



WEST op zijn Best

juni 2024 | nummer 1

WEST

Gratis huis-aan-huis-blad voor de Westwijk

Colofon

De wijkkrant is een uitgave van de Wijkvereniging leefbaarheid "West op zijn Best" en wij streven er naar om dit blad minimaal 3 maal per jaar uit te geven in een oplage van 6500.

Verspreiding:

In de hele Westwijk, huis-aan-huis.

Redactie:

Ger van Veen
Ronald Vervoort
Wietske Vervoort
Suzanne Rietdijk
Leen Dekker
Ger van der Bent
Abdel Benomar

Adres redactie:

Wijkcentrum West,
Professor Teldersstraat 10
3132 AZ Vlaardingen

Ondersteuning:

Abdel Benomar, Minters
abdel.benomar@minters.nl

Vormgeving en druk:

Stout Grafische Dienstverlening
De druk en verspreiding is mogelijk gemaakt door ondersteuning van Minters en de gemeente Vlaardingen

E-mailadres redactie:

westopzijnbest@gmail.com

Website:

www.westopzijnbest.nl
www.wijkcentrumwest.nl
Hier ziet u ook onze eerdere uitgaven

West op zijn Best

Van de redactie

2 december 2015 ontving u van ons de vijftiende uitgave van dit blad. Een groep enthousiaste bewoners vinden het nu tijd voor weer een nieuwe uitgave en wij hopen dit blad net als toen meerdere malen per jaar uit te geven. Wij willen u deelgenoot maken van wat er zoal gebeurt in de wijk. Gezondheid, veiligheid, markante Westwijkers maar ook sport en noemt u maar op. In deze uitgave vermelden wij nieuwsfeiten en wetenswaardigheden. Wij wonen in de groenste wijk van Vlaardingen naast prachtige polders waar het fijn wandelen, fietsen en recreëren is. Wij schreven het al eens eerder, de Westwijk is geen achterstandswijk maar een voorstandswijk met onze vele culturen en waar veel ondernomen wordt. Hier in onze wijk is iedereen gelijk dus lees onze krant want ook u bent een echte WESTWIJKER.

Inhoud

- 3 Westwijker in beeld: Wouter
- 4 Buitenspeeldag 2024
- 5 Sterk in je hoofd, sterk in je lijf! - Vechten met de Meiden
- 6 Oogstfeest - Voedselbos Vlaardingen 2024
De Klusbib
- 7 Ondernemers in de Westwijk: West 2 Wielers
- 8 Huisartsenzorg in de Westwijk vroeger en nu
- 9 Zorg moet voor iedereen toegankelijk zijn!
Tip van de dokter
- 10 Even voorstellen: wijkagent Mitch Scheers
- 11 Verbinden, versterken, voorkomen!
- 12 Wethouder Jacky Silos (CDA) zet zich in voor
nieuwe Westwijk
- 13 De broekpolder is the place to be
- 14 De Vrouwenkamer
De Raadquiz
- 15 Smikkelen en smullen met Daniëlle
- 16 Wie wat waar in de Westwijk?

Westwijker in beeld

'Ik ben dol op fotograferen maar fietsen en wandelen doe ik ook heel erg graag'

In de Westwijk wonen veel markante Vlaardingers. Om ze beter te leren kennen portretteert West op zijn Best in iedere uitgave één van hen. Deze keer Wouter, de man die het hele jaar door een korte broek aan heeft.

Door Ger van der Bent

Wouter is een 59-jarige Westwijker en woonde met zijn ouders in de flat boven het winkelcentrum aan de Floris de Vijfdelaan, wat in middels gesloopt is. „Nu woon ik boven het winkelcentrum aan de Dirk de Derdelaan,” laat Wouter weten. „In mijn jeugd zat ik op de Talma school wat nu de Schakel is. Daarna ging ik naar de tuinbouwschool in Maasland en vervolgens naar de middelbare tuinbouwschool in de Lier.”

Flink doorwerken

Nu werkt Wouter in de kassen van Maasdijk en in 's-Gravenzande en gaat daar op de fiets naartoe. Met zijn gemiddelde werkweek van dertig uur is het flink doorwerken voor hem. „Maar na het werk fiets ik vaak nog even door naar Hoek van Holland om daar over het betonpad naast het strand te lopen,” vertelt hij. „Een enkele keer pak ik de metro om terug naar de Westwijk te reizen.” Hij woont graag in de Westwijk. „Het is hier ruim en er wonen vriendelijke



Wouter, de man in korte broek, met altijd een camera binnen handbereik.
Foto: Ger van der Bent

mensen,” legt Wouter uit. Ze herkennen me omdat ik altijd een korte broek aan heb, zomer en winter. Veel mensen maken een praatje met me en dat vind ik prima.”

