

# Bulletin De Pijp

Oud-Zuid



**VRIJWILLIGERS GROEN GEMAAL**

**GRATIS**

Wijkkrant

nummer 284 2018 jaargang 30

# COLOFON

Jaargang 30  
nummer 284 april 2018  
Oplage 1000 exemplaren  
Verschijnt zes keer per jaar

#### Redactieadres:

Postbus 51346, 1007 EH Amsterdam  
E-mail: [redactie@bulletindepip.nl](mailto:redactie@bulletindepip.nl)  
Tel: 06 10 8585 92  
Bank: NL47INGB0007867814  
t.n.v. De Gemeenschap Amsterdam

#### Redactie:

Anke Kuijpers (administratie)  
Bert Roelofs ( hoofdredactie en vormgeving)  
Sabine van Tatenhove (eindredactie)

#### Medewerkers:

Katja Elsas, •Marieke van Gessel,  
Reneé van der Heide, Peter Noordendorp,  
Manuel Scheurs, Uke Veenstra,  
Geertje Verheijden.

**Bulletin De Pijp** aanvaardt, samen met samenwerkende derde partijen, geen aansprakelijkheid voor mogelijke onjuistheden, onvolledigheden en eventuele gevolgen van het handelen op de grond van de inhoud van deze krant.

De ingezonden stukken komen niet noodzakelijkerwijze overeen met de mening van de redactie.

#### Suggesties, tips of reacties:

kunt u e-mailen naar:  
[redactie@bulletindepip.nl](mailto:redactie@bulletindepip.nl)

#### Per post sturen naar:

Bulletin De Pijp  
Postbus 51346  
1007 EH Amsterdam.

#### Advertenties en administratie:

Anke Kuijpers  
Tel: 020 6766415 ( op werkdagen)  
E-mail: [redactie@bulletindepip.nl](mailto:redactie@bulletindepip.nl)

#### Overige informatie:

Bulletin De Pijp is een uitgave van De Gemeenschap Amsterdam.  
Dient als expressiemiddel van de wijk, plaats de mens als centrale waarde, beschouwt alle mensen gelijkwaardig, erkent de vrijheid van gedachte en geloof en staat open voor elke soort deelname, mits deze geen discriminatie of geweld oproept.

## Inhoud

- In memoriem
- Katsongs
- Interview Sifu Henny Eleonora
- Ankie's muziek
- Bloemen en planten
- De verhalen van een zeeman
- OBA Amstel en CC Amstel
- Het favoriete recept van.....
- Stadsdeelinformatie
- Kunst- theater -film- muziek
- Ondersteuners wegwijzer



**Spaanse delicatessen**  
**Belegde broodjes**  
**Tapas en paella**  
**Spaanse stoofgerechten**

**Borrel of feestje?**  
**Pacomer**  
**Traiteur & Catering**

Pacomer Traiteur  
Gerard Doustraat 66  
1072 VV Amsterdam  
Tel: 020 4711323  
[www.pacomertraiteur.nl](http://www.pacomertraiteur.nl)  
[info@pacomertraiteur.nl](mailto:info@pacomertraiteur.nl)



**1e vd Helststraat 50**  
**Tel: 020 671 22 42**

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



**Café Hermes Heeft Het .....**

# In memoriam

Jan van Overveld

17-7-1938

22-2-2018



Mijn zeer speciale vriend en compagnon in vele humanistische vrijwilligersprojecten over de afgelopen 23 jaar heeft deze wereld en deze tijd op zeer abrupte wijze verlaten. Zijn prominente aanwezigheid en speciale humor zal ik zeker missen. Jan was een echte vriend waarop je kon vertrouwen. Ook was hij heel solidair en heeft hij zich vele malen met hart en ziel ingezet voor onze projecten in Afrika en voor Bulletin de Pijp. Je kon veel met hem lachen maar hij kon ook heel ernstig zijn en diep begaan met het lot van anderen. Hij nam geen blad voor zijn mond en schaamde zich nergens voor. Een vrije ziel die heel veel in zijn leven heeft gedaan. Jan had iets speciaals waardoor hij makkelijk vrienden maakte, niet alleen in Amsterdam maar door de hele wereld. Hij was een echte humanist die geweld verafschuwde en het liefst een wereld wilde van vrede en geweldloosheid.

Jan heeft hier zijn lichaam achtergelaten, dat lichaam wat begon hem in de steek te laten. Maar ik weet zeker dat zijn bevrijdde ziel een hoge vlucht heeft genomen naar een nieuwe bestemming.

Vlieg vrij lieve Jan, ik zal hier, samen met vele vrienden, je wervelende aanwezigheid missen.

Peter Noordendorp  
en vrienden



## Lentecliché

Vogels laten weer van zich horen  
Zij vliegen rond met takjes en wormen

Knoppen ontluiken in prachtige kleuren  
Bloesems verspreiden heerlijke geuren

Lachende mensen worden wakker uit dromen  
De levenssappen zijn weer gaan stromen

Een waas van groen komt over de bomen  
Jonge dieren zijn splend tot leven gekomen

Het verlangen naar licht is aangebroken

Katsongs © 2018



KATSONGS

# Interview met Sifu Henny Eleonora

*In het vorige bulletin stond het eerste deel van het interview met Sifu Henny Eleonora, de stichter van de Kung Fu school Liu He Men in Sporthal De Pijp. Hier het vervolg.*

## **Komen er ook mensen met specifieke kwalen?**

'Ik werk wel met mensen met fysieke ongemakken. Daar kan ik een nuttige bijdrage aan leveren. Als mensen problemen hebben met de armen, de benen, de rug, dan kan het. Dan is Dao Yin en Qi Gong heel goed. Het is dé methode en dé ontwikkeling voor het dagelijks leven waarin wij nu leven. Er wordt tegenwoordig veel over mindfulness gepraat. Mindfulness is Dao Yin, is Qi Gong, is Tai Chi, is martial, is alles. In de Westerse mindfulness worden veel woorden gebruikt. Maken ze met woorden een daad. Dat wil ik niet. Mijn mindfulness gaat over jezelf leren kennen. Zoals bij een coördinatieoefening (vegen met één hand en kloppen met de andere) je even terug moet gaan naar jezelf om de connectie te maken. Het bewustzijn is in het moment. Met het oproepen van het bewustzijn van dat moment kom je dicht bij het zogenoemde "wakker maken" van jouw onwetendheid. En niet in gewoonte te leven. Tegenwoordig hebben mensen niet veel tijd. Maar nu moet je elke ochtend staan en 100 of 130 bewegingen doen. Je zegt "leuk, dat doe ik wel." Maar praktisch gezien: vergeet het. Als ik een Dao Yin-pil zou kunnen maken of een Tai Chi-pil, zou dat veel beter zijn, want mensen willen liever een pil nemen, dan de bewegingen doen.

