

# DE CROOSWIJKER

nr. 3 - 2022

GRATIS BLAD  
EXCLUSIEF  
VOOR  
CROOSWIJKERS



PLEURIZOOI  
met Cor Jongenel

INTERVIEW

Budgetmaatjes 010 biedt  
hulp aan Rotterdammers

Fitgirls 55+  
Kom gezellig sporten in  
Sporthal Schuttersveld

## HARD VOOR WEINIG, NOOIT CHAGRIJNIG

## INHOUD

Pleuriszooi	3
Wat te doen in Crooswijk	4
Fitgym voor senioren	5
Budgetmaatjes 010 biedt hulp aan	6
Rotterdamers	8
Crooswijk op de korrel	9
Niet weggooien	9
Krachtvoer	10
Wol is warmer	11
Goed in Crooswijk	

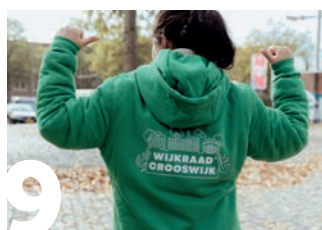


foto voorpagina Melanie Samat

## COLOFON

DE CROOSWIJKER is het wijkblad van heel Crooswijk en verschijnt vijf keer per jaar in een oplage van 8.000 exemplaren.

Redactie Saskia de Feijter, Madeleen Graafland, Ingrid Maas,  
Melanie Samat, Olga Sterenshis, Dik Vuik  
Hoofdredactie Melanie Samat  
Eindredactie Dik Vuik  
Verspreider De Ster  
Webdesign Olga Sterenshis  
Drukker Graphic Print  
Contact & Adverteren [contact@decrooswijker.nl](mailto:contact@decrooswijker.nl)  
Vormgeving JACKY-O, Rotterdam

## REDACTIONEEL

### Hard voor weinig...

Het leven is duurder geworden. De verwarming staat uit, we douchen niet langer dan vijf minuten en de televisie staat niet meer op standby.

Of het echt helpt weet ik niet, maar De Crooswijker geeft je graag wat tips mee.

En de hoge kosten raken ons allemaal. Of je nu een koophuis hebt of een huurhuis.

Met kleine aanpassingen in huis kun je al heel wat geld besparen en wellicht dat je nu twee keer gaat nadenken of het eigenlijk wel nodig is om 30 minuten onder de douche te staan.

Stel, dat je er financieel niet helemaal uitkomt, dan kun je kennismaken met Budgetmaatjes 010. Budgetmaatjes 010 biedt je een steuntje in de rug om een helder overzicht te maken van je financiële situatie. Je mag zelf aangeven waar je hulp voor nodig hebt en niks moet. De vrijwilligers van Budgetmaatjes 010 zijn niet van de gemeente, maar mensen zoals jij en ik.

Inmiddels is dit de laatste editie van het jaar en het redactieteam van De Crooswijker gaat onvermoeid verder. Vergeet trouwens niet om ons te volgen op Facebook, Instagram en LinkedIn!

Veel leesplezier!

Melanie Samat



foto Jet Siemons

Kijk ook op  
[decrooswijker.nl](http://decrooswijker.nl)

Zie ook [www.decrooswijker.nl](http://www.decrooswijker.nl) en volg ons op Facebook:  
[www.facebook.com/decrooswijker](https://www.facebook.com/decrooswijker)

De Crooswijker wordt mede mogelijk gemaakt door Gemeente Rotterdam

© niets uit deze uitgave mag verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden zonder voorafgaande toestemming van De Crooswijker.

# PLEURIS ZOOI

tekst en foto Melanie Samat

Zwerfvuil is een veel voorkomend probleem, ook in onze wijk. De Crooswijk besteedt daar veel aandacht aan. De Crooswijker ontmoet Cor Jongenel (88). Cor woont ruim 40 jaar in Oud Crooswijk.

Na het overlijden van zijn vrouw is Cor begonnen met het aanpakken van zwerfvuil.

