



Asmat Molawizadeh
Vrijwilliger in De Pijp
3



Pijpelijntjes
Joanne Swaan
5



Huiskamer Café
Hermes
6

Van melkfabriek tot woonblok 'No use crying over spilt milk'

Het plein aan de Hercules Seghersstraat is een plek waar je waarschijnlijk snel langs fietst of loopt, tenzij je met kleine kinderen bent die er willen spelen. Toch is het de moeite waard om er even stil te staan bij de opvallende melkfles. Naast een stel wipkippen en een schommel staat die melkfles. Deze nostalgische fles met blauwe dop roept vaak sterke reacties op van voorbijgangers, meestal niet onverdeeld positief. Het kunstwerk van Tom Postma is een knipoo naar Melkfabriek Holland die hier ooit stond. Het originele kunstwerk, getiteld 'No use crying over spilt milk', bestond uit een staande en een omgevallen melkfles, waaruit melk over een plateau vloeide. Over deze creatie zegt beeldhouwer Tom Postma in 2020 tegen Het Parool: "Dit kunstwerk beschouw ik als een jeugdzonde." Tegenwoordig richt hij tentoonstellingen in en heeft hij onder andere de inrichting voor de vaste collectie van het Scheepvaartmuseum verzorgd.

Transformatie naar woonruimte in Amsterdamse Schoolstijl

Aan de zuidkant van het plein aan de Hercules Seghersstraat, aan de Eerste Jan Steenstraat 10-38, stond de melkfabriek waar het kunstwerk naar verwijst. Door de opkomst van het melkpak, de koelkast en schaalvergroting in de landbouw werd de fabriek overbodig. In 1974 sloot het gebouw de deuren en rond 1980 werd het gebouw gesloopt om plaats te maken voor 53 sociale woningen en 29 parkeerplaatsen.

De architectuur van de woningen, ont-

worpen door Robert Ouëndag, is een jarenzeventig-interpretatie van de Amsterdamse School, met de kenmerkende horizontale belijningen van de stroming uit de jaren twintig. De nieuwbouw werd in 1982 voltooid. Het huidige gebouw staat letterlijk op de kelder van de oude melkfabriek. Wat vroeger opslagruimtes waren, zijn nu parkeerplaatsen.

Strijd voor behoud en vernieuwing

De nieuwbouw kent een bijzonder verhaal dat begint met de kraak en bezetting van de melkfabriek. Hier werd zo'n beetje de kraakbeweging in De Pijp ge-



Hercules Seghersplein met de melkfles - Foto: Rob Godfried

boren. Jan Schaefer, latere PvdA-staatssecretaris voor stadsvernieuwing in het Kabinet Den Uyl, woonde in de jaren zestig in De Pijp. Hij wordt gezien als een van de meest toegewijde buurtactivisten. Hij verzette zich fel tegen massale sloop en streed voor goede huisvesting voor de laagste inkomens, daarin gestut door het verzet van de krakers in de melkfabriek.

Tijdens zijn periode als wethouder gaf hij een grote stimulans aan zijn portefeuille. Schaefer was bij de gemeenteraadsverkiezingen in Amsterdam van 1978 en 1982 lijsttrekker voor zijn partij en van 1978 tot 1986 wethouder. Als wethouder speelde Schaefer een cruciale rol in de herontwikkeling van het gebied bij de voormalige melkfabriek. Hij zorgde ervoor dat de gemeenschap haar karakter en betaalbare woningen kon behouden.

De erfenis van Schaefer

Onder Schaefer's wethouderschap werd iets gerealiseerd dat avant la lettre refereert aan de titel "No use crying over spilt milk". Jan begreep wat duurzaamheid was. Misschien was hergebruik nog niet zo onder de aandacht, maar hij wist hoe je gemeenschappen het gevoel kon geven dat ze belangrijk waren en dat ze konden blijven wonen waar ze gehecht waren door voor goede huisvesting te zorgen.

Heb je groene vingers? Laat het Van der Helstplein bloeien

Het Van der Helstplein is sinds kort een stuk vrolijker dankzij een rij plantenbakken gevuld met prachtige lentebloemen. Rode en gele tulpen, hyacinten en blauwe druifjes stralen in vrolijke kleuren en bieden een prachtig aanzicht. Deze bloemen zijn niet alleen een lust voor het oog, maar dienen ook om de aandacht af te leiden van de fietsen, geparkeerde auto's en containers die het plein eerder ontsierden.

De bloemen zijn geplant door een groepje buurtbewoners. Met dank aan subsidie en biologische lentebollen hebben ze deze metamorfose mogelijk gemaakt. Maar hun plannen reiken verder: na de lentebloei willen zij de bakken vullen met zomerbloemen en zelfs enkele herfstbloeiërs.

Hiervoor werken zij samen met het Groen Gemaal, dat planten te geef en



Bloembollen op het Van der Helstplein - Foto: Rob Godfried

te ruil aanbiedt. Echter, om hun project voort te zetten, hebben zij extra hulp nodig. Daarom hun vraag: heeft je een plant over uit eigen tuin? Of groene vingers en zin om mee te helpen de bakken onderhouden?

Kortom: heeft u interesse om bij te dragen aan dit bloeiende initiatief?

Neem dan contact op met Jacqueliën (jossewa@xs4all.nl) en Gabriëlle (g.drabbe@chello.nl).

Samen kunnen we het Van der Helstplein nog mooier maken!

Het kan zomaar Jan Schaefer zijn geweest die de speciale gelden voor het realiseren van woningen op de kelder van de melkfabriek heeft geregeld als ludieke mogelijkheid om dit nieuwe woongebouw betaalbaar te kunnen bouwen. Het is namelijk het laatste project dat gefinancierd is uit het 'Programma voor Experimentele Woningbouw' van het ministerie van Volkshuisvesting waar hij staatssecretaris van was.

Met bouwen op de kelder van de oude melkfabriek is misschien wel letterlijk het fundament voor hedendaags hergebruik gelegd. En zo zou de volgende uitspraak zomaar door hem kunnen zijn bedacht: "Met alleen gelul maak je geen duurzame toekomst en achteraf huilen is kut."

Dit verhaal is één van de verhalen van *STILL in De Pijp.

Geertina Hendriksen

*STILL in De Pijp

*STILL is kunst, gemeenschapskunst. Een moment van bezinning, lekker eten, verhalen opdiepen en aan elkaar vertellen. Betekenisvol herinneren, verrijken en verbinden. Dit is het eerste verhaal dat in brede kring gedeeld wordt. Wordt vervolgd.

Buurtbudget Cornelis Troost-Hercules Seghers. Het pleintje is onderdeel van het gebied waarvoor een buurtbudget beschikbaar is van €125.000. Een van de ingediende plannen voor de buurt vraagt om een plaquette die herinnert aan de ooit roemruchte fabriek en mogelijk herstel van het oorspronkelijke kunstwerk.

