

IN DIT NUMMER:

Feestelijke opening van de Burgers Mangrove • Muziek in de Tuin •
Fotoverslag Buurtfestival • Jonge buurtbewoners op EK Frisbee •
Nieuwe websiteredactie •

Craneveer



COOP SUPERMARKT ALTEVEER

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

- Een ruim assortiment glutenvrije producten
- Een ruim assortiment van de Vegetarische slager in de diepvries
- Een ruim assortiment Biologische en Rawfood producten
- Lactosevrije producten (kaas, melk, yoghurt)
- Elke dag dag vers brood en gebak van bakker Derks
- Bij ons in de winkel staat een pinautomaat waar tot € 250,- per dag gepind kan worden
- Ruime parkeergelegenheid

Heeft U ook zo genoten van het Buurtfestival 2017?
**Samen maken we het verschil:
Buurtfestival & Coop Alteveer**

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



Van de redactie

In dit blad wordt verslag gedaan van leuke en bijzondere activiteiten. We beginnen met Muziek in de Tuin. Weet u het nog? Een koor, een bandje, muzikanten (waaronder ook buurtgenoten!) die in tuinen in onze wijk lekkere, vrolijke of juist gevoelige muziek speelden? Ik ben bij een aantal tuinen gaan luisteren en vond het erg leuk en gezellig. Fijn dat dit er is in de wijk!

En dan het wijkfestival! Dit keer zelfs twee dagen. De Craneveer komt dit keer iets later uit om ervoor te zorgen dat we er toch nog een leuke fotoreportage van konden plaatsen. In De Gelderlander promootte Bas Wildeman het wijkfestival en onze wijk: dit is een dorp in de grote stad met allerlei leuke activiteiten. Daar ben ik het mee eens. Maar we hebben het zelf in de hand! Want zonder vrijwilligers in een wijkvereniging, in een werkgroep, in een organisatie van een activiteit of feest of in de wijkraad, kunnen we echt niet!! Om in de cultuur en gezelligheid te blijven: een aankondiging van een nieuwe expositie in Craneveer. Komt u ook naar de opening op 5 november? En heeft u wel gehoord van "Atelier Uilskuiken"? In het vorige wijkblad was al een oproep gedaan aan ouderen en kinderen om elkaar daar te ontmoeten. Op 21 augustus was er een workshop "robotjes van hout". In ons wijkblad natuurlijk verslag daarvan. In het najaar zullen meer activiteiten volgen van dit wijkatelier.

Wat betreft sport: we hebben echte jonge EK-spelers in de wijk. Ik sprak deze 5 jonge buurtgenoten over hun sport Frisbee. Eerlijk gezegd wist ik niet hoe intensief en spectaculair deze sport is. Dat werd mij nog wat duidelijker toen ik een filmpje van de ultimate frisbee highlights op Youtube ging bekijken. En wat gebeurde er aan de rand van onze wijk? Door buurtbewoners werd de bouw van de staalconstructie in Burgers Zoo goed gevolgd. Een grote stalen koepel waar de Mangrove is gehuisvest. Onze redactie werd uitgenodigd voor de feestelijke opening van de Burgers Zoo Mangrove. Lieke en Coen doen verslag, in woord en beeld.

Herma Zuidema doet, behalve het vrijwilligerswerk voor ons wijkblad, ook vrijwilligerswerk in de Mangrove als voorlichter/gids. U kunt meer over haar werkzaamheden lezen in het interview wat ik met haar had. En nog twee mensen die meer vertellen over hun werk en bezigheden: Annemarie van Velzen - een buurtbewoonster die Kweekland aan de Dalweg runt. Wisten jullie dat je daar biologische groenten kunt kopen en door jezelf geplukte bloemen? Ingrid sprak haar "op de tuin". En onze nieuwe wijkagent Tim Heil heeft het over zelfredzaamheid van de burger. Hij geeft adviezen ter preventie maar geeft op verzoek ook een recept voor een gerecht wat hij graag maakt in "Mijn keukengeheim".

Natuurlijk ook een stukje van het Bestuur van de wijkvereniging met opnieuw een oproep voor vrijwilligers. Daarnaast aandacht voor de website: de websiteredactie stelt zich aan u voor.

Ik wens jullie namens de redactie weer veel leesplezier.

Tot ziens in de wijk.

Astrid de Winther

AGENDA

Zondag 5 november

14.00 - 16.00 uur

Opening nieuwe expositie in
wijkgebouw Craneveer

Zondag 10 december

Muziek bij de burens



Overal
in onze wijk!
M.U.V. DE CATTEPOELSEWEG

Inleveren kopij

Mail uw kopij voor het volgende nummer aan: redactie@craneveer.nl
De volgende Craneveer verschijnt 4/5 november. Uiterste aanleverdatum voor kopij is 16 oktober.

Ook adverteren?

Neem contact op via
advertenties@craneveer.nl

Foto omslag

Gemaakt door Jaqueline Maree.
Uw foto op de omslag? Mail hem naar
redactie@craneveer.nl

"We have a dream"

"Het is eind 2017 en een grote groep mensen is bijeen in Craneveer. Er wordt een jaarplanning voor 2018 opgesteld. Aangezien het bestuur van Craneveer weer voltallig is, is er de rust om nieuwe activiteiten op te pakken. En omdat zich ook nog eens onafhankelijk van elkaar drie verschillende groepen hebben gemeld met superleuke ideeën voor onder de vlag van Craneveer, belooft het op voorhand al een mooi jaar te worden. Er wordt nagedacht over een reeks activiteiten voor kinderen op de zondagmiddag, met voor de ouders gelijktijdig een 'high tea'. Eindelijk zijn er ook weer genoeg mensen opgestaan voor een zenuwslopende, zinderende spokentocht. Zij zijn al ervaring op gaan doen bij de 'Halloween griezel expres', dus inspiratie genoeg. Dan is er ook nog de groep die de recreatieruimte van Craneveer graag wil gaan gebruiken voor allerhande spellen zoals klaverjassen, bingo en tafeltennis. En omdat recreatieve vereniging Craneveer komend jaar 45 jaar bestaat wordt er door het bestuur, de redactie en websitebeheer van Craneveer hard nagedacht over een speciale uitgave voor de wijk."

U zult begrijpen, zoals bovenstaand geschetst, is helaas de werkelijkheid niet. Wat ons betreft is dit wel de droom die we nastreven. Er is ruimte beschikbaar, er zijn middelen en inmiddels weten we dat als er iets georganiseerd wordt, hier vaak een aantal geïnteresseerden op af komt. En mocht dat onverhoopt niet zo zijn, dan hebben we het in ieder geval geprobeerd. Tijdens de laatste

algemene ledenvergadering op 30 augustus jl. hebben zich echter wederom geen nieuwe bestuursleden gemeld. Gelukkig heeft zich per mail inmiddels iemand bij ons gemeld die mogelijk interesse heeft, maar één iemand erbij is echt te weinig. Omdat onze secretaris – na maar liefst 25 jaar – heeft aangegeven nu toch echt te gaan stoppen, wordt het bestuurstekort alleen maar nijpender en bijna onoverkomelijk om de vereniging in haar huidige vorm te laten voortbestaan. Omdat wij niet willen dat het jubileumjaar tevens het laatste jaar wordt, nog een keer een dringende oproep aan u. **Spreekt de tekst bovenaan dit stuk u aan? Heeft u wat tijd en wilt u deze inzetten voor activiteiten in de wijk? Kom dan in actie! Alle functies in het bestuur zijn bespreekbaar en het huidige bestuur doet ook graag een stap terug als zich een voltallig nieuw bestuur meldt.**

Om niet in mineur te eindigen, eindig ik dit keer met een leuke aankondiging: in seizoen 2017 – 2018 wordt onder de vlag van Craneveer een aantal lezingen georganiseerd. De commissie die eerder vanuit het inmiddels gestopte Buurkracht de lezingen organiseerden, gaan dat dit komend jaar doen binnen Craneveer. Interessante onderwerpen, boeiende sprekers, een hapje en een drankje. Alle ingrediënten voor geslaagde middagen! Houd de aankondigingen in Craneveer en op de website dan ook in de gaten.

Sylvia Kortenaar



Op zondagochtend 3 september zijn met enig feestelijk vertoon de bank en het stokstaartje op de hoek Bachlaan/Händelstraat officieel in gebruik genomen. De bank is bekostigd uit de gift van de wijkraad voor een leuk wijkidee. Recreatieve vereniging Craneveer heeft er een stokstaartje bij geschonken, om het geheel meer passend te maken bij de krokodillen en er iets leuks voor de kinderen van te maken. Ruim twintig mensen, vooral direct omwonenden, waren deze ochtend gekomen om met elkaar een rondje koffie en koek te doen op het ronde bankje en daarna een toost uit te brengen op het stokstaartje en elkaar. Het was een gezellige en ontspannen bijeenkomst, waarbij ook Gert-Jan van Dunnewold, de boomkunstenaar en Karin Kalthoff, het gemeenteraadslid die de lindeboom geschonken heeft aan de wijk, aanwezig waren. We denken dat omwonenden en anderen elkaar geregeld gaan ontmoeten op het bankje, of gewoon even lekker ontspannen, of een boekje lezen onder de lindeboom. Komt u gerust eens langs om de bank te bewonderen en uit te proberen.

Wij danken alle mensen en organisaties die hebben geholpen aan het realiseren van deze leuke ontmoetingsplek.

Marjan van Roon

SCHOON EN FRIS WASGOED ZONDER ZORGEN!
Wasto service, al 15 jaar specialist in wassen & stomen



Laat u overhemden wassen voor maar €3. Vaste service. Vaste prijs
Heeft u geen tijd om te strijken? Wij regelen het al vanaf €2 voor u!

MAANDACTIE
Vraag naar onze actuele aanbieding!

Volg de scherpe maandacties, bekijk ze online: 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



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

Verras uzelf...



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

Benieuwd geworden? Bel vrijblijvend, 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.



Jeannette Loois, Wagnerlaan 122,
6815 AG Arnhem
Telefoon 026 - 445 30 70
JeannetteLoois@gmail.com
www.jjloois.anbosweb.nl



Speciale momenten
verdienen speciale bloemen

Oremusplein 4, 6815 DN Arnhem, T 026 3517148
bestel@flowbloemisten.nl

Kijk ook eens op www.flowbloemisten.nl als u een mooi boeket wilt laten bezorgen



Praktijk voor Fysiotherapie 't Altevelt
Henri Hugen

U kunt bij ons terecht voor:

- Algemene fysiotherapie
- Acute & chronische aandoeningen
- Sportblessures
- Taped & bandageren
- Zwachtelen
- Medical taping i.o.

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

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

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

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



*Dag zomer.
Welkom herfst.*
Tijd voor Ineke.

INEKE KRAL
SCHOONHEIDSSPECIALIST
DIEPENBROCKLAAN 20, 6815 AJ ARNHEM
TEL. 026 4437187, MAIL INEKEKRAL@GMAIL.COM
WWW.INEKEKRAL.COM

**VERLOREN
WOORDEN
BOEKEN
& KUNST**

Boeken over? Verkoop ze!
Tel. 06 - 5244 1822
Marco van Kampen, Bachlaan 22
www.verlorenwoorden.nl

De Prakt(eik)
voor natuurgeniërs
schoonheid & lifestyle

De Prakt(eik)
Simone van Lieshout
Loospad 17
6815 GA Arnhem
06-4628765 | [info@deprakt\(eik\).nl](mailto:info@deprakt(eik).nl)
[www.deprakt\(eik\).nl](http://www.deprakt(eik).nl)
Dr. Hauschka

Foto Cranevelt al jaren een begrip in uw wijk, Arnhem en omgeving
voor alle foto's: digitaal, persoons, partijen, digitale foto's, advies, kaarten, scans, kopieën

**FOTO
CRANEVELT**
foto - snelservice - film - video

Oremusplein 84 6815 DV Arnhem Ronald Verhoeff 026-4451736
www.fotocranevelt.nl - info@fotocranevelt.nl - www.digitalefotosbestellen.nl
openingstijden: maandag gesloten, dinsdag t/m vrijdag van 9.30 tot 18.00 uur, zaterdag van 9.15 tot 16.00 uur

postnl

79 €
Mijn fotoboek

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

solutions by massage

Voetreflextherapie
De manier om van uw klachten af te komen
Meestal vergoed door de zorgverzekering

Voor inlichtingen of een afspraak:
Beethovenlaan 39
6815 CP Arnhem
Telefoon: 06 515 783 91
djonkman@solutions-by-massage.nl
www.solutions-by-massage.nl

voetreflex therapie
baby massage
stoelmassage
Sportmassage
Hotstone massage
Ontspanningsmassage
Craniosacraal therapie
Hoofdpijnmassage
Bindweefselmassage
Cadeaubonnen

Van de wijkraad

Actie Slim op weg in Alteveer/'t Cranevelt gestart

Profiteer tot eind december van de mogelijkheden!