‘Mijn wens zou zijn, dat mensen eens nadenken over wat ze allemaal op straat gooien. Vanuit de supermarkt stappen mensen de auto in en gooien hun afval gewoon uit het raam met alle gevolgen van dien; meeuwen, vogels, ratten noem het maar op.

Het is pure gemakzucht. Er staan hier vier containers voor afval, papier, glas en kleding maar de mensen zijn te belazerd om er even naartoe te lopen.

In het verleden heb ik daar weleens wat van gezegd, maar toen kreeg ik allerlei verwensingen naar mijn hoofd en daar ben ik niet van gediend.

De Roteb (Stadsbeheer) doet enorm zijn best om de containers tijdig te legen, maar ze raken vaak verstopt en dat probeer ik te verhelpen door met een sleutel\* de achterkant van de containers te openen.

Wat ik graag wil meegeven is dat we in een hele mooie wijk wonen. Er wordt hier van alles georganiseerd in samenwerking met de bewonersgroep van Anneke Strasters.

Ik heb het vroeger heel moeilijk gehad. Mijn vader overleed toen ik elf jaar was. Doordat ik de Hongerwinter heb meegemaakt weet ik wat honger is. Wij aten soms drie à vier dagen niet. Een enkele keer aten we een krop sla en dan alleen het binnenste gedeelte, want dat smaakte naar boter. En omdat ik weet wat echte armoede is, help ik andere mensen die het niet zo breed hebben.

Daarom ben ik zo blij dat we het nu zo goed hebben. Alleen, de mensen waarderen het niet. Kijk eens naar andere landen; hoe die mensen daar leven of zelfs vermoord worden. We hebben een geweldig leven in dit prachtige Rotterdam en Nederland.’

\*Via [www.goedbezig.rotterdam.nl](http://www.goedbezig.rotterdam.nl) kun je je aanmelden om mee te helpen de wijk schoon te houden. Je kunt o.a. een container adopteren of gratis opruimmateriaal aanvragen.



*‘We hebben een geweldig leven in dit prachtige Rotterdam en Nederland’*

# WAT TE DOEN IN CROOSWIJK

27	DECEMBER	<b>PRESENTATIE OM EEN WINDVAAN VAN DE KONINGINNEKERK WEER EEN OPENBARE PLEK TE GEVEN</b>	14:00 - 15:30 uur	Waar: Brasserie Hoppesteyn Boezemsingel 100
27	DECEMBER	<b>ACTIVITEIT ONDROBONG</b>	19:00 - 22:30 uur	Waar: De Nieuwe Branding, Isaïc Hubertstraat 153 Aanmelden via Maggy: telefoon 06 83 13 57 51
28	DECEMBER	<b>TAALGROEP VOOR OEKRAÏNERS</b>	10:00 - 12:00 uur	Waar: Vredenoordplein 41-47 Aanmelden via Bowie Weijer: telefoon 06 3882 4830
30	DECEMBER	<b>HAKEN EN BREIEN</b>	13:00 - 16:00 uur	Waar: De Nieuwe Branding, Isaïc Hubertstraat 153 Aanmelden: 088 855 50 20
3	JANUARI	<b>STOP DE SCHULDEN</b> Voorlichting, vraag en ondersteuning	09:00 - 17:00 uur	Waar: De Nieuwe Branding, Isaïc Hubertstraat 153 Aanmelden: 088-855 5020
5	JANUARI	<b>ETEN MET DE WIJK</b>	16:00 - 18:00 uur	Waar: De Nieuwe Branding, Isaïc Hubertstraat 153 Aanmelden: 088 855 50 20 Kosten € 3,00
6	JANUARI	<b>ACTIVITEITEN ONDRO BONG</b>	19:00-22:30 uur	Waar: De Nieuwe Branding, Isaïc Hubertstraat 153 Aanmelden via Maggy: telefoon 06 83 13 57 51
6	JANUARI	<b>WIJK MAALTIJD</b>	13:00-16:00 uur	Waar: De Nieuwe Branding, Isaïc Hubertstraat 153 Aanmelden via Joyce: telefoon 06 1717 7454 Kosten € 3,00
6	JANUARI	<b>STICHTING JIP</b> Hulp bij geldzaken en het vinden van woonruimte	13:00 - 17:00 uur	Waar: Huis van de Berkelplein Aanmelden via Josine: telefoon 06 59 92 59 03
7	JANUARI	<b>BUURTBRUNCH</b>	15:00 - 17:00 uur	Meer info neem contact op met Olga: telefoon 06 2611 6004
8	JANUARI	<b>FRANSE LES</b> Bonjour! Oui, oui, wil jij ook Frans leren? C'est gratuit.	10:30 - 12:00 uur	Waar: De Nieuwe Branding Isaïc Hubertstraat 153 Aanmelden via Fatima: telefoon 06 3903 3998
14	FEBRUARI	<b>INLOOFSPREEKUR GEZINSONDERSTEUNERS</b>	10:00 - 12:00 uur	Waar: De Nieuwe Branding, Isaïc Hubertstraat 153 Aanmelden via Fem: telefoon 06 2837 5709
22	FEBRUARI	<b>TAALGROEP VOOR OEKRAÏNERS</b>	10:00 - 12:00 uur	Waar: Vredenoordplein 47 Aanmelden via Bowie: telefoon 06 38 82 48 30
25	FEBRUARI	<b>BUURTBRUNCH</b>	14:00 - 16:00 uur	Meer info neem contact op met Olga: telefoon 06 2611 6004
28	FEBRUARI	<b>KNUTSELEN</b>	14:00 - 16:00 uur	Waar: Zorgcentrum Rubroek Aanmelden via Sietske: telefoon 010 413 48 54

