

Ruik, onderzoek en proef in Boerhaave

LEIDEN - Tijdens de herfstvakantie (17 oktober tot en met 1 november) is er veel te beleven in Museum Boerhaave, Lange St. Agnietenstraat 10. Kom proeven, ruiken en onderzoeken in de populaire kinderworkshops! Of kom je liever met de hele familie naar de komische theatervoorstelling over Einstein?

In de familietentoonstelling Rijk van Rotzooi zie je hoe recycleren zelf dingen maken van alle tijden is. Mensen waren vroeger heel vindingrijk en spaarzaam! Jij ook? Tijdens de herfstvakantie ga je zelf kleurige zeepjes maken, met heerlijke geuren en glitter! En heb je straks kleine stukjes zeep over? Doe die dan in een sok en was jezelf ermee wanneer je douche neemt. De bekende tv-kok Pierre Wind

stelling FOODTOPIA over voedselinnovaties! Neem een kijkje bij de sushi-bar en kom ruiken aan de geurwand. Leuk voor iedereen van 7 tot 107 jaar!

Maak een ontdekkingsreis langs de uitvindingen van onze voorvaders. Tijdens deze speciale rondleiding bestudeer je skeletten en meet je de stand van de sterren. Als een echte wetenschapper krijg je natuurlijk ook een laboratoriumjas aan. En het blijft niet alleen bij kijken. Bij onderzoek doen probeer je zelf natuurlijk ook van alles uit! Een leuke interactieve rondleiding voor kinderen vanaf 8 jaar oud. Familievoorstelling voor het hele gezin door Pandemonia Science Theater (vanaf 6 jaar). In deze hilarische, poëtische en interactieve



deelde zijn geheimen en ze vertellen je nu alles door. Verwonder je over kook-ologische wetenschap. Proefjes met vloeibaar stikstof? Je zit er met je neus bovenop! Onze medewerkers begeleiden een sessie vol met opmerkelijke voedseltrucs en -feiten. Mede mogelijk gemaakt door Zorg & Zekerheid. En bezoek na afloop de tentoon-

Leer de geheimen van tv-kok Pierre Wind (Foto: pr).

voorstelling doet Albert Einstein z'n uiterste best om zijn theorieën toegankelijk te maken en definitief te bewijzen dat het universum gek is. Voor data, kosten en tijden check www.museumboerhaave.nl. •

Voordrachten Leidse vrijwilligersprijs gevraagd

"Wees trots op jezelf"

LEIDEN - Uit onderzoek blijkt dat maar liefst rond de 30% van de Leidenaren actief is als vrijwilliger. Zonder hen zou onze stad er heel anders uitzien. Tijd om deze mensen in het zonnetje te zetten door hen voor te dragen voor de Leidse vrijwilligersprijs. Winnaars krijgen een beeldje en een cadeaubon. Er is een algemene prijs voor groepen of individuen, een prijs voor jongeren van 18 t/m 27 jaar en dit jaar voor de tweede keer een prijs voor organisaties die bijzonder goed omgaan met vrijwilligers, bijvoorbeeld door hen erkenning, structuur en opleidingsmogelijkheden te bieden. Voordrachten kunnen tot en met 25 oktober worden ingediend via leidsevrijwilligersprijs.nl. 9 December vindt de uitreiking plaats in het Leidse stadhuis.

door Anna Ravve

"Zullen we gewoon je en jij zeggen?", vraagt Frank van Rooij, voormalig jurylid van de Leidse vrijwilligersprijs en directeur van Radius na aanvang van het interview. Wanneer de redacteur vanwege het leeftijdsverschil en Van Rooij's positie automatisch in de u-stand schiet, wordt ze onmiddellijk gecorrigeerd. Van Rooij houdt van gelijkwaardigheid én van duidelijkheid. Deze waarden probeert hij ook uit te dragen in het contact met zijn medewerkers en vrijwilligers. Radius ondersteunt ouderen en mensen met een handicap en hun mantelzorgers, bijvoorbeeld door maaltijden aan huis te bezorgen, activiteiten te organiseren en goedkoop en rolstoelvriendelijk vervoer aan te bieden.

Waardering

Sommige vrijwilligers zijn al dertig jaar actief bij Radius, langer dan Van Rooij er werkt. Hoe krijgt Radius dat voor elkaar? "Een goede sfeer, belangstelling en waardering zijn belangrijk. Dat zit in kleine dingen, zoals vragen hoe het gaat, samen de vrijwilligersactiviteit evalueren en een kopje koffie aanbieden. Kortom, door de mens achter de vrijwilliger aandacht te geven. We helpen onze vrijwilligers ook met het aangeven van grenzen om overbelasting te voorkomen. Ze kunnen kiezen uit afgebakende taken. Wanneer ze een probleem signaleren dat buiten hun verantwoordelijkheid ligt, vragen we hen dat aan ons door te geven. We verwachten absoluut niet dat ze het zelf oplossen. Maar de belangrijkste reden dat sommigen het zo lang volhouden, is hun motivatie. Die is heel sterk. Dat geldt voor



vrijwel alle vrijwilligers die ik ben tegengekomen, ook buiten Radius. Hun hart zit op de juiste plaats en ze doen graag dingen voor anderen. Daar mag je als vrijwilliger trots op zijn! Dus meld je vooral aan voor die prijs."

