

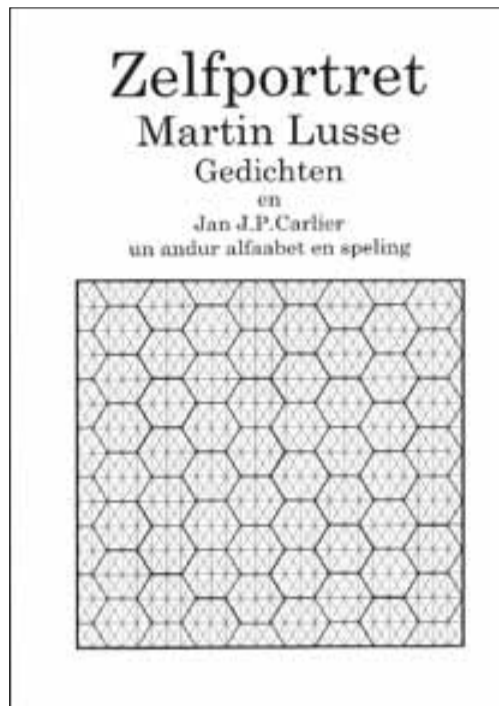


ZevenKrant

maart - april 2013



7ART zorgt voor creativiteit Ambachtsplein



In maart gaat een bijzonder initiatief van start, namelijk de start van de Creatieve Broedplaats 7ART op het Ambachtsplein. De (tijdelijke) ontmoetingsplek voor bewoners, kunstenaars, muzikanten, creatieve ondernemers, schrijvers en dichters. Dit centrum is een mooie culturele aanvulling op het plein naast LCC Zevenkamp. Leest u het verhaal over de totstandkoming van 7ART.

Het Ambachtsplein was een mooi plein, maar ...

Het Ambachtsplein was een mooi besloten plein met het LCC, een café, een Thais restaurant, een postkantoor en vooral winkels. Het LCC en win-

kels zijn er nog en het postkantoor is net weer teruggekeerd, maar de laatste jaren is het een bekend beeld geworden. Vertrekende winkeliers, het café dat verdween, het Thaise restaurant dat er niet meer is. De vie-

ring van Koninginnedag, de binnenkomst van Sinterklaas en het Bruisend Ambachtsplein doorbraken dit beeld gelukkig, maar dat was meestal van korte duur. Wat steeds overblijft is een plein met steeds meer leegstaande panden.

Het Ambachtsplein een creatief plein

In samenwerking met opbouwwerker Ed de Meyer organiseerde Ron Koldenhof in 2012 namens de Bewonersorganisa-

tie het Reizend Podium, Bruisende Woensdagen en het Bruisend Ambachtsplein. Het succes van deze creatieve uitingen stimuleerden hem tot het maken van een plan met als doel een ontmoetingsplaats te maken op het Ambachtsplein. Het initiatief werd toegejuicht door Ed de Meyer en beide heren bespraken het ambitieuze plan met de deelgemeente en Winkeliersvereniging Zevenkamp. Vervolgens zijn de mogelijkheden onderzocht om in een

leegstaand pand de Creatieve Broedplaats 7ART (tijdelijk) te vestigen. Marius van der Valk, voorzitter van de Winkeliersvereniging, pakte de handschoen op en is met AD HOC overeen gekomen dat het pand Ambachtsplein 25 (tijdelijk) gebruikt mag worden door Stichting Suena a Más -dat smaakt naar meer- om op deze locatie 7ART te vestigen. In januari 2013 ondertekende het bestuur van de stichting het beheercontract. *(vervolg op pagina 12)*

Boek v. d. maand De dierenarts:

Crisis dieren

In 'De voedselzandloper' bewijst arts Kris Verburgh dat gezond eten van groot belang is bij het jong houden van je lichaam en de preventie van ziektes. Het boek is gebaseerd op de laatste wetenschappelijke inzichten in voeding en het verouderingsproces. Nog nooit werd zo duidelijk uitgelegd dat wat we eten bepaalt hoe snel we verouderen.

De voedselzandloper is niet alleen een boek dat vele dieet- en voedingsmythes doorprikt, het is ook een nieuw model dat een alternatief biedt voor de verouderde schijf van vijf van de voedseldriehoek. Het laat zien wat een gezonde voeding is, maar vooral hoe we ongezonde voeding kunnen vervangen door gezonde alternatieven. Het boek legt tevens uit hoe we het verouderingsproces kunnen afremmen. Dat dit gezonde eetpatroon bovendien leidt tot gewichtsverlies is een aangenamen bijwerking. Kris Verburgh (1986) is arts en onderzoeker. Op 17-jarige leeftijd publiceerde hij zijn eerste

wetenschapsboek 'Schitterend'. Drie jaar later zijn tweede, 'Fantastisch'. Zijn boeken werden verschillende malen herdrukt en genomineerd. Van jongsaf aan is hij gefascineerd door het verouderingsproces en het belang van voeding bij het voorkomen van ziektes. In zijn vlot leesbare stijl legt deze arts op kritische wijze een link bloot tussen ons genetisch vastgelegde verouderingsproces en onze voedingswijze. Een aanrader voor iedereen die bewust gezonder wil eten.



Ter beschikking gesteld door The Readshop

Een tijdje geleden was er een bericht op het nieuws, dat de asielen overvol zaten. Door de crisis zouden eigenaren geen geld hebben om de medische kosten van hun huisdier te betalen. Ik maak gelukkig zelden mee dat eigenaren hun dier weg moeten doen om deze reden. Meestal kunnen we wel wat regelen. Maar toch zie ik geregeld mensen, die problemen hebben om de zorg voor hun dier te betalen, zorg die ze het dier echt wel gunnen.

De meeste mensen houden bij het aanschaffen van een huisdier rekening met het feit dat het dier ook vaccinaties nodig heeft en af en toe naar de dierenarts moet. Helaas worden dieren soms ook ernstiger ziek en dan kunnen de kosten snel oplopen. Neem bijvoorbeeld een hond die bij het balletje gooien door zijn poot gaat en zijn kruisbanden scheurt. Voor de operatie met de meeste kans op succes bent u al snel meer dan 1000 euro kwijt. En dan denkt u misschien: "ik heb een kat genomen, dat is minder duur in onderhoud dan een grote hond." Dat is over het algemeen waar, maar laatst had ik

een eigenaar die net vader was geworden van een tweeling en door alle zorgen er even niet aan toegekomen was om het speciale blaasdiët voor zijn kat te kopen. Door het eten van normaal kattenvoer kreeg deze kater binnen de kortste keren weer blaasgruis en zijn urinewegen raakten verstopt. Daarvan wordt een kat per acuut heel ziek en hij kan zelfs eraan sterven. Gelukkig konden we zijn kat nog redden en rent hij nu weer vrolijk door het huis, maar zijn baasje was wel een paar honderd euro lichter.

Het afsluiten van een zorgverzekering voor uw huisdier is een manier om voor een schappelijk bedrag er zeker van te zijn dat u uw huisdier altijd – ongeacht de kosten – de beste behandeling kunt laten geven. Er is een aantal verzekeraars dat zorgverzekeringen voor huisdieren aanbiedt. Uw dierenarts kan u voorlichting geven over wat voor zorgverzekering het beste bij uw huisdier past.

Karin Lunenburg Dierenarts Zevenkampsering



Column Bezuinigingen

Weet u wat ik nou zou willen? Dat de politiek zelf eens ging bezuinigen op het bezuinigen. Dat zou al heel veel schelen in het gevoel. Jaarlijks vinden er bezuinigingen plaats en wordt alles steeds minder. Het lijkt mij dat er toch ergens een grens bereikt zal zijn, waarop verder bezuinigen niet kan. Wat wel zal kunnen is verstandiger met geld omgaan en zorgen dat er meer geld komt. Mensen ontslaan en projecten wegbezuinigen biedt geen soelaas. Wordt alles alleen maar slechter van.

