



JAARVERSLAG 2025

JULIANA PLAZA

Website:

www.julianaplaza.nl

E-mailadres:

info@julianaplaza.nl

Schalk Burgerstraat 217

2572 TV Den Haag



JULIANAPLAZA

23 januari 2025 Nieuwjaarsreceptie Transvaal

Een Blijvende Verbinding in Transvaal: Juliana Plaza Den Haag als Huiskamer van de Buurt De Bewoners Organisatie Transvaal Zuid (BTZ), Juliana Plaza, Staedion, Wijkz en WeZijn Transvaal organiseerden op 23 januari jl. de nieuwjaarsbijeenkomst van Transvaal. Het was een inspirerende bijeenkomst die aan elkaar werd gepraat door moderator Rishmie Chotkan, met een bijzondere sfeer, waarbij bewoners en verschillende organisaties samenkwamen om hun samenwerking te vieren, 2024 af te sluiten en het nieuwe jaar in te luiden.

Er werd gesproken over de ontwikkelingen in de wijk Transvaal door Abdelsadek Maas, voorzitter van bewonersorganisatie Transvaal Zuid en door Hassan El Houari, stadsdeeldirecteur Gemeente Den Haag. Juliana Plaza speelt een cruciale rol als dé plek waar buurtbewoners en organisaties elkaar ontmoeten, ideeën uitwisselen en samenwerken om zo de wijk veilig, gezellig en vooral verbonden te houden. Ook werd er gesproken door Liesbeth Groen-Gitz, een samenwerkingspartner die in 2024 samen met haar collega Roos de Haan een vierweekse training heeft verzorgd voor onze vrijwilligers. Het traject is gericht op het ontdekken van eigen talenten, het versterken van eigen kracht en het leren hoe je vanuit je passie kunt bijdragen aan de gemeenschap. Tijdens de nieuwjaarsreceptie heeft zij gesproken over de resultaten van dit traject. Zij sprak niet alleen zelf maar heeft twee vrijwilligers, Rita en Prema, het podium gegeven om te laten zien wat zij hebben geleerd tijdens de training. Deze twee krachtige vrouwen stonden daar vol vertrouwen en deelden hun ervaringen met het publiek. Het was een geweldig moment om te zien hoe zij hun stem hadden gevonden en zich durfden uit te spreken. De receptie werd muzikaal omlijst door de prachtige klanken van een band uit Andalusië, genaamd het Ahaddaf Quartet met leadzanger Mohamed Ahaddaf, die de sfeer nog specialer maakte.

Juliana Plaza is werkelijk een plek waar kansen voor iedereen worden gecreëerd. Het is een wonder om al die bevlogen mensen samen te zien in één zaal. Wat een energie! Allemaal gericht op mensen met elkaar verbinden en gezamenlijk te werken aan een betere wijk en een thuis voor iedereen. We doen mooi werk met elkaar en zijn goed op weg naar verbinding. Dat was duidelijk zichtbaar op de receptie, waar buurtbewoners, de politie, maatschappelijke organisaties, woningbouw corporaties, politieke vertegenwoordigers en bewonersorganisaties allemaal samenkwamen.



13 februari 2025 Aandacht en Appeltaart!

Stichting Appeltaartconcerten was op 13 februari te gast bij Juliana Plaza Den Haag. Het Haags Taartkwartet speelde Mozart, Brahms en Piazzolla voor ruim 100 senioren. Met dank aan het Residentie Orkest. Juliana Plaza is een sociaal maatschappelijke onderneming. We zetten onze unieke kennis, deskundigheid, menskracht en netwerk in voor een betere samenleving en een sterkere wijk Transvaal.

Met de activiteiten in Juliana Plaza willen we wijkbewoners uit Transvaal en omgeving de mogelijkheid geven om elkaar te ontmoeten. Zo ontstaan nieuwe vriendschappen en voelen ze zich niet meer eenzaam.



