

IN DIT NUMMER:

Noaberschap op het Arnhemse zand • Denkt u mee? •
Fotoverslag buurtfeest • Maak kennis met de wijkraad •
Buurtkracht activiteiten doen het goed!

CRANEVEER



COOP SUPERMARKT ALTEVEER

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

VANAF 28 SEPTEMBER

SPAAR VOOR HET GRATIS BOODSCHAPPENPAKKET

& steun direct het Coop Rode Kruis Fonds

Van **28 september tot 22 november** kun je bij Coop weer sparen voor het boodschappenpakket. Dit jaar spaar je niet alleen voor gratis boodschappen. Met elk pakket steun je direct het Coop Rode Kruis Fonds. **Spaar mee** en steun de mensen in jouw buurt die wat extra hulp nodig hebben.

Ga voor meer informatie naar: coop.nl/rodekruis

**Samenwerken &
de buurt versterken**



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

Wat was het een leuk en gezellig wijkfeest! Goed om (nieuwe en oude) buurtgenoten te ontmoeten en met elkaar te ontspannen. Ook de opbouwwerker Paul Nuiver was zeer te spreken over ons wijkfeest. Logisch, want wat waren het vermaak en de voorzieningen goed geregeld: de zeepkistenrace, de muziek, het casino, het knutselen en schminken, het grote springkussen, de schiettent, het pannaveldje en allerlei eten en drinken (en ik ben vast nog wat vergeten). Een verslagje en vele mooie foto's als impressie van een leuke dag in dit blad!

In dit nummer ook veel informatie over de recreatieve wijkvereniging en over de wijkraad die u namens de gemeente verzoekt tot meedenken over wat er verbeterd zou kunnen worden in onze wijk. Heel belangrijk om hierbij uw stem te laten horen! U kunt hierover meepraten tijdens de wijkgesprekken op 13 oktober en 10 november. Nu de gemeente wil dat de wijken en haar bewoners veel meer zelf gaan aan-pakken, is het van belang om daar goed op in te spelen. En ja, wie zit er nou eigenlijk in de wijkraad en waar staan ze voor? En hoe democratisch is ze? De wijkraad stelt zich wat meer voor in dit blad. Zodat u ze mogelijk ook makkelijker kan aanspreken.

Ook een stukje ter afscheid van de voorzitter van de recreatieve vereniging, Maurice Lankheet. Hopelijk komt er spoedig een opvolger. Hij blijft overigens voorzitter van de wijkraad.

3

Nieuwtje in de wijk: elke donderdag een viskraam op het Beethovenpleintje. Hier werd al lange tijd door verschillende bewoners om gevraagd en eindelijk is de standplaats door de gemeente goedgekeurd. Ik heb veel wijkbewoners al een visje zien halen.

Verder een uitgebreid verslag van buurtkracht over de afgelopen periode en de activiteiten die ze de komende tijd aanbieden. Denk aan activiteiten en workshops in onze wijk. Meld u aan en noteer het in de agenda.

Ook in dit blad een aantal activiteiten-/sportgroepjes die in Craneveer hun activiteiten uitoefenen.

Al met al een dikke Craneveer dit keer. Veel leesplezier.

Astrid de Winther
namens de redactie

Agenda

Zaterdag 10 oktober
Craneveer Grooves!

Dinsdag 13 oktober
Wijkgesprek

Zondag 18 oktober
BuurtQuiz 55+

Zaterdag 24 oktober
Filmmatinee

Dinsdag 10 november
Wijkgesprek

Woensdag 11 november
St. Maarten

Zaterdag 14 november
**kleuradvies- en
kettingworkshop**

Zondag 15 november
Filmmatinee

Zaterdag 19 december
Quiz & Grooves!

Craneveer

Inleveren kopij

Mail uw kopij voor het volgende nummer aan: redactie@craneveer.nl
De volgende Craneveer verschijnt 22 november. Uiterste aanleverdatum voor kopij is 28 oktober.

Ook adverteren?