Aan de andere kant, hebben wij het in Nederland slecht zo dan? Misschien niet, maar gezellig is anders zou ik zo denken. Als ik maar eens aan mijn tijd (in 1954 was ik zes) terugdenk was er zeer zeker armoede zo na de oorlog. Op mijn vierde jaar liep ik op kartonnen schoentjes, moeders kon toen alleen nog schoenen op de bon kopen. Maar voelde ik me arm? Soms vond ik een cent en ging ik na wiken en wegen naar de snoepwinkel: een toffie of een dropje kreeg je er nog voor. Doordat je kans op hooguit maar één snoepje in de week was, was het wel erg genieten en deed ik lang met het snoepje. Een enkele keer had ik vijf cent gescoord en kon ik zelfs een plastic treintje aanschaffen. De koning te rijk zijnde speelde ik wekenlang met het dunne plasticje.

Wat later zochten we stuivers of dubbeltjes langs de stoelzittingen. En warempel, soms net genoeg om voor mijzelf en mijn zusje een waterijsje te kopen. Ging ik met mijn oorlogsfietsje met gladde banden de brug over naar de Crooswijkseweg, want daar waren die ijsjes tweemaal zo groot. Smullen en feesten was het dan. Maar voelde ik me arm? Nu voel je je al arm als je in plaats van driemaal, maar tweemaal met vakantie kan of geen smart-TV kan kopen. Zit daar dan de rijkdom? Zit de rijkdom dan in het hebben van een dik mobieltje?

Misschien moeten we meer bij elkaar kruipen, een spel doen of zo. Minder TV en meer praten met elkaar, zo is de kans op saamhorigheid weer wat groter, wat minder kan ook zijn voordeel hebben en je voelt je minder arm.

Tot de volgende keer!

20 jaar SlankeLijnBalans!

Slanke Lijn Balans viert dit jaar haar 20-jarig jubileum! Al 20 jaar kunt u onder persoonlijke begeleiding van een ervaren diëtiste, op een verantwoorde en houdbare manier gewicht verliezen. Slanke Lijn Balans heeft in LCC Zevenkamp iedere week 2 bij-

eenkomsten: dinsdagmorgen van 10.00 – 11.00 uur en donderdagavond van 19.00 – 20.00 uur. U leert op deze bijeenkomsten een nieuwe manier om met voedsel en leefstijl om te gaan, met als resultaat een gewichtsverlies van ± 1 tot 1½ Kg per

week zonder dure supplementen. De prijs is historisch laag gehouden: € 4,50 per bijeenkomst en eenmalig een inschrijfgeld van € 10,-. Nadere informatie: 010-4556581 ofwel via <http://slankelijnbalans.nl>, of Linda@slankelijnbalans.nl.

Koke' met Joke

Budget-Stampot

Ditmaal eens een eenvoudig te maken stampot.

Reken per persoon 2 aardappelen 1 ui en 1 winterpeen.

Schil naar believen de aardappels (ongeschild kan ook), schil de winterpeen (met een dunschiller gaat dat prima) en pel de ui.

Snij de aardappels in niet al de grote stukken en de winterpeen in stukken die half zo groot als de stukken aardappels zijn. Doe een bodempje water in de pan, de aardappel- en peenstukjes er in en met wat zout en aan de kook brengen. Als het kookt de ui er bij doen. Weer aan de kook brengen en kookt u electrisch, kan de plaat uit gezet worden. U kunt zelfs proberen door met zachtjes koken al het kookwater te laten verdampen. Afgieten hoeft dan niet meer. In de tussentijd bakt u per persoon 1 ons shoarmavlees gaar en wat bruin.

Als de aardappels gaar zijn, stampt u het geheel dooreen en roer daarna de gebakken shoarma er door, eventueel met de jus of een extra klontje boter/scheutje melk.

Bespaar op het koken door 1 pan te gebruiken.

Eet smakelijk !



Ingrediënten per persoon

2 Aardappels
1 Winterpeen
1 Ui
100 gram shoarmavlees
Peper en zout
Klontje boter
Scheutje melk

LCC Zevenkamp ☎ **010 - 4563993****email: lcczevenkamp@senr.rotterdam.nl**

Bij reserveringen dienen de kaartjes minimaal 2 dagen voor aanvang van de voorstelling afgehaald te worden. Wanneer het om een kinderfeestje gaat, dienen de kaartjes minimaal 1 week van te voren afgehaald te worden.

Kunst & Cultuur

Speciaal voor amateur-kunstenaars stellen wij ruimte beschikbaar om te kunnen exposeren. Iedere werkdag te bezichtigen van 9:00 uur tot 22:00 uur, op vrijdag tot 18:00 uur.

Salsa-feest

Jawa Latino

Kom langs en geniet van de gezellige muziek en voor degene die wil zijn er diverse getalenteerde dabsers aanwezig om u de stappejn van de salsa te leren.

Entree € 5,- inclusief een kopje koffie.

Zaterdag 2 maart 2013.

Vanaf 20:00 uur.



Sheherazade

Theatergezelschap Jong van Hart

Een sprookje gebaseerd op 1001 nacht, maar dan wel heel eigentijds. Met Oosterse- en Westerse muziek, met gekke wendingen in het verhaal.

Entree € 5,50 met Rotterdampas € 4,40.

Zaterdag 2 maart 2013.

Vanaf 14:00 uur.

Rosalinde

Het Productiehuis Hofplein

Een eigentijdse bewerking van de komedie 'As you like it' van William Shakespeare. Een oude hertog is verbannen door de huidige hertog en hij is met vrienden de bossen in getrokken. Zijn dochter Rosalinda is echter nog in de stad gebleven, bij haar beste vriendin Celia, de dochter van de huidige hertog. Daar droomt ze van Orlande. Zij verkleedt zich als man en trekt samen met Celia en de hofnar de bossen in, op zoek naar haar vader. In het bos ontmoeten ze herders en verliefde trolendochters en feestende edelmannen. En overal hangen liefdesgedichten aan de bomen. Zouden die van Orlando zijn?

Zaterdag 2 maart 2013.

Entree € 3,75 met Rotterdampas

€ 2,85.

Aanvang 14:00 uur.



Muizethuis

Figurentheater

Muis wordt wakker in zijn holletje. Hij rekt zich uit en gaat de wereld in. Tuimelend en dansend gaat hij over de wereld. Ineens ziet hij een appel. Een heerlijke grote appel. Hij neemt de appel mee naar zijn hol. Maar wat is dat? De appel past niet. Muis gaat opzoek naar een groter hol. Zijn zoektocht brengt hem bij allerlei dierenvriendjes maar bij ze komen wonen, dat zit er niet in. Uiteindelijk komt muis gewoon weer thuis. Onderweg heeft hij heel veel hapjes van de appel genomen en nu past ie wel.

Aanvang 14:00 uur.

Entree € 3,75 met R'pas € 2,85.

Locatie LCC Zevenkamp.

SlankeLijnBalans

Linda de Graper

Slanke Lijn Balans viert dit jaar haar 20-jarig jubileum! Al 20 jaar kunt u onder persoonlijke begeleiding van een ervaren diëtiste, op een verantwoorde en houdbare manier gewicht verliezen. Slanke Lijn Balans heeft in LCC Zevenkamp iedere week 2 bijeenkomsten: dinsdagmorgen van 10:00 uur tot 11:00 uur en donderdagavond van 19:00 uur - 20:00 uur. leer op deze bijeenkomsten een nieuwe manier om met voedsel en leefstijl om te gaan, met als resultaat een gewichtsverlies van ± 1 tot 1½ Kg per week zonder dure supplementen. De prijs is € 4,50 per bijeenkomst en eenmalig een inschrijfgeld van € 10,-. Nadere informatie ☎ 010-4556581 of Lin-da@slankelijnbalans.nl.



