt zich namelijk van alle winkelstraten, grachten, stegen en torens een schat aan kaarten. Maar van de oude Weesperstraat heb ik met veel pijn en moeite precies één ansichtkaart gevonden. Het lijkt wel of de fotografen van ansichtkaarten voor de oorlog gewoon niet verder dan het Mr. Visserplein kwamen. Toch is dat niet zo, want in het boek 'De Weesperstraat' staan een paar foto's die laten zien dat de vooroorlogse Weesper-

straat een gezellige winkelstraat was met veel volk op de been en tram 8 die het Centraal Station vanaf 1936 verbond met het Westerscheldeplein, het huidige Europaplein.

Zelf leerde ik de Weesperstraat pas 38 jaar geleden kennen omdat ik toen in de buurt kwam wonen. Het was op dat moment een verkeersader die twee woonbuurten doorsneed. Je had er niets te zoeken. In 1960 zijn al die verlaten en geplunderde huizen tussen Mr. Vissersplein en Weesperplein rücksichtslos gesloopt alsof de verdwenen bewoners, die in die rampzalige oorlogsjaren zo meedogenloos uit hun

huizen en winkels gehaald waren, er nooit hadden geleefd. Bijna automatisch werd de straat daarna een verkeersweg met parkeerterreinen erlangs. De eerste gebouwen aan de oostkant van de straat waren het Gebouw Metropool uit 1965 van architect Arthur Staal en de studentenflat uit 1966 van Herman Herzberger. Pas in 1986 werd woningbouw aan de westkant van de straat gerealiseerd, maar ook daarna bleef het een vierbaans racebaan dwars door de stad.

Nu, met het realiseren van het Namenmonument op het Weesperplantsoentje, lijkt de al zo lang gewenste versmalling van de straat tot tweebaansweg eindelijk dichterbij te komen. Geheel is daar de weg nu zelfs al voor de helft versmald. Eerdere plannen om de straat te versmallen naar tweebaansweg gingen in 2008 niet door. In een oud krantenbericht lees ik 'Geen geld voor smalle Weesperstraat'. Maar er werd ook beloofd dat die versmalling er later in het kader van het Masterplan Weesperstraat alsnog zou komen. Nu één rijbaan is afgesloten en ook de plannen voor vergroening van de straat gestalte beginnen te krijgen, is er zo waar reden voor hoop. Zouden de vier grote dennenappels op de hoek van de Nieuwe Kerkstraat eindelijk groen gezelschap krijgen? 🍃



# Adressen

## HUIS VAN DE BUURT OOSTELIJKE EILANDEN – DE WITTE BOEI

In de Witte Boei worden verschillende activiteiten georganiseerd voor de buurt, van jong tot oud. Zie [www.huisvdbuurtcentrum.amsterdam](http://www.huisvdbuurtcentrum.amsterdam)

## DOCK, DE KRACHT VAN WIJ SAMEN

Welzijnsorganisatie in de buurt. Brengt talenten en mogelijkheden van buurtbewoners samen en ondersteunt waar nodig. Werkt met professionals in en vrijwilligers uit de buurt.

Heeft u een leuk idee voor de buurt, of wilt u weten welke activiteiten er in de buurt zijn. De Buurtwerkers staan graag voor u klaar. Zie [www.dock.nl](http://www.dock.nl). Of kijk op de Facebookpagina van de Witte Boei.

## PLUSPUNT DE WITTE BOEI

Elke donderdag ochtend, 09:30 – 11:30 uur. Maatschappelijke dienstverlening. Voor iedereen die vragen heeft over wonen, zorg, welzijn, financiën en zelfredzaamheid kunt u bij de Pluspunten terecht. Alleen op afspraak: 020-557 33 38.

## CENTRAM

Maatschappelijke dienstverlening, individuele mantelzorg en schuldhulp. Op werkdagen telefonisch bereikbaar tussen 09:00 – 17:00 uur op 020-557 33 38.

## BURENHULP

Altijd al iets meer willen doen voor de mensen in je directe omgeving, of op zoek naar een helpende hand bij het doen van de boodschappen of het gebruik van apparatuur als computer of telefoon? Meld je dan aan bij Burenhulp. Hulpvragers en -aanbieders kunnen zich op werkdagen tussen 09.00 uur en 17.00 uur (gratis) aanmelden via 020-557 33 38.

# Huis van de Buurt ∞ De Witte Boei ∞ Stichting !Woon



Buurtorganisatie 1018, DOCK, Buurteam Amsterdam Centrum en de Stichting Oosterkerk wensen u fijne dagen en een prachtig nieuwjaar toe. Jammer genoeg dwingen de coronamaatregelen ons op dit

moment ertoe dat we moeten afzien van onze jaarlijkse nieuwjaarsreceptie.

