

**IN DIT NUMMER:**

Terugblik op de ALV van Recreatieve Vereniging Craneveer •  
Mijn keukengeheim • Jopie met het hoedje • Canadese vondsten •



# Craneveer



# COOP SUPERMARKT ALTEVEER

Beethovenlaan 61, 6815 BL Arnhem, T 026 44 26 720

**Tweede Kerstdag,  
maandag 26 december  
zijn wij open van  
12:00 tot 17:00 uur**

Wij wensen u fijne feestdagen  
en een voorspoedig 2017!

**coop** Maandag t/m vrijdag open van 8.00 tot 20.00  
Zaterdag van 8.00 tot 18.00

Wilt u ook op de hoogte blijven van Coop Alteveer?  
Volg ons dan ook via facebook of [www.coop.nl](http://www.coop.nl)



## Van de redactie

In de vorige Craneveer deed ik een oproep voor mensen die stukjes willen schrijven voor het wijkblad en willen helpen met redigeren. Wat fijn dat er zo werd gereageerd! Twee mensen die het redigeren wel op zich willen nemen en maar liefst 4 mensen die af en toe stukjes willen schrijven! Super, we zijn er blij mee! In deze Craneveer dan ook alvast stukken van nieuwe schrijvers. Zij kiezen ervoor om met een pseudoniem te ondertekenen. En het idee daarachter is dat zij de pen door willen geven aan bekenden om zo wat meer mogelijke schrijvers te enthousiasmeren voor ons mooie blad.

Tijdens de Algemene Ledenvereniging van de wijkvereniging en in de gesprekken met de wijkbewoners die zich hebben gemeld voor het wijkblad, kreeg de redactie veel complimenten voor het mooie blad en dat liet mij toch eigenlijk wel gloeien van trots. Het is mooi om te zien hoe het blad gegroeid is tot wat het nu is en zeker om te weten dat we volledige selfsupporting zijn.

Wij blij met onze schrijvers maar jammergenoeg kreeg het bestuur geen aanmeldingen. En dat is toch echt wel nodig nu er mensen gestopt zijn... In deze uitgave een verslag van de Algemene Ledenvereniging waaruit duidelijk blijkt wat ze doen, wat ze van plan zijn en dat ze hulp zoeken!

We hadden in deze Craneveer graag het blokkenschema voor Muziek bij de Buren opgenomen maar helaas komt dit wijkblad te laat uit voor dit evenement. Ik hoop dat er veel buurtgenoten zijn gaan kijken op de maar liefst 10 adressen (huiskamers) in de wijk waar muziek geluisterd kon worden.

In deze Craneveer natuurlijk nieuws uit de wijk. Jesse is gaan kijken bij een nieuw kunstwerk in de wijk en meldt u hoe het tot stand is gekomen en hoe een afgedankte paspop, genaamd Arnhemse Meisjes, op maar liefst 22 adressen in Arnhem terecht kwam en nu een wereldwijd unicum is. Ikzelf ben bij de lezing over Bolivia geweest en doe daar verslag van. En verder een update van Buurkracht, informatie van de gemeente, de politie en het wijkteam. En wat verkeersmededelingen van de werkgroep verkeer. Denkt u nog aan het maximum van 30 km rijden in de wijk?

Verder een mooi verhaal van Marja en Sjoerd over de uitstapjes van hun kinderen in de kruipruimte van hun huis en de vondsten daar. Mocht u nou iets bijzonders in uw huis of de kruipruimte hebben gevonden en daarover willen vertellen of schrijven dan houden we ons graag aanbevelen!

En eindelijk het verhaal over de grootouders van Heide Gademan. Ik zeg eindelijk omdat ik maanden geleden Heidi had gevraagd of zij met spoed een stukje in wilde leveren. En toen zij het mooi op tijd aanleverde, bleek dat we niet genoeg ruimte hadden in die editie. En zelfs ook niet in een editie erna. Maar nu staat hij erin met een mooie foto van haar grootouders voor het huis in de sneeuw.

Wij wensen u weer veel leesplezier!

3 Hartelijke groeten namens de redactie.  
Astrid de Winther

## AGENDA

Maandag 19 december  
18.30 uur - 19.30 uur  
**kerstconcert binnentuin Altevelt**

Dinsdag 27 december  
14.00 uur  
**IVN wandeltocht Waterberg**

Zondag 15 januari  
14.00 uur - 16.00 uur  
**Buurkracht lezing**

**Buurkracht** Wekelijks:

Woensdag 09.30 uur:  
**nordic walken**, wisselende startplaatsen

Vrijdag 10.00 uur: **wandelen**,  
Start bij sofabank Beethovenplein

## Craneveer

**Inleveren kopij**

Mail uw kopij voor het volgende nummer aan: [redactie@craneveer.nl](mailto:redactie@craneveer.nl)  
De volgende Craneveer verschijnt 12 februari 2017. Uiterste aanleverdatum voor kopij is 23 januari.

**Ook adverteren?**

Neem contact op via [advertenties@craneveer.nl](mailto:advertenties@craneveer.nl)

**Foto omslag**

Gemaakt door Coen Pausma.  
Uw foto op de omslag? Mail hem naar [redactie@craneveer.nl](mailto:redactie@craneveer.nl)

# Van het bestuur

## Terugblik op de ALV van Recreatieve Vereniging Craneveer

Op de ALV op 18 oktober jl. waren meer dan twintig mensen aanwezig. Het is lange tijd geleden dat er zoveel personen interesse getoond hebben in het wel en wee van de vereniging. Vorig jaar was er nog sprake van een gesplitste vergadering. Eerst één voor de groepsvertegenwoordigers, daarna de algemene ledenvergadering. Dit jaar was er sprake van één geïntegreerde vergadering.

Zoals in de vorige Craneveer al te zien was, hebben we onder dankzegging en het geven van een bloemetje afscheid genomen van drie bestuursleden: Nicole Buurman, Pieter Fock en Hannie Riksen. Gelukkig is er ook een nieuw bestuurslid aangetreden: Louis Bosman. Hij is al enkele jaren actief betrokken bij de Craneveer-barcommissie. Unaniem werd ingestemd met zijn toetreding. Hierdoor blijven we echter onder het statutair vereiste minimum van zeven bestuursleden. Maar belangrijker: met weinig bestuursleden hebben we simpelweg minder slagkracht. Onder de aanwezigen was helaas ook geen animo om toe te treden tot het bestuur.

wijzigingen geopperd. De leden die een groep vertegenwoordigden hebben dit keer tijdens de ledenvergadering het woord gekregen. Hieruit kwamen wat vragen, dankzeggingen en opmerkingen. Voor zover nodig worden de vragen verder opgepakt door het bestuur. Enkele voorbeelden van terugkoppelingen: de bijartgroepen zijn zeer content met het nieuwe laken dat is aangeschaft, de kindergym is met een mooi aantal kinderen van start gegaan, zaalvoetbal heeft wat nieuwe aanwas (maar kan er nog steeds wat bij gebruiken), de schildergroep puilt uit en vindt de exposities in Craneveer erg leuk en we gaan kijken of voor sommige groepen de bovenzaal of toch juist de benedenzaal het meest geschikt is. De door het bestuur voorgestelde contributies voor dit seizoen zijn door de aanwezige leden vastgesteld.

Kort voor de ledenvergadering heeft de kascommissie alle financiële bescheiden van de vereniging doorgenomen. Zij stelden voor om het bestuur decharge te verlenen voor het gevoerde financiële beleid. Dit werd unaniem

## Craneveer

Zonder financiële steun van wijkbewoners is een levendige wijkvereniging niet mogelijk. Het gezinsdonateursschap bedraagt € 10,- per jaar, alleenstaanden betalen € 5,-. Met dit bedrag financieren wij o.a. het wijkblad en organiseren wij activiteiten (voor kinderen) in de wijk.

Maak de bijdrage over op rekeningnummer NL64 RABO 0381 6020 44 t.n.v. Recreatieve Vereniging Craneveer te Arnhem o.v.v. Donateur Craneveer en je naam- en adresgegevens.

aangenomen. Hoewel niet als zodanig begroot, heeft de vereniging dit jaar een mooi positief resultaat laten zien. Dit komt mede dankzij giften, veelvuldig zaalgebruik, hogere contributie inkomsten en de prestatie van het blad Craneveer om geen geld meer te kosten. Dit is geen doel op zich, maar is dankzij een goed onderhandeld drukwerkcontract en vele trouwe adverteerders gerealiseerd.

Als er onder de bewoners goede suggesties zijn voor besteding van de middelen of het willen organiseren van activiteiten, zijn deze van harte welkom zich te melden. Afgelopen jaar heeft onder meer het nieuwe initiatief Muziek in de Tuin een financiële bijdrage gekregen, de diverse straatfeestjes die georganiseerd zijn en het Oranje comité heeft ook een bijdrage gekregen. Ook een afgelasting kost geld, maar gelukkig hebben we kort daarop een superdag mogen beleven met de Giro.

Voor komend jaar hebben we de uitgaven iets ruimer opgesteld. De initiatieven die uit de wijk ontstaan, willen we als vereniging graag financieel ondersteunen. StrongBox, Muziek in de Tuin, Koningsdag, het Buurtfeest, Straatspeeldag en de Spokentocht staan dan ook in de begroting opgenomen. In de begroting staan daarnaast uiteraard nog tal van andere posten zoals contributies,

De verslagen van vorig jaar zijn doorgenomen, alsook het inhoudelijk jaarverslag over het afgelopen jaar. Naar aanleiding hiervan zijn enkele

**WASTO SERVICE**  
TEXTIELVERZORGING

Volg de scherpe maandacties, bekijk ze online: [www.wastowasserettearnhem.nl](http://www.wastowasserettearnhem.nl)

Wat kan Wasto service voor u betekenen?  
Wasserette | Gezinswas | Dekens | Slaapzakken | Donsdekbedden | Strijk en persservice  
Dekbedden | Bedrijfskleding | Horeca was | Stomerij | Tapijten | Subde | Leer | Gordijnen Lamellen

BETROUWBAAR    PROFESSIONEEL    SERVICE

Door onze jarenlange ervaring en dienstverlening hebben wij een grote tevreden klantenkring. Heeft u vragen? Neem contact op via: 026 445 12 61 Adres: Oremusplein 3 Arnhem  
Bezoek onze website: [www.wastowasserettearnhem.nl](http://www.wastowasserettearnhem.nl)

### Verras uzelf...

in de wereld van aromatische oliën en plantenextracten. Ervaar een weldaad van zachtheid, harmonie en geursensaties van mijn gezichtsbehandelingen.

Benieuwd geworden? Blijvend, ook voor andere behandelingen. En voor natuurlijke en biologische make-up heb ik NVEY ECO producten in mijn assortiment.

**De schoonheidsspecialist.  
Je wordt er weer mens van.**

**ANBOS**

Jeannette Loois, Wagnerlaan 122,  
6815 AG Arnhem  
Telefoon 026 - 445 30 70  
[JeannetteLoois@gmail.com](mailto:JeannetteLoois@gmail.com)  
[www.jjloois.anbosweb.nl](http://www.jjloois.anbosweb.nl)

### Catering met Passie!

Iets te vieren op het werk of thuis?  
Daar hoort lekker eten bij.  
Ook voor workshops en buitendiners, o.a. op Kweekland.

**KOOK KUNSTEN.** Josette Elshof 06-14595558 [www.kookkunsten.com](https://www.kookkunsten.com)

**flow Bloemisten**  
ambachtelijk bloemwerk

### Speciale momenten verdienen speciale bloemen

Oremusplein 4, 6815 DN Arnhem, T 026 3517148  
[bestel@flowbloemisten.nl](mailto:bestel@flowbloemisten.nl)

Kijk ook eens op [www.flowbloemisten.nl](http://www.flowbloemisten.nl) als u een mooi boekje wilt laten bezorgen

## Online leefstijlcoaching

Op maat gemaakte coaching voor uw gezondheid wanneer het u uitkomt!

Onder andere gespecialiseerd in afvallen, obesitas, bloeddruk/cholesterol verlagen, diabetes en migraine.

Kijk op [adviesinleefstijl.nl](http://adviesinleefstijl.nl) voor meer informatie en neem vrijblijvend contact op.

[kari@adviesinleefstijl.nl](mailto:kari@adviesinleefstijl.nl)  
06 44 98 43 00



# VERLOREN WOORDEN BOEKEN & KUNST

**Boeken over? Verkoop ze!**  
Tel. 06 - 5244 1822  
Marco van Kampen, Bachlaan 22  
[www.verlorenwoorden.nl](http://www.verlorenwoorden.nl)

## Een schoonheidsbehandeling cadeau!

Een schoonheidsbehandeling is heerlijk om uw dierbare (M/V) eens lekker mee te verwennen. Bel of mail voor meer informatie over de mogelijkheden van mijn cadeaubon. Speciaal voor de herst met extra attentie!

