

BUURTINFO

WIJKVERENIGING DRUIVENBLOK



COLOFON

BUURTINFO

Eindredacteur: Arjan van der Enden
Journalist: Sandra Koens
Vormgeving/redacteur: Antoinet van den Brink

BESTUURSLEDEN

Voorzitter: Arjan van der Enden
Penningmeester: Jan Henk Timmer
Secretaris: Nel Moons
Bestuurslid: Maria Korpel, Frans Walta

Wijkvereniging Druivenblok
Zonneblok 27
2291 XT Wateringen

De Blauwe Alicante
De Bronkhorst
De Colman
De Frankenthaler
De Maroc
De Muscaat
De Nesse
De Wilde Zee
De Witte Emile
Elfguldensmijn
Guldeland
Hoekblok
Klaverblok
Lenteblok
Middelblok
Oostblok
Tijmensblok
Westblok
Witte van der Laan
Zonneblok



**DEEL VRAGEN EN
IDEEËN**

info@druivenblok.nl



**VOLG ONS OP
FACEBOOK**

wijkvereniging
druivenblok



**LEES DE
BUURTINFO ONLINE**

www.druivenblok.nl

BUURTINFO

WIJKVERENIGING DRUIVENBLOK

04 DRUIVENKWEKERIJ SONNEHOECK

Kom meer te weten over de Westlandse druiventeelt

09 VACATURE PENNINGMEESTER

10 VAREND DOOR HET WESTLAND

Rondje Westland met de boot

16 UIT DE WIJK

Liefde voor egels en egelpoortjes in de tuin

INHOUD

VAN DE VOORZITTER



In mijn vorige column gaf ik aan te hopen dat ik iets kon melden over financiële ondersteuning van onze wijkvereniging. Welnu, er is zeker nieuws. We hebben namelijk dankzij twee organisaties een activiteit voor jullie kunnen organiseren. Op 25 september maakten we een vaartocht door het Westland. Deze activiteit organiseerden wij in het kader van ons project Voor elkaar, Met elkaar waarvoor we de aangesloten buurtbewoners hebben uitgenodigd. Er waren voldoende plaatsen over om daarna een uitnodiging te sturen aan onze leden waarmee we de boot goed vol kregen. Dit hebben we kosteloos kunnen aanbieden dankzij het Rabobank Impactfonds. Op 5 oktober was ons nazomerfeest. Waar het ons in september niet lukte om een mooi feest te organiseren wegens te weinig deelnemers, hebben we dat tijdens ons nazomerfeest dubbel en dwars ingehaald! Wat een superleuke bijeenkomst is het geweest! Deze activiteit kon ook plaatsvinden namens een sponsor, namelijk de Regeling Kleine Culturele Initiatieven (KCI) van Westland Cultuurweb. Zonder hun bijdrage hadden we niet zo'n mooie bijeenkomst voor jullie kunnen organiseren.

Over beide activiteiten lezen jullie vanzelfsprekend een verslag in deze Buurtinfo. Hopelijk kunnen we dit in de toekomst voortzetten en zodoende steeds meer buurtjes in de gelegenheid stellen om elkaar te ontmoeten! In de periode dat je dit leest vieren we Halloween wat doorgaans onze laatste activiteit van het jaar is. Maarrrr... dat hoeft natuurlijk niet zo te zijn. Zeker in de winter, als we elkaar buiten minder vaak tegenkomen, is het leuk om elkaar toch te ontmoeten!

Laat je ideeën de vrije loop en deel ze met ons! Ik zou het leuk vinden om een keer een sportieve activiteit te kunnen doen waarvoor we de gymzaal in De Vang kunnen gebruiken. Maar het kan ook een creatieve activiteit zijn In Terra Nova of iets met muziek. Er is genoeg te bedenken. Kom maar door met je suggesties!

Je kunt ze doorgeven via info@druivenblok.nl.

ARJAN VAN DER ENDEN



**Attentie
Buurtpreventie**

**WIL JIJ OOK WERKEN AAN EEN
VEILIGE EN LEEFBARE BUURT?**

**MELD JE DAN AAN ALS
BUURTPREVENT!**

Kijk voor meer informatie op www.buurtpreventie-wateringen.nl
of mail naar bestuur@buurtpreventie-wateringen.nl.