Soms zeggen wij "al die grote bewegingen van Tai Chi zijn fantastisch". Maar het past niet meer in 2018 of zelfs voor de toekomst. Nu willen mensen een klein beetje bewegen met veel resultaat. Je gaat niet voor de kwantiteit, maar de kwaliteit. Dat betekent dat ik nu liever in vijf minuten dit heb beleefd en dan zeg dat is lekker, dat voelt goed, in plaats van een uur lang trainen om dat effect te krijgen. Dao Yin YangSheng Gong heeft heel veel vormen, kleine en grote. Je hebt vormen voor conditioneren, voor cardio. Maar je hebt ook vormen voor medische problemen. Voor je longen, je hart, je lever. Een breed scala dus, waaruit je een keuze kunt maken. Maar de vier basistechnieken van de Dao Yin zijn eigenlijk de sleutelmethode voor al die andere dingen. Niet zo veel dus. Maar je moet wel de

discipline en de inzet hebben om het te doen.

Stel, vijf personen hebben last van hun longen, maar geen van hen is hetzelfde, terwijl de beweging bijna hetzelfde is. Maar de één geef ik hem net ietsje anders om resultaat te kunnen krijgen. En dat maakt het verschil in Dao Yin YangSheng Gong. Waarom kiezen wij voor een bepaalde vorm of voor dit of dat probleem? Het is gebaseerd op de traditionele Chinese geneeskunde. Je moet weten wat en waarom je dat doet. Dan weet je waar je naartoe moet werken. Het gaat om een balans te bereiken. Ik geef bijvoorbeeld soms kruiden voor de longen, maar ook om in balans te blijven. Je kunt goed trainen, maar je kunt het ook slechter maken. Het moet goed in balans zijn en dat is met het Dao Yin-systeem ontwikkeld.'

## **De school.**

'We hebben veel docenten. Een aantal van hen zijn hun eigen school begonnen. We hebben nu vijf scholen buiten de centrale school, in Hoorn, Nieuw-Vennep en Zaandam. Ik heb ongeveer vijftien leraren opgeleid. We zijn best kritisch om te zeggen wanneer iemand een docent is. Binnen dit gebouw van de centrale school hebben wij zowel assistenten als leraren. We hebben ook leerlingen die leraar willen worden. Ik wil ook dat zij zichzelf ontdekken. Zodat zij de stappen kunnen maken en ook anderen kunnen motiveren om meer kleine cursussen vaker te kunnen geven. Zodoende zouden meer mensen kunnen komen om het verschil en het voordeel te ervaren.



**Kookwinkel**  
**De Pittenkoning**  
1e van der Helststraat 35  
hoek Albert Cuyp markt  
tel: 020 6716308  
[www.depittenkoning.nl](http://www.depittenkoning.nl)

We hebben hier verschillende titels: instructieleraar niveau 1 (gecertificeerd), gevorderde leraar, leraar leraar en mentor. Ik ben leraar leraar. De mentor is mijn leraar. Hij geeft geen les meer, want hij is gepensioneerd, maar hij geeft advies en hij luistert en kijkt. Onze school is erg gehecht aan een soort traditie, een hiërarchie. En dat is een heel moeilijk punt voor de maatschappij waarin wij nu leven. Onze structuur heeft het karakter van een familie. Onder die familietakken kun je lijntjes zetten wie is a, wie is b, van wie hoort dit en van wie hoort dat. Zo hebben we de recreatiegroep en de familiegroep. De familieschool is de pilaar van de school. Die houdt de school bij elkaar. Van hen krijgen we weinig geld, maar wel het onderwijs, de ondersteuning en ontwikkeling die jouw pilaren zijn. Met de recreatiepoot betalen we de huur en verzorgen we de toeristen, die in- en uitgaan. Zodoende kun je verder doorgaan met je werk.

Alle officiële docenten worden ondersteund door de centrale school. Daarnaast hebben we zes á zeven assistenten. Sommigen van hen gaan in november examen doen. Het is het laatste stukje waar ik me nog echt mee ga bemoeien. Wij zijn namelijk in januari met het Dao Yin YangSheng Gong systeem overdag begonnen. Eén van die studenten gaat deze lijn nu doceren. Mijn taak is ze een beetje los te laten, zodat zij hun eigen ideeën en dingen gaan toepassen. En stel dat er iets fout gaat, dan kunnen we nog steeds ondersteunen. Maar stel dat het goed gaat, dan komt er een moment dat zij misschien hun eigen school beginnen. Dat is dus het idee van de school hoe wij elkaar ondersteunen en elkaar onderhouden om iets op te bouwen.

