

Wegwijs in Oost

Inhoudsopgave

Inleiding	5
Oost. De wijk waar de zon opkomt!	6
Wijknetwerk Oost	6
Wijkkrant Oost	6
Wijkmanager	7
Zorg & Welzijn	7
Wat is wijkgezondheidswerk?	7
Gezondheidscentrum Samen Beter	8
Apotheken	9
Alphega Apotheek Cleij	9
Apotheek Benu	9
Overige Zorgverleners	10
BOP Expertisecentrum voor Leer- en Persoonlijke Ontwikkeling	10
Farent Sociaal Werk	11
Vivent	11
Buurtzorg	12
Zonnebloem Oostelijke Zon	12
Zorgcentrum de Grevelingen	13
Verpleeghuis Eemwijk	14
Stichting Actieve Senioren 's-Hertogenbosch	14
Contactgegevens	15
Wijkwerkplaats Oost	15
Politie	16
Wat doet een wijkagent?	16
Met wie werkt een wijkagent samen?	17
Scholen	17
Montessori Kindcentrum Aan de Oosterplas	17
Basisschool Oberon	18
Overige Scholen	18
BBS aan de Aa	19
Gemeentelijke informatie over onderwijs	19
Kinderopvang & Opvoedingsondersteuning	19

Montessorikindcentrum Aan de Oosterplas	20
Sprookjesbos	20
Zonnelicht Kinderopvang	21
Humanitas	22
Home-Start 0-18	22
Home-Start Steunouders	22
BOR (Begeleide OmgangsRegeling)	22
Wel Thuis	22
Wel Thuis Humanitas Kind in Contact	23
Mentoring & Coaching	23
Jeugdsupport	23
Humanitas Succesvol terugkeren	23
Thuisadministratie	23
Gevaarlijke liefde	23
Tandem	24
Get a Grip	24
Buurtgenoten	24
Vriendenbank	24
Vrijtijdsbesteding	24
Brede Bossche School aan de Aa	25
Computerlessen	26
Kinder-/Zorgboerderij Oosterhoeve	26
Dierentehuis 's-Hertogenbosch e.o.	27
Tuinvereniging 'Oosterplas'	28
Onze vereniging	28
Music'school	29
Verenigingen aan de Oosterplas	30
Levensbeschouwing	30
Wederkomstkerk	30
Wonen en Woonomgeving	31
Wijkteam van de Gemeente	31
Woonlocatie Humanitas DMH 's-Hertogenbosch	32
Steunpunt GGZ	32
Brabant Wonen	33
Anders Wonen 50+	34
Seniorenplus appartementen Rivieraa	35
Buurtcomité Lingeplein	35

<u>Sport & Bewegen</u>	35
<u>Meer Bewegen voor Ouderen (MbvO) 65+</u>	35
<u>Buurtsportcoach</u>	36
<u>Wat doet de buurtsportcoach?</u>	36
<u>Bewegingssalon Slender You</u>	37
<u>De actieve huiskamer</u>	38
<u>Biljarten</u>	38
<u>Bridgen 50+</u>	39
<u>Conditieverbetering/Fitness</u>	39
<u>Fitness</u>	39
<u>Dansen</u>	40
<u>Lady-fit</u>	40
<u>Zeker Bewegen</u>	40
<u>Nordic Walking 50+</u>	41
<u>Gym, beweeg u fit! 65+</u>	41
<u>Gymplus (Kinderen)</u>	41
<u>Fietsen</u>	42
<u>Fietsclub Oosterplas (recreatief) voor senioren</u>	42
<u>Duofietsen</u>	42
<u>Hockey</u>	43
<u>Judo (kinderen 4-18)</u>	43
<u>Ju-Jitsu</u>	43
<u>Skatebaan oosterplas</u>	44
<u>Toerkajak varen</u>	44
<u>Yoga</u>	44
<u>Yoga , Beweeg u fit!, 65+</u>	44
<u>Yoga Hatha</u>	45
<u>Do-in Yoga</u>	45
<u>Yoga Puur en Helder</u>	45
<u>Tieneryoga Shiva Yoga (12 jaar en ouder)</u>	46
<u>Yoga Beweeg u fit!</u>	46
<u>Wandelen</u>	47
<u>Wandelgroep Oosterplas</u>	47
<u>Wandelgroep Oosterplas</u>	47
<u>Wandelen met moeders</u>	47
<u>Qigong</u>	48
<u>Zwemmen</u>	49

Sportiom	49
Strandbad Oosterplas	49
Sportaccommodaties in Oost	49
Dienstverlening	50
KOO	50
Wijkwinkel De Kiek	51
Jongerenwerk073	53
Activiteiten en workshops speciaal voor jongeren	53
Buurthuizen	53
De Stolp	53
Buurthuis Graafsewijk Noord	54
Boschgaard	54
Telefoonlijst	55
Basisscholen	55
Buurthuizen	56
Gezondheidszorg	56
Kerken en levensbeschouwelijke instellingen	59
Kindervoorzieningen:	60
Wonen/voorzieningen	61
Sport – bewegen – recreatie	62
Dieren	62
Diverse wijkorganisaties	63
Zorg en Welzijn	64
Wonen	66
Wijkgericht (overstijgend)	67

Colofon

Redactie

Marie-France Claessen
Mieke Verberne
Maria Hornman

Vormgeving

Wim van der Plas

Fotografie

Arie van den Dungen
Mieke en Wim Verberne

Wim van der Plas
Drukwerk
Janssenpers, Gennip
Digitale uitgave en onderhoud
Wim Verberne webmaster@wijkkrantoost.nl

De informatie in deze gids is gebaseerd op informatie die de samenwerkende instellingen in Oost hebben aangeleverd ofwel op hun website aanboden.
De gids is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid gemaakt en de redactie accepteert dan ook geen aansprakelijkheid voor de inhoud.

Inleiding

Stichting Wijkkrant 's-Hertogenbosch Oost 'bestond' in 2010 10 jaar!
Ter gelegenheid daarvan is het idee ontstaan een informatieboekje te maken door, voor en van de wijk.

De redactie van de wijkkrant benaderde daarvoor de bij haar bekende organisaties, instellingen, groepen en scholen, met de vraag of zij opgenomen wilden worden in deze wijkgids van Oost.

De redactie van de wijkkrant, die dit informatieboekje voor u heeft samengesteld, heeft geprobeerd een zo'n compleet mogelijke weergave te maken van al hetgeen Den Bosch Oost te bieden heeft. Wij denken dat dit informatieboekje een goede en redelijk complete weergave is van de vele activiteiten in de wijk Oost.

Sinds de eerste uitgave is er heel wat veranderd. In 2025 is deze geactualiseerde versie samengesteld.

Deze gids wordt actueel gehouden via de website:

www.wijkkrantoost.nl

Aanvullingen en verbeteringen zijn zeer welkom op
webmaster@wijkkrantoost.nl

Oost. De wijk waar de zon opkomt!

Wijknetwerk Oost

In Oost zijn veel vrijwilligers- en professionele organisaties actief op het gebied van welzijn, gezondheid, sociale activering en jongeren- en ouderenactiviteiten.

We hebben geprobeerd al deze organisaties in deze wijkgids Oost op te nemen.

Wijkkrant Oost

Wijkkrant *Oost*

De huidige wijkkrant bestaat 25 jaar, maar valt eigenlijk al 50 jaar in de brievenbus van alle bewoners van de wijk waar 'de zon op komt'. Want na het besluit om te stoppen met de toenmalige krant in het jaar 2000 heeft een groep wijkbewoners gezorgd voor een doorstart. De wijkkrant informeert bewoners op een directe manier over de gebeurtenissen in de wijk. De redactie van de wijkkrant vindt een goede communicatie belangrijk om de ontwikkelingen in de wijk positief te kunnen beïnvloeden. De krant verschijnt 5 a 6 keer per jaar. De wijkkrant wordt door wijkbewoners gemaakt en is bedoeld voor wijkbewoners en in de wijk actieve organisaties. In feite maken zij de krant door het aanleveren van informatie en nieuws. De wijkkrant wordt samengesteld en verspreid door vrijwilligers. De krant krijgt een jaarlijkse bijdrage vanuit het Wijk-, buurt- en dorpsbudget.

Daarnaast is zij afhankelijk van financiële bijdragen van organisaties en bedrijven in de wijk Oost. Wijkkrant Oost is te bereiken op telefoonnummer: 06-36533432 of via e-mail:

redactie@wijkkrantoost.nl

Wijkmanager

De wijkmanager is de regisseur op het gebied van leefbaarheid, veiligheid, wonen, zorg, voorzieningen en andere zaken die in de wijk spelen.

Hij is goed op de hoogte van de producten en diensten die de gemeente en andere instanties op deze terreinen aanbieden.

De wijkmanager vervult een intermediaire rol tussen de burgers en de gemeente.

Rutger Janssens is te bereiken op telefoonnummer 073-6155367, of per e-mail: r.janssens@s-hertogenbosch.nl .

Zorg & Welzijn

Wat is wijkgezondheidswerk?



Simpelweg kun je zeggen dat het wijkgezondheidswerk een “gezonde leefstijl” op de agenda van bewoners wil krijgen.

Het wijkgezondheidswerk streeft ernaar om mensen te helpen zelf aan een gezonde leefstijl te werken. Ook in Oost is een Wijkgezondheidswerker van de GGD Hart voor Brabant actief. Een gezonde en actieve leefstijl van alle wijkbewoners, jong en oud staat centraal. Samen met bewoners en beroepskrachten probeert de wijkgezondheidswerker activiteiten rondom gezondheid te organiseren. Regelmatig wordt er bijvoorbeeld een cursus gezonde voeding, activiteiten tijdens Plein Actief en de Hart voor je wijkweek georganiseerd.

Voeding en bewegen stond tijdens vele activiteiten centraal o.a. Tijdens het project ‘Op een lijn’ en tijdens de kinderkookcursussen in verpleeghuis Eemwijk. Andere voorbeelden zijn gezondheidsprojecten op de basisscholen, een ouderentestdag of ondersteuning bij het stoppen met roken.

Ideeën en vragen van bewoners en beroepskrachten zijn uitgangspunt zodat de activiteiten passen bij de wijk.

Heeft u vragen of ideeën of wilt u informatie dan kunt u contact opnemen met contact@ggdhvb.nl

Gezondheidscentrum Samen Beter



Gezondheidscentrum Samen Beter
Palmboomstraat 127
5213 VG 's-Hertogenbosch
www.samenbeter.nl

Telefonische bereikbaarheid
Overdag: 073 613 07 65
Spoedeisende hulp (levensgevaar): 073 612 37 76
Avond, nacht en weekend: huisartsenpost. 088 876 5050
Jeroen Bosch Ziekenhuis
Henri Dunantstraat 1
5223 GZ 's-Hertogenbosch

Gezondheidscentrum Samen Beter heeft vele verschillende soorten zorg onder een dak:

De huisartsenzorg, waaronder praktijkondersteuner (POH) somatiek, GGZ en ouderenzorg.

Daarnaast is er ook fysiotherapie, logopedie, een diëtist, podotherapeut, seksuoloog, verloskundige en jeugdgezondheidszorg van de GGD.

Sinds september 2024 heeft Samen Beter een leefstijlloket. Dit loket is bedoeld voor iedereen die ondersteuning wil bij het verbeteren van zijn of haar leefstijl. Hier zijn geen kosten aan verbonden. De verwijzing loopt via de huisarts of praktijkondersteuner.

Overige nummers: 073 613 07 65
-Fysiotherapie Samen Beter, Tel: 0649326886
Email: fysiotherapie@samenbeter.nl
-Logopedie Samen Beter, Tel: 0649326886
E-mail: logopedie@samenbeter.nl

-GGD Hart voor Brabant, Jeugdgezondheidszorg Tel: 088-3687100

Email: contact@ggdhvb.nl

-Verloskundige praktijk Florence, Tel: 06 21 21 7422

Bij spoed: 06 55 34 2887

-Adviesbureau Voeding & Leefstijl Ellen Kant Diëtistenpraktijk

Tel: 0644624781

Email: info@voedingsadviesvlijmen.nl

-AncorA AnnA

Seksuoloog Anja Bakx, Tel: 06 303 68 356

Email: anjabakx@outlook.com

-Podotherapie Hermanns, Tel: 085 0530033

Email: info@depodo.nl

Apotheken

Alphega Apotheek Cleij

Palmboomstraat 129

Telefoon: 073-6137458

e-mail: info@apotheeckleij.nl

Website:

<https://www.alphega-apotheek.nl/apotheek/alphega-apotheek-cleij-by>

Openingstijden:

maandag tot en met vrijdag van 8.30 uur tot 18.00 uur.