ERIC's onderhoud

Autoservice & laswerk

ericsonderhoud.nl



Reparatie • Aircoservice • Laswerk • Storingsdiagnose 

DRUIVENKWEKERIJ SONNEHOECK

BEZOEK AAN DRUIVENKWEKERIJ SONNEHOECK

DOOR: ARJAN VAN DER ENDEN

Op de laatste zaterdag van de zomervakantie, 30 augustus, zijn we naar Historische Druivenkwekerij Sonnehoeck in Kwintshoek getogen om meer te weten te komen over de overheerlijke Westlandse druif.

Dit bezoek kon natuurlijk niet uitblijven gezien het feit dat zo'n beetje de helft van onze wijk bestaat uit straten met druivennamen.

Het werd een hele leuke middag! Allereerst omdat de opkomst met 21 personen de moeite was, maar het was ook leerzaam en gezellig.

Bij aankomst konden we direct al proeven van de overheerlijke druiven.

Onze gids Piet liet ons weten dat als we druiven wilden bestellen, we dat het beste zouden doen voor de rondleiding zodat de druiven vers konden worden geoogst door zijn collega Theo. Zo gezegd, zo gedaan! Er werden aardig wat ponden en kilo's Frankenthalers besteld.



Sonnehoek heeft de status van Rijksmonument en wordt sinds drie jaar onderhouden vanuit een stichting die is opgericht na het overlijden van Geo van Leeuwen, die als vierde generatie de tuin bestierde naast de naastgelegen tomatentuin. De tomatentuin bestaat niet meer, omdat daarop nu een woonwijk is gebouwd, maar gelukkig is de druiventuin behouden gebleven. Intussen is er een vijfde generatie Van Leeuwen werkzaam: Jorian van Leeuwen.

Je moet weten dat de druiventeelt in het verre verleden ooit de hoofdkomsten betekenden voor de vele kwekers die het Westland rijk was. Uiteindelijk zijn er, door het steeds verder verminderen van het rendement van de kwekerijen en concurrentie uit het buitenland, op Sonnehoek na, geen kwekerijen meer in onze streek.

De rondleiding startte bij de tuinderswoning waarna we via de watertoren en 8 druivenkassen uiteindelijk uitkwamen bij de moestuin. Er zijn kassen waarin gestookt wordt, maar ook kassen die alleen worden verwarmd door middel van de zon. Ook zijn er verschillende types kassen te bezoeken. Tussen de kassen is er ook nog van alles te zien: de diverse fruitbomen, biezen en een kippenren. Wat duidelijk werd, was dat het telen van groenten en fruit vroeger vele malen arbeidsintensiever was dan tegenwoordig het geval is.

Na de rondleiding werden we opnieuw ontvangen om aan te schuiven voor een bakje koffie en thee met een overheerlijk Westlands appeltaartje erbij. En zo sloten we ons bezoek smakelijk af en concludeerden we dat het absoluut de moeite waard was geweest om Sonnehoek te bezoeken.



De kwekerij wordt draaiende gehouden door zo'n 30 vrijwilligers. Er zijn een paar vacatures. Zie hiervoor: <https://www.westlandvoorelkaar.nl/>





Westland Cultuurweb is hét netwerk voor kunst en cultuur in Westland. Wij verbinden makers, verenigingen, organisaties én inwoners en helpen ideeën werkelijkheid te maken. Of je nu in een vereniging actief bent of gewoon thuis creatief bezig bent – schildert, muziek maakt, danst, zingt of schrijft – wij zijn er ook voor jou. Want samen genieten en delen maakt kunst en cultuur nog waardevoller. Neem contact op met onze Cultuurmakelaars Madeleine of Jasmijn als je meer wilt weten!

Wat kunnen de Cultuurmakelaars voor jou doen?

- Advies en hulp bij subsidies, fondsen en projectbegrotingen
- Tips over hoe je jouw vereniging of jezelf zichtbaarder kan maken
- Ondersteuning voor verenigingen en besturen
- Hulp bij het vinden van culturele partners, organisaties, vrijwilligers of leden
- Inspiratie en mogelijkheden om jouw persoonlijke creatieve passie met anderen te delen.