11 maart 2025 Internationale vrouwendag

In 2025 is het thema van Internationale vrouwendag: 'Vrouw van de Toekomst'. De oproep van de internationale organisatie is om te reflecteren op het verleden én na te denken over welke impact en krachten vrouwen kunnen uitoefenen binnen de zo snel veranderende wereld van morgen. 'Het draait om het scheppen van een inclusieve toekomst waarin vrouwen in alle facetten van de samenleving – van technologie en wetenschap tot cultuur, politiek en gemeenschappen – een gelijkwaardige rol spelen.'

Wij geloven erin dat zo'n grootse visie begint met kleine stappen in de praktijk dichtbij huis. Daarom organiseert Juliana Plaza Den Haag een netwerk-iftar waar verbindingen werden gelegd die ook na 11 maart voor beweging zorgen. Verbindingen waarbij vrouwen elkaar inspireren en van elkaar leren. Ruim 130 krachtvrouwen uit alle hoeken van de samenleving van school- en buurtmoeders tot ondernemers, professionals, krachtige vrouwen uit alle hoeken van de samenleving gingen met elkaar in gesprek.

Zij stonden stil bij de vooruitgang die geboekt is, maar ook bij de obstakels die nog in de weg staan. Songul Mutluer vertelde over de krachtige vrouwen in haar leven, die de Songul van vandaag hebben geïnspireerd. Zij heeft ook benadrukt dat weerbaarheid en de strijd tegen femicide onvermoeibaar door moeten gaan. Een onderwerp dat alle vrouwen raakt en wordt herinnerd aan de noodzaak om samen op te blijven staan voor verandering en vrouwenonrecht.

Vrouwelijke leider en visionair en tevens onze dagvoorzitter Renata Brabander sloot af met een krachtige reflectie op de vrouw van de toekomst. Hoe zorgen we ervoor dat de generatie na ons spreekt over dé tijd waarin vrouwen definitief hun plek opeisten?



Meer bewegen, minder vallen met de valpreventie cursus "Den Haag Blijft Staan" van Sportief Plus in Juliana Plaza Den Haag

Het risico op vallen wordt groter naarmate we ouder worden. Valpreventie helpt om dat risico zo klein mogelijk te maken. Door te blijven bewegen en het evenwicht te verbeteren.

In samenwerking met Sportief Plus namen 15 senioren uit Transvaal e.o. de afgelopen 13 weken deel aan de wekelijkse valpreventie cursus en andere beweegactiviteiten in Juliana Plaza die helpen om actief en gezond te blijven.

Op 30 april tijdens de laatste bijeenkomst werden de senioren verrast met een deelname certificaat uit handen van de toppers Thomas van der Starre en Ruchir Gobind van Sportief Plus.



3 juni 2025 Galadiner Parnassia

Dinsdagavond 3 juni genoten bijna 100 cliënten van Parnassia samen met hun begeleiders het galadiner in Juliana Plaza. Met dit galadiner wil Parnassia haar cliënten, mantelzorgers en begeleiders een bijzondere herinnering bieden, waarin samenzijn en waardering centraal staan. Vanuit de keukens van Transvaal volgde een driegangen-diner waar je u tegen zegt. Het Huuskes keukenteam Erwin Kotten, Reinout Bakker, Benno Van Der Steeg, Mick en Marc Nefkens kookten de sterren van de hemel. Tussen de gangen door zorgde de salsaband La Paranza voor tropische sferen, er werd volop gedanst inclusief polonaise!



5 juni 2025 immigratiedag Surinaams-Hindostaanse gemeenschap

Precies 152 jaar geleden vertrok het eerste schip met contractarbeiders vanuit India naar Suriname. Dat was het begin van de Surinaams-Hindostaanse gemeenschap, die dat dit jaar uitgebreid viert. In Suriname werd op 5 juni herdacht en gevierd dat precies 152 jaar geleden de Lalla Rookh, het eerste schip met contractarbeiders uit India, in Suriname aankwam. Tussen 1873 en 1916 kwamen naar schatting 34.000 Indiase contractarbeiders naar Suriname.

