

Wijkblad De Blaak

In dit nummer onder andere:

Kunstroute in de Blaak

Na-inschrijving KVV

Commotie om bomenkap

Grote verbouwing apotheek en
huisartsenpraktijk

Schrijfletters:
Beeldhouwen met Henk de Beer

Nieuwe uitbater sportcafé

Parochie Petrus en paulus
bestaat 60 jaar

Open Tennistoernooi
TC De Blaak

Whatsapp groepen in de Blaak
voor uw veiligheid

Fietsrommeltocht

nummer 213
juni 2015



Mi Stile Haarstudio
Grebbe 32
5032 RT Tilburg
013 - 455 16 06

www.MiStile.nl
www.facebook.com/MiStileHaarstudio

Openingstijden

Maandag	gesloten
Dinsdag	9:00 - 21:00 (koopavond)
Woensdag	9:00 - 18:00
Donderdag	9:00 - 21:00 (koopavond)
Vrijdag	9:00 - 18:00
Zaterdag	8:30 - 16:00

Wij knippen dames, heren en kinderen.

Wij werken op afspraak, maar binnenlopen mag natuurlijk ook.

KLIKGEBIT

Een moderne oplossing als u last heeft van een loszittend kunstgebit, ongemak ondervindt van pijnlijke drukplekken of als u moeite heeft met kauwen. Een vastzittend kunstgebit (Klikgebit) laat u weer optimaal genieten van het leven: het zorgt ervoor dat u weer probleemloos kunt kauwen en vrijuit kunt spreken en lachen. Uw zelfvertrouwen neemt alenderogen toe! En... u kunt weer alles eten wat u lekker vindt!

Kom vrijblijvend langs voor meer informatie. Wij maken graag een afspraak met u!



Een team van specialisten met jarenlange ervaring staat garant voor een product van topkwaliteit. Klantvriendelijkheid is bij ons vanzelfsprekend.

Uw Nederlandse basiszorgverzekering vergoedt de kosten voor de volledige behandeling!

(Naar de medische bijlage van uw verzekering)

- ✓ Kunstgebit en Klikgebit
- ✓ Franse prothese
- ✓ Reparatie 1-uur service
- ✓ Reizen 6-uur service (niet gewen)



**MOLENWIJK
TANDPROTHETIEK**

Molenwijk Tandprothetiek • Hart van Brabantlaan 731 Tilburg • tel. 013-4631811 • www.molenwijktandprothetiek.nl



**Patisserie
Walter van Erven**

Burg van de Mortelplein 58
5037PK Tilburg

T. 013 4671091
F. 013 4638070

E. info@patisseriewaltervanerven.nl
W. www.patisseriewaltervanerven.nl



VOORWOORD

Soms lopen de dingen niet helemaal zoals je wilt. De vorige editie van het wijkblad was zo'n situatie. Door een steeds terugkerende software fout lukte het niet om het wijkblad tijdig op de mat te hebben liggen. Het verscheen met één week vertraging. Bijna brachten we daardoor het leuke initiatief de **Fietsrommeltocht** in gevaar. Gelukkig waren we nog net op tijd. Dat het ook nog eens heerlijk weer was maakte het helemaal goed. Een herhaling meer dan waard.

Door de stress van de problemen vergaten we ook nog eens een artikel over de **Kunstroute** in de Blaak. Nog zo'n leuk initiatief van wijkbewoners. Gelukkig konden de initiatiefnemers een losse bijlage aanleveren die onze trouwe bezorgers samen met het wijkblad bij u afleverde.

Beide organisaties onze excuses voor de extra stress, gelukkig dat het allemaal is goed gekomen en succes met de organisatie, nu en in de toekomst.

Overigens vindt u van beide activiteiten een artikel in deze nieuwe editie van het wijkblad.

En dan kan ik natuurlijk niet om de **bomenkap** in de bossen van Brabant Water heen. In april kregen we allemaal een schrijven in de bus van initiatiefnemer Max vromans die met lede ogen aanzag hoe vele bomen sneuvelden. Dit zou in strijd zijn met het bestemmingsplan en er zou een herplantplicht zijn.

Wat daar ook van zij. In dit nummer leest u de reacties van zowel Brabant Water als van het Comité behoud waardevol blaakgebied. Beide zijn duidelijk een andere mening toegedaan.

Tot slot wijs ik een ieder er nog op dat er vóór de zomervakantie nóg een wijkblad verschijnt. De **kopijdatum** voor dat nummer ligt al op 22 juni. Houdt u daar alstublieft rekening mee. Laten we er met zijn alle een zomers nummer van maken!

René

Colofon Wijkblad de blaak

36^e jaargang
nr. 213, juni 2015

verschijnt elke twee maanden

redactieadres:
beilerstroom 12
redactie@deblaak.nl
013-4637114

vraagb(l)aakjes:
beilerstroom 12
vraagblaakje@deblaak.nl

bezorging:
bezorging@deblaak.nl

internetredactie:
webmaster@deblaak.nl

secretariaat:
secretariaat@deblaak.nl

redactie:
marie-cecile bouwens
john bouland
klaas havenaar
rené meesters

oplage: 2500 stuks
druk: Gianotten Printed Media

*kopij voor het volgend nummer
uiterlijk 22-06-2015 inleveren.
nummer 214 verschijnt in
week 29 -2015*

Adverteren

Ga voor de tarieven en aanmelden naar www.deblaak.nl onder tabblad adverteren. Voor vragen kunt u mailen naar advertentie@deblaak.nl of bellen naar 013-4634819.

We kijken met onze ogen



en zetten graag de bloemetjes buiten!

begrijpen met onze handen



Aan de andere kant
van de Baronijsbaan
(Zorgvlied)

Sterre Kinderopvang. Waar uw kind, *kind* mag zijn.

www.sterrekinderopvang.nl/burgemeester

BOMENKAP TWM GRONDEN: WERKEN AAN EEN NATUURLIJKE EN BIODIVERS BOS

In de afgelopen maanden is er gewerkt in de bossen van TWM Gronden B.V. Op een aantal bospercelen zijn er bomen gekapt om ruimte te geven aan het bos. Dit geeft in eerste instantie geen prettige aanblik en veel mensen zijn hier dan ook van geschrokken. Inmiddels zijn de werkzaamheden afgerond. Binnenkort wordt het hout afgevoerd en worden de afrasteringen en paden weer hersteld. De verwachting is dat de bossen binnen 2 tot 5 jaar weer zijn ontwikkeld en voor jaren toekomstbestendig.

TWM Gronden wil dat haar bossen robuust en gezond zijn en blijven. Om dit te bereiken wordt er gewerkt aan een bos met een variatie aan soorten, leeftijd en structuur van bomen en struiken. Dit vormt de basis voor een hoge biodiversiteit, maar zorgt er ook voor dat het bos op termijn beter bestand is tegen ziektes, plagen, storm, bosbrand en verdroging.

Oorspronkelijk is het bos aangeplant met voornamelijk grove den en bedoeld om hout te leveren aan de mijnbouw.

TWM Gronden heeft er voor gekozen om naar een natuurlijk bos toe te werken. Licht is erg belangrijk in de ontwikkeling van een natuurlijk bos. Het zorgt er voor dat de bomen groeien, maar ook dat struiken onder het kronendak de kans krijgen zich te ontwikkelen. Door middel van het kappen van bomen wordt het vaak gesloten kronendak, open gemaakt. TWM Gronden

heeft er voor gekozen om dit stevig te doen. Op deze manier is de impact van de werkzaamheden tijdelijk groter, maar zal dit op de langere termijn zorgen voor minder verstoring en een grotere biodiversiteit.

Langs de paden in het gebied is er voor gekozen de bosrand om te vormen naar een meer geleidelijke overgang.







**We hebben voor
ieder wat wils!**

Verkrijgbaar bij Primera de Blaak, Tilburg

• Sigaretten	• Wenskaarten	• Zoetwaren
• Sigaren	• Postzegels	• Cadeaukaarten
• Snag	• Staatsloten/Miljoenenlot	• Paylogic tickets
• Reiskesbenodigdheden	• Lotto / Toto / Kraskloten	• Boeken
• Tijdschriften	• Ticketbox	• Druk service point
• Krenten	• Beleggoed	• Seat tickets

... even naar Primera

glas
spiegels
douchedeuren
keukenachterwanden
dubbelglas
reparatie


**glas
alb. van der Meijs**

J.F. Vlekkeweg 8-03 Tilburg, Industrierrein 't Laar
 info@vandermeijs.nl • www.vandermeijs.nl
 Tel: 013 - 5 900 480 Fax: 013 - 5900 481

Een bosrand bestaat van nature uit een geleidelijke overgang van lage naar hoge vegetatie. Een mooi ontwikkelde bosrand is belangrijk voor flora en fauna. Een open bosrand wordt door dieren gebruikt als verbinding om zich langs te verplaatsen. Ook is van vlinders, hagedissen, vleermuizen en vogels bekend dat ze voorkeur hebben voor zulke bosranden.

De aanblik van het bos is door het uitdunnen drastisch veranderd. Dit heeft tot verontruste reacties geleid. Om deze in de toekomst te voorkomen, heeft de gemeente Tilburg afspraken gemaakt met TWM Gronden. Zo is afgesproken dat TWM het beheersplan voor hun gronden actualiseert en dat er in de toekomst beter wordt gecommuniceerd met de directe omgeving over werkzaamheden in het bos. Wilt u op de hoogte blijven van het beheer van de terreinen van TWM Gronden B.V. en lopend natuur-onderzoek? Dat kan via Facebook:

<https://www.facebook.com/kaais-toepTWM>. Deze pagina is ook te bekijken als u geen lid bent van Facebook.

Voor vragen en opmerkingen over de werkzaamheden in de bossen kunt u contact opnemen met TWM Gronden B.V. via: jaap.van.kemenade@twm.nl

Stadsbos013

De bossen van TWM Gronden maken onderdeel uit van Stadsbos013. Dit is de verzamelnaam voor het groene gebied van 1.200 hectare ten zuidwesten van de stad. Het gebied bestaat voor 800 hectare uit bos en 400 hectare gras en kleinschalig cultuurlandschap. De gemeente wil dit gebied samen met de andere eigenaren en geïnteresseerden aantrekkelijker maken, onder meer door het vergroten van de biodiversiteit, het

verbeteren van de bereikbaarheid en het uitvergroten van de kwaliteiten die het gebied nu eigenlijk al heeft. Om deze herontwikkeling te realiseren, doet de gemeente Tilburg een beroep op de Tilburgers. Zij mogen aangeven hoe in hun ogen Stadsbos013 er uit moet komen te zien. Daarvoor gaat de gemeente op zoek naar nieuwe vormen van samenwerking. Meer informatie op: www.stadsbos013.nl



*Wil je rijles zoals het hoort?
Bel dan naar...*

**Autorijschool
A. van Noort**



Biezenloop 35, 5032 CD Tilburg, Telefoon 013-4634441
Mobiel: 06-22397449

**DE FIETSENZAAK
VOOR DE BLAAK!**

- Gratis ophaal/bezorgservice reparaties
- Keus uit 250 nieuwe en gebruikte fietsen
- Gazelle, Batavus, Giant, Koga, Merida, Sparta etc
- Fietskleding, fietsschoenen: Shimano-Ago
- Fitnessapparatuur Kettler-Batavus
- Gratis ruim parkeren
- Rustig proefrijden op ons plein!

www.frankvanoirschotfietsen.nl

FRANK VAN OIRSCHOT & EVG

Kerkstraat 15 • Telefoon: 013 - 518 12 07 • Riel





WILKIN SPORTS OPEN TC DE BLAAK 2015

20e Open Toernooi TC de Blaak
29 juni 2015 t/m 05 juli 2015
HD-DD-GD in cat. 5-6-7-8
alle categoriën 25+

TC de Blaak



Inschrijven:

<http://www.toernooi.nl>
max. 2 onderdelen

Organisatie:

Theo Crijns (toernooileiding)
06-28100409
013-4676511 (tijdens toernooi)
opentoernooi@tcdeblaak.nl
TC de Blaak, Ekkersrijt 45, Tilburg

KNLTB:

KNLTB goedgekeurd
Bondsgedelegeerde: Ad van Beurden

COMITÉ BEHOUD WAARDEVOL BLAAKGEBIED

DISTANTIEERT ZICH VAN HANDTEKENINGENACTIE

BOMENKAP

In de bossen rondom De Blaak is er op dit moment van alles gaande, lijkt wel. Naast een in onze ogen omstreken verharding van het Reuselpad zijn er plannen voor het plaatsen van een UMTS mast, er wordt op rigoureuze wijze bomen gekapt, er zijn plannen voor een Stadsbos013. Kortom, werk aan de winkel voor iedereen met hart voor onze natuur, lijkt het wel.

In dit stuk wil ik onze visie met u delen, daar waar het gaat over het kappen van bomen en de plannen voor een stadsbos013.

In principe zijn wij erg blij dat medebewoners zich inspannen voor het behoud van onze Blaakbossen, laat hierover geen misverstand ontstaan. Minder blij zijn we echter met de wijze waarop dit nu in de praktijk gebeurt. Bewoners worden aan de deur geconfronteerd met onjuiste informatie die de indruk wekt dat het hele bosgebied op ondoordachte wijze in de vernieling wordt geholpen.