Apotheek Benu



Van Broeckhovenlaan 6a 5213 HX 's-Hertogenbosch

Telefoon 073-6120705

Email denboschoost@benu.nl

<https://www.benu.nl/apotheek/den-bosch-oost>

Openingstijden:

Maandag tot en met vrijdag van 09.00 uur tot 12.00 uur en van 14.00 uur tot 17.00 uur

Overige Zorgverleners

Den Bosch-Oost heeft verder:

- Huisartsenpraktijk Den Bosch Oost.
Hier zijn verschillende huisartspraktijken gevestigd.
info@denboschoost.nl
- fysiotherapiepraktijken aan de Amstellaan, Graafseweg , Grevelingen en Piet Slagerstraat,
 - Fysiotherapie Jeroen Verdonk is gericht op fysiotherapie (dus alle klachten aan het bewegingsapparaat), op sportfysiotherapie (alle sport gerelateerde klachten) en op sportbegeleiding (voor iedereen die wil starten met sporten of verder begeleid wil worden in het sporten). Bij Fysiotherapie Jeroen Verdonk kunt u ook begeleid deelnemen aan hardloop- en/of wandelgroepen.
- een tandartsenpraktijk aan de Seringenstraat, Hesselstraat en de Rijnstraat
- een podotherapiepraktijk aan de Graafseweg.

Zie daarvoor de uitgebreide telefoonlijst achter in deze gids.

BOP Expertisecentrum voor Leer- en Persoonlijke Ontwikkeling



BOP Expertisecentrum voor leer- en persoonlijke ontwikkeling is een praktijk met (GZ)psychologen, orthopedagogen en therapeuten. Het BOP biedt hulp aan kinderen, jongeren en volwassenen op het gebied van leren en sociaal-emotionele ontwikkeling. De praktijk is gespecialiseerd in diagnostisch onderzoek, behandeling en begeleiding van DYSLEXIE, DYSCALCULIE, ADHD, ADD, NLD, PDD-nos en ook faalangst, contactproblemen, trauma en diverse school-, leer- en opvoedingsproblemen.

Piet Slagerstraat 60

5213 XT Den Bosch

<https://www.kidsproof.nl/denbosch/eropuit/bop-expertisecentrum/bop-onderzoekscentrum#>

Farent Sociaal Werk



Je kunt bij ons terecht met vragen over alles in je dagelijks leven. Denk bijvoorbeeld aan relaties, financiën, gezondheid, meedoen in de maatschappij, mantelzorgen, samenleven in je buurt, je huishouden op de rit houden, je kinderen veilig opvoeden of huiselijk geweld. Maar ook als je ondersteuning wilt bij je buurtactiviteit of als je vrijwilligerswerk zoekt, kun je terecht bij Farent. We zijn er voor iedereen, van jong tot oud. Farent biedt ondersteuning bij belangrijke thema's van het dagelijks leven:

- Opvoeden en opgroeien
- Relaties en scheiding
- Armoede en schulden
- Ondersteuning in de buurt
- Meedoen
- Gezond oud

Wijkplein De Kiek

Dageraadsweg 39

5213 TM 's-Hertogenbosch

073 - 687 26 40

wijkpleindekiek@farent.nl

Voor meer informatie www.farent.nl

Vivent



Vivent is dé zorgexpert in 's-

Hertogenbosch en omgeving. Met onze expertise bieden we bij u thuis en vanuit onze woonzorgcentra de beste zorg. Elke dag opnieuw zijn we geïnteresseerd in hoe het met u gaat, wat u wilt en wat we mogelijk kunnen maken.

Overleg tussen onze professionals en u is de basis voor goede zorg. U beslist zelf hoe u uw zorg wilt invullen. Wij hebben de mensen, de kennis, de ervaring en de technologie in huis om u te helpen het beste uit uw dag te halen. Samen met u beleven we mooie momenten.

Vivent is 24 uur per dag, 7 dagen per week bereikbaar via telefoonnummer [088 – 163 70 00](tel:088-1637000) of info@vivent.nl.

Buurtzorg



Buurtzorg Nederland heeft een vernieuwend concept voor verpleging en verzorging aan huis ontwikkeld. Zorgverlening waarbij we streven naar betere oplossingen voor de cliënt, duurzaam en effectief. Door de zorgverlening volledig door hoog opgeleide wijkverpleegkundigen en wijkzickenverzorgenden in kleine autonome 'Buurtzorgteams' in te laten vullen wordt het oplossend vermogen en de professionaliteit van medewerkers ten volle benut. Deze Buurtzorgteams worden ondersteund door een landelijke organisatie. Hierbij wordt gebruik gemaakt van moderne ICT-toepassingen waardoor de administratieve kosten tot een minimum worden beperkt. De kosten van management en overhead worden zo beperkt mogelijk gehouden. Kortom: betere zorg tegen lagere kosten; een aantrekkelijk perspectief voor cliënt, professional en verzekeraar.

Buurtzorg Nederland: een natuurlijk alternatief!

Buurtzorg Den Bosch Oost
Tel. 06 - 1036 6153
denboschoost@buurtzorgnederland.com
<http://denboschoost.buurtzorg.net>

Zonnebloem Oostelijke Zon



DE ZONNEBLOEM

Bij de Zonnebloem draait het om mensen. Dat geldt uiteraard ook voor onze afdeling. Met een gezellige groep vrijwilligers zetten wij ons in voor mensen met een lichamelijke beperking vanaf 18 jaar. Iedereen heeft behoefte aan gezelschap. Maar als je een lichamelijke beperking hebt, ben je misschien wel vaker (alleen) thuis dan je zou willen. De vrijwilligers van onze afdeling komen graag langs voor een

kop koffie of om samen met jou op pad te gaan. Daarnaast organiseren we ook verschillende activiteiten. Wil je meer weten over wat wij voor jou kunnen betekenen? Of wil je je aanmelden als deelnemer of als vrijwilliger? Neem dan contact met ons op.

076-5646464

<https://www.zonnebloem.nl/den-bosch-oostelijke-zon>

Zorgcentrum de Grevelingen



In Zorgcentrum De Grevelingen is intramurale, extramurale en aanvullende zorg mogelijk. Ook biedt De Grevelingen u dagactiviteiten waar u iedere dag kunt aansluiten. Tevens is het mogelijk om binnen De Grevelingen het restaurant te bezoeken voor een heerlijke geserveerde warme maaltijd. Loop eens binnen.

Wat biedt De Grevelingen nog meer:

- 24 uur alarmopvolging
- Geestelijke verzorging Activiteiten (begeleiding)
- Kerkdiensten
- Huishoudelijke verzorging (schoonmaak)
- Maaltijdbezorging
- Bibliotheek
- Gezamenlijke ontmoetingsruimte (Steunpunt)
- Stiltecentrum Internetcafé voor senioren
- Winkel
- Klussenservice
- Boodschappenservice
- Linnen (was) service

Al deze diensten kunnen zowel in het zorgcentrum als bij u thuis worden aangeboden.

Zorgcentrum De Grevelingen
Grevelingen 66

5215 ES 's-Hertogenbosch 073 – 82 28 000

<https://www.vanneynsel.nl/locaties/de-grevelingen/>

klantenservice@vanneynsel.nl

Verpleeghuis Eemwijk

Verpleeghuis Eemwijk maakt deel uit van de Van Neynselgroep en biedt meer dan zorg alleen. Oosterhof is een gastvrije organisatie, waarin cliënten worden gestimuleerd aan te geven wat zij belangrijk vinden.

Het verpleeghuis biedt revalidatie, langdurige somatische en psychogeriatrische zorg aan totaal 124 cliënten. Cliënten hebben veelal een eenpersoonskamer.

Op de dagbehandeling van Eemwijk is ruimte voor 40 cliënten. In het gebouw is een grote ontmoetingsruimte en sinds het voorjaar van 2008 een modern Grand Café met een ruim en schaduwrijk terras. Hier genieten niet alleen cliënten en medewerkers van Eemwijk van een kop koffie of een uitgebreide lunch, maar kunnen ook mensen uit de wijk terecht.

Verpleeghuis Eemwijk ligt direct aan de rivier de Aa en de Oosterplas.

Verpleeghuis Eemwijk

Eemweg 114

5215 HR 's-Hertogenbosch

073 – 82 28 000

<https://www.vanneynsel.nl/locaties/eemwijk/>

klantenservice@vanneynsel.nl

Stichting Actieve Senioren 's-Hertogenbosch

De Stichting Actieve Senioren richt zich op de actieve senior 55+ en stelt ontmoeten centraal. Daartoe biedt de SAS een scala van mogelijkheden om u gedurende het hele jaar bij aan te sluiten. In vrijwel iedere wijk van 's-Hertogenbosch zijn groepen senioren actief.



Daarmee draagt de SAS, als volwaardig partner in de sociale omgeving van de stad, bij aan het doel zoals de gemeente 's-

Hertogenbosch dat omschrijft:

- ontmoetingsplaats dicht bij de eigen leefomgeving
- aanbieden en organiseren van activiteiten
- eenzaamheid en isolement voorkomen en bestrijden
- openstellen voor kwetsbare groepen

Contactgegevens

T. 06 28 88 77 79

info@sasdenbosch.nl

<https://www.sasdenbosch.nl>

Wijkwerkplaats Oost

Wijkwerkplaats Oost is een vrijwilligersorganisatie met 14 vrijwilligers die zich dagelijks inzetten voor anderen, waaronder non-profit organisaties. In de werkplaats is allerlei gereedschap aanwezig waarmee hout bewerkt kan worden.

Wat zij zoal doen is: repareren van houten speelgoed voor peuterspeelzalen, het bouwen van poppenhuizen, kleine reparaties voor ouderen zoals een tuinkekje vervangen e.d. En dat alles tegen vergoeding van de materialen zoals hout, lijm, spijkers.

Verder komen er een dag per week mensen met een niet aangeboren hersenletsel in de werkplaats om onder leiding van de vrijwilligers te timmeren en/of te schilderen met olieverf.

Leden van de Wijkwerkplaats gaan met de uitgezaagde voorwerpen naar de zorgcentra om die ter plekke samen met de oudere bewoners in elkaar te zetten en te schilderen. Dat is dankbaar werk.

Een wens die de vrijwilligers hebben, is om ouderen naar de werkplaats te halen zodat die daar zelf kunnen zagen of timmeren. Zij willen daarmee de ouderen buiten het zorgcentrum een zinvolle dagbesteding aanbieden.

De Wijkwerkplaats bevindt zich in de Broeckhovenlaan 4a.

Zo wordt er van alles gemaakt en menig tuin is al versierd met

vogelkooitjes, waterputten en molens afkomstig uit de Wijkwerkplaats.

De wijkwerkplaats is iedere dag open, en mocht u vragen hebben dan kunt u informatie inwinnen bij: Klaas Smits [06 – 15 55 95 87](tel:06-15559587)

U kunt bij ons terecht voor:

- ❖ in Klaasjes snuffelhoek
 - ❖ voor Creatieve activiteiten
 - ❖ in het handwerk/naaiatelier
 - ❖ in de Metaal/Elektro werkplaats
 - ❖ in de Hout werkplaats
 - ❖ voor een kop koffie
- Of...als algemeen vrijwilliger

wijkwerkplaats@gmail.com

Van Broeckhovenlaan 4A
5213 HX 's-Hertogenbosch



Politie

Wat doet een wijkagent?

De wijkagent is een ervaren politieagent. Samen met zijn collega's van het basisteam, zoals surveillanten en rechercheurs werkt hij aan een veilige wijk door handhaving en opsporing. Vaak is de wijkagent een eerste aanspreekpunt in de wijk en een bekend gezicht. Hij kent veel inwoners en ondernemers en spreekt regelmatig met hen. Door al die contacten weet hij wat er speelt in de wijk en kan hij in een vroeg stadium problemen oplossen en liever nog, voorkomen. Veel wijkagenten zoeken actief contact met de inwoners van hun wijk en hebben bijvoorbeeld een spreekuur of werken regelmatig op een centrale plek in de wijk . De samenleving digitaliseert en vraagt om een politie die waakzaam en dienstbaar is in de fysieke wereld en de digitale wereld. Veel wijkagenten zijn daarom actief op sociale media

en kunnen via deze platforms zien wat er speelt, hebben er contact met inwoners en geven inzicht in hun werk.

Met wie werkt een wijkagent samen?

Sommige problemen kan een wijkagent zelf oplossen door met inwoners of ondernemers in gesprek te gaan. Maar soms gaat het om iets dat niet (alleen) voor de politie, maar voor de gemeente of bijvoorbeeld een woningbouwvereniging is. De wijkagent kan dan doorverwijzen naar hulpverlening of organisaties zoals buurtbemiddeling. De wijkagent zit regelmatig met de gemeente, woningbouwverenigingen en andere instanties om de tafel. Zo weten alle partijen wat er aan de hand is. Samen met u zorgen zij voor de veiligheid in uw wijk of buurt.