We zien uit naar een beter moment om als buurt weer samen te komen!

bo  
1018

Buurteam  
Amsterdam B

DOCK  
1018



## Agenda Huis van de Buurt de Witte Boei

U bent iedere maandag t/m vrijdag van 9.00 tot 17.00 uur welkom bij De Witte Boei. Heeft u vragen over onze activiteiten? Bel dan naar 088 855 5073



### MAANDAG

**Ontmoeting voor mensen met geheugenproblemen**

13.00 – 15.30 uur

**Buurtrestaurant** Daghap van 16.00 - 17.00 uur | Geef je op via: [awijnberg@dock.nl](mailto:awijnberg@dock.nl) of via 020-6223879 | Kosten €2,-

### DINSDAG

**Ouderensoos** 11.00 – 13.00 uur | Kosten €1,-

**Buurtsoep** 13.00 – 14.00 uur | Kosten €1,-

**Meer bewegen ouderen** 13.45 – 14.30 uur

### WOENSDAG

**Marokkaanse vrouwengroep**

9.00 – 13.00 uur | Kosten €1,-

**Samen breien, samen haken**

13.30 – 16.00 uur | Kosten €1,-

**Repair Café** 14.00 – 16.30 uur | Vrije inloop, iedere eerste woensdag van de maand

### DONDERDAG

**Pluspunt** 9.30-11.30 uur | Voor iedereen met vragen over wonen, zorg, welzijn, financiën en zelfredzaamheid | Alleen op afspraak: 020- 5573338.

**Huiswerkbegeleiding Kids** 16.00-19.00 uur

### VRIJDAG

**Buurttaart** 10.00 – 11.30 uur | Kosten: €1,-

**Wandelclub** 10.00 – 12.00 uur | Kosten: €1,-

**Naaiworkshop** 13.00 – 16.00 uur | Kosten: €1,-



## Breng een Amsterdammer onder de pannen.

Soms komt iemand door baanverlies of scheiding op straat terecht. Er is nauwelijks opvang voor deze groeiende groep mensen zonder verslaving of psychiatrische aandoening. De Regenboog Groep is het project 'Onder de Pannen' gestart om snel tijdelijk onderdak te bieden. Dat voorkomt afglijden en afhankelijk raken van hulpverlening en mogelijk van de (dure) nachtopvang. Het project zoekt bewoners die tijdelijk een kamer beschikbaar hebben en een stadgenoot willen helpen. Hiervoor wordt huur en een onkostenvergoeding betaald. Wil je meer weten over Onder de Pannen, of wil je je aanmelden? Kijk dan op [www.onderdepannen.nl](http://www.onderdepannen.nl).

ILLUSTRATIES: ERIK VAN OPHEM

## Van enkel glas naar dubbel glas

Dubbel glas biedt veel meer comfort en de aanschafkosten of huurverhoging worden meestal snel terugverdiend door de lagere stookkosten. Wie eigenaar is moet vervanging met de VvE regelen. Een huurder moet een voorstel doen aan de verhuurder, die dat wettelijk gezien moet honoreren. Daar zijn al vele procedures over gevoerd en gewonnen. !Woon kan helpen met het aanvragen van een offerte, berekenen van een redelijke huurverhoging en het opstellen van een voorstel aan de verhuurder.

## Contact

Voor alle vragen over huren en wonen kunt u elke woensdagmiddag van 15-17 uur terecht op ons woonspreekuur in de Witte Boei, Kleine Wittenburgerstraat 201, alleen op afspraak. U kunt bellen of mailen op (020) 5230 110 | [centrum@wooninfo.nl](mailto:centrum@wooninfo.nl) | [www.wooninfo.nl](http://www.wooninfo.nl). Check ook onze gratis online-cursussen en webinars op [cursus.wooninfo.nl](http://cursus.wooninfo.nl) en [wooninfo.nl/agenda](http://wooninfo.nl/agenda)





Mariët Bakker, yogadocent

# 'Een yogales is gewoon lekker, je bent even helemaal weg'

Zo vlak voor het einde van het jaar is het goed om even tot rust te komen. In de serie over ondernemers in de buurt daarom deze keer aandacht voor de yogapraktijk van Mariët Bakker.

