

het GIJZENROOISE ZEGJE

Informatieblad van de
bewonersvereniging Gijzenrooi

Jaargang 19,
Nummer 70, September 2010



**Zegje
huis aan huis**

**Zeskamp
19 september:**

**Doe mee!
Meld je aan!**

**Klimmende
inbrekers?**

**Ondernemers
in Gijzenrooi**

**Gijsz
moppert**

**Vrijwilligers
gezocht!**

**Wat zijn
Aften?**

**Gezellige
Vennendag**

**Duurzaam
Gijzenrooi!?**

Activiteiten

12 september
19 september
november
21 november

Inschrijven Zeskamp/BBQ
Zeskamp/BBQ
Lampionnenoptocht
Sinterklaasfeest

Septemberzegje huis aan huis

Eén keer per jaar, in september, wordt het Gijzenrooise Zegje huis aan huis in onze wijk verspreid. Dit in tegenstelling tot de andere drie Zegjes, die alleen bij de leden van de bewonersvereniging worden bezorgd.

Voor dat huis aan huis verspreiden hebben we verschillende redenen. Hieronder staan ze.

Zeskamp!

De jaarlijkse zeskamp behoort zonder meer tot de hoogtepunten van het wijkgebeuren in Gijzenrooi. Dit Zegje bevat informatie over de 2010 editie van de zeskamp, en een aanmeldformulier.

Nieuw in Gijzenrooi?

Bent u het afgelopen jaar in Gijzenrooi komen wonen? Het kan zijn dat u de informatie over de bewonersvereniging nog hebt gemist.

Nog geen lid?

Voor het luttele bedrag van € 2,50 per jaar bent u het.

U krijgt dan voortaan 4 keer per jaar het Gijzenrooise Zegje in de bus, met informatie uit de wijk en vooraankondigingen van komende activiteiten. U kunt deelnemen aan alle wijkactiviteiten en u bent welkom op de jaarlijkse ledenvergadering.

U kunt de contributie voor het lopende jaar overmaken op giro 73833 tnv. Bewonersvereniging Gijzenrooi, Eindhoven. Vermeld erbij dat u een nieuwe bewoner bent. U ontvangt dan een welkomstpakket met informatie over de vereniging en de buurt.

U kunt u ook aanmelden via de website. Ga naar www.gijzenrooi.nl. Klik op de tab 'Vereniging', en vervolgens op 'lid worden'.

Al langer lid?

Fijn dat u lid bent van de wijkvereniging! Contributie al betaald? Hartelijk dank. Nog even vergeten te betalen? Zie dan het gironummer hierboven.

Graag tot op de Zeskamp, of een andere activiteit van de bewonersvereniging.





Zeskamp op zondag 19 september 2010!

Meld je team aan voor 12 september!

Het evenement dat niet meer weg te denken is in onze wijk zal dit jaar op zondag 19 september zijn. De zeskamp wordt weer groots en sportief en natuurlijk moet jouw team daar bij zijn!



Wordt het weer een titanenstrijd tussen Peanuts en de Zatlapjes? Of gaan de mannen van het Heerengenootschap met de beker aan de haal? Lukt het de Fire Boys om voor de derde maal op rij de beker voor de jeugd mee naar huis te nemen? Over 2 weken zullen we het weten, want dan is het al zover! Meld dus heel snel je team aan middels het inschrijfformulier bij dit Zegje en doe dat uiterlijk op zondag 12 september. Je kunt je team echt alléén via dit inschrijfformulier en bij de adressen hieronder aanmelden. Teams bestaande uit kinderen onder de 12 jaar moeten door een volwassene begeleid worden. Let u s.v.p. zelf op uw kinderen tijdens het evenement.

Ook zal er weer een BBQ zijn. Kaarten daarvoor kunt u tot uiterlijk 12 september kopen bij een van de onderstaande adressen.

Er zijn dit jaar 3 soorten kaarten:

- Een kaart voor 2 stuks vlees á € 5,00 (alleen voor kinderen t/m 12 jaar)
- Een kaart voor 3 stuks vlees á € 8,00 (niet leeftijdgebonden)
- Een kaart voor 4 stuks vlees á € 10,00 (niet leeftijdgebonden)

U kunt nu dus zelf het aantal kaarten kopen dat het beste bij u past. De kaarten zijn p.p.; salades, stokbrood etc. zijn immers aangepast op het aantal personen dat een kaart koopt. Houdt u daar dus s.v.p. rekening mee.

BBQ kaarten kopen en aanmelden van teams kan op de volgende adressen:

*Hans Halajdenko,
Janco Rampart,
Mariëtte Mooren,*

Natuurlijk hebben we ook veel hulp nodig op deze dag. Aanmelden hiervoor kan via Mariëtte Mooren of via e-mail: activiteiten@gijzenrooi.nl



INBREKERS KLIMMEN TEGENWOORDIG VAKER DAN 10 JAAR GELEDEN!



