

het GIJZENROOISE ZEGJE

Informatieblad van de
bewonersvereniging Gijzenrooi

Jaargang 19,
Nummer 71, November 2010



**Kersttijd in
Gijzenrooi.**

**Kerst-
prijsvraag!**

**Onderhoudsplan
bosgordel.**

**Zeskamp
een succes!**

**Geen
lampionnen.**

**Straatfeest
Vluttersven.**

**Slechte
Adem.**

Gijsz.

**Attentie
buurpreventie.**

**Ondernemers in
Gijzenrooi.**

Activiteiten

10 december
6 december

Kerstboom ontsteking.
Start prijsvraag.

Een bijzonder begin van de Kersttijd op vrijdag 10 december

Dit jaar hebben Gijzenrooi en Tivoli de handen ineengeslagen en zorgen samen voor een werkelijk spetterend begin van de Kerstperiode. Het feestelijke gebeuren speelt zich af bij 'de Beestenboel', de kinderboerderij aan de Neushoornstraat en bij de grote boom aan het Diepmeerven. Bij de kinderboerderij zal een levensgrote Kerststal te bewonderen zijn. Aan het Diepmeerven wordt de 'Kerstboom' weer prachtig verlicht. Bij de kinderboerderij zorgt een kinderkoor en chocolademelk voor de sfeer. Aan het Diepmeerven zorgen het bekende Donjokoor, chocolademelk en glühwein voor een sfeervol begin van deze feestelijke periode.



Programma:

- 18.30 uur: Alle kinderen kunnen onder begeleiding een lampion knutselen bij de kinderboerderij, terwijl het kinderkoor 'de Stratumse nootjes' voor de sfeer zorgt. Ondertussen wordt chocolademelk met wat lekkers uitgedeeld.
- 19.00 uur: De kerststal bij de kinderboerderij wordt feestelijk onthuld
- 19.30 uur: Alle kinderen gaan in optocht met de lampionnen naar het Diepmeerven voor de feestelijke ontsteking van de boom
- 19.35 uur: De Kerstboom aan het Diepmeerven wordt feestelijk ontstoken. Het Donjokoor zorgt voor de muzikale omlijsting terwijl er genoten wordt van chocolademelk, kerstlekkers en glühwein.
- 20.30 uur: Gezellig samenzijn met een laatste glas rond de boom en de brandende vuurkorven.

Op vrijdag 24 december om 16.00 uur wordt in de Kerststal het kindje in de kribbe gelegd en wordt voor alle kinderen het kerstverhaal verteld.

De initiatiefnemers van Tivoli en Gijzenrooi hopen dat dit 'Stratums' onderonsje uitgroeit tot een traditie in onze buurten.

De kerststal en de boom zijn van 10 december tot 6 januari te bezichtigen. Tot ziens op 10 december a.s.

Namens Tivoli: Ria Kinderdijk

Namens Gijzenrooi: Truus van Vessem



Energiebesparing in Gijzenrooi

In de vorige editie van 't Zegje hebben we aandacht besteed aan eenvoudige maatregelen om energie te besparen. Deze keer laten we een buurtbewoner aan het woord die behoorlijk wat op zijn elektriciteitsrekening bespaart doordat hij zonnepanelen heeft laten installeren op het dak van zijn garage.

10 zonnepanelen

Op het garagedak van Huub Joosten, aan het Diepmeerven, zijn afgelopen augustus 10 zonnepanelen geplaatst, met een totaal vermogen van 1.850 watt-piek. Huub heeft het hele proces uitbesteed aan een gespecialiseerd bedrijf, Energieker, dat ook de subsidieaanvraag heeft geregeld. Uiteindelijk heeft het wel een tijd geduurd voordat bekend werd dat de subsidie werd toegekend, maar vervolgens is het bedrijf snel aan de slag gegaan. Het bleek efficiënter te zijn om de panelen op het (platte) dak van zijn garage te plaatsen in plaats van op het schuine dak van het woonhuis. Eerst zijn metalen frames aangebracht, zodat de panelen schuin geplaatst konden worden. Zo wordt er optimaal gebruik gemaakt van het aanwezige zonlicht. Alles is uiteindelijk in één dag geïnstalleerd. Huub was dan ook heel tevreden over het hele proces. Subsidie

Huub Joosten heeft dit voorjaar subsidie aangevraagd bij de Nederlandse overheid (Agentschap NL), waardoor het financieel ook aantrekkelijker werd om in zonnepanelen te investeren. Volgens Huub leveren de zonnepanelen ongeveer een kwart van zijn totale elektriciteitsverbruik op. "Leuk is dat je de meter echt ziet terugdraaien". Er is een aparte meter in zijn meterkast geplaatst, waarmee wordt gemeten hoeveel elektriciteit door de zonnepanelen wordt opgewekt. Naast het financiële voordeel door de vermindering van het elektriciteitsverbruik, ontvangt hij elk jaar, over een periode van vijftien jaar, een subsidiebedrag. De subsidie is een vergoeding per kWh geproduceerde elektriciteit. De hoogte van de subsidie is gekoppeld aan de elektriciteitsprijs. De subsidie is namelijk bedoeld om het verschil tussen de prijs van reguliere stroom en zonnestroom te overbruggen. Als de prijs van grijze stroom omhoog gaat, wordt dat verschil kleiner en daalt dus de subsidie per kWh. Huub verwacht circa 1.500 kWh per jaar te besparen. Dit betekent een besparing op zijn elektriciteitsrekening met circa € 300,-, met daar bovenop een subsidie van circa € 400,- per jaar. Maar de terugverdientijd van de

zonnepanelen is toch nog vrij lang.

Hoe werken zonnepanelen?

