

nr. 28 - april 2022

Wijkkrant van de Leidse wijken
Roomburg en Meerburg

DE ROME KRANT

Buurtcamping Matilo
8 tot 10 juli 2022

Van 't gas af

Hoeve Cronesteijn



SPAR

Spar Zeldenrust
IJsselkade 45-46
2314 VM Leiden
071 589 08 98
zeldenrust@despar.info
www.sparzeldenrust.nl



Openingstijden:
ma. t/m zat. van 08.00 - 21.00 uur
zondag van 09.00 - 19.00 uur



Maasstraat 31
2314 TT Leiden
071 7508132

Di/vrij 08.30 - 18.00
Za 08.30 - 17.00



www.vanrossumtweewielers.nl

SLAGERIJ HENCO



**DE LEKKERSTE PAARDENWORST
EN HEERLIJK MALSE BIEFSTUK**

IJSSELKADE 44 - 071 54 18 787

**HAARSTUDIO
YOLANDA**



IJsselkade 42
2314 VM Leiden
071 541 45 76



inhoud

- [3 Inhoud/Colofon](#)
- [4 Voorwoord](#)

Rubrieken

- [7 Genoeg](#)
- [8 Favoriete plek in de wijk](#)
- [11 Energiek](#)
- [36 Kinderpagina](#)

Gezondheid

- [28 Onderzoek Fysiotherapeut Pepijn Mattie](#)
- [29 Praktijkassistente Françoise v.d. Meel](#)

Ingezonden berichten

- [13 Afval opruimen](#)
- [21 Opsporing verzocht](#)
- [37 Scouting op pad voor goede doelen](#)
- [43 De Arcade: school en opvang in één](#)
- [45 Ophalen frituurvet](#)

Ondernemen in de wijk

- [12 Winkeltje Hoeve Cronesteijn](#)
- [14 Irene Boonstoppel brengt u weer in balans](#)
- [23 Sander Pardon: provocatief coachen](#)

Wijkevenementen

- [17 Leids Amateurkunst Festival](#)
- [18 Kamperen in Park Matilo](#)
- [35 Stekelnoot in actie](#)
- [40 Het paradijs in Matilo](#)
- [41 Demo Wieler festival](#)

Duurzaam

- [20 Van 't gas af](#)
- [24 Eerste hulp bij Energievragen](#)
- [38 Het voedselbos](#)

Huis van de Buurt Matilo

- [30 Bridgeclub zoekt uitbreiding](#)
- [31 Creatieve klussers gezocht](#)
- [31 Fotografen opgelet](#)
- [44 Activiteiten in het buurthuis](#)

Ander wijknieuws

- [5 Spreekuur wijkagent en boa](#)
- [10 Verkiezingsdebat](#)
- [21 Onderhoud Wilhelminabrug](#)
- [27 Wijkinitiatieven voor Oekraïne](#)
- [39 Leven in en rondom de volière](#)
- [41 Limes bezoekerscentrum Fabrica geplaatst](#)
- [45 Waar kunt u het wijknieuws volgen?](#)

Oproepje

Vanwege een enorme stijging van de papieren prijzen is deze ROME-krant duurder uitgevallen. De inkomsten van onze adverteerders en de subsidie van de gemeente zijn niet voldoende om dit jaar drie kranten uit te brengen. De redactie van de ROME-krant wil graag haar werkzaamheden om een papieren krant te maken voortzetten, omdat dit door veel

buurtbewoners wordt gewaardeerd. Mocht u iets kunnen missen, vragen wij u een kleine financiële bijdrage om de productiekosten voor de volgende edities te kunnen betalen. U kunt dit overmaken op Rekeningnummer **NL74 INGB 0005 1319 28** t.n.v. **WV Roomburg** met vermelding van Romekrant. Bij voorbaat heel veel dank.



Colofon

Redactie: Ankie Verlaan, Reini Hulsker, Saskia Ridder,
Jolanda Joossen

Eindredactie: Liesbeth Dijkdrent, Saskia Hageman

Vormgeving: Micha de Bruin

Drukwerk: Puntgaaf drukwerk, Leiden

Wij danken onze fotografen: Rob Beurse, Marten Ris

Al uw reacties op deze en ideeën voor de volgende krant kunt u kwijt bij de redactie: romekrant@wijkroomburg.nl

Voorwoord

Het voorjaar 2022 kondigt zich aan met een uitbarsting van zonlicht, bloesem en groene bomen. Het lijkt erop dat dit seizoen beklemt toont dat de coronacrisis nu echt voorbij is! We kunnen elkaar weer ontmoeten en gezellig een drankje drinken op het nieuwe terras van ons Huis van de Buurt. Daar zijn weer nieuwe activiteiten, waar u aan mee kunt doen, zoals de fotoclub, maar ook bestaande activiteiten waar u zich bij aan kunt sluiten, van Dans tot hersengymnastiek. Mist u iets of wilt u zelf een club starten, loop eens binnen en laat uw ideeën horen.

Er worden weer activiteiten georganiseerd in Park Matilo, zoals Het Paradijs in Matilo, wat op 22 mei zal plaatsvinden. De beschadigingen van het laatste evenement maken de gemeente hopelijk extra streng op het naleven van de regels: geen zware vrachtwagens over het gras! Nu de grasmat weer is hersteld, staat de organisatie van De Buurtcamping Matilo niets meer in de weg om van 8 tot en met 10 juli in het park dit evenement te realiseren. Lees hierover meer op pagina 18.

Verder leest u in dit blad over de gemeentelijke plannen, zoals de aanpassing van de Hoge Rijndijk, de herstelwerkzaamheden aan de bruggen over het Kanaal en de plannen rond de energievoorzieningen in de wijk Meerburg.

In onze wijken wordt hard gewerkt aan het verduurzamen van woningen. Er is een projectgroep opgericht die met raad en daad kan bijstaan in besparingen op uw energieverbruik. Op pagina 24 kunt u alle informatie vinden.

Het lijkt weer lekker druk en actief te worden, maar als we elkaar daarbij gezellig en vrolijk kunnen blijven ontmoeten wordt het een mooie toekomst!

Ankie Verlaan
voorzitter WV Meerburg

Jaap Stokking
voorzitter WV Roomburg



Wijkagent Ruud en BOA Hans nemen problemen serieus

(Reini Hulsker)

Op de eerste woensdag van de maand houden de wijkagent Ruud Gijbels en BOA Hans Hoogstraten van half elf tot half twaalf een spreekuur in ons Huis van de Buurt. Bij mijn bezoek op twee maart vond het voor de tweede keer plaats.

Het eerste spreekuur is heel druk bezocht. Het voornaamste onderwerp was overlast door jongelui in de wijk en dan voornamelijk bij de parkeerruimte naast de busluis. 's Avonds verzamelt zich daar de wat oudere jeugd op brommers, scooters en in auto's. Dit geeft geluidsoverlast zoals harde muziek en afval. De politie en handhavers kunnen daar alleen iets aan te doen als zij zelf deze overlast kunnen vaststellen. Het is niet strafbaar om met een groep rustig bij elkaar te staan. Het is daarom heel belangrijk, dat de wijkbewoners de politie direct inlichten, als er strafbare feiten plaats vinden.

Urgentie

Houdt er wel rekening mee, dat het niet altijd lukt direct 'ter plaatse' te komen, als er verschillende problemen zijn moet voor de meest urgente worden gekozen. Bewoners krijgen hierdoor dikwijls de indruk, dat meldingen geen zin hebben, maar dat klopt niet. Denk niet: "Dat heb ik al gemeld en er gebeurt niets, dus het heeft toch geen zin." Gezien de hoeveelheid berichten die bij de politie binnenkomt, maakt één melding niet zo veel indruk. Als het daarbij blijft, ontstaat al snel de indruk dat het probleem zichzelf heeft opgelost. Blijf melding maken: de politie vindt dat nooit gezeur!

Dealen

Op deze woensdag komt een groep uit de Liviuslaan langs, die ook last heeft van harde muziek 's avonds bij de busluis. Zij hebben het idee dat er gedeald wordt. Deze groep krijgt eveneens het advies: houdt de politie steeds op de hoogte. Je kan geluk hebben dat er een auto in de buurt is en zo naar je toe rijdt. En het wordt in ieder geval allemaal genoteerd. De bewoners hebben ook een probleem met automobilisten die buiten de vakken parkeren. Ruud en Hans beloven na afloop van het spreekuur naar de Liviuslaan te gaan om te bekijken of het mogelijk is daar een gele band aan te laten brengen.

Aanrader

Het spreekuur is voorlopig vier keer op proef om de behoefte hieraan te peilen. Als je een vraag of probleem hebt, is het een aanrader. Ruud en Hans luisteren aandachtig en bekijken wat er mogelijk is om het probleem op te lossen. Als een snelle oplossing nog even uitblijft, wordt duidelijk uitgelegd wat de reden daarvan is en besproken wat misschien andere mogelijkheden zijn.



MijnGemeente App

Kent u de gemeente app al? U kunt via deze app op een makkelijke manier een melding doen. Deze meldingen komen inclusief GPS-coördinaten en eventueel een foto rechtstreeks binnen bij de MeldDesk van de gemeente. Het is de meest snelle manier om iets door te geven: van een kapotte lantaarnpaal tot overlast in de buurt. De melding wordt dan direct doorgespeeld naar de betreffende afdeling. U kunt de app eenvoudig downloaden via Playstore.



MijnGemeente App

JS Scheeps Techniek

Utrechtse Jaagpad 76C
2314 AR Leiden
Telefoon 071-5 89 99 88
www.jsscheepstechniek.nl

Bezoek onze webshop voor
spetterende aanbiedingen:
watersportaanbieding.nl

De watersportspecialist voor de DOE HET ZEILVER en AROUND REPARATIE

Beauty Nails Wilma
Nagelstudio

Utrechtse Jaagpad 126
2314 AV Leiden
06 - 29 36 95 49
beautynailswilma@hetnet.nl
www.beautynailswilma.nl

Utrechtse Jaagpad 76C
2314 AR Leiden
06-10 71 52 25

Zeilmakerij
• LEIDEN •

De Kinderhaven
0-12 jaar

De meest Liefdevolle kinderopvang bij jou in de buurt!
0 - 12 jaar

- Iedere dag plezier en uitdaging
- Rustige en liefdevolle babygroepen
- Vertrouwde gezichten

Nieuwsgierig geworden?
Kom gerust langs om zelf de sfeer te proeven! Je bent van harte welkom!

071 - 76 000 56
info@dekinderhaven.nl
www.dekinderhaven.nl

Feest!

DE TUIN VAN DE SMID

verjaardag receptie trouwen
borrel BUFFET DANSEN BBQ disco
DINER jubileum AVONDFEEST

detuinvandesmid.nl
Cronesteynpark Leiden

ELLEN MASSARO
professional organizer

Overzicht en ruimte door:

- minder spullen
- je foto's op orde
- grip op je to do's

Ik help je erbij!

www.ellenmassaro.nl
ellen@ellenmassaro.nl
071 88 710 28
FB: @vaneenandereorde
Instagram: @ellen.massaro

Genoeg E-mails

(Ellen Massaro)

Een e-mail is zó gestuurd en ontvangen. Handig, maar tegelijkertijd kunnen het er ook makkelijk te veel worden. Hoe hou je daar een beetje grip op? Drie algemene tips.



(Foto Rob Beurse)

Opruimen

Je e-mail box opruimen geeft ruimte en overzicht en ook informatie over wat je zoal krijgt (en waar je vaak niets mee doet). Misschien denk je: "Het is toch mogelijk om met de zoekfunctie e-mails terug te vinden?" Dat klopt, maar hoe zit het met e-mails waar je nog wél iets mee moet? Al die e-mails kosten je geen fysieke ruimte, maar wel digitale ruimte en dus energie. Al die e-mails waar je eigenlijk niets meer mee hoeft te doen, staan maar te 'draaien' in die datacenters. Neem je voor om bijvoorbeeld elke vrijdag één of twee uur op te ruimen. En hou je mailbox, als hij eenmaal opgeruimd is, goed bij. Dat kan ook elke vrijdag en dan is het nog maar weinig werk.

1. Opruimen: begin met de oudste e-mails, begin dus onderaan.
Waarschijnlijk kan er een hoop weg. Sorteer op afzender, dat helpt!
2. Wil je berichten bewaren omdat je denkt dat je er nog iets aan hebt, of er iets mee moet? Zorg dat ze in een mapje bij elkaar staan. Bijvoorbeeld in een mapje 'Afwachten'. Loop geregeld door dat mapje heen.
3. Wil je bepaalde e-mails gewoon bewaren om ze nog eens terug te lezen of te gebruiken? Maak bijvoorbeeld een mapje 'Bewaren'. Binnen dat mapje kun je met de zoekfunctie makkelijk een e-mail terugvinden. Je kunt eventueel enkele sub mappen maken.
4. Bewaar van 'heen-en-weer-correspondentie' alleen de laatste e-mail.
Daar staat als het goed is de hele reeks in.



Beslissen

Het meest effectieve wat je kunt doen is om de e-mails die je ontvangt op gezette tijden te behandelen én snel te verwerken. Zorg dat je niet steeds dezelfde e-mails ziet. Vergelijk het eens met post in enveloppen: die leg je toch ook niet steeds weg en opent ze opnieuw?