Volgens een woordvoerder van het Centrum voor Criminaliteitspreventie en Veiligheid in Utrecht klimmen inbrekers tegenwoordig vaker dan een aantal jaren geleden. Via afvalcontainers en regenpijpen bereiken ze de 1e etage vrij eenvoudig. Het is daarom verstandig om ook de ramen en deuren op de eerste etage te beveiligen.

Veel mensen denken ook dat de meeste inbrekers 's avonds en 's nachts op pad gaan. Maar de meeste inbraken worden 's middags gepleegd. De deur wordt dan, als de kinderen van school worden gehaald, vaak dicht gedaan zonder op slot te draaien. Het is dan voor een inbreker heel eenvoudig binnen te komen via het zogenaamde FLIPPEREN (met een bankpasje wordt aan de buitenkant de sleuf van het slot teruggedrukt). Ook het HENGELLEN (via een stuk ijzer door de brievenbus de deurklink naar beneden doen) is dan mogelijk.

TIP: Ook als u maar kort weggaat, DE DEUREN OP SLOT DOEN!!



Kom helpen, wij hebben je nodig!

Een aantal gezinnen staat op de wachtlijst van Home-Start en doorstart!

Daarom hebben wij dringend nieuwe vrijwilligers nodig.

Home-Start en Doorstart zijn projecten waarin eenmaal per week steun en praktische hulp aan ouders en kinderen van 0 tot 6 jaar of van 6 tot 14 jaar wordt geboden.

De ondersteuning, door de vrijwilliger, kan bestaan uit een luisterend oor, samen bezig zijn met de kinderen en helpen bij praktische zaken.

Wij bieden een voorbereidende cursus van 7/8 dagdelen, die in oktober van start gaat.

Ook tijdens het werken in de gezinnen wordt deskundige begeleiding geboden.

Voor informatie en aanmelding kunt u contact opnemen met:

Humanitas afd. Eindhoven 040-206 53 50

Home-Start: Ria van Bakkum. E-mail: homestart.ehv@humanitas.nl

Doorstart: Lucie Nijskens. E-mail: doorstart.ehv@humanitas.nl

www.humanitaseindhoven.nl

Ondernemers in Gijzenrooi

Een vaste rubriek van interviews met in Gijzenrooi gevestigde ondernemers

Het is begin juli 2010, snikheet en Nederland is in de ban van WK finalist Oranje! Op weg naar een Gijzenrooise ondernemer horen we in diverse tuinen het geluid van een vuvuzela. Wij van de redactie zouden het toejuichen als de nieuwe regering als eerste daad een pittige vuvuzela-tax invoert.... Terwijl onze man van glas (Arjen Robben) volop in de belangstelling staat, zijn wij op weg naar twee mannen van staal. Vader en zoon Pijpers van Pijpers-Projects VOF.

We zitten aan tafel met vader Jan, zoon Bart en moeder Wilmy. Het kan niet missen, Pijpers-Projects is een familiebedrijf!

Jan, wanneer ben je met het bedrijf begonnen en wat doen jullie precies?

'Op 1 januari 2004 zijn we van start gegaan met een bedrijf hier aan huis. Ik werkte toen nog in loondienst en deed het ernaast. Pijpers-Projects richt zich op in- en verkoop (handel) en bewerking van metaal. Ook produceren we complete magneetsystemen voor onder andere de voedingsmiddelenindustrie.'

Om met dat laatste te beginnen, wat moet de voedingsmiddelenindustrie met een magneetsysteem?

'Die zou niet zonder kunnen.' zegt Jan met een glimlach. 'Je wilt niet weten hoeveel metaal er anders in ons voedsel terecht zou komen. Door de oogst, het transport en bewerking blijven minuscule metaaldelen in bijvoorbeeld rijst of granen achter. Daar kunnen heel schadelijke deeltjes koper of zink tussen zitten. In de voedingsmiddelenindustrie gaan alle producten daarom langs een magneet. Die vangt de kleinste deeltjes tot 25 Mu (25 duizendste millimeter) op. Zelfs veevoer wordt tegenwoordig ontijzerd.'

>>



>>

Kun je een voorbeeld geven van metalen voorwerpen die jullie verkopen of maken?

‘Jazeker, een heel herkenbaar product is een remkabel voor een fiets. De fabrikant vraagt ons eerst om een prototype te maken. Als dat is goedgekeurd, gaat zo’n kabel in productie. Tegenwoordig laten we dat heel vaak doen in China.’

Dat betekent dat jullie regelmatig in Azië vertoeven?

‘Helaas niet! We hebben een hele goeie agent in China. Die zorgt voor contacten met lokale producenten en neemt ons alle zorgen uit handen. Zo iemand is goud waard voor ons bedrijf. De leveringen komen altijd stipt op tijd of zelfs vóór de afgesproken datum.’

We waren eigenlijk nog bij het bedrijf aan huis. Daar lijkt het nu niet meer op!

