

De Heraut

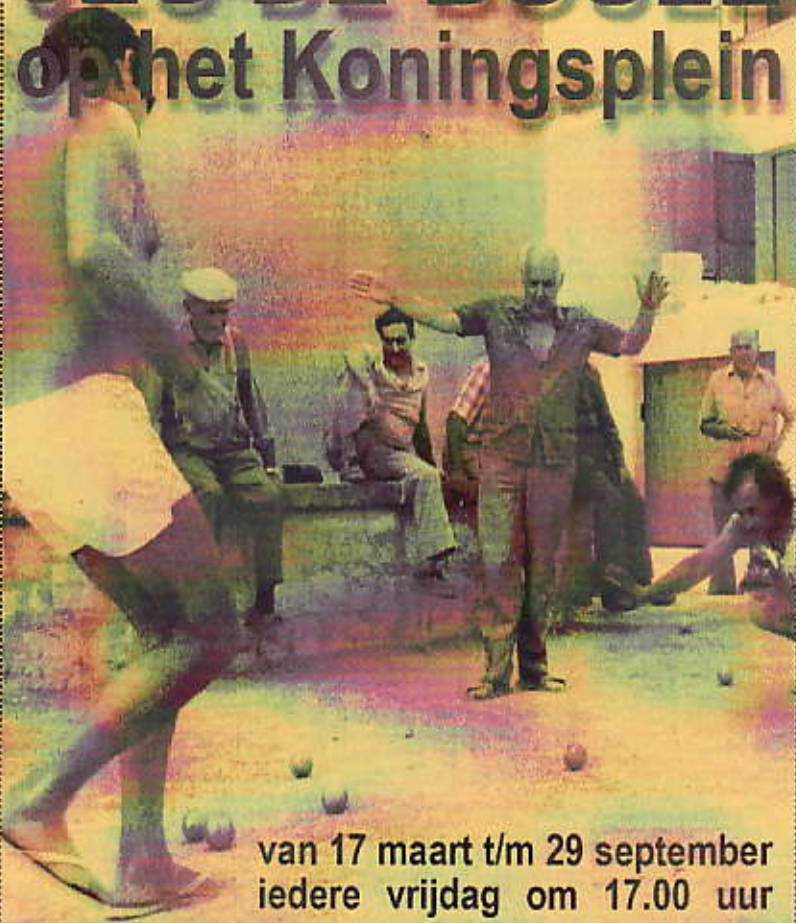
Nieuwsbrief

Veldherenkwartier/Koningsplein

Maart 2006

nr. 11

JEU DE BOULE op het Koningsplein



van 17 maart t/m 29 september
iedere vrijdag om 17.00 uur
Zelf drinken en 'Boules' meenemen

6 oktober grote finale om de 'Place Royal Cup'



Tja, afgelopen vrijdag was het toch nog wel een beetje fris, maar enkele dappere dodo's waagden zich toch aan een partijtje. Vanaf volgende week verwachten we iedere bouler uit de buurt!

Jaarvergadering beheercommissie

Dinsdag 28 maart om 20.00 uur

Plaats: de Perponcherstraat 103

Denk en praat mee over uw woonomgeving!

Wilt u zich voor 22-03 aanmelden bij Yvonne Huitema.

Ook agendapunten zijn welkom.

Tel: 06-41367979 of 10@koningsplein.nl



Colofon

Deze Nieuwsbrief verschijnt 1x per drie maanden in een oplage van 800 exemplaren en wordt verspreid in de straten tussen de Laan van Meerdervoort, Suezkade, Chasséstraat, Koningin Emmakade.