Loopclub van Antes

Wouter heeft veel hobby's. Hij fotografeert en deelt de foto's met anderen. Ook fietst hij flinke afstanden. „Wandelen doe ik ook, met de loopclub van Antes en dan kom ik veel door andere wijken, waar ook mooie dingen te zien zijn,” zegt hij. Een andere hobby van Wouter is het verzorgen van planten. Zijn huis en balkon staan vol groen. Ik ben

ook dol op Lego. Naast de modellen van Lego maak ik ook fantasie modellen. Verder doe ik vrijwilligerswerk bij allerlei evenementen en verenigingen.” Wouter is vaak in het wijkcentrum te vinden. Hij helpt bij het Repair Café, de buitenspeeldag, de lampionnoptocht en bij de Stadskaravaan. Met anderen eten vindt hij gezellig. „Dat doe ik bij Pameijer in het wijkcentrum en bij de Maranathakerk. Na mijn pensioen wil ik als vrijwilliger bezig blijven bij stadslandbouw de Ruytenburch,” besluit hij.



BUITENSPEELDAG 2024

WAT GAAN WE DOEN?

Spelletjes, springkussens, mini voetbaltoernooi, skelters, maar ook voor de allerkleinsten mini springkussens, spellen en nog veel meer! Je mag onder begeleiding aan alle spelletjes gratis deelnemen! Zorg dat je aanwezig bent, want het feest is voor alle kinderen en dus ook van jou!

WANNEER: Woensdag 12 juni van 14.30 tot 16.30 uur.

WAAR: Prof. Teldersstraat 10, naast Wijkcentrum West.

Als je het niet weet vraag het aan je moeder of vader.

Kom langs en doe lekker mee!

**O ja, je mag gratis mee doen en wij zorgen voor wat te drinken.
Aan het eind krijg je ook een ijsje.
Neem je ouders mee voor een kopje koffie of thee op ons terrasje.**



De buitenspeeldag wordt georganiseerd door Wijkvereniging Leefbaarheid West op zijn Best met ondersteuning van Minters dienstverleners in welzijn en de gemeente Vlaardingen.

minters
DIENSTVERLENERS IN WELZIJN



Gemeente Vlaardingen



Sterk in je hoofd, sterk in je lijf!

Vechten met de Meiden

Heb jij al gehoord van deze stichting die zich inzet voor meiden tussen de 12 en 15 jaar in Vlaardingen-Westwijk? In een programma van twintig weken lang, met boks- en themalessen, worden de deelnemers ondersteunt in hun ontwikkeling door middel van interventies die betrekking hebben tot sporten, voeding, mentale gezondheid en een veilige sportcultuur.

Vechten met de Meiden biedt een fijne omgeving waar de meiden uit hun comfortzone kunnen treden en kunnen groeien. Onder begeleiding van vrouwelijke rolmodellen worden de deelnemers niet alleen uitgedaagd om fysiek sterker te worden, maar ook om een krachtige, zelfverzekerde versie van zichzelf te ontwikkelen. Deelnemster Dani vertelt: 'Ik voel me sterker door het boksen en heb hierdoor meer zelfvertrouwen gekregen.'. De deelnemers

krijgen na het programma de kans om door te stromen naar een meidengroep om te blijven boksen.

Het eerstvolgende programma start in september 2024 en er zijn nog plekken vrij!

Is dit programma wellicht iets voor jou, uw dochter, buurmeisje of vriendin? Neem dan een kijkje op www.vechtenmetdemeiden.nl Voor vragen kunt u bellen naar 06-42876191.

Oogstfeest

Voedselbos Vlaardingen 2024

In het voedselbos aan de rand van Vlaardingen West is er op zondag 15 september een rondleiding, een wildplukwandeling en een oogstmarkt. Ook is er in de boskeuken een proeverij en kan je chillen bij een lekker muziekje.

Voor het hele programma: www.voedselbosvlaardingen.nl of op [Facebook.nl/voedselbosvlaardingen](https://www.facebook.com/voedselbosvlaardingen).



DE KLUSBIB

Binnenkort starten we met een nieuw project in het wijkcentrum, de Klusbib.

Om het klussen in en rond de woning voor iedere Westwijker mogelijk te maken starten wij binnenkort met een Klusbib. Hier kunnen bewoners van de Westwijk met beperkte financiële middelen gereedschap lenen. Dit draagt niet alleen bij aan socialere wijk maar ook aan duurzaamheid.

Eenieder die gebruik wil maken van de diensten van de Klusbib dient zich aan te melden. De kosten voor het lidmaatschap bedragen € 15,- per jaar. Daarna is het mogelijk in onze webshop gereedschap te

reserveren voor een week. Er kunnen maximaal 3 stukken gereedschap tegelijk worden geleend. Het gereedschap kan worden opgehaald en ingeleverd tijdens de openingstijden. Ook is het mogelijk om producten als schuurpapier geschikt voor de geleende schuurmachine bij ons aan te schaffen.