‘Nee, dat hebben jullie goed gezien. In 2007 zijn we in een fabriekshal aan de Doornakkersweg getrokken. We kregen aanvragen voor reclamebakken van 12 bij 6 meter. We zijn dus simpelweg uit ons jasje gegroeid.’

Bart, jij werkt bij je vader in de zaak. Vaak hoor je dat daar alleen maar problemen van komen!

‘Tja, in ons geval is dat niet zo! We zien elkaar de hele dag en tot op heden ook nog ’s avonds. Het is eigenlijk alleen maar prettig. Na mijn studie werktuigbouwkunde/metaal op het ROC heb ik geen moment gearzeld, ik wilde meteen bij m’n vader in de zaak.’

En Bart als we je zouden vragen wat de sterkste kant van vader Jan is, wat zou je dan zeggen?

Bart heeft geen bedenktijd nodig: ‘Dat is zijn ongelooflijke kennis. In contacten met klanten merk ik hoeveel hij weet, oplossingen bedenkt en hoe goed hij de klanten daardoor kan bedienen.’

Jan, als we hetzelfde over Bart aan jou zouden vragen?

‘Bart is heel gedreven en leergierig. Zo heeft hij heel snel laten geleerd. Op school was daar relatief weinig aandacht voor. Hij heeft er echt talent voor, een vaste hand, goede ogen en geduld.’

Wat is voor jou ondernemersplezier, Bart?

‘Ik heb een belijningwagentje (voor het maken van bijvoorbeeld parkeervakken op bedrijventerreinen)

ontworpen en vervolgens zelf gemaakt. Het is heel mooi als je aan de hand van een aantal basiseisen van een klant tot een succesvol eindproduct komt. Het wagentje is nu bij ons in productie en in onderhoud. Ik ben daar trots op.’

Heb jij ook een product waar je trots op bent, Jan?

‘Dan wil ik graag twee dingen noemen. Een ontijzeringsmachine die wij produceren exporteren we al naar Algerije, Egypte, Amerika en Portugal. En ik denk aan de straatlantaarns op de Efteling. Veel mensen zullen deze sierlampen wel eens gezien hebben.’ Bart voegt er veelbetekenend aan toe dat het hier GEEN sprookje betreft....

Wat maakt ondernemen voor jou speciaal, Jan?

‘De vrijheid. Ik weet wat het is om voor een baas te werken. Nu geniet ik met volle teugen van het ondernemen. Ik maak meer uren dan toen ik in loondienst was, maar heb het veel beter naar mijn zin.’

En dan wellicht een lastige vraag. De metaalsector en de crisis, dat is toch geen lekkere combinatie?

Zelfs bij deze vraag blijft de familie Pijpers uiterst ontspannen. Jan legt uit waarom. ‘We hebben in 2009 een topjaar gehad. We zijn niet afhankelijk van een grote speler als DAF of ASML. Omdat we klein zijn, zijn we ook flexibel. We maken soms van een product 1 exemplaar voor een particulier, soms 50.000 voor een grote klant. Daarnaast hebben we de mix van handel én productie. Ook speelt een rol dat wij nauwelijks overheadkosten hebben. Mijn vrouw Wilmy ondersteunt ons vrijwel dagelijks op het bedrijf.’

Nog een wens voor de toekomst?

‘Een mooie fabriekshal op een prettige locatie. Ook daarover zijn Jan en Bart het roerend met elkaar eens. We zouden dan de productie en opslag beter kunnen scheiden en op de 1e verdieping een kantoorinrichting.’

Het is laat geworden, maar nog tropisch warm. We maken een kleine omweg en gaan via het Oranjeven huiswaarts. We snappen goed waarom Pijpers-Projects een succesvolle onderneming is. Er heerst teamgeest en de hele familie is gefocust! En wat we zo mooi vinden: daar hebben ze geen staal- of mentalcoach voor nodig.

<<

ATTENTIE!

Een straatcoördinator buurtpreventie!

Ruim dertien en een half jaar geleden kwam mijn huis aan het doodlopende deel van het Bunderkensven als laatste gereed in de wijk Gijzenrooi.

Het was een boeiende ervaring voor mij, toen reeds gepensioneerd, om mijn (droom)huis te kunnen laten bouwen op een eigen kavel. Wat ik zelf niet wist, vroeg ik wel aan de burens van wie de huizen reeds gebouwd waren. Wat mij opviel was de grote bereidheid om mij daarbij te adviseren. Verwonderlijk was ook, dat er tijdens de bouwfase niets van de open bouwplaats werd gestolen en er geen vernielingen werden aangericht. Mijn gevoel in een veilige wijk te wonen moet toen zijn ontstaan. Zoiets geeft extra woongenot.

Dit is ook de reden geweest dat ik mij graag als extra oog en oor, als aanspreekpunt voor mijn directe omgeving, opgegeven heb als straatcoördinator in het buurtpreventieteam van de wijk.