Ook in het sociale hart van Transvaal en Schilderswijk werd dit uitvoerig herdacht en gevierd. Op donderdag 5 juni was de jaarlijkse herdenkingsfeest in Juliana Plaza voor de senioren van de Surinaams-Hindostaanse gemeenschap. De vrijwilligers en medewerkers van Juliana Plaza hadden het initiatief genomen om deze herdenking feestelijk te vieren en in gesprek te gaan met de senioren over hun reis van Suriname naar Den Haag. Dank Bhai Frank Kanhai voor jouw persoonlijke 'immigratieverhaal', met behulp van jouw welbekende koffer. Zijn persoonlijke verhaal over zijn aankomst in Nederland vanuit Suriname als 12-jarige, zoals ook te zien in de documentaire Brieven aan de Achterblijvers was ontroerend. Naast een theatervoordracht van leerlingen van de Shri Vishnu basisschool over de immigratie stond de middag geheel in de teken van de immigratie met een dankbetuiging aan de voorouders die deze moeilijke reis hebben doorstaan en een blik van waar de Hindostanen vandaag de dag staan in de maatschappij.

Dank aan de medewerkers en vrijwilligers Prema, Roos, Beti, Rita, Ursula, Kamla, Imro, Ram, Ankie en Humphrey van Juliana Plaza voor deze bijzondere middag.



16 juni 2025 Vredesconferentie

In aanloop naar de NAVO-top organiseerde Juliana Plaza op maandagavond 16 juni een dialoogavond. Ruim 100 aanwezigen gingen onder de energieke leiding van dagvoorzitter Fatima Bouddokar en host Atalay Celenk samen in gesprek over vrede in onze eigen omgeving. Inspirerende bijdragen van sprekers Gert-Jan Aleman, Jozias van Aartsen en Jeannet boden nieuwe inzichten en perspectieven.

De rondetafelgesprekken zorgden voor waardevolle uitwisseling van ideeën tussen de deelnemers.

De avond werd feestelijk afgesloten met een dankwoord, fotomoment en gelegenheid tot napraten.

Dank aan alle aanwezigen voor jullie betrokkenheid en bijdrage aan dit waardevolle bijeenkomst.



22 juni 2025 Concert van Transvaal

Zondag 22 juni speelde het Residentie Orkest weer het traditionele concert voor Transvaal in Juliana Plaza Den Haag. Afgelopen week stond heel Den Haag in het teken van de NAVO-top waarbij de wereldleiders met elkaar in gesprek gingen over o.a. Vrede & Veiligheid in de wereld. Daarom hadden we een programma bedacht rondom het thema Vrijheid. Met dromen van een betere wereld.

Een strijkkwartet van het Residentie Orkest speelde o.a. Piazzolla's Libertango en werken van Mozart, Bach, Dvorak en Bartok. Farid Sheek speelde in een aantal van deze klassieke werken ritmes mee op zijn Daf waardoor de stukken een nieuwe dimensie kregen en hij liet het publiek voelen dat we allemaal hetzelfde ritme hebben en zo verbonden zijn met elkaar. Het Residentie Orkest had speciaal voor de RO in de Wijk concerten een opdrachtcompositie laten schrijven door Marijn van Prooijen, 'De Haagse Suite' waarbij muziek van Beethoven afgewisseld werd met melodieën van verschillende Haagse Culturen, zoals het Arabische 'Habibi', het Chinese 'Butterfly Lovers', het Hindoestaanse 'Lagja Gale' en het Turkse 'Haydar Haydar' eindigend met Beethoven's 'Alle menschen werden Bruder'. En ook het beroemde 'Imagine' van John Lennon paste perfect in dit Vrijheidsprogramma.

Hoopvol en een oproep aan ons allen om met muziek de wereld een betere plek te maken. Na afloop dronken de gasten gezamenlijk nog een glas verfrissende ice tea met heerlijke hapjes van Juliana Plaza. Volgend jaar (zondag 7 juni) is iedereen weer welkom voor het Concert voor Transvaal 2026, een jubileum editie.

