

stadsdorp orp

Nieuwsbrief 4, augustus 2017, 5^e jaargang

Inhoud

[Themabijeenkomst over Duurzaamheid](#)

[Midzomer Stadsdorp picknick](#)

[Nieuws uit Kerngroep, Klankbordgroep en Werkgroepen](#)

[Divers nieuws](#)

[Wetenswaardigheden: Wist je dat... en Tips](#)

[Bereikbaarheid Stadsdorp](#)

Themabijeenkomst over Duurzaamheid

Eind september is er weer een themabijeenkomst. Onderwerp is ditmaal: Duurzaamheid. Iets dat velen van ons bezig houdt. Maar ook een onderwerp met veel verschillende aspecten.

Datum 23 of 30 september

De bijeenkomst zal weer gehouden worden in de personeelskantine van de RAI. Op dit moment lijkt het waarschijnlijk dat de datum 23 september zal zijn. Maar het zou ook nog 30 september kunnen worden. Reserveer dus alsjeblieft beide data. In de tweede helft van augustus horen we van de afdeling planning van de RAI wat het definitief wordt. We laten je dat per email weten.

De bijeenkomst is van 13.00 – 16.00 uur.

Hoofdpijnen programma

Vier aspecten van duurzaamheid komen aan de orde:

- Natuur en groen: lessen over balkon-tuinieren
- Energie en milieu: leren van en samenwerken met de Energiecoach

- Voeding en verspilling: hoe kunnen we het nog beter en leuker! doen
- De consumptiemaatschappij: repareren in plaats van weggooiën met het Repair Café.

We starten met een plenair gedeelte. Daarin worden de onderwerpen door deskundigen uit het veld ingeleid. Daarna splitsen we op in vier workshops die door hen worden begeleid. Op de informatiemarkt na de workshops, kan je over alle onderwerpen nadere informatie vinden. Als je zelf nog iets naar voren wilt brengen rond duurzaamheid op de informatiemarkt: laat het ons weten!

We sluiten gewoontegetrouw af met een drankje.

Doel is dat de iedereen zo veel mogelijk actief kan deelnemen. Er zal dus voldoende ruimte zijn om eigen ideeën, voorstellen, vragen, etc. in te brengen.

En natuurlijk is er veel gelegenheid voor gezelligheid en om bij te praten.

Midzomer Stadsdorp picknick

Zomertreffen in het Martin Luther Kingpark

Een groep trof elkaar weer midzomer voor een samenzijn. Ook dit jaar koel en veel wind...Toch was er een tiental mensen. Een jarige met veel taart, iemand die gaat verhuizen, iemand die het Stadsdorp wil leren kennen, iemand die op het nippertje kwam omdat er zoveel werk in de moestuin was..., twee die van ver kwamen lopen en iemand die een flits bezoek bracht. En wat vonden zij ervan?



“Ik vond het leuk gisteren samen te zitten in het park!”

“Erg goed dat jullie je niets van het weer hebben aangetrokken, jammer dat ik laat was...”

“Herman had groots uitgepakt met drie soorten gebak en anderen hadden allerlei lekker eten meegenomen.”

“Jammer genoeg stond er wel veel wind, dus het was eten tegen de wind in!”

“Wij hebben gelachen, sterke verhalen verteld, heerlijk gegeten, gedronken en genoten. Daarna alles ook weer opgeruimd. Het was heel gezellig.”

“Ik vond het een heel genoegelijke Stadsdorper Picknick!”

“Ik daag alle Stadsdorpers in de Rivierenbuurt uit volgend jaar ook te komen!”



Nieuws uit de Kerngroep: binnen het Stadsdorp

Zoektocht naar nieuwe Kerngroepleden

Onze oproep voor nieuwe Kerngroepleden is nog steeds van kracht. Zie je hierin iets voor jezelf, of heb je een tip voor iemand anders? Laat het ons weten!

De huidige Kerngroep hecht aan een stevige en stabiele basis voor het Stadsdorp. Dat vraagt inzet van voldoende actieve mensen. Het Stadsdorp is er immers *van, voor en door* de deelnemers. Dus laat van je horen! Per mail of persoonlijk bij de Inloop, bij een van de activiteiten of bij een themabijeenkomst.

In de vorige nieuwsbrief kon je lezen wat Marjan en Hanneke motiveert om zich al jarenlang in te zetten voor het Stadsdorp. Zij gaan beiden de Kerngroep verlaten. Hieronder kan je lezen wat de drijfveren zijn van Andrea en Carolien. Zij blijven voorlopig de Kerngroep bemensen. Maar kunnen dat niet slechts met z'n tweeën.



