

# Kijk op de wijk

MEI/JUNI  
2024  
JAARGANG 4  
#3

Schothorst

Zielhorst

Hoefkwartier

Participatiemakelaar Bob Venus

**CREATIEF PIONIEREN IN  
HOEFKWARTIER**

Huiskamerbibliotheek Schothorst

**BOEKEN BINNEN  
HANDBEREIK**

Op de hoogte blijven van activiteiten en initiatieven voor en door bewoners? Volg het nieuws uit de wijken ook online: [www.szhwijken.nl](http://www.szhwijken.nl)

Omslagfoto:  
José Vorstenbosch

Twee keer per maand verschijnt ook de digitale Nieuwsbrief SZH. **Nog geen abonnee?** Stuur dan een mail met uw naam naar [NieuwsbriefSZH@gmail.com](mailto:NieuwsbriefSZH@gmail.com), o.v.v. Nieuwsbrief SZH.

Deadline volgend nummer (juli/augustus 2024):  
31 mei 2024.

- 4 Participatiemakelaar Bob Venus
- 7 Warm welkom - Column Ingrid Gaarhuis
- 8 Huiskamerbibliotheek in de Koperhorst
- 10 Nieuws uit de wijken
- 12 Buurtpluktuin de Groene Orkestbak
- 14 Vrijwilligers gezocht
- 15 Aan tafel bij het Leger des Heils
- 16 Bewoner in beeld: Lydia Roodenburg
- 18 Workshops in Zielhorst en Schothorst
- 20 Nieuws uit Hoefkwartier
- 22 Cora Koning over verduurzamen
- 24 De Ondernemer - Fietsreparatie Amersfoort
- 25 Hinkelbaan tegen eenzaamheid
- 26 Waar in de Wijk? - Lezersvraag
- 27 Vaste activiteiten -Agenda mei/juni



## 12

### NIEUWE BUURTPLUKTUIN IN ZIELHORST



## 16

### GASTVROUW BIJ HET GROENE HUIS



## 25

### HINKELBAAN TEGEN EENZAAMHEID

## NAAR BUITEN

Als het goed is lees jij deze Kijk op de Wijk in de lente en kunnen we ons verheugen op de zomer. Hopelijk laat het weer veel buitenactiviteiten toe. Ben je van plan om lekker te gaan fietsen? Laat je fiets dan nakijken door fietsenmaker Jeroen ten Kulve die in dit blad wordt voorgesteld.

Wij hebben ons best gedaan om in deze uitgave wat zomerse artikelen op te nemen. Zo wordt er hard gewerkt in diverse tuinen, zoals in buurtpluktuin De Groene Orkestbak, en worden her en der tegels gewipt om plaats te maken voor meer groen. Je maakt kennis met Lydia Roodenburg, gastvrouw in Het Groene Huis, en in juni kun je op Landgoed Schothorst weer inspiratie opdoen op de Groene Markt. Behalve aan vergroening wordt in SZH ook steeds meer gedaan aan verduurzaming van woningen. Lees de tips die hebben geleid tot besparing in een appartementencomplex.

Maar het is niet alleen groen wat de klok slaat – onze wijken laten ook andere kleuren zien. In de Hinkelbaan tegen eenzaamheid bijvoorbeeld, of in de activiteiten van participatiemakelaar Bob Venus in Hoefkwartier. We zijn benieuwd naar de realisatie van het kunstwerk op de fietsenstalling in Hoefkwartier.

En wist je al dat de Koperhorst een Huiskamerbibliotheek heeft, een officiële dependance van de Bibliotheek Eemland? Ze hebben daar onder meer boeken met grote letters – fijn als je de lettertjes in gewone boeken te klein vindt.

In Schothorst en Zielhorst zijn verschillende plekken waar je kunt aanschuiven voor een betaalbare maaltijd of lunch. Onze 'reporter' Silvia Toebak gaat de komende tijd het eten én de sfeer proeven. Haar eerste bezoek in deze serie is bij het Leger des Heils.

Verder geven we oproepen door van projecten en activiteiten die hulp of deelnemers kunnen gebruiken, zoals Dementievriendelijke wijk (Schothorst) en het Naaiatelier op vrijdagavond in 't Middelpunt. Ook de workshops voldoen kennelijk aan een behoefte – ze worden steeds drukker bezocht.

Er is dus weer veel te doen en te beleven in SZH – je leest erover in deze Kijk op de Wijk. Veel plezier en tot in de zomer!

Namens de redactie,

**Margriet Guiver-Freeman**

Heeft u de QR-code op de achterpagina al gezien? Deze is opgenomen op verzoek van enkele lezers die Kijk op de Wijk graag digitaal willen lezen. Scan de code met uw smartphone of tablet/iPad, dan wordt u vanzelf doorgestuurd naar de juiste pagina op onze wijkwebsite.

# “IK HOOP DAT HOEFKWARTIER EEN ZIEL KRIJGT”



Foto: José Vorstenbosch

**Sinds begin dit jaar is Bob Venus participatiemakelaar in Hoefkwartier. Hij gaat niet langs de deuren, maar wil zijn werk op een creatieve manier invullen. Zijn aanpak past goed bij deze wijk in wording. “Ik wil vooral spontane en frisse dingen doen.”**

“Ik heb hiervóór twee jaar als kunstenaar gewerkt. Elke dag in je atelier zitten lijkt heel romantisch, maar het is ook best eenzaam.” Bob Venus is autodidact kunstenaar en heeft een achtergrond in het sociaal werk. “Ik heb veel wijkprojecten

gedaan waarbij mensen op een creatieve manier met elkaar verbonden werden.”

Hij liep binnen bij Indebuurt033 en gaf aan dat hij graag voor deze organisatie wilde werken. Het duurde even voordat er een geschikte vacature kwam: participatiemakelaar in Hoefkwartier. “Ik moest lang wachten, maar uiteindelijk had ik wel de baan die bij mij paste: mensen met elkaar verbinden en zorgen dat bewoners in deze nieuwe wijk het naar hun zin hebben.”

## Hetzelfde beestje

We spreken elkaar in de LOUF, een tijdelijke locatie in Hoefkwartier waar Bob een atelier heeft. Hij is dan ruim twee maanden aan de slag als participatiemakelaar. Dat doet hij drie dagen per week, de andere dagen werkt hij als kunstenaar. “Dat zijn twee verschillende dingen, maar het gaat wel om hetzelfde beestje. Ik wil mijn werk als participatiemakelaar op een creatieve manier invullen.”

## “MIJN MOTTO IS: SAMEN MOOIE DINGEN MAKEN”

Hij legt uit waarom dat in Hoefkwartier nogal voor de hand ligt. “Hier is gewoon nog niks. Er is geen buurthuis, er zijn geen winkels. Idealiter is het zo dat een huisarts, wijkteam of een organisatie zegt: we hebben een cliënt die meer mee wil doen, kun je die in contact brengen met anderen of met activiteiten die bij hem of haar passen? In Hoefkwartier zijn wel mensen met noden en hulpvragen, maar die komen niet automatisch bij mij terecht.”

## Gezicht laten zien

“Ik ben niet het type dat overal aanbelt en zegt: hallo ik ben Bob, ik ben participatiemakelaar, wat kan ik wat voor u betekenen?” Hoe pakt hij het dan wel aan? Hij denkt meer aan pop-up projecten in de wijk. Maar de eerste maanden was hij vooral bezig met overal zijn gezicht laten zien: overleggen en gesprekken voeren met organisaties die actief zijn in Hoefkwartier.

Inmiddels kriebelt het enorm om iets te gaan doen. Bijvoorbeeld rondrijden met een Hoef taxi, een riksja waarmee mensen een gratis rit door de wijk kunnen maken, en dan gesprekken voeren: waar wonen ze, hebben ze het naar hun zin en kan hij eventueel iets voor ze betekenen?

Of een groot kunstwerk van negen bij drie meter neerzetten met tafels en stoelen erbij, een plek waar mensen elkaar kunnen ontmoeten. “Het kunstwerk is gemaakt door driehonderd mensen uit heel Nederland. Er komt nog een boodschap bij: You don’t have to fight for a place at the table.”

## Poten in de klei

Dat pionieren ligt hem goed. “Ik vind het leuk om met mijn poten in de klei te staan en vanaf niets te starten. Je begint ergens aan en je weet niet precies waar het uitkomt.” En dat past dan weer mooi bij deze wijk in wording, met een gemêleerde populatie van zo’n zeventhonderd mensen, onder wie nieuwe bewoners, studerende en werkende jongeren, mensen die begeleid wonen, statushouders, arbeidsmigranten en op dit moment ook nog asielzoekers en gevluchte Oekraïners. “Het is wel zoeken hoor. Ik wil vooral spontane en frisse dingen doen, niet te zwaar. Ik hoop dat Hoefkwartier een ziel krijgt en dat het een leuke, veelkleurige ziel is.”

Over deze wijk wordt veel nagedacht en gepraat, maar daarbij gaat het volgens Bob vooral over de inrichting en nog te weinig over de mensen die er (gaan) wonen. “Ik ben er echt voor de bewoners. Heb je ideeën voor de wijk of wil je meer contact? Wil je bijdragen aan de wijk door middel van een project? Laat het me weten, dan gaan we het samen voor elkaar boksen. Mijn motto is samen mooie dingen maken. Ik heb veel vrijheid, ik heb een creatieve kop; als mensen met ideeën komen, ben ik hun man. Samen maken we Hoefkwartier.”

**JOSÉ VORSTENBOSCH**



**newlife  
computers**

**New Life Computers zit al ruim 20 jaar in het hart van Zielhorst en is dé specialist in het leveren van nieuwe laptops, computers en allerhande randapparatuur. Ons zeer ervaren team geeft u hierbij een gedegen advies.**

#### **Wat levert New Life Computers**

- Levering van nieuwe laptops, pc's, Apple uit voorraad
- Levering van INTEL NUC mini-pc computers uit voorraad
- Levering van op maat gemaakte computers uit voorraad
- Levering van printers, cartridges, tablets e.d.
- Data Recovery
- Reparatie van alle merken pc's en laptops, ook Apple
- Instellen email / overzetten data / installatie aan huis
- Gratis hulp op afstand

**Kom eens vrijblijvend binnenlopen.  
De koffie staat altijd klaar.**

**New Life Computers**  
Albert Schweitzersingel 303  
3822 BV Amersfoort  
(033) 457 17 75  
info@newlifecomputers.nl  
www.newlifecomputers.nl



## **WARM WELKOM**

In de afgelopen maanden heb ik als buurtnetwerker de kans gekregen om de dynamiek en het unieke karakter van Schothorst, Zielhorst en Hoefkwartier van dichtbij te ervaren. Elke dag brengt een nieuwe ontdekking met zich mee. Door weer en wind, met zon of regen, niks houdt mij tegen om op de fiets op pad te gaan. De ritjes door de wijk, van en naar mijn afspraken, zorgen steeds voor een glimlach op mijn gezicht.

