



VERENIGING MAREWIJKBUURT

NIEUWSBRIEF

FEBRUARI 2015

P/A ALOËLAAN 41A
WWW.MAREWIJKBUURT.NL
MAREWIJKBUURT@GMAIL.COM



VERDER IN DIT NUMMER

In the Spotlight: Chiara, bewegen voor ouderen	2
Ledenvergadering 13 april	2
Stand van zaken	3
- verbouwing speeltuinzaal.....	3
Activiteiten	
- Boeken in de wijk.....	3
- Tuinieren	3
Oproepen	
- Ringweg, wie denkt mee?	3
- Denk mee, praat mee, doe mee.....	3
Agenda	4
Lid worden	4
Wist u dat?.....	4

VOORBEREIDINGEN SAS(sen)POP 2015 VAN START

Na de oproep in de nieuwsbrief van december hebben verschillende buurtgenoten zich aangemeld om een nieuwe editie van Saspop te organiseren. Het muziekfestival, dat nu voor de tweede keer gaat plaatsvinden, wordt mogelijk gemaakt door de buurtvereniging en Het Marewijkke.

Verschillende buurtgenoten, onder wie Simon van Het Marewijkke, zijn inmiddels gestart met de voorbereidingen voor Saspop 2015. Het streven is om het festival nog vóór de zomervakantie te laten plaatsvinden.

Op www.marewijkbuurt.nl/activiteiten/saspop kunt u de komende weken meer lezen over het programma en verdere details vinden.

De naam Saspop werd in 2013 spontaan geboren tijdens de eerste editie van het festival, in de Sassenstraat naast het Marewijkke. Ook dit jaar zal Saspop op die locatie plaatsvinden.

Tips en ideeën voor deze avond zijn welkom via saspop@marewijkbuurt.nl. Ook via Twitter (@marewijkbuurt) zullen we iedereen op de hoogte houden van Saspop-nieuws.

VAN DE REDACTIE

De nieuwsbrief van de Marewijkbuurt is - zoals u ziet - in een nieuw jasje gestoken. Het oude, vertrouwde, (meestal) zwart-wit krantje is vervangen door dit glossy blad. We kunnen dit mede doen door het geldbedrag dat we van het Fonds 1818 en het Leidsch Dagblad hebben ontvangen.

Een aantrekkelijke wijkkrant past bij de ingeslagen koers om de buurt (nog) socialer en gezelliger te maken.

We roepen alle Marewijkbuurters op om deel te nemen aan één van de vele (nieuwe) initiatieven en/of erover mee te praten.

In deze nieuwsbrief, die iedere twee maanden uitkomt, zullen we u daarover informeren.

Binnenin komt steeds een stuk over of interview met een interessante buurtgenoot. De buurtvereniging houdt u daarnaast op de hoogte van bijvoorbeeld de voortgang rond de aanleg van een buurttuin, de verbouwing van het speeltuin/buurtgebouw en andere zaken die in en rond onze buurt spelen.

Op de achterpagina staat een AGENDA. Bewaar dit krantje dus goed!!

In the Spotlight: Chiara



De oefeningen zijn simpel. Althans zo lijkt het, maar gedurende de les krijgen onder meer voeten, rug en nek de volle aandacht. De ademhaling en het omgaan met eventuele lichamelijke klachten komen ook aan de orde.

Een les van fysiotherapeut Chiara Teodorani in ons speeltuin/buurtgebouw is vakkundig opgebouwd. Bijna drie jaar geleden kwam ze vanuit Italië naar Leiden. In Rimini was ze fysiotherapeut in een revalidatiecentrum. Ze wilde met haar man het leven een nieuwe kans geven en ze verhuisden naar Leiden. Haar man begon een eigen softwarebedrijf. Haar drie kinderen voegden zich al snel naadloos in het Nederlandse schoolstelsel. Chiara had meer moeite met het vinden van een baan. Haar opleiding wordt hier in Nederland namelijk niet erkend.

Toen ze hoorde dat we allerlei nieuwe activiteiten wilden opstarten in het buurtgebouw, bedacht ze zich geen moment en meldde ze zich tijdens de informatieochtend aan.