Deze taak vraagt weinig tijd en het geeft veel voldoening om in deze mooie wijk een bijdrage te kunnen leveren aan het gevoel van veiligheid en betrokkenheid op en bij elkaar.

Op de website van Gijzenrooi ziet u een foto van ons hele team, een gezellige club mensen, die er allen met mij van overtuigd zijn dat gemeenschapszin bijdraagt aan een veiliger leefomgeving. Elkaar op de hoogte stellen van afwezigheid tijdens vakanties is daarvan zo'n voorbeeld.

Eindhoven mag dan de onveiligste stad van Nederland zijn, voor mij is en blijft Gijzenrooi daarop een uitzondering.

Dit kan alleen als we er SAMEN voor gaan!



Herman Racer Palthe, straatcoördinator sector 5

Onveilig Floraplein.

Er zijn veel mensen uit Gijzenrooij die gemiddeld 2 tot 4 keer per dag het Floraplein over steken om naar school of naar hun werk te gaan. En weer terug! Hierbij gebeuren regelmatig (bijna) ongelukken. Hoewel bij de gemeente bekend is dat dit punt niet veilig is voor niet-automobilisten is er nauwelijks actie ondernomen. Om het Floraplein opnieuw onder de aandacht te brengen bij de gemeente kunt u het volgende doen:

Ga naar <http://www.veiligverkeernederland.nl> onder het kopje 'service': klik op 'meldpunten', daarna op 'regionale steunpunten' en 'steunpunt Brabant of stuur meteen een bericht naar Steunpuntbrabant@vvn.nl en maak melding van de verkeersonveiligheid van het Floraplein.

Hoe meer mensen melding maken hoe serieuzer er naar gekeken kan worden. VVN kan dan samen met de gemeente naar oplossingen gaan zoeken.

Met vriendelijke groet,
Anniek Schellen en Marianne Cox



Foto: Microsoft Maps

Even mopperen....

Als ik dit schrijf ben ik enkele dagen terug van vakantie. Mijn vrouw en ik hebben drie weken gekampeerd in Ierland en Wales. Met de kanttekening dat je als Nederlander niet zo gauw zult smelten als het regent: we hebben het geweldig gehad!

Alleen: het wil nog maar niet helemaal lukken met hier weer wennen. Ik voel een weerstand die me verhindert me weer onbekommerd in het dagelijkse bestaan onder te dompelen. Ik heb geprobeerd uit te vlooien waar de schoen wringt. Sta me toe dat ik het met u deel.

Het heeft iets te maken met de manier waarop we hier met elkaar omgaan. En ik vrees dat we het daarin afleggen tegen onze Westerburen. Laat me enkele voorbeelden geven, dan snapt u wellicht wat ik bedoel.

Meteen als je in Hoek van Holland van de boot afrijdt dan weet je het weer. In tegenstelling tot zijn Ierse en Britse collega is het de Nederlandse automobilist ten diepste onmogelijk om een beetje elegant te ritsen. Dat simpele gebaar van 'na u', dat krijgen ze niet uit hun strot. En toen ik het zelf wel deed (wekenlang lang wist ik immers niet beter), zat er achter me meteen een gifkikker met zijn lichten te knipperen.

De reiziger in het openbaar vervoer brengt het er overigens

niet beter vanaf. Je wilt de trein uitstappen. Maar pal voor iedere deur staat een groep instappers op een kloetje te dringen. Allemaal willen ze als eerste naar binnen. En omdat ze ook wel aanvoelen dat dat eigenlijk niet netjes en niet handig is zo, doen ze ook nog alsof ze er eigenlijk niet staan. Daardoor mis je het oogcontact. En dan wordt het nog lastiger je door die kluwen het perron op te wurmen.

Ineens moeten we bij het

oplucht het op te schrijven. Misschien is het maar het beste dat ik m'n zegeningen tel. Dat ik juist naar de aardige kanten van het leven als Nederlander zoek.

Het 8 uur journaal hielp. Ik zag een reportage van de jaarlijkse Sneekweek vaarmanifestatie. Die werd opgeluisterd door koningin Beatrix (met bril lijkt ze nog meer op haar moeder). Pret makend met omstanders bekeek ze de schepen. En staande aan het roer van haar zeiljacht voer ze –breed



boodschappen doen weer met ons tweeën hard ons best doen om de scannende caissière bij te houden. Om te voorkomen dat aan het eind van de lopend band de beschuit en koekjes tot kruimels worden gedraaid. Toch even wennen als enkele weken lang je boodschappen netjes voor je in zakken werden gedaan, of men op z'n minst rustig wacht met scannen als de band een beetje volloopt.

Wat wil ik met dit stukje? Ik heb niet de naïeve ambitie om onze nationale omgangsnormen te veranderen. Wel merk ik dat het

lachend- een stukje met de overige boten mee. En, met alle verschuldigde respect, dàt nou zie ik de Britse majesteit weer niet zo gauw doen. Dat vind ik nou toch wel weer aardig aan ons land. Een woord van dank dus aan de koningin. Omdat ze, ongetwijfeld onwetend, deze onderdaan heeft geholpen zich weer een beetje met zijn bestaan als Nederlander te verzoenen.