### Hoe wordt 'de familie' bijeengehouden?

'Familie is leuk, maar soms natuurlijk ook moeilijk. Of je je broer of zus nu aardig vindt of niet, je moet hen toch accepteren. Dat is het moeilijkste stuk in de hiërarchie om vast te houden, om dat mooi met elkaar te houden. Wij hebben hier twee keer per jaar een Kung Fu clubmatch onder elkaar. Samen met alle scholen en hun leerlingen herdenken wij elke 7 februari onze grootmeester. Dat betekent net zoals je opa. Dat is een familiebijeenkomst. En dan hebben we de Kung Fu International, waarbij we ook samenwerken met elkaar. Zo proberen we de familie bij elkaar te houden. Ik geloof in de leraren, in hun kunnen. En bij wat ik heb overgedragen hoop ik dat zij hun eigen inbreng hebben en eigen ontwikkeling naar voren brengen. Ik geloof in de mensen. Alle mensen hebben goedheid in zich. Wij zeggen "een vuist heeft een palm"; doen wij het los van elkaar, soms ver van elkaar, toch zijn we met elkaar verbonden. Ik geloof in dat stuk en ik wil van mijn stoel afstappen om de volgende generatie de kans te geven hun de weg te gaan.

Dat is de ontwikkeling. Ik geloof dat wat voor art je ook doet, je moet ontdekken en laat anderen ook ontdekken. Ik wil iemand niet vast en onder controle houden. Ik wil iemand de ruimte en vrijheid geven. Want van wat jij hebt geleerd, is het de vraag hoe je dat gaat toepassen. Hoe men de nalatenschap van het verleden naar de toekomst brengt?

### Wat geeft het uzelf om les te geven?

'Passie. Het is een prachtige school. Ik heb de school gebouwd met één doel. Het is niet mijn school, maar de school van de mensen. Dit soort trainingen moet je doen met passie, met je hart. Je kunt het niet doen voor financiële winst. Dan was ik allang gestopt. U weet het niet, maar voor de mensen die hier zitten: ik moet nog steeds naar buiten rennen om extra werk te doen om dit te onderhouden. Zie je die naam daar, "Yip Group"? Yip Won is een Chinese Amsterdammer. Hij is naar Nederland gekomen met zijn ouders. En langzaam is hij een bedrijf begonnen. Vandaag is hij één van de miljonaars in Nederland. Ik ben ongeveer vijftien jaar geleden bij hem terecht gekomen om de Chinese leeuwens dans te doen voor zijn bedrijven, die de traditie bijhouden. En zo hebben wij ook een Kung Fu competitie georganiseerd om de traditionele Kung Fu en de Chinese cultuur te promoten. Hij is onze hoofdsponsor geworden. De heer Won vroeg mij net als jij: "Henny, waarom doe jij dit?" Ik heb hem geantwoord "Het is "a way of life". Deze dingen hebben mij veel gegeven toen ik bezig was met mijn gezondheid en mijn rijkdom, niet van geld, maar van binnen. Ik ben nog steeds geen 100%, maar ik ben blij, dat ik geen 100% ben. Want ik ga een stap vooruit en weer een stap achteruit.

>



voor al uw  
dieren voedsel



**Bert's**  
**Dierenbenodigheden**  
**Albert Cuymarkt 163**

**Sonny**  
**FALAFEL**

1e vd Helststraat 43  
Tel: 020 6767612

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

eigen gemaakte  
**VLAAMSE FRITES**



## vervolg interview met Sifu Henny Eleonora

Als alles juichend perfect ging, zou ik het leven heel saai vinden. Maar om je met hart en passie in te zetten, geeft mij een andere blik op mijn oude meesters. En ook een ander gevoel. Daarom doe ik dat. Het gaat om het promoten van het erfgoed en de voordelen die zij ons gegeven hebben. Ik wil dat iedereen erin kan delen, gratis. Yip Won is in principe de motor die deze school nog draaiende houdt. Want als het alleen van de leden zou afhangen, dan gaat het niet. Vroeger was het anders. Nu heb je zoveel concurrentie, ook via internet. Iedereen is Meester. Dus dan moet je concurreren tegen dingen als mindfulness, bootcamp, fitness. Alles zit in Kung Fu, maar we gebruiken niet van die trendy namen. Dat wordt te ingewikkeld. Mijn ding is de passie, de paadjes die erachter zitten, het plezier om te zien hoe de mensen groeien en hoe ze zichzelf verder willen ontwikkelen. Ik wil niet dat mensen mij gaan bedanken voor wat ik voor mezelf heb gedaan. Het maakt me niet uit wat ze willen ontwikkelen, als zij in hun leven een belangrijke ontwikkeling maken, dat zij zelf verder kunnen groeien en ander een licht brengen, dan ben ik tevreden. Dan heb ik het gevoel "ik heb gedaan wat ik wilde doen".

### informatie

**Op de Liu He Men school wordt getraind in de stijlen Liu He Men, Xing Yi en Pa Kua, als ook in Tai Chi, Tao Yin en Qi Gong. Informatie over de vechtkunsten en de trainingen kunt u vinden op de website [www.liuhemen.nl](http://www.liuhemen.nl), of bel 06-55 38 26 64.**

**Voor meer informatie of een gratis proefles kunt u iedere dinsdag terecht van 10.00 tot 11.00 uur en van 19.00 tot 20.00 uur, op donderdag van 19.00 tot 20.00 uur en op vrijdag van 10.00 tot 11.00 uur.**

**Liu He Men Kung Fu school  
Lizzy Ansinghstraat 88**



café  
**de Groene Vlinder**

1e v.d.  
Helststraat  
hoek  
Albert Cuyp  
markt

Tel:  
020  
4702500

# Ankie's muziekie

## Twee eigengereide freules

*Mijn beroep blijft toch nog steeds heel leuk. Bijzondere gebeurtenissen en ontmoetingen. In januari kwam een man langs die vroeg of ik een restant wilde opkopen. Nou kan iedereen zich voorstellen dat ik niet direct op honderd mandolinemethodes zit te wachten. Maar dat was niet het geval. Het bleek om drie dozen bladmuziek te gaan van de componist Diepenbrock. Het werd een leuk en interessant gesprek. We waren het er allebei over eens dat het zo jammer was dat nog zo weinig van deze componist werd uitgevoerd. Op de Nederlandse radio hoor je het bijna nooit. Wat dat betreft kunnen wij nog een voorbeeld nemen aan België, vooral aan de zender Klara, die regelmatig werk van Belgische componisten uitzendt. Ik beloofde de bladmuziek op te halen. Toen hij wegging en zijn naam noemde bleek het om de kleinzoon van de componist te gaan.*