Programma 2013

Maandag

Wandel- en fietsclub	09:00 uur - 11:00 uur	☎ 010 - 4563993
Streetdance kids	19:00 uur - 21:00 uur Kellyu Ghazy	☎ 06 - 18455798
Popkoor 'O JEE'	20:00 uur - 22:00 uur Anneke Holtzer	☎ 010 - 4420494

Dinsdag

Slanke Lijnclub	10:00 uur - 11:00 uur	☎ 010 - 4563993
Dansmiddag voor ouderen 2x p.m.	14:00 uur - 16:00 uur	☎ 010 - 4563993
Eetsalon, drie gangen menu opgeven voor 13:00 uur.	17:00 uur - 18:30 uur	☎ 010 - 4563993
Hindi lessen	19:30 uur - 21:30 uur	☎ 010 - 4563993
Irene Rotterdam Operette, opera	20:00 uur - 22:30 uur	☎ 06 - 18631683
Copperhead Country dancers	20:00 uur - 22:00 uur	☎ 010 - 4563993
Zumba	20:00 uur - 21:00 uur	☎ 010 - 4563993

Woensdag

Yoga 50-Plusers	09:00 uur - 11:00 uur Jeanette Adriaanse	☎ 010 - 4215475
Bewegen voor 50+	09:00 uur - 09:45 uur	☎ 010 - 4563993
Crea 55+	09:30 uur - 11:30 uur	☎ 010 - 4563993
Indiase dans, st. Shringara	13:30 uur	☎ 06 - 12353423
Koersbal	13:00 uur - 16:30 uur info	☎ 010 - 4555783
Bridge	13:00 uur - 16:30 uur info	☎ 010 - 4562597
Muziekschool eeuwige noten	13:00 uur - 17:00 uur Hr. Zeeuw	☎ 06 - 51181656
Koersbal	13:00 uur - 16:30 uur	☎ 010 - 4555783
Gitaarlessen	15:00 uur - 20:00 uur Bram van Stel	☎ 06 - 14479724
Majong vereniging	19:30 uur - 22:30 uur	☎ 06 - 51419824
Yogakids/volwassenen	18:00 uur - 20:00 uur Asha Toerab	☎ 06 - 24090048

Donderdag

Nederlandse Taallessen	09:30 uur - 11:00 uur	☎ 06 - 24878180
	13:00 uur - 14:30 uur	
	20:00 uur - 21:30 uur	
Scotmobiel middagen	13:00 uur - 15:00 uur ☎ 010 - 8188752	☎ 010 - 2206137
Schilderen voor beginners 55+	14:00 uur - 16:00 uur	☎ 010 - 4563993
Slanke Lijn	19:00 uur - 20:00 uur Linda Graper	☎ 010 - 4556581
Salsadansen voor iedereen	19:00 uur - 20:00 uur Beginners	
	20:00 uur - 21:00 uur half gevorderden	
	21:00 uur - 22:00 uur gevorderden	☎ 06 - 53353073

Vrijdag

BBB-Steps	09:30 uur - 10:30 uur	☎ 010 - 4563993
Praten en doen voor alle culturen	10:00 uur - 12:00 uur	☎ 010 - 4563993
Indonesische dans voor 4-6 jaar	16:00 uur - 17:00 uur	☎ 010 - 4563993
Tekenen en schilderen kinderen	16:00 uur - 17:00 uur Marieke de Koning	☎ 06 - 33092407

Zondag

Heritage Full Gospel International	10:00 uur - 12:00 uur Pastor Nosa	☎ 06 - 41414291
Hindi lessen	10:00 uur - 12:00 uur	☎ 010 - 4563993

De eetsalon elke dinsdag

U kunt als wijkbewoner wekelijks terecht voor een driegangendiner. We gebruiken de maaltijd vanaf 17:30 uur gezamenlijk in de foyer, een goede ontmoetingsplek voor jong en oud. Ook uw kinderen zijn welkom en voor hen hanteren we tot 12 jaar de prijs van € 2,15 in plaats van het gebruikelijke tarief van € 4,75. Inschrijven elke dinsdag tot 13:00 uur en de menulijst ligt voor u klaar!



Kinderkleding- en speelgoedbeurs

Elke laatste dinsdag van de maand kinderkleding- en speelgoedbeurs. Wilt u meer informatie kunt u bellen naar wijkcentrum LCC Zevenkamp of kom gezellig even langs en wij leggen u graag de spelregels uit! Om te verkopen of te kopen. Verkoop is tussen 13:00 uur en 15:00 uur 28 februari en 26 maart 2013.



Kinderfeestje

Ben je jarig of wil je zomaar gezellig met je vriendjes of vriendinnetjes uit eten na de kindervoorstelling in LCC Zevenkamp? Vraag meer informatie over hoe of wat.

☎ 010 - 4563993.

Kindermenu

Onbeperkt pannenkoeken eten met stroop of suiker, frisdrank en een ijsje, inclusief theaterkaartje à 6,- of patat met kipnuggets, frisdrank en een ijsje inclusief theaterkaartje à 7,-. Wel reserveren!

Buurtwerk in LCC Zevenkamp ☎ 010 - 4553799 Email: suzanne.vonk@buurtwerk.nl

Filmmiddagen 55+ Knutselmiddag

Gezien de grote opkomst en interesse in films in de wijk organiseert Buurtwerk in het nieuwe jaar één keer per maand een filmmiddag.



De filmmiddagen zijn elke 2e maandag van de maand vanaf 14.00 uur. De prijs is € 1,- inclusief een pauzedrankje. De films variëren van gouwe-ouwe tot films die nog maar net uit de bioscoop zijn.

Om een passend aanbod te kunnen aanbieden zoeken we enthousiaste filmkijkers die hier over mee willen denken. Wilt u

meenemen om het programma vast te stellen, dan horen wij het graag!

U kunt contact opnemen met Suzanne Vonk via suzanne.vonk@buurtwerk.nl of ☎ 010 - 4553799

Vind je het leuk om creatief te zijn en ben je tussen de 5 en de 9 jaar oud? Kom dan elke woensdag na schooltijd met ons mee knutselen op de knutselmiddag. Om 15:30 uur - 17:00 uur. Op 6, 13, 20, 27 maart en 3 april. Inschrijven verplicht. Je kunt je inschrijven bij de balie van het LCC. Voor meer informatie ☎ 010 - 4553799 en vraag naar Charissa.



Kookclub

Wil je zelf gerechten klaarmaken of wil je er nog beter in worden? Als je tussen de 10 en de 13 jaar oud bent, kom dan elke dinsdag naar de kookclub.

Om 15:30 uur - 17:00 uur.

Op 5, 12, 19, 26 maart en 2 april. Inschrijven verplicht. Voor meer informatie ☎ 010-4553799 en vraag naar Charissa.



Taalles



Spreekt u Nederlands? ¿Habla holandés? Vorbiti olandeza? Parlez-vous néerlandais? Czy mówia po holendersku? Do you speak Dutch? Hollandaca konuşabiliyor musunuz?

Elke donderdag zijn er drie taalgroepen in LCC Zevenkamp. Wilt u de Nederlandse taal oefenen dan bent u van harte welkom!

Todos los jueves hay tres grupos

de idiomas en LCC Zevenkamp. ¿Quieres practicar el idioma holandés, está cordialmente invitado!

Every Thursday there are three language groups in LCC Zevenkamp. Do you want to practice the Dutch language, please come by!

În fiecare joi exista trei grupu-

ri lingvistice din LCC Zevenkamp. Vrei sa practice limba olandeza va sunt cele mai binevenite!

Her Perşembe LCC Zevenkamp üç dil grupları vardır. Size en açığız Hollandaca dilini çalışmak ister misin?

Info: Suzanne Vonk, mail: Suzanne.vonk@buurtwerk.nl of ☎ 010 - 4553799.

Girlz night

Vorige maand hebben de meiden van Zevenkamp een eigen Girlz night georganiseerd. Op deze avond hebben ze hun eigen fotolijstjes versierd, gezellig gekletst en ze zijn daarna uit hun dak gegaan op hun favoriete muziek. De komende Girlz night wordt weer georganiseerd door twee Zevenkampse meiden. We kunnen niet teveel verklappen, maar de meiden worden opgetut en het wordt weer een groot feest!! Kom deze maand ook meedoen met de Girlz night!

Waar
Jongeren centrum 7's, Nieuwemeer 101
Wanneer
Vrijdag 15 februari 2013
Hoe laat
Van 19:30 uur - 21:30 uur
Voor wie
Meiden tussen de 10 en de 14 jaar oud.

Voor meer informatie mail naar Petra: sba.petra@gmail.com of bel 010-4553799 en vraag naar Charissa



Apps Buurtwerk

Lukt het even niet om boodschappen te doen? Kunt u uw hondje vandaag niet uitlaten? Lijkt het u gezellig om samen erop uit te gaan? Met de Buurtwerk app brengen wij mensen samen. Mensen die praktische hulp nodig hebben. En mensen die hulp willen bieden. Of gewoon samen iets willen ondernemen.

