

# Uitgaan zonder prikkels

## Silence-café: 'In rustige omgeving minder moe'

**SCHERPENZEEL** Hedie Niemeijer kan er nu al naar uitkijken. Het eerstvolgende Silence-café. Een avond uit zonder harde muziek en bediening die te vaak vraagt of je wat wilt bestellen. Ze is het Silence-concept vorig jaar gestart in Scherpenzeel. Inmiddels zijn er meer plekken waar een Silence-café plaatsvindt.

Niemeijer: „Toen ik ongeveer 35 was heb ik hersenletsel opgelopen bij een zwaar auto-ongeluk. Na mijn revalidatie-periode kwam ik erachter dat ik nog dezelfde persoon ben. Ik hou nog steeds van winkelen, lekker eten en uitgaan. Maar ik moet wel leven met beperkingen. Eén daarvan is dat ik prikkels minder goed kan filteren. Van hard geluid, fel licht en drukte om me heen word ik sneller moe. Omdat ik dat vervelend vond voor mijn gezelschap, ging ik lange tijd niet uit”.

**ZONDER PRIKKELS** Vorig jaar is Niemeijer een Silence-café gestart in De Breehoek in Scherpenzeel. Iedere tweede dinsdag van de maand is de bar open, wordt het licht gedimd en gaat de muziek uit, zodat mensen zonder veel prikkels kunnen praten. Niet alleen mensen met niet aangeboren hersenletsel, burn-out of hoogsensitiviteit bleken plezier te kunnen hebben in de Silence-café's. Ook mensen die niet van harde muziek houden, waardoor ze hard moeten praten om elkaar te verstaan, kunnen hier hun hart ophalen. En nu in de anderhalve-metermaatschappij is het voor alle sfeergenoten prettig om vanaf die afstand niet te hoeven schreeuwen om elkaar te verstaan.

**SILENCE-RUSTPLEK** Het succes van het Silence-café smaakte naar meer. Dus toen ze toch eens een dag ging winkelen, kwam het moment dat ze moest rusten. Twee locaties wilden dat niet toestaan, maar bij de derde was ze van harte welkom om haar ogen even te sluiten. „Bij mij ontstond toen het idee, dit moet op meer plekken en voor meer mensen mogelijk zijn”. De Silence-rustplek was geboren.



■ Hedie Niemeijer zette het Silence-café op.

Sindsdien gaat Niemeijer, in iedere plaats waar ze komt, op zoek naar Silence-locaties. Inmiddels zijn er, naast Scherpenzeel, meer locaties in de regio die mogelijkheden bieden. Iedere laatste vrijdag van de maand is er een Silence-café bij Baristacafé Veenendaal. Er is een rustplek bij Meet & Eat in Wageningen. En bij de Grebbelounge kun je terecht terecht voor een Silence-rustplek, -café en -restaurant.

**NIJMEGEN** Ook buiten de regio slaat het concept aan. Zo zijn er iedere vrijdag Silence-café's bij de Parade in Nijmegen. En kun je Silence-dineren bij Aruna Cuisine in Roermond. Bij beide zijn ook rustplekken, net als bij Literatuurtje: een koffietentje bij de bibliotheek in Roermond. Ook bij Bell's in Zeist vind je een rustplek, in de toekomst zijn hier ook Silencecafés. Daarnaast bleek de Efteling een rustruimte te hebben en wordt er hard gewerkt aan Silencecafés in Almere.

Niemeijer hoopt dat het concept landelijk opgepikt gaat worden. Cafés, bibliotheken, restaurants en grotere attracties worden uitgenodigd om zich aan te sluiten. „Voor horeca-ondernemers vergt het in principe geen investering om mee te doen. Ik zeg vaak: je hebt vast ergens een rustig plekje in je zaak. Kies een avond waarop je het toch al rustig hebt en probeer het uit. Ik weet gewoon dat er een grotere doelgroep is, dan men denkt, die het prettig vindt om op deze manier een avond uit te gaan of te eten”, vertelt ze vol vuur.

**HOBBY** Voor Niemeijer is het Silence-café een hobby. Het zoeken en bezoeken van de locaties, het beheer van de website en het bijhouden van de social media vergen veel tijd. „Gelukkig heb ik die” zegt ze stralend. De investeringen beginnen wel op te lopen. Reiskosten, maar bij verdere groei moet ook de website ver-

der worden geautomatiseerd. En dat is lang niet alles. „We zijn nu bezig met Silence-deurstickers, zodat mensen de locaties kunnen herkennen. En er komen Silence-bordjes die je op de tafel kunt zetten bij bijvoorbeeld een koffietentje, zodat mensen en de bediening weten dat je niet gestoord wilt worden.”