Een paar weken later at ik bij vrienden en kregen wij het over een boek dat drie jaar geleden was verschenen. Ik had het niet gelezen maar wist dankzij de recensies dat Diepenbrock daar uitgebreid in voorkwam. Ik was meteen geïnteresseerd en mocht het lenen. Voor een dikke pil van ruim zeshonderd bladzijden draai ik mijn hand niet om en ik heb het in drie dagen uitgelezen. Wat een fascinerend boek! Het gaat om Cécile en Elsa, strijdbare freules, geschreven door Elisabeth Leijnse die hier zeer terecht de Libris Geschiedenisprijs voor gekregen heeft. Het leest als een roman en de Groene Amsterdammer schreef: 'Veel meer dan het verhaal van twee eigengereide vrouwen, ze [Leijnse] geeft ook een



## Spaans Restaurant

### Vamos A Ver

Govert Flinckstraat 308  
Telefoon 020 673 69 92



Dinsdag gesloten  
Cerrados los martes  
[www.vamosaver.nl](http://www.vamosaver.nl)

buitengewoon rijk beeld van Nederland aan het eind van de negentiende eeuw tot de Tweede Wereldoorlog.

En eigengereid waren ze. Cécile (1866-1944) en haar zus Elsa (1868-1939) stamden af van het adellijke geslacht De Jong van Beek en Donk. Hun vader bekleedde veel politieke functies en daardoor verkeerde de familie in de hogere en culturele kringen. De ouders lieten hun twee dochters niet naar school gaan, maar de moeder gaf ze zelf les volgens de principes van Fröbel, een bekende pedagoog in die tijd. Het kwam er op neer dat kinderen zelf aangaven wanneer ze aan bepaalde dingen toe waren om te leren. Verder draaide alles om zelfbeheersing en beteugeling van egoïsme. Ze hadden een leuke jeugd en omdat ze weinig contact hadden met leeftijdgenootjes waren de zussen erg aan elkaar verknocht. Cécile trouwde in 1890 met een rijke zakenman en kon al haar tijd besteden aan liefdadigheidswerk. Dat was niet ongebruikelijk in die kringen, omdat vrouwen van die stand niet geacht werden te werken. Het begon ermee dat ze zich het lot aantrok van de vogels waarvan de veren gebruikt werden om op hoeden van dames te naaien. Het was een marteling voor deze dieren en ze richtte met enkele anderen de 'Bond ter bestrijding eener gruwelmode' op. Daar zou later de Vogelbescherming Nederland uit voortkomen.

### Vrouwenrechten

Elsa werd vanaf het begin ook bij alles betrokken. Haar zus trok zich vervolgens het lot aan van werkende vrouwen die tegen een hongerloontje moesten zwoegen in vaak barre omstandigheden. Door haar inspanningen werd in den Haag in 1898 de Nationale Tentoonstelling van Vrouwenarbeid gehouden. Daar konden de gegoede mensen zien hoe het eraan toging in de fabrieken en ateliers. Er werden veel lezingen gehouden en het werd een groot succes. Voor haar huwelijk was dit alles minder gunstig. In

1899 scheidde Cécile van haar man, een ongebruikelijke stap in die tijd. Ze was al een lange tijd bezig geweest aan een emancipatieroman, die in 1897 uitkwam, getiteld Hilda van Suylenburg, en opnieuw een groot succes bleek. Ze verwerkte hierin autobiografische elementen van haarzelf en haar zus, aangevuld met fictie. De hoofdpersoon, Hilda, combineert een baan als advocate met een gelukkig gezinsleven. Het bleef voor Cécile's critici ironisch dat ze dit zelf niet had bereikt. Ze bleef bijna haar hele leven voor vrouwenrechten en vrouwenkiesrecht strijden. Geheel ongerijmd en tegendraads besloot ze op het eind van haar leven rooms-katholiek te worden, terwijl ze de kerk levenslang verafschuwde had.

Elsa deed in alles mee met haar zus, ze konden slecht zonder elkaar, maar naarmate ze ouder werden kwam het vaker voor dat ze botsten over standpunten ten aanzien van Cécile's boek en vele andere boeken en artikelen van haar. Ze zagen elkaar soms jaren niet, maar bleven wel regelmatig schrijven. Cécile woonde vanaf 1900 in Parijs en Elsa verbleef in Amsterdam. Rond 1890 had Elsa een leraar Latijn ontmoet en langzamerhand ontstond er een bijzondere band tussen deze twee. Cécile, die altijd alles mede wilde bepalen, was erg met hem in haar nopjes. Hij was weliswaar niet van adel of rijk maar wel een intellectueel én musicus. Hij heette Alphons Diepenbrock (1862-1921).



*In het volgende nummer het vervolg.*

**Al ons (klein) brood en gebak eigen fabrikaat**  
**Ferdinand Bolstraat 134 tel: 020 6621209**

# Bloemen en planten

## NIEUWS UIT HET GROENE HART

*Nee, we zoeken het niet verderop, maar blijven in de buurt. We doelen op het Sarphatipark, het groene hart van De Pijp. Daar verandert momenteel veel. We zien mooie dingen, maar ook minder mooie en zelfs onbegrijpelijke ingrepen. Een update over het wel en wee van onze groene stadsoase.*



### **Eerst het goede nieuws of eerst het slechte nieuws?**

We willen niet te boek komen te staan als te negatief, dus eerst maar de mooie dingen. Op het Groen Gemaal, vlakbij de ingang van het park aan de kant van de Eerste van der Helststraat, zitten de vrijwilligers niet stil. Onder leiding van Stefan Lemmers en John Kroon is de entree van het Groen Gemaal, waar je tuinplanten en zaden kunt ruilen of voor een zacht prijsje kunt kopen en je laten adviseren en inspireren, verfraaid. Tegen de schuur van het Groen Gemaal hangen nu vier prachtige 'pallettuinen' met elk een eigen thema: een watertuin, een paddenstoelentuin, een grassentuin en een 'triple triangleruin' met persoonlijke betekenis voor ontwerper Stefan. Op duurzame wijze gemaakt, met palletten als basis en versierd met sloopmaterialen, afgeval-takken en gesprokkeld hout.

