

Schaatsbaan 2020

Sporthal 't Zandje — Spoorwijk



11, 12, 13 december
onder voorbehoud RIVM



Bewonersorganisatie Spoorwijk



Winterse activiteiten in Spoorwijk

Schaatsbaan voor de kinderen

bij Sporthal 't Zandje, Schimmelweg 202

Met koek en zopie kraam, sfeer verlichting en muziek.

Open van 10.00 tot 20.00 uur voor basisschool jeugd,

Op vrijdag en zaterdag voor de tieners van de wijk van 20.00 tot 22.00 uur.

Zondag tot 17.00 uur.

Kerstsfeer in de Hof van Heden

Alberdingk Thijmstraat 71

12, 13 december van 10.00 tot 17.00 uur

Fotohoekje voor het maken
van een gezellige kerstfoto,

Wij nodigen iedereen uit om een bezoekje te komen nemen.

We wensen iedereen 3 dagen plezier, gezelligheid en veilig ontmoeten.

Komt u ook?

Als de activiteiten doorgang mogen hebben, dan wordt de anderhalve meter maatregel in acht genomen, zo ook het dragen van een mondkapje waar afstand mogelijk moeilijker zou kunnen zijn.

De activiteiten zijn bewust op 2 plaatsen verdeeld in de wijk.

Dit heeft te maken met een bredere verdeling van bezoekers conform de corona maatregelen.

Deze activiteiten worden georganiseerd door de BewonersOrganisatie Spoorwijk in samenwerking met: Gemeente Den Haag, Fonds 1818, Ondernemend Laak, Stichting Schets en het Vadercentrum Adam.

Onder voorbehoud van de regels van RIVM.

Fonds 1818



SP RWIJZER

De Spoorwijzer is een uitgave van de Bewonersorganisatie Spoorwijk

46e jaargang no. 4 - december 2020

Eindejaar 2020



Wijkwandeling 8 december

Schaatsbaan 11, 12, 13 december

Hof van Heden 12, 13 december

Nieuwjaarsreceptie 11 januari

Laaktheaternieuws

Stichting Schets!

Tai Chi

Wijkactiviteiten

Een Vos in Spoorwijk

Toekomst de Oase

BOS op Facebook

Planning de Wissel

LHBTI+ acceptatie in spoorwijk

En nog heel veel meer!

Colofon

Redactie

Ingrid Kamminga
Marjan Wesselingh

Vorbereiding

Trudy Hollander

Drukkerij

Deniz, www.drukkerijdeniz.nl

De Spoorwijzer heeft een oplage van 3.200 stuks die huis aan huis door geheel Spoorwijk verspreid wordt.

Kopij (zonder opmaak, foto's apart meesturen) inleveren voor editie 1 van de Spoorwijzer vóór 20 januari 2021.



De Spoorwijzer is met zorg samengesteld. De redactie aanvaardt echter geen enkele aansprakelijkheid voor eventuele fouten of auteursrechten van ingezonden kopij.

Redactieadres Spoorwijzer

Mail: redactie.bos@live.nl

Bezoekadres: *Van Meursstraat 1b*

Telefoon 070-205 2205

bos@spoorwijk.org

www.spoorwijk.org



Volg ons op:

www.facebook.com/BOSSpoorwijk



Van de voorzitter



Op deze plaats heb het ik al een paar keer het over het individualisme in de samenleving gehad. Een stijl van samenleven die leidt tot samenklonteren en blokken vormen of met andere woorden: groepen ontwikkelt die zich tegen(over) elkaar op kunnen stellen en elkaar uitsluiten.

Een helder voorbeeld van deze stijl van samenleven speelde zich in 2020 af in Noord Amerika. We zagen hoe groep A zich manifesteerde ten koste van groep B. optimale verdeeldheid.

De Bewonersorganisatie ziet Spoorwijk het liefst als een kleine samenleving waar het goed is om te wonen, te werken en vrije tijd door te brengen.

Op dit punt wil zij signaleren en dat gegeven verder brengen bij de verantwoordelijken van Stadsdeel Laak of de Stad Den Haag.

Tegen deze achtergrond is het verrassend dat een paar bewoners van de Oltmansstraat op Burendag een tafel op straat zetten met koffie en gebak en de bewoners daarmee welkom heten.

Toch ook weer niet verrassend, want er zijn zoveel goede mensen en organisaties in onze wijk aan te wijzen en ook te ervaren. Dat is hoopvol, geeft perspectief en maakt gelukkig.

Corona is een grote lastpost. Wij willen die niet en zoeken al maanden naar een goede remedie. Ik voor mijzelf kan makkelijk praten. Geen vrouw en kinderen, dus ik kan vanzelfsprekend de levenslijn van de monnik volgen: werk en bid en hou afstand (van de wereld). Afstand houden is in deze tijd cruciaal.

Is het mogelijk dat 14 dagen lang met alle Spoorwijkers tegelijk..... echt mogelijk te maken?

Probeer het a.u.b. Het heeft nu al 8 maanden geduurd en het eind is nog niet in zicht.

Dan nog het punt van de vrijheid van meningsuiting. Natuurlijk is die er, ook in Spoorwijk en Laak, maar in de verslaggeving van radio en TV (en andere media) mis ik een element namelijk..... SLUIT ELKAAR NIET UIT.... De hand moet geschud blijven worden, voorlopig wel op 1,5 meter afstand.

De geslaagde Vossenjacht was de laatste publiekelijk zichtbare activiteit van BOS. Met dank aan alle medewerkers (m/v) en AH voor de versnaperingen. Ik weet dat er voor de komende maanden een aantal activiteiten op de rol staan. Maar ze uitvoeren ?

Ik bid om wijsheid bij de organisatoren.

Natuurlijk moeten ze doorgaan, maar ook de wijsheid moet gediend worden en die is toch belangrijker.

De tweede dinsdag van december, 8 december, is weer de wijkwandeling. Die kan op 1,5 meter afstand gehouden worden, verzamelen in de Wissel vanaf 18.30uur.

Henny Koot

julialaantje@outlook.com

Wijkwandeling 8 december

Iedere 2^e dinsdag van elke 3^e maand zijn alle bewoners en instanties vanaf 18.30 uur welkom om mee te doen aan de WIJKWANDELING. Ook wel bekend als de Wijkschouw. We maken met wijkbewoners een wandeling door de wijk en kijken wat we kunnen verbeteren in de wijk. Aansluitend om 19:30 uur bespreken we in het Leefbaarheidsoverleg in de Oase hoe we de gewenste verbeteringen voor elkaar kunnen krijgen. Al jaren is dit een succesvolle aanpak om Spoorwijk nog mooier te maken.



Iedereen kan meewandelen, meedoen en meedenken met het Leefbaarheidsoverleg. Behalve dat het buitengewoon nuttig is, is het ook een sociaal gebeuren en een mogelijkheid om kennis te maken met andere wijkbewoners. En dat kan verrassend leuk en gezellig zijn. Kortom, we zien u graag 8 december om 18.30 uur bij de ingang van **de Wissel** aan de **Van Meursstraat 1b**. Loopt u ook een keer mee? U bent van harte welkom!

Heeft u tussentijds klachten, ideeën of initiatieven ten aanzien van de wijk, dan hoeft u niet tot de wijkwandeling te wachten. U kunt ze direct melden via telnr. 14070 of via www.denhaag.nl

Of meldt dmv de **BuitenBeterApp**.

Via deze app stuurt klachten en/of ideeën naar de juiste gemeente afdeling.

Wijkwandeling elke 2e dinsdag in december, maart, juni en september

Actiepunten wijkwandeling september:

14	Speeltuin Ledeganckplein, opknappbeurt precies in zomervakantie
15	Hoog opgeschoten onkruid in hele wijk
16	Hasebroekstraat, omgewaaide bomen bij nrs. 49-55 liggen er nog
17	Drukke oversteek A.Thijmstraat bij apotheek/bushaltes. Zebra?
19	A. Thijmplein, Hondenpoepbak aan hek plantsoen verdwenen
20	A. Thijmplein, Hek rondom plantsoen bij Tempel sluit niet meer.
21	Lantaarnpalen midden in parkeervak B. Huetstraat bij nrs 26 , t/o nr 12
22	Lantaarnpaal op stoep bij Schimmelweg 36 schijnt naar binnen
23	Boom naast speelkooi Busken Huetstraat is weg, graag nieuwe boom
24	Camera's gevraagd bij Tuintje en Marathon, klanten doen aan straatraces
25	Overbewoning: o.a. Busken Huetstr 4, boven en t/o Marathon
26	Fietsenmakerij in woonhuis A. Thijmstraat 161
27	School Busken Huetstraat, graag prullenbak aan gevel of hek
28	Bomen Busken Huetstraat scheef gewaaid, willen groenblijvende bomen
29	Groenstrook Max Havelaarstraat: er ontbreken bomen
30	Slechts 1 prullenbak op Ledeganckplein, graag 2e erbij
31	Er liggen palen voor waslijn met blok beton bij oversteek M. Havelaarstraat

Heeft u al gehoord van de **BUITENBETER** app?