Redactie:

Yvonne Huitema
Marga Pool
Renée Santema

Foto's:

Yvonne Huitema/René Santema/Hans van Leusden

De verschijningsdata 2006:

21 juni, 21 september en 21 december

Bijdragen voor de Nieuwsbrief dienen uiterlijk drie weken voor de verschijningsdatum bij de redactie te zijn. Voor de eerstvolgende uitgave is dit 1 juni. U kunt uw bijdragen inleveren bij Renée Santema, Koningsplein 41, of per e-mail zenden aan:

boeder@wanadoo.nl of
pooma@planet.nl

ook voor uw advertenties

De redactie kan niet garanderen dat alles geplaatst wordt en behoudt zich het recht voor teksten te wijzigen of in te korten

Contactpersonen:

Yvonne Huitema,
Koningsplein 10 tel.: 3616724
Renée Santema,
Koningsplein 41 tel.: 3451956
Ad Vergeer,
Koningsplein 44 tel.: 3639799
e-mailadres:
beheercommissiekoningsplein@planet.nl

Van de Redactie

(Yvonne Huitema)

Het sociale leven op het plein staat 's winters altijd op een laag pitje. Toch gebeurt er een heleboel als je goed oplet. Verschillende huizen stonden te koop, en inmiddels zijn nieuwe bewoners hard aan het werk om er hun droompaleis van te maken. Wij heten iedereen van harte welkom die op Koningsplein en omliggende straten is komen wonen. We moesten er even op wachten, maar de nieuwe beplanting is er gekomen! En het Koningsplein heeft weer straatnaamborden. Ook de jeugd heeft de hele winter veel gebruik gemaakt van het plein.

Terwijl het voorjaar zich een klein beetje laat zien door de bollotjes die staan te bloeien op het plein, voelt het ook als lentekriebels. Zullen we iets leuks organiseren? Ideeën zoals een voetbaltoernooi voor volwassenen, Jeu de Boules, vrijmarkt op Koningsinnedag op zaterdag 29 april. Heb jij ook suggesties laat het weten : 10@koningsplein.nl

Koningsplein website

We hebben een mooie website www.koningsplein.nl. Maar deze website is niet actueel en wordt nog weinig bekeken. We willen hier verandering in brengen. Spontaan hebben een aantal bewoners zich aangemeld om de website levend te houden. Zo zou u de Heraut moeten kunnen lezen op het web, foto's kunnen bekijken van de huizen op het plein en als men dat wil met een geschiedenis verhaal erbij. Ook leuke ideeën, geboortes en alles wat ons bezig houdt in onze buurt.

De Perponcherstraat

Van Parnassia kregen wij de volgende informatie over gevelwerkzaamheden aan het pand Perponcherstraat 103. In week 13, de week van 27 maart, dan beginnen ze met de opbouw van de steiger aan de voorgevel. Totale doorloop tijd is ca. 12 weken, dus in de week van 12 juni wordt de steiger weer afgebroken en wordt het werk opgeleverd. Globaal omvatten de werkzaamheden: gevelreiniging, vervangen van kozijnen, voegwerk vernieuwen, schilderwerk aan hout en ornamenten. Mocht gevelreiniging niet het gewenste resultaat opleveren, dan wordt het metselwerk opnieuw gesausd, maar dan in een baksteenkleur die in het straatbeeld past.

Nuttige telefoonnummers:

Politie : Alarmnummer 112/Geen spoed: 0900-8844

Spreekuur wijkagent Willem Koopmann:

Handhavingsteam: 3533000

Brandweer: 112,

Sector Segbroek: 3591576

Inl. Dienstdoende apotheek: 3451000

GG&GD: 3537185

Grofvuil: 3660808

Politiebureau Segbroek: 4241311

donderdag 14.00-15.00, wijkwinkel Beeklaan
Grofvuil: 3660808

Wijkwinkel REVA: 3650002

Nachtdokter: 3469669 (19.00-7.00u.)

Azivo apotheek (24/24): 3850103

Contactcentrum: 3533000



Jaarverslag 2005 van de beheercommissie

(Robert Clement)

Het plein is al weer een tijdje 'af' en wordt druk gebruikt, meestal voor de doelen waarvoor het is ontworpen. Voor de beheerscommissie is 2005 daarom vooral een groen jaar geweest.