Ik heb mogen ervaren hoe elke wijk zijn eigen identiteit, behoeften en uitdagingen heeft, wat mijn werk zowel boeiend als verrijkend maakt. De vriendelijkheid en openheid van de mensen maken elk gesprek bijzonder. Er zijn veel enthousiaste, inspirerende en betrokken bewoners. Ik heb me echt welkom gevoeld. Ik kijk ernaar uit om nog meer mensen te ontmoeten en samen te werken aan het versterken van onze wijken.

Sinds februari vangt het Campanile Hotel op bedrijventerrein De Brand in Zielhorst asielzoekers op. Mijn gesprekken met de medewerkers maakten duidelijk dat de mensen wat hulp kunnen gebruiken van wijkbewoners. Het gaat dan om leren fietsen, het ontdekken van de Nederlandse taal en het leren kennen van de wijk.

Waar kun jij een handje helpen? Jouw bijdrage kan een groot verschil maken. Samen kunnen we onze wijken nog mooier maken en een warme, welkome plek creëren voor iedereen, inclusief de tijdelijke bewoners van het Campanile Hotel. Laten we verbinding zoeken

en samenwerken om van onze wijk de beste plek te maken om te wonen. Kom, doe mee en laten we samen een verschil maken.

Ik kijk ernaar uit om jullie te ontmoeten.



**Ingrid Gaarhuis, buurtnetwerker SZH**  
**E: [ingrid.gaarhuis@indebuurt033.nl](mailto:ingrid.gaarhuis@indebuurt033.nl)**  
**M: (06) 16 08 66 37**

# “JE HOORT HIER GEWELDIGE VERHALEN”



**Al zo'n acht jaar is er in woonzorgcentrum de Koperhorst in Schothorst een Huiskamerbibliotheek, een dependance van de Bibliotheek Eemland. Bewoners van de Koperhorst kunnen daar boeken lenen, maar ook buurtbewoners die lid zijn van de bibliotheek zijn van harte welkom. Ophalen en terugbrengen van boeken kan zelfs dagelijks van half acht tot tien uur.**

Iedere maandag, woensdag en vrijdag wordt de huiskamerbieb van tien tot half twaalf bemenst door enthousiaste vrijwilligers. Op maandag zijn Ine Jacet en Ferhaan Kajee aanwezig. Bewoners van de Koperhorst kunnen dan langs-

*Vrijwilligers Ferhaan Kajee en Ine Jacet*

komen om een boek uit te zoeken of iets te vragen. Vanwege de kleine collectie is het voor bewoners van de Koperhorst fijn dat ze boeken die ze graag willen lezen kunnen reserveren. Ferhaan, Ine en de andere vrijwilligers helpen mensen bij het aanvragen van boeken als zij digitaal niet zo vaardig zijn.

### Grootletterboeken

Ine en Ferhaan vinden het vrijwilligerswerk erg leuk. “Je hoort hier geweldige verhalen van mensen. Het is ook leuk om met mensen

over boeken te praten. We vragen dan wat ze van een boek vonden. Ze zijn heel eerlijk als het boek hen niet bevalt, het wordt dan niet uitgelezen. Daar willen ze hun tijd niet aan verdoen.” De helft van de collectie bestaat uit grootletterboeken. “Sommige bewoners halen vooral deze boeken. Omdat ze visueel zijn ingesteld heeft dat de voorkeur boven luisterboeken, die ook in de collectie te vinden zijn.”

### “WE WILLEN GEEN EILAND ZIJN”

In de Koperhorst is ook een pilot met een Informatiepunt Digitale Overheid (IDO). Daar biedt men hulp aan mensen voor wie het lastig is om via de computer met de overheid in contact te komen. Het gaat daarbij om zaken als DigiD, toeslagen, de Belastingdienst of de AOW. Iedere tweede maandag van de maand kunnen mensen van half tien tot half twaalf met vragen in de Koperhorst terecht. De pilot stopt in juni, maar je kunt tijdens de IDO-sprekuren altijd terecht in de andere vestigingen van de Bibliotheek Eemland.

### Reuring in huis

Veel zorgcentra hebben het druk met de zorg voor de bewoners. De Koperhorst organiseert allerlei activiteiten waarbij alle buurtbewoners welkom zijn. Hebben ze daar wel tijd voor? Wilma Pol, coördinator welzijn en vrijwilligers bij de Koperhorst: “We willen geen eiland zijn; we zijn onderdeel van de samenleving en die willen we binnenhalen. Dat geeft reuring in huis. Je organiseert iets en dan is het niet zo ingewikkeld dat er mensen uit de wijk aanschuiven.”

Het valt op dat er een prettige en relaxte sfeer in de Koperhorst hangt. Ine: “Het is hier gezellig. Ik kom er graag.” De vrijwilligers geven aan dat Wilma de voorwaarden voor het vrijwilligerswerk schept en dat zij veel ruimte krijgen om hun

### Huiskamerbibliotheek

In de Huiskamerbibliotheek kunnen bewoners van de Koperhorst boeken lenen. Buurtbewoners die lid zijn van de bibliotheek en voor wie het niet mogelijk of moeilijk is om naar een van de vestigingen van de bibliotheek te komen, zijn ook van harte welkom. Je kunt uit een kleine collectie boeken kiezen en boeken inleveren. Bovendien kun je online boeken reserveren en die in de Koperhorst ophalen. Er is één keer per week een levering naar deze Huiskamerbibliotheek, dus als je een titel direct nodig hebt is het handiger om naar de betreffende vestiging te gaan. Het mooie is dat de Koperhorst voor het ophalen en terugbrengen van boeken ruimere openingstijden heeft dan de andere vestigingen: iedere dag van half acht tot tien uur.

In de Koperhorst is, net als in 't Middelpunt in Zielhorst, sinds kort ook een peuterbieb. Er staat een kast met kinderboeken die ouders met jonge kinderen kunnen lenen. Uit de peuterbieb kan zonder pasje geleend worden, dus ook door mensen die geen lid van de bibliotheek zijn.

Meer informatie over Huiskamerbibliotheek en peuterbiebs: [www.bibliotheekeemland.nl](http://www.bibliotheekeemland.nl)

werk te doen. Bewoonster Joke: “Het is een goede bibliotheek. De mensen die hier werken zijn heel lief!”

**IRENE STOK**

# NIEUWS UIT DE WIJKEN



## GROENE MARKT

Op zondag 2 juni is er van 11.00 tot 16.00 uur weer een Groene Markt op landgoed Schothorst. De Groene Markt is een inspirerende doe-dag voor het hele gezin. Naast kramen met biologische en duurzame producten vindt u er informatie over onderwerpen die te maken hebben met groen en duurzaamheid. Bijvoorbeeld over hoe uw tuin klimaatvriendelijk gemaakt kan worden.

Op de markt kunt u tevens kennismaken met actieve bewoners die zich inzetten voor een groen en duurzaam Amersfoort. Ook andere aspecten komen aan bod, bijvoorbeeld hoe je boodschappen doet met eigen verpakkingen of hoe je begint met het verduurzamen van je huis. Verder worden er verschillende mini-workshops en rondwandelingen georganiseerd, en voor kinderen zijn er knutselactiviteiten en een speurtocht.

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

## DEMENTIEVRIENDELIJKE WIJK

Na Kattenbroek en Soesterkwartier is ook in Schothorst het project Dementievriendelijke wijk gestart, gesubsidieerd door de Gemeente Amersfoort. In twee jaar tijd werken verschillende organisaties en sleutelfiguren in de wijk aan het versterken en vergroten van de leefbaarheid in de wijk voor mensen met dementie en hun omgeving. Hoe wordt dit bereikt? Door het creëren en vergroten van bewustwording en het praktisch trainen van sleutelfiguren in de wijk, zoals winkelmedewerkers, vrijwilligers, de wijk-agent, beveiligers, boa's en medewerkers van openbare voorzieningen. Het doel is dat zij tips en trucs krijgen bij het herkennen van dementie en het omgaan met mensen met dementie.

Wilt u meer weten of heeft u belangstelling om een rol te spelen in de uitvoering? Neem dan contact op met projectleider Esther van Rijnsoever-Ockeloen, [esther@dementievriendelijkewijk.nl](mailto:esther@dementievriendelijkewijk.nl). Of kijk op [www.dementievriendelijkewijk.nl](http://www.dementievriendelijkewijk.nl).

## NAAIATELIER ZOEKT LEDEN

Ben je het bankhangen op vrijdagavond ook zo zat? Heb je aan het eind van de week weinig energie over? Hier krijg je energie van: kom naar ons naaiatelier, elke vrijdagavond van 19.00 tot 22.00 uur in 't Middelpunt. Wij zijn een groep van zeven vrouwen van verschillende leeftijden, met elk onze eigen expertise. Samen kunnen we bijna elk naai probleem oplossen. Er is geen druk: als je een jaar over een project wil doen, of alleen maar wil foeteren tegen je naaimachine, dan is dat geen enkel probleem. Enige basiskennis is wel handig. Neem je naaimachine en een project mee en kom een avondje meedoen. Er zijn geen kosten aan verbonden. Meer informatie: [o.bekkering@gmail.com](mailto:o.bekkering@gmail.com).

## DOE MEE IN SCHOTHORST 2024 GAAT NIET DOOR

Op onze oproepen om deel te nemen aan Doe Mee in Schothorst, onder meer in Kijk op de Wijk, kregen we een paar heel leuke reacties van enthousiaste wijkbewoners. Daar bleef het echter bij. Ons doel, het organiseren van een écht verbindende, inspirerende dag voor de wijk, lijkt op dit moment helaas niet haalbaar. Daarom hebben wij besloten Doe Mee in Schothorst op 5 oktober niet door te laten gaan. We blijven hopen dat een dergelijk breed, inclusief wijk-evenement in de toekomst mogelijk zal zijn.

De kerngroep van Wijkraad Schothorst

## ONTMOETINGSPLEK SCHOTHORST

Aan de Olivierplaats is een portacabin geplaatst, een nieuwe ontmoetingsplek voor en door bewoners van Schothorst. De officiële opening van het gebouwtje is op 25 mei. Op dit moment zijn er al enkele bewoners met goede ideeën voor deze plek, zoals een creatieve middag, taallessen en een middag voor kinderen. Wil jij ook meedoen, of heb je een ander idee? Stuur dan een mail naar [plaatsen@amersfoort.nl](mailto:plaatsen@amersfoort.nl).



## MUZIEKCAFÉ ZIELHORST

Iedere laatste zaterdagmiddag van de maand elkaar ontmoeten bij live muziek van Amersfoortse bands, duo's, trio's, kwartetten en koren. Toegang vrij, eerste kopje koffie of thee gratis.

## KANADA BLUESBAND



### Zaterdag 25 mei | 16.00 - 18.00 uur

Kanada Bluesband bestaat uit Henri Jansen (zang en drums), Ruud van Zuthem (zang en gitaar), Rob de Haan (toetsen) en Roland Wagenaar (zang en bas). De bandleden voelen zich op het podium op hun best. Hun blues/rock-hart slaat dan op volle toeren. Er komen songs voorbij van Stevie Ray Vaughan, Robben Ford, Johnny Lang en Cuby and the Blizzards. Ze maken ook uitstapjes naar The Doors, Pink Floyd, Emerson, Lake & Palmer en uitsmijters van Golden Earring. Daarnaast ontbreken The Scene en De Dijk niet. Contact met het publiek is voor de 'Kanadezen' een must om deze eneroverende muzikale trip te kunnen maken.