**Tijd voor Ineke.**

INEKE KRAL SCHOONHEIDSSPECIALIST  
DIEPENBROCKLAAN 20, 6815 AJ ARNHEM, TEL. 026 4437187  
MAIL [INEKEKRAL@GMAIL.COM](mailto:INEKEKRAL@GMAIL.COM), [WWW.INEKEKRAL.NL](http://WWW.INEKEKRAL.NL)

Foto Cranevelt al jaren een begrip in uw wijk, Arnhem en omgeving voor al uw foto's, drukwerk, presentaties, postcards, digitale foto's, advies, kaarten, scans, kopieeren

# sinds 1964 FOTO CRANEVELT

foto - snelservice - film - video

Oremusplein 84 6815 DV Arnhem Ronald Verhoeff 026-4451736  
[www.fotocranevelt.nl](http://www.fotocranevelt.nl) - [info@fotocranevelt.nl](mailto:info@fotocranevelt.nl) - [www.digitalefotosbestellen.nl](http://www.digitalefotosbestellen.nl)  
openingstijden: maandag gesloten, dinsdag t/m vrijdag van 8.30 tot 18.00 uur, zaterdag van 9.15 tot 16.00 uur

## DE WERVELSTROOM

Kinder Kunstzinnige Coaching  
Cursussen Tekenen Schilderen Boetseren

**Saskia Koopman** Docent Beeldende Vakken  
Rots en Water trainer  
Kunstzinnig Therapeut

De Wervelstroom (026) 35 17 704  
Van Heutszlaan 1 6821 KB Arnhem [www.dewervelstroom.nl](http://www.dewervelstroom.nl)  
saskia@dewervelstroom.nl

## ELBERS No.1 Uw Vakman

Hommelseweg 231 6821 LG Arnhem  
Tel: 026-4434680

✓ Sleutelservice ✓ HG producten  
✓ Doe het zelf artikelen ✓ Lampen  
✓ Tuinassortie + planten ✓ Gordijnrails

[info@elbersuwwakman.nl](mailto:info@elbersuwwakman.nl)

## ATELIER VOOR ZELFMAAKMODE

CURSUSSEN ZELFMAAKMODE TEVENS VERSTELWERK VAN KLEDING  
VOOR INFORMATIE - TEL: 06-54283031 - 026-4425791  
THEA ZEUNER WATERBERGSEWEG 5 ARNHEM - WIJK ALTEVEER  
[WWW.ATELIERVOORZELFMAAKMODE.NL](http://WWW.ATELIERVOORZELFMAAKMODE.NL)

## Voor de komende feestdagen mooie cadeau's en waardebonnen.

Verkrijgbaar in de buurt.  
[www.solutions-by-massage.nl](http://www.solutions-by-massage.nl) of [www.kibun.nl](http://www.kibun.nl)  
Beethovenlaan 39

## SNUFFELSTAGE, IETS VOOR JOU?

Het bestuur van Craneveer bestaat op dit moment uit vier personen hetgeen te weinig is voor het uitvoeren van alle taken. We zijn dus op zoek naar nieuwe bestuursleden.

Als je twijfelt nodigen we je van harte uit om eens één of meerdere bestuursvergaderingen min of meer actief bij te wonen en pas daarna te besluiten of een bestuursfunctie iets voor jou is. Bestuursdeelname vraagt natuurlijk enige inspanning en tijd, maar het geeft je ook een verrijking. Verrijking in het vergroten van je netwerk, in wijkkennis, in organiseren, in samenwerken en polderen, in..... vul zelf maar in.

Wil je meer informatie bel dan met Louis Bosman, bestuurslid algemene zaken op nummer 0626378138.

bijdragen, zaal- en gymzaalhuur, kosten trainers. Voor wie het zich niet realiseert: we zijn een vereniging waar meer dan € 50.000,- per jaar aan ontvangsten en kosten zijn. Een woord van dank aan de penningmeester die alles zo goed bijhoudt en verwerkt is hierbij op z'n plaats. De begroting is, met een enkele toevoeging en na beantwoording van een aantal vragen, vastgesteld. Voor komend jaar houden we rekening met een klein negatief resultaat, wat gezien de financiële positie van de vereniging op dit moment verantwoord is.

Tijdens de ledenvergadering heeft daarnaast één van de aanwezige leden het woord genomen om een aantal punten aan de orde te stellen. Betreffend lid gaf onder meer aan al langere tijd behoefte te hebben aan meer duidelijkheid vanuit het bestuur over de identiteit van de vereniging en de relatie met andere wijkinitiatieven en is daarbij tevens van mening dat het bestuur bepaalde zaken onvoldoende op orde heeft, dat zij zich meer moet richten op het faciliteren van initiatieven en het werven van sportende leden. Naar aanleiding van deze opmerkingen is door de voorzitter het doel zoals omschreven in de statuten verwoord. Het doel van de vereniging is het bevorderen van het onderling contact tussen de bewoners van de wijk. Iedereen in de wijk kan lid worden van de vereniging. En getuige het hoge

ledenaantal is een groot deel van de wijkbewoners lid van de recreatieve vereniging.

In dat wat zij doet is het bestuur van mening dat zij volkomen in overeenstemming met de statuten handelt. Omdat het volgens het bestuur een misvatting is dat de vereniging alleen is voor leden die een sport beoefenen, hoeft zij hier ook niet uitsluitend haar aandacht op te richten. Verder heeft het bestuur niet de intentie om als enige vereniging in de wijk te opereren. Wel werd aangegeven dat de band met andere organiserende partijen versterkt kan worden. Hiertoe zijn ook al diverse aanzetten gegeven.

Door het bestuur is erkend dat een aantal zaken beter dan wel meer geformaliseerd kunnen. De website kan inzichtelijker en een formeel vastgesteld Huishoudelijke Reglement (HR) kan meerwaarde bieden. Het al dan niet oppakken is deels een kwestie van tijd en prioriteit, van alle daarbij betrokken vrijwilligers. De overige aanwezige leden herkenden zich overigens wisselend in het beeld dat werd geschetst. De discussie die daarna op gang kwam was in ieder geval levendig en leverde diverse suggesties op. Als afsluiting is afgesproken dat er tussentijds een algemene ledenvergadering wordt uitgeschreven, dat het bestuur een samenvattende notitie opstelt,

dat zij kijkt of er samen met andere organiserende groepen een soort 'jaaragenda' opgesteld kan worden en tot slot dat het HR, welke door het bestuur al vergaand in concept is opgesteld, in die tussentijdse ALV wordt voorgelegd.

De redactie van Craneveer heeft aan het einde van de vergadering het woord gekregen. We weten dat het mooie wijkblad goed gelezen en gewaardeerd wordt. Hulde aan de redactie die zeven keer per jaar zo'n mooi blad weet uit te brengen. Er is ook nog even stilgestaan bij de nieuwe picknickbank op het Beethovenplein. Deze is dankzij een gift van de inmiddels opgeheven Vereniging van Erfpachters mogelijk gemaakt. De avond kon worden afgesloten met een drankje, maar gezien het late tijdstip gingen er velen snel huiswaarts.

Het uiteindelijke conceptverslag van de vergadering bevat acht pagina's. In deze terugblik is gebruik gemaakt van de vrijheid om bepaalde agendapunten samen te voegen, dan wel niet uitputtend te beschrijven. Bij de volgende ALV zal het conceptverslag ter goedkeuring worden voorgelegd aan de dan aanwezige leden. Een uitnodiging voor deze nog te plannen ALV zal overeenkomstig de statuten plaatsvinden.

Sylvia Kortenaar

# Mijn keuken-geheim

door Nicole du Chêne

**Omdat wij in zo'n mooie buurt wonen met een rijke historie was ik als kookgek erg benieuwd naar de culinaire rijkdommen van Alteveer en Cranevelt. Wie verzint er zelf de beste restjes-recepten, wie koestert al jaren grootmoeders gehaktballen- of tomatensoepgeheim, welk vakantiegerecht inspireert je en met wie eet je het liefst? Zo veel vragen dat ik vond dat het tijd werd voor een onderzoek naar de culinaire hoogstandjes van onze buurtgenoten. Hieronder het resultaat van mijn eerste interview.**

Een begin op de Obrechtstraat:

## Jacqueline van Eijk

Jacqueline komt uit Oosterbeek en vertoeft sinds 2000 in Alteveer. Ze woont samen met Rob en hond Bobbel, en Robs drie volwassen kinderen wonen allemaal op een steenworp afstand (hoewel je voor de jongste wel erg ver moet kunnen gooien). Jacqueline is als kind begonnen met koken (voegde stiekem dingen toe aan haar moeders brouwsels en mocht na betrapte te zijn zelf koken), haar opa was slager en ultieme vleesbrader, oma was een voor haar tijd avontuurlijke kok en bakster en haar moeder ook een uitstekende traditionele thuischef. Jacqueline kookt graag zelf verzonnen of door boeken geïnspireerde gerechten, gebruikt geen recepten (wordt ze zenuwachtig van en "koken is voor de lol en de lekker"), en is daarnaast erg onder de indruk van de ouderwetse gehaktballen van haar lieve buurvrouw Marianne, die hier al bijna sinds de bouw van de huizen woont. Jacqueline werkt als trainer en coach.

Welk recept wil je met ons delen?

Nou, ik vind het lastig kiezen, maar zou naast een echt recept graag een foto delen uit mijn moeders kookschrijf, dat ik laatst vond. Voordat zij zou gaan trouwen in 1966, mocht zij van haar toenmalige werkgever PTT op cursus,

niet alleen om goed te leren koken voor haar aanstaande, maar vooral om te leren een goede huisvrouw te worden. Zelfs zij zette in die tijd al wat vraagtekens bij de lesstof.)

Maar als ik een recept moet kiezen om hier zelf te delen, dan ga ik in deze winterse tijd maar voor een stevig en simpel pompoensoepje. Dit recept is uit restjes in eigen keuken ontstaan, dus geen spannende familiehistorie.

## Ingrediënten:

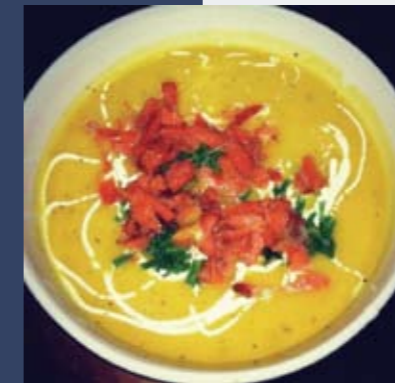
- 1 grote of 2 kleine oranje pompoentjes, schoongemaakt in stukken
- 6 aardappeltjes voor een mooie binding, geboend in stukken
- een ui, gesnipperd
- Pot kippenbouillon
- 1 à 2 flesjes kookroom (light)
- Versgemalen zwarte peper
- 3 tenen knoflook
- Verse tijm, bosje
- Sherry, flinke scheut
- snufje suiker

## Garnering:

Crème fraîche, bieslook, pak gerookte zalm, in stukjes gebakken als spekjes, bakje Hollandse garnalen

## Werkwijze:

Pompoen en aardappels schoonmaken en in stukken (pas op vingers!). Het schijnt dat je pompoen niet hoeft te schillen voor december. De pompoen eerst even roosteren in de oven kan ook, dat geeft je pompoen direct een andere maar ook fijne smaak. Maar het simpelst: Fruit kort een gesnipperd uitje en 3 tenen knoflook in een grote pan, bind 'n bosje verse tijm. Als het uitje licht kleurt gooi je de bouillon van 1 pot kippenbouillon (kip achterhouden, die heb je niet nodig) erin plus anderhalve pot warm water, 1 flesje kookroom light, het bosje tijm, de pompoen en aardappelstukken en een flinke scheut sherry in de pan. Flink versgemalen zwarte peper erbij (geen zout, want die bouillon is best zout) en een snufje suiker. Als het goed is steekt er hier en daar nog net een blokje pompoen en aardappel bovenuit.



## Hoe is het recept ontstaan?

Uitproberen met wat er in huis was. **Waar komt het vandaan?** Het heeft wel iets Frans;) **Voor wie maakt u het het liefst?** Iedereen vindt het lekker, maar schoondochter Natasha doet er een moord voor.

## En verder?

### Waar eet u het liefst?

Aan tafel met familie/vrienden of op de bank met man en een dom maar ontspannend tv programma. Hoe en waar het liefst inkopen doen: Markt als we tijd hebben en, voor mij

heel gevaarlijk, groothandel (Sligro, Oriental)

### Zoet of hartig?

Hartig!

### Bakken, braden, stoven?

Allemaal

### Lievelingsingrediënt:

Knoflook

### Keukengereedschap:

staafmixer, onmisbaar bij koken met restjes;

### Keukentip:

1. De lekkerste dingen maak je van restjes en wat je nog in huis of op voorraad hebt (geen pakjes of kant- en klare kruidenmixen), je hebt ook de meeste lol van iets dat je zelf verzint en wat heel lekker uitpakt. Gewoon proberen! (ff inspiratie-googlen op wat je in huis hebt helpt ook). En met restjes werken scheelt ook nog weggooiën.
- En 2: Altijd wat zout in een zoet gerecht en wat suiker in een hartig gerecht.

### Samen koken of alleen?

Alleen (open keuken heeft loopoppervlak van nog geen 2 vierkante meter), mijn man verzorgt een lekker muzikje, mooi glaasje en gezellig kletspraatje aan de bar, hoewel hij zelf ook fantastisch lekkere dingen kan koken.

### Keukenrituelen?

Muzikje erbij, liever simpel en lekker dan stress en ingewikkeld en altijd goed proeven!!! Oh ja, ik ruim tijdens koken al op, dan is de keuken schoon als het eten klaar is.

## Lievelingskeuken?

Italiaans, Frans, Japans.

## Geheim recept:

Groen eten, een familie-pastagerecht dat ik hier niet mag delen;

## Bekend voorbeeld?

Niet heel verrassend, maar Jamie Oliver en Gino d'Acampo én natuurlijk Werry van Leeuwen van Sugar Hill door zijn eerlijke "geen gelul" eten.

## Bij uit eten:

### Favoriete restaurant/gerecht daar?

Voor verschillende gelegenheden verschillende restaurants: La Rusticana (alles en de Italiaanse verwen-sfeer), Brasserie Zypendaal (biefstuk en fijne no-nonsense mensen), 't Amusement (coquilles, zwezerik, smaakcombinaties, alles), Vieux Paris (de Franse sfeer). Verder ben ik dol op buurtbistro's en -restaurantjes.