Loogman's Boekbinderij
amsterdamboekbinder.nl

Openingstijden:
Maandag t/m Vrijdag
9:00 - 17:00

Sint Willibrordusstraat 50
1073VC Amsterdam - 020-6733092
arnold@amsterdamboekbinder.nl

Check je voorstel huurverhoging!

Vragen? IWOON helpt. Goed en gratis

- Klopt de huurverhoging?
- Slecht onderhoud?
- Hoge servicekosten?

Woon informatie en advies

www.huurverhoging.nl

Ferdinand Bolstraat 107
1072 LE Amsterdam

SUGO PIZZA

vr - za 11:30 - 22:00
zo - do 11:30 - 20:30

PEGGY'S TOTAL BEAUTY

- Kapster
- Manicure
- Make-Up Artist
- Massages
- Schoonheidsspecialiste
- Pedicure

Bij u thuis ook 's avonds en weekend
Stadspaskorting m.u.v. medische pedicure

Tel: 020-6711411 - Mob: 06 12102080
www.peggystotalbeauty.nl
peggy@peggystotalbeauty.nl

'CONTROLE KWIJT?'
Alcohol, drugs, gokken, etc.

ZELFHELPGROEP BUITENVELDERT

0800 - 0200596 (gratis) / 06-18772342 www.zelfhelp.nl / info@zelfhelp.nl

UNLIMITED WEDNESDAY

Breek de week met SUGO Pizza!

Bij SUGO eet u op woensdag onbeperkt pizza voor slechts €12,50 per persoon. Kies je favoriete slices en geniet van zoveel slices als je wilt! Het enige wat je moet doen, is vooraf een plekje reserveren. Wees er snel bij; het aantal plaatsen is beperkt.

De actie loopt tot eind juni.

Bel 020 - 3638737 of reserveer via de QR-code

Vrijwilligerswerk met impact?
Word mentor!

Ruim 500 Amsterdammers zoeken een vertegenwoordiger voor hun zorgbelangen.

Maak jij het verschil?

Heb je interesse of wil je meer weten? Regelmatig bieden wij vrijblijvend een introductie cursus. Kijk op onze website of neem contact op met:

Marja: 06 110 29 463 | Iris: 06 462 83 524
mentorschapamsterdam.nl

Mentorschap Amsterdam

Leer zingen met hart, ziel en verstand
Zangles & Pauzecoör

Barbara Wessel
vocal coach

bjwes@xs4all.nl | www.movingthroughmusic.nl
020 - 673 65 76 | 06 46 29 31 93

GOUD VERKOPEN?
direct geld

Zilver & Goud
Ceintuurbaan 33

ma. t/m vr. 11:00 - 16:00
bezoek zonder afspraak
www.zilvergoudamsterdam.nl

CARTRIDGE LEEG?

Inkt Specialist WIJ HERVULLEN ALLE TYPEN EN MERKEN INKTPATRONEN

CEINTUURBAAN 151 020 - 4710410
NAAST MC MEUBELN T/O RIALTO amsterdam@inktspecialist.nl

Fairtrade kokkerellen,
zoveel leuker!

Wereldwinkel Amsterdam

Ceintuurbaan 266
www.wereldwinkel-amsterdam.nl

Al voor 35 euro in deze krant?

Mail naar
pijpkrant@wijkcentrumdepijp.nl

KOM UIT JE BUBBEL

WORD MAATJE VAN IEMAND DIE EENZAAM IS

Meld je aan als vrijwilliger op www.deregenboog.org/vrijwilligerswerk

SIETO DE VOS UITVAARTEN

06-83 63 41 28
www.sietodevosuitvaarten.nl
info@sietodevosuitvaarten.nl

kloek wonen met zorg

Kleinschalig wonen voor mensen met dementie
www.kloek.nu

Bent u op zoek naar woonruimte met zorg voor u of uw naaste of wilt u graag vrijwilligerswerk komen doen? Wij heten u van harte welkom!

voor meer informatie neem contact op via:
E: secretariaat@kloek.nu of T: 06 28 51 41 20

Kid-Oh
Generation of Inspiration

Hier draait het om het inspireren van kinderen. Elke dag verschillende thema's, workshops, voorstellingen, kinderfeestjes en vakantiecampen!

www.kid-oh.nl
Eerste Sweelinckstraat 21H

Jij, Wij, Blij.

Maak jezelf én een ander blij!
Keuze uit bijna 1000 vacatures.
Vrijwilligerswerk in Zuid of de stad.

06-37199450 | amsterdam@vca.nu | www.vca.nu

Vrijwilligers Centrale Amsterdam

Administratiekantoor Koppers V.o.F.
Cornelis Troostplein 15 2^e etage
1072 JJ Amsterdam

Voor uw aangiften belastingen, bedrijfsbelastingen en loonbelastingen

Telefoon 020 - 671 55 42
Mobiel 06 - 215 718 28

DE AMSTERDAMSE SCHOOL IN PLAN ZUID

ONTDEK DE PARELS VAN DE ARCHITECTUUR, KUNST EN VOLKSHUISVESTING IN EN OM MUSEUM DE DAGERAAD

WANDELINGEN, FIETSTOCHTEN, WORKSHOPS EN MEER

Burgemeester Tellegenstraat 128
1073 KG Amsterdam
dedageraad.nl

Volg ons op Facebook.com/museum-dedageraad

TANGO

gratis proefles

www.tangoalma.nl

DAVID ELDERS
begrafenis & crematie

rouwcentrum
t/o de nieuwe ooster
020 6252201
kruislaan 235 amsterdam
www.uitvaartcentrumelders.nl

DE PIJP IN

De Pijp Krant is een krant van de wijk

Onze rubriek "De Pijp in" staat open voor vrijwilligersgroepen en organisaties van vrijwilligers die De Pijp mooier en fijner maken en bewoners (en ondernemers) met elkaar verbinden.

Heeft u iets te melden? Gaat er iets gebeuren dat iedereen moet weten? Is er een activiteit waar iedereen heen mag? Stuur een tekst van maximaal 300 woorden met een foto of illustratie naar de redactie. Let op de deadline, die staat in het Colofon.



Plan C is een leuke inspirerende plek in het hart van de Diamantbuurt, waar veel leuk gebeurt! Alle activiteiten worden gratis gegeven door buurtbewoners of vrijwilligers die hun talenten en kennis delen. In Plan C vinden veel verschillende bewoners elkaar, van alle leeftijden en alle nationaliteiten.

Het aanbod is al net zo divers als de bewoners, we bieden elkaar zowel cultuur als natuur, sport en beweging, stilte, educatie en ontspanning. De mooie ruimte en de prachtige gezamenlijke moes- en bloementuin zorgen daarbij voor een warme sfeer.

Wil je ook jouw ervaring en talent met ons delen? Of wil je je voor onze nieuwsbrief aanmelden? Neem contact met ons!

Wij zijn op zoek naar nieuwe bestuursleden, met bij voorkeur financiële ervaring.

Belangstelling? Stuur ons een e-mail en wij nemen contact met je op.