Via deze app kunt u melding doen van diverse zaken in de wijk.

Ook voor zwerfvuil, graffiti en ander overlast, maar ook een wens plaatsen.

Een verzoek voor een bankje, fietsenrek, verlichting o.i.d.

Uit ervaring blijkt dat er snel gereageerd wordt bij zwerfvuil meldingen en oracs die vol zijn of de klep die vast zit.

De BuitenBeter app kunt u downloaden in de Play Store of App Store.



BuitenBeter

SPREEKUUR WIJKAGENT

Iedere dinsdagochtend houdt de wijkagent van bureau Laak/Spoorwijk **spreekuur** van 10.00 uur tot 11.00 uur in Buurt- en Kerkhuis De Oase, van Meursstraat 1.

Iedereen kan dan terecht met alle vragen betreffende de wijk. Als u op de genoemde tijd niet kunt komen, kan altijd een berichtje met naam en telefoonnummer achtergelaten worden in De Oase.

De wijkagent neemt dan op een ander tijdstip contact met u op. Tot ziens op de dinsdagochtend!



Nieuw wijkagent



Mijn naam is **Olav Nieuwenhuijs** en ik ben 52 jaar oud. Op 1 september ben ik begonnen aan politiebureau Laak als wijkagent in de wijk Laak Centraal. Daarvoor heb ik gewerkt op verschillende politiebureaus in en buiten Den Haag, onder andere in de surveillance dienst en als rechercheur. De laatste 10 jaar ben ik werkzaam geweest aan politiebureau Leidschendam/Voorburg ook in de rol als wijkagent.

De komende tijd zal ik mij vooral bezig houden met het kennismaken met de wijk en zal ik ook regelmatig in de wijk aanwezig zijn. Dus als u iets wilt vragen, vertellen of gewoon een praatje, spreek mij gerust aan als ik in de wijk ben. Natuurlijk kunt u ook altijd **0900 - 8844** bellen en vragen of ik contact met u opneem.

Ook kunt u mij volgen op social media.

Twitter: @POL_LaakCentr

Instagram: pol_wijkagent.laakcentraal

EEN NIEUW JAAR

Maandag 11 januari 2021
van 17.00 – 19.00 uur
Nieuwjaarsreceptie van BOS
In de Wissel!



Op **maandag 11 januari** is de Nieuwjaarsreceptie voor alle bewoners uit Spoorwijk, relaties en organisaties in de wijk.

U bent van harte welkom om het glas te heffen op het nieuwe jaar van 17.00 – 19.00 uur.

Onder voorbehoud regels RIVM.



LAAT U NU GRATIS TESTEN! BIJ DE CORONA TESTBUS IN LAAK

Last van: verkoudheid, loopneus, niezen, hoesten, keelpijn, moeilijk ademen en/of koorts boven 38 graden?

Testen zorgt ervoor dat u en anderen niet ziek worden!



Testbus in **Jan van Beersstraat**, vlakbij voetbalclub H.V.V. Laakkwartier.

Stadsbus 22 rijdt tot de halte Jan van Beersstraat.

Testbus in Laak open op:

Maandag	8:30 - 16:30 uur
Dinsdag	8:30 - 16:30 uur
Woensdag	8:30 - 16:30 uur
Donderdag	8:30 - 16:30 uur
Vrijdag	8:30 - 16:30 uur

TESTEN = AFSPRAAK

Maak een afspraak bel 0800 - 1202 met een afspraak wordt u zeker getest.

De Buurt Bestuurt, actief in Laak

In Memoriam: Mieke Sep

Vele wijkbewoners hebben haar gekend!!! Helaas konden er maar weinigen aanwezig zijn bij de uitvaart vanwege de Corona pandemie.

Wij hebben Mieke leren kennen via haar echtgenoot Wim Sep. Ik werkte toen samen met hem in de notenbakkerij van Plat's Notenbar op de Blekerslaan in Rijswijk. Met onze kinderen gingen we regelmatig bij ze op bezoek.

Eerst in de Hasebroekstraat en later in de Hildebrandstraat. En weer later, na de grootschalige sloop en nieuwbouw, kwamen ze in de Amazonestraat met uitzicht op het 'Hof van Heden'. Mieke genoot zeker van haar kleine stukje 'paradijs'. Vanaf haar terras was het net alsof dit haar achtertuin was.

Wim was een lieve man voor Mieke. Hij had zelfs zijn geliefde werk op de vislogger voor haar opgegeven. Mieke heeft hem best erg gemist na zijn overlijden enkele jaren geleden.

Mieke en Wim hadden duidelijk geen probleem met vooroordeel of discriminatie. Mensen uit een ander land, ook al konden ze geen Nederlands spreken, waren altijd welkom. Mijn vrouw was nog Nederlands aan het leren, dus hebben we vaak in het Engels gecommuniceerd.

Mieke vertelde ooit een leuk voorval: er waren twee mannen uit Egypte op bezoek. Geen woord Nederlands, dus werd er in het Engels gesproken. Op gegeven moment hadden ze het over eten, en Mieke wilde iets vertellen over ananas.

Maar het Engelse woord, Pineapple, snapte de Egyptenaren helemaal niet. Na veel gebarentaal, tevergeefs, riep Mieke uit: "Tja, hoe leg je uit wat een ANANAS is!" "Aha", zeiden de mannen: "ANANAS", now we know!" Zo kon Mieke verder met haar gasten spreken.

Een gesprek over het geloof was ook altijd mogelijk met Mieke & Wim. Ze hebben zich niet aan een kerk gebonden, maar waren allebei best gelovig. Dat is ook te merken aan het gedicht door Mieke geschreven.

Lieve mensen, ik ga verhuizen ...

Zet een punt achter mijn aardse huis.

**Ik koos mijn nieuwe woning in hogere sferen,
ook al voelde ik me hier beneden thuis.**

**Ik ben nu weer herenigd met mijn liefste
en dat laat me stralen van geluk.**

**Samen zittend in een tuin vol prachtige wolken,
voor ons kan het hier dus niet meer stuk.**

**Treur daarom niet te lang over mij daar beneden,
weet dat wij samen weer gelukkig zijn.**

Knipoog maar naar ons hierboven,

als ik 's avonds met mijn lichtje naar beneden schijn.

Mieke was een zeer actieve vrouw in de wijk. Ze had een duidelijke mening en goed inzicht in wat er allemaal speelde in de wijk. In de aanloop naar de sloop/nieuwbouw in Spoorwijk zaten Mieke en Wim ook in het Bewonersplatform. Zo zullen vele bewoners zich nog wel de wijkvaders Piet en Joop herinneren. Mede door hun vastberaden inzet is het Spoorwijk uiteindelijk geworden wat het nu is!

Ook heeft Mieke veel gedaan om haar Paradijs het "Hof van Heden" te behoeden voor verloedering. Om het wijkpark meer optimaal te gaan benutten was zij altijd van de partij bij de vergaderingen om nog meer mensen enthousiast te krijgen voor het park.

Ook met de burens had Mieke altijd een goede relatie. Regelmatig hoorden we dat de burens vaak met eten aankwamen. Mieke was een dankbaar persoon. Ze zei altijd wat ze dacht en kon dat met veel overtuiging doen. Een goed gesprek ging ze nooit uit de weg.

Haar twee kinderen en kleinkinderen hebben Mieke & Wim altijd bijgestaan. Tijdens Mieke's laatste dagen hebben ze dan ook veel voor haar gedaan.

Wij allen zullen Mieke missen!

Spoorwijk heeft een fijne, sociale vrouw verloren.



Jan & Lyn Hunck



Burgemeester Jan van Zanen was 12 september in Spoorwijk, hij bezocht de tempel Sewa Dhaam.

Terugblik van een Vos

Vossenjacht 19 september

Wat een leuk idee, Vossenjacht!

Gewoon in de buurt speuren naar figuren en letters verzamelen!

We zoeken nog vossen die meehelpen was de vraag.

Oh? Ik doe wel mee!

De dag was daar, ik dacht waar ben ik aan begonnen?

Eenmaal in mijn outfit op de plaats geïnstalleerd zag ik mensen vreemd opkijken.....

Een buurvrouw kwam eens polshoogte nemen.

Oh, ben jij het wat ben jij nou aan het doen?

Ik zei lachend: dit is voor de vossenjacht!

Ze moest lachen en zei dat ze werd opgebeld dat er een raar figuur op het pleintje zat.



Er kwamen best veel kids, met en zonder ouders meedoen en respect voor de oudere jeugd, ze deden leuk mee!

Het was ook nog heerlijk weer en 2x koffie gehad, bedankt daarvoor buurtjes. Ik zeg volgend jaar weer!!!