## Culinaire droom:

Een wijnbarretje hebben in Alteveer, met mooie huisgemaakte hapjes bij de wijn, en fijne afhaalmaaltijden voor de drukke gezinnen in de buurt.

## En als laatste een gewetensvraag: Waar ga jij van koken?

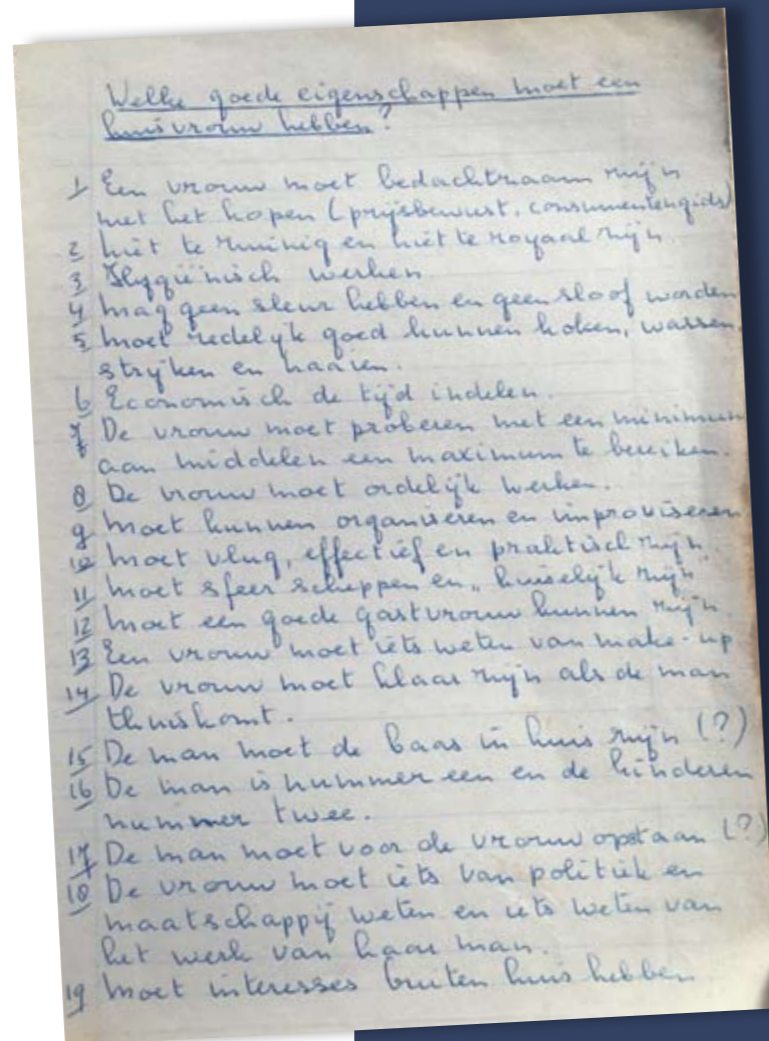
Als mensen geen rekening met elkaar houden of ongeïnformeerd anderen veroordelen.

## Oproep:

We zoeken voor deze rubriek mensen die ook hun lekkerste gerecht of grootste keukengeheim met de buurt willen delen. Dus wilt u ook een keer in Mijn Keukengeheim, laat het de redactie weten!

Er is vast flinke variatie van jong-oud, Hollands-exotisch, we zijn erg benieuwd naar uw recept en verhaal!

Heeft u een kookvraag? Deze kunt u ook insturen, Nicole doet haar best u een praktisch en lekker antwoord te geven.



# Van de wijkraad

## Verkeersmededelingen

Naar aanleiding van het vorige artikel van de verkeerscommissie in dit blad hebben we een aantal reacties gehad via [verkeer@craneveer.nl](mailto:verkeer@craneveer.nl). Merci! Die reacties kunnen we goed gebruiken om een nog completer beeld te krijgen van het verkeer in onze wijken. We leggen die reacties ook voor aan de verkeersdeskundige van de gemeente, waarmee we de afspraak hebben gemaakt een rondje te lopen door de wijk, zodat hij met eigen ogen kan zien wat er mogelijk beter kan. Ook zijn er nog een handvol verzoeken gekomen voor klikeo-stickers, die zijn inmiddels afgeleverd. Zowel nieuwe reacties over verkeerssituaties in de wijk als verzoeken om stickers zijn en blijven steeds van harte welkom.

Er is een vraag binnen gekomen van Tiny Limbeek, van Veilig Verkeer Nederland aan de wijkbewoners; "Ik organiseer elk jaar het fietsexamen

voor de scholen in de wijk Alteveer/ Cranevelt. Elk jaar zoeken we daarbij ook weer vrijwilligers. Zou er vanuit de bewoners interesse zijn om 2 ochtenden te helpen in 2017? Ik zoek dan mensen die een rondje kunnen fietsen en kinderen kunnen begeleiden of op een post willen zitten en de kinderen

**"Het grotere doel is mensen ervan bewust te maken dat er alternatieven zijn voor de auto."**

beoordelen. Vooralsnog wordt gedacht aan: **Donderdagochtend 13 april/ Donderdagochtend 20 april.** Reacties naar; Tiny Limbeek, Regio-kantoor Oost, Meldpuntveiligverkeer.nl (24 h), Meldpunt regio oost telefonisch bereikbaar: Maandag: 08:30 tot 12:30,

Dinsdag en Donderdag: 08:30 tot 17:00, of een mail naar [t.limbeek@vvn.nl](mailto:t.limbeek@vvn.nl)

Een aantal bewoners uit de wijk, waaronder mensen uit de wijkraad en de verkeerscommissie, zijn bij elkaar geweest om te praten over een actie waarbij het doel is te proberen in 2017 minimaal 50 auto's per werkdag, in de spits, minder vanuit onze wijk te laten vertrekken over de Apeldoornseweg. Volgens tellingen zouden dat er 550 per dag zijn. Voor deze actie is een budget van € 50.000 beschikbaar. Het grotere doel is mensen ervan bewust te maken dat er alternatieven zijn voor de auto.

*De verkeerscommissie*



## Informatie van de gemeente

Arnhem streeft ernaar de stad bereikbaar te houden, nu en in de toekomst. Daarin trekken we, onder de noemer *Slim op weg*, samen op met Nijmegen.

*Slim op Weg* wil jou als bewoner van de wijk Alteveer/'t Cranevelt uitdagen je reisgedrag in de ochtend- en/of avondspits te verduurzamen. Door bijvoorbeeld eens wat vaker op de fiets te stappen, mee te rijden met een medebewoner of juist thuis te werken.

De gemeente is niet dé oplossing van mobiliteitsproblemen, maar wil het wel mogelijk maken om wijkbewoners te laten samenwerken, oplossingen te kiezen en maatregelen te realiseren die de mobiliteitsdruk verminderen. Hiervoor is ook geld beschikbaar. We willen de lokale economie stimuleren en borduren graag voort op initiatieven die er al zijn, zodat we het wiel niet opnieuw hoeven uit te vinden.

Ter informatie en inspiratie enkele voorbeelden:

Fiets: <http://ring-ring.nu/>  
Auto: <http://www.rij2op5.nl/>  
Deelauto: <http://deelauto.lombox.nl/>  
<http://www.trouw.nl/tr/nl/4332/Groen/article/detail/4386231/2016/09/30/Utrecht-is-de-hotspot-voor-e-auto-s.dhtml>  
Landelijk programma Beter Benutten Vervolg <https://www.youtube.com/watch?v=LYK8y4IUM&feature=youtu.be>

Hebt u interesse om mee te denken, maar vooral ook mee te doen, en gaat u met ons de uitdaging aan om slimmer te reizen?

Meld je dan bij de wijkraad [wijkraad@craneveer.nl](mailto:wijkraad@craneveer.nl)

# SLIM

Craneveer • Jaargang 44 • Nummer 3

10

11

## CreativeTAOruimte

Cranevelt: De Wolflaan 8,  
6815 HJ Arnhem  
**Healing Tao/Tao Yoga**  
Voor meer vitaliteit en  
emotioneel evenwicht.



Lichaamsbewegingen, meditaties en visualisaties herstellen de innerlijke balans.  
Verschillende soorten lessen en trainingen.  
[www.creativevetaotraining.nl](http://www.creativevetaotraining.nl)  
Tel. 06-51094209  
Cornelia Meienhofer; Healing Tao Instructeur.  
Groepswork en persoonlijke begeleiding.

Problemen met de computer? Wilt u dat een en ander eens rustig wordt uitgelegd?  
Bel of mail :

**Bart van der Linden**

026-3709291  
[bvdind@hotmail.com](mailto:bvdind@hotmail.com)

Woont in de wijk en werkt al sinds 1982 met pc's.  
Ook voor gebruikte laptops zoals Thinkpad.



- Verbouw
- Onderhoud
- Renovatie
- Energiebesparing
- Duurzaam bouwen

Boccherinistraat 2, 6815 GX Arnhem  
mob. 06-53 34 35 02  
[info@aannemervanderkleij.nl](mailto:info@aannemervanderkleij.nl)  
[www.aannemervanderkleij.nl](http://www.aannemervanderkleij.nl)



Stress, spanningen, onrust, vermoeidheid, (chronische) pijn, (overmatig) piekeren, (dreigende) burn-out? Een mindfulnessstraining kan je helpen. Verschillende zorgverzekeraars vergoeden een mindfulnessstraining.

**Trainingen 2017**  
(en mindfulness-vervolgtraining)  
zie:

[www.estheralbers.nl](http://www.estheralbers.nl)

Locatie - Oremusplein 87

Esther is gecertificeerd en geregistreerd mindfulnesstrainer - categorie 1 VMBN



**Overal in onze wijk**  
m.u.v. Cattepoelseweg



**Dus ook o.a. Kluizeweg!**  
**Denk aan uw mede-wijkbewoners en matig uw snelheid**

Craneveer Verkeerscommissie



**PIANOSTUDIO FERMATE**  
VAN LAWICK VAN PABSTRAAT 5, ARNHEM

[WWW.WILLEMIJNVANRIJN.NL](http://WWW.WILLEMIJNVANRIJN.NL)  
PIANOLESSEN VOOR KINDEREN EN VOLWASSENEN

026-3629869

06-23762033



# Jopie met het hoedje

Tekst:  
Heidi  
Gademan

**Z**ondag was standaard Opa en Oma dag. Meestal betekende dat Opa en Oma Bato'sweg (mijn vader heeft de vreemde gewoonte om mensen met een plaatsnaam of adres aan te duiden) en heel af en toe betekende het Opa en Oma Beethovenlaan. Ikzelf noemde Opa en Oma Beethovenlaan liefkozend de kleine Opa en Oma. Want zij waren mijn favoriet. Kleine Opa, ook wel bekend als Jopie met het hoedje, had een bruine Opel Kadett. In die Kadett bracht hij me naar huis in Oosterbeek als ik bij hen was

geweest. Vaak nam hij me mee naar het Openluchtmuseum. Daar was het altijd raak: we aten een gelige krentebol van het bakkertje, meestal nog warm. Het bakkertje had toen een ander huisje, ik geloof niet dat het er nog is... Ik heb daarna nooit meer zulke lekkere gele krentebollen gezien of gegeten. Wel heb ik een aantal jaar in het Openluchtmuseum gewerkt. Onder ander bij het broodjes bakken op het kindererf...

Tot mijn 9e woonden wij op het Graaf Ottoplein. Ik ging naar de Emmausschool. Tussen de middag ging ik lunchen bij mijn kleine opa en oma. Geen idee hoe ik daar kwam, lopend denk ik. Want naar mijn eigen huis ging ik met de bus. Op een dag moest ik vanuit school rennen om de bus te halen. Ik stapte op de onderste trede toen de chauffeur net de deuren dicht

12

*“Inmiddels woon ik namelijk zelf in de wijk. 36 Jaar nadat ik de Emmausschool, en dus ook een beetje de Beethovenlaan heb verlaten, ben ik weer terug.”*

Op de foto: Opa en Oma Loeffen

deed. Ik was een heel iel grietje, waarschijnlijk zag hij me niet. De deur sloot, met de rubberflappen om mijn voet. Paniek, de bus reed weg met mijn voet erin! Gelukkig had ik rubber laarsjes aan en kon ik mijn voet terugtrekken. Een jongen uit de klas –geen idee meer hoe hij heet, in ieder geval een jongen die ik niet heel leuk vond, kwam ook bij de bushalte en zag mij huilen. Ik was erg geschrokken namelijk. Hij troostte me. Ik vond hem daarna een stuk aardiger.

Soms ging ik spelen bij Annelies in de dierentuin (Burgers Zoo). Ook daar lunchte ik wel eens. Ik moest dan melk drinken en dat vond ik niet zo lekker. Ik herinner mij dat er in de gang een olifantenpoot als paraplubak stond. Annelies had wandelende takken. Ik kreeg er ook een paar.

Op het schoolplein zat ik op een bankje met Bo Gorter. Mijn broer pestte me daarmee. Hij zei dat we verliefd waren. Jaren later kwam ik nog eens bij de moeder van Bo, Margreet Blanken, voor een interview. Ze vertelde dat Bo cameraman was geworden en hij kwam even later ook binnen. Grappig om mijn jeugdvriendje weer terug te zien. Nóg enkele jaren later sta ik op datzelfde schoolplein en kijk naar de plek waar ik met Bo zat. Nu ben ik daar om een

briefje op te hangen van onze kater die we kwijt zijn (die gelukkig dezelfde avond terug gevonden wordt).