Het kappen van bomen heeft echter alles te maken het streven naar biodiversiteit, het creëren van een gezond, robuust en gevarieerd bos. Deze nu forse ingreep her en der is nodig om onze bossen toekomstbestendig te maken met een rijkere variatie in flora en fauna. Als voorbeeld verwijs ik u naar de Oude Warande: 20 jaar geleden werd dit bos fors uitgedund ook onder groot protest en nu zie je al het fraaie resultaat van deze inspanning.

Wij ondersteunen dan ook wat door Jaap van Kemenade namens TWM Gronden al jarenlang in zowel de bossen als in De Kaaistoep op uitstekende wijze wordt toegepast en vinden het jammer dat de eerdere uitleg die vanuit TWM Gronden is gegeven aan diegenen die nu met handtekeningen langs de deur gaan blijkbaar niet wordt begrepen of geaccepteerd. Wellicht is het nuttig en zinvol dat men meer energie gaan steken in het daadwerkelijk meehelpen om onze bossen in kwalitatieve zin te behouden in welke vorm dan ook. Wij als Comité doen dit in onze wijk in

ieder geval al ruim 25 jaar en met succes.

Voor wat betreft Stadsbos013 kunnen we kort zijn. Het hele project zit nog in de oriënterende fase, er is nog niets concreets en met de Gemeente is afgesproken dat via de Wijkraad de wijk hierbij betrokken gaat worden als een en ander meer concreet gaat worden.

In deze editie van het wijkblad vindt u ook nadere informatie vanuit de Gemeente en TWM Gronden.

Ik hoop hiermee ons standpunt op duidelijke wijze naar voren te hebben gebracht.

Namens het Comité Behoud Waardevol Blaakgebied.

*Henk Balsters,
woordvoerder tevens wijkambassadeur
Natuur vanuit Wijkraad De Blaak.*



- stoer en knus tegelijk
- kinderdagopvang
- buitenschoolse opvang
- in de Blaak

Grebbe
thuis in Kinderstad

Wij laten u graag onze gezellige locatie zien, waar kinderen volop beleven en ontdekken



www.kinderstadtilburg.nl/grebbe
tel: 013-4634260

Praktijk voor Fysiotherapie en Manuele Therapie (SOMT)
W.P. Ohler
Meerkensloop 18
5032 BS Tilburg
013-4690106

HANDFYSIOTHERAPIE

Sinds februari 2015 beschikt de Praktijk voor Fysio- en Manuele Therapie Ohler over een fysiotherapeut met de specialisatie handfysiotherapie t.w. Marieke de Kort.

Handfysiotherapie is bedoeld voor iedereen met klachten aan de arm, pols, hand of vingers. Deze klachten kunnen het gevolg zijn van diverse letsels en aandoeningen. Daarbij valt te denken aan breuken, slijtageklachten (artrose), een skiduum en de ziekte van Dupuytren. Naast deze specifieke aandoeningen vallen ook klachten van overbelasting binnen het domein van de handfysiotherapie.

Niet alleen na een operatie kunt u bij de handfysiotherapeut terecht, maar ook wanneer u in het dagelijks leven klachten aan de hand/pols ervaart. De fysiotherapie zal bestaan uit oefentherapie gericht op de mobiliteit en het juist leren gebruiken van de hand/pols. Daarnaast kan advies met betrekking tot het gebruik van een spalk of andere hulpmiddelen onderdeel zijn van de behandeling. Na een operatie komt bovendien de littekenverzorging aan bod om te voorkomen dat het litteken hard wordt en de mobiliteit van de hand negatief beïnvloedt.

Kortom, loop niet onnodig lang rond met hand- en polsklachten maar maak een afspraak bij ons in de praktijk.

SPORTVERENIGING "DE BLAAK"



Dag	Tijd	Onderdeel	Contactpersoon	Tel.nr.
dinsdag	19.30 - 20.30 uur	zumba	Marianne v.d. Bogaard	463.25.58
woensdag	18.30 - 19.30 uur	badminton jeugd	Frank van der Heijden	468.57.31
	18.30 - 21.00 uur	badminton volwassenen	Frank van der Heijden	468.57.31
	20.00 - 21.00 uur	keep-fit dames	Marianne v.d. Bogaard	463.25.58
	21.00 - 22.00 uur	zumba combi-les	Marianne v.d. Bogaard	463.25.58
	21.00 - 22.30 uur	volleybal volwassenen	Gerard de Burger	463.32.95
	22.30 - 23.30 uur	zaalvoetbal volwassenen	Frans Heesters	463.98.62
	23.30 - 24.30 uur	zumba	Marianne v.d. Bogaard	463.25.58
donderdag	10.30 - 11.30 uur	bewegen voor ouderen	Marianne v.d. Bogaard	463.25.58
	17.45 - 19.00 uur	volleybal 6-12 jr.	Gerard de Burger	463.32.95
	19.00 - 20.30 uur	badminton volwassenen	Louis Verstappen	463 77 46
	19.00 - 20.00 uur	badminton jeugd	Frank van der Heijden	468.57.31

Uitgebreide informatie over onze sportonderdelen op internet: www.svdeblaak.nl

Het totale aanbod van sporten, algemene informatie etc. vindt u op onze website www.svdeblaak.nl. U kunt altijd aan een gratis proefles mee komen doen. Neem gerust even contact op met de betreffende contactpersoon.

Extra aanbieding: Als u nu start met een sportonderdeel en lid wordt van de sportvereniging, hoeft u tot de zomervakantie geen contributie te betalen. Dit is dus een prima kans om met een sport kennis te maken.

Verdwijnt het volleyen uit de wijk de Blaak?

Het kan toch niet waar zijn dat het volleyen gaat verdwijnen uit de Blaak!!! Zoals het er nu naar uitziet gaat dat met ingang van het seizoen 2015 – 2016 gebeuren.

Voor het komend seizoen zijn er, zoals het er nu naar uitziet, nog maar 13 leden over.

Het volleyballen was eens een bloeiend onderdeel van de sportvereniging de Blaak.

Daarom een dringende oproep aan de liefhebbers van het volleybalspel: **bewoners die het leuk vinden wekelijks een potje te volleyen, geef u op als lid en speel komend seizoen mee in een enthousiast team van mannen en vrouwen in de leeftijd van 35 – 70 jaar.**

Er zijn vele voordelen om in de sporthal van de Blaak op woensdag van 21.00 –

22.30 uur te volleyen. Het is dichtbij huis, een gunstige tijd, het is een leuke groep recreanten, je leert mensen uit de wijk kennen, een goede accommodatie, en als de bar weer open gaat is er ook nog eens een gezellige 3e helft.

En voor de prijs hoeft u het niet te laten; voor de prijs van € 139 (dit seizoen) kunt u het hele jaar volleyen op de woensdagavond (behalve in de vakanties).

Dus liefhebbers en liefhebsters van het volleyen, geef u op bij Gerard de Burger, tel. 013 4633295, mail g.d.burger@svdeblaak.nl. Hij is ook de man die u informatie kan geven. U kunt in dit seizoen ook eens vrijblijvend mee komen volleyballen op de woensdagavond.

Heropening Sportcafé De Blaak

Eindelijk is het dan zover. Het Sportcafé is op maandag 11 mei weer ge-

opend! De nieuwe uitbaatster, Carla Arnolds, gaat in het café ook een bridge-school beginnen op de dinsdag- en donderdagmiddag. Zelf is zij bridge-speelster op topniveau met een wereldtitel op zak.

Voor zaalsporters zal het café op de gebruikelijke tijden geopend zijn.

De Wijkraad en ook Sportvereniging de Blaak hebben achter de schermen veel lobbywerk gedaan om ervoor te zorgen dat er een duurzame oplossing voor het Sportcafé zou worden gezocht. Die lijkt dus nu te zijn gevonden.

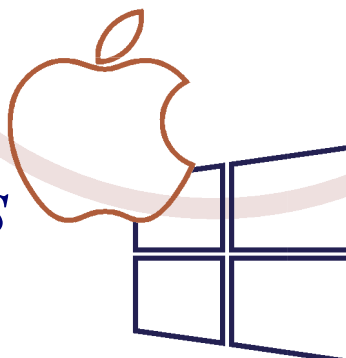
We wensen Carla en haar medewerkers veel succes toe!

Algemene ledenvergadering

Op dinsdag 9 juni om 20.00 uur is de jaarlijkse algemene ledenvergadering van onze vereniging gepland. De agenda van deze vergadering zal tijdig aan onze leden bekend worden gemaakt. We hopen op meer belangstel-

PC's op maat - Verkoop - Onderhoud - Reparaties - (Thuis)netwerk - Advies

Openingstijden Ma t/m Wo: 18:30 - 22:00, Do t/m Za 13:00 - 17:00



Weteringlaan 124
5032 XT Tilburg
www.ozet.nl
info@ozet.nl
013 467 12 65
06 50 601 127

ling dan in voorgaande jaren!

Ouder-kind toernooi badminton

Op zondagmiddag 28 juni v.a. ca. 12.00 uur wordt er een ouder-kind toernooi badminton georganiseerd in de sporthal in De Blaak. Naast de deelnemende leden mag iedereen hieraan deelnemen. Deelname is gratis; u moet wel van tevoren inschrijven. Dit kan via een email naar info@svdeblaak.nl of via onze website www.svdeblaak.nl. Voor meer informatie kunt u bellen naar: F. v.d. Heijden, tel. 4585731.



AUTOBEDRIJF

JAN VAN RIEL

RIEL



Het vertrouwde adres bij u in de buurt voor:

Reparatie • Onderhoud

Schadenherstel • APK • In- en Verkoop

Onderhoud & Reparatie van uw lease-auto

Zandeind 8 • 5133 AC Riel

T: 013 - 518 1332 • info@autobedrijfvanriel.nl



WWW.AUTOBEDRIJFVANRIEL.NL

OSTEOPOROSE

Zie je bij voetbal of rugby een speler keihard tegen de grond gaan en daarna gewoon weer door spelen, dan weet je een ding zeker: géén osteoporose. Klopt ook, want botontkalking (duidelijker woord voor osteoporose) begint pas vanaf 40 jaar. Dit en nog veel meer werd ons verteld door Martijn Kolen, die zijn lezing - zonder microfoon duidelijk hoorbaar tot achter in de zaal - hield op 21 april.

Mannen beginnen al met een voor-sprong, want ze hebben meer bot-massa dan vrouwen en daarbij komt dat vrouwen na de overgang meer bot-massa gaan verliezen. Botafbraak komt voor bij 10% van de mensen boven 50 jaar en wordt beïnvloed door gewicht (minder dan 60kg en BMI lager dan 20), langdurig gebruik van bepaalde medicijnen (b.v. bij kanker), Prednison, Antidepressiva of een tekort aan vitamine D en/of calcium en vervroegd in de overgang komen. De gevolgen zijn groot: verhoogde kans op botbreuken, inzaken van rugwervels, evenwichtsverlies en klachten in organen als die onder druk komen. Om al deze ellende te voorkomen is het belangrijkste om te blijven bewegen en op de voeding te letten, met name of die voldoende cal-

cium bevat.

Bij een tekort zijn er calciumtabletten. Om calcium te kunnen opnemen is vitamine D nodig en dat wordt aangemaakt onder invloed van zonlicht. De Gezondheidsraad adviseert minstens 30 minuten per dag te bewegen, vooral wandelen, Nordic walking, tennis, golf, steps, traplopen, klussen om het huis, stofzuigen enz.

Op een vraag uit de zaal wat het verschil is tussen artrose en osteoporose legde Martijn Kolen uit dat bij artrose het kraakbeen verdwijnt en bij osteoporose het bot. Tussen die twee is geen relatie. Na afloop van de lezing dankte Ko Schaaders Martijn Kolen voor de buitengewoon heldere uiteenzetting en overhandigde hem de gebruikelijke attentie.



VRAAGBLAAKJES

GEZOCHT HUURWONING in de Blaak voor periode 26 juni tot en met december:
mail naar: Edo.arnoldus@gmail.com

Vermist! Sinds zondagmiddag 10 mei: onze kat Fee(tje).

Ze is een zeer aanhankelijke kat, niet al te groot en heeft meer geel dan groene ogen.

Heeft u haar gezien? Wij horen het graag. Fam. van den Beemt – Ekkersrijt 22 – 06-29565246





Na-Inschrijving KinderVakantieWerk de Blaak

Nog even en dan is het weer zover en hebben we weer een spetterende KVW week voor alle basisschool kinderen in de Blaak (24 t/m 28 augustus). Kinderen (behalve Kiddies, die zitten helaas vol!) kunnen nog ingeschreven worden via de zogenaamde na-inschrijving. Dit kunt u doen door het onderstaande na-inschrijfformulier + geld (inclusief extra administratiekosten!) in een gesloten envelop te deponeren op Beeklaan 47. Meer informatie over KVW de Blaak, de na-inschrijfprocedure en de kosten vindt je op: www.kvwdeblaak.nl.

Na-inschrijfformulier KVW de Blaak 2015

Alleen volledig ingevulde formulieren in combinatie met betaling van het inschrijfgeld worden verwerkt!