Anouschka Braxhoofden



De vossen:



De winnaars:



EEN VOS IN SPOORWIJK

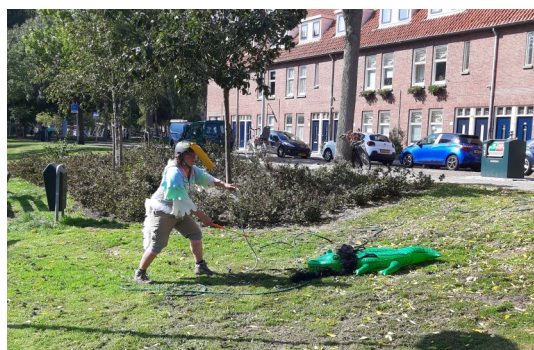
19 september heeft de Bewonersorganisatie Spoorwijk een vossenjacht georganiseerd. Deze activiteit was voor het eerst. Dit omdat de normale activiteiten wegens Corona waren afgelast, zoals de buitenspeeldag en het Kleurrijk Festival.

Door de wijk heen waren er verklede personages verstopt met een duidelijke verschijning. Zo kon je tegen een heuse piraat aanlopen of Frietje Vonk tegenkomen, de nicht van, die haar krokodil uitliet. Voor de kinderen was er een speurtocht, op zoek naar de vossen met een Letter. Met deze letters kon een slogan gevormd worden. Alle inzendingen waren goed en op onze facebookpagina is het filmpje te zien van de trekking van de winnaars. Er waren 10 cadeaubonnen te winnen van 15 euro.

Van harte gefeliciteerd allemaal met de gewonnen cadeaubon.

Doen jullie volgend jaar weer mee? 10 juli 2021.

Schrijf dit vast op in je agenda



Sadie's afhaal maaltijd.

19 november 2020

Kerst 17 december 2020

(Let op! Onder voorbehoud vanwege de nieuwe Corona-maatregelen.)

Wegens Corona kunnen wij niet gezamenlijk van de maaltijd genieten.

Maar we laten u niet in de steek, dus kunt u het afhalen in de Wissel.

Graag aanmelden voor de afhaal maaltijd.

Tel : Hille Labad 0639437768

Tijd voor af te halen 15.30-16.30 uur.



Mooi
welzijn

Topproductie mondkapjes

Onze productielijn voor mondkapjes volgens RIVM-normen draait op volle toeren. We hebben al ruim 35.000 mondkapjes gemaakt en gaan zeker door tot 100.000 stuks, die gratis worden verstrekt aan wijkbewoners en instanties.

De voorraad is groot genoeg om iedereen te voorzien. De vrijwilligers krijgen meer en meer ervaring en de snelheid van het productieproces neemt toe. Kent u non-profit organisaties of mensen die onze gratis, wasbare en hergebruikbare mondkapjes goed kunnen gebruiken? Laat ons weten. Ze liggen voor iedereen klaar.

Katoen nodig

Meer mondkapjes, meer katoen om ze te produceren. Wij kunnen alleen maar doorgaan met de productie als jullie katoenen stoffen van afgedankte lakens of dekbedden blijven doneren. Weggooien is zonde, want het Vadercentrum doet een geweldige dingen mee. Bij voorbaat dank!

Vadercentrum
VO Adam



BERICHT VAN DE BREI-WISSELS

Onze dank gaat uit naar een speciaal iemand met heel veel breiplezier. Deze dame heeft dekens, sjaals en mutsen gebreid voor de dak- en thuislozen. *Jo de Jong*, heel veel dank!

Groetjes van de Breiwissels.

Wilt u iets betekenen voor Spoorwijk?

Dan gaan wij graag met u in gesprek.

Dit is alweer de laatste Spoorwijzer van dit jaar.

Er is veel gebeurd in de wijk en er is ook veel te doen.

De Spoorwijzer vertelt het u allemaal. Het maken en verstrekken van de Spoorwijzer is 1 van de activiteiten van de Bewoners Organisatie in Spoorwijk, ook wel BOS genoemd.

Wij organiseren leuke activiteiten, zowel regelmatig terugkerende (Kleurrijk Festival, Buitenspeeldag, TaiChi, wijkwandeling) als spontane activiteiten (zoals vorig jaar de winterkermis in december en een vossenjacht in september 2020).

Voor december 2020 zijn we druk bezig met het organiseren van een winterse gezelligheid in de wijk. (voor zover de regels van het RIVM het toelaten)

We informeren de hele wijk via de Spoorwijzers, de website en facebook.

Wij zijn nu met 5 bestuursleden in een gezellig team.

Maar sommigen van ons willen stoppen om persoonlijke redenen.

Graag zouden wij ons team van vrijwilligers uitbreiden met nog 3 bestuursleden en een aantal vrijwilligers voor ondersteuning van de werkgroepen.

Bewonersorganisatie BOS is er voor de belangenbehartiging van de bewoners van Spoorwijk.

Dat kan gaan over:

- de voorzieningen in de wijk,
- de verkeersdrukte,
- het openbaar vervoer,
- nieuwbouwplannen,
- enz. enz.

Wat het u oplevert?

Veel nieuwe contacten met buurtbewoners en met een enthousiast team van vrijwilligers;

Ervaring met bestuurswerk;

Jezelf ontwikkelen: mogelijkheden tot trainingen via PEP Den Haag;

Voldoening van je inzet;

Invloed op jouw woonomgeving;

Zinnige tijdsbesteding van ca. 1 tot 4 uur per week;

Kortingen en aanbiedingen via de vrijwilligerspas.

Bel of mail voor 1 februari 2021 voor een afspraak voor een kennismaking op tel. 070-2052205 (woensdag) of naar bos@spoorwijk.org. In het voorjaar zijn er weer verkiezingen, dus dan leest u meer in de Spoorwijzer.

Wilt u helpen herinneringen bouwen voor de toekomst, voor de vele kinderen die spoorwijk rijk is?

Wij hopen van u te horen.

Henny, Leo, Urmila, Sheela en Ingrid.



Voor alle nieuwe bewoners in Spoorwijk.

Bewonersorganisatie Spoorwijk (BOS) heet u van harte welkom in onze wijk. Er ligt een welkomsttas voor u klaar. Wij hopen dat u veel woonplezier zult beleven in onze wijk.

Het tasje kunt u afhalen op woensdag bij het secretariaat van de bewonersorganisatie, 1^e etage, in Buurtcentrum de Wissel, op overige werkdagen bij de receptie van de Wissel, Van Meursstraat 1 B.

Heeft u interesse voor wat de bewonersorganisatie zoal doet? Komt u eens langs. Wij staan altijd open voor nieuwe bestuursleden of vrijwilligers. U kunt mailen naar bos@spoorwijk.org.

Namens het bestuur



Vier kerst met de Kroko's,

Kom je ook?

Geef dan **VOOR 10 december** door met hoeveel kinderen je komt.

Stuur een e-mail naar: info@dekrokos.nl, of kom langs bij ons op de kinderclub op 7 december!

Papa's en mama's, opa's en oma's of verzorgers zijn van harte welkom!

Info

De Kroko's is een christelijke kinderclub en wordt 2 x in de maand op een zaterdag gehouden. Dit vindt plaats in de Oase STEK, van Meursstraat 1.



Oproep aan Wijkbewoners: Schrijf eens voor de wijk!

De Spoorwijzer verschijnt 4 x per jaar. Bij elke uitgave vragen wij instanties en organisaties in de wijk om input. En onze redactie schrijft ook regelmatig zelf stukjes. We vinden het leuk meer input vanuit de Wijk en de Bewoners te ontvangen. Vandaar deze oproep. Schrijf ook eens voor de wijkkrant... Heeft u een leuk verhaal over de wijk of heeft u misschien een lekker recept, mail het naar redactie.bos@gmail.com



Volgt u het wijknieuws en de Bewonersorganisatie al op Facebook? Bezoek onze facebookpagina. Kijk op

www.facebook.com/BOSSpoorwijk/

Boordevol nieuwtjes, activiteiten, tips, foto's en filmpjes over onze wijk.

Andere openingstijden Servicepunten XL in Laak

Vanaf 1 december zijn de openingstijden van beide Servicepunten XL in Laak veranderd. Omdat het vaak druk is vragen wij u op tijd te komen. We hebben maximaal 20 minuten voor een gesprek. Als er meer aan de hand is, kunt u ook een afspraak maken.

DigiD

Komt u naar het Servicepunt XL. Neem altijd uw DigiD mee zodat u kunt inloggen op websites zoals de gemeente Den Haag of Mijn UWV. Heeft u er geen? Dan kunnen we helpen met aanvragen.

Bank

Wilt u iets regelen met de bank, zorg dan dat u alles bij u heeft om te kunnen inloggen op uw bank.

Haagse Zorgverzekering

Heeft u een inkomen tot 150% van de bijstand? Dan komt u misschien in aanmerking voor het Den Haag pakket van VGZ of Menzis. Uw oude verzekering moet opgezegd worden voor 31 december 2019. Overstappen naar de nieuwe verzekering kan tot en met 31 januari 2020.

Belastingen in 2020

Begin volgend jaar krijgt iedereen een brief van de Gemeentelijke Belasting om te betalen voor het ophalen van het afval en rioolheffing.