Inmiddels woon ik namelijk zelf in de wijk. 36 jaar nadat ik de Emmausschool, en dus ook een beetje de Beethovenlaan heb verlaten, ben ik weer terug. Terug op de plek waar mijn Opa en Oma vroeger woonden. Waar de burens mevrouw Nas en de Bajema's waren. Waar we zelfs nu nog af en toe post voor de familie Bajema krijgen. Want waar mijn Opa en Oma vroegen vanuit de benedenwoning over het kruispunt op de Cattepoelseweg uitkeken, doen wij dat nu vanuit de bovenwoning. Het beeld is vertrouwd en de plek voelt goed. Hier kan ik samen met Frank en de kinderen gelukkig zijn. Heerlijke omgeving en alles wat we hebben willen!

De kleine Opa en Oma waren twee handen op één buik. Ze konden meesterlijk goed kibbelen, en hadden dat ook nodig. Ze zaten samen op schilderen. Dát pakte me bij de bezichtiging van het huis, vorig jaar. Er hing een schilderijtje, precies zoals mijn oma dat ook had gemaakt. Een stilleven dat waarschijnlijk door menig wijkbewoner is geschilderd. Iets met een ei.

Het gaat zoals het gaat en de benedenwoning op de Beethovenlaan werd door mijn opa en oma, ik denk eind jaren '80 verkocht. Ik weet niet precies waarom. Alteveld was net gebouwd en daar zijn ze samen gaan wonen. Uiteindelijk was Jopie met het hoedje al in de 90 toen ze naar Vredenhoff moesten verhuizen. Ook daar hadden ze het samen naar hun zin. Maar ook alleen maar samen. De kleine Opa stierf toen hij 95 was. De dienst was in de kerk, hier op Alteveld waar nu de nieuwe woningen zijn gebouwd. Een week later zaten we weer in de kerk. Oma's hart klopte namelijk alleen voor Jopie met het hoedje.

Heidi Gademan

# Sint Maarten



Wat was het weer druk en gezellig op 11 november. Tegen zevenen stroomde het Beethovenplein vol met kinderen en hun ouders. Nog even lekker een warme chocolademelk en voor de ouders een lekker glaasje glühwein. En om zeven uur mochten de kinderen dan toch echt op pad. Bij alle huizen met een kaarsje voorhet raam of de deur mocht er worden aangebeld. Eerst een liedje, dan wat lekkers.

Ook dit jaar weer veel vertrouwde liedjes, maar toch ook een enkel nieuw liedje gehoord. De grotere kinderen die heel goed weten wat het kortste liedje is (kunnen ze snel weer door), de nog wat oudere kinderen die zelf de deuren open doen en misschien wel 100 keer een Sint Maarten liedje hebben gehoord. Er zijn namelijk bij een aantal mensen in de buurt van het Beethovenplein meer dan 150 kinderen langs geweest! En wat een vertrouwen in de beheersing van de kinderen bij het huis waar een bordje stond 'ik ben ziek, pak maar wat', met daarbij een grote schaal snoepgoed.

Of het schattige kleine meisje, alleen met papa en mama op pad, dat toch eerst een liedje wilde zingen voordat ze een snoepje van de schaal pakte, ook al gaf de bewoner aan dat ze gerust mocht pakken zonder te zingen. Het meisje dat het zo koud had, dat ze niet meer wilde zingen. Maar in plaats daarvan een heel verhaal ging vertellen en toen toch een snoepje kreeg voor het mooie verhaaltje.

Ik heb nog even gezocht naar de herkomst van Sint Maarten, maar de geschiedkenners zijn er niet uit of het nu juist een heidens of een kerkelijk feest is van oorsprong. Over de ontwikkelingen in de twintigste eeuw is wel meer eensgezindheid. Als bedelfeest was Sint Maarten lange tijd een feest voor de armen. Rijke burgers zagen hun kinderen er liever niet aan mee doen. Pas later in de eeuw veranderde deze houding en werd het gezien als een mooie, eigen traditie die behouden moest worden. Volgens mij heb ik horen zeggen dat het in onze wijk inmiddels ook al meer dan 15 jaar

een traditie is. Leuk, om zo met z'n allen een uurtje op pad te zijn en overall die kinderstemmen te horen.

Mijn kinderen waren koud en moe na afloop, maar naar bed gaan wilden ze niet eerder dan nadat ze nog even trots hun 'buit' hadden laten zien, waar ze nu – weken later – nog steeds van genieten.

Wij bedanken de COOP heel hartelijk voor het beschikbaar stellen van tafels en stroom en voor de lekkere speculaasjes die zij ons geschonken hebben! En uiteraard dank aan de mensen die de glühwein en chocolademelk voor ons hebben opgewarmd en iedereen die een kaarsje voor de deur of raam had staan. Fijn dat we dit zo met z'n allen kunnen doen.

Sylvia Kortenraij



## Oproepje

Ik heb ooit op de Bernhard Zweerslaan gewoond. De laatste jaren ben ik geregeld teruggeweest in de wijk. Altijd leuk om te zien hoe zo'n wijk veranderd. Inmiddels heb ik via internet wat oud buurtgenootjes opgespoord. We vinden het leuk een soort mini-reunie te houden. Maar ik ben nog op zoek naar Jacqueline van Dijk. Ze woonde toen op de Sweelincklaan, heeft later op de Meyrooslaan gewoond. Ik heb geen idee of ze getrouwd is (en ook of ze haar meisjesnaam nog gebruikt) en ook geen idee of ze er nog woont. Heeft iemand een idee hoe ik haar kan vinden? Dan hoor ik dat graag! Met vriendelijke groet, Margot Holtus-Ebbers Mailadres: [goke1@live.nl](mailto:goke1@live.nl)

**BONTE MEUBELST & KUIJT**  
meubelst & KUIJT  
meubelst & KUIJT

Stoffering en restauratie van klassieke en moderne meubelen  
Stoffencollectie o.a. de Ploeg, Kvadrat, Z+R, Nya Nordiska en Leer

**Klarendalseweg 136**  
Tel. 026-4461302  
geopend di t/m vrijdag van 9.30 - 17.00 uur  
zaterdags op afspraak

*Drogisterij Alteveer*  
Beethovenlaan 51  
026-3707535

ma t/m vr 9:00 - 18:00 u  
(13:00 - 13:30 gesloten)  
za 9:00 - 16:00 u

*Regelmatig speciale aanbiedingen*

*Bestellen is altijd mogelijk*

*Graag tot ziens*

Heeft u iets te vieren?  
Wij hebben voor iedere gelegenheid een passende culinaire invulling.

Al vanaf  
**€ 15,00** p.p.  
een compleet buffet

party catering  
**La Coquerie**  
Gewoon Exclusief Lekker

[www.lacoquerie.nl](http://www.lacoquerie.nl)  
Vlamoven 11 Arnhem  
(026) 361 89 63

**gaswacht**  
 gelderland

BEZOEK ONZE TOONZAAL VOOR:  
Advies – Installatie – Onderhoud/Service

HR Ketels Sfeerhaarden Zonne-energie Airco

Ringoven 14 - 6826 TR Arnhem E info@gaswacht.nu  
T 026 - 36 36 360 S gaswacht.nu/energiewinkel.info Maandag t/m vrijdag 9.00-17.00 uur  
s Avonds op afspraak.



## APOTHEEK BERICHT

Voor cliënten van Apotheek Biermasz bestaat de mogelijkheid recepten in te leveren bij Drogisterij Alteveer.

De medicijnen worden, naar keuze, bezorgd bij u thuis of bij **Drogisterij Alteveer**. Het tijdstip wordt met u overlegd.

Inleveren van recepten en ophalen van medicijnen bij **Drogisterij Alteveer** kan ook op zaterdag.

**Apotheek Biermasz**  
Onder de Linden 21-1  
6822 KG Arnhem  
Tel: 026-4423618

**Drogisterij Alteveer**  
Beethovenlaan 51  
6815BL Arnhem  
Tel: 026-3707535



# Buurtkracht aanschuifdiners

Eten is een sociaal gebeuren met de mogelijkheid om andere wijkbewoners te ontmoeten. Al diverse jaren vindt wekelijks op dinsdagavond in Altevelt een aanschuifdiner plaats. De maaltijden worden verzorgd door Welling Catering uit Duiven. Zo'n 25 wijkbewoners, waaronder bewoners uit de Altevelt seniorenflat, maken hier gebruik van en enkele wijkbewoners nemen de rol in van gastvrouw/heer.

Buurtkracht weet dat onder meerdere wijkbewoners behoefte bestaat om in gezelschap te eten in de eigen wijk. Reden genoeg om uit te breiden met een extra avond voor het aanschuifdiner en wel op donderdagavond van 17.00-19.00 uur. De wintermaanden lenen zich goed voor een stamppottenbuffet. Als aftrap lijkt het ons leuk om de eerste donderdag in het nieuwe jaar, 5 januari 2017 te starten. Noteer deze datum vast in uw



agenda en geef u op bij Lieke Camerik, 026-333 63 47 of mail naar [buurtkracht@craneveer.nl](mailto:buurtkracht@craneveer.nl). Bij minimaal 10 gasten wordt het stamppottenbuffet geopend en luiden wij gezamenlijk en feestelijk het nieuwe jaar in.

Wist u dat de kokspoule van Frank Maasland 'Altekker vers' een Syrische kok rijker is? Haar naam is Seta. Haar eerste Syrische gerecht is al goed ontvangen. De eerstvolgende 'Altekker vers' is op zondag 8 januari 2017. Schrijf u hiervoor in op de intekenlijst bij de Coop of bij Altevelt.

## Tabletcafé

Afgelopen periode hebben diverse tabletcurssussen plaatsgevonden in de wijk; Ipad/Apple en Android besturingssysteem. Op dit moment is de Android tablet cursus gestart en deze loopt door tot medio januari op de woensdagochtend. Heeft u deze cursus gemist en wilt u geholpen worden bij (pc/digitale)problemen? Of wilt u in gezelschap oefenen op uw tablet met uw lesboek? Kom dan naar het tabletcafé, **elke vrijdagmiddag van 14.00-16.00** uur in Altevelt. Wijkbewoners Ineke Langelaar, Gracia Bosman en/of Bart van der Linden vormen de poule van instructeurs en helpen u graag. Elke laatste vrijdag van de maand sluiten we af met een Happy Hour.

## Kerstconcert en kerstzang

Op de valreep willen wij u attenderen op een kerstconcert **maandag 19 december van 18.30-19.30 uur**. Dit vindt plaats in de binnentuin van Altevelt (entree Mahlerstraat via het tuinhok). Luister en geniet van het klassieke Frans- en Engelstalige repertoire gezongen door het gemengd koor 'On Score'. Ter afsluiting zingen we samen de welbekende traditionele kerstliedjes en luiden zo de komende kerstdagen in. Dit alles onder het genot van een warme chocomelk en glühwein. Een eigen bijdrage mag u afsluitend deponeren in de pot voor het koor.

## Vrijwilligersoproep

Wil je je als vrijwilliger inzetten voor één van bovenstaande activiteiten, en zo bijdragen aan gezelligheid in de wijk waar jong en oud elkaar kunnen ontmoeten 'voor de wijk, door de wijk'? Meld je dan aan bij Lieke Camerik 026-333 63 47 of mail naar [buurtkracht@craneveer.nl](mailto:buurtkracht@craneveer.nl)

Buurtkracht najaarslezing

## Zondag 18 December Ludwig van Beethoven

Jacques Hendriks, pianist en docent muziekgeschiedenis, vertelt over Ludwig van Beethoven (1770 – 1827) en laat ons genieten van zijn muziek. Beethoven was de eerste grote kunstenaar die na de grote maatschappelijke veranderingen door de Franse Revolutie, niet meer afhankelijk was van Kerk en Staat. Als componist staat hij op eenzame hoogte.

Hij ontwikkelde een geheel nieuwe manier van componeren – samenstellen, waarbij hij uitgaat van één thema of kort motief waarmee een volledig muziekwerk wordt opgebouwd. Door de hechte constructie vormen zijn werken een onverbreekelijke eenheid. Maar bovenal worden wij tot op de huidige dag geraakt door zijn geniale scheppingen.



Buurtkracht najaarslezing

## Zondag 15 januari 2017

### Wie kent hem niet... de trolleybus van Arnhem

Wist je dat de voorganger van de trolleybus een tram was, die midden door de stad reed? 'Trolley-plannen' waren er al vóór het einde van de oorlog. Denk je dat Arnhem de eerste en enige stad in Nederland is waar deze elektrische bussen rijden? Of verzorgen ze het openbaar vervoer ook elders in Nederland of in Europa? Hoelang bestaan ze eigenlijk en hoe zagen ze er vroeger uit?

Een lezing door **Paul van Onzen**, openbaar vervoer specialist bij uitstek (zeker als het om Arnhems openbaar vervoer gaat). 'Van paardentram tot trolleybus'.

Locatie lezingen: wijkgebouw Altevelt, ingang aan de Lisztstraat  
Tijd: 14:15 - 16:00 uur, inloop vanaf 14:00 uur  
Prijs: € 3,- incl. koffie/thee

## Vooraankondiging voorjaarslezingen

Na een goede start van de najaarslezingen en de verwachte grote opkomst voor de lezingen die nog volgen, is de werkgroep alweer begonnen met de invulling van de voorjaarslezingen. De data zijn al bekend en wel elke 2e zondag van de maand. In deze vooraankondiging lichten wij alvast een tipje van de sluier op. Zo komt op 12 februari Ruud Borman, conservator en archeoloog. Hij vertelt ons over de achtergronden van de heksenvervolging in de Nederlanden en zelfs in onze achtertuin. Op 12 maart

neemt fotograaf Marcel Scholing en tevens reisleader van natuurreizen ons mee op reis. Zondag 9 april komt Maarten Brandt, musicoloog. Hij neemt ons mee op muzikaal avontuur met vele meesterwerken uit de klassieke muziek. En 14 mei staat in het teken van de natuur, het Sonsbeekpark met haar flora en fauna. We zijn daarover nog in gesprek. Bij de volgende Craneveer zal de folder over deze lezingen worden toegevoegd.