Het groen is op een aantal manieren een bron van zorg. Het meest in het oog vallend zijn natuurlijk de bomen, en dan in het bijzonder de kastanjes. En helaas, ook een aantal van de kastanjes op ons plein zijn aangetast door de nog altijd niet te genezen ziekte, waardoor binnenkort wordt gestart met het rooien van één van de grote bomen. Naast de bomen is ook het lage groen een bron van zorg. Bij de eerste aanplant zijn er meer planten niet aangeslagen dan gebruikelijk. Bovendien hebben de planten te lijden onder het intensieve gebruik van het plein, waardoor er nogal wat aanplant wordt vertrapt. Na overleg met de gemeente is recent een groot deel van de open plekken opnieuw aangeplant. Aan ons de taak om te zorgen dat de nieuwe planten de kans krijgen aan te slaan!

Ook dit jaar zijn diverse boomspiegels aangekleed met één- of meerjarig groen. Niet alleen omdat het er leuk uitziet, maar ook om te proberen de hondenbezitters aan te sporen hun viervoeters elders hun behoefte te laten doen. Diverse bewoners hebben een boom met beplanting geadopteerd en gedurende de zomer verzorgd. We proberen nu om vaste planten te vinden die de functie van het éénjarige groen kunnen overnemen, zowel vanwege de kosten als vanwege de hoeveelheid werk.

Het dagelijks beheer van het plein en de leefomgeving wordt steeds belangrijker. We hebben weer een periode wat minder wenselijke aanloop gehad op het plein, ook veroorzaakt doordat in een aantal gezinnen op het plein de kinderen wat ouder beginnen te worden. Er wordt druk overlegd met bewoners, vertegenwoordigers van de commissie en de politie over hoe en welke grenzen we kunnen stellen, maar ook over hoe we optreden bij ongewenst gedrag. Een moeilijk probleem, want wij zijn dan wel de bewoners, maar het blijft een openbaar plein. In de komende 'Herauten' zullen we u informeren over de voorstellen voor de komende zomer.

Eveneens een lastig beheersprobleem wordt gevormd door de al eerder genoemde 'viervoeters'. Bijna even heilig als de vierwieters. Hondenbezitters die worden aangesproken op ongewenst poepen, of op niet aangelegd zijn, of op het verbod voor het plein zelf reageren onverminderd agressief of defensief, en weten eigenlijk niet waarom we zo streng zijn. Maar nog bijna maandelijks tref ik zo'n fraai stuk straatvervuiling aan een meter voor mijn voordeur.... We gaan dus volhouden, maar het is een taaie strijd.

Bijzondere aandacht is dit jaar uitgegaan naar Parnassia in de De Perponcherstraat. Wat verborgen achter een grote gele gevel betreft het een grote groep bewoners, met zo zijn eigen aandacht. Binnenkort zal Parnassia beginnen met het uitvoeren van groot onderhoud. Als ook dit pand is opgeknapt zal dit weer uitstralen op de de buurt. Zo houden we niet alleen het plein zelf, maar ook de directe omgeving netjes!

Met de verkeersveiligheid gaat het een stuk beter! Nu de Laan van Meerdervoort en de tramlijn nagenoeg gereed zijn neemt het sluipverkeer over het plein af. En dus ook de snelheid van de auto's, waardoor het op het plein veiliger is geworden. Nu het parkeren/stallen van de fietsen nog. Vooral in de hoeken van het plein staan veel fietsen, van vaak twijfelachtige kwaliteit. Er is nog geen goed zicht op een oplossing. Suggesties zijn welkom..

Naast deze beheerstaken zijn er diverse activiteiten ontplooid, zoals een vrijmarkt, een kerstboom, een pleindiner, een voetbaltoernooi..... De beheerscommissie ziet het als haar taak om bewoners te helpen om dit soort initiatieven te realiseren, niet om zelf als een feestcommissie de agenda van het plein te vullen. Hebt u een idee, wilt u iets gaan doen? Wij staan u graag bij met raad en daad.