Beslis meteen of je de e-mail:

1. weggooit (geen actie nodig);
2. bewaart (misschien heb je hem nog eens nodig);
3. behandelt (kan het binnen 3 minuten: meteen doen);
4. later behandelt (geef hem een vlaggetje of zet hem in een mapje).

Instroom beperken

Ben je tijdens het opruimen veel nieuwsbrieven tegengekomen die je nooit leest? Meld je ervoor af. Dat kan meestal onderaan de e-mail. Vaak stoppen ze niet meteen, hou daar rekening mee. Heb je iets te bespreken? Pak dan de telefoon, dat kan een hoop e-mails schelen.

En last but not least: Hoe minder e-mails je zelf verstuurt, hoe minder e-mails je krijgt.



Heb je hier nog een vraag over?
Stuur me een e-mail: ellen@ellenmassaro.nl



De kloosterbank

Ik heb met de kloosterbank een bijzondere band.
Toen de bank pas geplaatst was werkte de techniek voor de muziek niet. Ik ben de uitdaging aangegaan om het werkend te krijgen.
Dat is gelukt.
Ik geniet er nog elke keer van als ik in de bank ga zitten.

Gerard



Uw favoriete plek in de wijk

Laat uw favoriete plek in de wijk vastleggen door fotograaf Rob Beurse.
Hij maakt daarvan een foto en combineert die met een foto van u op die plek en een klein stukje tekst over waarom het uw favoriete plek is.
In de ROME-krant wordt steeds één van die favoriete plekken met het bijbehorend tekstje en portretje opgenomen. Wat is uw favoriete plek in onze prachtige wijk?
Neem dan contact op via: info@robbeursefotografie.nl of bel even 06 - 511 63 780.

ROB BEURSE FOTOGRAFIE

Verkiezingsdebat in Matilo



Maandagavond 7 maart druppelen in buurthuis Matilo de vertegenwoordigers van de diverse partijen binnen. Zij maken een praatje en nemen plaats achter de klaarstaande tafeltjes. De volgende partijen zijn aanwezig: Groen Links, Partij van de Arbeid, D66, Partij voor de Dieren, VVD, Klimaatactie Nu, Studenten voor Leiden, CDA, Christen Unie, Leiden Participeert, SP en Sleutelstad.

Ankie Verlaan heet alle aanwezigen welkom en de (aspirant)raadsleden stellen zich voor. De eerste stelling betreft de verduurzaming, eventueel herbouw van de woningen van Porta. De bewoners hebben veel moeite moeten doen om achter de plannen te komen, waardoor participatie sterk wordt bemoeilijkt. Het gesprek gaat hierna verder over participatie, waarbij alle partijen het erover eens zijn, dat dit nog wel te wensen overlaat. De vertegenwoordiger van Leiden Participeert presenteert een model waarmee de burger belangrijk wordt gemaakt. Snedig wordt uit de zaal gemeld, dat daar het probleem zit: Burgers hoeven niet belangrijk te worden gemaakt, zij zijn belangrijk!

vaardigde van de PvdA. En bij het slagen van de participatie zal de inbreng van de burgers nodig zijn: We moeten participeren over participatie!

Teruggekomen op de toekomst van de flats wordt opgemerkt dat het misschien nog wel acht jaar kan duren voor een aanvang met renovatie of herbouw wordt gemaakt en dat de woningbouwvereniging heeft aangekondigd tot dat moment geen investeringen in deze woningen meer te zullen doen. Alle partijen zijn het ermee eens dat dit niet kan en zeggen toe dit bij de gemeente aanhangig te maken. Het parkeerbeleid komt ook aan de orde. In Meerburg wordt betaald parkeren ingevoerd



Een ander merkt op, dat wethouders en raadsleden alleen leren om te gaan met weerstanden in plaats van te luisteren. Ook vraagt iemand zich af, waarom door wethouders en raadsleden altijd over burgers wordt gesproken alsof zij zelf geen burgers zijn. Het vertrouwen in de politiek is minimaal en dat vertrouwen moet weer hersteld worden voor participatie kan slagen. Het vertrouwen is het laagst bij mensen met de laagste inkomens, die hun aandacht volledig nodig hebben om te bedenken hoe rond te komen en geen ruimte in hun hoofd hebben om mee te denken en participeren, meent de afge-

en in Roomburg niet. Niemand begrijpt dat. Dit zou komen omdat Meerburg in eerste lijn ligt buiten de schil rond het centrum. Voor het Waardeiland geldt hetzelfde, maar de bewoners daar hebben al met succes geïmagineerd tegen invoering.

Het was een geanimeerde discussie met een alerte groep 'burgers' en de sfeer was ontspannen met af en toe een steek onder water van de oppositie naar de coalitiepartijen.

Koud douchen, fietsen of carpoolen?

Koud douchen, de verwarming op 15 graden zetten of overstappen op elektrisch koken. Dat zijn dingen die ik in mijn omgeving hoor. Het doel? Minder aardgas verbruiken. Ook warmtepompen zijn niet aan te slepen. De motivatie? Voor de één de hoge gasprijzen, voor de ander om minder afhankelijk te willen zijn van Russisch gas. Maar wat de motivatie ook is, nu is het moment om in actie te komen. De gasprijzen gaan door het plafond, en sommige huishoudens dreigen de energierekening niet meer te kunnen betalen.

Ook de kosten van diesel en benzine bereiken recordhoogten. Autorijden wordt een stuk duurder. Hier kunnen we ook met aanpassingen in ons gedrag de pijn een beetje verlichten. Bijvoorbeeld zuiniger rijden of carpoolen.



Zuiniger rijden, zoals op lagere snelheid, kan tot 10% brandstof besparen. Daarnaast zitten de meeste mensen die met de auto naar werk gaan alleen in de auto. Dat is enorm inefficiënt. Carpoolen betekent met meer mensen samen rijden in één auto en de kosten delen. Het werd populair door de oliecrisis in de jaren 70, maar is nu weer heel actueel. Er zijn zelfs apps die je helpen bij het maken van een carpoolafspraak, zoals Together. Carpoolen wordt vaak geassocieerd met woon-werk verkeer, maar denk ook eens aan de vrije tijd zoals samen rijden naar een sportwedstrijd of concert. Het is een cliché, maar uiteindelijk is veruit de goedkoopste autorit, de rit die we niet maken. Pak ook eens de fiets! Het is ook heerlijk om de innerlijke motor mee op te laten.



Tot slot, aan de gas- en brandstofprijzen kunnen we nu niets veranderen, maar wel aan ons gedrag. Minder verbruik van fossiele brandstoffen is niet alleen goed voor onze portemonnee, maar ook voor het milieu.

Zo snijdt het mes aan twee kanten.

Zelf probeer ik korter te douchen en vaker te fietsen.

Hoe pakt u het aan?

Laat het me weten via nadine@familiepronk.eu of doe de opiniepeiling op Nextdoor.



Vragen of reacties? Nadine@familiepronk.eu



Hoeve Cronesteijn: leuke cadeautjes en verse bloemen

Hoeve Cronesteijn is een dagbesteding voor mensen met een verstandelijke beperking. Iedereen die in onze wijk woont, fietst of wandelt er wel eens langs. Hoeve Cronesteijn ligt aan het kanaal tussen de Kanaalbrug en de Lammebrug. Maar wat gebeurt er eigenlijk allemaal op die zorg- en activiteitenboerderij en waarvoor kunnen buurtbewoners bij de Hoeve terecht?

Carin Koet, activiteitenbegeleider, vertelt vol trots wat er allemaal op Hoeve Cronesteijn te doen is. “Er werken tussen de 30 en 35 mensen met een verstandelijke beperking. Ze onderhouden samen het terrein en maken allerlei producten, zoals openhaardhout. Dat betekent zowel het zagen en het kloven van het hout, alsook het inpakken. Daarnaast worden er planten gekweekt voor de pluktuin, zodat er in de zomer weer mooie bossen bloemen geplukt kunnen worden.” En nu maken ze ook producten voor de winkel die sinds kort is geopend. Sommige deelnemers komen vijf dagen in de week, maar er zijn er ook die één dag komen. Dat betekent dat de groep iedere dag heel anders is samengesteld. Ook de leeftijd van de deelnemers varieert behoorlijk: de jongste is 18 jaar en de oudste is 72 jaar.

Winkeltje

“Het idee om een winkeltje te beginnen hadden wij al heel lang, alleen was daar geen ruimte voor,” vertelt Carin. “Die ruimte is er nu wel gekomen, omdat de beheerder van de Hoeve verhuisd is en de nieuwe beheerders alleen de zolderruimte gebruiken. Daarom kunnen nu beneden in de beheerderswoning activiteiten plaatsvinden en in de ruimte die overbleef hebben we een winkel gerealiseerd. De cliënten hebben samen met de begeleiding heel hard gewerkt om er iets moois van te maken.”

Alles te koop

Dat is direct te zien als je binnenkomt. Er worden in de winkel producten verkocht die de cliënten van Hoeve Cronesteijn zelf maken. “Maar we verkopen ook spullen die gemaakt worden in activiteitscentra in de omgeving. Zo zijn er onder andere ook spullen van Uit de Kunst en Zip in Leiden, van Zij aan Zij in Voorschoten, van Jottum in Oegstgeest en van de woon- werklocatie Oud Ade. We kopen ook wat spulletjes in die goed bij ons assortiment passen,” vertelt Carin. “Alles wat in de winkel staat is de koop. Dat geldt ook voor de tafel en de stoeltjes. Als mensen een leuk cadeautje zoeken, zijn ze bij ons aan het goede adres.”

Verse kruiden

Naast de winkel kunnen buurtbewoners ook deze zomer weer een mooi boeket plukken uit de bloemenpluktuin of aardbeien plukken in de aardbeienpluktuin. Ze kunnen ook bij de Hoeve terecht voor perkplanten en tulpen. Het de bedoeling dat mensen van de zomer een kopje thee kunnen drinken met verse kruiden uit de kruidentuin of een smoothie van vers fruit uit de moestuin. En als het kabouterbos is opgeknapt, kunnen daar weer kinderfeestjes worden gegeven. Zo is Hoeve Cronesteijn zeker het bezoeken waard; er is voor elk wat wils.



(foto: Rob Beursee)



(foto: Rob Beursee)

De winkel is geopend van maandag tot en met vrijdag van 10:00 uur tot 15:30 uur.

Meer informatie is te lezen op

<https://www.gemiva-svg.nl/Locaties/Overzicht-locaties/Leiden-en-Leiderdorp/Hoeve-Cronesteijn>

Afval in de buurt

Van de 12-jarige Roos ontvingen we dit stukje. Zoals u kunt lezen is ze erg betrokken bij het schoonhouden van de wijk. Daar kunnen we met z'n allen een voorbeeld aan nemen!



Je ziet het heel veel, er is geen straat waar het niet ligt: zwerfafval! Het is een groot probleem aan het worden; er moet iets aan gedaan worden. Daarom worden er opruimacties gehouden. Daar doe ik ook wel eens aan mee. Je vindt de raarste dingen en dan denk je: waarom gooien mensen dit op straat? We hebben stukken fiets gevonden en zelfs een BH!! Vaak ben je bijna een uur bezig en dan is nog maar de helft van het veldje opgeruimd. Er is ook veel door de storm weggewaaid. En dan wordt het niet altijd opgeruimd. :[Als het zo doorgaat dan wordt de buurt heel vies. En kunnen er dieren stikken in het afval. Dat dieren erin stikken, komt omdat het zwerfafval dat in water gegooid wordt naar de zee drijft en dan kunnen vissen of vogels erin stikken. Maar het hoeft het niet per se in de sloot te liggen. Uw hond of kat kan denken dat een plastic dop iets te eten is en kan dan stikken. Omdat dit allemaal niet mag gebeuren:

"Ruim uw afval op !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!"



Oproep: Kom een keer helpen om de buurt schoon te houden!!!! stuur een mailtje naar c.m.kikkert@gmail.com



Kinesioloog Irene helpt je luisteren naar je lichaam

“De balans weer herstellen, dat is het doel”

(Saskia Ridder)

In onze wijk, precies op de grens tussen Meerburg en Roomburg, zit de kinesiologiepraktijk van Irene Boonstoppel. Wie is zij en wat doet een kinesioloog eigenlijk? En waarom zou je bij haar aankloppen? Ik volgde haar gratis online workshop, interviewde haar en ben enthousiast. Dit artikel heeft haar alvast één klant opgeleverd.

Vertel eens Irene, wat doet een kinesioloog?

“Kinesiologen helpen je om problemen op te lossen, zowel fysieke als emotionele. We werken holistisch, wat betekent dat we naar het gehele lichaam kijken en niet slechts naar één aspect of onderdeel. Het gaat om een ‘driehoek’. Ten eerste het fysieke deel: denk aan spieren en pezen. Ten tweede het biochemische aspect: wat je eet, drinkt en inademt.

En ten derde wat er speelt aan emoties en gedachten. In de behandeling gaan we uit van het zelfherstellend vermogen van het lichaam. Dit heeft soms alleen een zetje nodig om weer in balans te komen. Als ik bij een cliënt het idee heb dat er iets anders nodig is dan ik kan bieden, verwijs ik door naar een arts of specialist. Ik ga altijd uit van samenwerking.”



Waarvoor kunnen we bij jou aankloppen?

