

## Redactie

Henk Bertelkamp  
Waterpoortweg 243  
Tel: 020 770 04 17  
Lucia Alleman  
Waterkersweg 212  
Tel: 020 684 54 22  
Ineke Hartman  
Waterrijkweg 376  
Tel: 020 686 22 01  
Richard Hengeveld  
Waterleliegracht 144  
Tel: 020 400 35 85  
Wigger Atsma, Erelid  
E-mail:  
Waterspiegel@gwl-terrein.nl  
Internet: www.gwl-terrein.nl  
Druk: St. Radius Haarlem



10e jaargang nr. 1 – februari 2006

Blad voor de Waterwijk - verschijnt zeswekelijks  
Verspreiding: bewoners Waterwijk - belangstellenden

## Van de redactie

In deze eerste *Waterspiegel* van 2006 treft u op de middenpagina's een buurtenquête aan. U wordt gevraagd naar uw mening over verschillende aspecten van het wonen in de Waterwijk. Als u zorgt voor een goede respons, kunt u eerdaags de mening van vele buurtbewoners toetsen aan uw ideeën over de wijk.

Na publicaties in de lokale pers over het meenemen van een parkeervergunning of een plaats op de wachtlijst na verhuizing, hebben GWL-bewoners die op de wachtlijst staan voor een parkeervergunning een brief gekregen van de portefeuillehouder parkeerbeheer. Indertijd heeft stadsdeel Westerpark besloten dat de normaal geldende regeling niet zou gelden voor het GWL-terrein, dat is gebouwd als milieuvriendelijk gebied met beperkte parkeermogelijkheden. Dit besluit is op 24 januari jongstleden geschorst door Burgemeester en Wethouders van Amsterdam; zij achten het stadsdeelbesluit strijdig met het algemeen stedelijk belang en recht. Wie nu naar de wijk verhuist, mag zijn of haar inschrijfduur meenemen, en krijgt zo mogelijk voorrang op degenen die hier al langer wonen en al jaren op de wachtlijst staan. Portefeuillehouder Dirk de Jager zal in het bestuurlijk overleg met B&W de onrechtvaardige uitwerking van de verhuisregeling voor de huidige bewoners als inzet gebruiken om de schorsing ongedaan te maken.

Bij zo'n bericht denk ik dan: er zijn dus toekomstige bewoners van deze milieuwijk die hun auto ook willen parkeren. Niet veel anders dan bij de bouw van het terrein, toen het ook niet mogelijk bleek om helemaal geen parkeervergunningen te verstrekken. Het selecteren van bewoners voor deze Eco-wijk, kopers en huurders, op milieuvriendelijk wonen was en blijft dus een onmogelijkheid.

Zelf worstel ik geregeld met het probleem of ik mijn boodschappen nu met de fiets ga halen of met het autootje van autodate. En de fles bleek in het gootsteenkastje is van geel naar rose uitgeslagen door alle verwijtende blikken die ik erop werp als ik me afvraag of die fles daar wel hoort, naast die nutteloze groene bioafvalbak.

Wat is uw ervaring met het wonen in een milieuwijk? Vul de enquête in!

## In dit nummer

Wilt u een tasje?	2
Kerst en Nieuwjaar in de Waterwijk	3
Waterkolom ContiNuon	4
Het Leefbaarheidsoverleg Buurtnetwerk	5
Mini's	6
Eten met Muziek in Zaal 100	7
Donderkopjes	8
Bijlage: Enquête GWL -terrein	



Henk Bertelkamp

## Wilt u een tasje?

Als bewoner van de Waterwijk wil ik altijd zoveel mogelijk voorkomen dat ik in de winkel een plastic tasje krijg. Dat valt niet altijd mee: de kassières zijn me vaak te snel af en dan zitten mijn aankopen al in een plastic tas vóór ik het weet. Maar gelukkig lukt het vaak tijdig te roepen dat ik geen plastic tasje wil.

Hoe zit dat nu eigenlijk echt met het milieuvriendelijke karakter van die plastic tasjes? In het tijdschrift *Quest* vond ik het een en ander hierover. Laten we eerst eens kijken naar de productie. Een van de bestanddelen die in raffinaderijen uit ruwe aardolie worden gehaald is nafta. Door deze nafta heel sterk te verhitten komt het gas etheen vrij. Dit etheen wordt weer omgezet in polyetheen. In elke molecuul polyetheen zit koolstof en water. Gesmolten polyetheen oogt als een dikke vloeibare brij; van die brij worden korrels gemaakt. Deze polyetheenkorrels zijn de grondstof voor plasticfabrikanten en zo voor de plastic tassen. In Nederland worden zo ongeveer 300 miljoen tassen per jaar gebruikt.