Hou voor de actuele informatie de website in de gaten: www.wijkcentrumwest.nl

Oproep:

Heeft u nog gereedschap liggen dat

een tweede leven verdient lever het dan bij ons in! Dit kan tijdens kantooruren in Wijkcentrum West op maandag tot en met vrijdag of bij de Kledingbank Vlaardingen aan de Surinamesingel. Deze is geopend op dinsdag, donderdag en vrijdag van 10.00 - 15.00 uur.

Daarnaast zijn wij op zoek naar (handige) vrijwilligers die graag een steentje bij willen dragen aan de Klusbib. Heeft u interesse of wilt u meer informatie? U kunt contact opnemen met Suzanne Rietdijk op telefoonnummer: 0611746108



Ondernemers in de Westwijk

'Lesgeven zit nog steeds in mijn bloed'

door Abdel Benomar

De Westwijk barst van het leven. Ook ondernemers hebben hun weg gezocht in de wijk waar vele culturen naast elkaar leven. West op zijn Best zet ze in de schijnwerpers. Deze keer staat Milan van West 2 Wielers Reparatie & Verkoop centraal.

Milan komt oorspronkelijk uit Afghanistan en is in 1994 naar Nederland gekomen. Hij heeft een Universitaire studie gedaan in Tilburg en daarna acht jaar les gegeven op een VMBO school. „Al die tijd lag mijn hart bij het sleutelen aan fietsen en wilde ik graag iets voor mijzelf beginnen,” weet hij nog goed. „Daarom ben ik terug naar de schoolbanken gegaan om mijn papieren te halen voor E-bike specialist.”

Hangjongeren

Omdat het lesgeven nog steeds in zijn bloed zit, droomt hij ervan hangjongeren les te geven. Met zijn kennis wil hij hen begeleiden en ervoor zorgen dat ook zij een diploma halen. Door het coronavirus en de maatregelen die hierbij hoorden, is het er nog niet van gekomen om hier mee te starten.

Door een vriend is Milan op het Erasmusplein terecht gekomen. De eigenaar van winkel 'Gouden Naald en Draad' vertelde Milan dat er een pand op het plein leeg stond, zodoende is Milan dit gaan huren.

Nieuwe fietsen

„Ik verkoop in mijn winkel vooral nieuwe en tweedehands elektrische fietsen en onderdelen. Ik heb het al

heel druk en hoop in de toekomst op een grotere klantenkring,” zegt hij. Dan zou hij er graag een pandje bij nemen in de van Bearlestraat. Hier kan hij zich dan richten op de tweedehands verkoop zodat er in de winkel op het Erasmusplein voldoende ruimte is voor de verkoop van nieuwe fietsen.

Ook ga ik mijn diensten uitbreiden. Zo wil ik doen met mijn website, wil ik gaan bezorgen binnen Vlaardingen en de service en het onderhoud verder uitbreiden.

West 2 Wielers is zeven dagen per week geopend en omdat Milan alleenstaande vader is zie je zijn kinderen ook af en toe in de winkel om mee te helpen.

Milan van leraar tot fietsdeskundige. Foto: Wietske Vervoort



Huisartsenzorg in de Westwijk vroeger en nu

'De patiënt verwachtte altijd een uitgeslapen dokter'

door Ronald Vervoort

Dokter Ronald Vervoort, wie kent hem niet. Zijn eerste patiënten zijn nu oma's en opa's. De huisarts kent de Westwijk als geen ander en weet wat er speelt. Voor West op zijn Best doet hij zijn verhaal.

„Toen ik mij in 1985 vestigde als huisarts in Vlaardingen was de Westwijk opgedeeld in vier delen. Ieder kwart had zijn eigen huisarts, die een praktijk aan huis had. De vrouw van de huisarts hielp mee in de praktijk. De kinderen brachten de uitnodigingen voor de griep prik rond en plakten de pleisters na de prik. We hadden nog geen computer maar schreven alles op 'de groene kaart' en de handgeschreven recepten hingen op een bord in de hal en moesten afgehaald worden. Er was ook nog geen mobiele telefoon, maar een pieper waarmee ik gewaarschuwd werd als ik tijdens het visite rijden naar de praktijk moest bellen, omdat er iets dringends was. Je was ziekenfonds of particulier verzekerd, soms nog met gescheiden spreekuren maar dat hadden we snel afgeschaft.

Paar uurtjes slaap

De bereikbaarheid in de avond en het weekend regelden we met een aantal collega's zodat er altijd een dokter was voor medische problemen die echt niet konden wachten tot de volgende dag. Dat betekende dan wel dat je een keer per week van acht uur 's ochtends tot de volgende avond zes uur bereikbaar was, met soms maar een paar uurtjes slaap. Als je pech had nog een drukke weekenddienst erna, terwijl de eerste patiënt op maandagochtend gewoon weer een frisse en uitgeslapen dokter verwachtte.