Ook betaalt u waterschapsbelasting; hiervoor krijgt u een brief van de Regionale Belasting Groep. Wel kan dit in termijnen worden betaald. Voor de kosten om gebruik te maken van het watersysteem kan kwijtschelding aangevraagd worden.

Betaal niet teveel!

Met een inkomen op bijstandsniveau hoeft misschien niet alles betaald te worden en is het mogelijk om (voor een deel) kwijtschelding aan te vragen. Maak hiervoor een afspraak in één van de Servicepunten XL in Laak. U krijgt dan van ons een overzicht welke papieren u nodig heeft voor de afspraak.

Nieuwjaarswensen

Wij wensen alle bewoners uit Laak een goede gezondheid en hele fijne dagen!

Voor al uw vragen:

Servicepunt XL De Wissel, Van Meursstraat 1b (nieuwe ingang), tel. 070 205 23 90

Servicepunt XL De Wissel is dinsdag en woensdag geopend van 9.00-12.30 uur.

wijkcentrumdewissel@mooiwelzijn.nl

Kom je ook naar de Ouder-en Kindochtend van Bij-1?

Deze ochtend is voor ouders met kinderen van 0 t/m 4 jaar. Samen met je kind(eren) ben je welkom. Je ontmoet andere ouders en kunt een kopje thee/koffie drinken, terwijl je kind speelt. Spelen in de ballenbak, op de speekussens of met speelgoed. Elke ochtend is er ook tijd voor fruit en wat te drinken en worden er liedjes gezongen.



Ook knutselen vinden de kinderen heerlijk. Loop gerust eens binnen! De ochtend is gratis!

Kijk voor openingstijden op www.facebook.com/kindcentrum of www.bij-1.nl

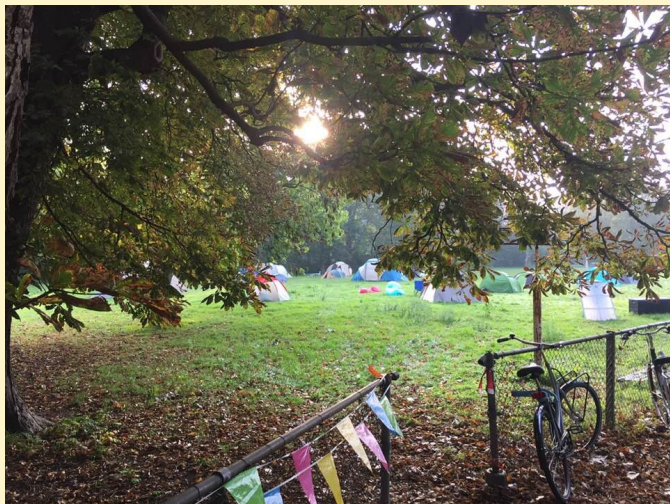


Terugblik De Buurtcamping Spoorwijk – Laak

Wat gaat de tijd snel. De jaarlijkse vakantie op de buurtcamping ligt al weer achter ons. We hopen dat alle kampeersers en dagbaste hebben genoten van hun verblijf op de buurtcamping. Het was weer een fantastische ervaring. Met deze keer misschien iets minder gasten dan voorgaande jaren maar zeker niet minder leuk. We blikken nog een keer terug.

Allereerst boften we natuurlijk met het geweldige weer waardoor we de hele dag lekker buiten konden zijn op ons prachtige kampeerterrein in de groene landgoederenzone waar Den Haag en Rijswijk elkaar ontmoeten. Wie wil dat nou niet, een lang weekend voor een habbekrats kamperen op een groen veldje met monumentale eiken en kastanjes, waar de ooievaars en pauwen rondstappen en konijntjes huppen?

Kampeersers konden genieten van de mooie omgeving of meedoen aan activiteiten. Meedoen met Tai Chi samen met Klaas Jan of mediteren met meditator Marcel. De mensen die meededen vonden het leuk dat te proberen. En een paar mensen hebben zich zelfs aangemeld bij de wekelijkse meditatieklas van Marcel bij Schets, het nieuwe culturele ontmoetingscentrum in De Spoorwijk. Wie had dat gedacht? Ook Dichter Mo vergezeld door een violist kwam naar de camping om een mooi gedicht voor te dragen met vioolmuziek en we hebben geluisterd en gedanst op de Arabische muziek van het duo Sahtar en Mo-hamad. Natuurlijk hebben we ook een avond gezellig rond het kampvuur gezeten met marshmallows.



Een van de kampeersers had een gitaar meegenomen en er werd gezongen. Ook de barbecue was een succes. Met groenten en goed vlees, rekening houdend met bijzondere wensen zoals vegetarisch en halal. Zondag was er een theatervoorstelling voor ouders en kinderen en er was een optreden van de Bulgaarse volksdansgroep 'Bulgaarse Roos' uit Laak. En wat doe je nog meer in zo'n weekend? Elkaar helpen met de tent opzetten, lachen, luieren, een boekje lezen, een praatje aanknopen, een potje voetbal of jeu de boules, badminton, een potje koffie zetten, een broodje eten, stoeien op het gras. Tja, voor je het weet is zo'n kampeerweekend weer voorbij, wordt de camping weer opgebroken en gaan de tenten weer naar zolder. De buurtcamping houden we er in als een geweldige mogelijkheid voor buurtbewoners en anderen om elkaar eens in een andere setting te ontmoeten, nieuwe vrienden te maken, te netwerken en elkaar te inspireren. Het concept is eenvoudig, het plezier groot.

Dank aan alle gasten en vrijwilligers die hebben bijgedragen de buurtcamping een succes te maken. We kijken uit naar de volgende buurtcamping in het nieuwe jaar en hopen dan iedereen weer te ontmoeten plus nog een heleboel andere gasten. Mensen die misschien dit jaar wilden gaan maar ervan afzagen vanwege corona. Tot volgend jaar en neem zeker ook een kijkje op onze facebookpagina

www.facebook.com/Debuurtcampingspoorwijk waar meer foto's en filmpjes.

Tai Chi lessen 2020 in het Hof van Heden

Op 26 september 2020 was de laatste Tai Chi les voor dit jaar. Dankzij de inzet van de leraar Klaasjan Schroten en een gevorderde deelnemer Evert zijn er 12 lessen gegeven. Normaal gaat het om 10 lessen in de zomermaanden op de zaterdag vanaf 10.30 uur tot 11.30 uur, in het Hof van Heden.

Het Hof van Heden is een schitterende locatie in Spoorwijk, met hoge bomen, veel groen en een vijver met een fontein. Een heerlijke omgeving voor de Tai Chi lessen in open lucht. Ingeval van harde regen wordt daaro de les verschoven. Maar de deelnemers lieten zich niet afschrikken door een beetje regen.

De opkomst was naar tevredenheid, rond 10 deelnemers en op piekdagen zelfs rond 15 deelnemers.

Citaat deelnemer

"De zomer lessen Tai Chi in het Hof van Heden zijn heel fijn geweest. Het is voor mij een goed begin van het weekend in zo'n mooie rustgevende omgeving. De verzorging van de lessen is heel goed. Er wordt zelfs voor koffie en thee gezorgd. Het animo voor de lessen was weer erg groot wat het ook extra leuk maakte"

Zowel leraar als leerlingen kijken uit naar zomer 2021 om de lessen weer te starten.

De groep heeft moeite om een jaar te wachten op de volgende lessen en stelde voor een wintersessie, gedurende januari/februari/maart, te organiseren. BOS ondersteunt dit idee en is de mogelijkheden aan het bestuderen.

U bent van harte uitgenodigd deel te nemen. Aanmelding is niet nodig en de lessen zijn gratis. BOS zorgt voor koffie, thee, fris en een koekje. Kijk voor informatie op FB pagina van Bewonersorganisatie Spoorwijk BOS en in de Tai Chi groepsapp.



Fysiotherapie De Wissel

Gevestigd in Wijkcentrum De Wissel, van Meursstraat 1b in Spoorwijk
(voorheen *Praktijk voor Fysiotherapie en Manuele Therapie "Goeverneurlaan"*)

Beweegt u niet meer zo gemakkelijk?

Wilt u behandeling of begeleiding/advies op het gebied van houding en beweging?

Kom bij ons langs of neem contact met ons op!

Ook zonder verwijzing van een arts kunt u bij ons terecht! Wij hebben contracten met vrijwel alle zorgverzekeraars.

U kunt bij ons terecht voor individuele fysiotherapie, groepstherapie en fittraining in kleine groepen. We begeleiden ook patiënten met COPD en Claudicatioklachten.

Onze praktijk bevindt zich op de 1^e etage in Wijkcentrum De Wissel, ook bereikbaar met een lift. Naast individuele behandelkamers hebben we ook een mooie oefenruimte met trainingsapparatuur. Vanzelfsprekend houden wij ons in verband met Corona aan de richtlijnen van het RIVM en onze beroepsgroep KNGF met betrekking tot hygiëne en het 1,5 m afstand houden.

