



Gemeente Amsterdam

Projectbureau Noord/Zuidlijn

## VERSLAG 89

Vergadering	Begeleidings Commissie Uitvoering (BCU) Vijzelgracht
Vergaderdatum	11 februari 2008
Aanwezig	Bewoners/ondernemers: mw. Mulder, mw. Derksen, dhr. van den Boogert, dhr. Doeswijk, dhr. Geringan, mw. Van Gelder, dhr. Harm, dhr. Roos, dhr. Monasso, dhr. van Zwieten Stadsdeel Centrum: Han van Beeten Max Bögl Ben van Hoof Projectbureau Noord/Zuidlijn: Paul Andriessen (voorzitter), Mascha de Haan (projectbegeleider Vijzelgracht), Jeroen Angenent (2 <sup>e</sup> directievoerder), Hoite Detmar (BLV), Paul Janssen (contractmanager Tunnelboortraject) Daniëlle Barbieri (projectsecretaresse Team Diepe Stations en verslag) Toekomstig onafhankelijk voorzitter Peter Lankhorst
Afgemeld	-
Contactpersoon	Petra Groot
Doorkiesnummer	020 470 4070
E-mail	<a href="mailto:info.noordzuidlijn@ivv.amsterdam.nl">info.noordzuidlijn@ivv.amsterdam.nl</a>

**De volgende vergadering is op  
10 maart 2008, 17.00 – 18.00 uur, keet Lijnbaansgracht**

### 1. Opening

De voorzitter opent de vergadering en heet de aanwezigen welkom.

### 2. Mededelingen

Voor deze BCU is Paul Janssen contractmanager van het Tunnelboortraject aanwezig, hij zal de aanwezigen meer vertellen over de tunnelboomachine en haar traject. De voorzitter stelt voor om eerst Paul Janssen zijn verhaal te laten doen, waarna de reguliere BCU gehouden zal worden.

Deze BCU is de laatste voor Paul Andriessen als onafhankelijk voorzitter, vanaf de volgende BCU zal Peter Lankhorst deze taak overnemen, hij zal later nog aanschuiven, wegens verplichtingen elders.

*Noot van de notulist: Daar niet iedereen de presentielijst heeft ingevuld, kan het zijn dat de lijst van aanwezigen niet compleet en/of foutief is.*

### 3. Vorig verslag (Nummer 88)

Dhr. Angenent meldt dat Ben van Hoof zich de vorige BCU afgemeld had.

Mevrouw van Gelder meldt dat zij op bladzijde 3, bij de laatste alinea voor het punt 5. 'Rondvraag', mist dat de zij erg geschrokken was van het feit dat wethouder Herrema gezegd zou hebben dat wanneer er geen compromis bereikt wordt, de andere afspraken ook van de baan zouden zijn.

Zij geeft aan dat wat haar betreft de passage over de graafmachine, op bladzijde 4, 5<sup>e</sup> alinea, niet helder genoeg is weergegeven. Zij meldt dat zij betwijfelt of er daadwerkelijk, ondanks de toezegging van de Gemeente Amsterdam, stillere machinerie voor de Noord/Zuid Lijn gebruikt wordt. Naar haar mening zou de graafmachine geïsoleerd moeten worden. Dhr. Angenent verzekert dat er wel degelijk gebruik wordt gemaakt van stillere machinerie, maar soms is het gewoonweg niet mogelijk om een machine te isoleren, zoals bijvoorbeeld de genoemde graafmachine, omdat het apparaat ook warmte kwijt moet.

Dhr. Monasso geeft aan dat hij niet bij het gesprek met de wethouder aanwezig was, zoals wel staat op bladzijde 3 van het verslag in de 5<sup>e</sup> alinea staat.

Dhr. Harm meldt nogmaals dat naar zijn mening verslag nummer 86 te laat was verzonden, dat er twee weken vakantie waren vindt hij geen excuus. Tevens wil hij graag weten wat er met 'bronneringen' bedoeld wordt, deze worden onder het punt 4 'Terugblik/Vooruitblik' genoemd in de eerste alinea.

Dhr. Angenent legt uit dat hiermee de installaties die de grondwaterstand verlagen bedoeld worden.