“Ik bleek zelf een te trage schildklier te hebben, hoewel de huisarts dacht dat het een burn-out was. Sinds ik mezelf daarvan heb genezen, richt ik me vooral op schildklierklachten, maar je kunt met allerlei klachten bij mij terecht. Ook, of juist, met vage klachten. Vage klachten zijn namelijk altijd een signaal van je lichaam. Ik zeg regelmatig: ‘Luister naar het gefluister van je lichaam, dan hoeft het niet te schreeuwen’. Als je in een vroegtijdig stadium aan de slag gaat met je klachten, voorkom je

heftiger klachten of uitval. Bij een slecht functionerende schildklier zijn die klachten bijvoorbeeld vermoeidheid, niet in actie kunnen komen, kort lontje, vergeetachtigheid, haaruitval, stramme spieren, gevoeligheid voor kou en slecht slapen. Allemaal symptomen die we vaak voor lief nemen, omdat het ‘hoort’ bij een druk bestaan of de leeftijd. Maar het zijn signalen dat je uit balans bent. Die balans weer herstellen, dat is het doel.”

Je biedt een basispakket van vier sessies aan, wat houdt dat in?

“In die sessies inventariseer ik de klachten via een vragenlijst en een gesprek. Ik vraag dan flink door. Naar de klachten natuurlijk, maar ook naar waar iemand naar op zoek is. Waar ben jij het meest mee geholpen, hoe wil je je voelen, waar krijg jij weer energie van? Kortom: wat is je doel. Daarnaast ga ik aan de slag met spierspanning en voedingsintoleranties. Er kunnen allerlei voedingsmiddelen zijn waar je - zonder dat je het door hebt - niet zo lekker op reageert. Dat kan zich uiten in winderigheid, hoofdpijn, huidklachten en slecht slapen. Allerlei dingen die je misschien niet direct koppelt aan voeding en waarvoor

je ook niet meteen naar een arts gaat. Terwijl het enorm kan schelen in je welzijn als je die voedingsmiddelen niet meer inneemt. Door mijn testen weet je wat je moet laten staan. Je spierspanning vertelt me waar blokkades zitten en hoe die hersteld kunnen worden. Ook check ik of je een tekort hebt aan vitaminen, mineralen of sporenelementen. En ik verken tijdens de sessies hoe je emotioneel in je vel zit. Stel je grenzen, luister je naar je gevoel, kun je nee zeggen? Je kunt je voorstellen dat je eigen batterij leegloopt als je altijd voor een ander klaarstaat.”

Ik ben enthousiast, maar als iemand eerst eens even wil aftasten, kan dat?

“Natuurlijk, daar zijn allerlei opties voor. Op mijn site vind je veel informatie, ook tips waar je direct mee aan de slag kunt. Ook kun je laagdrempelig en anoniem een van mijn online workshops bijwonen. Dan vertel ik iets meer over mezelf en mijn werk en ga ik in op vragen van deelnemers. Een afspraak om 20 minuten te sparren is ook gratis en makkelijk in te plannen op mijn site. Op basis van die

opties kun je al een bewuste keuze maken. Je kunt ook één sessie bij me afnemen, maar met vier sessies kunnen we uiteraard meer resultaat boeken. Dat merk ik, en mijn klanten zeggen het ook. En steeds meer mensen komen regelmatig terug, voor een APK'tje. Mijn aanbod is erop gericht om mijn klanten gezond te houden.”

Meer informatie: www.ireneboonstoppel.nl



DEN ELZEN
SCHOENMODE



DEN ELZEN
SCHOENMODE

Dames-, heren en kinderschoenen

Van Diepeningenlaan 108 2352 KA - winkelcentrum Santhorst - Leiderdorp
Tel. 071-5218572
www.denelzenschoenmode.nl

Sas maakt het HELDER!

HULP BIJ ARTIKELEN, WERKSTUKKEN EN SCRIPTIES



Moeite bij het vinden van de juiste woorden? Ik regel het voor je.

www.sasmaakthethelder.nl

Leids Amateurkunst Festival 2022 in Meerburg en Roomburg

Amateurkunst is leuk! Kun je zingen, toneelspelen, bespeel je een instrument, heb je een band of maak je mooie schilderijen, beeldhouwwerken of foto's? Alles is mogelijk om te delen met het publiek tijdens het Leids Amateurkunst Festival 2022 op 3 en 4 september in onze wijken.

Het Leids Amateurkunst Festival (LAF) is een festival waarin amateurkunstenaars kunnen laten zien wat zij te bieden hebben. Binnen het festival krijgen zij de ruimte om zich te ontwikkelen en het is een kans om met professionele kunstenaars samen te werken. Daarnaast is het een mooie gelegenheid om mensen te inspireren om ook te willen participeren in of met een vorm van kunst.



De wijken in

In de afgelopen jaren bleek het niet eenvoudig het publiek uit de wijken buiten het centrum te bereiken en te motiveren naar het festival te komen. Daarom is na het festival van 2019 besloten om de activiteiten binnen deze zevende editie van het LAF letterlijk naar de wijken toe te brengen.



Wervelend

Op 3 en 4 september 2022 komt de kunst naar de mensen en komen de mensen naar de kunst. In Meerburg en Roomburg kijken we naar wat de bewoners graag willen, de essentie van de wijk, de bevolkingssamenstelling en geschiedenis. Zo willen we een wervelend festival organiseren met optredens en exposities op verschillende plekken in de wijken van verenigingen en individuele amateurkunstenaars uit alle disciplines. In de openlucht en binnen wanneer nodig.



Identiteit van de wijken

Het thema dit jaar is 'De wijk in', dus de invulling mag door de kunstenaars zelf worden bepaald in overleg en samenwerking met de wijk en de projectleider. Je hoeft als vereniging of kunstenaar niet uit een betreffende wijk te komen, maar we willen heel graag de identiteit van onze wijken laten zien. Daarom zoeken we mensen uit Meerburg en Roomburg die een kunstzinnige bijdrage willen leveren. Dat kan op alle gebieden: theater, muziek, beeldende kunst, dans of wat je ook maar aan het publiek wilt laten zien. Ook culinaire kunststukjes zijn welkom. Onze wijkverenigingen zijn enthousiast en ook Natascha Zwetsloot van Incluzio juicht het initiatief toe.

Op 10 en 11 september zullen de groepen die op 3 en 4 september hebben opgetreden of in een andere vorm hebben meegewerkt ook de kans krijgen om op te treden in de Pieterskerk in Leiden. Tijdens de Open Monumenten dagen zullen de verenigingen en andere amateurs het programma verzorgen van de afsluiting van 900 jaar Pieterskerk.



Wil je meer informatie? Of wil je alvast inschrijven? Hier vind je het contactformulier voor het LAF 2022. Of stuur een mail aan saskiahageman94@gmail.com



DOOD
LUISTER EN
BELEVEN
NODIG LIEFDE WARM
TIJD STERK DICHTBIJ
ONZICHTBAAR
AANDACHT MENS
SCHOONHEID STIL
RUIMTE SAMEN

MOOIE UITVAART
PERSOONLIJKE
UITVAARTBEGELEIDING
ANGELIQUE VALK
06 53 96 44 20 (24/7)
MOOIEUITVAART.COM



Kamperen in Park Matilo: “Op de camping is het altijd goed weer”

In het augustusnummer van 2021 schreven we al over het initiatief om in Park Matilo deze zomer De Buurtcamping Matilo te organiseren. Dat gaat nu werkelijk gebeuren. Van 8 tot en met 10 juli kunnen wijkbewoners hun tenten in het park opzetten en genieten van gezellig samen zijn, activiteiten en lekker eten. Hoofdbeheerder Marten Ris geeft toelichting op dit bijzondere evenement.

Of de zon nou schijnt of het miezert, voor het campinggevoel maakt dat niets uit. “Op de camping is het altijd goed weer. Je bent gewoon heerlijk een paar dagen met elkaar in de buitenlucht. Daar kan geen hotel of huisje tegenop”, steekt Marten enthousiast van wal. “En iedereen is gelijk, want we moeten allemaal met die pleerol onder onze arm naar het toilet lopen.”



Ontzorgen

Martens enthousiasme wordt gedeeld door alle leden van de projectgroep, die dit evenement handen en voeten gaan geven. “Het is heel fijn om met een groep bevlogen mensen De Buurtcamping Matilo tot in de puntjes te organiseren. Er komt echt een heleboel bij kijken. We willen alle bezoekers drie dagen lang ontzorgen en vermaken. Mijn grootste doel is om voor jong en oud, ouders en kinderen drie dagen lang een echte, betaalbare vakantie in eigen achtertuin te realiseren.”

Activiteiten

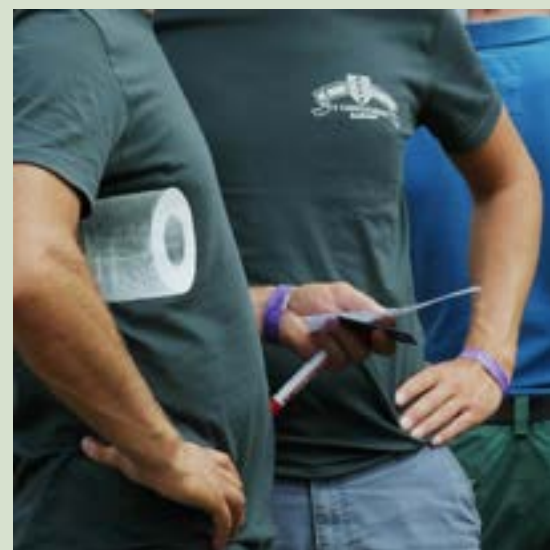
Kampeerspullen worden getraakteerd op een activiteitenprogramma met voor elk wat wils. Marten: “Zo kunnen er vrijdagavond rond het kampvuur liedjes worden gezongen. Op zaterdag- en zondagochtend starten we gezond op met yoga en er wordt een workshop vliegers maken gegeven. Dit is maar een heel kleine greep uit het aanbod. De activiteiten zijn uiteraard niet verplicht, maar wel een leuke manier om elkaar beter te leren kennen. Buurtbewoners zijn ook welkom om aan de activiteiten deel te nemen zonder overnachtingen. Zo hopen we op een waar buurtfeestje.” De Buurtcamping start op vrijdag om 13:00 uur en eindigt op zondag om 15:00 uur.

Gezamenlijke maaltijden

Voor ontbijt en avondeten wordt ook gezorgd. Marten: “We hebben met Resto Van Harte en het Leids Steunloket Immigranten afspraken gemaakt over budgetvriendelijke avondmaaltijden op vrijdag en zaterdag. Het ontbijt op zaterdag en zondag gaan we met hulp van sponsors en vrijwilligers zelf serveren. Gezamenlijke maaltijden verbinden. Met het bord op schoot komen gesprekken makkelijk op gang en zeker ook tijdens het spreekwoordelijke natafelen.”

Veiligheid

Inmiddels hebben de teamleden ook al een trainingsdag bijgewoond in Nieuwegein. “Zo zie je maar dat er echt heel serieus wordt omgegaan met onze taak om De Buurtcamping tot een prachtig evenement te maken. We kunnen leren van de ervaringen van andere kwartiermakers. De Stichting Buurtcamping is inmiddels ook gepokt en gemazeld na tien jaar. Vooral op het gebied van veiligheid kwamen waardevolle tips naar voren. Ook dat staat heel hoog op mijn prioriteitenlijstje. Naast vermaak en kennismaking, moet niemand zich zorgen hoeven te maken over onveilige situaties. Onbewaakt vuur, overmatig alcoholgebruik en agressie worden nauwlettend in de gaten gehouden.”



Kampeerspullen

“We hopen uiteraard dat er zoveel mogelijk mensen daadwerkelijk komen kamperen. We realiseren ons dat er ook buurtbewoners zijn zonder de benodigde spullen zoals tenten, luchtbedden, slaapzakken of kookgerei. Daarom willen we wijzen op de mogelijkheid deze via de Stichting Buurtcamping te lenen. En we vragen buurtbewoners ook met klem op om deze zaken voor een paar dagen ter beschikking te stellen.”



Succes

Marten noemt ook man en paard. “We hebben nu een geweldig basisteam, maar we hebben meer handen nodig om dit unieke buurtinitiatief tot een succes te maken. Er zijn tijdens de kampeerdagen legio zaken die onontbeerlijk zijn. Mensen welkom heten en wegwijs maken. Maar ook het schoonhouden van het sanitair. Niet de leukste taak, maar wel belangrijk. Een doekje over het sanitair halen is zo gebeurd. Wij steken zelf natuurlijk ook overal de handen uit de mouwen.”

KOSTEN

De prijs voor twee nachten kamperen, gezellig samen zijn en deelname aan de activiteiten bedraagt €15 per persoon, €10 voor kinderen t/m 12 jaar. Aan de gezamenlijke avondmaaltijden kun je deelnemen voor €6 per volwassene en €3 per kind per maaltijd. Voor mensen met een smalle beurs rekenen we een aangepast tarief. Houd debuurtcamping.nl/camping/leiden-matilo-park/ in de gaten. Hier komt binnenkort het reserveringsformulier.