Ook dit jaar moeten we weer onze waardering uitspreken voor de redactie van de 'Heraut'. Deze brengt u met regelmaat op de hoogte van het reilen en zeilen van het plein. Maar hebt u al eens op de website van het plein gekeken?? Ook daar zijn vrijwilligers bezig om u van informatie te voorzien. De moeite waard!

Tenslotte wijs ik u op de **jaarvergadering voor bewoners, op 28 maart om 20.00 uur**, locatie Perponcherstraat 103. Op deze jaarvergadering kunt u met ons de onderwerpen bespreken die u bezighouden. Over de agenda van de jaarvergadering vindt u elders in deze Heraut een oproep.



Eigenlijk Paashuis, tuin, keuken, Koningsplein

(Geraldina Metselaar)

Voor de Pasen neemt de echtgenoot een weekje vrij om te klussen. Onze vestibule, zeg maar het halletje waar je binnenkomt, wordt grondig onder handen genomen. Hier en daar moet er wat afgetimmerd worden en van een likje verf voorzien. Hij gaat bovendien het logistieke gebeuren rond mijn overdadige hoeveelheid schoenen, dassen en jassen ietwat beter stroomlijnen. Ik krijg nu een aparte afdeling in de gangkast. Hopelijk geeft dit het gewenste resultaat (een opgeruimde vestibule), want ik ben natuurlijk reddeloos verloren als het gaat om gestructureerd en overzichtelijk kledingstukken herbergen. Als parels in een kroon komen de glazen tochtdeuren terug in onze hal. Kijkend naar mijn drie kleine kinderen die doorgaans als drie dolle stieren het huis binnenstormen met hun fietsjes en andere attributen die heel gemakkelijk door het subtiel gezandstraalde glas kunnen schieten, wordt dat een van de meest ingrijpende veranderingen. Maar als deze klusactie klaar is, kunnen we nog eens iemand verwelkomen in ons pand aan het Koningsplein.

...Geklus

Komt er nou nooit eens een eind aan al dat geklus en getimmer in huis, zul je je misschien afvragen. Nee joh, dat houdt gewoon nooit op. Er valt altijd wel weer een nieuwe renovatie te verzinnen. Nu de vestibule, maar over een maand het waskamertje, dan wordt het wel weer tijd om de voorkamer te sausen

en misschien moeten we daarna op jacht naar nieuwe meubels, oriëntaalse poefjes, zilveren koffietafels, organza draperieën en een droomkastje. Opknappen, bijhouden, verfraaien – dat is een continu proces. Het lijkt verdacht veel op de mens, zo'n huis. Hoe zit het met al dat achterstallige onderhoud in jouw lichaam en geest? Onlangs nog flink de boel eens in de verf gezet? Hier en daar wat vertimmerd of verbouwd, wat oneffenheden verwijderd en rimpels glad gestreken. Met zowel dat lichaam als die geest moet eigenlijk voortdurend iets gebeuren. Ook die snakken naar gedegen onderhoud, misschien nog wel meer dan een huis. Want wat stelt die stapel bakstenen nou helemaal voor? Een nieuw huis vind je altijd wel weer, maar een nieuw lichaam? Om over een geheel gerenoveerde en smaakvol ingerichte bovenkamer maar te zwijgen.

...bovenkamertje

En zo zit je weer vast aan bergen goede voornemens. Ik hang voortaan keurig al mijn kleren in de kast, in plaats van op een grote berg. Op naar de wekelijkse yogales, wat overigens erg goed is voor het lijf en dat bovenkamertje. Binnenkort naar de kapper om weer wat orde in het winterhaar te scheppen. Een gezellig kleurtje erin. En misschien moet ik, nu ik toch lekker bezig ben, per omgaande een bezoek afleggen aan iemand die mij binnensbuiten keert. Zo iemand die heel nauwkeurig bekijkt hoe het tussen de oren zit.