VOOR ALLE WIJKACTIVITEITEN KIJK OP [WWW.AGENDAKRALINGENCROOSWIJK.NL](http://WWW.AGENDAKRALINGENCROOSWIJK.NL)  
OF OP ONZE EIGEN FACEBOOKPAGINA [WWW.FACEBOOK.COM/DECROOSWIJKER](http://WWW.FACEBOOK.COM/DECROOSWIJKER)



foto Melanie Samat

# FITGYM VOOR SENIOREN

De groep bestaat al ruim 25 jaar en delen lief en leed met elkaar. Na heel wat verhuizingen te hebben meegemaakt, is de groep van fitte vrouwen (in de leeftijdscategorie 50-90 jaar) weer aan het trainen op hun vertrouwde stek in Sporthal Schuttersveld. Ze trainen op een laagdrempelige manier hun kracht, conditie, oefenen met coördinatie en balans. Soms in de vorm van een groepsles, soms in de vorm van een spel waarbij nadenken ook belangrijk is.

Mensen kunnen ook terecht bij de Zumba Gold les op woensdagavond van Jody waar deelnemers op een rustiger tempo al dansend aan het trainen zijn of met de nieuwe buitenles op zondagochtend. In de lessen gaat het naast bewegen vooral om persoonlijk contact en is er ruimte om gezellig af te sluiten met koffie en thee of een kerstborrel.

Zou je ook graag wat meer willen bewegen onder professionele begeleiding en wil je graag kennismaken met de groep?

Meld je aan via telefoonnummer: 06 40341702

## Fitgirls

Adres: Sporthal Schuttersveld, Crooswijksestraat 93  
Iedere vrijdag van 11:00 – 12:00 uur  
€ 6,50 per losse les  
€ 22,50 voor een 4-rittenkaart  
€ 55,00 voor een 10-rittenkaart

## Zumba Gold met Jody

Adres: Sporthal Kralingen aan de Slaak  
Woensdag 19:30 – 20:30 uur  
€ 6,50 per losse les  
€ 55,00 voor een 10-rittenkaart

## Fitgym Buitentraining met Astrid

Dit is een nieuwe les, dus bij minimaal 4 deelnemers gaat deze door.  
Adres: Langepad  
Zondag 8:30-9:30 en 12:00-13:00 uur  
€ 6,50 per losse les  
€ 22,50 voor een 4-rittenkaart  
€ 55,00 voor een 10-rittenkaart

# Budgetmaatjes 010 biedt hulp aan Rotterdammers

tekst Saskia de Feijter  
foto Melanie Samat

**Budgetmaatjes helpen mensen die schulden hebben om redzaam te worden in hun financiële situatie. Maar ook als je onzeker bent over je financiën of je als je denkt in de problemen te kunnen raken in deze onzekere tijden, kun je de hulp inschakelen van een Budgetmaatje.**

‘Het is zelfs een heel goed idee om vroeg aan de bel te trekken’, zegt Paulette Rappard, coördinator van de Rotterdamse Stichting. ‘Je hoeft echt niet te wachten om bij ons aan te bellen totdat je diep in de schulden zit.’