Wat is de Buurtwerk app?

Een app is een programma voor de smartphone en tablet, voor Apple en Android.

Hoe werkt de Buurtwerk app?

Burenhulp vragen en bieden. Vroeger was dit heel vanzelfsprekend, tegenwoordig vaak niet meer. Terwijl elkaar helpen

zo belangrijk is in een buurt. U kunt met de app zelf een vraag stellen aan de mensen in uw wijk. Of u reageert op een vraag van een ander. Maar niet alleen de bewoners van de wijk kunnen oproepen plaatsen. Ook de activiteiten van Buurtwerk en samenwerkingspartners worden opgenomen in de app. Hierdoor heeft u een actueel overzicht van alles wat er in de buurt te doen is.

Voor wie is de Buurtwerk app?

De app is gericht op mensen die een steentje bij willen dragen in hun eigen buurt. Die geholpen willen worden of gewoon gezellig samen iets willen ondernemen. Buurtwerk wil met de app

er voor zorgen dat het contact tussen buurtbewoners verbetert. Dat er een netwerk ontstaat en mensen zich meer en meer thuis gaan voelen in de buurt.

App downloaden?

De app is voor iedereen gratis verkrijgbaar. Via de App store en Play store.

Heeft u geen smartphone of tablet: dan kunt u met uw vraag en aanbod terecht op het speciale bord in de hal van LCC Zevenkamp!

Maandag:	Fiets- en wandelgroep Filmmiddagen 55+ (Elke 2e maandag)
Dinsdag:	Boekenclub (1x per maand) VIP Crea ochtend (Elke 2e dinsdag) Dansgroep (1e en 3e dinsdag) Slankelijclub Kookclub
Woensdag:	Bridge Knutselclub/ Kookclub -> Charissa
Donderdag:	Taalgroep één op één (hele dag)
Vrijdag:	Praten en Breien Vraag en aanbod van buurtbewoners gemakkelijk bij elkaar.

BSW

Op de woensdagmiddagen zijn we weer te vinden op de schoolpleinen. Voetbal- basketbal- of ockeywedstrijd. Per middag gaan we stemmen welke van de drie we gaan doen! Kom ook en neem gelijk je vrienden mee, dan kunnen ze ook meedoen!!



Kerstmarkt doorslaand succes



De verlichte kerstmarkt op het Ambachtsplein met ijsbaan, Christmas Carrolls een super DJ werd een doorslaand succes. Kinderen van alle kleuren leerden schaatsen en hadden dolle pret voor de ogen van de trotse mama's en pappa's, jongeren uit de buurt hielpen de kleintjes met de schaatsen. Er werd gedanst op Kaapverdise muziek en zelfs de deelraadvoorzitter kon het niet laten. De slager zorgde voor erwtensoep en warme chocolademelk. De echte kerstman trok rond in een koets vol kinderen getrokken door rendieren. Ook de volgen-

de dag werd het feest doorgezet met het Leger des Heils kinderkoor en de Disneyfiguren Mickey en Mini Mouse en de kerstman. In de gietende regen bezochten ze alle winkeliers. Honderden foto's werden gemaakt met de mobieltjes. 'Kan u een foto van ons maken buurman?' De ontroerende kerstliedjes van TWO SOME hielden iedereen warm. De kids maakten prachtige kerststukjes om de huiskamer op te vrolijken en als toetje bereidden ze hun eigen chocola. De bewoners van Ambachtsplein en de winkeliers mogen trots zijn op hun creatief wijkidee.



OUDERENNIEUWS

Belastingteruggave

Veel mensen vooral ouderen met een laag inkomen, hebben baat bij het invullen van een belastingformulier. Alhoewel het is verminderd, zijn er nog altijd aftrekposten. Geef je op bij de Bewonersorganisatie Zevenkamp:

☎ 010 - 2892400 / 06 - 45724536.

Negen procent van de bewoners van de deelge-

meente prins Alexander hebben een inkomen onder het bestaansminimum en tien procent een inkomen van net erboven. Activiteiten op de pleinen, in de parken en de scholen zijn erg belangrijk voor het ontwikkelen van kindertalent en omdat het activiteiten zijn waar iedereen gratis aan kan deelnemen.

Wist u dat er ook een jeugdsportfonds en een jeugd cultuurfonds is? Voor bewoners met een klein inkomen scheidt dit

€ 300,- per kind per jaar in de verenigingscontributie.

Neem contact op met de BOZ

☎ 010 - 2892400 / 06 - 45724536.

met opbouwwerker Ed de Meyer ☎ 06 - 45724536.



Ouderen trekken aan de bel

Netto maandinkomen alleenstaande (excl. vakantiegeld) december 2012 € 1.123,36

Maandrekening:

Huur (inclusief huursubsidie en woonlasten toeslag)	€ 465
Eneco- Evides	€ 15 - € 80
Onroerende zaak belasting en waterschap	€ 40
Totale zorgverzekering	€ 150
Telefoon	€ 35
Huishoudelijke hulp	€ 40
UPC	€ 17
Openbaar vervoer	€ 20
Onderhoudskosten (woning, reparaties, apparatuur)	€ 50
Kleding en schoeisel + reserve	€ 100
Voeding	€ 300
Totaal vaste uitgaven	€ 1.312
Tekort	€ 188,64

'Als ik mijn zoon wil bellen, moet ik vragen of hij mij terugbelt...'

Steeds meer ouderen hebben het moeilijk om financieel de eindjes aan elkaar te knopen. De vaste lasten zijn al zo hoog dat er niets meer overblijft voor iets extra's. Kijk maar naar de 'uitgaven'; daarop staan de belangrijkste maanduitgaven van een alleenstaande 'oudere' die moet rondkomen van alleen AOW. Als vaste lasten en uitgaven voor levensonderhoud van het maandelijkse budget zijn afgetrokken, blijft er niets over voor zaken die eigenlijk iedereen nodig heeft: persoonlijke verzorging, de krant of een tijdschrift, recreatie, cadeautje voor je kleinkind of een bloemetje op tafel; laat staan dat je deel kunt nemen aan sociale en culturele activiteiten.

Dan moet je wel gaan bezuinigen op de telefoon, door je kind terug te laten bellen. Zeker wanneer je € 189 te kort komt waardoor het 'welzijn' sterk wordt aangetast. Het tekort in 2013 overschrijdt de € 200.

WijkInformatieWinkel

In de wijkwinkel Spinet 15, (achterzijde LCC) helpen een vijftal bewoners de bewoners uit Zevenkamp met allerlei papperasserij. De wijkwinkel biedt ook een vergaderplek aan actieve bewonersgroepen en een plek waar wijkideeën verder uitgewerkt kunnen worden. Een kleine opsomming waar de wijkwinkel voor staat:

- * Aanvragen van sociale voorzieningen
- * Invullen van verschillende soorten formulieren
- * Bellen naar instanties, Verzekeringen, abonnementen, lidmaatschappen afsluiten en beëindigen
- * Betalingsregelingen treffen
- * Doorverwijzen naar andere instellingen of instanties indien nodig.



Wat gebeurde er allemaal op het A

Wijk ideeën en kindertalent

Na een intensief beraad tussen SONOR en de directeuren van de basisscholen werd besloten de positieve en op kindertalent gerichte benadering van de scholen ook door te zetten in de buitenruimte. Dezelfde beweging werd ook aangetroffen bij tal van actieve bewoners die een hele krans van wijkideeën indieden gericht op verlevendiging van pleinen en parken, gericht op een kindvriendelijke sfeer. Wolefoppen Groen lanceerde al de gedachte van een reizend podium met Zevenkamps talent. De ouderkamers, jongeren, bewoners rond het Ambachtsplein, moeders bij Duimdrop, ze hadden vergelijkbare ideeën.