Velen met mij zullen de eenmaal in ons bezit zijnde plastic tassen meermalen gebruiken. We nemen ze mee naar de winkel of naar de biologische markt, en we nemen tasjes mee op vakantie voor de vuile was. Maar op een gegeven moment gaan ze kapot of zijn ze te vies om nogmaals te gebruiken. Of we hebben er veel te veel verzameld in de kast. Wat nu?

Als we besluiten ze weg te gooien, wat gebeurt er dan mee? Dat is toch slecht voor het milieu! Het is geen optie ze op een centraal punt te (laten) reinigen. Dat zou veel geld en energie kosten en dat is ook niet goed voor het milieu. Dus komen de tassen op de afvalberg terecht voor verbranding. En wat blijkt? Het plastic in de afvalberg is prima stookmateriaal. Zonder plastic zakken moeten de afvalverwerkers extra aardgas of olie toevoegen om het vrij natte afval te kunnen verbranden. Ook wordt plastic vaak samen met papier uit de afvalberg gescheiden en gebruikt als brandstof in cementovens en elektriciteitscentrales.

Dus eigenlijk valt het nog wel mee met het milieubelastende karakter van de plastic tas. Want de aardolie doorloopt een lange weg van hergebruik en wordt alsnog als brandstof gebruikt. Maar is een papieren tas dan toch niet beter? Ook dat is niet helemaal zeker.

Want het maken van een papieren tas leidt tot twee maal zoveel luchtvervuiling en 200 maal zoveel afvalwater als het maken van een plastic tas. En ook kost het meer energie om papieren tassen te verbranden als ze op de afvalberg komen. Aan de andere kant is het wel zo dat de grondstof voor papier nieuw aangemaakt kan worden door bomen/bossen te planten. Aardolie raakt op een gegeven moment op.



Tot slot: er bestaat tegenwoordig ook biologisch afbreekbaar plastic, dat gemaakt wordt uit restafval van aardappelen of mais. De productie hiervan kost minder energie dan de productie van polyetheen. Maar omdat er nog veel te weinig vraag naar is, zijn deze zakken erg duur. Mijn persoonlijke ervaring met de biozakken is dat deze niet sterk genoeg zijn en veelal voortijdig tot ontbinding komen als er vochtig afval in zit.

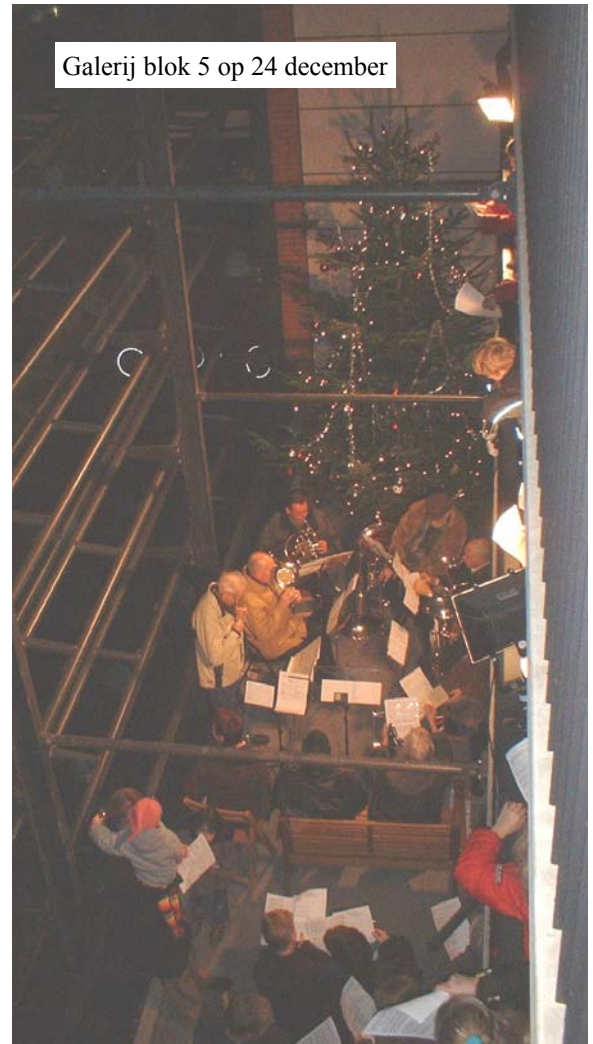
En ik? Ik zeg keurig 'Nee, dank u', als me gevraagd wordt of ik een tasje wil.