## Stichting Budgetmaatjes 010

De stichting Budgetmaatjes 010 heeft zich als doel gesteld om binnen vijf jaar 2000 Rotterdammers op financieel gebied redzaam te maken. De stichting is op dit moment niet afhankelijk van subsidies en daardoor is er genoeg ruimte om mensen echt goed en langdurig te kunnen helpen.

Paulette Rappard legt uit: ‘Dat is wat het project uniek maakt, reguliere schuldhulpverlening heeft daar niet altijd tijd voor. De Budgetmaatjes krijgen de ruimte om mee te lopen zolang het nodig is, soms drie maanden, soms ruim twee jaar.’

Rappard geeft aan dat redzaamheid de kern van het werk is. ‘Je wilt mensen de juiste hulp geven, dus als mensen andere soort hulp nodig hebben of beter op hun plek zijn binnen een andere organisatie, dan worden ze doorverwezen.’

## Wie zijn de hulpvragers?

Mensen komen door verschillende situaties in de financiële problemen. Een partner valt weg, mensen gaan met pensioen, je gaat op jezelf wonen en geeft geld uit aan dure items die je een goed gevoel geven, je verliest je baan maar je vaste lasten blijven hetzelfde. Het kan soms snel gaan.

De hulpvragers gaan soms zelf op internet naar antwoorden zoeken, worden doorverwezen door het Expertise Team Financiën (ETF) of de Vraagwijzer, een loket vanuit de gemeente Rotterdam.

Om te bepalen of de hulpvrager de hulp van een Budgetmaatje kan gebruiken, zijn er intakegesprekken. Er zijn een aantal voorwaarden om een Budgetmaatje toegewezen te kunnen krijgen. Deze voorwaarden zijn gekoppeld aan de doelstelling dat hulpvragers uiteindelijk redzaam moeten kunnen zijn.

Budgetmaatjes 010 is voor iedereen met een hulpvraag die

- in Rotterdam woont,
- een vaste woon- en verblijfplaats heeft,
- redelijk goed de Nederlandse taal spreekt,
- geen verslavingsproblematiek heeft,
- en gemotiveerd is om zijn of haar geldzaken aan te pakken samen met een maatje.

## De rol van het inlooppreekuur

Naast de 1 op 1 begeleidingsstrajecten is er ook een wekelijks inlooppreekuur van Budgetmaatjes 010 in De Nieuwe Branding in Crooswijk. Dit is een laagdrempelige plek waar je zonder afspraak al je vragen kunt stellen.

Tijdens het spreekuur wordt de tijd voor je genomen. Als je het spannend vindt dat er iemand bij je thuis komt kun je dus ook eerst naar het spreekuur komen om kennis te maken met Budgetmaatjes 010.

## Wie zijn de Budgetmaatjes?

Budgetmaatjes zijn vrijwilligers van alle leeftijden, gepensioneerde mensen, experts in de financiële wereld, studenten en eigenlijk iedereen die kan en wil helpen. Je stelt je kwetsbaar op als je om hulp vraagt en daarom wordt er veel belang gehecht aan het sociale aspect van de interactie tussen Budgetmaatje en hulpvrager. ‘Het werk van een Budgetmaatje is voor 70% sociaal en voor 30% financieel’, zegt Rappard.

*‘Je hoeft echt niet te wachten om bij ons aan te bellen totdat je diep in de schulden zit’*

Meld je je aan als Budgetmaatje, dan krijg je twee dagen basistraining. Je krijgt geen stappenplan, want iedere hulpvrager is anders. Soms zul je je tempo moeten aanpassen, omdat de oplossingen die je van tevoren zelf bedacht hebt, misschien niet zo goed bij deze persoon werkt. Gaan we alles digitaliseren en in spreadsheets zetten of wordt het een ordner met printjes en een notitieboek? Stap voor stap ontdek je een passende methode.