Gedichten en multiculturele keukens

2012 startte met de Vredesfabriek waarin kinderen leerden conflicten op te lossen en pestgedrag te vermijden. Het mondde uit in een stampvol Ambachtsplein onder inspiratie van Music Matters. Schitterende kindergedichten zagen het licht. In het voorjaar zinderde het grasveld bij Duimdrop van de activiteiten: moeders kwamen met multiculturele keukens, vaders floten voetbalwedstrijden. Er was een woestier en ontroerende karaoke.

Kindercircus en natuurworkshops

Bij de Waterlelie kon je ponyrijden, kindercircus beleven en een unieke voorstelling van de Dwerf die in een grote vogel veranderde. De kids maakten kennis met hip hop, songs van het Zevenkampse SAM Express en creatieve workshops.

Het reizend podium bij Orion werd gerund door actieve bewoners van Centraal Wonen en Orion. Bijzonder waren hun natuurworkshops met wol en pitriet. SAM Express en het belgische de Goesting zorgden voor de muzikale noot. De combinatie met de grote circustent van Nicole en Martin was echt geslaagd. Op heel positieve wijze brachten de twee de Bremermuziekanten in beeld met muziek en spectaculaire acrobatiek. Verrassend was de vindingrijkheid om illusies te verwakken. De sfeer was echt inspirerend en familiaal.

Naar aanleiding van de Dag van de Eenzaamheid wilde Powerboat -een organisatie van kunstenaars-, het bewonersidee van mevrouw Lindvaar en zoon Ferry waarmaken: 'een buurtfeest in het park.' Met wonderlijke speelbakken in de vorm van een minigolf, met een reuze lappendeken op het gras, met Ukelele gitaartjes voor alle kids, met een uitvinderstafel: het werd een happening en de realisatie van Ferry's kinderroom.

Breakdance en meeslepende cabo

Stage7 in het Zuiderpark gaf plek aan de jongeren met Rass Motivated en Boykz genomineerd voor de Nederlandse popprijs. Ook kinderen kregen een plek met een schildersatelier, paarden en een stormbaan. De hele buurt liep uit, een echt zomers tafereel. Uniek was de performance van de breakdancers de Groove Kings die in een workshop tientallen kinderen lieten meeliften. De bewoners en winkeliers van het Ambachtsplein konden niet achterblijven.



Ambachtsplein? Een bewogen 2012!



Een braderie werd gecombineerd met een bijzonder podium vol meeslepende Cabo muziek van buurtbewoonster Maria Morais, met optredens van TWO SOME, robot en breakdance. Opvallend waren de workshops pottenbakken, cupcakes versieren en je eigen fruitdessert maken. Honderden pompoenen zorgden voor de halloweensfeer, voor de kids was het uithollen een feest. In het LCC werd ook een hallelujafeest gehouden vol workshops, fotografie en dans. Duizend handtekeningen werden aangeboden aan portefeuillehouder Patrick Meyer voor terugkeer van het postkantoor. Ze hebben zeker een bijdrage geleverd tot de terugkeer en brachten de betrokkenheid van de buurtbewoners in beeld.

raak. Twee dagen lang leerden kinderen van alle kleuren schaatsen op een ijsbaan geholpen door jongeren uit de buurt. De kerstman reed in een koets met rendieren en de Mickey Mouse figuren gingen van winkel naar winkel. Honderden bewoners gingen met hen op de foto. Ze vroegen aan de buurman om een plaatje te maken met hun mobieltje. Het koor van het Leger des Heils was present met meisjes uit de buurt. Christmas Carrolls zorgden voor een romantische sfeer. De kinderen maakten geweldige kerststukjes waarmee de huiskamer werd versierd. Een krans van ideeën die talent ontwikkelden, presenteerden en een bijdrage leverden aan sociale samenhang en aan een samenleving in beweging.



Sint met 40 Pieten

Met koets en 40 Pieten in bijzondere kostuums trok de Sint door zijn geliefde Jazzbuurt richting Ambachtsplein. Het plein was zo vol, dat men nog nauwelijks kon bewegen. Deelraadsvoorzitter Frans van Hilst met een zwak voor Zevenkamp ontving de Sint die werd overvallen met Zevenkamps talent: dansende en zingende kinderen, originele kleurplaten, zelf gefabriceerde petten en mijters. Een meet and greet in het wijkgebouw was onmogelijk, wel was er plek voor de workshops schilderen en tai tai poppen versieren. Een grote pluim voor al die betrokken moeders! De hele middag was één en al ontmoetingsfeest.

Wat brengt ons 2013?

In elk geval nog een reizend podium, een bruisende woensdag bij Nieuw Verlaat, een bruisend Ambachtsland. Na een opgeknapt binnenterrein bij Liedre waar ouders en kinderen actief bezig zijn met stadslandbouw (frambozenstruiken, tomatenplanten, bessen) komt de aanpak van Kuinder. Wellicht gaat er ook wat gebeuren met de asfaltplek bij de Louis Armstrongweg, een combi met stadslandbouw? 2013 wordt ook de start van het Wollefoopenplan op het Manifestatieveld met permacultuur, een combinatie van voedingsgewassen en beplanting. Opvallend is dat buurtbewoners de motor zijn. Meestal hebben ze een klein zetje nodig en daar kunnen bewogen ambtenaren, politici, corporaties en opbouwwerk een belangrijke rol in spelen.

Schaatsen & familiefoto's

Met de verlichte kerstmarkt op het Ambachtsplein was het weer



Week van respect



Van 4 tot 8 maart 2013 houden de basisscholen in Zevenkamp een week van respect. Via de Vredesfabriek, machines die opgesteld worden in de Waterlelie, leren de kinderen vrede maken, conflicten oplossen en pestgedrag verminderen.

Ze gaan het Zevenkampse lied van respect instuderen en tal van gedichten worden gemaakt en voorgedragen. De week eindigt feestelijk op het Manifestatieveld waar tussen 10:00 uur en 12:00 uur gezongen wordt en gerapt, poëzie wordt voorgedragen en symbolisch enkele bomen worden geplant. De week van respect betekent ook respect voor de natuur. 8 Maart 2013 is de start van het Wollefooppengroen plan, een prachtige boomgaard en permacultuurtuin die gaat verschijnen op het Manifestatieveld voortaan Wijkpark genoemd. Het reusachtige groenplan omvat ook een transformatie van de speeltuin richting een meer natuurlijke look waar landschaparchitect Henk Krul enkele eerste schetsen heeft voor gemaakt. Uiteraard zullen de kinderen en hun verlangens hierbij bepalend zijn en wordt een participatietraject opgestart. Burgemeester Aboutaleb zal aanwezig zijn bij de eerste boomplant en met de kids ook knutselen aan een natuurlijk speeltuig. De aanwezigheid van alle basisschoolleerlingen wordt zeker indrukwekkend. In alle klassen wordt 8 maart voorbereid onder andere via een toolkit voor conflictoplossing die onderdeel uitmaakt van het lesprogramma. Sonor speelt hier een verbindende rol.



Kuinder meisurpise

Het binnenterrein Kuinder ligt er verwaarloosd bij, oud en gescheurd asfalt, verrotte palissades, een versleten ballenvanger, een muur vol gaten, een afgebladderde basketbalpaal. Bewoners hebben duidelijke ideeën over wat het worden moet. Een groenere outlook met ronde plantenvakken, aanpak van

het speelplein door het aanbrengen van meer kleur en belijning, herstel en artistieke beschildering van de muur en creëren van enkele parkeerplekken. De deelgemeente is bereid de facelift te financieren. Wellicht wil Woonstad een bijdrage geven aan groenonderhoud en kunnen ook bewoners hierbij een rol spelen. In elk geval dragen

jonge zevenkampers bij via een fantastisch en inspirerend muurkunstwerk. Bewoners vragen zich af hoe lang dit gaat duren. Het is belangrijk dat de aanpak kwaliteit heeft. Daarom gaat gemeentewerken kijken naar de staat van zowel palissades als ballenvanger. Vernieuwing is vast aan de orde. Er moet dan een begro-

ting gemaakt worden die goedgekeurd moet worden en vervolgens wordt de uitvoering gepland. Er komen kleurentwerpen voor het speelveld en de muur wordt gestuukt. Kortom de voorbereiding vraagt tijd. De uitvoering valt te verwachten in mei, maar dan heb je ook wat.

