

## Muziekschool Waterland start nu ook wijkkoren

Op alle basisscholen in de regio Waterland organiseert Muziekschool Waterland muziekonderwijs, in de klas en als naschoolse activiteit. Deze activiteiten zijn gericht op leerlingen van de scholen en vinden plaats in de school. Na de voorjaarsvakantie komt daar een project bij dat nog een stapje verder gaat: de wijkkoren. Hierin gaan kinderen uit groep 3 en 4 van verschillende scholen uit een wijk samen zingen in één koor.

Muziekschool Waterland vindt het belangrijk dat alle kinderen toegang hebben tot muziekeducatie. "Niet alle kinderen hebben echter van huis uit gelijke kansen. Door steeds weer te zoeken naar manieren om ons aanbod toegankelijker te maken, proberen we met ons educatieprogramma zo veel mogelijk kinderen te bereiken", zegt Esther Dam, directeur van de muziekschool. "We willen dat alle kinderen in Purmerend kunnen ervaren hoe het is om zelf en met elkaar muziek te maken."

### Uniek

Voor het lopende schooljaar is Muziekschool Waterland een uniek wijkproject gestart: Watermusic. Leerlingen van scholen in de wijken Overwhere en Wheermolen krijgen voor



een langere periode instrumentale les, spelen samen in een orkest en zingen in een koor. Gezamenlijk met de kinderen uit de wijkkoren sluiten ze het schooljaar muzikaal af tijdens een concert in juni met het thema 75 jaar vrijheid.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Marianne Riem, telefoon 06-55154568, of een kijkje nemen op [www.muziekschoolwaterland.nl](http://www.muziekschoolwaterland.nl).

## ***Maak de wijkkrant!***



De Wijkkrant Overwhere is nog altijd op zoek naar nieuwe redactieleden, omdat de vorige redacteur is gestopt. Er hebben zich gelukkig al enkele mensen aangemeld die verhalen willen schrijven - van één

van hen verschijnt zelfs al een artikel in deze editie - en een fotograaf staat ook al in de wacht.

We zoeken echter vooral nog iemand die de krant zeven keer per jaar wil plannen, coördineren en afronden. Ook betrokken wijkbewoners die het leuk vinden om verhalen te schrijven blijven van harte welkom.

We weten uit ervaring - de wijkkranten bestaan immers al meer dan 25 jaar - dat veel mensen het leuk en zinvol vinden om samen de wijkkrant te maken, al jaren en nog steeds de best en meest gelezen gratis publicatie van Purmerend. De redactieleden kunnen voortborduren op de bestaande versie of met een schone lei beginnen, want ze bepalen zelf wat er in de krant komt. Dit kunnen interviews met interessante wijkbewoners zijn, maar ook aankondigingen van activiteiten of verslagen daarvan - bedenk het maar. Als redacteur ontmoet je interessante mensen en beland je op plekken waar je anders nooit komt.

Journalistieke ervaring is niet nodig, wel enthousiasme en inzet. Veel tijd hoeven de bezigheden trouwens niet te kosten, en hoe meer mensen meedoen, hoe lichter uiteraard de taken. Voor redactionele ondersteuning en eindredactie is gezorgd en workshops (nieuwsartikel, interview, plannen/coördineren) zijn mogelijk.

Lijkt het je wat, wil je meer informatie of eens meekijken bij een redactie? Stuur een e-mail naar [wijkkrantredactieoverwhere@gmail.com](mailto:wijkkrantredactieoverwhere@gmail.com) en we nemen graag contact met je op.

## Nieuwe AA-groep Balans gestart



Eind vorig jaar is in Purmerend een nieuwe AA-werkgroep gestart, en wel onder de naam Balans. Deze tweede afdeling is nu actief naast de al bestaande groep Waterland. Anonieme Alcoholisten is een landelijke stichting die door middel van werkgroepen elke alcoholist die de wens heeft te stoppen met drinken, hulp biedt.

