



heer moet het parkeren betalen of voorschieten. Wie bedenkt zo iets? In Zwanenveld is ooit de bewonersorganisatie ontstaan, juist door parkeerellende.'

Zorg

De onderlinge verstandhouding is prima. Riet: 'Er is wel meer verloop de laatste jaren. Wanneer jongeren hier komen wonen, zijn ze vaak na een paar jaar weer weg.' In de huurappartementen is de verhouding senioren/jongeren ongeveer fifty/fifty. In het koopblok overheersen de ouderen. Guus: 'De sociale controle is erg groot, vooral onder de ouderen. Dat is heel karakteristiek voor hier. Er wonen twee hoogbejaarde mensen van in de negentig. Als die zich een dag niet laten zien, gaat er altijd wel iemand controleren of er niks aan de hand is.' Riet: 'Ik was ooit vergeten door te geven dat ik drie dagen weg zou zijn, nou, dat kreeg ik met thuiskomst meteen te horen.' Guus: 'Er wonen een aantal ouderen die regelmatig zorg nodig hebben en dat ook krijgen. Ik zie op één dag wel eens vijf verpleegkundigen van vijf verschillende zorginstellingen hier naar binnen gaan. Dat moet toch veel efficiënter kunnen, denk ik dan.'

Matrix

In het blok van Arnold wordt regelmatig wat georganiseerd voor en door de bewoners. 'Drie dames zijn daar heel actief in. In de garage houden we 's zomers een barbecue en we proosten ook elk jaar op het nieuwe jaar. Ook gaan we elk jaar eten bij de Goffertboerderij.' Riet: 'Zo'n Nieuwjaars borrel zou ik hier ook wel willen. De verhuurder heeft er zelfs geld voor beschikbaar, maar we missen écht zo'n gezamenlijke ontmoetingsruimte. De garage is te koud. Ik

heb zelfs ooit voorgesteld om het maar bij mij in de flat te doen, maar dat zou voor sommige mensen een drempel kunnen opwerpen.' Natuurlijk is er wel eens fiets gejat of een auto opengebroken, maar de overlast dáárvan is tot een minimum beperkt. Arnold: 'Ik moet met een afkloppen, maar in ons blok is zelfs dát niet gebeurd. De enige overlast kwam in de beginperiode van de Matrix. Stonden de auto's hier driedubbel geparkeerd. Daar is later wel iets aan gedaan.'

Winkelcentrum

De appartementen zijn ruim: 105 vierkante meter. Alles ligt op loopafstand. De woonboulevard, de bushaltes, het station en het winkelcentrum. Met de auto zit je in een mum op de snelweg. Geluidsoverlast van bus of trein is er nauwelijks. Riet: 'Ik hoor 's nachts alleen de goederentrein wel eens; ik slaap vaak met het raam open. De appartementen zijn wél te gehorig. Vooral van boven naar beneden. Dat is soms hinderlijk, maar het is nog nooit ergens uit de hand gelopen.' Er is alom bewondering voor de bloembakken die dit jaar geplaatst werden ter ere van het jarige Winkelcentrum. Er is ook kritiek en die is niet nieuw. De leegstand, veel van hetzelfde, maar één supermarkt - Albert Heyn - en Bakker Bart wordt gemist. Gunstige uitzonderingen zijn de Action en Amazing Oriental, een Aziatische supermarkt, waar het volgens Riet altijd druk is.

Lindholt of Dukenburg

Hoort volgens de gemeentelijke grenzen de Valkenaerhof bij de wijk *De Kamp* en dus bij Lindholt, Post.nl rekent de straat bij Dukenburg. Bij de bewoners valt én Lindholt Leeft én de Dukenburger in de bus. Guus: 'Voor mij en Helma voelt het als Dukenburg, omdat we alle activiteiten daar hebben.' Voor Arnold voelde het ook als terugkeren naar Dukenburg. Voor Riet is het om het even, zij voelt zich, ook door haar activiteiten nog vooral betrokken bij Neerbosch-Oost en Hees.

Guus, Helma en Arnold ontmoeten elkaar ook wekelijks bij de *Valkatties*, de oudste jeu de boules vereniging uit de regio gevestigd aan de Goffertweg, waar buiten én binnen gespeeld kan worden. Nu de bladeren vallen, hebben ze weer een vrij uitzicht richting het Takenhofplein, waar straks weer een grote kerstboom verrijst. Helma verheugt zich er nu al op.

Tekst: Michiel van de Loo en Rob Essers
Foto's: Jacqueline van den Boom



Rust in de hectiek

Even stil zijn in de drukke decembermaand. Het lijkt bijna niet te kunnen. Er zijn zoveel dingen die moeten. Drukte op het werk, thuis in de familie. Allemaal verwachtingen. En er moet veel af komen. Het MOET gezellig zijn deze maand. In elk geval met de kerstdagen. We duwen onszelf er wel doorheen. We krijgen vaak maar weinig tijd om even stil te staan bij wat we nu eigenlijk diep van binnen - zelf - willen. Een ander geeft ons die tijd niet. Maar we kunnen onszelf ook de gelegenheid geven. Advent - de periode van vier weken voor Kerst - is van oudsher een vorm van jezelf gelegenheid geven. Advent is bedoeld als een periode van inkeer. Bij jezelf naar binnen kijken naar wat je nodig hebt om een liefdevolle mens te zijn. Om als liefdevolle mens kerstfeest te kunnen vieren als een feest van vrede. Met de komst van het kerstkindje groeit de hoop dat die vrede in jezelf en tussen jou en anderen groeit. Alles wat aandacht krijgt groeit, is een uitspraak. Tot rust komen zit in met aandacht leven. Stil mogen en ook durven staan bij je leven hier en nu.

Loslaten - even alles op afstand bekijken: dat is belangrijk. Even een eilandje van rust creëren waarop je niets hoeft.

- Stilte.
- Gewoon jezelf zijn.
- Goed zijn zoals je bent zonder dat je iets doet.
- Hoe wil je zijn?
- Wat maakt jouw leven waardevol?

Ook eens proberen: een kwartiertje per dag stil zijn met jezelf?

Tekst Annet Hogenbirk
foto: Wout Moerman