Een keurige heer van stand met een minuscuul brilletje die deskundig de bovenkamer bestudeerd. Want zit je daar goed, dan kan je een leven lang vooruit. Nu maar duimen dat die berg schoenen, jassen en dassen geen symbool staan voor de reddeloos gezellige chaos in mijn hoofd. Anders krijgt de echtgenoot aan die vestibule een spoedklus.

...Paasbrunch

Voor onze paasbrunch, waar we met een gerust hart veel vrienden voor verwelkomen, maak ik:



zonnebloempittenbroodjes van biologisch-dynamisch meel. Geeft lichaam en geest een oppepper van jewelste. En voor iedereen die biologisch eet is er goed nieuws: in de Weimarstraat komt een heuse biologische supermarkt! Maar eerst kneden: neem een kilo meel van *Akwarius*, twee zakjes gedroogde gist, een theelepeltje honing en snufje zout, roer er drie handen zonnebloempitten door en leng aan met lauw water. Kneed er een soepel deeg van en verdeel in porties. Maak er mooie bolletjes van en bak ze bruin. Eet de broodjes met hardgekookte eieren, tuinkers en zoete kerstomaatjes. Zalig paasfeest.

Bewegen moet!

(door Cokkie van Santen)

Ja! Bewegen moet, maar doe het wel goed..

U vraagt zich nu af: wie beweert dit?

Ik stel me even voor: ik ben Cokkie van Santen, oefentherapeut Cesar en eigenaar van de Praktijk voor Houding & Beweging die gevestigd is om de hoek van het Koningsplein, op de Conradkade. De praktijk bestaat al meer dan 25 jaar en veel buurt- en stadgenoten zijn al eens binnen geweest.



Ik houd van bewegen en in mijn beroep leer ik mensen goed, op de juiste manier bewegen, zodat ze geen pijn hebben, minder gespannen zijn, zich fitter voelen en beter kunnen functioneren thuis en op het werk.

Maar ook voor mensen zonder klachten of beperkingen geldt: bewegen moet! Het is goed voor je hart en longen. Je bloed gaat er beter van stromen. Het helpt tegen de overtollige kilo's en zelfs je hersenen werken beter als je voldoende beweegt.

Maar wat is voldoende? Ik hoor de jonge moeder al zeggen: ik beweeg de hele dag, op de fiets, met de stofzuiger en achter de kinderwagen. Of de 65-plusser die terecht zegt dat ie zijn leven lang hard heeft gewerkt en het welletjes vindt met dat bewegen. En een veelgehoord argument tegen extra bewegen is: ik werk de hele dag en 's avonds ben ik doodmoe en lig ik het liefst languit op de bank voor de tv.



...lekker moe

Heel begrijpelijke reacties...

Maar toch....het werkt anders: kiezen voor extra beweging levert juist iets op: de afvalstoffen die zich ophopen in je lichaam, je spieren en in je hoofd veroorzaken vermoeidheid en een loom of gestrest gevoel. Door extra beweging worden die afvalstoffen opgeruimd met als resultaat: je bent 'lekker' moe, je kan je beter ontspannen, je kan lekkerder slapen. En goed slapen is de basis van goed herstel, uitrusten en opgewassen zijn tegen de nieuwe dag.

En ingewikkeld is het niet: na uitgebreid onderzoek is vastgesteld dat dagelijks een half uur bewegen met een matige inspanning een enorm goede invloed heeft op je lijf en je geest. Dus bijvoorbeeld een half uurtje stevig wandelen: een ommetje door de wijk, breng de post is naar een andere brievenbus of stap een paar haltes eerder uit de tram. Flink fietsen: neem de Laan van Poot en geniet van de duinrand of koop fietstassen voor de boodschappen. En 's morgens in de huiskamer meedoen met 'Nederland in beweging' op de televisie kan ook.