Op zondag 13 november was er een lezing van twee wijkbewoners over Bolivia. Er waren ongeveer 25 mensen komen luisteren in 't Altevelt. De Nederlandse Willy van Willigen is 16 jaar geleden met haar Guatemalteekse man Albrik Davila vertrokken naar Bolivia. In Bolivia is hun zoon Dante geboren. Ze wonen sinds een jaar weer in Nederland en bij ons in de wijk

Het was een uitgebreide maar interessante lezing. Ik heb veel informatie gekregen over het land Bolivia. Bijvoorbeeld: het land heeft geen toegang tot de zee, er wonen 11 miljoen inwoners. Het oppervlakte is iets meer dan 1 miljoen hectare. Er zijn 37 talen waaronder Quechua en Spaans wat daar gesproken wordt. In Bolivia is een overvloed aan natuurlijke rijkdommen maar er is veel oorlog en er zijn veel staatsgrepen geweest. Het land heeft van alles: bergen, tropisch regenwoud, savanne, zoutvlaktes, vulkaangebieden en hoogvlaktes. Aan de hand van de mooie zelfgemaakte foto's lieten Willy en Albrik ons meer zien van het land.

Oorspronkelijk is Albrik archeoloog. Hij komt uit Guatemala. Zijn moeder is Nederlandse en hij heeft spaans en indiaans bloed. Willy is biologe en heeft daarnaast bedrijfskunde gestudeerd

Willy en Albrik hebben elkaar ontmoet in Guatemala, toen Willy daar rondreisde. Op een gegeven moment wilden ze graag emigreren naar Latijns Amerika. Na wikken en wegen kwamen ze op Bolivia. Ze kenden het land niet, waren er nooit geweest maar namen een oneway-ticket. Ze hadden toen ze vertrokken nog geen idee wat ze er zouden gaan doen qua werk e.d. Woonruimte hadden ze wel van tevoren kunnen regelen.

Albrik werkte in fair trade (consultancy) en deed vertaalwerk. Willy was werkzaam als consultant en in de fotografie. Daarnaast werkten ze op het land en met dieren. Ze hebben hun eigen huis gebouwd in Cochabamba met een ecologisch groentetuin en boomgaard. Ze hebben veel gereisd om het land te verkenen en vanwege fotografie van Willy. Na enige tijd hebben zij samen een vertaalbureau opgericht: "Babylonia - fair translation services" - wat inmiddels verhuisd is naar Arnhem

**Waarom gingen ze naar Bolivia?** Ze hadden de wens om ergens heen te gaan waar ze het verschil konden maken door zich in te zetten. Verder vonden ze het spannend om iets anders en nieuws mee te maken in een lekkerder klimaat.

Na 16 jaar Bolivia zijn ze in Nederland omdat ze "wat anders" wilden, het goed voor Dante zou zijn en vanwege familieredenen.

### Bolivia uit en in Nederland

Deze stap is door alle drie erg anders ervaren. "Wat overeenstemt is dat we het in Nederland erg fijn vinden. De mensen zijn aardig en vrolijk en hulpvaardig, en professioneel. We zijn heel vriendelijk ontvangen door familie en oude bekenden en door nieuwe contacten." Dante voelde zich al snel helemaal thuis in Nederland. Hij heeft een leuke school met leuke nieuwe vriendjes en voetbal. Het enige wat wel eens wringt is de lage temperatuur en weinig zon. Hij houdt Bolivia in zijn hart en wil er graag weer eens heen op (lange) vakantie. Albrik heeft het hoofdstuk Bolivia afgesloten en leeft in het hier en nu en geniet van Nederland. Willy staat ook achter de beslissing om Bolivia achter zich te laten en Nederland als nieuwe woonplaats te omarmen maar het achterlaten van het (zelf gebouwde) huis en haard en tuin, wat toch een belangrijke rol in haar levensstijl daar uitmaakte, valt niet altijd mee. De mogelijkheid om hier weer ander werk te kunnen gaan doen is wel erg aantrekkelijk voor haar.

Astrid de Winther

# Rubriek: Van brief naar brief...

Beste meneer Le Rêveur,

Heb jij laatst die oproep in de Craneveer gezien? Ze zochten schrijvers. Nou ben ik van nature niet echt een schrijver, maar het leek me eigenlijk wel leuk om samen met jou te gaan schrijven. Van brief naar brief naar elkaar schrijven over dingen die ons bezig houden, dingen waarover we ons kunnen verbazen, dingen die ons raken. Gewoon schrijven over dingen waarover we iets willen schrijven, zoals dit hieronder bijvoorbeeld:

Als de bewoners in onze wijk dit stukje lezen, zitten we ergens tussen Sinterklaas en Kerst. Mooie tijd voor iedereen om de balans op te maken, zowel letterlijk als figuurlijk. Terugkijken op het afgelopen jaar, vooruitkijken naar het nieuwe jaar. Heb ik ook gedaan...

Had jij bijvoorbeeld wel eens van *Black Friday* gehoord? Ik kende het nog niet. Ik ken wel *White Thursday*, maar dat is iets heel anders. Wat blijkt? *Black Friday* wordt in Amerika beschouwd als het begin van het seizoen voor de kerstaankopen. Dit is altijd de dag na Thanksgiving, de meeste Amerikanen zijn dan vrij. Dit jaar was het op vrijdag 25 november. Volgens Nu.nl verwacht men bijna 660 miljard dollar dat er wordt uitgegeven door de Amerikanen, alleen maar aan cadeautjes voor de feestdagen. Ja, je leest het goed: 660 miljard dollar! Dat is een uitgave van de Amerikanen gelijk aan bijna 100 dollar per hoofd van de hele wereldbevolking, alleen maar aan cadeautjes dus. Een wereldbevolking waarvan, zoals je weet, thans een groot deel op de vlucht is of in grote armoede leeft. Vind jij dit in balans? Moeten we de balans niet anders verdelen met elkaar? Wellicht iets om eens over na te denken en samen met elkaar bij stil te staan de aankomende kerstdagen...

Doe je trouwens mee met het schrijven? Ik hoor graag je reactie.  
Gegroet!

Le Penseur.

Cher monsieur Le Penseur,

Wat een aardig idee, deze briefwisseling. Ik pak de handschoen graag op en ik zal meteen maar van wal steken. Ik was wel bekend met het Amerikaanse verschijnsel *Black Friday*, zij het slechts zijdelings. Ik begrijp dat met name de grote webwinkels dit concept in Nederland vaste voet aan de grond willen laten krijgen. Wat je hier ook van vindt, het is in elk geval tekenend voor onze consumptiemaatschappij. Goed om hierover eens een discussie te voeren, een "zwarte-vrijdagdiscussie" zogezegd. Dat past ook mooi in de tijd van het jaar (en wellicht is het verstandiger om in Nederland te spreken over Roetvegen Vrijdag, maar dat verder terzijde).

De bedragen die je noemt – ik neem aan dat je ze hebt opgezocht – zijn inderdaad astronomisch en afgezet tegen de armoede in de wereld beschamend. Toch vind ik dit een lastige kwestie. De welvaartverschillen in de wereld zijn namelijk zo groot dat welhaast iedere uitgave ten onrechte is: de computer waarachter ik dit stukje schrijf (die veel groter is dan ik nodig heb), de pakken die ik koop, de biertjes die ik laatst samen met je dronk. Al dat geld had ik kunnen besteden aan mensen die het minder hebben dan ik. En daarvoor hoeven we niet eens de grens over. Wist jij dat volgens de laatste schattingen ruim een half miljoen huishoudens in Nederland te kampen heeft met problematische schulden? En of dat eigen schuld is? Wist je dat je bij bol.com achteraf kunt betalen, omdat ze hebben uitgerekend dat de omzet die hiermee wordt gegenereerd meer geld oplevert dan ze verliezen met de rekeningen die onbetaald blijven? Je kunt zeggen dat systemen als deze het aangaan van schulden stimuleert. Alles lijkt gericht op consumptie en materieel bezit. In elk geval is Nederland inmiddels sprake van een ware schuldenindustrie, waar veel geld in omgaat.

Ken je het programma "Schuldig" dat op dit moment wordt uitgezonden op NPO 1? Zo niet, dan raad ik je aan dit eens te kijken. Het geeft veel stof tot nadenken.

Geld. Het maakt niet gelukkig, maar geen geld maakt ook niet gelukkig. Ik denk weleens dat geld een veel te centrale rol inneemt in onze maatschappij. Wat als we nu eens geluk centraal zouden stellen? En geld slechts zouden zien als één van de factoren, naast bijvoorbeeld vrije tijd, vriendschappen, liefde en gezondheid? Maar misschien ben ik nu teveel aan het dromen. Ik wens je voor nu gelukkige feestdagen!  
Salut!

Le Rêveur

Il-pizzaiolo is dé pizzabus waar u de lekkerste en meest authentieke Italiaanse pizza's en pasta's kunt bestellen.

Elke woe. van 15.15 - 19.00u op het Beethovenplein

Tevens doen wij ook verschillende soorten catering. Voor de mogelijkheden neem hiervoor contact met ons op. Nieuwsgierig geworden? kijk op de website: [www.il-pizzaiolo.nl](http://www.il-pizzaiolo.nl)

Actie!: Bij inlevering van de advertentie op alle pizza's en pasta's boven de €9,00 krijgt u €1,50 korting. Geldig tot 22-12-2016



Educatief Mandala Instituut  
Studio Danka Husken  
Werken met Passie ~ Leven in Balans

3 jarige opleiding tot docent  
Mandala & Numerologie



Coaching  
Training

Persoonlijke begeleiding

Voor meer informatie: [www.mandalacoaching.nl](http://www.mandalacoaching.nl)

De Prakt(eik) voor natuurquiere schoonheid & voeding

De Prakt(eik) wenst iedereen fijne feestdagen toe en een sprankelend 2017

10% korting op Dr. Hauschka make-up  
Geldig t/m 15 januari 2017

De Prakt(eik) | Simone van Lieshout | Loospad 17 | 6815 GA Arnhem  
06-46287165 | [info@deprakteik.nl](mailto:info@deprakteik.nl) | [www.deprakteik.nl](http://www.deprakteik.nl)

Marlies de Baar & Katoesjka Beukers  
uw persoonlijke reisadviseurs



The Travel Club

- Voor al uw reis- en vakantiewensen
- Deskundig en persoonlijk reisadvies
- Grootste aanbod van reizen
- Informatieve en boekbare website

Fr. van Eedenstraat 59  
6824 PL ARNHEM

T: 06-46616033  
T: 06-46616060

E: [marlies.debaar@thetravelclub.nl](mailto:marlies.debaar@thetravelclub.nl)  
E: [katoesjka.beukers@thetravelclub.nl](mailto:katoesjka.beukers@thetravelclub.nl)

W: [www.thetravelclub.nl/marlies](http://www.thetravelclub.nl/marlies)  
W: [www.thetravelclub.nl/katoesjka](http://www.thetravelclub.nl/katoesjka)

NATASJA HUTING Uitvaartbegeleiding

Wie ooit geluk in liefde vond,  
begrافت verdriet niet in de grond,  
maar houdt de stille vlam aan 't branden  
en warmt daaraan de lege handen.

Ongeacht of, hoe en waar u verzekerd bent.

06 - 11 59 65 04 | [info@natasjahuting.nl](mailto:info@natasjahuting.nl) | [www.natasjahuting.nl](http://www.natasjahuting.nl)





Afgelopen maand hebben wij intern flink verbouwd. We kunnen weer van start in onze vernieuwde oefenruimte met fitness en beweeggroepen voor ouderen.

U kunt bij ons terecht voor:

Manuele therapie, Geriatriefysiotherapie, Hydrotherapie, Looptraining Claudicationet, Behandeling van oorsuizen en Oedeemfysiotherapie. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:

Mozartstraat 2  
6815 CT Arnhem  
tel: 026-4433252  
info@fysiotherapieveerkracht.nl

wanneer noodzakelijk behandelen wij aan huis

## Buurtkracht - een update

De koude maanden breken aan, hoe gaat het dan eigenlijk met het bewegen van Buurtkracht? Binnen dit onderdeel hebben we Jeu de boules, Nordic Walking en wandelen. Voor jeu de boules van de maandagochtenden is er nu een winterstop. Je staat bij dit spel ook veel stil en warmt jezelf niet meer op in deze maanden. Na de winterstop hebben we een heus "jeu de boules huisje" met alle benodigheden erin, te gebruiken voor de hele buurt, jong en oud. Daarover later meer. Nordic walking is op woensdagmorgen van half tien tot half elf. Er wordt gewoon het hele jaar door gewandeld. De groep is altijd groot genoeg en het is een gezonde "stok achter de deur" om ook in koude maanden je buiten in de frisse lucht te bewegen. Diverse routes zijn beschikbaar in de buurt van onze mooie wijken. Op vrijdagmorgen verzamelen liefhebbers van een gezonde wandeling van ongeveer een uur zich om 10 uur bij de sofa op het Beethovenplein. Een uurtje lekker doorstappen en gezellig onderweg een praatje met elkaar. Hoe meer zielen hoe meer vreugd. Ook één keer mee doen kan. Voel je niet verplicht. Deelname is vrijwillig en vrijblijvend. Wie er is om 10 uur, loopt lekker mee. Altijd goed. Ook dit is een extra stimulans om juist in de koude maanden een frisse neus te halen. Doe mee! Voor vragen of informatie over deze activiteiten mail naar [Buurtkracht@craneveer.nl](mailto:Buurtkracht@craneveer.nl) of bel met Ellen van Boxtel: 06-51530274.