De wijkagent is bereikbaar via 0900 - 8844

Bij spoed bel 112

website: [wijkagenten](#)

Scholen

Montessori Kindcentrum Aan de Oosterplas

In onze school wordt gewerkt volgens de visie van Maria Montessori. De kern van het montessorionderwijs is het scheppen van ruimte voor het kind, om zich optimaal te ontplooien tot een harmonisch sociaal denkend mens. Wij begeleiden de kinderen in hun ontwikkeling om vaardig, waardig en aardig te zijn voor zichzelf en voor hun omgeving.

De uitspraak "help mij het zelf te doen" en "help mij denken" bevat de kern van montessorioopvoeding en onderwijs, het kind wordt gestimuleerd om zelf oplossingen te vinden.

Het aanbod bestaat uit:

Kinderdagopvang 0 - 4 jaar door Zonnelicht
Montessori peuterarrangement 2 - 4 jaar door Zonnelicht
Montessori onderwijs 4 - 13 jaar door MKC aan de Oosterplas
Buitenschoolse opvang 4 -13 jaar door Zonnelicht

Wilt u meer weten?

Neem telefonisch contact met ons op via 073 8225480 of stuur een email naar info@kcaandeoosterplas.nl

Basisschool Oberon

Basisschool Oberon is gelegen aan de Waalstraat 52.

Het grootste deel van de leerlingen komt uit de Aawijk of uit de directe omgeving.

Aan de hand van moderne methoden wordt door een team van ervaren leerkrachten les gegeven volgens het jaarstofklassensysteem. Deze methoden worden regelmatig vernieuwd om de leerlingen voortdurend met uitdagend lesmateriaal te blijven prikkelen. De Oberon school hecht veel belang aan het bieden van een duidelijke en veilige structuur aan het kind.

Voor uitgebreide informatie kunt u terecht bij de directeur van de school of de website bekijken.

Waalstraat 52 Telefoonnummer 6130213

E-mail info@bs-oberon.nl

Website www.bs-oberon.nl

Overige Scholen

BBS de Graaf

Graafseweg 52, 5213 AL 's-Hertogenbosch

algemeen telefoonnummer: (073) 85 19 910.
Locatiemanager: Frans Lahau, (06)22 99 54 42.

[Website basisschool Boon](#)
[Website Kanteel kinderopvang](#)

BBS aan de Aa

Acaciasingel 77, 5213 VC 's-Hertogenbosch

algemeen telefoonnummer: (073) 85 11 301.
Locatiemanager: Frans Lahau, telefoonnummer (06) 22 99 54 42.

[Website basisschool Het Rondeel](#)
[Facebookpagina Het Rondeel](#)
[Website Kinderdagverblijf Het Sprookjesbos](#)

Vrije school De Driestroom

De driestroom is een basisschool op antroposofische grondslag.
Waalstraat 30, 5215 CK 's-Hertogenbosch
tel.: 6139158
E-mail: info@vsdedriestroom.nl
website: www.vsdedriestroom.nl

Gemeentelijke informatie over onderwijs

<https://www.s-hertogenbosch.nl/inwoner/jeugd-en-gezin/onderwijs/>

Kinderopvang & Opvoedingsondersteuning

Montessorikindcentrum Aan de Oosterplas

In onze school wordt gewerkt volgens de visie van Maria Montessori. De kern van het montessorionderwijs is het scheppen van ruimte voor het kind, om zich optimaal te ontplooiën tot een harmonisch sociaal denkend mens. Wij begeleiden de kinderen in hun ontwikkeling om vaardig, waardig en aardig te zijn voor zichzelf en voor hun omgeving.

De uitspraak "help mij het zelf te doen" en "help mij denken" bevat de kern van montessorioopvoeding en onderwijs, het kind wordt gestimuleerd om zelf oplossingen te vinden.

Samen met onze partner [Zonnelicht](#) werken we iedere dag aan een veilige omgeving waar kinderen volop kansen krijgen om te leren, hun eigen identiteit kunnen ontwikkelen en hun talenten mogen ontdekken.

Het aanbod bestaat uit:

- Kinderdagopvang 0 - 4 jaar door Zonnelicht
- Montessori peuterarrangement 2 - 4 jaar door Zonnelicht
- Montessori onderwijs 4 - 13 jaar door MKC aan de Oosterplas
- Buitenschoolse opvang 4 -13 jaar door Zonnelicht

MKC aan de Oosterplas
Ijsselsingel 40a
5215 CL 's-Hertogenbosch
E: info@kcaandeoosterplas.nl
T: 073 822 5480
<https://www.kcaandeoosterplas.nl/>

Sprookjesbos

Het Sprookjesbos is gevestigd in de Brede Bossche School 'aan de Aa'.

Naast de groepsruimtes is er een centrale hal aanwezig, een gym/theater zaal en een grote buitenspeelruimte. De speelhal wordt gebruikt als het buiten regent. De gym/theaterzaal ligt in het schoolgebouw. Deze kan gebruikt worden om te gymmen en om dans/ toneel uit te oefenen.

De buitenspeelplaats is ingericht met diverse natuurlijke materialen die uitnodigen tot fantasiespel en het aangaan van een ontdekkingstocht. Dit gebeurt o.a. Door een houten brug met palen, een wilgentenenhut en een klein buitentheater.

Tel: 6910482

E-mailadres: kdv@hetsprookjesbos.nl

Zonnelicht Kinderopvang

Kinderopvang Zonnelicht in Den Bosch biedt een kinderdagverblijf, kleuterschool en BSO.

We zijn innovatief in onze aanpak en een inspirerend voorbeeld voor hoe Kinderopvang een belangrijke bijdrage kan leveren aan de ontwikkeling van een nieuwe generatie. We delen onze gedachten en onze methode zodat het ten goede komt aan zoveel mogelijk kinderen. Aandacht voor zelfbewustwording van kinderen om creatief en innovatief bezig te kunnen zijn van jongs af aan om zodoende een positieve bijdrage te leveren aan maatschappelijke vraagstukken in de toekomst.

Op het Zonnelicht zijn veel mogelijkheden gecreëerd om op te groeien in een groene en natuurvriendelijke omgeving. De kinderen zijn vaak te vinden bij de kinderboerderij, de Oosterplas, het kabouterbos en de vlindertuin. Ook de natuurspeeltuin en de grote moestuin zijn op loopafstand van de opvanglocatie. Tevens wordt in de begeleiding van de kinderen veel aandacht besteed aan een duurzame levensstijl. En natuurlijk hebben we ook in ons voedingsbeleid veel aandacht voor gezonde voeding.

KDV Zonnelicht

Rijnstraat 559

5215 EJ Den Bosch

073 – 612 52 82

info@zonnelicht.nl
<https://zonnelicht.nl/>

Humanitas

Wat we doen

Home-Start 0-18

Ieder gezin kent soms lastige tijden. Maar kun je 't echt even niet aan? Home-Start 0-18 kan helpen. Een steuntje in de rug doet wonderen. Een vrijwilliger staat elke week voor je klaar met 'n luisterend oor en met praktische hulp. Voor gezinnen met in elk geval één kind tussen 0 en 18 jaar.

Home-Start Steunouders

Kinderen grootbrengen is een hele klus. Het is fijn om dat niet alleen te hoeven doen. Niet ieder gezin krijgt hulp als het nodig is. Deze gezinnen helpen we met steunouders. Steunouders trekken één of twee dagdelen per week op met de kinderen.

BOR (Begeleide OmgangsRegeling)

Je wilt het beste voor je kind, ook bij een echtscheiding. BOR (Begeleide OmgangsRegeling) helpt je. Ook als spanningen goede afspraken over een omgangsregeling in de weg staan. Onze vrijwilligers houden geen dossier bij en treden als het goed gaat steeds wat verder terug. Duur: 3 tot 6 maanden.

Wel Thuis

Humanitas Wel Thuis is bedoeld voor gezinnen die begeleid worden door (jeugd)hulpverlening. Een vrijwilliger biedt je een luisterend oor en helpt je met alledaagse zaken zoals de opvoeding of contacten met instanties.

Wel Thuis Humanitas Kind in Contact

Loop het thuis niet lekker? Is er sprake van Onder Toezicht Stelling of dreigende uithuisplaatsing? Een vrijwilliger van Wel Thuis kan binnen je gezin gezelligheid en rust brengen naast de begeleiding vanuit de (jeugd)hulpverlening.

Mentoring & Coaching

Je wilt iets bereiken, maar krijgt het niet voor elkaar. Je zit niet zo lekker in je vel. Je wilt hier graag over praten en je beter gaan voelen. Mogelijk kan een vrijwilliger van Mentoring en Coaching iets voor je betekenen.

Jeugdsupport

Humanitas Jeugdsupport is er voor jongeren die te maken hebben met jeugdzorg. Een vrijwilliger helpt je zelfstandiger te worden. En als je dat wilt, helpt een vrijwilliger je ook met bijvoorbeeld het vinden van een baantje, woning of een leuke hobby.

Humanitas Succesvol terugkeren

Vrijwilligers helpen je met praktische zaken als voorbereiding op een nieuw leven na je vrijlating.

Thuisadministratie

Humanitas Thuisadministratie helpt je je financiën en administratie op orde te brengen en te houden. Blijf dus niet rondtobben, als je door welke reden dan ook het overzicht bent kwijtgeraakt. Een vrijwilliger van Humanitas helpt je weer op weg!

Gevaarlijke liefde

On- en offline seksueel grensoverschrijdend gedrag, loverboyproblematiek en jeugdprostitutie. Je kunt dit tegengaan door jongeren bewust te maken van het maken van keuzes en het

aangeven van grenzen rondom liefde, seks en seksualiteit. Deze workshop is voor jongeren vanaf 13 jaar, ouders en professionals.

Tandem

Humanitas Tandem is er voor inwoners van 's-Hertogenbosch (23 – 55 jaar) die last hebben van eenzaamheid en daar met de ondersteuning van een vrijwilliger iets aan willen veranderen.

Get a Grip

Samen met een vrijwilliger je financiële administratie om inkomsten, uitgaven en (eventuele) schulden inzichtelijk en overzichtelijk te maken.

Buurtgenoten

Wil jij graag meer contacten opdoen en je zelfverzekerder voelen in sociale situaties? Dan is Buurtgenoten misschien wel iets voor jou! In dit online programma ontdek je hoe je makkelijker contact maakt met anderen en hoe je meer (betekenisvolle) relaties krijgt.

Vriendenbank

Veel inwoners van de gemeente Den Bosch voelen zich regelmatig alleen en zijn op zoek naar meer contact en/of een vriend. Het is vaak lastig om gelijkgestemden te vinden en te ontmoeten.

Vrijtijdsbesteding



Biljartclub JBGB

Op de Maassingel, verborgen achter de kanoclub en de appartementen van Oosterhof, staat een houten gebouwte direct aan de Aa. En

daarin is al sinds jaar en dag een biljartcentrum gevestigd. Dit centrum biedt o.a. ruimte aan 3 biljartverenigingen voor recreanten en 2 biljartverenigingen voor senioren.

Het gebouw is toegankelijk voor rolstoelers.

De vereniging is van mening dat biljarten voor jong en oud is en zij verzorgt dan ook lessen voor kinderen vanaf 6 jaar t/m 18 jaar. Als zij les krijgen wordt er niet gerookt en geen alcohol geschonken.

Mensen die lid worden kunnen meespelen in een competitie en in toernooien. Op de dinsdag- woensdag- en donderdagmiddagen is het vrij biljarten.

Als er geen wedstrijden zijn tenminste want die worden er ook georganiseerd.

De kosten voor het lidmaatschap bedragen 8 euro per maand.

Biljartclub JBGB, Maassingel 474

Telefoonnummer 6137563

Voorzitter W. Aanraad, telefoonnummer 5215153

of e-mail w.aanraad@home.nl

Brede Bossche School aan de Aa

Binnen elke Brede Bossche School (BBS) spelen de wijkbewoners een belangrijke en actieve rol. Het zijn wijkbewoners die computercursussen geven aan andere wijkbewoners, en zij runnen de uitleenbibliotheek.

Wijkbewoners organiseren zelf zoveel mogelijk activiteiten op het gebied van Sport en Beweging, Kunst en Cultuur, maar ook op het gebied van ontmoeting en recreatie.

Wijkbewoners kunnen gratis gebruik maken van de ruimtes,

apparatuur en faciliteiten van de BBS, in georganiseerd verband.

Bij dit alles kunnen de wijkbewoners op verzoek hulp, begeleiding en ondersteuning krijgen van de diverse partners binnen de BBS.