**DONATEURS** Niemeijer wil liever geen jaarlijkse bijdrage per locatie. Ze is daarom op zoek naar donateurs, subsidie en sponsors. „Als er straks geen geld meer bij moet, is het mooi. Mocht er in de toekomst geld overblijven, dan maak ik dat over naar een goed doel”.

Op de website [www.silencecafe.nl](http://www.silencecafe.nl) zijn de locaties van Silence-café's, -restaurants en -rustplekken te vinden. Alle ondernemers of andere locaties uit heel Nederland die zich willen aansluiten bij dit concept zijn welkom bij Niemeijer via [info@silencecafe.nl](mailto:info@silencecafe.nl).

## Petitie tegen windmolens op Leusderheide

**LEUSDEN** Inwoners van Leusden zijn een online petitie gestart tegen het plaatsen van windmolens op de Leusderheide. Ook elders in de gemeente Leusden mogen van hen geen windturbines geplaatst worden. De petitie is op de eerste dag al meer dan honderd keer ondertekend. „We begrijpen dat Leusden is aangewezen als kansrijke locatie voor windturbines. Maar inwoners van Leusden en omgeving zullen ernstige hinder ervaren door horizonvervuiling”, aldus de inwoners van Leusden. „Wij constateren verder dat de voorgestelde locatie in een gebied ligt waarin beschermde diersoorten voorkomen volgens de Wet Natuurbescherming. En dat windturbines niet vrij zijn van CO2 en stikstofuitstoot.” Verder vinden de initiatiefnemers van de petitie „dat inwoners van de gemeente Leusden niet objectief geïnformeerd worden over de baten en lasten.” Ze hebben dan ook maar één verzoek: „Om Leusden in de RES aan te merken als definitief uitgesloten voor plaatsing van windturbines.”

## Zone in Nijkerk rookvrij verklaard

**NIJKERK** Met het leggen van een grote blauwe stoeptegels met daarop 'Rookvrije generatie' heeft wethouder Harke Dijksterhuis, onder aanmoediging van kinderen van basisschool Het Baken, de zone rondom &/entree aan de Frieswijkstraat rookvrij verklaard. Bij de bibliotheek in Nijkerk en Hoevelaken komen veel kinderen, alleen of in groepsverband met school. Vanuit ouders en scholen kwam steeds vaker de vraag om het voorterrein van de vestigingen rookvrij te maken. Vanaf september is het ook verplicht de schoolomgeving rookvrij te houden. Binnen &/entree (Bibliotheek, Sigma, UVV) is dit onderwerp besproken en er was direct enthousiasme om mee te werken aan de rookvrije zone. „Roken in openbare gelegenheden kan écht niet meer”, zegt Harke Dijksterhuis. „En gelukkig winnen rookvrije zones steeds meer terrein. Daarom een heel mooi initiatief om de omgeving rondom &/entree rookvrij te maken. Het zorgt niet alleen voor minder overlast, het geeft ook een duidelijk signaal dat roken gewoon niet oké is – zeker op plekken waar veel kinderen komen. Roken past niet binnen een gezond leven. Dat is wat we willen meegeven, vooral aan onze jongeren. Zodat zij kunnen opgroeien als een gezonde en rookvrije generatie.” De organisaties binnen &/entree staan ook voor een rookvrije generatie. Roel Zuidhof, directeur van de bibliotheek, is daarom blij hieraan een bijdrage te kunnen leveren: „We willen graag dat kinderen gezond opgroeien. Daarom zijn we, net als Sigma, al langer partner van positieve gezondheid en de daarbij behorende preventieprogramma's voor een gezonde leefstijl, zoals die door de gezondheidscentra onder de aandacht worden gebracht. Dat willen we dan op deze manier ook laten zien.” In Hoevelaken is het gebied bij de ingang van de bibliotheek rookvrij gemaakt. Openbare instellingen zoals de bibliotheek zelf en de UVV zijn al veel langer rookvrij.



## 'Kinderbingo in het park' in allerijl naar Boschzicht

**SCHERPENZEEL** Een bruiloft in Huize Scherpenzeel zette Oranjevereniging Scherpenzeel (OVS) zaterdag even voor een aardige uitdaging: er moest in allerijl een andere locatie worden gevonden voor de eerste editie van de 'Kinderbingo in het park'. OVS-bestuurslid Paula Meijer: „Die werd gevonden in Partycentrum Boschzicht, bij eigenaar Nico Klumpenaar. Heel fijn dat we daar terecht konden. Uiteindelijk kwamen ruim vijftig kinderen op het evenement af, een mooi aantal voor de eerste keer. De onverwachte locatiewisseling heeft wel tot een financieel verlies geleid. Maar dat weegt niet op tegen het plezier dat de kinderen hadden. We zijn heel blij dat we eindelijk weer iets voor hen konden organiseren.”

Foto Rinus van Denderen