‘Uit onderzoek blijkt dat mensen die langere tijd met schulden leven, minder bandbreedte hebben. Je moet een vertrouwensband opbouwen, daar de tijd voor nemen en ze stapje voor stapje dat stipje aan de horizon laten zien.’ Rappard vat samen; ‘Je bent een BudgetMAATJE, je levert MAATwerk. Je bent geen budgetbeheerder, je vertelt niet hoe het moet, je helpt en begeleidt en dat is letterlijk waardevol voor zowel de hulpvrager als het Budgetmaatje.’

### **Wordt ook Budgetmaatje!**

Budgetmaatjes 010 kunnen jouw hulp goed gebruiken. Zeker in deze financieel onzekere tijden. Ben je sociaal en help je graag dan kan je je aanmelden via [www.budgetmaatjes010.nl](http://www.budgetmaatjes010.nl) of stel je vragen tijdens het inloopspreekuur.

Budgetmaatjes 010

[www.budgetmaatjes010.nl](http://www.budgetmaatjes010.nl)

Inloopspreekuur elke woensdag van 9:00-12:00 in De Nieuwe Branding, Isaac Hubertstraat 153, Rotterdam-Crooswijk (ook in de vakantie!)

Hulp van een Budgetmaatje en vragen stellen in het inloopspreekuur is helemaal GRATIS.

# Nieuwe muurschildering herinnert aan slachthuisterrein

tekst Dik Vuik  
foto Melanie Samat

Onlangs werd in Crooswijk een nieuwe muurschildering aangebracht. De Columbiaanse kunstenaar Juan Barco schilderde op een blinde muur aan de Boermarke een boer, een koe en een schaap, allemaal in het teken van de vele namen in de buurt die aan vee en het boerenbedrijf herinneren. Maar waarom zijn die namen gekozen? De Crooswijker zocht het uit.

De hele 'Slachthuisbuurt', zoals de woonbuurt bij de Boermarke wordt genoemd, kent straatnamen die naar vee of het vroegere slachthuis zijn genoemd. Rotterdam had al in de Middeleeuwen een veemarkt, die in het centrum van de stad plaatsvond. In de negentiende eeuw werd de stad steeds groter en werd er naar een nieuwe locatie gezocht. Uiteindelijk verhuisde de veemarkt in 1867 naar Rubroek. Bij de plannen voor die verhuizing was in 1864 rekening gehouden met de bouw van een abattoir bij de veemarkt. De markt en het abattoir zouden dan een complex vormen. Het Stadsarchief Rotterdam heeft een schetstekening uit 1865 waarop zo'n complex is te zien. Op een tekening uit 1876 is dat abattoir echter nog steeds een plan en geen realiteit.



Tekening van de drie nog bestaande poortgebouwen aan de Boezemstraat (Stadsarchief Rotterdam)

Vanaf 1878 wordt er getekend aan een plan voor een abattoir bij de Boezem en dat plan wordt uiteindelijk wel uitgevoerd. Die locatie is dichtbij de veemarkt en biedt voldoende ruimte voor toekomstige uitbreidin-

gen, terwijl de veemarkt dan al midden in de woonwijk Rubroek ligt. In 1883 wordt het abattoir bij de Boezem geopend. De ingang bestaat uit drie monumentale gebouwen aan de Boezemstraat. In die poortgebouwen bevinden zich kantoren, maar ook de woning van de directeur van het abattoir.

De veemarkt en het abattoir blijven tot de jaren zeventig grote en beeldbepalende bedrijven in Crooswijk. In 1974 wordt de veemarkt echter verplaatst naar de Spaanse Polder en dat brengt ook het einde van het abattoir dichtbij. Het abattoir sluit uiteindelijk pas in 1981. Het complex wordt gesloopt en maakt plaats voor een woonwijk.