Wie regelmatig een wandeling maakt, kan het niet zijn ontgaan: sinds 19 oktober staat er een bijzonder kunstwerk in onze wijk. Wijkbewoner Henny Kromhout en kunstenaar Pieter Jan Stallen vertellen over het opvallende werk in de voortuin van Sweelincklaan 82.

## Arnhemse Meisjes als tijdelijk bakken van de Sweelincklaan

Door Jesse Reith



Het avontuur van de Arnhemse Meisjes – bestaande uit twee wederhelften van een zwangere paspop en geveerd in de kleuren van de stad – gaat terug tot 2009. Pieter Jan Stallen, die kritisch was over de Arnhemse Modebiënnale van dat jaar, ontwierp het kunstwerk als symbolisch protest: 'De biënnale ging naar mijn mening niet over de inhoud, maar over vorm.' De paspop staat met één been buiten een groene bak, waar aan de binnenkant een klein gedicht is te lezen. Het kunstwerk komt met een eigen 'vriendenboekje', waarin alle personen waar het kunstwerk heeft gestaan over hun ervaringen mogen schrijven.

De eerste pagina is van het kunstwerk zelf: 'hoelang ik als afdankertje bij de uitverkoop van de V&D heb gestaan, weet ik niet. Ja, ik was een beetje beschadigd hier en daar, maar met al die mooie kleding aan zag niemand dat toch? Totdat mijn maker mij onder zijn arm op een holletje de winkel uit droeg. Boven, in zijn schilderkamer, zette hij een elektrische zaag op mijn hoofd! Ho, stop! Maar ik kon niets doen: voordat ik er erg in had bestond ik uit twee delen. Zo kreeg ik mijn naam: Arnhemse Meisjes.'

Stallen deed onderzoek om een zo mooi mogelijke, rechte lijn van Arnhem-Noord naar Zuid te maken. Op iedere 250 meter vond hij een adresje waar de Arnhemse Meisjes een week welkom waren. Dat leverde

boeiende taferelen op. Zo werden de Arnhemse Meisjes bij een adres in Arnhem-Zuid bedekt met doeken, nadat een islamitisch buurthuis een modeproject startte. Of denk aan het bezoek bij toenmalig burgemeester Pauline Krikke: de lijn van Stallen liep recht door haar werkkamer. Na 22 adressen en vijf maanden bleek de tocht van het kunstwerk nog niet ten einde. Het werd geschonken aan een wethouder en ging van binnenshuis naar buiten: de Meisjes werden voor iedereen zichtbaar en reisden kriskras door de stad, van tuin tot tuin. 'Het is een wereldwijd unicum', vertelt Pieter Jan Stallen verbaasd. 'Niemand heeft ooit meegemaakt dat een kunstwerk al zeven jaar rondreist. De historie van het beeld en de vroegere boodschap die het draagt, hangen er nog altijd aan.' Na zeven jaar heeft de kunstenaar het wel moeten opknappen.

'Bij de PRAXIS zocht ik daarom een geschikte pot verf. Het was immers gemaakt om binnen te staan. Een man van de verfafdeling werd enthousiast, vroeg mij om het beeld in zijn tuin te plaatsen en zodoende. Een ander voorbeeld was een pakketbezorger uit Arnhem-Zuid, die onderaan de Apeldoornseweg het beeld tegenkwam. Hij belde aan en even later stond het beeld bij hem.'

Zit er een ideaal achter het doorgeven van kunst? Stallen: 'ja, zeker weten, dat zit wel een beetje in me. Ik wil verbinden en daar gedeeld plezier van hebben. Zowel verschillen als overeenkomsten moeten worden gerespecteerd, ik vind dat nuttig en nodig.'

Henny Kromhout (sinds 1977 woonachtig in Arnhem) herkent zich in dit verhaal. Na een gesprek met Stallen op het tennisveld waar ze samen trainen, besloot Kromhout dat de Arnhemse Meisjes bij hem welkom waren. 'Ik heb leuke reacties ontvangen van straatgenoten.' Het kunstwerk is kort voor de plaatsing in onze wijk niet alleen opgeknapt, maar draagt ook andere sporen van de lange reis door Arnhem. 'Schelpen, zonnebrillen en andere voorwerpen zijn in de loop der jaren op en rond het werk geplakt en gelegd. Zo blijven de Arnhemse Meisjes veranderen', laat Kromhout enthousiast zien. 'Het was even wennen, de eerste dagen. Het lijkt net of er iemand in de tuin naar binnen staat te kijken!'

Benieuwd geworden? Neem gerust een kijkje. Er zit een lamp in het kunstwerk, zodat het ook in de avonduren goed te zien is.

# Het Omgekeerd Inzamelen gaat van start!

Hieronder wat praktische informatie ter voorbereiding.

## 1. Huishoudens in laagbouw en benedenwoningen met eigen containers ("kliko's")

### Restafval / Plastic verpakkingen, blik en drankkartons

De grijze container gebruikt u straks voor plastic verpakkingen, metalen verpakkingen en drankkartons (PMD-afval).

Uw restafval brengt u naar een ondergrondse container voor restafval. Met uw huidige afvalpas heeft u 7 dagen per week en 24 uur per dag toegang tot de ondergrondse containers. De afvalpas wordt tijdig door de gemeente aangepast zodat u hem kunt gebruiken voor het openen van de ondergrondse containers voor restafval.

Gebruikt u op dit moment meer dan één grijze container dan kunt u één van die grijze containers kosteloos inleveren.

Grijze containers voor PMD mogen ook kosteloos worden omgeruild voor een grotere of kleinere. Bel voor een afspraak met SUEZ, tel. 026-4460490.

De PMD container wordt elke vier weken geleegd. U kunt het afval zo in de container doen, maar u mag daarvoor ook een plastic zak gebruiken. Op [www.arnhem.nl/plastic](http://www.arnhem.nl/plastic) staat wat er bij het PMD-afval mag.

### Oud papier en karton

U blijft dit aanbieden in de grijze container met het blauwe deksel. Hij wordt 1 x per maand geleegd.

### Groente-, fruit- en tuinafval (GFT-afval)

U blijft uw GFT-afval aanbieden in de groene container, die 1 x per 2 weken wordt geleegd. Alleen in de winterperiode wordt de groene container 1 x per 4 weken geleegd.

## 2. Huishoudens in flats en bovenwoningen die ondergrondse verzamelcontainers gebruiken

### Restafval

U brengt uw restafval naar een ondergrondse container voor restafval. Met uw afvalpas heeft u 7 dagen per week en 24 uur per dag toegang tot de ondergrondse containers.

### Plastic verpakkingen, blik en drankkartons

U brengt plastic verpakkingen, metalen verpakkingen en drankkartons (PMD) naar een ondergrondse PMD-container. Op [www.arnhem.nl/plastic](http://www.arnhem.nl/plastic) staat wat er bij het PMD-afval mag.

### Oud papier en karton

U brengt uw oud papier en karton (OPK) naar een ondergrondse papiercontainer. Deze container is zonder afvalpas te openen.

### Groente-, fruit- en tuinafval

Arnhem heeft geen ondergrondse containers voor groente-, fruit- en tuinafval (gft-afval). U kunt uw gft-afval gescheiden aanbieden in een citybin: een groene, afsluitbare emmer van 40 liter. Een citybin kunt u aanvragen bij SUEZ, tel. 026-4460490. Daar kunnen ze u ook vertellen op welke dag de citybin wordt geleegd.

### Hulp bij het wegbrengen van afval

De ondergrondse containers voor restafval zijn straks op loopafstand te vinden, veelal maximaal 150 meter. Ze kunnen 7 dagen per week en 24 uur per dag worden gebruikt.

Heeft u problemen om het restafval zelf weg te brengen? Zijn er geen burens, vrienden of familie die u kunnen helpen? Maak dan een afspraak met het sociale wijkteam. Zij denken met u mee.

Voor meer informatie kunt u kijken op [www.zodoenwehetinarnhem.nl](http://www.zodoenwehetinarnhem.nl) of bellen naar 088-2260000.

### Afvalcoaches

De invoering van Omgekeerd Inzamelen wordt begeleid door afvalcoaches. Zij zijn meerdere maanden regelmatig in uw wijk aanwezig. Ze zijn duidelijk herkenbaar aan hun felgele jas. Zij zijn er om uw vragen te beantwoorden.

### Informatie

Meer informatie kunt u vinden op [www.arnhem.nl/omgekeerdinzamelen](http://www.arnhem.nl/omgekeerdinzamelen). Heeft u vragen, dan kunt u contact opnemen met het Klant Contact Centrum, tel. 0900-1809. U kunt uw vraag ook mailen naar [omgekeerdinzamelen@arnhem.nl](mailto:omgekeerdinzamelen@arnhem.nl). De data voor het legen van uw containers komen op [www.arnhem.nl/afvalwijzer](http://www.arnhem.nl/afvalwijzer).

Wij hopen dat Omgekeerd Inzamelen ook in uw buurt een groot succes wordt, want afvalscheiding is goed voor het milieu en leidt ook tot lagere kosten. Alvast dank voor uw medewerking.

(h)eerlijk Buitenleven  
**totaaltuin**

We hebben weer  
hardhout!

tuinaanleg      tuinmaatwerk      tuinonderhoud

Onze hovenier brengt  
huis en omgeving  
samen

Houtwerk  
passend bij huis  
en tuin

Ieder seizoen  
een mooie tuin

Schelmseweg 67 6816 PA Arnhem t 026 443 14 74 of 06 54 31 04 59 info@totaaltuin.nl www.totaaltuin.nl  
Openingstijden: vrijdag 10.00-17.00 uur, zaterdag 09.00-17.00 uur. Wilt u op andere dagen of liever 's avonds  
langskomen, geen probleem! Bel of mail gerust voor het maken van een afspraak.

Advertentie

## Vragen over acupunctuur

Op een verjaardag, tijdens een visite, op mijn werk; vaak krijg ik dezelfde vragen. Kennelijk spreekt acupunctuur tot de verbeelding en willen mensen hun ideeën checken. "Hoe groot zijn die naalden?"; hoor ik dan met enig afweer in de stem. Acupuncturnaaldjes zijn heel fijn, omdat er geen vloeistof doorheen hoeft. Ze worden maar een stukje in het lichaam gestoken om de energiebanen te bereiken. Dit in tegenstelling tot injectienaalden die hol en veel dikker zijn. "En doet het dan geen zeer?" is vaak de volgende vraag. Het inbrengen van de naaldjes gaat heel vlug en dat voelt als een prikje. Dat komt omdat er in de huidlaag vrij veel pijnsensoren zitten. Per plek op het lichaam is dat verschillend. Zodra de naald daar doorheen is, is het prikgevoel weg. Om contact te maken met de onderliggende energie, wordt het naaldje vaak nog even gemanipuleerd, bijvoorbeeld door er een beetje aan te draaien. Dat kan een uitstralend – of een elektrisch gevoel geven. Soms is het ook even pijnlijk, maar dat duurt maar kort. Als de naald met rust gelaten wordt, voelt het zelden meer onaangenaam aan.

Er wordt ook regelmatig gevraagd naar het bestaan van energiebanen in het lichaam: "je kunt ze toch niet zien?" Dat klopt, er valt inderdaad niets te zien. Anatomisch lopen er geen zichtbare 'energiebanen' door het lichaam, zoals bloedvaten die wel duidelijk te zien zijn. Inmiddels zijn er moderne radiologische technieken die de meridianen wel aantonen. Zolang er genoeg energie rond kan blijven stromen voelt iemand zich vitaal en lichamelijke en psychische balans. Door allerlei oorzaken kan de energie stagneren. Bijvoorbeeld door weersomstandigheden, door voeding, een verwonding of door heftige emoties. Denk maar aan een stijve nek door tocht. Door een naaldje in het energiepunt te manipuleren, kan de energiestroom weer op gang komen en kom je weer lekkerder in je vel te zitten. Gelukkig beseffen de meeste ziektekostenverzekeraars de meerwaarde van acupunctuur en worden behandelingen geheel of gedeeltelijk vergoed, afhankelijk van uw pakket. Dit gaat niet ten koste van het eigen risico.



Wilt u hier meer over weten, of wilt u weten wat acupunctuur voor u kan betekenen, neem dan gerust contact op met:

Bas van der Togt  
Acupunctuurpraktijk van der Togt  
Sweelincklaan 42  
telefoon 0654-604004  
email: [acupunctuur@online.nl](mailto:acupunctuur@online.nl)  
[www.acupunctuurvandertogt.nl](http://www.acupunctuurvandertogt.nl)  
[www.cosmetische-acupunctuur.nl](http://www.cosmetische-acupunctuur.nl)

## Is huiswerk maken een struikelblok?

Uitstelgedrag, weinig concentratie en het niet weten waar te beginnen liggen hier vaak aan ten grondslag. Mindere resultaten op school en discussies en stress thuis zijn vaak het gevolg. Bij Huiswerkbegeleiding Arnhem wordt het huiswerk, onder professionele begeleiding, gepland, gemaakt, geleerd én overhoord. Een goede basis voor een succesvolle schooltijd.



### Huiswerkbegeleiding Arnhem

- De leerling staat centraal. Samen met de huiswerkbegeleider wordt afgesproken wat nodig is om optimaal te gaan presteren.
- De leerling komt op vaste tijden zijn/haar huiswerk maken. In proefwerkweeken kan dit elke dag.
- Proefwerken en SO's worden overhoord, om niet voor verrassingen te komen staan. Hierdoor verbeteren de resultaten.
- Deskundig team van begeleiders, ondersteund door landelijk bijlesbureau Bijlesnetwerk.
- 8 jaar ervaring met huiswerkbegeleiding en bijles.
- Landelijk meer dan 5000 leerlingen geholpen, van VMBO t/m gymnasium!