Heb jij eind augustus een 'menukaart' in je brievenbus gevonden? Tijdens het buurtfestival een elektrische fiets uitgeprobeerd? Of onlangs een buurtgenoot op een elektrische bakfiets zien langskomen?! Goed mogelijk, want in onze wijk is deze maand de actie 'Slim op weg in Alteveer/'t Cranevelt' gestart. Die houdt in dat je van september t/m december de mogelijkheid krijgt geboden om eens anders te reizen dan met de auto. Elke dag staan velen van ons met de auto in de file. Dat is jammer, want het kost jou tijd, het

maakt de wijk minder bereikbaar, en het vervuult onze lucht door de CO2-uitstoot.

Daarom biedt de wijkraad van Alteveer/'t Cranevelt je nu samen met de gemeente Arnhem mogelijkheden voor ander vervoer. Zo kun je gratis een week een elektrische bakfiets uitproberen. Of je kunt sparen voor flinke tegoedbonnen als je gaat fietsen tijdens spitsuren. En fiets je buiten de spits, of probeer je een keer een deelauto (één gratis rit per persoon; op = op) dan kun je meesparen voor

een voorziening voor de wijk: een vervoerservice voor minder mobiele wijkbewoners. Meedoen?! Kijk snel op www.probeeraanbod.nl. Daar vind je de 'menukaart'. Je vindt opties voor fietsen, e-bike, e-bakfiets en/of een deelauto uitproberen.

Ook kun je je eigen auto opgeven als deelauto, meedoen aan een initiatief elektrische deelauto's voor de wijk of meer informatie vragen/bieden van/aan burens over nieuwe vervoersvormen.

Kleine veranderingen

Op de door veel mensen als onveilig ervaren kruising Kluizeweg-Beethovenlaan-Eduard van Beinumlaan is een aanpassing gemaakt. Zie de foto. We hopen dat het effect heeft. Het is zo duidelijker dat het een gelijkwaardige kruising is en we hopen dat mensen niet meer zo vaak de bocht te nauw nemen maar om de 'druppels' heen rijden.

Aan de rand van de wijk zijn de Vivaldistraat en de Verdistraat nu eenrichtingswegen geworden. Daar heeft al langere tijd een aantal mensen uit deze straten op aangedrongen en verschillende mensen hebben dan ook verheugd gereageerd.

We kregen een mail van een wijkbewoonster 'Wonend op de hoek van de Mozartstraat en Beethovenlaan valt het mij op dat er zoveel mensen fietsen



op de stoep bij het speeltuintje. Vooral veel volwassenen met een rotvaart en gerust nog met hun telefoon in de hand al append. En dat terwijl er kleine kinderen spelen in de speeltuin die toch wat onberekenend zijn. Dit is inclusief mijn zoontje van 1,5. Naar mijn weten staat er een boete op fietsen op de stoep. Ik vraag me echt af waarom mensen

dat doen en wat er dan niet klopt aan de verkeerssituatie.'

Bij deze de oproep om niet te fietsen op de stoep. Als u toch liever over de stoep gaat met de fiets, neem deze dan even aan de hand en zeker bij het speeltuintje.

De verkeerscommissie



Feestelijke opening van de Burgers Mangrove

Al 28 jaar ondersteunt Burgers Zoo in het centraal Amerikaanse Belize een mangrove natuurgebied. Om meer bewustwording onder de bevolking teweeg te brengen, is Burgers Zoo 3 jaar geleden gestart met de bouw van Burgers Mangrove wat al de zintuigen prikkelt en daarmee één grote beleving is.



Met een persoonlijke handdruk als warm welkom ontvangt Alex van Hooff samen met zijn vrouw en zakenpartner Bertine, hun kinderen en moeder Van Hooff de vele gasten die uitgenodigd zijn voor de opening op woensdagmiddag 12 juli jl. Ook wij als redactie zijn uitgenodigd en met ons diverse andere wijkbewoners. Enkele bekende gezichten komen voorbij als Dries van Agt, Pauline Krikke, Jan van Hooff. Met de vele vrienden, kennissen en zakenrelaties van de familie Van Hooff vult het auditorium zich tot aan de bovenste rij.

Alex heet als speciale gast dhr. Bijleveld welkom en introduceert hem als de founding father. Samen met zijn vader Antoon van Hooff stond hij aan de wieg om als natuurbeschermers het bedreigde Mangrove regenwoudgebied in Belize te beschermen. Dat gebeurde onder de naam "project shipsturn". Nu 28 jaar later is dit beschermde gebied nagebootst in Arnhem als de Burgers Mangrove.

Overgekomen uit Belize is de natuurbeschermers Heron Moreno. Alex introduceert hem als held die dagelijks met zijn team van 14 rangers het Mangrovebos beschermt, opdat plant en dier de ruimte krijgen om vrij te leven en de kust beschermt tegen overstromingen. De wijze waarop deze held vanuit het hart spreekt, en zijn oprechte dankbaarheid voor de realisatie van Burgers Mangrove in Arnhem, overtuigt de bezoeker van het belang ervan.

Mooi is hoe Alex het team waarmee hij 3 jaar geleden dit grootse project is gestart in het zonnetje zet. Elk vanuit zijn/haar eigen expertise wordt ons een kijkje gegeven in de stappen van idee, ontwerpen, bouwen en realiseren van deze grootse belevingstuin.



V.l.n.r.: Heron Moreno, Omar Figueroa, Minister of State van Landbouw en Milieu van Belize, Dhr Bijleveld en Alex van Hooff

Zo verwijst Stef ons naar de ontwerp-tekeningen die op de hekken naar het Mangrove bos te zien zijn. Voor Willeke, de biologe begint nu pas de uitdaging hoe de Mangrove zich verder gaat ontwikkelen, hoe ervoor te zorgen dat de dieren goed te zien zijn voor publiek: de krabben in de klei bij eb en de zeekeien zichtbaar vanachter de halfronde panoramaruit van 1.8 bij 12 meter. Onderzoek gaat ook nu verder naar zeegrassen, kleigrond, kweken en reptielen in de toekomst.

Erik, de hoofdverzorger, heeft diverse collega dierentuinen bezocht om te leren over vlinders wat voor Burgers Zoo nieuw is.

Frans van de technische dienst vertelt over de staalconstructie van het dak met een hoogte van 16 meter en een vrijdragende ring zonder paal in het midden waar 17 bogen op rusten met sporten ertussen. Gebruik is gemaakt van duurzame materialen als rvs dat verzinkt is en naaldhout met een hardhout kwaliteit. De hal heeft een luchtvochtigheid van 26/27 graden, met een warmte/koude opslag waarmee het energiezuinig is.

Martin, de projectleider, blikt terug op de extra dimensie die hij heeft ervaren waarbij het welzijn van plant en dier voorop staat. Als randvoorwaarde kreeg hij mee dat de huidige kleine hal met 10 mangrovebomen tot het laatste moment voor bezoekers opengesteld moest blijven. Hem is echter niet

verteld dat de bomen het verplanten voor 99% niet zullen overleven. Gelukkig hebben 5 mangrovebomen de verplanting overleefd, waarvan 2 bomen nog wel kwetsbaar.

Wist u dat het Mangrove bos gedurende de bouw project 'Zonneschijn' heette en dat de Bush in de tijd van de bouw project 'Donder en bliksem' heette?

Tussen de sprekers door krijgen de genodigden een voorproefje van de musical te zien en te horen onder de titel 'samen kunnen we de wereld aan'. Een musical met een educatieve boodschap die in juli en augustus dagelijks te zien was.

De officiële opening met het openen van een vlinderkast door de familie Van Hooff, vindt uiteraard plaats in de Mangrove zelf. Een waar paradijs stap je binnen: licht, wijds, met de honderden kleurrijke vlinders die ons verwelkomen, om ons heen fladderen en rusten op hand, hoofd of schouder. Eén grote beleving waarbij zintuigen worden geprikkeld van zien, horen, ruiken, voelen en proeven. Want ook in de Mangrove worden we wederom goed verzorgd met een drankje en hapje waarmee deze opening van begin tot eind zeer geslaagd is te noemen.

Lieke Camerik



Om de vele koren die Arnhem en ook onze wijk rijk is, de kans te geven jaarlijks op te treden bij Muziek in de Tuin, is de binnentuin van Altevelt een zeer geschikte locatie bevonden die jaarlijks mag meedoen. Centraal gelegen, intiem, piano aanwezig, de kans om senioren te bereiken en bovenal een goede akoestiek.

Waar vorig jaar de Driegast-huizengroep de catering aanbood, lag dit jaar de rol van gastheer/vrouw bij de bewoners van Altevelt zelf. Samen met bewoner Carrie de Vries (ook kartrekker van de jeu de boules), zijn we alle huishoudens langsgesgaan met de vraag iets lekkers aan te bieden voor het buffet. Wij hebben ons laten verrassen door de positieve reacties en de gezellige bezoeken waarmee ons rondje gepaard ging. Een impressie.

Vrijwel iedereen doet een duit in het zakje. Eén bewoonster wisselt haar Hilvo's in. Bakker Hilvers denkt met haar mee, wat leidt tot een doos vol voorgesneden cakeplakken. Een goede keus wat gretig aftrek vindt onder de bezoekers.

Bij twee huishoudens waar onlangs de partners zijn overleden, bieden de dames wijn aan, want zelf drinken ze geen wijn en fijn dat het nu een goede bestemming krijgt. 'Ach lieve kind ik heb niets in huis', maar kom binnen. Zo word je uitgenodigd om mee te kijken wat in de keukenkastjes verborgen ligt. En jawel er is altijd wel iets te vinden; een blikje zalm, blikje paté of toch nog een dicht pak wafeltjes. 'Ik heb wel wat geld'. Nee dat liever niet, want dan moeten wij nog boodschappen doen. Juist zo leuk in natura. Net als vorig jaar krijgen we een parasol aangeboden, zodat de dirigent uit de zon kan staan. Ook klapstoelen en een bankje worden aangeboden om maar zoveel mogelijk bezoekers van een zitplaats te voorzien. Zelfs een mijnheer van 97 jaar klimt naar zolder om vervolgens te verschijnen met een houten armleuningstoel. En een mevrouw komt graag naar het optreden kijken en luisteren als wij zouden kunnen zorgen voor een stoel met armleuningen.

Carrie en ik zijn met al deze gulle gevers onder de bewoners van Altevelt zo geroerd, dat het al een feest is om dit te organiseren. En zo leuk om met alle bewoners weer even in contact te zijn en te voelen dat de oudere bewoners onder ons een beetje aandacht echt waarderen. De gemiddelde leeftijd is toch wel 80+.

Kortom, de bewoners van Altevelt hebben zich met hun gastvrije gaven op en top gastheer en gastvrouw getoond. Iedereen werd op deze manier ook weer op de hoogte gebracht van de aanstaande muziek in de tuin waardoor wij op de dag zelf velen mochten verwelkomen en verwennen met een drankje en hapje van eigen bodem.

Lieke Camerik

Na de vorige dag ontelbare keren met muziekinstrumenten, snoeren en boxen heen en weer te zijn gelopen van mijn eigen huis naar het huis van Jan en Antoinette, was het 9 juli dan eindelijk tijd om mijn liedjes met veel buurtbewoners te delen. Onder een parasol, zodat ik na mijn optreden niet volledig rood gekleurd zou zijn, bracht ik mijn kleinkunst-achtige liedjes ten gehore. Jan en Antoinette hadden de tuin zo ingericht dat er zowel links als rechts van mij publiek aanwezig was, wat zorgde voor een intieme sfeer. Zowel de eerste als tweede sessie, was de tuin goed gevuld, wat denk ik onder andere een gevolg was van het prachtige weer deze middag. De vele wisselingen tussen gitaar en piano, zorgden ervoor dat ook het publiek een taak kreeg: het verplaatsen van mijn microfoon. Hoe leuk deze publieksparticipatie ook was, de tweede sessie besloot ik toch maar slechts één wisseling tussen gitaar en piano te maken. Ik vond het heel bijzonder dat er zoveel mensen de moeite namen om naar mijn muziek te komen luisteren en ik heb dan ook volop genoten. Veel bekenden, maar ook onbekenden zijn komen luisteren. Eén ding is zeker: ik had me geen beter publiek kunnen wensen!