*Ineke Hartman*

## Kerst en Nieuwjaar in de Waterwijk

*Op 24 december was het weer tijd voor de traditionele Kerstzang in het ouderenblok. Meer bewoners dan ooit zongen vanaf de galerijen de kerstliederen mee, begeleid door een groep blazers geleid door Wigger Atsma*

*De Nieuwjaarsreceptie op 15 januari in het buurtbeheerhuisje, georganiseerd door de bewonerscommissie van de Waterpoortweg, was weer een gezellige buurtbijeenkomst*



### HET MAGAZIJN

Watertorenplein nr:2 1051 PA  
Amsterdam telefoon: 020 684 95 97

Stichting Het Magazijn is opgericht door de bewoners van het Magazijngebouw op het GWL-terrein. Centraal in het Magazijngebouw is een ruimte met podium en bar ingericht, met plaats voor maximaal 60 toeschouwers. Daar organiseert Het Magazijn sinds 1998 een paar maal per jaar activiteiten zoals concerten, lezingen, literaire middagen, toneelvoorstellingen, open podia en exposities.



De Waterspiegel en de website van het GWL-terrein zijn opgezet om informatie aan bewoners te verstrekken en buurtactiviteiten te bevorderen.

Op de eigen website van het GWL-terrein zijn eerdere nummers van de *Waterspiegel* na te lezen en staat informatie over de historie van, en actuele zaken die spelen in, de Waterwijk.

Via het forum, de gastenpagina of de Poll kunt u zelf uw mening kwijt.

Ook mini's kunnen geplaatst worden.

Het internetadres is [www.gwl-terrein.nl](http://www.gwl-terrein.nl)

## ContiNuon

Uit gesprekken met medebewoners van de wijk is het mij duidelijk geworden dat er nog heel veel vragen over de verwarming zijn.

Onze huizen zijn aangesloten op wat wordt aangeduid als 'stadsverwarming'. Wie bij een storing van de verwarming naar Nuon belt, moet dan ook zeggen dat het om 'stadsverwarming' gaat. De beller wordt vervolgens bestookt met allerlei vragen over wat er aan de hand is, maar wees dan zo slim om alleen maar te weten dat 'de verwarming het niet doet' of dat 'de verwarming permanent door blijft stomen'. Bij andere antwoorden bestaat de kans dat je wordt afgescheept en doorverwezen naar een ander adres.

Een andere zaak is de regeling van de verwarming. Het aan- en uitregelen van de verwarming gebeurt op basis van de temperatuur in de woonkamer. Als het te koud is in de woonkamer, worden alle radiatoren waarvan de kraan openstaat warm. Als de woonkamer op temperatuur is worden alle radiatoren koud. Door deze manier van regelen kan het zijn dat de andere vertrekken achterblijven in temperatuur, wat zeker in onze goed geïsoleerde woningen vaak het geval zal zijn. Onze woonkamers worden niet alleen op temperatuur gehouden door de verwarming, maar ook door de warmte van verlichting, tv, computers en mensen. Dit lijkt misschien onbelangrijk, maar in onze woningen leveren die samen een belangrijk percentage van wat nodig is.

Wanneer meer warmte in de bijvertrekken wordt gevraagd, verminder dan de warmteopbrengst van de radiatoren in de woonkamer. Is er meer dan één radiator, sluit er dan een af. Is er maar één, dan is het mogelijk de waterstroom te beperken door de radiatorkraan dicht te draaien tot die zo ongeveer een kwart slag openstaat. In dat geval wordt het bovenste deel van de radiator warm en het onderste deel blijft koud. Het gaat hierbij om hele kleine verschillen in de stand van de kraan.

Voor deze keer genoeg hierover. Maar ik wil graag weten waar men op dit vlak problemen mee heeft. Wie vragen heeft: briefjes zijn welkom op nummer 104 van blok 5 aan het Waterspiegelplein.