De organisatie is wereldwijd actief. In Nederland zijn meer dan tweehonderd werkgroepen actief die lotgenoten de kans bieden tot herstel - en vaak met succes. De organisatie is in 1935 opgericht in de VS. Ze is uitgegroeid tot een platform dat duizenden alcoholisten heeft kunnen begeleiden naar een nieuw leven, zonder alcohol.

### Probleem

Verslavingen, in welke vorm dan ook, zijn een enorm probleem. Er zijn talloze instanties die hulp bieden, vanuit de gezondheidszorg, maar ook op commerciële basis. Sinds verslaving officieel is erkend als ziekte - iets wat de stichters al betoogden - schoten klinieken als paddenstoelen uit de grond. Er is inmiddels veel expertise opgebouwd. Als een verslaafde gebruik wil maken van professionele zorg, dekken zorgverzekeraars het grootste deel van de kosten. Wel is een verwijzing van een arts nodig. Zodoende is ook altijd sprake van het dragen van het eigen risico.

AA Nederland kent geen verdienmodel. De organisatie dekt de kosten door vrijwillige bijdragen van de leden. Elke werkgroep is zelf verantwoordelijk voor haar eigen onderhoud.

### Onderscheid

AA onderscheidt zich op een aantal gebieden. Zo kent AA maar één doel: het helpen van de lijdende alcoholist. De zorg is laagdrempelig en overal en altijd bereikbaar, ook buiten werkuren. AA maakt geen aanspraak op enige vergoeding, niet door verzekeraars en niet door andere partijen, waardoor AA volkomen onafhankelijk is. De organisatie beschikt over een enorme ervaring, onderhouden door oudgedienden. Haar herstelplan heeft al tientallen jaren zijn werking bewezen. Het concept wordt door veel professionele klinieken gebruikt, maar zonder de continuïteit van AA.

### Voordelen

Verdere voordelen zijn de contacten met lotgenoten, dat men thuis kan blijven wonen en desgewenst meerdere groepen kan bezoeken, waardoor extra ondersteuning kan worden geboden. Ook is er geen grens aan de behandeling; men kan op elk moment weer instappen, ook na jaren, en blijven komen zolang men wil of nodig acht.

Ook het gemis van druk werkt positief; men is onder gelijkgestemden en wordt veroordeeld noch beoordeeld, wat een groot gevoel van veiligheid oplevert. Er is geen onderscheid: iedere bezoeker is gelijk, wat die ook doet of is. Vragen worden niet gesteld; er is geen intake en geen diagnose. Men gaat gewoon aan het werk met het herstelplan bij en met de groep.

### Hoop

Elke alcoholist droomt er el eens van in een mum van tijd de verslaving de baas te worden, maar dit is een illusie. Het AA-programma vraagt veel inzet, kracht, doorzettingsvermogen en geduld. Men leert het leven te veranderen, met behoud van de goede dingen. Men leert teleurstellingen onder ogen zien en er mee omgaan. Men leert vooral van het programma en de ervaring die lotgenoten kunnen bieden die al langer 'op weg' zijn. Vooral echter ervaart men dat wanhoop kan worden vervangen door hoop. Men vindt zijn eigenwaarde terug. Iedere AA'er heeft dit proces zich zien voltrekken en zelf meegemaakt. Het lukt op deze manier weliswaar niet altijd om van de drankverslaving af te komen, maar wel vaak. Iedereen die hulp zoekt, is van harte welkom.

### Informatie

De AA-werkgroep Balans komt bijeen op de vrijdagmiddagen van 14.00 tot 16.00 uur in de vergaderzaal van Triton, Wijkplein Where, Triton 73. E-mail [aa.werkgroep.balans@gmail.com](mailto:aa.werkgroep.balans@gmail.com), telefoon 06 10751090, website [www.aa-nederland.nl](http://www.aa-nederland.nl), Landelijke Hulplijn (24 uur per dag bereikbaar): 085 1045390.