Het zonnepaneel zet zonlicht om naar elektrische energie. Een zonnepaneel is een plaat waarop zonnecellen zijn aangebracht, die meestal zijn gemaakt van silicium. Dit materiaal kan het daglicht in elektrische energie omzetten. Gemiddeld leveren zonnepanelen jaarlijks 80 kWh elektriciteit per m2 per jaar op. Er wordt dichtbij de zonnepanelen een omvormer geplaatst, die de gelijkspanning omzet in wisselspanning (230 V). De omvormer wordt aangesloten op een stopcontact. Vervolgens wordt deze elektriciteit toegevoegd aan het elektriciteitsverbruik van de woning. Overtollige elektriciteit wordt aan het openbare elektriciteitsnet teruggeleverd. Zo leveren de zonnepanelen extra rendement op.



Meer weten?

De SDE-regeling (Stimulering Duurzame Energieproductie), waar Huub Joosten gebruik van heeft gemaakt, is inmiddels ruim overtekend, en er kan nu dus ook geen gebruik meer van worden gemaakt. Wel zijn er nog andere subsidieregelingen, zoals de Rijkspremie Meer met Minder of de provinciale regeling Brabant Bespaart. Hiermee zijn ook andere duurzame maatregelen te subsidiëren. Meer informatie over besparingsmogelijkheden en subsidieregelingen is te vinden op: www.energiebesparingsverkenner.nl, www.hoebespaarikenergie.info, www.brabantbespaart.nl, www.energieloket.nu en www.energiesubsidiewijzer.nl. Meer informatie over het bedrijf dat alles voor Huub Joosten heeft geregeld is te vinden op: www.energieker.nl.

Graag horen we ook meer over de duurzame maatregelen die ú in uw woning heeft genomen of van plan bent te nemen. Wie weet is dat ook weer interessant voor uw buurtgenoten, en wellicht is het voordeliger om samen met de burens maatregelen te treffen.

Barbara Henssen

Kerstprijsvraag: tel de Kerstmannen en loot mee voor leuke prijzen

Als lezer van het Gijzenrooise Zegje kunt u meedoen aan een leuke prijsvraag. Inzenders van de juiste oplossing loten mee voor een paar leuke prijzen, ter beschikking gesteld door de wijkvereniging.

De opdracht

Van 6 t/m 9 december (de dag van de ontsteking van de Kerstboom) zullen er op de website van onze wijk een aantal Kerstmannen te zien zijn. Sommigen pontificaal in beeld, anderen wellicht verstopt in een klein hoekje. Tel het aantal Kerstmannen in de website, stuur uw oplossing in met het formuliertje dat daarvoor op diezelfde website staat, en loot mee voor de prijzen. U kunt insturen tot 10 december om 10 uur. Daarna wordt er geloot onder de inzenders van het juiste antwoord.

Prijsuitreiking

De winnaars worden bekend gemaakt tijdens de ontsteking van de Kerstboom aan het Diepmeerven (hoek Meerbergsven). Daar zullen ook de prijzen worden uitgereikt.



Herziening onderhoudsplan bosgordel

Wij zijn blij dat we als bestuur beschikken over twee enthousiaste en deskundige mensen, Bert Bokelman en Kees van Vessem, die bepaalde dossiers voor ons beheren en actueel houden. Eén van die dossiers gaat over de bosgordel. In onderstaand verslag van hen kunt u lezen hoe de stand van zaken is m.b.t. de bosgordel tussen Riel en Gijzenrooi.

In 2009 is er een plan gepresenteerd door de gemeente om de bosgordel opnieuw in te richten. Een nogal ambitieus plan om tot in de jaren dertig om de 5 jaar onderhoud te plegen.

Hiermee is de bewonersvereniging Gijzenrooi akkoord gegaan, evenals de bewonersvereniging de Putten. Vanuit Riel zijn er bezwaren ingediend. Dit was aanleiding om de Bosgroep Zuid Nederland nog eens naar de plannen te laten kijken.

De gordel is indertijd aangelegd om het doorzicht tussen Gijzenrooi en Riel af te schermen en de bezwaren vanuit Riel richtten zich daarop. Bosgroep Zuid Nederland heeft deze afscherming als leidraad genomen en dit heeft tot aanpassingen geleid.

Op 13 oktober 2010 hebben vertegenwoordigers van Gijzenrooi, de Putten, Riel, de gemeente en Bosgroep Zuid Nederland een rondgang gemaakt om een en ander in ogenschouw te nemen.

Zo wordt de bosgordel aan weerszijden van een 'mantel' voorzien, wat inhoudt, dat daar struiken tot ontwikkeling moeten komen die het doorzicht afschermen. Het middendeel van het bosje wordt dan als één geheel gezien. De diverse vakken moeten stuk voor stuk uitgedund en voor een deel van jonge aanplant voorzien worden. De paden zijn voor een deel overhuifd en daardoor smaller en donkerder geworden. Ook hier zal uitdunning plaatsvinden. Ook zijn er enkele proefstukjes in de mantel bekeken, die vorig jaar voor een deel gekapt zijn. De hergroei na een jaar tot een (vrij dichte) mantel vonden we opvallend.

Onze indruk was dat het herziene plan zorgvuldiger bosbeheer inhoudt. Met name de afscherming tussen Riel en Gijzenrooi lijkt beter tot zijn recht te komen, ook al omdat door voorgenomen aanplant het doorzicht op verschillende plaatsen teruggebracht wordt.

Wij kunnen ons - evenals vertegenwoordigers van de Putten en Riel - vinden de herziening van het 'Onderhoudsplan Bosgordel'.