**Zaterdag 28 juni is nog een verassing!**  
In juli en augustus is er geen Muziekcafé vanwege de vakantietijd

### Zaterdag 28 september komt THE SIXTIES GENERATION

Daarover meer in een volgend nummer van Kijk op de Wijk.

Aanmelden voor optredens:  
[muziekcafezielhorst@gmail.com](mailto:muziekcafezielhorst@gmail.com).

Wijkcentrum 't Middelpunt  
Spinetpad 2 Amersfoort

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

# BUURTPLUKTUIN DE GROENE ORKESTBAK



**Op een zomermiddag in 2022 bedacht een aantal bewoners van het Paukenpad in Zielhorst dat ze een buurtpluktuin wilden. De inspiratie kwam van voormalig wijkgenote en vergroener Serai Bressers, ook initiatiefnemer van de buurtpluktuin bij 't Middelpunt. Inmiddels is de tuin gerealiseerd en kan er volop gezaaid en geplant worden.**

Wijkbewoonster Nicole Krassenberg nam contact op met de gemeente, en gebiedsbeheerder Steven Schipper keurde het idee goed: een pluktuin in de Muziekbuur met groente, fruit,

kruiden en bloemen. De tuin zou komen op een grasveld van circa 250 vierkante meter, tussen het Paukenpad en de Triangelstraat. Serai maakte een prachtig ontwerp en daarmee ging Nicole langs alle omwonenden, voor de inventarisatie van wensen en hun akkoord. Tot blijde verrassing werd het aangevraagde buurtbudget toegekend en hielp de gemeente extra mee door Daniël Roos van de Groene Loods in te schakelen. We konden beginnen!

## **Elf kuub tuinaarde**

Het hout voor de omheining en de verhoogde

bedden werd in het najaar geleverd en Daniël hielp ons met het maken van de bedden en het hekwerk. Een aantal buurtbewoners zorgde voor de catering. Aan het eind van de dag werd een mooi informatiebord gemaakt én werd een toepasselijke naam bedacht: de Groene Orkestbak.

Een maand later bracht de gemeente 11 kuub tuinaarde - ongeveer 125 kruiwagens - voor de bakken. Daarna hebben de buurtbewoners van alles gemaakt. Houtwalletjes van snoeihout waar klimplanten tegenaan kunnen groeien, zoals (sier)erwten en Oost-Indische kers. Poortjes met pergola's, waar vier prachtige klimrozen bij geplant zijn. Een kruidenspiraal van steentjes die iemand over had. Compostbakken van pallets en hout dat over was, om van het tuinafval compost te maken. Ook zijn er dertien verschillende fruitstruiken geplant, en de eerste bloembollen, groenten en fruitplantjes groeien al goed in de lentezon. Langs het hekwerk is een biodiverse haag geplant met vijftien verschillende soorten struiken en grote planten, onder meer liguster, kornoelje, winterjasmijn en wilde rozen.

## **IJsheiligen**

Het begin is er, maar er is nog genoeg te doen dit jaar. Binnenkort arriveert een tweedehands picknicktafel; een groot watervat voor regenwater en een gereedschapskist staan nog op de wensenlijst. En natuurlijk de rest van het jaar volop zaaien en planten. Dat moet nog wel even wachten tot na de IJsheiligen op 14 mei, pas daarna is er geen nachtvorst meer te verwachten.

En dan kan het grote genieten beginnen: lekker kruiden oogsten, mooie boeketjes plukken, snoepen van de aardbeien en bessen, gezellige ontmoetingen organiseren, recepten en tuintips uitwisselen en zo elkaar beter leren kennen.

Wil je ook een buurttuin(tje)? Neem contact op met Nicole: (06) 10 35 11 81. Zij kan je vertellen hoe je dat moet aanpakken.

**NICOLE KRASSENBERG EN  
KIMBERLEY KOUDSTAAL**



## **DROOMCOACH**

### **Marchien Bouwmeester**

Helpt u inzicht in uw dromen te krijgen en ze uit te leggen

Ook nachtmerries en herhalende dromen

Consult 1,5 uur

Intake gratis  
Volgende consult € 50

T: (06) 51 80 50 73

E: [marchienbouwmeester@xs4all.nl](mailto:marchienbouwmeester@xs4all.nl)

## Vrijwilligers gezocht

### Gastvrouwen/-heren

Wijkcentrum 't Middelpunt kan gastvrouwen of -heren gebruiken op maandag-, dinsdag- of donderdagmiddag. We zoeken ook één of meer mensen voor de avonden door de week. Belangstelling? Neem contact op met Jo Benink, middelpuntzielhorst@gmail.com, (06) 40 53 42 03.

**Inloophuis Schothorst** zoekt een gastvrouw of -heer voor één zondagmiddag per maand en iemand voor de dinsdagochtend. Ook mensen die af en toe een dagdeel willen invallen zijn welkom. Interesse? Neem contact op met Ineke Opstal (06 44 16 48 24) of met Ellen (06 40 26 72 03).

### Vrijwilligers Muziekcafé

Muziekcafé Zielhorst is dringend op zoek naar mensen ter versterking van het gezellige Muziekcafé-team. Het gaat met name om hulp bij de voorbereiding en begeleiding van het maandelijkse Muziekcafé. Informatie: Elmy Beekhuizen, (06) 53 30 65 77.

*Brunel Jazz Quartet*



### Chauffeurs WijkMobiel

WijkMobiel kan weer nieuwe chauffeurs gebruiken. Bel Wilma Pol (06 18 60 83 05) voor meer informatie.



Foto: Wil Groenhuisen

### King Arthur Groep

In Ontmoetingscentrum Amersfoort (Spinetpad 2, Zielhorst) biedt King Arthur Groep vijf dagen per week ondersteuning en begeleiding aan mensen met (beginnende) geheugenproblemen en dementie. Met name voor de woensdag en vrijdag zoekt King Arthur Groep vrijwilligers om te helpen met de dagelijkse activiteiten. Vindt u het leuk om met een deelnemer in gesprek te gaan, een spelletje te doen of te knutselen? Wilt u graag koken met en voor de deelnemers, of helpen bij nieuwe projecten als de 'groene vingers' en de wandelclub?

Bel of mail voor meer informatie of een kennismakingsgesprek: (06) 41 11 40 92, ocamersfoort@kingarthurgroep.nl.

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

## AAN TAFEL BIJ HET LEGER DES HEILS



Foto: Silvia Toebak

**In onze wijken zijn verschillende plekken waar je kunt aanschuiven voor een betaalbare maaltijd of lunch. In deze nieuwe serie gaat Silvia Toebak voor een lunch aan tafel bij het Leger des Heils in Zielhorst.**

Als voorafje eten we kippensoep. Vrijwilligster Reina heeft de kippenpoten thuis gegaard in een snelkookpan, en de rest van de soep klaar-gemaakt in het gebouw van het Leger des Heils aan de Albert Schweitzersingel in Zielhorst. Hierna dient Ali vanaf een rijdende serveertafel rundvleesslaatjes op, gearneerd met augurk, zilverui, een dotje mayonaise en een schijfje ei. Op tafel staan vier soorten brood, kaas, allerhande vleesbeleg, chocomel en melk. Koffie en thee is ook beschikbaar.

We openen de maaltijd met een eigen lied van het Leger des Heils. Tijdens het samenzijn is er ruimte voor een lach en een traan. Moeiteloos

worden lichte en zware onderwerpen met elkaar afgewisseld. "Ik ben met mijn dochter en schoondochter naar de Huishoudbeurs geweest. We zijn geen van drieën huishoudelijk, maar we hebben naar tassen en oorbellen gekeken." Gelach aan de eettafel.

Daarna klinkt het zachtjes: "Nog twee keer chemo en dan ben ik genezen van kanker." Reina, die naast me zit, vertrouwt mij toe: "De manier waarop deze deelneemster zich opent geeft mij energie voor de hele week als ik weer naar mijn werk ga. Dat ik haar zo zie stralen als ze dit vertelt in de groep, daar doe ik het voor."

Na de lunch wordt er, voor wie dat wil, een spel gespeeld. De kaartjes met vragen komen uit de 'kletsplot', een glazen snoepplotje gevuld met kaartjes. 'Wat is je beste eigenschap?' is de vraag die Joke voorleest van haar kaartje. Gierend zegt ze: "Dat kunnen jullie beter beantwoorden!" Carmelita die tegenover Joke zit pakt de handschoen op: "Bij Joke is het *what you see is what you get*. Joke is puur." Joke: "Ik ben geen melkchocola."

Als ik na de lunch bij mijn fiets sta, spreekt Esther mij aan. "Weet je wat het is Silvia? Ik kom hier pas vijf weken en nu is het al: 'Hey Esther! Hoe is het met jou?' Ik voel me hier echt gezien en dat is bijzonder."

Elke eerste dinsdagmiddag van de maand Leger des Heils, Albert Schweitzersingel 69  
Tijd: 12:30 uur  
Kosten: € 3,50  
Aanmelden: (033) 461 96 50

**SILVIA TOEBAK**



# “IK KAN HIER MIJN NATUUR- KENNIS DOORGEVEN”



Foto: Sybilla Poortman

**Naast Kunsthal KAdE en de Elleboogkerk is Lydia Roodenburg vrijwilliger in Het Groene Huis. Als gastvrouw ontvangt ze bezoekers, maakt hen wegwijs en beantwoordt vragen. En een keer per maand leest ze met veel succes voor over een natuuronderwerp. “Zó leuk om de mooie reacties te zien!”**

Geboren in Uithoorn, kwam Lydia 42 jaar geleden in Leusden terecht voor een soort Tiny House project in plan Munnikhoven. “We betrokken

een zogenoemd Deens huisje; bij de opening was de Deense ambassadeur zelfs aanwezig!” Het gezin verhuisde daarna naar Nijenrode in Schothorst, wat toen nog aan de rand van Amersfoort lag. Na een periode in het buitenland (Amerika en Engeland) vanwege het werk van haar man, is Lydia met haar gezin in Zielhorst gaan wonen. Door de nabijheid van het Park Schothorst met de mooie Emiclaer-vijver vonden ze deze wijk ideaal.

### Vogels spotten

Lydia houdt van kunst, leest graag en is een groot natuurliefhebber. Tijdens vakanties op Texel met een vriendin weet ze alle mooie plekjes te vinden om vogels te spotten en te herkennen. Toen ze in Nijenrode woonde kwam ze heel vaak met haar kinderen in Park Schothorst en bij de oude boerderij, het vroegere bezoekerscentrum. Haar zoon was vrijwilliger in de buitendienst en haar dochter heeft kinderen geschminkt op de boerderij. “Ik dacht altijd: na mijn pensioen ga ik hier werken. Het is om de hoek en ik ken hier veel mensen.”

Eind 2019 kwam ze met een vriendin Het Groene Huis binnen en besloot om gastvrouw te worden. Ze is daar nu één van de tien gastvrouwen/heren die wekelijks een halve dag bezoekers ontvangen. Zij maakt hen wegwijs in wat er allemaal te zien en te doen is en beantwoordt vragen over de natuur. Daarnaast helpt ze met activiteiten, verzorgt ze de bibliotheek van Het Groene Huis en houdt ze de ruimte netjes en het speelgoed schoon.