Plan C

Smaragdplein 24, Diamantbuurt
info@plandiamantbuurt.nl
www.plandiamantbuurt.nl
 Facebook: Plan-C-Diamantbuurt

Plan C Activiteiten & Evenementen

Fotografie cursus: Loopt reeds.

Geen aanmelding meer mogelijk.

Open Atelier: Elke maandag 13.30 – 16.30 u.

Feldenkrais: Elke dinsdag van 9.00-10.00 u. vooraf aanmelden.

Tai Chi Chih: Elke dinsdag 18.30-19.30 u.

Tuin-Club: Elke woensdag 10.00-12.00 u. & elke zaterdag 10.00-13.00 u.

Samen Breien: Elke woensdag 13.00-15.00 u. (pauze! Weer vanaf 17/4)

Schilder Club voor kinderen van 6-10 jaar: Elke woensdag van 15.30-16.45 u.

Stem Avontuur: Op dit moment geen activiteit!

Muziek op schoot: Op dit moment geen activiteit!

Neurographica Tekening:

Meer info op de website.

Meditatie: Elke donderdag 18.30-19.45 u.

Opruimen van zwerfafval in de buurt:

Elke 2e zaterdag van de maand vanaf 14.00 u.

Paint & Connect- Maandelijkse workshops:

Meer info op de website.

Pannetje Soep- Samen Eten in Plan C:

Komende data volgen.

Muziek Podium: Meer info op de website.

Storytelling & Live Muziek:

Meer info op de website.

Voor update over ons programma & evenementen kijk op onze website.

Vrijwilliger in beeld



Asmat Molawizadeh
Vrijwilliger in De Pijp

Asmat in het huis van de Wijk - Foto: Rob Godfried

Veel bewoners kennen Asmat Molawizadeh als vrijwilligerscoördinator bij Voor Elkaar in Zuid. Hij gaat nu met pensioen. Maar... verder als vrijwilliger!

Als ik Asmat Molawizadeh interview naar aanleiding van zijn pensionering, treft mij onze gelijkenis: Asmat studeerde in de jaren zeventig van de vorige eeuw politicologie in Kabul, ik sociologie in Amsterdam. Hij maakt een wegwerp gebaar. Zo van: stelt niks voor, allemaal marxisme. Ik lach: dat was in Amsterdam in de jaren zeventig niet anders. Asmat was na zijn studie voorlichter bij overheidsinstanties in Afghanistan. In 1997 veroverde de Taliban de macht. Streng islamitische wetgeving werd ingevoerd. Asmat moest vluchten. En nu, in 2024, neemt Asmat afscheid van zijn betaalde baan om als vrijwilliger door te gaan.

Vanaf het begin van zijn loopbaan in Amsterdam heeft Asmat gekozen voor het vraagstuk van integratie en breder: sociale zelfredzaamheid. Zo bemiddelde hij rond 2000 voor de organisatie Connecting 2U vluchtelingen naar bepaalde bedrijven, zoals autoschade herstelbedrijven. Vanaf 2002 werkte hij voor de formulierenbrigade. We kunnen hier doorgaan met het noemen van allerlei organisaties waar Asmat sinds 2000 als maatschappelijk werker voor heeft gewerkt. Activiteiten die terugkeren zijn werk voor bewoners en in het bijzonder ouderen, zoals een PGB regelen, belastingsformulieren invullen, maar ook klussen en tuinieren. Het is in zijn loopbaan allemaal langs gekomen, veelal om vrijwilligers bij de klus te krijgen waar ze plezier aan beleven.

Jonge vrijwilligers

Wat hem frappeert bij de recente, jongste generatie vrijwilligers: het zijn allemaal jonge mensen met goede banen en soms zelfs een eigen bedrijf. Als hij hen vraagt naar hun motivatie, zeggen ze bijvoorbeeld: ik heb het goed, dus ik wil ook graag goed doen voor anderen. Een ander wilde, terwijl hij had getekend voor het verzorgen van de boodschappen, best de boodschappen uit eigen zak betalen. Maar dat kan natuurlijk niet. Waar het Asmat om gaat, is dat deze jonge mensen andere kwaliteiten inbrengen en zo'n positieve instelling hebben. Asmat is blij met die nieuwe lichte, ze geven energie. Als vrijwilliger is Asmat nu gespreksleider bij 'Dialogo in actie' en de Algemene Hulp Dienst Buitenveldert. Toch blijft De Pijp zijn dorp en Huis van de Wijk zijn tweede thuis.

Als hij de organisaties noemt waarvoor hij heeft gewerkt, duizelt mij het aantal reorganisaties, fusies en verzelfstandigingen die de sector van maatschappelijk werk hier heeft doorgemaakt sinds 2000.

Opleiding voor zijn droombaan

Asmat heeft in Amsterdam een opleiding kunnen volgen voor maatschappelijke dienstverlening; sinds 2003 werkt hij betaald in de sector. In het AZC (Asielzoekerscentrum) zag hij dat Nederland een sociaal land was. Daarin wilde hij graag maatschappelijk werk doen in het belang van de bevolking - om het "politiek correct" te zeggen. Dat Asmat op deze manier over zijn werk kan praten, geeft wel aan dat hier een doortastende, gevoelige man aan het woord is met een hogere opleiding. Politiek correct, waar heeft hij dat opgepikt? Hij weet hoe de hazen lopen.

PERSBERICHT

OBA CC Amstel: Een Bibliotheek met Interessante Buurtactiviteiten

Kom op maandag 1 juli Keti Koti vieren bij OBA CC Amstel

Op deze dag serveert OBA de traditionele Heri Heri maaltijd. Daarbij staan we stil bij de impact van de slavernij op onze geschiedenis en hedendaagse samenleving. Er is muziek en je kunt met elkaar in gesprek gaan. Deze activiteit wordt gehouden op het Dora Tamanaplein, vernoemd naar een Zuid-Afrikaanse anti-apartheidsactiviste. Tijdens de avond kom je meer te weten over wie Dora Tamana was.

Meedoen? Meld je aan via ccamstel@oba.nl

De activiteit is gratis en duurt van 18:00 tot 21:00 uur. Het Dora Tamanaplein ligt achter het Asschergebouw.

Cullinanplein 1, 1074 JN Amsterdam
ccamstel@oba.nl - 020 - 523 0900

Voor de volledige agenda, kijk op oba.nl/agenda.



Keti Koti in het Oosterpark - Foto: Rob Godfried

Nieuws van !WOON

Servicekosten

Veel huurders betalen bovenop de kale huurprijs een bedrag aan 'servicekosten'.

Het kan gaan om de kosten van de nutsvoorzieningen, maar ook om een vergoeding voor de diensten van een huismeester, het onderhoud van de tuin, glasbewassing, enzovoorts. In de wet is bepaald dat de verhuurder ieder jaar vóór 1 juli een afrekening moet verstrekken van de werkelijke servicekosten over het vorige kalenderjaar. Ontvangt u deze niet op tijd, dan moet u de verhuurder hierom vragen. Als de verhuurder niet binnen drie weken reageert, kunt u de huurcommissie verzoeken om de servicekosten op een redelijk bedrag vast te stellen.