BBS-en worden gebouwd in wijken waar kinderen en volwassenen

meer kansen verdienen. Iedereen in de wijk waar een BBS is mag

meedoen. We willen u graag helpen bij het uitvoeren van activiteiten.

Verschillende beroepskrachten van diverse partners staan klaar om u,

als u dat wilt, te begeleiden, te ondersteunen, te trainen, enz.

Tot ziens in de BBS aan de Aa, Acaciasingel 77,

tel. 6158010
Hoofdbeheerder Fred Dubbeld.

Informatie over de Brede Bossche Scholen:

www.bredeboschescholen.nl

E-mail: info@bredeboschescholen.nl.

Informatie over verhuur: gemeente 's-Hertogenbosch 073-6159716

Computerlessen

ICT club het Rondeel geeft in de BBS aan de Aa computerlessen aan wijkbewoners.

Dinsdagavond zijn beginners welkom van 19.00 tot 21.00 uur en vrijdag is het de beurt aan gevorderden, ook van 19.00 tot 21.00 uur.

Tijdens de cursus worden de cursisten wegwijds gemaakt in o.a. Word en Excel en verder wordt geleerd om met Internet om te gaan.

Om iedereen in de gelegenheid te stellen zo'n cursus te volgen wordt er maar een kleine bijdrage gevraagd.

Wil u ook graag computerles in uw eigen buurt dan kan dat bij de ICT-club in de BBS aan de Aa.

Heeft u belangstelling voor deze cursus dan kunt u hiervoor de voorzitter dhr. W. van Goethem benaderen. Hij is telefonisch bereikbaar op: 6414510. De club is verder bereikbaar op e-mailadres : s.e.schouten@home.nl

Kinder-/Zorgboerderij Oosterhoeve

Kinder-/zorgboerderij Oosterhoeve is gelegen in recreatiegebied Oosterplas.

Het is een kinder-/zorgboerderij (dat wil zeggen: met mogelijkheden tot beschermde werkplekken met inbreng van PGB).

Men kan zich tussen de dieren begeven in de knuffelwei, de konijnenheuvel of in de ren voor cavia's.

Er is een speeltuintje, een picknickplein met theehuis waarin men thee, koffie en kleine versnaperingen kan kopen, een paddenpoel en

vliindertuin.

Tegen een geringe vergoeding kunnen een trampoline, een jeu de boules baan en een tafeltennistafel gebruikt worden.

Kinder-/zorgboerderij Oosterhoeve biedt activerende begeleiding aan mensen met een tijdelijk traject, bv. bij re-integratie na een burn-out, of begeleiding voor langere tijd, voor mensen met een psychiatrisch ziektebeeld of verstandelijk beperkten.

Het terrein is in beheer van een stichting en draait grotendeels op vrijwilligers.

Voor informatie over openingstijden, een beschermde werkplek, donatiemogelijkheden, vrijwilligerswerk of een stageplaats kunt u zich wenden tot de coördinator Anja Kouwenberg: tel.06 – 23910121,

via e-mail anjakouwenberg@gmail.com

<http://www.stichting-oosterhoeve.nl/>

of loopt u eens binnen op de boerderij.

Dierentehuis 's-Hertogenbosch e.o.

Het Dierentehuis zorgt voor de opvang van gevonden en zwervende honden of katten en dieren waar men afstand van wil doen. Als Dierentehuis proberen wij een gevoel van veiligheid voor onze dieren te creëren. Dit doen we door ze huisvesting te bieden, waarbij ze naast de basale en medische verzorging, ook voldoende aandacht en afleiding krijgen. Zieke dieren of dieren met gedragsproblemen krijgen de benodigde aandacht om ze weer plaatsbaar te maken. Alle dieren worden geënt en gechipt. Katten worden tevens gesteriliseerd of gecastreerd.

Honden en katten

Het Dierentehuis richt zich alleen op honden en katten. Jaarlijks vangen we ruim 500 dieren op, waarvan er gemiddeld 70 tegelijk aanwezig zijn. Alle dieren staan onder regelmatige controle van een dierenarts en krijgen dagelijkse verzorging van een team van professionele vaste medewerkers, stagiairs en vrijwilligers. Vrijwel alle dieren vinden vroeg of laat weer een nieuw thuis. Daarbij gaan wij van tevoren na of dit ook een goed thuis is. Na de plaatsing van een dier zijn wij bij vragen altijd bereid begeleiding te bieden in de vorm

van tips en advies.

Oosterplasweg 41
5215 HT 's-Hertogenbosch
<https://dierentehuisdenbosch.nl/>
info@dierentehuisdenbosch.nl
073 641 24 17

Ook voor het opgeven van vermiste of gevonden dieren zijn wij dagelijks telefonisch te bereiken.

Tuinvereniging 'Oosterplas'

De tuinen van Tuinvereniging Oosterplas zijn, zoals de naam al suggereert, gelegen in het prachtige Oosterplaspark. Ons terrein herbergt meer dan 80 tuinen, omzoomd door ligusterheggen die de paden van de tuinen scheiden. Deze heggen geven ons gezellige tuincomplex een uniek karakter. De tuinen variëren in grootte van 100 tot ruim 300 m². Op de grotere tuinen vindt u vaak een tuinhuisje of een kas. Elke tuin is met de auto bereikbaar dankzij de verharde paden, en er is voldoende parkeergelegenheid aan de rand van het terrein. Op diverse plaatsen staan waterpompen ter beschikking van onze leden.

Onze vereniging

Tuinvereniging Oosterplas is een levendige en actieve gemeenschap. Onze kantine fungeert als een gastvrije ontmoetingsplek waar regelmatig activiteiten voor leden worden georganiseerd, zoals ruilmiddagen voor plantjes en stekjes, en een gezellige ledendag in de zomer. In onze tuinwinkel kunt u terecht voor al uw tuinbenodigdheden.

Onze tuinders kweken een breed scala aan groenten, fruit, kruiden en bloemen. Er wordt met veel enthousiasme geëxperimenteerd met gewassen zoals Turkse komkommers, rode pepers, dahlia's en bijzondere tomatenrassen.

Beginnende tuinders zijn van harte welkom! Ervaren leden delen graag hun kennis, zodat ook u na enkele jaren kunt uitgroeien tot een ervaren tuinder.

Oosterplasweg 49
5215 HT 's-Hertogenbosch

<https://tuinverenigingooosterplas.nl/>

E-mail: contact@tuinverenigingooosterplas.nl

Secretaris: Jeanne van der Ven, tel. nr. 06 38900041

Wachtlijstbeheer: Suzanne van der Steen

Ook tijdens de openingsuren van onze kantine kun je informatie krijgen: Kantine geopend van mei t/m september op woensdag en zaterdag 14:30–17:00 uur.

Music'scool

Music'scool is een particuliere muziekschool die zich heeft gespecialiseerd in alle verschillende muziekstromingen die onder de Rock en Popmuziek behoren. De muziek die jij zo graag wilt spelen! Alle lessen worden gegeven door deskundige docenten die midden in de muziekwereld staan.

Bij Music'scool worden er muzieklessen aangeboden voor verschillende instrumenten, momenteel bestaat dit uit gitaar, basgitaar, drums, percussie, toetsen en zang. Al deze lessen zijn gebaseerd op de praktijk. Zo snel mogelijk de muziek kunnen spelen die jij leuk vindt is waar Music'scool naar streeft! Grunge, Blues, Metal, Funk, Hardcore of Country het kan allemaal! Uiteraard kan iedereen van jong tot oud bij Music'scool terecht.

Music'scool Locatie: 's-Hertogenbosch Dommelstraat 11

Telefoon: 06-46188720 (Patrick Verhoeven)

E-mail: s-hertogenbosch@musicsscool.nl

<https://musicsscool.nl/>

Verenigingen aan de Oosterplas

Hockey club 's-Hertogenbosch

Accommodatie: Sportpark Oosterplas

Telefoon: 6147512

Website: <http://www.hcdenbosch.nl>

E-mail: secretariaat@hcdenbosch.nl

Tennis Vereniging Oosterplas

Accommodatie: Tennispark Oosterplas

Telefoon: 6138120

Website: <http://www.tvoosterplas.nl>

E-mail: secretariaat@tvoosterplas.nl

Volkstuinvereniging Oosterplas

Accommodatie: Volkstuinen Oosterplas

Telefoon: 6144611

Website: <http://www.volkstuinendenbosch.nl>

E-mail: marisja@tiscali.nl

Zeilvereniging Oosterplas

Zeilvereniging Oosterplas Accommodatie Rijnstraat 645,

<https://zv-oosterplas.nl/>

telefoon: 073-20 55 096 (alleen tijdens openingstijden clubhuis)

E-mail: info@zv-oosterplas.nl

Modelbotenclub Titanic

Accommodatie: Oosterplasweg 71

Telefoon: 6419162

Website: www.modelbotenclub-Titanic.nl

Levensbeschouwing

Wederkomstkerk

De Wederkomstkerk biedt ruimte aan allerlei non-profitorganisaties. In de eerste plaats is de Protestantse Gemeenschap `s-Hertogenbosch, de grootste gebruiker van de Wederkomstkerk.

Daarnaast maken vele verenigingen en organisaties dankbaar gebruik van deze mooie locatie.

Organisaties die momenteel een ruimte huren zijn: Christelijke Centrum de Banier, Tempel International, interkerkelijke internationale vrouwenorganisatie Womens Aglow, Brabants kamerkoor, gemengd koor Jeroen Bosch, Vrouwenkoor Sirenen, kamerkoor Capella Ducis, theatersportvereniging Niet bepaald doorsnee, de Zonnebloem, Protestantse Christelijke Ouderenbond, Vrije academie kunstgeschiedenis, Nekya Astrologie, Scheidegger administratieve opleiding, Sonneveld opleidingen, Daniëlle Sluijmers zangles, Stichting Maashorst jeugdhulpverlening.

En daarnaast maken diverse uitvaartorganisaties gebruik van de ruimte.

Voor meer informatie en voor het huren van ruimte in de Wederkomstkerk kunt u contact opnemen met de beheerder Erik van der Schans.

Adres Wederkomstkerk Rijnstraat 20

Telefoonnummer : 6138095

E-mailadres: w.k.k@planet.nl

Wonen en Woonomgeving

Wijkteam van de Gemeente

Het wijkteam zorgt voor het onderhoud van de bestrating, het groen, de sloten en plassen, de speelvoorzieningen, het verkeer en straatmeubilair, de bruggen, het vegen van vuil en de straatnaamborden.

Het wijkteam is het aanspreekpunt van de wijk waar bewoners terecht kunnen met klachten, vragen en problemen. Henk Verschuur is de teamleider en via het centrale meldnummer kunt u hem bereiken. Telefoonnummer 6155555

Woonlocatie Humanitas DMH 's-Hertogenbosch

Samenwerken aan het goede leven.

Aan de Javastraat wonen veertien volwassen mensen met een verstandelijke beperking. In dit complex heeft iedereen een eigen voordeur, een eigen woonkamer/keuken, een aparte slaapkamer en een douche en toilet. Iedereen heeft de ruimte om aan zijn/haar individuele wensen te werken. Daarnaast is er ruimte voor gezamenlijke activiteiten.

In het complex is 24 uur per dag begeleiding beschikbaar.

Humanitas Dienstverlening aan mensen met een handicap (DMH) vindt dat iedereen recht heeft op een goed leven. Voor mensen met een beperking is het soms moeilijk om zo'n goed leven voor elkaar te krijgen. Daarom biedt Humanitas DMH zorg en ondersteuning die is afgestemd op de wensen en behoeften van de individuele cliënten. Geen standaardoplossing maar een aanbod op maat voor een goed leven.

Telefoonnummer 030 – 6005170

E-mail: denbosch@humanitas-dmh.nl

Steunpunt GGZ

Vanuit de Reinier van Arkelgroep, oftewel de GGZ zijn er steeds meer bewoners met een psychiatrische beperking in gewone huizen gaan wonen, zo ook in Den Bosch – Oost. Deze bewoners wonen op verschillende plekken in de wijk, zelfstandig of in groepsverband. Een team van medewerkers vanuit de Reinier van Arkelgroep is werkzaam als begeleider. Deze begeleiding vindt plaats vanuit het kantoorpand gelegen aan de Graafseweg 194A .

Het begeleidend personeel bestaat uit : verpleegkundigen, maatschappelijk werkers, groeps werkers en afdelingsassistenten.

De geboden begeleiding varieert van enkele uren per week tot 24 uur per dag, zoals in de groepswooningen.

De medewerkers van het Steunpunt werken samen met andere

hulpverleners in de wijk en met het Trefpunt Oost.
Het hoofd van het Steunpunt is te bereiken via telefoonnummer 6901075.