Meer dan alleen advies

Naast advies en ondersteuning zijn er nog veel andere manieren waarop wij er voor jou zijn. Wil je jouw kennis verbreden? Neem een kijkje in onze KennisHub-agenda waar je interessante workshops of bijeenkomsten kunt volgen. Deze zijn gratis en elke inwoner van de gemeente Westland kan hieraan meedoen.

Geef je zelf workshops binnen jouw discipline, heb je een aankomend optreden of een voorstelling? Zet dit in onze (uit)agenda en ontdek de voordelen. Ook als je normaal vooral in je eentje schildert, muziek speelt of schrijft, kun je bij ons de stap zetten om jouw creativiteit met anderen te delen, samen een groepje op te richten, of gewoon eens met ons te sparren.

Heb je een andere vraag? Neem gerust contact met ons op – we zijn er voor iedereen die geïnteresseerd is in, of actief deelneemt aan, kunst en cultuur: www.westlandcultuurweb.nl.



Gezocht: redacteur

Ons verenigingsblad, de Buurtinfo die je nu leest, is een graag gezien medium om te weten te komen wat er in onze wijk zo allemaal speelt. We brengen verslag uit over uiteenlopende onderwerpen en kunnen hier wel wat hulp bij gebruiken.

Vind jij het leuk om 1x per kwartaal een bijdrage te leveren aan de inhoud van ons blad, zoals een interview met burens, een verslag van een activiteit of een ander onderwerp?

Laat het ons dan weten via bestuur@druivenblok.nl



**In het voorjaar afvallen,
slank in de zomer.**

**Doe een gratis
fitcheck t.w.v. € 50,-**

**Ik kan je helpen
bij de volgende
aandachtspunten:**

- Samen stellen wij jouw doel vast
- Scan van je waarden
- Voedingsanalyse op maat
- Ik ga je begeleiden en met de juiste mindset lukt het!

**PROSPER
Nederland**

Ik help je graag met het maken van de juiste keuzes.

**En met
de juiste
begeleiding
lukt dit!**



www.prospernederland.com

email: prospernederland@gmail.com

tel. 06-30703050

L I M O E R

UITVAARTBEGELEIDING



*Geef de mensen die je lief hebt
het afscheid van hun leven*



Ducky Schreiber

De Maroc 31
2291 JX Wateringen
0174 - 29 59 09

info@limoer.nl
www.limoer.nl

06 - 12 47 74 96

Kapsalon voor dames, heren en kinderen.



Jessica Barten
Westlandseweg 10
2291PG Wateringen

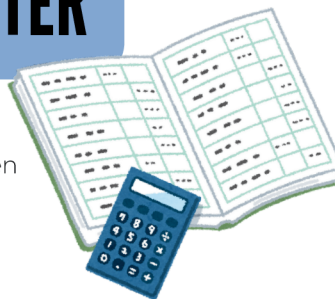
☎ 06-12422158 🌐 www.looksajessica.nl ✉ info@looksajessica.nl

**JOUW
ADVERTENTIE
HIER?**

Stuur een mail naar
info@druivenblok.nl
voor meer informatie.



VACATURE PENNINGMEESTER



Tot onze spijt heeft onze penningmeester aangegeven in het voorjaar van 2026 zijn taken neer te leggen. Daarom hebben we aan vacature.

Wat houdt het (vrijwillige) werk van penningmeester van het bestuur in:

- Beheer en betaling van de facturen voor de wijkvereniging.
- Innen van de periodieke bijdragen van de leden. Dit gaat voor de meeste leden via automatische incasso, voor een tiental gaat dit op eigen initiatief of na een schriftelijke reminder (heel soms via Tikkie)
- Mutaties in het ledenbestand verwerken in Excel bestand (nieuwe aanmeldingen, opzeggingen, bankwijziging)
- Vastleggen betalingen van de leden in Excel bestand.
- Opstellen van de financiële stukken. Dus de opmaak van de jaarrekening van het afgelopen boekjaar en het maken van de begroting voor het komende boekjaar. Controle toelaten door middel van overleggen stukken en vragen beantwoorden aan de kascommissie.
- Verantwoording afleggen aan de leden in de ALV door middel van uitleg van de opgemaakte financiële stukken middels een overzicht en mondelinge toelichting.
- Wijzigingen in bestuur doorgeven aan de bank.
- Tussentijdse overzichten voor overige bestuursleden tijdens het reguliere bestuursoverleg.
- Participatie in het bestuur. Dus op de hoogte zijn van wat er speelt, meepraten bij onderwerpen waar dat nodig is of je belangstelling ligt. Deelname aan de vergaderingen. Indien nodig naar bijeenkomsten gaan van de gemeente of naar andere vergaderingen gaan.

