



LEEUWENDEEL

Wijkkrant van Wijkvereniging Leeuwendaal | Uitgave: Voorjaar 2024



Hond in de wijk 🦁 Nieuw in de wijk 🦁 Drukbezocht concert Leeuwenkoor
Pilates, the Art of Controllogy 🦁 Snelschetsen in de Compagnie
Kattenkwaatern 🦁 Jacqueline Jurna 🦁 Autodelen

In dit nummer:

Agenda van activiteiten van Wijkvereniging Leeuwendaal	5
Van de wijkvereniging	6
De Stolwijkse Kaashandel: 77 jaar in de Herenstraat	8
Hond in de wijk	11
Nieuw in de wijk	12
Drukbezocht concert Leeuwenkoor.....	15
Pilates, the Art of Contrology	16
Workshop Suus Zweekhorst: Snelschetsen in de Compagnie.....	18
Kattenkwaatern!.....	23
In gesprek met Jacqueline Jurna, voorzitter van bridgeclub Amicitia	24
Buitenspelen is leuk! Doe je mee?	27
Autodelen iets voor Leeuwendaal?	28
Column: Majjem	31



Colofon

Leeuwendeel is het communicatiemiddel van de wijkvereniging Leeuwendaal

Bestuur Wijkvereniging Leeuwendaal:

Wilgert Opraus, voorzitter, tel. 06 10 97 16 34
Martijn Runderkamp, penningmeester, e-mail:
penningmeester@wijkvereniging-leeuwendaal.nl,
tel. 06 51 33 26 38
Paul Koeslag, algemeen lid/communicatie
Karin Brogtrop, secretaris
Anja Verlaan, lid

Contactgegevens:

Internet: www.wijkvereniging-leeuwendaal.nl
E-mail: info@wijkvereniging-leeuwendaal.nl
Facebook:
www.facebook.com/wijkverenigingleeuwendaal

Redactie Wijkkrant:

Redactie: Barbara Schilperoot, Erika Priebee,
Nora Groot, Annemiek van der Zande
Eindredactie: Annemiek van der Zande
E-mail: wijkkrantleeuwendaal@gmail.com

Vormgeving, realisatie en drukwerk:

Hans de Booij (i.o.v.) Phytalis
Geestbrugkade 35, 2281 CX Rijswijk
06 24 22 39 58
Internet: www.phytalis.nl
E-mail: info@phytalis.nl

Verschijsing, Oplage & Verspreiding:

Frequentie: 4 keer per jaar
Oplage: 1.200 stuks
Verspreiding: alle adressen in wijk Leeuwendaal
(Rijswijk ZH) en direct betrokkenen

Beste Wijkgenoten,

Dit jaar heb ik mijn huis een flinke duurzaamheidsbehandeling gegeven. Dankzij een opbouw hebben we ons nieuwe dak dik geïsoleerd en de zijmuur van gevelisolatie voorzien. Het nieuwe energie label is nog in behandeling, maar we hopen op minstens label B en mogelijk zelfs label A. Kennelijk is een dergelijke duurzaamheid haalbaar met onze huizen. Dat had ik vooraf nooit gedacht. Het kan dus wel. Binnenkort houden we een informatieavond voor geïnteresseerden in de wijk, die ook stappen willen maken. Voor een collectief van 30 huiseigenaren is subsidie aan te vragen, dus laten we de mogelijkheden onderzoeken. Tegelijkertijd moet ik met rode wangen van de vliegschaamte toegeven dat ik dit voorwoord zit te schrijven in Curaçao. Met zo'n intercontinentale vlucht heb ik mijn



verbouwing natuurlijk gelijk weer CO₂-neutraal gemaakt. Waarom schrijf ik dit dan? Onze overburen zijn hier namelijk naartoe verhuisd. Sinds anderhalf jaar wonen ze in het Caraïbisch gebied. Normaliter staken we de straat over om gezellig met elkaar te borrelen. Dat was zelfs zo gezellig, dat wij met ons gezin nu een week de Atlantische Oceaan hebben overgestoken om ze weer eens te zien. Grenzeloze vriendschappen dankzij Leeuwendaal. Dat noem ik nog eens duurzaam.

Wilgert Opraus - Voorzitter Wijkvereniging Leeuwendaal

Uit de redactie

Het is zondagmiddag, medio februari, en de wijkkrant moet over een week bij de vormgever liggen. Ik ben aan het puzzelen met de teksten, foto's en advertenties. Er zijn 32 pagina's te vullen. Alles moet een goed plekje krijgen. Een heerlijk klusje voor deze grauwe dag waarin het aan één stuk door regent. Het is hondenweer. Ik snap wel dat Wilgert naar Curaçao is gegaan.

Terwijl ik de teksten en foto's doorneem valt het me op dat in deze editie nogal wat vrouwen in beeld komen. En dat is geheel toevallig. We selecteren de onderwerpen op relevantie voor de lezers. Alles bij elkaar moet het krantje aansluiten bij wat er speelt en leeft in Leeuwendaal. En daarbij popten dit keer meerdere dames op: Jacqueline van Amicitia, Pilatesdocente Viviane, Nel met haar Willemijntje, Ivon en Ria van de voormalige kaaswinkel en kunstenaar Suus. Zelfs de kat en hond in de wijk zijn dames. Sorry heren!



Veel leesplezier!

Annemiek van der Zande - Eindredacteur Leeuwendeel

Financieel gezond worden en/of blijven?



- financiële planning
- risicobeheer
- echtscheidingsbemiddeling
- hypotheeken
- pensioenen
- verzekeringen

Ons team helpt u graag



lancyr+

Adviesgroep Rijswijk

Verzekeringen & Financieel Advies

Nijverheidsstraat 112 ● 2288 BB Rijswijk ● 070 390 72 35 ● info@lancyrrijswijk.nl

Yoga in Leeuwendaal



Energise your body. Deepen your breath. Quieten your mind.
Classes in Dutch and English.

Yoga met persoonlijke aandacht in kleine groepen van 6-8 mensen.
Beweging, ademhaling en meditatie

Yoga Sattva Rijswijk in de Compagnie, Geestbrugkade 35
sudha@yogasattvarijswijk.com



Activiteiten in Leeuwendaal

Iedere eerste woensdag van de maand: Koffie drinken in Amicitia

Een gezellig bakje koffie drinken met buurtgenoten. Voor iedereen toegankelijk. Vanaf 10:30 uur in sociëteit Amicitia, Oranjelaan 39.