Scheef colbert

Langzaam veranderde de dingen, er kwam een computer die het mogelijk maakte de rekeningen voor de particulieren af te drukken in plaats van met de hand te schrijven. Later gingen we ook de patiëntengegevens in de computer bijhouden, wat het in mijn geval in ieder geval beter leesbaar maakte. Er kwam een mobiele telefoon, de eerste zo groot en zwaar dat je colbert scheef hing als hij in je zak zat. Steeds meer dokters kregen een doktersassistente en er kwamen meer vrouwelijke artsen. Daarmee kwam het ook steeds meer voor dat een praktijk twee artsen had die het werk verdeelden. Er kwam meer ondersteunend personeel zoals de praktijkondersteuner die een deel van de zorg voor bijvoorbeeld diabetes patiënten overnam. Wel een goede ontwikkeling maar het maakt ook dat er steeds meer gezichten in een praktijk zijn en er meer tijd nodig is voor overleg om te zorgen dat alles goed verloopt.

Sint is gewond

Daardoor werd het ook wel minder gemoedelijk. Wij ontvingen bijvoorbeeld Sinterklaas nog wel eens in de praktijk omdat hij zogenaamd van het dak gevallen was en de hele school bij ons voor de praktijk sinterklaasliedjes stond te zingen om te zorgen dat Sinterklaas weer een beetje van de schrik kon bekomen. Met kerst hing de hele wachtkamer vol met kerstkaarten en bij de geboorte van onze kinderen werden we overladen met kaarten, bloemen en kanoetjes.

Een andere grote verandering was de oprichting van de Centrale Huisartsen Post. De avond en weekend



diensten werden nu gedaan vanuit een ruimte bij het ziekenhuis met meerdere dokters en doktersassistentes, wat door de meeste artsen wel echt als een verbetering werd beschouwd.

Veel regels

Tegenwoordig werken alle artsen met elkaar samen in grotere praktijken ondersteund door meerdere assistentes en praktijkondersteuners. Dit wordt door de zorgverzekeraars heel erg gestimuleerd. Daarnaast zijn er ook veel meer artsen parttime gaan werken. Het nadeel is dat de mensen soms niet meer weten wie hun huisarts is. En zoals overal zijn er heel veel regels bijgekomen wat het werk niet echt aantrekkelijker heeft gemaakt. Dit is waarschijnlijk een van de redenen dat er veel te weinig huisartsen zijn, en dat het zeker voor een wijk als de Westwijk moeilijk is om meer artsen te krijgen.

Er zijn veel mooie verhalen te vertellen over mijn periode als huisarts maar in verband met de privacy kan dat natuurlijk niet. Wel herinner ik me goed dat de nieuwe doktersassistente haast flauw viel toen ze voor het eerst assisteerde bij het wegsnijden van een moedervlek of een boomlange man, die kwam voor de vaccinaties voor de vakantie. Hij hoefde niet te zitten maar voor ik 't wist lag hij gestrekt op de grond, flauwgevallen.

In 2019 ben ik met pensioen gegaan, fijn om meer vrije tijd te hebben en tijd voor hobby's, maar het contact met de mensen miste ik wel. Dus ben ik weer in gaan vallen tijdens de coronaperiode en bij zieke collega's.

Kwetsbare mensen

Op dit moment zijn er in de Westwijk twee huisartsenpraktijken, eigenlijk veel te weinig voor deze wijk met ruim 12.000 inwoners waarvan 49 procent met een migratieachtergrond. Ook is de wijk tegenwoordig een achterstandswijk met veel problemen, zowel financieel als sociaal. Dat gaat vaak samen met gezondheidsproblemen. Mede daardoor ben ik op dit moment betrokken bij het beter bereikbaar maken van zorg voor kwetsbare mensen zoals dak en thuislozen. In de volgende 'West op zijn Best' hoop ik daar meer over te kunnen vertellen."

Zorg moet voor iedereen toegankelijk zijn!

Veel Westwijkers zijn onverzekerd en ontberen goede zorg. Met de komst van een straatarts kan dat allemaal anders. Dokter Ronald Vervoort legt uit hoe het werkt.

Helaas is de zorg niet voor iedereen toegankelijk in onze wijk. Daarom probeer ik als oud huisarts in onze wijk de straatzorg, in het leven te roepen met hulp van de gemeente, wijkteam en zorginstellingen. Straatzorg is een team van een straatdokter, straatzuster en coördinator. Op dit moment zijn we vooral bezig alle neuzen in dezelfde richting te krijgen en dat kost gewoon veel tijd, maar het begin is er.

Vragen over de straatzorg:

Ik ben onverzekerd, ben ik welkom?

Ja, je bent welkom. Als je onverzekerd raakt kun je bij je eigen huisarts blijven. Wordt dit moeilijk dan ben je bij ons welkom.

Ik ben toerist in Vlaardingen, ben ik welkom?

Nee, je bent voor zorg welkom bij andere huisartsen in de buurt.

Tip Van de dokter:

Ziek, zwak of misselijk... met de tips van dokter Ronald Vervoort zijn sommige gezondheidsproblemen eenvoudig te voorkomen. Vandaag de 20-20-2 regel.