Zevenkamp&Kunst Buurtborrel



De entree van de Vijf Havens is opgesierd met een kunstwerk dat bestaat uit verschillende delen. Aande buiten zijde is tussen de twee pilaren een roodkoperen buis gemonteerd. Links van de ingang aan de binnenzijde gaat het kunstwerk verder met hangende roodkoperen buizen. Een link van het kunstwerk bevindt zich recht voor u als u naar de balie loopt. Een groot gebogen roodkoperen

plaat siert de voorzijde van de balie. Verderop rechts in het ontmoetingsgedeelte boven de bar nog eens een aantal roodkoperen platen ter completering.

Wie de maker is van dat geheel en wat de achtergrond is: wie het weet mag het zeggen. Over het kunstwerken in de ZevenKrant nummers 4 en 5 van 2012 is nog niets bekend.

Sport en Recreatie, Stichting Buurtwerk, Sonor en Bewonersorganisatie Zevenkamp organiseerden samen een Buurt-borrel op donderdag 24 januari 2013. Er waren (actieve) bewoners, vrijwilligers en beroepskrachten uit Zevenkamp aanwezig. Zij kregen informatie over de vrijwilligerswebsite van de deelgemeente, de buurtwerk app en het vraag en aanbod bord dat tegenwoordig in LCC Zevenkamp staat. En natuurlijk was er een hapje en drankje!



Jongeren - Toolkit

De Rotterdamse cultuurscouts presenteerden een EHBO toolkit. EHBO staat hier voor 'Eerste Hulp bij Organiseren'. Veel actieve jongeren willen wel wat organiseren, maar de tools ontbreken. De EHBO toolkit ziet eruit als een grote verbanddoos. Alleen zitten er geen gaas en pleisters in, maar wel andere verbanden. Een bijzonder praktisch boekje waarin alles staat wat er nodig is om een evenement te organiseren: evenementenvergunning, begroting en dekkingsplan, artiestencontract. Op een hierbij geleverde USB

stick staat nog veel meer nuttige info.

Het aantekeningenboekje en pen ontbreken niet

Het officiële ten doop houden van de kit vond plaats in Noord in aanwezigheid van een 50 tal actieve jongeren die allen de box mee naar huis kregen. Het enthousiasme was groot, ook af te leiden uit de achteraf ingevulde evaluatieformulieren. De deelraadsvoorzitter vond de toolkit een reuze idee. Hij prees de eenvoudige taal en de impuls richting jongerenzelfwerkzaamheid.



In Memoriam

Anja Lugten secretaresse van de Bewonersorganisatie Zevenkamp was een half jaar ziek. Het ging beter maar toch is ze plotseling overleden door een longembolie. Anja was een bijzondere vrouw, met een warm hart en een onverwoestbaar optimisme. Ze laat twee jonge kinderen (tuintigers) achter. Ze



was veertien jaar weduwe en loodste het gezin overal doorheen. Ze had een nieuwe partner leren kennen met ook een gezin. Ze hielden samen van reizen en voor het eerst werd er eens voor Anja gezorgd. Binnen SONOR had ze veel hechte vriendinnen. Bewoners van Prinsenland waar ze lang werkte en bewoners van Zevenkamp droegen haar een warm hart toe. We willen het optimisme en het elan van Anja verder zetten.



Errol Garner op bezoek

Eroll Gardner op bezoek in Noord

Een tiental bewoners van de Eroll Gardnerweg bezochten een aantal buitenruimteprojecten in Noord in gezelschap van Vestia medewerkers en opbouwwerker Ed de Meyer. Aanleiding was de troosteloze asfaltvlakte op het binnenterrein Eroll Gardnerweg. Bewoners willen absoluut een vergroening en verlevendiging. Ze gingen kijken naar de Zoomstraat, naar het dak van de Correctgarage. Hier stond men voor hetzelfde probleem: wat doen we met een enorm tegelvlak, hoe ga je dat vergroenen?

Bewoners en Woonstad kozen voor het aanbrengen van grote ronde plantenvakken met roestbruine borders en met hieraan gekoppelde halfronde zitvlakken met steigerplankbedekking. De diverse cirkels zijn voorzien van kleurrijke ledverlichting wat de aantrekkelijkheid in de avonden voor de omringende woningen verhoogd. De Zevenkampbewoners waren enthousiast.

Van de Zoomstraat ging het richting Kloosterbuurt waar tal van

kleinschalige groenprojecten de revue passeerden. Houten plantenbakken in een grote rechtehoek rond het speelplekje Blommendijkse laan, een combinatie tussen bewonersinzet en de daklozenopvang van Speijk. Bewoners doen hier alle onderhoud. De natuurlijke schooltuin rond de Hildegardis school, een creatie van Sport en Recreatie in samenwerking met de ouders. Het groene Johan Idaplein met chill heuvel voor de jongeren, hun eigen ontwerp. Het frisse binnenterrein Hooglandstraat, waarbij ook de privé tuinen werden aangepakt. Het charmante Hooglandje waar jonge architecten uit de straat het ontwerp voor maakten en heel veel zelfwerkzaamheid is gerealiseerd. Opvallend zijn de heuvel met tunnel en glijbaan en het supersonische fietsrek dat veel parkeerproblemen oplost. Van de Kloosterbuurt ging het naar de permacultuurtuin (tuin zonder gebruik van bestrijdingsmiddelen) in de Agniesebuurt. Buurtbewoner en promotor Hans Kervezee legde het principe uit en maakte de link naar zijn Kook



Met Mij Mee studio waar honderden leerlingen van basisscholen leren plantaardig koken. De kookproducten van de kids worden maandelijks aan de ouders voorgeschoteld zodat eetpatro-

nen worden beïnvloed. De Zevenkampers besloten dan ook het bezoek met plantaardige hapjes en biologische wijn.

Woonbron zegde een bedrag toe voor sociale ontmoeting en de

bewoners zijn vast besloten een origineel plan te maken, waaraan hun eigen bijdrage verwacht wordt. Het wordt een plan waarin ontmoeting en uitstraling centraal staan. *Wordt vervolgd.*

Buurten in balans

Door de deelgemeente werd een conferentie belegd onder de titel 'Buurten in Balans' met de bedoeling te komen tot een gezamenlijke en concrete aanpak van plekjes of straten in Alexander waar het wat minder gaat.

Deelgemeente Alexander scoort een 6,8 op de veiligheids- en tevredenheidsindex, bijzonder positief als je dat vergelijkt met het Rotterdams gemiddelde dat 5,5 is.

Alexander wilt een nog hogere score door een meer individu-

ele benadering, door bewoners te motiveren rond hun straat of plein en door gebruik te maken van hun talent.

Hiervoor is het belangrijk dat organisaties samenwerken. Het moet duidelijk zijn wat iedereen doet en wie bij een project de

trekker is. Van de deelgemeente wordt een meer concrete focus verwacht. Veel nadruk kreeg de 'erop af' benadering. Professionals moeten meer van de mensen zijn en beseffen dat het goud op straat ligt.



Tweede Zevenkampse Filmfestival

Tijdens het Rotterdams Filmfestival werd ook de tweede editie van het Zevenkamps kinderfilmfestival gehouden. Het was geweldig. De artiesten schreden zelfbewust over de rode loper om de ovatie van het publiek in ontvangst te nemen. Juryleden waren de deelraadsvoorzitter, cultuurscout Marieke Bongers en de hoffotograaf van de deelgemeente.

Shoot

De coaching was in handen van jeugdig SBA talent Sherissa. Frans van Hilst opende met het klas-

sieke filmbord en de uitroep 'Shoot!'. Als eerste kwam het filmtalent van de Buskesschool aan de beurt. Het werd een MTV achtige productie over vriendschap, nieuwkomers, pestgedrag, berouw en een vleugje ondeugendheid. Ook de bloopers ontbraken niet. Opvallend was het snelle ritme, de grappige presentaties van de talrijke spelers, de tussenteksten als 'pauze', 'na schooltijd' die je aan de stomme film deden denken. Vorig jaar won de Buskes. In de volgende ZevenKrant leest u wie dit jaar de prijs won.

