

Positieve gezondheid

De BuurtBand

Het land van Overpoot

Dankjewellness



Spar Zeldenrust
 IJsselkade 45-46
 2314 VM Leiden
 071 589 08 98
 zeldenrust@despar.info
 www.sparzeldenrust.nl

SPAR



Openingstijden:
 ma. t/m zat. van 08.00 - 21.00 uur
 zondag van 09.00 - 19.00 uur

NU MET EEN GELDAUTOMAAT IN DE WINKEL!



Tweewielers

Maasstraat 31
 2314 TT Leiden
 071 7508132

Di/vrij 08.30 - 18.00
 Za 08.30 - 17.00



www.vanrossumtweewielers.nl

inhoud

- 4 Positieve Gezondheid
- 7 Wijkagent Dayna de Boer
- 8 Favoriete plek van Laura
- 10 Dankjewellness
- 12 De BuurtBand
- 14 Iftar in Matilo
- 15 In memoriam
- 16 Sociaal beheerder Tim Smits
- 17 Een tweede leven voor kleding
- 17 Buurtsoepje
- 18 Het land van Overpoot
- 19 Energiek Leiden komt langs
- 19 Repair Café in Stadsfoyer
- 20 Wijknieuws RoomMeerburg
- 22 Interview familie Klaver
- 23 Buurtcamping Matilo 2025
- 25 Jarko opent bistro Noroc
- 26 Schooltuinen Matilo
- 27 Rainbow Society
- 27 Ouderplaza
- 29 Afsluiting (G)oud in de wijk
- 30 Lente in Park Matilo
- 32 Zilveren milieucertificaat ZC Roomburgh
- 35 Het Stekelnootcollectief
- 36 Kinderpagina door Syd
- 37 Recycling wegwerpluiers
- 39 Kunst op Recept
- 40 Wijkagenda

Voorwoord

Beste wijkgenoten,

De lente is weer in volle gang! De dagen worden langer, de natuur ontwaakt en onze wijken bruisen van leven. Het is een tijd van vernieuwing, en dat geldt ook voor onze wijkkrant!

Na een oproep hebben we enthousiaste nieuwe redactieleden mogen verwelkomen. Dankzij hun inzet en frisse energie is het voortbestaan van de wijkkrant gewaarborgd. Uit de enquête in de vorige krant bleek dat u de ROME-krant waardeert. We zijn ontzettend blij dat we deze mooie traditie kunnen voortzetten en jullie blijven informeren over het laatste nieuws, bijzondere verhalen en aankomende activiteiten in Roomburg en Meerburg.

In deze editie besteden we aandacht aan Positieve Gezondheid. Dit biedt een nieuwe kijk op gezondheid, waarbij niet alleen ziekte centraal staat, maar juist ook veerkracht, welzijn en wat écht belangrijk is in het leven. In onze wijken zijn er talloze mogelijkheden om te vinden waar u behoefte aan heeft, of het nu gaat om beweging, ontmoeting, ontspanning of ondersteuning. We hopen dat deze editie u inspireert om het beste uit uzelf en uw omgeving te halen!

Veel leesplezier en een heerlijke lente gewenst!

Met hartelijke groet,
 De redactie van de ROME-krant

Twee nieuwe en een ervaren redactielid stellen zich voor:

Joke Aerts: "Als wijkbewoner vind ik het altijd interessant om te lezen over de wijk. Ik ben geïnteresseerd in mensen en betrokken bij wat er gebeurt in de wijk. Daarom wil ik mijn steentje bijdragen aan de krant."



Annemieke Pelt: "Ik werk mee aan de ROME-krant, omdat ik het leuk vind om te schrijven en denk dat overal wel een verhaal in zit."



Marjoleine de Jong: "Ik schrijf voor de ROME-krant omdat ik het leuk vind om mensen te interviewen en stukjes te schrijven. Ook hoop ik daarmee de verbinding in onze wijken te bevorderen."



Colofon

Redactie: Ankie Verlaan, Reini Hulsker, Annemieke Pelt, Esther de Koning, Joke Aerts en Marjoleine de Jong

Eindredactie: Liesbeth Dijkdrent, Saskia Hageman

Vormgeving: Micha de Bruin

Drukwerk: Puntgaaf drukwerk, Leiden

Wij danken onze fotografen: Rob Beurse, Marten Ris

Al uw reacties op deze en ideeën voor de volgende krant kunt u kwijt bij de redactie: romekrant@roommeerburg.nl

Wij bezorgen
 bij jou thuis!



Bestel gemakkelijk en snel de lekkerste friet, burgers, snacks, maaltijden en meer op

kwalitaria.nl



kwalitaria
 natuurlijk de lekkerste

Kwalitaria IJsselkade | IJsselkade 44, 2314 VM, Leiden

HAARSTUDIO YOLANDA ✂

IJsselkade 42
 2314 VM Leiden
 071 541 45 76



Positieve Gezondheid: Een Nieuwe Kijk op Gezondheid in Roomburg en Meerburg

In de drukte van het dagelijks leven is het soms moeilijk om stil te staan bij wat we écht nodig hebben om ons goed te voelen. In Roomburg en Meerburg wordt Positieve Gezondheid steeds meer ingezet als een manier om niet alleen naar ziekte, maar naar gezondheid als geheel te kijken. Deze benadering stelt dat gezondheid meer is dan de afwezigheid van ziekte – het is een dynamisch geheel van verschillende factoren die bijdragen aan ons welzijn.

Wat is Positieve Gezondheid?

Het concept Positieve Gezondheid werd in 2012 geïntroduceerd door arts en gezondheidsexpert Machteld Huber.

Het gaat uit van zes dimensies van gezondheid:

1. **Lichamelijk functioneren:** Hoe goed werkt je lichaam? Kun je doen wat je wilt doen, zoals wandelen of fietsen?
2. **Mentaal welbevinden:** Hoe voel je je mentaal? Ben je tevreden met je leven en heb je de veerkracht om uitdagingen aan te gaan?
3. **Zingeving:** Heb je een doel of betekenis in je leven? Voel je je verbonden met anderen en met de wereld om je heen?
4. **Kwaliteit van leven:** Hoe ervaar je de kwaliteit van je leven? Voel je je gelukkig, voldaan en in balans?
5. **Sociaal-maatschappelijk participeren:** Neem je actief deel aan de samenleving, bijvoorbeeld door werk, vrijwilligerswerk of sociale contacten?
6. **Dagelijks functioneren:** Kun je je dagelijkse activiteiten uitvoeren?

Denk aan het huishouden, werken en andere praktische zaken.

Deze dimensies zijn met elkaar verbonden en beïnvloeden elkaar. Het uitgangspunt is dat gezondheid meer is dan fysieke gezondheid alleen. Het gaat ook om hoe je je mentaal en sociaal voelt, hoe je de wereld om je heen ervaart en hoe je betekenis vindt in je leven.

Positieve Gezondheid en het WSV Roodenburg

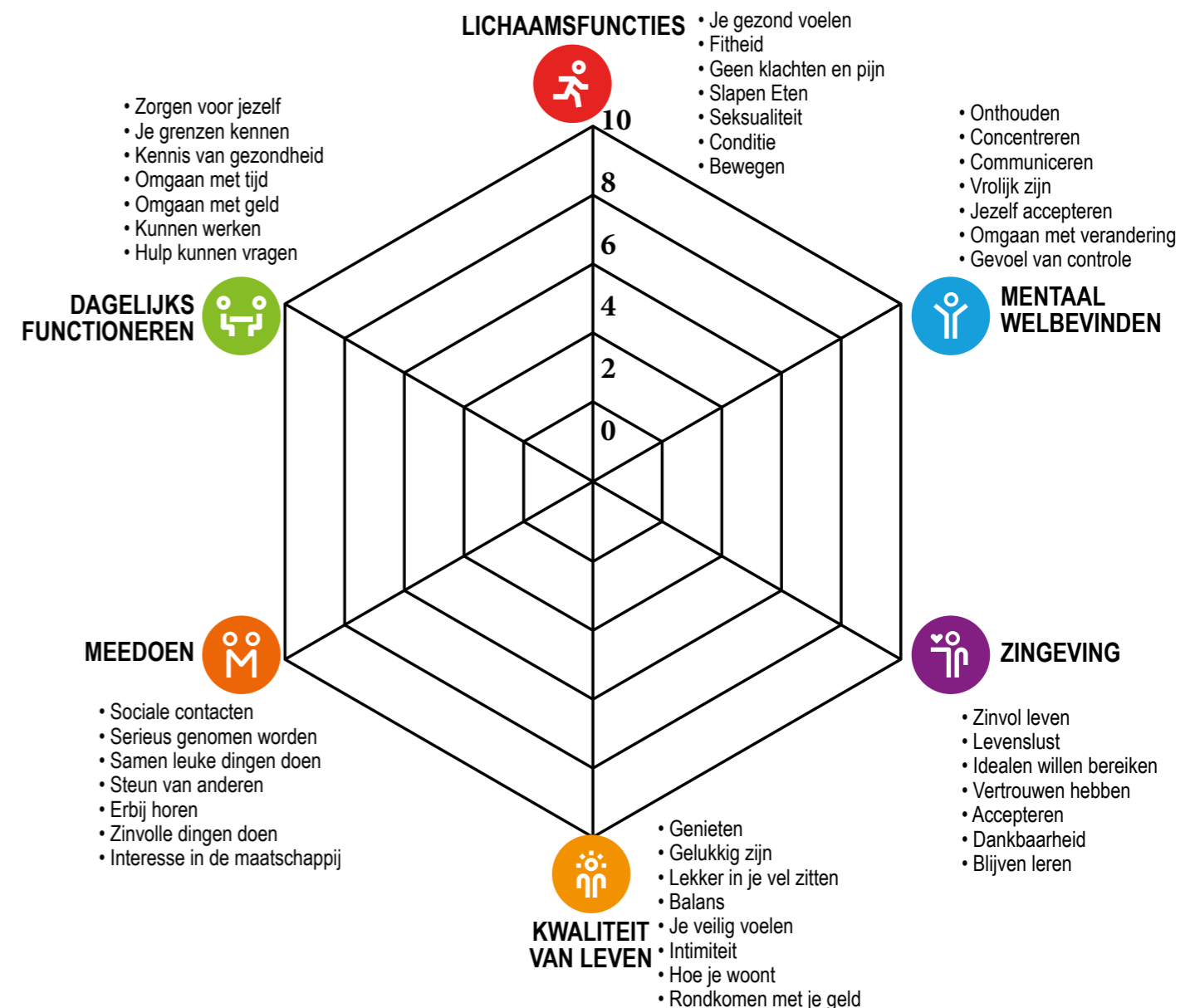
WSV Roodenburg is een wijksamenwerkingsverband van eerstelijns zorgverleners in Roodenburg. In samenwerking met verschillende zorgprofessionals, zoals huisartsen, fysiotherapeuten, diëtisten, apothekers, het Sociaal Wijkteam, Inclusio en andere zorgverleners, helpt WSV Roodenburg bewoners van de wijk om het principe van Positieve Gezondheid toe te passen in hun dagelijks leven. Op de website van WSV Roodenburg is er een speciale pagina gewijd aan Positieve Gezond-

heid. Hier vind je waardevolle informatie over hoe je verschillende aspecten van je gezondheid kunt verbeteren. De website biedt praktische tips en tools die je kunt gebruiken om je eigen welzijn te vergroten. Van mentale en fysieke gezondheid tot het versterken van sociale contacten en het vinden van meer zingeving in je leven. Het doel is om je te ondersteunen bij het leiden van een gezonder en gelukkiger leven.