Maart (datum nog te bepalen): Reanimatietraining

Hoe helpen we elkaar in een mooiere wijk te wonen? Qua veiligheid zetten we graag wat stappen. Aan de Leeuwendaal kerk hangt een extra AED-apparaat, om mensen met hartfalen te helpen. Wil je die leren bedienen? Meld je dan aan voor een kosteloze reanimatiecursus op www.wijkvereniging-leeuwendaal.nl. We hebben al voldoende aanmeldingen om te starten, alleen het boeken van de specialist duurde nog even. We gaan zo snel mogelijk beginnen.

Zaterdag 6 april: Start veegseizoen speeltuin Mauritslaan

Gezellige borrel in de Mauritslaan speeltuin (konijnspeeltuin). Door het jaar wordt de speeltuin volgens schema geveegd. We starten het seizoen gezamenlijk met een grote schoonmaak vanaf 14:00. Neem je tuingereedschap mee. We sluiten af met een verbroederende borrel met hapjes. Aanmelden voor vegen kan via veegrooster.mauritslaan@gmail.com. (De definitieve datum hangt af van het weer en zal worden gedeeld in de whatsapp-groep.)

Woensdag 27 maart: Paasbrunch

Zoals de naam het al zegt: brunch rond Pasen. Locatie nog te bepalen. Waarschijnlijk in de Leeuwendaalkerk.

Zaterdag 27 april: Koningsdag

Dagprogramma van het oranjecomité onder de kastanjeboom. Een jaarlijks hoogtepunt in Leeuwendaal.

Woensdag 29 mei: Buitenspeeldag Leeuwendaal

We gaan lekker buiten spelen! Kom 's-middags naar de speeltuin Dillenburglaan voor leuke spelletjes en activiteiten.

CONTACTPERSONEN IN DE WIJK

Leeuwenkoor:

Kunst ter plekke:

Oranjecomité:

Straatspeeldag:

Veegrooster speeltuin Mauritslaan:

BVG De Compagnie:

Annelies Stumpel, astumpel@planet.nl

Frans Werter, kunstterplekke@gmail.com

info@ocleeuwendaal.nl

buitenspeeldagleeuwendaal@gmail.com

Veegrooster.mauritslaan@gmail.com

info@bvgdecompagnie.nl

Mist u nog iets? Laat het ons weten!



Het digitale verlengde van Leeuwendaal. Met oog voor de geschiedenis of de toekomst. Voor jong en oud.

De eerste keer dat ik jaren geleden kennismaakte met 'augmented reality', had ik net mijn boodschappen gekocht bij de Albert Heijn. Ik ontving er een stapeltje dino-plaatjes bij. Inderdaad: plaatjes van dinosaurussen. Maar daar bleef het niet bij. Of ik even een app wilde downloaden en het plaatje wilde scannen. Daarna stond ik werkelijk verward te kijken..! Als ik door het scherm van mijn telefoon naar de wereld keek, zag ik die wereld, maar geheel digitaal werd er een wild loslopende dino overheen getoverd. Precies de soort die op mijn Albert Heijn plaatje stond, maar dan liep hij over mijn keukentafel te stampen. Ik was verbijsterd... Ik wist niet dat je zo'n digitale laag over de wereld kon leggen, die er dan ook nog zoiets leuks aan toevoegde.

Dat zou Leeuwendaal eigenlijk ook moeten hebben. En dat hebben we ook... Of u even de app 'Rondje Rijs-

wijk' wilt downloaden. Dit is een app die is samengesteld door een aantal organisaties op gebied van cultuur, historie, natuur of welzijn. Er staan fiets- en wandeltochten in. Kijk bijvoorbeeld eens naar de wandeling 'Architectuurwandeling Leeuwendaal'. Ik heb hem ook gelopen en wist bijvoorbeeld niet dat wij bijzondere gedraaide regenpijpen in onze wijk kenden. Of je combineert je uitzicht met historische foto's die de app toont. Echt grappig om eens te doen en zowel de architectuur en de geschiedenis van onze wijk meer te waarderen.

Hoewel 'Rondje Rijswijk' nog old school is - dat wil zeggen: je moet de gegevens van je telefoon bekijken en of oplezen - werken wij als wijkvereniging ook aan een echte virtual reality game. We hebben namelijk een wijkbewoner die heuse serious games maakt met zijn bedrijf, die een betekenisvolle ervaring opleveren. Hij heeft ons al een demo gegeven waarin we turend



door onze telefoonschermen een virtuele kist aantreffen in de speeltuin Mauritslaan. Zoekend door de speeltuin vonden we een digitale aanwijzing waar we de kist mee open moesten maken. En toen we erin stapten... bleek hij van binnen groter dan van buiten....

Hoe dat allemaal kan? Hou het volgende Leeuwendaal goed in de gaten. We laten

het hem graag zelf uitleggen. Als wijkvereniging werken we met hem samen om een creatieve speurtocht door de wijk te bouwen voor tieners. Als ze dan toch de hele dag achter hun device hangen, laat ze dat dan eens lopend en puzzelend door de wijk gaan doen. Houd het in de gaten. De release komt later dit jaar...

Wilbert Opraus



De Stolwijkse Kaashandel: 77 jaar in de Herenstraat

Het is wel wennen. De winkeldeur gesloten, de luxaflex voor het raam neergelaten. Geen schoolbord in de vorm van een “kaasmeisje” op de stoep. Op 30 december deden de zussen Ivon en Ria voor de laatste keer de deuren open. En dicht. Eind januari verhuisden ze de laatste spullen uit de winkel. Bijna 77 jaar nadat hun ouders Rie en Jo Visser “de Stolwijkse Kaashandel” overnamen, in februari 1947.