*Bert Bokelman
Kees van Vessem*



Zeskamp Gijzenrooi weer een prachtige dag

Op zondag 19 september jl. werd er in Gijzenrooi alweer de achtste editie van de zeskamp gehouden. Het was ondanks de slechte voorspellingen een prachtige dag met zelfs nog een zonnetje erbij. 19 teams streden in 3 categorieën tegen elkaar op de publiekstrekking de kasteelhangbrug en de buikschuifbaan. De krachten werden gemeten bij het bustrekken; het mannenteam mocht blij zijn dat er geen flitspaal aan het Eijervan staat.... Bij het wiebelbalanceer-spel kwam het op goede coördinatie aan. De ballen werden ijverig in de korf gegooid bij het korfbalspel en in de wandelende A kwam het samenwerken in een team pas echt goed uit de verf. Samenwerking was hier het toverwoord.

De volgende teams gingen met de beker naar huis:

De Partyboys bij de volwassenen,
De Meisjes zonder Naam bij de jeugd
De Banana Boys in de jongste categorie.

Voor alle kinderen was er een vaantje ter herinnering aan deze dag. Op de website van Gijzenrooi staan nog meer leuke foto's. Een goede impressie van een geslaagde dag!

Op het terras was het goed toeven bij de gezellige muziek van onze DJ.

De heerlijke barbecue verzorgd door slagerij Verberne aan het einde van de dag, liet een ieder zich goed smaken. Het ijsje van de ijscoboer als toetje maakte het feest compleet.

Natuurlijk hadden wij deze dag nooit kunnen organiseren zonder de hulp van al die vrijwilligers.

Onze hartelijke dank daarvoor! We hopen voor volgend jaar weer op veel hulp uit de wijk. Het komt toch vaak op dezelfde mensen aan en het is ieder jaar weer moeilijk om voldoende helpers bij elkaar te krijgen. Dus als we deze activiteit in onze wijk willen behouden, rekenen we op de hulp van eenieder!

Ook hopen we volgend jaar meer volwassenen en jongeren uit de wijk met een team aan de start te zien. De kracht van de zeskamp is juist dat het voor iedere leeftijdscategorie is en niet alleen voor de kinderen. Dus denk vast na over een team voor volgend jaar!

Namens de commissie activiteiten,
Mariëtte Mooren

Gevonden:

Gevonden in Gijzenrooi (eind oktober/begin november), zilveren ring met zwarte inscripties.
Inlichtingen bij: communicatie@gijzenrooi.nl.

Lampionnentocht afgelast

De geplande editie van de jaarlijkse lampionnentocht door de Gijzenrooise kinderen is op het laatste moment afgelast. Er werd voor de avond van de tocht slect weer voorspeld, met veel regen en wind. De leden van het begeleidende muzikcorps hadden schrik voor waterschade aan instrumenten en uniformen, en hebben om die reden afgezien van deelname.

En om nou zonder muziek en met regen te gaan lopen, dat vonden de organisatoren te veel van het goede.

Volgend jaar willen de organisatoren de onderbroken



traditie graag weer oppakken, zo heeft men de redactie verzekerd.

4e straatfeest Vluttersven

Dit keer aan de vroege kant - en wel op 19 september - werd het straatfeest van het Vluttersven weer gehouden. Zo om een uur of drie kwamen de eersten weer naar het straatdeel waar dat voor zo'n gezellige bijeenkomst het veiligst is, namelijk het stukje naast nummer 41 tot aan de doorgang bij het Lisven. Partytenten, voor het geval dat..., per slot was het niet zulk mooi weer als in voorgaande jaren! Een springkussen voor de kinderen, een 'drankbuffet' voor alle leeftijden, nootjes op de tafeltjes en een stel goedgegumte (niet letterlijk) vrijwilligers. Dat alles vormde de basis. Voor de kinderen breidde zich dat uit met een 'balonnenman' die in een mum van tijd van niets hondjes, bloemen en zwaarden maakte. Ook het schminken van gezichtjes was in trek. En dan nog de topper 'scheuren in een echte jeep.' Er was zo'n heuse Amerikaanse leger jeep met een ervaren bestuurder. Een vrachttje kinderen inladen en dan vol gas door de vennen! Tja, de wijkagent is er toch nooit op zondag... Om circa half zes was het weer tijd voor het gezamenlijke etentje. Vanuit alle deelnemende

tafels! Die Vluttersvenners maken er dus echt iets van en voor de nieuwelingen in de straat is het een leuke introductieopsteker.

Voor de kinderen werd het feest afgesloten met het oplaten van ballonnen met naam/adreskaartjes. De volwassenen konden nog wat 'uitbuiken' met een drankje-tegen-niet-stadse-prijzen!

Nog een jaartje en dan staat het 1e lustrumfeestje in de agenda's.

Beja Peijpers



'Vluttershuizen' werd wederom een scala aan hapjes (warm en koud) aangedragen en daarna verorberd. Al voor de 4e keer stond er -zonder voorafgaande instructie o.i.d.- zeer gevarieerd en smakelijks op de



Slechte adem

Een frisse adem. Dat wil iedereen. Maar is uw adem ook fris? De meeste mensen met een slechte adem, ook wel halitose genoemd, merken het zelf niet. Ze ruiken het zelf niet. Maar de omgeving merkt het wel. Sommige mensen met een slechte adem hebben er zo veel last van dat ze erdoor gehinderd worden in hun sociale en intieme contacten. Er is een eenvoudige en betrouwbare manier om erachter te komen of u last hebt van een slechte adem. Vraag het aan uw partner, een andere vertrouwde persoon, uw tandarts of uw mondhygiënist.