Waarom is dit belangrijk voor Roomburg en Meerburg?

In wijken als Roomburg en Meerburg, waar veel verschillende mensen samenkomen, is het belangrijk om oog te hebben voor de verschillende facetten van gezondheid. Positieve Gezondheid biedt de mogelijkheid om gezondheidszorg breder te zien dan alleen de medische zorg bij ziekte. Het gaat om preventie, het versterken van het sociale netwerk en het bevorderen van mentale veerkracht.

Door gebruik te maken van de website van WSV Roodenburg en de principes van Positieve Gezondheid toe te passen, kunnen bewoners in Roomburg actief werken aan hun eigen gezondheid. Dit zorgt voor een gezondere, meer verbonden en gelukkige gemeenschap waarin iedereen de kans krijgt om het beste uit zichzelf te halen.



Wil je meer weten?

Bezoek de website van WSV Roodenburg op www.wsvroodenburg.nl/positieve-gezondheid voor meer informatie. Hier vind je alles wat je nodig hebt om zelf aan de slag te gaan met Positieve Gezondheid en te ontdekken hoe jij je eigen welzijn kunt verbeteren.

Laten we samen werken aan gezondere en sterkere wijken!

KOM LUISTEREN!

DE LEIDSE SALON



BIJZONDERE KAMERMUZIEK: INTIEME CONCERTEN IN HET WEESHUIS AAN DE HOOGLANDSE KERKGRACHT

KIJK OP ONZE SITE VOOR HET VOLLEDIGE PROGRAMMA: WWW.LEIDSESALON.NL



De tuin
van de smid

Stichting De tuin van smid

Stichting De tuin van de smid creëert een oase in Polderpark Cronesteyn. Kom meebouwen aan deze bijzondere plek waar natuur, cultuur en educatie samenkomen! Meer info, meedoen of doneren? Ga naar:

📍 @detuinvandesmid
www.detuinvandesmid.nl/stichting

Onze nieuwe wijkagent Dayna de Boer

Sinds november 2024 is er een nieuwe, jonge wijkagent voor Roomburg en Meerburg, Dayna de Boer. Ze vertelt enthousiast over haar werk en de eerste indrukken van onze wijken.

“Tijdens mijn opleiding heb ik gewerkt in Katwijk en daarna was ik drie jaar werkzaam als hoofdagent in Leidschendam. Daar was ik vooral bezig met wat wij noodhulp noemen. Dat betekent dat je problemen op korte termijn probeert op te lossen. Als wijkagent kun je dieper op de problemen ingaan, door direct te helpen of naar andere instanties door te verwijzen. De drie taken van een wijkagent zijn: signaleren, adviseren en doorverwijzen. Dat is een nieuwe uitdaging en een rol die beter bij mij past. Het werk is heel divers en het helpen van mensen geeft mij veel positieve energie.”

Dynamisch

“Ik ben nu vooral nog bezig met de wijken, de mensen en de instanties te leren kennen, maar het bevalt me tot dusver goed. Het is wel druk, omdat het een groot gebied betreft, namelijk naast Roomburg en Meerburg ook het Waardeiland en Cronestein. Ook is de casuïstiek heel breed, zoals overlast van jongeren, zaken met ouderen, burenc conflicten et cetera. Het is heel dynamisch en je hebt te maken met veel partners. Dat is overigens niet heel anders dan in Leidschendam, maar ik heb nu natuurlijk een andere rol. Je bent een soort centrum van een mindmap met heel veel lijntjes alle kanten op.”

Geen 9 tot 5

“Mijn kantoor is aan de Vijf Meilaan, waar ik veel bel met instanties en de dag- en weekoverzichten van meldingen bekijk. Ook overleg ik daar met het team van andere wijkagenten. Indien nodig nemen we ook taken van elkaar over. Verder heb ik veel afspraken met zorginstanties en de gemeente. Het is echter zeker geen kantoorbaan van 9 tot 5. Ik probeer zoveel mogelijk in de wijken te zijn, meestal op de fiets. Mensen moeten vooral niet schromen om een praatje te maken als ze me op straat tegenkomen.”

Contact

Danya houdt samen met de wijkboa elke eerste woensdagochtend van de maand van 10.30 tot 11.30 een inloopsprekbeurt in Huis van Buurt Matilo. Ook is het mogelijk meldingen te doen via het contactformulier op de website politie.nl of telefoonnummer 0900-8844.



De Kinderhaven
Wachtoerwachter 0-12 jaar
Liefdevol, flexibel & uitdaging!

www.dekinderhaven.nl



De meest Liefdevolle kinderopvang bij jou in de buurt!

0 - 12 jaar

- Iedere dag plezier en uitdaging
- Rustige en liefdevolle babygroepen
- Vertrouwde gezichten

Nieuwsgierig geworden?
Kom gerust langs om zelf de sfeer te proeven! Je bent van harte welkom!

☎ 071 - 76 000 56
✉ info@dekinderhaven.nl
🌐 www.dekinderhaven.nl




ELLEN MASSARO
professional foto organizer

Overzicht en plezier door:

- foto's op orde
- minder spullen

Ik help je ermee!



www.ellenmassaro.nl
ellen@ellenmassaro.nl
06 2706 2917
FB: @vaneenandereorde
Instagram: @ellen.massaro



Mijn pad

Wanneer ik hier loop, alleen, met het zachte gras onder mijn voeten, midden in de natuur maar toch in de wijk; dan ligt dit pad er speciaal voor mij.

Laura



Uw favoriete plek in de wijk

Laat uw favoriete plek in de wijk vastleggen door fotograaf Rob Beurse. Hij maakt daarvan een foto en combineert die met een foto van u op die plek en een klein stukje tekst over waarom het uw favoriete plek is. In de ROME-krant wordt steeds één van die favoriete plekken met het bijbehorend tekstje en portretje opgenomen. Wat is uw favoriete plek in onze prachtige wijk? Neem contact op via: info@robbeursefotografie.nl of bel even 06 - 511 63 780.

ROB BEURSE FOTOGRAFIE

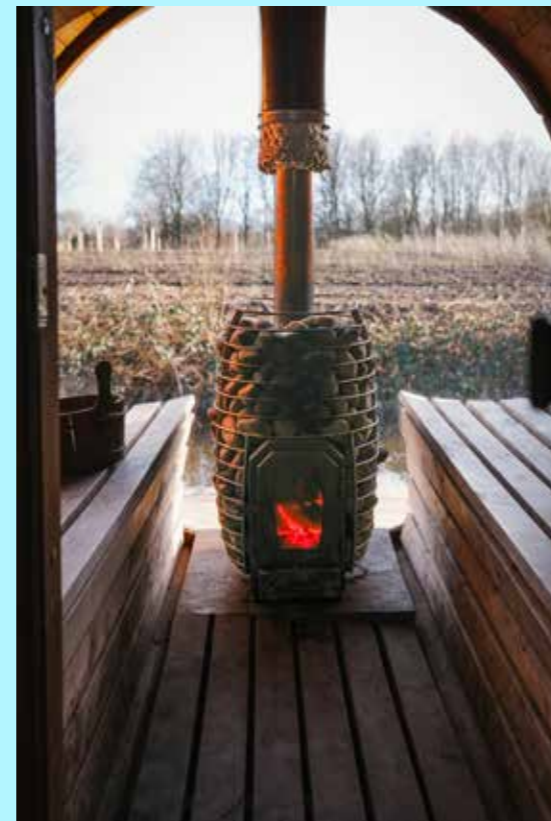
Dankjewellness in verbinding met de natuur

“Hollandse nuchterheid met een vleugje Zen”, zo noemt Julia Roos de sauna die ze samen met broer Just en vriend Tom heeft opgezet op het terrein van De tuin van de Smid in het Cronesteyn Park. Sinds februari is de sauna officieel geopend.

“Wij zijn al ons hele leven bezig met fysiek en mentaal welzijn”, vertelt de enthousiaste ondernemster. “Het idee kwam van mijn broer, die geïnspireerd raakte door de saunacultuur toen hij een jaar in Scandinavië verbleef. Vervolgens hebben we in een aantal landen onderzoek gedaan en gemerkt dat er steeds meer belangstelling is voor de positieve effecten van de sauna. Ons concept is overigens anders dan een traditionele sauna. Wij bieden een zogenaamde social of community-sauna. Dat wil zeggen dat het nadrukkelijk de bedoeling is om, naast de individuele ontspanning, ook met elkaar in contact te komen.”

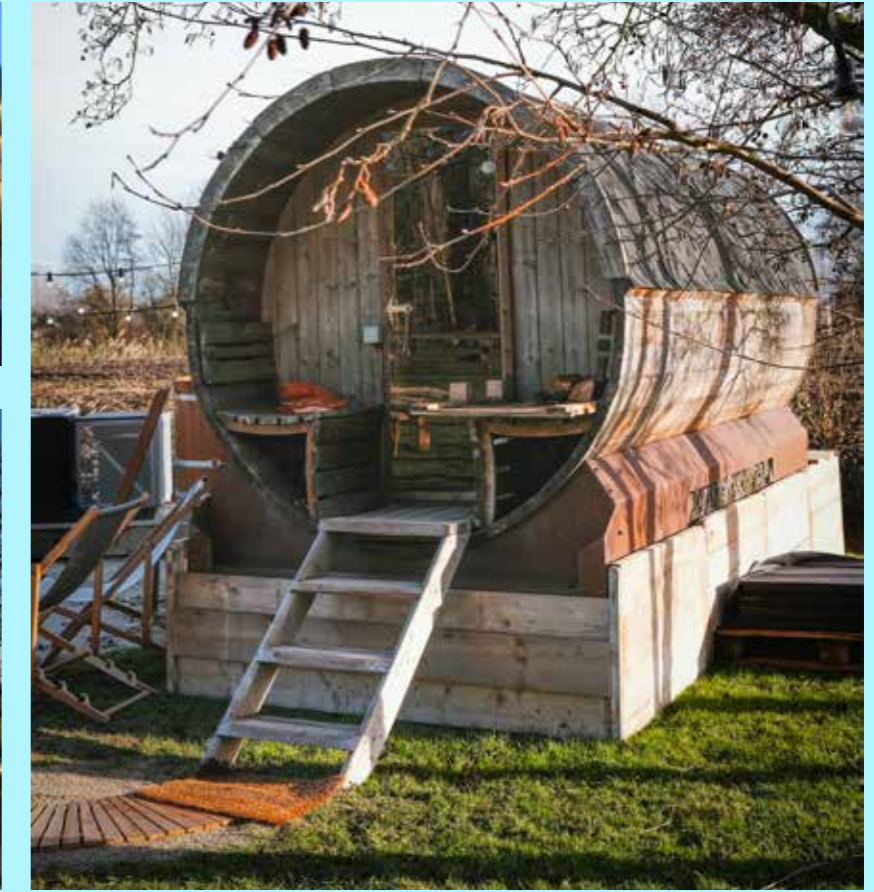
Geld inzamelen

Overigens zijn er nog meer verschillen met een traditionele wellnesservaring. Je boekt een tijdslot van 1,5 tot 2 uur, waardoor het makkelijker in te passen is in een druk bestaan. Bovendien dragen de gasten badkleding, omdat het terrein niet afgesloten is en ook zichtbaar voor andere parkbezoekers. Tenslotte zamelt de Stichting Dankjewellness ook geld in om daarmee mensen te kunnen ondersteunen die de faciliteiten zelf niet zo makkelijk kunnen betalen. Julia: “Het geld dat we tot nu toe verdienen met de drankjes, truien en merchandise die we verkopen, hebben we verdubbeld. Met die pot betalen we op dit moment het lidmaatschap van iemand die veel baat heeft bij het bezoek, maar dit zelf niet maandelijks kan betalen. Daarnaast zijn we in gesprek met de Voedselbank om vouchers aan te bieden met een kortingscode, naast de boodschappen. Mensen kunnen ons overigens ook zelf benaderen als ze hiervoor in aanmerking denken te komen.”