Toen kon je er terecht voor (uiteraard) kaas, delicatessen, fijne vleeswaren. In de loop der tijd veranderde het aanbod. De vleeswaren verdwenen (Rie was vegetariër) en er kwamen steeds meer reformartikelen in de schappen. Om die te mogen verkopen werd moeder Rie begin jaren '70 lid van de VNR, de “Vereeniging van Nederlandsche Reformhuizen”. Rie en Jo woonden met hun groeiend gezin achter en boven de winkel. ‘We zijn hier alle vijf opgegroeid. Zelfs geboren, op twee broers na, die in het ziekenhuis op de wereld kwamen. ‘s Middags stond m’n moeder nog in de winkel, ‘s avonds was ik er,’ lacht Ria. Toen het ruimere assortiment meer opberg- en kastruimte vereiste, kwam de achterkamer bij de winkel. Maar de sfeer bleef huiselijk. Mede dankzij de ronde eiken tafel waar je ook als klant even kon aanschuiven, bijvoorbeeld wanneer je advies wilde over het een of ander.



Winkelpui in 1947.

Dorpshuis

Hele generaties werden klant. Sommige klanten van nu kwamen als kind al met hun moeder mee wanneer zij bij de Vissers boodschappen deed. ‘Een dorpshuis waar je altijd wel bekenden ontmoette’, typeert een van de vele vaste klanten de winkel van de Vissers. En dat was ook zo. Velen uit Leeuwendaal, het oude dorp, Cromvliet, het Havenkwartier, maar ook uit Rijswijk Buiten en andere verder weg gelegen buurten en wijken kwamen er vaak wekelijks voor de reformartikelen, tal van biologische producten, vanzelfsprekend alle kazen – al dan niet uit Stolwijk - maar ook de eigengemaakte aioli van broer Ronald en tapenades van Ivon. Op wonderlijke wijze paste steeds meer in de kasten en koelvitriines. Het assortiment veranderde, de winkel bleef vertrouwd, de sfeer hetzelfde.

Nostalgie

Eerst kwam Ivon met haar ouders meewerken, later nam ze samen met haar broer Ronald de zaak over. Zus Ria werd vaste invaller. Soms sprongen andere broers bij. Of de opgroeïende kinderen. Zo leerden klanten de familie kennen. De Vissers leefden mee met wel en wee van hun klanten. Waren oprecht bij hen betrokken. Ook in praktische zin: wanneer je last had van je rug tilden ze de boodschappen in je auto. Ronalds gevoel voor humor was vermaard



Beide ouders Jo en Rie

Ronald en Ivon Visser een aantal jaren geleden.

en soms onnavolgbaar. Vaste klanten konden hun lachen vaak niet goed houden wanneer iemand die daarmee nog niet zo vertrouwd was, op die momenten op het verkeerde been werd gezet. Het afscheid na zijn korte ziekte en plotseling overlijden was drukbezocht. Hoe kan het anders....

Sowieso waren broer en zussen van plan om de winkel eind 2025 te sluiten. Dat werd



Ivon en Ria op de voorlaatste winkeldag met de vele lege schappen.

duis een jaar eerder. Het werd beide zussen te zwaar om de zaak met zijn tweeën over-eind te houden. 'Wéér verdwijnt er een vertrouwd beeld uit het oude Rijswijkse dorp, uit de Herenstraat,' verzucht Tineke Snaterse. 'Ik vind dat jammer, heel jammer. Ook vanwege mijn herinneringen aan het kaasdorp Stolwijk waar ik zelf vandaan kom. Ik ben er 1944 geboren. En ik weet nog hoe boeren tot in de jaren vijftig met hun zogeheten "platte paard- en wagens" vol kazen naar de Goudse markt trokken.' De Stolwijkse Kaashandel was voor haar óók nostalgie.

Het is wel wennen. Ook voor de vele honden die in de winkel welkom waren en er steevast een stukje kaas kregen. Soms zie je er een even halthouden voor de dichte winkeldeur.

Barbara Schilperoort

Met dank aan Frans Holtkamp, de Historische Vereniging Rijswijk, Robert Heijdeman

KORTELAND AUTO'S



ONZE SERVICE:

- In en verkoop
- Auto import
- Occasion zoekservice
- Onderhoud en reparatie
- APK
- Schadeherstel
- Aircoservice
- NIEUW -> Autoverhuur

CONTACT:

☎ 070 - 390 29 00
📍 Oranjestraat 42, 2281 GE Rijswijk



Rijswijk



Delft noord



www.kortelandautos.nl - info@kortelandautos.nl

Willemijntje

De uit Zeeland (Westkapelle) afkomstige Nel belandde met man en zoon in de Dillenburglaan. Zij was verpleegkundige en werkte in Delft bij een begeleid wonen project, draaide later avonddiensten in Vredenoord en werkte als wijkverpleegkundige.

Toen haar man 9 jaar geleden overleed kwam ze alleen te staan. Haar zoon woonde in het buitenland en het was stil in huis. Haar broer kwam met de suggestie om een hond te nemen. Daar was al eerder sprake van geweest maar als je beiden werkt heb je niet



voldoende tijd om een hond aandacht te geven en was het er dus nooit van gekomen.



Bij de burens van haar broer was een nestje met Hollandse Smoushondjes en Nel wilde er daar wel een van hebben. Zij koos een vrouwtje en mocht haar na 8 weken ophalen. De nodige attributen werden aangeschaft. Ze wist werkelijk niet welke naam zij aan haar hondje zou geven. Opeens schoot haar de naam Willemijntje te binnen. Zomaar een naam die zij leuk vond. Dat werd het dus. En Willemijntje ging op puppy cursus.

Inmiddels is Willemijntje 9 jaar. Ze heeft een zacht, lief en vrolijk karakter. Is nieuwsgierig en houdt van lekker eten. Heeft een hekel aan nattigheid en loopt als het regent dus niet graag buiten. Gelukkig is ze geen blaffer, wel zo fijn voor de burens!

Nel geniet iedere dag van haar hondje. Het is haar ALLES.

Nora Groot



Andy van den Dobbelsteen en Inge Snijder wonen sinds januari 2024 met zontje Lucian in de Koninginnelaan. In Leeuwardal beginnen ze een nieuwe fase van hun leven.

Op een vrijdagmiddag bel ik aan bij Koninginnelaan 50 waar ik word verwelkomd door Andy. Nadat ik vanuit een ooghoek wat verhuisdozen spot in de gang, tref ik in de gezellige woonkamer Inge en hun zontje Lucian; hij is dan 2,5 maand oud. Tot mijn verbazing zijn ze net twee weken daarvoor verhuisd. Zo snel heb ik nog nooit bij mensen op de stoep gestaan voor de rubriek 'Nieuw in de wijk'.