VRIJWILLIGERS GEVRAAGD

Op De Buurtcamping ben je de hele dag heerlijk buiten en is iedereen gelijk. De Buurtcamping zoekt enthousiastelingen die een bijdrage willen leveren aan de buurt, houden van organiseren en er niet tegenop zien om op allerlei vlakken de handen uit de mouwen te steken. Wil jij hier aan meewerken? Stuur dan een mail naar marten@debuurtcamping.nl

SPONSORS GEZOCHT

Heeft u geen tijd om te helpen, dan kunt u toch een bijdrage leveren via sponsoring. We stellen het enorm op prijs als u kampeerbenodigdheden ter beschikking zou willen stellen. Of wilt u meehelpen met een sponsorbedrag om De Buurtcamping tot een succes te maken voor alle bewoners in onze wijken? Laat dit per mail weten aan marten@debuurtcamping.nl

Volg de activiteiten van de Buurtcamping Matilo op:

debuurtcamping.nl/camping/buurtcamping-leiden-park-matilo/

en op roommeerburg.nl/dossier-buurtcamping/



Wat betekent aardgasvrij Leiden voor Meerburg en Roomburg?

(Jolanda Joossen)

De regering heeft afgesproken dat we uiterlijk in 2050 van het aardgas afstappen. Dat betekent dat we onze woningen, kantoren, sportcomplexen e.d. anders moeten verwarmen, we anders moeten douchen en anders moeten koken. In de Transitievisie Warmte 2021 – 2026 staat hoe de gemeente Leiden dit wil realiseren.

Overstappen op andere warmtebronnen én huizen en gebouwen isoleren!

Leiden werkt toe naar een warmtesysteem voor de stad op een temperatuur tot 70 graden. Hiervoor zullen we in plaats van aardgas andere warmtebronnen gebruiken, zoals aardwarmte of warmte uit oppervlakte- en drinkwater. Leiden kiest bewust voor een mix van mogelijkheden, zodat de stad flexibel blijft en kan reageren op ontwikkelingen. Om woningen zonder gas te kunnen verwarmen moeten er bovendien isolatiemaatregelen worden genomen.

Wat staat er in Meerburg en Roomburg te gebeuren?

Tijdens het wijkgesprek werd duidelijk dat Meerburg hoogstwaarschijnlijk op het bestaande stadswarmtenet wordt aangesloten. Voor Roomburg is dat al het geval. De aansluiting van Roomburg op het warmtenet verloopt via een warmteleiding die via Meerburg naar de gasgestookte elektriciteitscentrale aan de Langegracht loopt. Het maken van een aftakking naar Meerburg is een kansrijke optie. Roomburg kan in plaats van gas bijvoorbeeld overstappen op restwarmte uit Rotterdam of andere bronnen. De gemeente benadrukt dat er ruimte zal blijven voor bewoners om hun eigen keuzes te maken. Het moet bijvoorbeeld

De gemeente vindt het belangrijk dat de energietransitie betaalbaar blijft voor alle inwoners en dat er ruimte is voor lokaal initiatief en intensieve samenwerking met de bewoners, ondernemers en woningcorporaties. Bij het opstellen van deze visie is intensief samengewerkt met de stad door bijvoorbeeld wijkgesprekken te voeren, zoals ook in onze wijken.

mogelijk zijn om als een straat of een VVE met elkaar een warmtepompinstallatie aan te leggen. De gemeente zal ook de komende jaren volop kansen bieden om mee te denken over de exacte invulling. Laat je stem dus horen en denk mee over goede oplossingen! Daarnaast is het logisch dat bij grote veranderingen in de wijk rekening wordt gehouden met de overgang naar andere warmtebronnen. De herontwikkeling van twaalf wooncomplexen in de rivierenbuurt in Meerburg biedt alle kansen voor de energietransitie door bijvoorbeeld ruimte in de ondergrond te reserveren voor een warmtenet.

Wat kun je nu al zelf doen?

We kunnen al aan de slag met het verminderen van ons gasverbruik. Bezitters van een koopwoning kunnen hun stookkosten behoorlijk verminderen door hun huis zo goed mogelijk te isoleren. Of door individueel of gezamenlijk zonnepanelen of groene daken aan te schaffen. Voor huurwoningen zijn er andere oplossingen. Kleine ingrepen kunnen al een groot verschil maken. Bijvoorbeeld door het vervangen van gewone lampen door ledlampen, het plaatsen van een tochtstrip bij ramen of deuren of het aanbrengen van radiatorfolie achter de verwarming.

Bij vragen kun je terecht bij Maaike Vinkenburg, Wijkambassadeur Meerburg - Roomburg. Mail je vraag naar roommeerburg@gagoed.nl of kijk voor meer informatie op gagoed.nl/energietransitie. De subsidiemogelijkheden vind je op rijksoverheid.nl/onderwerpen/energie-thuis/vraag-en-antwoord/subsidie-isolatie-huis

Wilhelminabrug

Deze zomer groot onderhoud

In de zomer van 2022 vindt groot onderhoud plaats aan de Wilhelminabrug in de Hoge Rijndijk in Leiden. De Wilhelminabrug is een provinciale brug. Alle provinciale bruggen worden door de Provincie Zuid-Holland elke twaalf jaar onderhouden. Met dit onderhoud zorgt de provincie ervoor dat de brug blijft voldoen aan de laatste veiligheidsnormen en dat het verkeer vlot en veilig doorgang kan vinden.

Van 7 juni t/m 14 augustus kan de route over de Wilhelminabrug niet gebruikt worden. Alle wegverkeer wordt omgeleid. Het vaarverkeer kan grotendeels plaatsvinden, soms met een hoogtebeperking en op een aantal dagen is het gestremd. De exacte planning voor de werkzaamheden is te vinden op de website van de provincie www.zuid-holland.nl/wilhelminabrug. Voor fietsers, voetgangers en alle wegverkeer zijn in deze periode omleidingen ingesteld. Fietsers en voetgangers worden omgeleid over de Julius Caesarbrug, het autoverkeer met name over de Lammenschansweg en de Persant Snoepweg. Als u de mogelijkheid heeft, pakt u dan de fiets in plaats van de auto?

Website en BouwApp voor informatie

Op de website van de provincie en in de BouwApp (groot onderhoud Wilhelminabrug Leiden, voor Android/iPhone) zijn deze omleidingen te vinden. Voor de exacte planning van de werkzaamheden en alle andere belangrijke informatie, kunt u op de website van de provincie en in de BouwApp terecht. Het Contactcentrum van de provincie is bovendien bereikbaar voor vragen: 070- 4416622 en via zuid-holland@pzh.nl.



Opsporing verzocht



De afdeling inzameling en reiniging krijgt regelmatig te maken met meldingen van vervuiling langs de Willem van der Madeweg. Het lijkt erop dat hier regelmatig een bedrijfswagen rijdt die papierachtig bedrijfsafval verliest. Ook op de Hoge Rijndijk en de N11 is de vervuiling gezien.

Afdeling I & R zou heel graag willen weten welk bedrijf achter deze vervuiling zit, zodat zij hier contact over kunnen opnemen. Rij je regelmatig deze route of woon je in de buurt en heb je iets gezien? Laat het even weten aan wijkbeheerder Leendert van Velzen via l.van.velzen@leiden.nl



**‘Ik zeg altijd wat
ik denk.’**



Onorthodoxe hulpverlening voor zakelijke,
persoonlijke en relationele situaties

06 51 82 90 60
provocatiefcoachenzuidholland.nl

Provocatief coachen: een letterlijke uitdaging

(Liesbeth Dijkdrent)

Sander Pardon woont vanaf 2006 met veel plezier in Roomburg. Hij werkt vanuit zijn huis en dat bevalt goed. We kennen hem van LEVEN! Magazine, dat hij samen met zijn vriendin Gerda Schukking al 17 jaar uitgeeft. Sander schrijft de meeste artikelen. Gerda richt zich vooral op de vormgeving. Maar dit gesprek gaat over een heel andere tak van sport: Sander werkt tegenwoordig ook als provocatief coach.

Hoe ben je tot deze bijzondere carrièreswitch gekomen?

“Dit werk is niet vreemd voor mij”, vertelt Sander. “Twintig jaar geleden ben ik opgeleid tot trainer en coach, maar mijn aandacht ging toen vooral uit naar het maken van het blad LEVEN!. Sinds een jaar of vier doe ik vrijwilligerswerk bij de Luisterlijn. Mensen kunnen daar anoniem hun verhaal kwijt. De gespreksonderwerpen zijn heel verschillend, maar hebben altijd ingrijpende gevolgen voor de bellers. Mensen willen bijvoorbeeld praten over eenzaamheid, relatieproblemen, angst,

slapeloosheid of onzekerheid. In deze tijd van welvaart is er nog nooit zoveel eenzaamheid geweest. Mensen leven veel meer langs elkaar heen en er ontbreekt vaak echt contact. Dit ervaren veel mensen als een groot gemis. Bij de luistertelefoon kunnen ze hun hart luchten. Ik merk dat het luisteren naar mensen, die daar behoefte aan hebben en ze een stapje verder helpen, mij goed afgaat en veel voldoening geeft.”

Wat houdt provocatief coachen in?

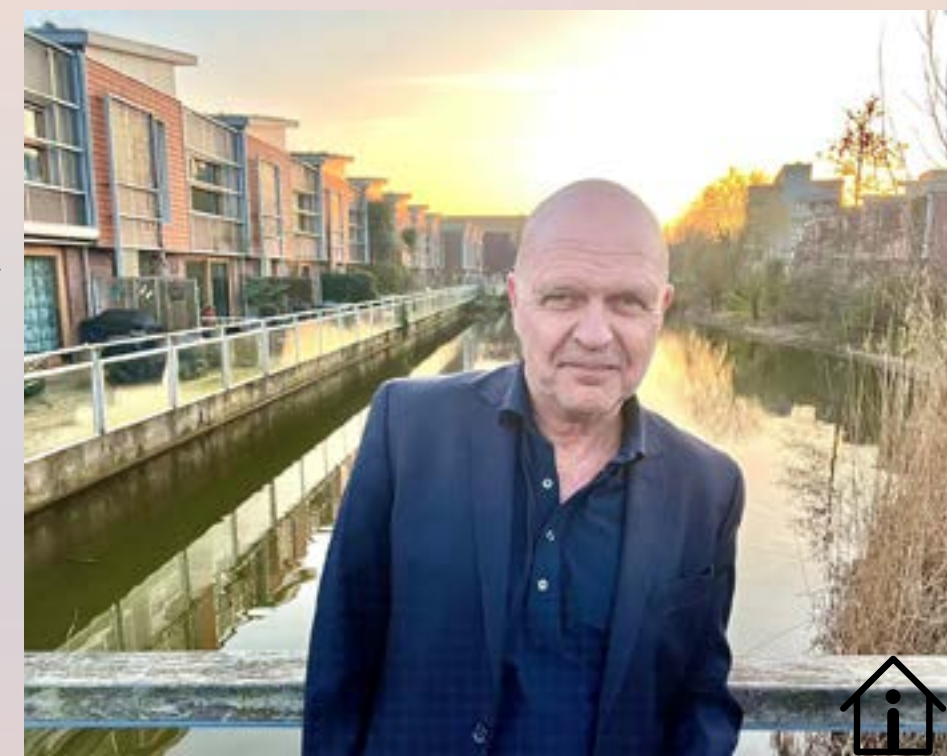
“Je komt bij een coach als je een probleem ervaart, waar je zelf niet uitkomt. Provocatief coachen is een prikkelende manier van coachen, waarmee je je coachee met consideratie en humor uitdaagt. Je gaat gelijk in op het gedrag dat de ander laat zien door het uit te vergroten. Hierdoor kom je sneller bij de kern van het probleem. Werkelijke aandacht voor de coachee en een respectvolle en oprechte benadering zijn essentieel samen om verder te komen.”

Sander vervolgt: “Provocatief coachen past bij mijn persoon. Ik houd ervan om snel tot de kern te komen en humor te gebruiken. Humor is de olie van het leven. Een goede grap geneest. Als de knop eenmaal om is, kunnen mensen vaak weer zelf verder met het oplossen van hun problemen. Ik houd ze een spiegel voor en loop een tijdje met ze mee. Als er sprake is van dieperliggende psychische problemen verwijs ik ze door, ik ben een coach, geen psycholoog.”

Sander heeft zijn praktijk aan huis, maar gaat ook geregeld op pad met zijn coachees, bijvoorbeeld voor een wandeling langs het strand. Net wat voor de coachee het prettigst is.

Meer informatie:

provocatiefcoachenzuidholland.nl
of bel 06 51829060



Eerste hulp bij Energievragen

De wereld wordt warmer, energie wordt duurder, het gas wordt uiteindelijk afgesloten en de groenste energie is de energie die je niet gebruikt. De meeste mensen willen daarom graag duurzame maatregelen nemen. Dat is goed voor je portemonnee, voor onze wijk en het klimaat op aarde. Samen houden we onze buurten groen en prettig leefbaar ook al wordt het steeds warmer in de zomer en natter in de winter.

De wijkvereniging heeft een projectgroep opgericht om hulp te bieden bij vragen over energiebesparing. Er zijn gratis isolatiematerialen beschikbaar voor huurders. U kunt gratis advies en hulp krijgen van energiemaatjes en klushulp. Voor grotere energiebesparende maatregelen aan uw huis kunt u ook gratis deskundig advies van energiecoaches inwinnen. Om alle wijkbewoners te bereiken en iedereen te kunnen laten profiteren zoeken we op korte termijn gemotiveerde buurtbewoners die ons team komen versterken.