Alleen redelijke kosten

In de wet is geregeld dat de huurder alleen redelijke kosten hoeft te betalen voor diensten die daadwerkelijk zijn overeengekomen en zijn geleverd. Als bij de huurcommissie blijkt dat de diensten niet zijn geleverd of tegen te hoge kosten dan zal de verhuurder een bedrag terug moeten betalen. U kunt de huurcommissie alleen inschakelen als u huurt in de sociale sector. Maar de wet wordt waarschijnlijk binnenkort veranderd: geschillen over servicekosten kunnen dan ook door huurders van vrije sector woningen aan de huurcommissie worden voorgelegd. We weten nog niet wanneer deze nieuwe wet ingaat.

Zogenaamde 'all-in huren', waarbij de huurder één totaalbedrag betaalt voor de huur en bijkomende leveringen en diensten, zijn niet toegestaan. Als de huurder een all-in huur betaalt en daarmee naar de huurcommissie stapt, zal de huurcommissie de verhuurder een sanctie opleggen. De huurprijs van de woonruimte wordt dan vastgesteld op 55% van de all-in huur



Contact met !WOON

Voor alle vragen over huren en wonen kunt u elke dinsdagochtend van 9.30-11.00 uur en donderdagavond van 19.30-21.00 uur terecht op ons inlooppreekuur in het Huis van de Wijk De Pijp, 2e vd Helststraat 66.

U kunt ons ook bellen of mailen op
(020) 5230 160
zuid@wooninfo.nl
wooninfo.nl

Voor hulp bij alle boven genoemde kwesties kunt u ook bij !WOON terecht.

!WOON geeft gratis cursussen en webinars voor VvE's, bewoners en bewonersgroepen. U kunt ons aanbod bekijken op wooninfo.nl/agenda.

en de servicekosten op 25% van de all-huur. De huurder gaat dan dus minder betalen en de verhuurder zal vanaf dat moment de servicekosten jaarlijks moeten afrekenen.

Op tijd aanvragen

Een verzoek om de servicekosten vast te stellen moet wel op tijd worden aangevraagd. De wet bepaalt dat de huurder binnen twee jaar nadat de afrekeningtermijn van de verhuurder verstrijkt een verzoek in moet dienen bij de huurcommissie. Over het kalenderjaar 2021 had de verhuurder dus uiterlijk op 30 juni 2022 moeten afrekenen. De huurder kan dan over dat jaar tot uiterlijk 30 juni 2024 de huurcommissie inschakelen.

Guido Zijlstra

ADVERTENTIE



Beweegbingo voor senioren!

Wilt u oefeningen leren die het risico op vallen verminderen en uw kracht, balans en flexibiliteit verbeteren?

Kom dan op vrijdag 28 juni 2024 naar het Healthy Diamond Festival op het Smaragdplein in de Pijp (Amsterdam Zuid).

GGD Amsterdam organiseert tijdens het festival een Beweegbingo voor senioren.

Naast de Beweegbingo is er nog veel meer te doen o.a. op het gebied van ontmoeting, sport, (mentale) gezondheid, voeding, slaap en wandelen. Bij de Informatiekraam van 'Laatjenietvallen' kunt u terecht met vragen over alles wat te maken heeft met het voorkomen van een val in- en rondom het huis.

Van 14:00-18:00 bent u van harte welkom!

De Beweegbingo is tussen 14.15-14.45

Het belooft vooral een hele leuke en gezellige middag te worden. Toegang is geheel gratis.

Neem alvast eens een kijkje op: www.laatjenietvallen.nl

Word jij de nieuwe coördinator van De Pijp Krant?

Stuur je reactie naar:

pijpkrant@wijkcentrumdepijp.nl

Families op de Albert Cuyp

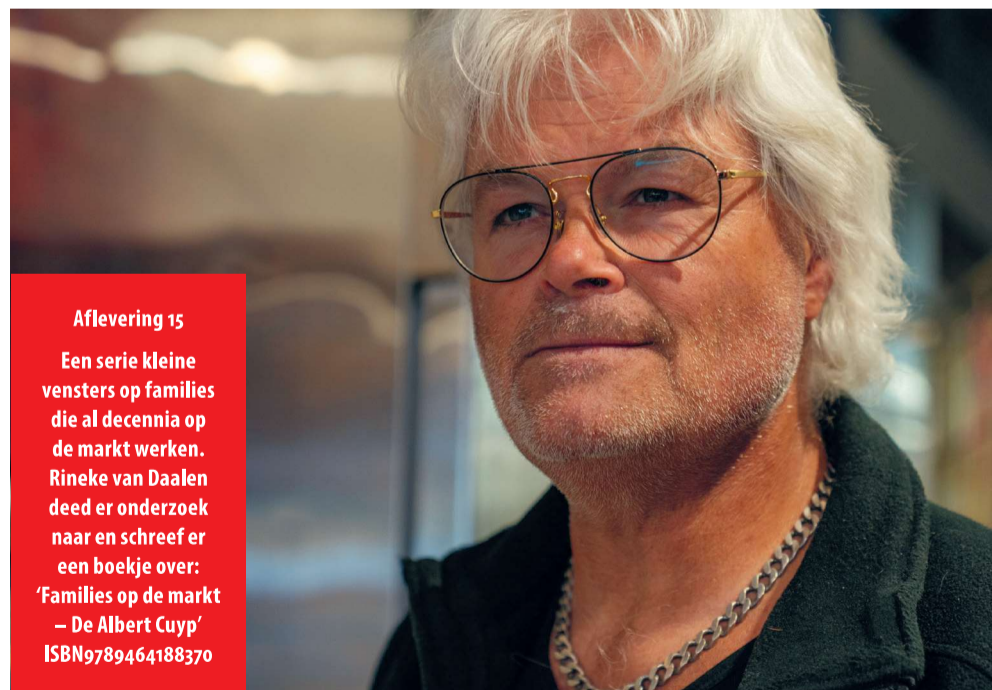
De familie Van Dijk

Een ondernemer in noten en chocola

Markten waar dan ook hebben iets romantisch. Ze horen bij een wereld die grotendeels is verdwenen, iets om nostalgisch van te worden. Veel markthandel wordt bedreven door families. Zo ook op de Albert Cuyp.

Ron van Dijk is een echte ondernemer en van jongs af aan verbonden met de Albert Cuyp. Hij woonde tot zijn vijfde in de Gerard Doustraat, nu in de Watergraafsmeer. Tot zijn 45e werkte hij een deel van de week in het bedrijf van zijn vader, die op de Albert Cuyp karren verhuurde en opzette. Vanaf 1975 werkte Ron bij Rinus Meijer die alleen sinaasappelen verkocht. Een soort handel die niet meer bestaat, net zomin als de aardappelhandel.