ERIK HARDEMAN

IN EEN RUIME studio op de eerste verdieping van een monumentaal pand aan de Nieuwe Keizersgracht vertelt Mariët Bakker hoe zij ruim dertig jaar geleden met yoga in aanraking kwam. "Ik had een drukke baan en een gezin, ik leidde best wel een stressvol bestaan. Dus, toen iemand me vertelde hoe fijn en ontspannend yoga is, besloot ik les te nemen. Ik merkte meteen dat het me goed deed. Ik voelde mijn schouders niet meer zo trekken en ik kon de drukte beter aan. Op een gegeven moment had ik een fijne lerares en geleidelijk groeide het gevoel dat ik dat soort werk zelf ook wel zou willen doen. Zij wilde mij begeleiden en zo heb ik heel klassiek, een-op-een, mijn yoga-opleiding gehad."

Yoga duidt in het Sanskriet op de vereniging van lichaam, geest en ziel. Het is een alomvattende leer, maar in de westerse wereld wordt vooral hatha yoga beoefend, de vorm waarin bewegingen en houdingen centraal staan. Bakker: "Yoga kent een vast repertoire aan bewegingen, de asana's, maar nu yoga wereldwijd zoveel wordt beoefend, komen er steeds nieuwe bewegingen bij. Zelf bedenk ik er ook wel eens een. Ik geef les in kleine groepjes met mensen van alle leeftijden. In een les van vijf kwartier beginnen we altijd met ademhalingsoefeningen en een korte meditatie. Dan doen we de bewegingen en de les eindigt met een ontspanning. Dan ga je rustig liggen en geef je je helemaal over aan de aarde, de zwaartekracht, wat je maar wilt."



FOTO: BRUNO VAN MOERKERKEN

Na de meditatie en na de ontspanning zingen cursisten drie keer 'Om'. "Volgens de yogaleer en ook voor mij is dat de heiligste klank die je kunt zingen", zegt Bakker, "maar ik laat het aan de leerlingen over om er hun eigen invulling aan te geven. Het is in ieder geval een klank die heel mooi in de zaal resonanceert en de cursisten voelen het in hun adem. Dat is prettig." Zij benadrukt dat in haar lessen niets hoeft. "Mijn slogan is: iedereen kan aan yoga doen. Je hoeft er echt niet jong en lenig voor te zijn en je kunt het ook niet goed of fout doen. Het effect

van yoga is dat je je meer bewust wordt van je lichaam, maar je gaat er niet van zweten en je hebt na afloop ook geen spierpijn. Cursisten vertellen mij vaak dat ze er rustiger van zijn geworden, dat ze er beter door slapen en gemakkelijker bewegen. En het is gewoon lekker, je bent even helemaal weg, het is een fijne vijf kwartier voor jezelf."

Mariët Bakker verzorgt voor belangstellenden in januari gratis proeflessen. Voor info: [www.marietbakker.nl](http://www.marietbakker.nl)

# Buurtpuzzel en Prijsvraag #46

DOOR: BRUNO VAN MOERKERKEN

Elk nummer gaan wij dwars door de buurt en dagen u uit te zoeken naar drie uitgelichte plekken, objecten, doorkijkjes, versieringen of andere details. Herkent u deze plaatsen?

1.



2.



## Prijsvraag

In het volgende nummer van 1018-Magazine wordt het antwoord gegeven. In de tussentijd heeft de lezer de gelegenheid het goede antwoord in te zenden naar [buurtpuzzel@1018magazine.nl](mailto:buurtpuzzel@1018magazine.nl). Uiterste inzenddatum is zondag 30 januari 2022.

De voorzitter van de jury, Pietro Crespi, zal op basis van juistheid en originaliteit uit de inzendingen een winnaar kiezen. De prijs is een boekenbon van € 20,-.

Kleine lettertjes

Over de uitslag kan worden gecorrespondeerd, maar dat verandert de uitslag niet. Medewerkers van 1018-Magazine en hun huisgenoten zijn van deelname uitgesloten. De winnaar wordt met voor- en achternaam in het volgende nummer genoemd, maar zonder adres. Per jaar kan dezelfde persoon maar éénmaal winnaar zijn.



De prijsvraag van de buurtpuzzel in het vorige nummer (1018-Magazine #45) heeft niet geleid tot een goed antwoord. Helaas kwam ook geen van de inzenders in aanmerking voor een eervolle vermelding. De voorzitter van de jury, Pietro Crespi, heeft de boekenbon van € 20,- helaas niet kunnen uitreiken. Toch is het allemaal niet zo moeilijk als je goed rondkijkt. De foto is gemaakt ergens op het Roeters-eiland. Kijk nog maar eens goed.

1. Kazerneterein / Alexanderkade.  
2. Rhijnspoorplein.



## BALLABONA: EENZAME KERST

Het was 23 december. Onbe vroeg zich hardop af waarom in deze periode iedereen aan iedereen een fijne kerst wenst. “Wat is dat eigenlijk, een fijne kerst? Is dat soms die blije Amerikaanse sfeer, windstil met poedersneeuw en voorbijglijdende arrensleeën met ‘jingelende’ sleigh bells, een vette kerstman erop en dozen met kleurrijke strikken eromheen? En dan de kersthits top-50 op de achtergrond? En op welk moment is dat dan precies? Of bedoelen we gewoon een fijne twee vrije dagen, een soort weekend dus?”