De AA-Werkgroep Waterland vergadert elke woensdagavond van 20.00 tot 22.00 uur in het pand van de Brijderstichting, Waterlandlaan ingang no 61.

E-mail [werkgroepwaterland@gmail.com](mailto:werkgroepwaterland@gmail.com), telefoon 06 43633278, website [www.aa-nederland.nl](http://www.aa-nederland.nl).

## Joop

*zijn naam staat tussen  
twee wereldleiders  
Winston en Salvador  
de rode Joop*

*je ziet wel huizen staan  
maar niet aan deze laan  
alleen een schoolgebouw  
en uitvaartcentrum  
hebben nummers*

*bomen beginnen  
weer te groeien  
na het vellen van  
de hoge populieren  
vrije fietspaden met  
voornamelijk tegels  
hebben weinig roods meer*

*van spoorweg tot sloot  
kun je drie keer  
wachten voor rood  
hem vervloeken of bewonderen  
denkend aan Joop  
op de Den Uyllaan*

Thea de Hilster.

## Subliem verfijnd vakwerk van Rinus



Foto: Piet Jonker.

Ik stel u met plezier voor aan Rinus Egthuijsen. Hij woont aan de Oostervenne, hier in Overwhere. Rinus heeft de klassieke uitspraak in zich: 'Wat zijn ogen zien, maken zijn handen'. Zijn topstuk is nu wel een replica van de driemaster Willem Eggerts.

De Willem Eggerts is een historisch zeiljacht uit 1885, met Rederij Brantjes als opdrachtgever voor de bouw.

Vanwege de geweldige afmetingen kon het schip helaas nooit aanmeren in Purmerend zelf, maar het heeft vele zeeën bevaren. Vanuit historisch oogpunt heeft Rinus juist dit schip 'terug willen brengen naar Purmerend', zoals hij het omschrijft. Zonder bouwtekening, met slechts een afbeelding, is hij aan het karwei begonnen, en zoals u ziet: hij heeft alles tot in de fijnste details uitgewerkt.

### Bewonderen

Het werkstuk was op zondag 16 februari te bewonderen door bewoners van de Oostervenne in ontmoetingsruimte Het Trefpunt. Hier werden meer fraai gebouwde scheepsmodellen getoond.

De verkleinde nabouw van het luxueuze zeilschip Willem Eggerts wordt nu op de meest voor de hand liggende plek tentoongesteld, namelijk in het Purmerends Museum aan de Kaasmarkt. Hier kunt u onder andere ook de door Rinus gemaakte maquette van Slot Purmersteijn, gebouwd in opdracht van Willem Eggerts tussen 1410 en 1413, bekijken. ●

## Fietsen in de binnenstad

Om onze Overwhere-bewoners extra attent te maken op het nieuwe fietsbeleid in de binnenstad, besteden we hieraan hieronder aandacht. Het zou immers jammer zijn als u wordt beboet omdat u niet op de hoogte bent van de wijziging in de Algemene Plaatselijke Verordening (APV), die in januari is ingegaan.

Het centrumgebied van Purmerend is een voetgangerszone. Op tijden dat er werd geladen en gelost, gold een uitzondering die fietsen toestond. Dit is mede op verzoek van de ondernemers aangepast. Omdat fietsen in de binnenstad voor veel overlast zorgt, mag dit sinds 29 januari niet meer. Dit is vervelend als je het centrum als fietspad gebruikte, maar fijn voor het wandelende publiek, dat niet altijd bedacht is op fietsers.

## Dansen met beperking bij Wherelant

Elke dinsdagochtend vindt vindt bij Cultuurhuis Wherelant Dans voor Twee plaats. Dit is een cursus voor senioren met Parkinson, MS of Alzheimer, waarbij u samen met een partner, familielid of vriend(in) kunt genieten van bewegen op muziek. U kunt de lessen ook alléén volgen. Geïnteresseerden zijn altijd welkom voor een gratis proefles en instromen kan het hele jaar door.