Rituelen en events

De reacties op Dankjewellness zijn overwegend positief, volgens Julia. “Je komt hier echt tot rust, in verbinding met de natuur. Er komen veel dertigers en veertigers, maar ook jongeren en ouderen. Bezoekers leggen makkelijk contact, via de hottub of bij het kampvuur. We bieden al bepaalde rituelen en events, zoals opgietingen en meditatie, maar we merken ook dat mensen geïnspireerd worden om zelf bepaalde activiteiten aan te bieden. De plek hier is perfect, afgezien van het feit dat er (nog) geen makkelijke toegang tot natuurlijk zwembad is. We hebben nu een try-out voor een jaar, maar we hebben zeker de intentie om gezamenlijk met De tuin van de smid en Groen Cronesteyn de langetermijnvisie van de tuin te realiseren.”



Meer informatie is te vinden op www.dankjewellness.org.





Bezemstelen, afvoerpijpen en plastic slippers: De BuurtBand



Bij het binnenkomen van het buurthuis op donderdagmiddag komen de pianoklanken me al tegemoet. Wijkbewoner Gerard Slokker oefent zijn bijdrage als deelnemer van BuurtBand Matilo. Langzaam druppelen er meer deelnemers binnen, van jong tot oud.

Sommigen hebben een gitaar bij zich, maar de meesten komen zonder instrument. Ik ga op zoek naar Peter de Boer, directeur van Fort van de Verbeelding en de aanjager van dit alles. Hij heeft een opleiding aan het conservatorium trompet geïmproviseerde muziek gevolgd en daarnaast een universitaire studie sociale wetenschappen en heeft de perfecte combinatie van deze beide opleidingen in zijn huidige werkzaamheden gevonden.

Lengte van jaren

Peter: “Het Fort van de Verbeelding heeft zijn basis in Utrecht en ondersteunt bij het starten van BuurtBands in het hele land. De band in Matilo is één van de vier BuurtBands in Leiden. Fort van de Verbeelding werkt daarbij onder anderen samen met BplusC en Incluzio. BuurtBands worden zo opgezet dat ze tot in lengte van jaren blijven bestaan.” Peter gaat vier dagen per week het land in om ergens een band te helpen starten. Hij doet dat gedurende dertig weken. Na vijftien weken komt er een kandidaat-opvolger, die in de omgeving wordt gerekruteerd, in opleiding. En bij het goed doorlopen daarvan neemt die zijn muzikale taak over.

Slippers

In de grote zaal worden stoelen klaargezet. Naast iedere stoel ligt een wonderlijk voorwerp, gemaakt van vier afvoerpijpen, genummerd van 1 tot en met 4. In een hoekje staat een grote uitvoering hiervan. Ook liggen er verschillende bezemstelen met in de top een kleurrijk geheel van belletjes en andere versiersels. Dit blijken de instrumenten. De afvoerpijpen worden bespeeld met plastic slippers, de bezemstelen worden geschud voor vrolijk gerinkel. En het grote pijpengevaarte is de Bas Batphone, die wordt bespeeld door Edith. Als je dit alles bij elkaar ziet kun je je niet voorstellen, dat er zo'n vrolijk en meeslepend geluid uit zal komen.



Rinkelstokken

Peter stelt zich op voor het orkest, de pianist en bassist krijgen hun instructies. Het gaat The Lion Sleeps Tonight worden en de piano begint. De gitaren vallen in en de bespelers van de pijpen en rinkelstokken worden feilloos geleid in het bijdragen van hun aandeel. De tekst wordt op een scherm geprojecteerd,

zodat iedereen mee kan zingen. Om erover te kunnen schrijven kwam ik naar de repetitie, mijn plan was een halfuurtje. Maar voor ik het wist zat ik met slippers op de pijpen te slaan en luid mee te zingen. Ik ben de hele repetitie gebleven en heb een heerlijke middag gehad.



(Foto Rob Beurse)



(Foto Rob Beurse)



(Foto Rob Beurse)

Met zwier

Zowel Bassist Edith als pianist Gerard zijn enthousiaste deelnemers aan deze band. Gerard, die lang geleden piano heeft gespeeld, was bezig om zijn vaardigheid weer op te halen, maar had dit juist opgegeven, omdat het niet lukte. Toen kwam Edith op zijn pad, die hem resoluut meedeelde dat zij hem lessen ging geven. En nu oefent hij heel regelmatig, leert steeds bij en speelt al een aantal nummers mee. Edith is aangesteld als bassist en begeleidt het geheel met zwier op de bas. Het is duidelijk: samen muziek maken en zingen maakt gelukkig en geeft saamhorigheid.

De BuurtBand Matilo oefent iedere donderdagmiddag van 15.45 tot 17.45 uur in het Huis van de Buurt Matilo. Iedereen is welkom. Of je nou muzikaal bent of niet, jong of ouder, of je nu hier geboren bent of elders en of het nou goed met je gaat of even wat minder.

**En voor degene, die dat niet lukt:
op 10 mei treedt de band voor het eerst op.
Van 16.00 - 17.00 uur in Huis van de Buurt Matilo.**



(Joke Aerts)

Iftar in Matilo

Op 26 maart genoten ongeveer 65 buurtgenoten van een heerlijke Iftar, de eerste maaltijd die tijdens de ramadan na zonsondergang wordt gegeten. Vooraf stonden er linzensoep en tomatensoep op het menu. Daarna veel verschillende gerechten zoals kip met mandi (rijst), heeraa esbao (linzen, macaroni, courgette, granaatappelmelasse) en macaroni met bechamelsaus, kaas en vlees. Tot slot werden veel lekkere zoetigheden geserveerd. Al met al een heerlijke en ook gezellige maaltijd.



In memoriam



Ons bereikte het droevige nieuws van het overlijden van Edylien Verhoosel op 7 maart jl.

Edylien was ruim 25 jaar als actieve vrijwilliger betrokken bij het Huis van de Buurt Matilo. Zij gaf naailessen en zette zich in voor buitenlandse nieuwkomers in de wijk door deze nieuwe wijkbewoners met uiteenlopende culturen die zich de Nederlandse taal meer eigen wilden maken, te koppelen aan autochtone bewoners. Enerzijds leerde de ene helft Nederlands en anderzijds leerden de mensen elkaar beter kennen en begrip krijgen voor ieders achtergrond en situatie. Hieruit zijn langdurige vriendschappen ontstaan.

De naailessen zorgden voor kennis, kunde en creativiteit bij de deelnemers om hun eigen kleding te maken. Bovendien waren daar de gesprekken die tussendoor met elkaar gevoerd werden, waarbij zowel lief en leed werd gedeeld. Mensen die het moeilijk hadden konden altijd bij Edylien terecht voor steun en advies.

De buurt kende haar niet anders dan om haar open houding naar iedereen toe. Saamhorigheid, dat is waar Edylien in haar vrijwilligerswerk en haar leven voor stond. In de wijk kreeg ze niet voor niets de bijnaam Moeder Teresa.

(Advertentie)

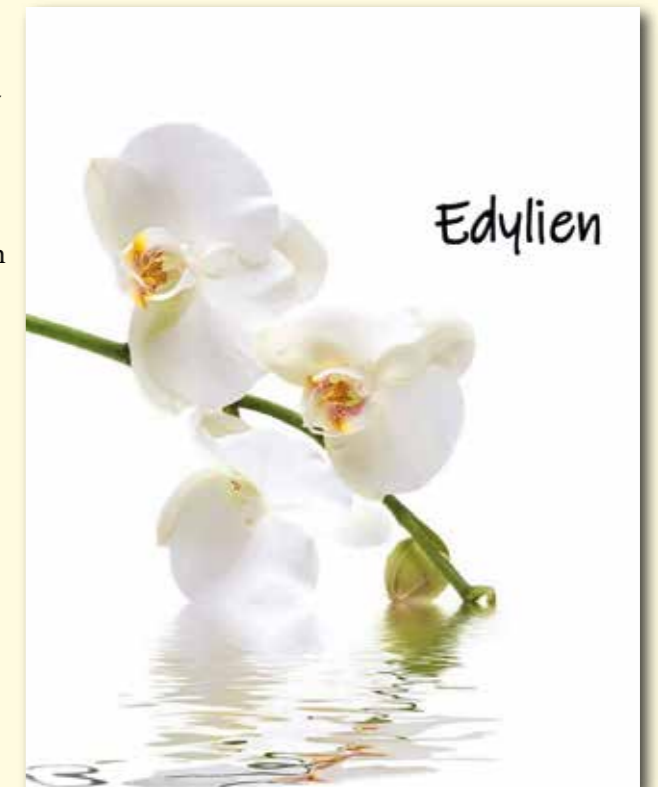
DOOD
LUIST
BELEVEN
NODIG LIEFDE WARM
TIJD STERK DICHTBIJ
ONZICHTBAAR
AANDACHT MENS
SCHOONHEID STIL
RUIMTE SAMEN

MOOIE UITVAART
PERSOONLIJKE
UITVAARTBEGELEIDING
ANGELIQUE VALK
06 53 96 44 20 (24/7)
MOOIEUITVAART.COM



Zij is nog net voor haar overlijden benoemd tot Lid in de Orde van Oranje-Nassau. Het lintje zou haar rondom Koningsdag officieel worden opgespeld. Haar familie heeft haar dit gelukkig nog kunnen vertellen. Er zijn diverse aanbevelingsbrieven geschreven vanuit verschillende organisaties en initiatieven. Deze brieven heeft de familie aan haar kunnen voorlezen, waar ze zeer van onder de indruk en bovenal dankbaar voor was.

Het Huis van de Buurt en vooral de wijk, vrijwilligers en haar familie en vrienden zullen haar gaan missen.



De nieuwe sociaal beheerder, Tim Smits

Sinds half december is Tim Smits een nieuw gezicht in het Huis van de Buurt Matilo. Wie is hij en wat doet hij?

Tim heeft in Leiden de hbo-studie sociaal werk gedaan. In het laatste jaar van deze opleiding heeft hij stagegelopen bij Inluzio Leiderdorp als jongerencoach. Toen deze stageperiode afliep, is hij samen met Anja Ditewig vier maanden sociaal beheerder geweest in Huis van de Buurt Matilo. Daarna maakte hij een uitstapje naar de Stevenshof als buurtcoach. Toen Anja in december zelf buurtcoach werd, kwam de functie van sociaal beheerder weer vrij en keerde hij terug naar onze wijken.

Activiteiten

De functie van sociaal beheerder is veelomvattend. Tim: "ik ben het aanspreekpunt in het Huis van de Buurt Matilo voor bezoekers en onderhoud de contacten met hen. Ik bied ruimte voor initiatieven uit de buurt, begeleid deze en plan activiteiten in." Daarnaast is hij verantwoordelijk voor de begeleiding van de stagiaires. Verder regelt hij zaken voor het gebouw, het onderhoud en het voorraadbeheer.