Hier niets invullen!

Geslacht: ☐ Jongen ☐ Meisje

Naam kind: _____

Uw e-mailadres: _____

Adres: _____

Geboortedatum kind: _____

Postcode: _____

School: _____

Plaats: _____

Huidige groep: _____

Telefoonnummer 1: _____

Groep na KVW: _____

Telefoonnummer 2: _____

Huidige leerkracht: _____

Vriend(in) bij wie mijn kind graag in de groep wil: _____

(Bij na-inschrijvingen doen wij ons best maar kunnen wij NIET garanderen dat uw kind bij een vriend(in) in de groep komt!)

Eventuele bijzonderheden (denk aan allergieën, medicijnen, etc.) _____

Handtekening ouders / verzorgers: _____

Deze strook inclusief inschrijfgeld (€ 40,00 groep A/B/C - € 50,00 groep D) inleveren op de Beeklaan 47 te Tilburg

Voor dames - heren - kinderen

www.louisvanburen.nl

voor een afspraak kunt u bellen
of gewoon even binnen lopen!

Informeer naar onze speciale kindertarieven
op dinsdag en woensdag.

Kapsalon
Louis van Buren



openingstijden:

Ma. 13.00-18.00

Di. 08.30-18.00

Wo. 08.30-18.00

Do. 08.30-20.00

Vr. 08.30-18.00

Za. 08.00-16.00

Gilzerbaan 28, 5037 KV Tilburg,
Leharstraat 106, 5011 KD Tilburg,

☎ 013-590 07 30

☎ 013-455 38 59



Koningsspelen 2015

Onze Koningsdag op school, een sportief feestje, is weer super geweest. Bijna alle kinderen van school waren er in hun nieuwe schoolshirt en het stralende weer kwam natuurlijk erg goed van pas. Het ontbijt heeft iedereen goed gesmaakt; onder leiding van de ROC-studenten Lobke, Nadieh en Harry was de ENERGIE-dans snel aangeleerd; het pleinfest met eigen speelgoed was sportief en gezellig. Het doel van deze dag, kinderen laten zien en ervaren hoe belangrijk én leuk het is om te bewegen, is zeker geslaagd.

Veldvoetbaltoernooi

In de meivakantie is er fanatiek gevoetbald. Er deden maar liefst 3 teams voor onze school mee aan dit toernooi. Kinderen uit de groepen 4 t/m 8 waren verdeeld over deze 3 teams. Alle teams moesten op maandag 4 mei spelen. Blaak 2 en 3 hebben goed gespeeld, maar waren niet de poulewinnaars van die dag. Blaak 1 was die dag wel poulewinnaar geworden en mocht naar de finaledag op woensdag 6 juni.

De jongens van Blaak 1 hebben heerlijk gespeeld en er waren veel mooie voetbalmomenten. Ondanks hun fanatieke spel hebben ze net niet gewonnen, maar hebben de jongens van groep 7 en 8 een mooie tweede plaats verdiend.



Kinderrevue

De kinderen van de groepen 8 zijn nog steeds druk bezig met de Eerste Tilburgse Kinderrevue. Het komt nu namelijk steeds dichterbij, want op 11 en 12 juli 2015 staan de kinderen op de planken van de theaterzaal in het ROC Tilburg.

De kaartverkoop is al begonnen en de kinderen hebben dit zelf uitgevoerd. Ze hebben zelf de kaartjes gemaakt, uitgeprint en verkocht tijdens een speciaal verkoopmoment op school voor de ouders van de groepen 8. Op dit moment zijn er nog enkele kaarten beschikbaar.

De kinderen hebben deze periode ook alvast een kijkje genomen bij de theaterzaal van ROC Tilburg. De kinderen konden bekijken hoe de zaal eruit ziet en wat de mogelijkheden zijn met betrekking tot het decor, kleedkamers, licht en geluid. Ook hebben de kinderen in de theaterzaal kunnen oefenen.

Komende periode gaan de kinderen weer hard aan de slag met de verschillende onderdelen van de revue, zoals website, sponsoring, decor en kostuums. Natuurlijk blijven de kinderen ook gewoon oefenen met toneel, dans en zang. Eind juni gaan een aantal kinderen optreden in het St. Elisabeth Ziekenhuis bij de Guus Meeuwis Muziekids Studio. De kinderen gaan enkele liedjes uit de kinderrevue zingen voor patiënten.

Wordt uw kind in schooljaar 2015-2016 vier jaar? Dan nodigen wij u uit om contact op te nemen om een afspraak te maken en te komen kijken op OBS De Blaak. Onze directeur dhr. Remko Meeuwse zal u persoonlijk informeren en rondleiden door onze school 'in bedrijf'. U kunt ons bellen voor een afspraak, maar u kunt ons ook bereiken door te mailen.



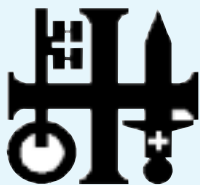
Afsluiting project tijd

In de maand april hebben alle groepen gewerkt aan het project tijd. Als afsluiting van deze periode hadden we een tentoonstelling door de gehele school. In alle klassen was te zien wat we met het project hebben gedaan, gemaakt en geleerd. Het was leuk om de verschillende kunstwerken te zien.



OBS De Blaak
Grebbe 42
5032 RT Tilburg
Telefoon: 013-468 94 66
E-mail:
obs.de.blaak@opmaat-scholen.nl





Parochie De Goede Herder

Locatie Petrus en Pauluskerk

e-mail: petrusenpauluskerk@parochiedegoedeherder.nl

www.parochiedegoedeherder.nl/petrusenpauluskerk

Pastoraal werker Hans Strijders

Secretariaat locatie Petrus en Pauluskerk

Vierwindenlaan 11

5037 MN Tilburg

(013) 467 05 80

Open:

ma t/m vr 9.30 – 12.00 uur, m.u.v. de schoolvakanties.

Vaste vieringen

Petrus en Pauluskerk, Vierwindenlaan 9

- Za 18.00 uur (vespers, avondgebed)
- Zo 10.00 uur (eucharistie)
- Vr 10.30 uur (eucharistie, eerste vrijdag van de maand)
- Di 11.00 uur (koffie met gebed, 3e dinsdag van de maand)
Zonnehof, Professor Gimbrèrelaan 24, Brasserie
- Do 10.30 uur (oecumenische gebedsviering, laatste donderdag van de maand)

FÉEST:

Parochielocatie Petrus en Paulus bestaat 60 jaar

Daar gaan we iets bijzonders van maken!

We beginnen dit feest op zaterdag 27 juni om 18.00 uur met het zingen van de gregoriaanse vespers van het Hoogfeest van de HH. Petrus en Paulus.

Op zondag 28 juni 10.00 uur vervolgen we het feest met een feestelijke gezinsviering met voorganger Piet Cuijpers en medewerking van het gemengd koor Petrus en Paulus. Vooral kinderen hebben een grote inbreng.

Aansluitend is een feestelijk programma voorbereid op het kerkplein (bij mooi weer) of in het kerkgebouw (bij slecht weer).

Wat kunt u allemaal verwachten?

- koffie/thee met iets lekkers, een glaasje fris of wijn met een hapje,
- communicanten en vormelingen verkopen allerlei zelfgemaakte producten,
- onze bekende boekenmarkt onder leiding van José van Lieshout, van het Boekenschop aan de Bredaseweg, waar u voor een klein prijsje boeken kunt kopen,
- optreden van Jeugdharmoonie Orpheus,
- een heuse kunstveiling.

Het belooft een bijzonder spektakel te worden en we hopen dat velen het komen meevieren.

In het weekend van 20 en 21 juni zullen de kunstwerken ten toon worden gesteld, zodat U alvast kunt zien wat er geveild gaat worden. Natuurlijk is iedereen van binnen en buiten de parochie van harte welkom om bij de veiling aanwezig te zijn en om te bieden op de kunstwerken.

Diaken Cor Sinnema heeft ter gelegenheid van het jubileum een verjaardagskalender samengesteld. Daarop staan foto's uit alle wijken waaruit de parochielocatie Petrus en Paulus is opgebouwd: De Reit, Zorgvlied en De Blaak. Ook zijn er 'spreuken' op te vinden, die tot nadenken stemmen. Zo hopen we dat dit jubileumcadeautje letterlijk kan worden tot 'een teken aan de wand'.



Met 'Petrus en Paulus' naar het land van 'De Goede Herder'

Nu de gemeenschap van Petrus en Paulus 60 jaar bestaat, wordt er onder leiding van diaken Cor Sinnema een 11-daagse reis georganiseerd naar Israël. Deze reis vindt plaats van maandag 28 maart (2e paasdag) t/m donderdag 7 april 2016.

We reizen terug in de tijd. Na aankomst in Israël brengen we eerst een bezoek aan Caesarea, waar Paulus gevangen heeft gezeten voordat hij naar Rome werd gestuurd. Vervolgens gaan we naar Kafarnaüm, waar Petrus woonde, en trekken we door het gebied waar hij door Jezus werd geroepen en als steenrots werd aangewezen. We zien diverse opgravingen en bezoeken bekende synagogen en bijzondere kerken en een beroemde moskee. We komen onderweg o.a. in Nazaret, het meer van Galilea en Betlehem. We verblijven een paar dagen in Jeruzalem. Het volledige programma bestaat uit een mix van godsdienst, cultuur en ontspanning.

Na de zomermaanden zijn er enkele avonden waarop het programma verder wordt toegelicht en waar bij afzonderlijke onderdelen wordt stilgestaan. Zo komen de Bijbelverhalen het best tot leven.

We maken gebruik van de ervaring en deskundigheid van DrieTour-groepsreizen. Het maximum aantal deelnemers is 25. Snelle beslissers kunnen de data alvast in hun agenda noteren en/of hun naam bij het parochiecentrum bekend maken. U hoort dan van ons.



BEELDHOUWEN MET HENK DE BEER

Kinderschrijfatelier
schrijfletters is een ini-
tiatief van Ester van
Zundert, journalist en
schrijfcoach. Meer
weten?
www.schrijfletters.nl

In de garage, de logeerkamer of op zolder. In De Blaak wordt volop kunst gemaakt. Hoe en wat? Kinderschrijfatelier schrijfletters zoekt het uit. Dit keer: Bram (10) en Kars (10) op bezoek bij beeldhouwer Henk de Beer.

Kars: 'Wat is er zo leuk aan wat u doet?'

Henk: 'Iets moois uit een vieze steen halen, dat is steeds weer een wonder. Andere mensen worden blij van de dingen die ik maak. Dat geeft ook een goed gevoel.'

Bram: 'Is dat open schuurtje jouw atelier?'

Henk: 'Ja, daar werk ik in de lente en in de zomer. In de herfst en de winter ga ik naar binnen. Ik heb een zolderkamer waar ik kan werken. Daar kan ik niet hakken en zagen, want het stoft heel erg.'

Kars: 'Wat maak je nu?'

Henk: 'Ik ben met twee beelden bezig. Een ijsbeer en een vrouw. Het beeld van de vrouw maak ik uit serpentijn. Het is nu een donkergroene, grijze steen. Als ik het heb gepolijst, is het zwart.'

Bram: 'Maak je alleen beelden?'

Henk: 'Ik maak ook taferelen. Kijk, dit is een koor. Ik heb de mensen gemaakt van kiezelstenen en hier zie je ook

schelpen. Ik zoek die spullen zelf bij elkaar. In het bos, op het strand.'

Kars: 'Ga je van beeldhouwen zwe-
ten?'

Henk: 'Hakken en vijlen is wel zwaar
werk, ja.'

Bram: 'Mogen we ook iets maken?'

Henk: 'Dat is lastig. Met een beeld ben
je zeker 20 uur bezig. Maar jullie
mogen me wel helpen met de ijsbeer.
Die kunnen jullie vijlen.'

Kars: 'Pff, dat is zwaar.'

Bram: 'Wow, dat had ik niet verwacht.'

Henk: 'Dat komt omdat dit marmer is.
Dat is heel hard. Graniet is nog harder.
Speksteen is weer zachter. Probeer
maar.'

Kars: 'Weet je van tevoren wat je gaat
maken?'

Henk: 'Ja, want ik maak altijd eerst een
plan. Dat zet ik op papier. Eens kijken,
weet je wat ik van deze steen kan
maken?'

Kars: 'Ja, ik zie er een vrouw in, een
vrouw die zit.'

Henk: 'Wat goed! Dat zag ik ook met-
een.'

Bram: 'Mogen we je zolderkamer zien?
Jouw andere atelier.'

Henk: 'Dat mag, maar het is er wel een
zootje.'

Kars: 'Dat geeft niet. Dat is het in mijn
kamer ook.'



DECLÉOR
PARIS

Jenny Mols
Veerse Meer 60 Tilburg
013 4681118 info@jebeau.com
Behandeling op afspraak

Beautysalon Jebeau

- DECLÉOR: Diverse gelaats- en lichaamsbehandelingen voor vrouwen en mannen
- Microdermabrasie: dieptepeeling voor een mooie gladde huid
- Duurzaam ontharen met de diodelaser (ziekenfonds vergoed)
- Elektrisch ontharen (ziekenfonds vergoed)
- Sunless spray tanning, professionele bruiningspray
- Verven, epilieren, harsen, bruidsmake-up en kadobonnen

KUNSTROUTE IN DE BLAAK

Op 28 juni wordt in de Blaak voor de tweede keer de Kunstroute georganiseerd.