Chiara wilde bewegingslessen gaan geven aan ouderen. Door het geven van deze lessen zou ze enerzijds de binding met haar beroep warm houden en anderzijds kon ze zo de Nederlandse taal oefenen. En wellicht is deze activiteit een mooie opstap naar weer een betaalde baan. "Het is zo echt een win-winsituatie", vertelt ze.

BEWEGINGSLESSEN VOOR OUDEREN GROOT SUCCES

Sinds een paar maanden geeft ze nu iedere maandagmorgen les aan ouderen. De groep bestaat uit ongeveer vier personen en alle deelnemers zijn enthousiast.

"De oefeningen die ik hier leer, doe ik nu thuis ook", vertelt de 84-jarige Ans Alting. Ze woont op de Marewijk en komt met de rollator. Tijdens de oefeningen gebruikt ze dit apparaat als steun. "Als je ouder wordt, gaat er hier en daar wel iets mis. Ik heb twee nieuwe heupen, heb een vervelende hernia gehad en een gebroken arm is verkeerd gezet." Als Chiara aan geeft om de ene arm hoog en de andere laag te doen, heeft ze daar duidelijk moeite mee, maar Ans doet ook deze oefening zo goed mogelijk mee.

Ans komt altijd samen met overbuurvrouw Tiny Delmeer. Zij woont op het Virulypad. Tiny doet de oefeningen vloeiend mee, maar ja: ze is pas 80! "Toen ik hoorde van de nieuwe initiatieven voor de wijk, was ik direct enthousiast. Ik ben dus een beetje gaan ronselen hier in de buurt,

want ik vind deze ontwikkeling echt fantastisch! Ik heb Ans aanvankelijk een beetje meegesleept, maar ze is nu bijna nog enthousiaster dan ik."

Ook Piet van der Velden, een 73-jarige



bewoner van de Vendelstraat, heeft Ans warm weten te maken. Piet kampt met rugproblemen en heeft een nare kankerbehandeling achter de rug. "Ik ben inderdaad door Ans een beetje opgejut, maar nu ik twee keer ben geweest, merk ik echt dat ik wat soepeler word. Ik blijf zeker komen."

De vierde deelnemer van deze morgen is Miny Oegema. Zij is 75 jaar. Ze woont in een flat aan de Parmentierweg. Voor haar is de gezelligheid in dit clubje een belangrijke drijfveer om te komen. Ze heeft last van artrose. Haar gewrichten blijven door mee te doen absoluut soepeler en als Chiara wat oefeningen geeft om de handen te bewegen is ze één en al aandacht.

Volgens Chiara leren deelnemers door mee te doen ook omgaan met lichamelijke klachten. Vooral de ademhaling is daarvoor van groot belang. Tijdens de les geeft ze daarom ook oefeningen voor de buik- en de borstademhaling.

Senioren moeten volgens haar blijven bewegen en het gaat er dan niet zozeer om het uithoudingsvermogen te verbeteren, maar om de gewrichten soepel te houden. "Ik hoop dat door deze lessen de ouderen in deze wijk langer zelfstandig blijven..."

'Dit is zo echt een win-winsituatie'

'Ik merk na twee keer al dat ik soepeler word, ik blijf zeker komen'

13 APRIL: LEDENVERGADERING

Onze buurt gonst van activiteiten. Veel van wat er in 2014 is bedacht, wordt nu door vele verschillende buurtbewoners uitgevoerd. Bijvoorbeeld de moestuin, het meeuwenproject, de yoga, het overdag koor, de lezingen, de wandelingen en de verbouwing van het speeltuengebouw. Rondom onze wijk nemen de plannen voor de Leidse Agglo-Ring vaste vorm aan en binnen de wijk zal de gemeente in 2015 eindelijk de ondergrondse afvalcontainers plaatsen en enkele straten opnieuw inrichten. Bij al

die drukte is het hoog tijd om even stil te staan bij wat er in en rond de wijk gebeurt. We doen dat tijdens de Algemene Ledenvergadering van de Vereniging Marewijkbuurt op maandag 13 april 2015 van 20.00 tot 21.30 uur in de zaal van de speeltuin, Marewijk 100. Onze leden hebben de officiële uitnodiging per e-mail ontvangen. Andere buurtbewoners zijn van harte welkom als toehoorder. Zo'n ALV is eigenlijk wel een goede aanleiding om lid te worden van de buurtvereniging (zie achterkant).