Brabant Wonen

In de hele wijk staan huurhuizen van Brabant Wonen.
Barbara Jansens is wijkbeheerder van deze woningbouwvereniging in geheel Zuid-Oost.

Brabant Wonen heeft een leefbaarheidsbudget waarmee bewoners ondersteund kunnen worden als zij sociale activiteiten willen organiseren in hun straat/wijk. Bewonerscommissies en huurders kunnen een plan indienen waarin wordt aangegeven op welke wijze zij de leefbaarheid in hun complex of in hun wijk willen verbeteren.

Voorbeelden hiervan zijn:

- Een kerstdiner voor de ouderen uit de wijk.
- Het verbeteren of verfraaien van een algemene ruimte, bijvoorbeeld door het plaatsen van plantenbakken of een bankje in de hal.
- Het organiseren van een gemeenschappelijke schoonmaakactie met feestelijke afsluiting.
- Het organiseren van een buurtdag.
- Activiteiten voor het verwelkomen van nieuwe bewoners in de wijk.
- Het draaiende houden van een actief bewonerscomité.

Barbara Jansens kan u hier verder over inlichten.

Haar telefoonnummer is 6814500

E-mailadres barbarajansens@brabantwonen.nl

Website Brabant Wonen is www.brabantwonen.nl

Bezoekadres: Graafseweg 294 's-Hertogenbosch

Woningbouwvereniging Zayaz

Zayaz heeft een consultant die zich voornamelijk bezighoudt met het handhaven en bevorderen van de leefbaarheid in de wijk. Dit gaat van burenruzies tot aan het mede organiseren van activiteiten in de

wijk. De consulent heeft nauwe contacten met onder andere Juvans, Divers, de gemeente 's-Hertogenbosch en de politie.

De consulent voor bewoners van huurhuizen in Oost is mevrouw Touria Taalabi.

Daarnaast heeft Zayaz verschillende wijkbeheerders.

Pepijn Meys is de wijkbeheerder van de Aawijk.

Peter Steenbakkers is de wijkbeheerder van de Graafsewijk en van verschillende complexen in oost (O. Copesstraat, P. Slagerstraat, Van Beresteynstraat en Van Reysstraat).

U kunt met de wijkbeheerder contact opnemen als u vragen of meldingen heeft over:

- Een technische klacht in de algemene ruimtes van uw woongebouw
- Het beheer, de schoonmaak en leefbaarheid in en rond gebouwen en woningen.
- Uw woonsituatie zoals het bijhouden van de tuin, overlast van de burens, hangjongeren, parkeren, schoonhouden van de woning en onveiligheid.

Telefoonnummer Zayaz 6482400

E-mailadres: info@zayaz.nl

Anders Wonen 50+

Aan de Graafseweg op de hoek met de Rogier v.d. Weydenstraat is een opvallend gebouw te vinden. Hier wonen op dit moment 33 ouderen in 23 appartementen in een speciale senioren groepswooning in complex. De woningen zijn berekend op het eventueel zorgbehoefte worden en hebben geen drempels, een verhoogd toilet, brede deuren, grepen in de badkamer enzovoort.

De bewoners hebben een ontmoetingsruimte waar zij gezamenlijke activiteiten kunnen organiseren.

Aanmelden voor deze woningen kan schriftelijk bij het bestuur van de woongroep.

Het adres is Rogier v.d. Weydenstraat 46.

De huidige bewoners willen graag wat 'jongere' ouderen in de toekomst aantrekken, zodat de leeftijd in de woongroep gevarieerd blijft. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met

bestuursvoorzitter dhr. Fried Wening: tel.nr. 6130657.

Seniorenplus appartementen Riviera

Direct aan de rivier de Aa nabij Oosterhof heeft de van Neynsgroep en Brabant Wonen 50 woningen voor senioren staan. Het betreft huurwoningen en de bewoners kunnen naar behoefte diensten, zorg en service afnemen bij Oosterhof.

Adres Eemweg 10

Telefoon 6802100

E-mail rivieraa@vanneynsel.nl

Buurtcomité Lingeplein

Buurtcomité Lingeplein e.o. zet zich o.a. in om de leefbaarheid binnen de eigen wijk te verbeteren. Ook organiseren zij jaarlijks diverse activiteiten voor jong en oud. Verder hebben zij 1 x per jaar een grote rommelmarkt op en rondom het Lingeplein (Aa-wijk) met diverse attracties voor de jeugd en een terras met muziek en optredens van diverse artiesten.

Nieuwsgierig wanneer bijvoorbeeld de rommelmarkt gehouden wordt?

Kijk dan op <https://www.facebook.com/BuurtcomiteLingeplein/about>

Sport & Bewegen

Meer Bewegen voor Ouderen (MbvO) 65+

Meer Bewegen voor Ouderen is een bewegingsactiviteit voor mensen van 65 jaar en ouder. In de lessen wordt gericht aandacht besteed aan het vergroten of behouden van de beweeglijkheid, de spierspanning en ontspanning, en de vaardigheid.

Er worden oefeningen gebruikt vanuit de gewone gymnastiek, yoga, spel en dans. Vaak ondersteund met materiaal en muziek.

Bij het Mbo gaat het om het genieten van een gezonde inspanning, en om er lichamelijk en geestelijk beter en actiever door te worden. De lessen worden verzorgd door bevoegde docenten.

In Wijkcentrum 'De Stolp' zijn er op maandag 2 Mbo yoga groepen.

In Buurthuis Graafsewijk Noord zijn er zowel op maandagmiddag als op donderdagochtend 2 Mbo gymgroepen.

Op dinsdagochtend zijn er 2 Mbo yoga groepen.

De eerste drie lessen kunt u gratis meedoen.

In veel gevallen kunt u bovendien een deel van uw contributie terug ontvangen via uw ziektekostenverzekering.

Ook is het aanvragen van bijzondere bijstand mogelijk als uw inkomen niet hoger is dan 110% van de bijstandsnorm. U kunt ieder jaar een bijdrage krijgen van maximaal € 100,00 per gezinslid.

Bel voor informatie over cursussen Vivent 0900 – 5152535.

Buurtsportcoach

Wil je sporten of bewegen, maar weet je niet goed hoe dit aan te pakken? Heb je moeite met het vinden van een sport die bij jouw mogelijkheden past? Ken jij iemand die graag wil sporten, maar daar zelf niet uitkomt? Neem dan contact op met één van onze buurtsportcoaches. Samen zoeken jullie uit hoe en waar je het beste kunt bewegen. [Er zijn ook buurtsportcoaches actief binnen zorginstellingen.](#)

Wat doet de buurtsportcoach?

Onze buurtsportcoaches werken wijkgericht. Alle wijken en dorpen binnen onze gemeente hebben een buurtsportcoach. Deze coaches weten precies welk sport- en beweegaanbod er bij jou in de wijk is. Je kunt terecht met vragen voor jezelf of voor iemand anders. Tijdens een (telefonisch) gesprek vraagt de medewerker waar jij hulp bij nodig hebt en wat je graag zou willen. Vragen kunnen bijvoorbeeld zijn:

- Wat wil je graag op sportgebied?

- Wat is je sportverleden?
- Wanneer wil je sporten of bewegen?
- Wat is je budget?

De buurtsportcoach gaat samen met jou op zoek naar sport- en beweegmogelijkheden die aansluiten bij jouw wensen. Die mogelijkheden worden met je besproken, maar jij bepaalt natuurlijk zelf wat je wilt gaan doen.

Karlijn Coppens
Buurtsportcoach in Zuidoost, Graafsepoort, Nuland en Vinkel
T. (073) 615 56 92

k.coppens@s-hertogenbosch.nl
<https://www.s-port.nl/projecten/buurtsportcoach>

Bewegingsalon Slender You

Slenderen is een bewegingsvorm die wordt uitgeoefend op zes met elektromotoren aangedreven tafels, die elk een apart gedeelte van uw lichaam activeren. Je kunt slenderen vergelijken met onderwatergymnastiek. Daar wordt het lichaam 'gedragen' door het water. Op de slendertafel gebeurt in principe hetzelfde. De tafel draagt het gewicht en er is dus geen extra zwaartekracht te overwinnen. De Slender You bewegingsbanken kunnen veel voor het lichaam doen:

- Stimuleren de afvoer van vocht en afvalstoffen in het lichaam
- Verbeteren de bloedsomloop
- Helpen bij het afbreken van cellulitis
- Verbeteren de houding
- Verminderen stress
- Houden de gewrichten soepel
- Versterken de spieren
- Is een uitkomst bij allerlei medische klachten.

Mgr. Van Roosmalenplein
505213 GD 's -Hertogenbosch
E-Mail : slenderyou-db@outlook.com
Website : www.slenderyou-db.nl

073 - 6 135 778

De actieve huiskamer

Ben jij een Bosschenaar van 55+ en wil je graag bewegen, fitter worden en actief bezig zijn? Kijk jij ernaar uit anderen te ontmoeten in een sportieve omgeving? Dan is Actief & Ontmoeten bij HC 's-Hertogenbosch (Oosterplasweg 35) iets voor jou. Kom eens kijken en wandel op maandagochtend vrijblijvend binnen of neem contact op met Nicole Cuijpers:

Nicolecuijpers@farent.nl, 06 15 43 21 56

Voor koffie, thee en lunch wordt een financiële bijdrage van € 5,- gevraagd.

Biljarten

De Stolp

maandag 19.00 uur

woensdag 13.00 uur

info@sccdestolp.nl

<https://www.sccdestolp.nl>

JBGB Biljartcentrum Maassingel 474

5215GM 's-Hertogenbosch

(073) 690 86 56

biljartcentrumjbgb@kpnmail.nl

50+ Biljart

Maandag, woensdag, vrijdag 12:00-16:30

Stichting Actieve Senioren 's-Hertogenbosch Dhr. W. Keller

06-22333061, w.keller@ziggo.nl , www.sasdenbosch.nl

Bridgen 50+

BBS Nieuw Zuid, Jac, van Looystraat 5, 5216EH ,s-Hertogenbosch

Maandag 13.30 – 16.30

Info: Stichting Actieve Senioren Zuid, Mw. P. Kleinpenning

06-81603021

paulineklp44@gmail.com

Conditieverbetering/Fitness

Fitness, Hit Training Senior

Hockeycomplex Sportpark Oosterplas

Oosterplasweg 35, 5215 HT 's-Hertogenbosch

Maandag 10.00 – 11.00

Info: Van Lith Healthness Center, 073-6410009

info@vanlithhealthness.nl

www.vanlithhealthness.nl

Fitness

BFIT Personal

- Small group training
- leefstijl coaching
- Personal training

Rijnstraat 471

5215 EJ 's-Hertogenbosch

<https://www.bfit-db.nl/>

info@bfit-db.nl

06 575 527 17

Dansen

Dans & Balletstudio Geraldine

Dans & Balletstudio Geraldine biedt dans en balletlessen aan voor leerlingen uit 's-Hertogenbosch en omgeving . Peuters, kleuters, jeugd en volwassenen, iedereen is welkom om bij ons te komen dansen. Klassiek Ballet, Hip-Hop, Danscrew Boys Inc. Modern, Kleuterballet, Peuterballet, Dance Explosion & Pilates/Yoga

Wij bieden een compleet aanbod van dansstijlen in de regio 's-Hertogenbosch.

Elzenstraat 2

5213 AZ 's-Hertogenbosch

Mail: administratie@balletstudiogeraldine.nl

www.balletstudiogeraldine.nl

Tel/Whatsapp: 06-41904252

Lady-fit

Hockeycomplex Sportpark Oosterplas

Oosterplasweg 35, 5215 HT 's-Hertogenbosch

Woensdag 11.00-12.00

Info: S. van Lith 073-6410009

Zeker Bewegen

Hockey Complex Sportpark Oosterplas

Oosterplasweg 35, 5215 HT 's-Hertogenbosch

Donderdag 10.00 – 11.00

Info: F. van Gent 073-6420028

Nordic Walking 50+

Woensdag 9.30 – 10.30

Hockey Complex Sportpark Oosterplas
Oosterplasweg 35, 5215 HT 's-Hertogenbosch

Info: B. Blom 073-6410009

Gym, beweeg u fit! 65+

Buurthuis Graafsewijk Noord
Lucas van Leydenstraat 27
5213BB 's-Hertogenbosch

Maandag 13:00 tot 14:00 en 14:00 tot 15:00

€ 30,93 per kwartaal, € 7,50 inschrijfgeld.