Kunstenaars en /of artiesten stellen hun natuurlijke habitat open om belangstellenden hun werk te tonen. Ook dit jaar is er weer een gevarieerd aanbod.

De deelnemende kunstenaars zijn:

Ingrid Andela - Beilerstroom 9,
Tekenen, schilderen en boetseren

Henk de Beer - Dintel 16 ,
Beelden

Jacqueline Bouma - Sluisgraaf 12 ,
Beeldend Kunstenaar

Marjan Braskamp - Reest 43 ,
Schilderijen

Anja van Gils - Sloe 10 ,
3D geprinte sieraden

Monique Rongen - Sluisgraaf 15,
Kunst & Acryl

Ro-Nalt Schrauwen - Sluisgraaf 12 ,
Beeldende Kunst

Chantal Vermeer - Hunze 4 ,
Schilderkunst

Nancy Verschuuren - Geul 18,
elk heel uur een klassieke zangvoorstelling

Jeannie Wijnen - Hunze 13,
Beelden, schilderen en composities

Ilona Willemse - Sluisgraaf 15 ,
IVE Design

Marlies Knops, Geul 18,
Schilderijen

Voor verdere of uitgebreidere info bezoek onze website of Facebook. Website: kunstroutedeblaak.weebly.com, Facebook: Kunstroute de Blaak.

De Kunstroute de Blaak is gemarkeerd met pijlen en ballonnen. Een plattegrond Kunstroute is te krijgen bij alle deelnemers. Sommige kunstenaars delen ruimtes samen.

**Bezoek de Kunstroute de Blaak op
28 juni tussen 11.00 - 17.00 uur.
Iedereen is van harte welkom.**



GRB
verzekeringen **ADVIESGROEP**

Burg. vld Mortelplein 55
5037 PK TILBURG
Telefoon: (013) 4674388
Fax: (013) 4683355
E-mail: info@grbadviesgroep.nl
www.grbadviesgroep.nl



Adfiz
Adviseurs in Financiële Zekerheid



Uitvaartbegeleiding
Harriet van der Vleuten

Iedere uitvaart
bijzonder
persoonlijk,
betrokken
integer

... 24 uur per dag bereikbaar
... waar u ook verzekerd bent



www.harrietvandervleuten.nl T 013 592 00 48



J.T. Hovenier
Jeroen Timmermans

Tuinonderhoud . Advies . Aanleg

T. 06-52289661 E. jt.hovenier@telfort.nl

Huiswerkbegeleiding voor middelbare scholieren



Ben je op zoek naar ondersteuning bij het maken van je huiswerk, wil je breder wettelijk denken, waarom je op zoek bent?

Een prettige leeromgeving waarin vooral rust, structuur, hulp bij plannen en overboren en eventueel bijles in een bepaald vak geboden wordt. Dit alles onder begeleiding van twee ervaren docenten, die bovendien remedial teacher zijn, bij wie je met al je vragen terecht kunt de leerstof herhalen.

Deelgroep: Middelbare scholieren op alle schoolniveaus vanaf klas 1 t/m klas 6.
Locatie: Geboren businessschool opvang St. Christoffel basisschool, School Binkstraat 41 Tilburg.
Tijd: Dinsdag- en donderdagavond van 18.30 tot 20.30 uur. Je kunt je opgeven voor één of meer avonden (minimaal één trimester).
Voor informatie: Sybren Willems 06-13457772
Ad v den Elshout 06 39489934

Een kleine greep uit.... leuke en leerzame activiteiten op bs de Borne

Ook in de afgelopen periode hebben de kinderen van onze school aan leuke, maar vooral leerzame of sportieve, activiteiten deelgenomen. Het gaat te ver om u over alles te informeren en naast hetgeen wij u in deze editie van het Wijkblad de Blaak laten zien, was er bijvoorbeeld ook nog, de Borne disco voor groep 3 t/m 8, Streetwise ANWB voor de hele school (in samenwerking met OBS de Blaak), bezoek Textielmuseum van groep 5-6, het praktisch en theoretisch verkeersexamen van groep 7, weeksluizingen van verschillende groepen, de Week van het Geld in de groepen 4.... In de komende periode staat het schoolkamp van groep 8, de Hike van groep 7 en allerlei andere activiteiten op het programma! Op onze FaceBook pagina en ook op onze website www.basis-schooldeborne.nl worden met enige regelmaat berichten geplaatst. Verder kunt u op onze website allerlei informatie over onze school, maar ook onze kalender, de schoolgids en de al gepubliceerde Borne-info's terugvinden. Op www.jufjacqueline.nl kunt u de bijdragen van de redacteurs van ons Kinderpersbureau volgen. Wij wensen u veel leesplezier!

Metten is (Z)weten

Op 1 april heeft groep 4B (samen met groep 4A) meegewerkt aan een internationaal onderzoek naar het effect van een wollen muts op het maken van een toets. Dat het licht belangrijk is bij het maken van een toets wisten we al. Ook kauwgom kauwen kan helpen voor een betere toets score; dat hadden we bij Studio Snugger al geleerd. Maar dat het dragen van een wollen muts kan bijdragen aan een voldoende voor je toets lijkt een raar verhaal en dat is het ook....

Joppe vroeg zich af waarom de onderzoekers in hemelsnaam 1 april hadden uitgekozen voor dit onderzoek; veel mensen zouden immers denken dat het om een 1 april grap zou gaan. Heel goed nagedacht Joppe, mijn complimenten! De verklaring was natuurlijk dat de Noorse onderzoekers natuurlijk niet weten dat wij Nederlanders elkaar op 1 april graag in de maling nemen....

Uiteindelijk hebben alle kanjers van groep 4B een half uur zitten zweten op een toets met een wollen muts op hun

hoofd. Omdat alle reservemutsen op waren, heeft Jente zelfs met een sjaal om haar hoofd gezeten. (Gelukkig was de kleur oké) Ook voor Joris hadden we een noodoplossing bedacht: met een sjaal over zijn capuchon bereikte we het gewenst resultaat...

Toen na een half uur bleek dat het onderzoek niet echt wetenschappelijk was onderbouwd, maar een bedenkfel van meneer Pim en zijn schoonzus Sara (daadwerkelijk wetenschappelijk onderzoeker in Noorwegen - Sara bedankt!) was het lokaal even 'te klein'. Een paar kinderen voelde zich behoorlijk gefopt! Terecht natuurlijk, maar al snel namen de positieve reacties de overhand. Volgens Maartje stonden de mutsen ons helemaal niet slecht en Jade vond het onderzoek al met al geen slecht idee: die muts werkt namelijk echt! Allemaal hartelijk bedankt voor de enthousiaste inzet en de sportieve reacties. Zonder jullie was deze grap niet geslaagd! Volgend jaar weer? *Meneer Pim, gr. 4B*



Bezoek Rijksmuseum groep 6 & 8

Op donderdag 9 april werden de groepen 6 en 8 opgehaald door de Rijksmuseumse bus voor een rondleiding in het Rijksmuseum. Na een gezellige reis werden in het Rijksmuseum vier groepjes gemaakt die elk met een gids een route gingen volgen langs een aantal belangrijke werken. Natuurlijk hoorde daar ook de Nachtwacht van Rembrandt bij. Ook zagen we een replica van het schip van Michiel de Ruyter en poppenhuizen uit de Gouden Eeuw. Al met al een hele ervaring en het was heel bijzonder om te horen hoeveel de kinderen al wisten over onze vaderlandse geschiedenis. De gids heeft daar nog mooie verhalen aan toegevoegd.

Koningsspelen 2015 een succes!!

Op de vrijdag voor de meivakantie deden alle kinderen van de Borne mee aan de Koningsspelen 2015. Op deze mooie lentedag scheen de zon volop. We zijn gestart met een heerlijk en vooral gezond ontbijt en daarna hebben we samen het koningsdansje gedanst op een lied speciaal gemaakt voor en uitgevoerd door Kinderen voor Kinderen. Het thema was dit jaar energie. Vervolgens hebben de groepen 1-2 gesport op het schoolplein, de groep 3 t/m 5 getennist en gesport bij TC de Blaak en de bovenbouw een atletiekochtend gehad bij AV Attila. Door het enthousiasme van alle kinderen, hulpouders en leerkrachten is deze dag opnieuw een gigantisch succes geworden!



Wordt uw kind binnenkort vier jaar en was u niet in de gelegenheid om onze school te bezoeken tijdens de informatieavond en/of open dag in maart?

Wij nodigen u uit om eens te komen kijken op bs de Borne! Neem contact met ons op om een afspraak te maken met onze directrice, mw. Monique Aben.

Zij zal u persoonlijk informeren en rondleiden door onze school 'in bedrijf'.

Telefoonnummer: 013-4675632
of stuur een bericht naar:
bs.de.borne@xpectprimair.nl





UW VOORZITTER RUUD ZUER VAN “STICHTING WJKRAAD DE BLAAK” AAN HET WOORD

We kunnen geregeld genieten van de mooie zonnige dagen in onze wijk, de bomen zijn mooi groen en een groot aantal bomen zijn alweer hun bloesem kwijt. De diverse buien en hevige wind heeft alles al geregeld. Voor de Wijkraad is er nog veel te regelen.

Zo is de wijk WhatsApp heel goed van start gegaan en zijn er al 220 ingeschreven personen verdeeld over 3 groepen aangesloten. Nu zal er zeker door een aantal van onze wijkgenoten de wenkbrauwen gefronst worden, met de achterliggende gedachten “wat is een WhatsApp groep en wat doet dat in onze wijk”.

In samenwerking met de Politie en de Gemeente is onze wijk De Blaak de tweede die meedoet aan deze vorm van beveiliging. Maar lees het artikel elders in dit blad om u goed te informeren.

Ga ook eens naar facebook “Buurt-Preventie Tilburg De Blaak” en ervaar wat er zoal gebeurt op dit vlak.

Ook wordt er door de werkgroep duurzame energie stappen gemaakt om u te informeren over de mogelijkheden om uw energieverbruik te verminderen. Ook daarover elders meer.

Enkele bestuursleden hebben zich op een doordeweekse dag om 8.00 uur geposteerd bij de oversteek op de Baroniebaan om samen met enkele gemeente medewerkers de werking van de verkeerslichten toegelicht te krijgen.

We hebben geconstateerd dat op dit kruispunt een ieder veilig kan oversteken, zowel de auto's, de fietsers, maar ook de voetgangers. Mits men natuurlijk niet door rood gaat. De oversteek van de voetgangers is qua systeem afwijkend van het overige verkeer, deze lichten hebben alleen groen en rood en geen oranje. Het oranje wordt dan overgenomen door een knipperend groen licht, dus als het voetgangerslicht groen knippert, kunt u gewoon uw rit voortzetten.

We hebben met de Gemeente ook gesproken over de overlast die er ontstaat als de ouders de kinderen gaan ophalen bij de scholen. Overlast, omdat de auto's maar kris, kras worden neergezet met gevaarlijke situaties en problemen voor de voetgangers. Mogelijk dat de directies van de school met de ouders in overleg kunnen treden om dit probleem op te lossen.

Ook hebben we met de Gemeente gesproken over het overhangend groen op de trottoirs waardoor invaliden, maar ook ouders met kinderwagen van de stoep af moeten. Aan alle bewoners het verzoek om op te letten of hun haag of ander groen niet over de stoep hangt, is dat het geval ga dan snoeien.

Eigenlijk wil ik met dit verzoek zien te voorkomen dat de Gemeente moet gaan handhaven, dus doe mee.

Net zo “DOE MEE” met het verzoek om de straatnaambordjes, verkeersborden

en vijfverborden even zelf schoon te maken. Ik heb met ons Anneke het initiatief genomen en we zijn in een zeer korte tijd een aantal mooie en duidelijke borden rijker geworden. Onze wijk heeft veel groen en dat mooie groen zorgt ook voor aanslag op de bordjes. Een kleine moeite met een geweldig resultaat.

Dan zijn een paar bestuursleden ook actief om de wijkbbq te organiseren, zie ook elders in het blad.

Gelukkig is het Sportcafé ook weer open en kunt u zelfs afspraken maken om met uw vereniging, club of groep gebruik te maken van deze accommodatie. Mevrouw Carla Arnolds is de nieuwe uitbaatster en zij heeft er veel zin in om u van dienst te zijn, profiteer daar van.

Met alle bestuursleden, adviseurs en ambassadeurs van de Wijkraad hebben we de stappen bepaald voor ons Wijkbeleidsplan, dat we in de tweede helft van dit jaar hopen te presenteren.