U kunt elke ochtend, behalve maandag terecht bij de BOZ. Op die dagen is de BOZ ook bereikbaar op ☎ 010 - 2892400 en op andere momenten kunt u bellen naar de mobiel van opbouwwerker Ed de Meyer: ☎ 06 - 45724536.

www.bo7kamp.nl

De meest complete en uptodate website van Bewoners
Organisatie Zevenkamp

Scootmobielclub Zevenkamp



De scootmobiel is een heuse vereniging geworden. Succes!

VIP-crea 7-Kamp

Na een aantal jaren in wijkcentrum Oriënt creatieve workshops te hebben verzorgd, heeft Mieke Nobel het plan opgevat om de wijkgrenzen in de deelgemeente te gaan verkennen. Vanaf februari 2013 organiseert zij maandelijks op dinsdagochtend een creatieve workshop voor vrouwen in het LCC Zevenkamp. Het is de bedoeling om tijdens deze workshops onder het genot van een lekker kopje koffie of

thee, creatief bezig te zijn, iets leuks te maken dat niet zo moeilijk is en om de onderlinge contacten tussen vrouwen tot stand te brengen. En dat alles voor een kleine eigen bijdrage van 3 euro per keer.

Op dinsdagochtend 5 februari 2013 werd de eerste VIP-crea in LCC Zevenkamp gehouden. Een groepje van vier vrouwen ging enthousiast aan de slag met stof, lint en band e.d. om een leuk memobord te maken.

De volgende VIP-crea vindt plaats op dinsdagochtend 5 maart van 9:30 uur - 12:00 uur in LCC Zevenkamp en dan gaan we boekjes decoreren.

Heb je zin om mee te doen?
Meld je dan aan bij Mieke Nobel op 06-30203148 of via miekenobel@planet.nl.

ZevenKrant

Colofon

De ZevenKrant is een uitgave van de BOZ
Bewoners Organisatie Zevenkamp met een oplage van 7.800.

Adres: Ambachtsplein 141
010 - 2892400
06 - 45724536

Freelance journalistiek en Lay-out/opmaak
Corstiaan Breedveld
info@zevenkamp.info
Puzzeloplossingen naar
infozevenkamp@xs4all.nl

Fotografie

Joannes Odé &
Corstiaan Breedveld

Redactie

Ed de Meyer, Corstiaan Breedveld, Ron Koldenhof, Margreet Pruis.

Druk: Flevodruk Harlingen
Deadline kopij ZevenKrant nummer 2 is op 1 april 2013.

Bezorging ZevenKrant 2 vanaf 25 april 2013.

De redactie van de ZevenKrant stelt zich niet aansprakelijk voor zet- en drukfouten.

The Readshop is er weer!!!



M.A. Koutet maakt post weer mogelijk in Zevenkamp sinds 20 december 2012, zij het met een nieuw concept.

U kunt behalve boeken, tijdschriften, kaarten enzovoorts ook voor al uw postzaken terecht bij The Readshop. Eveneens is er een ING service punt, zodat u zelfs binnen geld kunt pinnen.

Adel zocht nieuwe uitdaging

Op het Ambachtsplein lopend merkte hij twee brievenbussen op en verder kijkend zag hij een leeg pand. In zijn gedachten begon hij de winkel levendig te maken en na veel rekenwerk besloot hij om de winkel weer le-

ven in te blazen. Daartoe moest hij natuurlijk eerst diverse onderhandelingen voeren. Uiteindelijk was de kogel door de kerk en startte hij de winkel op, vooral omdat er onder de Zevenkampers veel behoefte was ontstaan aan een postagentschap.

Wat leeft er in de wijk

Adel vroeg vele Zevenkampers naar wat ze zouden willen zien in de winkel, want hij wil graag voldoen een die behoefte en hoopt daarmee weer meer klanten te trekken.

Zelfstandige

Adel was ooit ruim 20 jaar ambtenaar en runde zijn eigen organisatiebureau, waar projec-

ten ontwikkeld werden. Hieruit vloeit voort dat hij zijn hand niet omdraait om een nieuw project te ontwikkelen. In de winkel laat hij zich door twee charmante en vriendelijke dames ondersteunen. Zelf is hij niet zo vaak in de winkel wegens zijn meerdere werkzaamheden.

Adel hoopt dat zijn klanten zelf aangeven waar hij hen nog meer mee van dienst kan zijn en of met welke diensten hij de zaak zou kunnen uitbreiden.

Wij van de redactie wensen hem goede zaken en dat hij een bekend gezicht in de wijk zal worden en dat de winkel nog lang zal bestaan.

Vraagwijzer Deelgemeente Alexander

Vraagwijzer luistert

Samen zoeken we een oplossing voor uw probleem of vraag. Soms helpt VraagWijzer zelf. Soms verwijst deze door naar een organisatie die u verder kan helpen. VraagWijzer is er voor alle Rotterdammers. Er is altijd een VraagWijzer bij u in de buurt. U kunt gewoon binnenlopen. Een afspraak maken is niet nodig, maar kan wel. U kunt VraagWijzer ook mailen of bellen. Een advies van VraagWijzer kost u niets. Kom naar VraagWijzer.

Niet iedereen is op de hoogte van alle regels en procedures van de vele instanties en organisaties die er zoal zijn. Het is vaak ook lastig om op vragen over wonen, zorg, welzijn en inkomen een juist antwoord te krijgen.

Zoals bijvoorbeeld: waar moet je zijn en hoe meld je je aan voor woningaanpassingen, bijzondere bijstand, aangepast vervoer, thuiszorg en kwijtscheldingsmogelijkheden?

Weet van wetten

De consulenten kennen de huidige wetten en regels. Ze zijn goed bekend met alle relevante gemeentelijke organisaties, afdelingen en maatschappelijke organisaties in de diverse wijken van de Deelgemeente Prins Alexander. Ze geven u een onafhankelijk advies dat past bij uw persoonlijke situatie. Ook kan de VraagWijzerconsulente bemiddelen in bepaalde kwesties tussen instanties en bewoners.

Mantelzorg ondersteuning

De VraagWijzer consulenten in

de Deelgemeente Prins Alexander bieden ook ondersteuning aan mantelzorgers. Mensen die voor een familielid, echtgenoot, kind of een buurvrouw (man) zorgen, kunnen rekenen op advies, ondersteuning en een luisterend oor.

Bij VraagWijzer hoeft men geen afspraak te maken. De hulp is

laagdrempelig en gratis. Vraagwijzer zit in de Stadswinkel, Prins Alexanderplein.

Mensen die niet in staat zijn om langs te komen, worden thuis bezocht. Vooral de ouderen in de Deelgemeente Prins Alexander willen wij daarmee tegemoet komen. Er is ook een extra spreekuur van het VraagWijzer bij u in de wijk.

Charley Tooropsingel 52

Elke vrijdag

9:00 uur - 11.30 uur.

Openingstijden VraagWijzer in de Stadswinkel

Maandag, dinsdag en woensdag

08:00 uur - 16:00 uur

Donderdag

08:00 uur - 13:30 uur

Vrijdag

08:00 uur - 20:00 uur.

010 - 2868100



Puzzelrubriek

Het thema voor deze puzzel is: **Bezuinigen**. Uit alle goede inzendingen worden drie winnaars getrokken. 4 toegangskarten per winnaar voor Zwembad de Zevenkampse Ring binnen 2 maanden na het verschijnen van de ZevenKrant. De namen worden in ZevenKrant nummer 2 van 2013 bekendgemaakt.

De oplossing van ZevenKrant 6 van 2012 is: **Zelf geteeld fruit is heel lekker**. Deze keer zijn alle prijzen gelijk: **Drie eetchecks voor LCC eetcafé**. De prijzen liggen voor u klaar bij Margreet van LCC Zevenkamp. Neem de krant mee, laat zien wie u bent en ontvang uw prijs. W.A. Worp aan het Kalrinet, I.J. Gallas P. vanOstayenstraat, M. Kock Boy Edgarstraat.