Naast dit gewone extra bewegen kan je natuurlijk ook gaan sporten of dansen. Rond het plein en in deze wijk zijn er heel veel mogelijkheden!

Tot ziens, wandelend of fietsend in de wijk!



Cokkie van Santen



PS Wist u dat je in (of op) het park 'de Verademing' een rondje van 1,3 kilometer kan maken?



Jaarverslag 2005 van de beheercommissie

(Robert Clement)

Het plein is al weer een tijdje 'af' en wordt druk gebruikt, meestal voor de doelen waarvoor het is ontworpen. Voor de beheerscommissie is 2005 daarom vooral een groen jaar geweest.

Het groen is op een aantal manieren een bron van zorg. Het meest in het oog vallend zijn natuurlijk de bomen, en dan in het bijzonder de kastanjes. En helaas, ook een aantal van de kastanjes op ons plein zijn aangetast door de nog altijd niet te genezen ziekte, waardoor binnenkort wordt gestart met het rooien van één van de grote bomen. Naast de bomen is ook het lage groen een bron van zorg. Bij de eerste aanplant zijn er meer planten niet aangeslagen dan gebruikelijk. Bovendien hebben de planten te lijden onder het intensieve gebruik van het plein, waardoor er nogal wat aanplant wordt vertrapt. Na overleg met de gemeente is recent een groot deel van de open plekken opnieuw aangeplant. Aan ons de taak om te zorgen dat de nieuwe planten de kans krijgen aan te slaan!



Ook dit jaar zijn diverse boomspiegels aangekleed met één- of meerjarig groen. Niet alleen omdat het er leuk uitziet, maar ook om te proberen de hondenbezitters aan te sporen hun viervoeters elders hun behoefte te laten doen. Diverse bewoners hebben een boom met beplanting geadopteerd en gedurende de zomer verzorgd. We proberen nu om vaste planten te vinden die de functie van het éénjarige groen kunnen overnemen, zowel vanwege de kosten als vanwege de hoeveelheid werk.

Het dagelijks beheer van het plein en de leefomgeving wordt steeds belangrijker. We hebben weer een periode wat minder wenselijke aanloop gehad op het plein, ook veroorzaakt doordat in een aantal gezinnen op het plein de kinderen wat ouder beginnen te worden. Er wordt druk overlegd met bewoners, vertegenwoordigers van de commissie en de politie over hoe en welke grenzen we kunnen stellen, maar ook over hoe we optreden bij ongewenst gedrag. Een moeilijk probleem, want wij zijn dan wel de bewoners, maar het blijft een openbaar plein. In de komende 'Herauten' zullen we u informeren over de voorstellen voor de komende zomer.

Eveneens een lastig beheersprobleem wordt gevormd door de al eerder genoemde 'viervoeters'. Bijna even heilig als de vierwielers. Hondenbezitters die worden aangesproken op ongewenst poepen, of op niet aangeleerd zijn, of op het verbod voor het plein zelf reageren onverminderd agressief of defensief, en weten eigenlijk niet waarom we zo streng zijn. Maar nog bijna maandelijks tref ik zo'n fraai stuk straatvervuiling aan een meter voor mijn voordeur.... We gaan dus volhouden, maar het is een taaie strijd.

Bijzondere aandacht is dit jaar uitgegaan naar Parnassia in de De Perponcherstraat. Wat verborgen achter een grote gele gevel betreft het een grote groep bewoners, met zo zijn eigen aandacht. Binnenkort zal Parnassia beginnen met het uitvoeren van groot onderhoud. Als ook dit pand is opgeknapt zal dit weer uitstralen op de de buurt. Zo houden we niet alleen het plein zelf, maar ook de directe omgeving netjes!