Slechte adem en halitose

Iemand kan tijdelijk uit zijn mond ruiken, bijvoorbeeld door het eten van gekruid voedsel of het drinken van alcohol. Maar iemand met halitose ruikt altijd uit zijn mond. De oorzaak heeft weinig of niets te maken met wat u eet of drinkt. De belangrijkste boosdoener is de aanwezigheid van bacteriën en voedselresten op het achterste gedeelte van uw tong, tongbeslag genoemd. De bacteriën produceren zwavel en dat ruikt onaangenaam. Halitose is geen zeldzaam verschijnsel, maar komt bij ongeveer één op de zeven mensen voor. Halitose gaat niet vanzelf voorbij. Wel is die in de meeste gevallen eenvoudig te verhelpen.

Wat zijn de oorzaken van een slechte adem en wat kun je eraan doen?

Bacteriën achter op de tong

De bacteriën in de voedselresten op het achterste gedeelte van uw tong produceren zwavel. Dat ruikt onaangenaam. Op ruwe tongen blijven makkelijker voedselresten achter dan op gladde tongen. Iemand met een ruwe tong heeft meer kans op tongbeslag en dus op halitose. Ouderen hebben meer tongbeslag dan jongeren.

Oplossing: Reinig uw tong met een tongreiniger.

Hoe gebruikt u een tongreiniger of -schraper?

- Steek uw tong zo ver mogelijk uit uw mond.
- Plaats de tongreiniger zo ver mogelijk achter op uw tong. Oefen kracht uit op de schraper en druk uw tong plat. Zorg ervoor dat de tongreiniger goed contact maakt met uw tong. In het begin zult u op dit moment kokhalzen. Als u het vaker doet, leert u de reiniger zo te plaatsen dat u een kokhalsreactie tot een minimum beperkt.

- Trek de tongreiniger langzaam naar voren in uw mond.
- Maak de reiniger schoon onder stromend water.
- Herhaal de procedure ongeveer vijf keer. Spoel uw mond goed na met water.

Ontstoken tandvlees

Soms is ontstoken tandvlees de oorzaak van een slechte adem. Als u de tandplak op en tussen uw tanden en kiezen niet goed verwijdt, heeft u niet alleen een grotere kans op het krijgen van gaatjes, maar raakt ook uw tandvlees ontstoken. Niet verwijderde plak kan hard worden en verkalken tot tandsteen. Aan tandsteen hecht zich makkelijk weer nieuwe plak, waardoor uw tandvlees steeds meer ontstoken kan raken. De bacteriën in het ontstoken tandvlees produceren de onaangename zwavelgeur. Bacteriën in achtergebleven voedselresten tussen uw tanden en kiezen kunnen ook een nare zwavelgeur veroorzaken.

Oplossing: Poets uw tanden tweemaal twee minuten per dag met fluoridetandpasta. Reinig minimaal eenmaal per dag de ruimten tussen uw tanden en kiezen met tandenstokers, ragers of flossdraad. Vraag uw tandarts of mondhygiënist om een goede poetsinstructie. Het kan zijn dat er ook een uitgebreide gebitsreiniging nodig is door de tandarts of mondhygiënist.

>>



>>

Droge mond

Ook een droge mond kan de oorzaak zijn van een slechte adem. Monddroogheid kan ontstaan door een te geringe speekselproductie of voortkomen uit het ademen door de mond. Bepaalde medicijnen hebben een droge mond als bijwerking. Het hierdoor ontstane speekseltekort kan ook een slechte adem veroorzaken.

Oplossing: Als de speekselklieren nog werken, maar tijdelijk niet goed functioneren, kunt u de speekselproductie stimuleren. Eet lichtzuur voedsel of producten waarop u goed moet kauwen. Denk aan fruit, komkommer, bruine boterhammen, wortels of suikervrije kauwgom. Als medicijnen de oorzaak van uw droge mond zijn, kan uw huisarts of specialist de soort medicijnen, de dosering of het tijdstip van toediening misschien aanpassen. Als de speekselklieren niet meer, of gedeeltelijk werken, kunt u met behulp van zogenoemde speekselvervangers de gevolgen van een droge mond beperken.

Wat helpt niet tegen halitose?

Halitose krijgt u niet weg met frisse snoepjes, kauwgom of sprays die alleen maar een lekkere mintsmaak achterlaten. Vanwege de smaak hebt u het gevoel dat uw adem fris is, maar dat gevoel bedriegt. De verfrissing van uw mond kan uw slechte adem maar gedeeltelijk verdoezelen en meestal maar voor enkele minuten.

Tips voor een frisse adem

Poets uw tanden tweemaal per dag met fluoridetandpasta.

Reinig ook de ruimten tussen uw tanden en kiezen eenmaal per dag met flossdraad, tandenstokers of ragers.

Gebruik tweemaal per dag een tongscraper als u veel tongbeslag heeft.

Ga ook regelmatig voor controle naar uw tandarts of mondhygiënist. Die zal, als dat nodig is, uw gebit grondig reinigen.

Jeroen Claes

<<

Wist u dat.....

- u op de site www.gijzenrooi.nl veel nuttige informatie kunt vinden over buurtpreventie?
- u op de speciale site van buurtpreventie onder het kopje 'links', een inbraaktest kunt doen en lezen hoe u zich kunt opgeven voor SMS alert?
- er bij links ook veel nuttige informatie staat over wat te doen bij overlast van uw burens?
- u het preventieteam – ook digitaal! - een gele kaart kunt sturen?

Het team buurtpreventie (nu 8 leden) is bijna compleet.

Wij zoeken nog straatcoördinatoren voor 2 sectoren:

Sector 8 (Raatven/Vrijkensven) en

Sector 7 (Berkven en Vluttersven).

Op de site vindt u het exacte werkterrein van deze coördinatoren.

Wilt u onze wijk veilig houden door als straatcoördinator actief te zijn?

Neemt u dan contact met me op!

Johàn Blaazer

Buurtcoördinator preventie



Het is ietsje minder, mag dat?