### Natuurlessen

Lydia heeft tot haar pensioen vier jaar geleden in het speciaal onderwijs gewerkt – ook in het buitenland – met allerlei leeftijdsgroepen. Ze mist haar werk niet, want ze weet haar kennis en ervaring goed in te zetten in het vrijwilligerswerk. “Docenten uit het speciaal onderwijs komen mij vragen om te helpen bij natuurlessen binnen en buiten, zelfs buiten mijn reguliere uren om.”

### “IK WAS ALTIJD AL GEÏNTERESSEERD IN DE NATUUR EN BIODIVERSITEIT”

Door haar vroegere werk kan Lydia heel goed met kinderen omgaan. Het was haar eigen idee om eens per maand op zondagmiddag voor te lezen in Het Groene Huis en dat is een groot succes. Ze gebruikt eigen boeken en boeken uit de Bibliotheek Eemland om in drie vertelrondes een leuk verhaal te vertellen over een natuuronderwerp. Daarna is er een bijpassende

doe-activiteit. “Ik steek daar van tevoren veel tijd in, dan is het zó leuk om de mooie reacties te zien. Ouders en grootouders komen mee; ik zie vaak dezelfde gezichten. Laatst werd ik in KAdE herkend als ‘de mevrouw van Het Groene Huis’, prachtig toch?!”

### Heel zinvol

“Ik was altijd al een natuurliefhebber en geïnteresseerd in biodiversiteit; daar heb ik nu veel profijt van. Dat je iets van je eigen kennis door mag geven aan nieuwsgierige bezoekers is heel zinvol. Die gesprekken, en ook de contacten met medevrijwilligers en medewerkers ervaar ik als een verrijking.”

Lijkt vrijwilligerswerk in Het Groene Huis jou ook wel iets? Kijk dan op de website voor meer informatie: [www.hetgroenehuis.nl](http://www.hetgroenehuis.nl).

### Het Groene Huis

Het Centrum voor Natuur- en Milieueducatie (CNME) is gehuisvest in Het Groene Huis in Park Schothorst. Naast een bezoekerscentrum is het ook een uitleenpunt van tientallen leskisten voor het onderwijs en vinden er diverse natuur- en milieuactiviteiten plaats.

Tot en met 31 oktober laat een expositie in Het Groene Huis zien wat er in Amersfoort gebeurt rond het NK Tegelwippen. Bovendien vind je er inspiratie en handige tips over wat je kunt doen met je oude tegels, hoe je slim omgaat met (regen)water en welke planten geschikt



zijn voor jouw tuin. Rond Het Groene Huis zijn ook voorbeelden te zien van een wadi, een eetbare tuin, een pergola én klimaatbestendige voorbeeldtuintjes.

SYBILLA POORTMAN

# WORKSHOPS VOOR EN DOOR WIJKBEWONERS

## WORKSHOPS IN ZIELHORST

*In 't Middelpunt worden regelmatig workshops voor en door wijkbewoners georganiseerd. Wijkbewoners uit Schothorst, Zielhorst en/of Hoefkwartier mogen er gratis aan deelnemen. Wil jij ook een workshop of demonstratie geven en woon je in Zielhorst of Hoefkwartier, neem dan contact op met Margriet Guiver-Freeman: (06) 11 38 03 49, bbzielhorst@szhwijken.nl.*

### Biodanza

**Dinsdag 14 mei | 14.30 - 15.30 uur, inloop vanaf 14.15 uur**

Locatie: basisschool Kameleon  
Ervaar tijdens een introductieles of deze vorm van beweging en expressie ook iets voor jou is. Het gaat vooral om plezier in bewegen op allerlei soorten muziek, van jazz of klassiek tot modern. Vaak zeggen deelnemers dat de muziek zo fijn is om op te bewegen, ze worden er blij van en komen echt tot ontspanning.

Aanmelden voor de workshop is verplicht: workshopmiddelpunt@gmail.com. Na aanmelding ontvang je via de mail praktische informatie.

### Seniorweb in 't Middelpunt

Wist je dat je elke maand in 't Middelpunt terecht kunt met vragen over het gebruik van je computer, laptop of smartphone? Seniorweb verzorgt één keer per maand op een vrijdagochtend van 10.00 tot 11.00 uur workshops in 't Middelpunt, met iedere keer een nieuw thema. Aansluitend beantwoordt de workshopleider tussen 11.00 en 12.00 uur vragen en lost hij problemen met de computer of mobiel op. De workshops zijn gratis en reserveren is niet nodig.

De thema's in mei en juni:

- Vrijdag 3 mei: Digitale erfenis
- Vrijdag 7 juni: Fraude herkennen en voorkomen

### Leuk Ouder Worden

*De workshops Leuk Ouder Worden in de Huiskamer van 't Middelpunt zijn bedoeld voor inwoners vanaf circa 55 jaar die de kwaliteit van de rest van hun leven optimaal willen maken of houden. Deelnemers krijgen informatie om weloverwogen te kunnen beslissen over diverse onderwerpen. In een kleine groep gaan we met elkaar in gesprek, ieder vanuit zijn eigen ervaring en/of vragen. De inleiders zijn altijd (ervarings)deskundigen. Meedoen is gratis, net als de koffie en thee. Vooraf aanmelden via workshopmiddelpunt@gmail.com is verplicht. Vol = voll! Of laat een briefje met naam en telefoonnummer achter in het postvak van Margriet Guiver in 't Middelpunt. Je krijgt altijd een bevestiging van je aanmelding.*

### Sta eens stil bij elke pil

**Maandag 13 mei | 19.30 - 21.30 uur**

Praktijkondersteuner Ellen Verhoeven en apotheker Iris den Hollander beantwoorden vragen over het gebruik van medicijnen. Waarom is het nodig om uw medicijnen trouw in te nemen? Wat gebeurt er in uw lichaam met het ouder worden, waardoor ook de werking van de medicijnen kan veranderen? Hoe houdt u overzicht als u veel medicijnen gebruikt? Welke hulpmiddelen zijn er beschikbaar als u merkt dat u het innemen vergeet?



Apotheker Iris den Hollander

## WORKSHOPS IN SCHOTHORST

*Inloophuis Schothorst en Wijkraad Schothorst organiseren diverse gratis workshops in het inloophuis, Lancelotpad 18. Aanmelden: info@inloophuisschothorst.nl, (033) 480 19 02. Wil jij ook een workshop geven? Neem dan contact op met Inloophuis Schothorst (033 480 19 02) of met Wijkraad Schothorst, wijkraadschothorst@gmail.com.*

### Natuurlijk gezond

**Donderdag 16 mei | 10.00 - 12.00 uur**

Ken je het gevoel dat je in het bos dieper door kunt ademen? En dat de boomgeuren je laten ontspannen? Of dat er een heerlijke geur in de lucht hangt als je in de schil van een citroen knijpt? Die geuren, dat zijn de essentiële oliën van de planten. En daar kunnen wij ons voordeel mee doen. Dineke Oduch-Wibbelink is gefascineerd door de kracht van de natuur en wat die kan doen voor onze fysieke en emotionele gezondheid. In deze interactieve workshop neemt ze je mee in de wondere wereld van de essentiële oliën.

### Bodypercussie

**Donderdag 20 juni | 10.00 - 12.00 uur**

Bodypercussie, ook wel bodymusic genoemd, is een bijzondere en niet zo bekende muziekvorm. Er worden ritmes gemaakt door stampen, vingerknippen en klappen en met de stem. Kortom, alles wat geluid kan maken. Muziek-instrumenten of speciale kleding zijn niet nodig. Het enige dat nodig is, is je eigen lichaam. Meedoen aan de workshop geeft veel energie en vereist geen voorkennis of ervaring. We stemmen ritmes op elkaar af zodat er een gezamenlijke 'groove' ontstaat. Het wordt een ochtend vol ritme en vooral veel plezier.

# NIEUWS UIT HOEFKWARTIER

## WELKOM IN HOEFKWARTIER

In het Celciushuis werken studenten van de Hogeschool Utrecht en de Hoefkwartier-makers aan de ontwikkeling van de wijk Hoefkwartier. Ze doen onderzoek of verzinnen activiteiten om de wijk levendiger te maken. Om dat duidelijk te maken, wordt het gebouw steeds meer aangekleed. Sinds maart hangen er lichtgevende letters aan de buitenkant. Heb je ze al gezien? Wil je een keer langskomen bij het Celciushuis? Mail dan naar [hoefkwartier@amersfoort.nl](mailto:hoefkwartier@amersfoort.nl).



## NIEUWE POSITIONERING

Elk kwartaal wordt er in Hoefkwartier een Hoef-café georganiseerd over de ontwikkelingen in deze stadswijk. Tijdens het laatste Hoefcafé op 4 april is met aanwezigen gesproken over een nieuwe positionering voor Hoefkwartier. Er zijn drie richtingen gepresenteerd: Hoefkwartier, proef het campusgevoel; Hoefkwartier, waar iedereen zich thuis voelt; De volgende stap zet je in Hoefkwartier. Tijdens de avond konden aanwezigen hun voorkeursroute opgeven. Ook voorbijgangers in Hoefkwartier worden binnenkort gevraagd naar hun mening. Vóór de zomer wordt de meest geliefde route uitgewerkt tot een vernieuwde positionering van Hoefkwartier.

## BEACHVOLLEYBAL IN HOEFKWARTIER

In de eerste week van juli vindt in de nieuwe stadswijk Hoefkwartier 'Beachweek Amersfoort' plaats. Op het terrein van ROC Midden-Nederland Campus Amersfoort organiseren sportverenigingen Sportworx, Sportivate en volleybalvereniging Switch Beach een actieve week op het strand. In het weekend van 6 en 7 juli vindt een van de negen toernooien van de BetCity Eredivisie Beach plaats, de topcompetitie voor beachvolleybal in Nederland. Doordeweeks zijn er allerlei activiteiten voor de buurt, bedrijven en scholen.



## KUNST OP DE FIETSENSTALLING

Drie kunstenaars kregen de opdracht om een schetsontwerp te maken voor een kunstwerk op de nieuwe bewaakte fietsenstalling bij station Amersfoort Schothorst. Een commissie van deskundigen beoordeelde samen met een groep inwoners de ontwerpen. Het ontwerp van Djaro Taribuka werd gekozen. Djaro is een jonge kunstenaar, geboren en getogen in Amersfoort. De komende maanden werkt hij zijn schetsontwerp uit tot een definitief ontwerp.



Kunstenaar Djaro Taribuka

## PODCAST ROC-STUDENTEN

Leerlingen van ROC Midden-Nederland Campus Amersfoort werken aan een podcast over de ontwikkeling van Hoefkwartier. Dit doen ze samen met de Hoefkwartiermakers, die de wijk tijdens de verbouwing verlevendigen. De leerlingen maken vier afleveringen met de thema's Bouw, Activiteiten, Kunst en Bewoners. Wie weet kom je de komende tijd in het gebied één van de leerlingen met een microfoon tegen. Als de podcasts af zijn, kun je de afleveringen onder meer vinden op de website [Hoefkwartier.nl](http://Hoefkwartier.nl).