Deze werkzaamheden kosten niet meer dan 6 uur per maand.

Heb je interesse? Reageer dan via bestuur@druivenblok.nl
Voor vragen kun je terecht bij Jan Henk Timmer: (06) 23 28 94 99

VAREND DOOR HET WESTLAND

DOOR: ANTOINET VAN DEN BRINK

Op 25 september maakten we een vaartocht door het Westland. Deze vaartocht werd in eerste instantie georganiseerd in het kader van het project Voor elkaar, Met elkaar, waarvoor de buurtbewoners waren uitgenodigd die aan dit project deelnemen. Omdat er nog plaatsen op de boot beschikbaar waren, werd de uitnodiging breder gestuurd en hadden anderen, waaronder ikzelf, het geluk om ook mee te kunnen varen.

We vertrokken dan ook met een gezellige volle boot vanuit de haven van Monster. Nadat de schipper ons welkom had geheten, vaarden we, met de kerktoeren van Monster op de achtergrond, over de Monstertse Vaart tussen de kassen, prachtige huizen en schapen richting 's-Gravenzande. De schipper vertelde interessant en leuke weetjes over wat er onderweg allemaal te zien was.

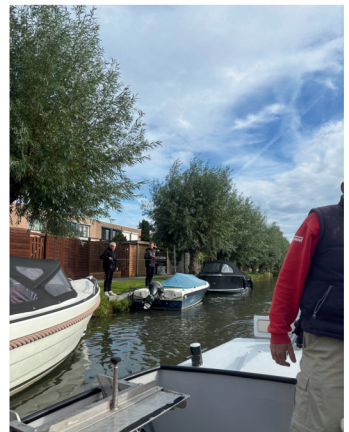
Omdat de zon inmiddels was doorgebroken, ging (letterlijk 😊) het dak eraf en konden we niet alleen van de omgeving, maar ook van de zon en een heerlijk assortiment hapjes en drankjes genieten.

Via de Poelwatering zetten we koers richting Naaldwijk en konden we deze keer vanaf het water de markante Olsthoorn Ranch en de rondlopende paarden bewonderen.

In Naaldwijk kwamen we ook nog een paar jonge vissers tegen, waarvan de hengels aan de overkant van het water in de kant vastzaten. Gelukkig kon de schipper hulp bieden om deze weer los te maken. Na Naaldwijk vaarden we richting Honselersdijk en via de Nieuwe Vaart en de Gantel naar Poeldijk.

In het Poeldijkse haventje werd de boot even aan de steiger gelegd voor een korte pauze en kwam een andere schipper aan boord die ons zou terugvaren.

Alsof we nog niet genoegd verwend waren, werden we tijdens deze korte pauze ook nog getraakteerd op patat met een warme snack, waarvan we konden genieten tijdens de tocht terug naar Monster.



Na een gezellige middag met goed weer en goed gezelschap waren we rond 17:30 uur weer terug in de haven van Monster.

Met dank aan het Rabobank Impactfonds, waardoor we kostenloos aan deze activiteit konden deelnemen, en aan degenen die op de boot zo goed voor de inwendige mens hebben gezorgd.



SPONSORS BEDANKT

Wijkvereniging Druivenblok dankt deze sponsors voor het financieel ondersteunen van onze activiteiten:

REGELING

**KLEINE
CULTURELE
INITIATIEVEN**

KUNST EN CULTUUR VERBINDEN



NAZOMERFEEST

DOOR: INEKE VAN DE STEEG

Op zondag 5 oktober liep de zaal van Terra Nova na 16.00 uur vol met buurtjes die wel zin hadden in de uitnodiging voor dit feestje. Bij de deur werden we welkom geheten door onze voorzitter Arjan van der Enden. De zaal was vol met tafels en stoelen want bijna 60 mensen is best veel. Er was ook nog ruimte voor optredens

We begroetten bekenden en zagen ook weer anderen wat leuk is om mee te praten. Op de tafels stonden bakjes met lekkere dingen zoals kaas en worst en chips. Nadat iedereen zijn koffie of thee had gehaald werden we door Arjan welkom geheten en wenste hij ons een fijne tijd. En dat werd het ook ! Er was aan alles gedacht, zo waren er ook spelletjes om te gebruiken en de sjoelbak was favoriet. Er werd ook nog klaverjas gespeeld. Een fotograaf zette van alles op de plaat. In de serre stond een tafel met verkleedspulletjes waar je je met elkaar op een grappige manier kon fotograferen. Die foto kreeg je gelijk mee.