Andrea: “Het geeft voldoening in een team te werken waarin ik respect ervaar, mijn voorkeuren mag uitvoeren en me veilig voel. De doelen van het Stadsdorp zijn mijn hele werkende leven mijn doelen geweest: laten we de wereld een beetje mooier en socialer maken dan hij is, vooral in je eigen omgeving. Het geeft een goed gevoel ineens mensen op straat tegen te komen die ik nu wel ken, en even een praatje te maken.

Met pensioen zijn betekent voor mij: met voldoening terugkijken op mijn werkende leven, een aantal zaken lekker niet meer hoeven, meer plezier, meer rust en vooral

meer intermenselijke warmte.

Als je dit aanspreekt, kom onze kerngroep versterken, al is het maar op een onderdeel.”

Carolien: “Toen het Stadsdorp twee jaar bestond ben ik bij de Kerngroep gekomen. Op dat moment zonder al te duidelijk beeld. ‘Besturen’ is niet per se wat ik in het leven ambieer. Maar organiseren, regelen, samen opbouwen, meehelpen de Stadsdorp–beweging meer stevigheid en meer handen en voeten te geven, ja dat

sprak me wel aan. En ik wilde graag de mensen die er al een paar jaar hard werken op hadden zitten ondersteuning bieden.

Nu merk ik hoe leuk ik het vind om samen plannen te maken, zaken steeds weer wat beter te regelen, na te denken over hoe we het beste verder kunnen gaan en wat we daarvoor nodig hebben. En niet onbelangrijk: ik vind het heel inspirerend om samen met de andere Kerngroepleden op te trekken. Onze overleggen zijn behalve functioneel, ook gewoon gezellig. Het is fijn om dingen samen te doen, taken te delen en te verdelen, elkaar te helpen en feedback te geven.

Ik ervaar het als een zinvolle, prettige en bevredigende invulling van de vrije tijd die ik na het stoppen met werken heb gekregen. Het biedt me ook structuur en sociale verbondenheid. En ik leer hierdoor toch ook weer steeds nieuwe dingen, en dat voelt ook goed.“



Financiën

De kascommissie – Marian Klauwers en Marianne Osnabrug – heeft de financiële stukken over het jaar 2016 gecontroleerd en goed bevonden. “De balans van inkomsten en uitgaven leverde een goed beeld op. Zoals het huishoudboekje in orde moet zijn, was het boekjaar 2016 voor het Stadsdorp Rivierenbuurt dat ook. Geen schulden. Verheugend was het gegeven dat de extra oproep tot betalen van de jaarlijkse bijdrage van € 10,- gevolg had gehad. Aan de stortingsdata van de tientjes bijdrage kon je dat goed zien.”



Het zou helemaal fijn zijn als de Stadsdorpers die nog niet betaald hebben voor 2017 dat ook zouden doen. Dat kan op de rekening:

NL16 TRIO 033 850 6276 ten name van Stadsdorp Rivierenbuurt. Dan zouden wij nog meer en

gemakkelijker (intensievere) activiteiten kunnen organiseren.

Wie inzage wil in de financiële huishouding van het Stadsdorp kan contact opnemen met de Kerngroep via: info@stadsdorprivierenbuurt.nl.

Verspreiding Nieuwsbrief

Onze Nieuwsbrief wordt in principe per mail verzonden aan alle ingeschreven Stadsdorpers. Een klein aantal is/was niet per mail te bereiken en zij krijgen de Nieuwsbrief geprint in de brievenbus. We hebben met deze personen contact opgenomen om te vragen of dit nog steeds gewenst is. Het printen van de Nieuwsbrief loopt namelijk nogal in de papieren en we moeten op de kleintjes letten. Het resultaat van de actie is dat nog slechts op enkele adressen een papieren

Nieuwsbrief door de brievenbus zal glijden. Anderen kunnen de nieuwsbrief inmiddels ook via de e-mail ontvangen.

Nieuws uit de Werkgroepen: Zorg en Wonen

Proef met tussentreden geslaagd

Waar ging het ook alweer om? Stadsdorp Rivierenbuurt heeft een proef uitgevoerd met het plaatsen van tussentreden op trappen in trappenhuisen. De firma Enocent – www.enocent.nl – installeerde voor drie weken tussentreden in twee trappenhuisen.