Variatie

"De afwisseling in werkzaamheden en de sociale contacten maken het werk aantrekkelijk en ik ben ook blij met de vrijheid om initiatieven te kunnen ontwikkelen," vervolgt Tim "Dit geldt ook voor de betrokkenheid van bewoners en variatie aan activiteiten in de wijken."

Roomburg en Meerburg vindt hij leuk door een grote diversiteit aan bewoners met ieder een eigen verhaal. Ook zijn er veel initiatieven door bewoners ontplooid. Tim staat open voor elk idee en hij kijkt samen met de initiatiefnemers naar de uitvoerbaarheid van plannen.

Betrekken

"Ik wil graag de bekendheid van het Huis van de Buurt vergroten, zodat bewoners weten dat plannen ontwikkeld en uitgevoerd kunnen worden met onder andere mijn ondersteuning. En altijd is mijn doel om meer mensen te betrekken bij Matilo voor ontmoetingen of ontwikkeling van activiteiten." En daar gaat hij enthousiast mee aan de slag.



Een tweede leven voor kleding

Heeft u het weggeefkledingrek in de hal van het buurthuis al ontdekt? Dit kledingrek wordt bijgehouden door onze buurtgenoot Esther Dekkers. Iedere vrijdag is ze een uurtje te vinden in het huis van de buurt. Ze loopt door de aangeboden spullen heen en ververst het rek met nieuwe kleding. Hoe is zij op dit idee gekomen?

"Rond Kerstmis kwam mijn dochter thuis met een zak vol goede kleding die ze niet meer droeg. Ik dacht toen, wat zou het leuk zijn om deze spullen in mijn eigen buurt te kunnen ophangen voor wie het kan gebruiken. Ik stuurde een mailtje naar sociaal beheerder Tim en werd gelijk de volgende ochtend gebeld."

Professioneel

Tim wilde dit goed aanpakken door een weggeefwand te creëren met rekken op verschillende hoogtes. De wand ziet er inmiddels professioneel uit! Links de weggeefkast met boeken, spelletjes en puzzels en daarnaast een gevarieerd aanbod van broeken, jaszjes, shirts, blouses en jurken etc. "Ik vind het een mooie gedachte dat goede spullen circuleren. En dat gebeurt. Zowel uit de weggeefkast als van het kledingrek wordt geregeld iets meegenomen."

Strijkje

"De kwaliteit van de kleding is goed en wordt vaak netjes opgevouwen aangeboden. Als het verkreukeld is neem ik het naar huis om het een strijkje te geven, zodat het er aantrekkelijk uitziet." Er wordt voornamelijk dameskleding aangeboden. "Zou dat komen omdat de heren hun kledingkast minder vaak opruimen?"; vraagt Esther zich af.

Paspop

Esther vindt het leuk om het rek iedere week van andere kleding te voorzien. Via Marktplaats heeft ze een paspop opgeduikeld. "Ik zie dat meer mensen het kledingrek verzorgen. De pop heeft vaak wat anders aan als ik hier kom. Alleen maar fijn, zo houden we het kledingrek samen aantrekkelijk!"

De kleding is bedoeld voor iedereen! Als je iets ziet waar je blij van wordt, neem je het lekker mee. Het gaat erom dat de kleding en de spulletjes een tweede leven krijgen. Heeft u thuis mooie kleding die u niet meer draagt, dan kunt u het bij het rek of in het kantoor tje neerzetten. Esther zorgt er dan voor dat uw spullen weer goed terecht komen.



Eet een Buurtsoepje met je buurtgenoten



Elke woensdagmiddag om 12 uur staat het Buurtsoepje klaar in het restaurant van het Huis van de Buurt Matilo. Deze wordt bereid door Tom samen met de andere vrijwilligers Osammy, Gaby, Frank en Monique. Ongeveer 25 buurtbewoners komen wekelijks voor €1,50 genieten van de vers bereide soep.

Wat vinden bezoekers zo leuk aan het Buurtsoepje?
"Ik kook nooit. Ik eet daarom al heel lang mee met het buurtsoepje. Fijn om toch lekker te kunnen eten."

"Het is gezellig en leuk om andere mensen te ontmoeten aan tafel. De soep is gezond, lekker en altijd vegetarisch en halal."

"We wandelen dagelijks een rondje en op woensdag eten we een soepje mee. Heel gezellig."

"Na de dagelijkse koffieochtend blijf ik hangen om mee te eten."

**Er zijn altijd plaatsen vrij aan tafel.
Kom binnen lopen en eet gezellig mee!**

Het Land van Overpoot: Samen bouwen aan een gezonde, groene toekomst

Op woensdag 5 maart vond de opening van Het Land van Overpoot plaats door wethouder Ashley North, gevolgd door een feestelijk programma waarin de kennis van de natuur en ontmoeting centraal stonden.

Een groep van enthousiaste vrijwilligers komt iedere zaterdag samen om te werken in het Hof van Matilo onder de bezielende leiding van Walter Schrader. De missie van de vrijwilligers van het voedselbos in het Hof van Matilo is het bevorderen van biodiversiteit en een gezonde leefomgeving in de breedste zin van het woord. Dit gaat verder dan alleen het planten van bomen en struiken: het draait om het creëren van een plek waar de natuur de ruimte krijgt om zichzelf te herstellen.

Avontuurlijk

Het Land van Overpoot is een nieuw en avontuurlijk deel van Voedselbos Hof van Matilo waar natuur, biodiversiteit en educatie samenkomen. Dit project is mede mogelijk gemaakt door een samenwerking tussen Stichting Remedi, Stadswijngaard Matilo en de vele vrijwilligers. De gemeente Leiden juicht deze ontwikkelingen toe en ziet de aanleg van het voedselbos en de wijngaard als een versterking van de cultuurhistorische waarde van Park Matilo, passend binnen de Werelderfgoedstatus van UNESCO.



Resistentie

We weten allemaal dat grootschalig gebruik van insecticiden, antibiotica in de bio-industrie, mestinjecties en medicijnresten in het water schadelijk zijn voor het bodemleven én uiteindelijk voor onze eigen gezondheid. Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat ziekmakende bacteriën en schimmels al decennialang resistentie ontwikkelen in de bodem, wat directe gevolgen heeft voor de werkzaamheid van de geneesmiddelen die wij als mens soms nodig hebben.

Natuurlijke samenwerkingen

Daarom zien wij Het Land van Overpoot en het Hof van Matilo als ecologische eilanden waar de bodem na een korte, intensieve bewerkingsperiode zoveel mogelijk met rust gelaten wordt. Dit geeft ruimte aan natuurlijke samenwerkingen tussen bacteriën, schimmels, planten en dieren, waardoor dit gebied zich kan ontwikkelen tot een essentieel onderdeel van een grote ecologische corridor, de tweede Groene Ring rond Leiden.



(Foto Rob Beurse)

Energie besparen: ook in een al energiezuinig huis

Energiecoaches van Energiek Leiden komen graag langs om dit samen met u te onderzoeken. Met als resultaat een mooi rapport waarin staat wat gedaan is en wat nog gedaan kan worden om energie te besparen. Hierin staan de inschatting van de kosten, besparing en mogelijke subsidies. Boek een energiecoach op energiekleiden.nl/energiecoaches/.



Heeft u al maatregelen genomen die geleid hebben tot een besparing van de energiekosten of verbetering van het woonklimaat? Of maatregelen die niet werkten? De energiecoach van Roomburg/Meerburg wil dit graag weten.

Bel of mail hem: JanHeuvel.energiecoach@gmail.com 06-55780119.

Samen met de gemeente Leiden zet Energiek Leiden zich in voor een lagere energierekening en een snellere overstap naar duurzame energie. Voor en door bewoners van Leiden.



(Reini Hulsker)

Repair Café Matilo in Stadsfoyer

In het kader van de week van de circulaire economie stelde de gemeente Leiden op 17 en 19 maart haar foyer in het stadhuis beschikbaar om burgers kennis te laten maken met het Repair Café.

In de Stadsfoyer zaten vier vrijwilligers van Repair Café Matilo klaar om problemen op te lossen, de bezoekers van advies te voorzien, of om vast te stellen dat er geen reparatie meer mogelijk was. Het probleem van moderne apparaten is namelijk dat zij moeilijk open te krijgen zijn en dikwijls zitten er printplaatjes in die niet te vervangen zijn. Ondanks dat lukte het om een groot deel van de aangeboden apparaten weer aan de gang te krijgen.

Verduurzaming

Bij het Repair Café kun je terecht voor reparatie van je elektrische huishoudelijke apparaten, zoals koffiezetmachines, lampen, stofzuigers e.d., maar ook voor fietsreparaties en voor je kapotte kleding. Het Repair Café is zo een prachtige schakel in de beweging naar verduurzaming. Het voorkomt dat er steeds nieuwe apparaten moeten worden aangeschaft, wat grondstoffen en elektriciteit kost. Beide zaken zijn schadelijk voor het milieu.

Belangeloos

Het is geweldig dat er zoveel kundige mensen zijn te vinden die belangeloos de Repair Cafés draaiende houden. In Leiden komen er steeds meer. Er zijn plannen om een Kids Repair Café te beginnen in Huis van de Buurt Matilo en medio 2025 zal een Repair Café in de Stevenshof van start gaan. Het doel is dat er iedere zaterdag één te vinden is in Leiden. De reparaties zijn gratis, een vrijwillige bijdrage wordt op prijs gesteld.

Voor informatie over plaats en tijd van alle Repair Cafés in Leiden en omgeving kunt u de website raadplegen: repaircafeleiden.nl

In verband met de viering van Koningsdag op 26 april, vindt het volgende Repair Café Matilo plaats op de vierde zaterdag van mei, te weten op 24 mei a.s.

Nieuws van de voorzitter van Wijkcomité RoomMeerburg

De lente doet verwoede pogingen om door te breken. Een stevige kou wordt afgewisseld met een heerlijk zonnetje. Het is weer tijd om na te denken over wat er de afgelopen maanden allemaal langs gekomen is in onze wijk.

Aankondiging ALV + film van oud Leiden

Elke vereniging dient één keer per jaar zich te verantwoorden aan haar leden: de algemene ledenvergadering (ALV). Dit jaar vindt de ALV plaats op 23 april 2025. We beginnen deze avond met de verantwoording van het wijkcomité aan alle inwoners van onze wijken.

Hierna draaien we een aantal oude films van Leiden. We duiken in het archief en laten filmbeelden zien die opgenomen zijn tussen 1920 en 1945.

U vraagt u misschien af wie er lid is van onze vereniging? Dat is simpel. In de statuten staat dat alle inwoners van de wijken Roomburg en Meerburg automatisch lid zijn. De contributie daarvoor is €0,00!

U bent allen lid, dus kom!!

Oud en Nieuw

In de ROME-krant van december deed ik een oproep om samen de oudejaarsavond te vieren in ons Huis van de Buurt. Daar is een aantal wijkbewoners op afgekomen. De avond heeft een heel dubbel gevoel opgeleverd. Aan het begin van de avond was de sfeer dreigend. Er was een groep 'jongeren' die afkwam op het bericht dat er 'iets groots' zou gaan gebeuren. Tot 22.00 uur was het grimmig en was er een hoop gedoe met vuurwerk, jerrycans met benzine en vernielingen. Na 22.00 uur werd het rustiger. Jongeren uit de buurt kwamen langs voor een oliebol en drankje.

We hebben voor het buurthuis geparadeerd van 18.00 tot ongeveer 01.30 uur. Ondanks alles was het gezellig. We hopen dat het volgend jaar rustiger en gezelliger zal zijn. We zijn blij dat wederom het buurthuis gespaard is gebleven van vernielingen.



