



# BuurtBalie OHG

Ontdek jouw Oostelijk Havengebied op [www.BuurtBalie.nl](http://www.BuurtBalie.nl)

voorjaar 2017 sport & gezondheid

## Altijd al een balletje willen slaan?

Buurtbewoner Arjan van der Bosch zag de grote ruimte van de Eester en dacht meteen dit is een prachtige ruimte om te tafeltennissen. Arjan voegde daad bij woord en liep de Eester binnen met de vraag: "Als wij met een paar bewoners een tafeltennistafel kopen, kunnen we dan gebruik maken van de Eester?" Binnen de kortste keren was Ta-

feltennisdub de Eester (TTE) geboren. Het gaat om gezelligheid en sportiviteit, niet om competitie. Altijd al een balletje willen slaan? Dat kan nu in de Eester. Via een WhatsApp-groep spreken we af wie met wie wanneer gaat spelen. Wil je ook meedoen? Iedereen is welkom!

Meld je aan via [BuurtBalie.nl](http://BuurtBalie.nl) of kom langs in de Eester.



Carla en Costa spelen een potje tafeltennis in de Eester.

## Eester-festival

Op 1 juli is het Eesterfestival. Jaarlijks buurtfestival voor & door OHG bewoners. Wil je meedenken, meehelpen en/of meedoen? Meld je aan bij Marijke Krabbenbos via [BuurtBalie.nl](http://BuurtBalie.nl). Voor het organiseren van het voetbaltoernooi tijdens het festival zoeken we voetballiefhebbers.

Zoals het vroeger was, niet zoals nu met de containers; het speelveld getekend door Roan. Roan is 5 jaar en woont op Sporenburg.



## De Eettafel Maandag 15 mei



Tijdens de Eettafel passeren allerlei buurtinitiatieven de revue en is er ruimte voor nieuwe ideeën en activiteiten. Elk initiatief heeft zijn 'eigen tafel' waarbij je kunt aanschuiven om mee te denken en mee te doen. Ook kun je zelf nieuwe ideeën inbrengen. De eerstvolgende Eettafel is op maandag 15 mei. Buurtbewoners koken een heerlijke maaltijd voor 4,- inclusief een (non alcoholisch) drankje. We horen graag van tevoren of je aanschuift in verband met de catering.

Aanmelden kan via [BuurtBalie.nl](http://BuurtBalie.nl)  
Alle Eettafels in 2017:  
Maandag 15 mei  
Donderdag 21 september  
Woensdag 29 november



Buurtloop 2016 Foto Bert Benschop Fotoclub OHG

## Buurtloop

Na het grote succes van vorig jaar vindt op zondag 28 mei de 3e editie van de Buurtloop OHG plaats. Met de Buurtloop wordt op een sportieve wijze geprobeerd de buurt te verbinden.

Kay vertelt dat de Buurtloop een initiatief is van buurtbewoners Sam, Gerhard, Dinand, Kay, Han, Merijn & Lennaert. Het idee is twee jaar geleden ontstaan bij de Eettafel.

Net als de afgelopen jaren zal er weer een kinder- en volwassenen loop zijn. Daarnaast zullen weer op het Hildo Kropplein, hart van de Buurtloop, verschillende (kinder)activiteiten plaatsvinden met muziek.

Nieuw dit jaar is, dat in aanloop naar de Buurtloop, een hardloopgroep wordt opgezet. Ben je hierin geïnteresseerd? Stuur ons dan een mail of loop even langs bij de Eester. Ook zijn wij op zoek naar mensen die het leuk vinden om langs het parcours op te treden. Wij denken dan aan muziek, maar het mag ook totaal iets anders zijn. Wij kunnen niet wachten om iedereen weer te mogen verwelkomen. *Kijk voor meer informatie op [BuurtBalie.nl](http://BuurtBalie.nl)*

## Zwemmen in open water

Als we het over sport en gezondheid hebben, dan kan een stukje over buurtbewoner Marc ter Brugge niet ontbreken: al 3,5 jaar zwemt hij elke ochtend én middag in open water.

Wat dat betreft zou hij zich dan ook geen mooiere buurt dan het Oostelijk Havengebied voor kunnen stellen. Door de weersomstandigheden laat hij zich niet tegenhouden. Zo liep hij vorig jaar nog een hoofdwond op toen hij zich een weg baande door het scherpe ijs dat zich op het water had gevormd. Marc gelooft dat de kou een helende werking heeft en zijn weerstand een enorme boost geeft. Sinds hij is begonnen met zwemmen is hij niet meer verkouden of griepig geweest.

Mocht je geïnspireerd zijn door Marc? En ook zin hebben om te gaan zwemmen, dan raad Marc je toch voorlopig nog even aan om een wetsuit aan te trekken, maar deze kan volgens hem in april zeker wel weer de kast in!



Marc ter Brugge



## Waterhart

'Ontmoeten op en aan het water' dat wordt de strekking van het plan Waterhart II. Doel is meer activiteit en levendigheid op en rondom het water bij winkelcentrum Brazilië.