Andy en Inge hebben elkaar leren kennen via hun werk aan de TU Delft. Andy werkt er als hoogleraar 'Climate Design & Sustainability' en is tevens duurzaamheidscoördinator van de universiteit. Inge

is communicatieadviseur en persvoorlichter. Bij de eerste ontmoeting slaat de vonk direct over. Andy woont op dat moment in de binnenstad van Delft, Inge in Bezuidenhout in Den Haag.

In de zomer van 2023 gaan ze op zoek naar een gezamenlijke woning. Het moet geen kluswoning zijn, omdat Inge dan al zwanger is van Lucian. Een huis dicht bij de kust heeft eigenlijk hun voorkeur, maar dan worden ze via een collega gewezen op het huis in Leeuwardal. Rijswijk roept niet meteen warme gevoelens op, maar ze besluiten te gaan kijken en zijn blij verrast. Het is pas hun tweede bezichtiging,

maar 'het huis gaf ons meteen een goed gevoel', aldus Andy. Het groen en de sereneiteit in de wijk spreken Inge gelijk aan. "De wijk ademde", zegt Inge. Andy noemt het vriendelijke en sociale karakter van de wijk, maar ook de vele auto's op straat vallen hem op.

Aan het huis hebben ze niet veel hoeven doen. Dat is door de vorige bewoners 5 jaar geleden grondig verbouwd, met een prachtig resultaat. Dat kwam goed uit, want ze verhuisden al twee maanden na de geboorte van Lucian. Andy heeft wel plannen met het huis op de iets langere termijn, vooral bedoeld om het huis duurzamer te maken, wat natuurlijk helemaal aansluit bij zijn vakgebied. Plan is om de vloer op de begane grond te gaan isoleren en een warmtepomp te installeren. Het huis heeft momenteel een energielabel C en hij heeft de ambitie om dat omhoog te gaan brengen. Hij is afkomstig van een woning in Delft met energielabel A+. Dat is wellicht een stap te ver met een huis uit 1910, zeg ik, maar Andy denkt in mogelijkheden en ziet een mooie uitdaging.

Na een mooie tijd in Delft en Den Haag bevalen de eerste weken in hun huis in Leeuwendal erg goed. Ze voelen er zich steeds meer thuis

en hebben zin om hier met hun hobby's verder te gaan. Inge gaat yogalessen volgen in de buurt, Andy bouldert graag, wil weer gaan racefietsen en is bezig met het schrijven van zijn tweede thriller. Ze kijken ernaar uit om de wijk verder te verkennen en zijn benieuwd naar de verschillende activiteiten waar ze al veel positiefs over hebben gehoord.

Christianne Bleijenbergh



Bij Werker Notariaat zijn wij gespecialiseerd in familie- en erfrecht.

U kunt bij ons terecht voor:

- ▶ levenstestamenten
- ▶ testamenten
- ▶ huwelijks- of partnerschapsvoorwaarden
- ▶ samenlevingsovereenkomsten
- ▶ schenkingen
- ▶ verklaringen van erfrecht en/of executele
- ▶ advies en hulp bij de afwikkeling van een nalatenschap

Ook zijn wij gespecialiseerd in ondernemingsrecht gericht op het MKB.

Daarnaast kunt u voor onroerend goed transacties, zoals de overdracht van een woning of het vestigen van een hypotheek, bij ons terecht.

Meer informatie over onze dienstverlening, ons kantoor en team vindt u op onze website www.werkernotariaat.nl.

Voor vragen zijn wij telefonisch bereikbaar op 070 219 78 78.



WERKER
NOTARIAAT

Maanweg 174
2516 AB Den Haag

070 219 78 78
info@werkernotariaat.nl
www.werkernotariaat.nl

Drukbezocht concert Leeuwenkoor

In de hal van de Compagnie klonken liederen van Brahms, het Sanctus van Karl Jenkins, het Cantique de Jean Racine, het Tears in Heaven van Eric Clapton (met Fred van Hemert op gitaar) en nog meer. Tientallen bezoekers uit Leeuwendaal en omlig-

gende wijken kwamen naar de uitvoering van het Leeuwenkoor. Er paste nauwelijks meer een stoel bij. Het publiek zat of hing tot in het halletje bij de voordeur. Dirigent David van Lith reageerde enthousiast op zóveel belangstelling.



Pilates, the Art of Contrology

Het is al ruim een eeuw geleden dat de bewegingsmethode Pilates werd ontwikkeld. Met oefeningen om gecontroleerd de kleine, dieperliggende, spieren te versterken. Het is niet voor niets dat de grondlegger van deze methode, Joseph Pilates, zelf sprak van the Art of Contrology. Leeuwendal heeft met Vivit Pilates een eigen Pilates studio. Docente en eigenaresse Viviane van Urk – van den Bos vertelt mij vol passie over haar vak en de ontstaansgeschiedenis daarvan.

Als ik Vivit Pilates binnenstap valt mijn oog op de zwart-wit foto's aan de muur. Foto's van de oude meester bij de apparaten waarmee hij een eeuw geleden werkte. In moderne vorm zie ik ze terug in de studio van Viviane. Viviane vertelt dat de principes van Pilates in al die jaren niet veranderd zijn. Wel is het materiaal wat gemoderniseerd en zijn er kleine aanpassingen gedaan. Bij het ontwikkelen van zijn oefeningen maakte Joseph Pilates gebruik van datgene wat destijds voorhanden was. Dat zie je nu nog terug. Zo was de Pilates ring oorspronkelijk een metalen band van een biervat (hij werkte in een bierbrouwerij).

STOTT Pilates

Ooit zag Viviane's dagelijkse leven er heel anders uit. Met een kantoorbaan en drukke werkweken. Dat ze Pilates is gaan doen heeft met haar gezondheid te maken. Ze heeft scoliose, een afwijking aan de wervelkolom. Daar wilde ze wat aan doen. Bij een verkoopprogramma op tv zag ze een dvd van Pilates langskomen en was hierdoor getriggerd. Na wat andere Pilates-opleidingen heeft Viviane 15 jaar geleden de wereldgerenommeerde contemporary STOTT Pilates-opleiding gevolgd. Bij deze opleiding leert men onder andere de



diverse lichamelijke problemen bij klanten te begrijpen en te (ver)helpen.