Projectleider Henk Vrolijk en vrijwilligster Anna-Maria Fernandes hebben hard gewerkt aan de transformatie van de gedateerde weblog in een actuele facebookpagina: [www.facebook.com/GroenGemaalDePijp](http://www.facebook.com/GroenGemaalDePijp). Daarnaast zijn ze een samenwerking aangegaan met Van Plestik, een bedrijf in Noord dat afval recyclet en er meubilair van maakt, om workshops voor schoolkinderen te organiseren. En ooit gehoord van 'bostel'? Fervente bierdrinkers misschien wel.

Dit restproduct van het graan dat door bierbrouwers wordt gebruikt, zit nog vol voedingswaarde. Anna-Maria en Henk kijken of het ook geschikt is als vogelvoer, mede om het voeren van de eenden met brood tegen te gaan. Sommige mensen voeren de vogels in het park zelfs pizza. Ongezond voor de dieren, verontreinigend voor het park en het trekt ook nog eens ratten aan. Het bostel ligt nu te drogen in het Groen Gemaal. Het is de bedoeling dat mensen er straks oud brood kunnen inruilen voor een zakje gezond bostel.

### **Lentemarkt en bollenbakken**

**Plantenliefhebbers hebben het misschien al in hun agenda gezet:**

**op zondag 22 april vindt rond het Groen Gemaal de jaarlijkse Natuur- & Milieumarkt plaats, van 12.00 tot 16.00 uur.**

**Met weer een aantal gespecialiseerde, biologische kwekers van mooie, sterke planten, klimplanten, groenten en kruiden, stands met lekkere streekproducten, workshops, informatiekramen en kinderactiviteiten.**

**Kijk voor het volledige programma op [www.nmtzuid.nl](http://www.nmtzuid.nl).**

**Het Natuur&Milieuteam Zuid organiseert overigens het hele jaar door leuke en praktische cursussen, van geveltuinieren tot moestuinieren en composteren.**



**Dan langzaam maar naar het minder goede nieuws,** al heeft elk nadeel zijn voordeel, om met Johan Cruijff te spreken. Persoonlijk vond ik de beplanting rond het Sarphati-monument een van de mooiste stukken in het park. Nicole de Rop heeft deze in 2014 in opdracht van de gemeente ontworpen en aangelegd. Tegenwoordig werkt Nicole onder meer in het Rosarium in het Vondelpark, en eerdere werkte hij onder andere op het landgoed Eltham Palace bij Londen.



door Marieke van Gessel

Daar leerde hij Henk Gerritsen kennen, onder groenkenners een bekende naam. Henk en zijn partner Anton Slepers begonnen de inspirerende Prionatuinen in het Overijsselse Schuinesloot. Deze worden nog altijd opengesteld voor bezoekers. Gerritsen was samen met Piet Oudolf een van de grondleggers van de stijl die wereldwijd beroemd is geworden als 'The Dutch Wave'; een natuurlijke stijl door de combinatie van grote groepen sterke (prairie)planten en siergrassen.



Nicole liet zich voor de beplanting rond het monument door Gerritsen, die in De Pijp heeft gewoond, inspireren, met veel siergrassen, maar ook voorjaarsbollen en najaarsbloeiërs als zonnehoed (*Rudbeckia*) en zonnekruid (*Helenium*), waar veel bijen en vlinders op afkomen. Tot mijn grote schrik was de cirkel rond het monument opeens helemaal leeggehaald; er stond geen sprietje meer. Wat blijkt? Het stadsdeel vond dat het monument niet meer goed zichtbaar was en dat de beplanting niet goed onderhouden werd (wie is daarvoor verantwoordelijk dan?). Dus komt er nieuwe beplanting. Waanzin en pure geldverkwisting.

Hetzelfde geldt voor het grootschalig verwijderen (met hoogwerkers) van de klimop die in de bomen in het park groeit. Imker Oscar Vrij van bijenwerkgroep De Pijp: 'Vanaf 2012 leek het goed te gaan met gemeentelijk beleid ten aanzien van de bijen in de stad. In het kader van het opstellen van het beheerplan van het Sarphatipark stelden we voor de klimplanten in de bomen waar mogelijk te behouden. De klimop hoeft niet schadelijk te zijn voor de bomen, mits ze de boom niet verstikken of doen bezwijken onder het gewicht. Bovendien is zijn najaarsbloei van groot belang

voor vlinders en bijen en biedt de klimmer een vlucht- en nestoord voor vogels.' Toch is de klimop massaal verwijderd. Onbegrijpelijk. Dit terwijl het algemene basisonderhoud veel te wensen overlaat.



Het park is op veel plekken veel te nat. De paden liggen er beroerd bij, net als de roosters en hekken bij de ingangen, gesneuvelde bomen worden niet vervangen, het helofytenfilter werkt niet meer. Hopelijk betekent de winst van Groenlinks in de stad dat het park verstandiger en efficiënter zal worden beheerd. Tot slot het voordeel van het nadeel: Nicole de Rop heeft zo veel mogelijk van de oorspronkelijke beplanting bij het monument gered. Een groot deel ervan is in het Vlinderplantsoen geplant en daarnaast zijn bij het Groen Gemaal gaasbakken (door kwekers gebruikt om bloembollen in te laten drogen) rijk gevuld met de uitgegraven narcissen, sneeuwroem en prairielelies. Komt dat zien!



zondag  
22 april



12.00-16.00  
uur

# De verhalen van een zeeman deel 14

*Buurtbewoner Raymond Heinemeijer is een kleurrijk persoon met een markant verleden, onder andere bij de Koninklijke Marine. Zijn vrouw, kunstenares Geertje Verheijden, tekent in dit bulletin zijn verhalen op. Na een bijzondere tijd met de koninklijke familie tijdens hun vakanties in Italië, moet Raymond weer aan het werk bij de marine.*

Na de laatste zomer in Porto Ercole werd Raymond – alias Hein – als kwartiermeester geplaatst op het fregat Hr. Ms. Evertsen, vernoemd naar Johan Evertsen junior die uit een echte zeemansfamilie kwam. Zijn vader, Johan Evertsen senior, was de zoon van oud watergeus Evert Heindricxzen. Johan senior voer als kapitein op de Zwarte Galei van de Nederlandse marine. Nadat zijn vader in 1617 was gesneuveld, werd Evertsen junior luitenant-commandeur van het schip.