Met de verkeersveiligheid gaat het een stuk beter! Nu de Laan van Meerdervoort en de tramlijn nagenoeg gereed zijn neemt het sluisverkeer over het plein af. En dus ook de snelheid van de auto's, waardoor het op het plein veiliger is geworden. Nu het parkeren/stallen van de fietsen nog. Vooral in de hoeken van het plein staan veel fietsen, van vaak twijfelachtige kwaliteit. Er is nog geen goed zicht op een oplossing. Suggesties zijn welkom..

Naast deze beheerstaken zijn er diverse activiteiten ontplooid, zoals een vrijmarkt, een kerstboom, een pleindiner, een voetbaltoernooi..... De beheerscommissie ziet het als haar taak om bewoners te helpen om dit soort initiatieven te realiseren, niet om zelf als een feestcommissie de agenda van het plein te vullen. Hebt u een idee, wilt u iets gaan doen? Wij staan u graag bij met raad en daad.

Ook dit jaar moeten we weer onze waardering uitspreken voor de redactie van de 'Heraut'. Deze brengt u met regelmaat op de hoogte van het reilen en zeilen van het plein. Maar hebt u al eens op de website van het plein gekeken?? Ook daar zijn vrijwilligers bezig om u van informatie te voorzien. De moeite waard!

Tenslotte wijs ik u op de **jaarvergadering voor bewoners, op 28 maart om 20.00 uur**, lokatie Perponcherstraat 103. Op deze jaarvergadering kunt u met ons de onderwerpen bespreken die u bezighouden. Over de agenda van de jaarvergadering vindt u elders in deze Heraut een oproep.



Interview met Franca Nijman

(door Renée Santema)

Terwijl de namiddagzon de laatste sneeuw doet smelten zitten Franca Nijman en ik in haar praktijkruimte aan de Conradkade, op nr. 44 te praten. De spullen van een weekje wintersport staan er nog, maar gelukkig vond Franca toch even tijd voor dit interview.

Franca heeft sinds september 2004 haar eigen praktijk voor Integratieve Therapie voor kinderen. Ze vertelt erover met groot enthousiasme en warmte voor de kinderen die bij haar komen. Kinderen in de leeftijd van 4-12 jaar kunnen bij haar terecht met problemen van uiteenlopende aard: faalangst, gedragsproblemen, verlatingsangst, etcetera. Franca gaat er in haar therapie vanuit dat een kind zelf heel goed weet wat er met hem of haar aan de hand is, en ook dat het kind de oplossing voor het probleem eigenlijk al bij zich heeft. Met behulp van knuffels waarmee een kind zijn verschillende emoties kan verbeelden, door kinderen te laten tekenen of kleien, of door middel van spelletjes etc., etc. visualiseert Franca het probleem van een kind, waardoor het zich bewust wordt van wat er precies speelt. De erkenning en het tastbaar maken van het probleem zijn de eerste stappen op weg naar een oplossing. Die oplossing laat Franca een kind zo veel mogelijk zelf aandragen, waarbij zij hem wel begeleidt en stuurt *in de richting van* een oplossing.

Daarbij bekijkt zij het kind in zijn totaliteit, van alle kanten, o.a. medisch, gedragsmatig, communicatief. Daar staat het woord integratief voor.

Door de betrokken manier waarop Franca over haar werk vertelt is het moeilijk voor te stellen dat zij dit werk nog maar anderhalf jaar doet en daarvoor een heel ander bestaan leidde, als fluitiste. Het leven als musicus met veel avonden en weekenden weg en tussendoor hard studeren beviel haar echter niet meer. Dat leven viel lastig te combineren met haar gezin dat naast haar man Artho inmiddels ook drie kinderen telde: Beatrijs van inmiddels 10 jaar. Boudewijn van bijna 9 en Roosmarijn van 5.