Hulp vragen moeilijk

Over het algemeen heeft Radius geen moeite met het vinden van vrijwilligers. Cliënten vinden het daarentegen soms moeilijk om hulp te vragen, omdat ze liever niet erkennen dat het wat minder gaat of anderen niet tot last willen zijn. Van Rooij: "Jammer, want vrijwilli-

Frank van Rooij, directeur van Radius: "De belangrijkste reden dat sommigen het zo lang volhouden, is hun motivatie. Hun hart zit op de juiste plaats. Daar mag je als vrijwilliger trots op zijn! Dus meld je vooral aan voor die prijs" (Foto: Anna Ravve).

gers staan vaak te springen om te helpen".

Aanmelden bij Radius, als vrijwilliger of als cliënt, kan telefonisch via 071-7074200. Kijk voor meer informatie op www.radiuswelzijn.nl. Voordrachten voor de vrijwilligersprijs kunnen worden ingediend via www.leidsevrijwilligersprijs.nl. •

Tien jaar Voedselbank

LEIDEN - Zondag 18 oktober is het tien jaar geleden dat Voedselbank Leiden officieel is opgericht. Ondanks het dubbele gevoel is het toch een gebeurtenis waar aandacht aan wordt gegeven. Het bestuur wil stilstaan bij tien jaar lange inzet van inmiddels ruim 60 vrijwilligers en de voedselleveringen, donaties en steun door gemeenten, bedrijven, particulieren, serviceclubs, scholen, kerken, moskeeën en andere organisaties. Zonder deze partijen was het niet mogelijk geweest tien jaar lang de mensen te kunnen helpen die het wekelijks pakket zo hard nodig hebben. Voor de klanten is ter gelegenheid van tien jaar Voedselbank Leiden een extra pakket samengesteld waarmee ze een menu kunnen bereiden. Dit pakket wordt donderdag 29 oktober verstrekt. In tien jaar tijd is veel gebeurd: van het wekelijks uitdelen van circa 25 voedselpakketten vanuit een garage naar het uitdelen van circa 425 pakketten per week vanuit het huidige goed geoutilleerde pand in de Willem Barentszstraat en twee uitdeelpunten in Leiden. Daarnaast

zijn vanuit en met hulp van Voedselbank Leiden ook in Voorschoten en de Duin- en Bollenstreek voedselbanken opgericht, waarmee intensief wordt samengewerkt. Vanuit Voedselbank Leiden worden ook de klanten uit Leiderdorp, Oegstgeest en Zoeterwoude voorzien van een voedselpakket. De totale waarde van depakketten die in het afgelopen jaar zijn uitgedeeld, bedraagt circa 600.000 euro. De producten hiervoor zijn verstrekt door de leveranciers en vanuit Distributiecentrum Haaglanden.

Twee verhuizingen verder, in het bezit van een mooie koelbus, een ruime vriescel, koelcel en gekoelde werkruimte rijker, is Voedselbank Leiden zich continue aan het verbeteren om een betrouwbare en professionele speler te blijven in de voedselketen. Tijdens een bijeenkomst op 31 oktober worden drie korte lezingen gehouden en ontvangt Voedselbank Leiden het Certificaat Voedselveiligheid. Klanten kunnen erop vertrouwen dat de veiligheid van het voedsel dat zij aangeboden krijgen, gewaarborgd is. •

Waalse Kerk gevuld met orgelklanken

LEIDEN - Organist Tjalling Roosjen geeft zaterdag 17 oktober om 16.30 uur een orgelconcert in de Waalse Kerk, Breestraat 64. Op het programma staan werken van Arnolt Schlick, Bernhard Schmid (der Ältere), Bernhard Schmid (der Jüngere), Samuel Scheidt, Heinrich Scheidemann en Gottfried Scheidt. Roosjen werkt als cantor-organist in Soest, is als organist en klavecijnist lid van het Carminis Consort en maakt als tenor deel uit van het vocaal ensemble Basi-

Laatste Evensong van dit seizoen

LEIDEN - Liefhebbers van de Anglicaanse kerktraditie kunnen zondag 18 oktober om 17.00 uur in de Hooglandse Kerk, Middelweg 2, hun hart ophalen tijdens de achtste en afsluitende Evensong van dit seizoen. Onder leiding van dirigent Edwin Velvis zingt het kamerkoor Northern Voices uit Roden deze Evensong. Liturg is dominee Gea Smit uit Zoeterwoude. Zij spreekt over Franciscus van Assisi en de soefi-mysticus Rumi.

ONZE INBOUW SERVICE

NIEUW
BESTELLEN VIA ONZE **WEBSHOP** WWW.EPSWAAK.NL

EP:Swak beschikt over een eigen keuken inbouwdienst, keuze uit uitgebreid assortiment en merkaanbod. Vrijblijvende inmeetservice en offerteaanvraag, inbouwen door eigen opgeleide monteurs, zowel bij vervanging als nieuwe keukenapparatuur.

EP:Swak