

## de Eester verduurzaamt circulair



**Vivian Cumberbatch** (61) woont 20 jaar in de buurt en is boekhouder. Ze is lid van de Eester en van de werkgroep Circulair van de Eester verduurzaamt.

**Vivian** doet mee met de eerste themadag van werkgroep circulair: 'Weet wat je eet'. Zelf doet ze er alles aan om voedselverspilling te voorkomen en plukt haar fruit in de buurt; lokaler kan niet!

### Hoe voorkom jij verspilling?

Als ik voor mezelf kook, houd ik regelmatig wat over. Alles wat ik over heb of niet op tijd op krijg, deel ik uit aan burens of vries ik in. Mijn vriezer ligt vol met kleine pakketjes rijst, tomaten etc.. Af en toe hebben we vriendinnendagen en dan eten we samen elkaars restjes op, zo lekker!

### Fruitplukken in de buurt

In de zomer pluk ik vaak fruit in de buurt. Appels, peren en zomerfruit. Ze wijst uit het raam vanaf de 5e verdieping van de Sphinx: 'Hier zijn overal fruitbomen te vinden. Daarachter bij het Lloyd Hotel kun je ook aardbeien plukken en op het Cruquiseiland vind je bramen en druiven. Ik weet het allemaal te vinden. Jij ook! Als je maar goed om je heen kijkt.

### Waarom doe je mee?

Ik ben benieuwd naar nieuwe inzichten op het gebied van voeding en voedselverspilling. Het is niet te geloven wat mensen allemaal weggoien. We beseffen ons niet hoe goed

In de werkgroep Circulair denken buurtbewoners na over hoe er in de buurt zo min mogelijk verspilt en zoveel mogelijk gedeeld, hergebruikt en gerecycled kan worden. Ze organiseert themadagen, buurtsafari's, workshops en onderzoekt ook de mogelijkheden voor een kringloopwinkel, om circulariteit te stimuleren en realiseren. ●

we het hier hebben. En ik vind het leuk om samen te koken en nieuwe mensen uit de buurt te leren kennen.

### Heb je tips voor buurtgenoten?

Ik gooi zelf nooit eten of spullen weg. Zo ben ik opgevoed in Suriname. Daar gooiden we niets weg en deden we van nature al aan hergebruik en aten we alles op. Je kunt altijd iets aan een ander geven die het goed kan gebruiken. En het is goed om tevreden te zijn met wat je hebt, dan wordt er vanzelf minder verspild en weggegooid.

Schrijf je in voor de nieuwsbrief en blijf op de hoogte van alle activiteiten van de Eester verduurzaamt ●



## de Eester leert & recreëert

**Dinand** doet mee met Percussie in de Eester. Braziliaanse ritmes zijn heel geschikt voor samenspel. Als opwarmer begint elke les met klaoefeningen. Een speelse en praktische manier om vertrouwd te raken met de ritmes die gespeeld gaan worden op de percussie-instrumenten.

### Wat doen jullie?

In een groep van tien - waarvan ook veel koorleden -, krijgen we ieder een instrument en oefenen we met ritmes en doen mee op de maat. Het is bijna allemaal in vierkwartsmaat. Ook gaan we in groepjes uit elkaar en dan improviseren we met elkaar. Iedereen kan meedoen, met of zonder ervaring.

### Waarom doe je mee?

'Nu het Eesterkoor al een tijd niet door kan gaan en ik door thuiswerken vrijer ben om mijn eigen tijd in te delen, heb ik me opnieuw opgegeven voor Percussielessen.'

Ik vind het erg leuk en kan het iedereen aanraden die van muziek houdt en met ritme wilt spelen en oefenen. En het samenzijn vind ik fijn, omdat ik door corona weinig mensen zag. We waren net bezig met een lied, dat ik voor het vijfjarig bestaan van de Eester heb geschreven,



**Dinand Brummelhuis** (49) woont 15 jaar, samen met zijn vriendin, in de buurt. Hij is ambtelijk secretaris van de ondernemersraad van Albemarle en is lid van de Eester.

toen Corona kwam. Het is leuk om iedereen weer te zien en voor mij is percussie is een goed alternatief voor het Eesterkoor.

### Intensief

De lessen zijn 1,5 uur met een koffiepauze. Het is best intensief, je voelt het aan je lijf als je het gedaan hebt. Ook omdat het best snel gaat, die Samba ●

## De leukste buurt maak je samen op buurtplatform

### kalender

- **Lenny Kuhr: 'Het lied gaat door'**  
zaterdag 10 juli 2021 | 16:30 - 20:30 uur | De Nieuwe KHL
- **4 Zomercursussen Linoleumsnede & boekdruk**  
12, 13, 14 juli • 19, 20, 21 juli • 23, 24, 25 juli • 20, 21, 22 augustus  
10:00 - 16:00 uur | De Grafiekdrukkerij
- **KHL Sessies: Evi de Jean & Saartje van Camp**  
donderdag 15 juli 2021 | 19:30 - 20:30 uur | De Nieuwe KHL
- **KHL Sessies: Marie & Eva**  
zondag 18 juli 2021 | 16:30 - 19:30 uur | De Nieuwe KHL
- **Spelen voor de Grap: Kees**  
donderdag 19 augustus 2021 | 20:00 - 21:00 uur | De Nieuwe KHL
- **De jongens uit het zuiden zingen Benny Neyman en meer**  
21 & 22 augustus 2021 | 15:00 uur & 20:00 uur | Ramses Shaffy Huis
- **Ouder en Kind Kung Fu Flow workshop**  
zaterdag 4 september 2021 | 11:00 - 12:15 uur | flevopark amsterdam
- **Pittige Mosterd met Liesbeth van der Pol met jongeren-workshop in de middag**  
6 september 2021 | 16:00 - 17:30 & 20:00 - 22:00 uur | De Nieuwe KHL