De ervaringen van bewoners zijn onderzocht.

De resultaten van de proef zijn gepresenteerd aan de gemeente en de brandweer en zijn veelbelovend. Gebruikers blijken baat te kunnen hebben bij de tussentreden. Zij kunnen hun huis weer in en uit. Medegebruikers van de trap wennen snel aan de extra treden op de trap en hebben er geen hinder van. De brandweer ziet in de tussentreden een verbetering van de vluchtmogelijkheid voor mensen met loopproblemen.

Wat nog nader onderzocht moet worden is hoe de tussentreden in deze trappenhuisen op trappen met een bocht het best geplaatst kunnen worden.

➤ *Zie voor meer informatie het persbericht dat als bijlage bij deze nieuwsbrief is gevoegd.*

Wat gaat er nu gebeuren?

De afdeling Zorg van de gemeente Amsterdam gaat op basis van de uitkomsten in gesprek met diverse partijen. Stadsdorp Rivierenbuurt is betrokken bij dit gesprek. We houden je op de hoogte van de verdere ontwikkelingen.

Er kwamen heel veel verschillende benen langs, op de kijkdag tijdens de proef met de tussentreden. Maar de vrolijkste benen waren wel van ons
Kerngroep lid Andrea Balk!



Nieuws uit de Werkgroepen: Binnenbuurten

Start Binnenbuurt IJsel

Op 14 juli jl. is Binnenbuurt IJsel van start gegaan; onze 4^e Binnenbuurt. De opkomst was redelijk en de Stadsdorpers vertelden elkaar wat zij verwachten van een Binnenbuurt, wat zij hopen te beleven, wat zij kunnen bieden en wat zij zouden

willen vragen aan elkaar. De middag verliep geanimeerd en spontaan boden zich twee Stadsdorpers aan voorlopig het coördinatorschap op zich te willen nemen: Dick de Jong en Marian Samwel. Zij zullen onderzoeken of er nog meer Stadsdorpers uit hun Binnenbuurt belangstelling hebben en daarna zal een volgende bijeenkomst worden georganiseerd.

Nieuws uit de Werkgroepen: Generaties

Succesvolle aftrap generatiemaaltijd met Jongeren centrum

Op 29 juni waren 10 Stadsdorpers te gast in het Jongeren centrum aan de Vechtstraat. Ze waren uitgenodigd voor een generatiemaaltijd met 10 jongeren. De initiatiefnemers – Carin Giesen van de werkgroep Generaties van het Stadsdorp en Ahmed Filali van het Jongeren centrum – hoopten hiermee een aanzet te geven tot het verbeteren van contacten tussen generaties in de buurt. De leeftijd van de jongeren lag tussen 13 en 20 jaar, die van de ouderen tussen begin 50 en 80. De culturele achtergrond van de jongeren was divers.

Gemengd en over vier tafels verspreid gingen de deelnemers met elkaar in gesprek. Na even wennen kwam er een levendige uitwisseling op gang over onder andere hobby's, vrije tijd, verjaardag vieren, etc. Waarover het gesprek ging, hoefde niet ter plekke te worden bedacht, want op elke tafel lag een stapel briefjes met onderwerpen, waaruit men kon kiezen. Jongerenwerkers leidden de tafelgesprekken in goede banen en een stagiaire had de algehele leiding. De maaltijd bestond uit een smakelijk Italiaans buffet van een cateringbedrijf. Deelname was gratis dankzij een gemeentelijke subsidie in het kader van bewonersinitiatieven.

Na afloop was de algehele conclusie: dit was een geslaagde eerste kennismaking. Hier blijft het echter niet bij. In het najaar volgen er nog twee edities, met zoveel mogelijk dezelfde deelnemers. Het is de bedoeling dat ze een verdiepende invulling krijgen.

Nieuws uit de Werkgroepen: Webbeheer

Agenda website

Gepke Andringa houdt de agenda op de website bij zodat de agenda steeds actueel is. Heb je data te melden over activiteiten laat het Gepke weten via gepkean@hetnet.nl.

En vergeet niet af en toe te kijken op de site www.stadsdorprivierenburut.nl. Er is ook op het prikbord vaak veel interessants te lezen.

Divers nieuws

De dappere patiënt

Onlangs is in première gegaan de film “de Dappere patiënt”. Met als thema: *Als wat je wil en kan, minder vanzelfsprekend wordt.*

Op een dag realiseer je je: "Ik wil niet meer ten koste van alles mijn leven doorleven, waar liggen mijn prioriteiten? Wat wil ik nog wel? Wat niet (meer)?" Hoe ga je hierover als patiënt en huisarts met elkaar in gesprek?