Uw voorzitter gaat even met vakantie maar de wijkraad draait gewoon door dus u kunt altijd een beroep op de Wijkraad doen, voor evenementen buurtfeesten of andere zaken. Zie daarvoor ook de website www.wijkraaddeblaak.nl

Met Vriendelijke groet,
Ruud Zuër



DE GEZONDHEIDSZORG IN DE BLAAK

De huisartsenpraktijk en de apotheek aan de Beeklaan werden ruim 25 jaar geleden gebouwd. Dokter Lindhout zette er haar huisartsenpraktijk voort, die ze eerder in een keetje aan de Schipbeek begonnen was. Apotheek Zorgvlied startte een dependance in de Blaak, mevrouw de Koning was destijds de apotheker. Elders in de wijk had dokter Ooms zijn huisartspraktijk aan huis.

De maatschappij verandert, de gezondheidszorg verandert en dus moet een aantal eerstelijnsvoorzieningen aangepast worden om aan de hulpvragen van nu en in de toekomst te kunnen voldoen.

Mensen worden ouder, willen en moeten soms langer thuis blijven wonen en om dat goed mogelijk te maken zijn er aanpassingen noodzakelijk. Een van de veranderingen, zoals de politiek die voor ogen heeft, is het wijkgericht werken. Dat betekent meer samenwerken tussen bijvoorbeeld huisartsen en wijkverpleegkundigen, apotheker, fysiotherapeut, podotherapeut, en vele andere disciplines in de eerstelijns gezondheidszorg.

In onze huisartspraktijk is er in de loop der jaren een praktijkondersteuner voor de somatische gezondheidszorg bijgekomen (POH-S), en sinds 1 januari jl ook een praktijkondersteuner voor de geestelijke gezondheidszorg, (POH-GGZ). Zij houden spreekuur in de huisartsenpraktijk, ondersteunen de eerstelijnsgezondheidszorg, hetgeen de kwaliteit verbetert. Ook het werk van de doktersassistenten is uitgebreid met

spreekuren voor bijvoorbeeld het maken van uitstrijkjes etc. Dit betekent onder andere dat er meer spreekkammers nodig zijn. Daarnaast zijn de eisen die aan de apotheek gesteld worden ook steeds aan verandering onderhevig en maken aanpassingen noodzakelijk.

Doordat de zorg verandert, het aantal zorgvragen toeneemt, we steeds ouder worden etc. voldoen de huisartsenpraktijk en de apotheek in de huidige vorm niet meer en willen we ons klaarmaken voor de toekomst.

Daarom zijn wij, huisartsen en apotheker aan de Beeklaan, circa 2 jaar geleden met elkaar gaan nadenken en overleggen hoe wij ons medisch centrum aan zouden moeten passen om ons voor te bereiden op de toekomst, om zo steeds een kwalitatief goede gezondheidszorg in de Blaak te kunnen garanderen. Na heel veel vergaderen, tekenen, aanpassen en overleggen hebben wij in april 2015 de omgevingsvergunning gekregen van de gemeente om ons medisch centrum te verbouwen, geheel passend binnen het bestemmingsplan, om zo de gezondheidszorg in de Blaak in de toekomst te kunnen waarborgen. De locatie aan de Beeklaan is uniek omdat deze voor iedereen goed bereikbaar is en centraal in de wijk ligt.

Voor de zomervakantie zal gestart worden met de verbouwing, die – als alles volgens plan verloopt – begin 2016 ge-

realiseerd zal zijn. Tezijnertijd zal de opvolger van dokter Ooms met ons het nieuwe pand betrekken, zodat alle huisartsen in de Blaak dan op 1 locatie werkzaam zullen zijn.

De beide huisartsenpraktijken zullen op de 1e verdieping komen, bereikbaar per lift en per trap.

Iedere praktijk blijft zelfstandig werken, zodat het vertrouwde en kleinschalige niet verloren gaat.

De apotheek blijft op dezelfde plek zitten, maar zal tijdens de verbouwing van de apotheek zelf gedurende 1 à 2 maanden tijdelijk functioneren vanaf de huidige huisartsenpraktijk (de huisartsen zitten dan al boven).

Podotherapeut Maarten Vissers, die nu gehuisvest is op Beeklaan 145, zal tevens deel uit gaan maken van het nieuwe medisch centrum. Hij gaat beneden zijn praktijk houden op de plek waar eerst de huisartsenpraktijk zat. Hij komt daar nadat de verbouwing van de apotheek klaar is.

Ook de prikpost krijgt een betere plek; de mogelijkheid om op elke werkdag 's ochtends bloed af te laten nemen voor laboratoriumonderzoek blijft.

Omdat de gezondheidszorg in onze wijk ons allemaal aangaat, vinden wij het belangrijk u daarover te informeren.

BFM de Kort- de Bont en AJ Lindhout-Jansen, huisartsen
JCL van Schaik-Coehorst, apotheker



Louer
coaching & counseling

Opvoedings
vraagstukken

Vragen over:

Loopbaan
begeleiding

Persoonlijke
ontwikkeling?

Tilburg - Weteringlaan 134 - 06 52 49 35 11

www.louercc.nl

Pedicurepraktijk
Patricia Maissan

Mahoniestraat 15
5037JL Tilburg (De Reijt)

Bel voor informatie of een afspraak
06 12 77 88 06

ENERGIE BESPAREN IS NIET ZO MOEILIJK

Deze keer interview ik Harrie Remmers. Een van de eerste inwoners van de Blaak en nog steeds wonend op de Engebeek 26. In zijn werkzame leven was hij hoofd engineering zuid bij GTI/Cofely.

Waarom ben je lid geworden van de werkgroep Energie in de Blaak?
Er wordt veel onvolledige dan wel onjuiste informatie verstrekt over energie(techniek). Met mijn kennis en ervaring kan ik daar tegenwicht aan bieden zodat wijkbewoners daar hun voordeel mee kunnen doen.

Had je zelf al zonnepanelen voor de actie van de werkgroep?
Nee, daar was ik nog niet serieus mee bezig. Door de discussie in de werkgroep ben ik me er in gaan verdiepen en kwam al snel tot de conclusie dat het best interessant was. Ik heb 14 panelen en ondanks dat de richting (Zuid-Oost) en de bezonning (schaduw bij lage zon) niet ideaal is, wek ik toch per jaar 2500 kwh op. Dat is 20% minder dan bij ideale ligging, maar de terugverdientijd is daardoor maar iets langer. Door het succes van mijn panelen hebben mijn kinderen nu op hun huizen ook zonnepanelen laten plaatsen.

Je bent ook actief in de subwerkgroep energiebesparing. Wat is jouw rol daarin?

Op dit moment nemen wij thuis interviews af bij Blaakbewoners over energiebesparing. Deze informatie gaan we gebruiken om ons plan van aanpak voor het volgende seizoen te maken.

Kun je daar iets meer over vertellen?
Bewoners reageren over het algemeen

heel positief en tijdens het interview komen de ideeën en adviezen vanzelf al aan de orde. Soms is het eenvoudig om gedrag te veranderen of een interessante besparing te bereiken met een (kleine) investering. Zo'n gesprek is voor veel mensen een eyeopener en sommigen gaan ook direct aan de slag of vragen om meer informatie toe te sturen.

Wat heb je zelf aan energiebesparing gedaan?

De meeste huizen in de Blaak hebben minimale dakisolatie en zijn soms nog gedeeltelijk voorzien van enkel glas. Dus daar is veel te verbeteren. Ik heb zelf het dak aan de binnenkant geïsoleerd met 5 cm polystyreenplaten. Bovendien heb ik enkel glas en de slechte kwaliteit dubbel glas op de begane grond vervangen door HR++ glas en goed geïsoleerde kozijnen.

Toen ik de zonnepanelen liet aanbrengen kreeg ik tegelijkertijd een slimme meter en nu kan ik mijn gas en elektriciteitsverbruik van uur tot uur volgen via internet. Toen ik dat deed schrok ik wel. Terwijl ik sliep bleek er nog steeds ongeveer 400 watt ingeschakeld te staan! Dus op zoek gegaan naar apparaten die constant en/of onnodig aan staan. Dat bleken vooral de vijverpomp, de centrale afzuiging, de pc/printer/beeldscherm en de vloerverwarmingspomp te zijn. Door een tijdklok op de vijverpomp te zetten (draait nu in de winter 2 uur per dag ipv 24 uur), een nieuwe ventilator te installeren (vermogen 3W ipv 40 W), de pc/printer/beeldscherm uit te zetten na gebruik en een pomp-schakelaar op de vloerverwarmingspomp is mijn sluimervermogen nu

minder dan 200 W. Dat alles betekent een besparing van ca 1700 kwh/jaar ofwel bijna 400 euro per jaar en dat zonder comfortverlies!

NB De gegevens van de slimme meter kun je op je PC of tablet uitlezen door je gratis aan te melden bij bijvoorbeeld Energy Alert, www.slimmemeterportal.nl.

Wat voor plannen voor energiebesparing heb je voor de toekomst?

Als mijn halogeenlampen het begeven ga ik ze vervangen door LED-lampen. De nieuwe (af)wasmachine of koelkast/vriezer wordt er een met een A++ label.

Heb je nog tips voor de lezers?

Een vriezer van 15 jaar of ouder is een grote energieslurper. Moet de vriezer wel zo groot moet zijn of kun je toe met een kleinere. Voer de oude zo snel mogelijk af en koop een A++ vriezer. Dat is een heel goede investering. Heb je nog een extra koelkast in de kelder of schuur staan, vraag je dan af of die altijd aan moet staan. Vaak gebruik je de koelkast alleen voor feestjes.

Een aparte elektrische of oude gasgestookte boiler zijn pas echt inefficiënte apparaten. Een moderne cv-combi-ketel of een cv-ketel gecombineerd met een separate boiler is voor minder geld te verkrijgen dan dikwijls wordt voorgesteld. Het is dan wel zaak dat je weet wat je koopt.

Wil je weten wat het verbruik van een apparaat is, dan kun je dat meten met eenvoudige apparaatjes die je in de bouwmarkt kunt kopen.

Hans Jager (jager.hans@gmail.com).

KRINGLOOP  TILBURG
GRATIS OPHAALSERVICE
VOOR UW OVERBODIGE HUISRAAD, KLEDING EN/OF INBOEDEL KUNT U TIJDENS ONZE OPENINGSTIJDEN GOEDEREN AFGEVEN AAN DE CERAMSTRAAT 1. VOOR HET GRATIS OPHALEN VAN GOEDEREN KUNT U EEN AFSpraak MAKEN PER TELEFOON OF MAIL.
CHECK ONZE WEBSITE VOOR MEER INFO + VOLG ONS OP FACEBOOK / TWITTER VOOR DAGELIJKSE INSPIRATIE, NIEUWS EN ONLINE AANBIEDINGEN.
CERAMSTRAAT 1 | 013 577 1778
WWW.KRINGLOOPTILBURG.NL  

SAMEN MET U HOUDEN WIJ DE BLAAK VEILIG !

De woninginbraken in de gemeente Tilburg dalen. Een nauwe samenwerking tussen politie en gemeente en de burger blijft belangrijk.

Buurt-WhatsApp in de strijd tegen de woninginbraken.

Tijdens de jaarvergadering in februari j.l. van Wijkraad de Blaak is er door Adryo Toorians, veiligheidsadviseur van de gemeente Tilburg gesproken over de aanpak van o.a. woninginbraken, straatroof, bedreiging en mishandeling. Op initiatief van de gemeente en een initiatiefnemer uit de Blaak, zijn er 4 Buurt-WhatsApp groepen opgezet die met ingang van 15 april in werking zijn gesteld. In deze 4 Buurt-WhatsApp groepen zitten tot nu toe totaal 160 enthousiaste betrokken bewoners uit de Blaak. Deze burgers zijn geselecteerd op basis van de strategische ligging van hun woning in de Blaak. Zijn zijn de ogen en oren in de wijk om verdachte omstandigheden volgens de S.A.A.R-methode te melden.

S.A.A.R staat voor: Signaleren, Alarmen, (Whats)Appen en Reageren.

Dit gaat via de Buurt-WhatsApp groep en melding bij de politie (via 112). Ook kan men gebruik maken van de Facebook pagina Buurt-Preventie Tilburg de Blaak indien men niet in het bezit is van een smartphone en men zich niet bij de WhatsApp-groep heeft aangemeld. De heterdaadkracht wordt hierdoor vergroot en ook de pakkans van daders wordt aanzienlijk hoger. Daders kunnen lastiger onopgemerkt en anoniem te werk gaan nu er zoveel mensen meekijken.

Ook andere wijken in Tilburg boeken goede resultaten met deze aanpak. Wij zijn ervan overtuigd dat deze vorm van burgerparticipatie Tilburg veiliger en leefbaarder maakt.

Mocht u zich willen aanmelden bij een van de 4 Buurt-WhatsApp groepen die momenteel actief zijn in de Blaak, dan kunt u contact opnemen met Adryo Toorians van de gemeente Tilburg. Hij is tijdens werkdagen bereikbaar via telefoonnummer (013) 542 91 86 en per e-mail: adryo.toorians@tilburg.nl.

Bij uw aanmelding dient u altijd duidelijk te vermelden uw adres, e-mailadres en 06-telefoonnummer (smartphone). Ook graag vermelden of u bereid bent om coördinator te zijn van deze Buurt-WhatsApp.