Een vriend van mij bekende laatst teneergeslagen dat hij "de verkeerde smartphone had gekocht", beste wijkgenoten. Die ontboezeming vroeg om een nadere toelichting. "Doet het ding dan niet wat hij moet doen, of valt er niet mee te werken, of zo?".

Maar dat bleek niet het probleem te zijn. Het ding werkte fantastisch, het deed alles wat de fabrikant beloofd had, en meer nog.

Nee, het probleem bleek te liggen bij de acceptatie door de omgeving. Mijn vriend had een smartphone gekocht van merk A. En hem was door zijn collega's op subtiële wijze duidelijk gemaakt dat dat merk 'niet hip genoeg is'. Merk A wordt kennelijk vooral gebruikt door de meer creatief aangelegde types. Maar mijn vriend werkt in de zakelijke sector, en om daar mee te tellen moet je met merk B op de proppen komen.

Ik wist niet of ik nou moest lachen of huilen. Mijn vriend heeft een prachtige gadget gekocht, dat binnen het formaat van een flinke schijf ontbijtkoek meer rekenkracht biedt dan alle systemen van de eerste maanraketten bij elkaar. Een telefoon die zoveel kan dat je er bijna per ongeluk achter komt dat je er ook gewoon mee kunt bellen. Hij kan zich het bijbehorende prijskaartje veroorloven en het ding doet het geweldig. Maar het wordt even afgeserveerd door de buitenwacht, en hij schiet in een

dip.

Op zo'n moment denk ik wel eens: "ach lieve mensen, we laten ons toch eigenlijk helemaal gek maken ook". Op wereldschaal gezien wentelen we ons in ronkende weelde en we lopen er alleen maar bij te tobben en te miezeren. Mijn vriend heeft een speeltje gekocht met de tegenwaarde van de jaarinkomens van twee arme Afrikaans gezinnen. Maar een enkele kritische opmerking erover van een (mogelijk gewoon maar jaloezse) collega, en hij is van de wap.

Heeft u ooit het televisieprogramma 'Bridezilla' gezien? In dat programma naar Amerikaanse snit worden jonge vrouwen gevolgd in de aanloop

materieel geweld. Maar zijn mooie bedoelingen gaan ten ene male aan deze aanstaande bruiden voorbij. Geluk? Aan haar hoela! Als het al om 'geluk' gaat, dan wordt dat op pijnlijke wijze verward met 'imponeren', met 'anderen de loef afsteken' en met neurotisch perfectionisme. Wijkgenoten, het is tijd voor een tegenbeweging. Als dit Zegje uitkomt heeft Sinterklaas waarschijnlijk al weer recordaankopen gedaan, maar de Kerst biedt u een herkansing. Doe het dit jaar eens een beetje minder, als ik u vragen mag. Het kerstdiner hoeft niet op gouden borden te liggen om gezellig te zijn. Laat u niets wijs maken door de glossy folders die de komende



naar hun huwelijksdag. Maar met liefde en geluk heeft het allemaal niets te maken. Op giftige toon kijken ze dat hun bruidstaart de grootste moet zijn, hun jurk de meest volmaakte. Ze sissen over het bruidsboekje, snerpen over het diner van de avond en zitten eindeloos te mieren over minuscule details van het protocol.

"En ze leefden nog lang en gelukkig", hoor ik de sprookjesverteller in een klein schuilhoekje piepen tegen al dit

dagen uw brievenbus zullen bestoken: geluk ligt in uzelf, en niet in de etalage. De inhoud van uw kerstpakket is iets anders dan uw innerlijke tevredenheid. En uw creditcard heeft niets te maken met 'Vrede op Aarde'. Laten we er iets liefs, warmes en nabij's van maken. Ik wens u alvast oprecht een gelukkig Kerstfeest.

Gijsz

ATTENTIE VOOR EEN STRAATCOORDINATOR BUURTPREVENTIE!

Met veel plezier woon ik inmiddels 16 jaar in de wijk Gijzenrooi. Ik heb het geluk gehad om hier zelf een huis te mogen bouwen op een mooi perceel. De grondprijzen waren toen nog niet zo hoog, zodat dit ook voor mij als ambtenaar bij de afdeling Burgerzaken van de gemeente Eindhoven betaalbaar was.

Nadat ik het perceel had gekocht, kwam ik erachter dat de straatnaam nog niet was vastgesteld. En omdat ik hoorde dat de straatnamencommissie van de gemeente nog op zoek was naar een aantal straatnamen voor Gijzenrooi, heb ik gevraagd of ik zelf een suggestie mocht doen. Gelukkig vielen mijn voorstellen voor Zwanenven en Eendenvan in goede aarde en voldeden ze ook aan alle eisen. Hierdoor kan ik met trots zeggen dat ik mijn eigen straatnaam heb mogen kiezen.

Het feit dat ik hier met veel plezier woon, is voor mij ook de motivatie om als straatcoördinator een bijdrage

te leveren aan het buurtpreventieteam. Iets wat je dierbaar is, wil je immers ook graag behouden. Volgens de statistieken is Gijzenrooi een wijk met relatief weinig criminaliteit, maar dat wil niet zeggen dat er helemaal niets gebeurt. Ook in het Zwanenvan waar ik woon is al bij verschillende huizen een of meerdere keren ingebroken en zelf heb ik ook te maken gehad met diefstal uit mijn garage. Het is daarom van belang om alert te blijven op ongewone dingen en elkaar te helpen door bijvoorbeeld af te spreken dat je tijdens de vakanties van de burens een oogje in het zeil zal houden. Het buurtpreventieteam wil daarbij helpen door tips en ervaringen te delen en onveilige situaties aan te kaarten bij de wijkagent of de gemeente. Kijk voor meer informatie bij 'buurtpreventie' op de website van de bewonersvereniging Gijzenrooi.