*Wigger Atsma*



## Handig

Ik ben altijd enigszins jaloers op mensen die van klussen houden. Zelf heb ik twee linkerhanden en zit in mijn vrije tijd liever met een boek op de bank. Mijn LAT is niet echt handig, maar uit zuinigheidsoverwegingen doet hij liever de klusjes in zijn of mijn huis zelf, dan dat hij een vakman inschakelt. Iets vastmaken of aan de muur hangen heet in zijn taal 'stevig bevestigen'. Wanneer ik een klein wissellijstje aan de wand wil hebben gaat er zo'n enorme bout de muur in, dat de buurman er aan de andere kant zijn kapstok aan kan ophangen.

W  
A  
T  
E  
R  
K  
O  
L  
O  
M

Mijn hulp wordt niet op prijs gesteld. Als ik aanbied even een kruidenrekje weg te halen, zodat er een keukenklok opgehangen kan worden, wordt mijn hulp resoluut afgewezen. Drie tellen later hoor ik een dreun, een vloek en een plons. Het kruidenrekje is in een bak water gedoken.

Het schiet niet echt op. Ondanks de goede wil en de plannen zit het bouwbehang nog op een paar muren.

Praxis doet goede zaken. De doe-het-zelvers vinden er alles van hun gading. Soms twijfel ik echter ook aan de handigheid van deze klussers.

De grote verflodders bij de parkeerplaatsen en op het terrein geven blijk van ongelukjes vóór het materiaal in huis is. Wat de klussers er thuis van terechtbrengen, daar kan je alleen maar naar raden.

Het wordt tijd dat ik een grote stap in mijn leven ga nemen. Ik schakel een heuse schilder in. De prijs en het resultaat kunnen hevig tegenvallen; dan was het meteen de laatste keer dat ik een vakman laat komen en blijf ik de rest van mijn leven aankliederen, bijgestaan door mijn klussende vriend. Als het resultaat en de prijs meevalt, word ik vaste klant. Ik ga een spannende tijd tegemoet.



*Rie Sijkel*

## Uit het Leefbaarheidsoverleg van 17 januari

Het eerste onderwerp op de agenda van het Leefbaarheidsoverleg was de sportschool. Volgens de aanwezige eigenaren van de sportschool had het regelen van de nodige vergunningen om op hier in het oude machinepompgebouw te mogen beginnen, nogal wat tijd gekost. De laatste maand heeft er een kraakwacht in het pand gezeten, nadat het gerucht ging dat het gebouw gekraakt zou worden. In maart zal de sportschool haar deuren openen. Er wordt daarna gerekend op veel belangstelling van buurtbewoners voor de aangeboden programma's. Voor die tijd zal de buurt met flyers worden geïnformeerd. De aanwezige buurtbewoners waren, na enkele kritische vragen, zeer positief over de komst van deze buurtvoorziening.

Er werd verder onder andere gesproken over:

- het sportveld, en met name de verlichting. Afgesproken is dat tijdens een spoedig te houden lichtschouw hierover verder gepraat wordt. Het weer verlichten van het sportveld met een halogeenstraler wordt niet wenselijk geacht;
- het opzetten van een (telefonisch) buurtnetwerk. Hierover zal door verschillende aanwezigen verder worden gepraat in VVE of commissie (zie hiernaast);
- het lawaai van de warmtekrachtcentrale. Na metingen door Nuon is dit probleem opgelost door aanpassingen aan de nieuw geplaatste apparatuur;
- het vervangen van de pyramides om het terrein door roestvrij stalen paaltjes. Stadsdeelwerken zijn hiermee inmiddels begonnen. Zodra de tweede serie paaltjes binnen is, zal de rest van de pyramides worden vervangen;
- de vervanging van de glazen wijkborden en de mogelijke aanvulling met huisnummers. Dit zal worden besproken met de stichting ECOplan;
- de buurtschouw van woensdag 5 april a.s. Bij deze schouw zal wederom aandacht worden besteed aan de nietjes (fietsenrekken) en andere door bewoners geconstateerde gebreken in de wijk. Wie mee wil lopen of onderwerpen wil aandragen: opgave via buurtbeheerder.

Bij de rondvraag kwamen nog enkele punten aan de orde. Blok 2a: de wenselijkheid van een tienerdisco, skatebaan, miniknutselclub; blok 5: aandacht voor de vuile gracht en hondenpoep op het terrein; blok 10: overmatig burengerucht in de nacht van zondag 15 januari; blok 1: uit de hal zijn postpakketjes verdwenen en er huisden zwervers in de trapportalen.