De klachtenprocedure was nog niet bijgevoegd bij het verzenden van het vorige verslag, dhr. Detmar geeft aan dat ten tijde van de verzending dit nog niet geheel op papier gezet was. Hij heeft de klachtenprocedure nu bij zich en stelt deze ter beschikking aan de aanwezigen.

#### Actielijst verslag 88

Nr.	Actie	Conclusie
87-2	Informatie m.b.t. mogelijkheid boeken van hotel bij nachtelijke werkzaamheden in bewonersbrief zetten.	Afvoeren
87-3	Contact opnemen met dhr. Bruggeman, fractievoorzitter SP i.v.m. alarm van portaalkranen. <i>De voorzitter geeft aan dat hij dhr. Bruggeman gemaïld heeft met de vraag van de naam van het project in Amsterdam Noord, waar het alarm van de portaalkranen uitgezet was. Hij heeft nog geen reactie gehad en heeft de ochtend van 11 februari nogmaals een mail gestuurd met dezelfde vraag. De voorzitter overhandigt de verzonden mail aan dhr. Roos. Dhr. Roos is degene die dit op het spoor is gekomen en is ook bij naam in de mail genoemd.</i>	Paul Andriessen
88-1	Navragen bij aannemer of de werkzaamheden 's ochtends m.b.t. het stukslaan van beton met een graafmachine een eenmalig incident betroffen. <i>Zowel Projectbureau als aannemer geven aan dat dit incidenteel is geweest en niet meer zal gebeuren.</i>	Afvoeren
88-2	Uitzoeken welk apparaat aanstond tijdens de feestdagen. <i>Er is 's nachts een waarnemer van de aannemer op het bouwterrein geweest om te luisteren wat dit geluid kan zijn geweest. Het enige wat meer geluid maakt 's nachts is de wind die door de ventilatoren en de portaalkranen heen blaast</i> <i>Dhr. Doeswijk geeft aan dat het geluid niet zo klonk, meer als een aanslaan van iets dat na verloop van tijd weer uitging. Dhr. Angenent legt uit dat wanneer dit het noodaggregaat is dat is aangegaan er altijd een telefoontje automatisch gaat naar onderhoud en dan komen zij kijken wat er aan de hand is.</i>	Afvoeren
88-3	Navragen waarom ventilatie en licht aanwas tijdens weekend van 13 en 14 januari jl. <i>Dhr. van Hoof vertelt dat t.b.v. de veiligheid het licht t.a.t. aan is ondergronds en er verder geen melding was dat er iets aan heeft gestaan wat niet zou moeten. Dhr. van Zwieten zegt dat het, volgens hem, niet om het reguliere licht gaat, maar dat er ander licht aanstond. Dhr. van Hoof zegt toe na te kijken of het wellicht een bouwlamp is geweest die aan de traptoren heeft gehangen. (actie B. van Hoof)</i>	Afvoeren
88-4	Contact opnemen met Waternet i.v.m. geluidsoverlast pomp naast Maison Descartes. <i>Waternet heeft aangegeven niets afwijkends te kunnen vinden aan de pomp. Een van de aanwezigen oppert dat ze er wellicht maar aan moeten wennen. Dhr. Angenent geeft echter aan nogmaals contact met Waternet te gaan opnemen dat er nog steeds geluidsoverlast is.</i>	Jeroen Angenent
88-5	Navragen getoeter vrachtverkeer om 7 uur 's ochtends. <i>Dhr. Angenent geeft aan dat onder andere door de opmerkingen tijdens de BCU de Firma Heijmans door het Projectbureau is aangesproken op haar gedrag. Dit ging niet alleen om het genoemde getoeter, maar ook vanwege het feit dat ze voor 7 uur 's ochtends al stenen aan het laden waren. Beide zijn ten strengste verboden en dhr. Angenent vraagt aan de aanwezige bewoners en ondernemers of het ook daadwerkelijk voor 7.00 uur rustig is, dit is inderdaad geval.</i>	Afvoeren
88-6	Actie ondernemen om de bouwhekken er beter uit te laten zien. <i>Dhr. van Beeten heeft contact gehad met 'Anti Plak &amp; Kladd' en zij zullen op korte termijn een offerte naar de Noord/Zuidlijn doen toekomen. Mevrouw van Gelder dringt aan op spoed zij meldt dat zij al driekwart jaar aangeeft dat de bouwhekken er niet uitzien. Dhr. van Beeten antwoordt dat hij het de vorige BCU op verzoek van de Noord/Zuidlijn heeft opgepakt. De offerte is onderweg.</i>	Han van Beeten/ Hoite Detmar