Foto: Eric Rietman.

Dansdocent Marjolein Harms heeft een speciale opleiding gevolgd om deze cursus te kunnen geven. Ze heeft er ondertussen al veel ervaring mee opgedaan. "Deze vorm van dansen is speciaal ontwikkeld om mensen met Parkinson, MS of Alzheimer zich goed te laten voelen, zowel lichamelijk als geestelijk. Er is aandacht voor ademhaling, bewegen en coördinatie. Het gaat er om dat je niet nadenkt, maar met de muziek in een flow komt, zodat je je minder stram voelt."

Elke les begint met het opwarmen van de spieren van benen, armen en wangen, en een korte ademhalingsoefening. Het is ook mogelijk de les op een stoel te volgen.

Op de vraag hoe cursisten reageren zegt Marjolein: "Ze vertellen dat ze er baat bij hebben, dat ze minder angstig zijn om te bewegen en dat ze na de les minder trilperioden hebben."

Dans voor Twee vindt plaats op dinsdag van 10.30 tot 11.30 uur in Cultuurhuis Wherelant, Van IJsendijkstraat 403. De lessen gaan het hele jaar door, behalve in de schoolvakanties. Deelname kost € 10,- per keer, contant per keer te betalen of via een maandelijkse factuur. Mantelzorgers en partners doen gratis mee. U kunt zich aanmelden, ook voor een gratis proefles, bij Wherelant, per e-mail, [info@wherelant.nl](mailto:info@wherelant.nl), of telefonisch via 0299 - 434777. ●

Het centrum blijft dus een voetgangersgebied en de uitzonderingen die er waren zijn verdwenen. Wel komt er een fietsverbinding tussen de Gedempte Where en de Nieuwstraat. In de Kalversteeg en Koestraat mogen fietsers, als gast, nog wel rijden. Let op: dit geldt alleen voor 'gewone' fietsen; snor- en bromfietsen zijn niet toegestaan.

### Ontheffing

Bij medische noodzaak kunt u een ontheffing aanvragen. Dit kan schriftelijk bij het team Vergunningen, Beleid en Advies, middels een brief of een e-mail naar [APV@purmerend.nl](mailto:APV@purmerend.nl). Een doktersverklaring is nodig. De ontheffing wordt voor vijf jaar verleend. Als de medische noodzaak er dan nog steeds is, is verlenging mogelijk. Het legestartief voor 2020 bedraagt € 46,20. ●

## Nieuw aanbod Popfabriek



De Popfabriek is dé plek in Purmerend waar jongeren zich muzikaal kunnen ontplooiën en uitleven. Op 4 februari zijn drie nieuwe cursussen gestart in de professionele studio's van P3. Met muziek produceren,

popzang en bandcoaching als aanbod geeft De Popfabriek gehoor aan de wens van de doelgroep. Ook gaat de muziekbuss weer de weg op en bezoeken de bandcoaches allerlei locaties onder de naam Popfabriek on the Road.

Jongeren komen dankzij speciale projecten al op de middelbare school in aanraking met muziek, en dit wordt meestal met enthousiasme ontvangen. Muziek produceren en zingen is populair, en daaruit is een nieuw programma ontstaan. Onder leiding van bandcoach Jasper Kramer kunnen de jongeren meteen aan de slag. "Het niveau is niet belangrijk, het gaat om samenspelen, plezier maken en gewoon durven doen", aldus Jasper.

### Instrumenten

De muziekbuss gaat ook weer rijden. Hierdoor kunnen jongeren vijftien lessen bandcoaching krijgen. Met een lading vol met instrumenten komt docent Shauni Bax ook naar de buurgemeenten Monnickendam, Marken, Wormer, Jisp, Zuiderwoude en IJpendam toe.