**Alle notulen van de leefbaarheidsbijeenkomsten zijn te lezen via de website: [www.gwl-terrein.nl](http://www.gwl-terrein.nl). Deelnemers aan de bijeenkomsten en belangstellenden krijgen de notulen en agenda toegestuurd.**

## Buurtnetwerk

Er wordt gedacht over het opzetten van een buurtnetwerk. Zo'n 15 à 20 contactpersonen – bij voorkeur iemand uit elk blok – moeten de ogen en oren van de wijk gaan vormen en bereid zijn bij problemen in de buurt actie te ondernemen. Over welke problemen hebben we het dan: overlast van jongeren, pieken in fietsendiefstallen, auto-inbraken en meer van dat soort zaken.

Het buurtnetwerk kan het volgende doen:

- sneeuwbaltelefoon: iemand uit de groep signaleert dat er ergens iets aan de hand is, bijvoorbeeld overlast van jongeren op een bepaalde plek na 11 uur 's avonds. De contactpersoon belt de andere leden van het netwerk op om ernaartoe te gaan en de jongeren erop te wijzen dat ze overlast veroorzaken en rustiger moeten zijn. En dan net zo lang terugkomen – elke dag – tot ze verdwenen zijn;
- bij pieken in fietsendiefstallen preventief rondlopen in de buurt (ook 's nachts). Ieder loopt twee uur en wordt dan afgelost door een ander. Mogelijk betrapt iemand van het netwerk een dief. Ander gevolg kan zijn dat fietsendieven niet meer naar het GWL-terrein komen, omdat ze weten dat burgers de buurt 'bewaken'.

Afspraken en ondersteuning met de politie moeten geregeld worden, evenals training van buurtbewoners



over wat wel en wat niet kan. Het moet een soort 'citizens' neighbourhood watch' worden, waarvan in Nederland (in Den Haag) al voorbeelden bestaan, opgezet door de buurtregisseur in samenwerking met bewoners.

Dus als de politie zegt dat zo iets niet kan of moeilijk is, dan is zo'n reactie niet meer dan de gebruikelijke koudwatervrees. Het kan wél.

Wat nodig is:

- iemand die dit wil trekken en een buurtnetwerk wil oprichten;
- ondersteuning vanuit de politie (buurtregisseur) voor dit initiatief en zorg voor de noodzakelijke training/achtervang.

*E-mail J.W.Kluit aan het Leefbaarheidsoverleg*

**Op donderdag 9 maart om 20.00 uur is de volgende bijeenkomst van het Leefbaarheidsoverleg in de gemeenschappelijke ruimte van blok 5. Iedereen is daar welkom om mee te praten over verbeteringen op het GWL-terrein.**

## Mini's

Te koop: appartement bij woongroep in de Ecowijk. Het gaat om een zelfstandige, ruime driekamerwoning van 90 m<sup>2</sup> + 6 m<sup>2</sup> berging met balkon en eigen opgang, plus een gedeeld eigendomsrecht op een tuin en groepsruimte. De woning is zes jaar oud, komt 1 juli vrij en is gelegen op 1-hoog. Uitzicht op een groot autovrij plein; kinderen kunnen vanaf jonge leeftijd zelfstandig via de groepsruimte naar de tuin en het plein.

Koopprijs € 218.750. Gezien de huidige samenstelling van de groep is er geen voorkeur wat betreft geslacht en leeftijd (en). Kinderen zijn welkom. Actieve deelname aan de groep is een vereiste; dit betekent in de praktijk in elk geval dat de betrokkenen gemiddeld tenminste twee keer in de week mee-eten.

\*\*\*\*

Jubileumverkoop Hans Abbing – Van 15 t/m 19 maart bied ik alle tekeningen en grafiek die ik vóór 2003 maakte en alle in mijn atelier aanwezige foto's aan voor *20% van de officiële prijs of minder*. Het principe is dat van 'cash & carry'; opties zijn dus niet mogelijk. Alle met pastel getekende hoofden (70×75 cm) en alle grote getekende naakten (115×100 cm) kosten deze vijf dagen € 200. Alle grafiek (er is nog heel veel!) kost € 20, evenals foto's op A3-formaat of kleiner. De prijs van originele tekeningen op klein formaat is € 50. Catalogi kosten € 10 in plaats van € 12,50. Op [www.hansabbing.nl](http://www.hansabbing.nl) kun je een indruk krijgen van het soort tekeningen dat ik vóór 2003 heb gemaakt en van mijn foto's. Dus als je zin hebt, kom langs tussen 15 en 19 maart op mijn atelier, Weesperzijde 110-achter in Amsterdam. Openingsdagen: woensdag en donderdag 17-20 uur, vrijdag 11-14 en 17-20 uur, zaterdag en zondag 13-17 uur.