#### 4. Terugblik/Vooruitblik

Dhr. Angenent vertelt dat de eerste laag van de ontgraving (-/- 5m diep) voltooid is. De aannemer is bezig met het aanbrengen van de gordingen onderdaks en de stempelramen. Er worden aan de westzijde bronnen in de

tussenzandlaag aangebracht, peilbuizen, e.d. worden aangebracht in de verschillende grondlagen. Ook wordt de verlichting onderdaks aangebracht.

In week 8 worden de stempels verder ondergronds aangebracht en afgespannen. dit wordt gedaan opdat de diepwanden niet naar elkaar toe zullen bewegen.

De aannemer zal de volgende ontgravingslag ongeveer in week 12 starten, gebeurt middels containers en vrachtwagens.

Mevrouw van Gelder vraagt of het vrachtverkeer elke 7 minuten zal rijden, dit is echter elke 15 minuten.

Het bouwterrein ziet er op het moment bijna uit zoals de uiteindelijke inrichting wordt. De doorsteek is naar verwachting eind week 7 gereed en doordat hij iets uitstekend is, is er nu een beter zicht op de weg.

Mevrouw van Gelder geeft aan erg blij te zijn met het verbeterde zicht op de wegsituatie. Zij vraagt zich af of het alarm van de portaalkranen ook niet geïsoleerd hetzij 'ingepakt' kan worden, omdat zij dit geluid nog steeds vrij hard vindt en de geluidswerende ramen helpen niet afdoende. Dhr. Angenent zegt dat het geluid op dit moment al op zijn allerzachtst staat. Er is een gesprek geweest met de arbeidsinspectie voor het zoeken naar alternatieven, maar deze zijn er niet en het geluid is wettelijk verplicht en mag niet uitgezet worden.

Dhr. Roos vraagt waarom het geluid dan niet uit kan en dhr. Angenent legt uit dat dit volgens de wet niet mag.

Dhr. Monasso vraagt zich af of er niet een manier is om te gedogen als alternatief, omdat dit bouwterrein midden in de stad ligt.

Dhr. Janssen is sinds een paar maanden werkzaam bij het Projectbureau en is als contractmanager verantwoordelijk voor het boren van de metrotunnel vanaf het Natte Damrak tot en met het Scheldeplein zal lopen. De tunnelboormachines worden bij het Natte Damrak in elkaar gezet en naar beneden gebracht. Hierna boren de machines via de stations Rokin, langs de Munt, Vijzelstraat, station Vijzelgracht, Weteringcircuit, Ferdinand Bolstraat, station Ceintuurbaan en dan verder via de Ferdinand Bolstraat en de Scheldestraat naar het Europaplein waar de tunnelboormachines weer naar boven komen. De exacte datum wanneer het tunnelboortraject zal starten is nog niet bekend, maar het ligt in de verwachting dat dit in het laatste kwartaal van 2008 staat te gebeuren.

Er heerst nogal wat verwarring m.b.t. de tijdslijnen van het boorproces en het boorontvangstgereed zijn van het station. Nadat het station op diepte is na het ontgraven wordt er een betonnen vloer gestort. Er zit een gat van 10 weken tussen deze werkzaamheden en het moment dat de tunnelboormachine het station betreedt (de doorbraak).

Dhr. Janssen legt uit dat er na de ontgraving een soort van betonnen doos in de Vijzelgracht gebouwd is, op de wanden van deze betonnen doos staat o.a. een enorme waterdruk. Vanwege deze druk kan je niet zomaar een gat in een van die wanden gaan maken, omdat de doos dan volloopt met water en tevens zouden er verzakkingen in de nabije omgeving ontstaan. Er wordt dan ook een soortement van ventiel gemaakt waar de tunnelboormachine doorheen kan. Dit ventiel heeft de vorm van een trommel die inwendig tegen in de kopwand van het station geplaatst wordt, doordat de tunnelboormachine langzaam in die trommel komt wordt de overdruk opgevangen. Deze trommel is enorm groot en moet eerst in stukken gemonteerd door een bouwopening naar beneden gebracht worden, waarna hij daar ter plekke gemonteerd wordt. Deze monteer-werkzaamheden nemen zo'n 10 weken in beslag, Max Bögl moet ook eerst geheel weg zijn uit het station voordat de mensen van de tunnelboor daar aan de slag kunnen.