En dank aan u, beste wijkgenoten, dat ik even tegen u aan mocht mopperen. Het helpt, echt waar!

Gijsz



Elke woensdag tussen 9.30 en 11.30 uur zijn een aantal enthousiaste ouderen aan het mozaïeken in Steunpunt de Jaguar.

Mozaïeken is een creatieve en ontspannende bezigheid en u kunt allerlei mooie dingen maken. Denk maar aan een spiegel, schaal, vaas of bloempot, maar ook een oud tafeltje kun je er mooi mee opknappen.

Gezelligheid staat voorop en u kunt zelf allerlei ideeën aandragen.

De kosten bedragen € 12,- per maand of € 3,50 per keer. Leden van de Gebruikers-vereniging de Jaguar betalen € 10,- per maand of € 3,- per keer

Hiervoor krijgt u een kopje koffie of thee en gebruik van gereedschap en het basismateriaal, zoals tegellijm en voegmiddel.

Tegels e.d. kunt u bij ons tegen kostprijs kopen.



Heeft u hiervoor belangstelling kom dan een keer op woensdagmorgen langs of neem contact op met:

Hans Bakkers
Steunpunt de Jaguar,
Jaguarstraat 2
5645 CR Eindhoven.
Tel. 040-212.22.45
Email: h.bakkers@lumensgroep.nl

Internet Ontmoetingsruimte in Steunpunt de Jaguar.

Voor iedereen bieden de computer en het internet steeds meer mogelijkheden en voordelen:

- Een e-mail sturen naar vrienden, kinderen of kleinkinderen
- Allerelei informatie vinden op het internet
- Uw bankzaken doen of artikelen thuis laten bezorgen via de computer

In Steunpunt de Jaguar kan men gratis kennismaken met computer en internet!

Vrijwilligers zijn op vaste momenten aanwezig om u te helpen en eventuele vragen te beantwoorden. In de maanden juli en augustus zijn vrijwilligers beperkt aanwezig i.v.m. de vakantietijd.

Voor meer informatie kunt u bellen naar:

040-212.22.45 (vragen naar Hans Bakkers)

Wilt u een keer langskomen dan bent u van harte welkom op de volgende dagen op Jaguarstraat 2.

Woensdagmorgen	9.00-11.30 uur
Donderdagmiddag	13.00-16.00 uur
Vrijdagmorgen	9.00-11.30 uur

Diverse vrijwilligers gezocht voor de bewonersvereniging

De bewonersvereniging Gijzenrooi hoort bij de meer actieve wijkverenigingen van Eindhoven. Met de veelheid aan activiteiten, het buurtpreventieteam, de website en het wijkblad, en met de regelmatige contacten met de gemeente, zet de vereniging zich op allerlei manieren in voor de inwoners van onze wijk. Dit valt op, ook buiten de wijk, en wordt gewaardeerd. Dit alles zou onmogelijk zijn zonder de inzet van een grote groep vrijwilligers. Over die groep gaat dit stukje. Die groep vrijwilligers is namelijk toe aan wat vers bloed. Door verhuizingen, en andere oorzaken staan er een aantal actieve leden op het punt van vertrekken. Daarom in dit Zegje een aantal oproepen voor enthousiastelingen die de wijkvereniging een handje willen toesteken. Er is voor elk wat wils. Ben je graag bestuurlijk actief, wil je een steentje bijdragen aan een activiteit, wil je het Zegje helpen vullen of pruts je graag aan de website, je bent van harte welkom!!! Een actueel overzicht van de gezochte versterking is ook te vinden op onze homepage: www.gijzenrooi.nl Het bestuur en de diverse werkgroepen.

Bestuur zoekt een secretaris

Wat ons bindt is dat we in het prachtige Gijzenrooi wonen. Wat ons ook bindt is dat we lid zijn van een actieve Bewonersvereniging. Onze vereniging zou er niet zijn als er niemand was die zich ervoor inzette. Gelukkig zijn er die in Gijzenrooi wel! We hebben een bestuur, actieve commissies en ook vele vrijwilligers die helpen. Ik was aftredend tijdens de laatste Algemene ledenvergadering, maar omdat er niemand was om mij op te volgen heb ik toegezegd nog tot uiterlijk april 2011 als (waarnemend) secretaris aan te blijven. Want een vereniging zonder secretaris kan gewoonweg niet. Als je het mij vraagt is de functie van secretaris de leukste functie binnen een bestuur. Je bent a.h.w. de spin in het web. Je kunt je creativiteit erin kwijt. Je legt interne en externe contacten, daarnaast bestuur je volop mee. Je kunt er kortom al je kwaliteiten in kwijt.