Volleybalvereniging Xenon zoekt nieuwe leden. Wij trainen in de Van Hogendorphal op woensdagavonden van 19.00–21.00 en van 21.00–23.00 uur.

Xenon is een gezellige vereniging waar bijna iedereen elkaar kent. Vooral de mannenteams hebben aanvulling nodig. Je kunt ingedeeld worden in een team of op recreatiebasis meetraineren.

Voor informatie kijk op de website [www.vv Xenon.nl](http://www.vv Xenon.nl) of bel Nobile Zwart, 020-4871177. Of kom eens langs in de sporthal.

\*\*\*\*

Wij zoeken een koopwoning op het GWL-terrein. Wij wonen in Zutphen; daarom is het voor ons niet mogelijk om steeds langs te gaan. Wij zijn een gezin met twee kinderen van 16 en 19 jaar. De oudste gaat in de zomer op kamers. Alvast bedankt voor een reactie.

Ron Jeanet Ezenga  
[ronjanet@zonnet.nl](mailto:ronjanet@zonnet.nl)

\*\*\*\*

Ik ben op zoek naar een 3- of 4-kamerwoning op het GWL-terrein (huur of eventueel onderhuur). Ruil mogelijk met een andere woning in de Staatsliedenbuurt.

Carolien Mangnus  
06-10799899  
[c.mangnus@wanadoo.nl](mailto:c.mangnus@wanadoo.nl)

\*\*\*\*

Mijn naam is Lionne Weijde. Ik zag op jullie site de naam Liesbeth Pruis staan. Nu heb ik iemand gekend onder die naam die ik graag zou willen weerzien. Ik dacht namelijk op een van de foto's haar te herkennen, maar weet niet zeker of zij het is..... Ze herkent mijn naam denk ik wel als zij degene is die ik zoek.....

vriendelijke groet van:  
[l.weijde@chello.nl](mailto:l.weijde@chello.nl)

English Lessons – Improve your English for work, study, or holidays  
Engelse Les – Verbeter uw Engels voor werk, studie of vakantie!  
Heeft u hulp nodig? Engelse les in buurtcentrum De Waterval, Van Hallstraat 10. Erkende, ervaren en enthousiaste leraressen uit Engeland. De lessen zijn levendig, interactief en leuk. De docenten zijn N. Milton en D. Knight.  
020-6842564  
[n.milton@versatel.nl](mailto:n.milton@versatel.nl)  
U kunt zich ook aanmelden in de Waterval.

*Basiscursus Engels 'Elementary'*: een cursus waarin we aan spreekvaardigheid en uitspraak werken, de woordenschat uitbreiden en de basisprincipes van de Engelse grammatica behandelen. Uiteindelijk krijgt u meer zelfvertrouwen in uw gesproken en geschreven Engels.  
Tijd: woensdagavond 19.30-21.00 uur. € 75 voor 10 lessen, koop cursusboek of bijdrage aan fotokopieën. Start: 11 januari. Aansluitend een nieuwe blok van 10 lessen. Later instromen is mogelijk..

*Vervolgscursus 'Pre-intermediate and above'*: deze cursus is bedoeld voor mensen met een hoger niveau. Spreekvaardigheid, uitspraak, grammatica en vocabulaire worden uitgebreid en verbeterd. Het hoofddoel is vaardigheid en nauwkeurigheid op te bouwen.  
Tijd: maandagavond 19.30-21.00 uur. € 75 voor 10 lessen, koop cursusboek of bijdrage aan fotokopieën. Start: 9 januari. Aansluitend een nieuw blok van 10 lessen. Later instromen is mogelijk.

Kennis van de Nederlandse taal is niet van belang; in alle lessen wordt alleen Engels gesproken.

\*\*\*\*

## Mini's

Opgave mini's bij  
[redactie@gwl-terrein.nl](mailto:redactie@gwl-terrein.nl)

## Eten met Muziek in Zaal 100

Op zaterdag 18 maart a.s. is iedereen uitgenodigd voor Eten met Muziek, een ecologisch en diervriendelijk festijn met eten en muziek in Zaal 100. Er zijn veel optredens, een kinderprogramma, een tangoworkshop en ondertussen u kunt zich informeren over dier- en milieuvriendelijk leven. Om te bewijzen hoe lekker je dan kunt eten, kookt Erik Wilschut met zijn team weer een heerlijke maaltijd.