Anneke Schmidt, lid van ons Stadsdorp, werkte mee aan de film.

Als je de film wilt zien is dat mogelijk bij 1ste Lijn Amsterdam aan de Hoogte Kadijk 143C op 3 oktober om 18.00 uur.

Meld je aan via www.1stelijnamsterdam.nl/index.php/en of mail j.smit@1stelijnamsterdam.nl.

Ben je niet heel goed ter been? Bel of mail dan vooraf over de toegankelijkheid van het gebouw: Jolanda Smit 020-34 45 983 of j.smit@1stelijnamsterdam.nl.



Organiseer een eettafel bij je in de buurt



In de week tegen eenzaamheid, van 21 september tot 1 oktober 2017, worden in heel Amsterdam eettafels georganiseerd. Het is een mooie gelegenheid voor buurtbewoners om nieuwe contacten te leggen of bestaande contacten te intensiveren. Spreekt je dit aan? Organiseer zelf een eettafel! Dit kan op de dag dat het schikt en ontbijt, lunch of diner is naar keuze. Samen eten is samen verbinden. Heb je belangstelling, dan kan je contact opnemen via

eettafels.amsterdam@gmail.com of per telefoon: 020-6226211. Daar kun je ook ondersteuning krijgen. Meer informatie kan je vinden op de landelijke website www.samentegeneenzaamheid.nl/week-tegen-eezaamheid/voor-organisatoren/kom-erbij-schuif-aan. We horen graag je ervaring!

Nieuws van buiten het Stadsdorp

- De gemeente heeft zes fietsroutes in en om Amsterdam uitgezet, van 22-30 km. Zo zijn er bijvoorbeeld de routes ‘Landelijk Noord’, ‘Amstelscheg’, ‘Zuid & Amsterdamse Bos’. Voor meer informatie, zie www.amsterdam.nl/fietsroutes.
- Je kan dit jaar kosteloos de brandweer Amsterdam-Amstelland vragen om een woninginspectie. Je krijgt brandpreventietips en medewerkers hangen een

rookmelder voor je op. Zie: www.brandweer.nl/amsterdamamstelland/nieuws-overzichtpagina/2017/nodig-ons-uit.

Wetenswaardigheden



TIPS

-  ... je als Mantelzorger een vergoeding kunt krijgen voor reizen met het openbaar vervoer? Meer informatie: www.amsterdam.nl/pak-je-kans.
-  ... je met je Stadspas gratis naar het Stedelijk Museum kunt?
-  ... je elke donderdag je hersens kunt laten kraken bij een potje schaak? Voor alle liefhebbers: Torendael, Veluwelaan 21, vanaf 20.30 uur. Toegang en deelname is gratis.
-  ...je zelf veel kunt doen om de kans op inbraak te verkleinen? Zie voor tips en advies www.amsterdam.nl/veiligheid.
-  De Parade is tot 27 augustus weer neergestreken in het Martin Luther Kingpark. Vergeet niet te gaan kijken en luisteren; er is genoeg te doen. Met de Stadspas slechts 2,50 entree. Zie www.deparade.nl.
-  Nieuwe expositie in de Akzo-Nobel Art Space. Open: ma t/m vrij 10-17 uur. Christiaan Neefestraat 2, hoek Beethovenstraat. Dat is vlakbij het Beatrixpark.
-  Zin in gezelschap van een huisdier, zonder de zorgen en de lasten daarvan? Dat kan: wordt OOPOEH! Stichting OOPOEH brengt senioren en huisdieren samen. Zie www.oopoe.nl.

Bereikbaarheid Stadsdorp

Op onze website www.stadsdorprivierenbuurt.nl is de meeste informatie over het Stadsdorp te vinden. Heb je een tip of een vraag, stel hem!

- Heb je een nieuwtje of iets waar je anderen attent op wilt maken? Geef het door via info@stadsdorprivierenbuurt.nl en zet erbij: 'Voor het Prikbord'.
- Heb je een tip voor de rubrieken 'Wist je dat?' of 'Tips' in de nieuwsbrief, meld het via info@stadsdorprivierenbuurt.nl en zet erbij: 'Voor Wist je dat'.
- Heb je een vraag aan anderen om samen wat te doen, iets te ondernemen, ergens heen te gaan, wil je ergens hulp bij of wil je iets aanbieden? Meld het via info@stadsdorprivierenbuurt.nl en zet erbij: 'Voor Vraag en Aanbod'.
- Heb je informatieve vragen over thema's, bijeenkomsten, activiteiten, etc. van het Stadsdorp? Meld het via info@stadsdorprivierenbuurt.nl.