Uit onderzoek blijkt dat de ogen van kinderen en jongeren steeds vaker achteruitgaan. Hoe komt dat? Naast erfelijkheid speelt leefstijl in de groeiperiode een belangrijke rol. In de groei past het oog zich aan de situatie aan waarin het oog het meest wordt gebruikt. Wanneer het oog veel wordt gebruikt voor het zicht dichtbij, wordt het oog langer en daardoor het netvlies dunner. Vroeger kwam dit doordat kinderen langdurig te dicht met hun neus in de boeken zaten. Ik deed dat ook met een zaklamp onder de dekens, zodat m'n ouders het niet merkten. Tegenwoordig is dat niet meer alleen een boek, maar vooral mobiel, tablet, beeldscherm en alles wat binnen de 30 centimeter valt en dat vaak uren per dag!

Eén op de vijf kinderen die voor het 10^e jaar bijziend is, ontwikkelt later hoge bijziendheid.

Eén op de drie mensen met hoge bijziendheid wordt later slechtiend. Dat betekent: 30 procent zicht of minder. Hoge bijziendheid kan op latere leeftijd tot ernstige oogaan-

Ik slaap bij vrienden op de bank zonder eigen adres, ben ik welkom?

Als je een eigen huisarts hebt, dan ben je daar welkom. Ben je daar niet welkom of heb je geen huisarts, dan ben je bij ons welkom.

Ik ben in Vlaardingen zonder geldige documenten, ben ik welkom?

Ja, je bent welkom voor zorg bij ons. Let op: vaak kun je bij een huisarts in de buurt ook terecht.

Moet ik betalen voor de zorg?

Nee, als je financiële problemen hebt hoeft je voor de zorg die wij leveren niet te betalen. Soms moet

doeningen leiden. Afgelopen zeven jaar nam het aantal loslatingen van het netvlies al met 40 procent toe.

Het Oogfonds adviseert voor kinderen en jongeren tot twintig jaar de 20-20-2-regel:

- na **20 minuten** dichtbij kijken (bijvoorbeeld op telefoon of tablet)
- een pauze van **20 seconden** om in de verte te kijken; en even een rondje te lopen.
- en minstens **2 uur** per dag buiten zijn/spelen (inclusief pauzes en bijvoorbeeld wandelen of fietsen van en naar school of werk) zodat je ogen voldoende daglicht krijgen. Veel buiten zijn helpt bijziendheid voorkomen. Ga daarom de uitdaging aan en zorg ervoor dat je kind twee uur per dag buiten is en niet met zijn mobiel op de bank.

Niet alleen kinderen hebben er baat bij! Voor iedereen, van alle leeftijden met een zittend beroep, beeldschermwerk, studie, school enzovoort, heeft de 20-20-2 regel een positief effect op de gezondheid. Zitten is het nieuwe roken! Ook naar buiten bij slecht weer? Slecht weer bestaat niet, slechte kleding wel!

Dus 20-20-2!

je voor medicijnen meebetalen, in sommige gevallen kunnen we dan ook helpen.

Ik kom uit de regio buiten Vlaardingen Westwijk, ben ik welkom?

Nee, we helpen dak- en thuislozen uit de Westwijk. Maar op de website straatdokter.nl vind je andere praktijken door het land om alsnog zorg te kunnen vinden in de buurt.

Als we gaan starten maken we dat bekend op de site van Minters, wijkvereniging West op zijn Best, het wijkteam, Wijkcentrum west en met flyers bij de vindplaatsen zoals: de voedsel- en kledingbank.

Even voorstellen

'Ik heb natuurlijk ook uw hulp nodig'

door Mitch Scheers

Iedere keer dat West op Zijn Best verschijnt stelt een Westwijker zich voor die belangrijk is voor de wijk en de wijkbewoners. Dit keer wijkagent Mitch Scheers.

„Ik ben 39 jaar oud alleenstaand en vader van twee kinderen. Sinds 1 maart 2024 ben ik de nieuwe wijkagent voor de gehele Westwijk en de buitengebieden zoals Broekpolder. Ik doe dit niet alleen maar samen met de andere wijkagent: Marco van de Marel.

Mitch Scheers, de nieuwe wijkagent in de Westwijk

Foto: PR



Ik werk al bijna negentien jaar bij de politie, waarbij ik diverse takken van de organisatie heb doorlopen zoals; recherche, directe hulpverlening en wijkwerk. Al een aantal jaren ben ik werkzaam als wijkagent in de gemeente Vlaardingen. Zo was ik hiervoor wijkagent van Vlaardinger-Ambacht. Ik had het erg naar mijn zin in deze wijk maar toen ik werd benaderd of ik samen met Marco wilde fungeren als wijkagent in de Westwijk, heb ik na kort beraad, volmondig ja gezegd tegen deze nieuwe uitdaging!