Dank Leontien Kroner en Sven Arne Tepl voor de prettige samenwerking en jullie bijdrage aan het Concert voor Transvaal en Miriam Kirby Jan Buizer Abel Rodriguez Hester van der Vlucht dank voor de prachtige muzikale omlijsting.



15 september presentatie over hart- vaatziektes

Vandaag gaf huisarts Janet Kist van Health Campus Den Haag een inspirerende en interactieve presentatie over de risicofactoren van hart- en vaatziekten georganiseerd door de Hartstichting en Juliana Plaza Den Haag.

Ze legde duidelijk uit hoe deze ziektes ontstaan, welke factoren een rol spelen én wat je zelf kunt doen om gezonder te leven en de risico's te verkleinen. Vervolgens schoven de professionals aan bij de rondetafelgesprekken, waar de bezoekers van het wijkrestaurant Transvaal konden napraten over dit belangrijke thema.

Als afsluiting hebben we gezamenlijk met de bezoekers een heerlijke gezonde maaltijd gegeten, waar we samen met de groep van hebben genoten. Een waardevolle middag vol kennis en gezelligheid!



17 september 2025 Kookworkshop "Lekker Sterk 65+"

In de gezellige kookworkshop 'Lekker Sterk 65+' hebben de senioren van Juliana Plaza Den Haag samen met de dames van GGD Haaglanden Anita Kootwijk, Chanté Gijsbertha en Julie Winson van Winson Nutrition gerechten gemaakt met extra veel eiwit.

Bij het ouder worden gaat de spierafbraak sneller. Om die afbraak af te remmen is het nodig voldoende eiwit te eten. Eiwit zit natuurlijk in eieren, maar in nog veel meer producten. Denk bijvoorbeeld aan vlees, vis, kwark, noten en linzen. De deelnemers leerden ook dat het belangrijk is de spieren goed te blijven gebruiken. Door bijvoorbeeld de eigen boodschappen te tillen of mee te doen met een sportclub! De workshop was leerzaam, maar vooral ook gezellig en lekker.

Wilt u meer informatie over welke voeding gezond is voor u? Ga dan naar www.ggdhaaglanden.nl/gezondevoeding

Een aantal enthousiaste reacties van deelnemers:

Mevrouw Annie: "Ik vond het reuze gezellig en het is voor herhaling vatbaar."

Mevrouw Geeta: "Ik vond het leuk, gezellig en vooral leerrijk en ik heb nieuwe mensen leren kennen."

Mevrouw Debi: "Ik heb gelachen heb nieuwe dingen geleerd in de keuken echt gezellig."

Anita (GGD) vertelde dat ze het een dynamische en gezellige groep vond en dat ze graag een keer terugkomt in Julianaplaza!



29 september 2025 kleurde Juliana Plaza Den Haag rood

Dress Red Day is al 15 jaar dé dag van de Hartstichting waarop we samen aandacht vragen voor hart- en vaatziekten bij vrouwen.

Want wist je dat er elke dag 53 vrouwen overlijden aan een hart- of vaatziekte? Hart- en vaatziekten worden bij vrouwen nog te vaak gemist. Klachten worden niet altijd herkend. Hartproblemen die vaker voorkomen bij vrouwen kunnen we helaas nog niet altijd goed opsporen en behandelen. Dit moet veranderen.

Wij vinden dit een heel belangrijk onderwerp en daarom organiseerden wij vandaag een rood diner in het wijkrestaurant van Transvaal. Het was een bijzondere avond!



29 september 2025 voorlichting mondhygiëne

Van 29 september tot en met 3 oktober organiseert GGD Haaglanden voor het eerst een speciale editie van de Haagse Poetsweek, gericht op ouderen.

Onder het motto "Gezond begint in je mond" kregen de senioren van het wijkrestaurant in Juliana Plaza voorlichting hierover, verzorgd door de dames van GGD Haaglanden Anita Kootwijk en Chanté Gijsbertha.