Stichting VEKO promoot een dier- en milieuvriendelijke levensstijl. De beste manier om dat te doen, is door mensen zelf te laten proeven. Buurtgenoot Erik Wilschut van de Waterkersweg is culinair medewerker van de stichting. Al jaren kookt hij in Zaal 100. En bijna elk kwartaal organiseert hij met de andere vrijwilligers van Stichting VEKO een hele feestavond met optredens en lekker eten. De volgende keer is op 18 maart.

Eriks passie voor koken is zo'n zestien jaar geleden begonnen. Toen trad hij binnen in de keuken van Zaal 100. Erik: 'Daar was al een tijdje een club bezig om elke woensdag te koken. Ik begon als keukenhulp, maar op een keer mocht ik soep maken. O jee, hoe maak je soep voor dertig, veertig man? We leerden van elkaar en toen begon ik het leuk te vinden.'

Aanvankelijk ging het om 'gewone' maaltijden, met een stukje vlees erbij. Erik: 'Voor de vegetarische eters haalden we het vlees uit het eten. Daarna gaven we hen als compensatie een stukje kaas of een ei. Maar we gingen ons steeds meer interesseren in vegetarisch koken. En nu serveer ik, als ik één keer in de twee weken kook, een veganistische maaltijd, zonder dierlijke producten, dus geen melk, kaas of eieren.'

Eriks drijfveer zit in het plezier dat hij beleeft. 'Ik kan alleen maar iets doen als ik er blij van word. Ik ben een vegetarische kok die ook veel plezier heeft in plantaardig koken. Maar het gaat er ook om dat je prettig kunt leven zonder dat dieren of het milieu daaronder te lijden hebben. Als je bijvoorbeeld melk neemt. Dat heeft de koe voor een kalfje gemaakt. En een kalfje heeft zeven magen, waarin zij die melk kan verteren. En wij gieten dat naar binnen en denken dat die ene maag van ons dat kan verwerken. Het is niet voor niets dat veel mensen allergisch op melk reageren. Ik wil het niet verbieden hoor, helemaal niet, maar het is wel erg

leuk als mensen dan zeggen: goh, ik wist niet dat vegetarisch eten zo lekker kon zijn.'

Erik doet altijd boodschappen bij De Belly, de natuurvoedingswinkel in de Nieuwe Leliestraat. 'Ik kom daar al jaren, ze hebben goede spullen en ik vind het belangrijk om het kleinschalige bedrijf te steunen.'

Wat voor eters heeft hij in Zaal 100? Erik: 'Het is heel gemixt. Er komen veel jongelui, maar ook mensen van zo langzamerhand middelbare leeftijd, die in hun jeugd met alternatieve leefwijzen bezig waren en nu een beetje grijs worden. Er zijn ook groepjes mensen die met elkaar afspreken om erheen te gaan. Soms viëren mensen bij ons hun verjaardag.'

's Woensdags komen zo'n veertig à zestig mensen eten. Op zo'n feestavond als 18 maart komen er wel 150 tot 250; over de hele avond zijn er wel vijf- à zeshonderd bezoekers. Volle bak dus. Erik doet dat niet

alleen, er zijn bijna twintig vrijwilligers die hem helpen.

Op 18 maart kunt u tijdens Eten met Muziek in Zaal 100 een informatiemarkt over dier- en milieuvriendelijk leven bezoeken. Het festijn begint om 16.00 uur met een kinderprogramma, met onder meer streetdance en Balinese verhalenvertellers. 's Avonds zijn er optredens van onder andere het koor Doloros, onder leiding van buurtgenote Dolores, en

Thirly, een Marokkaanse band. Daarna is het tot ver na middernacht swingen op muziek van DJ Eusebio met beelden van VJ Yantra, beiden bekend van werelddisco Nataraj in Club 8. Het programma is onder voorbehoud. Kijkt u op [www.VekoLogisch.nl](http://www.VekoLogisch.nl) voor actuele informatie en voor de activiteiten van stichting VEKO.

De entree voor het volledige programma van Eten met Muziek inclusief het driegangenmenu is € 12. Roken aan de bar; de eet- en muziekruimtes zijn rookvrij!!