Via een kennis met een groothandel in fruit, kwam Ron in de noten terecht. Eerst verpakte hij noten in netjes. Maar Ron is te zeer ondernemer om het bij noten te laten. Toen de cacao prijs de handel in chocolade lucratief maakte leerde Ron zichzelf chocolade maken. Door schade en schande werd hij wijs. Zo wilde hij bonbons met roomboter en slagroom maken. Lekkerder is er toch niet? Maar hij vergat



Ron van Dijk - Foto: Rob Godfried

dat de bonbons soms te lang op een koper lagen te wachten. Ze waren geen geschikt artikel voor de markt. Zijn conclusie: "Je moet op de markt geen winkeltje spelen". Inmiddels heeft Ron vijf stallen. Twee met noten en drie met chocola, waaronder een door Ron zelf uitgevonden erotische afdeling. De winkel erachter fungeert als opslag, en om chocola te maken. Ron werkt samen met zijn familie, met

zijn vrouw Ilona en hun zoon en dochter. Ze worden geassisteerd door Irene. Hoe het met zijn zaken gaat? "Nederland bestaat niet meer", zegt Ron. Hij heeft gemerkt dat iedere nationaliteit een eigen chocolaatje lekker vindt. De familie Van Dijk past hun assortiment bij al die smaken aan.

Rineke van Daalen

Colofon

De Pijp Krant wordt mogelijk gemaakt door Stichting Wijkcentrum De Pijp, met een onafhankelijke redactie die bestaat uit vrijwilligers. Het is een echte krant die je kunt vasthouden en doorbladeren. Met, voor en van bewoners en kleine ondernemers in De Pijp. Met rubrieken en foto's. Hij wordt bezorgd in alle brievenbussen zonder 'nee-nee', met een oplage van 16.000. Uit liefde voor De Pijp gemaakt. Opmaker en bezorgers krijgen een kleine vergoeding. De drukker moet worden betaald.

Wil je reageren op een artikel, een idee voor een artikel leveren of zelf iets schrijven? Mail ons: pijpkrant@wijkcentrumdepijp.nl

Deadline voor komende editie: 19 juli 2024
Verschijningsdatum: 19 augustus 2024

Redactie: Evelien Mellink, Liz Bosman, Marianne Grunell, Rafne ten Oever, Rob Godfried (eindred.)

Bijdrage: Aline Bleeker (eindred.), Etty Elbaz (Plan C), Geertina Henderiksen, Jos van Hest, José Henkelman, Marnet Schoemaker, Rineke van Daalen, Romy Pricken, Saskia Reitsma, Guido Zijlstra

Coördinatie: Rob Godfried, Sylvia Gunther

Fotografie: Rob Godfried

Vormgeving & Dtp: Nancy Geissler

Druk: Rodi Rotatiedruk, Diemen

Advertenties: al voor € 35,-

Meer info: pijpkrant@wijkcentrumdepijp.nl

PIJPELIJNTJES

In deze rubriek portretteren we markante Pijpbewoners en ondernemers. Buurtgenoten met boeiende levens, mooie verhalen en memorabele anekdotes.

Deze aflevering: **Joanne Swaan**

“Kunst is niet per definitie elitair”

Geen gesprek thuis dit keer. Joanne Swaan wil “nog een beetje” privacy houden. Want ze is ongetwijfeld een bekende persoon in onze Pijp. Dat blijkt al meteen als we net zitten te praten in de serre van Het Amstelhuis. Een andere actieve Pijpbewoner stapt op ons af, begroet ons beiden hartelijk en vertelt over wat weer een andere actieve bewoner hem gevraagd heeft. Tussen Joanne en de bezoeker ontstaat een gesprek dat eindigt in een afspraak om elkaar ergens mee te helpen. In het klein doet zich voor waar Joanne zo graag voor staat: elkaar kennen en iets voor elkaar betekenen.

Joanne wil wel iets vertellen over het complex waarin ze woont.

Ze is er, samen met één buurvrouw de laatste bewoner met minstens tientallen jaren geschiedenis in De Pijp. Zij hebben zich er gewoon niet uit laten jagen. Verder wonen er alleen jonge mensen in verkamerde appartementen, studenten en expats. Heel gezellig maar overlast vraagt soms wel om een stevig gesprek. En de doorstroming is groot: in de loop der jaren zijn er steeds weer andere mensen in het monumentale complex van De Coöperatie komen wonen (zie De Pijp Krant van december 2023). Joanne woont in het gedeelte waar zich oorspronkelijk de gevelsteen van ‘D’ Swaenen Burcht’ bevond – die is na de renovatie op een andere plek aan de Tolstraat geplaatst. Enfin, eigenlijk háár burcht dus. En die van poes Ginger voor wie een speciaal luikje en een ophaal-ladder naar de tuin is gemaakt. Dan kan die lekker naar buiten, met een belletje om om de vogels te waarschuwen.



Joanne Swaan tijdens een repetitie - Foto: Rob Godfried

Expressie-verleggen

Zo’n jaar of dertien geleden gooide Joanne het roer om. Ze speelde een rol in de musical ‘Ciske de Rat’, een verhaal over een verwaarloosd kind. Ze merkte hoe leden van de cast door de producent van die voorstelling hun eigen kinderen verwaarloosden. Van die hypocrisie kreeg Joanne de buik vol. Verontwaardiging over de bezuinigingen op cultuur gaf een andere energie: om kunstenaars uit de buurt te vragen workshops aan bewoners te geven en met hen een expositie of voorstelling te maken. Dit community-arts-festival ging ‘BioBeton*Bloeit’ heten. Over hoe iets moois kan opbloeien

in het beton van de stad door middel van kunstbeoefening.

Joanne: “Ik belde gewoon aan bij burens en vertelde dat ik theatermaakster was en dat ik een voorstelling wilde maken met de buurt en vroeg: Wilt u meedoen? Nou, een heleboel mensen wilden dat wel. Oud-bewoners. Dat zou nu niet meer kunnen. De meeste jongeren hebben het veel te druk en verbinden zich niet aan zo’n voorstelling. En ik heb gemerkt dat veel jongeren tegenwoordig ‘expressie-verleggen’ zijn. Zo’n vraag om mee te doen zou een hoop bleue antwoorden opleveren. Ik heb het gemerkt toen ik stemmen

van jongeren zocht voor de voorstelling ‘Vrijen voor Vrede’”.

Hangouderen

Diverse voorstellingen maakte Joanne met buurtbewoners en steeds weer ging het daarbij om verbinding van bewoners met elkaar tijdens het samen theater maken en om het uitwerken van thema’s die ons allemaal raken. Eenzaamheid, ouder worden, verspilling en verspilling, migratie.

Een voorbeeld van verbinding komt uit een van de eerste voorstellingen die Joanne maakte met buurtbewoners: ‘Hangouderen.’ Gemaakt met een cultureel zo divers gezelschap dat niet eens iedereen Nederlands sprak. Maar toch tekst kreeg, hoe kort ook. Tussen deelnemers ontstond een band. Een oude pianolerares ging een Turkse gescheiden vrouw Nederlands leren. Toen de pianolerares overleed en in de groep de vraag opkwam wie op de herdenkingsbijeenkomst spreken zou stond de Turkse vrouw op en sprak in het Nederlands de woorden die iedereen voelde. De tranen wellen op in Joannes ogen als ze dit vertelt. Deze gebeurtenis raakt haar nog steeds.