Als erkenning voor de zo lang bestaande veehandel en slachterij in Crooswijk krijgen alle straten in de nieuwe buurt de naam van vee of het slachtbedrijf. Zo kent de 'Slachthuisbuurt' straatnamen als Koeweide, Schapendreef, Vleeshouwerstraat en ook Boermarke, waar nu de muurschildering is aangebracht.



De muurschildering aan de Boermarke



Heb je het logo van de Wijkraad al gespot? Wat is ie mooi hè? Gemaakt door onze vormgever JACKY-O.

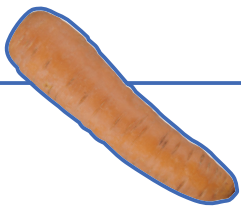


In Rotterdam staan er in verschillende wijken Weggeefkasten. Heb je spullen over die een ander goed kan gebruiken? Loop dan even naar een van onze Weggeefkasten. Zo hoef je niets weg te gooien en maak je er een ander superblij mee.

Foto: Weggeefkast aan Schapendreef ter hoogte van nummer 35

## Krachtvoer

Goedkoop én voedzaam koken!



door Madeleen Graafland



### INGREDIËNTEN (CA. 7 PORTIES)

Valle del sole rode splitlinzen, 350 gram	€ 1,59
Winterpeen	€ 0,39
Prei	€ 0,65
AH Spinazie a la creme, 450 gram	€ 0,73
AH pakje volkoren macaroni, 500 gram	€ 1,15
Heinz tomaten gezeefd, 500 ml	€ 0,99
Uit het keukenkastje: boter/olie, zout en peper naar smaak	

**Totaal:** € 5,50  
Da's ongeveer € 0,79 per persoon!

### BEREIDING

- 1 Rode linzen in een pan bereiden volgens verpakking.
- 2 Winterpeen in blokjes snijden. Prei in halve ringetjes snijden.
- 3 Winterpeen in ruime koekenpan met olie of boter 8 minuten bakken.
- 4 Prei toevoegen en bakken totdat het inslinkt.
- 5 Spinazie à la crème toevoegen en op laag vuur opwarmen.
- 6 Macaroni bereiden volgens verpakking.
- 7 Linzen en gezeefde tomaten toevoegen aan de saus en geheel goed doorroeren.
- 8 Breng op smaak met peper en zout.





tekst Saskia de Feijter  
foto Rachel Ross

# wol is warmer

Het wordt kouder en de energieprijzen zijn hoger. Hoe blijven we warm? Een makkelijke manier om dat te doen is: wol dragen.

Wol (van schapen) is de beste keus omdat wol

- ademt,
- vuur-vertragend werkt,
- tot 30% van zijn gewicht in vocht opneemt en
- een circulair en duurzaam materiaal is.

Dit alles betekent dat wol je veilig, warm en drooghoudt en dat het ook nog eens de meest duurzame keuze is.

## Maar het kriebelt en het is duur. Toch?

Over kriebel kan ik kort zijn. In de koude noordelijke landen dragen mensen veel wol. Daar kriebelt het net zo veel als hier maar als je het koud hebt heb je andere prioriteiten. Een shirtje eronder en klaar!

Wol kan, maar hoeft niet duur te zijn. Let op, acryl is geen wol. Acryl is eigenlijk gesponnen plastic, het geeft een zwe-

terige verstikkende warmte en kan gevaarlijk zijn in de buurt van vuur. Kijk naar de labels, een klein percentage wol is al beter dan geen wol.

Zoek naar tweedehands wollen truien en accessoires op Marktplaats of in de kringloopwinkel.

Zelf maken is – niet altijd – goedkoper, maar wel goed voor je brein, voor de ontspanning en leuk om te doen. Zoek op YouTube naar ‘Juffie Brei’ om in een paar lessen de basis van breien te leren.

## Handig om te weten

Warmte ‘lekt’ het meeste weg via het hoofd, warme voeten betekent warm lijf en je aderen liggen hoog op je polsen. Met een wollen muts, wollen sokken en polswarmers ben je al een heel eind.