Waarom ik eigenlijk stop met deze leuke functie? Goeie vraag! Nou, ik wil stoppen omdat ik meer tijd wil hebben voor mijn hobby's zoals lange afstandswandelingen, studeren, lezen maar vooral om meer tijd te hebben om te genieten van kinderen en kleinkinderen. Ach, niet dat het werk zoveel tijd kost hoor! Je bent er behalve de vergaderingen ongeveer een uurtje per week mee kwijt! Krijg je zin om er meer over te weten? Mail of bel naar:

Truus van Vessem, waarnemend secretaris,
truusvanvessem@tiscali.nl, T. 040-2110413. Je kunt natuurlijk ook naar een van de andere bestuursleden bellen.

Commissie communicatie zoekt versterking

De werkgroep 'Communicatie' geeft vorm aan het Gijzenrooise Zegje, beheert de website www.gijzenrooi.nl en het discussieplatform van de wijk.

Na een aantal jaren enthousiast te hebben meegedraaid zijn enkele van onze leden op zoek naar 'aflossing van de wacht'.

We zijn met name op zoek naar iemand die de website wil bijhouden (en eventueel een vernieuwingsslag geven). Maar ook als je een bijdrage aan het Zegje wilt leveren, in de vorm van tekst en/of foto's hebben we je er graag bij. Misschien schuilt er wel een briljant cartoonist in je. Het Zegje biedt je 4 keer per jaar graag een platform om te publiceren.

Bel voor meer info één van de huidige redactieleden, of stuur een mailtje naar communicatie@gijzenrooi.nl

Commissie Activiteiten roept vrijwilligers op

Voor de activiteiten die we ieder jaar weer organiseren en ook als commissie hebben wij natuurlijk altijd veel helpers nodig!

Dus wilt u graag meedenken en meehelpen met de voorbereiding van een van onze activiteiten stuur dan ook een mailtje naar activiteiten@gijzenrooi.nl of bel een van de leden van de commissie activiteiten. Onze telefoonnummers staan achter in het Zegje.

Aften

Wat zijn aften?

Sommige mensen worden regelmatig geplaagd door pijnlijke zweertjes in de mond. Deze zweertjes, aften, komen zowel voor bij jongeren als bij volwassenen. De oorzaak is niet helemaal duidelijk, maar ze richten geen blijvende gezondheidsschade aan. Aften zijn blaasjes of zweertjes in de mond met een doorsnede van drie tot vier millimeter. Het zijn grijs-witte of dikke gele plekjes met een rode ontstoken rand. Aften verschijnen aan de binnenkant van de lippen, wangen of onder de tong. Ze bezorgen een stekende pijn tijdens het eten van zuur of heet voedsel. Sommige mensen voelen een aften van te voren aankomen. Ze herkennen het pijnlijke gevoel wat erbij hoort. Soms ziet ook het mondslijmvlies rood.

Hoe ontstaan aften?

Helaas is de oorzaak voor het ontstaan van aften onduidelijk. Vaak steken ze de kop op bij een verminderde lichamelijke weerstand, een slechte mondhygiëne, overgevoeligheid voor bepaalde voedingsmiddelen of stress. Ze kunnen ontstaan door het bijten op de tong of op de binnenkant van de wang, maar ook bij het eten van heet voedsel. Soms zijn aften het gevolg van een scherp randje aan een tand of kies of een slecht passend kunstgebit. Aften ontstaan niet door een vitaminetekort. Dat is een misverstand.

Hoe lang duurt het voordat een aften verdwijnt?

Hoe groter het zweertje is, hoe langer de genezing ervan duurt. Na twee weken moet de aften verdwenen zijn.

Wat kunt u zelf doen tegen aften?

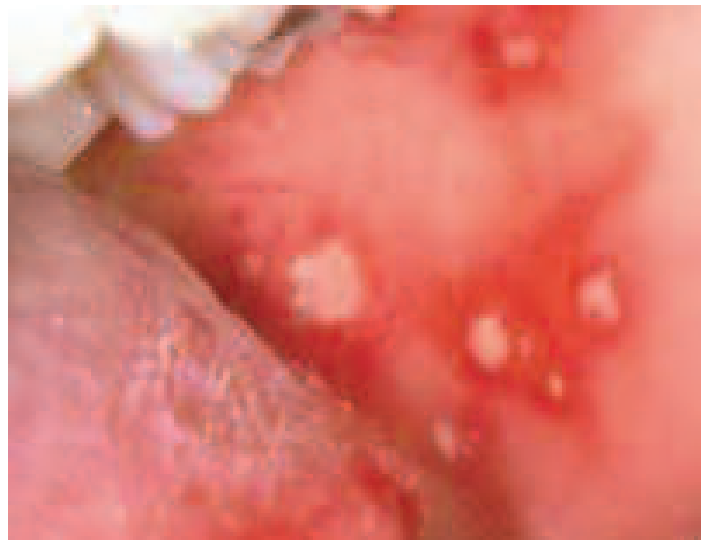
Blijft u van de aften af. Het stuk maken van de blaasjes verergert de klachten. Als u voorzichtig poetst en rustig eet, voorkomt u uitbreiding van de aften. Van sommige tandpasta's en mondspoelmiddelen wordt beweerd dat ze effectief werken tegen aften, maar daar is geen wetenschappelijk bewijs voor.