## **Maar terug naar de twintigste eeuw.**

Om de economische betrekkingen tussen Rusland en Nederland te bevorderen werden twee fregatten naar Oost-Europa uitgezonden, de Hr. Ms. Evertsen en Hr. Ms. Van Galen. Jan van Galen (1604-1653) was vlootvoogd van de Republiek der Zeven Verenigde Nederlanden. Hij was een principieel man die categorisch weigerde bij de marine in dienst te treden. Door zijn bekwaamheden en successen werd hij echter toch steeds als scheepskapitein ingehuurd en kon hij eisen stellen, waardoor hij het gezag verkreeg over de oorlogsvloot van de republiek. De reis van de twee schepen ging naar Roemenië en Rusland. Wanneer twee of meer schepen samen op reis zijn worden ze ook wel het “smaldeel” genoemd. Beide schepen hadden een eigen commandant, maar de commandant van het smaldeel was schout-bij-nacht A. Roest.

## **Achter het ijzeren gordijn**

Het was 1971, nog volop tijdens de koude oorlog, en dus was deze reis zeer uitzonderlijk. De schepen voeren via Gibraltar naar Athene, door de Dardanellen en van daaruit door de straat van Marmara naar Istanbul. Daarna via de Bosporus naar de Zwarte Zee. Daar bezochten ze Constanta in Roemenië. Voor die stad, die bepaald niet rijk was, had het smaldeel een zeer grote hoeveelheid bloembollen meegenomen om het straatbeeld wat op te fleuren. En verder ging de reis: naar Odessa. Odessa is voor



Oost-Europa wat de Côte d’Azur voor West-Europa is. Zonnige, volgepakte stranden dus.

## **Maar, zoals gezegd:**

het was wel koude oorlog en de bemanning van beide schepen mocht dan ook niet zomaar passagieren. De Russische autoriteiten hadden bepaald dat de stad alleen van 14.00 uur tot 24.00 uur mocht worden bezocht. De nodige excursies werden verzorgd en de bemanning werd met bussen naar de diverse culturele bezienswaardigheden gebracht. Onder andere bezochten en beklommen ze de 192 treden tellende Potemkin- of Potjomkintrappen.



door Geertje Verheijden

Genoemd naar de pantserkruiser Potemkin, het schip waar het eerste oproer dat zou eindigen in de Russische revolutie plaatsvond. De bemanning van de Potemkin sloeg aan het muiten en de stad werd gedeeltelijk in deze opstand meegeleurd. Toen werd deze nog bloedig onderdrukt, maar later, in 1917, was de revolutie een feit.



**De pantserkruiser Potemkin.**

Er waren ook ontmoetingen tussen de Russische en Nederlandse marine. Het taalprobleem werd met handen en voeten overwonnen. In de tussentijd verschenen er de nodige artikelen in de Nederlandse kranten over dit uitzonderlijke bezoek.



Het verblijf van de beide schepen werd afgesloten met een ontvangst van inwoners van Odessa op Hr. Ms. Evertsen en een receptie van gemeentelijke vertegenwoordigers en militaire autoriteiten op Hr. Ms. Van Galen. Een bijzonder stukje vaderlandse en Europese geschiedenis.

**Wordt vervolgd.**



## **OBA Amstel nieuwe naam voor OBA Cinétol**

De samenwerking tussen OBA Cinétol en Ostade Adam krijgt steeds meer vorm in de nieuwbouw op het Asscherkwartier in De Pijp. De oplevering van het gebouw zal half maart zijn, waarna de binnenkant afgebouwd wordt.

Het is de bedoeling dat het theater en de bibliotheek op zaterdag 1 september openen op de nieuwe locatie. De naam: CC Amstel. Een Cultureel Clubhuis, met zijn eigen theaterorganisatie en OBA Amstel.

### **Het nieuwe cultuurhuis in het Asscherkwartier in Amsterdam-Zuid krijgt de naam CC Amstel.**

In het cultuurhuis komen een theaterzaal, een facilitaire studio, een café-restaurant en een vestiging van de openbare bibliotheek.

### **Groter dan Ostadetheater**

De letters CC kunnen volgens Walraven ook anders worden gelezen. "We kunnen die afstemmen op verschillende programmaonderdelen als Culture Club, Club Classique, Cocktail Club. Maar het belangrijkste is dat CC Amstel een verbindende rol gaat spelen tussen cultuur en de buurt."

In CC Amstel komen, naast een theaterzaal met 156 stoelen (twee keer de capaciteit van het huidige Ostadetheater), een studio, een café-restaurant (zeven dagen per week open) en een vestiging van de openbare bibliotheek. OBA Cinétol verhuist naar het cultuurhuis en zal OBA Amstel gaan heten.



# Het favoriete recept van.....

Een gezonde lekkerbek....

## Zalmsticks met aardappelpartjes in de oven

2 personen in 30 minuten hoofdgerecht

### Ingrediënten

450 gram vastkokende aardappelen  
½ theelepel paprikapoeder  
1 eetlepel olie  
2 volkoren beschuiten  
200 gram zalmfilet

### Bereiding

Warm de oven voor op 200° C.  
Was de aardappelen onder stromend water en snijd ze in partjes.  
Doe het paprikapoeder in een kom en roer er de olie door.  
Schep de aardappelpartjes door het oliemengsel en leg de aardappelen op de bakplaat.  
Bak de aardappelpartjes 20 minuten in de hete oven.  
Maak de beschuiten fijn.  
Snijd de zalmfilet in 6-8 repen. Bestrooi de vis met peper en het beschuitkruim.  
Schep de aardappelpartjes om en leg de zalmsticks er naast.  
Bak het geheel in 10 minuten verder gaar en bruin.