Gezocht: enthousiaste en spraakzame Energiemaatjes

Ben je een enthousiaste doener die graag een steentje bijdraagt aan het verlagen van energierekeningen en het verbeteren van wooncomfort van buurtbewoners? Help je burens op weg en word Energiemaatje! Je gaat op bezoek bij geïnteresseerde wijkbewoners en jullie bespreken hoe energie bespaard kan worden. Deze bewoners hebben via de vragenlijst aangegeven dat zij interesse hebben in dit gesprek. Je geeft advies over kleine besparingsmaatregelen en helpt concreet met het aanbrengen van materialen als radiatorfolie of tochtstrips. Deze maatregelen kosten vaak niets maar hebben toch een duidelijk positief effect op de energierekening. Na een korte training kun je vol enthousiasme en zelfvertrouwen de gesprekken voeren met buurtbewoners en aan de slag met kleine maatregelen.

Gezocht: enthousiaste en energieke Praatjesmakers

Dit is een leuke betaalde klus voor een aantal dagdelen in de komende weken. Je helpt de wijkvereniging om alle bewoners te bereiken zodat we actief hulp kunnen bieden bij het verduurzamen van hun woningen! Huis-aan-huis bezoek je bewoners en stelt hun een paar korte vragen. Je vindt het leuk om verschillende mensen te ontmoeten. Het doorlopen van de vragenlijst kost slechts een paar minuten tijd. Met het invullen van de vragenlijst maken de bewoners kans op een leuke prijs. Deze actie wordt hierbij in het wijkblad en op de wijken-website aangekondigd, daar kan je naar verwijzen als je langs gaat komen. We helpen je op weg met een training om op een prettige manier korte huis-aan-huis gesprekken te voeren.

Gezocht: handige Klussers M/V

Als praktisch ingestelde doener met twee rechterhanden kun je in deze rol lekker op pad. Geweldig als je de burens of wijkbewoners kan helpen met het aanbrengen van eenvoudige besparingsmaatregelen. Denk daarbij aan het installeren van een brievenbusborstel, buisisolatie en LED-verlichting. De bewoners hebben bij de Praatjesmakers of Energiemaatjes aangegeven dat zij geïnteresseerd zijn in praktische hulp.

Contact

Word je hier ook enthousiast van? Wil je graag aan de slag in de wijk? Sluit je aan bij het team en stuur een mail naar roommeerburg@gagoed.nl voor de mogelijkheden.



Frank Versteegen, energiecoach in Leiden

(Saskia Hageman)

Frank is locatiemanager bij Rabobank Kring Leiden-Haaglanden. Daarnaast is hij een bevlogen energiecoach. “Dit doe ik niet om geld verdienen, maar omdat ik het mooi vind als mensen baat hebben bij mijn adviezen.”

Frank maakte in 2019 kennis met het thema ‘duurzaam wonen’ tijdens een bijeenkomst van het maatschappelijk café, een initiatief van de Rabobank. “Het werd duidelijk dat er grote behoefte was aan het verduurzamen van woningen en daarmee ook aan meer energiecoaches om het proces te begeleiden. Rabobank bood een van haar gebouwen aan als gratis opleidingslocatie en zo ben ik als vanzelf ingestroomd.” De opleiding wordt verzorgd door HOOM in samenwerking met Energiek Leiden, een coöperatie die zich inzet voor de Leidse energietransitie. “Ik maakte deel uit van een hechte groep met heel diverse achtergronden, die daardoor expertises op allerlei vlakken hebben. Naast de opleiding, waarbij we intensief getraind werden door een supervisor, hebben we nog vaak contact via whatsapp om kennis en ervaringen uit te wisselen.”

“We komen bij mensen thuis om hen te helpen energie te besparen door woningen duurzamer te maken. Voorafgaand aan het gesprek hebben bewoners een vragenlijst ingevuld, waardoor we gericht aan de slag kunnen. Daarbij kan het hele scala aan mogelijkheden

voor besparing aan de orde komen, van tochtstrip tot warmtepomp,” vertelt Frank. “We houden uiteraard rekening met wat mensen te besteden hebben en wijzen op subsidies en financieringsmogelijkheden. Er zijn ook speciale coaches die huurders helpen met energiebesparende maatregelen. Het gaat erom dat de investering moet opwegen tegen de baten.”

“Ik vind het belangrijk dat mensen met mijn hulp maatregelen kunnen treffen waar zijzelf, hun portemonnee en het milieu blij van worden. Inmiddels hebben wij als energiecoaches heel veel kennis opgebouwd. Op internet zijn zoveel tips voor energiebesparing te vinden, dat huiseigenaren en huurders het spoor bijster raken. Energiecoaches helpen om de bomen in het bos te herkennen en zo van het dak tot de kelder een duurzame woning te realiseren,” besluit Frank.

Neem contact op met wijkambassadeur Maaïke Vinkenburg als je een energiecoach wil spreken of als je interesse hebt om zelf de opleiding tot energiecoach te volgen: Room-Meerburg@gagoed.nl



GLAZENWASSER NODIG?



De glazenwasser voor
Roomburg, Meerburg & Waardeiland.

Vraag eenvoudig een prijs aan op
www.oudshoortotaalreiniging.nl

Oudshoorn Totaalreiniging · Rooseveltstraat 14C unit 6 · 2321 BM Leiden

VAN DER ZEEUW & JONGMANS
SCHILDERWERKEN

www.zjschilderwerken.nl
info@zjschilderwerken.nl

Wijkinitiatieven voor Oekraïne

Onze wijken leven mee met Oekraïners in het oorlogsgebied. Olga uit Meerburg en Ella uit Roomburg hebben beiden initiatief genomen om de getroffen burgers te helpen in deze moeilijke tijden.

Olga

Olga Schilling is Oekraïense, geboren in Kyiv, en woont sinds 2013 in Nederland. Ze is hiernaartoe gekomen om haar master cultuurwetenschappen te behalen. Olga heeft haar man hier leren kennen en zij wonen samen aan het Utrechtse Jaagpad.

Haar man, Jasper, heeft afgelopen week haar ouders aan de Poolse grens opgehaald en zij wonen nu bij hun in. Familie en vrienden verblijven nog in Oekraïne. Olga heeft een directe lijn met hen en weet zodoende waar behoefte aan is. Ze is begonnen met geld inzamelen voor medicamenten: EHBO-trommels en EHBO-koffers,

pijnstillers, brandwondenverzorging etc. Medicamenten zijn prioriteit nummer twee. Bepaalde medicijnen en medisch materieel zijn alleen verkrijgbaar op doktersrecept, maar ook artsen en ziekenhuizen zijn ter wille en werken mee aan de actie.

Olga heeft inmiddels een Oekraïense speelgroep opgezet. En vraagt de link hieronder te delen met Oekraïense ouders in Leiden en hun gastgezinnen. Het is een groep waar ze elkaar iedere vrijdag kunnen ontmoeten en kinderen samen kunnen spelen: facebook.com/groups/288508393360736



Ella

Ook Ella Skretkowska is in actie gekomen. Zij is Poolse en woont sinds 2006 samen met haar echtgenoot in de Tacitusstraat. Ella komt uit Leszczawka, een klein dorp dichtbij de grens met Oekraïne. Ze was daar juist

toen de oorlog uitbrak. Ze was zo emotioneel over de oorlog, dat ze niet meer kon slapen: ze moest iets doen!

Ze begon met een inzameling van alles waar behoefte aan was, zoals warme kleding, dekens, jassen en knuffels. Inmiddels zijn er weer andere specifieke dingen nodig, zoals medicijnen, sokken en ondergoed. Via haar werk bij een groot cateringbedrijf kon ze het vervoer regelen. Alleen de benzinekosten moesten ze zelf voorschieten, maar dankzij een bijdrage van gemeente Leiderdorp, waar haar echtgenoot werkt, en giften van particulieren kwam dat goed. Ze hebben inmiddels twee transporten laten uitvoeren.

Ella laat mij een kaart zien en vertelt: "In Przemyśl komen de treinen met vluchtelingen aan. Mijn zus woont

daar vlakbij in mijn geboortedorp. In het dorpshuis worden alle goederen gesorteerd en uitgereikt of deze worden naar elders getransporteerd. Bijvoorbeeld naar het weeshuis in een nabijgelegen stad, waar ook kleine kinderen van vluchtelingen worden opgevangen." De kracht van Ella bestaat eruit dat ze in het grensgebied veel contacten heeft en snel kan zorgen dat de goederen op de juiste bestemming komen. Een telefoontje naar haar zus volstaat om daar direct de meest noodzakelijke spullen te brengen.

Ella maakt zich grote zorgen. Het was de droom van haar en haar echtgenoot om een huis te bouwen in Polen om daar later te gaan wonen en werken. Of deze toekomstdroom ooit nog bewaarheid zal worden is onzeker. Alles staat nu op losse schroeven.



De Oekraïense vluchtelingen hebben een aparte status en een werkvergunning verkregen om in hun onderhoud te voorzien. Een essentieel verschil met andere statushouders is, dat van hen wordt verwacht dat ze werk zoeken in Nederland. Dus mocht u werkracht(en) nodig hebben meldt dit dan aan de gemeente: Meldpunt.oekraïne@leiden.nl

VASTGOED ONDERHOUD

Willem Baart & Zn. Al meer dan 50 jaar

Voor al uw onderhoud aan uw woning.

- Binnen-/buitenschilderwerk
- Isolatieglas
- Stukadoorswerk
- Timmerwerk

Voor meer informatie bezoek onze website of onze Facebook pagina.

Hoge Rijndijk 278A • 2314 AL Leiden • Tel.: 071 5234111 • info@baartbv.nl

www.baartbv.nl  Vind ons op facebook



Samenwerking versterken tussen wijkbewoners, sociaal domein en hulpverleners

De zorg is aan het veranderen en Visser fysiotherapie en sport gaat hierin mee. “Door de vergrijzing neemt de druk op de zorg toe en stijgen de kosten. De oplossing hiervoor ligt voor een deel in de wijk” Aldus Pepijn Mattie fysiotherapeut bij Visser. “Zorg moet meer om de bewoners heen gebouwd worden en de samenwerking tussen verschillende hulpverleners in de wijk moet sterker. Zo kunnen we duurdere zorg zoals ziekenhuiszorg voorkomen, en de buurt versterken.” Voorbeeld hiervan is de gecombineerde levensstijl interventie waarbij de levensstijlcoach, diëtist en de buurtsportcoach samenwerken. Tijdens dit traject van twee jaar worden deelnemers begeleid met afvallen. Visser fysiotherapie biedt deze interventie aan, maar heeft de levensstijlcoach en diëtist ook in huis voor een op een consulten.

Pepijn:

“Ik ben de afgelopen anderhalf jaar bezig met het volgen van een master aan de Hoge School Leiden. Deze master richt zich op wijkgerichte zorg. Centrale vragen zijn hierbij: Hoe ziet de wijk eruit? Welke problemen spelen hier? Hoe kunnen we in samenwerking met alle betrokkenen dit oplossen? De oplossing moet niet alleen vanaf boven opgelegd worden, maar juist in samenwerking met bewoners. Voor mijn eindonderzoek richt ik mij op bewoners, vaak 65+, die acuut zijn opgenomen. Niet

alleen de rede van opname heeft negatieve effecten. Ook de opname zelf heeft effecten op de fysieke en mentale gezondheid. Daarom wil ik met bewoners, het sociaal domein en hulpverleners een samenwerking opzetten. Met als doel zorgen dat bewoners die terugkeren vanuit het ziekenhuis begeleiding kunnen ontvangen bij herstel. Dit helpt bewoners weer zo goed mogelijk meedoen in het dagelijks leven.” Heeft u hier ideeën over of wilt u hier een keer over meepraten. Dan kunt u altijd contact opnemen met p.mattie@visserfysio.nl

(Advertentie)



Fysiotherapie:

- Sportfysiotherapie
- Manueeltherapie
- Kinderfysiotherapie
- Postoperatieve revalidatie
- Medical taping
- Dry Needling

Sport:

- Sport Je Fit
- Sport Je Slank
- Pilates
- BodyShape
- Yoga
- Bootcamp

VISSER
fysiotherapie en sport
071 512 31 11
visserfysio.nl

**Ons aanbod:
4 sportlessen
naar keuze
gratis!***

**U kunt bij ons
terecht voor:**

*vraag naar de voorwaarden

Praktijkassistente: contact met patiënten

Françoise van der Meel is één van de zes praktijkassistenten in het Gezondheidscentrum Roomburgh en doet haar werk met hart en ziel. De assistenten draaien verschillende diensten, zoals baliedienst, backoffice diensten en zij hebben ook een eigen spreekuur. Françoise verzorgt op woensdagmiddag het controle-sprek uur voor patiënten met risico op hart- en vaatziekten.

Het werk van de assistenten bestaat voor een gedeelte uit administratieve werkzaamheden, zoals het wegwerken van mails en faxen, telefoon aannemen, spreekuren plannen, en in- en uitschrijvingen verwerken.

Urgentie

Aan de telefoon zullen de patiënten ook merken dat de assistentes triëren. Dat wil zeggen dat het assistententeam geschoold en getraind is om aan de telefoon door te vragen naar de klachten, zodat zij rekening kunnen houden met de urgentie van het inplannen van het contact. Vandaar al die vragen aan de telefoon. Daarnaast zijn er de praktische zaken, zoals het sterilisatieproces, instrumenten klaarzetten voor geplande ingrepen, assisteren bij ingrepen of spoedjes, urineonderzoek en het spreekuur begeleiden. Ook zorgen zij voor de innerlijke mens, zij zetten koffie en thee voor de medewerkers en delen aan het eind van de middag water en limonade uit.