Sportfondsenbad
Zevenkampse Ring

Aanbiedingen

Aldiën

Alternatieven

Budgetkeuken

Consuminderen

Contantbetalen

Dikkeretri

Droam.nl

Ebookers

Groentekalender

Haalmeeruitjecard

Hergebruiken

Huishoudboekje

Isolatie

Kliekjes

Knutselen

Koopzegels

Krimpen

Ledlamp

Liddelen

Loonsverlaging

Ontslaan

Opladersuit

Ruilen

Sparen

Vermaken

Verstellen

Vrekkenkrant

Vroegboekkorting

Windenergie

Zegels

Zelfdoen

Zelfkoken

Zuinig

D A S R E K O O B E A N M A A
G L I D D E L E N E P M I R K
N T E I G R E N E D N I W R D
I E A A N B I E D I N G E N D
G R O E N T E K A L E N D E R
A N S E E B N U L V O R R R O
L A P O L E E E D R D K A E A
R T A Z I R L K I O F I C D M
E I R E U E A T Ë E L T E N .
V E E L R K T E N G E I J I N
S V N F T O E G M B Z U T M L
N E J K E O B D U O H S I U H
O N V O R P T U I E S R U S N
O V E K E Z N B S K E E R N O
L E R E K E A G O K J D E O N
E R S N K G T M L O K A E C A
D M T E I E N E A R E L M Z A
L A E R D L O A T T I P L U L
A K L A N S C H I I L O A I S
M E L V R E K K E N K R A N T
P N E K I U R B E G R E H I N
A L N E L E S T U N K E N G O

Uw oplossing vóór 1 april 2013 via de BOZ, Ambachtsplein 141, 3068 GV Rotterdam of
infozevenkamp@xs4all.nl

7ART

(vervolg pagina 1)

Ron Koldenhof zal namens de stichting de dagelijkse leiding verzorgen van 7ART. Hij is het aanspreekpunt voor alle creatieve ideeën die bij u leven.

Creatieve Broedplaats! 7ART, wat is dat eigenlijk?

7ART wordt een centrum voor Zevenkamp en omgeving. Met onder andere doorlopende kunstexpositie, live performances, aanbod van creatieve workshops, het taalatelier en een ontmoetingsplek voor bewoners, kunstenaars, musici, schrijvers, dichters en creatieve ondernemers. Met een team van enthousiaste vrijwilligers wordt alles in het werk gesteld om met beperkte middelen tot een sfeervolle inrichting te komen met een open karakter en om het een plek te laten zijn waar iedereen zich thuis voelt. Daarbij is het belangrijk om samenwerkingsverbanden te vormen in Prins Alexander. Dat is al gelukt met de Winkeliersvereniging Zevenkamp, The Little Cave en Makers en Doeners en dat zal verder uitgebreid worden met partijen in de buurt van het Ambachtsplein, zoals LCC Zevenkamp, SBA, Bewonersorganisatie Zevenkamp en Wollefooppengroen&Co. He

7ART van start met de boekenweek

De opening van 7ART gaat van start met de boekenweek van zaterdag 16 tot en met zaterdag 23 maart 2013. Een openingsfeest met muziek en voordrachten, Lazy Sunday Boekenbrunch, de pannenkoekenmiddag met een leuk programma voor kinde-

ren en een afsluiting met onder andere optredens van lokaal talent. Daarnaast wordt in 7ART het taalatelier geïntroduceerd. In het taalatelier kan iedereen binnenlopen op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag om inspiratie te krijgen en bezig te zijn met schrijven in allerlei vormen: gedichten, verhalen, rap teksten, songteksten, etc. Wat dat allemaal gaat opleveren zal op zaterdag 23 maart 2013 duidelijk worden op de slotdag van de boekenweek in Zevenkamp. Uiteindelijk zal alles vastgelegd worden in een boekwerk. Talenten van Zevenkamp, laat deze kans niet voorbij gaan!

7ART is op zoek naar vrijwilligers

7ART gaat draaien met vrijwilligers. Om de hele week open te kunnen zijn, zijn veel vrijwilligers nodig. Wij zoeken vooral mensen die in een rooster kunnen meedraaien. Voorkomende werkzaamheden zijn: dienstverlening aan bezoekers van 7ART, meehelpen bij live performances, schoonmaakwerkzaamheden enzovoort. Vrijwilligers zijn vooral nodig op alle doorde-weekse middagen en avonden, op zaterdagmiddag en op zondagochtend- en middag.

U komt in een creatieve wereld terecht wat leerzaam is en het kan u werkervaring opleveren.

Contact

Voor informatie over 7ART, de boekenweek en vrijwilligerswerk kunt u telefonisch contact opnemen met:

Ron Koldenhof ☎06 - 28476560. U kunt ook een e-mail bericht sturen aan info@7art.nl of breng een bezoek aan www.7ART.nl.

Handige adressen om te weten

Algemeen Alarmnummer

Politie/Brandweer/Ambulance
Alleen voor spoedeisende hulp en levensbedreigende situaties.
☎ 112

Politiebureau Zevenkamp

Zevenkampse Ring 340
3068 HG Rotterdam
☎ 0900 - 8844

Bewonersorganisatie Zevenkamp (BoZ)

Ambachtsplein 141
3068 GV Rotterdam
infozevenkamp@xs4all.nl
www.bo7kamp.nl
☎ 010 - 2892400

Opbouwwerk

Ed de Meyer
☎ 06 - 45724536

Buurtbemiddeling Prins Alexander

Bramantestraat 34
3066 BN Rotterdam
☎ 010 - 4560409
Email: prinsalexander@buurtbe-

middeling.org

Leger des Heils Welzijn- en Gezondheidszorg

Maatschappelijk Centrum
Rotterdam
Kooikerweg 28
3069 WP Rotterdam
☎ 010 - 2229888
Telefax : 010 - 2229800

Maatschappelijke Dienstverlening Alexander

Marten Meesweg 141
3068 AV Rotterdam
☎ 010 - 2868100
info@stichtingmda.nl

Jongerencentrum

Jongerencentrum 7's
Nieuwemeer 101
3068 KJ Rotterdam
☎ 010 - 4210572

LCC Zevenkamp

Ambachtsplein 141
3068 GV Rotterdam
☎ 010 - 4563993

lcczevenkamp@senr.rotterdam.nl

Stichting Buurtwerk Alexander

In het LCC gebouw
☎ 010 - 4553799

Deelgemeente Prins Alexander

Prins Alexanderplein 6
3067 GC Rotterdam
☎ 010 - 2868200

Rotab

Lucie Vuylstekeweg 5
3066 GT Rotterdam
Algemeen nummer voor alles
☎ 14010

Sociale Zaken en Werkgelegenheid (SoZaWe)

Prins Alexanderplein 20
3067 GC Rotterdam
☎ 010 - 4984444 (Alg. info nr)
☎ 010 - 4984999 (Hoofdkantoor)

GGD gezondheidslijn

☎ 010 - 4339966
Spoedlijn:
☎ 010 - 2866099
www.ggd.rotterdam.nl

Medisch

Dierenartsenpraktijk

Lammers
Toon van Vlietstraat 25
3069 ZP Rotterdam
☎ 010 - 4213176
Zevenkampse Ring
Zevenkampse Ring 741
3069 MD Rotterdam
☎ 010 - 4557410

Gezondheidscentrum Zevenkamp

Aar 55
3068 GX Rotterdam
☎ 010 - 4551677

Gezondheidscentrum Charley Toorop

Charley Tooropsingel 48
3059 WG Rotterdam
www.gccharleytoorop.nl
☎ 010 - 2866090 (algemeen)

Huisartsen

Dr. Quispel
☎ 010 - 4555959
Dr. Verdonk
☎ 010 - 2202185
Dr. Van der Hoek

☎ 010 - 4562540

Dr. Sanderse
☎ 010 - 4562540
Dr. V. d. Voorde
☎ 010 - 2866093
Fysiotherapeuten
☎ 010 - 2866090
☎ 010 - 4558105

Wonen

Huurtoeslag en Zorgtoeslag

Via de belastingtelefoon
Op werkdagen van 8.00 uur tot 17.00 uur.
☎ 0800 - 0543 (gratis)

Vestia Rotterdam Noord

Bezoekadres Kruisplein 15
☎ 0900 - 1455 (7,5 cent per min.)
www.vestia.nl

Woonstad Rotterdam

Westblaak 210
Van 8:30 uur tot 16:30 uur
☎ 010 - 4408800

Woonbron

☎ 010 - 2868866