STAND VAN ZAKEN

Verbouwing speeltuingebouw

In de vorige Nieuwsbrief schreven we over het gat in onze begroting. Dit is ontstaan omdat wij het pand zo willen verbouwen dat het weer een paar decennia mee kan. Bij het uitwerken van de plannen bleek bovendien dat op een paar plaatsen ingrijpend onderhoud nodig is. De projectgroep heeft bij vier fondsen een subsidieaanvraag ingediend. We moeten nog een paar weken op de beslissing van de fondsen wachten.

Ondertussen zijn de technische en formele kanten van de verbouwing doorgezet. We verwachten dat we over ongeveer een maand de uitvoering kunnen voorbereiden. We kunnen op dit moment nog niet zeggen wanneer de verbouwing plaats gaat vinden, omdat we van andere partijen afhankelijk zijn.

De projectgroep vertrouwt er op dat we straks een prachtig gebouw hebben.

We begonnen eind 2013 met drie speeltuinen/buurtten aan het project 'Versterking buurtfunctie speeltuingebouw'. Voorzover wij weten zijn wij de enige van die drie die concrete plannen hebben. Wij voelen ons nu een beetje de pioniers in dit vernieuwingstraject. Wij zijn er klaar voor om als voorbeeld te dienen voor de 5 andere speeltuinen die half februari 2015 geld kregen toegezegd om te gaan verbouwen.

ACTIVITEITEN

Boeken in de wijk

Op woensdag 14 januari is de boekenkast in het Speeltuingebouw feestelijk geopend. Daarbij werden meteen de eerste boeken en tijdschriften ingeleverd en gratis meegeenomen. De boekenkast lijkt aan een behoefte te voldoen: veel kleine en grote wijkbewoners, maar óók mensen van buiten de Marewijkbuurt, zijn al langs geweest om boeken te halen of te brengen. Per keer kunt u maximaal 2 boeken inbrengen en ook maximaal 2 boeken meenemen.

De boekenkast is elke woensdag- en zaterdagmorgen open van 10 tot 12 uur tijdens de openingstijden van de Speel-O-theek.



Tuinliefhebbers gevraagd

Tegenover de ingang van kinderdagverblijf Petteflet aan het Tamboerpad ligt een verwaarloosd stukje grond. Het was ooit ingericht als waterspeeltuintje, maar is eigenlijk nauwelijks als zodanig gebruikt. De gemeente heeft nu met de buurtvereniging afgesproken dat dit terreintje wordt overgedragen aan de wijk. Dit met het idee er een buurttuin van te maken.



Liander, de eigenaar van het transformatorhuisje dat op het terrein staat, heeft inmiddels de grond direct om het huisje schoongemaakt. Dit voorjaar zal de gemeente de bramenstruiken opruimen en er een laagje aarde op storten. Daarna is de buurt aanzet. We hebben al aanmeldingen, maar het zou leuk zijn als er nog meer tuinliefhebbers hun krachten willen inzetten. We denken aan een gezamenlijke tuin met bloemen en struiken, waar je ook op een bankje in de zon kunt zitten. Dit in combinatie met enkele vakken voor buurtbewoners die hun eigen groenten en kruiden willen verbouwen. We hebben ook een beetje geld. De buurttuin is onderdeel van het plan waarvoor we de Herfstpremie van Fonds 1818/Leidsch Dagblad hebben gewonnen.

Zin om mee te doen? Laat even weten aan: Bert van Sprundel, Schutterstraat 16
bertvansprundel@xs4all.nl 06 13681169

RINGWEG

“wie denkt mee?”