Van toeschouwer naar doeschouwer
Vorig jaar kreeg Joanne de gelegenheid om een serie openbare gesprekken te voeren met kunstenaars uit De Pijp. Ze noemde het ‘De Zoete Inval’: je kon komen zonder reservering. Als deelnemer kreeg je kunstzinnige invallen, werd van ‘toeschouwer’ ‘doeschouwer’ en kreeg nog een drankje toe! Elke kunstenaar

nam aan het eind van het gesprek het publiek mee in zijn of haar eigen manier van werken. Joanne: “Ook al had je niks met die kunstvorm, door mee te doen word je enthousiast. En dat is nu net wat ik wil, mensen via kunst met elkaar verbinden.”

Nu werkt Joanne met een groep aan de voorstelling ‘Ceci n’est pas De Pipe’, oftewel: dit is De Pijp niet (meer), naar de realistische tekening met tekst van de Belgische surrealistische kunstenaar René Magritte. Hij schilderde een pijp en zette er de tekst bij ‘Ceci n’est pas une pipe’ (dit is geen pijp). Het is immers maar een tekening van een pijp. Net zoals De Pijp nog maar schim is van wat het ooit was: een volks(e)wijk.

Kloof tussen arm en rijk

Joanne: “Ik wil met forumtheater, daarover ben ik erg enthousiast, mensen in beweging krijgen, meer verdieping brengen in de voorstellingen. Mensen vasthouden in een gesprek over waar het echt om gaat in onze wijk: mantelzorg, dakloosheid. Het gesprek erover is zo belangrijk. We wonen, lijkt wel, op een elite-eiland. Maar de grootste kloof tussen arm en rijk in Nederland vind je zo’n beetje hier. We moeten echt het systeem veranderen. Daar wil ik aan bijdragen door voorstellingen te maken die voor iedereen toegankelijk zijn. Letterlijk en figuurlijk toegankelijk. Kunst is niet per definitie elitair.”

Rob Godfried

Zaterdag 29 juni 2024

Bordspellenmiddag in

De Fabriek Volkskamer (van Ostadestraat 233)

In het kader van ons 10-jarig bestaan nodigt Stadsdorp De Pijp haar leden en andere geïnteresseerde Pijpbewoners uit voor een bordspellenmiddag op zaterdagmiddag 29 juni van 14.00 tot 16.30 uur. Deze middag wordt georganiseerd i.s.m. Amsterdam Dice. We sluiten de middag af met een borrel en een warme broodjes buffet. **Toegang gratis. Koffie, thee en andere drankjes kosten € 1,-**

In verband met een beperkt aantal plaatsen is het nodig je aan te melden.

Dit kan vanaf 14 juni op: stadsdorplustrum@gmail.com

Meer informatie staat op onze website: www.stadsdorpedijp.com



Pijpelijntjes is de titel van de roman van Jacob Israël de Haan, die zich afspeelt in De Pijp begin vorige eeuw. Het boek bracht de auteur in grote problemen, omdat het onverbloemd over een homoseksuele relatie gaat. De rubriek ‘Pijpelijntjes’ eert deze dappere vroegere Pijpbewoner met verhalen van en over even bijzondere Pijpbewoners nu.



Luister met Christina

In de rubriek 'Luister met...' interviewt Soundtrackcity bewoners uit De Pijp over de betekenis van geluid in hun leven. Welke geluiden horen ze en welke geluiden vinden ze passen in hun woonomgeving?

Drie tot vijf keer per week lopen we met onze hondjes van ons huis vlakbij de Lidl naar het Sarphatipark om te tafeltennissen. We zijn er een paar jaar geleden mee begonnen toen mijn vriend met pensioen ging. Op de heenweg hoor je vaak alleen maar verkeersgeluid. Op de terugweg hoor je ook mensen die onderweg zijn of met iets bezig zijn. Eergisteren bijvoorbeeld, toen het zo'n mooi weer was, hoorde ik ineens 'bububu'. Dat lijkt wel een Harley Davidson dacht ik meteen. Dat geluid bracht

me jaren terug toen ik veertien was en een crush had op een jongen met een Harley. Dat is zo leuk aan geluiden, dat ze herinneringen naar boven brengen. Meestal dingen waar je tijdens niet aan hebt gedacht.

Als we 's ochtends in het park komen is het vaak heel rustig. Je hoort dan veel vogels. Ook de vogels die verderop zitten in het park. Dan lijkt het park heel groot. Naarmate er meer mensen komen, hoor je alleen nog de geluiden direct om je heen en lijkt het net of de plek waar je bent steeds kleiner wordt. Het getik van het tafeltennissen hoor je trouwens na een tijd niet meer als je helemaal in het spel zit. Het valt wel op als het getik opeens stopt.

Soms komen er in één keer heel veel honden naar het hondenveld naast de ping-pongtafels. Dan is het ineens heel druk en



Hondse supporters - Foto: Rob Godfried

is er een hoop geblaf. Er zijn veel verschillende soorten blaffen. Sommige honden komen het park binnen en blaffen even heel kort. Dan willen ze even laten weten dat ze er ook zijn. Sommigen blaffen heel

erg zodat iedereen ze ook echt opmerkt.

Soms als we van het park naar huis lopen vliegt er een kraai achter ons aan en dan hoor je 'tak' op een auto naast je. Dan is

Bij Soundtrackcity luisteren geluidskunstenaars, buurtbewoners en architecten samen naar de stad. We onderzoeken hoe je een beter klinkende stad voor elkaar krijgt en hoe dat bijdraagt aan het persoonlijk welbevinden van stadsbewoners. Ook meedoen? Stuur een mailtje naar info@soundtrackcity.nl met 'ik doe mee' in het onderwerp!

daar die kraai geland want dan wil die een brokje. Dat doet hij net zo lang tot hij mijn aandacht heeft en een brokje krijgt. Dat vind ik heel leuk!

Romy Pricken

Huiskamer Café Hermes

Café Hermes, een bruine kroeg als in een bierreclame, Ceintuurbaan 55, opende ruim 117 jaar geleden voor het eerst haar deuren. In meer dan een eeuw, zijn daar ontelbaar veel vriendschappen gesmeed, relaties ten onder gegaan, verjaardagen gevierd en opruiers gesust, onder het genot van klotsende vaasjes, fluitjes, kopstootjes, flugels en chardo's. Het is zo'n zaak waar je tosti en broodje bal uit de magnetron komt, waar karaoke en Ajax elkaar afwisselen en waar de historie over je heen rolt direct bij binnenkomst.