Lessen in de Compagnie

Ongeveer een jaar geleden is Vivit Pilates verhuisd van Delft naar het gebouw van de Compagnie, Geestbrugkade 35. Dat is heerlijk dicht bij huis. Viviane woont namelijk al meer dan 20 jaar in de Mauritslaan. En handig voor alle Leeuwendalers die met Pilates kennis willen maken! Lessen mat en reformer vinden in kleine groepen of zelfs individueel plaats. Haar klanten komen uit de hele regio. Iedereen kan meedoen, jong en oud. Met Pilates beweeg je je spieren gecontroleerd waardoor het gehele lichaam sterker wordt en meer in balans komt. Er zijn overigens duidelijk verschillen met yoga.



Yoga gaat meer uit van ademhaling en ontspanning, Pilates gaat uit van kracht en controle van de spieren. Een belangrijke overeenkomst is er ook; men beweegt bewust. Dat Viviane mensen met klachten ziet opknappen geeft haar veel voldoening. Dat is precies wat Joseph Pilates tot doel had: het creëren van een gezond, krachtig en flexibel lichaam. Kijk voor meer informatie op www.vivitpilates.nl

Annemiek van der Zande

Joseph Pilates (1883 – 1967)

Het verhaal gaat dat de Duitse Joseph Pilates in zijn jeugd erg werd gepest. Met hulp van zijn vader - die in de turnsport zat - ging hij zijn lichaam trainen om zich beter te kunnen weren. En daarmee begon zijn interesse voor het fit en sterk maken van het lichaam. Hij ging fanatiek sporten. In de jaren 10 verhuisde Joseph naar Engeland waar hij onder meer werkte als professioneel bokser en als acrobaat in een circus. Tijdens de Eerste Wereldoorlog belandde Joseph daar als 'vijandige' Duitser in een kamp. Gedurende zijn gevangenschap ontwikkelde hij zijn oefeningen door en paste ze toe op zijn medegevangenen. Dat wierp zijn vruchten af. Zij overleefden de Spaanse Griep die destijds vele slachtoffers maakte. Daarmee was duidelijk dat hij met zijn bewegingsmethode een effectief 'medicijn' in handen had. In de jaren 20 emigreerde Joseph naar New York en ontmoette daar zijn vrouw. Samen openden zij een studio in het pand van het New York City Ballet. Zodoende ging hij ook dansers behandelen. En zo ging het verder. Na zijn dood werd zijn werk wereldwijd omarmd.

Workshop Suus Zweekhorst: Snelschetsen in de Compagnie



Het vijfjarig bestaan van haar workshop “Snelschetsen” was voor beeldend kunstenaar Suus Zweekhorst aanleiding om een tentoonstelling in te richten met werk van haar leerlingen. Tijdens de feestelijke opening bekeken en bespraken cursisten en bezoekers de tekeningen die in “wolken” gegroepeerd zijn opgehangen.

‘Snelschetsen is snel waarnemen, snel beslissen wat de belangrijkste vormen zijn, wat de belangrijkste hoofdlijnen zijn. En dat dan rustig, maar raak, op papier zetten. Snelschetsen is iets anders dan haastig schetsen’, legt Suus uit. ‘Elke workshop beginnen we met een oog-hand-coördinatie-oefening. Door je hand te laten tekenen wat je ogen zien, zonder te kijken wat je doet. Dat heeft soms hilarische gevolgen, maar is heel leerzaam. Er komen ook bijzondere technieken aan de orde. Door bijvoorbeeld een vlek te maken en daaroverheen te tekenen ontstaat een bijzonder effect.’

Reacties

‘Snelschetsen is een goede oefening voor wie de neiging heeft nogal gedetailleerd, “priegelig” te werken,’ zoals sommige deelnemers aan haar workshop bekenen. ‘Je móet wel in grote lijnen kijken en werken.’ ‘Het is elke keer weer een soort ontdekkingsreisje,’ ervaart een ander. ‘Het snelschetsen laat je even loskomen van dagelijkse beslommeringen’, vult iemand aan. En al is tekenen een individuele bezigheid, het werken in een groep is heel leerzaam. Daarover zijn allen het eens.



Charine Resink (piano) en Jean-Pierre Schreurs (gitaar) tijdens de opening.

Zondagochtend van 11 tot 12.30 uur

De cursussen begonnen vijf jaar geleden in galerie ArtiBrak in de Voorburgse Herenstraat. Terrassen boden uitkomst in coronatijd en bij mooi weer. Later verhuisden de workshops mee naar het nieuwe onderkomen van de galerie in 't Swaantje, in dezelfde straat. Sfeer-
vol maar (te) krap. Tegenwoordig komen de cursisten bij elkaar in de Studio (aan de achterkant) van de Compagnie. Een lichte en zonnige ruimte, dankzij de vele ramen en heldergele vloer. Een 'Zen moment op de zondagochtend', zoals een van de deelnemers de workshopbijeenkomsten waardeert.

Barbara Schilperoort

Mee-tekenen?

Het snelschetsen vindt plaats in blokken van 6 tot 8 ochtenden. Tussentijds instappen is mogelijk. Belangstelling? Lees meer op www.suuszweekhorst.nl. En/of stuur haar een mail: suuszweekhorst@gmail.com.

VERZEKERINGEN HYPOTHEKEN PENSIOENEN

ONZE KRACHT

Persoonlijke
aandacht!



**HOOGENRAAD
& VAN LOON**

VERZEKERINGEN HYPOTHEKEN PENSIOENEN



HOOGENRAAD

N V M M A K E L A A R S



MAKELAARS SINDS 1903



trotse bewoner van
HET POSTKANTOOR

Haagweg 177
2281 AJ Rijswijk

070 399 36 34
hoogenraad.nl



NVM

f @ in



Chez Michelle

pure, natural & personal skincare

U bent bij mij welkom voor natuurzuivere huidverzorging & behandelingen waarbij aandacht, kwaliteit en een persoonlijke benadering voorop staan.