Contact :Melissa van den Berg, Buurtsportcoach Zuidoost en
Graafsepoort, (073) 615 30 95 of e-mail: sport@s-hertogenbosch.nl,
www.s-port.nl

Gymplus (Kinderen)

Tijdens de Gymplus lessen besteden we extra aandacht en geven we extra hulp aan de kinderen, zodat zij meer plezier krijgen en houden in het bewegen. Hierdoor krijgen kinderen meer plezier in bewegen en meer zelfvertrouwen. Plezier staat centraal.

Wekelijks op Woensdag, wordt gestart vanaf 20 Maart 2024, 10 keren.

14:30 - 15:15

Sportzaal Aan de Oosterplas,
Waalstraat 52, 5215 CK 's-Hertogenbosch

10 lessen voor € 10.-

Tel. 06 52 58 52 53

p.adams@s-hertogenbosch.nl

Fietsen

Fietsclub Oosterplas (recreatief) voor senioren

Vertrek donderdag 13:00 uur. We fietsen tot ongeveer 15:00 uur .

Start vanaf zijkant flat IJsselstate.

Rijnstraat 561, 5215EJ, 's-Hertogenbosch

Kosten: € 10,00 per jaar

Mevr. M. Verberne, 06-36533432

postvoormieke@home.nl

Fietsclub Zuid (recreatief) voor senioren

Vertrek dinsdag 10:00 uur. We fietsen tot ongeveer 17.30 uur

Kruising Geert Grootestraat-Zuiderparkweg

Geert Grootestraat 1, 5216HP 's-Hertogenbosch

Kosten: € 10,00 per jaar

Mevr. M. Verberne, 06-36533432

postvoormieke@home.nl

Duofietsen

Waar: bij u thuis, een vrijwilliger haalt u op.

Tijd: dat spreekt u samen af

Kosten: € 15,- voor 5 ritten

Aanmelden bij Stichting Fietsmaatjes Den Bosch

Dhr. G. van de Wassenberg, 06-33033890

info@fietsmaatjesdenbosch.nl, www.fietsmaatjesdenbosch.nl

Gezond bewegen

Sociaal Cultureel Centrum De Stolp

Rijnstraat 497

5215 EJ 's-Hertogenbosch

Iedere maandag van 09.45 – 10.45 uur en 10.45 – 11.45 uur (uitgezonderd de schoolvakanties) kunt u meedoen met Gezond Bewegen.

€ 30,93 per kwartaal, € 7,50 inschrijfgeld.

Neem contact op met Melissa van den Berg, Buurtsportcoach Zuidoost en Graafsepoort, (073) 615 30 95 of e-mail: sport@s-hertogenbosch.nl,

www.s-port.nl

Hockey

Hockeycomplex 'Oosterplas'
Oosterplasweg 35
5215 HT 's-Hertogenbosch

<https://www.hcdenbosch.nl/>

Judo (kinderen 4-18)

Numachi No Dojo

We bieden judolessen aan kinderen van 4 tot 18 jaar .
Persoonlijke ontwikkeling staat altijd centraal. We proberen te zorgen voor leuke en plezierige lessen. Dit omdat we willen dat onze leden zo lang mogelijk het prachtige pad van budosporten blijven bewandelen.

T. 06 54 34 65 58

E. david@dojodenbosch.nl

<https://www.dojodenbosch.nl>

Ju-Jitsu

Numachi No Dojo

We bieden ju-jitsu-lessen aan volwassenen (15+).
Persoonlijke ontwikkeling staat altijd centraal. We proberen te zorgen voor leuke en plezierige lessen. Dit omdat we willen dat onze leden zo lang mogelijk het prachtige pad van budosporten blijven

bewandelen.

T. 06 54 34 65 58

E. david@dojodenbosch.nl

W. <https://www.dojodenbosch.nl>

Skatebaan oosterplas

Oosterplasweg 20
5215 HT 's-Hertogenbosch

Toerkajak varen

De Bossche Kano Vrienden
Clubhuis Bossche Kano Vrienden
Maassingel 472, 5215 GM 's-Hertogenbosch

Dinsdag 19:00-22:00 uur
Kosten € 88,- /jaar

Contact: Rob Zikkenheimer, 06-55 14 72 78
info@kanovrienden.nl
www.kanovrienden.nl

Yoga

Yoga , Beweeg u fit!, 65+

Buurthuis Graafsewijk Noord
Lucas van Leydenstraat 27
5213BB 's-Hertogenbosch

Dinsdag 11:00 tot 12:00

€ 45,80 per kwartaal, € 7,50 inschrijfgeld.

Contact :Melissa van den Berg, Buurtsportcoach Zuidoost en
Graafsepoort, (073) 615 30 95 of e-mail: sport@s-hertogenbosch.nl,

www.s-port.nl

Yoga Hatha

Door middel van lichaamshoudingen, adem oefeningen en concentratie word je je bewuster van jezelf, je lichaam, je houding, je instelling. Onderliggende spanningen, waardoor je niet goed in je vel zit, kunnen loskomen. Dit werkt helend en je komt beter in balans. Je mag je veilig en gerespecteerd voelen.

Yoga is per definitie niet prestatiegericht: je hoeft de oefeningen niet perfect te kunnen uitvoeren. Verken je grenzen, maar ga er niet overheen! Forceer niets! Zo kan je conditie verbeteren, kunnen lichamelijke klachten verminderen en bouw je meer weerstand op tegen ziektes. Yoga is ook geschikt voor ouderen.

Donderdag: 2 lessen: van 08.45 tot 10.00 u en van 10.15 tot 11.30 u.

Kosten € 9,- per les, 10 lessen € 75,-

Sociaal Cultureel Centrum de Stolp

Rijnstraat 497

5215 EJ 's-Hertogenbosch

– Mevr. J. Bernsen 06-14 34 6033 073-6141871

– E-mail: yoga.jeanne@outlook.com

Do-in Yoga

docent: Carolien Kerkhof

Sociaal Cultureel Centrum de Stolp

Rijnstraat 497

5215 EJ 's-Hertogenbosch

Lestijden: woensdag ochtend 8.45 en 11.00 uur

c.kerkhof@kpnplanet.nl

Yoga Puur en Helder

Van Broeckhovenlaan 4R,
5213 HX 's-Hertogenbosch

Maandagavond: 20.00 – 21.30 uur

Donderdagavond: 20.00 – 21.30 uur

Vrijdagochtend: 09.30 – 11.00 uur

Info. en aanmelden: Martina Kuppler

06-30844053 of via yogapuurenhelder@gmail.com

www.yogapuur.ucraft.site

Tieneryoga Shiva Yoga (12 jaar en ouder)

Piet Slagerstraat 132

Donderdagavond

Info: 06-19270935

Yoga Beweeg u fit!

Beweeg u Fit! Yoga is speciaal voor inwoners van 65 jaar en ouder. Ontspannen kan iedereen leren. Door yoga leert u hoe u door zachte strekking spanningen in het lichaam kan losmaken en loslaten. Als het lichaam ontspant wordt het denken vanzelf kalm en komt u helemaal tot rust. Er zijn stoelen om op te zitten als dat op de grond niet meer gaat of als houvast bij evenwichtsoefeningen. En natuurlijk is er ook ruimte voor gezelligheid en koffie/thee na afloop.

Elke maandag 09:30 – 10:30 uur en 10:30 – 11:30 uur in Wijkcentrum De Stolp.

€ 45,80 per kwartaal, € 7,50 inschrijfgeld.

Meer weten ? Gemeente 's-Hertogenbosch, Melissa van den Berg,
073-6153095,

sport@shertogenbosch.nl , www.s-port.nl

Wandelen

Wandelgroep Oosterplas

Start vanaf Wijkcentrum De Stolp
Rijnstraat 497, 5215 EJ, 's-Hertogenbosch
Kosten: Gratis

Woensdagochtend 9.30 – 10.30 (rondje Oosterplas)

Info: Mevr. M. Verberne 06-36533432
postvoormieke@home.nl

Wandelgroep Oosterplas

Start vanaf Wijkcentrum De Stolp
Rijnstraat 497, 5215 EJ, 's-Hertogenbosch

Maandagochtend 9.30 – 10.30 (rondje Oosterplas)

Kosten: Gratis
Mevr. E. Jansen: 06-20313395

Wandelen met moeders

BBS aan de Aa

Maandag 09:30 tot 10:30

Heb jij je kind(eren) naar school gebracht en wil jij de week goed beginnen? Kom in beweging en loop mee met de wandelgroep!

SPECIAAL VOOR MOEDERS!

Aanmelden bij buurtsportcoach Gemeente 's-Hertogenbosch
mevrouw K.Coppens 073-6155692
k.coppens@s-hertogenbosch.nl

Qigong

Net zoals er diverse vormen yoga zijn, bestaan er ook vele vormen Qigong. Zhineng is een korte , eenvoudige vorm, bedacht door de Chinese arts Pang Ming. Deze oefeningen zijn makkelijk thuis te doen. Bij Zhineng draait alles om de “Qi”, de universele levensenergie. Die zit in alles wat leeft, in de natuur en in ons zelf. Qi stroomt door ons lichaam en zorgt voor groei en herstel van onze lichaamscellen. Maar door stress, vermoeidheid, vervuiling en slechte voeding zakt je Qi-nivea en voelen we ons vaak minder vitaal, slapen we slecht, krijgen we hoofdpijn en andere fysieke klachten. Door de rustige, vloeiende bewegingen met aandacht uit te voeren, gaat de energie in je lichaam weer stromen.

Bewegende vorm

Zhineng Qigong is, zoals de meeste vormen van Qigong, een bewegende vorm. In Zhineng Qigong hebben we een staande oefening, zoals de Lift Chi Up en Pour Chi Down (LCU), de 3-CM en de Wallssquat en stille zittende oefeningen zoals de La Qi. De nadruk ligt echter op oefeningen waarbij bewegingen worden gecombineerd met geconcentreerde aandacht. Veel oefeningen zijn ook zittend te beoefenen zoals de basisoefening LCU.

Wanneer?

Per 2 weken is er les op dinsdagavond

Sociaal Cultureel Centrum De Stolp
Rijnstraat 497
5215 EJ 's-Hertogenbosch

Prijzen (incl.btw):

Proefles: 10,- euro

Losse les: 12,50 euro

Aanmelden kan via de email karin.dekoning@xs4all.nl, per telefoon 06-38931443 of via de website www.kadekovitaal.nl

Naast de 2-wekelijkse lessen geef ik ook regelmatig thema workshops Zhineng Qigong. Voor informatie en data zie de website.

Zwemmen

Sportiom

Zwem U fit 50+

maandag 20.30- 21.00

donderdag 18.30 – 19.30

info: secretariaat@bvz.nl

Bewegingslessen in water voor ouderen

Elke donderdag en vrijdag: 30 minuten per les.

Strandbad Oosterplas

Toegang gratis

Het recreatiegebied Oosterplas is een openbaar recreatiegebied en daardoor het gehele jaar toegankelijk voor allerlei vormen van recreatie zoals een natuurspeeltuin. Dit geldt ook voor het strandbad binnen dit recreatiegebied. In de zomerperiode wordt er toezicht gehouden op het strandbad. Het seizoen loopt jaarlijks van omstreeks 15 mei tot 15 september.

Sportaccommodaties in Oost

Aa-wijk Zuid – Sportzaal Aan De Oosterplas – 'S-PORT

[Sportzaal Aan De Oosterplas- 'S-PORT](#)

Aa-wijk Noord – sportzaal BBS Rondeel

bewegen op muziek

Graafsebuurt Zuid – gymzaal BBS de Graaf buurtsport:

dansen, schermen, theater, verdedigingssporten

Gymzaal Elzenstraat:

dansen, verdedigingssporten, volleybal, zaalvoetbal.

Voor meer informatie kunt u terecht bij het servicepunt van de

gemeente 's-Hertogenbosch: (073) 615 51 55 (werkdagen van 8.30 tot 17.00 uur)

sport@s-hertogenbosch.nl

Reserveren gemeentelijk sportaccommodatie: (073) 615 97 16 (werkdagen van 8.30 tot 17.00 uur)
verhuursport@s-hertogenbosch.nl
<https://www.s-port.nl/>

Dienstverlening

KOO

Heeft u vragen over wonen, zorg, welzijn, werk en geldzaken in de gemeente 's-Hertogenbosch? Koo wijst u de weg naar de juiste hulp en ondersteuning. Als inwoner van de gemeente 's-Hertogenbosch kunt u terecht bij Koo met vragen over uw dagelijkse leven. Hebt u vragen of zorgen waar u niet direct een antwoord op hebt? De medewerkers van Koo zoeken samen met u naar een oplossing. Ze geven informatie en advies. Als het nodig is, dan melden ze u aan bij de gemeente of het buurtteam voor hulp. Bij Koo werken beroepskrachten en vrijwilligers van de gemeente 's-Hertogenbosch samen.