Heb je problemen met een specifiek vak? Ook individuele bijles is mogelijk bij Huiswerkbegeleiding Arnhem. Neem een kijkje op de website of bel ons voor meer informatie.

024-6636089 [www.huiswerkbegeleidingarnhem.nl](http://www.huiswerkbegeleidingarnhem.nl)



## Voor AL uw voorkomende dakwerkzaamheden !!

Vernieuwen en reparatie van o.a.:

- \* Zinken goten
- \* Bitumineuze dakbedekking
- \* Pannen daken
- \* Dakramen
- \* Zinken dakkapellen
- \* Loodwerk
- \* Tresa, keralit enz.....

Telefoon: 0316-267012

[WWW.DAKDEKKERSBEDRIJFJURRIENS.NL](http://www.dakdekkersbedrijfjurriens.nl)



Montessori® kinderopvang  
Schelmseweg 93  
6816 SJ Arnhem  
026 4464865

**Kom gezellig langs**  
...en ontmoet ons aan de keukentafel

Alle elementen binnen het kinderdagverblijf, peutersgroep en buitenschoolse opvang zijn gebaseerd op de visie van Montessori. Montessori kinderopvang werkt vanuit de gedachte, dat ieder kind zelf zijn activiteiten kiest en begeleid wordt tot zelf doen!

**Meer informatie?**  
Ga naar [www.montessorikinderopvang.nl](http://www.montessorikinderopvang.nl) of neem contact met ons op via [info@montessorikinderopvang.nl](mailto:info@montessorikinderopvang.nl)





Praktijk voor Fysiotherapie 't Alteveld

de Fysiotherapeut

**Praktijk voor Fysiotherapie 't Alteveld**  
**Henri Hugen**

U kunt bij ons terecht voor:

- Algemene fysiotherapie
- Acute & chronische aandoeningen
- Sportblessures
- Taped & bandageren
- Zwachtelen

We behandelen op afspraak. Behandeling bij u thuis is mogelijk indien noodzakelijk.

Wij zijn bereikbaar op 026-3511649 of  
Henri: 06-21565964  
Waarnemer(ster): 06-47217151

Praktijkadressen: Diepenbrocklaan 58 (Henri) en  
Beethovenlaan 62 in Arnhem  
[www.arnhemfysio.nl](http://www.arnhemfysio.nl)

NIEUW: Pedicure Ineke de Marée (06-31900642)  
houdt ook praktijk op de Beethovenlaan 62

Onder ons huis zit een kruipruimte en in die kruipruimte ligt zand. Mijn kinderen zien de kruipruimte als een ontdekkingsgebied, een nog niet in kaart gebracht terrein waar onze beschaving nog niet heeft toegeslagen. Een van de leukste dingen in de afgelopen jaren was dan ook een excursie onder de vloer. Met hoofdlampjes en oude kleren konden zij rustig een paar uur verdwijnen. Zelfs buurkinderen zijn mee geweest op deze uitstapjes.

Maar wat de uitstapjes helemaal mooi maakt is dat er wel degelijk iets te schatgraven valt. Ons huis is in de oorlog gebruikt door Canadezen als uitvalsbasis. Er was een mortiergat in de zijmuur en rondom het huis heb ik bij het tuinieren talloze kookpotjes gevonden. Maar onder de vloer lagen

# Canadese vondsten

de echte schatten. Brieven, sigarettenpakjes, luciferdoosjes en zelfs een ongeopend potje homeopathische pilletjes, een insigne en zo nog wat dingen.

Iedere keer kwamen de kinderen met iets nieuws naar boven. Wie de bron van al deze dingen was werd maar steeds niet duidelijk. Brieven waren half opgegeten door de muizen of aangetast door vocht. Maar een maand geleden was het raak. De jongens kwamen naar boven met een half aangegeten envelop en daarop stond een adres en een naam; Mc Andless.

Mijn vrouw had alle stukjes en dingetjes bewaard en omdat een eerder gevonden nieuwsbrief van de meat-packing factory Swift uit Winnipeg was wist mijn vrouw dat we moesten zoeken in Winnipeg naar Mc Andless. De eerste vondst op internet was een foto van een grafsteen. We waren dus net te laat. Maar vervolgens vond ze de vermelding van een paar Mc Andlessen in Winnipeg, Canada. Dus er was nog hoop

Na enige aarzeling heeft ze een mail gestuurd en die was meteen raak. Het was de zoon van de soldaat van de brief.

Na een hartelijke briefwisseling weten wij nu het volgende; De eigenaar van de brieven was Frank Mc Andless. Tot 1930 was hij beroepssoldaat maar daarna ging hij werken in een vleesverpakkingsfabriek. Toen de oorlog uitbrak ging hij opnieuw in dienst en trainde officieren van het Canadese leger. Hij werd bevordert tot sergeant majoor en gelegerd in Noord Afrika bij het 8e leger onder Montgomery. Vandaar uit was hij bij de invasie van Europa vanuit Afrika betrokken. Hij vocht bij de slag van Monte Casino en de bevrijding van Rome. Na Italië werd hij ingezet bij de bevrijding van Nederland en kwam zodoende in 1944 in Arnhem terecht in ons huis. Hoe hij vanaf ons huis verder is gegaan wist zijn zoon niet te vertellen maar wel dat hij heelhuids thuis is gekomen en in 1992 is overleden in Winnipeg.

De wereld werd zo ineens heel klein. Heden en verleden verbonden zich over een grote afstand. Al met al voelt het als een bijzondere ervaring.

Sjoerd Kaarsemaker



# Start **Team Leefomgeving Noord-Oost**

Op 3 oktober zijn wij als team Leefomgeving Noord-Oost van start gegaan. Noord-Oost omvat de wijken Alteveer/Cranevelt, Monnikenhuisen/Geitenkamp en Velperweg e.o. (o.a. de wijken Plattenburg, Paasberg)

Wij leggen contacten in de wijk zodat we weten waar de bewoners van de wijken mee bezig zijn, wat hen bezighoudt en waar behoefte aan is. Het doel is om de leefomgeving van de wijken verder te verbeteren in samenspraak met de bewoners van de wijken. We pakken concrete kansen of aanleidingen ook meteen op. De

eerstkomende tijd richten wij ons vooral op de kennismaking.

Wij ontmoeten u graag. Heeft u ideeën over het verbeteren van de leefomgeving van uw wijk, wilt u iets vertellen of delen met ons, of heeft u een vraag? Wij zijn bereikbaar op onderstaande e-mailadressen en telefoonnummers. Tiny Wouters is voor de wijk Alteveer/Cranevelt het eerste aanspreekpunt. Graag tot ziens!

**Tiny Wouters-Bles**  
tiny.wouters@arnhem.nl  
tel. 026-377 3542

**Johanna Sinnema**  
johanna.sinnema@arnhem.nl  
tel. 026-377 4489

**Michelle van Amerongen**  
michelle.van.amerongen@arnhem.nl  
tel. 026-377 4538

**Marlies Hallingse**  
marlies.hallingse@arnhem.nl  
tel. 026-377 2334

**John Wijnbergen**  
john.wijnbergen@arnhem.nl  
tel. 026-377 3097

## Deze winter onderhoud aan bosstroken in uw wijk

Deze winter gaat de gemeente Arnhem onderhoud uitvoeren aan een aantal bosstroken en struwelen in Alteveer-'t Cranevelt.

Bomen die erg vitaal zijn en een grote waarde hebben voor de natuur, krijgen van de gemeente Arnhem ruim baan. We maken ruimte om markante bomen beter in het zicht te brengen. In de bosgedeelten gaan we dunnen: door bomen weg te halen worden andere bomen gestimuleerd in hun groei. De bomen die blijven staan, kunnen hierdoor grotere kronen vormen en komen meer in het zicht te staan. Met deze maatregelen proberen we de levensduur van het bos te verlengen. Dit type onderhoud gebeurt gemiddeld één keer in de vijf jaar. De wijk is de afgelopen maanden geïnformeerd door het plaatsen van borden bij de bosstroken waar

werkzaamheden plaatsvinden. Een aantal bewoners hebben gereageerd en zijn op verzoek terplekke te woord gestaan.

Een bijzonder geval is het groen in de omgeving van de Viottastraat. Daar is een echte omvorming van de beplanting nodig om de bosstroken duurzaam in stand te houden. Dat betekent dat er bomen gekapt worden én dat er ook nieuwe aanplant plaatsvindt. Afgelopen voorjaar is hierover met de aanwonenden in een aantal avonden gecommuniceerd over de aanpak. Vanwege deze benodigde omvorming heeft de gemeente voor de werkzaamheden rondom de Viottastraat een vergunning aangevraagd. De uitvoeringskaart kunt u ook inzien op de gemeentelijke website onder uw wijk.



Kaart met daarop in rood aangegeven het gebied waar de werkzaamheden worden uitgevoerd.

Heeft u nog vragen over de geplande werkzaamheden dan kunt u contact op nemen met de stadsdeelmanager wijkonderhoud van uw wijk; Vivienne van Sante via telefoon 0900-1809.

**POUTSMA**  
fietsen

Tweedehands fietsen  
en reparatie

Geelgorslaan 42, Monnikenhuisen  
026-7370190 • www.poutsmafietsen.nl

**Regenboog Schilderwerken Arnhem**

**TON SUSAN**  
ambachtelijk schilder

voor al uw schilderwerkzaamheden,  
glaszetten, wandafwerking, houtrot vervangen

[tonsusan@kpnmail.nl](mailto:tonsusan@kpnmail.nl)  
06-23253284

**Cafetaria Bar 'T HOEKJE**

BROODJES SHACKS MENU'S  
SHOARMA SPARE-RIBS SCHOTELS

Beethovenlaan 69, 6815 BL Arnhem,  
tel/fax: 026-3516226

Dinsdag t/m Vrijdag 12.00u - 21.00u,  
Zaterdag & Zondag 14.00u - 21.00u

kom gerust eens binnen lopen voor een eerste indruk!

**op zoek naar kinderopvang in arnhem?**

Uw kind is van harte welkom bij smallsteps kinderopvang cranevelt.

**Wij bieden:**

- Opvang voor kinderen van 0 – 4 jaar.
- Een peutergroep
- Karakterstiek, vrijstaand pand in een prachtige omgeving.
- Iedere groep heeft een eigen buitenruimte.
- Ruime openingstijden van 6.45 tot 18.45.
- Flexibele opvang mogelijk
- Dagelijks een gezonde warme maaltijd voor alle kinderen

Kom gerust langs en wij geven u met plezier een rondleiding!

kinderopvang cranevelt  
daam lockemalaan 1, arnhem  
026 446 47 86 / cranevelt@smallsteps.info  
www.kinderopvang-cranevelt.nl

**smallsteps**  
kinderopvang

**HEIJBOER coaching**

Als u het echt anders wilt.  
Voor grote en kleine levensvragen.

**AGAATH HEIJBOER**  
coach

TEL: 06-404 92766  
INFO@HEIJBOER-COACHING.NL

[WWW.HEIJBOER-COACHING.NL](http://WWW.HEIJBOER-COACHING.NL)

# VILLA SAESVELDT

een warm en zorgzaam huis voor mensen met dementie



## Zelfstandig wonen niet meer mogelijk ?



Bel voor een afspraak óf bezoek onze website:

## [WWW.VILLASAESVELDT.NL](http://WWW.VILLASAESVELDT.NL)

Arnhemsestraatweg 354 – 6881 NK Velp – Telefoon: 026 – 36 10 568

# Oriëntatieloop oktober 2016



Begin oktober kwam er bij Craneveer mail binnen van de oriëntatievereniging Argos. Zij gaven aan dat ze op 22 oktober een oriëntatieloop mochten houden in Zypendaal. Dit houdt in dat mensen met een speciale kaart en kompas een route lopen langs een aantal (elektronische) controleposten, vossen genaamd, waarbij de mensen zelf de route mogen bepalen. Ze hadden toestemming gekregen om niet alleen over de paden, maar ook dwars door het bos te lopen en te hollen.

Wijkbewoners waren via de website van Craneveer uitgenodigd om mee te doen en ik heb hiervoor de stoute schoenen aangetrokken. Samen met een vijfjarig maatje, Jelte, heb ik een route gelopen, die ook geschikt is voor kinderen. Voor Jelte was het eerst al spannend hoe de vossen eruit zouden zien. Ik wist het ook niet. We kregen een speciale kaart mee van het gebied, een zendertje en een kompas.

Gelukkig ken ik het bos best goed, maar Jelte heeft op sommige punten

goed moeten helpen zoeken, om de juiste vossen te vinden. Ze hadden allemaal een eigen nummer en soms stonden vossen van de verschillende routes dicht bij elkaar. In ongeveer een uur tijd vonden we alle twaalf vossen van onze route. Er was dus steeds wat te doen voor Jelte. Aan het begin van de tocht rende hij hard vooruit, later nam hij af en toe zijn rust en ging even kastanjes of beukenootjes zoeken. Een wintervoorraad aanleggen is ook best handig. Onze route was ruim 3 km van vos naar vos rechtstreeks gemeten en we zijn twee keer naar beneden en weer naar boven gelopen. In totaal hebben we ongeveer 5 km gelopen. Er was voor kleine kinderen een kortere route over de paden uitgezet, met smileys.

Wij liepen een grotere wandelroute ook vooral over de paden, maar zagen diverse mensen heuvels op en af rennen dwars door het bos heen.