## VERNIEUWING STATION



Station Schothorst in 1987

Sinds de opening in 1987 heeft Station Schothorst heel wat gedaanteverwisselingen ondergaan. In het begin was het kubusvormige skelet, waar vroeger het treinloket was, geel van kleur. Tegenwoordig wordt het station gezien als een 'betonnen wangedrocht' en waarderen reizigers het slechts met een 6,6. Gelukkig krijgt Station Schothorst de komende tijd een opknapbeurt. Het wordt geschilderd en krijgt een nieuwe, houten perronkap. De glazen wanden van de liftschaft en de tegels van de trapmuren worden hersteld en gereinigd. Het plein vóór het station wordt ook heringericht. Er komt een kunstwerk en een bewaakte fietsenstalling voor tweeduizend fietsen. De onlangs geopende stalling aan de achterzijde is een tijdelijke voorziening.

Heeft u nog een oude foto van Station Schothorst en omgeving? Stuur deze naar [redactiekodw@gmail.com](mailto:redactiekodw@gmail.com).



Foto: José Vorstenbosch

# “ALLE REDEN OM AAN DE SLAG TE GAAN”



Foto: Anne-Marie Vos

**Cora Koning woont al ruim tien jaar in een appartementencomplex uit 1998 in Amersfoort Schothorst. Het gebouw aan de Sara Burgerhartsingel bestaat uit 51 appartementen en enkele bedrijven. Als lid van de commissie Duurzaamheid boog ze zich over energiebesparing en vergroening. “We zijn een minimaatschappij. Dat heeft z’n charme, maar brengt ook moeilijkheden met zich mee.”**

Cora houdt enorm van de locatie en het appartement waar ze woont. In 2017 is ze betrokken geraakt bij de commissie Duurzaamheid van het gebouw. Iedereen in het complex kreeg een uitnodiging voor een voorlichtingsbijeenkomst

van de gemeente. “Mijn buurvrouw Loes en ik waren erbij. We deden mee aan een quiz en Loes won een ‘quickscan’ voor ons complex.” Uit dat onderzoek kwamen tips voor manieren om te besparen op het energieverbruik, en zo ging de bal voor Cora en Loes rollen.

### **Snelle winst**

Tijdens een Algemene Ledenvergadering van de Vereniging van Eigenaren heeft Cora de resultaten van het onderzoek gepresenteerd. Daaruit bleek dat het snelst bespaard kon worden door de bestaande verlichting te vervangen door LED lampen. Daarnaast werd het plaatsen van zonnepanelen aangeraden. Na de vergadering

hebben Cora en Loes enkele klussen op zich genomen, Cora vanuit haar kennis als milieukundige en Loes als aanjager.

Cora maakte eerst een overzicht van de onderwerpen waarmee ze zich bezig konden houden. “Duurzaamheid is een breed begrip en wordt nu veel gebruikt, maar wat betekent het eigenlijk concreet? Wij hebben de onderwerpen isolatie, mobiliteit, afval en energie opgepakt.” Door het plaatsen van LED verlichting daalde het energieverbruik enorm en de investering daarin was snel terugverdiend.

### **“ZONNEPANELEN PLAATSEN WAS EEN INGEWIKKELDE OPGAVE”**

Ze benadrukt het belang van communiceren met de andere bewoners. “Wij hebben altijd uitleg gegeven via nieuwsbrieven in de hal. Op die manier houd je mensen op de hoogte en zijn bewoners bereid om mee te werken.”

### **Gedeeld dak**

Zonnepanelen plaatsen was een moeilijker opgave volgens Cora. “Een appartementencomplex heeft veel gedeelde elementen; de entreehal, het trappenhuis, de garage, de muren en het dak. Daardoor is het technisch en juridisch een ingewikkeld verhaal.” Na een aantal jaren hebben ze uiteindelijk honderd zonnepanelen kunnen plaatsen voor het gezamenlijk energieverbruik.

Een aantal bewoners wilde graag zonnepanelen voor eigen gebruik, maar dat bleek heel moeilijk te regelen. “Het zou gaaf zijn als dat kan, maar ik zie niet hoe we dat met een gedeeld dak rond kunnen krijgen. De dakisolatie moet later wellicht vervangen worden, en wie krijgt welke plek op het dak?”

### **Vergroening**

De stoep rondom het complex is van de gemeente en wordt deels vervangen door groen. Cora: “We zullen echt iets moeten doen tegen de hitte

in de zomer, dus ik ben er enorm blij mee.” Een ander punt op de wensenlijst is de vergroening van de betegelde binnenplaats. Uit een enquête onder bewoners bleek eerder al dat een ruime meerderheid daar meer planten, struiken en bomen zou willen. Er was ook een wens voor het opvangen van water. Het kost alleen veel geld dat je niet terugverdient. Behalve in comfort, want door meer groen in je omgeving neemt de hitte in de zomer af.

Omdat Cora is begonnen aan een voltijdstudie, is ze na een aantal jaren gestopt met het werk voor de commissie. Maar verduurzaming blijft volgens haar belangrijk. “Er is alle reden om aan de slag te gaan en een steentje bij te dragen.”

### **ANNE-MARIE VOS**



### **Pedicuresalon Nailcare biedt veel mogelijkheden:**

- Pedicuren, manicuren
- Kalknagel- en/of schimmelnagelbehandeling
- Lijfkracht-Herstel voor rug- en nekklachten, Fibromyalgie
- Voetreflexmassage
- Hotstone massage
- Magneetmassage voor een betere doorbloeding

### **Behandeling aan huis mogelijk.**

### **Loes Lerou**

Kameelvinder 10 / Amersfoort  
T: 033 455 34 94 / M: 06 17 03 46 38  
E: loes.lerou49@gmail.com  
[www.pedicuresalon-nailcare.com](http://www.pedicuresalon-nailcare.com)

# “IK HEB EEN GROTE VASTE KLANTENKRING”

**Jeroen ten Kulve, eigenaar van Fietsreparatie Amersfoort, sleutelde als kind al aan fietsen. Hij wist van zijn passie zijn beroep te maken en is nu vijftien jaar fietsenmaker. Zijn werkplaats aan de Abraham Blankaartsingel in Schothorst is onlangs verbouwd en heeft inmiddels ruimte voor twee werkplekken.**

“Er is altijd werk genoeg. Ik heb het zo druk dat mijn vader ook drie dagen in de week bij me werkt. Vanuit mijn hobby wielrennen sleutelde ik altijd al aan fietsen. In mijn vrije tijd doe ik steeds aan wielrennen. Bij het VolkerWessels Cycling Team ga ik mee als mechaniker en ondersteun tijdens wielervedstrijden bij de reparatie van racefietsen.

Toen ik begon repareerde ik vooral stadsfietsen, de laatste jaren is het aantal elektrische fietsen flink toegenomen. In die zin is de fietsbranche echt anders geworden. Een aantal jaren geleden fietste je dertig kilometer op één accu, nu willen mensen bijvoorbeeld honderdvijftig kilometer op één accu fietsen. Dat kan allemaal met de techniek van deze tijd. In de loop van de jaren zijn reparaties dan ook complexer geworden. Om mijn kennis op peil te houden, blijf ik cursussen en trainingen volgen.

Ik ben vaak in de werkplaats te vinden. Dit is geen negen tot vijf baan, maar dat geeft niet omdat ik mijn werk met plezier doe. Wat ik erg leuk vind, is dat klanten aan anderen doorvertellen dat ze bij mij zijn geweest en daar heel positief over zijn. Ik heb inmiddels een grote vaste klantenkring. Ik voer alle reparaties uit aan alle merken en soorten fietsen.



Foto: Silvia Toebak

Het zijn niet zozeer de reparaties waar ik als fietsenmaker blij van word, maar van het feit dat de klant blij is als zijn fiets gemaakt is. Als iemand 's morgens bij me komt met een lekke band en ik de fiets 's middags op tijd heb gerepareerd zodat de klant de kinderen weer van school kan halen, dan zijn we allebei dik tevreden.”

Fietsreparatie Amersfoort  
Abraham Blankaartsingel 117A  
[www.fietsreparatieamersfoort.nl](http://www.fietsreparatieamersfoort.nl)

SILVIA TOEBAK

## TIEN SPRONGEN TEGEN EENZAAMHEID

**Voormalig kinderburgemeester Lynn Verhoeven uit Zielhorst had een grote droom: eenzame kinderen helpen. Daarom bedacht ze samen met de kinderraad een ontwerpwedstrijd voor een hinkelbaan tegen eenzaamheid.**

Op een hinkelbaan maak je sprongen en dat was precies wat ze voor ogen hadden: sprongen maken tegen eenzaamheid. Wat helpt om je niet alleen te voelen, hoe maak je vrienden? Kinderen uit de bovenbouw van de Amersfoortse basisscholen mochten een stoeptegels ontwerp voor de hinkelbaan. Maar liefst 125 ontwerpen werden bekeken door een jury, bestaande uit onder meer burgemeester Lucas Bolsius en de kinderburgemeester. Zij kozen tien ontwerpen uit voor de hinkelbaan. Leyla en Kyra, leerlingen uit groep acht van basisschool De Achtbaan in Zielhorst, vertellen graag over hun winnende ontwerp.



*Kyra: “We mogen zijn wie we willen zijn”*

“Op mijn tekening zie je personen met verschillende huidskleuren die beste vrienden zijn. Het maakt niet uit wie je bent of hoe je eruit ziet. Sommige kinderen worden gepest vanwege hun huidskleur, of omdat ze als meisje op meisjes vallen, of omdat ze transgender zijn. We mogen allemaal zijn wie we willen zijn.”

### Feestelijke onthulling

Op 8 april is de hinkelbaan door de kinderburgemeester en wethouders Micheline Paffen-Zeenni en Astrid Janssen feestelijk onthuld op het schoolplein van de Caeciliaschool in Randenbroek. Ook op andere scholen zijn hinkelbanen gerealiseerd. Daarnaast zijn alle ingezonden ontwerpen gebruikt om tien activiteiten te bedenken voor een vloerspel bij de hinkelbaan. Elke basisschool, de buitenkasten en kinderateliers krijgen het spel uitgereikt. Voor kinderburgemeester Lynn een mooie afsluiting van haar ambtstermijn.



*Leyla: “Een knuffel kan genoeg zijn”*

“Ik heb twee verschillende handen getekend. De ene persoon zit niet zo lekker in haar vel, die heeft even wat aandacht nodig. De andere persoon houdt die hand stevig vast. Soms hebben we niet zoveel nodig om onszelf fijn te voelen. Een knuffel kan dan bijvoorbeeld genoeg zijn. Daar kun je dan weer rustig van worden.”



## Waar in de wijk?

Op deze pagina zie je een foto uit Schothorst, Zielhorst of Hoefkwartier. Weet jij waar deze gemaakt is? Stuur je antwoord dan vóór 31 mei naar [redactiekodw@gmail.com](mailto:redactiekodw@gmail.com). Vermeld in je reactie de plaats waar de foto genomen is, evenals je naam en adres. Onder de goede inzendingen verloten we een leuke verrassing. Bewoners van de straat zelf zijn uitgesloten van deelname.