Bekend van eerdere feestjes kondigde Arjan de pianist Goos aan en werd er hier-en-daar gezellig meegezongen.

Een grote verrassing was een leuke band en dat ze in de smaak vielen bleek wel uit het applaus !!

Wat een leuke verrassing was het solodansje van een jong buurmeisje, Mila. Zo strak en zeker als ze de figuren speelde, zo verlegen was ze bij het grote applaus wat ze kreeg! En terecht.

En tijdens dit allemaal werden we verwend met heerlijke hapjes die door bestuursleden en vrijwilligers waren bereid en werden rondgebracht. Zoals heerlijke zelfgemaakte cake en stroopwafels bij de koffie.



Het diner startte met een pittige tomatensoep. En dan het buffet! In de serre stonden op tafels heerlijke salades en hapjes en op de bar warme gerechten met kip en pittige gehaktballetjes met sauzen. Smullen!



Al-met-al een feestelijke middag met dank aan de mensen die hard gewerkt hebben om dit voor elkaar te krijgen.







Kastanjehof

DORPSHUIS & PARTYCENTRUM

Meewerkend Bedrijfsleider

Dorpshuis & Partycentrum Kastanjehof

📍 Kwintsheul

🕒 20-32 uur

Ben jij sociaal betrokken, gastvrij, enthousiast, stressbestendig, een goede gastheer/-vrouw, en een echte aanpakker, dan ben jij de persoon die wij zoeken!

Wat ga je doen?

Je ontvangt en adviseert gasten over zaalindeling, catering en extra faciliteiten en coördineert de planning en verhuur van zalen voor bijeenkomsten en feesten. Je draait mee in de bediening en werkt samen met een team van medewerkers en vrijwilligers. Je beheert de horeca-exploitatie (inkoop en voorraadbeheer), ziet toe op onderhoud en schoonmaak van het gebouw en stelt offertes en facturen op.

Wie zoeken wij?

Je bent een servicegerichte en communicatief vaardige professional met goede organisatorische vaardigheden. Je behoudt het overzicht in drukke periodes en werkt gestructureerd. Je bent flexibel inzetbaar in avonden, weekenden en op feestdagen.

Wat bieden wij?

Een uitdagende functie (20-32 uur) in een levendig dorpshuis/partycentrum

Een marktconform salaris op basis van de Horeca-CAO

Een netwerk van betrokken medewerkers en vrijwilligers

Herken jij jezelf in dit profiel en heb je interesse om bij ons te komen werken, dan nodigen we je uit om vóór 10 oktober een e-mail te sturen naar Hennie Helleman, pr@partycentrum-kastanjehof.nl (of bel naar 06 13 00 00 98).

Deze functie is ook beschikbaar voor zelfstandige ondernemers (ZZP).

De Kastanjehof is het Dorpshuis en Partycentrum van Kwintsheul. Al vele jaren worden er bij ons feesten, activiteiten en vergaderingen georganiseerd. In een gemiddelde week ontvangen wij ruim 500 bezoekers met allerlei verschillende wensen en behoeftes. Voor meer info zie www.partycentrum-kastanjehof.nl.

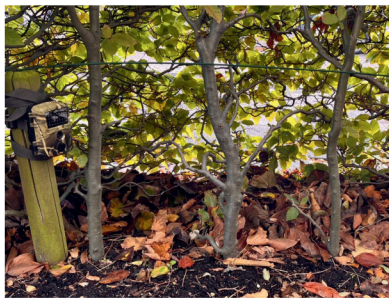
UIT DE WIJK

LIEFDE VOOR EGELS EN EGELPOORTJES

DOOR: SANDRA KOENS

Het is echt toevallig dat ik op 4 oktober, diierendag, een afspraak heb met Lida uit ons Druivenblok. Op de NLdoet dag van de buurt dit voorjaar hoorde ik al van haar hobby en het leek me meteen een leuk item voor dit blad. Nu is het dan zover en sta ik voor de deur. In de voortuin valt me meteen de inrichting op, her en der liggen spullen verspreid: een amphorakruik, een schaal met stenen waar inmiddels regenwater in was gevallen (dacht ik), stenenhoekjes, boomstammen en bosjes. Het lijkt rommelig, maar is toch ook georganiseerd. Later zal blijken hoe weinig verstand ik heb van tuinen die de liefde voor beestjes en dieren uitdragen.