Conchita ergerde zich zichtbaar aan het gezeur van haar vriendin: “Jij, Onbevleete, bent vernoemd naar iemand die ongeveer tweeduizend jaar geleden morgen gaat bevallen, dat is toch fijn! En dan nog wel van Gods zoon! En volgens de literatuur was het daar destijds nog kouder dan hier nu.”

“Jaha, Inma, jouw naamgeefster had een belangrijke taak destijds”, voegde nu ook Pietro Crespi toe aan de discussie. Hij ging door met het openen van oesters, waarbij zijn linkerhand veilig in een soort, drie weken geleden nog van Keukenpiet gekregen, maliënkolderhandschoen zat gestoken.

“En hoezo is eenzaamheid uitgerekend deze week zo’n issue?” vroeg Dieudonné? “In Burkina is niemand alleen, nooit, iedereen is altijd bij familie, en die families zijn groot.” Dat laatste zei hij met een brede lach, waarbij zijn blinkende witte tanden schitterden in het licht van de kerstboom.

Maar even serieus, hier in Nederland worden we in december helemaal gepiepeld rondom eenzaamheid en zieligdoenerij. Een paar jaar geleden begon het met het hondje Frekkel van de loterij. Maar het wordt steeds ernstiger. We zien Thomas Acda en die man van Flikken Maastricht met een boom vol ballen en schalen met voer van de Lidl bij eenzame burens binnenstappen en gezelligheid brengen. Met een treurig muziekje op de achtergrond, nou, hou dan je tranen maar eens binnen.

En niet te vergeten, die knaagdieren die tegenover elkaar wonen, gescheiden door een besneeuwde straat, en met kerst eindelijk eens in één hok mogen. Met gevaar voor eigen leven stak er een de vers besneeuwde straat over. Waarom mogen die beesten alleen met kerst samen in één hok?

En het moet niet gekker worden: we hebben nou ook al een eenzame man met een kapotte koekoeksklok of zo, die opknapt wanneer een andere kapotte klok wat zielige noten uitslaat. Een echte tranentrekker. De klap op de vuurpijl en winnaar dit jaar is wel het eenzame winkelwagentje van de Aldi. Hier schieten zakdoeken tekort.

Fijne kerst! 🍷

Ballabona Cucharón  
E: [ballabona@gmail.com](mailto:ballabona@gmail.com)  
W: [www.ballabona.wordpress.com](http://www.ballabona.wordpress.com)

## Geef me je hand #4 Mette

Na ruim een jaar constant handen wassen en een verbod op handen geven, vraagt fotograaf Maria Heijdendael buurtgenoten de handen van het lijf. Deze keer spreekt ze Mette, en de handen van haar zoon Mo gaan ook mee op de foto.

Ik tel nu echt af naar het voorjaar en ik hoop zo dat het er allemaal snel lichter gaat uitzien.

We lijken met z'n allen minder genuanceerd en ik heb vooral moeite met de tweedeling die ik om me heen zie; mensen worden sneller in een hokje geduwd, lijkt wel. Ik probeer nu zelf bewuster geen partij te kiezen, bijvoorbeeld als het om vaccineren gaat.

In mijn culturele werk met jonge kinderen merk ik vooral beperkingen in communicatiemogelijkheden, doordat afspreken nu minder vanzelfsprekend is. Niet alle ouders kunnen gesprekken voeren via Zoom of per telefoon, het is ook echt anders dan live. Doordat de coronaregels steeds weer anders zijn, zie ik ook meer onzekerheid bij de jeugd, en soms rare tegenstrijdige situaties. Dan ben ik blij als creativiteit ervoor zorgt dat kinderen zich kunnen uiten door te schilderen of te dansen.

Qua handen geven merk ik dat ik in tegenstelling tot mijn natuurlijke drang om mensen soms even gewoon aan te raken, meer afstand neem tot anderen. Je wil niemand afwijzen, maar het voelt al snel te dichtbij.

Maar we ontdekken gelukkig ook nieuwe gebaren. Ik klop nu vaker even kort op de bovenarm, of desnoods doe ik een elleboogje. Je krijgt dan af en toe wat gestuntel, wat zorgt voor een lach. Zo breek je samen het ijs bij officiële momenten. 🍷

TEKST EN BEELD: MARIA HEIJENDAEL



# geef me je hand

Mette