Wij zijn bereikbaar onder telefoonnummer 070 - 390 90 75

E-mail: admi@fysiodewissel.nl Website: www.fysiotherapiedewissel.nl

De fysiotherapeuten: Carla Weel en Olga Nicolai

In de Praktijk Kringviering—via Facebook

Kerk in Spoorwijk ook nu actief!

Vanwege de Corona maatregelen zijn de activiteiten van In de Praktijk enigszins aangepast.

Via livestream zenden wij iedere zondagmorgen om 10.30 uur uit op Facebook.

Elke zondag is het weer een moment van geloof, hoop en liefde voor iedereen die kijkt.

Wil je ook meekijken? Ga naar www.facebook.com/indepraktijkspoorwijk

Maar we doen meer!

Iedere donderdag koken wij met een groepje online.

Het is heel gezellig. Hou je van koken en wil je meedoen? Deelname is gratis.

Mail even naar marike@indepraktijkspoorwijk.nl en we regelen dat je mee kunt doen.

Ben je eenzaam, heb je behoefte aan contact? Zit je met vragen over het geloof in deze Corona tijd ?

Neem contact met ons op! Mail naar marike@indepraktijkspoorwijk.nl

Namens het team van In de Praktijk, Marike ten Have, 0611091737.

Zodra het weer kan, vindt u ons op zondagochtend weer bij Don Bosco, Julialaantje 26, net over de grens met Rijswijk.



IN DE PRAKTIJK
kerk in spoorwijk

LHBTI+ acceptatie in Spoorwijk

Sinds augustus is de queer emancipatiewerker actief in Laak, dus ook in Spoorwijk. Er wordt in de wijken dus aan gewerkt dat LHBTI+ (lesbiennes, homo's, biseksuele, transgender en interseks) veilig en geaccepteerd kunnen zijn.

Seksualiteit en gender zijn onderwerpen waar iedereen mee te maken heeft. Als je niet hetero en of cisgender bent dan loop je tegen extra uitdagingen aan. Daarom wordt er aan gewerkt om dit binnen Spoorwijk het bespreekbaar en zichtbaar te maken.

Dit doen we samen met verschillende buurtorganisaties.

Het onderwerp kan nieuw en onbekend zijn en misschien ben je al wat termen tegen gekomen waarbij je denkt: "huh, wat staat er nou?". Hieronder een klein woordlijstje.

In Nederland vinden we dat iedereen gelijk behandeld moet worden. Helaas gebeurt dat niet tegenover lhbt'ers. Mensen van deze groep krijgen veel vaker te maken met pesten, geweld, discriminatie en mentale gezondheidsproblemen.

Wat kun je doen?

Zoek informatie op! Je kan bijvoorbeeld op YouTube of Google intypen "wat is lhbt?" en daar vind je al genoeg informatie om leren over het onderwerp. Je mag ook altijd een vraag stellen op de mail op: gew@luvzworkz.nl

Praat erover met je omgeving, ook als hetero! Praten over seksualiteit en gender is goed voor iedereen. Geef het goede voorbeeld.

Taboe verbreken en positief erover praten maakt al een groot verschil. Bent u betrokken bij een organisatie, dan kan je dit aankaarten. "Wat doen wij met deze thema?", is een vraag die je kan stellen. Neem contact op met de queer emancipatiewerker, die kan erbij helpen!

Onthoud dat er organisaties zijn! In Den Haag zijn er organisaties waar je altijd naar kan verwijzen zoals: The Hang Out 070, Queer aan Zee, Philautia, COC Haaglanden. Deze organisaties hebben altijd kennis paraat en ken je iemand die LHBTI is laat die persoon weten dat er groepen zijn waar hen met gelijkgestemde in contact kan komen.

Je bent okay

Het kan zijn dat je zelf iemand bent die op hetzelfde geslacht valt, of beide. Of misschien voel je je niet thuis in je lichaam. Weet, je bent niet alleen! Je bent niet ziek of gek. LHBTI+ zijn iets normaals. Zoek contact op met organisaties of mail naar gew@luvzworkz.nl en we helpen je verder.



**'ZIJ STUURDE MIJN
NAAKTFOTO ROND,
IK DURF NIET MEER
NAAR SCHOOL.'**

PRAAT ER ANONIEM OVER



Buurt-koffie

Ontmoet wijkbewoners en organisaties uit de wijk tijdens de koffie voor heel Spoorwijk. Zodra het weer mag is er elke werkdag koffie-inloop in de vernieuwde Wissel (van Meursstraat 1b)

We zien u bij de koffie.



Volgt u de Bewonersorganisatie Spoorwijk al op Facebook?

Bezoek en like onze *nieuwe* facebookpagina.

Zoek op **Bewoners Organisatie Spoorwijk BOS**

Boordevol nieuwtjes, activiteiten,

tips, foto's en filmpjes over onze wijk.



Fiets les

Contact	Melanie van Zweeden M 06-49004868 E famvanzweeden@gmail.com Noortje van der Kaaden, Mooi Welzijn Laak M 06-38287138 E n.vanderkaaden@mooiwelzijn.nl
Docent	Melanie van Zweeden
Adres	sportterrein 't Zandje – Schimmelweg 202
Dag	Donderdag 9.00-10.15/10.30-11.45 uur
Kosten	€20,= vijf lessen (Ooievaarspas 10 lessen)
Heb je geen fiets?	Voor de lessen is een fiets beschikbaar



Taal lessen

Niveau	A1 – A2 – B1-niveau – Ook voor beginners
Tijd	In de ochtend, middag of avond
Dagen	op afspraak
Aanbieders	Mondriaan - Jeroenschool - Taal aan Zee
Contact	Gerard Paardekooper – tel. 06 – 3861.3865
	Elly Evertse – in de Wissel

Lessen voor beginners

MONDRIAAN-lessen voor gevorderden

Bericht van Schets



In de vorige Spoorwijzer kon je voor het eerst lezen over Schets. Schets is het nieuwe cultureel ontmoetingscentrum / buurthuis aan de Schimmelweg 200 in Spoorwijk. Gevestigd in het voormalige wijkgebouw De Keet, dat vorig jaar met hulp van vrijwilligers en professionals is verbouwd tot een mooi nieuw ontmoetingscentrum voor de wijk. Mustafa Oduncu, voorzitter van Schets, blikt terug op het eerste en tevens uitzonderlijk jaar. We waren klaar met verbouwen, de verf was, bij wijze van spreken, net opgedroogd en toen kwam corona. Het plan, een feestelijke opening met de wethouder, moest al tot 3 x toe worden uitgesteld. Natuurlijk dat is jammer. Maar we zijn niet bij de pakken neer gaan zitten. Uiteindelijk hebben we gewoon de deur open gedaan en zijn we begonnen met focussen op de dingen die we in deze bizarre tijd nog wèl kunnen doen.

We zijn trots op ons gebouw en de voortuin waar vele handen hard aan hebben gewerkt. Als cultureel ontmoetingscentrum en buurthuis krijgen we steeds meer bekendheid. De mensen weten ons te vinden voor onze activiteiten of huren een ruimte bij ons voor een vergadering of de activiteiten die zij bij of met ons willen organiseren. Natuurlijk houden we ons aan de basis RIVM-maatregelen. Ook bij ons moeten mensen zich aanmelden/registreren voor een activiteit. Onze ruimte beschikt over een goedgekeurd ventilatiesysteem.

In het voorjaar zijn we gestart op de dinsdagavond met een meditatieklas o.l.v. Marcel Wongsonadi, die hier in de buurt woont en de les gratis aanbiedt als zijn bijdrage aan de maatschappij. Het is een ongelooflijk populaire klas die elke week goed bezocht wordt door dames en heren van 16 jaar en ouder uit Spoorwijk maar ook uit andere delen van de stad. Een zeer divers publiek qua leeftijd en achtergrond. Je voelt gewoon de positieve vibe als je een keer met zo'n les meedoet. Ook de yogaklas van Anne Thompson die in augustus van start ging is vlot op gang gekomen. Vanwege reisbeperkingen geeft zij de lessen momenteel via Zoom. De leerlingen komen naar Schets en zien Anne op een tv-scherm. Dat gaat prima, bij de laatste les waren ze met z'n tienden. Verder zijn we gestart met Zumba op maandag en huiswerkbegeleiding op de zaterdag voor kinderen van de basisschool en het middelbaar onderwijs.



We hopen op die manier kinderen te helpen bij het maken van huiswerk en het inlopen van leerachterstanden. Op dit moment werken we aan de voorbereiding van meer activiteiten voor de jeugd. Bijvoorbeeld een voorleesuur op de woensdagmiddag. De opstart van nieuwe activiteiten is altijd spannend, slaat het aan? En ook kan het door blijven gaan en met hoeveel mensen, het virus is tenslotte nog niet weg. De zaterdag is onze open dag, dan is ook ons spreekuur en kunnen mensen met allerlei vragen bij ons terecht of wanneer ze bijvoorbeeld hulp nodig hebben bij het invullen van een formulier.