Kinderen hebben haar altijd geïnteresseerd en in 2001, toen Roosmarijn net 1 jaar was, besloot ze om het roer radicaal om te gooien. Ze begon aan een 4-jarige opleiding 'Integratieve Therapie voor kinderen' aan de Academie voor Psychotherapie in Amsterdam en is daarin in juni 2005 afgestudeerd. Haar eigen praktijk had zij toen al bijna een jaar, toen nog met behulp van een supervisor die haar elke twee weken begeleidde. Sinds juni 2005 werkt ze geheel zelfstandig. Dit werk kan zij prima onder schooltijd doen, van 9.00 – 15.00 uur. En het gaat



goed: steeds meer ouders en kinderen met een probleem weten de weg naar haar te vinden, met positieve resultaten. Daarnaast geeft zij nu ook cursussen in opvoeden aan ouders, in de Prins Hendrikstraat, 6 avonden per cursus (zie de aankondiging in de vorige Heraut).

Ook de fluit speelt nog een rol in haar leven: elke maandagmiddag- en avond geeft Franca nog dwarsfluitles op de muziekschool in Capelle a/d IJssel. Vaak wordt haar gevraagd of muziek ook een functie heeft gekregen in haar werk nu met kinderen, op eenzelfde manier als bijv. tekenen dat doet. Dat is echter niet zo: Franca is dan toch te zeer musicus, voor wie muziek een doel is en geen middel. Maar, ze is open voor verandering en wie weet dat ook muziek ooit nog een middel wordt in haar praktijk om kinderen te kunnen helpen bij het zoeken naar een oplossing voor hun probleem.

Meer informatie

Voor wie meer wil weten over de praktijk van Franca Nijman: www.kindertherapiedenhaag.nl



Eénpittersborrel van donderdag 9 maart

Dit keer was de borrel bij Franca Nijman (zie interview elders in dit nummer) met maar liefst 13 éénpitters! Met diegenen die niet konden komen meegeteld loopt het aantal éénmansbedrijfjes in dit kleine stukje Den Haag al op tot zo'n 25... Wat is het toch een leuk idee dat er achter al die gevels op zolders of in huiskamers zo intensief wordt geschreven, websites worden gemaakt, gecomponeerd, ontworpen, muziek gemaakt, een til-cursus of therapie wordt gegeven, etc. etc. Al kan het rustig zijn overdag op straat en op het plein, achter die gevels gonst het dus van de bedrijvigheid.

Het leuke van zo'n avond is dat je niet alleen van elkaars werk kennis neemt maar elkaar ook tips kan geven, bijv. over het opzetten van een website, het zoeken van sponsors voor een bepaald project, etc. Voor de één zal dat uiteraard meer het geval zijn dan voor de ander, maar inspirerend is het zeker. De volgende eenpittersborrel is op donderdag 18 mei, vanaf 20.00. De locatie wordt nog bekendgemaakt. Wil je er naartoe maar sta je niet op de mailinglist, meld je dan aan bij: eenpittersnetwerk@it-journalistiek.nl of bel Marieke Vos 070-345 40 10.



Praktijk voor Houding & Beweging

o.a. bij klachten van:

- overbelasting
- sportblessures
- werkhouding + spanning
- enkel * heup * knie
- rug * bekken

cursus 'fit, door goed bewegen'

Informatie: Cokkie v. Santen, Suzanne Thijssen (sportmassage).

Conradkade 49, 2517 BP Den Haag.

tel: 070-346 66 54

www.therapie-cesar.nl
goedbewegen@planet.nl



Wilt u ook adverteren?
Bel 361 67 24 of
345 19 56

Moviestore Conradkade
Huurtegoed: Betaal nú 50 Euro en
Huur voor 75 Euro



Dagelijks geopend van 13.00-23.00 uur
7 dagen per week, hele jaar door
070 3459492

Kom genieten van 45 heerlijke wijnen,
Champagne en 5 bieren van de tap



Winnaar "Wijnkaart van het Jaar"

Menu- en Wijnkaart op internet

www.klap.nl

Arrangementen en prijzen

www.bovenkamer.nl

Informatie en reserveren

Tel: (070) 345 40 60
Koningin Emmakade 118

SFEERVOLLE ZAALVERHUUR



ZAKELIJK en PRIVÉ