Eerste stappen

Een aantal jaren terug toen ik erachter kwam wat ik echt wilde bereiken en doen bij politie, solliciteerde ik voor het eerst als wijkagent. De wijk waar ik graag wijkagent wilde worden? De Westwijk! Ik was toen jong en nog wat onervaren in het wijkagentschap dus viel de keuze op een ander. Uiteindelijk, jaren later, werd ik wijkagent van Vlaardinger-Ambacht, waarbij ik de wijk overnam van mijn mentor Paul Zwart, die mij de eerste stappen binnen het politievak leerde.

De Westwijk is een bijzondere en diverse wijk voor een wijkagent. De problematiek is uitdagend en ik hoop deze met behulp van alle partners zoveel mogelijk aan te kunnen pakken. Er lopen gelukkig al veel mooie projecten om de wijk schoner, leefbaarder en veiliger te maken.

Band opbouwen

Het zal uiteraard tijd kosten, om de wijk, alle mensen, bedrijven en organisaties te leren kennen. Maar ik hoop uiteindelijk iedereen die in de Westwijk woont of werkt te ontmoeten. Zo bouwen we een band op en hoop ik, de stap om hulp te vragen wanneer dit nodig is kleiner te maken.

Om problematiek in de wijk aan te pakken, heb ik namelijk ook u hulp nodig. U bent mijn oren en ogen in de wijk en ziet dagelijks wat er om u heen gebeurt.

Ziet u iets opvallends, laat het mij dan weten.

U kunt mij bereiken via Instagram, hier zijn ook mijn werkzaamheden te volgen:

@Wijkagent_Vlaardingen_Westwijk

Ook kunt u bellen naar 0900-8844 of via Politie.nl een klantverzoek achterlaten om contact te krijgen.

Mocht u mij zien in de wijk, zwaaien of een praatje maken mag altijd! Ik loop altijd in mijn gele vest met politielogo om extra op te vallen."



Verbinden, versterken, voorkomen!

Stichting Wijkcentrum West draagt vanuit haar missie bij aan de wijk die Westwijk wil zijn en de daarbij behorende ambities: een sociale, gastvrije en veilige wijk. Wijkcentrum verbindt mensen, versterkt eigen kracht en voorkomt dat kleine problemen groot worden. Samen met wijkbewoners, vele vrijwilligers en andere organisaties bouwen wij aan een leefbare en veilige Westwijk met gelijke kansen voor iedereen. Met de inzet van onze vrijwilligers en betrokken medewerkers kunnen wijkbewoners, jong en oud, hun talenten ontdekken en ontwikkelen, elkaar ontmoeten en meedoen in de samenleving. Hierbij hebben wij extra aandacht voor degenen die een steuntje in de rug kunnen gebruiken.

Bij ons kunt u wekelijks aan verschillende activiteiten meedoen. Voor een actuele overzicht van de activiteiten, vragen we u om onze website te bezoeken: www.wijkcentrumwest.nl

Heeft u zelf een leuk idee voor de wijk? Laat het ons dan weten! Wellicht kunnen we u helpen om uw idee te verwezenlijken. Wij zijn via de website en de mail [wijk-](mailto:wijkcentrumwest@gmail.com)

centrumwest@gmail.com te bereiken. Wilt u ons liever bellen dat kan natuurlijk ook op het volgende nummer: 010-4348993. Wij zijn van maandag tot en met vrijdag tussen 9:00 en 17:00 uur telefonisch bereikbaar.



Wethouder Jacky Silos (CDA) zet zich in voor nieuwe Westwijk: 'Ik voel me hier altijd welkom'

Door Ger van Veen

„Als ik in de Westwijk ben voel ik me thuis,” dat zegt wethouder Jacky Silos. „Er komt heel veel energie en warmte uit en van de bewoners, dat merk je en dat voel je. In deze wijk zetten de bewoners de schouders eronder om van hun stukje Vlaardingen een nieuwe en gezonde wijk te maken.”

Silos is als wethouder verantwoordelijk voor het stadsprogramma Nieuwe Westwijk. De Westwijk maakt onderdeel uit van het Nationaal Programma Leefbaarheid en Veiligheid. De Westwijk is een van de twintig wijken in Nederland waar het een en ander is misgegaan. Het sein staat op rood. Er heerst armoede en de levensverwachting van veel Westwijkers is minder dan die in andere wijken van de stad. De veiligheid en het veiligheidsgevoel staan onder druk en veel jongeren in de wijk kunnen in de criminaliteit terecht komen. Om veel, zo niet heel veel problemen op te lossen krijgt Vlaardingen 4,6 miljoen uitkering voor een kansrijke wijk en 3 miljoen voor preventie met gezag.

Individualisering

Wethouder Jacky Silos is zich er erg van bewust dat er iets moet gebeuren in de wijk omdat er veel gevaren op de loer liggen. „Je kan denken dat als je dure huizen in de wijk neerzet, dat het wijkprobleem is op gelost. Niets is minder waar,” stelt ze. „Er moet een mentaliteitsverandering op gang komen. Je moet het samen doen. Als je streeft naar individualisering gaat samenleven niet meer vanzelf. Samen is altijd beter dan alleen. Het zijn moeilijke tijden nu, maar ik zet toch in op het terugkrijgen van oude normen en waarden.”