Al met al denk ik dat we kunnen zeggen dat we een belangrijk onderdeel van onze doelstelling dit jaar hebben behaald. Mensen in beweging krijgen, verbinden en actief bijdragen aan de sociale samenhang en daarmee sluiten we aan op andere in de wijk actieve organisaties. We willen onderscheidend blijven maar zoeken ook de samenwerking. Het Laaktheater is tijdelijk gesloten, maar de toneelgroep kan bij ons doorgaan met oefenen. We hebben er de ruimte voor en zelfs een podium.

Schets is grotendeels afhankelijk van de hulp van vrijwilligers. Super dat we zulke fijne mensen hebben die ons helpen. Mocht je denken ik zou ook wel eens mee willen helpen, kom dan zeker eens langs voor een kennismaking. Meer informatie over onze activiteiten vind je op onze website:

www.stichtingschets.nl of kijk (en like)

onze actuele facebook-pagina:

www.facebook.com/stschets of volg

@SchetsStichting op Twitter.



Multi Culturele Werkgroep, de motor achter de bijzondere 4 mei herdenkingen in Spoorwijk

Inmiddels al voor de 25e keer worden in Spoorwijk, bij het gedenksteentje op het Ledeganckplein, de 4 mei-herdenkingen gehouden. Met de drieslag van verhalen en muziek in de Oase, de herdenking op het plein met de vlag halfstok, de last post, twee minuten stilte, het zingen van het volkslied, de kranslegging met buurtkinderen en de bloemenhulde bij het gedenksteentje en *last but not least* het koffiedrinken en de ontmoeting in de Oase. Maar wat bij velen wat minder bekend is, is dat de motor achter deze herdenkingen de Multi Culturele Werkgroep van Spoorwijk is. Omdat er vanaf januari 2020 een verandering komt, is er nu aandacht voor die bijzondere werkgroep. Wat is dan zo bijzonder aan die werkgroep?

Deelnemers en soorten bijdrages binnen en buiten

In deze tijd van soms onbegrip en snel oordeel is het zeker bijzonder dat er al jarenlang een harmonieuze samenwerking is rondom de 4 mei-herdenking en de schoolbezoeken van de drie Spoorwijkse basisscholen aan de Kerk, Hindoe-centrum en Moskee. Daaraan doen de volgende personen, groepen en organisaties mee:

Hindoe centrum Sewa Dhaam (Parma Ramautar en Kewal Mahabier)

Bewoners Organisatie Spoorwijk (Sheela Khoesial)

Basisschool Jeroen (Gerard Paardekooper)

Kerk in Laak (Betty Mol)

In de Praktijk (Martin Mande)

Turkse Moskee Mescri di Kuba (Ramazan Odek)

Marokkaanse Moskee El Ouma (Mohammed Zarrad)

Buurt-en kerkhuis Oase van Stek (Jan Baronner, coördinator van de MCW)



In de afgelopen jaren zijn er zoveel mooie herdenkingen geweest met tal van bijzondere bijdrages vanuit allerlei achtergronden. Zonder te streven naar volledigheid noem ik er een paar:

*de Poolse gemeenschap; hoe voor hen de oorlog en de bezetting pas afgelopen waren na 1990, vlak na de val van de Berlijnse Muur.

*de Turkse gemeenschap, waarbij is verteld dat er veel Joden vanuit Duitsland gastvrij zijn ontvangen in Turkije.

*Marokkaanse gemeenschap, met een verwijzing naar de Marokkaanse begraafplaats van gevallen soldaten in de Tweede Wereldoorlog bij Kruiningen

*Sewa Dhaam, met een aantal aanbevelingen hoe jongeren te blijven betrekken bij de 4 mei-herdenking en te wijzen op Mahatma Ghandi.

*Kerk in Laak/Stek rondom het kerkasiel in de Bethel; vluchtelingenproblematiek is nog steeds zo urgent.

*In de Praktijk; hoe kinderen te blijven betrekken bij de 4 mei-herdenking.

Geregeld waren er vernieuwingen, bijvoorbeeld door de Oase te verduisteren en steeds meer kaarsen te laten branden; en altijd was er de Cantory met een lied.

In al die 25 jaar stonden we buiten op het plein met mooi en slecht weer en alles daar tussenin. Maar er kwamen altijd zo tussen de 100 en 200 personen. Soms wapperde de vlag voluit; soms hing de vlag slap naar beneden, maar altijd halfstok – om op 5 mei weer volop in de top te hangen! De trompettist speelde met veel gevoel, al waren soms haar vingers blauw van de kou. Heel veel buurtkinderen hebben in tweetallen meegelopen met een raadslid of soms zelf een wethouder om de krans netjes neer te leggen en daarna achteruit weg te lopen en een nette buiging als teken van eerbied te maken. En een schatting is dat er in totaal een kleine vijfduizend rozen zijn neergezet vanuit Spoorwijk bij het gedenksteentje. En na afloop was het vaak tot laat gezellig in de Oase om na te praten onder het genot van koffie en een lekker koekje.

De 4 mei-herdenking in 2020 was vanwege de Corona heel speciaal; alleen de deelnemers van de MCW waren aanwezig met de trompettist. Kijkt u maar eens terug op de website van de Bewoners Organisatie Spoorwijk naar een impressie van 4 mei 2020!

De verandering in 2021

Omdat de Oase helaas gaat sluiten per eind december 2020 en daardoor het gebouw Oase en de betrokken coördinatie van Jan Baronner wegvalt, is in de afgelopen maanden gezocht naar het vervolg. En de contouren worden al zichtbaar!

De Bewoners Organisatie Spoorwijk in de persoon van Sheela Khoesial wordt nu de kartrekker en het nieuwe buurthuis Schets heeft zich aangeboden als startplek. Natuurlijk moeten tal van details nog verder worden besproken en vorm gegeven.

Maar de 4 mei-herdenkingen in Spoorwijk gaan door en dat is het belangrijkste!

Vanuit de grond van mijn hart ben ik erg blij en dankbaar dat ik een aantal jaar actief samen met de vertrouwde kerngroep bij deze herdenkingen betrokken mocht zijn en ik heb alle vertrouwen in de toekomst door de bijzondere samenwerkingsorganisatie met de naam Multi Culturele Werkgroep Spoorwijk.

Jan Baronner, diaconaal werker Oase/Stek



Jan Baronner heeft 18 nov afscheid genomen van MCW. Ook de heer Gerard Paardekooper gaat met pensioen en heeft ook afscheid genomen van MCW

Afscheid van Stek en Jan Baronner in Spoorwijk per eind december 2020

Wellicht heeft u als lezer inmiddels vernomen dat Stek per eind december 2020 na ongeveer 30 jaar van betrokken aanwezigheid in Spoorwijk stopt met het diaconale werk in de Oase. Die ingrijpende keuze is gemaakt na de nodige gesprekken met tal van organisaties en personen. Er groeide het besef dat Stek op andere plekken in Den Haag van meer van betekenis kon zijn.

Van het begin af aan was er de uitdaging dat zo mogelijk al het werk van de Oase op andere plekken in deze buurt kon doorgaan en voor een groot deel is dat inmiddels al gelukt. Zo gaat de voedselbank naar het Vadercentrum en krijgen het spreekuur van de wijkagent en de kinderkunstacademie een plek in de Wissel. En de altijd bijzondere 4 mei herdenking wordt vanaf 2021 als kartrekker gedragen door de Bewoners Organisatie Spoorwijk; de Multi Culturele Werkgroep Spoorwerk blijft zijn achtergrondwerk in deze doen. Er zijn nog gesprekken gaande over de andere activiteiten van de Oase, maar er is goede hoop dat die elders een plek kunnen vinden. En ook een aantal vrijwilligers verhuizen mee en zetten daar hun mooie werk voort. In dit verband wil ik met veel respect de naam van Renée van Mil noemen, die veel te jong op 2 februari 2020 is overleden, mijn rechterhand in de Oase voor heel veel jaren en de 'moeder van velen' Spoorwijk.

Per 1-1-2021 wordt er volop gezocht naar andere activiteiten, die in de Oase kunnen plaatsvinden en er zijn al een paar belangstellenden met goede plannen gekomen.

Maar daarover is nog geen besluit genomen.

Eind 2020 komt er helaas een einde aan mijn betrokkenheid bij het mooie Spoorwijk. Er zijn bij mij eindeloos veel herinneringen en Spoorwijk is echt in mijn hart gekomen. Met veel mensen heb ik een stukje mogen oplopen in goede en slechte tijden; de veerkracht hier is groot.

Door de corona is er helaas geen mogelijkheid van een afscheidsbijeenkomst, dus ik zoek kleinschalig naar mogelijkheden om mensen nog eens te ontmoeten en afscheid te nemen en waardering te uiten. Maar weet je welkom om binnenkort nog eens langs te komen en elkaar te ontmoeten. Stuur me een mailtje, dan kunnen we een afspraak hiervoor maken.

Hartelijke groet en Adieu Spoorwijk.