Netwerkbijeenkomst

In juni 2024 hebben we een bijeenkomst georganiseerd met alle organisaties die in onze wijken actief zijn. We hebben toen twee vragen besproken: "Wat houd je bezig in de wijk(en)?" en "Waar maak je je zorgen over in onze wijk(en)?". De uitkomst werd gevat in twee begrippen: 'eenzaamheid' en 'sociale cohesie'. In april 2025 gaan we aan deze bijeenkomst een vervolg geven en willen we nadenken over welke activiteiten we kunnen ontplooiën om de sociale cohesie te verbeteren en de eenzaamheid te bestrijden. En in mei willen we de uitkomst hiervan presenteren aan de bewoners van de wijken om te kijken of er mooie samenwerkingen kunnen ontstaan.



Vuil op straat

Ergert u zich ook zo bont en blauw aan het vuil dat op straat gedumpt wordt bij de containers? Ik wel! Maar ik heb iets gevonden: de meldingenapp van de gemeente Leiden. Met deze app kan je van alles melden bij de gemeente. Dus ligt er weer eens rommel naast de container, maak een foto en maak een melding aan. Je krijgt binnen een dag te horen wat er met de melding is gedaan. En de rommel is snel opgeruimd!

Bankje

In de vorige ROME-krant meldde ik dat er, op verzoek van bewoners en het wijkcomité, een bankje geplaatst was op het Augustuspad. Helaas moet ik u nu melden dat het bankje binnen een paar weken gesloopt was. Het wijkcomité heeft dit aan de gemeente gemeld en het is vervangen. Wie schetst onze verbazing dat enkele dagen nadat het nieuwe bankje geplaatst was, het van al het hout ontdaan was. Het hout is 'professioneel' verwijderd. Een schande! Op het Augustuspad komt geen bankje meer terug!

Hart van Meerburg

Het gaat om het vervangen van de ondergrondse infrastructuur, zoals riolering en de gasleidingen. In eerste instantie zouden er ongeveer 250 bomen gerooid moeten worden. Dit aantal is enorm teruggebracht. De gemeente heeft zich in allerlei bochten gewrongen om zo veel mogelijk bomen te kunnen behouden. De gemeente doet verwoede pogingen om de bewoners tegemoet te komen in de wensen die er leven. Dit blijkt steeds heel erg moeilijk. Er zijn veel voorstellen waar de ene groep voor is en de andere tegen. Het lijkt erop dat het behoud van het groen in de wijk wel ten koste gaat van het aantal parkeerplaatsen.

Sloop-nieuwbouw van de flats

Dit is een onderwerp dat het wijkcomité heel erg bezighoudt. Woningbouwcorporatie De Sleutels heeft voor zichzelf nieuw beleid geformuleerd en wekt de indruk meer te willen investeren in verbeteren van woningen dan in (ver)nieuwbouw. De vraag is of daarmee het project in gevaar komt. Het wijkcomité heeft al twee keer de directie benaderd om daarmee in gesprek te gaan. Bewoners kunnen niet jarenlang in onzekerheid gehouden worden! Helaas heeft de directie tot nu toe niet gereageerd op ons verzoek tot contact. We volgen dit project met argusogen en hopen heel erg dat de sloop/nieuwbouw op korte termijn gestart zal worden.



Hoge Rijndijk – Lekstraat

De gemeenteraad heeft besloten om links afslaand verkeer naar de Meerburgerkade vanaf de Hoge Rijndijk vanuit de snelweg/Leiderdorp te gaan verbieden. (En ook het rechtdoorgaand verkeer vanuit de Kettingstraat naar de Meerburgerkade wordt verboden). Dit zou de doorstroming op de Hoge Rijndijk richting de stad verbeteren. Het wijkcomité vraagt zich heel erg af of deze maatregel wel het gewenste effect heeft op de Hoge Rijndijk. Wij denken dat de opening van de Wilhelminabrug en de 'Stierenbrug' van veel groter invloed is op de doorstroom op de Hoge Rijndijk. Het effect van de maatregel is dat voortaan al het verkeer dat vanuit Leiderdorp/ snelweg/ Alphen aan den Rijn de wijk ingaat, dat via de Matiloweg moet doen. Dat levert een aantal gevaarlijke situaties op. Genoeg aanleiding om de gemeente te wijzen op dit slechte besluit. Beter ten halve gekeerd, dan ten hele gedwaald!



Marten Ris
Voorzitter wijkcomité RoomMeerburg
0651420495
voorzitter@roommeerburg.nl

Een groot feest waar je kunt blijven slapen

(Annemieke Pelt)

Om te horen hoe kamperen om de hoek bevalt, zijn we op bezoek gegaan bij Albertine en Hans. Zij wonen in Roomburg en hebben vorig jaar drie dagen met hun kinderen Thijs en Anna op Buurtcamping Park Matilo doorgebracht.

“Het was geweldig”, steekt Hans van wal. “Ik heb zelden zo lekker geslapen als daar. Heerlijk buiten, met de kinderen in de tent.”

Terug in de tijd

Albertine kan daar niet over meepraten, zij sliep thuis. Wel was ze iedere dag van vóór het ontbijt tot laat in de avond op het terrein. “Ik heb niks gemist, overal aan meegedaan.” Albertine heeft in haar jeugd op scouting gezeten en ging door het buurtfestival een beetje terug in de tijd. “Er hangt hetzelfde sfeertje. Kinderen die allerlei spelletjes en activiteiten doen, volwassenen die bezig zijn met van alles en nog wat. En niemand zit naar een beeldscherm te staren. Heel leuk en ontspannen.”

Andere wereld

Hun kinderen Anna en Thijs hebben het ook erg naar hun zin gehad. Anna denkt nog vaak aan het circus en het hoelahoepen, en Thijs is nog steeds trots dat hij op een bal kon lopen. “Dat is best moeilijk, maar ik heb het snel geleerd.” De Buurtcamping heeft hun hart gestolen. De gezelligheid, de activiteiten, het lekkere eten... “De kinderen hebben het er al het hele jaar over en wij kijken er ook echt naar uit. Je bent even op vakantie, in een andere wereld. We hopen weer mensen te ontmoeten die we in het dagelijkse leven niet zo snel tegenkomen.”



Stichting De Buurt organiseert in veel gemeenten een meerdaags buurtfestival. Van vrijdag 18 tot en met zondag 20 juli wordt Park Matilo voor de vierde keer op rij omgetoverd in De Buurtcamping. Je kunt er een lang weekend voor een vriendelijk bedrag eten, aan talloze activiteiten meedoen en blijven slapen. Het festival in Matilo is bedoeld voor de bewoners van Meerburg en Roomburg. Het zorgt ervoor dat burens elkaar op een leuke manier ontmoeten en beter leren kennen. Dit jaar is De Buurtcamping van 18 t/m 20 juli in Park Matilo. Meer info? Kijk op debuurtcamping.nl/campings/leiden-park-matilo/ Daar kun je ook tickets kopen om zelf dit buurtfestijn mee te maken.

Buurtcamping Matilo 18 t/m 20 juli 2025:

De beheerders van de Buurtcamping zijn alweer hard aan het werk om de Buurtcamping in juli te organiseren. Van 18 tot en met 20 juli is iedereen weer welkom in ons park om te genieten van het buiten zijn, mee te doen aan de activiteiten en je buurtgenoten beter te leren kennen.

Voor mensen die geen tent of slaapmiddelen hebben, zijn er gratis tenten en slaapzakken te leen. En voor mensen die niet willen komen kamperen noemen we het weekend een ‘Wijkfestival met heel veel leuke activiteiten waar je ook kunt blijven slapen; . Volg de activiteiten op www.facebook.com/buurtcampingmatilo .

Aanmelden

Voor €35 p.p. kom je twee nachten slapen, ontbijten, dineren en kun je meedoen aan alle activiteiten. Voor kinderen t/m 12 jaar betaal je €12,50. Wil je alleen deelnemen aan de activiteiten en diner dan kost dat €20 p.p., kinderen t/m 12 jaar €10. Scan de QR-code.

Heb je wat minder te besteden?

Geen probleem!

Voor mensen met een kleine beurs is er een aangepast tarief: Volwassenen €10 per persoon, kinderen t/m 12 jaar €1. Meld je aan via het Sociaal Wijkteam, via de site of scan de QR-code: Bel naar 071 516 4905 en vraag naar Manon van der Hoeven of Marianne de Bruijn.

Wil je alleen aan de activiteiten deelnemen?

Dat kan ook.

Je kunt meedoen aan de activiteiten voor €6 voor een volwassene en €1,- voor kinderen t/m 12 jaar.

Alle genoemde prijzen gelden voor de duur van de camping. Neem voor dagkaarten of voor alle andere vragen contact op met marten@debuurtcamping.nl debuurtcamping.nl/campings/leiden-park-matilo



Jarko Schoonderwoerd: “Koken is mijn lust en mijn leven”

Ruim negen jaar deed Jarko Schoonderwoerd vrijwilligerswerk als kok voor Resto van Harte in Huis van de Buurt Matilo en Huis van de Buurt Slaaghwijk in de Merenwijk. Medio april opent hij zijn eigen restaurant in de binnenstad van Leiden: bistro Noroc by Jarko.

“In Slaaghwijk werken we in een kleine eenvoudige keuken. In Meerburg is de keuken duidelijk nieuw en modern. Op de beide locaties van Resto van Harte werk ik samen met een enthousiaste groep vrijwilligers. In Slaaghwijk is het publiek internationaler dan dat in Meerburg en Roomburg, maar het is overal even gezellig.”

Genieten

“Het leuke van vrijwilligerswerk is dat je veel mensen leert kennen, zowel gasten als vrijwilligers”, vertelt Jarko. “Er zijn heel wat mensen met wie ik een persoonlijke band heb gekregen. Van veel gasten weet ik ook wat ze lekker vinden. Ik geniet zelf altijd als mensen genieten van het eten. Wat ook heel prettig is, is de dankbaarheid van de gasten die week in week uit door het team een ander menu krijgen voorgeschoteld. Veel mensen vinden het heel lekker als we iets maken uit de Aziatische keuken. Zelf heb ik geen directe favoriet. Ik geniet van eten uit alle culturen, zowel van een Hollandse stamppot als een Marokkaanse couscous.”

Wisselende kaart

“Ik ben heel blij dat ik erin geslaagd ben bistro Noroc over te nemen, omdat die echt bij mij past” zegt Jarko glunderend. “In deze bistro ga ik werken met verse producten in eerlijke, smaakvolle gerechten. Ik handhaaf de naam Noroc die al sinds 1975 gevoerd wordt. In Noroc by Jarko ga ik naast de Europese keuken ook van tijd tot tijd Aziatische gerechten aanbieden. Ik werk met een beperkte en maandelijks wisselende kaart met vlees, vis en vegetarische gerechten.”



Gemotiveerd

“Het is een hele overstap om van vrijwilligerswerk over te gaan naar een eigen restaurant. Maar ik neem 35 jaar ervaring als kok mee en ben zeer gemotiveerd. Nu heb ik de kans om voor mijzelf te beginnen in een steegje waar ik doorheen liep in mijn beginjaren als leerling-kok. Wat ik ga missen, is het gezellige samenwerken, want straks sta ik alleen in de keuken. Het zal heel hard werken zijn, maar koken is mijn lust en leven. Dit mede dankzij de invloed van mijn moeder. Ik was vaak bij haar in de keuken en zag wat en hoe zij kookte en met veel plezier. Sommige vrijwilligers en gasten van Resto van Harte hebben zich al gemeld als toekomstige gast. Met plezier heet ik hen en uiteraard verder iedereen welkom bij Bistro Noroc by Jarko.”