De genoemde 10 weken zijn ook de tijd dat het duurt om de 800 m van station Rokin naar station Vijzelgracht te boren, de tunnelboormachine boort zo'n 11 à 13 m per dag en zal 7 dagen per week doorgaan.

Dhr. van Zwieten vraagt of er bij de kant dat de tunnelboormachine het station uitgaat ook een 'trommel' aangebracht wordt. Dit is inderdaad het geval, eerst gaat aan de ene kant de tunnelboormachine door de trommel heen, wanneer dit is gebeurt wordt de trommel als het ware een paar meter opzij geschoven en komt de tweede tunnelboormachine die de tweede tunnel boort het station in. Dit gebeurt zo om te voorkomen dat ze elkaar beïnvloeden.

Dhr. van Zwieten vraagt vanaf welk punt de tunnelboormachine begint. Dhr. Janssen antwoordt dat bij het natte Damrak de tunnelboormachines in stukjes via het caisson dat daar al ligt naar beneden gaat en daar ter plekke weer in elkaar gezet wordt.

Dhr. van den Boogert wil graag weten of de tunnelboormachine vanaf het begin al 13 m per dag zal boren. Dhr. Janssen zegt dat dit in het begin nog niet zo zal zijn, het is in het begin eerst even aftasten en wennen. De machines kunnen niet gelijk zo hard gaan. Tevens zijn er bepaalde plekken op het traject, zoals bijvoorbeeld bij de Bijenkorf, Industria en de Munttoren, waar de machine langzamer zal gaan rekening houdend met het feit dat zij daar zeer dicht langs de funderingen van de gebouwen gaat. Tussen de stations Rokin en Vijzelgracht kan zij echter wel weer harder gaan.

Dhr. Harm vraagt of de tunnelboormachine overal doorheen komt. Dit is inderdaad het geval, de machine schraapt zich ook meer een weg door de grond dan dat zij echt boort. De tunnelboormachine heeft een vlakke boorkop met verschillende beitels die zelfs door stalen wapening heen kunnen. D.m.v. omwentelen schraapt de tunnelboormachine de grond weg voor de boorkop en wordt vervangen door een kleiwatmengsel (Bentoniet) dat onder druk staat om het boorgat te beschermen tegen instorten. Vanuit de binnenkant van de boormachine worden betonnen elementen als een ring geplaatst die zo'n 1.5 m breed is. Het residu dat van het schrapen vrijkomt wordt aan de achterkant van het CS afgevoerd en weer gescheiden. Het zand wordt afgevoerd en de klei wordt hergebruikt.

Dhr. Monasso geeft aan dat hij het een verhaal vol hoogstandjes vindt. Hij wil echter graag weten hoe het kan, dat – aan de hand van een rekensom die hij heeft gemaakt i.v.m. met de verschillende data van boorontvangstgereed

zijn van Rokin en Vijzelgracht – de periode van ontgraven bij het Rokin 9 maanden is, maar bij Vijzelgracht 13 à 14 maanden.

Dhr. Detmar legt uit dat dit te maken heeft met de verschillen in de inrichting van beide stations.

Dhr. van den Boogert wil graag weten hoe het gaat met het navigeren van de tunnelboormachines. Dhr. Janssen legt uit dat er niet zozeer naar voren wordt gekeken in dit geval, maar naar achteren. Bij het Natte Damrak pakt men een vast meetpunt en ook op de stations zelf zijn vaste meetpunten. Er wordt elke keer aan de hand van de huidige positie en de vaste punten beneden gekeken hoe het ervoor staat. Bij afwijking van machine kan bij het plaatsen van de volgende ring weer bijgestuurd worden om weer op de goede koers uit te komen.

Tot slot meldt dhr. Janssen dat er op het Stationsplein in het Informatiecentrum nog veel meer informatie is over de tunnelboormachine en indien de bewoners en ondernemers een keer met een groep willen langskomen, zij dit kunnen doorgeven aan het Projectbureau. Dhr. Janssen zal dan zorgen dat er iemand aanwezig is die nog meer weet van de tunnelboormachine dan de mensen die normaliter daar aan het werk zijn.