Tegelwijsheden

De houten muren van het schaars verlichte café zijn tot de nok toe behangen met allerhande rekwisieten, verzameld gedurende de vele decennia. Boven de bar tref je tegelwijsheden als 'Problemen mogen hier wel worden verteld, maar mogen hier niet worden gemaakt' en rondom de deur hangt het vol met nummerborden. Achter in de zaak tref je de biljarttafel,

die zich ook uitstekend leent als onderstel in geval van sjoelen, levensgroot Jenga en andere Hollandse spellen. Direct boven de biljarttafel hangen zo'n veertig officiële Ajax-sjaaltjes ter herinnering aan verscheidene interland- en bekerwedstrijden. Wedstrijden van Ajax worden dan ook vertoond op groot scherm in deze kroeg. Rechtsachter in de zaak tref je een hoek met een wirwar aan foto's en krantenstukken gewijd aan vaste gast Douwe Bob, zijn deelname aan het songfestival in 2016, en de Roelvinkjes.

Ouwehoeren

Café Hermes dient al sinds jaar en dag als huiskamer van de buurt. Buurtgenoten komen af en aan voor een borrel en wat slap gelul onder elkaar. Buurman Piet tref je er dagelijks om daar, afhankelijk van zijn bui, zijn favoriete nummers van Duffy of Pink Floyd te laten draaien. "Ouwehoeren aan de bar is therapeutisch", geeft Piet aan, "kijk naar mij, ik ga elke dag de pijp uit, maar ik ben er nog steeds". "Het klopt hoor wat Piet zegt", valt stamgast



Jengapech - Foto: Rob Godfried

Marsha hem bij, "ik woon hier nu een half jaar in de buurt en ik ga hier nooit meer weg. Ik kom hier echt voor de mensen". "Het gedrag dat mensen vertonen in een bar heeft ervoor gezorgd dat ik me ging

verdiepen in psychologie", vervolgt Piet, "je moet erover praten, dan ebt het vanzelf weg". Het warme gevoel wordt versterkt door de glurende oogjes van Sam, een schichtige doch lieve huiskat, die

op een bartafel ligt te knorren. Achterin de kroeg begint het verjaardagsfeestje flink te lopen.

Rafne ten Oever

Column

Broodje Balans

Onlangs is een nieuwe weekendroutine ontstaan. Het begint zwetend en het eindigt kwijlend. Het idee is om eerst mezelf helemaal binnenstebuiten te sporten en vervolgens uitgebreid te trakteren op iets goddelijks te vreten. Nu kun je denken: hoezo zo extreem? Hoezo niet gewoon een wandeling langs de Amstel en erna een broodje kaas? Of een fietstochtje naar Ouderkerk, gevolgd door een bak muesli? Misschien een rondje Vondel met een banaan? Wel mensen, welkom in mijn brein, welkom bij mijn nieuwste verslaving.

Als een kettingroker die tijdens het roken van

de ene peuk al hunkert naar de volgende, ben ik verslaafd aan sporten. De explosie van endorfinen, adrenaline en dopamine die vrijkomt wanneer ik zeiknat van het zweet met een been in de lucht, gewichten boven mijn hoofd balanceer, al wankelend met een hand boven op een fitnessbal, is ongeëvenaard. Hoewel mijn sportlessen doorgaans een uur zijn van pure ziel-uitknijping, voel ik me naderhand zo licht als een veertje.

Het allermooist is dan dat ik, ontdaan van alle toxines uit mijn loonslavende-geraamte, ontdaan van dolende piekergedachten, schoongewassen fris, 'gecontrol-alt-delete', begin aan een totaal nieuw hoofdstuk van de week: zaterdagmiddag. En hoe

beter om die te starten dan met de beloning van puur eten. Nu zijn er tal van plekken waar je je uitstekend kunt laten gaan, maar een betrouwbaarder plek dan Tjin's op de Van Wou weet ik niet te bedenken.

Tjin's kaart is simpel, uitgebreid en stelt nooit teleur. Afhankelijk van je stemming, ga je voor pom, bakkeljauw, bokking of tempeh. Heb je de avond ervoor gedronken, dan ga je voor extra en kies je een bara. Alle broodjes komen zonder opsmuk, met huisgemaakte peper en druipen van de jarenlange ervaring. Elke hap herstelt. Elke hap vraagt om een volgende. Dit mensen, dit noem ik balans. Pas op, het is verslavend.



KUunst & CUltuur in De Pijp

POËZIE
IN
DE PIJP

UIT IN DE PIJP

CC AMSTEL

CC Amstel is een theater en cultureel clubhuis in De Pijp.

Deze zomer bij CC Amstel: CC BOP! = CC Amstel Buiten Op het Plein. Zes voorstellingen op de twee pleinen waar CC Amstel aan ligt, middenin De Pijp. Helemaal gratis en je kunt zelfs niet reserveren. Maar we weten zeker dat er genoeg ruimte is voor iedereen. Om mee te doen mag je een bedrag doneren of een citroen kopen (waarvoor je in ruil versgeperste citroenlimonade krijgt!) Verwacht circus, tapdans, acrobatiek en theater, voor jong en oud.

Tickets en info via ccamstel.nl

Cullinaplein 1, 1074 JN Amsterdam

020 52 30 974 info@ccamstel.nl

Voor de volledige agenda kijk op: ccamstel.nl

CINETOL

Cinetol is een poppodium en culturele broedplaats aan de Tolstraat.

Het begin van de zomer is een mix van verschillende sounds bij Cinetol. Op 20 juni staat de band Me and My friends op het podium met soulvolle grooves. 22 juni is het rock 'n roll in de Tolstraat met de band The Tumbles. Het duo NIET MIKA staat 29 juni op het podium, dit belooft een avond vol met funk, punk en jazz te worden.

Tolstraat 182, 1074 VM Amsterdam

020 24 80 186 info@cinetol.nl

Voor de volledige agenda kijk op: cinetol.nl

RIALTO

Bresson – un hommage

Vanaf juni vertoont Rialto de hele zomer door de klassiekerreeks "Bresson – un hommage", een eerbetoon aan de invloedrijke Franse regisseur Robert Bresson (1901 – 1999). Bresson staat bekend om zijn sobere stijl en krachtige expressie. Juist het minimale gebruik van beelden en geluid nodigt uit verder te kijken dan wat aan de oppervlakte zichtbaar is; achter het alledaagse gaat een diepere betekenis schuil. Om dat te illustreren vertoont Rialto deze zomer zeven van zijn films.

Ga naar rialtofilm.nl voor meer info & tickets.

Ceintuurbaan 338, 1072 GN Amsterdam

020 67 68 700 info@rialtofilm.nl

Voor de volledige agenda kijk op: rialtofilm.nl

TEMPEL

In de Appel, sinds maart dit jaar gevestigd in broedplaats Tempel in de Diamantbuurt, opent op 27 juni een nieuwe tentoonstelling met video-installaties en publieksprogramma's van de Palestijnse kunstenaar en filmmaker Basma Alsharif. Haar kunstwerken gaan over menselijke relaties met land, verbondenheid en ballingschap, thema's die passen binnen de huidige focus van de Appel. Gedurende de tentoonstelling vinden er verschillende gesprekken, workshops en symposia plaats.