Jan Baronner, Diaconaal werker Oase/Stek, jbaronner@stekdenhaag.nl



**Circaso verzorgde 3 geweldige circusdagen
in Hof van Heden 18,19, 20 augustus 2020**

georganiseerd door Gemeente Den Haag

**mogelijk gemaakt door: Ooievaarspas,
JeugdVakantieLoket en Cultuurschakel.**



Programma Laaktheater thuis en op Lokatie

Geweldig nieuws! We waren nog een beetje beduusd van de lovende woorden van de Adviescommissie Meerjarenbeleidsplan Kunst over onze plannen voor de komende vier jaar. En nu is het definitief: de gemeente Den Haag heeft ons beloond met een mooie vaste financiële basis zodat we de komende vier jaar een nog steviger theater en Cultuuranker kunnen zijn voor de mensen in Laak. Een ongelooflijk mooie opsteker voor ons, maar ook voor de mensen uit

Laak die met ons hebben samengewerkt, bij ons hebben geprogrammeerd en ons hebben bezocht. Ons pand aan de Ferrandweg is voorlopig gesloten. Maar online op www.laaktheaterthuis.nl en in de wijk gaan

wij gewoon door! Dankzij de ondersteuning van het Kickstart Cultuurfonds hebben we de middelen om mobiel een theatersfeer te creëren om op de meest uiteenlopende plaatsen in Laak. Zo blijven we mooie activiteiten en voorstellingen brengen. Meer informatie over het programma en het bestellen van kaarten vind je op www.laaktheater.nl



Laaktheater Ferrandweg 4T, Den Haag | www.laaktheater.nl, 070-393 3348 | www.facebook.com/laaktheater

Burendag, ondanks de corona crisis, toch geslaagd!!

Op zaterdag 26 september, dronken we met de buren uit onze straat, buiten een kopje koffie ter gelegenheid van Nationale Burendag. Henny Koot was hier ook bij. Hij is voorzitter van de wijkvereniging, woont toevallig bij ons in de straat en vroeg ons hierover een stukje te schrijven.



Al jaren is het in het laatste weekend van september Nationale Burendag. En al aardig wat jaartjes zeggen we tegen elkaar: dit jaar moeten we daar eens aan meedoen. Gewoon om elkaar eens wat beter te leren kennen als buren, gewoon omdat het gezellig is, maar ook om gewoon gemakkelijker eens bij elkaar aan te kloppen voor een helpende hand of een luisterend oor.

Ook afgelopen december zeiden we tegen elkaar: Dit jaar gaan we echt mee doen. En toen kwam de Corona crisis...

Maar we bleven bij ons voornemen, juist nu is het zo goed om elkaar eens te ontmoeten (en dat kan op gepaste afstand). We besloten het super simpel te houden. Gewoon buiten, samen koffie

drinken, elkaar ontmoeten. Zo gezegd zo gedaan, we maakten een uitnodiging en die ging bij alle bewoners bij ons uit de straat in de brievenbus.

Alleen het weer zou nog roet in het eten kunnen gooien. Even leek het erop dat het zou gaan regenen, maar daarvoor zetten we een parasol neer, zodat we zouden kunnen schuilen als het nodig zou zijn. Daar stonden we dan om 10 uur.... Samen aan de koffie, afwachten wie er nog meer zou komen. Hoe leuk was het, toen er steeds meer voordeuren open gingen en steeds meer mensen met hun kopje koffie naar buiten kwamen en even aanschoven. Hoe gaaf ook dat de zon gewoon scheen en dat de parasol niet nodig was om te schuilen.

Het was een geslaagd experiment en zeker voor herhaling vatbaar. Leuk om samen te organiseren en gezellig om elkaar te ontmoeten. We kunnen het iedereen aanraden om dit ook eens met elkaar te gaan doen.

Groetjes van 2 buurtjes uit het stukje van de Oltmansstraat tegenover de Hof van Heden Radj en Ellen

Beweegactiviteiten die plaatsvinden in Laak

Onder voorbehoud in verband met corona maatregelen



Maandag

Tijd	Activiteit	Locatie	Doelgroep	Kosten
09.00-10.00	Buitenfitness	Ketelveld	M / V 18+	Gratis
09.30-11.30	Aerobics	De Wissel	V 18+	€ 3,00* / € 6,00 p/m
10.00-12.00	Wandelen	Cromvlietplein	M / V 18+	Gratis
14.00-16.00	Meer bewegen voor Ouderen	HVV Laakkwartier	M / V 50+	€ 4,50* / € 9,00 p/m
17.30-18.45	Hardlopen	Vadercentrum Adam	M / V 18+	€ 0,50 per keer
18.15-20.15	Yoga	Vadercentrum Adam	M 18+	€ 0,50 per keer
19.00-20.30	Yoga	Cromvlietplein / HVL	M / V 18+	€ 8,00 per maand
19.30-20.30	Zumba	Team De Jager	M / V 18+	€ 10,00 per maand
20.00-21.00	Heels	Beweigi	V 18+	€ 16,25* / € 32,50 p/m

Dinsdag

Tijd	Activiteit	Locatie	Doelgroep	Kosten
09.00-10.00	Buitenfitness	Ketelveld	M / V 18+	Gratis
10.45-11.45	BeweegFit	HVV Laakkwartier	M / V 55+	€ 6,00 per maand
13.00-14.00	Meer Bewegen Voor Ouderen	Cromvlietplein	M / V 55+	€ 16,00 per kwartaal
13.30-14.30	Spierversterkende oefeningen	Laakhage	V 18+	€ 0,50 per keer
14.00-15.00	BeweegFit	HVV Laakkwartier	M / V 55+	€ 6,00 per maand
15.30-17.00	Voetbal	HVV Laakkwartier	M 18+	€ 1,00 per week
18.30-20.00	Yoga	De Wissel	M / V 30+	€ 7,50 per maand
19.00-20.00	Meditatie	Stichting Schets	M / V 18+	Gratis
19.30-20.30	Caribbean- Afro dansles	Vliethage	M / V 18+	€ 6,00 per maand

Woensdag

Tijd	Activiteit	Locatie	Doelgroep	Kosten
09.00-10.00	Lady Fit / BBB	Vliethage	V 18+	€ 1,00 per keer
18.00-19.00	Shakuma (Afrikaanse dans)	Oase	V 18+	€ 6,00 per maand
19.00-20.15	Hardlopen en wandelen	Cromvlietplein	M / V 18+	€ 6,00 per maand
19.15-20.15	Judo	Shin Hajimeru	M / V 18+	€ 16,00 per maand
20.00-21.00	Afro dance	Beweigi	V 18+	€ 16,25* / € 32,50 p/m

(Wijzigingen voorbehouden)

U kunt altijd gratis deelnemen aan een proefles en op ieder moment instromen!

Voor informatie kunt u contact opnemen Jay van Veelen, Buurtsportcoach Laak

06 - 55 42 10 30 of jay@buurtsportcoachdenhaag.nl

Donderdag

Tijd	Activiteit	Locatie	Doelgroep	Kosten
09.30-11.30	Fitness / Wandelen	De Wissel	V 18+	€ 6,00 per maand
09.30-11.30	Bewegen 45+	Cromvlietplein	M / V 45+	€ 6,00 per maand
10.00-11.30	Yoga	De Wissel	V 35+	€ 7,50 per maand
10.00-12.00	Badminton	't Zandje	M / V 55+	€ 13,00 per maand
12.00-13.00	Spierversterkende oefeningen	Laakhage	V 18+	€ 0,50 per keer
13.30-14.30	Lady Fit / BBB	Vliethage	V 18+	€ 1,00 per keer
14.00-14.45	Meer Bewegen Voor Ouderen	HVV Laakkwartier	M / V 50+	€ 6,00* / € 12,00 p/m
15.00-15.45	Meer Bewegen Voor Ouderen	HVV Laakkwartier	M / V 50+	€ 6,00* / € 12,00 p/m
15.00-16.00	Meer Bewegen Voor Ouderen	Lipa 2	M / V 70+	€ 10,00 per maand
18.15-20.15	Yoga	Vadercentrum Adam	M 30+	€ 0,50 per keer
18.30-19.30	Wandelen	HVV Laakkwartier	M / V 18+	Gratis
18.30-20.00	Yoga	Vliethage	M / V 18+	€ 3,00 per keer
19.00-20.00	Yoga	Stichting Schets	M / V 18+	€ 12,00 per maand

Vrijdag

Tijd	Activiteit	Locatie	Doelgroep	Kosten
09.30-11.00	Yoga	Cromvlietplein	V 18+	€ 8,00 per maand
10.45-11.45	Wandelen	SHG Spoorwijk	M / V 18+	Gratis
11.00-12.00	Aangepast bootcamp	HVV Laakkwartier	M / V 18+	€ 13,00 per maand
11.00-12.00	Senioren gym	ROC Mondriaan	M / V 60+	€ 1,00 per keer
14.00-15.00	Wandelvoetbal	HVV Laakkwartier	M / V 60+	€ 7,50* / € 15,00 p/m
14.00-15.00	Bewegen Voor Ouderen	Lipa 1	M / V 70+	€ 10,00 per maand
19.00-20.00	Dansen	Team De Jager	M / V 18+	€ 10,00 per maand
20.00-21.00	Urban dance	Beweigi	V 18+	€ 16,25* / € 32,50 p/m