- **Behandelingen en producten van Dr. Hauschka Cosmetica**
- **Ook voor advies en aanschaf producten**
- **Scholieren en studenten 10% korting**

Frederiklaan 35
2281 XM Rijswijk

T 06 - 25053569
E info@chez-michelle.nl

W www.chez-michelle.nl
F [ChezMichelleSkincare](#)



Ik
denk
aan je
voel
met je mee
sta
voor je klaar

VAN BUUREN
UITVAART

- Begeleiding bij afscheid en uitvaart.
- Onafhankelijk en vrijblijvend advies.
- Ontzorgen, aandacht en tijd.
- Ongeacht of en waar u verzekerd bent.

24/7 persoonlijk bereikbaar op 06 - 40089563
www.vanbuurenuitvaart.nl



Kattenkwaters!

Een aantal weken geleden kreeg ik een foto te zien waarvan ik dacht, yes daar moet ik naar toe! De afspraak was gauw gemaakt en ik ging met hoge verwachtingen richting de speeltuin aan de Mauritslaan, want daar gebeurde het! Je krijgt tenslotte niet elke dag de kans om een dame genaamd Cato met een fenomenaal jachtinstinct te interviewen.

Nadat ik was binnen gelaten door het personeel kwam madam toevallig net binnen wandelen vanuit de tuin, mij volledig negerend. Dan maar even informatie inwinnen bij Sophie, de jongste telg uit het gezin die trouw elke dag het eten en drinken verzorgt voor Cato. Cato is 3 jaar oud en komt uit het asiel in Rijswijk en is een levendige en nieuwsgierige poes. Daarom paste ze prima in het gezin en de keus was dus gauw gemaakt.

Veel katten vinden het heerlijk om op schoot te liggen, maar dan kom je bij Cato bedrogen uit. Ze vindt het leuk om in de speeltuin met de kinderen te spelen, maar op



Kuikens
in het land?
Kat in de
mand!



schoot...ho maar. Natuurlijk krijgt ze de nodige knuffels van iedereen, maar het dagelijks leven van Cato bestaat met name uit eten, slapen, de tuin met veel succes verdedigen tegen soortgenoten en...juist, jagen. Cato komt regelmatig thuis met een muis, ook ratten zijn niet veilig voor haar. Trots sleept ze ze mee naar binnen, een onverschrokken blik in de ogen. De rattenvanger van Leeuwenpaal. Gelukkig heeft ze weinig tot geen interesse in het kleine vogelgrut, dat is wel fijn met het broedseizoen op komst. Het is altijd mooi om de jonge vogeltjes weer uit te zien kunnen vliegen toch?

Ik krijg aan het eind van het interview toch nog de kans om Cato te aaien, die zich inmiddels heerlijk in de favoriete stoel in de kamer heeft genesteld. Nog even een mooi staatsieportret en klaar zijn we.

Tot de volgende keer!

Hillie Kuiper

In gesprek met...

Jacqueline Jurna, voorzitter van bridgeclub Amicitia



Na werkzaam te zijn geweest in het onderwijs met banen in het basis -en voortgezet onderwijs gevolgd door een beleidsfunctie en tot slot als directeur/bestuurder van een onderwijsadviesbureau, kwam het pensioen in zicht. Allereerst kwam Jacqueline terecht in een netwerk met gelijkgestemden die het leuk vonden om iets met elkaar te delen zoals museumbezoek, wandelen, onderwerpen bespreken etc. Toch vroeg zij zich af wat zij voor de wijk Leeuwendal zou kunnen betekenen. Amicitia kwam op haar pad.



Ofschoon zij niets met bridgen had (kon wel klaverjassen) begon ze een beginnerscursus bridge. Met vallen en opstaan leerde ze het spel een beetje beheersen maar vond het wel moeilijk. In die tijd nam Joris Al afscheid als voorzitter van Amicitia. Tijdens een ALV werd Jacqueline als voorzitter gekozen. Vol verve stortte zij zich op haar nieuwe taak waarbij haar ervaringen uit het onderwijs goed van pas kwamen.

Haar doel is om Amicitia een prominente rol in de wijk te laten spelen en niet alleen voor bridgers. Nu al zijn er koffi-ochtenden, lezingen (over bijvoorbeeld de struikelstenen in de wijk), de openstelling voor Kunst in de wijk en niet te vergeten het veelvuldig gebruik als stemlokaal. En natuurlijk verschillende vormen van bridge zoals zomerbridge, tuinenbridge, bridge voor bijvoorbeeld Unicef. Het zou leuk zijn als meerdere mensen uit de wijk Amicitia weten te vinden, maar dan moeten er ook activiteiten georganiseerd worden waar ook wijkbewoners aan mee kunnen doen. En daar is Jacqueline druk mee bezig. Zo zijn er plannen om een quiz over Rijswijk te

organiseren. Ook een inloop-bridge activiteit staat op de planning. Dit is een pilot om te kijken of daar animo voor is. Zoek voor de juiste info op: www.amicitia-rijswijk.nl daar de uitgave van het volgende Leeuwendeel nummer later zou kunnen zijn dan de geplande activiteiten. Daar kun je alle data en mogelijkheden bekijken. Medio september/oktober start in ieder geval een beginnerscursus bridge van 16 lessen. Bridgers die het spel weer willen oppakken kunnen een inloop-cursus gaan volgen. Tevens kan een consolideringscursus (opfriscursus) gevolgd worden.

Jacqueline heeft plannen genoeg en doet er alles aan om Amicitia op de kaart te zetten voor alle Leeuwendalers. Buiten al deze activiteiten is zij als vrijwilligster verbonden aan de Stichting Iedereen een meester. Het bloed kruipt..... Het is alles bij elkaar veel werk maar ontzettend fijn om met mensen te werken. Jacqueline is blij met de keuzes die zij heeft gemaakt na haar pensioen.

Nora Groot



OPEN MONUMENTENDAG

Leeuwendaal op zondag 6 oktober

M

OPEN MONUMENTEN DAG

Ook zo nieuwsgierig naar de bijzondere huizen en tuinen in onze wijk? Op 6 oktober hopen we onze eerste 'monumentendag Leeuwendaal' te organiseren. We zoeken naar mensen die hun huis open willen stellen voor de rondgangers. Dat kan om meerdere redenen: bijzondere tuin, architectonische danwel historische waarde, een goed verhaal, of gewoon gezelligheid. Meld je bij de wijkvereniging aan en we nemen het mee in onze open dag.