De foto in het vorige nummer was genomen op het Citerpad in Zielhorst. De winnaar van de prijsvraag is Maureen Middleton. Zij ontving een cadeaubon van Massage Keistad voor een sport-, ontspannings- of stoelmassage.

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

De redactie van Kijk op de Wijk zoekt winkels of bedrijven die deze rubriek willen sponsoren



door een leuke attentie (in natura of in de vorm van een bon) ter beschikking te stellen. Uiteraard levert dit een vermelding op in het magazine. Interesse? Stuur een mail naar [redactiekodw@gmail.com](mailto:redactiekodw@gmail.com).



## Lezersvraag

Nog nooit kreeg de redactie van Kijk op de Wijk zoveel inzendingen voor de prijsvraag Waar in de wijk? Verschillende mensen vroegen zich af wat het voorwerp op de foto was. De redactie deed navraag en kreeg het volgende antwoord van de vrouw des huizes:

*“Het is een oude seinpaal van de spoorwegen. In de twee rondjes zat oorspronkelijk rood en groen glas. Mijn man is een echte treinfanaat. Hij werkte in het onderwijs en kreeg de seinpaal van de vader van een leerling, die bij het spoor werkte. Sindsdien is hij bij elke verhuizing meegegaan.”*



### Schothorst

### Zielhorst

### Hoefkwartier

#### Locaties voor activiteiten

\* **BP = Brandpunt**, Laan naar Emiclaer 101, Z \* **CB = Cobu Boys**, Sportpark Zielhorst 10, SZ \* **CH = Celciushuis**, Parkeerplaats Station Schothorst, Disketteweg 2A, H \* **DK = Basisschool De Kameleon**, Stradivariusstraat 159, Z \* **EM = Winkelcentrum Emiclaer** \* **FZ = Fidelitas**, Sportpark Zielhorst 8, SZ \* **GH = Groene Huis**, Schothorsterlaan 21, S \* **GK = Gymzaal Koning Arthurpad**, Koning Arthurpad 25, S \* **GR = Gymzaal Raadhoven**, Raadhoven 1, S \* **Gr = Gymzaal Reinaartpad**, Reinaartpad 25, S \* **Gs = Gymzaal Spinetpad**, Spinetpad 10, Z \* **HD = Kunstgrasveld**, Henri Dunantstraat/Dorus Rijkersstraat, Z \* **Hs = De Hoeksteen**, Klaartje Donzepad 59 (033 480 7898), S \* **IS = Inloophuis Schothorst**, Lancelotpad 18 (033 480 1902), S \* **KH = Koperhorst**, Paladijnenweg 275 (033 472 6214), S \* **LH = Leger des Heils**, Albert Schweitzersingel 69, Z \* **Mp = 't Middelpunt**, Spinetpad 2, (06 40 53 42 03) Z \* **MS = 't Middelpunt**, ingang Stradivariusstraat, Z \* **Om = De Ontmoeting**, De Bekroning 2 (033 456 2805), Z \* **PG = Playground**, Disketteweg 1, H \* **PS = Grasveld Park Schothorst-Zuid** (t.o. Parkschool Stadspark), S \* **Rb = Regenboogschool**, Reinaartpad 1, S \* **RM = ROC-Midden-Nederland**, Disketteweg 2-4, H \* **SR = Speelveld Reinaartpad**, S \* **SW = Jongerenvereniging So What**, Spinetpad 4, Z \* **TR = Tennisvereniging LTV Randenbroek**, Hoolesteeg 4, SZ \* **VB = Veld Balalaikapad**, Z \* **VK = Veld Koning Karelpad**, S \* **VS = Veld Schothorsterlaan** (De Kuil) achter Parkschool), S \* **VV = VVZA**, Hoolesteeg 6, S \* **WE = Wielervereniging Eemland**, Sportpark Zielhorst 2, SZ

### Vaste activiteiten

Tijd	Plaats	Inloop/Ontmoeting: Lekker warm zitten (of werken) (gratis; soms zelfs met gratis thee/koffie)
Tijd	Plaats	Lekker eten (prijs wordt vermeld, meestal vooraf aanmelden/reserveren nodig)

#### Elke maandag

9:00 - 16:30	<b>Mp</b>	Open Huiskamer <b>Inloop/ontmoeting</b> , met voor wie dat wil: van 9:30 - 12:00: <b>ATELIER DE HUISKAMER: Tekenen/schilderen</b> , onder begeleiding van afwisselend Joke Naber en Petra Jongeneel
9:00 - 17:00	<b>PG</b>	Inloop
10:00 - 11:00	<b>KH</b>	Koffie & Ontmoeting
10:00 - 16:00	<b>MS</b>	OC King Arthur Groep 06 41 11 40 92
11:00 - 12:30	<b>Hs</b>	Sociaal Vitaal € 12,00 per maand. Aanmelden: seniorensport@sro.nl
12:00 - 13:30	<b>KH</b>	Warme maaltijd in het restaurant (€ 8,60)
13:00 - 17:00	<b>Mp</b>	Kleding maken. Info <a href="mailto:bandung1948@gmail.com">bandung1948@gmail.com</a>
13:30 - 14:00	<b>Om</b>	Fit op de stoel
14:00 - 15:00	<b>Mp</b>	Samen Actief - Wandelen. Gratis. Verzamelen bij 't Middelpunt. Aanmelden via <a href="mailto:lfugers@sro.nl">lfugers@sro.nl</a>
14:00 - 16:00	<b>IS</b>	Inloop: Elkaar gezellig ontmoeten bij een kop koffie of thee
14:00 - 16:00	<b>Om</b>	Inloop: Koffie/thee met gezellige ontmoetingen 033 456 28 05
14:30 - 17:00	<b>KH</b>	Middagcafé
16:30 - 17:30	<b>KH</b>	Warme maaltijd in het restaurant (€ 8,60)
19:00 - 21:30	<b>SW</b>	Inloop 12-23jr <a href="http://www.sowhat033.nl">www.sowhat033.nl</a>
19:00 - 22:00	<b>Mp</b>	Open Huiskamer Inloop/ontmoeting
19:00 - 22:00	<b>Mp</b>	Privé biljartclubje
19:30 - 20:00	<b>Hs</b>	Inspiratiemoment

#### In de even weken

18:00 - 18:30	<b>Om</b>	Gratis juridisch (telefonisch) spreekuur van Mr Velede van 't Westende Meeder, advocaat en mediator. 033 455 06 75 of <a href="mailto:vwm@vwma.nl">vwm@vwma.nl</a>
---------------	-----------	--

#### Eerste maandag van de maand

14:00 - 16:00	<b>KH</b>	Repair Café
19:30 - 21:30	<b>Om</b>	Silent Bookclub. Niet in juli en augustus. Soms op 2e maandag! Voor meer info zie <a href="https://www.inloophuisdeontmoeting.nl/de-silent-book-club/">https://www.inloophuisdeontmoeting.nl/de-silent-book-club/</a>

#### Tweede maandag van de maand

19:30 - 21:30	<b>Mp</b>	Leuk Ouder Worden: bijeenkomst inzake thema's die de deelnemers zelf aangeven. Gratis. Zie aankondiging in KijkOpDeWijk of Nieuwsbrief. Graag aanmelden via <a href="mailto:workshopsmiddelpunt@gmail.com">workshopsmiddelpunt@gmail.com</a> .
---------------	-----------	--

## Elke dinsdag

9:00 - 16:30	<b>Mp</b>	Open Huiskamer <b>Inloop/ontmoeting</b> , met voor wie dat wil: • wekelijks van 9:00 - 10:30 <b>Peuterbibliotheek, Voorlezen (peuters)</b> • wekelijks van 10:00 - 12:00 evt. (reserveren via 06 11 38 03 49) Kitchen Delicious <b>Koken voor Twee</b> ; • wekelijks van 13:00 - 16:00 <b>Informatie Zielhorst</b>
9:00 - 13:00	<b>Mp</b>	Kleding maken. Info bandung1948@gmail.com
9:00 - 17:00	<b>PG</b>	Inloop
9:30 - 11:00	<b>Om</b>	Wandelgroep 033 456 28 05. Na afloop samen koffie/thee.
10:00 - 11:00	<b>KH</b>	Koffie & Ontmoeting
10:00 - 12:00	<b>IS</b>	Inloop: Elkaar gezellig ontmoeten bij een kop koffie of thee
10:00 - 12:00	<b>Om</b>	Inloop: Koffie/thee met gezellige ontmoetingen 033 456 28 05
10:00 - 16:00	<b>MS</b>	OC King Arthur Groep 06 41 11 40 92
10:30 - 11:30	<b>Mp</b>	Blijf Fit Pilates (rondom de stoel) € 10,00 per maand hzuiderduin@sro.nl
12:00 - 13:30	<b>KH</b>	Warme maaltijd in het restaurant (€ 8,60)
12:30 - 16:30	<b>Mp</b>	Tafeltennis kok1980@live.nl
13:30 - 15:30	<b>LH</b>	Inloop + 50plusclub
14:30 - 15:30	<b>Gk</b>	Buurtsport 6 t/m 12 jaar. Gratis. Aanmelden via lfugers@sro.nl
14:30 - 16:00	<b>KH</b>	Variamiddag
14:30 - 17:00	<b>KH</b>	Middagcafé
15:00 - 16:00	<b>Gk</b>	Samen Actief - Fitness, Sport en spel voor volwassenen. € 6,00 p mnd. Aanmelden via lfugers@sro.nl
16:30 - 17:30	<b>KH</b>	Warme maaltijd in het restaurant (€ 8,60)
18:45 - 22:00	<b>Mp</b>	Haarknipcursus. Info/aanmelden: haarknipcursus@gmail.com
19:00 - 21:30	<b>SW</b>	Inloop 12-23jr www.sowhat033.nl
19:00 - 22:00	<b>Mp</b>	Open Huiskamer Inloop/ontmoeting

## Eerste dinsdag van de maand

12:30	<b>LH</b>	Lunch
17:45	<b>Om</b>	Gezellig samen aan tafel en bijkletsen, terwijl de kok de maaltijd verzorgt. € 7,00. Aanmelden: info@inloophuisdeontmoeting.nl