De senioren hebben met grote belangstelling en enthousiasme deelgenomen aan de bijeenkomst, hebben vragen gesteld, namen deel aan een quiz en ontvingen mooie goodiebags van de GGD Haaglanden in het teken van mondgezondheid en het belang daarvan voor de algehele gezondheid.



28 oktober Krachtvrouwen in de Wijk

Afgelopen dinsdag kwamen ruim 110 schoolmoeders samen in Juliana Plaza Den Haag voor het bijzondere event Krachtvrouwen in de Wijk, dat ik samen met Ahlem Gharsalla en Dilan Kaya van Den Haag Werkt mocht organiseren.

In wijken als Transvaal en Schilderswijk ervaren veel vrouwen sociaal isolement en onzekerheid over hun toekomst. Na jaren van toewijding aan hun gezin ontstaat eindelijk ruimte voor henzelf – maar zonder steun kan dat leiden tot een gevoel van leegte of gemiste kansen.

Tijdens activiteiten in Juliana Plaza ontmoeten wij deze vrouwen geregeld. In open gesprekken horen we hun verhalen van kracht, maar ook van gemis aan verbinding. Daarom organiseren we bijeenkomsten als deze: om vrouwen te informeren, inspireren en stimuleren hun talenten te ontdekken en eigen regie te nemen. Zo groeien zij in zelfvertrouwen, participatie en economische zelfstandigheid. Juliana Plaza biedt daarvoor een warme, veilige en laagdrempelige plek waar vrouwen elkaar versterken en bouwen aan een toekomst met meer kansen en gelijkwaardigheid.



7 november 2025 Haagse Mantelzorg Driedaagse – een middag vol waardering en verbinding

Gemeente Den Haag telt ruim 160.000 mantelzorgers die dagelijks met liefde en betrokkenheid zorgen voor hun naasten. Tijdens de Haagse Mantelzorg Driedaagse zetten we hen in het zonnetje als dank voor hun onmisbare inzet.

Gisteren ontvingen Juliana Plaza, PEP Den Haag, Wijkz en het Residentie Orkest 100 mantelzorgers uit het stadsdeel Centrum voor een inspirerende bijeenkomst met:

Een heerlijke lunch

Verhalen van, over en met mantelzorgers

En een unieke Music Moves bewegingsworkshop met livemuziek door musici van het Residentie Orkest (met harpiste Mathilde Wauters en fluitiste Janneke Groenst) die werken van Debussy, Ibert, Piazzolla en Villa-Lobos ten gehore brachten, terwijl bewegingsspecialist en danseres Meike Portegies alle aanwezigen meenam in beweging op de muziek.

Daarnaast waren verschillende ondersteunende organisaties aanwezig, waaronder Wijkz, PEP Den Haag, Haags Ontmoeten, Sportief Plus en Zorgmaatje aan Huis Nederland, Senioren-Tablet.com en Juliana Plaza om mantelzorgers te informeren over hun diensten en netwerken.

Een middag vol ontmoeting, muziek en waardering – precies waar mantelzorgers recht op hebben.



12 november Stadsgesprek: Waar komt onze warmte vandaan?

We willen niet meer afhankelijk zijn van aardgas. Niet van gas uit het buitenland. En ook niet van aardgas uit Groningen. Hoe verwarmen we straks ons huis? Koken we ons eten? En nemen we een warme douche: zonder aardgas? Over die vraag ging het tijdens het stadsgesprek 'Waar komt onze warmte vandaan?' in Juliana Plaza. Bewonersgroepen uit Den Haag vertelden hoe zij werken aan eigen warmtevoorzieningen. Gemeente Den Haag vertelde hoe er wordt gewerkt aan een publiek warmtebedrijf. Het werd een gezellige en leerzame avond, vol inspiratie.



17 november partneroverleg Zorg & Welzijn professionals

Afgelopen maandag vond het tweede partneroverleg van 2025 plaats met zorg & welzijn professionals in Juliana Plaza met als doel: terugblik start wijkrestaurant Transvaal, stand van zaken, behaalde doelen in 2025, doelen voor 2026 en het versterken van de samenwerking met de wijkpartners.