Wil je meer weten over wol en breien, kom dan op zaterdagochtend naar [www.crooswijkbreit.nl](http://www.crooswijkbreit.nl).

Op even weken breien we bij Café Eden en tijdens oneven weken bij CROOS.

## DE CROOSWIJKER IS GRATIS AF TE HALEN BIJ:

Primera  
Hoppesteyn  
Middin Rubroek  
Nivon  
Wijkgebouw de Bron  
Ontdekhoeck  
Speeltuin vereniging Crooswijk  
Café Digters  
Café Eden  
Albert Heijn Goudseplein  
Café CROOS  
De Nieuwe Branding  
Studio Haircare



# GOED IN CROOSWIJK



Crooswijk op Stelten (foto: Melanie Samat)

## De Wijkhub Crooswijk gaat weer open!

Het heeft wat langer geduurd dan gepland, maar het is eindelijk zo ver! De vernieuwde Wijkhub Crooswijk (voorheen Participatiecentrum) gaat de deuren openen! De gemeente, Havensteder en andere partners kunnen er weer samenwerken met de bewoners voor Crooswijk!

Op dinsdag 6 december is de opening van de Wijkhub. Van 15:30 tot 18:00 uur kunt u onder het genot van een hapje en drankje de vernieuwde Wijkhub komen bezichtigen. Dit is natuurlijk ook een mooi netwerkmoment voor partners en bewoners. Komt u ook?

Wethouder Simons zal aanwezig zijn om samen met wijkmanager Saskia Hak de officiële opening te doen om 17:00 uur. Heeft u nog vragen? Dan kunt u een mailtje sturen naar [goedincrooswijkDV@rotterdam.nl](mailto:goedincrooswijkDV@rotterdam.nl).

## Wilt u af van uw oude droogrek, kapotte waterkoker of nog bruikbare spullen?

Lever deze spullen, die u zelf kunt tillen of die in een boodschappentas passen, gratis in bij het pop-up milieupark. Het pop-up milieupark is een kleine variant van één van de zeven Rotterdamse milieuparken en staat voor een aantal uur bij u in de wijk opgebouwd. U kunt op die dag afval dat te groot is voor een wijkcontainer of nog her te gebruiken is gescheiden inleveren. Ook apparaten, meubilair of kleding die u niet meer gebruikt of nodig heeft, maar wel in goede staat is, kunt u

brengen. Wellicht kan een buurtbewoner dit goed gebruiken. Weet u dat er in Rotterdam Noord, Banierstraat 1, een Repair-café zit waar kapotte elektronische apparaten gerepareerd kunnen worden? Ook kunt u bij het Huis van de wijk De Branding een bakfiets lenen om bijvoorbeeld op andere dagen zelf uw grofvuil naar het milieupark te brengen.

Meer weten? Kijk dan nog even op:

[www.rotterdam.nl/milieupark](http://www.rotterdam.nl/milieupark)

## Crooswijk op Stelten

Zaterdag 29 oktober was het zover. Crooswijk op Stelten. Wat vroeger een soort braderie van de ondernemers van de Crooswijkseweg was, is nu een evenement voor iedereen in de wijk, jong en oud. Sport, muziek, theater, poppenkast, workshops en bijvoorbeeld een virtual reality game. En eten, heel veel lekker eten. We hadden op deze prachtige dag een warmte record, hoe fijn was dat!

Op de informatiemarkt kon je onder het genot van een kop koffie in gesprek met de wijkraad, de gemeente en woningcorporaties. We hebben veel informatie opgehaald over wat 'Goed in Crooswijk' is volgens de bewoners. Dit kunnen we goed gebruiken bij de plannen die we aan het maken zijn. Maar wat nog veel belangrijker was om te zien hoe veel activiteiten, organisaties, verenigingen en enthousiaste bewoners er zijn in Crooswijk!

## Onderzoek naar de beste behandeling van klachten van de voeten bij diabetes

Bent u of kent u iemand met diabetes en klachten van de voeten (pijn, tintelingen of een doof/vreemd gevoel)? Meld u dan nu aan voor een onderzoek naar de beste handeling in één van de Ziekenhuizen in Rotterdam.