Noroc by Jarko is te vinden op Pieterskerk Choorsteeg 4. De bistro is straks open voor een diner van woensdag tot en met zondag.

Made in ROOMBURG

LEVEN!

MAGAZINE

DE MOOISTE REGIONALE BUSINESS EN LIFESTYLE GLOSSY VAN DE HELE WERELD

SANDER@LEVENMAGAZINE.NL

Werken in schooltuinen Matilo start weer

De schooltuinen Matilo zijn de jongste van de vijf schooltuincomplexen in Leiden. Bij de ontwikkeling van het archeologisch park ontstond het plan om van de voormalige kwekerij van de heer de Groot schooltuintjes te maken.

De Vereniging Leidse Schooltuinen is hier graag op ingegaan. Het huis van De Groot is afgebroken in 2011 maar een deel van de tuin is nog te herkennen aan de bomen en struiken en ondergroei en het waterplaatsje bij de sloot. De eerste groep kon in april 2011 starten. In dit gebied zijn vele kwekerijen geweest. Het is leuk dat er nu ook nog weer tuinen zijn, zowel de stadstuinen, de volkstuintjes aan de Besjeslaan en het Voedselbos dat in 2022 is gestart.



Veertien seizoenen gingen al voorbij op de schooltuinen. Het park om ons heen groeit gestaag en de heggen op onze eigen tuin ook. De vrijwilligers zijn trots op dit bijzondere stukje in het park. Elk jaar zijn er twee schoolgroepen begeleid actief van april tot begin oktober. Grof geschat zijn dat vijfhonderd kinderen. Maar we denken dat de bezoekers ook kunnen genieten van de veranderingen die elke week te zien zijn, eerst het prille groen en dan weer die hoge zonnebloemen en bonen aan de stokken. In de winter is de bodem goed verzorgd met een dekentje van bladeren.

Er zijn vrijwilligers verhuisd en gestopt en daarom zoeken we versterking. Iets voor jou? Meer info op de website www.schooltuinenleiden.nl. Mail naar schooltuinenleiden@gmail.com of kom langs op de schooltuinen op donderdag tussen 11:00 en 14:00 uur.

Marian Kathmann
Coördinator en Tuinjuf



Rainbow Society: kunst, cultuur en natuur

Op zondag 13 april komt de Kunstclub van Rainbow Society Leiden samen in Huis van de Buurt Matilo om te praten over kunst, cultuur en de rijke geschiedenis van LHBTQ+. Inspirator Nancy Glazer licht het initiatief toe.

“Wij zeggen: ‘Art is about everybody.’ Het gaat over iedereen. Want kunst is dé manier om mensen te inspireren, te prikkelen, aan te zetten tot reflectie en zich uit te drukken en om verbinding te maken.”

Creativiteit

“Elke bijeenkomst eten we samen en bespreken dan een of meer regenboog kunstenaars en gaan natuurlijk ook zelf aan de slag om onze eigen creativiteit wakker te schudden. Soms maken we ook een heerlijke wandeling in de natuur waarbij je diepe gesprekken kunt hebben. Wij hebben jaarlijks meerdere exposities die voor iedereen toegankelijk zijn.”

Inclusief

“De Rainbow Society Leiden is onderdeel van Samen Leiden. Dit zijn organisaties die Leiden samen vriendelijker willen maken, meer divers maar ook zeker inclusiever. Wij hopen in Leiden niet alleen de mensen van de LHBTQ+ gemeenschap te bereiken en met elkaar verbinden, maar ook te laten zien we onderdeel zijn van een groter geheel. Om compassie te bevorderen en begrip naar elkaar, ook als je anders bent. In Huis van Buurt Matilo komen zoveel diverse groepen bij elkaar. Dat wij daar een onderdeel van mogen zijn, vind ik geweldig.”



Eén keer in de maand van 13.00 - 15.30 uur.
Meer informatie en voor exacte data:
rainbowsocietyleiden.com/onze-kunstclub

Ouderplaza

(Joke Aerts)

Elke woensdagmorgen, van 9.30 tot 11.00 uur vindt in het Huis van de Buurt Matilo Ouderplaza plaats. Deze activiteit is in het leven geroepen als laagdrempelige manier waarop ouders samen kunnen komen om ervaringen en tips uit te wisselen. Elke deelnemer heeft immers ervaring met opvoeden. De sfeer is ontspannen, voor ouders en kind. De koffie en thee staan altijd klaar.

De activiteit wordt begeleid door Janneke. Zij werkt bij SOL (Samen Ondernemend Leren). Ouders kunnen advies vragen aan Janneke over opvoeden, maar bijvoorbeeld ook over schoolkeuze. Zij kent Leiden goed en weet waar ouders nog meer terecht kunnen met vragen.

Uitdagend

Een vaste bezoeker van de ouderplaza is Reem. Zij komt elke week met haar zoon Achmed. Zijn broertjes zijn op school en daarom is het leuk dat hij met kinderen van zijn eigen leeftijd kan spelen. Het is uitdagend voor hem om ook weer met ander speelgoed te spelen. Voor Reem is het leuk om gezellig met andere ouders Nederlands te praten. De gesprekken kunnen overal over gaan, bijvoorbeeld de opvoeding van de kinderen, maar ook over wat er allemaal in de wereld gebeurt. Er wordt ook veel gelachen.

Activiteiten

Ruhama is ook altijd aanwezig. Zij loopt stage voor haar opleiding MBO 1, aan het MBO Rijnland. In Huis van de Buurt Matilo schenkt zij koffie, is gastvrouw, beantwoordt vragen en helpt bij activiteiten. Zij vindt de stage leuk, vooral het contact met bezoekers en collega's. En natuurlijk ook om Nederlands te leren.



Aanmelden voor Ouderplaza is niet nodig. Loop gewoon gezellig binnen. Voor vragen is Janneke te bereiken per app tel. 06 53819426 en per mail, ljurgens@solnetwerk.nl.

VASTGOED ONDERHOUD



Willem Baart & Zn. Al meer dan 50 jaar

Voor al uw onderhoud aan uw woning.

- Binnen-/buitenschilderwerk
- Isolatieglas
- Stukadoorswerk
- Timmerwerk

Voor meer informatie bezoek onze website of onze Facebook pagina.

Hoge Rijndijk 278A • 2314 AL Leiden • Tel.: 071 5234111 • info@baartbv.nl

www.baartbv.nl




Fysiotherapie:

- Sportfysiotherapie
- Manueeltherapie
- Kinderfysiotherapie
- Postoperatieve revalidatie
- Medical taping
- Dry Needling
- Echografie

Sport:

- Sport Je Fit
- Pilates
- Buitensport

VISSER
fysiotherapie en sport

071 512 31 11
visserfysio.nl

Ons aanbod: 4 sportlessen naar keuze*

Sporten bij Visser fysiotherapie en sport
Fit voelen, werken aan een gezond gewicht en je weer lekker in je vel voelen?
Vraag uw proeflessen aan bij het secretariaat.
*vraag naar de voorwaarden

(G)oud in de wijk

Onder leiding van Greet Meesters en Lieke de Kock zijn kinderen en ouderen zes weken lang iedere woensdagmiddag bij elkaar geweest om een fantasiewereld te maken.

Deelnemers uit de wijken deden, samen met leerlingen van basisschool De Arcade en bewoners van Zorgcentrum Roomburgh, mee. Het resultaat was op 5 maart te zien in Huis van de Buurt Matilo: de eindpresentatie (G)oud in de Wijk.

Bewegend buurthuis

Oud en jong werden aangemoedigd hun verbeelding te gebruiken en zo samen plezier te beleven. Eén van de kinderen vertelde achteraf: "Het gaat er vooral om dat we allemaal samen waren en samen leuke dingen deden." Zij creëerden samen een fantasiewereld, onze eigen 'Gouden Wijk' met de personages die daar leven en de plekken die je daar vindt. Er waren o.a. een discodip zwembad met een directeur, een bewegend buurthuis, een strand waar de zon altijd schijnt, een toverballentheehuis en het huis van Opa Gerard, waar alle kinderen welkom zijn die nergens heen kunnen. En een van de ouderen blikte met veel plezier terug: "Het is zo leuk dat je weer teruggaat naar je jeugd en je fantasie kunt gebruiken."

Talenten

Na een uur verlieten de aanstormende talenten onder luid applaus van het publiek de vlakke vloer. Het was een verrassende, creatieve en gezellige middag waarvoor veel belangstelling was. De prachtige tekening van Rikki de Haas mocht worden meegenomen als souvenir.



(Foto Rob Beurse)



(Foto Rob Beurse)

Lente in Park Matilo

Hoera, het is lente! Tijd om weer fijn naar buiten te gaan!
Kom naar Park Matilo voor een inspirerende workshop, wandeling of activiteit.
Stichting Mooi Matilo organiseert de komende maanden weer allemaal leuk:

Zondag 13 april - 14.00-15.30 uur - Romeinse Pubquiz!

Test je kennis over de Romeinse tijd in Matilo tijdens deze spannende pubquiz! Wat weet jij over het Romeinse leger, rare keizers, vondsten uit Matilo en het dagelijks leven van 2000 jaar geleden? Uiteraard zijn er prachtige prijzen te winnen. Schrijf je snel in met je team, want er is beperkt plaats in de Fabrica!

Locatie: de Fabrica, het bezoekerscentrumpje in het park.
Deelname: €6,50 per team (max. 3 personen), kaartjes zijn te koop op parkmatilo.nl



Zondag 11 mei - Leidse Marathon met de Romeinse Mijl



De 10 km van de Leidse Marathon gaat dwars door Park Matilo. Een bijzonder onderdeel ervan is de Romeinse mijl: wie rent het snelst 1000 Romeinse passen (ca. 1,5 km)? Doe mee of kom de hardlopers aanmoedigen! Kijk voor meer informatie op marathon.nl

Zondag 18 mei - 14.00-15.00 uur - Muziek en poëzie door Vermaase & Van Zanen

Test je kennis over de Romeinse tijd in Matilo tijdens deze spannende pubquiz! Wat weet jij over het Romeinse leger, rare keizers, vondsten uit Matilo en het dagelijks leven van 2000 jaar geleden? Uiteraard zijn er prachtige prijzen te winnen. Schrijf je snel in met je team, want er is beperkt plaats in de Fabrica!

Locatie: de Fabrica, het bezoekerscentrumpje in het park.
Deelname: €6,50 per team (max. 3 personen), kaartjes zijn te koop op parkmatilo.nl



Zondag 15 juni - Fietstocht Nationale Archeologiedagen

Fiets met de ervaren stadsgidsen Sijbrand de Rooij of Willem Hogendoorn van het Rijksmuseum van Oudheden naar Park Matilo (of andersom) en ontdek onderweg de Romeinse geschiedenis van Leiden, de eerste hoogleraar archeologie ter wereld en de mooiste plekjes van de stad!

Om 13.00 uur start de fietstocht bij het Rijksmuseum van Oudheden met een rondleiding door de Romeinse afdeling. Om 15.00 uur start de fietstocht in Park Matilo, bij De Fabrica. Deze eindigt rond 16.30 uur in het museum.