Elk cursusblok van De Popfabriek en Popfabriek on the Road wordt meestal afgesloten met een optreden voor publiek. In samenwerking met P3 krijgen de jongeren zelfs de mogelijkheid om op een groot podium te staan.

### Informatie

Kijk op de website van De Popfabriek ([www.depopfabriek.nl](http://www.depopfabriek.nl), tabblad cursusaanbod) voor informatie over data, tijdstippen en kosten, of neem contact op via e-mail, [t.groot@muziekschoolwaterland.nl](mailto:t.groot@muziekschoolwaterland.nl), of telefoon: 0299-427812.

## Maak Reuring weer tot succes

Welkom bij Reuring, het prachtige festival dat dit jaar van 25 tot en met 28 juni wordt gehouden.

Dit evenement, met tienduizenden bezoekers, kan uiteraard niet zonder de inzet van veel vrijwilligers. Het lijkt misschien dat we er wel erg vroeg bij zijn, maar de organisatie heeft altijd veel voeten in de aarde. Wil je je nu al aanmelden of heb je nog vragen? Neem dan contact op met Judith Kruit, coördinator vrijwilligers, via e-mail [vrijwilligers@reuring.com](mailto:vrijwilligers@reuring.com), of kijk op de website [www.reuring.com](http://www.reuring.com).

## Boksen met de ziekte van Parkinson

Op donderdag 5 maart heeft Spurd voorlichting gegeven over de voordelen van boksbevingen bij de ziekte van Parkinson. Die zijn goed tegen verstoringen in de beweeglijkheid vanwege die ziekte. Wie Parkinson in stadium 1 of 2 heeft, kan dus kennismaken met de activiteit Parkinson-boksen in Health Centre Better You aan de Suze Groenewegstraat in de Overwhere. De lessen zijn mogelijk gemaakt door de samenwerking tussen Spurd en Better You.

Spurd en Better You willen u vooral duidelijk maken dat boksbevingen belangrijk zijn als reactie op Parkinson. Mensen met deze ziekte hebben immers vaak last van trillen, stijve armen en benen, en moeilijk bewegen en praten. Tijdens de groepslessen maakt de gespecialiseerde trainer door 'non contact boxing' omgaan met de ziekte beter mogelijk. Het gaat hierbij om strekken, draaien en behoud van snelheid. De trainer benadert de deelnemer als sporter en niet als patiënt. Dit heeft tot resultaat dat mensen zich sterker en beter voelen en meer energie krijgen.

### Informatie

Over de voordelen van Parkinson-boksen kunt u van maandag tot en met vrijdag tussen 08.30 en 17.15 uur contact opnemen met Spurd via de telefoonnummers 0299-418100 en 418107 of per e-mail: [info@spurd.nl](mailto:info@spurd.nl). Parkinson-boksen is sinds donderdag 12 maart wekelijks mogelijk van 13.00 tot 14.00 uur, voor vijf euro per keer.



## COLOFON

De wijkkrant wordt gemaakt voor en door bewoners.

Artikelen en foto's mogen na contact met de redactie worden overgenomen met bronvermelding.

De redactie behoudt zich het recht voor ingezonden artikelen in te korten of niet te plaatsen.

**Redactie:** Vacant.

**Aan dit nummer werkten mee:** Thea de Hilster en Marijke Kuijpers.

**Samenstelling en eindredactie:** Fred Berga, Journalistiek & Meer.

**E-mail redactie: Let op: Nieuw e-mailadres** [wijkkrantredactieoverwhere@gmail.com](mailto:wijkkrantredactieoverwhere@gmail.com).

**Ontwerp en drukwerk:** Business Post & Printing, Werkom.

**Bezorging:** Rodi Media.

De volgende wijkkrant verschijnt op 7 mei 2020.

Kopij aanleveren kan tot 13 april 2020 via [wijkkrantredactieoverwhere@gmail.com](mailto:wijkkrantredactieoverwhere@gmail.com).