Marit Evers

Muziek in de tuin

Het herenakkoord laat van zich horen

Niet met het repertoire van Adele tot Brahms, maar speciaal voor dit korte optreden van 2x 30 minuten verrast het Herenakkoord, homomannenkoor Arnhem ons met diverse eigen nummers en enkele bekende nummers. Ontroerend, humoristisch en van een charme zoals een echt Homo mannenkoor betaamt.

Een integer gezongen vaarwel aan een kleine hoerenjongen wat bij de koorleden een speciaal plekje in hun harten inneemt, weten zij op ons over te brengen. Ook onze harten worden geraakt waarbij je een speld kon horen vallen in de binnentuin van Altevelt met maar liefst 75 bezoekers.

En dan het olijke nummer over jawel de Apotheker. Zijn naam wordt eer aangedaan, van alle kanten belicht en ontleedt. Van A, tot Po, van The tot Theker totdat de Apotheker als geheel weer klinkt en zo op ludieke wijze in het zonnetje wordt gezet. Als slotlied klinkt 'I wanna hold your hand' van de Beatles. Op speelse wijze flatteren de koorleden zich aan de zijde van dirigente aan de piano. En wat voor dirigente. Christel Gelderman dirigeert met een flair en elegance de homomannen met hun natuurlijke charme naar een nog hoger level. Dit resulteert in een optreden en performance van grote klasse. Het koor telt op dit moment 22 leden. Zij willen graag groeien naar 28 leden. Heb je het optreden gezien of na dit artikel zin om je aan te sluiten? Kijk eens op hun site www.herenakkoord.nl en wie weet kom jij erbij en zijn wij als wijk weer een koor rijker.

Lieke Camerik



Tijdens Muziek in de Tuin speelde wijkgenoot Ernst Gonggrijp in een tuin vlakbij zijn eigen huis. "Ik ben toetsenist/zanger van Blue Touch en ik woon sinds 1995 in de wijk Cranevelt. Mijn zoon Sjors stond naast mij te bassen. Mijn vrouw zit in een tekenclubje samen met Hetty en zo komen wij in haar tuin. Vorig jaar heb ik als toeschouwer rond gelopen bij de optredens van Muziek in de Tuin in onze wijk en ik vond het leuk om dit jaar met deze band mee te doen. Gelukkig was het (net op tijd) prachtig weer, want in de tuin is veel leuker dan in een huiskamer. Wij vonden het leuk om mee te doen en hebben veel goede reacties gekregen.

Blue Touch bestaat al een aantal jaren met verschillende ervaren muzikanten. Wij zijn een bluesband, maar in een ruime betekenis: pop, rock en jazz-invloeden zijn door de nummers heen gevlochten (vandaar ook de naam Blue Touch). Aanvankelijk deden wij alleen eigen nummers, maar inmiddels spelen wij ook een behoorlijk aantal blues-covers. Plezier in het muziek maken staat voorop. Velen van deze band spelen ook nog in andere bands. Zo doe ik straks mee als toetsenist van de buurtband op het buurtfestival".

Met hartelijke groeten, ook namens Blue Touch, Ernst Gonggrijp

Het is een prachtige serene zomerochtend. Op een paar kinderen die naar VDZ fietsen na lijkt de wijk nog in zondagochtend-rust. Maar schijn bedriegt. Als ik de tafel buiten dek voor het ontbijt hoor ik de burens al voorbereidingen treffen voor Muziek in de Tuin. Als bezige bijen worden er stoelen heen en weer gedragen en geplaatst, een podiumplek gemaakt, voor schaduw gezorgd en de instrumenten klaargezet. Mijn jongste zoon is zeer geïnteresseerd in wat er allemaal gebeurt bij de burens, maar als iets later in de ochtend de repetitie van het repertoire start kan hij zijn nieuwsgierigheid niet meer bedwingen. Marnix loopt naar de burens en vraagt of hij mag kijken. De prachtige klanken van de muziek en zang van Marit luisteren de ochtend op terwijl Marnix een privé concert krijgt. Al snel kan ik de mooie liedjes vanuit mijn eigen tuin mee neuriën. Dan beginnen de trommels op het pleintje te roffelen en wordt de start ingeluid. Als de eerste uitvoering begint is Marnix weer aan het spelen terwijl uit de lommerrijke tuin van de burens de muziek klinkt. De tuin zit afgeladen vol maar Marit weet er een intiem concert van te maken met bekende nummers maar ook haar eigen nummers.

Na de muziek bij onze burens wandel ik door naar Sabine Brachthausen waar ik mocht genieten van een internationaal (Frans Duits Engels Nederlands) repertoire met als thema een liefdesverhaal. Om de middag af te sluiten kunnen we ook nog naar de achterburen om te genieten van een kindervoorstelling waarbij van verschillende kinderliedjes in een verhaaltje met bijpassende dierpoppen aan elkaar gezongen wordt.

Wat was het fijn dat we mochten genieten van de muziek die bij onze burens gespeeld werd op deze prachtige zomerdag. Bedankt iedereen!

Chantal Feber

Mijn Keukengeheim

Bijzondere editie met onze wijkagent Tim Heil

door Nicole du Chêne

Ik kwam door een incident met onze hond in contact met onze wijkagent, die na melding op zondagochtend op de stoep stond. Toen vond ik dat vooral ontzagwekkend, zo'n boomlange man op een motor, met een zware stem. Na dit gesprek voor de Craneveer zie ik vooral een rustige maar gedreven man met enorm veel ervaring en een passie voor zijn politievak.

Onze nieuwe wijkagent Tim Heil

Oorspronkelijk komend uit Rotterdam, al 24 jaar motorrijder en binnen de politie-organisatie veel verschillende functies bekleed, zoals hondengeleider, ME'er en vuurwapencontactpersoon: onze wijkagent is van alle markten thuis. Nu al weer vele jaren in verschillende wijken in Arnhem bij de politie werkzaam, ziet onze wijkagent Tim Heil de politiewerkzaamheden meebewegen met maatschappij en politiek.

Ontwikkeling rol politie

Van een strenge, handhavende agent die door de buurt liep met zijn handen op zijn rug veranderde dit tijdens de tijd van de zorgstaat in "oom agent", waar de politie je aan de hand nam om zaken met en voor je te regelen. Nu richt politiewerk in Nederland zich steeds meer op het zélf verantwoordelijkheid nemen als burger en worden bepaalde taken van de politie ook verlegd naar de gemeente.

"Don't ask what your country can do for you, but what you can do for your country"

Als vanuit de redactie van Craneveer dan ook de vraag komt "Wat kan de wijkagent voor ons betekenen?", draait onze wijkagent die vraag direct om: "Wat kan de bewoner voor de wijk-agent betekenen, wat kun je zelf bijdragen?" Om vervolgens samen naar een oplossing te werken.

In het verlengde daarvan legt hij direct wat propaganda voor, zoals hij het zelf noemt. Wel aan de eettafel, want daar kan zijn koppel-uitrusting de minste



schade aan het meubilair veroorzaken (onze wijkagent denkt echt aan alles!)

1. <https://hetccv.nl/> voor criminaliteitspreventie en veiligheid, waar je alles kunt vinden over wat je zelf kunt doen om huis en wijk zelf en met elkaar veiliger te maken, dan wel veilig te houden.
2. Op politiekeurmerk veilig wonen <https://www.politiekeurmerk.nl/> vind je alle informatie over inbraakpreventie en welke gecertificeerde partijen je kunnen helpen je huis beter te beschermen tegen inbraak. Dit keurmerk kan 90 procent reductie opleveren aangaande de kans op slachtofferschap woning inbraak.
3. Een melding bij de politie kun je op verschillende manieren doen: via de site, nu zelfs ook via een app: www.politie.nl/app, het algemeen telefoonnummer 0900-8844 (waar je ook een bericht en een terugbelverzoek specifiek voor de wijkagent kunt achterlaten) en via de mail: tim.heil@politie.nl.

4. Wist je trouwens dat de rol van 112 op een belangrijke manier is veranderd? Daar waar je eerder alleen 112 belde bij bijvoorbeeld een levensbedreigende situatie, bel je 112 nu ook bij een heterdaad-situatie. Uiteraard wel graag direct en met zo veel mogelijk informatie zoals bijvoorbeeld een signalement. Een dag of week later heeft natuurlijk weinig zin. Je kunt ook digitaal een foto maken, de politie werkt veel digitaal via mobiel, dus kunnen ze elkaar snel informeren. Met beelden van een verdachte/heterdaad situatie zijn ze dan ook erg geholpen en kunnen ze snel en beter reageren.

Meer eigen verantwoordelijkheid bij bewoners en burgers

De maatschappij beweegt naar meer zelfredzaamheid, de politie krijgt steeds meer een signalerende, adviserende en verbindende rol. Ook de functie van de wijkagent is daarmee veranderd. Die ligt steeds minder vaak in de bosjes bij mogelijke inbraak of diefstal en pakt vaker een regierol, aansturend en adviserend, wat beter past bij de tijd waarin we leven. Dat vergt wat van zowel bewoners als van de politie.

Onze wijkagent is al bij veel projecten betrokken geweest, waarin burger of bedrijf zelf verantwoordelijkheid neemt, met een flinke verbetering in veiligheid en veiligheidsbeleving tot gevolg.

Hij werkte bijvoorbeeld mee aan een project waar hondeneigenaren een oogje in het zeil houden tijdens het uitlaten van hun viervoeter: De hond uitlatende wijkbewoner kent zijn uitlaatroute immers als geen ander, ziet wat er afwijkt, meldt verdachte situaties direct aan de meldkamer of aan de wijkagent. Het project heet **Waaks**.

Ook werkte hij mee aan het opzetten van project **Buurtbemiddeling Arnhem**, zodat mogelijke conflicten onderling door bewoners worden opgelost, met de hulp van getrainde vrijwilligers. Logisch, maar niet altijd vanzelfsprekend.

In veel gevallen is het ook een kwestie van logisch nadenken. Mensen en/of bedrijven met elkaar verbinden om betrokkenheid te creëren, samen investeren in veiligheid, problemen vóór zijn en elkaar helpen. Bijvoorbeeld een bedrijf dat goed investeert in preventie, samenwerkt met buurtbewoners

die een oogje in het zeil houden, en dat er alles aan doet om inbraak en andere problemen als overlast te voorkomen. Dat kan omdat het verantwoordelijkheid neemt waar nodig en ook de steun van de politie kan verwachten.

Zo kan één situatie of incident ook een blauwdruk worden voor de aanpak in het vervolg, door samen met betrokkenen als bijvoorbeeld bewoners en de gemeente te kijken naar wat nodig is om tot een oplossing te komen en die informatie onder andere wijkagenten te verspreiden. Dat scheelt bij een volgend incident werk en tijd. Je doet het sámen.

Wat onderscheidt het werk als wijkagent van de reguliere politie?

Reguliere politie heeft een soort "brandweefunctie": de ellende is al gebeurd en gaan "brand" blussen. Een wijkagent kijkt meer naar de oorzaak en kan daaraan werken en oplossen. Maar dat doet de wijkagent nooit alleen, maar altijd samen met bijvoorbeeld een instantie, bedrijf of bewoners. Zo heeft het veel meer effect om bijvoorbeeld te beginnen met je huis goed te beveiligen (de norm is dat je er voor zorgt dat je voor minimaal 3 minuten vertraging zorgt bij inbraak), dan niets doen en de politie bellen als het kwaad al geschied is.

Het keukengeheim van onze wijkagent

Kookt u? Graag, hoewel ik het wel heel comfortabel vindt als er voor me wordt gekookt. Thuis hebben we een verdeling van kooktaken omdat mijn partner ook bij de politie werkt.

Kookt u het liefst met restjes of bijvoorbeeld met een recept?

Het wordt soms een beetje flansen bij noodzaak, maar liever werk ik van recept, zolang het wel graag praktisch en makkelijk is, met een smakelijk resultaat.

Wat is uw keukengeheim?