Binnen aan de eettafel hoor ik het ontstaan van hun voorliefde voor de egel. En hoewel ik de afspraak met Lida heb, blijkt Ed net zo enthousiast. En dat zal te maken hebben hoe het allemaal begon. Na een dansavond in de weken van hun prille liefde slaat Ed ineens een arm om Lida en zien ze hun eerste egel lopen. De egel wordt een rode draad in hun leven. Ze leren er steeds meer over. En door hun tuin zo in te richten, zorgen ze dat egels er graag komen.



Ed heeft ze weleens kunnen vangen op zijn wildcamera. Het is een grappig gezicht zoals ze door de tuin sjokken. “Als een soort stampende olifant” zegt Lida. Het beeld bevestigt haar woorden. Doelgericht loopt de egel op de camera met blaadjes in zijn bek door de tuin. De egel heeft in de winter een schuilplaats nodig tegen de lage temperaturen, vocht en overstromingen (egelbescherming.nl). Dat verklaart de tuin van Lida. Het is belangrijk om hoekjes en plekjes te hebben waar de egel even kan schuilen. De bak in de voortuin is een bak met drinkwater. De stenen erin zorgen dat ie niet wegwaait en ook vogels kunnen door op de stenen te gaan staan drinken zonder risico op verdrinking. Haar liefde en inspiratie voor zo’n diervriendelijke tuin komt van haar Engelse oma van moederskant. Daar kon ze zich als kind uren vermaken op zoek naar beestjes en insecten. En wie denkt dat zo’n tuin simpel te onderhouden is, heeft het mis. Het kost veel werk om de tuin er georganiseerd-rommelig te laten uitzien!

Lida weet inmiddels precies zijn sporen te traceren: platgestampte aarde, gebobbelde poep zo groot als een slak en lege slakkenhuisjes (ze eten de slakken) . De vraag is wel hoeveel egels er zo nu en dan langskomen in hun tuin. Egels hebben een groot leefgebied (mannetjesegel van 20 tot 40 hectare, en vrouwtje 10 tot 20 hectare) maar ze verdedigen dit niet als een territorium. Er kunnen dus meerdere egels in hetzelfde leefgebied zitten. Elke nacht leggen ze vele kilometers af op zoek naar voedsel. Om overal goed te kunnen komen, op zoek naar blaadjes en schuilplekken, is het handig om egelpoortjes te hebben in onze wijk met veel schutting-tuinen. Dat poortje kan je heel simpel creëren door een gat van 14x14cm in de schutting te maken. Bij hen was dat per toeval aanwezig doordat er een hoekje uit de tuindeur moest zodat de deur over een stoeprandje kan draaien. "Meer is er niet nodig", zegt ze. Mijn oproep in de buurtapp voor foto's laat zien dat er heuse egelpoortjes zijn met versieringen en aanwijpsborden voor de egels. Lida zou het geweldig vinden als er meer poortjes gemaakt worden, maar ze begrijpt ook heel goed dat niet iedereen dit ziet zitten.

Voortuinen zijn over het algemeen goed bereikbaar voor de egels en dan is een rommelhoekje al heel waardevol voor ze. Volgens de Egelbescherming kan je de egel ook helpen met een specifiek huisje in de tuin waar ze een nestje kunnen maken. Dat kan nu: van oktober t/m maart. Elke maand starten is goed. Op de website van de Egelbescherming staat een bouwtekening en kan je een bouwpakket bestellen.

Als je een egel wilt helpen met wat eten, gebruik dan kattenbrokjes, of speciaal egelvoer. Als je weet dat je een egelnest hebt, zet het eten dan niet daar dicht in de buurt. Andere dieren weten de aangeboden brokjes heel snel te vinden, zeker als het regelmatig op dezelfde plek aangeboden wordt. Dat maakt het onrustig rondom hun nest. Ja, nooit gezegd dat ze snel tevreden zijn hoor, die egels.