De mensen van Argos willen de speciaal gemaakte kaarten nog wel een keer gebruiken en zij zijn bereid om dit

evenement voor meer wijkbewoners te herhalen. Ik vind het een erg leuke manier om eens op een andere manier door Zypendaal te lopen en denk dat het ook voor ouders met kinderen een heel leuk iets is. Er liepen ook ouders/vaders met kinderen van 10-12 jaar hard door het bos. Voor alle mensen die geregeld een rondje rennen in de wijk is dit vast een leuke uitdaging.

Graag horen we of er meer wijkbewoners zijn, die een keer mee willen doen met een oriëntatieloop. Als er ook nog een paar mensen zijn die bijvoorbeeld in april/mei een keer mee willen helpen met de organisatie, dan kunnen we dit evenement komend jaar organiseren.

*Marjan van Roon*

## Geef inbrekers geen kans tijdens de donkere dagen

**Het is volop herfst en de wintertijd is ingegaan. Het is al vroeg donker. Dit komt inbrekers goed uit, want hierdoor hebben zij meer kans om ongezien een woninginbraak te plegen. U kunt zelf veel doen om de kans op een woninginbraak te verkleinen.**

Geef inbrekers het idee dat er altijd iemand thuis is. Dit kan door gebruik te maken van tijdschakelaars waardoor het niet constant donker is in uw woning. Goede buitenverlichting en sloten die voldoen aan het politiekeurmerk Veilig Wonen schrikt ook af. Samen met uw burens kunt u afspraken maken om waakzaam te zijn bij afwezigheid tijdens de komende feestdagen. Iedere verdachte situatie is in ieder geval reden om 112 te bellen.

**Samen met u**  
De politie staat voor u klaar. Met uw hulp is de kans aanzienlijk groter om inbrekers te pakken. U kent uw wijk het beste. Loopt of rijdt er iemand rond die zich verdacht gedraagt, staat er iemand op de uitkijk, of hoort u een verdacht geluid dat duidt op een inbraak, dan is dat altijd reden om contact op te nemen met de politie door 112 te bellen.

Onder 'Misdad in Kaart' op [www.politie.nl/mijn-buurt](http://www.politie.nl/mijn-buurt) kunt u zien hoeveel (pogingen tot) woninginbraak er tot nu toe in uw wijk zijn geregistreerd.

Op [www.arnhem.nl/woninginbraken](http://www.arnhem.nl/woninginbraken) vindt u nog meer informatie en tips om woningbraken tegen te gaan.

# Speelstoet: een speelgoedwinkel zonder kassa

Elk halfjaar wordt in onze wijk 'Altenieuw' georganiseerd, een beurs voor tweedehands kinderkleding en speelgoed. Craneveer wordt voor een ochtend helemaal ingericht vol met kinderkleding in alle maten. In de fietsenstalling van de Pieter Brueghel-school wordt al het speelgoed uitgesteld: tafels staan vol met houten speelgoed, boeken, puzzels, spelletjes, Duplo, Lego en Playmobil. Verkleedkleden worden uitgehangen, hobbelpaarden en fietsjes neergezet. Alle zolders en kelders van onze wijk worden opgeruimd en veel speelgoed wisselt op zaterdag van eigenaar.

Maar wat gebeurt er met alles dat niet wordt verkocht? De kleding die de inbrengers niet retour willen gaat naar de kledingbank, en het speelgoed naar Speelstoet. In oktober hebben wij een bezoekje gebracht aan Speelstoet om te zien wat deze organisatie nu precies doet met de aanhang vol speelgoed die halfjaarlijks wordt afgeleverd.

Speelstoet richt zich op gezinnen uit Arnhem en omgeving en is opgericht door een aantal enthousiaste vrij-

willigers in samenwerking met Volkshuisvesting Arnhem en Siza. Doel van de organisatie is om goed herbruikbaar speelgoed door te geven aan kinderen die het hard nodig hebben, maar waarvan de ouders het niet kunnen betalen. Instanties als scholen, maatschappelijk werk, huisartsen, consultatiebureaus en kerken kunnen gezinnen doorverwijzen. De gezinnen krijgen dan een strippenkaart en kunnen een aantal keren per jaar met de kinderen speelgoed komen uitzoeken op een van de plekken waar Speelstoet haar



deuren opent. Met Sinterklaas is er een heel populaire opening met extra veel speelgoed (deels nieuw, gekocht met ontvangen donaties) waar de ouders zonder kinderen welkom zijn.

Tijdens het bezoeken van opening van Speelstoet zagen we, dat het speelgoed dat wij "doorgeven" goed terecht komt. Er staat een rij met wachtenden en de kinderen krijgen de kans iets uit te zoeken waar ze zelf graag mee willen spelen. We zien mensen tevreden vertrekken. Fijn dat we met veel speelgoed uit de wijk daar aan bij kunnen dragen! Ook onze volgende **Altenieuwbeurs (zaterdag 11 maart 2017)**, het duurt nog even maar zet het vast op de agenda) brengen we dus met veel plezier het overgebleven speelgoed naar Speelstoet. Mocht u zelf spullen weg willen brengen dan bent u ook dagelijks welkom bij hun centrale depot bij Siza in Velp: zie voor meer details [www.speelstoet.nl](http://www.speelstoet.nl).

## Doedelzakband repeteert in school De Klaproos

Vanaf donderdag 1 december repeteert de doedelzakband, The Black Watch International Pipes and Drums, in de basisschool De Klaproos aan de Kluisweg 189 te Arnhem. Iedereen die wil leren doedelzakspelen of leren Schots drummen is van harte welkom op onze oefenavond. De beginners starten om 19.00 uur, de gevorderden om 20.00 uur. De lessen worden gegeven door ervaren instructeurs. Zowel gevorderde als

beginnende spelers zijn welkom. De Band van de Black Watch wil de komende jaren uitgroeien tot een gerenomeerde band. Kom vrijblijvend langs om sfeer te proeven en kennis te maken met de muziekvereniging. Voor nadere inlichtingen: [arnhempipesanddrums@hotmail.com](mailto:arnhempipesanddrums@hotmail.com) of 06-29496761

George Alblas

## Colofon

Redactie Wijkblad Craneveer

**Astrid de Winther • Voorzitter**

Obrechtstraat 18 • 026-4460306

**Chantal Feber • Advertenties**

Cattepoelseweg 276 • 026-3511100

**Henk Wagenaar • Algemeen**

Cattepoelseweg 201 • 026-4424073

**Herma Zuidema • Algemeen**

Cattepoelseweg 230 • 026-3518447

**Lieke Camerik • Algemeen**

Palestrinastraat 8 • 026-3336347

**Jesse Reith • Algemeen**

Meyrooslaan 70 • 06-16929312

**Coen Pausma • Layout**

Meijrooslaan 28 • 026-4454211

[redactie@craneveer.nl](mailto:redactie@craneveer.nl)

Informatie over adverteren?

[advertenties@craneveer.nl](mailto:advertenties@craneveer.nl)

Bezorging Craneveer

**Herma Zuidema • Coördinatie**

026-3518447

[bezorging@craneveer.nl](mailto:bezorging@craneveer.nl)

Bestuur Recreatieve Vereniging Craneveer

**Sylvia Kortenaar • Voorzitter a.i.**

**• ledenadministratie**

Halévystraat 8 • 026-3513754

**Marjan van Roon • Secretaris**

Chopinstraat 21 • 026-3510051

**Jorgo Trautig • Penningmeester**

Cattepoelseweg 360 • 026-3610329

**Louis Bosman**

Bachlaan 15 • 06-26378138

NIEUWE LEDEN  
WELKOM!

[bestuur@craneveer.nl](mailto:bestuur@craneveer.nl)

[admin@craneveer.nl](mailto:admin@craneveer.nl) (Ledenadministratie)

[penningmeester@craneveer.nl](mailto:penningmeester@craneveer.nl)

Wijkraad Altenieuw / 't Cranevelt

**Maurice Lankheet • voorzitter**

026-3510245

**Sylvia Kortenaar • secretaris**

026-3513754

**Marjan van Roon • plv. Secretaris**

026-3510051

**Joost Froeling • penningmeester**

06-51402481

**Michel Rauwers • verkeer a.i.**

[verkeer@craneveer.nl](mailto:verkeer@craneveer.nl)

**Jorgo Trautig • algemeen**

026-3610329

**Ryklof Wander • algemeen**

026-4452607

**Hannie Riksen • algemeen**

06-44870448

[wijkraad@craneveer.nl](mailto:wijkraad@craneveer.nl)

Redactie Website [www.craneveer.nl](http://www.craneveer.nl)

**Daniëlle Pepels**

[website@craneveer.nl](mailto:website@craneveer.nl)

## Activiteitschema Craneveer

Zondag	19.00 - 20.00 uur 20.15 - 21.30 uur	Yoga Yoga	Recreatiezaal Recreatiezaal
Maandag	08.45 - 09.45 uur 14.00 - 16.30 uur 19.00 - 20.00 uur 20.30 - 21.30 uur 20.30 - 22.00 uur	<b>Chi Kong</b> <b>Biljarten</b> <b>Damesgym</b> <b>Basketbal</b> <b>Badminton</b>	Recreatiezaal Recreatiezaal Gymzaal beneden Gymzaal beneden Gymzaal boven
Dinsdag	09.30 - 12.00 uur 14.00 - 16.00 uur 19.00 - 20.00 uur 20.30 - 22.00 uur	<b>Schilderen</b> <b>Biljarten</b> <b>Ismakogie</b> <b>Badminton</b>	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal Gymzaal beneden
Woensdag	08.45 - 10.00 uur 10.15 - 11.30 uur 15.45 - 16.30 uur 16.30 - 17.15 uur 17.15 - 18.00 uur 19.00 - 20.00 uur 20.00 - 21.00 uur 17.30 - 18.30 uur 19.00 - 20.00 uur 20.15 - 21.30 uur	<b>Tai Chi</b> <b>Tai Chi 65+</b> <b>Kleutergym 1</b> <b>Kleutergym 2</b> <b>Meisjesgym</b> <b>Zumba</b> <b>Bodyfit</b> <b>Zachte Yoga</b> <b>Mannen Yoga</b> <b>Yoga</b>	Recreatiezaal Recreatiezaal Gymzaal boven Gymzaal boven Gymzaal boven Gymzaal beneden Gymzaal beneden Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Donderdag	14.00 - 15.00 uur 20.30 - 22.00 uur	<b>Gymfit 60+*</b> <b>Volleybal</b>	Recreatiezaal Gymzaal beneden
Vrijdag	08.45 - 10.00 uur 10.00 - 12.00 uur 13.30 - 16.30 uur	<b>Tai Chi</b> <b>Biljarten</b> <b>Bridge</b>	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Zaterdag	10.30 - 11.30 uur	<b>Zaalvoetbal</b>	Gymzaal beneden

De Craneveer activiteiten vinden plaats van september tot juni. Zaalvoetbal heren gaat door in juni. De recreatiezaalactiviteiten gaan meestal door in de korte vakanties, uitgezonderd de kerstvakantie. Voor informatie kunt u bellen met Mw. Marjan van Roon, 026-3510051. De recreatiezaal en ingang gymzaal zijn te vinden in de bocht van de Viottastraat, op het terrein van de scholen.

**Richtlijnen lidmaatschap Craneveer**

Nieuwe leden mogen twee keer meekijken of meedoen voor ze zich inschrijven via opgaveformulier en dit opsturen of bezorgen bij de ledenadministratie: Halévystraat 8, 6815 HC Arnhem.

**Betalen van contributie**

In het najaar (of na aanmelden gedurende het seizoen) ontvangt ieder lid via de groepsvertegenwoordiger of per mail een rekening voor de contributie.

Te betalen aan: Craneveer reknr. NL64 RABO 0381602044 t.n.v. penningmeester Craneveer te Arnhem

**Opzegging van het lidmaatschap**

Opzeggen met ingang van het nieuwe seizoen dient schriftelijk of per mail te geschieden bij de ledenadministratie Halévystraat 8, 6815 HC te Arnhem en wel voor 1 september: [admin@craneveer.nl](mailto:admin@craneveer.nl). Het midden in het seizoen beëindigen van deelname aan een activiteit ontheft leden niet van de verplichting de contributie over het hele seizoen te voldoen

**\*Overige Activiteiten 55+**

In de boven gymzaal wordt door Budo sport Arnhem op maandagmiddag van 15.30-16.30 uur **Tai Chi voor 55+mensen** gegeven. Contactpersoon is Anneke v. Maanen 026-3511413

Donderdag 14.00 - 15.00 uur, recreatiezaal: **Gymfit 60+**.

Contactpersoon is Jean Repplier: 026-442 61 48 / 06-349 663 50.

Georganiseerd door Arnhemse Gymvereniging AAC1899: [www.aac1899.com](http://www.aac1899.com).



# EVEN NAAR INDONESIË?



## Deze kerstvakantie Pasar Malam in de Bush

27 t/m 30 december • 2 t/m 8 januari

- Indonesische markt in ons overdekte tropisch regenwoud
- Veel Indische standjes en twee podia met muziek en dans
- Gratis animatieprogramma in de Bush voor alle kinderen
- Extra voordelig Indonesisch buffet in het Bush Restaurant
- Ook onze overdekte Desert, Ocean en Kids Jungle zijn open
- Van 15 tot 20 uur extra lage toegangsprijs van slechts € 10,-

Meer info en kaartjes met korting op  
[www.burgerszoo.nl/pasarmalam](http://www.burgerszoo.nl/pasarmalam)

*Gratis toegang voor  
abbonementhouders!*



KONINKLIJKE  
**BURGERS'ZOO**