Een heerlijk zalmgerecht, waarvoor in volgorde in een hapjespan:

- Uien blancheren
- Fijngesneden courgette en wortel erdoor
- Rode pesto
- Crème fraîche
- Peper
- Stukjes rauwe zalm

 Intussen pasta koken, pasta erbij naar smaak, bijvoorbeeld farfalle. Klaar. Snel, voedzaam en heel lekker!



Wat voor recepten of kookboeken gebruikt u het meest?

Meestal zijn het recepten van Albert Heijn of Lidl, dan weet je zeker dat alle ingrediënten ook direct en makkelijk verkrijgbaar zijn in die winkel. Jamie Oliver is ook lekker makkelijk, geen poespas en uit de losse pols. Dat spreekt me ook wel aan, maar die heeft soms weer lastige ingrediënten. Dus met een gezin na een 9 uren dienst heb ik toch liever iets vlots en eenvoudigs met bereikbare ingrediënten.

Thuis of uit eten?

Liefst thuis eten, maar als we uit eten gaan, dan kies ik het liefst voor een maaltijdsalade, daar houd ik van, of lekker thuis met een goede Thaise afhaalmaaltijd.

Waar gaat u van koken?

Ik ben niet zo snel van de kook, maar waar ik wel warm van word, is als mensen zelf verantwoordelijkheid nemen met zaken waar ze tegenaan lopen. Ik zeg altijd: Investeer je in het probleem of in de oplossing?!



Stress, spanningen, onrust, vermoeidheid, (chronische) pijn, (overmatig) piekeren, (dreigende) burn-out? Een mindfulness training kan je helpen. In sommige gevallen wordt de training vergoed door je zorgverzekeraar!

Eerstvolgende training start:

Maandagmiddag 30 oktober 12.30 (Ede)
Dinsdagavond 31 oktober 20.00
(Oremusplein 87)

www.estheralbers.nl

Gecertificeerd en geregistreerd
mindfulnesstrainer VMBN categorie 1
www.vmbn.nl



AANNEMERSBEDRIJF

VAN DER KLEIJ

- Verbouw
- Onderhoud
- Renovatie
- Energiebesparing
- Duurzaam bouwen

Boccherinistraat 2, 6815 GX Arnhem
mob. 06-53 34 35 02
info@aannemervanderkleij.nl
www.aannemervanderkleij.nl

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

Bart van der Linden

026-3709291
bvdvind@hotmail.com

Ook voor aanpassing van Windows 98 en Windows Vista naar Win 7 of Win 10.

De Bosweg: het mooiste en meest besproken weggetje van Arnhem

Wie regelmatig de Bosweg gebruikt om in of uit onze wijken te komen, is het vast al opgevallen: er is het een en ander veranderd. Maar wat precies? En vooral: waarom? De Craneveer zoekt het uit.



Met glooiende weilanden aan weerszijden, pittoreske boerderijen en bovenop een uitzicht over park Klarenbeek, is het niet zo vreemd dat de Bosweg ook wel het 'mooiste weggetje van Arnhem' wordt genoemd. Maar alle schoonheid ten spijt is het ook meermaals een van de meest besproken weggetjes van Arnhem gebleken.

De Bosweg, die de Roosendaalseweg en de Hommelseweg verbindt, vormde lange tijd een bron van irritatie voor fietsers en wandelaars. Een onderzoek uit september 2014 toont aan dat er gemiddeld 65 kilometer per uur werd gereden door automobilisten, waar een maximum van 30 kilometer geldt.

Ons mooiste weggetje stond mede daarom op een lijst van de gemeente om afgesloten te worden. Dat voornemen was er al langer en is terug te vinden in de beheersvisie van park Klarenbeek uit 2007. Het doel van de afsluiting was om ervoor te zorgen dat de weg minder ervaren wordt als een barrière tussen de twee delen van het park. Twee vliegen in één klap, moeten de ambtenaren hebben gedacht: park Klarenbeek wordt stiller en de gevaarlijke verkeerssituaties zijn verleden tijd.

Maar buiten het gemeentehuis dacht men daar heel anders over. Everard van der Velden richtte in 2014 een actieplatform op: "Bosweg Open". De naam zegt eigenlijk genoeg: de bewoner van de wijk Angerenstein wilde zich het mooiste weggetje niet laten afpakken en kreeg steun van omwonenden. En met succes. Na anderhalf jaar werd in juni 2015 duidelijk dat de weg openblijft. "Ik beschouw het definitieve besluit als een overwinning voor de Arnhemse burgerij", vertelde Van der Velden destijds aan De Gelderlander.

De gemeente Arnhem bedacht maatregelen om de Bosweg dan maar

verkeersluwer te maken. De bocht bij de Hommelseweg is daarom scherper gemaakt, zodat automobilisten vaart moeten minderen. Daar kwam ook weer kritiek op, onder andere van de initiatiefnemer om de Bosweg open te houden. De bocht zou betekenen "dat men straks twee keer moet stilstaan en weer moet optrekken. Daarmee pest je niet alleen de automobilist, maar het milieu nog veel meer", aldus Van der Velden in de krant.

Enfin, er zijn tevens middenstroken aangelegd met klinkers die aanvoelen als drempels. Het meest opvallende zijn daarnaast twee witte hekken met de naam 'park Klarenbeek', boven en onderaan de Bosweg. We hoeven echter niet te vrezen dat de hekken ooit dichtgaan.

De hekken hebben een symbolische betekenis. Het is de bedoeling dat automobilisten de hekken zien en zich vervolgens realiseren dat ze een park inrijden. Dat heeft, volgens de planmakers, invloed op het rijgedrag. Aangelegde heggen en nieuwe beplanting moeten daar ook voor zorgen.

De Bosweg is nog altijd in ontwikkeling. Dit jaar worden de maatregelen geëvalueerd, waarna nog een herinrichting volgt. Deze staat gepland tussen 2017 en 2019.

Jesse Reith



Enthousiaste kinderen maken houten robotjes bij Atelier Uilskuiken

Atelier Uilskuiken heeft 21 augustus een workshop "robotjes van hout" gehouden in de ruimte van Craneveer. Dit is de eerste activiteit van het Atelier en in het najaar zullen meer activiteiten volgen.

Het gaf een goed gevoel om met elkaar de ruimte van Craneveer even om te bouwen tot een heus timmerlokaal. Een grote T-vormige tafel was bedekt met grote vellen beschermend papier. Er stond een tafel klaar met lijmpistool, met een assistent die de meest onmogelijke stukjes hout aan elkaar kon plakken. Er was een zaag- en boortafel. De vensterbank stond helemaal vol met blokjes hout in alle vormen en maten die je kunt bedenken. Resthout van meerdere rommelschuurtjes in de wijk en gekleurde vergeten blokken van lang

geleden. Bakken vol gespaarde dopjes in alle kleuren, spijkers, schroeven, tangen en hamers.

Om 10 uur kwamen de kinderen energiek binnen vol ideeën over de ultieme robot van hout. Het ene kind begon direct te bouwen, de ander nam de tijd om eens even om zich heen te kijken. We hebben rustig kennis met elkaar gemaakt. Helaas waren er geen senioren om te leren kennen, wel kon jong jong ontmoeten. Wie woont waar, zit waar op school en kent wie? En dan gauw aan de slag!



Het is zo'n geslaagde ochtend geweest voor ons kersverse Atelier uilskuiken. De kop is eraf.

Alle kinderen hebben fantastische robots gemaakt, met hulp van of aan elkaar. De jongste was drie en de oudste was 14. De volgende keer is er een herkansing voor oma's en opa's en andere grote volwassenen uit de wijk om samen met kinderen een kunst activiteit te doen. Wie handig is of juist gezellig, doeners of stille genieters. Wees welkom en let op onze volgende aankondiging!

*Vrolijke groet,
Marja en Sophie*



Buurtfestival 2017

Foto's van: Quinten Kaarsemaker, Jaqueline Maree, Astrid de Winther, David Berg, Carine Gathier en Coen Pausma





U heeft het vast al wel gezien, in de krant of in de wijk, dat er in Burgers Zoo een overdekte Mangrove is geopend. Het grootste ecodisplay van de wereld. Onze redactie was uitgenodigd om bij de opening daarvan te zijn. Coen heeft mooie foto's gemaakt en Lieke schreef er een stukje over. Maar in de redactie hebben we ook een voorlichter in opleiding, namelijk Herma Zuidema. Haar heb ik geïnterviewd.

Gids in de mangrove

Herma, je vertelde dat je nadat je gestopt bent met werken (met vervroegd pensioen gegaan), eerst rondgekeken hebt wat je het liefst zou willen gaan doen. Herma: "Eerst natuurlijk lekker niets doen. Wat opruimen in huis, maar vooral niet teveel, want daar had ik nog geen zin in. Maar na een paar maanden begon ik last van het "niets doen" te krijgen. Ik wilde iets nuttigs doen, het liefst in de wijk. Zorgen heb ik al mijn hele leven gedaan. Ik was verpleegkundige in hart en nieren, ook toen er kinderen kwamen bleef ik werken. Na 48 jaar is het dan ook wel genoeg".

Je houdt vooral van de natuur, vogelen en buiten zijn. En na verschillende ideeën bedacht je dat de dierentuin misschien iets te bieden had. Gidsen?

Herma: "klopt, dat leek mij erg leuk. Jan en ik hebben al jaren een abonnement, ook voor de kleinkinderen. Dus we komen er regelmatig (2 a 3 keer per maand). Nu de kleinkinderen groter zijn gaan we vooral samen. En dan gaan we op rustige tijden, liefst eind van de dag. De bush heeft onze voorkeur. We genieten dan van het zingen van de vogels, de wegschietende hagedisjes en alle rust die er dan heerst. En natuurlijk alle prachtige bloeiende planten. Maar altijd eerst langs de mangrovehal (voorheen die kleine),

waar onze sport was de zeilhagedis te spotten. Als het ons niet lukte, waren we wel een beetje teleurgesteld, maar ook dieren in de dierentuin zijn er niet alleen voor de mensen. Gelukkig hebben ze veel vrijheid en kunnen zich ook verstoppen voor nieuwsgierige bezoekers".

"Ik kan er alleen nu veel meer over vertellen!"

Astrid: begrijp ik dat jullie een voorliefde voor de kleine mangrovehal hadden? Dan begrijp ik ook dat je erg blij was te horen dat er juist vraag was naar gidsen voor de nieuwe mangrove.

Herma: "ja ik heb meteen gesolliciteerd. We startten met 44 mensen de cursus. Niet alleen gepensioneerden, wat ik verwachtte, maar vooral ook jonge mensen die een relatie hebben met natuur / dieren in hun werk. De opleiding om voldoende kennis te vergaren over hetgeen leeft en groeit in

de nieuwe mangrovehal, is best uitgebreid. Het waren 5 lesavonden die ieder werd beëindigd met een toets. Wat natuurlijk goed is. We lopen niet voor niets in de mangrovehal rond tijdens de openingstijden. En de mensen zijn zeer geïnteresseerd".

Astrid: dus je bent al aan het gidsen?

Herma: "Ja, dat wil zeggen: we oefenen. Het is voor iedereen nieuw. Ik moet zeggen dat ik er niet tegen op zag, maar ik was wel benieuwd hoe het in de praktijk werkt. En ik kan niet anders zeggen dan dat het vreselijk leuk is. Het contact met de bezoekers is makkelijk te maken. Als je vraagt of ze iets over de vieroogvissen, krabben, zeekoeien of het wel en wee van de vlinders willen horen, dan gaat dat gesmeerd. En afwisselend vragen stellen maakt het nog veel leuker. Dan zie je de mensen/kinderen denken en komen er soms hele leuke antwoorden. In principe ben je met 3 (aspirant)-gidsen aanwezig, op 3 verschillende punten. Na 2 uur komt de volgende ploeg.

Bij het gidsen is er in de mangrovehal een soort van looproute. Je begint bij de brug, waar je de zeekoeien kunt zien zwemmen. Zodra je de brug over bent kom je bij de vieroogvissen en de moddervlakten van de deegkrabben en wenkkrabbetjes. Daar is zoveel over te vertellen. Als ik eenmaal bij de degen- en wenkkrabben ben aangeland, kom ik er meestal niet meer vandaan. Zeker als het druk is. Want



Lever uw recepten in bij
Drogisterij Alteveer. Uw medicijnen zijn hier
ook af te halen of worden op verzoek thuis bezorgd.