## Elke woensdag

9:00 - 11:00	<b>Om</b>	Bakkie Kroost, inloop voor (groot) ouders met kleine kinderen
9:00 - 16:30	<b>Mp</b>	Open Huiskamer <b>Inloop/ontmoeting</b> met voor wie dat wil: • wekelijks van 10:00 - 12:00 evt. (reserveren via 06 11 38 03 49) Kitchen Delicious <b>Koken voor Twee</b> * wekelijks van 9:00 - 11:30 uur: <b>Knutselen</b> Aanmelden niet nodig.
9:00 - 10:00	<b>Hs</b>	Blijf Fit Gym. Vrouwen. € 11,50 per maand. Aanmelden via seniorenport@sro.nl
9:00 - 17:00	<b>PG</b>	Inloop
9:30 - 10:15	<b>Mp</b>	Blijf Fit Gym rondom de stoel. € 11,50 per maand. Aanmelden via seniorenport@sro.nl
9:30 - 11:00	<b>KH</b>	Sjoelen
10:00 - 11:00	<b>KH</b>	Koffie & Ontmoeting
10:00 - 12:00	<b>IS</b>	Inloop: Elkaar gezellig ontmoeten bij een kop koffie of thee
10:00 - 12:00	<b>LH</b>	Inloop + Kledingverkoop
10:00 - 16:00	<b>MS</b>	OC King Arthur Groep 06 41 11 40 92
10:15 - 11:15	<b>Hs</b>	Blijf Fit Gym rondom de stoel. € 11,50 per maand. Aanmelden via seniorenport@sro.nl
11:00 - 14:00	<b>Mp</b>	Biljartles (alleen op afspraak!) Info Anton Laarakker marcanthy@hotmail.nl
12:00 - 13:30	<b>KH</b>	Warme maaltijd in het restaurant (€ 8,60)
13:00 - 16:00		Weggeefwinkel (Keerkring 118 3813 BC Amersfoort), zie weggeefwinkelamersfoort.nl
14:00 - 16:00	<b>Mp</b>	Middelpuntkoor
14:00 - 16:00	<b>IS</b>	Spelletjesmiddag (aanmelden bij administratie of info@inloophuisdeontmoeting.nl)
14:00 - 16:30	<b>Hs</b>	Informatiewinkel IdB033
14:00 - 16:30	<b>Mp</b>	Privé biljartclubje
14:30 - 15:30	<b>Gk</b>	Buurtsport 6 t/m 12 jaar. Gratis. Aanmelden via lfugers@sro.nl
14:30 - 16:00	<b>KH</b>	Handwerken
14:30 - 17:00	<b>KH</b>	Middagcafé
15:15 - 16:45	<b>Ka</b>	Biodanza. Inloop vanaf 15:00 met thee. Aanmelden per mail of telefoon: Clarine Huizenga, www.biodanzaforharmony.nl, biodanzametclarine@gmail.com, 06 14 21 07 23.

16:30 - 17:30	<b>KH</b>	Warme maaltijd in het restaurant (€ 8,60)
17:30/18:00	<b>IS</b>	Wijkmaaltijd. Inschrijven vóór maandag 15:00 uur op lijst aan prikbord.
19:00 - 21:30	<b>SW</b>	Inloop 12-23jr www.sowhat033.nl
19:00 - 22:00	<b>Mp</b>	Open Huiskamer Inloop/ontmoeting

## In de even weken

14:00 - 16:00	<b>Om</b>	Brei- en haakcafé Gratis. Janneke Bouwman, 06 44 93 44 15
---------------	-----------	---

## In de oneven weken:

11:00 - 12:00	<b>KH</b>	Biodanza. Inloop: vanaf 10.30 uur met thee. Aanmelden per mail of telefoon: Clarine Huizenga, www.biodanzaforharmony.nl, biodanzametclarine@gmail.com, 06 14 21 07 23
---------------	-----------	---

## Vierde woensdag van de maand

12:00 - 13:30	<b>Om</b>	Gezellige lunch met soep, broodjes en fruit in De Ontmoeting. Eigen bijdrage: € 6,00. Info en aanmelden: administratie@inloophuisdeontmoeting.nl of via de lijst op het prikbord.
---------------	-----------	---

## Laatste woensdag van de maand

17:00 -	<b>KH</b>	Sterrendiner in het restaurant € 23,- Vooraf reserveren is nodig 033 472 62 14
---------	-----------	--

## Elke donderdag

9:00 - 16:30	<b>Mp</b>	Open Huiskamer <b>Inloop/ontmoeting</b> , met voor wie dat wil: • wekelijks van 14:00 - 16:00 <b>Ouderen</b> Info Richard van der Pol: 06 11 25 86 39
9:00 - 9:45	<b>Mp</b>	Blijf Fit Gym € 3,30. Aanmelden seniorenport@sro.nl
9:00 - 11:00	<b>Mp</b>	Keramiekklessen. Info Giny Mooren: gerritenginy@zonnet.nl
9:00 - 17:00	<b>PG</b>	Inloop
10:00 - 11:00	<b>KH</b>	Koffie & Ontmoeting
10:00 - 11:00	<b>KH</b>	Fit in het restaurant (€ 2,85)
10:00 - 12:00	<b>Om</b>	Inloop: Koffie/thee met gezellige ontmoetingen 033 456 28 05
10:00 - 16:00	<b>MS</b>	OC King Arthur Groep 06 41 11 40 92
10:15 - 11:00	<b>Mp</b>	Blijf Fit Gym € 3,30. Aanmelden seniorenport@sro.nl
11:15 - 12:00	<b>Mp</b>	Blijf Fit Gym (rondom de stoel) € 10 per maand. seniorenport@sro.nl.
12:00 - 12:30	<b>Mp</b>	Aangeklede Soep (€ 1,50 of knipkaart of € 1,25 met knipkaart) maar OP=OP!
12:00 - 13:30	<b>KH</b>	Warme maaltijd in het restaurant (€ 8,60)
14:00 - 14:45	<b>TR</b>	Buitenfit, speciaal voor senioren; € 10,00 per maand. Aanmelden seniorenport@sro.nl
14:00 - 15:15	<b>Om</b>	Yoga op de stoel door Trudy Paus; thee na afloop. € 8,00 per les. Info en aanmelden: info@inloophuisdeontmoeting.nl
14:00 - 16:00	<b>IS</b>	Inloop: Elkaar gezellig ontmoeten bij een kop koffie of thee
14:00 - 17:00	<b>LH</b>	Inloop + Crea-Café
14:30 - 16:00	<b>KH</b>	Creatieve middag (variabele kosten)
14:30 - 17:00	<b>KH</b>	Middagcafé
16:30 - 17:30	<b>KH</b>	Warme maaltijd in het restaurant (€ 8,60)
17:00 - 17:45	<b>Gs</b>	Streetdance - 4 t/m 7 jaar. € 2,00 per les. Aanmelden via lfugers@sro.nl.
17:45 - 18:30	<b>Gs</b>	Streetdance - 8 t/m 11 jaar. € 2,00 per les. Aanmelden via lfugers@sro.nl.
18:30 - 19:15	<b>Gs</b>	Streetdance - 12 t/m 16 jaar. € 2,00 per les. Aanmelden via lfugers@sro.nl.
19:15 - 20:00	<b>Gs</b>	Streetdance - 18+ LVB. € 3,50 per les. Aanmelden via lfugers@sro.nl.
19:00 - 21:30	<b>SW</b>	Inloop 12-23 jr www.sowhat033.nl
19:00 - 22:00	<b>Mp</b>	Biljartvereniging Middelpunt. Info/aanmelden: maxgriibling@casema.nl of 06 53 79 10 12
19:00 - 22:00	<b>Mp</b>	Open Huiskamer Inloop/ontmoeting

## Tweede donderdag van de maand

18:00	<b>HS</b>	Kookclub (niet in juli en augustus): driegangenu voor € 6,00 p.p. Voor informatie of om zich aan of af te melden: 06 22 23 05 50 (Ingrid Petten).
-------	-----------	---

## Derde donderdag van de maand

19:30 - 21:30	<b>Om</b>	Alle ballen even laten vallen: inspiratie en ontspanning! Gratis. Info/aanmelden: info@inloophuisdeontmoeting.nl. Voor thema's, zie Agenda
---------------	-----------	--

## Elke vrijdag

9:00 - 16:30	<b>Mp</b>	Open Huiskamer <b>Inloop/Ontmoeting</b> , met voor wie dat wil: • wekelijks van 10:00 - 12:00 <b>Leuk Ouder Worden</b> : gesprekken en workshops waar 50-/55-plussers tips en ervaringen uitwisselen en alles bespreken wat zij van belang vinden om het ouder worden zo aangenaam mogelijk te houden of te maken (zonder formele gespreksleider); Gratis. Vooraf aanmelden niet nodig, tenzij in de teksten hierboven anders aangegeven. Regelmatig (met inleider, hiervoor wél aanmelden) workshops, demo's, excursies die aansluiten bij door de deelnemers gekozen thema's.
9:00 - 12:00	<b>Mp</b>	Biljartles (alleen op afspraak!). Info Anton Laarakker marcanthy@hotmail.nl
9:00 - 17:00	<b>PG</b>	Inloop
10:00 - 11:00	<b>KH</b>	Koffie & Ontmoeting
10:00 - 11:00	<b>KH</b>	Koersbal
10:00 - 12:00	<b>LH</b>	Inloop + Kledingverkoop
10:00 - 16:00	<b>MS</b>	OC King Arthur Groep 06 41 11 40 92
10.30 - 12.30	<b>Hs</b>	Open Huiskamer
12:00 - 13:30	<b>KH</b>	Warme maaltijd in het restaurant (€ 8,60)
14:00 - 16:00	<b>Om</b>	Inloop: Koffie/thee met gezellige ontmoetingen 033 456 28 05
14:00 - 16:00	<b>IS</b>	Inloop: Elkaar gezellig ontmoeten bij een kop koffie of thee
14:30 - 17:00	<b>KH</b>	Middagcafé
15:30 - 16:30	<b>KH</b>	Middagcafé met tapasbar
16:30 - 17:30	<b>KH</b>	Warme maaltijd in het restaurant (€ 8,60)
19:00 - 21:30	<b>SW</b>	Inloop 12-23jr <a href="http://www.sowhat033.nl">www.sowhat033.nl</a>
19:00 - 22:00	<b>Mp</b>	Kleding maken Info: <a href="mailto:o.bekkering@gmail.com">o.bekkering@gmail.com</a>
19:00 - 22:00	<b>Mp</b>	Biljartvereniging Middelpunt. Info/aanmelden: <a href="mailto:maxgriehling@casema.nl">maxgriehling@casema.nl</a> of 06 53 79 10 12
19:30 - 22:00	<b>Mp</b>	Inloop/Ontmoeting voor iedereen die anders deze avond alleen zou zijn

## In de even weken

13:30 - 14:30	<b>Om</b>	Kuierclub: wandelen in heel rustig tempo, onder begeleiding 033 456 28 05
---------------	-----------	---

## In de oneven weken:

13:30 - 15:30	<b>Mp</b>	Atelier op vrijdag: <b>Tekenen/schilderen</b> , onder begeleiding van Joke Naber. Info en aanmelden: 033 466 8493 of 06 10 70 47 21
---------------	-----------	---

## Eerste vrijdag van de maand

9.30 - 11.30	<b>Mp</b>	Ontmoeting voor Alleenstaande ouders (van kinderen op basis- of middelbare school) in de Huiskamer. Graag aanmelden bij <a href="mailto:janne.willems@indebuurt033.nl">janne.willems@indebuurt033.nl</a>
19:00 - 21:00	<b>KH</b>	Vrijdagavond Café van Herstelnetwerk Eemland. Meer info: José van den Tweel, 06 81 49 17 67 of <a href="mailto:jose.vandentweel@indebuurt033.nl">jose.vandentweel@indebuurt033.nl</a>