Door alle aandacht die veiligheid krijgt,

lijkt het wel eens of Tilburg onveiliger wordt. Niets is minder waar. Tilburg (lees ook de Blaak) wordt steeds veiliger. Jaarlijks brengt het Algemeen Dagblad een Misdaadmeter uit waarbij ze kijkt naar 10 soorten delicten, zoals inbraken, straatroven, diefstal, bedreiging en mishandeling. In 2010 stond Tilburg nog in de top 3 van meest onveilige

steden van Nederland. Dit jaar is dat de 19e plaats geworden in 2013 stonden wij nog op de 14e plaats. Maar het kan nog beter!

Melden en op de hoogte blijven. Iedere inbraak blijft er een teveel. Alert zijn op verdachte situaties blijft belangrijk. Schroom bij twijfel nooit om 112 te bellen.

Ook is de Facebookgroep Buurt-Preventie Tilburg de Blaak reeds actief.



LET OP!
WhatsApp



Attentie

Buurtpreventie





TWEE ERVARINGEN

JOEP VOOGT, HTC DE WOLF

Ervaring een

betreft een vijf maanden oude Retriever pup die al verscheidene keren angst vertoond had bij gebruik van de stofzuiger. We weten allemaal dat een Retriever graag zwemt en dat ze daar een natte vacht aan overhouden. Een bevriend stel van deze pup is de trotse eigenaar van een Newfoundlander, een ras dat ook bekend staat om zijn zwemlust. Om zo'n grote hond zijn vacht droog te krijgen, kun je gebruik maken van een waterblazer. Een apparaat dat door trimsters gebruikt wordt om de vacht van honden droog te blazen na een wasbeurt. Deze apparaten maken een ontzettend kabaal, zelfs meer dan een gewone stofzuiger. U voelt de bui waarschijnlijk al hangen. Deze waterblazer werd geleend en de Retriever werd in huis hieraan blootgesteld na een zwembeurt. De hond, bekend met angst voor een stofzuiger, raakte volledig in paniek maar kon niet weg omdat hij vastgehouden werd door de eigenaar. Alle waarschuwingssignalen zoals grommen en vluchtpogingen van de hond werden genegeerd met als gevolg dat de eigenaar flink in zijn hand gebeten werd. De pup had geen andere keus. Dit was de enige overgebleven manier om zich te onttrekken en zich in veiligheid te brengen. Grote schrik, begrijpelijk, want dat hij had nog nooit gebeten. Omdat dit bijten als een uiting van dominantie werd beschouwd, werd de hond door de eigenaar direct op zijn rug geworpen met als gevolg nog meer paniek en stress bij de hond omdat deze geen kant meer op kon. Het heeft drie dagen geduurd voordat de hond weer een beetje vertrouwen kreeg in zijn eigenaren.

Advies: onderken angstsignalen van een hond en stel ze niet bewust bloot aan situaties waarvoor ze al eerder angst vertoond hebben. Dit leidt alleen maar tot meer stress en zelfs wantrouwen naar u als eigenaar. Leg een hond nooit gedwongen op zijn rug om hem te domineren. Dit leidt tot zeer veel stress bij de hond. En het is wetenschappelijk aangetoond dat een mens een hond niet kan domineren en een hond een mens niet. In het volgende geval dat de Retriever gezwommen heeft gewoon een handdoek gebruiken of de hond heel langzaam laten wennen aan het geluid van de waterblazer zodat hij er mee vertrouwd raakt. Ga agressie nooit met agressie beantwoorden. Neem de oorzaak van de agressie weg en de hond zal zijn agressie niet meer vertonen.

Ervaring twee

Afgelopen weekend zijn mijn vrouw en ik op bezoek bij een wedstrijd aangespannen koets rijden. Zeer leuk evenement met een groot aantal toeschouwers waaronder veel jonge gezinnen met kinderen. We hadden onze twee jongste honden meegenomen. Een Spinone van een jaar oud en een labrador van 7 maanden oud. Een jong gezin met drie kinderen komt op ons af. Vader, moeder, twee stoere zonen van een jaar of acht en een dochtertje van een jaar of 4. De jongens hadden de moed om onze honden te benaderen en te aaien. Maar zoals zovelen doen, deden ze pogingen om de honden over de kop te aaien. Met als gevolg dat de honden gaan springen. Nadat we de twee jongens het advies gaven hadden de honden niet over de kop te aaien maar eerst de hand uit te steken, de honden daar rustig aan te laten snuffelen en dan pas onder de kin of op de borst te aaien, ging het een stuk beter. De honden voelen zich dan niet bedreigd en kunnen zelf aangeven of ze het een vertrouwde situatie vinden en benaderd willen worden. Daarnaast geldt natuurlijk de vuistregel: een onbekende hond waarvan je de naam niet kent, nooit aaien. Dit geldt overigens voor kinderen en volwassenen. Eerst toestemming aan de eigenaar vragen, de hond rustig toenadering laten zoeken naar een laag uitgestoken hand. Als de hond deze toenadering accepteert dan eens rustig onder zijn kin kriebelen.

De dochter van vier had het gezien het formaat van onze honden niet zo begrepen op onze jonge honden en bleef op veilige afstand. De moeder beaamde dat haar dochter zich niet op haar gemak voelde bij grotere honden. En ook dit moet je accepteren en je mag dit ook nooit forceren. Nu deed zich de situatie voor dat er een ander gezin aankwam met naast de kindervagen een Chihuahua aan de lijn. De moeder en haar zonen bleven bij ons staan praten en haar dochtertje liep in volle vaart op de Chihuahua af. "Kijk", zegt de moeder, "dit durft ze wel, voor kleine hondjes is ze niet bang". Voordat ze haar woorden uitgesproken had, had haar dochter de Chihuahua al van de grond opgetild. We hielden ons hart vast. Gelukkig, en dat is meer geluk dan wijsheid, accepteerde de Chihuahua de situatie gelaten en liet het dier het zich welgevallen. Maar dit had

veel anders kunnen aflopen. De eigenaresse liet het ook gewoon gebeuren alsof het de normaalste zaak van de wereld was. En helaas is het dat niet. Jonge kinderen zien kleine rassen vaak als pup terwijl ze dat natuurlijk lang niet altijd zijn. In dit geval was het ook een volwassen hond, klein maar wel een volwaardige hond met ook een bijtpotentie.

Advies: laat kinderen niet zonder begeleiding naar een wildvreemde maar ook niet naar eigen honden toelopen. Bij een vreemde hond vraag je eerst de eigenaar of de hond geaaid mag worden. Als deze dit niet wil dan is nee ook echt nee. Houd kinderen altijd onder uw supervisie in aanwezigheid van een hond, ook die van uzelf. De meeste hondenbeten worden veroorzaakt door eigen honden of die van bekenden. En 150.000 geregistreerde hondenbeten op jaarbasis is echt veel te veel. 80% is bij kinderen onder 18 jaar en 80% daarvan zijn bijtincidenten in het gezicht. Door juiste voorlichting kan de communicatie tussen mens en hond aanzienlijk verbeteren en kunnen bijtincidenten voorkomen worden.

Wij van de Wolf kunnen u daarbij helpen als u dat wilt. Voor gezinnen met jonge kinderen is de CD 'De blauwe hond' een aanrader. Deze is bij ons verkrijgbaar maar ook via het LICG.



Rielhaariteit
voor een pruik
of haarwerk
van deze
tijd



Dorpstraat 8, Riel ☎ 013-518 19 18
www.rielhaariteit.nl

FIETSROMMELTOCHT

Zaterdag 18 april is de eerste fietsrommeltocht in de Blaak gehouden. Het weer werkte prima mee, ideaal om rond te fietsen en op zoek te gaan naar speelgoed, boeken, kleding en andere bruikbare zaken.

De deelnemers zijn erg creatief geweest in het verwijzen naar hun adres, sommigen hadden flink uitgepakt met muziek en een drankje erbij. En overal hingen oranje ballonnen.

Niet voor iedereen was de dag succesvol wat de verkoop betreft, maar gezellig was het wel. Er zijn erg leuke reacties binnen gekomen. Zoals: dit is zeer goed voor de straat. Wat is dit leuk zeg. Graag volgend jaar weer.

Ook waren er puntjes van kritiek maar allen opbouwend en met bruikbare tips.
Hetty Sauvé



85 **betaalbare** wijnen
online



u bestelt... ik bezorg

www.janvanhestwijnen.nl | 06 - 445 30 655

**U zoekt een
vakkundige
ELEKTRICIEN
in De Blaak?**

Neem dan eens contact op met Dennis van Gils.

Hij kan u electrotechnisch optimaal adviseren over o.a. uw verbouwing, een verlichtingsplan, tuinverlichting of bijvoorbeeld de installatie van een nieuwe meterkast...

D:VAN GILS
ELECTROTECHNIEK

STORINGEN | VERLICHTING | METERKASTEN | RENOVATIE | AANBOUW

Reest 20 5032 EP Tilburg Telefoon 06 - 20 40 20 71
info@dvangilselectrotechniek.nl www.dvangilselectrotechniek.nl

Mill-Hill College Goirle
Yarn - fun - zhenan - gymnasium

Een leerling krijgt tijdens de zomerschool de gelegenheid om zich in twee vakken te verbeteren, waarmee hij of zij alsnog een overgangsbewijs naar het volgende leerjaar kan verdienen. Dit pilotjaar start het Mill-Hillcollege met de zomerschool voor leerlingen van mavo-3, havo-4, vwo-4 en vwo-5. Het project gaat van start op 14 juli en zal uiterlijk 24 juli worden afgesloten.

b/z 22

HET ETEN IS KLAAR

ROMIGE KIP MET ASPERGES EN DRAGON

Kipfilet gebruik ik regelmatig. Meestal in blokjes, maar zelden als kipfilet. De oorzaak is toch de droogte van de kip als de bereiding niet helemaal 'comme il faut' is. De laatste weken heb ik zo nu en dan een poging gedaan om die filet lekker en mals te krijgen. Dat leverde aan de eettafel vaak wisselende reacties op. Lekker maar nog steeds droog. Het lekker sloeg dan voornamelijk op de kruiden en op hetgeen we er bij aten zoals bijvoorbeeld een pasta pesto met champignons. Uiteindelijk werd het dit recept waarbij de kipfilet even wordt aangebakken en daarna verder gaart in een heerlijke saus. Het kan dus wel malse sappige kipfilet. Deze keer met dragon. Volgens velen 'a match made in heaven'. En met asperges, zoalng het aspergeseizoen nog doorloopt.

Gebruik goede kipfilets van maximaal 150 gram per stuk en bij voorkeur van een kip die een mooi leven heeft gehad. Niet alleen voor de kip beter maar ook voor zijn smaak.

Ingrediënten voor vier personen

600 gram krielaardappelen;
4 kipfilet van plusminus 150 gram;
4 tenen knoflook geplet;
Olijfolie;
Zeezout;
1 el zonnebloemolie én 25 gram boter;
1 grote ui, gesnipperd;
2 teentjes knoflook, kleingesneden;
350 ml kippenbouillon;
klein bosje dragon;
250 gram witte asperges, schoongemaakt en in stukken van ongeveer 4 cm gesneden;
125 ml crème fraîche (light);
evt. 1 el maïzena.

Bereiding:

Verwarm de oven voor op 200 graden Celsius.

Kook de aardappelen in de schil gedurende 3-4 minuten. Giet ze daarna af en halveer ze. Leg ze op een bakplaat op bakpapier. Leg daar ook de geplette knoflooktenen tussen. Druppel hier ruim olijfolie overheen. Zet in de oven gedurende 20 minuten.

Kruid ondertussen de kip met gemalen zwarte peper. Verhit de zonnebloemolie met de boter in een anti-aanbak koekenpan of hapjespan. Bak de kip op hoog vuur aan beide zijden bruin (ongeveer 1 minuut per kant). Voeg dan de ui en de knoflook toe en bak nog even door. Draai de kip af en toe om.

Overgiet de kipfilet met de bouillon, voeg 2 takjes dragon toe, breng aan de kook en laat op laag vuur 5 minuten sudderen. Draai dan de kip, voeg de asperges toe en kook ze 3 minuten mee. Hak ondertussen de resterende dragon zonder stelen fijn.

Haal de takjes dragon uit de bouillon en roer de crème fraîche en fijngesneden dragon door de bouillon met de kip en breng aan de kook. Bind eventueel met wat met water aangemaakte maïzena. Bestrooi de aardappelen met wat zeezout en serveer ze bij de kip.

Vervang de aardappelen eventueel door rijst of pasta.

Vervang de witte asperges eventueel door groene als er geen witte verkrijgbaar zijn

Volg het eten is klaar ook op Internet: hetetenisklaar.com en op Facebook: www.facebook.com/hetetenisklaar.





Deze voor Tilburgse begrippen bijzondere meiboom werd gespot op de hoek Grevelingen / Stroomlaan



WIJKRAAD BBQ en BLAAKBORREL 2015

HOEDSTEDEN DE BLAAK

COUNTRY & WESTERN STIJL

Wegens overvloedig succes en enthousiasme van de bezoekers organiseert de Wijkraad wederom een BBQ en Blaaiborrel, thema Country & Western met muzikale ondersteuning bij **Hoedsteden de Blak**.