Dhr. Monasso meldt dat hij graag een extra agendapunt wil toevoegen, te weten de 'boorontvangstgereedheid'

Dhr. Monasso zegt dat het Projectbureau de bewoners en omgeving probeert op te lichten, vanwege de afwijkende tijden in ontgraven van de stations Rokin en Vijzelgracht. De voorzitter antwoordt niet te accepteren dat het Projectbureau voor oplichter uitgemaakt wordt. Hij accepteert niet dat de integriteit van de ambtelijke medewerkers in twijfel wordt getrokken. Dhr. Monasso dient deze woorden terug te nemen, anders zullen de aanwezige medewerkers van het Projectbureau opstaan en weglopen. Dhr. Monasso neemt zijn woorden terug. Dhr. Angenent geeft aan dat hij het lastig vindt om antwoord te geven op de vraag, omdat hij niet voorbereid is, maar hij kan zich de verwarring over het verschil in de tijd van ontgraven zeker wel voorstellen. Hij kan samen met dhr. van Hoof wel aangeven waar het verschil in kan zitten, dit heeft namelijk deels te maken met de verschillen in inrichtingen van de stations en ook het verschil in de hoeveelheid werkzaamheden bij beide stations. In Station Vijzelgracht wordt het perrondak tussen het ontgraven door aangebracht

Ten tweede moeten er bij station Vijzelgracht ook een stuk meer stempelramen aangebracht worden wat ook meer tijd kost. Tot slot is het zo dat de werktijden bij het Rokin ruimer zijn, omdat hier minder bewoners aan het Rokin zelf wonen, waardoor het makkelijker langer doorwerken is.

Dhr. Detmar legt uit dat er ook verschillende data start ontgraving door elkaar heen lopen en er wordt een onderscheid gemaakt in de eerste laag van de ontgraving, deze grond wordt wegens lichte vervuiling naar een andere plek afgevoerd dan de rest van de grond, en de rest van de lagen die ontgraven worden.

De heer Andriessen meldt dat het projectbureau voor Vijzelgracht een aanvraag bij DMB heeft ingediend voor het verruimen van de werktijden. Een kopie van deze aanvraag is naar de heer Monasso verzonden.

Het voorstel van het Projectbureau is om zowel 's avonds als op de zaterdag geluidsarm te werken en het ontgraven overdag uit te voeren, tenzij er vertragingen optreden. Dhr. Monasso antwoordt dat de omgeving gezegd heeft dat er eerst een jaar lang in reguliere werktijden gewerkt wordt en dan te kijken in hoeverre dit vertraging oplevert. Indien dit inderdaad zo is, is de omgeving bereid alsnog op de werktijden in te gaan zoals het Projectbureau ze voorgesteld heeft. Dhr. Monasso geeft aan dat de buurt een kort geding wil aanspannen m.b.t. de ontheffing van de werktijden. De voorzitter geeft aan dat er - óók met de wethouder - al zeer intensief gesproken is over de werktijden. De juridische procedure is inmiddels opgestart en het is nu zaak af te wachten wat de rechter zal besluiten.

## 5. Rondvraag

Dhr. Detmar heeft nog een aantal punten die hij nog even wilt noemen ter verduidelijking aan de aanwezige bewoners en ondernemers:

- de ontheffing is aangevraagd, de ingangsdatum van verlenging is echter nog niet bekend.
- Het proefrijden met de vrachtwagen wordt in overleg met de aanwezigen ingepland op donderdag 14 februari aanstaande om 08:30.
- Dagelijks bestuurder Openbare Ruimte dhr. Koldenhof van het Stadsdeel Centrum zal de volgende BCU ook aanwezig zijn. Hij zal dan het standpunt van het Stadsdeel toelichten.

Dhr. van Doeswijk bedankt dhr. Andriessen voor het voorzitterschap. Hij wil graag nog een keer afspreken met iemand van het Projectbureau om te praten over het ophangen van plantenbakken aan de bouwhekken zodat de Noord/Zuid lijn zich beter kan profileren.

**Dhr. Geringan** meldt dat in het weekend de portaalkraan precies voor zijn huis geparkeerd staat, hij vraagt zich af of het mogelijk zou zijn om hem een keer op een andere plek neer te zetten. Dhr. van Hoof antwoordt dat de portaalkraan nu nog niet verder kan bewegen, wanneer de doorsteek er is dan zal de aannemer hier rekening mee houden en de portaalkraan op verschillende plekken parkeren.