Komt hier jouw advertentie te staan?

Er is momenteel weer ruimte voor nieuwe advertenties.
Vraag de redactie naar de tarieven en mogelijkheden.

Buitenspelen is leuk! Doe je mee?

De voorbereidingen voor de jaarlijkse Buitenspeeldag in Leeuwendaal zijn in volle gang. Na een zeer zonnige en geslaagde editie in 2023 gaan we proberen alle kinderen weer een fijne woensdagmiddag te bezorgen. Zet 29 mei alvast met grote letters in de agenda zodat je er bij kan zijn.



Activiteiten

De kinderen kunnen zich uitleven bij diverse activiteiten rondom het speeltuintje aan de Dillenburglaan; oudhollandse spelletjes, ponyrijden, skelteren, schminken, schilderen en nog veel meer. Er kan weer gedanst worden tijdens de silent disco en aan eten en drinken wordt ook gedacht (ijsjes, popcorn, limonade).

Hulp nodig

Om deze dag mogelijk én tot een succes te maken zijn we afhankelijk van enthousiaste vrijwilligers. **Kom jij ons een handje helpen?**

Opbouw: 09:30 - 12:00 uur

Begeleiding activiteiten: 13:00 - 16:00 uur

Afbouw: 16:00 - 18:00 uur

Stuur een mailtje met je naam en telefoonnummer en het moment dat je kan helpen naar buitenspeeldagleeuwendaal@gmail.com. Kan je zelf niet? Vraag dan de burens, want zonder hulp kunnen we deze fantastische middag niet voor elkaar krijgen.

Sponsors

De Buitenspeeldag wordt mogelijk gemaakt door onze trouwe sponsors. Wil jij ook een financiële bijdrage doen? Dan kunnen we nog meer leuke activiteiten voor de kinderen neerzetten.



Organisatie

Na dit jaar zwaaien de al jaren trouwe organisatoren, Kathelijnn en Annemarie, af en hierbij willen we ze namens alle kinderen van harte bedanken voor hun enthousiasme en inzet. Voor 2025 zoeken we twee nieuwe organisatoren die willen helpen.

Doe jij volgend jaar met ons mee?



Autodelen iets voor Leeuwendaal?

Over Leeuwendaal en auto's is al veel gezegd en geschreven. De laatste jaren zijn er allerlei alternatieven voor een eigen auto in opkomst. Minder parkeerplaatsen bezet, minder kosten, bewuster autogebruik; dat klinkt aantrekkelijk en duurzaam. Ingegeven door mijn eigen zoektocht verkende ik de mogelijkheden voor autodelen hier in de buurt. Opvallend genoeg ontving ik op mijn oproep naar ervaringen geen reacties uit Leeuwendaal zelf, wel van bewoners uit omliggende buurten. Maar wat niet is kan nog komen?!

Deelauto's zoals Greenwheels, Mywheels, Sixtshare

Er zijn verschillende opties om over een auto te kunnen beschikken. Wanneer je wil en al vanaf een uurtje per keer. Reserveren gaat met een account en via een app. Afhankelijk van je gebruik kies je voor een abonnementsvorm met lagere of hogere vaste kosten per maand en daarbij hogere dan wel lagere gebruikskosten.

Esther uit Cromvliet maakt al jaren gebruik van Greenwheels en zegt: 'Voor ons werkt het perfect. Ik kan altijd wel een auto vinden, ook last-minute, en ze rijden fijn. Ik heb wel de indruk dat ze de laatste tijd populairder zijn in Rijswijk en Voorburg. Maar ik heb geen eigen auto meer nodig.' Vera uit de Bomenbuurt is ook enthousiast, met een paar kanttekeningen: 'De kleine modellen zijn meestal wel beschikbaar maar voor ons als gezin zou ik soms wat grotere type auto's handig vinden en die zijn er weinig in de buurt. Ook heb ik de laatste tijd wat problemen gehad met het ontgrendelen en starten. Maar de app werkt normaal gesproken goed, het is flexibel en als je het een beetje plant is het relatief voordelig voor korte ritjes maar ook bijvoorbeeld een weekend.' Handig is dat je voor Green-

AUTODELEN: 
**MAKKELIJK, GOEDKOOP
EN MILIEUVRIENDELIJK**

Probeer het eens uit en geniet van de vrijheid van een eigen auto zonder de lasten!

Meer informatie? Kijk op www.autodelen.info

wheels ook je OV-chipkaart kunt gebruiken. Mywheels is een andere aanbieder, met wat meer verschillende modellen. Op de kaart op hun website zie je dat er nog nauwelijks opties zijn in Rijswijk maar in Den Haag is het aanbod een stuk groter. Dat geldt ook voor Sixtshare. Tot nu toe is dit alleen beschik-

baar in de grote steden, waaronder Den Haag. Sixtshare werkt met dynamische prijzen per minuut en verschillende type auto's op wisselende locaties, allemaal elektrisch.

Een (privé) auto huren of lenen

Met Snappcar kun je auto's van particulieren huren of zelf je auto verhuren. Het voordeel via zo'n platform is dat de beschikbaarheid gelijk duidelijk is en de verzekering geregeld. Een mooi concept, maar er is nog weinig aanbod in de buurt. Ook zit er misschien iets meer risico aan. Waar wij thuis zelf naar keken was Lynk & Co. Dit zijn plug-in hybride auto's die je op basis van een maandelijks abonnement kunt nemen en vervolgens ook uitlenen. Het bedrijf biedt een platform voor het lenen en uitlenen van de auto's. Dat is echter in de ont-wikkelfase en werkt momenteel nog niet soepel begreep ik. Wellicht wordt dit in de toekomst interessant.

Vanwege de voordelen voor de stad stimuleert een gemeente als Den Haag het (elektrische) autodelen in een coöperatie of groep gebruikers. Voorbeelden hiervan zijn te vinden op de website DEEL. In de gemeente Rijswijk worden mobiliteits-hubs opgezet, voorlopig alleen in Parkrijck (Rijswijk Buiten) en in de toekomst in de Plaspoelpolder.