Adressen locaties

HVV Laakkwartier, Jan van Beersstraat 69, 2523 JS Den Haag
 Beweigi, 1e van der kunstraat 282, 2521 AV Den Haag
 Cromvlietplein 120, 2516 KV Den Haag
 Ketelveld, achter basisschool De Kameleon, Ketelstraat 101, 2516 VN Den Haag
 Laakhage Trefpunt, Peilstraat 67, 2516 RG Den Haag
 Lipa 1 koffiekamer, Pasteurstraat 205A, 2522 RJ Den Haag
 Lipa 2 koffiekamer, Pasteurstraat 325, 2522 VV Den Haag
 Moisaico, Pompstraat 16, 2516 RJ Den Haag
 Oase, Van Meursstraat 1, 2524 XN Den Haag
 ROC Moncriaan, Leeghwaterplein 72, 2521 DB Den Haag
 Shin Hajimeru, Jan van Beersstraat 69, 2523 JS Den Haag
 SHG Spoorwijk, Alberdinck Thijmstraat 85, 2524 HC Den Haag
 Stichting Schets, Schimmelweg 200, 2524 XK Den Haag
 Team De Jager, Rijswijkseweg 324, 2516 HM Den Haag
 Vadercentrum Adam, Jonckbloetplein 24, 2523 AR Den Haag
 Vliethage, Rijswijkseweg 252, 2516 EN Den Haag
 De Wissel, Van Meursstraat 1a-b, 2524 XN Den Haag
 't Zandje, Schimmelweg 202, 2524 XK Den Haag
 Kunstgras 't Zandje, (naast de sporthal) Schimmelweg 202, 2524 XK Den Haag



Slagerij HET ZUIDERPARK

v. Zeggelenlaan 112 – Den Haag
Tel. 070-3608011

Standaard Gourmetschotel

voor 4 personen € 16,-

Bestel tijdig! Tel: 070-3608011

Altijd vers en voordelig

www.hetzuiderpark.nl



*Uw dierenpeciaalzaak
De Vrije Vogel
Van Zeggelenlaan 100*



*Veel leuke aanbiedingen voor onder de boom voor uw viervoeter.
Kom kijken in de winkel!*

Advertentie

Denkt u erover dat u bekender in de wijk wilt zijn? Dat kan !!

Met een advertentie in de Spoorwijzer bent u huis-aan-huis te lezen, en dat elke 3 maanden.

Deze ruimte kost €30 per keer (bij een abonnement €25 per keer). Maar grotere formaten zijn ook mogelijk.

Stuur een e-mail naar bos@spoorwijk.org en u krijgt meer informatie hierover.



Belangrijke

Telefoonnummers

Adviespunt Huiselijk Geweld	0900-044 33 22
Algemeen Maatschappelijk Werk	394 94 28
Bewoners Organisatie Spoorwijk	205 22 05
Bibliotheek Spoorwijk	353 65 21

Bij-1 voor kinderen en ouders	785 58 20
Boodschappenbegeleidingsdienst	364 66 61
Brandweer Alarm 112 of	088-88 68 000
De Buurtkamer	394 01 94
Bureau Slachtofferhulp	0800-02 33 222
Burenhulpcentrale	262 99 99
Centrum voor Jeugd en Zorg	0800-285 40 70
Consultatiebureau	379 58 58
Diensten centrum "De Wissel"	205 23 90
Dierenambulance	328 28 28
Dierenbescherming	392 42 89
Doktersnachtdienst	346 96 69

Gemeentelijk Contactcentrum	14070
Gezondheidscentrum	393 46 96
Grof vuil	366 08 08
Haag Wonen	270 50 50
Handhavingsteam Laak	353 77 32
HTM klantenservice	384 86 66
Huur niet te Duur, Huurteam	850 41 06
Kindertelefoon (14.00- 20.00 uur)	0800-0432

Laaktheater	393 33 48
Mantelzorg Laak	307 56 82
	of 06-30929559

Milieuklachtenlijn	353 66 66
Oase, Diaconaal werk	396 12 24
Ongediertebestrijding	311 77 75
Op. Basisschool "Spoorzoeker"	394 49 97
RK Basisschool "Jeroen"	393 94 93
Politiebureau Laak	0900-8844

Speeltuinvereniging	396 12 24
Spiedhulp (o.a. Blijf van mijn lijf)	346 95 46
Stadsdeelkantoor Laak	via 14070
StIO Laak	415 22 05
Vadercentrum	205 24 10
Vestia	088-124 24 24
Welzijn (MOOI) Laak	205 23 90
De Wissel, wijkcentrum	205 23 90
Wijkbus Laak Centraal	319 27 52
't Zandje - sporthal	396 14 51

nummers en websites staan ook op www.spoorwijk.org



WIJKCENTRUM DE WISSEL

Vrouwen Verwen Studio

2020 - 2021

I.v.m. corona maatregelen werken wij alleen op afspraak!



NEEM EEN MOMENT VOOR JE ZELF...
KOM, GENIET, ONTMOET, WEES MOOI EN ONTSPAN!

Wanneer?
(onder voorbehoud van Corona maatregelen)
Dinsdag 15 december 2020
Dinsdag 26 januari 2021
Dinsdag 23 februari 2021
Dinsdag 23 maart 2021
Tijd: 12:30 - 15:00 uur
Adres: Van Meursstraat 1A (tegenover bushalte 22/29)

Diverse Behandelingen Mogelijk

NEEM EEN MOMENT VOOR JE ZELF...
KOM, GENIET, ONTMOET, WEES MOOI EN ONTSPAN!

Haar knippen	€7,50
Haar vlechten of krullen of tangen	€5,00
Epilieren/ontharen met touw per onderdeel	€2,50
Wenkbrauwen verven	€5,00
Make-up	€5,00
Nek- en schouder massage	€5,00
Handmassage	€2,50
Nagels vijlen en lakken	€3,00
Henna Tattoo	klein €2,50 / groot €5,00
Schoonheidsspecialiste	€7,50

SMS/WHATSAPP VOOR AFSpraak: 0638287138

Vermeld je naam, datum dat je komt en voor welke behandeling je wilt reserveren. Je krijgt via SMS/whatsapp een bericht terug met een tijd waarop je wordt verwacht.

Heb je verkoudheidsklachten/ hooikoorts klachten?
Dan kun je **GEEN BEHANDELING** afnemen.

Voor meer informatie kun je contact opnemen met Noortje van der Kaaden 0638287138

Kennismaking met de Verwenstudio in wijkcentrum De Wissel

Elke laatste dinsdag van de maand is de Verwenstudio in De Wissel.

Het is ruim en schoon opgezet.

Ieders persoonlijke ruimte wordt zo goed mogelijk gerespecteerd.

Ik voelde me heel veilig.

Genieten en ontspannen is ook heel belangrijk om je weerstand en daarmee je gezondheid op peil te houden.

Het was fijn om weer onder vrouwen te zijn.

Ik kom zeker weer!

Janneke Klein Tijssink





Spelregels bewonersinitiatief vuurwerkvrije buurt

Afgelopen jaarwisseling is er voor het eerst geëxperimenteerd met het bewonersinitiatief vuurwerkvrije buurt. Bewoners konden met elkaar afspraken maken om geen vuurwerk af te steken in hun straat, rondom een pleintje, speeltuin of aangrenzend aan een park. Afgezien van het beschikbaar stellen van borden om gebieden te markeren, hebben gemeente en politie geen ondersteunende of handhavende rol. We gaan uit van de kracht van de burger zelf.

Wil jij als bewoner ook een vuurwerkvrije buurt? Maak dan afspraken met uw burens hierover.



Gemeente Den Haag



Den Haag

Organiseer samen een vuurwerkvrije buurt!



Liever geen vuurwerk
rond een pleintje,
speeltuin of stuk
groen in uw buurt?

Samen voor een vuurwerkvrije buurt

Maak met je burens afspraken over het afsteken van vuurwerk in en rondom een straat, pleintje of speeltuin of aangrenzend aan een groengebied;

Baken het gebied waarvoor de afspraken gelden goed af. Zijn er bewoners die niet mee willen doen? Houd hier dan rekening mee;

Zorg ervoor dat alle bewoners in het gebied waarvoor de afspraken gelden het eens zijn met de gemaakte afspraken. Draagvlak is van essentieel belang om het bewonersinitiatief te doen slagen;

Meld je initiatief bij de gemeente en vraag borden aan om het gebied af te bakenen. Je hebt tot 19 december de tijd om borden aan te vragen en op te halen bij het stadsdeelkantoor;

Neem eventueel contact op met je wijkagent om de gemaakte afspraken te delen;

Hang de borden uiterlijk 31 december langs de grenzen van het vuurwerkvrije gebied;

Zorg ervoor dat de borden uiterlijk 3 januari weer verwijderd zijn en zorg er met elkaar voor dat de buurt schoon is.

U kunt de borden aanvragen via de website van de gemeente Den Haag: www.denhaag.nl/jaarwisseling