Werd je warm van dit verhaal, zaag een klein gat in je schutting of bestel een bouwpakket en wie weet hebben we volgend jaar egelnestjes in de wijk! Wil je meer info of wat hulp bij het starten, Ed en Lida helpen je graag op weg 😊 Lida is bereikbaar via (06)51329919.



Shepherd's pie loaded fries



Dit heb je nodig:

300 g ovenfriet
150 g hutspotgroenten
300 g (vega) gehakt
3 el worchestersauce
100 g geraspte oude kaas

En zo doe je het:

Verwarm de oven voor op 200 graden. Verdeel de ovenfriet over een met bakpapier beklede ovenplaat en bak 5 minuten in de oven. Snij de groenten fijn(er).

Verhit een scheutje olie in een koekenpan en bak de groenten hier 3 minuten in. Voeg het gehakt toe, schep alles goed door en bak dit mengsel nog 5 minuten.

Breng het gehakt vervolgens op smaak met worchestersauce, peper en zout. Schep weer goed door en verwarm nog 1 minuut.

Haal de ovenplaat met friet uit de oven en schep hier het gehaktmengsel overheen. Bestrooi vervolgens met de kaas en bak nog 5 minuten in de oven.

Stoofpeertjes crumble

Dit heb je nodig:

4 stoofperen
40 g. blokjes koude roomboter
55 g suiker
75 g bloem
1 el kaneel
30 g poedersuiker



En zo doe je het:

Verwarm de oven voor op 180 graden.

Zorg dat de stoofperen goed zijn uitgelekt en snijd deze dan in blokjes.

Doe de boter, suiker, bloem en kaneel samen met een snuf zout in een kom en met de hand tot deeg.

Verdeel de stoofperen over ovenbestendige bakjes en verkruimel hier het deeg over.

Bak de crumble 15-20 minuten in de voorverwarmde oven en strooi hierna de poedersuiker erover.

Tip: serveer de crumble warm met een bol banketbakkersroomijs.

Meer bewegen voor ouderen

Wijkcentrum Terra Nova

Doe mee met 'Meer Bewegen Voor Ouderen' in wijkcentrum Terra Nova (Het Tolland 2, Wateringen).

Tijd: op dinsdag van 15.00 tot 16.30 uur en woensdag van 13.30 tot 15.00 uur. De kosten voor deelname zijn 5,00 euro per les.

Voldoende lichaamsbeweging is belangrijk voor iedereen, maar nog net een beetje extra belangrijk voor ouderen.

Blijven bewegen op oudere leeftijd is goed voor geheugen en motoriek. Sporten en bewegen helpt om (langer)

fit en zelfredzaam te blijven. Maar het is vooral ook leuk en gezellig, zeker als je het samen doet.

In de groepslessen 'Meer Bewegen voor Ouderen' is aandacht voor balans, kracht, mobiliteit en conditie, maar ook voor het verbeteren van de lichaamshouding.

Aanmelden is verplicht en kan via joygroot04@gmail.com

Ter plaatse is meer informatie te verkrijgen bij trainster Joy Grootcholten.



Elke dinsdag van
15.00 tot 16.30
uur en woensdag
van 13.30 tot
15.00 uur

Vitis Welzijn

Peter van den Berg
Sociaal Makelaar Wateringen
p.v.d.berg@vitiswelzijn.nl
06 47 82 76 68

LEZING GEZONDHEID, KANKER EN CHINESE GENEESKUNDE



Maandag 24 november 2025

19.00 uur – 21.00 uur

Bibliotheek Wateringen

Leden: € 2,50 Niet leden: € 5,00

Hoe blijf je in balans in een wereld waarin gezondheid steeds minder vanzelfsprekend lijkt?

De Chinese Geneeskunde, met meer dan 5000 jaar ervaring, kijkt holistisch naar de mens. Lichaam en geest zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden en beïnvloeden elkaar voortdurend. Tijdens deze lezing maak je kennis met de rijkdom van deze Geneeswijze: van Acupunctuur en Kruiden tot Voeding, Qi Gong en Tuina.

Opbouw van de avond

Brenda Heijmans, acupuncturist, verzorgt het eerste deel van de lezing en neemt je mee in de achtergrond van de Chinese Geneeskunde, met speciale aandacht voor acupunctuur en gezondheid.