## Derde vrijdag van de maand

10:00 - 12:00	<b>Mp</b>	Leuk Ouder Worden: bijeenkomst inzake thema's die de deelnemers zelf aangeven. Gratis. Zie aankondiging in KijkOpDeWijk of Nieuwsbrief. Graag aanmelden via <a href="mailto:workshopsmiddelpunt@gmail.com">workshopsmiddelpunt@gmail.com</a> .
---------------	-----------	--

## Vierde vrijdag van de maand

19:30 - 22:00	<b>IS</b>	Kaarspraat: een veilige en vertrouwde plek voor mannen uit de buurt met diverse etnische achtergronden. Alles mag gedeeld worden. Aanmelden: 033 480 19 02
---------------	-----------	--

## Elke zaterdag

10:00 - 11:00	<b>KH</b>	Koffie & Ontmoeting
12:00 - 13:30	<b>KH</b>	Warme maaltijd in het restaurant (€ 8,60)
13:00 - 16:00		Weggeefwinkel (Keerkring 118 3813 BC Amersfoort), zie <a href="http://weggeefwinkelamersfoort.nl">weggeefwinkelamersfoort.nl</a>
14:30 - 17:00	<b>KH</b>	Middagcafé
16:30 - 17:30	<b>KH</b>	Warme maaltijd in het restaurant (€ 8,60)

## Eerste en derde zaterdag van de maand

16:30 - 18:00	<b>KH</b>	Katholieke kerkdienst met aansluitend koffie drinken
17:30	<b>LH</b>	Maaltijd voor alleengaanden en senioren. Opgeven 033 461 96 50

## Tweede en vierde zaterdag van de maand

16:30 - 18:00	<b>KH</b>	Protestantse kerkdienst met aansluitend koffie drinken
---------------	-----------	--

## Laatste zaterdag van de maand

16:00 - 18:00	<b>Mp</b>	Muziekcafé Zielhorst
---------------	-----------	----------------------

## Elke zondag

10:00 - 11:00	<b>KH</b>	Koffie & Ontmoeting
11:30 - 14:30	<b>Mp</b>	Muziekles ABCV
12:00 - 13:30	<b>KH</b>	Warme maaltijd in het restaurant (€ 8,60)
13:00 - 18:00	<b>Mp</b>	ABCV
14:00 - 16:00	<b>IS</b>	Inloop: Elkaar gezellig ontmoeten bij een kop koffie of thee – <b>met uitzondering van de 1e zondag van de maand</b>
14:00 - 16:00	<b>Om</b>	Inloop: Koffie/thee met gezellige ontmoetingen 033 456 28 05
14:30 - 17:00	<b>KH</b>	Middagcafé
16:30 - 17:30	<b>KH</b>	Warme maaltijd in het restaurant (€ 8,60)

De leukste activiteiten voor de jeugd worden aangeboden via ABC Schothorst/Zielhorst. Volledig programma en aanmelding: [www.abc-amersfoort.nl](http://www.abc-amersfoort.nl).

## Agenda mei/juni

Kijk voor de actuele agenda in de Nieuwsbrief SZH (verschijnt twee keer per maand op zondag, gratis abonneren via [NieuwsbriefSZH@gmail.com](mailto:NieuwsbriefSZH@gmail.com)).

Dag	Datum	Tijd	Locatie	Wat
vr	<b>3 mei</b>	10:00 - 12:00	<b>Mp</b>	Seniorweb ICT-hulp. Gratis.
ma	<b>6 mei</b>	19:30 - 21:30	<b>Om</b>	Silent Bookclub. Gratis. Info: <a href="mailto:jannekebouwman@yahoo.com">jannekebouwman@yahoo.com</a>
di	<b>7 mei</b>	18:00 - 20:00	<b>Om</b>	Samen eten. € 8,00. Aanmelden: <a href="mailto:administratie@inloophuisdeontmoeting.nl">administratie@inloophuisdeontmoeting.nl</a>
wo	<b>8 mei</b>	11:15 - 12:45	<b>Om</b>	Stamtafelgesprek 'Een andere kijk'. Gratis. Aanmelden: <a href="mailto:administratie@inloophuisdeontmoeting.nl">administratie@inloophuisdeontmoeting.nl</a>
ma	<b>13 mei</b>	19:30 - 21:30	<b>Mp</b>	LOW workshop Sta eens stil bij elke pil. Gratis. Aanmelden: <a href="mailto:workshopsmiddelpunt@gmail.com">workshopsmiddelpunt@gmail.com</a>
di	<b>14 mei</b>	14:30 - 15:30	<b>DK</b>	Wijkworkshop Biodanza. Gratis. Aanmelden: <a href="mailto:workshopsmiddelpunt@gmail.com">workshopsmiddelpunt@gmail.com</a>
do	<b>16 mei</b>	19:00 – 20:30	<b>Om</b>	Bewust wandelen. Gratis. Aanmelden: <a href="mailto:administratie@inloophuisdeontmoeting.nl">administratie@inloophuisdeontmoeting.nl</a>
vr	<b>17 mei</b>	10:00 - 12:00	<b>Mp</b>	LOW workshop Naar een verzorgingshuis? Gratis. Aanmelden: <a href="mailto:workshopsmiddelpunt@gmail.com">workshopsmiddelpunt@gmail.com</a>
ma	<b>20 mei</b>			<b>2e Pinksterdag</b> . Middelpunt gesloten
di	<b>21 mei</b>	14:00 - 16:00	<b>Mp</b>	Voorleesfeestje kleuters. Gratis.
wo	<b>22 mei</b>	9:30 - 10:30	<b>Om</b>	Voorleesfeestje bij Bakkie Kroost. Gratis
za	<b>25 mei</b>	10:00 - 14:00	<b>Om</b>	Tweedehands boekenmarkt.
za	<b>25 mei</b>	16:00 - 18:00	<b>Mp</b>	Muziekcafé Zielhorst. Gratis. Inloop vanaf 15:30 u.
ma	<b>3 jun</b>	19:30 - 21:30	<b>Om</b>	Silent Bookclub. Gratis. Info: <a href="mailto:jannekebouwman@yahoo.com">jannekebouwman@yahoo.com</a>
di	<b>4 jun</b>	18:00 - 20:00	<b>Om</b>	Samen eten. € 8,00. Aanmelden: <a href="mailto:administratie@inloophuisdeontmoeting.nl">administratie@inloophuisdeontmoeting.nl</a>
wo	<b>5 jun</b>	9:30 - 17:00	<b>Om</b>	Busuitje naar Giethoorn. € 30,00. Aanmelden: <a href="mailto:administratie@inloophuisdeontmoeting.nl">administratie@inloophuisdeontmoeting.nl</a>
vr	<b>7 jun</b>	10:00 - 12:00	<b>Mp</b>	Seniorweb ICT-hulp. Gratis.
ma	<b>10 jun</b>	10:00 - 11:30	<b>Om</b>	Stamtafelgesprek Een andere kijk'. Gratis. Aanmelden: <a href="mailto:administratie@inloophuisdeontmoeting.nl">administratie@inloophuisdeontmoeting.nl</a>
ma	<b>10 jun</b>	19:30 - 21:30	<b>Mp</b>	LOW workshop Ontspannen door mediteren of klankschalen. Gratis. Aanmelden: <a href="mailto:workshopsmiddelpunt@gmail.com">workshopsmiddelpunt@gmail.com</a>
wo	<b>12 jun</b>	9:30 - 17:00	<b>Om</b>	Busuitje naar Giethoorn. € 30,00. Aanmelden: <a href="mailto:administratie@inloophuisdeontmoeting.nl">administratie@inloophuisdeontmoeting.nl</a>
vr	<b>14 jun</b>	18:00 - 20:00	<b>Om</b>	Samen eten. € 8,00. Aanmelden: <a href="mailto:administratie@inloophuisdeontmoeting.nl">administratie@inloophuisdeontmoeting.nl</a>
do	<b>20 jun</b>	19:30 - 21:00	<b>Om</b>	Workshop Zingend Ontspannen. Gratis. Aanmelden: <a href="mailto:administratie@inloophuisdeontmoeting.nl">administratie@inloophuisdeontmoeting.nl</a>
vr	<b>21 jun</b>	10:00 - 12:00	<b>Mp</b>	LOW workshop Beginnende dementie. Gratis. Aanmelden: <a href="mailto:workshopsmiddelpunt@gmail.com">workshopsmiddelpunt@gmail.com</a>
di	<b>25 jun</b>	14:00 - 16:00	<b>Mp</b>	Voorleesfeestje kleuters. Gratis.
wo	<b>26 jun</b>	13:30 - 17:00	<b>Om</b>	Wandelen met alpaca's. € 20,00. Aanmelden: <a href="mailto:administratie@inloophuisdeontmoeting.nl">administratie@inloophuisdeontmoeting.nl</a>
za	<b>29 jun</b>	16:00 - 18:00	<b>Mp</b>	Muziekcafé Zielhorst. Inloop vanaf 15.30 uur
zo	<b>30 jun</b>	12:00 - 17:00	<b>Om</b>	Gluren bij de Buren met gezellige muziek in de tuin.





# kijk op de wijk

Deze uitgave wordt mede mogelijk gemaakt door subsidie van de gemeente Amersfoort/Indebuurt033 en bijdragen uit het Buurtbudget Zielhorst en Schothorst.

## COLOFON

### Uitgave

SZH Bewonersteam (WijkBewonersTeam Zielhorst en Wijkraad Schothorst)

### Redactieadres

redactiekodw@gmail.com

### Kernredactie

Ingrid Gaarhuis

(ingrid.gaarhuis@indebuurt033.nl)

Margriet Guiver-Freeman

(margriet.guiver@gmail.com)

Sybilla Poortman

(s.poortman@telfort.nl)

José Vorstenbosch

(eindredactie, redactiekodw@gmail.com)

### Vormgeving

Ivar van Loen

(www.ivarontwerpt.nl)

**BEKIJK DE DIGITALE  
VERSIE OP DE WEBSITE**



## ADVERTENTIE TARIEVEN KIJK OP DE WIJK SZH

### Oplage

8000

Kijk op de Wijk verschijnt zes keer per jaar (aan het einde van elke even maand). Het blad wordt huis aan huis verspreid in Schothorst, Zielhorst en Hoefkwartier en is af te halen op een aantal vaste punten: Albert Heijn, Albert Schweitzersingel; 't Middelpunt, Spinetpad 2; Jumbo en The Read Shop, Winkelcentrum Schothorst.

### Adverteren in dit magazine?

- Binnenkant achterpagina: € 275,-
- Binnenwerk: 1/1 pagina € 220,-; 1/2 pagina € 121,-; 1/4 pagina € 66,-

### Een advertentie in elk nummer?

- 6 x binnenkant achterpagina: € 1430,-
- Binnenwerk: 6 x 1/1 pagina € 1122,-; 6 x 1/2 pagina € 594,-; 6 x 1/4 pagina € 330,-

De prijzen zijn exclusief opmaakkosten; er wordt geen BTW berekend.

Stuur je advertentie (opdracht) naar [redactiekodw@gmail.com](mailto:redactiekodw@gmail.com).

Schothorst

Zielhorst

Hoefkwartier