Het Franciscus Gasthuis en het Maasstad Ziekenhuis doen samen met 10 andere ziekenhuizen onderzoek naar de beste behandeling van zenuwklachten in de voeten en onderbenen (pijn, tintelingen, een doof/vreemd gevoel) bij diabetes.

Zenuwklachten kunnen veel impact hebben op de kwaliteit van leven en in ernstigere gevallen zelfs leiden tot wonden en amputaties. Het is daarom belangrijk om te onderzoeken of we deze klachten kunnen verminderen. 12 ziekenhuizen in Nederland onderzoeken samen of een operatieve behandeling helpt bij het verminderen van de klachten en het voorkomen van wonden en amputaties. In het onderzoek krijgen mensen meerdere uitgebreide gevoelsmetingen van de voeten.

Het Franciscus Gasthuis en het Maasstad Ziekenhuis zoeken nog steeds mensen met diabetes en klachten van de voeten en/of onderbenen.

U kunt contact opnemen voor een uitgebreid onderzoek van de voeten en om te kijken of deelname mogelijk en gewenst is. Meer informatie over deelname aan de studie kunt u vinden op [www.lastvanmijnvoeten.nl](http://www.lastvanmijnvoeten.nl). U kunt ook mailen of informatie of om u aan te melden via [decostudie@umcutrecht.nl](mailto:decostudie@umcutrecht.nl).

## Budgetmaatje worden?

Geldproblemen kunnen je leven beheersen. Slapeloze nachten, brieven die niet meer worden geopend, aanmaningen die blijven liggen en schulden die zich opstapelen. De problemen komen nooit alleen en gaan meestal van kwaad tot erger. Veel mensen lukt het niet om er zelf uit te komen. Een Budgetmaatje kan het verschil maken!

Budgetmaatjes 010 wil Rotterdammers die problemen hebben met hun financiën, helpen weer grip op hun geld te krijgen. Zij worden gekoppeld aan een vrijwilliger, het Budgetmaatje. Het Budgetmaatje komt 1 dagdeel in de week bij een hulpvrager thuis en helpt om inzicht te krijgen in de inkomsten, uitgaven en schulden.

Je kijkt mee wat realistische betalingsregelingen zijn of ondersteunt, indien nodig, bij de aanmelding bij de Kredietbank Rotterdam. Je biedt een luisterend oor, steuntje in de rug, motiveert en leert iemand zijn financiële redzaamheid te vergroten. Als Budgetmaatje help je iemand in 1, maximaal 2 jaar, weer grip op zijn of haar geld te krijgen.

Voor je aan de slag gaat, krijg je eerst een training en vragen we je VOG aan. Eenmaal gekoppeld, staan we voor je klaar bij vragen, neem je deel aan interviews en bijscholing.

Enthousiast om Budgetmaatje te worden? Kijk voor meer info op [budgetmaatjes010.nl](http://budgetmaatjes010.nl). Meld je aan via [info@bm010.nl](mailto:info@bm010.nl) of 010 3 16 17 16

**BUDGET  
MAATJES**  
OIO SAMEN GRIP  
OP JE GELD

DRUKKERIJ GRAPHIC PRINT

drukkerij  
Graphic Print  
GP

Voor al uw  
druk- en printwerk!

\*\*\*

Familie drukwerk, Folie- & Preegdruk



010 - 467 7088

[info@graphicprint.nl](mailto:info@graphicprint.nl)

[www.graphicprint.nl](http://www.graphicprint.nl)



Bij inlevering van deze bon:

**10% korting**

**op materiaalkosten!**

**Geldig bij besteding vanaf €100,-**

Contactgegevens:

Adres: Nieuwe Crooswijkseweg 95/97

Postcode: 3034PN

Telefoonnummer: 010-4136270

Emailadres: [info@aan trekker.com](mailto:info@aan trekker.com)

Openingstijden: Dinsdag t/m vrijdag – 10:00 tot 14:30

Zaterdag – 9:00 tot 13:00

Facebook: Den Aantrekker woninginrichting

Let op: alleen geldig voor mensen woonachtig in Crooswijk-Kralingen