Contact met patiënten

Françoise doet het werk al ruim dertig jaar. Zij heeft toen haar kinderen klein waren twintig jaar op een huisartsenpost gewerkt, zodat zij haar werk in de avonden, nachten, weekenden en feestdagen kon doen als haar man thuis was en voor de kinderen kon zorgen. Inmiddels kunnen de kinderen zichzelf aardig redden en is zij teruggekeerd in een huisartsenpraktijk en werkt nu bijna twee jaar tweeëneenhalve dag per week in het gezond-

heidscentrum, waar zij het erg naar haar zin heeft. Het contact met de patiënten vindt zij het allermooiste in haar werk. Het opvangen van patiënten, verzorgen van wonden, geven van (griep)prikken, oren uitspuiten, wratten behandelen, uitstruikjes maken doet zij met liefde. Zij vindt het fijn mensen zo goed en gepast mogelijk te begeleiden en gerust te stellen.

Trainingen

Het team dat in Roomburgh in de huisartsenpraktijk werkt bestaat uit de huisartsen met een vaste waarnemer en een AIOS (arts in opleiding), de praktijkondersteuners, de praktijkassistenten en een financieel manager. Kortgeleden is het assistententeam naar een reanimatiecursus geweest. Het team volgt sowieso geregeld trainingen en bijscholing om de kwaliteit van zorg optimaal te houden. Françoise gaat in november een SOH-opleiding volgen. Dit is een opleiding voor het opvangen van de kleine traumatologie in de huisartsenpraktijk. Het is een gezellig, betrokken en aanspreekbaar enthousiast team. Zij werkt met veel voldoening en neemt met plezier deel aan de teamuitjes.



Activiteiten in Huis van de Buurt Matilo

Naast hersengymnastiek kan je ook lekker bewegen in het buurthuis. De sportcoaches van Inluzio organiseren verschillende sportieve activiteiten binnen en buiten. In het buurthuis kan je meedoen met gymclubs voor ouderen. Voor jongeren wordt wekelijks zaalvoetbal georganiseerd in de gymzaal van de Lorentzschool en kan je meedoen met een spelletje voetbal of basketbal.

Bridgeclub zoekt uitbreiding!



In de maanden september tot en met mei komt iedere dinsdagmiddag een groep enthousiaste, niet meer heel jonge bridgers in Matilo bij elkaar. Er wordt niet met het mes op tafel gespeeld, maar wel serieus. Verschillende deelnemers hebben bij een officiële bridgeclub gespeeld, maar vinden het bezwaarlijk om 's-avonds nog de deur uit te gaan. En een paar spelen nog steeds bij een club, maar vinden het gezellig in een ontspannen sfeer een middag in het buurthuis te spelen. Voor de Corona-pandemie telde deze dinsdagmiddagclub 24 leden, toen wij na het beëindigen van de strenge voorschriften de zaak weer oppakten, waren daar nog 10 van over. De Corona en de daardoor voorgeschreven afzondering in combinatie met de gevorderde leeftijd heeft in onze groep huisgehouden. Wij zouden het fijn vinden als er weer wat nieuwe gezichten bijkomen, om onze bescheiden clubcompetitie weer wat spannender te maken. Als u er iets voor voelt kunt u informatie vragen bij Reini Hulsker op telefoonnummer 071-5120981.

Biodanza

Houd je van dansen, dan is BIODANZA misschien iets voor jou. Biodanza is een creatieve vorm van dans, beweging en bewustwording. Het komt oorspronkelijk uit Zuid-Amerika. Er wordt gedanst op verschillende soorten muziek, waaronder wereldmuziek, popmuziek en klassieke muziek. Ze doen niet aan voorgeschreven pasjes. Biodanza is er voor jong en oud. Deelnemers zijn ieder keer weer verrast over de positieve doorwerking ervan in hun dagelijks leven. Niet voor niks betekent 'biodanza': dans van het leven. Deze biodanza cursus is afgestemd op beginners. De lessen worden gegeven door Ankie Hendriks op donderdagavond in het Huis van de buurt Matilo. De zaal is open vanaf 19:45 uur. De les begint om 20.00 uur en duurt tot 21:30 uur. Na afloop is er gelegenheid om thee te drinken.

Wat kost het? Je begint met 3 proeflessen voor €25. Daarna kun je kiezen uit twee leskaarten: 5 lessen voor €55 of 10 lessen voor €100.

Is je interesse of nieuwsgierigheid gewekt? Instroom van nieuwe deelnemers is altijd mogelijk! Informatie en aanmelding: tel. 06-49229661, e-mail: biodanzametankie@gmail.com
Zie ook: biodanza.nl/docent/ankie-hendriks/

Zelfregiecentrum Leiden

Zelfregiecentrum Leiden is een laagdrempelige ontmoetingsplek voor iedereen waar niks moet en alles mag.

Op woensdag zijn we geopend van 13:00 tot 17:00 uur bij huis van de buurt Matilo, Zaanstraat 126.

Op dinsdag zijn we geopend van 10:00 tot 17:00 uur op de Buurtontmoetingsplek (BOP), Willem Klooslaan 15.

Bekijk onze website en facebook pagina voor ons aanbod aan activiteiten en aanvullende informatie.

website: www.zelfregiecentrumleiden.nl
facebook: Zelfregie centrum Leiden
e-mail: zelfregiecentrumleiden@gmail.com

Creatieve klussers gezocht

In het Huis van de Buurt Matilo willen we nog meer sfeer. In de cursuszaal en De Romein zullen de driehoekige vides worden aangekleed. Voor de cursuszaal wordt gedacht aan een jaren zeventig interieur. Voor De Romein is de uitdaging groter.

Voor de cursuszaal zijn we op zoek naar spullen met een jaren zeventig uitstraling. Wie heeft er nog meubels, lampen of misschien zelfs behang uit die tijd? Alles is welkom om een flitsende metamorfose te bewerkstelligen. Je kunt deze spullen, in overleg met Natascha Zwetsloot, naar het buurthuis brengen. Haar e-mailadres staat hiernaast. Voor De Romein is het thema wat breder. Het idee is om in de vide een presentatie te maken van de herkomst van de bewoners uit onze wijken. Er kan daarbij gedacht worden aan een wereldbol op een standaard waarop de verschillende herkomstgebieden worden aangegeven. Of anders een wereldkaart waarop de instroom is getekend. Of misschien kan er vanuit de vier windstreken worden gedacht?

Wie wil er meedenken over de uitvoering en helpen bij het maken? Het is een uitdagende klus met een hoop eer van je werk als het eenmaal leuk is aangekleed. Voor de beeldvorming... de maten van de vide in De Romein zijn: 4,5 meter

breed, 1,30 meter diep en 3 meter hoog. De hoek in de nok is 45 graden, de hoeken in bodem zijn 30 graden. Ben je creatief en handig? Meld je dan aan bij NZwetsloot@inluzio.nl



Fotografen in onze wijk:

Opgelet!



Het barst in onze wijk van bewoners die een creatieve hobby hebben: schilderen, tekenen, handvaardigheid, beeldhouwen... noem maar op. Het Huis van de Buurt Matilo is op zoek naar wijkbewoners die fotografie als hobby hebben.

Met deze fotografen willen we graag een paar keer per jaar bij elkaar komen. Deze bijeenkomsten moeten leiden tot een expositie van foto's die aan de hand van een thema/opdracht door deze fotografen gemaakt zijn. De expositie is dan te zien in de grote zaal van ons Huis van de Buurt Matilo. De foto van de winnaar krijgt een erepagina in de Romekrant.

Los van het doel om te komen tot een aantal foto-exposities per jaar, willen we het graag met de belangstellende fotografen hebben over een verdere invullingsmogelijkheden van zo'n bijeenkomst. Dat kan van alles zijn. Van een workshop tot foto- en ervaringsuitwisseling.

Om hier meer duidelijkheid over te krijgen nodigen we elke bewoner die als hobby fotografie heeft graag uit voor een korte bijeenkomst.

Datum: zaterdag 23 april
Tijd: 13:00 uur
Plaats: Huis van de Buurt Matilo.

We vinden het wel fijn als je van te voren even laat weten dat je langskomt. Stuur je mailtje naar: NZwetsloot@inluzio.nl

Ben jij een hobby fotograaf en wil je meer met je foto's en je hobby? Meld je aan en kom graag langs! Tot 23 april.

Werkgroep Fotografie: Natascha Zwetsloot, Marten Ris, Micha de Bruin en Rob Beurse



De toekomst van Meerburg

De wijk Meerburg werd in de jaren zestig gebouwd voor de grote hoeveelheid werkende Leidenaren, voor wie in de stad te weinig woningen beschikbaar waren. Portaal en de Sleutels zorgden voor de huurwoningen in de flats en de meeste laagbouw bestond uit koopwoningen.

Hier ontstond dus een gemengde wijk, waar tegenwoordig door veel steden nog een voorbeeld aan genomen kan worden. Langzamerhand veranderde de populatie in de huurflats, omdat er in Leiden steeds meer andere woningzoekenden met een krappe beurs verschenen. De aanwezigheid van een Huis van de Buurt zorgde ervoor dat de diverse bewoners elkaar regelmatig ontmoetten, want behalve activiteiten voor kinderen en jongeren was er ook veel te doen voor de oudere bewoners. En gezien het feit dat in Meerburg geen café of restaurant te vinden was of is, weten veel bewoners hun Matilo goed te vinden.

Draagvlak

Al met al is Meerburg voor de bewoners een geliefde buurt. Maar ja, na meer dan vijftig jaar beginnen sommige woningen gebreken te vertonen, en dan vooral de flats. Door Portaal, de Sleutels en de gemeente is al enige tijd overleg gevoerd over de juiste aanpak van de wijkverbetering. Vanaf begin dit jaar is er overleg met de bewoners en de omwonenden. Jan van der Geest, manager van Portaal, verzekert dat de gemeente en de corporaties het belangrijk vinden dat er een breed draagvlak voor de plannen is. Ze zoeken momenten om bewoners te informeren en hun meningen te horen: zo zullen de corporaties waarschijnlijk ook op de buurtcamping van de zomer aanwezig zijn met een stand.



Subsidie

Maar niet alleen de wensen van de huidige bewoners spelen een rol bij de planvorming, ook de hedendaagse eisen van de gemeente zijn belangrijk. Grote vraag is natuurlijk hoe de toekomstige huurprijs er voor de huidige bewoners van de flats uit gaat zien en de mogelijkheden voor subsidie. Hiervoor maken de corporaties een sociaal plan en gaan met de bewoners in gesprek. Ook de gemeenteraad wil controle over de plannen in het kader van de gebiedsvisie.

Onderzoek

Onze maatschappij vereist dus dat er een nota van uitgangspunten is, dat er bewezen draagvlak is voor de plannen en dat er een zorgvuldig onderzoek wordt uitgevoerd. Dat alles zorgt op dit moment nog voor veel onzekerheid en overleg. Hoopgevend voor onze wijk is wel dat er veel tijd wordt uitgetrokken voor overleg en onderzoek. Zo worden we dus niet overvallen met plannen voor flats van vijftien verdiepingen!

Een avond voor ideeën over de inrichting van Meerburg

dinsdag 10 mei om 19:30 uur in buurthuis Matilo

10.
mei

Er staat de komende jaren veel te gebeuren in de wijk Meerburg. Wat gaat er met de flats gebeuren, hoe komt de nieuwe energievoorziening er uit te zien, waar en hoe zou er nieuw gebouwd kunnen worden en hoe willen we met het groen omgaan mede in het kader van ons klimaat?

De gemeente en woningbouwcoöperaties gaan hierin samenwerken, maar zoals naar voren kwam tijdens het verkiezingsdebat van 7 maart jl. willen we als buurtbewoners hierbij serieuze inspraak en medezeggenschap. Diverse buurtbewoners hebben aangegeven graag actief mee te willen denken om zodoende vanuit de wijk tot voorstellen te komen.

De Wijkvereniging en de klankbordgroepen van huurders van Portaal en de Sleutels organiseren deze bijeenkomst om ideeën uit te wisselen over de diverse onderwerpen. Er komen bewonersinitiatieven van elders aan bod, die met succes een verandering in hun wijk hebben weten te realiseren. De opzet is dat er groepjes gaan komen, die zich willen verdiepen in een van de onderwerpen.



*Kom dus vooral vertellen wat u belangrijk vindt
of graag anders zou willen zien en wat daarvoor nodig is.*



Rijschool Roomburg



Vlot, veilig en zelfstandig leren autorijden





Boek gratis een proefles!

rijroomburg.nl
06 - 44470006




Wijkvereniging Roomburg
@wijkverenigingroomburg · Community

Facebookpagina voor bewoners van de Leidse wijken Roomburg en Meerburg.

Volg hier het nieuws en mededelingen van de wijkverenigingen.

 Wijkvereniging Roomburg
 roommeerburg.nl

Borsboom
accountants & adviseurs

Financiële dienstverlening voor het MKB

- Financiële administratie
- Belastingen
- Salarisadministratie
- Advies



Lekstraat 88-A T 071 54 10 852
2314 VJ Leiden
info@borsboom-accountants.nl
borsboom-accountants.nl



Uw full-service notariskantoor!