Datum / tijd: Zondag 12 juli a.s. van 12:00 tot 19:00 uur. Nemen uw kinderen gerust mee.

De kosten voor de BBQ zijn € 17,- incl. drie bierbottels pp. voor volwassenen.

Voor kinderen t/m 12-jar kost de BBQ € 8,50 incl. één bierbottel.

Bedeling van extra consumpties alleen via bierbottels € 1,00.

Koffie / thee, fris en tapjes: 1 bierbottel. Wijn en speciaal bier: 1,5 bierbottel.

Overige dranken: contact afrekennen aan de bar.

Kaartenkoop

Vanaf maandag 7 juli tot zaterdag 6 juli bij Primera in het winkelcentrum.

Er kunnen maximaal 110 personen aan de BBQ / Blaaiborrel deelnemen.

Wacht daarom niet te lang met het kopen van kaarten.

(aankopen is alleen mogelijk voor personen die woonachtig zijn in de Blak.)

Aanvullende informatie mail naar adv@wijkraaddeblaak.nl

ZONDAG 12 Juli van: 12:00 tot 19:00 uur.

Let later wordt verwacht zich aan te doen in Country & Western stijl



JUBILEUMJAAR BEAU VISAGE 1995 - 2015



20



Het gehele jaar door hebben wij elke maand speciale acties, kijk op onze Facebook pagina voor de meest recente aanbiedingen !

Bij Beau Visage bent u welkom voor diverse soorten behandelingen zoals:

- microdermabrasie
- diverse soorten peelings
- bindweefselmassage
- rimpelreductie en littekentherapie
- ultrageluid
- collageen lichttherapie voor huidverjonging



BEAU VISAGE, PRAKTIJK VOOR HUIDVERBETERING EN ANTI AGING
013 5910099 www.beauvisage.nl www.huidcoach.nl

KINDERWORKSHOPS VAN KUNSTLAB BIJ DE PONT

Vind jij het leuk om te scheppen en te ontdekken? Doe dan mee aan de workshops van Kunstlab. We kijken naar de kunstwerken, praten er over en gaan dan zelf aan de slag in het atelier. De workshops vinden plaats op zaterdagmiddag bij De Pont museum, Wilhelminapark 1, 5041 EA Tilburg. Voor meer informatie en het actuele programma zie: www.facebook.com/kunstlabT

Workshop voor kinderen van 4 t/m 7 jaar op zaterdag van 14.30 tot 16.00 uur:

zaterdag 25 april 2015

Kosten € 9 per workshop of € 75 voor een 10-strippenkaart (geldig voor meerdere kinderen).

Workshop voor kinderen van 8 t/m 12 jaar op zaterdag van 14.00 tot 16.00 uur

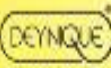
zaterdag 4 juli 2015

Kosten € 12 per workshop of € 100 voor een 10-strippenkaart (geldig voor meerdere kinderen).

Graag van te voren aanmelden via 06 14 39 41 79 of kunstlab@taborsky.nl

Wil je op een andere dag met een groep kinderen komen? Neem dan even contact met ons op over de mogelijkheden.





mesoBeauty LIFTING

Wij verstevigen, liften, egaliseren
Zonder naald



Er 7 tot 10 jaar jonger uitzien – hoe doe je dat?
 De huid opvullen, egaliseren, spieren verstevigen. Computergestuurd, zacht, snel, pijnloos – naaldloos en veilig.
 De nieuwste Face Infusion van Lailique/Deynique.

Exclusief in topinstituten



Schoonheidssalon Cleopatra
 Veersemeer 18
 5032 TT Tilburg
 tel: 013-4872518
www.schoonheidssalon-cleopatra.nl



SCHOENMODE WAAR JE MEE WEG LOOPT!



MARCO TOZZI

s.Oliver

CARMENS

SHOESME

Carve

THOMAS

ECCO

BRADGEEZ



Het adres voor al uw:

- Damesschoenen
- Kinderschoenen
- Herenschoenen
- Schoenonderhoud
- Schoenreparatie

www.mevio-tilburg.nl

Gratis parkeren voor de deur!

Trouwlaan 299 | 5021 WK | Tilburg | 013-5435891

Gianotten

Woningmarkt in rustiger vaarwater

De Nederlandse woningmarkt lijkt zich in rustiger vaarwater te begeven. Het aantal transacties neemt toe en de prijzen stabiliseren. Het vierde kwartaal van 2014 was goed en daarop volgde dit jaar ook een goed eerste kwartaal.

In dit eerste kwartaal is de prijs van de gemiddeld verkochte woning uitgekomen op € 211.000,-. Ter vergelijking: dit was in het eerste kwartaal van 2014 € 210.000,-. Een vrijstaande woning werd het eerste kwartaal van dit jaar verkocht voor gemiddeld € 332.000,- en een appartement voor € 169.000,-. Sinds het dieptepunt van de crisis zijn de prijzen in totaal met zo'n 5% gestegen. Nog altijd zijn de prijzen gemiddeld 14% lager dan op het hoogtepunt van de huizenmarkt, vlak voordat de crisis haar intrede deed. De prijsontwikkeling op jaarbasis kende een piek in het derde kwartaal 2014. Sindsdien vlak de prijsontwikkeling af. De hoekwoning steeg het minste in prijs. Vergeleken met een jaar eerder was de gemiddelde prijs van een hoekwoning in 2014 1,4% hoger. De twee-onder-een-kapwoning kende de grootste prijsstijging: 4,5% in een jaar tijd. De andere woningtypen zaten hier tussenin: een tussenwoning steeg 2,4%, de vrijstaande woning 2,8% en de prijs van een appartement was 3,4% hoger.

Ook in de Blaak neemt het aantal verkopen toe. Op dit moment staan er 78 woningen te koop en er zijn in de afgelopen maanden 67 woningen verkocht. De grootste vraag ligt in de prijsklasse tussen de € 225.000,- en € 275.000,-. De Blaak, Zorgvlied en Dongewijk zijn de populairste wijken in Tilburg. Hier zagen we bovengemiddelde verkoopresultaten. Tot slot; uit onderzoek is gebleken dat 85% van alle kopers in De Blaak uit Tilburg komt. De gunstige ligging, de groene opzet van de wijk, de familieband en de kindvriendelijkheid zijn, naast de keuze voor een bepaald huis, doorslaggevend geweest bij de keuze voor onze wijk.

Beste verkopers, haal hier uw voordeel uit! Wilt u weten hoe? Ik kom graag eens bij u langs voor een vrijblijvend verkoopadvies.

Tot ziens in de wijk!

Paul Mols

M&S
MAKELAARS

Piusplein 56, Tilburg
info@msmakelaars.nl
telefoon 013 5359235
www.msmakelaars.nl

Bron: Vereniging Eigen Huis, Funda en NVM.



GRATIS JURIDISCH INLOOPSPREEK- UUR IN HET ZUIDERKWARTIER

Juridisch Adviesbureau Zorg (JAZORG) houdt vanaf dinsdag 7 april gratis inloopsprekuren bij wijkcentrum MFA Zuiderkwartier aan de Wassenaerlaan 38 te Tilburg. Iedere dinsdag van 9.30 tot 11.00 uur kunnen burgers er terecht voor hun vragen en klachten die gaan over de gezondheidszorg of het sociale (gemeentelijke) domein.

Juist in deze hectische tijd van grote veranderingen in het zorgstelsel waarin voor u als patiënt/cliënt dingen mis (kunnen) lopen, is het goed om te weten wat uw (rechts)positie is en welke (klacht)wegen er zoal kunnen worden bewandeld om daarmee uw probleem te helpen voorkomen of op te lossen.



Na bijna 20 jaar als adviseur klachtopvang te hebben gewerkt in een Brabantse patiënten/consumentenorganisatie heeft Bart Dirkx zijn passie en deskundigheid alweer enige tijd kunnen voortzetten in de vorm van zijn adviesbureau JAZORG (www.jazorg.nl).

De meest uiteenlopende kwesties komen op zijn bordje, zoals: weigering van inzage in het medisch dossier, een vermoedelijk foutieve medische behandeling, een geschil met de zorgverzekeraar over een vergoeding van een medicijn en met het zorgkantoor over het persoonsgebonden budget, een niet of onvoldoende afgegeven indicatie voor huishoudelijke verzorging door de gemeente of voor langdurige zorg door het Centraal Indicatieorgaan Zorg (CIZ).

In al die jaren heeft hij ervaren dat er veel zorgafhankelijke kwetsbare mensen zijn bij wie het vaak ontbreekt aan energie of durf en/of te zeer emotioneel betrokken zijn om hun probleem zelfstandig op te lossen. Bovendien zijn de kwesties in Nederland zorgland meestal erg complex (gemaakt). Een betrokken adviseur en belangenbehartiger met een goed luisterend oor wordt dan ook steeds meer als een welkome hulp gezien.

Informerend, adviseren, bemiddelen en zo nodig procederen zijn de diensten die JAZORG voor u aanbiedt waarbij uw belang als burger het uitgangspunt vormt.

Chronische pijn, vermoeidheid of slaap problemen? Voel je weer goed met APS.

APS is een behandeling met een micro elektro stroom, pijnloos, bewezen succesvol en bekroond. Door deze natuurlijke behandeling heb je snel minder pijn en meer energie. Neem gerust contact op voor meer informatie.

www.aps-deblaak.nl

Tilburg Regge 39 | 013-4835684

PETER VAN RIEMSDIJK WIELERS

Burgemeester Rensstraat 53 · Goirle · tel: 013 5342627
peter@petervanriemsdijk.nl · www.petervanriemsdijk.nl

Dealer van o.a. Gazelle, RIH, Union en Ghost

Uw elektrische fietsen specialist.

Elektrische fietsen in alle prijsklassen!

Alle voorkomende reparaties aan alle fietsen

Haal- en brengservice

Gratis leenfiets

-vakmanschap sinds 1972-



foto: Ko Schaaders



VERWARMINGSBEDRIJF
DRE VAN LOON

C.V. KETELS •
WARMWATERCOMFORT •
DUURZAME ENERGIE •
ONDERHOUD/SERVICE •

GUIDO GEZELLELAAN 78
5051 MG GOIRLE
T 013-5345755
E INFO@DREVANLOON.NL



WWW.DREVANLOON.NL

APS THERAPIE ZEER EFFECTIEF BIJ BURN-OUT KLACHTEN

De afgelopen jaren is APS therapie zeer effectief gebleken bij burn-out klachten. Door APS therapie wordt er meer energie (ATP) in het lichaam aangemaakt, het werkt vitaliserend bij stress en vermoeidheid. Het immuunsysteem wordt versterkt. Ook komen de neuro hormonen in balans waardoor je stemming verbetert en niet onbelangrijk: je kunt er weer goed van slapen.

Waarom duurt burn-out zo lang?

Chronische overbelasting en cumulerend herstelttekort leiden tot energetische uitputting en ontregelingen waardoor burnout ontstaat en voortduurt.

Burn-out duurt het langst van alle werkgerelateerde psychische klachten. Opvallend is ook de grote spreiding in duur van burnout: van drie maanden tot meer dan een jaar. Waarom duurt het herstelsoms zo lang? Patiënten ogen niet ziek, maar kunnen maanden, soms jaren niet normaal functioneren. Thuis of in de werkomgeving snapt men dat niet, de artsen en therapeuten begrijpen het vaak niet en de patiënt zelf ook niet. Het enige wat je als patiënt zeker weet, is dat je niks (aan) kunt en nergens meer tegen kunt.

De huidige richtlijnen geven geen inzichten noch remedies voor stagnerend herstel of terugval na mislukte re-integratie. Door de biologische (stress)mechanismen bij het verklaringsmodel te betrekken, ontstaat een completer beeld op het ontstaan en beloop van het ziektebeeld, waardoor begrijpelijker wordt waarom het soms zo lang duurt en hoe de behandeling hiermee rekening kan houden.

wanhoop

Ontstaan van burn-out: een bio-psychologische verklaring

Voldoende rust en slaap van goede kwaliteit zijn noodzakelijk om goed te herstellen van de inspanningen van de (werk)dag. Het is een voorwaarde voor probleemloos functioneren de dag daarop. Iemand is overbelast, wanneer zijn normale rust en slaap niet meer volstaan om volledig te herstellen van de geleverde inspanning. Dit lijkt een open deur, maar bij mensen die burnout zijn geraakt, blijkt dat over een langere periode daarvoor de belasting (of stress) is gestegen, terwijl het biologische hersteltekort schoot. Om uiteenlopende redenen verbruikten zij dagelijks meer energie dan ze konden recupereren. Hun lichaam gaf wel signalen over de toenemende vermoeidheid en overbelasting, maar ze namen onvoldoende maatregelen (of konden onvoldoende maatregelen nemen) om het tij te keren.