Schoolontbijtjes

Overigens weet Silos dat ondanks alle moeilijkheden in de wijk hard gewerkt wordt door heel veel vrijwilligers om van die achterstandswijk weer een voorstandswijk te maken. „Het gaat ook om opvoeden,” laat ze weten. „Ouders hebben een grote verantwoordelijkheid om hun kinderen gezond groot te brengen. Dat lukt niet iedereen maar daar kunnen we bij helpen. Ook de scholen doen dat. Zeker op het gebied van bewustwording. En natuurlijk willen we dat al die Westwijkse kindertjes gezond groot worden. Vandaar schoolontbijtjes en de hulp aan ouders die het niet kunnen bolwerken.”



Wethouder Jacky Silos heeft grote plannen met de Westwijk.
Foto: Wietske Vervoort

Dezelfde rechten

Dan is er ook nog discriminatie. Niet zo heel gek omdat er heel veel culturen en geloven het in de wijk het samen moeten doen. Dat gaat niet altijd goed. Silos zet vooral in op respect voor elkaar. „Ja, laat ik er maar geen doekjes om winden, mensen worden hier soms gediscrimineerd. Jongeren die een stageplaats zoeken en een niet-Nederlandse achternaam hebben worden vaak geweigerd. Voor mij is iedere bewoner van de wijk een bewoner met dezelfde rechten en plichten als al die andere Westwijkers.”

De wethouder is er zeker van dat de wijk zal zegevieren. „Zoals ik al eerder zei: Hier in de Westwijk willen de mensen het beste. We gaan onze stinkende best doen om de Westwijk weer op de kaart te zetten. De kaart van een wijk die er toe doet.”

Kansen

Silos weet waar over ze het heeft. Ze promoot de samenhang die de samenleving echt laat samen leven. „We gaan eraan werken,” zegt ze. „Kinderen die hier wonen moeten opgroeien met kansen, met veel meer kansen dan die ze nu hebben. En de ouders, als die het niet alleen kunnen, helpen we ze, waar het maar kan.”

Last but not least laat de wethouder weten dat het Marxplantsoen heringericht wordt. „Het wordt een plaats waar sport, spel en recreatie een belangrijke plaats innemen. Het moet een plek worden waar de Westwijkers zich goed voelen,” besluit wethouder Jacky Silos.



De Broekpolder is the place to be

De Federatie Broekpolder houdt op zondag 9 juni de tweede editie van de Broekpolderdag. Dat is de dag waarop organisaties in de Broekpolder hun deuren openstellen voor alle Vlaardingers. Kom ook en doe mee aan heel veel gratis activiteiten. Voor jong, oud en alles wat daar tussenin zit.

De Federatie organiseert het leukste dagje uit in de Broekpolder samen met alle organisaties in de polder. Het is de bedoeling dat je op een gezellige en leuke manier kennis kunt maken met wat er allemaal te zien en doen is in de Broekpolder. Alles op deze dag is gratis toegankelijk zodat alle Vlaardingers mee kunnen doen.

Kom je ook?

Het programma is breed opgezet en er is voor elke leeftijd wel iets te doen. Kinderen kunnen op onderzoek uit in het slootje van het Klauterwoud om te kijken wat er zwemt en leeft. Wandel met het hele gezin mee met de gidsen van de Federatie,

volg een kanoclinic bij Natsec, laat je imponeren door de prachtige vliegtuigjes tijdens een vliegshow van de modelvliegvereniging en maak kennis met Jeu de Boules. Vaar mee met fluisterboot de Andante over de Vaart en langs de Vlietlanden, verken het klimparcours van Adventure of kom op bezoek bij het Educatief Archeologisch Erf Masamuda. Geniet en doe mee want de Broekpolder is een avontuur op zich.

Kijk voor meer informatie over het programma op <https://www.broekpolder-vlaardingen.nl/broekpolderdag>

De Vrouwenkamer

Elke maandag ochtend is het een gezellige boel in het wijkcentrum voor alle dames in de wijk. Van 09.30 tot 12.00 komen er vrouwen uit de wijk samen in de vrouwenkamer, bij Fatima.

Er wordt van alles gedaan; gezellig kletsen met een bakje thee of koffie, handwerken, naaien en andere creatieve activiteiten. Elke maand is er een lunch waarvoor alle dames wat meenemen, dit eten zij gezamenlijk. Als je er een keer in de vrouwenkamer geweest bent, wil je niet anders meer!

Vanaf maandag 13 mei gaan we ook bewegen met de vrouwen in de vrouwenkamer in samenwerking met Vera van Vlaardingen in Beweging (VIB). Als deelnemer ervaar je veel plezier tijdens het bewegen en doe je nieuwe sociale contacten op.

Beweeg jij ook mee?

Heeft u interesse of wilt u meer informatie? U kunt contact opnemen met Suzanne Rietdijk op telefoonnummer: 0611746108.