073 615 32 25 of via 0800 35 00 012

<https://www.kijkopkoo.nl/>

Voor mensen met minder heeft de gemeente wat meer!

Wellicht heeft u zelf al een keer gebruik gemaakt van de bijzondere bijstand en de diverse regelingen voor mensen met een laag inkomen. Misschien heeft u ook wel eens gelezen over de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (Wmo).

Maar weet u nu ook of u volledig gebruik heeft gemaakt van de mogelijkheden van deze regelingen?

De gemeente is van mening dat iedereen die recht heeft op een

voorziening, hier ook gebruik van moet maken. Vandaar dat deze regelingen meer bekendheid moeten krijgen en vandaar ook dat de heer Jos Leenders, Wmo-consulent van de gemeente, spreekuur houdt in de wijk:

- iedere 3e woensdag van de maand tussen 09.00 en 11.00 uur in Wijkwinkel De Kiek, Dageraadsweg 39
- iedere 4e donderdag van de maand tussen 14.00 en 15.00 uur in Zorgcentrum De Grevelingen, Grevelingen 66

Hier geeft hij uitleg over de diverse regelingen en hier kunt u ook direct een aanvraag indienen.

Ook kunt u een afspraak maken voor een huisbezoek.

De Wmo-consulent Jos Leenders is telefonisch bereikbaar onder telefoonnummer 6159309.

Ook bent u altijd welkom op het WMO – loket in het Stadskantoor. Openingstijden zijn van maandag t/m vrijdag: vrije inloop van 8.30 uur tot 14.00 uur alleen op afspraak van 14.00 uur tot 17.00 uur

Wijkwinkel De Kiek



Hebt u problemen met het invullen van uw papieren, wilt u geholpen worden met telefoneren, met het invullen van belastingformulieren of wilt u informatie die te maken hebben met zaken over wonen? Ga dan eens langs bij Wijkwinkel de Kiek! Daar wordt u gratis geholpen.

Dageraadsweg 39

5213TM 's-Hertogenbosch 073-68 72 640

www.farent.nl

Openingstijden

maandag	13.00 - 16.00
dinsdag	09.00 - 12.00
dinsdag	13.00 - 16.00
woensdag	09.00 - 12.00
donderdag	09.00 - 12.00
vrijdag	09.00 - 12.00

Spreekuur

Dinsdag 09.00-10.00	MEE
Dinsdag 09.00-10.00	Farent Maatschappelijk werk Mariline van Mierlo
Dinsdag 13.30-14.30	Sociaal Notariaat Yvonne Vleeshouwers
Dinsdag 13.30-15.00	Farent opbouwwerk
Woensdag 9.00-12.00	Sociaal Raadslieden Sylvia Belder
Donderdag 9.00-10.00	Opvoedondersteuning Anita van Rijnsewijk
Vrijdag 9.00-10.00	Farent Maatschappelijk werk Rita Kuiper
Op oproepbasis;	Wijkagent

Ondersteunen bij het doen van diverse aanvragen zoals:

- Uitkering
- DigiD
- Gemeentepakket zorgverzekering
- Bijzondere bijstand
- Diverse regelingen en instanties (aanvraag leergeld en Jeugd Sport Fonds)
- Kwijtschelding Gemeentelijke heffingen

Ondersteuning bij bijvoorbeeld het invullen van formulieren, het regelen van zaken op de computer en het helpen met contact leggen met instanties. Denk hierbij aan:

- Klapperproject
- Post op orde (specificatie rekeningen)
- Aangifte Inkomsten Belasting
- Inschrijving Woonservice
- Opmaak inkomsten/uitgaven overzicht
- Digitale formulierhulp
- Ondersteuning bij aanvraag Sociale lening
- Het bieden van ondersteuning bij de aanvraag van huur en/of zorgtoeslag
- Ondersteuning bij overstap naar nieuwe zorgverzekering
- Ondersteuning digitaal parkeren

- Betalingsregeling treffen zonder schulden

Jongerenwerk073

Activiteiten en workshops speciaal voor jongeren

Opgroeien gebeurt niet alleen thuis. Of het nu op school is, de sportclub, bij vrienden of gewoon buiten op straat, het is fijn als er een plek is waar je jezelf kunt zijn, waar je gezien en gehoord wordt. Jij bent uniek en waardevol, en wij helpen je graag met jouw ontwikkeling. Op veel verschillende manieren kijken we samen naar wat wij voor jou kunnen betekenen. Hoe zou het voor jou zijn om een plek te hebben waar je altijd terecht kunt voor handige tips, advies of gewoon een luisterend oor?

Onze jongerenwerkers hebben een breed netwerk om je verder te helpen. We organiseren verschillende projecten en workshops. Ook kun je meedoen aan sportactiviteiten. Ontdek wat er allemaal mogelijk is!

De Eendenkooi 15
5223 KG 's-Hertogenbosch
Info@jongerenwerk073.nl
088 298 62 60

Buurthuizen

De Stolp

In Aawijk Zuid ligt aan de Rijnstraat 497 wijkcentrum de Stolp. Het wijkgebouw biedt onderdak aan allerlei groepen en verenigingen. Daarnaast wordt er een scala aan activiteiten aangeboden. Er wordt gerepeteerd door carnavalsverenigingen, harmonieën en een percussieband. Er wordt yoga beoefend, er wordt jazzballet aangeboden, men kan er buikdansen en er zijn computercursussen. Daarnaast biedt de Stolp dagelijks ruimte aan mensen die buiten het arbeidsproces zijn komen te staan om er een kaartje te leggen en/of te komen biljarten.

De Stolp wordt bestuurd door een vrijwillig bestuur en gerund door een beheerder en een assistent-beheerder die beiden voor 20 uur betaald worden. Zij worden daarbij geholpen door een aantal vrijwilligers van alle leeftijden. De Stolp wil er zijn voor de buurt maar heeft diezelfde buurt ook nodig. De beheerders staan altijd open voor nieuwe ideeën en het opstarten van nieuwe activiteiten maar nogmaals, zij zijn daarvoor mede afhankelijk van vrijwilligers die deze activiteiten kunnen opzetten en begeleiden.

Buurtbewoners die zich op welke manier dan ook willen inzetten om de Stolp nog bruisender te maken kunnen contact opnemen met beheerder Hans Doomernik, 073 613 2289, beheerder@sccdestolp.nl <https://www.sccdestolp.nl/>

Buurthuis Graafsewijk Noord

Werkgroep Graafsewijk Noord is een organisatie die zich met name richt op het vrijwillig jeugd- en jongerenwerk in de Graafsewijk Noord. Daarnaast organiseert zij nog diverse familieactiviteiten en kaart- en knutselavonden voor volwassenen. Zij beschikken over een eigen buurthuis dat geheel onderhouden wordt door vrijwilligers. Naast een aantal vaste clubs zoals; de Kinderknutselclub, Zumba, Beatballet en de Tienerdansgroep organiseren zij in de weekenden diverse activiteiten zoals: disco's, knutselactiviteiten, doedagen, playbackwedstrijden en kampen.

Ook zijn er diverse speciale activiteiten rond de feestdagen zoals het Sinterklaasfeest, Koninginnedag en Carnaval.

Informatie is te verkrijgen bij: Buurthuis Graafsewijk Noord, Lucas van Leijdenstraat 27, tel : 6124768.

E-mailadres: wgn@home.nl

Boschgaard

Buurtcentrum

Het buurtcentrum – dat we het Sociale Gebeuren van Boschgaard hebben genoemd – bestaat uit een ontmoetingsruimte, de Graafse

Hof ruimte (die Transformers gebruikt voor de Graafse Akker) en een buurtwerkplaats: De Buurtschuur!

In deze ruimtes kan van alles georganiseerd worden, door Boschgaarders, maar ook door mensen uit de buurt (of daarbuiten). Zo gaat er regelmatig een eetcafé plaatsvinden en kan de ruimte gehuurd worden door allerlei clubs met leuke plannen die bij onze idealen passen. Het wordt een plek dóór de buurt vóór de buurt.

wonen@boschgaard.nl voor vragen over wonen bij Boschgaard

SG@boschgaard.nl voor verhuur van en informatie over [het Sociale Gebeuren](#)

info@boschgaard.nl voor algemene vragen/opmerkingen

Mgr. van Roosmalenplein 23 - 5213GC Den Bosch

Telefoonlijst

Locaties in Oost:

Basisscholen

Montessorischool kindcentrum Aan de Oosterplas

IJsselsingel 40a 073-8225480

info@kcaandeoosterplas.nl

www.kcaandeoosterplas.nl

Openbare basisschool het Rondeel

Acaciasingel 77 073- 8511333

info@hetrondeel.nl

Vrije School de Driestroom

Waalstraat 30 073-613 91 58

info@vsdedriestroom.nl

<https://vsdedriestroom.nl/>

Buurthuizen

Buurthuis Graafsewijk Noord

Lucas van Leijdenstr. 27
wgn@home.nl

6124768

De Stolp

Rijnstraat 497
beheerder@sccdestolp.nl
<https://www.sccdestolp.nl/>

073-613 2289

Gezondheidszorg

Acupunctuur J.Fiedler

Graafseweg 241/F
joop@praktijkfiedler.nl
<https://www.praktijkfiedler.nl/>

073 – 641 11 54

Apotheek Cleij

Palmboomstraat 129
info@apotheeckleij.nl
<https://www.alphega-apotheek.nl/apotheek/alphega-apotheek-cleij-bv>

[073-6137458](tel:073-6137458)

Apotheek Van Roosmalenplein

[Van Broeckhovenlaan 6a, 5213 HX 's-Hertogenbosch](https://www.benu.nl/apotheek/den-bosch-oost)
[073-6120705](tel:073-6120705)
Email denboschoost@benu.nl
<https://www.benu.nl/apotheek/den-bosch-oost>

Bloedbank Sanquin

Stadion de Vliert, ingang Toren B, Stadionlaan 79b
<https://www.sanquin.nl/>

088-7308686

Grevelingen fysiotherapie, manuele therapie oedeemtherapie

Grevelingen 68
info@defysiotherapeut.nl

6142009

Fysiotherapie FysioCompany Ooms

Amstellaan 56
5215 GB 's-Hertogenbosch

073-6232222

info@fysiocompany.nl
<https://www.fysiocompany.nl/>

Fysiotherapie Sinay

Graafseweg 175
5213AE 's-Hertogenbosch 073-6140212
info@fysiotherapiesinay.nl
<https://www.fysiotherapiesinay.nl/>

Fysiotherapiepraktijk "Fysiflex"

Graafseweg 60
5213 AL 's-Hertogenbosch 06-29929568
Info@fysiflex.nl
<https://www.fysiflex.nl/>

Fysiotherapie Fiedler

Graafseweg 241 F
5213 AH Den Bosch 073-6411154
joop@praktijkfiedler.nl
<https://www.praktijkfiedler.nl/>

Fysiotherapie Jeroen Verdonk

Jeroen Verdonk
Piet Slagerstraat 38
5213 XN 's-Hertogenbosch 06-16394651
info@fysiotherapieverdonk.nl
<https://fysiotherapieverdonk.nl/>

Fysiotherapie Den Bosch Oost

van Broeckhovenlaan 6
5213 HX 's-Hertogenbosch 073-690 98 02
info@fysiotherapiedenboschoost.nl
<https://www.fysiotherapiedenboschoost.nl/>

Fysiotherapie Samen Beter

Palmboomstraat 127
5213 VG 's-Hertogenbosch 06-49326886
en
Zorgcentrum de Grevelingen
Grevelingen 68, 5215 ES
's-Hertogenbosch
Fysiotherapie@samenbeter.nl

<https://fysiotherapiesamenbeter.intramedonline.nl/>

De Gestalttherapie J. Bettgens

o Pieter Breughelstraat 77
s 5213 BM 's-Hertogenbosch 073-6147336
t janbettgens@gmail.com
c <https://www.degestalttherapeut.nl/>
o

Gezondheidscentrum Samen Beter

d Palmboomstraat 127
e 5213 VG 's-Hertogenbosch 073-6130765
v info@samenbeter.nl
a www.samenbeter.nl
n

GGD wijkgezondheidswerker

H Palmboomstraat 127
u 5213 VG 's-Hertogenbosch 088 368 7000
i contact@ggdhvb.nl
s <https://www.ggdhvb.nl/>