Apotheek Biermasz

& Drogisterij Alteveer

Regelmatig speciale aanbiedingen
Bewustwinkelen.nl nu ook afhalen
en betalen bij Drogisterij Alteveer

Apotheek Biermasz
Onder de Linden 21-1
6822 KG Arnhem
0264423618

Maandag en dinsdag 13:30 - 18:00
Woensdag t/m vrijdag 9 - 13u en 13:30 - 18:00
Zaterdag 9 - 17:00

Drogisterij Alteveer
Beethovenlaan 51
6815 BL Arnhem
0263707535

iedereen is zeer geïnteresseerd in met name de degenkrab. Er is ook een echte, ooit levende, nu opgezette degenkrab te zien. Dus dat maakt het voor de bezoekers ook extra leuk, vooral voor de kinderen. Als het rustiger is loop ik weer terug naar de vieroogvissen en zie dan wel wie ik wat kan vertellen. Als er vragen zijn, kunnen mensen die altijd aan me stellen.

Na de grote glazen wand, waar je de zeekoeien kunt zien, met allerlei kleinere vissen en de roodwangschilpadden, kom je bij het 2e punt. Dat is de "poppenkast" (niet te verwarren met die van Jan Klaassen). Daar zie je veel poppen van de verschillende rupsen hangen. En als je geluk hebt zie je er net een vlinder uitkomen. Er is niets leukers dan te zien hoe een vlinder uit zo'n kleine cocon kruipt. Dan kan je de mensen vertellen hoe een juist geboren vlinder zijn vleugels oppompt en vervolgens laat drogen, voor de vlinder kan gaan vliegen. En natuurlijk kunnen we laten zien op welke planten al eitjes zijn gelegd en van welke vlinder die dan zijn. Zo'n plant noemen we waardplant. Dat is de plant waar de uitgekomen rupsen hun buikjes rond eten, zodat ze zich daarna kunnen verpoppen. Dan hangen ze op hun kop aan een blaadje. En als je toevallig ziet dat daar een vlinder uitkomt, ben je een gelukkig mens.

En als je van de poppenkast door smalle paadjes, tussen de vlinders en hun lievelingsbloemen en hun eetbakjes doorloopt, kom je

bij de uitgang. Daar staat een gids die met behulp van allerlei voorbeelden de bezoekers en met name kinderen nog van alles kan laten zien. Een groot ei, een rups, een cocon, facetogen en roltong van de vlinder en nog veel meer. Veel voorwerpen zijn door creatieve mensen nagemaakt, om zo toch iets te kunnen vertellen van het hele proces van ei tot vlinder.

Leren en je kennis overdragen en op zo'n mooie plek mogen werken is toch super! En als ik na mijn dienst naar huis fiets, voel ik me altijd weer een bevoorrecht mens, dat ik dit werk kan doen, zelfs als het regent".

Kom je, naast je vrijwilligerswerk, nog wel in Burgers Zoo?

"Ik pauzeer weleens in de desert of ocean en natuurlijk ga ik nog steeds graag met de kleinkinderen naar Burgers Zoo. Ik kan er alleen nu veel meer over vertellen! En wat zijn we toch rijk in deze wijk met de natuur maar ook met het openluchtmuseum en burgers zoo!"

Bedankt Herma en tot ziens in de Mangrove!

Astrid de Winther

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



PIANOSTUDIO FERMATE
VAN LAWICK VAN PABSTSTRAAT 5, ARNHEM

WWW.WILLEMIJNVANRIJN.NL
PIANOLESSEN VOOR KINDEREN EN VOLWASSENEN

026-3826221

06-23762033



POUTSMA
fietsen

Tweedehands fietsen
en reparatie

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

Regenboog Schilderwerken Arnhem

TON SUSAN
ambachtelijk schilder

voor al uw schilderwerkzaamheden,
glaszetten, wandafwerking, houtrot vervangen

tonsusan@kpnmail.nl
06-23253284

NATASJA HUTING *Uitvaartbegeleiding*

*Wie ooit geluk in liefde vond,
begraaft 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 | www.natasjahuting.nl



NIEUW: HYDROTHERAPIE NA BEROERTE

Onder begeleiding van Judith Groenen revalideren in warm water.

U kunt bij ons terecht voor:

Manuele therapie, Geriatriefysiotherapie, Hydrotherapie, Looptraining Claudicationet,
Neurorevalidatie, 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

De website- redacteuren stellen zich voor

Danielle Pepels heeft dit jaar aangegeven te willen stoppen met de website. Inmiddels zijn er 3 mensen die haar taken voor de site hebben overgenomen. Neem vooral regelmatig een kijkje op www.craneveer.nl en volg onze vorderingen. Aanleveren van nieuws en agenda-items is altijd welkom!

Wie zijn wij?

Mijn naam is **Ineke Langelaar**, 63 jaar. Ik kom van oorsprong uit Oosterbeek, maar woon het grootste deel van mijn leven in Arnhem. Waarvan alweer 22 jaar in onze mooie wijk. Toen ik hier kwam wonen werkte ik bij Postkantoren in Utrecht



en daarna bij de ING in Amsterdam. In die tijd had ik niet veel tijd om van de wijk te genieten, want het was 'vroeg van huis en laat weer thuis komen'. Nu ik niet meer werk heb ik tijd om bijvoorbeeld Buurkracht te helpen met het Tablet café en lessen op vrijdagmiddag. Verder wandel ik graag mee met de Nordic Walking- en de wandelgroep. Ook ben ik sinds 2000 dierenruingids bij Burgers. Door deze activiteiten leer je snel veel inwoners kennen en dit zorgde er weer voor dat ik gevraagd ben om te helpen voor het bijhouden de website van het Craneveer.

Ik ben **Gracia Bosman** (37) getrouwd met Louis Bosman en samen wonen wij sinds 2004 aan de Bachlaan nr.15. Ik heb tal van vrijwilligersbezigdheden en hobby's namelijk een winkel in 2dehands spullen, Dierentehuis De Hof van Ede, Manege in het biobos, NVVO (volleybaltrainers organisatie) Verder probeer ik mezelf met behulp van een racefiets een beetje fit te houden en de tijd die overblijft wordt ingevuld met de wandelingen met onze 2 honden.



Ik ga bij de webredactie omdat Huibert het niet alleen kan!!! Grapje. Ik werd ervoor gevraagd en zeker met z'n drieën is het een kleine moeite dus waarom niet.

De taken zijn nog niet verdeeld omdat we eerst alle drie genoeg kennis willen vergaren over de gehele site zodat we elkaar makkelijk kunnen helpen en een goed overzicht krijgen van wat het allemaal inhoudt.

Mijn naam is **Huibert Kortenraij** en ik woon sinds 2009 in de Halévystraat samen met mijn vrouw Sylvia en onze 3 kinderen. Ik werk part-time (3 dagen) als service adviseur bij Nefkens Peugeot en op dinsdag en woensdag ben ik thuis voor de kinderen. Met ingang van schooljaar 2017/2018 ben ik overblijf-ouder op de dinsdag op de Zyp.



Naast de website ben ik voor de 3e keer betrokken bij het Buurfeest (dit jaar Buurtfestival) en probeer ik op meerdere fronten actief te zijn voor de wijk. Net als mijn vrouw die bij de meeste wel bekend zal zijn vanuit het bestuur van Craneveer. Zo ben ik al paashaas geweest, acteur bij de spokenspeurtocht, medeorganisator van de Buitenspeeldag 2011/2012, regelmatig vrijwilliger bij de kids Grooves en achter de bar bij de quiz te vinden.

Mijn andere hobby is mijn auto, een VW Eos waar ik een en ander aan aangepast heb.

Samen met Ineke en Gracia heb ik het stokje overgenomen van Danielle. Danielle gaat wel verder met de Facebook activiteiten voor de wijk.



Frisbee-sport en buurtbewoners op het EK Frisbee

Naar aanleiding van een gesprek over sport met mijn bijna burens Jette en Imke Bardoel, kwamen we op de sport Frisbee die Jette beoefent. Ze vertelde er enthousiast over en gaf aan dat een aantal vrienden uit de wijk ook aan deze sport doen. Deze jongeren zitten in het nationaal team en hebben meegedaan met het EK. Dat vond ik zo bijzonder dat ik hen gevraagd heb voor een interview. Het was een gezellig (en druk) gesprek met enthousiaste sporters uit de wijk, namelijk: Jette Bardoel (15), Nemo Mulder (14 jaar), Oscar Mulder (13 jaar), Bink Mulder (13 jaar) en Meis Mulder (13 jaar). Bijzonder: Oscar en Nemo zijn broers en ook weer neven van de tweeling Bink en Meis.

De 5 jongeren die voor me zitten werden geselecteerd voor het nationaal team en hebben meegespeeld met het EK onder 17 (U17) in het jongensteam en het meisjesteam in Veenendaal in augustus. Ze vertellen er enthousiast over. "Het EK duurde een week. Er was een echt Oranjekamp met tenten waarin we logeerden. We speelden 2 wedstrijden per dag. De jongensploeg heeft 4 wedstrijden gewonnen en is 12e geworden op het EK. De meisjesploeg is 6e geworden. Het was voor ons de eerste keer om mee te maken. Het had een leuke, gezellige en vriendelijke sfeer. En er waren ook echt een paar spannende wedstrijden".

Ze spelen in verschillende divisies en in meerdere competities (indoor en outdoor). Ze trainen zo'n 2 keer per week bij hun club FC Airborn. Op zondag is er competitie of een training van het Nederlandse team. Ze vertellen uitgebreid over deze (voor mij onbekende) sport. De meeste mensen denken bij frisbee aan een spelletje op het strand of met de hond. Maar frisbee, of ultimate frisbee zoals het officieel heet, is veel meer. Deze teamsport kenmerkt zich door het samenwerken, veel rennen en het fair play. Bij Ultimate Frisbee ben je je eigen scheidsrechter en dat draagt bij aan het gevoel voor sportiviteit. Er moet respect voor de tegenstander worden getoond, want problemen op het veld moeten we samen oplossen. Lichamelijk contact is verboden en samenwerken erg belangrijk. Er wordt vaak met gemengde teams van jongens en meisjes gespeeld. Er zijn allerlei toernooien in binnen- en buitenland: indoor, outdoor of op het strand, vaak in gemengde teams. Belangrijk is sportiviteit en fair-play. We noemen dit de Spirit of the Game. Het gaat dan om de houding van spelers ten aanzien van: respect voor je tegenstander, het kennen van de spelregels, het niet opzettelijk fouten maken, fair-play en sportiviteit. Je kunt een aparte prijs winnen voor spirit of the game en dat is bijna net zo belangrijk als een medaille. Na elke wedstrijd krijg je van de



tegenstander punten hoe goed je hebt gecommuniceerd, hoe positief en sportief je hebt gereageerd en hoe goed het contact met je team was. De ploeg die de meeste spirit-punten heeft, wint de prijs voor de spirit of the game. De sport wordt zonder scheidsrechters gespeeld, tot en met tijdens de wedstrijden op een Europees of wereldkampioenschap. De spelers zijn zelf verantwoordelijk voor het verloop van het spel. Als er door een speler een fout wordt begaan kan de tegenstander dit hardop melden en vervolgens gaan beide spelers kort in discussie over wat er is gebeurd. Als de fout wordt toegegeven krijgt de benadeelde speler alsnog de schijf en mag verder spelen. Maar als er een verschil van mening is, gaat de schijf terug naar de vorige speler en wordt vanuit de vorige spelsituatie opnieuw en verder gespeeld. Het vangen, scoren versus het vrijlopen en verdedigen lijkt veel op dat van andere teamsporten".

Deze jongeren hebben gekozen voor deze sport omdat ze familieleden

(h)eerlijk Buitenleven totaaltuin

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

COLUMN ACUPUNCTUUR DEZE KEER: HOOIKOORTS, HET SEIZOEN BEGINT NU!

Steeds meer mensen hebben er last van, genieten van het buitenzijn in het voorjaar en de zomer is niet meer zo vanzelfsprekend. Ben je net lekker buiten, krijg je de kriebels; rode gezwollen ogen, loopneus, jeukende keel, veel niezen... Je probeert allerlei pilletjes en druppels, maar niets helpt echt. Er is maar één conclusie mogelijk: hooikoorts, ofte-wel allergische rhinitis. Hooikoorts staat in de Traditionele Chinese Geneeskunde bekend als 'Bi Yuan', een ziektebeeld dat snel opkomt, veranderlijk is en over het hele lichaam kan verplaatsen. De aanvallen (prikkeling door pollen etc.) verzwakken de weerstand van het lichaam waardoor we er steeds gevoeliger voor worden.