De gemeente heeft onlangs het verkeersplan voor de komende jaren gepresenteerd. In het plan staat dat de gemeente van de route Plesmanlaan, Schipholweg, Willem de Zwijgerlaan een soort van doorgaande autoroute wil maken, onder de naam ringweg. Dat betekent meer herrie en meer vuile lucht voor de omwonenden. Het idee is dat met het aantrekkelijk maken van deze route het verkeer in de binnenstad zal afnemen. De buurtvereniging wil graag de vinger aan de pols houden om eventuele overlast te beperken. Zij wil - samen met andere bewoners die langs de ringweg wonen - tegen de plannen ingaan of overleggen met de gemeente over compenserende maatregelen. Wie wil er meedenken? Contact: Dik Toet
dik-toet@online.nl 06-23348489

DENK MEE, PRAAT MEE, DOE MEE

Een aantal inwoners van onze mooie wijk heeft ongeveer een jaar geleden de koppen bij elkaar gestoken om te kijken of we onze wijk gezelliger, actiever en socialer kunnen maken. Daar zijn we inmiddels al aardig in geslaagd. Dat kun je zien aan de agenda voor al onze activiteiten. Inmiddels hebben we ook maar liefst €10.000 ontvangen van het Fonds 1818 om onze activiteiten te ondersteunen. Intussen vorderen de plannen om het gebouw van de speeltuinvereniging op te knappen. Zie hiervoor ook het artikel elders in deze buurtkrant. We willen iedereen in de wijk graag de gelegenheid geven om over onze plannen en over de uitvoering van onze activiteiten en mogelijke nieuwe activiteiten van gedachten te wisselen. We nodigen alle buurtbewoners hiervoor uit op woensdagavond **25 maart** 20.00 uur.

Agenda:

- Verbouwing gebouw speeltuinvereniging
- Hoe gaat het met onze huidige activiteiten
- Onze plannen
- Rondvraag

Als je niet kunt komen, maar wel ideeën hebt, laat dat dan weten aan dik-toet@online.nl of 06-23348489

ACTIVITEITEN AGENDA

Wekelijkse activiteiten in het speeltuin-/buurtgebouw

MAANDAG	9.30u	Bewegen voor ouderen Contact: Chiara Teodorani, tel 06 847 57 501
	11.00u	Singin Contact: Nine van Strien, tel 071 523 68 71
	14.00u	Wandelen met wijkgenoten, verzamelen voor de speeltuin
WOENSDAG	10.00u	Speel-O-Theek Klapstuk, contact 06 242 11 018
	10.00u	Boeken in de wijk
DONDERDAG	19.00u	Klaverjassen 'Tot ons genoeg' 071 888 72 58
ZATERDAG	10.00u	Speel-O-Theek Klapstuk
	10.00u	Boeken in de wijk

Overige activiteiten

COMPUTERLES AAN HUIS, contact: Janneke Koers, tel 06 239 32 908

BUURTTUIN TAMBOERPAD, contact: Bert van Sprundel, tel 06 136 81 169

Staan deze data al in uw agenda?

25 maart	20.00u	Informatie-/brainstormavond (in buurtgebouw)
13 april	20.00u	Algemene Leden Vergadering (in buurtgebouw)
20(?) juni	20.00u	Sas-Pop (datum nog onder voorbehoud!)
5 september	18.00u	Straatmaaltijd (op de Maredijk)

NOG GEEN LID? WORDT LID!

Wij hebben uw steun nodig

In 2014 is het aantal leden van de buurtvereniging weer flink gestegen. Dit betekent dat steeds meer mensen zich betrokken voelen met elkaar en met de buurt. Alle nieuwe leden: welkom en bedankt voor jullie aanmelding. We hopen jullie te ontmoeten bij één van de activiteiten in de buurt.

De buurtvereniging zet zich in voor en leefbare omgeving waarin we op een prettige manier met elkaar omgaan.

Bent u nog geen lid van de buurtvereniging? Vul dan het aanmeldformulier in op onze website www.maredijkbuurt.nl. Het kost u slechts EUR 5,00 per jaar.

WIST U DAT?

- de Rijsburgersingel en Maresingel een nieuwe inrichting krijgen?
Wilt u meer weten hierover? Ga na de informatieavond op 25 maart 18.00u in het Tweelinghuis, kamer 22, Langegracht 72.
- Aloëlaan nrs 1–23 niet (meer!) bestaan?
- als een container vol is, de container binnen 1 werkdag geleegd wordt als u dat meldt via tel. 14 071 of twitter @gemeenteleiden?

Meer weetjes in de volgende editie...