Mooi om te zien dat professionals en inwoners samenkomen om de zorg en ondersteuning te verbeteren door te focussen op maatwerk, burgerparticipatie en collectieve interventies.

Na het overleg hebben de partners gezamenlijke gedineerd met de senioren van wijkrestaurant Transvaal.



18 november Vitaliteitsdag

Op dinsdag 18 november 2025 organiseerde Sportief Plus samen met Juliana Plaza Den Haag de Vitaliteitsdag. De Vitaliteitsdag vond plaats in Julianaplaza, een locatie die ruimte bood om het programma rustig en overzichtelijk op te zetten. Deelnemers konden twaalf gezondheidstesten doorlopen, waaronder o.a. de Smartfloor, bodyscan, bloeddruk, longfunctie, handknijpkracht, conditie en balans en meer.

Om iedereen voldoende tijd te geven, werd de dag verdeeld in twee blokken van drie uur. Dat zorgde voor rust, duidelijke uitleg en ruimte voor persoonlijke gesprekken. Voor veel bewoners uit Transvaal maakte deze opzet het verschil: het gaf vertrouwen, helderheid en de kans om vragen te stellen die ze anders niet durfden of konden stellen.

Naast de testen konden bezoekers workshops en lezingen volgen over geldzaken, stress en ontspanning, hart- en vaatgezondheid en eiwitrijke voeding. Zo werd gezondheid niet alleen gemeten, maar ook besproken, uitgelegd en vertaald naar het dagelijks leven.



20 november Appeltaartconcert

Juliana Plaza Den Haag bruide weer als ontmoetingsplek! Het publiek was buitengewoon divers: vaste Appeltaartliefhebbers, senioren uit de wijk, vaste bezoekers, bewoners van Woon Zorgcentra Haaglanden (WZH) Locatie Transvaal én de Plusbus uit Bussum genoten samen van prachtige flamenco muziek uitgevoerd door de musici van Stichting Appeltaartconcerten. Wat was die muziek prachtig en die taart lekker! Muziek verbindt – dat was duidelijk voelbaar!



11 december WinterFair, een feestelijk event tegen eenzaamheid.

Eenzaamheid neemt toe met de leeftijd en treft veel ouderen, omdat zij bijvoorbeeld hun partner moeten missen of te maken krijgen met gezondheidsproblemen.

Twee van de belangrijkste interventies om eenzaamheid te verminderen zijn het ontmoeten van bestaande of nieuwe contacten en het doen van een activiteit. En dat is precies wat WinterFair doet.

In samenwerking met NL Cares namen op 18 december een bus vol senioren van Juliana Plaza Den Haag deel aan de WinterFair, een liefdevolle winterevent in de sfeervolle Caballero Fabriek in Den Haag. Voor het event werd de Caballero fabriek omgetoverd tot een prachtig winter wonderland.

Tijdens dit evenement werden eenzame ouderen en mensen met een beperking uit hun isolement gehaald met een gezellige ochtend vol warmte en plezier. Dit alles in gezelschap van een vrijwilliger vanuit het netwerk van Stichting NL Cares en Juliana Plaza.

Bij aankomst stonden de vrijwilligers klaar om samen een bezoek te brengen aan de feestelijke Winterfair. Met hapjes en drankjes, kleurrijke kraampjes, muziek en diverse gezellige activiteiten

werden de senioren verblijd. De senioren namen volop deel aan verschillende activiteiten van kerstkaarten schrijven tot persoonlijke kerstkaarten maken voor hun dierbaren. Oudhollandse spelletjes spelen, genieten van nostalgische spellen in een gezellige setting of een eigen kerststukjes maken om mee naar huis te nemen. De senioren konden ook via photobooth een leuke foto maken als herinnering aan deze dag. Tussen de activiteiten door was er een loterij en werden de senioren verrast door leuke acts. Na afloop ontvingen de senioren een goodiebag vol leuke herinneringen aan deze mooie dag.