Wilt u op een woensdagavond in Zaal 100 mee-eten, dan kost dat maar € 4,60. Erik kookt in de even weken.



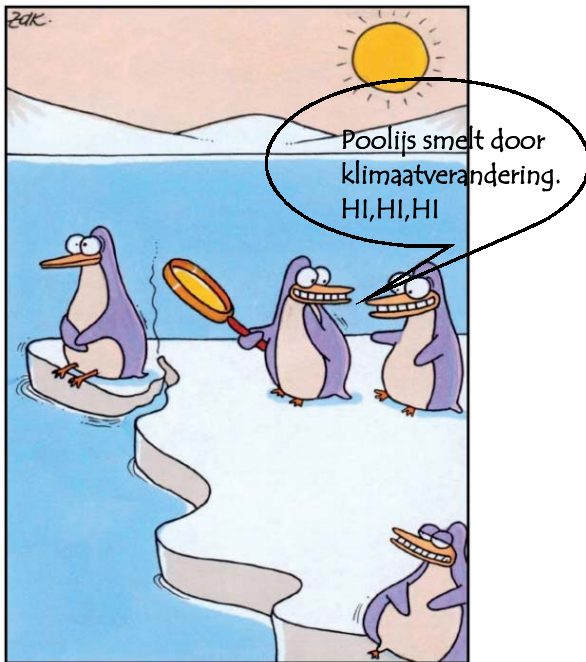
*Erik Wilschut swingt bij Eten met Muziek*

Zaal 100  
De Wittenstraat 100

*Lucia Alleman*

# Donderkopjes

Wil jij iets schrijven of tekenen voor de Donderkopjes? Geef je dan op bij de redactie van de Waterspiegel



## Agenda voorstellingen De Ruimte februari & maart

Cliffordstudio, Cliffordstraat 38 (zijstraat Van Hallstraat) – 1051 GV Amsterdam – Tel. 4881010  
Toegangsprijs: Kinderen € 4,50 (met stadspas € 4,00)  
Volwassenen € 6,00 (met stadspas € 5,00)

### Zondag 26 februari 2006 om 14.00 uur

Arjan Kooman met de voorstelling 'De apenbroodboom'

Leeftijd: 5 t/m 10 jaar

Postbode Kikstra heeft het druk in het kleine, ouderwetse postkantoor. Hij moet alles zelf doen: stempelen, postzegels verkopen en brieven rondbrengen. Dan moet er ook nog een pak bezorgd worden bij een orang-oetang, die zeer afgelegen woont. Gelukkig komt de kleine wasbeer Wasco hem helpen. Die gaat op pad naar de eenzame aap. Hij neemt z'n tent mee, want het is twee dagen lopen. Samen met Max de Mol – die hij onderweg ontmoet – ontdekt hij het geheim van de Apenbroodboom...!!

### Zondag 12 maart 2006 om 14.00 uur

Kinderdanstheater Rettekete met de voorstelling 'Van wie is dit?'

Leeftijd: 2 t/m 5 jaar

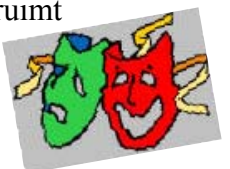
De was is gedaan, Alle kleren hangen te drogen aan de lijn. Maar van wie is toch die grijze, grote broek? En van wie zijn die gevlekte sokken? En wat kunnen we met de waslijn doen als die leeg is? Misschien weten de kinderen dat wel! En wie weet kunnen zij een handje helpen!

### Zondag 26 maart 2006 om 14.00 uur

Tejater Zazot met de voorstelling 'ZZZip'

Leeftijd: 6 t/m 12 jaar

ZZZip! Daar gaat Pa z'n tent uit: vissen. Elk jaar vangt hij de grootste vis en iedereen zal het weten. ZZZip! Daar heb je die rare burens. Wat lijken ze toch op elkaar; zou het een tweeling zijn? Doem-doem-takke-takke-doem-doem-beng! Ssst! Niet drummen op de camping. Wat zullen de burens wel niet denken. Daar komt Pa weer, met z'n barbecue. En natuurlijk ruimt Ma de rotzooi op, zoals elk jaar. Maar zoonlief is het zat...



## SUDOKU

		2	1	9
3	7	8	9	2
		8	4	5
2		5	3	
		2	6	
	1			
		3	8	4
8	9	1	4	7
6				5
				3