Raden maar... en win een cadeaubon

Waar in de Westwijk is deze foto gemaakt en vermeldt ook even aan welk pad het is?

Stuur je oplossing naar westopzijnbest@gmail.com of schrijf de oplossing op een briefje en stuur deze naar:

Wijkvereniging leefbaarheid West op zijn Best
Professor Teldersstraat 10
3132AZ Vlaardingen

Natuurlijk mag je het daar ook in de brievenbus doen. Vergeet alstublieft niet naam en telefoonnummer te vermelden.

Onder de goede inzendingen verloten wij een cadeaubon van 10 euro. De uitslag wordt bekend gemaakt in de volgende uitgave.

Smikkelen en smullen met Daniëlle

Eens lekker eten, anders dan anders... dan moet je bij Daniëlle zijn. Iedere keer dat West op zijn Best verschijnt tovert zij een heerlijk en betaalbaar gerechtje uit haar culinaire hoed.

Geroosterde paprikasoep met pastinaak

Voor vijf personen

Wat heeft u nodig:

- 3 rode paprika's
- 2 gele paprika's
- 2 kleine of 1 grote pastinaak
- 1 grote rode ui
- 2 teentjes knoflook
- Olijfolie
- Een paar takjes tijm
- Een paar takjes peterselie
- 1 groentebouillon blokje
- 200 ml kook room
- 1 el paprika poeder
- Peper en zout
- 70 gr tomatenpuree
- 1 liter water (of iets meer)



Stap 1: Verwarm de oven voor op 180 graden.

Stap 2: Snijd de paprika's door de helft en verwijder de zaadjes. Leg ze op een rooster in de oven en laat ze ongeveer 45 minuten roosteren of tot de paprika's zacht zijn en bruin aan de buitenkant.

Stap 3: Schil nu de pastinaak en snijd deze in kleine stukjes. Snipper de ui en hak de knoflook fijn.

Stap 4: Haal de paprika's uit de oven en laat ze afkoelen hierna kun je makkelijk het vel eraf halen.

Stap 5: Bak nu met wat olie in een soeppan de ui en knoflook totdat ze goudbruin zijn. Voeg het paprikapoeder en de tomatenpuree toe en bak deze kort mee.

Stap 6: Voeg het groentebouillonblokje, het water, de paprika's en de takjes tijm en peterselie toe en breng op smaak met zout en peper. Laat het nog 5 tot 10 minuten koken.

Stap 7: Verwijder de takjes peterselie en tijm uit de soep en blend de soep in de blender met de room tot een gladde massa.

Proberen?

Daniëlle maakt elke dinsdag verse soep in het Wijkcentrum West die buurtbewoners kunnen komen proeven voor één euro, dus genieten maar van al die culinaire hoogstandjes.

Wie wat waar in de Westwijk?

Spreekuur van het wijkteam **elke maandag van 13 tot 16 uur** en **vrijdag van 13 tot 15 uur**. Elke woensdag is er van 16 tot 16.30 uur spreekuur met een groot deel van deze partijen. Locatie wijkcentrum De Telder, Professor Telderstraat 10.



Veiligheid

Wijkagent: gaat het over veiligheid in de wijk? Bel 0900-8844



Toezicht en handhaving: Afval naast de container, parkeeroverlast, jeugdoverlast, illegale bewoning. Bel 010-2484000



irado Legen containers, aanvraag afvalpas, ophalen groot afval, ratten en wespen. Bel 010-2621000. info@irado.nl



Buitenlijn/ buitenbeterapp: Losse tegels, overhangend groen, kapotte lantaarn. Bel 010-2484000 www.vlaardingen.nl

Gezondheid /Welzijn



Vlaardingen in beweging (ViB): Wilt U sporten en bewegen in de wijk? Bel 010-3132778 of 0610209794 info@stichtingvib.nl



Leefstijlcoach Wil je gezonder leven? Bijvoorbeeld door meer te bewegen, gezonder te eten, vaker te ontspannen of beter te slapen? Bel 010-8453985 www.leefstijloketvlaardingen.nl



Minters: opbouw en jongerenwerk: kinderactiviteiten, wijkactiviteiten en jongeren. Bel 010-4351022 info@minters.nl

Wonen



Burenbemiddelaar: last van burenen? Bel gratis naar 010-4351022 burenbemiddelaar@minters.nl



De samenwerking: Verhuurder woningen en garages. Bel 010-4759666 www.samenwerking.nl



Waterweg wonen: Verhuurder woningen, winkelruimten en garages. Bel 010-2488888. info@waterwegwonen.nl

Jeugd



Wijkteams Minters en Mevis



Heeft u hulp nodig? Voor u zelf, het gezin of met financien. Bel 010-4731033. info@wijkteamsvlaardingen.nl



Level Up Vlaardingen het talentstagehuis waar kinderen, jongeren en jong volwassenen de kans krijgen om zich te ontplooiën, zich in te zetten en hun eigen buurt mooier en veiliger te maken. www.levelup-vlaardingen.nl