De behandelstrategie zal uit twee delen bestaan, de basis is het versterken van de 'Wei Qi', ofwel je weerstand. Zo maak je je lichaam sterker om het gevecht aan te gaan. Maar minstens zo belangrijk is het om de acute klachten te verlichten, je hebt nu last dus wil je nu verlichting. In dat geval kan acupunctuur een uitkomst bieden.

Beter is het echter om al in de winter te beginnen met het versterken van je

weerstand (ook prettig tegen ver-koudheid) zodat je er tegen het voorjaar klaar voor bent. En dan de seizoensgebonden stuifmeel-soorten in de gaten houden, over-gevoeligheid voor berken geeft vaak al klachten in het vroege voorjaar, grassen zorgen vaak voor de meeste last in de zomer. Timing is dus belangrijk!

Omdat bij kinderen de Qi veel dynamischer van karakter is, is bij hen een gering aantal behandelingen vaak voldoende. Bij volwassenen en ouderen zal een wat groter aantal behandelingen nodig zijn. Om de effecten van de acupunctuur-behandeling te ondersteunen worden soms kruidenpreparaten voorgeschreven om het immuunsysteem te versterken.

Tip: was 's avonds uw haar. De pollen die zich gedurende de dag in uw hoofdhaar verzameld hebben, vallen dan 's nachts niet op uw kussen om vervolgens ingeademd te worden. U wordt dan een stuk minder benauwd wakker!

Afhankelijk van uw pakket worden de behandelingen vergoed door uw ziekte-kostenverzekering.



Heeft u ook wel eens last van hooikoorts of daarop lijkende klachten? Neem gerust eens contact op met:

Bas van der Togt
Acupunctuurpraktijk van der Togt
Sweelincklaan 42
telefoon 0654-604004
email: acupunctuur@online.nl
www.acupunctuurvanderogt.nl
www.cosmetische-acupunctuur.nl

KORTINGSBON

 **Huiswerkbegeleiding**
Arnhem

1 week
vrijblijvend
meelopen



1 uur
gratis bijles

Openingstijden
maandag t/m vrijdag van
14.00
tot
18.00
Sweerts de Landasstraat 59B

Bel ons op: 024-663 60 89
of neem een kijkje op www.huiswerkbegeleidingarnhem.nl

TACOYO = Dé anti-stress conditietraining op muziek



Nu **2 GRATIS PROEFLESSEN !!**

TACOYO:



- * 5 kwartier no-nonsense conditietraining
- * Verbeterd houding, figuur en souplesse
- * Ontspan, reduceert stress
- * Voor jong en oud, man en vrouw
- * Iedere week nieuwe muziek
- * Samen trainen maar op eigen niveau

DINSDAG 19.00:

Gymzaal Viottastraat
DONDERDAG 18.45 en 20.00:
Gymzaal Piramide,
Groningensingel



Informatie / aanmelden:
irene@tacoyoarnhem.nl 06-20093737

www.tacoyoarnhem.nl



Voor AL uw voorkomende dakwerkzaamheden !!

Vernieuwen en reparatie van o.a.:

- * Zinken goten
- * Bitumineuze dakbedekking
- * Pannen daken
- * Dakramen
- * Zinken dakkapellen
- * Loodwerk
- * Trespakeralit enz.....

Telefoon: 0316-267012

WWW.DAKDEKKERSBEDRIJFJURRIENS.NL



Kom gezellig langs

...en ontmoet ons aan de keukentafel

Alle elementen binnen het kinderdagverblijf, peutergroep 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 of neem contact met ons op via info@montessorikinderopvang.nl



kenden die het beoefenden en er mee werden "aangestoken". Ze vinden het vooral leuk omdat "je veel moet rennen, springen, duiken, gooien, vangen en scoren. En omdat het een gemengde en heel sportieve sport is. Daarnaast is het leuk en bijzonder dat je je eigen scheidsrechter bent. Er is geen scheids dus is er een bepaalde discipline binnen de teams. In het veld zijn er 2 taken: de "cutters" die schijnbewegingen maken en vrijlopen en de "handlers": die veel schijfcontact hebben en die de basis leggen. Er wordt gespeeld met 7 tegen 7 buiten en 5 tegen 5 binnen".

Wat is minder leuk? "Er zijn weleens flauwe oordelen over frisbee en dan

krijg je opmerkingen als "Frisbee is dat een sport? Zeker met een hond op het strand?". Maar in werkelijkheid lijkt het op rugby maar dan zonder fysiek contact. Mensen weten niet hoe intensief en spectaculair de sport is. Onze advies: kijk eens wat filmpjes zoals de ultimate frisbee highlights op Youtube. Of kijk op de website van onze club: www.fcairborn.nl. En je kunt meedoen met een proefles op dinsdag van 18.30 tot 19.30 uur voor jongeren tussen 9 en 17 jaar".

Waar zijn jullie te zien?

"We trainen bij FC Airborn op de velden van korfbalvereniging Oost Arnhem. Onze wedstrijden zijn nooit in Arnhem maar in Almere, Utrecht, Amsterdam,

Veenendaal en Groningen. Maar op 24 september kun je ons zien tijdens de Frisbee Valley Games in Veenendaal met gemengde teams".

Dan komen we vast ook Daphne Vrijkotte, de moeder van Nemo en Oscar en coach van meisjes U17, tegen. Maar ook de vader van Nemo en Oscar, Michel Mulder. Hij heeft de dames U20 gecoached en die zijn Europees kampioen geworden.

Ik vond het een leuk gesprek en heb wat filmpjes bekeken waardoor ik nog meer respect heb gekregen voor de sport en de mensen die het beoefenen.

Astrid de Winther

Nieuwe expositie in Craneveer

Van oktober tot en met december 2017 worden schilderijen tentoongesteld van Lydia Wecke-Becker en Hubertine van Breukelen. Beide dames schilderen bij de schilderclub van Craneveer. Zij gebruiken allebei veel kleur in hun werk maar in een compleet andere schilderijstijl.

U bent van harte welkom op de opening van deze expositie op Zondagmiddag 5 november van 14.00 – 16.00 uur. Daarnaast zijn de schilderijen te zien tijdens de openingsuren van de recreatiezaal. Voor bezichtiging op andere tijden kan contact opgenomen worden met het bestuur van Craneveer, zie achterin dit blad of met Lisette Ter Burg (lisseteterburg@upcmail.nl).

Lydia Wecke-Becker

Lydia Wecke-Becker woont al 43 jaar bij ons in de wijk op de Bernard Zweerslaan. Ze heeft ook haar jeugd doorgebracht in deze straat. Het werk van Lydia heeft een duidelijk eigen stijl. Kleurrijk en fantasievol. Ze begint haar werk vaak met een landschap waaraan iedere week wat toegevoegd wordt: Mensen, dieren, fantasiefiguren, kastelen, grachtenhuizen, treinen etc. Het is elke keer weer een verrassing wat erbij komt. Ook tekent ze familieleden en andere bekenden in haar schilderijen. Eigenlijk is een werk van Lydia nooit af, er kan altijd nog wel een mensje of een dier bij. Zo worden het meer "verhalen". Ze heeft ideeën en inspiratie genoeg! Lydia werkt met acrylverf op doek. Ze gebruikt graag acrylverfstiften waar ze lekker mee kan tekenen in het schilderij. Ook gebruikt Lydia collagetechnieken om plaatjes toe te voegen aan een doek. Daar tekent ze dan weer over heen zodat niet duidelijk meer te zien is wat een plaatje is en wat een tekening.

Lydia's werken nodigen uit om er lang naar te kijken en steeds weer nieuwe dingen in te ontdekken. Lydia: "Ik teken wat ik zie en beleef... door zintuigen en ziel geassocieerd met emoties... naar kleur en lijn."

Hubertine van Breukelen

Hubertine van Breukelen woont ook al vele jaren bij ons in de wijk in een van de hoge flats aan de Kluzeweg. Ook Hubertine maakt kleurrijke schilderijen maar op een heel andere manier. Haar werken kenmerken zich door een dromerige sfeer. Zij werkt met acrylverf op doek. Met kleine kleurtuetsen bouwt zij een schilderij intuïtief op. Gaandeweg ontstaan kleurvlakken en vormen die verder uitgewerkt worden, waarbij de vraag steeds is: Hoe concreet wordt de vorm uitgewerkt of wordt de vorm bewust vaag gehouden? Door deze manier van schilderen kan de toeschouwer zelf betekenis geven aan de werken. Is het een koning op een troon? Of mensfiguren die zweven door de natuur? Een uitnodiging om op zoek te gaan naar wat Hubertines schilderijen bij u aan beelden en emoties oproepen.

Lisette Ter Burg



“De tuin dicteert”

Kweekland aan de Dalweg is voor veel wijkbewoners bekend terrein. Je kunt er biologische groenten kopen, bloemen plukken, een handigheidje kopen voor je eigen tuinonderhoud en in de winter adoptiekerstbomen halen. Maar wie gaat er eigenlijk schuil achter deze groene stek in onze wijk? In gesprek met wijkbewoonster Annemarie van Velzen die samen met Steven Koster de tuin runt.

De tuin ligt er op deze woensdagmiddag begin augustus prachtig bij, tegen de helling aan de Dalweg. Bij de ingang staat een houten kist met courgettes. Wie wil, kan er een of meer meenemen en naar believen een bijdrage achterlaten in een glazen potje. Witte hortensia's flankeren het pad naar boven. Naar de kas met de tuinwinkel en de uitspanning waar je wat kunt drinken of een ijsje kunt eten. Daar wacht Annemarie van Velzen (57) me op voor een interview aan het eind van - deze qua weer - wisselvallige dag. Een gesprek dat regelmatig moet worden onderbroken omdat een late klant de aandacht vraagt. Blijkbaar weten steeds meer mensen dit biologische paradijsje te vinden.

Bijna een eeuw oud

Annemarie: “Deze plek bestaat al een kleine eeuw als tuin en kwekerij. Tot 1986 was het in handen van de familie Peters en daarna van verschillende stichtingen die zich allemaal bezighielden met re-integratie en dergelijke. Sinds juli 2013 huren Steven en ik het van de gemeente. De tuin is de basis van al onze activiteiten. Zo verzorgt Steven – tijdens het gesprek met vakantie - biologische groenpakketten van boeren hier in de omgeving. Hij is ook regelmatig met de gemeente in conclaaf, zoals over een zonnebloemveld dat ergens

in de stad zou moeten komen. En het jammer genoeg afgeketste plan om Bentheimer varkens tegenover het ziekenhuis te huisvesten. Die zouden dan gevoerd worden met afval van biologische restaurants in de stad die dan op hun beurt de varkens op hun menukaart zouden zetten. Alles vanuit de idee dat het belangrijk is om de voedselketen kort te houden en dat ook stadsbewoners moeten kunnen zien waar hun eten vandaan komt.”

Schoonheid

“Waar het bij Steven vooral om bewustwording gaat, draait het bij mijzelf in de eerste plaats om de schoonheid van planten, bloemen en kruiden. Ik houd ervan om een mooie tuin te creëren. Samen met het gemêleerde gezelschap dat hier werkt: mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt, vrijwilligers en stagiaires. Die groep is al net zo veelzijdig als onze klantenkring: oud en jong, man en vrouw, alleenstaanden en gezinnen. Dat maakt het juist zo leuk! En tegelijkertijd ook wel pittig omdat ik veel moet schakelen. Van nadenken over de indeling van de tuin, naar een luisterend oor bieden voor een van de werknemers. Van snoeiopdrachten geven aan vrijwilligers naar het adviseren van een klant. En van het op de juiste tijd bemesten van de groenten tot het maken van een lekker

soepje uit onze tuin voor mensen die hier een kleinschalig feestje houden. Het kan som een beetje veel zijn, maar dat heeft weer als voordeel dat je hier goed van je perfectionisme kunt afkomen!” Annemarie lacht er hartelijk bij.

Wat past wel en wat past niet?