### Menusuggestie

Lekker met witlofsalade met sinaasappel.

Hiervoor heb je nodig...

400 gram witlof  
1 sinaasappel  
2 eetlepels slasaus (25% olie)  
1 eetlepel halfvolle yoghurt

### Ingrediënten over?

#### Zalm:

Verse zalm bewaar je het beste zo koud mogelijk. Eet verse vis bij voorkeur dezelfde dag, eventueel de volgende dag. De vis is het best te bewaren door hem in vershoudfolie te wikkelen en met heel veel ijsblokjes bedekken.

### Informatie over dit recept

Dit recept bevat zalm.

Voor duurzaam eten geldt voor deze vis het volgende advies: Wilde zalm (Alaska) is verkrijgbaar met MSC keurmerk.



**REURING**

Café Restaurant  
Lutmastraat 99  
Tel: 020 777 0996  
www.cafereuring.nl

Al voor 15 euro  
in deze krant?

mail naar  
redactie@bulletindepip.nl

# Stadsdeelinformatie

## Politie Zuid-De Pijp

Contact: Wijkteam en buurtregisseur

U kunt op de volgende manieren contact met ons opnemen

**Tel: 0900 8844 – niet spoedeisend** ( ook meldingen/vragen )

E-mail: [pijp-buurtregie@amsterdam.politie.nl](mailto:pijp-buurtregie@amsterdam.politie.nl)

## Politie Meld Misdaad Anoniem

Tel: 0800 7000

## Politie Zuid-De Pijp

Geopend: Dagelijks 8.00 tot 22.00 uur

Bezoekadres: President Kennedylaan 11

Postbus 2287, 1000 CG Amsterdam

## Huis van de wijk De Pijp

Adres: 2e van der Helststraat 66,  
1072 PG Amsterdam

[huisvandewijk.depip@combiwel.nl](mailto:huisvandewijk.depip@combiwel.nl)

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

**Info : 020 570 96 40**

## Voor elkaar in zuid

Vrijwilligers helpen oudere buurtbewoners bij alledaagse zaken.  
(bereikbaar op werkdagen van 9.00 - 17.00 uur)

**Tel : 020 679 4441**

E-mail: [info@voor-elkaarinzuid.nl](mailto:info@voor-elkaarinzuid.nl)

## Sociaal loket

dinsdag 09:00-12.00, woensdag 13.30-16.30

Vliegende Brigade van ervaringsdeskundigen  
spreekuur donderdag 11.00-13.00

## Voedselbank Zuid

Inloopsprekuren: maandag 15:00 - 16:30 uur.

## Stadsdeelkantoor Zuid

Adres: President Kennedylaan 923, 1079 MZ Amsterdam

**Gemeentelijk informatienummer tel: 14020**

op werkdagen van 8.00 - 18.00 uur.

**Inloopsprekuren: ma, di, wo en vrij 8.30-12.00 uur.**

**Op afspraak: do 13.00-20.00 uur.**

Voor een afspraak op donderdag kunt u tot woensdag 12.00 uur bellen met het loket.

## Wijksteunpunt Wonen

(achterstallig onderhoud?)

Bezoek één van de spreekuren

Iedere woensdagochtend van 9.00 tot 12.00 uur

Donderdagavond van 19.30 tot 21.00 uur

Adres: Wijkcentrum De Pijp Gerard Doustraat 133

**Tel: 020 6645383**

( Alle werkdagen bereikbaar, anders antwoordapparaat u wordt dan teruggebeld )

## Sporten in Sporthal De Pijp

Lizzy Ansinghstraat 88 1072 RD Amsterdam

**Tel: 020 470 1460** (Sportbuurtwerk)

Sportbuurtwerk Zuid organiseert een breed scala aan cursussen en instuiven in Sporthal de Pijp.

Tevens is het Sportloket daar gevestigd,

**waar u op:**

maandag, dinsdag en donderdag van 14.00-17.00 uur terecht kunt voor informatie over de activiteiten en inschrijvingen.

**Informatie tel: 020 470 1460**

## Dieren Ambulance Amsterdam

[www.dierenambulance-amsterdam.nl](http://www.dierenambulance-amsterdam.nl)

De Dierenambulance Amsterdam biedt eerste hulp en vervoer aan zieke en gewonde dieren in Amsterdam en omgeving.

**Heeft u ons nodig voor een dier in nood;**

bel ons dan op **tel: 020 626 21 21**

Wij zijn 7 dagen per week, 24 uur per dag bereikbaar voor dieren in nood! (tussen 23:00 en 08:00 uur alleen voor spoedgevallen)

**Vogels en andere kleine (huis)dieren**

Hebt u een jonge, zieke, gewonde vogel of ander klein dier zoals een fretje, konijn etc. gevonden,

lees dan eerst onze website verder voor u ons belt.

Huisdier kwijt Wat doen wij wel en wat doen wij niet?

Kijk op de website:

[www.dierenambulance-amsterdam.nl](http://www.dierenambulance-amsterdam.nl)

Lunchroom



**Hannibal**

**Eetkamer van de pijp**  
**Ferdinand Bolstraat 92**

Hoek Govert Flinckstraat  
Tel 020 673 54 88

**Gambrinus**



**Café Restaurant Gambrinus**  
**Ferd. Bolstraat 180 1072 LV Amsterdam**  
**Tel: 020 67 17389**  
**[www.gambrinus.nl](http://www.gambrinus.nl)**

# Kunst

Een selectie



EXPOSITIE TEGENSTELLINGEN

FEESTELIJKE OPENING!

zondag 8 april 2018

11:45 uur t/m 13:00 uur

Oranjekerk in De Pijp

Van Ostadestraat 151 Amsterdam



De schilderijen van Linda Overgoor en Petri Esveldt  
zijn te bewonderen t/m 18 juni 2018

Oranjekerk

2e van der Helststraat 1-3  
Amsterdam

# Ostade A'dam

Een selectie uit het programma



woensdag 18 april

15.00u

Theatergroep Dolle Maandag

Circus Orpheus (7+)

Beeldend theater

Wonen in een paleis, zwemmen in geld, de baas zijn over  
alles en iedereen...