Bezoek deappel.nl voor meer informatie en openingstijden.

Tolstraat 160, 1074VM Amsterdam

020 625 5651 info@deappel.nl

Voor de volledige agenda kijk op: deappel.nl

De rolluiken van De Pijp

In maart 2016 hebben we het rolluik met de druiven gerealiseerd. Het kleurrijke schilderij was een cadeau van de Griekse kunstenaar Alkistis Kelessidi. Ze gaf schilderles bij onze organisatie Vivari Sculpture in Griekenland. Samen met mijn toenmalige partner organiseerde ik tien jaar lang geheel verzorgde creatieve vakanties, direct aan zee. Een schitterende tijd! Beeldhouwen in marmer, schilderen en mozaïeken met marmer. We hebben het dertig jaar geleden opgezet. Van droom naar werkelijkheid. Mijn ex partner en compagnon runt het bedrijf nog steeds. Nu onder de naam Griekenland aan zee. Vooral het polijs-ten in zee en het beeldhouwen tussen de druivenranken was wonderschoon. Ik heb er goede herinneringen aan en feliciteer Nick van den Berg met het dertig jarige bestaan.

Achter dit rolluik was de Gall & Gallerie. Waar lokale kunstenaars konden exposeren in de ramen van de winkel. Ik heb jaren met veel plezier in deze bijzondere buurtslijterij gewerkt. Bij de drukbezochte feestelijke openingen van de exposities gingen de rolluiken ietwat piepend omhoog. Onze huisband Stelder & De Noord speelde en Ruben van de Gall sponsorde de hapjes en drankjes. Onder andere dit rolluik heb ik weten te realiseren door middel van een geslaagde

crowdfunding actie bij voorjebuurt.nl. Net als onze andere drie kunstrolluiken op deze hoek is dit rolluik bij de verbouwing van het pand helaas verwijderd. Zo ook de glas in lood ramen, trouwens... Die waren ook wel in zeer slechte staat.

Update: hoe zit het nou met het rolluik van de burgemeester? Samen met de makelaar ben ik bezig om het beeld terug te krijgen in de straat. Het rolluik is te gammel om terug te plaatsen. Ergens in juni worden nieuwe ramen geplaatst. We gaan de prent van Joep Bertrams op het linker raam aanbrengen. Het komt dus terug! Heel fijn. Wordt vervolgd.

Tekst en Foto: Marnet Schoemaker

[instagram.com/derolluikenvandepijp](https://www.instagram.com/derolluikenvandepijp)

[facebook.com/derolluikenvandepijp](https://www.facebook.com/derolluikenvandepijp)

Aflevering 11

Rolluiken verfraaien met foto's van kunst. Marnet zorgt met haar project voor een vrolijk straatbeeld in haar geliefde Pijp. Ze heeft inmiddels vijftien rolluiken verfraaid.

Materiaal:
uv- en weerbestendige foto-folie.

Jos van Hest dicht

Rob Godfried schiet



Ratten zijn rotten

Vies en smerig vinden we ze
pies en keutels ziekteverspreiders

Ze wonen in riolen steken hun kop op
(goor getver) uit de wc-pot

Opruimers van eten weggegooid op straat
door een andere diersoort

Ze zijn heel slim en aardig voor elkaar
(wetenschappelijk onderzocht)

Wat dat betreft kunnen mensen
jaloers zijn op ratten zijn rotten

Grapes from Greece. Hoek Eerste Jan Steenstraat - Eerste van der Helststraat.



Wees welkom op vrijdag 28 juni op het Smaragdplein!

Op vrijdag 28 juni is het jaarlijkse Healthy Diamond Festival op het Smaragdplein. Op het programma staan tal van workshops en is er veel gezelligheid en informatie over activiteiten in De Pijp. De workshops zijn binnen en buiten; in de Edelsteen, vanuit Plan C, op het plein en in de tuin van de Edelsteen. De middag start om 14.00 uur en in onderstaand overzicht lees je is wat er zoal te doen is. Er zijn activiteiten voor kleine en grote Amsterdammers! Kom langs en laat je verrassen!

Voor Jeugd

Voor de allerjongste buurtbewoners en hun ouders: kom klimmen, klauteren en kennismaken met Apie van Monkey Moves. Kom je ook gezellig samen bewegen? Doe mee! Voor kinderen en jongeren valt er deze middag ook veel te beleven, zoals basketbal, voetbal en trefbal.

Voor Volwassenen

Sport in het Beatrixpark, sport voor vrouwen, stoelmassage, een workshop over slaap en mentale gezondheid, een fit-test en nog heel veel meer.

Voor senioren

Braintraining, Meer Bewegen voor Ouderen (MBVO), Dance Connects en een Bewegbingo met daarbij informatie over valpreventie (zie het artikel elders in deze Pijpkrant).

Ontspannen is goed voor je gezondheid!

Iets doen waar je plezier in hebt is goed voor je gezondheid. Kom luisteren naar een koor, speel een potje schaak en wees creatief met de Buurt-Inloop en de Pimp-it up club. Of maak een praatje op het terras.

Kortom: noteer vrijdag 28 juni in je agenda. We zien je graag op het Smaragdplein!

doe mee met de loterij en maak kans op mooie prijzen

HEALTHY DIAMOND FESTIVAL 2024

welkom مرحبا hos geldiniz አንቋዕ ብደጋን መጻእኩም welcome ласкаво просимо

alle leeftijden

gratis

VRIJDAG
28
JUNI

VAN 14.00
TOT
18.00 UUR

DE EDELSTEEN

SMARAGDPLEIN 3 - 5

GENIET VAN EEN GEZONDE EN GEZELLIGE MIDDAG MET ONDER ANDERE:

Workshops

Sport & muziek

Gezonde snacks

Opvoed-tips

Ontspanning

INFORMATIE:
WHATSAPP 06.13063307

Combiwel
buurtwerk

Het Healthy Diamond Festival wordt georganiseerd door Combiwel Buurtwerk in samenwerking met de partners uit de wijk.

Wat is er allemaal op het festival?

Volwassenen

- Bewegbingo
- Vrouwensport
- Senioren gym
- Workshop: mentale gezondheid
- Wandelclub
- Workshop Slaap
- Koor Zingen in Zuid
- Workshop Ontspannen
- Braintraining
- Dance Connects
- Natuurbeleving

Jeugd

- 3x3 Basketbal
- Voetbal
- Trefbal
- Dansen
- Monkey moves
- Schminken van de Feesttantes

- Gezonde broodjes maken
- Kahoot quiz

Verder aanwezig

- Workshops van Plan C
- Flying Squad
- Stichting Sina
- Heen en Weer
- Voor elkaar in Zuid
- Terras
- Pimp it up Club
- Fit-test
- Huiskamers
- Photobooth
- Stoelmassage
- Gratis soep