Door systematische overbelasting blijft het lichamelijk herstel in toenemende mate achter. Zo groeit een herstelschuld. Vergelijk het met dagelijks geld lenen bij de bank. Je reserves slinken en op een gegeven moment sta je rood. Nog afgezien van alle belasting of stressoren waar iemand dagelijks mee te maken heeft, leidt dit proces van groeiende herstelschuld tot een chronische stressconditie. Als oplossing voor de vermoeidheid gaat het stresssysteem namelijk automatisch harder werken, om het lichaam van de nodige energie te voorzien. Deze compensatoire stressreactie ervaren mensen meestal niet als 'stress', maar als 'ik was moe, maar nu voel ik me energiek'.

alleen

Het proces van burn-out raken is primair een lichamelijk proces, onder invloed van lichamelijke en psychologische stressoren, een groeiend herstelttekort en een chronische stressconditie. Het proces verloopt geleidelijk. Aanvankelijk is het gemakkelijk te stoppen en te keren door simpelweg de oorzaken weg te nemen: door de inspanning/stressoren drastisch te verminderen en het herstel te verhogen. Maar er zijn twee belangrijke kantelpunten waar de aard van het proces verandert en de symptomen toenemen. Bij verwaarlozing van de eerste signalen treedt een eerste kantelpunt op, waarbij veranderingen in fysiologische systemen optreden die het lichaam herkent als de nieuwe 'normaal-waarden'. Er is een autonoom voortschrijdend proces ontstaan dat zichzelf gaande houdt: een vicieuze cirkel. De klachten en symptomen nemen toe, de energie neemt verder af. Dit proces raakt zowel het mentale als het lichamelijke functioneren. Afhankelijk van de persoon heeft het effecten op het functioneren van het brein (zoals het aandacht systeem, het werkgeheugen, de emoties), het immuunsysteem, het hartvaatsysteem, of de spijsvertering.

Er is meer nodig dan rust alleen om het tij te keren. Dit proces gaat door tot het stressmechanisme zelf decompenseert: het tweede kantelpunt. 'Plotseling' gaat het niet meer.

In deze 3e fase ligt men emotioneel volkomen uit het lood, kan men 12 uur slapen zonder te herstellen, is het onmogelijk om een boek of tijdschrift te lezen, is zoiets simpels als 'boodschap-



Iets te vieren met de familie ?

Op zoek naar een origineel cadeau ?

Geef een uniek vormgegeven FOTO-stamboom !!

Oók voor logo-ontwikkeling • huisstijlen • en alle overige vormgeving

HD ontwerp • Vlettevaart 19 • 5032 BK • Tilburg

HD ONTWERP

Voor informatie, mogelijkheden en prijzen kunt u contact opnemen met
HD ontwerp
info@hdontwerp.nl
013-4691810
06 51 91 69 63

pen doen' een te grote opgave. Kort gezegd: eerst worden alle reserves uitgeput, dan treedt een 'noodaggregaat' in werking, tot dit 'in zijn eigen staart bijt' en vastloopt. De ervaring leert dat herstel voor mensen die deze omslag hebben bereikt onevenredig veel langer duurt dan voor mensen die nog (net) niet zijn gedecompenseerd, ook al zijn ze het omslagpunt heel dicht genaderd.

Proces van burn-out raken

Factoren die het herstelproces bemoeilijken

Het ligt voor de hand om de verklaring van de lange herstelduur te zoeken in stagnatie van het herstelproces. Die treedt inderdaad regelmatig op, bijvoorbeeld wanneer de leefsituatie van de patiënt ongunstig is voor herstel. Denk aan drukke en overprikkelende omstandigheden, mentale of fysieke overbelasting, aanhoudende stressoren, enzovoort. Minder voor de hand ligt dat kenmerken van intrinsieke, biologische factoren van de burn-out zelf de herstelduur beïnvloeden. We noemen de twee belangrijkste:

* Grote herstelschuld: mensen met burn-out kampen met aanzienlijk achterstallig lichamelijk onderhoud. Het heeft tijd nodig om deze schuld in te lossen en vitaliteit op te bouwen. Dit betekent niet dat deze mensen 'op de bank moeten gaan zitten', maar wel dat zij gedrag moeten vertonen waardoor de herstelschuld daadwerkelijk afneemt (herstelgedrag). Door te intensieve sportbeoefening bijvoorbeeld ('sporten is immers gezond') kan de herstelschuld onbedoeld juist verder toenemen.

* Bio-psychologische veranderingen:

Onder invloed van chronische stress treden veranderingen op in biologische regelkringen die zich kunnen aanpassen als de omstandigheden daarom vragen. Dit veroorzaakt 'vicieuze cirkels' die soms moeilijk te doorbreken zijn. Zo kunnen bijvoorbeeld slaapstoornissen, stemmingsstoornissen en zelfs psychopathologische beelden ontstaan als gevolg van neuro-hormonale veranderingen. Ook het herstelvermogen zelf kan haperen. Het lichaam moet in de 'herstelstand' kunnen komen voordat er sprake kan zijn van daadwerkelijke regeneratie. Soms is dat lastig, door bijvoorbeeld een overwegende dominantie van de 'actie-modus' van het autonome zenuwstelsel.

rusten in de zon

Conclusie

Chronische overbelasting en cumulerend hersteltekort leiden tot energetische uitputting en ontregelingen waardoor burnout ontstaat en voortduurt. Voor het genezingsproces is primair nodig dat het biologisch herstel zich goed kan ontwikkelen. Met de voortgang van het ziekteproces nemen de klachten toe en veranderen ook de benodigde therapeutische ingrepen. Zo heeft het geen zin mensen 'te activeren' wanneer er nog onvoldoende biologisch herstel heeft kunnen plaatsvinden. Dan werkt de beoogde leerprikkels als continuering van de overbelasting en dus contraproductief. Het moge duidelijk zijn dat bij de diagnostiek en de behandeling van burn-out de biologische component een sleutelrol speelt, die niet genegeerd kan en mag worden.

Auteur credits

Het volledige artikel is geschreven door Sonja van Zweden en is gepubliceerd in het Tijdschrift voor Psychotherapie 1-2015. Carolien Hamming, algemeen directeur van het CSR Centrum, heeft dit artikel voor u bewerkt en samengevat.

Met vriendelijke groet,

José Noij-Tiethofm (APS-DEBLAAK)



KlasseTheater
markant

VOORVERKOOP ANNEKE VAN GIERBERGEN IN TILBURG GESTART ZANGERES GEEFT AKOESTISCH THEATERCONCERT IN KLASSE THEATER

Op zondag 27 september geeft zangeres Anneke van Giersbergen een bijzonder, akoestisch theaterconcert in het Klasse Theater in Tilburg. De voorverkoop is gestart via www.jbmevents.com/tickets.

Van Giersbergen was jarenlang de frontzangeres van de Brabantse metalband The Gathering waarmee ze een Edison Music Award won. Nadat ze de band in 2007 verliet, maakte ze verschillende solo-albums en trad ze op met o.a. Within Temptation en Lorrainville. Nu geeft deze stoere rockchick een intiem en akoestisch theaterconcert.

Het concert is op zondag 27 september om 20:15 uur in het Klasse Theater in Tilburg. Kaarten kosten in de voorverkoop € 18,70 (inclusief service- en administratiekosten) en zijn te reserveren via www.jbmevents.com/tickets.

BLAAKWIJZER

In de Blaakwijzer vindt u relevante informatie die voor u van belang kan zijn. Het betreft wijkgerelateerde verenigingen en stichtingen, wijkactiviteiten, scholen, kerken en (para-)medische zorg binnen de wijk.

Indien u denkt ook in aanmerking te komen voor opname in de Blaakwijzer dan kunt u contact opnemen met de redactie, bij voorkeur via e-mail naar redactie@deblaak.nl. Uiteindelijk beslist de redactie over wel of niet plaatsen en onder welke rubriek.

WIJK-AKTIVITEITEN

stichting wijkblad de blaak	secl.	: k. havenaar	niers 40	4634819
stichting wijkraad de blaak	secl.	: j.w. wijsman	reest 5	4630308
speeltuincommissie	voorz.	: h. de kort		5900011
werkgroep ouderen club '92	secl.	: f. vergeer	regge 60	5900280
sportvereniging de blaak	secl.	: g. v. schooten	bruggenrijt 6	4671959
tennisvereniging t.c. de blaak	secl.	: h. mourik	reest 28	4634038
	aanmelden	: e. vermeer	middelgraaf 30	5436220
kindervakantiewerk de blaak	secl.	: n. de langen	ravensteinerf 31	8899086
handbalvereniging artemis		: k. besems-jacobs	lage witsiebaan 122	3201010
carnavalsver. "de blaakpappers"			postbus 9192 - 5000 HD Tilburg	
koor "calliope"		: olga hellings	olga@ho-net.nl	
gemengd koor "malkander"	voorz	: h. van roosmalen	www.koormalkander.nl	
toneelvereniging "kabaal"		: m. janssens	dieze 35	4630621
volkstuinver. "de kaaistoep"		: h. verschuuren	hanneke.verschuuren@gmail.com	4682822
dahlia- en volkstuinvereniging "flora"		: f. simons	beeklaan 50	4632623
comite behoud waardevol blaakgebied		: h. balsters	vlettevaart 14	5910098
scoutinggroep dr. molter		: i. de jong	groen van prinstererstraat 18	06-23656694
zonnebloem		: mevr. peijnenborg	keltenstraat 16	4675895
herensociëteit tilburg	secl.	: a. de kok	vierbanse gantel 5	4675000

SCHOLEN EN STUDIE

kindercampus grebbe		: a. van duuren (locatiedirecteur)	grebbe 42	4634260
openbare basisschool "de blaak",	dir.	: r. meeuwse	grebbe 42	4689466
r.k. basisschool "de borne",	dir.	: m. aben-aarts	grebbe 40	4675632
studiekeuzecoach brigitte bruens		: b. bruens	wielingen 5	06-20645330
remedial teaching / jungle memory coach:		: a. hussan	grevelingen 38	06-37469823
huiswerkbegeleiding 'scoren kan je leren'		: s. willekens / a. van den elshout	schout backstraat 41	06-39489094

KERKEN

r.k. parochie petrus en paulus		: h. strijards	vierwindenlaan 11	4670580
--------------------------------	--	----------------	-------------------	---------

GEZONDHEIDSZORG

apotheek		: mevr. drs .j.c.l van schaijk- coehorst	beeklaan 107	4674552
prikpost bloedafname		: huisartsenlab. midden-brabant	beeklaan 107, elke werkdag van 8.30-9.30 uur	
		ggd-gebouw	ringbaan west 227, ma, wo, vr 9.00-10.00 uur	
fysiotherapie, sportfysiotherapie		: f.w. böttger	beeklaan 109	4674577
manuele lymfedrainage, bekkentherapie		: p. van oeveren	beeklaan 109	4674577
fysio- en manuele therapie		: w.p. ohler	meerkensloop 18	4690106
(sport)podotherapie m. vissers		: m. vissers	beeklaan 145	5904272
osteopathie van eijck			amer 20	4566490
huisarts		: l. ooms (bellen 8.00-9.30 uur)	oude maasje 3a	4676298
huisarts		: a.j. lindhout-jansen	beeklaan 105	4630809
		: b.f.m. de kort-de bont		
		spreekuur op afspraak		
logopedie		: e.m. de zwart	vlettevaart 23	4631384
logopedie		: c. molenwijk-van loon	linge 33	4633734
logopedie		: m. horsten-kneepkens	niers 8	4682168
logopedie		: v.d.a.p.m. van gogh-schoenmakers	beeklaan 122	4679266
mondhygiëniste		: a.h.m. ackens-venmans	swalm 31	4634344
yoga en zwangerschaps-yoga		: y. langenhuijsen	dintel 58	4630900
voetreflexzonetherapeut voetbalans tilburg		: t. hermans	veerse meer 22	5910217
voetreflex-therapeut re-balance4you!		: g. gevers	aa of weerijs 92	4684508
medisch pedicure care 4 feet		: jacqueline van gool	kasteel strijdenstraat 31	4634748
pedicure de blaak		: g.j. weigand	dieze 15	06-21382280
pedicure		: marion knoop	grevelingen 2	4637344
psychomotorische / emdr kinder-therapie praktijk		: r. adriaansens	grebbe 38	4689795
diëtistenpraktijk schormansvanmoorsel		: a. schormans / l. van moorsel	oude maasje 8	8229222
aps-therapie		: j.z.w.. noij - tiethof	regge 39	4635664

DIVERSEN

beautysalon jebeau		: i. mols	veerse meer 60	4681118
schoonheidssalon Cleopatra		: s. demeyer	veerse meer 18	4672516
huidverzorging beau visage		: g. pijpers	vlettevaart 14	5910099
uitvaartbegeleiding harriet van der vleuten		: h. van der vleuten	henriette ronnerstraat 19	5920048

Stichting AED Tilburg heeft in 2008 de volgende AED's geplaatst, op de locaties:

Winkelcentrum Amer Oude Maasje 9, J. Berecz Regge 132, H.J. Muntinga

Aa of Weerijs 42, J.J. Jager Geul 1, F.J. Dekkers Wielingen 42, R. Schilder

Contactpersonen AED's in de Blaak: Willem Bavinck: 06-53.89.2430; Erik Scholten: 06-54.91.7337

IPPY BAGS.

Nieuw
op de
Westermarkt!

De meest verleidelijke winkel van Tilburg!



Westermarkt 111 5042 SX Tilburg T 013 46 78 31 7
info@ippybags.nl www.ippybags.nl