Mede-initiatiefnemer van dit plan is het nautisch centrum Nautiek. De eigenaren merkten dat bewoners vaak niet tevreden zijn over de huidige indeling. Dus besloten ze in goed overleg met bewoners en ondernemers een plan te bedenken om de kade te verbeteren.

Er is flink gebrainstormd over allerlei verschillende soorten indelingen en samenstellingen van activiteiten en gelegenheden. Waterhart wil de unieke en sterke punten van het gebied, water, architectuur en ruimte, beter met elkaar verbinden. Nu staan mensen op de kade, zo'n twee meter

boven het water, de eendjes te voeren. Dat moet anders vinden de initiatiefnemers van Waterhart. Het idee is dat er een mogelijkheid moet komen om daadwerkelijk dicht bij het water te komen om de verbinding tussen het water en de rest van het gebied te versterken. De gemeente is enthousiast over de ideeën tot nu toe en zijn ze bereid om mee te denken over dit plan.

Nautiek is zelf ook bezig met de verbinding tussen het water en de buurtbewoners te versterken. *Kijk voor ons aanbod en activiteiten op [BuurtBalie.nl](http://BuurtBalie.nl)*



Het favoriete veldje van Kasper, voetbalkooi Borneo-eiland Foto Fotoclub OHG

## Schone Straten



Elke eerste zaterdag van de maand schonen we samen de buurt op!

## in een band spelen? knutselen? zingen?



Woensdag 8 en donderdag 9 maart start Eester IMPS weer met een nieuwe serie workshops, kom kijken en doe mee. *Kijk ook op [BuurtBalie.nl](http://BuurtBalie.nl)*

## Colofon

Ontdek je buurt op de [BuurtBalie](http://BuurtBalie.nl). [www.buurtbalie.nl](http://www.buurtbalie.nl) is de online kalender van onze buurt. Iedereen die iets organiseert, aanbiedt of zoekt, kan dit op deze site melden. **Op zoek naar leuke activiteiten in de buurt?** Deze vind je op [BuurtBalie.nl](http://BuurtBalie.nl). Wil je de activiteitenkalender in je mailbox ontvangen? Maak je profiel aan.

De BuurtBalie maakt onderdeel uit van de Buurtcoöperatie OHG. De BuurtBalie OHG krant wordt huis aan huis verspreid door buurtbewoners. De krant zal ook te vinden zijn op openbare plekken in het OHG.

Heb je vragen of suggesties, mail naar [info@buurtbalie-ohg.nl](mailto:info@buurtbalie-ohg.nl) Of kom langs in Buurtruimte de Eester C. van Eesterenlaan 266 1019 JR - 020-3707359 Open van maandag t/m vrijdag van 10.00 - 16.00 uur





De Buurt in Beeld Jouw foto hier? Mail hem naar [info@buurtbalie-ohg.nl](mailto:info@buurtbalie-ohg.nl)

# Ontdek Amsterdam vanaf het water

Op een dinsdagavond op bezoek bij Kanovereniging Zeeburg. Het gele clubhuis op de Veemarkt aan de Nieuwe Vaart straalt je tegemoet.

Ook binnen word je hartelijk ontvangen. Als ik de mensen hoor praten, dan is het meteen duidelijk waarom je in een kano moet stappen. In een kano zie je de stad op een andere manier. In de zomer de drukte, het licht, de warmte en in de winter de stilte en de lichtjes in het donker. Je bent lekker buiten en in beweging zonder je al teveel te hoeven uitsloven.

Heel ontspannen. En wil je wat fanatieker sporten, dan kan dat ook.

Kanoën is voor jong en oud, vanaf 8 jaar. Ook heel leuk om dit als ouders samen met je kinderen te doen. Op zaterdag 22 april is er weer een kennis-makingsclinic. Stap in en geniet!

Voor meer info kijk op [BuurtBalie.nl](http://BuurtBalie.nl).



## Anne&Max, jouw huiskamer in OHG

"Vivian en ik kennen elkaar al ruim 10 jaar en in 2013 hebben we 'Anne&Max' ontdekt in Haarlem. Vooral de sfeer, ambiance, gastvrijheid en lekkere koffie heeft ons de stap doen zetten om een eigen filiaal te beginnen", aldus Sophie Wong.

"Met Anne&Max willen we buurtbewoners een tweede huiskamer bieden, een verlengde van je woon- en/of werkkamer waar je op elke moment van de dag binnen kunt lopen.

Op 16 januari hebben we onze deuren geopend. We zijn met open armen ontvangen door de buurt. Ook zelf hebben we al snel verbinding gezocht door een bureauontbijt voor ruim 40 burente organiseren. We zijn trots op

onze kaart met eerlijke en ambachtelijke producten, waar echt over is nagedacht!

We doen graag iets terug voor de buurt. En als lid van de winkelvereniging Brazilië, willen we in nabije toekomst samen met de winkeliers meer activiteiten voor de buurt organiseren. Ook hebben we ons aangesloten bij het nieuwe project Waterhart met andere ondernemers en geïnteresseerden uit het OHG."