Bakker & Neve
NOTARISSEN
MARC NEVE



Hét familie notariskantoor waar persoonlijkheid, kwaliteit en scherpe tarieven de boventoon voeren!

Wij zijn uw full-service notariskantoor en staan altijd voor je klaar om de belangrijkste momenten van je leven goed te regelen.

Bij Bakker & Neve bieden wij u graag op een laagdrempelig wijze advies op gebied van o.a. familierecht, onroerend goed en vennootschapsrecht.

Voor meer informatie
bel 071 - 589 92 01
of bezoek onze website:
www.notarissen.tv

Loevestein 12 in Leiderdorp
T (071) 589 92 01
E info@notarissen.tv
W www.notarissen.tv

leuke activiteiten bij 'Stekelnoot in actie'

(Ludy Feyen)

Naast de Stekelnoot zijn bakken geplaatst waarin we planten gaan verbouwen waarmee je kunt verven. Op vrijdagochtend worden deze planten verzorgd door Jean Morris, botanist en wonend in Meerburg. Vind je het leuk om mee te komen doen, wees welkom! Ook kun je je opgeven voor twee cursussen die gaan over het verven met planten.

Botanical printen

o.l.v. Corrie Koenen uit Roomburg

Van planten de meest prachtige afdrukken maken op textiel, Corrie Koenen is een bevoegen botanical printer. In een serie van 5 cursusdagen leer je de basis technieken en toepassingen.

Data vrijdagmiddag van 13:00 -15:00 uur op: 13 mei, 27 mei, 10 juni, 24 juni en 8 juli 2022. Kosten bedragen €62,50 p.p. voor de hele cursus. Locatie: Huis van de Buurt Matilo Opgave: info@ludyfeyen.nl



Deze activiteiten worden mede mogelijk gemaakt door financiële bijdrage van Portaal, St. Salix en Fonds1818.

Wol verven

o.l.v. Dorothee Olthof van Prae archeologie & educatie

In onze wijk Meerburg werd in de Romeinse tijd wol geveerd, onder andere met gebruik van de Stekelnoot plant. Dorothee blaast de oude technieken nieuw leven in en leert je de fijne kneepjes.

Data: vrijdagmiddagen 20 mei wol verven en 3 juni met de door jou geveerde wol bandweven. Kosten bedragen €25,- p.p. voor de hele cursus. Locatie: Huis van de Buurt Matilo Opgave: info@ludyfeyen.nl



(Advertentie)

Team ASARUM Bloemen sinds 1992

- boeketten
- planten, glas & potterie
- losse bloemen
- bezorgdienst en Fleurop

Hoge Rijndijk 76 - info@asarum.nl




Jantje Beton en NLDoet

In de week van 7 maart tot en met 13 maart wemelde het van de drukte rondom de Hopper, de thuisbasis van Scouting St Jozef. Op dinsdag- en donderdagavond en zaterdag hebben alle jeugdleden en leiding zich ingezet voor Jantje Beton. Een goed doel dat zich inzet voor meer buiten speelruimte in Nederland. Dit doen zij door middel van nationale buitenspeeldagen te organiseren en in wijken nieuwe speeltuinen te bouwen. Dit vinden wij als scouting natuurlijk ook hartstikke belangrijk en zijn dan ook erg blij dat wij kunnen helpen dit te realiseren. Met collectebussen en qr-codes trokken al onze leden in groepjes erop uit om in de buurten rond de Hopper en in Leiderdorp langs de deuren te gaan.

Naast dat een deel van het geld naar Jantje Beton gaat, gaat er ook een deel naar de vereniging. Met dit geld zorgen wij ervoor dat ook wij buitenactiviteiten en kampen voor alle jeugdleden kunnen blijven organiseren. Door middel van huis-aan-huis collecte en straat-collecte hebben we een voorlopig bedrag van €2514,37 opgehaald!

Daarnaast hebben verschillende vrijwilligers van de vereniging zich op zondag 13 maart ingezet voor NLDoet. Dit is een initiatief van het Oranje Fonds, dat alle vrijwilligers in de spotlights zet en iedereen uitnodigt te helpen bij een maatschappelijke organisatie. Scouting St Jozef gebruikt deze dag om de Hopper een goede opknapbeurt te geven. Zo is er zondag 13 maart aandacht besteed aan de muren, het plafond en de deuren. Deze kregen een nieuwe laagje verf en zien er weer splinternieuw uit. De dakgoten zijn weer netjes leeg en ook zijn er verschillende kleine reparaties uitgevoerd, zodat alles het weer goed doet. Dit allemaal in het heerlijke lentezonnetje!



Vraag je je nou af wat de St Jozef nog meer allemaal beleeft op de zaterdag in Park Matilo, neem dan vooral een kijkje op onze facebook-pagina en Instagram. Daar plaatsen we alle avonturen van onze leden en vrijwilligers!



Knutselen met eierdoos

Knutselen met eierdoos

Nodig:

- Eierdoos
- Schaar
- Verf (geel en grijs)
- Papier (roze en grijs)

Pak de eierdoos en knip de hoge stukken in de binnenkant eraf en leg ze aan de kant. Knip daarna een paar gaten in de eierdoos en verf de eierdoos geel. Dit moet de kaas voorstellen. Dan verf je de hoge stukken grijs en laat de verf opdrogen. Plak ze op de doos. Maak dan de oren van het grijze en roze papier en plak ze op de grijze stukken en teken een gezichtje erop. Klaar!

Zo moet het er ongeveer uitzien.



7	2		5	9	6		
					6	2	
3							4
4			3	2			
				8			1
1	3				4		2
			8			5	
2	6				7		
	5			7			

Voedselbos in Hof van Matilo

Het biologische voedselbos Hof van Matilo moet een plek worden waar vrienden en buurtgenoten elkaar ontmoeten onder de schaduw van de oude fruitbomen. Een voedselbos is een goede en leuke manier om samen met voeding en natuur bezig te zijn.

De productie van voedsel is steeds verder van de consument af komen te staan. Het voedselbos is een kans om weer te ervaren waar het eten op je bord vandaan komt. Het Hof van Matilo wordt door de mensen uit de buurt opgezet en onderhouden. Zo nodig wordt de hulp ingeschakeld van tuinlieden met een beperking, via Gemiva-SVG. Daarnaast zal Hof van Matilo een educatieve rol vervullen door bijvoorbeeld schoolklassen uit te nodigen voor een excursie en kinderen uit te nodigen als junior boswachter mee te helpen met de aanplant van nieuwe bomen en struiken. De gemeente is van mening dat het Hof van Matilo het verdient om gerealiseerd te worden. Er zijn concrete afspraken over de overeenkomst met de gemeente en de levering van materialen.

Kanttelingen

Op donderdag 24 februari 2022 gaf Walter Schrader, als initiatiefnemer, in Huis van de Buurt Matilo verdere uitleg. Voor de informatieavond werden twee kanttelingen gemeld. Een buurtgenoot constateerde dat men daar de hond niet meer kon uitlaten zonder de poep op te ruimen. Hij voorspelde dat mensen dat uit gewoonte zouden blijven doen. Meerdere buurtgenoten voorzagen vernielingen en overlast door hangjongeren, die hun troep niet zouden opruimen. Dit is voor deze omgeving een veelgehoorde klacht. Er zal in elk geval met de gemeente worden gesproken over een aanvullende mogelijkheid om de hondenuitwerpselen op te ruimen.



Werkperspectief

Meer dan veertig geïnteresseerden hebben de avond bezocht. Er waren interessante sprekers van onder andere de Ontwerpacademie, die met het aanbod van stageplaatsen en ontwerpen voor meer voedselbossen en ecologische tuinen tegemoet zal proberen te komen aan de behoefte aan werkperspectief voor jongeren. Er werd nogmaals naar bezwaar gevraagd en bij handopsteken werd duidelijk dat iedereen met het initiatief en het plan instemde. Dit is door de vertegenwoordiger van de gemeente Leiden, die op de avond aanwezig was, geconstateerd.

Voortvarend begin

Er is op verzoek een voortvarend begin gemaakt. Afgesproken is dat iedere zaterdag aan het voedselbos zal worden gewerkt. Meer dan twintig vrijwilligers hebben zich voor verschillende functies of als geïnteresseerden aangemeld. Een enthousiaste groep heeft inmiddels de fruitbomen gesnoeid. Ook werd een begin



gemaakt met een houtwal waarin insecten, maar ook kikkers, padden en salamanders beschutting kunnen vinden. Met de door de gemeente aangevoerde zes kub houtsnippers zullen we op een natuurlijke en diervriendelijke manier met looppaden rond de fruitbomen de vorm van de tuin aangeven en tegelijkertijd de grond verrijken.

Buurtbewoners zijn iedere zaterdag tussen 10:00 en 12:00 uur welkom om mee te werken aan het bio diverse voedselparadijs voor mens en vlinders in wording. Op de website van de wijkvereniging roommeerburg.nl is een dossier toegevoegd waar wekelijks verslag wordt gedaan van de activiteiten in het voedselbos.

Leven in en rondom de volière

(Lian Kamphuis)

Tuinieren is met op de achtergrond het heerlijke gekwetter van vogels nog rustgevender. Door de handen ineen te slaan met de wijkverenigingen hebben we sinds vorig jaar weer een goed gevulde volière. We hebben onder andere zebra-vinken, parkieten, kwartels, kippen en diamantduiven. En nu zijn er ook een paar nestjes en kunnen we kleine schattige vogeltjes bewonderen. We zien ook genoeg aanloop vanuit de hele wijk. Jong en oud genieten ervan.

De lege flessen-actie en de bijdrage uit het budget van de Wijkvisie zorgen ervoor dat het achterstallig onderhoud, ontstaan door jaren van leegstand, nu in één keer kan worden opgelost. Binnenkort wordt er een waterafvoer aangelegd, zodat de vogels droge voetjes houden.

De stadstuinen levert de ruimte en enthousiaste vrijwilligers die zich iedere dag bekommeren om het welzijn van de dieren. Samen met gemeente

Leiden, die voer en medicatie levert, kunnen we de vogels goed verzorgen. Wij vinden het ontzettend leuk dat wij hiermee een bijdrage kunnen leveren aan de buurt. Als je het ook leuk vindt om je als vrijwilliger aan te melden dan kan dat natuurlijk. Je hoeft geen lid te zijn van de tuin. Aanmelden kan via secretariaat@stadstuinenleiden.nl. Het kost je hooguit een uurtje per week op een tijdstip dat het je zelf uitkomt. Kom langs en geniet met ons mee.



Stichting Mooi Matilo presenteert: Het Paradijs in Matilo

Op zondag 22 mei van 12:00 tot 17:00 uur verandert Park Matilo in een waar paradijs waar jong en oud zich kunnen onderdompelen in de prachtige tuinen en boeiende geschiedenis van het park. Historische tuinders, stadstuinders, schooltuinders, wijnboeren en vele andere paradijsvogels zetten deze dag het park extra in het zonnetje! Kom luisteren naar oude en nieuwe verhalen over het paradijs, wilt de mooiste bloemen, proef heerlijke oosterse en Romeinse hapjes, maak zaadbommen voor de bijen, leer alles over de eetbare planten in het park, bak paradijselijke broodjes boven het vuur, meng je eigen kruidenthee en nog veel meer!

Kaartjes (incl. hapjes!) kosten €7,50 voor volwassenen en €3,50 voor kinderen t/m 12 jaar en zijn te bestellen op parkmatilo.nl.

Paradijsvogels gevraagd!

Om Park Matilo om te toveren in een paradijs zijn vele handen nodig: tenten opbouwen en afbreken, bar draaien, workshops begeleiden en allerlei hand-en-spandiensten. Heb je zin om mee te helpen in het Paradijs? Neem dan contact op met Dorothee Olthof via muma@parkmatilo.nl



Workshops en rondleidingen

Van april t/m augustus organiseert Stichting Mooi Matilo vele rondleidingen en workshops voor jong en oud over de Romeinen, middeleeuwse zusters, eetbare planten, oude ambachten en nog veel meer.

Op maandag 18 april van 14:00-15:30 uur vertelt een (bijna) echte Romeinse soldaat alles over het Romeinse fort Matilo tijdens een rondleiding door het park. We verzamelen bij de Fabrica, het nieuwe bezoekerscentrumpje midden in het park. Kaartjes kosten €6,50 en zijn te bestellen op parkmatilo.nl

Op maandag 9 mei tussen 15:30-17:00 uur kunnen kinderen van 8-12 jaar leren vuur maken zonder lucifers. Als het vuurtje brandt, gaan we er natuurlijk iets lekkers op bakken! Deelname is gratis, maar geef je wel van tevoren op via muma@parkmatilo.nl

Houd de website parkmatilo.nl en de schermen in de Spar en het buurthuis in de gaten voor de rest van het programma!

Fabrica in Park Matilo

(Tom Hazenberg)

Dinsdag 15 maart 2022 was een groot moment in Park Matilo. Bijna tien jaar na de feestelijke opening van het park tussen Roomburg en Meerburg is op het Castellum-veld het eerste Limes-bezoekerscentrum geplaatst, genaamd Fabrica, het Latijnse woord voor werkplaats. Vanuit de Fabrica zal de Stichting Mooi Matilo bezoekers van Park Matilo, sinds 2021 UNESCO Werelderfgoed, ontvangen. Ook zullen hier workshops, rondleidingen en de lunches voor de gasten van de Limesvaarten van de Leidse Rederij worden georganiseerd.