*Groeten,
Peter van Gastel*



met Gordon in de hand... **JOUW PROBLEEM OF MIJN PROBLEEM**

Als Gordontrainer en als moeder doe ik iedere dag ervaringen op in het omgaan met kinderen en in het omgaan met conflicten. Daarover wil ik graag schrijven in het Gijzenrooise Zegje. 'Met Gordon in de hand' is een reeks over het leven van alledag. Deze keer beschrijf ik in grote lijnen het principe van het gedragsraam.

Op dit moment schrijf ik een stukje voor het Zegje. Nee, zul je denken: op dit moment lees ik een stukje in het Zegje. Allebei hebben we gelijk. We hebben bovendien geen van beiden een probleem. Toch zien we de wereld op dat moment ieder op onze eigen manier, ieder vanuit zijn eigen gedragsraam.

In een discussie is dat interessante gespreksstof of gewoon een leuk aanknopingspunt voor een gesprek over koetjes en kalfjes.

"Ik houd van het Sinterklaasfeest... gezellig bij de open haard, samen zingen, lekker snoepen..."

"Ik geef de voorkeur aan kerstmis... een echt familiegebeuren."

Er is geen probleem.

Soms komt er olie op het vuur (stel je dit voor met vurige emotie):

"Kerstmis, hoe kun je daar nu over beginnen?!"

Sinterklaas is nog niet eens achter de rug! Ik heb daar zo'n gloeiende hekel aan. Voordat de Sint in het land is zie je al kerstspullen in de etalage verschijnen.

Ronduit belachelijk!"

Ik heb geen probleem. De ander heeft een probleem.

"Bovendien... je denkt toch niet dat ik dat vergeten ben, van vorig jaar? Jij hebt mij gewoon laten stikken! Eerst zoete broodjes bakken en dan..."

Goed, nu kom ik in de problemen. Op zijn minst raak ik persoonlijk betrokken.

Hier maak ik zodoende onderscheid tussen drie verschillende situaties:

**er is geen probleem;
de ander heeft een probleem;**

ik heb een probleem.

Bij iedere situatie reageer je anders. Tijdens de Gordontrainingen schets ik voor de deelnemers een beeld van het gedragsraam. Het raam is een kader waardoor jij kijkt naar wat er om je heen gebeurt. Het raam is onderverdeeld in drie gebieden. Onderaan staat 'ik heb een probleem' en dat deel valt onder de 'rode lijn'.

Met het gedragsraam word je je bewust wie een probleem heeft. Dat is een goed begin voor anders omgaan met conflicten. Als de ander een probleem heeft, dan hoef ik het niet voor de ander op te lossen (dat kan hij heel goed zelf, soms met mijn hulp). Als ik een probleem heb, dan kan ik daar zelf concreet iets aan doen. En het is een feest om 'geen probleem' te ervaren!

In dit kader citeer ik een vers van Tjitske Jansen dat mij aanspreekt:

"Dit is een brief aan vaders en moeders.

Ik ben het kind.

Hou me vast en kijk naar me.

Til me op, zet me neer, laat me gaan.

Het kan mij niet schelen hoe je je geld verdient en of je succesvol bent.

Geld daar kun je snoep van kopen, maar ik hoef geen dure koeken bij de chocolademelk. Alleen maar een dropje op mijn knie als ik gevallen ben.

Alleen maar op schoot.

En als ik op schoot zit, moet je niet altijd tv kijken.

En als je mij een verhaaltje vertelt, ga dan op de rand van mijn bed zitten.

En zeg dat ik mijn ogen dicht mag doen.

En vraag me hoe het was vandaag want dat begrijp ik best.

En ik zal zeggen dat het fijn was vandaag.

En blijf dan na dat verhaaltje nog even zitten.

En kijk dan naar me."

Fijne Sinterklaas (en alvast Vrolijk Kerstfeest)!!!

Door: Minke Willemse

Gordontrainer "Effectief omgaan met kinderen"

Intussen in Gijzenrooi

in de natuurlijke omgeving. Wij wensen de scoutinggroep Père Kersten veel succes toe.

Diepmeerven

Al sinds jaren wordt er door de bewoners geklaagd over de verkeersonveiligheid op het Diepmeerven. Zonder andere "vennen" tekort te willen doen, heeft de Bewonersvereniging in maart jl. bij de gemeente een verzoek ingediend voor verkeersremmende maatregelen op het Diepmeerven. De gemeente staat positief tegenover dit verzoek. In de afgelopen maanden heeft de verkeersdeskundige zich gebogen over de kwestie. Er wordt gedacht aan verkeerssluizen of iets dergelijks. Maar die hebben alleen een gunstig effect zorgen als er voldoende verkeer is van weerskanten. Om dat te kunnen meten, wordt in de eerste week van november een zgn. telslang op het Diepmeerven gelegd. Wij houden u op de hoogte.

Nieuwbouw Père Kerstengroep

Tussen de Heezerweg en het Kannunikensven heeft de scouting een terrein aangekocht t.b.v. de bouw van een nieuw onderkomen o.a. voor de vele (Gijzenrooise) kinderen die lid zijn van de scoutinggroep. Als Bewonersvereniging zijn we blij dat de gemeente uit alle aanvragen die zij krijgen voor een dergelijk terrein, gekozen heeft voor deze scoutinggroep. De scouting is een gedisciplineerde club waar kinderen onder begeleiding met plezier spelen en kennis nemen van de natuur. Het nieuwe onderkomen wordt een mooi gebouw wat prima past

Samenwerking Kerstmis 2010

Dit jaar hebben we samen met onze 'buren' van Tivoli de Kerstvieringen in onze wijken op elkaar afgestemd. Elders in dit nummer kunt u het programma vinden. De samenwerking was behalve heel nuttig ook bijzonder plezierig. De power van beide wijken komt tot uitdrukking in het programma wat voor ieder wat wils biedt. Ik zou zeggen: houdt het avondje van 10 december vrij en dompel u onder in de kerstsfeer.