Bij al die activiteiten geldt één adagium: “De tuin dicteert.” “De tuin bepaalt wat hier wel en niet kan”, vervolgt Annemarie. “Dit is bijvoorbeeld geen plek voor grootschalige feesten. Dat past hier gewoonweg niet. Wat we wel doen, zijn borrels voor kleinere gezelschappen. En dan houden we de catering ook helemaal biologisch en het liefst ook vegetarisch. We hebben zelfs al een bruiloft gehad. Maar toen zaten we vanwege het tegenvallende weer wel erg hutje mutje in de kas. Daar leer je dan ook weer van”, zegt ze lachend.



Op adem komen

Annemarie en Steven hebben veel contact met de wijkteams. “Dit is een fantastische plek voor mensen om op adem te komen en hun eigen plek weer in te nemen. We hebben in dat opzicht veel te bieden voor mensen met een burn out bijvoorbeeld, maar ook voor mensen in een sociaal isolement. Hier heerst echt een familiegevoel. Het buiten werken met planten, samen met andere mensen binnen een zekere structuur en een luisterend oor waar nodig. Dat alles kan mensen er echt weer bovenop helpen is mijn ervaring in de afgelopen jaren.”

Doordat Kweekland op een helling ligt, kennen veel mensen het alleen al van het er voorbij rijden. Annemarie: “Er zijn nog steeds voorbijgangers die denken dat we niet meer dan wat volkstuintjes zijn. Maar gelukkig weten de mensen ons steeds beter te vinden.”

Een uitspraak die ik uit eigen ervaring kan staven: Annemarie had tijdens ons gesprek van een kleine anderhalf uur zeker nog vijf klanten af te handelen, een jonge dame uit Nijmegen kwam spontaan om informatie vragen over de mogelijkheden van catering en als ik om half zes bij het naar huis gaan in de kist met courgettes kijk, is die helemaal leeg en het glazen potje halfvol met euro's.

Ingrid Coppieters

PS: Voor de lezers die mochten twijfelen: Kweekland hoort officieel bij Alteveer. Net als de Braamberg waar het net achter ligt.



Femke Nout
Antiekrestauratie & meubelstoffering

- Sinds 1947
- Ruime collectie indoor en outdoor stalen
- Altijd prijsopgave vooraf
- Informeert u eens naar de mogelijkheden

Ook kussens voor boten, caravans en loungesets!



026-3333500
06-46162450



Christiaan de Wetstraat 4a
6861 DL Oosterbeek
info@femkenout.nl
www.femkenout.nl

Broodfonds Craneveer start per 1 oktober

Het eerste broodfonds in onze wijk is een feit! Met 27 ondernemers uit onze wijk en elders uit de regio Arnhem gaan we van start. Vanaf 1 oktober vormen wij daarmee een groep ondernemers die elkaar zullen steunen op het moment dat door ziekte (tijdelijk) geen inkomen meer kan worden verdiend.

Onlangs heeft de VPRO in het programma Tegenlicht nog aandacht besteed aan Broodfondsen. Als je geïnteresseerd bent, en dat hebt gemist: check uitzendinggemist.nl en je kan op www.broodfondsen.nl veel informatie vinden.

Intussen draaien er in Arnhem al een paar broodfondsen. De ervaring leert dat ze snel 'vol' zitten. Want groter dan vijftig leden worden ze niet omdat dan de groep te groot wordt om nog te kunnen bouwen op het benodigde vertrouwen. Dus, mocht je geïnteresseerd zijn: zoek een broodfondslid op dat je kent, hier in de wijk (je kan alleen lid worden door geïntroduceerd te worden door een bestaand lid), en zorg ervoor dat je naam vóór 1 november bij ons bekend is.

We zullen begin november een bijeenkomst organiseren voor nieuwe leden. Meer informatie volgt in de volgende Craneveer, en via NextDoor.nl.

David Berg (Broodfonds Craneveer - d.berg@berg-imc.nl)

ATELIER DE WERVELSTROOM

Van Heutszlaan 1
6821KB Arnhem
tel. 026 3517704
www.dewervelstroom.nl

CURSUSSEN ATELIER DE WERVELSTROOM 2017/18
start 5 september

DINSDAG

10.00 tot 12.00 Thema atelier vanaf 60 jaar
16.00 tot 17.00 Sprookjes, mythes en verhalen voor
kinderen uit groep 3,4 en 5
17.15 tot 18.15 Julia's reis voor kinderen van groep 6, 7 en 8

WOENSDAG

9.30 tot 11.30 Thema Atelier volwassenen
16.00 tot 17.15 Van Breitner tot Picasso Scholieren vanaf
14 jaar (VOL)
17.30 tot 18.30 Julia's reis 2 vervolg voor kinderen vanaf
groep 6

DONDERDAG

9.30 tot 11.00 Teken en ontspannen.
Leer in vijf lessen een aantal fijne
rustgevende tekentechnieken
15.45 tot 16.45 Sprookjes, mythes en verhalen
groep 3,4 en 5
17.15 tot 18.15 Kunstbeschuwing, onderzoek en vrije
opdrachten voor scholieren vanaf 15 jaar
(VOL)



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.**

Josef Elshof 06-14595558
www.kookkunsten.com

Gratis proeflessen Tai Chi en nieuwe cursus voor beginners

In Craneveer geeft Theo van de Weijer Tai Chi en Chi Gong les. Bij voldoende belangstelling start er medio oktober een nieuwe cursus. Deze cursus is specifiek gericht op nog niet ervaren Tai Chi beoefenaars.

Je bent welkom voor een gratis proefles op **donderdag 28 september en 5 oktober van 08.45 uur tot 10.00 uur**. Aanmelden hiervoor kan via taichitheoarnhem@gmail.com. Theo licht de bewegingsleer toe:

Tai Chi is toch een vechtsport?

Nee, er wordt al veel te veel gevochten. Daar ga ik niet mijn steentje aan bijdragen. Integendeel: het is heel vredig. Vergelijk het met Yoga of Zen meditatie. Tai Chi is meditatie in beweging, een meditatie terwijl je staat en beweegt. Voordeel van ontspannen in beweging is dat je lichaam langzamerhand steeds soepeler wordt. Tegelijk wordt het hoofd kalm. Door de langzame bewegingen en nadruk op diepe ademhaling ontstaat die rust in je hoofd vanzelf. Doordat je niet op je krent gaat zitten, vliegen je gedachten niet alle kanten op, omdat je geest in beslag genomen / afgeleid wordt door de beweging die je maakt. Ook gebruik je veel meer spieren. Let wel: Tai Chi is niet soft of zweverig. In de opwarming ontdek je spieren waarvan je geen vermoeden had dat je ze hebt. Omdat je staat en beweegt, werk je ook veel meer aan stevig staan en balans. Mentaal gezien werkt dat op den

duur door in je dagelijkse leven: meer zelfvertrouwen, meer daadkracht.

Waarom zo langzaam?

Door langzaam te bewegen, wordt de ademhaling dieper, waardoor je kalm wordt en de spieren ontspannen. Je traint je lichaam op een zachte manier. Je werkt binnen de grenzen van je eigen mogelijkheden. "Ontwikkel kracht door zacht", zei mijn 1ste meester. Doordat de beweging zo gecontroleerd is, kun je die heel bewust elke seconde volgen. Dit leidt tot opperste concentratie. Je bouwt een werkelijk evenwicht op, omdat je niet direct in de volgende beweging valt. En niet onbelangrijk: op deze manier voorkom je blessures. Die helpen je verder van huis.

Wat maakt bewegen zo belangrijk?

Al jaren reizen internationaal gerenommeerde hersenonderzoekers zoals Erik Scherder en Dick Swaab en oud Olympisch schaatskampioen en fysiotherapeut Ard Schenk stad en land af met de boodschap: "Beweeg!". Bewegen laat ook je hersenen werken. Beweging is hersengymnastiek. Dagelijks bewegen helpt hersenziekten (zoals dementie en Alzheimer) op

latere leeftijd voorkomen. Iedereen weet dat beweging een cruciale rol speelt in de bestrijding van die andere volksvijanden: hart -en vaatziekten, diabetes en depressies. Om die reden gaf de Gezondheidsraad onlangs een nieuwe richtlijn uit om minimaal 2½ uur per week matig intensief te bewegen. Met de Tai Chi les zit je daarmee al op de helft. En je krijgt het gereedschap mee naar huis om alle belangrijke spiergroepen, pezen en gewrichten te trainen. Mijn bedrijf heet niet voor niets Arnhem Beweegt! Wat is er nou mooier dan jezelf elke week de tijd te gunnen om te onthaasten, focussen, opgelucht ademen, in balans zijn, bewust bewegen, spieren ontspannen. Gaandeweg leer je een aangename body & mind workout, die je op elk moment kunt inzetten. Voor ouders met schoolgaande kinderen is de opzet simpel. Je hebt je kinderen naar school gebracht, daarna loop je door voor de Tai Chi les. De recreatieruimte van Craneveer ligt in het scholeneiland.

Is Tai Chi voor iedereen?

In 30 jaar heb ik duizenden mensen Tai Chi geleerd. Iedereen kan het leren. Daarvoor heb je geen speciaal talent of aanleg nodig. Het is geschikt voor jong tot oud. Het zijn eenvoudige oefeningen. Ze worden vaak herhaald. In het begin is het even wennen. De aanhouder wint. Je hebt geen speciale uitrusting voor nodig. Je werkt je niet in het zweet. Douchen achteraf is niet nodig. Na de les ben je rustig en fit. Het lichaam voelt warm en soepel. Het bewustzijn is geconcentreerd en helder. Deze Chinese bewegingsleer heeft zich de afgelopen millennia bewezen op zijn effectiviteit. Je kunt het tot op hoge leeftijd blijven beoefenen. Er valt veel te winnen.

Als u belangstelling heeft, meldt u dan nu aan voor een proefles op 28 september of 5 oktober om 08.45 uur in de recreatiezaal van Craneveer aan de Viottastraat.

Meer informatie op www.taichitheo.nl
taichitheoarnhem@gmail.com
0639148949



Sweelincklaan 22, 6815 BH Arnhem

Aanmelden of voor meer informatie:
Cindy Steegs,
06 - 44 504 337
ofcindy@YogaLibra.nl

Yoga Libra biedt een gevarieerd aanbod aan kwalitatief hoogwaardige yoga lessen en meditatie, waarbij persoonlijke aandacht voorop staat. Daarnaast wordt op afspraak personal yoga, coaching en massages aangeboden.

Tenzij anders is vermeld, vinden de activiteiten plaats in de yogastudio van Yoga Libra, Sweelincklaan 22 in Arnhem Noord.

Lesrooster vanaf 1 september 2017:

DAG	TIJD	BEZIGHEID	OPMERKING
zondag	19.00 - 20.00	hatha flow yoga	vol
	20.30 - 21.45	hatha flow yoga	
maandag	8.30 - 9.00	meditatie	periodiek
	9.15 - 10.30	zachte yoga 75 minuten	
	15.00 - 15.45	kinderyoga	
	16.30 - 17.30	zachte yoga	
dinsdag	7.00 - 8.00	Early Birdles	Yogahouse
	9.00 - 10.15	hatha flow yoga	
woensdag	7.00 - 8.00	Early Birdles	vol
	10.30 - 11.45	hatha flow yoga	
	19.00 - 20.00	mannenyoga	
	20.30 - 21.45	hatha flow yoga	
donderdag	8.30 - 9.00	meditatie	vol
	9.15 - 10.30	zachte yoga 75 minuten	
	15.00 - 15.45	kinderyoga	
	16.30 - 17.30	zachte yoga	
vrijdag	7.00 - 8.00	Early Birdles	



U kunt bij ons terecht na het overlijden van een dierbare. Wij nemen de wensen van de overledene en van u als uitgangspunt. Ook op een eerder moment kunt u kennismaken met ons.

Het gebeurt steeds vaker dat mensen vóór hun dood al nadenken over hoe hun eigen uitvaart eruit moet komen te zien. Hiermee voorkomen zij dat hun dierbaren voor lastige keuzes komen te staan op het moment dat zij komen te overlijden. Bespreek uw uitvaartwensen ook met uw dierbaren én leg ze vast. Zo weten degene die achterblijven straks welke keuzes zij moeten maken. Uitvaartwensen bespreken geeft rust, bij u en bij uw dierbaren.

Voor meer informatie en referenties van nabestaanden:
www.jurgentheunissenuitvaartzorg.nl

Wij verzorgen de uitvaart voor iedereen: met en zonder verzekering.