De keet is een cadeau van de Leidse wijkvereniging Cronestein. Op de keet staat nu nog een kunstwerk van de bekende, maar mysterieuze

Kabouter-schilder. Deze graffiti-kunst zal worden beschermd achter een houten wand. Stichting Mooi Matilo en de wijkverenigingen Roomburg en Meerburg zijn de stadgenoten van Cronestein dankbaar voor deze gift.

Stichting Mooi Matilo en de wijkverenigingen werken aan een groter bezoekers- en activiteitencentrum in het park. De Fabrica wordt de komende jaren de plek waar deze plannen verder worden uitgewerkt. De opening is naar verwachting in mei of juni. Vanaf dat moment zullen Park Matilo, de wijken en Leiden een volwaardige bezoekslocatie voor het nieuwe werelderfgoed hebben.

Volg de Limes in je wijk: parkmatilo.nl



Eerste wielervedfestival in Leiden

Op het terrein van LRTV Swift Leiden vindt op zaterdag 23 april 2022 het eerste DEMO festival plaats. Tijdens deze dag kunnen Leidenaren sportieve fietsen testen op het parcours van Swift op de Bult, zowel op het weggedeelte als op het mountainbike parcours. De sportieve dag wordt aangekleed als festival, inclusief springkussen en foodtrucks.

Wielrennen beleeft sinds corona zijn grootste populariteit ooit. Jong en oud fietst solistisch of in groepen door de polders op de racefiets en naast mountainbikes zijn gravel- en strandfietsen flink in opmars. Leidse fietsliefhebbers kunnen sinds jaar en dag terecht bij LRTV Swift en onder studenten is recent wielervereniging Klik opgericht. Een wielervedfestival kende onze regio echter nog niet. Daarom slaan Raas bikes en Swift de handen ineen. Op 23 april vindt het eerste regionale wielervedfestival plaats. U kunt hier genieten van een biertje van de Leidsche brouwerij Pronck en er is live muziek van de huisband Choco. Kinderen zijn zeer welkom. Zij kunnen zich uitleven op het springkussen. Bij minder weer wordt er uitgeweken naar het clubhuis.



Locatie:
LRTV Swift,
Willem van der Madeweg 1
Leiden.

Tijd:
10:00 - 15:00 uur

muziek:
tot 17.00 uur.





*Wij staan voor persoonlijke aandacht,
betrokkenheid en flexibiliteit*

Fysiotherapie aan huis en 's avonds mogelijk.
Lid van ParkinsonNet
MS-netwerk
CNA-netwerk
Neuronet

Gespecialiseerd in:
- Orthopedische Revalidatie (postoperatief heup/knie)
- Medical Taping
- Oedeemtherapie
- Psychosomatische Fysiotherapie

Leonie van der Bruggen
Fienke Griffioen
Dominique Polanen

Hof van Roomburgh 4 - 2314 ZB Leiden - Tel. 071-5416200
www.fysiovanterbruggen.nl



M. Fokke
tandarts

Hof van Roomburgh 4-6
2314 ZB Leiden
tel. 071 - 541 42 33

**PRAKTIJK VOOR ALGEMENE
TANDHEELKUNDE**

PREVENTIE RESTAURATIE ESTHETIEK
ORTHODONTIE

www.tandartsfokke.nl

071-5414233

De Arcade - School en kinderopvang in één

Schooldirecteur Geert-Jan Wijgergangs en Kinderopvangmanager Nicole Gerritsen slaan de handen ineen om een frisse start te maken na de coronamaatregelen. We laten de peuters van het dagverblijf weer wennen bij de kleuters van de basisschool: iedere week alvast een dagdeel meekijken met de kleuters en meedoen met hun dagritme. Zo wordt de overgang naar de basisschool makkelijker.

School en kinderopvang zullen thema's met elkaar afstemmen, zodat we gebouwbreed aan dezelfde projecten werken met kijkmiddagen voor ouders. Schoolouders kunnen dan ook komen kijken op de kinderopvang en kinderopvangouders kunnen alvast de sfeer proeven op school.

Vanuit de buitenschoolse opvang zullen maandelijks workshops aangeboden gaan worden. Kinderen die in de wijk wonen en niet op de buitenschoolse opvang komen, zijn van harte welkom om mee te komen doen. Hou de facebookpagina en Instagram van Partou Arcade in de gaten!



Heeft u interesse in een rondleiding op de school en/of de kinderopvang, neem dan contact met ons op.

OBS de Arcade, directeur Geert-Jan Wijgergangs, 071 - 522 83 16
Partou Arcade, locatiemanager Nicole Gerritsen, 071 - 206 20 02



**de apotheek met een persoonlijke aanpak
bij u in de buurt.**

Overstappen is zo geregeld, wij vragen uw gegevens op bij de vorige apotheek.
Neem wel uw ID bewijs mee

Houdt u rekening met 2 dagen levertijd bij chronische medicatie.
Geef uw e-mailadres door. Dan krijgt u een berichtje als uw aanvraag klaar staat.

24 en op 31 december zijn wij tot 16:00 uur open.

Hof van Roomburgh
2314 ZB Leiden | 071-5661188
www.apotheekroomburgh.nl



**Logopedie Centrum
José Nijboer**

**Communiceren is alles,
daarom Logopedie!**

Hof van Roomburgh 4,
2314 ZB Leiden

Tel. nr.:
06-83021114

Email:
logopediecentrumjosenijboer@gmail.com



Ons streven is het leveren van goede zorg voor iedereen, jong en oud, wonende in de wijken Roomburg en Meerburg. Hierbij stellen wij u graag centraal en geven wij iedereen persoonlijk aandacht.

Wij zijn een geaccrediteerde praktijk en leiden jonge aankomende huisartsen op.
Wij hebben diverse spreekuren voor onder andere astma, diabetes, COPD en hart- en vaatziekten.

Ook hebben wij speciale aandacht voor kwetsbare ouderen.
Kijkt u gerust eens op onze website, of kom langs voor een kennismakinggesprek.



Op dit moment vindt er een renovatie plaats waardoor de spreekkamers van onze praktijk tijdelijk verhuisd zijn naar de andere zijde van de flat. De ingang is nog hetzelfde.

Wij hopen dat het deel van de huisartsen voor de zomer is afgerond.



Hof van Roomburgh 4 - 2314 ZB Leiden
071 5416555 - www.roomburgh.eu



PROGRAMMA

Huis van de Buurt Matilo

Maandag

09:00 - 12:00 Koffie inloop
09:30 - 11:30 Naald & Draad (*naaiclub*)
10:00 - 12:00 Een Goede Buur (*inloop*)
10:00 - 14:00 Biljartclub 1
13:00 - 14:30 Nederlandse les voor Beginners
13:30 - 16:30 Koersbal
14:30 - 17:15 Huiswerkondersteuning
(*groep 7/8 en klas 1/2*)
18:00 - 20:00 Resto van Harte (*inloop vanaf 17:30 uur*)
20:00 - 21:30 Yoga

Dinsdag

09:00 - 12:00 Koffie inloop
09:30 - 11:30 Kleding en Accessoires (*naaiclub*)
10:00 - 12:00 Teken en Schilderen
10:00 - 12:30 Inloop Computercafé
13:00 - 16:30 Bridge
13:30 - 15:00 Nederlandse les voor beginners
14:00 - 17:00 Juridisch Spreekuur
op afspraak: 06-85887463
inloopspreekuur@leidssteunloket.nl
15:15 - 16:45 Sport in de Wijk
14:00 - 20:00 Huiswerkbegeleiding
16:00 - 17:00 Talentplaza (*8-12 jaar*)
muziek, dans, kleien, zang
19:00 - 23:00 Biljartclub 2
19:30 - 21:30 Naald en Draad (*naaiclub*)
19:30 - 21:00 Italiaans voor beginners
19:30 - 22:00 Kaarten Maken (*5 en 19 april, 17 en 24 mei*)



Woensdag

09:00 - 12:00 Koffie inloop
09:00 - 10:00 Ontbijt (*kosten €1,-*)
09:00 - 11:30 Quilting Bee (*eens in de twee weken*)
10:00 - 11:00 Ouderengym groep 1
11:00 - 12:00 Ouderengym groep 2
12:30 - 14:30 Teken en Schilderen
13:00 - 17:00 Zelfregiecentrum Leiden
14:00 - 16:00 Sport in de Wijk (*8-12 jaar*)
14:00 - 15:00 Knutselen (*8-12 jaar*)
13:30 - 16:00 Biljarten 3
14:00 - 16:00 Zaalvoetbal (*vanaf 15 jaar*)
in Gymzaal Lorentzschool
17:00 - 19:00 Inloop voor jongeren
19:30 - 22:00 Bingo, iedere 2e woensdag van de maand
20:00 - 22:00 Leesclub (*eens in de zes weken*)

Donderdag

09:00 - 12:00 Koffie inloop
09:30 - 12:30 Bridge
10:00 - 12:30 Inloop Computercafé
10:00 - 12:00 Country Line Dance
12:00 - 14:00 Een Goede Buur (*op afspraak*)
16:00 - 17:00 Suba Do-In Yoga
19:45 - 21:30 Biodanza voor beginners

Vrijdag

09:00 - 12:00 Koffie inloop
09:45 - 11:45 Klaverjassen
10:00 - 12:00 Mantelzorg spreekuur
15:30 - 18:00 Masterchef Matilo (*koken*) vanaf 13 jaar
19:00 - 21:30 Jongerenavond (*vanaf 14 jaar*)
19:00 - 23:00 Country Line Dance

Zaterdag

10:00 - 12:00 Biodanza

Zondag

10:30 - 12:30 Open Floor (*vrije dans*)
10:00 - 15:00 Rommelmarkt
(*data bekend bij Huis van de Buurt*)



De Wijkverenigingen Roomburg en Meerburg

De Wijkverenigingen Roomburg en Meerburg werken aan een aantrekkelijke woonomgeving voor alle bewoners: gezinnen, jongeren, ouderen en alleenstaanden. De bestuursleden nemen deel aan gemeentelijk overleg over voorzieningen in de wijken en spreken met bewonerscommissies en buurtbewoners over wensen en ideeën. Ook zoeken zij actief verbinding met andere wijkorganisaties. Door het publiceren van wijkinitiatieven wordt een actieve deelname bevordert, waardoor mensen elkaar leren kennen en naar elkaar omkijken. Daarvoor gebruiken zij de volgende kanalen:

De ROME-krant is een onafhankelijke uitgave van de beide wijkverenigingen. De krant wordt huis aan huis verspreid door vrijwilligers en verschijnt drie keer per jaar met nieuws over ontwikkelingen in onze wijken.

Digitale nieuwsbrief: Meld u voor de nieuwsbrief aan bij bestuur@wijkroomburg.nl Dan houden we u periodiek via e-mail op de hoogte van wijknieuws en evenementen.

Actueel wijknieuws wordt geplaatst op:

Website: www.roommeerburg.nl/nieuws/
Facebook: www.facebook.com/wijkverenigingroomburg/
Informatieschermen: De SPAR, Huis van de Buurt Matilo, Zorgcentrum Roomburgh
De Buurtapp: nextdoor.nl

Heeft u zelf een suggestie?

<https://www.roommeerburg.nl/contact/>

Heeft u een vraag, een opmerking of een leuk idee over de wijk? Vul het contactformulier in en we zullen u zo spoedig mogelijk contact met u opnemen!

Zoekt u een instantie om u verder te helpen met vragen?

<https://www.roommeerburg.nl/links/>

Hier vindt u de contactgegevens van alle maatschappelijke organisaties en voorzieningen in de wijken.

Wilt u nalezen wat er gebeurt in de wijken?

<https://www.roommeerburg.nl/dossiers/>

Blijf op de hoogte! Lopende dossiers, waarin ontwikkelingen in en om de wijken worden bijgehouden, zoals De Bult en recent het Voedselbos.

Veilig verkeer in de wijken

Wij zijn op zoek naar wijkbewoners die zich willen inzetten voor verbetering van de verkeersveiligheid in en rondom de wijken. Ben jij die persoon, stuur dan een mail naar romekrant@wijkroomburg.nl of bel met Ankie Verlaan: 06 - 53213737 voor meer informatie.

Lidmaatschap

U kunt het werk van de wijkvereniging steunen door lid te worden. U betaalt een bijdrage van €12,50 per gezin per jaar. Stuur een mail naar bestuur@wijkroomburg.nl. Woont u in de wijk Meerburg, dan bent u automatisch lid.

Ophalen frituurvet

Hoi, mijn naam is Lene. Ik ben 15 jaar oud en woon bij u in de buurt. Ik ga langs de deuren fietsen om flessen gebruikte frituurvetten en -oliën op te halen. Op deze manier zorg ik ervoor dat het niet in het riool belandt, maar gerecycled wordt tot duurzame biodiesel. Ik krijg een vergoeding voor het ophalen en daarnaast doneer ik 10% van de waarde aan een goed doel. Woont u in Roomburg,

Meerburg, Waardeiland of de Professoren-wijk? Ik zou het enorm waarderen als u mij in de toekomst kunt laten weten wanneer ik uw gebruikte frituurvetten en -oliën op mag komen halen.

U kunt mij bereiken op frituurvet2314@gmail.com
Meer info: www.projectfrituurvet.nl