Vivian en Sophie Foto Fotoclub OHG

## Weet jij waar deze foto is genomen?

Mail je antwoord naar [info@buurtbalie-ohg.nl](mailto:info@buurtbalie-ohg.nl). Insturen kan tot 15 april 2017. Sophie en Vivian van Anne&Max bieden de prijswinnaar van de fotoprijsvraag koffie & gebak aan voor twee personen.



Op de vorige foto stond een watertoren op de hoek van de Verbindingsdam en de Oostelijke Handelskade, rond 1910

## Wat gebeurt er in jouw buurt?

Een greep uit de activiteitenkalender van de BuurtBalie OHG

Wekelijkse activiteiten:

- **Meer Bewegen voor Ouderen**  
elke maandag | 9:30 - 10:30 uur | Wijkservicepunt Sporenburg
- **Open inloop bij ZB45 Makerspace**  
Een werkplaats met digitale maakmachines en veel workshops  
Elke dinsdag | 12:00 - 21:30 uur | ZB45 Makerspace
- **Mindfulness meditatie & Tai Chi door Mediteren in Oost**  
elke dinsdag | 14:30 - 16:30 uur | de Eester
- **Schermen bij vereniging Treville**  
Voor kinderen van 6 t/m 11 jaar  
elke dinsdag | 17:00 - 18:00 uur | sportzaal J.F. Hengelstraat
- **Zwangerschapsyoga met Mammado**  
elke woensdag | 19:00 - 20:30 uur | de Eester
- **Hatha yoga flow les & Meditatieles van PranaPower**  
elke donderdag | 19:00 - 20:15 uur en 20:30 - 21:30 uur | de Eester
- **Het 'Poëzie-Bankje' op vrijdagmiddag**  
Gedichtenvoordracht bij het bankje voor de Eester  
elke vrijdag | 17:00 - 18:00 uur | Het bankje buiten bij de Eester
- **Basketball's Cool - vereniging Flying Oost**  
Voor kinderen van groep 3-4-5 & 6-7-8  
elke zaterdag | 09.30 - 10.40 en 10.50 - 12.00 uur | gymzaal van de Kleine Kapitein

Iedereen is dagelijks van harte welkom in de Eester. Voor een kopje koffie of thee, informatie of vragen.

Activiteiten in de komende maanden:

- **Schone Stratendag** Elke eerste zaterdag van de maand schonen we samen de buurt op! zaterdag 4 maart | 1 april | 6 mei | 14:00 - 16:00 uur | verzamelen bij de Eester
- **Zangkoor Sweet Sixty**  
tweewekelijks op donderdag | 10:00 - 12:00 uur | De Eester  
donderdag 9 maart | donderdag 23 maart | enz.
- **SANNAS Koor** (Suriname-Antillen-Nederland en vice versa)  
Met OHG buurtgenoten zingen we elke week liederen uit Tropische landen  
elke donderdag | 19:30 - 21:30 uur | Gerardus Majella Kerk, Lombokstraat
- **Documentaire Donderdag in de Nieuwe KHL**  
Elke eerste donderdag van de maand een documentaire | 20.30 - 22.30 uur | KHL Koffiehuis  
donderdag 9 maart: *In het hoofd van mijn zusje* van Ingrid Kamerling
- **Fotoclub OHG** | Een fotoclub van, voor en door amateurs uit de buurt  
Elke tweede zondag van de maand | 14.00 - 16.30 uur | Fotoclub OHG  
zondag 12 maart | zondag 9 april | zondag 14 mei
- **Creatief bezig met MaakLab**  
tweewekelijks op maandag | 14.00 - 16.00 uur | de Eester  
maandag 13 maart beginnen we
- **Stoel Yoga in de Eester**  
Elke derde maandag van de maand | 14.00 - 16.00 uur | de Eester  
maandag 20 maart beginnen we
- **Buurtlezing in de Eester:**  
Elke derde maandag van de maand | 20:00 - 22:00 uur | de Eester  
maandag 20 maart | Over sociale conflicten door Liesbeth van der Hoogte
- **Startschot Plastic Afval Recycle Race**  
Ren of loop jij mee voor een plastic afval vrije wereld?  
maandag 17 april | 16:30 - 17:30 uur | Azartplein
- **Stiltewandeling Oude havens aan het IJ**  
In stilte mindful wandelen in een groep van maximaal 25 personen met Mediteren in Oost  
zaterdag 29 april | 11.00 - 17.00 uur | verzamelen bij de Eester
- **De Eettafel** | maandag 15 mei | 18:00 - 21:00 uur (IISG)
- **Buurtloop**  
Dit jaar is er ter voorbereiding van de Buurtloop een loopgroep die elke zaterdag start vanaf de Eester. Interesse om mee te lopen? Geef je op via [BuurtBalie.nl](http://BuurtBalie.nl).  
zondag 28 mei | 9.30 - 13.00 uur | Buurtloop OHG

Samen eten in de Eester elke dinsdag om 18:00 uur

Al deze activiteiten worden staan ook op onze website, [www.BuurtBalie.nl](http://www.BuurtBalie.nl). Wil je dit soort activiteiten in je mailbox? Ga naar de website en abonneer je op de nieuwsbrief.