Publicatieborden

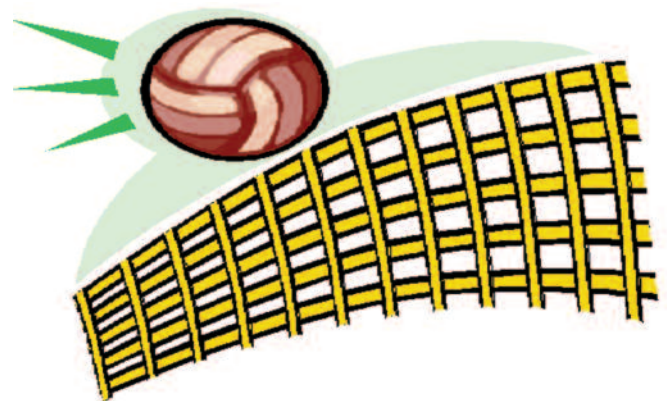
U kent ze wel, de aankondigingborden voor Sinterklaas, paaseieren en andere activiteiten die langs het Kannunikensven en het Diepmeerven staan. De borden bestaan uit een hardboardplaat met een papieren poster erop. Eigenlijk werkt het niet goed, ze worden nat, gaan kapot en worden onleesbaar. Echte goede vandalisme bestendige publicatieborden kosten ongeveer 300 euro per stuk. We hebben er minstens twee nodig en dat gaat boven onze begroting. Aan de gemeente hebben we gevraagd om extra subsidie hiervoor. Of het lukt in deze tijden van bezuiniging weten we nog niet. Maar als u op enig moment mooie borden ziet staan of hangen, dan weet u waar ze vandaan komen.

*Truus van Vessem
Waarnemend secretaris*

Oproep

Mag ik mij voorstellen?

Ik ben Hugo de Ruiter en woonachtig in Schuttersbosch. Ik ben lid van volleybalvereniging "de Toverballen". De toverballen is een kleine gezellige volleybalclub met 1 heren en 1 damesteam. De heren en dames trainen samen. Wij trainen op donderdagavond in de gymzaal van school de reis van Brandaan aan het Kannunikensven. Wij zijn nog op zoek naar 2 heren leden die ook op doordeweekse avonden competitie willen spelen. Wij spelen recreantencompetitie 1e klas in de regio. De thuiswedstrijden zijn op de trainingsavond in de reis van Brandaan. De heren en dames spelen competitie in respectievelijk de heren- en damescompetitie. De leeftijd van de leden ligt tussen 35 en 50 jaar.



Met vriendelijke groet,
Hugo de Ruiter

Ondernemers in Gijzenrooi

Een vaste rubriek van interviews met in Gijzenrooi gevestigde ondernemers

Ontbijtcoach, personal coach, gewichtcoach, Louis van Gaal, straatcoach, jobcoach, rijcoach en taalcoach. Op het Raatven aangekomen hebben wij van de redactie nog niet het idee dat onze opsomming compleet is. De variëteit aan coaches is onderwerp van gesprek omdat we vanavond nader kennismaken met Angela Linders. Zij coacht. Maar waarin? Het enige wat we weten is dat haar bedrijf 'Maal8' heet. Zou ze culinair coach zijn en Herman den Blijker als lichtend voorbeeld hebben?

Angela, je bedrijf heet 'Maal8', zitten we er ver naast als we denken dat het iets met eten te maken heeft?

'Heel ver', helpt Angela ons vriendelijk maar resoluut uit de droom. 'Het heeft iets te maken met mijn jeugd. Ik ben opgegroeid als 7e kind in een gezin van acht. Als wij als kinderen wensen hadden zoals een studie of bromfiets zei mijn moeder altijd: "Het moet wel maal 8 kunnen!". Met andere woorden, ik heb al vroeg geleerd om samen te leven en te delen. Toen ik zocht naar een originele bedrijfsnaam leek me deze wel geschikt. Maal8 is



een niet alledaagse naam die blijft hangen bij opdrachtgevers en cliënten, zo merk ik in de praktijk.'

We knikken instemmend. Vanaf nu is Maal8 ook in Gijzenrooi een begrip!

Dat was de naam, welke beroepsmatige activiteiten ontplooi je in jouw bedrijf?

'Maal8 richt zich op Mens, Organisatie en Ontwikkeling. Ik ben organisatieadviseur met als specialisatie de publieke sector. Daarnaast geef ik trainingen aan medewerkers bij bedrijven waar ik adviseer en werk ik als intervisor en coach. In januari 2007 ben ik met Maal8 van start gegaan, na een loopbaan van 25 jaar in de publieke sector. Van oorsprong ben ik jeugd- en jongerenwerker.'

Zou je ooit nog terugwillen in loondienst?

'Absoluut niet' antwoordt Angela stellig. 'Het is geweldig om als ondernemer je eigen plan te kunnen trekken, iets te ontwikkelen en te implementeren. Ik geniet met volle teugen van die vrijheid.'

Wij van de redactie denken meteen aan de vorige ondernemers in deze rubriek. Vader en zoon Pijpers. Zeiden deze mannen van (roestvrij)staal niet precies hetzelfde over hun ondernemersvreugde?

Je richt je op Mens, Organisatie en Ontwikkeling. Zullen we eens bij de mens beginnen?

'Met veel plezier coach ik individuele cliënten die werkgerelateerde problematiek hebben. Als er spanningen zijn tussen werknemer en werkgever, dan treed ik op als intermediair. Meestal bezoek ik ook de werkplek.'

Je vertelde zojuist dat je ook trainingen geeft bij bedrijven waarvoor je werkt.