### Terugkerende activiteiten:

- **Creatief Actief**  
Woensdag 14 & 28 juli | 10:00 - 11:30 uur | De Eester
- **Zomerlessen Kung Fu Flow in Flevopark**  
elke woensdag | 19:30 - 20:30 uur | Flevopark
- **De Reis van de Ranchi - het vervolg**  
T/m 27 aug 2021 | 0:00 - 0:00 uur | Museum Perron Oost
- **Stoel Yoga**  
Bijna iedere maandag | 13:30 - 15:00 uur | De Eester
- **Yin Yoga (Flow)**  
elke dinsdag | 19:00 - 20:15 uur & 20:30 - 21:45 uur | De Eester
- **Bijles van juf D!** elke vrijdag & zaterdag vanaf 27 aug  
16:00 - 18:00 & 10:00 - 14:00 uur | De Eester
- **Natuurtekenen in het Flevopark**  
elke dinsdag vanaf 31 augustus | 11:00 - 12:00 uur | Flevopark
- **Eester Imps kindercursussen starten weer op 13 september!**  
ma, di, wo & do | 15:15 - 16:30 uur | De Eester - Basisschool Piet Hein

### BuurtBalie wordt Wij1019

## Wij1019

**Op Wij1019 delen bewoners informatie, initiatieven, activiteiten, (hulp)vragen & aanbod, spullen en diensten met elkaar.**

Door het platform leren we elkaar kennen, creëren we verbinding en lokale uitwisseling & economie in buurt. Ook als je op zoek bent naar een tandarts, (fysio)therapeut of masseur, heb je op de website een compleet overzicht bij Leefstijl & Zorg. En als je wilt weten wat

de buurt op het gebied van kunst, cultuur en creativiteit te bieden heeft, kun je dit vinden in het menu bij Kunt & Cultuur. Wil je zelf iets plaatsen of ontdekken? Ga naar de website. Heb je andere vragen of suggesties? Neem dan contact op met Ganna Verhoeven via Wij1019.

## Buurtmarktplaats op Wij1019

**Op Wij1019 is een buurtmarktplaats gerealiseerd. Heb je spullen over? Of zoek je juist iets? Plaats of vind het op de Buurtmarktplaats!**

Bewoners van het Oostelijk Havengebied vinden een duurzame buurt belangrijk. Één van de speerpunten in de Toekomstagenda OHG 2025 is 'We zijn een wijk waar de deeleconomie, hergebruik en kringloop vanzelfsprekend is'.

## De BuurtBalie OHG wordt Wij1019



De BuurtBalie OHG heet vanaf nu WIJ1019! Gekozen door buurtbewoners, sluit deze nieuwe naam beter aan bij het buurtplatform van het Oostelijk Havengebied met postcode 1019. Alles wat er in onze buurt gebeurt, georganiseerd, geïnitieerd wordt, kun je vinden op het platform dat alles en iedereen met elkaar verbindt.

Zoals onze buurt verbonden is met water, symboliseert het nieuwe logo de beweging van het water en de verbindingen in de buurt. Als je een steen in het water gooit, ontstaan er kringen die steeds groter worden. Net als het netwerk van WIJ1019, dat ook steeds groter wordt en voor steeds meer beweging zorgt in de buurt.



## Word lid!

De corona crisis heeft ook buurtcoöperatie de Eester hard geraakt. Maanden moesten we onze deuren sluiten. Wij hebben jouw steun hard nodig om ons werk in de buurt te blijven doen.

Word nu lid van buurtcoöperatie de Eester of verleng je lidmaatschap. Bij een machtiging (jaarlijks te incasseren) ontvang je als dank onze **nieuwe** jubileumpuzzel van het Oostelijk Havengebied.



### Colofon de Eester

Wist je dat we al zes jaar actief zijn in onze buurt? Alles wat we doen is voor en door bewoners. Steeds meer mensen sluiten zich aan en het borrelt en bruijst van de nieuwe initiatieven en waardevolle verbindingen tussen mensen. Samen bouwen we aan een veilige, sociale en duurzame buurt.  
[www.buurtcooperatieohg.nl](http://www.buurtcooperatieohg.nl)

Heb je vragen of suggesties, mail naar [info@buurtcooperatieohg.nl](mailto:info@buurtcooperatieohg.nl).  
Of kom langs in buurtruimte de Eester, C. van Eesterenlaan 266, 020-3707359