Regio Arnhem
026 - 84 83 148

Regio Nijmegen
024 - 22 101 22

Regio Wageningen
0317 - 703 017

24 uur per dag bereikbaar, ook in het weekend

Theaterworkshops

Hallo buurtgenoten. In 2016 werd onder leiding van Hans Assink, de theatervoorstelling Strongbox door bewoners van onze wijk gespeeld. Ik heb zelf ook in Strongbox gespeeld en er heel veel plezier aan beleefd. Hans is van plan om in 2018 weer een wijktheatervoorstelling te maken; start repetities in januari. In samenspraak met hem lijkt het mij ontzettend leuk om als voorbereiding op de repetities voor de voorstelling dit jaar nog een zestal theaterworkshops aan buurtgenoten te geven.

In totaal zijn er zes workshops op de dinsdagavond in de recreatiezaal van 20.15 tot 22.00:
24 oktober, 31 oktober, 7 november, 21 november, 28 november, 19 december.
Bij minimaal 8 deelnemers gaat het door. Ervaring is niet vereist.

Ben je geïnteresseerd of heb je vragen stuur mij dan een mail, dan neem ik contact met je op.

Hartelijke groet,

Let Bisschop - dramadocent
lbisschop8@icloud.com

Ook in najaar Wandel je fit vanaf Molenplaats Sonsbeek

De wandelgroep "Wandel je fit" gaat ook dit najaar weer eens in de twee weken wandelen. Onder leiding van Tonie wordt iedere keer een andere route gekozen, die ongeveer 1,5 à 2 uur duurt. De wandelingen beginnen om 10.00 uur bij Molenplaats Sonsbeek.

Iedereen is welkom om mee te wandelen. Deelname is gratis en je vooraf opgeven is niet nodig. Er wordt gewandeld **op woensdagochtend in de even weken**. De komende tijd is er Wandel je fit op:

6 september, 20 september, 4 oktober, 1 november, 15 november, 29 november, 13 december.

Let op: op 18 oktober is er geen Wandel je fit.

Molenplaats Sonsbeek, Zijpendaalseweg 24a, 6814 CL Arnhem
026 - 4450660, www.molenplaatssonsbeek.nl

Expositie van de tekeningen van Adriana, Brigido, Erik, Ingrid, Javier, Karen en Silbino

Zes Mexicaanse jongeren uit het weeshuis van NPH (Nuestros Pequeños Hermanos) in Cuernavaca.

Het thema dat centraal staat in deze reeks tekeningen is de trek van Mexicanen naar de Verenigde Staten. Waarom verlaten mensen hun land? Waarom laat je je geboortegrond achter je, je tradities? Tijdens je tocht reis je vaak illegaal mee op de trein -La Bestia (het beest)- om de grens te bereiken. Vaak wordt de trein overvallen, worden jonge meiden meegenomen en in de prostitutie te werk gesteld. Dan een grens die zwaar bewaakt is. Zoals Javier zei: Bij de grens lijkt het oorlog. Veel Mexicanen dromen van een wereld zonder geweld en daarom

maken ze deze lange, gevaarlijke tocht.

De kinderen hebben hun geboortegrond getekend, hun tradities, de tocht met La Bestia en het geweld bij de grens.

Tot oktober te bekijken in recreatieruimte Craneveer, ingang Viottastraat (bij de scholen).

Voor meer informatie over de creatieve projecten:
www.nelliemarkus.nl



Update Zonnepanelenavond

Na de avond over zonnepanelen hebben we veel reacties gekregen. Hier komen we in de volgende Craneveer uitgebreid op terug. Maar bij het wijkfeest hoorde ik dat onze daken niet geschikt zouden zijn voor zonnepanelen. Dat klopt niet, onze daken zijn juist heel erg geschikt. De daken zijn stevig en door de hellingshoek spoelt vuil makkelijk af en vangen de panelen veel zon. De spreker besprak verschillende bevestigingssysteem voor zonnepanelen. Het clickfit systeem wordt op de panlatten bevestigd en is daarmee minder sterk dan het beugelsysteem als de panlatten oud zijn. Dit wordt op het dakbeschot geschroefd. Omdat veel panlatten al 80 jaar oud zijn kan clickfit minder stevig zijn. Maar onze daken zijn dus heel geschikt.

Namens Duurzaam Craneveer, Sjoerd Kaarsemaker

Colofon

Redactie Wijkblad Craneveer

Astrid de Winther • Voorzitter
Obrechtstraat 18 • 026-446 03 06
Chantal Feber • Advertenties
Cattepoelseweg 276 • 026-351 11 00
Herma Zuidema • Algemeen
Cattepoelseweg 230 • 026-351 84 47
Lieke Camerik • Algemeen
Palestrinastraat 8 • 026-333 63 47
Jesse Reith • Algemeen
Meijrooslaan 70 • 06-16 92 93 12
Ingrid Coppeters • Algemeen
Schubertlaan 5 • 06-53 14 68 52
Coen Pausma • Layout
Meijrooslaan 28 • 026-445 42 11

redactie@craneveer.nl

Informatie over adverteerders?
advertenties@craneveer.nl

Bezorging Craneveer

Herma Zuidema • Coördinatie
026-3518447
bezorging@craneveer.nl

Bestuur Recreatieve Vereniging Craneveer

Sylvia Kortenraij • Voorzitter a.i.
• ledenadministratie
Halévystraat 8 • 026-351 37 54
Marjan van Roon • Secretaris
Chopinstraat 21 • 026-351 00 51
Jorgo Trautig • Penningmeester
Cattepoelseweg 360 • 026-361 03 29
Louis Bosman
Bachlaan 15 • 06-26 37 81 38

NIEUWE LEDEN
WELKOM!

bestuur@craneveer.nl

admin@craneveer.nl (Ledenadministratie)

penningmeester@craneveer.nl

Wijkraad Alteveer/'t Cranevelt

Maurice Lankheet • voorzitter
026-351 02 45
Hannie Riksen • secretaris a.i.
06-44 87 04 48
Marjan van Roon • plv. Secretaris
026-351 00 51
Joost Froeling • penningmeester
06-51 40 24 81
Michel Rauwers • verkeer a.i.
verkeer@craneveer.nl
Jorgo Trautig • algemeen
026-361 03 29
Ryklof Wander • algemeen
026-445 26 07

wijkraad@craneveer.nl

Redactie Website www.craneveer.nl

Ineke Langelaar
Gracia Bosman
Huibert Kortenraij

website@craneveer.nl

Activiteitschema Craneveer

Maandag	14.00 - 16.30 uur	Biljarten	Recreatiezaal
	19.00 - 20.00 uur	Damesgym	Gymzaal beneden
	20.30 - 21.30 uur	Basketbal	Gymzaal beneden
	20.30 - 22.00 uur	Badminton	Gymzaal boven
Dinsdag	09.30 - 12.00 uur	Schilderen	Recreatiezaal
	14.00 - 16.00 uur	Biljarten	Recreatiezaal
	19.00 - 20.00 uur	Ismakogie	Recreatiezaal
	20.30 - 22.00 uur	Badminton	Gymzaal beneden
Woensdag	08.45 - 10.00 uur	Tai Chi	Recreatiezaal
	10.15 - 11.30 uur	Tai Chi 65+	Recreatiezaal
	15.45 - 16.30 uur	Kleutergym 1	Gymzaal boven
	16.30 - 17.15 uur	Kleutergym 2	Gymzaal boven
	17.15 - 18.00 uur	Kindergym	Gymzaal boven
	19.00 - 20.00 uur	Zumba	Gymzaal beneden
20.00 - 21.00 uur	Bodyfit	Gymzaal beneden	
Donderdag	10.15 - 11.30 uur	Tai Chi	Recreatiezaal
	14.00 - 15.00 uur	Gymfit 60+*	Recreatiezaal
	20.30 - 22.00 uur	Volleybal	Gymzaal beneden
Vrijdag	10.00 - 12.00 uur	Biljarten	Recreatiezaal
	13.30 - 16.30 uur	Bridge	Recreatiezaal
Zaterdag	10.30 - 11.30 uur	Zaalvoetbal	Gymzaal beneden

De meeste Craneveer activiteiten vinden plaats van september tot juni. Er zijn echter ook groepen die in juni of nog langer doorgaan, meer informatie hierover is bij de groepsvertegenwoordiger bekend. 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. 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

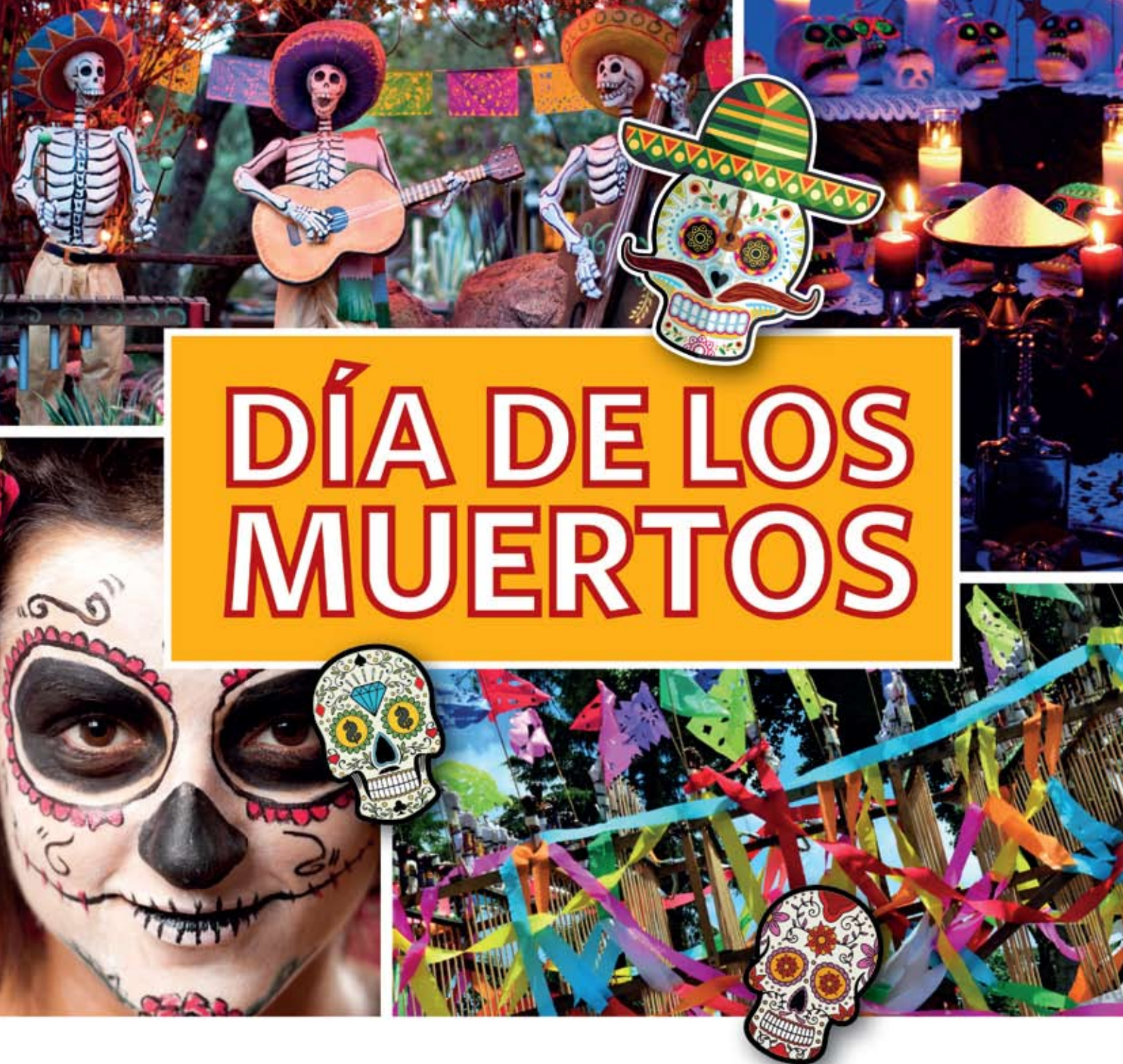
*Overige Activiteiten 55+

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 stichting Gym en Turnen Arnhem: www.gymturnenarnhem.nl.



DÍA DE LOS MUERTOS

Kleurrijk overdekt Mexicaans festival in de herfstvakantie!

Zaterdag 14 t/m zondag 29 oktober • Gratis voor abonneementhouders

Alle info en kaartjes met korting op www.burgerszoo.nl/diadelosmuertos

KONINKLIJKE
BURGERS'ZOO