Wanneer moet u uw tandarts raadplegen bij aften?

Raadpleeg uw tandarts als de aften na twee weken niet zijn verdwenen. Vraag ook om advies als u er vaak last van heeft. Informeer uw tandarts als u het idee heeft dat uw aften ontstaan door scherpe randjes aan uw tanden en kiezen of een slecht passend kunstgebit.

Zijn er geneesmiddelen tegen aften?

Er is geen geneesmiddel met een gegarandeerde werking. Om de pijn enigszins te verlichten kan de tandarts u een middel voorschrijven. Sommige mensen hebben baat bij ontsmettende mondspoelingen met chloorhexidine. Dat is een desinfecterend middel dat het aantal bacteriën in de



mond vermindert. Om die reden kunnen de spoelingen een gunstige werking hebben op aften. Deze middelen versnellen de genezing echter niet. Bovendien kan het gebruik pijnlijk zijn.

Iets wat bijzonder effectief werkt tegen zowel aften, koortslip als acne is de NONO fototherapie. Dit is een lampje die een rood licht uitzendt waardoor het genezingsproces wordt versneld. Dit lampje kunt u via de apotheek of tandarts bestellen.

Zijn aften gevaarlijk voor de gezondheid?

Aften zijn soms uitermate pijnlijk, maar niet bedreigend voor de gezondheid. Alleen bij een combinatie van aften en hoge koorts kan er sprake zijn van een infectieziekte. Raadpleeg dan uw tandarts.

Jeroen Claes

Steunpunt Uitkeringsgerechtigden Eindhoven

Het Steunpunt Uitkeringsgerechtigden Eindhoven geeft informatie, hulp en advies aan iedereen die te maken heeft met arbeidsongeschiktheid, werkloosheid of bijstand.

De regelgeving over bovengenoemde onderwerpen is ingewikkeld en roept bij veel mensen allerlei vragen op. Elke ochtend wordt er door het Steunpunt spreekuur gehouden. Iedereen die hiervan gebruik wil maken wordt verzocht een telefonische afspraak te maken.

Wat kunnen wij voor u doen:

- een luisterend oor hebben voor uw problemen
- het geven van informatie
- hulp bij het invullen van formulieren
- het voorbereiden op een keuring of gesprek bij het UWV
- het indienen van klachten en het opstellen van bezwaar- en beroepschriften
- hulp bij voorbereiding hoorzitting UWV en zitting van de rechtbank
- het voorbereiden op een gesprek bij het UWV Werkbedrijf of de gemeente.

Het Steunpunt is een dienstverlenende, onafhankelijke organisatie, die uitsluitend met vrijwilligers werkt. Er zijn dan ook geen kosten verbonden aan onze adviezen.

Op verzoek kan er een informatiebijeenkomst of groepsgesprek verzorgd worden. Hiertoe kunt u contact met ons opnemen.

Het adres is:

Steunpunt Uitkeringsgerechtigden Eindhoven
Kempensebaan 80
5613 JG Eindhoven
telefoon: 040-2455300 (9.30 uur – 12.30 uur)
website: www.steunpuntuitkeringen.nl
e-mail: steunpuntuitkeringen@hetnet.nl



Gezellige Vennendag!

De Vennendag op 27 juni jl. was een gezellige ontmoeting van buurtbewoners.

Om 12.00 uur kon er van start worden gegaan voor een prachtige fietstocht door de omgeving. De fietsers waren vol lof over de route die door een bosrijk gebied via Leende liep. Op de rustpost onderweg kon er, onder het genot van een drankje en een oranjeboek, even bijgekomen en bijgepraat worden.

Onder de bomen op het Buurtven was het naderhand goed toeven ondanks de warmte. Daar werd ook nog druk gepuzzeld op de raadsels die de deelnemers voorgelegd hadden gekregen. Dankzij wat spontane optredens was het open podium toch nog redelijk gevuld. Ook werd er naar de wedstrijd Duitsland-Engeland, een achtste finale van het WK, gekeken waarna een ieder zich de pizza of friet met snack goed liet smaken. Jammer dat zoveel wijkbewoners deze gezellige dag gemist hebben. Want al waren er niet heel veel wijkbewoners, gezellig was het wel!



De prijswinnaars van de raadsels waren:

- 1e prijs Jarla en Mariska Bröls
- 2e prijs Svea Thiesbrummel
- 3e prijs Marc Melters

Zij kregen cadeaubonnen van La Casa di Emozione

- 4e prijs Janna Corbeij
- 5e prijs Renske
- 6e prijs Evangeline

Zij kregen een spelletje.