Tot slot kwam ik, door de tip van een buur, een interessant initiatief tegen bij Korteland auto's. Korteland is sinds twee jaar aangesloten bij Oscar autoverhuur. Jesse van autobedrijf Korteland vertelt: 'Het idee is de auto's uit de showroom van de garage te verhuren in plaats van stil te laten staan. Prijstechnisch gunstig voor de huurder en voor ons. Er is veel vraag naar auto's voor een dag of wat langer, en naar verschillende type auto's. Door dit succes bieden we inmiddels al 30 auto's aan, sommige speciaal voor dit doel. Deze staan bij onze garage en op een speciale parkeerplaats in de Plaspoelpolder.' Korteland mikt hiermee op de hele regio maar ook wijkgenoten zijn er goed mee geholpen.

Kortom, zonder zorgen een auto lenen, huren of delen wordt steeds makkelijker. Als je de auto niet elke dag nodig hebt zijn er veel opties. Het vraagt wel wat planning en flexibiliteit. Ik zie het er wel van komen.

Carolien Jaspers

SONORO

ZOU PERFECT GELUID ER NIET ZO UIT MOETEN ZIEN?



Het alles in 1
stereo muzieksysteem
met eenvoudige bediening
en indrukwekkend geluid

Sonoro Meisterstück

DAB+ radio, CD-speler, internet radio, Bluetooth, TV geluid, voorkeuze toetsen, afstandsbediening, tijd en datum weergave, sleeptimer, houten behuizing met hoogwaardige afwerking.
Verkrijgbaar in de kleuren mat grijs / zwart / wit.

€ 1.399,-



Sonoro Prestige

Alles in 1 muzieksysteem in slank ontwerp met eenvoudige bediening, DAB+ radio, CD-speler, Bluetooth, internet radio, afstandsbediening, wekker en sluimerfunctie, hoofdtelefoonaansluiting.
Verkrijgbaar in diverse kleuren.

v.a. € 899,-



Sonoro Elite

Zeer compact alles in 1 muzieksysteem met DAB+ radio, voorkeuze zenders, ingebouwde speaker, CD-speler, wekker en sluimerfunctie, Bluetooth, afstandsbediening, eenvoudige bediening.
Verkrijgbaar in diverse kleuren.

€ 449,-



Sonoro Easy

Slimme compacte Draagbare DAB+ radio met voorkeuze toetsen, wekker en sluimerfunctie, display met tijd en datum weergave, Bluetooth, nachtlampje.

Verkrijgbaar in diverse kleuren.

€ 229,-

IN ONZE WINKEL TE BELUISTEREN



de Vries | elektro

SINDS 1930

BEELD • GELUID • WITGOED

Majjem

Het was zowaar een droge dag. Geen druppel valt, voorspelden de weer-apps eensgezind. Die geselende wind zou krimpen tot een briesje. Misschien laat zelfs de zon zich even zien. Met een beetje fantasie voel je het voorjaar aankomen. Maar dat dachten we er zelf bij, toen we de deur uitgingen voor een wandeling door de stad.

Het was druk op straat. Het weer bepaalt ons humeur. Mensen zagen er anders uit. Lichter, luchtiger, zorgelozer. Het leek of ze een betere versie van zichzelf hadden ontdekt. Vandaag hoefden ze zich niet meer te verbergen onder paraplu's, mutsen, capuchons, regenjassen, poncho's.

Opvallend hoeveel winkels tegenwoordig regenkleding verkopen. Je vindt ze zowat op elke straathoek. Geen wonder, met al die plensbuien, hoosbuien, stortregens die we over ons heen krijgen. Majjeme noemen Limburgers zulke waterhoeveelheden. De Majjem zeggen ze ook tegen de Maas. Net zoals Amsterdammers met de Majem (één j minder) de Amstel bedoelen. Of een gracht. In ieder geval iets met veel water. De basis voor "majemen" ligt in het Jiddisch. Een woord dat tot de verbeelding spreekt, vonden blijkbaar ook ontwerpers van alle soorten regenkleding en kozen Maium als merknaam. Het slechte weer als verdienmodel.

Zoals bijna bij elke stadswandeling gebeurt, liepen we ook nu weer een boekwinkel binnen. Dwaalden rond. Bladerden her en der door talloze woorden en verhalen die in talloze hoofden zijn ontstaan en uiteindelijk hier terecht zijn gekomen. En misschien komt het wel door onze huidige waterige tijden dat juist dit prentenboek me

opviel: "De eend die niet van water hield". Met op het omslag een eend in een gele oliejas, een zuidwester op zijn kop – vastgestrikt onder zijn kin -, onder een paraplu met daar boven op een kikker die zichtbaar van de regendruppels geniet.

Deze winter plent en hoost het maandenlang, komt het met bakken naar beneden. En alles slaat inmiddels groen uit: tuinmeubelen, terrastegels, ANWB borden langs snelwegen. De Colombiaanse schrijver Gabriel García Márquez vertelt in zijn boek "100 jaar eenzaamheid" hoe ook mensen tijdens een regentijd waaraan geen einde lijkt te komen, zelf groen uitslaan. Je ziet het voor je.

Je ziet het voor je dat op een geven moment zelfs eenden genoeg hebben van al dat majemen en zich hullen in regenkleding. Soms bezoeken eenden de vijver in mijn volkstuin. Stel je voor dat ik ze ooit zo gekleed aantref. Ik zag er eens een kikker op een plompenblad. In het midden lag nog een kommetje water. Hij genoot zichtbaar. Maar wel in de zon...

"De eend die niet van water hield" is overigens een heerlijk prentenboek, geschreven en getekend door Steve Small. Geschikt voor alle leeftijden. Je ziet het voor je. Net zoals ik het ook helemaal voor me zie dat de lente is losgebarsten wanneer deze Leeuwendeel verschijnt. Hoe we dan allemaal genieten van het mooie weer. Ons koesterend in de zon. Als die kikker op het plompenblad in mijn tuinvijver.



Barbara Schilperoord



**Ga fit de zomer in met jouw
Personal Fit programma!**

Jouw zomer start vandaag!

**Personlijke begeleiding door ons gespecialiseerde
team van fysio's maakt je echt zomerfit!**

**Maak direct een afspraak voor een gratis intake!
De zomer begint al over 3 maanden!**

Maak direct een afspraak! Bel 085-0220320

 **FYSIOPRAKTIJK RIJSWIJK**