Wie wil dat nou niet?

Nou, kroonprins Orpheus niet.

Hij moet van z'n vader koning worden, maar hij trekt  
liever de wereld rond met z'n circus.

Hij ontsnapt uit het paleis en betovert iedereen met zijn  
muziek.

En... hij wordt ook betoverd: door de oogstrelende  
Eurydice.

Door haar maakt hij nog mooiere muziek, totdat ze  
wordt gebeten door een slang en sterft.

En Orpheus?

Die wil maar één ding: haar terug halen uit de onder-  
wereld!

Een voorstelling over geloven in je droom.

Volg je hart en kijk niet meer om!

**OSTADE  
A'DAM**  
muziek.theater.cultuur

www.ostadeadam.nl  
van Ostadestraat 233d  
Tel: 020 6712417

# Rialto

Een selectie uit het programma



**Buurman & Buurman  
hebben een nieuw huis! (3+)**  
25 april  
15.15 uur

**Marek Beneš Tsjechië 2017**

In deze nieuwe film bouwen ze een bijenkorf, een grasmaaier op zonne-energie, een tuinhek en draaimolen. En daarbij gaat veel mis! Om maar te zwijgen van hun poging de schoorsteen te vegen of een mol uit de tuin te verjagen. En waarom zou je een kapotte afwasmachine repareren als je ook een badkamer hebt? Zoals altijd met de stemmen van Kees Prins en Siem van Leeuwe.

**25 april:  
super feestelijke première**

Woensdagmiddag 25 april gaan de gloednieuwe filmpjes van de buurmannen in première en dat vieren we met een rode loper, meet & greet met (de enige echte) Buurman & Buurman, allerlei bouw- en knutselactiviteiten en een glaasje limo voor al onze kleine bezoekers.

Het feestje met alle leuke activiteiten begint om 14.00 uur,

# Bibliotheek

Een selectie uit het programma



**Retteketet babypret...!  
met Maria's Muziek (0-2 jaar)**  
Boekstart OBA Junior  
Woensdag 18 april, 10.30-10.50 uur

**OBA Roelof Hartplein  
Jeugdhoek Jip en Janneke**

Retteketet babypret...! is een interactief muzikaal boekstartprogramma van Maria's Muziek voor de allerkleinsten van 0-2 jaar.

Wat voor geluid maakt een auto? VROEM! En een hondje? WAF! Of een poesje? MIAUW! Kijk, die staan allemaal in het boek. En daar horen natuurlijk leuke liedjes bij! Kun jij al mee zwaaien met je handje?

Dit vrolijke muziekprogramma is speciaal gemaakt voor de allerkleinsten. Maria's Muziek komt langs met de gitaar en zingt bekende en nieuwe kinderliedjes. Samen bekijken jullie iedere keer een nieuw boekje en leer je zomaar een nieuw woordje.

Toegangsprijs €5,00 / Met OBA-pas gratis

**rialto**

Ceintuurbaar 338  
Tel: 020 676 87 00  
www.rialtofilm.nl

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

Bibliotheek CinétoL  
Tolstraat 160,  
Tel: 020-6623184

# ONDERSTEUNERSWEGWIJZER

ALLE ADVERTEERDERS ONDERSTEUNEN BULLETIN DE PIJP OUD-ZUID

BLZ 16

Saskia's

## Saskia's Huiskamer

Huiskamer

Dagelijks geopend voor groepen Albert Cuyppstraat 203 Tel: 06 28 629 839 [www.huiskamerrestaurant.com](http://www.huiskamerrestaurant.com)



3 dartbanen  
en biljart

Gerard Doustr  
58  
Amsterdam  
tel: 020 6734385



voor al uw  
dierenvoedsel



Bert's  
dierenbenodigheden  
Albert Cuyppmarkt 163

Tel: 020 6763247

# Z

de zaag

Kraam Kado  
open di t/m do 12 - 15 u  
2e van der Helststraat 75  
1073 AL Amsterdam

## Saray

Lokanta

CAFE RESTAURANT  
**de duvel**



DINER  
DRANK

**Café  
Restaurant**

1e van der Helststr 59-61  
Tel: 020 675 75 17

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

## "Pilsvogel"

Gerard Douplein 14  
tel: 020 6646483  
[www.pilsvogel.nl](http://www.pilsvogel.nl)



Gerard Doustraat  
33/35

Tel: 020 6719216

Turkse specialiteiten

Al voor 15  
euro  
in deze krant?

mail naar  
[redactie@bulletinde-](mailto:redactie@bulletinde-)



**MINICARDS**  
maximum response  
[www.minicards.com](http://www.minicards.com)

DOWNLOAD  
DE GRATIS APP



FRANS HALSSTRAAT 39

**Artist**  
LIBANESE RESTAURANT

Dagelijks geopend  
2e Jan Steenstraat 1  
Tel: 020- 671 42 64

maandag alleen voor  
reserveringen geopend

## FRANGGO



Eerste Sweelinckstr 9  
1073 CK  
Amsterdam  
[www.franggo.nl](http://www.franggo.nl)  
[Info@franggo.nl](mailto:Info@franggo.nl)  
Tel: 020 3031046



Uw Installateur

# B. van Erve

Ceintuurbaan 212 -1072 GD Amsterdam  
Tel: 020 66 203 20  
Website: [www.bvanerve.nl](http://www.bvanerve.nl)

## Ron Verboom

Bakkerij



Centuurbaan 278  
hoek Ferd. Bolstraat  
tel 020 6621409



Portugese  
flame  
grilled  
chicken