Homeopathie G. van Norel

a Borneostraat 23 073-6130513
r g.van.norel@kpn.planet.nl
t

Huisartsenpost 's-Hertogenbosch (Noodgevallen)

s Henri Dunantstraat 1
e 5223 GZ 's-Hertogenbosch 088-876 5050
n

Huisartsenpraktijk Mw. Aussems en Mw. Piek

p Van Broeckhovenlaan 6
o 5213HX 's Hertogenbosch 073-613 32 88
s

Huisarts Mw. E.Y.J. van den Brand & Mw. E.T. van Lamsweerde

t Van Broeckhovenlaan 6
5213HX 's Hertogenbosch 073 613 80 41

Huisartsenpraktijk Dhr. J.A.M. Herrings

s Van Broeckhovenlaan 6
- 5213HX 's Hertogenbosch 073 613 33 53
H

Kineton zingeving in beweging

e Rijnstraat 497 073-6101065
r bderkx@kineton.eu www.kineton.eu
t

Mondhygiënepraktijk Amstellaan

o Amstellaan 27 073-6148665
g 5215 GA 's-Hertogenbosch
e

info@praktijkamstellaan.nl

Tandarts Den Bosch

Hesselsstraat 2D

5213 XD 's Hertogenbosch

073-6897955

info@tandartsdenbosch.nl

Tandarts R. Roorda

Rijnstraat 495

5215EJ 's-Hertogenbosch

073-6129990

rijnstraat495@gmail.com

Tandartsen P. van Gassen en C. Jacobs

Seringenstraat 23

073-6141900

5213GS 's-Hertogenbosch

E-mail: tandartsvangassen-jacobs@deseringen.nl

Praktijk voor Parodontologie en Implantologie

Van Broeckhovenlaan 95

T: 073-6120152

5213 HZ 's-Hertogenbosch

M: 06-10790720

Email: administratie@paro-implantologiepraktijk.nl

Vivent jeugdgezondheidszorg

p/a GC Samen Beter Palmboomstraat 127 0900-5152535

jgz@vivent.nl

Voeding en dieet Vivent

Rijnstraat 10

0900-5152535

dietist@vivent.nl

www.vivent.nl

Kerken en levensbeschouwelijke instellingen

Humanistisch Verbond

Memlincplein 15

6497846

tomdubbelaar@tiscali.nl

www.humanistischverbond.nl

Moeder Teresaal (pastoraal steunpunt)

Hinthamerbolwerk 1

6105265/6445205

info@parochie-moederteresa.nl

Nationale bedevaarten

Pater v.d. ElsenstraatElsenstraat 10

6818111

info@lourdes.nl

www.lourdes.nl	
Protestante kerk Wederkomstkerk	
Rijnstraat 20	6138095/0621486555
w.k.k@planet.nl	
www.pgdenbosch.nl	
Radio Maria	
Waalstraat 2	6872000
info@radiomaria.nl	
www.radiomaria.nl	
RK kerk HH Harten	
Graafseweg 194a	6133820
info@parochie-moederteresa.nl	
www.parochie-moederteresa.nl	

Kindervoorzieningen:

Buitenschoolse Opvang Reuzenrijk	
Lucas van Leydenstr. 25	6105949
www.reuzenrijk.nl	
Centrum voor Jeugd en Gezin	
Palmboomstraat 127	614 93 27
info@cjg-s-hertogenbosch.nl	
www.cjg-s-hertogenbosch.nl	
Consultatiebureau	
Palmboomstraat 127	0900-5152535
jgz@vivent.nl	
www.vivent.nl	
Kinderbibliotheek het Ezelsoortje (het Rondeel)	
Acaciasingel 77	6158025
bieb@hetrondeel.nl	
Halvedagopvang de Kruiemel	
Van Broeckhovenlaan 6	6106505
kuipers@kanteel.nl	
Humanitas Doorstart	
Piet Slagerstraat 132	0683232335
doorstart.db@humanitaszuid.nl	
Kinderdagverblijf Het Zonnelicht	
Rijnstraat 559	6125282

info@zonnelicht.nl
www.zonnelicht.nl

MIM/Homestart

Ineke de Nijis Piet Slagerstraat 132 6910482
mim-homestart@planet.nl

Orthopedagogenpraktijk BOP

Piet Slagerstraat 61 6890089
bop.groep@planet.nl
www.bobexpert.nl

Peuterspeelzaal Klein Duimpje

Acaciasingel 77 6158020
pszkleinduimpje@hetrondeel.nl

Peuterspeelzaal Tierlantijn

Waalstraat 50 6142365
www.peuterspeelzalen.org

Kinderdagverblijf 't Kleine Huis

Roerstraat 13 6149557
hetkleinehuis@home.nl
www.hetkleinehuis.nl

Kinderdagverblijf Het Sprookjesbos

Lucas van Leijdenstr. 25
Acaciasingel 77 6105949/6158024
kdv@hetsprookjesbos.nl
www.hetsprookjesbos.nl

Wonen/voorzieningen

Brabant Wonen wijkbeheerder

Graafseweg 294 6814500
b.janssens@brabantwonen.nl
www.brabantwonen.nl

Zayaz

Ketsheuvel 12A 6482400
info@zayaz.nl
www.zayaz.nl/Home/

Sport – bewegen – recreatie

Biljartcentrum JBGB

Maassingel 474 6137563
w.aanraad@home.nl

Gymnastiekzaal

Elzenstraat 2

Hockeyclub 's- Hertogenbosch

Oosterplasweg 35 6147512
secretaris@hcdenbosch.nl
www.hcdenbosch.nl

Jujiba club; judo, jiu jitsu, zhineng Qigong, ZZ Qigong

gymzaal Elzenstraat 2 0612350524

Kanoclub Bossche Kanovrienden

Maassingel 472 5477946/06-18835862
www.kanovrienden.nl

Oosterplas strandbad

6140012

Sportzaal Aan de Oosterplas,

Waalstraat 52 073-615 9716

Tai Chi en Qigong Ruud Raaymakers

ruud.raaijmakers@home.nl 6137798
www.ruudraaijmakers.nl

Tennisclub Oosterplas

Oosterplasweg 31 6138120
Secretariaat@tvoosterplas.nl
www.tvoosterplas.nl

Zeilvereniging Oosterplas

Rijnstraat 645 073-2055096
info@zv-oosterplas.nl
<https://zv-oosterplas.nl/>

Dieren

Dierenartspraktijk Oost

Mgr. Van Roosmalenpl. 52 6136434

Dierentehuis 's- Hertogenbosch

Oosterplasweg 41 6412417

info@dierentehuisdenbosch.nl
www.dierentehuisdenbosch.nl

Diverse wijkorganisaties

Buurtouders-Oost dhr. Hozmali	0653939205
BBS aan de Aa	0642546427
Acaciasingel 77	
's-Hertogenbosch	
http://www.wix.com/buurtoudersoost/aawijk	
buurtoudersoost@hotmail.nl	
Brede Bossche School aan de Aa	
Acaciasingel 77	6158010
info@bredebosschescholen.nl	
Harmonie Glorieux	
Repetitie in De Stolp	5216793
info@harmonieglorieux.nl	
Het Sluske handvaardigheid – Marie van Herpen	
Acaciasingel 77	0610479048
marie121@live.nl	
ICT club het Rondeel	
Acaciasingel 77	6414510
Kinderboerderij Oosterhoeve	
Oosterplasweg 11	0623910121
anjakouwenberg@gmail.com	
www.stichting-oosterhoeve.nl	
Modelbotenclub Titanic	
Oosterplasweg 71	6419162
www.modelbotenclub-titanic.nl	
Seniorenorkest MCC	6212341
mphturlings@home.nl	
Wijkwerkplaats Oost	
Broeckhovenlaan 4a	0617535986
Volkstuin Amateur Tuinders de Oosterplas	
Oosterplasweg	6138279
marisja@tiscali.nl	
www.volkstuinendenbosch.nl	
Werkgroep Oosterplas	6135095

Winkeliersvereniging Mgr. Van Roosmalenplein
Mgr. Van Roosmalenplein 1 6143510

Winkeliersvereniging Rivierenplein
Rivierenplein 16 6101314

Zorg en Welzijn

BOP Expertisecentrum voor Leer- en Persoonlijke Ontwikkeling
Piet Slagerstraat 132 6890089

info@bopexpert.nl

www.bopexpert.nl

Buurtzorg, Team Den Bosch BZO
Graafseweg 194a 06-10449000

info@buurtzorgnederland.com

www.buurtzorgnederland.com

Coaching, verzuimpreventie, re-integratiebureau De Ommekeer
IJsselsingel 62 6894470

info@deommekeer.nl

www.deommekeer.nl

Creatieve therapie
Maastrichtseweg 123 6123234

henskens@planet.nl

www.beeldentaal.nl

Divers Welzijnsonderneming
Rogier v.d. Weijdenstraat 2 6124488

welzijnsonderneming@divers.nl

www.divers.nl

Gestalttherapie
Pieter Breughelstraat 77 6147336

janbettgens@gmail.com

www.gestalttherapeut.info

Hypnotherapie Hans Musman
Graafseweg 175 06-38551983

hypnocoach@planet.nl

www.hypnocoachinginfo.nl

Juvans maatschappelijk werk
Palmboomstraat 127 6444244

	info@juvans.nl	
	www.juvans.nl	
Kinderpsychotherapie Nicole Bartels	Scheldestraat 29	6138064
	info@integratief-kindertherapeut.nl	
	www.integratief-kindertherapeut.nl	
Kraamzorg Vivent	Rijnstraat 10	0900-5152535
	kraamzorg@vivent.nl	
	www.vivent.nl	
Maaltijdservice Vivent	Rijnstraat 10	0900-5152535
	Maaltijden@vivent.nl	
	www.vivent.nl	
Massagetherapie Kiva	Scheldestraat 47	6121000
	info@kiva.nl	
	www.kiva.nl	
Mooi zo, goed zo	Rogier v.d. Weydenstr. 2	6124488
	info@mzgz.nl	
	www.mzgz.nl	
Oosterpoort voor jeugdzorg (regionaal) Locatie 's- Hertogenbosch	Boterweg 7	6927300
	www.oosterpoort.org	
Psychologiepraktijk	Graafseweg 194d	6100222
	info@edb-online.nl	
	www.edb-online.nl	
Therapeutische Gezinsverpleging	Boterweg 7	6571715
	tgw@widdonck.nl	
	www.widdonckweb.nl/website	
Thuiszorg AllCare	Rijnstraat 4	6416143
	info@allcare.nl	
	www.allcare.nl	

Thuiszorg Vivent	Rijnstraat 10	0900-5152535
	thuiszorg@vivent.nl	
	www.vivent.nl	
Thuiszorgwinkel Vivent	Rijnstraat 10	6814616
	thuiszorgwinkel@vivent.nl	
	www.vivent.nl	
Trefpunt Oost dagbesteding	Piet Slagerstraat 132	0646768117
	trefpuntoost@planet.nl	
Verpleeghuis Oosterhof	Eemweg 114	6802100
	oosterhof@vanneynsel.nl	
	www.oosterhof.vanneynselgroep.nl	
Zorgcentrum de Grevelingen	Grevelingen 66	6128799
	receptie.degrevelingen@vanneynsel.nl	
	www.degrevelingen.vanneynselgroep.nl	

Wonen

Brabant Wonen wijkbeheerder	Graafseweg 294	6814500
	b.janssens@brabantwonen.nl	
	www.brabantwonen.nl	
GGZ begeleid wonen	Graafseweg 194a	6154902
Seniorenplusappartementen De Rivieraa	Eemweg 10/110	6802100
	rivieraa@vanneynsel.nl	
Woningverhuur Brabant Wonen	Graafseweg 294	
	5213 AS 's-Hertogenbosch	088 281 60 00
	info@brabantwonen.nl	
	www.brabantwonen.nl	
Zayaz	Eekbrouwersweg 8	

5233 VG 's-Hertogenbosch
www.zayaz.nl

073 648 2400

Wijkgericht (overstijgend)

Meldpunt onderhoud openbare ruimte gemeente

<https://www.s-hertogenbosch.nl/product/meldpunt/>

(073)-615 55 55

Spreekuur Bureau Sociale Raadslieden wijkwinkel de Kiek

Dageraadsweg 39

073-6872640

sociaalraadslieden@s-hertogenbosch.nl

<https://www.s-hertogenbosch.nl/product/sociaalraadslieden/>

Stedelijk Huurders Platform 's- Hertogenbosch

Pieter Breughelstraat 20

5213 BN 's-Hertogenbosch

info@stedelijkhuurdersplatform.nl

www.huurdersplatform.shertogenbosch.nl

Wijkagent

0900-8844

Wijkmanager Rutger Janssens,

073-6155367,

r.janssens@s-hertogenbosch.nl

Wijkplein De Kiek

Dageraadsweg 39

073 6872 640

wijkpleindekiek@farent.nl

<https://www.farent.nl/locaties-en-wijken/s-hertogenbosch/>

Wijkkrant Oost

Redactieadres Maassingel 65

06-36533432

5215GE 's-Hertogenbosch

redactie@wijkkrantooost.nl

www.wijkkrantooost.nl