Kosten: 7,50 p.p. incl. een drankje bij de Fabrica, excl. museumentree (museumjaarkaart meenemen!). Je betaalt ter plekke contant aan de gids. Graag van tevoren aanmelden via muma@parkmatilo.nl



Zondag 29 juni - 20.00-21.30 uur - Voorstelling Collectief Wezen



Op zondagavond 29 juni maakt muziekperformancegroep Collectief Wezen een open wandelvoorstelling in Park Matilo, beginnend rond 20.00 uur en doorlopend tot in de schemering. Collectief Wezen maakt locatiespecifieke voorstellingen in ruimtes die iets niet meer zijn. De groep gelooft in aandacht en gevoeligheid als benaderingen om ons staande te houden in een wereld van veelheid, en wil haar publiek en zichzelf uitnodigen om te luisteren, stil te staan bij wat er om ons heen en in onszelf gebeurt, om zich daar vervolgens met zachtheid toe te kunnen verhouden. Collectief Wezen speelt met de grenzen tussen het geënceneerde en dat wat er vanzelf al is: in Park Matilo neemt dit de vorm aan van een doorlopende voorstelling in het park waar men langs kan wandelen. Een impressie van eerder werk en uitgebreidere informatie vind je op www.collectiefwezen.nl

Meer informatie over kaartjes en aanmelden volgt. Houd parkmatilo.nl in de gaten!

De Fabrica zoekt versterking!

Vind jij het leuk om activiteiten te organiseren en/of bezoekers gastvrij te verwelkomen in bezoekerscentrum De Fabrica? Neem dan contact op met info@parkmatilo.nl, want we zoeken jou!

Op zondagmiddagen is de Fabrica van 13.00-17.00 uur geopend voor publiek. Onze gastvrouwen en gastheren zorgen voor informatie over de geschiedenis van Park Matilo en het hedendaagse park, een kopje koffie of thee en een gezellig praatje. Kom jij het team versterken?



Helpen in Historische Tuinen Matilo?

In de Romeinse kruidentuin en middeleeuwse kloostertuin is de lente al zichtbaar: gele narcisjes, de paarse bloempjes van de maagdenpalm, ze kondigen vrolijk de groei en bloei van het komende seizoen aan. Heb je zin om op maandagochtenden te helpen om onze geurige kruiden en kleurrijke bloemen te verzorgen? Neem dan contact op met Dorothee Olthof, info@prae.biz



Zorgcentrum Roomburgh heeft zilveren milieucertificaat behaald!

John van der Meel, coördinator duurzaamheid bij Zorgcentrum Roomburgh, vertelt enthousiast hoe de organisatie keihard aan de slag is gegaan om minder CO2 uit te stoten. Dit heeft geleid tot een zilveren milieucertificaat. Nu gaan ze door voor goud!

De zorgsector is in Nederland verantwoordelijk voor 7% van de CO2-uitstoot. Met een Green Deal zijn afspraken gemaakt over het verduurzamen van de zorg. Het zorgcentrum is eind 2022 begonnen aan het zo veel mogelijk verduurzamen van haar bedrijfsvoering om zo haar CO2-uitstoot te verminderen. Alle inspanningen hiervoor hebben resultaat gehad. Ze hebben een milieucertificaat gekregen!

Transport

Wat is duurzame bedrijfsvoering? John geeft een aantal voorbeelden.

“De inkoop van voedsel werd gedaan bij verschillende leveranciers. Dat betekende dat vrijwel dagelijks verschillende transportbusjes door de wijk reden om spullen te leveren. We hebben een leverancier gevonden die alles kan leveren wat nodig is. Dat betekent dat voortaan alle voedsel, behalve brood, met één transport wordt geleverd.”

Fietsen

Toen betaald parkeren in Meerburg werd ingevoerd, konden de medewerkers hun auto's niet meer gratis parkeren. Roomburgh heeft als beleid ingevoerd dat medewerkers die binnen acht kilometer afstand van het werk wonen, voortaan met de fiets komen. Hiervoor is de fietsstalling uitgebreid en hebben de medewerkers bepaalde tegemoetkomingen gekregen.



Restafval

“Er wordt ook geïnventariseerd hoe voedselverspilling kan worden tegengegaan”, vervolgt John. “Twee weken lang is precies gemeten wat aan voedsel is binnengekomen, en wat is weggegooid. Dat betekende dat zelfs per bord is gewogen wat is opgediend en wat is teruggekomen. Met de gegevens wordt gekeken hoe efficiënter met voedsel kan worden omgegaan.” De bedoeling is om van restafval uit de keuken (met name groenafval en koffieprut) voortaan compost te maken. De compost wordt benut voor het kweken van kruiden en bloemen. De kruiden worden in de keuken gebruikt, de bloemen worden gebruikt voor bloemschikken tijdens de dagbesteding. Doordat bewoners en mensen van de dagbesteding hierbij betrokken zijn, gaat het niet alleen om duurzaamheid, maar ook om sociale contacten. De gemeente Leiden vindt dit zo'n goed initiatief, dat ze hiervoor een subsidie heeft verstrekt. Met die subsidie is het eerste wormenhotel aangeschaft. De vijfduizend wormen in dit hotel zetten het restafval om in compost.

Zilver

“Dit verduurzamen is geen project dat nu is afgerond”, zegt John. “Het is een proces dat steeds door gaat en waar heel veel medewerkers bij betrokken zijn. Kijk maar naar de foto van de uitreiking van het certificaat. Er was nauwelijks plaats voor iedereen die betrokken is.” Er zijn drie certificaten te behalen, brons, zilver en goud. Roomburgh is meteen voor zilver gegaan. Het streven is nu een gouden certificaat te behalen. Hiervoor moet ze in de komende drie jaar het huidige niveau van duurzame bedrijfsvoering behouden, en aan nog een aantal extra duurzaamheidseisen voldoen.



Rijschool Roomburg



Vlot, veilig en zelfstandig leren autorijden



Boek gratis een proefles!

rijroomburg.nl
06 - 44470006



Borsboom

accountants & adviseurs

Financiële dienstverlening voor het MKB

- Financiële administratie
- Belastingen
- Salarisadministratie
- Advies



Lekstraat 88-A T 071 54 10 852
2314 VJ Leiden
info@borsboom-accountants.nl
borsboom-accountants.nl



Utrechtse Jaagpad 76C
2314 AR Leiden
Telefoon 071-5 89 99 88
www.jsscheepstechniek.nl

Bezoek onze webshop voor spetterende aanbiedingen:
watersportaanbieding.nl

De watersportspecialzaak voor de DOE HET ZELVER en ALL-ROUND REPARATIE

Beauty Nails Wilma
Nagelstudio

Utrechtse Jaagpad 126
2314 AV Leiden

06 - 29 36 95 49
beautynailswilma@hetnet.nl
www.beautynailswilma.nl

Utrechtse Jaagpad 76C
2314AR Leiden
06-10 71 52 25

Zeilmakerij
LEIDEN

Uw full-service notariskantoor!

Bakker & Neve
NOTARISSEN
MARC NEVE

Hét familie notariskantoor waar persoonlijkheid, kwaliteit en scherpe tarieven de boventoon voeren!

Wij zijn uw full-service notariskantoor en staan altijd voor je klaar om de belangrijkste momenten van je leven goed te regelen.

Bij Bakker & Neve bieden wij u graag op een laagdrempelig wijze advies op gebied van o.a. familierecht, onroerend goed en vennootschapsrecht.

Voor meer informatie
bel 071 - 589 92 01
of bezoek onze website:
www.notarissen.tv

Loevestein 12 in Leiderdorp
T (071) 589 92 01
E info@notarissen.tv
W www.notarissen.tv

Het Stekelnootcollectief spint door!

(Liesbeth Dijkrent)

De flat aan de Spaarnestraat 154 doet niet alleen dienst als informatiecentrum van Portaal. Op dinsdagmiddag wordt hier gewerkt met allerlei textiele werkvormen en technieken. Van met de hand gesponnen en zelf geverfde wol worden prachtige kunstwerkjes gemaakt. Aan de wanden zijn deze te bewonderen. Vandaag zijn ze bezig met het spinnen van wol.

Irene van Velzen woont in de binnenstad. Via de workshop botanisch verven kwam ze in aanraking met de brei-in op de Stekelnootbank en is hier iedere dinsdagmiddag te vinden. Zij hanteert de spintol om garen te spinnen. Aan het schijfje van de tol wordt een draad bevestigd. In de ene hand wordt de draad met de te spinnen vezels vastgehouden, de andere hand pakt steeds kleine plukjes van de vezels en voegt ze toe aan de bestaande draad. Door de draaiende beweging van de tol wordt de draad steeds langer.

Ambacht

Marijke Markus bedient het spinnewiel, dat bestaat uit een spinklos die met een pedaal aan het draaien wordt gebracht. Hieraan wordt een begindraad bevestigd die ronddraait en de aangevoerde wol tot een draad spint. Marijke laat zien hoe dit oude ambacht werkt. Het is niet moeilijk en als je het eenmaal in je vingers hebt, dan heb je daar je leven lang plezier van. Marijke is ook vrijwilliger bij het handwerkatelier en het Repair Café in het buurthuis.



Natuurlijk pigment

Ludy Feyen, de initiatiefnemer van de Stekelnoot, vertelt over het verven van de wol met natuurlijke pigmenten van planten. Bij de Stekelnoot zijn bakken geplaatst waarin deze plantensoorten groeien. De wens van Marijke is om een vierkante meter vlas te planten en hiervan linnen te weven.



De brei-in is verplaatst naar de dinsdagmiddag van 13.30 tot uiterlijk 16.00 uur. Kortere komen kan ook. Als je mee wilt doen, kan je je bij Ludy aanmelden info@ludyfeyen.nl Bij mooi weer, lekker buiten en bij minder weer in de flat aan Spaarnestraat 154.

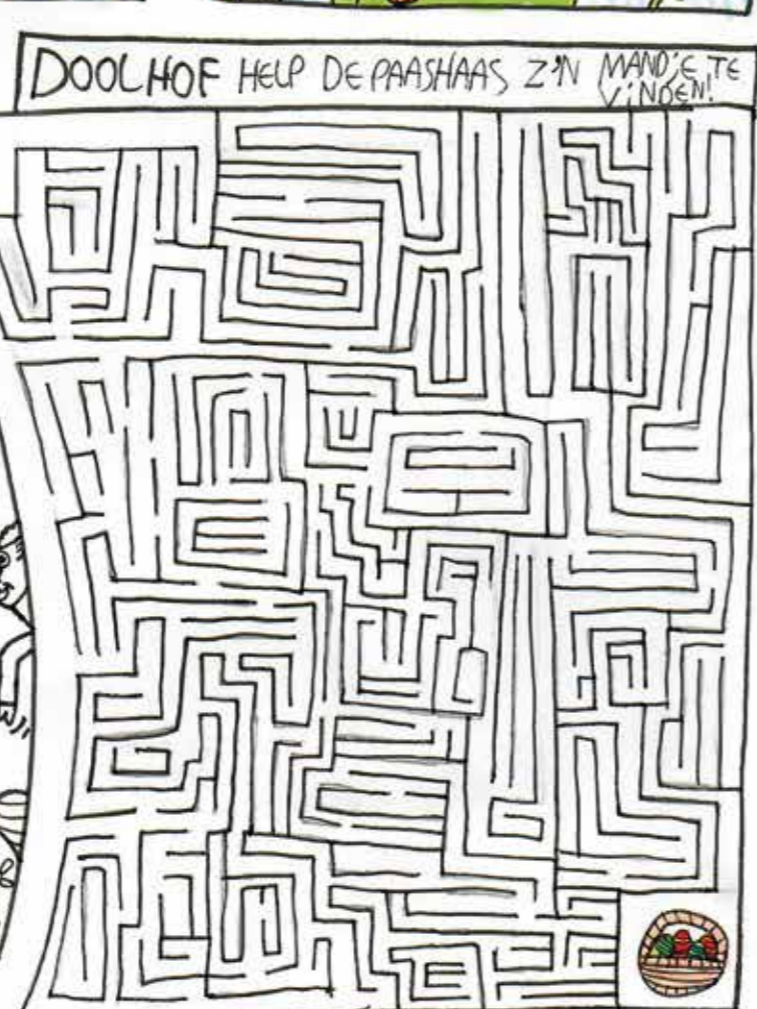
Project Stekelnoot is ontstaan naar aanleiding van de transitie van de wijk Meerburg. Binnen nu en 2030 gaat er veel veranderen in de wijk qua woningen (oud wordt nieuwbouw, energietransitie en aanpassing klimaatverandering). De wijk is boven op de voormalige Vicus van Castellum Matilo gebouwd. Bij opgravingen vond men zaden van de Stekelnoot; een verfpant die destijds verbouwd werd om textiel mee te verven. Dit gegeven inspireerde Ludy Feyen om een kunstwerk te maken dat zowel een ontmoetingsplek voor de bewoners is als een plek waar activiteiten ontplooid worden die bewoners bijeenbrengt.