Goed om te weten: berichten naar het mailadres info@stadsdorprivierenbuurt.nl worden eenmaal per week beantwoord.

Heb je geen computer en wil je wel meer over activiteiten weten of iets melden? Spreek een boodschap in op de Stadsdorp telefoon: 06-57635613

Aan- en afmelden

Meedoen? Vul het aanmeldformulier in op www.stadsdorprivierenbuurt.nl onder 'Nieuwsbrief'/'Op de verzendlijst?'

Afmelden? Stuur een mail naar info@stadsdorprivierenbuurt.nl.

Heb je geen e-mail, bel dan de Stadsdorp telefoon en spreek een boodschap in: 06-57635613.

Redactie en bijdragen

Kerngroep: Carolien van den Handel, Andrea Balk, Hanneke van Sijl, Marjan Stomph.

Met bijdragen van: Anneke Schmidt, Carin Giesen, de Kascommissie (Marian Klauwers, Marianne Osnabrug), deelnemers aan de Midzomer Stadsdorp picknick.

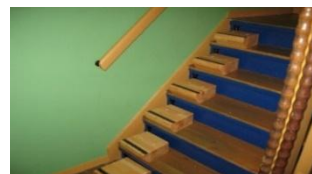
PERSBERICHT

Succesvolle proef met tussentreden in Amsterdamse trappenhuizen

In het voorjaar van 2017 is er een proef georganiseerd met het plaatsen van tussentreden op trappen in trappenhuizen. De uitkomst van de proef laat zien dat gebruikers baat kunnen hebben bij de tussentreden. Zij kunnen hun huis weer in en uit. Medegebruikers van de trap wennen snel aan de extra treden op de trap en hebben er geen hinder van. De proef is uitgevoerd door Stadsdorp Rivierenbuurt.

Wat is de tussentrede?

De tussentrede wordt op een deel van de traprede geplaatst. Zo wordt het voor mensen met loopproblemen makkelijker de trap te gebruiken.



Aanleiding van de proef

In diverse wijken van Amsterdam, waaronder de Rivierenbuurt en De Pijp, neemt het aantal ouderen toe. Gezien de woningmarkt is verhuizen lastig voor ouderen. Een heel aantal van hen woont op twee- en drie- hoog. Een traplift is daar vaak niet mogelijk. Bovendien wonen velen in woningen met een gemeenschappelijke trappenhuis. De vraag was of de tussentrede in deze trappenhuizen een alternatief kan zijn.

Rivierenbuurt en De Pijp

De proef is uitgevoerd in een woning (van eigenaren) in de Rivierenbuurt en een woning van woningcorporatie de Alliantie in De Pijp. Studenten ergotherapie van de Hogeschool van Amsterdam onderzochten de ervaringen van de bewoners. Tijdens de proef zijn verantwoordelijken van de afdeling Zorg van de gemeente en van de afdeling brandveiligheid van de brandweer de tussentreden komen proberen.

Brandweer

De uitkomsten zijn gepresenteerd aan de gemeente en de brandweer. De uitkomsten zijn met hen besproken. Tussentreden op trappen met een bocht vragen verder onderzoek. De brandweer vindt de treden een extra vluchtmogelijkheid geven aan mensen met loopproblemen.

Vervolg van de proef

De afdeling Zorg van de gemeente Amsterdam gaat op basis van de uitkomsten in gesprek met diverse partijen om te bekijken in welke situaties de tussentreden een langdurige oplossing zouden kunnen bieden. Stadsdorp Rivierenbuurt is betrokken bij dit gesprek.

Toestemming

Let op! In gemeenschappelijke trappenhuizen is toestemming nodig van verhuurders (Woningcorporatie of particuliere verhuurder) of van verenigingen van eigenaren. Dit in geval bewoners de tussentreden zelf willen laten aanleggen.

Meer weten?

Zie: film Peter Venema <https://vimeo.com/213040923> ; of www.stadsdorprivierenbuurt.nl onder thema's Zorg en Wonen. Vragen kunnen naar info@stadsdorprivierenbuurt.nl t.a.v. werkgroep Zorg & Wonen.