Na de pauze vertelt acupuncturist Wim Voorbij over acupunctuur als complementaire therapie naast de reguliere zorg, juist ook bij kanker. Bijwerkingen van chemotherapie, bestraling en operaties kunnen vaak goed worden verlicht met acupunctuur.

Sinds twee jaar staan meerdere acupuncturisten, na aanvullende opleiding, op de verwijzlijst van het IKNL (Integraal Kankercentrum Nederland). Ook in diverse ziekenhuizen vindt inmiddels samenwerking plaats.

De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) beveelt complementaire therapieën al ruim 30 jaar aan als waardevolle aanvulling op de reguliere gezondheidszorg.

Het aantal mensen dat de diagnose kanker te horen krijgt, neemt fors toe.

Men verwacht in de nabije toekomst dat zelfs 50% van de mensen kanker zal krijgen. Daarom zijn complementaire therapie en adviezen over vooral voeding van groot belang.

Natuurlijk is er ruimte om vragen te stellen.



VASTE ACTIVITEITEN

IN WIJKCENTRUM TERRA NOVA

Maandag	
Koffiedrinken in de Serre	10.00 - 12.00 uur
Valpreventie Sportief Plus	11.00 - 12.00 uur
Kaarten maken	13.30 - 16.00 uur
NA (besloten bijeenkomst)	19.00 - 21.00 uur

Dinsdag	
Koffiedrinken in de Serre	10.00 - 12.00 uur
Indische club	09.30 - 14.00 uur
Bewegen Voor Ouderen	15.00 - 16.00 uur

Woensdag	
Koffiedrinken in de Serre	10.00 - 12.00 uur
Wandelen	09.30 - 11.30 uur
Country Line Dance half.	10.00 - 11.45 uur

Donderdag	
Koffiedrinken in de Serre	10.00 - 12.00 uur
Yoga	08.45 - 10.15 uur
Country Line Dance beg.	11.00 - 12.00 uur
Klaverjassen	13.30 - 16.30 uur

Vrijdag	
Koffiedrinken in de Serre	10.00 - 12.00 uur
Tai Chi	10.00 - 11.00 uur
Mahjong	13.30 - 16.00 uur
Buurtrestaurant Bij Mekaar, elke 3 ^e vrijdag	12.00 - 14.00 uur


Zaterdag	
Koffiedrinken in de Serre	10.00 - 12.00 uur

Zondag	
Koffiedrinken in de Serre	10.00 - 12.00 uur
Country Line Dance vrije inloop, elke 1e zondag	13.00 - 16.00 uur
Bingo, elke laatste zondag	13.30 - 16.00 uur
Open Eettafel, elke 2 ^e zondag	16.30 - 19.30 uur

Overige activiteiten	
Dagelijks van maandag t/m vrijdag Bloedprikken	08.00 - 11.00 uur
Wilt u gebruik maken van het wijkcentrum voor activiteiten.....!!	

U bent van harte welkom!

Voor vragen kunt u terecht bij Peter van den Berg

 06 47 82 76 68

 p.v.d.berg@vitiswelzijn.nl

AGENDA 2025/2026

In Wateringen

- 22 NOVEMBER** Sinterklaasintocht
- 12 DECEMBER** Lichtjesfeest en lampionnenoptocht
- 14 FEBRUARI** Carnavalsoptocht

Van de Wijkvereniging

- 1 NOVEMBER** Halloween
- 3 EN 4 JANUARI** Inzameling voor Voedselbank
- 18 JANUARI** Nieuwjaarsreceptie
- 26 MAART** Algemene Ledenvergadering
- 4 APRIL** Paaseieren zoeken
- 10 JUNI** Buitenspeeldag
- 4 OKTOBER** Nazomerfeest

WELKOM BIJ DE WIJKVERENIGING:

Familie Poedai-Soerowintono, De Frankenthaler

Heb je suggesties of leuke ideeën voor een activiteit met de Wijkvereniging? Laat het ons dan weten!

Stuur een mail naar info@druivenblok.nl o.v.v. 'activiteit' met een korte omschrijving van de activiteit en benodigdheden.

**DE VOLGENDE EDITIE VAN DE BUURTINFO VERSCHIJNT
IN MAART 2026**