KINDER Pagina door Syd

KOEKIE DE SNEEUWHAAS



STRIPS VAN SYD



Wegwerpluiers

worden ook in onze buurt gerecycled

Onder de slogan 'Schone billen, schoon milieu' is Verschoon een initiatief gestart om gebruikte luiers op een zo vriendelijk mogelijke manier in te zamelen. Bij (oppas)gezinnen en op (semi-)publieke locaties zijn (luchtdichte) luierrimmers geplaatst waarin luierafval verzameld kan worden.

Gezinnen of locaties die zelf al over een luierrimmer beschikken, kunnen deze, indien gewenst, blijven gebruiken. De emmers worden wekelijks (of vaker) geleegd en de luiers worden naar een speciale luiерcontainer gebracht, hiervandaan vervolgen ze hun reis naar Nijmegen. Hier staat een fabriek waar de luiers worden omgezet in grondstoffen voor kunststof en biogas, hoe dat werkt zie je bij verschoon.nl/Recycling.

Sticker

Op dit moment worden de luiers door Verschoon opgehaald in een deel van Leiden, Leiderdorp en Zoeterwoude-Rijndijk. Misschien ben je de emmers van Verschoon al eens (onbewust) in de buurt tegengekomen, bijvoorbeeld op Buurtcamping Matilo, bij de schooltuinen tijdens de Leidse Hooidagen, De Tuin van de Smit, Camping de Stochemhoeve, Speeltuin De Speelschans in het Roomburgerpark of bij de Bubbeljungle in Leiderdorp. De emmers zijn te herkennen aan de sticker met de tekst 'Schone billen, schoon milieu' en/of de tekst 'Luiers' in meerdere talen.

Presentje

Op De Buurtcamping kunnen gasten van tevoren aangeven dat zij een luierrimmer willen lenen. Deze leveren ze na hun verblijf met inhoud weer in. Als presentje geeft Verschoon een pakketje nieuwe luiers aan gasten met een kleine beurs op De Buurtcamping. Zo helpen we elkaar een beetje!



Verschoonplaatsen

Naast het ophalen van luiers biedt Verschoon ook de mogelijkheid om tijdens evenementen één of meerdere complete verschoonplaatsen te lenen. Deze bestaan uit een commode, kussen en luierrimmer. Aan het begin van het evenement worden de verschoonplaatsen neergezet, aan het eind worden deze, inclusief het verzamelde luierafval, weer opgehaald. Voorbeelden van de verschoonplaatsen zijn te zien op de foto's.



Heb jij één of meerdere (oppas)kindjes in de luiers en wil je dat hun luiers ook worden gerecycled, geef je dan vrijblijvend op via verschoon.nl/Join om kennis te maken.





*Wij staan voor persoonlijke aandacht,
betrokkenheid en flexibiliteit*

Fysiotherapie aan huis en 's avonds mogelijk.
Lid van ParkinsonNet
MS-netwerk
CNA-netwerk
Neuronet

Gespecialiseerd in:
- Orthopedische Revalidatie (postoperatief heup/knie)
- Medical Taping
- Oedeemtherapie
- Psychosomatische Fysiotherapie

Leonie van der Bruggen
Fieneke Griffioen
Dominique Polanen
Julia Wiersma

Hof van Roomburgh 4 - 2314 ZB Leiden - Tel. 071-5416200
www.fysiovanderbruggen.nl



**de apotheek met een persoonlijke aanpak
bij u in de buurt.**

Overstappen is zo geregeld, wij vragen uw gegevens op
bij de vorige apotheek.
Neem wel uw ID bewijs mee

Houdt u rekening met 2 dagen levertijd
bij chronische medicatie.
Geef uw e-mailadres door. Dan krijgt u een
berichtje als uw aanvraag klaar staat.

Hof van Roomburgh
2314 ZB Leiden | 071-5661188
www.apotheekroomburgh.nl



Iedereen heeft wel eens last van tegenslagen in het leven. Maar soms is het lastig om hier mee om te gaan. Of dit nu komt door een vervelende gebeurtenis, het verlies van een dierbare of omdat je je eenzaam voelt. Dan kan Kunst op Recept helpen. Kunst op Recept biedt jou de handvatten om erachter te komen wat jij leuk vindt, wat jou inspireert en zin geeft.

Kunst op Recept bestaat uit een serie gratis kunstlessen met professionele kunstdocenten in Leiden. De lessen zijn in groepsverband en starten op vaste momenten in het jaar. Een groep bestaat uit maximaal zes deelnemers. Aanmelden gaat via de huisarts, praktijkondersteuner, psycholoog of andere eerstelijns zorgverlener. Ook bij huisartsenpraktijk Roomburgh kan je bespreken of Kunst op Recept geschikt is voor jou en een verwijzing vragen.

De cultuurcoaches van BplusC streven er naar iedere maand een inloopmoment te organiseren voor de kennismakingsgesprekken. Deze vinden plaats in de Centrale Bibliotheek aan de Nieuwstraat. Tijdens het kennismakingsgesprek vertellen zij je meer over de lessen en wordt samen gekeken welke kunstvorm bij je past.

kunstopreceptleiden.nl



M. Fokke
tandarts

Hof van Roomburgh 4-6
2314 ZB Leiden
tel. 071 - 541 42 33

**PRAKTIJK VOOR ALGEMENE
TANDHEELKUNDE**

PREVENTIE RESTAURATIE ESTHETIEK
ORTHODONTIE

www.tandartsfokke.nl

071-5414233

Sterilisatie voor mannen

Kleinschalig, persoonlijk en zonder wachttijd.
Gewoon in de huisartspraktijk.

Een intake kunt u telefonisch
of per e-mail plannen.
U bent ook welkom als u ingeschreven
staat bij een andere huisarts.



Witte Rozenstraat 21 A - 2311 XS Leiden
Tel. 071-5124961
info@huisartspraktijkvreehof.nl
www.huisartspraktijkvreehof.nl/sterilisatie-man

**Huisartsenpraktijk
Roomburgh**



Ons streven is het leveren van goede zorg voor iedereen, jong en oud, wonende in de wijken Roomburg en Meerburg. Hierbij stellen wij u graag centraal en geven wij iedereen persoonlijk aandacht.

Wij zijn een geaccrediteerde praktijk en leiden jonge aankomende huisartsen op. Wij hebben diverse spreekuren voor onder andere astma, diabetes, COPD en hart- en vaatziekten.



Ook hebben wij speciale aandacht voor kwetsbare ouderen.
Kijkt u gerust eens op onze website, of kom langs voor een kennismakingsgesprek.



Hof van Roomburgh 4 - 2314 ZB Leiden
071 5416555 - www.roomburgh.eu

Wijkagenda

april

| Wanneer en wat | Waar | Tijd |
|-----------------------------|---------------------|---------------|
| 13 Kunst, cultuur en natuur | HvdB Matilo | 13.00 - 15.30 |
| 13 Romeinse Pubquiz | Fabrica | 14.00 - 15.30 |
| 23 ALV WC RoomMeerburg | HvdB Matilo | 19.00 - 19.30 |
| Oude films over Leiden | HvdB Matilo | aansluitend |
| 25 Jukebox muziekmiddag | Lounge ZC Roomburgh | vanaf 14.00 |

mei

| Wanneer en wat | Waar | Tijd |
|--------------------------------|---------------------|---------------|
| 1 Saffran Keuken | HvdB Matilo | 18.00 - 20.00 |
| 7 Inloop politie-boa-wijkzaken | HvdB Matilo | 10.30 - 11.30 |
| 10 BuurtBand | HvdB Matilo | 16.00 - 17.00 |
| 11 Leiden Marathon | door de wijk | 14.00 - 15.00 |
| 18 Muziek en poëzie | Fabrica | 14.00 - 15.00 |
| 24 Repair Café | HvdB Matilo | 13.00 - 15.30 |
| 30 Jukebox muziekmiddag | Lounge ZC Roomburgh | vanaf 14.00 |

juni

| Wanneer en wat | Waar | Tijd |
|-----------------------------------|---------------------|---------------|
| 4 Inloop politie-boa-wijkzaken | HvdB Matilo | 10.30 - 11.30 |
| 5 Saffran Keuken | HvdB Matilo | 18.00 - 20.00 |
| 15 Fietstocht Nat. Archeologiedag | start RMO | vanaf 13.00 |
| 27 Jukebox muziekmiddag | Lounge ZC Roomburgh | vanaf 14.00 |
| 28 Repair Café | HvdB Matilo | 13.00 - 15.30 |
| 29 Voorstelling Collectief Wezen | Park Matilo | 20.00 - 21.30 |

juli

| Wanneer en wat | Waar | Tijd |
|--------------------------------|---------------------|-----------------|
| 2 Inloop politie-boa-wijkzaken | HvdB Matilo | 10.30 - 11.30 |
| 3 Saffran Keuken | HvdB Matilo | 18.00 - 20.00 |
| 18 t/m 20 juli Buurtcamping | Matilo Park | vrmi.t/m zondag |
| 27 Jukebox muziekmiddag | Lounge ZC Roomburgh | vanaf 14.00 |
| 26 Repair Café | HvdB Matilo | 13.00 - 15.30 |

Oproep Buurtpodium

Het buurtpodium op **zaterdag 11 oktober** gaat door! Die middag zullen diverse amateurartiesten optreden in verschillende huiskamers in Meerburg en Roomburg. Doel is om te genieten van elkaars talenten en de verbinding in de wijken te stimuleren. De artiesten zullen optreden van 14 uur tot 14.30 en van 15.30 tot 16 uur. Maak je muziek, speel je toneel, heb je een goede cabaret- of goochelact, alleen of met anderen, meld je dan zo snel mogelijk aan! Ook mensen die een geschikte huiskamer hebben en het leuk vinden een groep wijkbewoners te ontvangen, zijn welkom.

Reacties graag naar romekrant@roommeerburg.nl
Vermeld daarbij ook wat je precies wilt doen en met wie.



Blijf op de hoogte van wat er speelt in uw wijk via de schermen bij de SPAR en Huis van de Buurt Matilo, Facebook en onze website roommeerburg.nl. Hier kunt u zich ook aanmelden voor de ROME-nieuwsbrief met actueel wijknieuws.