'Dat klopt. Nadat ik advies uitgebracht heb, moet het uitvoerend kader (de mensen die het op de werkvloer verdienen) een omslag maken. Die trainingen zijn voor mij echt hoogtepunten. Ik heb een zwak voor deze laag in de organisatie. Het kader moet leren omgaan met nieuwe bedrijfsprocessen of andere typen medewerkers. Een teamleider die bijvoorbeeld eerst alleen werkte met mensen met een lichamelijke handicap moet leren omgaan met werknemers met een vorm van autisme.'

Je bent organisatieadviseur. Wat doe je precies?

'Ik werk heel veel voor SW bedrijven (Sociale Werkvoorziening red.). Dat zijn bedrijven zoals de ERGON in Eindhoven.

>>

Mijn leven in de wijk

Het voetenbankje, dat nog is overgebleven uit een eerdere inboedel, voldoet al jaren niet meer aan de functie waarvoor het bestemd is. In de loop van de zomer is er een flinke hoeveelheid tijdschriften op neergevlijd. Straks als het wat slechter weer wordt dan heb ik wat te lezen, denk ik, als ik de stapel nog hoger en hoger leg. Ik lees graag en mijn familie en vrienden zijn zodanig opgevoed dat zij geen lectuur weggooien bij het oud papier.

Je vindt dan ook op sommige kaften een kruisje, paraaf of gewoon een streepje. Een heel divers gebeuren, maar het geeft ook een gevarieerde kijk op mijn kennissenkring.

Zij weten dat ik het graag van ze overneem.

Nu ben ik dus aan de beurt. Maar de zomer was zo

heerlijk. Mijn tuintje volop in groei en bloei. De vogels vlogen af- en aan. Natuurlijk las ik wel eens wat. Maar toch werd het tijdschrift weer terug op de stapel gelegd. Er stond altijd wel een artikel in dat ik zeker nog wilde lezen.

Straks als ik klaar ben gaan de tijdschriften weer verder. Niet allemaal tegelijk naar een persoon. Maar dankzij de aantekeningen op het voorblad kan het ene tijdschrift met sport naar neefje, het blad met mooie voorwerpen naar F. De politieke bladen weer naar iemand anders. En ga zo maar door. Voor elk weer wat wils.

Alleen, nu moet ik toch zeker beginnen en niet naar buiten lopen om de blaadjes in al hun herfstpracht te bewonderen. Want dan begint mijn bankje een beetje te piepen.

Riky Heijnen

>>

De meeste mensen kennen deze organisatie wel. Ik adviseer over nieuwe methodieken, een nieuw bedrijfsmodel. In deze bedrijfstak heb ik in de loop der jaren zoveel expertise opgebouwd, dat er in Nederland geen 20 mensen zijn die alle aanpakken binnen de SW kennen.'

Je werk is nogal veel omvattend. Op ons maak je de indruk erg goed geschoold te zijn!

'Dat hebben jullie goed gezien! Na mijn werk in het jeugd- en jongerenwerk ben ik in 1990 een P&O opleiding gaan volgen. Na afronding daarvan heb ik veel vervolgstudies gedaan zoals een masters opleiding in HRM' (Human Resource Management red.).

Angela, zou je eens kort willen reageren op de volgende stellingen:

Een goede coach is een luie coach.

'Daar ben ik het wel mee eens. Ik heb dat moeten leren, maar ik zie er het goede wel van in. Een goeie coach stimuleert de cliënt het werk zelf te doen, alleen dan werkt coaching blijvend.'

De opdrachtgever heeft altijd gelijk, ook al heeft hij ongelijk!

'Dat vind ik helemaal niet. Ik zal altijd proberen mijn opdrachtgever te overtuigen.' (wij van de redactie hebben de stellige indruk dat Angela daar in de meeste gevallen moeiteloos in slaagt...).

Kun je een voorbeeld geven van positieve feedback die je van cliënten of bedrijven krijgt?

'Een leidinggevende zei aan het eind van een training:

"Door deze dag weet ik helemaal hoe ik het ga aanpakken met mijn medewerkers op de werkvloer." Zo'n opmerking vind ik echt een opsteker. Een groot compliment is ook dat bedrijven waar ik gestart ben in 2007 mij nog steeds terugvragen.'

Angela, tot slot een vraag over onze wijk. Hoe lang woon je er al en hoe bevalt het?

'In 1996 zijn we hier komen wonen. We hebben destijds heel bewust voor Gijzenrooi gekozen. Je zit dichtbij de stad en je bent zo buiten. Heel prettig vind ik dat er ook 's avonds weer openbaar vervoer is. Ik kijk ook met veel plezier terug op het Carportconcert, dat ik vorig jaar samen met achterbuurman Hans van Heiningen georganiseerd heb. Misschien moeten we rond de Kerst nog eens zoiets doen....' (Een tip van de redactie: wellicht bij het ontsteken van de kerstboom?)

Zijn we nog iets vergeten te vragen?

'Dat geloof ik niet, maar ik wil nog wel iets kwijt. Ik vind het spijtig dat zo weinig ondernemende vrouwen uit de wijk gereageerd hebben op de oproep in het vorige ZEGJE.

Ik ben van mening dat wij als vrouwen iets voor elkaar kunnen betekenen!!'

Thuis, achter onze PC bekijken we de Maal8 website eens rustig en treffen daar Angela's lijfspreuk aan: 'Alles wat je aandacht geeft groeit'. Een doordenker. Zou het ook betekenen dat na de publicatie van dit interview Maal8 een significante omzetstijging in 2011 tegemoet kan zien? We zijn voorzichtig met tips, maar mocht u overwegen te gaan beleggen: het aandeel Maal8 zou wel eens 8Maal in waarde kunnen stijgen!

<<