Mevrouw van Gelder spreekt haar bezorgdheid uit over het feit dat de tramrails veel meer lawaai maakt sinds hij laatst verwijderd is en weer terug geplaatst is. Zij wil dat er letterlijk in het verslag wordt genoteerd dat wanneer dat nu al met een tramrails niet goed gaat, hoe het dan wel niet moet gaan met de rails van de metro in de toekomst.

*Noot van de notulist: Ik meende dat dit de heer Geringan is geweest, hij was wat later binnen en heeft de presentielijst niet kunnen invullen. Mocht dit onjuist zijn, dan zal dit de volgende BCU gewijzigd worden als zijnde opmerkingen n.a.v. het verslag.*

Mevrouw Derksen bedankt dhr. Andriessen eveneens voor zijn voorzitterschap en heeft een boekje meegenomen over de F. Bolstraat. De ondernemers hebben met een financiële bijdrage van de Gemeente Amsterdam namelijk

een boekje samengesteld met alle informatie over de diverse winkels en horeca gelegenheden rondom de bouwplaats aldaar. In het boekje staat eigenlijk alles wat er te beleven is vermeld. Tevens meldt zij dat op initiatief van de buurt interieur foto's van de omliggende bedrijven zijn aangebracht. Mevrouw Derksen adviseert de aanwezige buurtbewoners om anders ook eens zo een boekje te gaan samenstellen. Mevrouw Mulder bedankt dhr. Andriessen voor zijn voorzitterschap.

Dhr. Lankhorst tot slot stelt zich kort voor en zal vanaf de volgende BCU het onafhankelijk voorzitterschap op zich nemen. Hij wil zowel de kant van het Projectbureau als de kant van de ondernemers en bewoners behartigen. Er is overeengekomen met de wethouder dat ze aan het eind van het jaar zullen evalueren hoe het allemaal gelopen is. Dhr. Lankhorst hoopt dat men door te blijven praten eventuele juridische geschillen kan voorkomen.

#### Actielijst nr. 89

Nr.	Actie	Naam
87-3	Contact opnemen met dhr. Bruggeman, fractievoorzitter SP i.v.m. alarm van portaalkranen.	Paul Andriessen
88-4	Contact opnemen met Waternet i.v.m. geluidsoverlast pomp naast Maison Des Cartes.	Jeroen Angenent
89-1	Nakijken of licht dat aanstond in weekend van 13 en 14 januari een bouwlamp kan zijn geweest die aan een traptoren bevestigd was.	Ben van Hoof

#### VEEL GEBRUIKTE AFKORTINGEN

<b>BBB</b>	BergBezinkBassin: een ondergrondse bak waar een teveel aan rioolwater tijdelijk wordt opgevangen
<b>BCU</b>	BegeleidingsCommissie Uitvoering
<b>BLVC</b>	Bereikbaarheid, Leefbaarheid, Veiligheid, Communicatie
<b>CVC</b>	Centrale Verkeers Commissie. Adviseert stadsbestuur over definitieve profielen op het hoofdnet auto en rail en profielen die langer dan 1 jaar liggen.
<b>DIVV</b>	Dienst Infrastructuur Verkeer en Vervoer
<b>DMB</b>	Dienst Milieu- en Bouwtoezicht
<b>GVB</b>	Gemeente Vervoer Bedrijf
<b>(H)DT</b>	(Hoofd) Dagelijks Toezicht
<b>KBG</b>	Klankbordgroep voor herinrichting Vijzelgracht
<b>LBG</b>	Lijnbaansgracht
<b>NAP</b>	Nieuw Amsterdams Peil
<b>NZL</b>	Noord/Zuidlijn
<b>TBM</b>	Tunnelboormachine
<b>TM</b>	Tijdelijke Maatregelen
<b>VZG</b>	Vijzelgracht
<b>Wévé</b>	Wetering Verbetering
<b>WWU</b>	Werkgroep Werk in Uitvoering. Deze werkgroep beoordeelt werken op, aan en in de openbare ruimte, om de (gevoelsmatige) overlast voor het verkeer binnen aanvaardbare grenzen te houden