Dank aan de vrijwilligers die geholpen hebben bij het opbouwen, achter de bar of op een andere wijze. Zonder jullie hulp hadden wij deze dag niet kunnen organiseren!

Namens de commissie activiteiten,
Mariëtte Mooren



WERKGROEP 'DUURZAAM GIJZENROOI'

Na een oproep in het vorige ZEGJE bestaat de werkgroep 'Duurzaam Gijzenrooi'.

Het doel van de werkgroep is om Gijzenrooi duurzamer te maken, door de inwoners van de wijk te stimuleren met duurzame maatregelen aan de slag te gaan. We denken aan collectieve acties (door bijvoorbeeld gezamenlijk

zonneboilers of zonnepanelen aan te schaffen kan er een prijsvoordeel worden bereikt), overleg met de gemeente (beplanting, duurzame straatverlichting bijvoorbeeld) en natuurlijk informatie (via het ZEGJE). Barbara Henssen trapt af met eenvoudige tips om te besparen op uw energierekening.

Ook besparen op uw energierekening?

Nee, dit is geen reclame voor de zoveelste energiemaatschappij, maar een overzicht met tips om zelf thuis gemakkelijk energie te besparen. Heeft u ook het gevoel dat de elektriciteitsrekening een steeds groter deel uitmaakt van uw maandelijkse uitgaven? Dat kan kloppen, want de energiekosten zijn al behoorlijk hoog en zullen alleen maar stijgen. Nu al bedraagt de energierekening (gas + elektriciteit) bij een vrijstaande woning ongeveer € 185,- per maand; bij een tweekapper is dat ongeveer € 162,- per maand en bij een tussenwoning ongeveer € 145,-. Het is dus zeker de moeite om een keer goed te kijken naar de meest eenvoudige manieren om energie te besparen. Dat u daarmee CO2 bespaart is natuurlijk mooi meegenomen. Hiernaast staat een aantal eenvoudige tips opgenomen.

Naast deze maatregelen die eenvoudig zijn te nemen, loont het ook vaak de moeite om bouwkundige en/of installatietechnische maatregelen te nemen. Denk aan dakisolatie, dubbel glas of een zonneboiler. Met het instrument www.energiebesparingsverkenner.nl of www.brabantbespaart.nl/energiehuis is eenvoudig inzicht te krijgen in wat u maandelijks kunt besparen op de energiekosten door het nemen van specifieke maatregelen.

Zelf hebben wij vorig jaar een nieuwe HR-ketel, in combinatie met een zonneboiler, laten plaatsen. Op de zonneboiler kregen we een subsidie van € 700,-. Een zonneboiler bespaart bijna de helft van de energie(kosten) voor warm water, dus ruim € 100,- per jaar. Als de zonneschijn even onvoldoende is, dan stookt een naverwarmer het water warm. Als er nog een andere bouwkundige maatregel wordt getroffen, kan ook gebruik worden gemaakt van een subsidieregeling van de Provincie: € 500,- voor de uitvoering van twee maatregelen. Ook is het mogelijk om een voordelige lening af te sluiten voor deze kosten, zoals bij de gemeente Eindhoven of bij de Provincie. Meer informatie over besparingsmogelijkheden en subsidieregelingen is te vinden op: www.hoebespaarikenergie.info, www.brabantbespaart.nl en www.energieloket.nu.

Barbara Henssen

1) Gebruik spaarlampen in plaats van gloeilampen.

Als je een spaarlamp gebruikt in plaats van een gloeilamp, scheelt dat gemiddeld 8 euro per jaar.

2) Zet de verwarming in de nacht op 15 graden

Zet de verwarming een uur voordat je gaat slapen al lager, want zolang duurt het voordat het kouder wordt in huis.

3) Haal opladers uit het stopcontact als je ze niet gebruikt.

Ook wanneer het apparaat niet is aangesloten op de oplader, gebruikt hij stroom.

4) Zet de verwarming een graadje lager.

Dat scheelt gemiddeld 50 euro per jaar!

5) Koop een waterbesparende douchekop.

Daarmee bespaar je veel water en gas. Gemiddeld scheelt dat 40 euro per jaar!

6) Gebruik maar 1 koelkast.

2 koelkasten kosten heel veel meer stroom dan 1.

7) Ontdooi de diepvries.

Zorg dat er geen ijs op de binnenkant van de diepvries zit. Ijs kost veel energie.

8) Was op 30 graden.

De meeste was wordt al bij 30 graden goed schoon.

9) Droog de was buiten of op een rekje.

Elke keer als je een wasdroger gebruikt, kost je 55 eurocent aan stroom!

10) Zet je computer 's nachts uit

Als je computer aan staat, maar niet wordt gebruikt, verbruikt hij onnodig energie.

11) Zet de TV écht uit

Als op je TV een rood lampje brandt staat de TV op stand-by en verbruikt nog steeds stroom. Zet de TV daarom écht uit met de knop op de TV.