Neem contact op via
advertenties@craneveer.nl

Foto omslag

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

Van het bestuur

Noaberschap op het Arnhemse zand

Onlangs hebben we afscheid genomen van onze voorzitter. Maurice Lankheet is ruim tien jaar intensief bezig geweest voor de recreatieve vereniging Craneveer. We vragen ons af wat die man bezield heeft om zich zo lang en zo nadrukkelijk voor de wijk in te zetten. In een vraagggesprek proberen we een antwoord te vinden.

Maurice, je hebt volgens mij niet altijd in deze wijk gewoond. Waar kom je eigenlijk vandaan?

"We zijn hier in april of mei 2003 komen wonen. Mijn roots liggen ergens anders. Sommige mensen zeggen dat ze uit de klei zijn getrokken, die komen dan uit de Betuwe. Ik ben uit de turf getrokken en kom dus uit Twente."

In Twente kennen ze toch dat begrip noaberschap. Kun je uitleggen wat dat is?

"Jeetje zeg...noaberschap. Ja dan sta je eigenlijk voor je medemens klaar. Het is dat je met de buurt echt een community bent. De dove helpt de blinde enzovoort. En het wil zeggen dat je op de buurt kunt vertrouwen. Dat is iets dat je in deze wijk terug vindt. Het is toch eigenlijk een buurtje in een grotere stad. Je vindt hier de kleinschaligheid van de buurt en de voorzieningen van de stad. Ik denk dat veel mensen dat aantrekkelijk vinden in deze wijk. Voor mij is het belangrijk dat ik de mensen in mijn buurt ken...en andersom."

Je zegt dat je dat gevoel van noaberschap hier terugziet. Maar is dat voor jou dan ook de drijfveer om je in te zetten voor de wijk?

"Ja in zekere zin wel. Ik ben groot geworden met het idee dat de buurt belangrijk is. Voor mij vertaalt zich dat in de wens om een bijdrage te leveren aan de plek waar ik woon. Bijvoorbeeld in het verenigingsleven maar ook door mijn werk. Maar het mooie is dat ik dat gevoel van saamhorigheid herkende toen wij hier kwamen wonen. Een vorm van noaberschap zat al in de wijk."

En als je nu terugkijkt, is er in de laatste 10 jaar wat veranderd?

"Volgens mij wel. In de eerste jaren van mijn voorzitterschap was het heel makkelijk om mensen te mobiliseren om iets te organiseren. Maar nu is dat veel lastiger. Het heeft wellicht iets met de tijdgeest te maken. Wat ik merk is dat de generatie die pakweg 10 jaar jonger is dan wij, moeilijk te activeren is. We hebben zo vaak oproepen geplaatst en mensen uitgedaagd om nieuwe activiteiten te bedenken en organiseren. Maar dat gaat gewoon heel moeizaam. Een voorbeeld is de straatspeeldag, dat is jarenlang goed gegaan maar niemand wil het stokje overnemen. En dan sterft het een stille dood, dat is echt jammer. Iets dergelijks geldt ook voor het invullen van bestuursfuncties. Een ander voorbeeld is het paaseieren zoeken. Daar geniet de hele buurt van, maar het is altijd

hetzelfde kleine groepje dat het organiseert.

Wij borduren nu nog voort op activiteiten die tien jaar geleden bedacht zijn. Denk aan de pubquiz, het buurtfeest etc. Maar er komt nauwelijks wat nieuws bij. Dat kan ook gewoon komen omdat er geen behoefte is aan iets nieuws. Wat er is, is goed. Daar moeten we ook blij mee zijn. En toch mis ik een beetje de verantwoordelijkheid van nieuwe bewoners. Zeg maar van degenen die nu jonge kinderen op school hebben zitten. Tien jaar geleden konden wij ook tijd vrij maken om iets voor de wijk te doen, waarom lukt dat nu niet meer?"

Wat is de grootste uitdaging voor de vereniging?

"Dat is het ledenaantal en om ervoor te zorgen dat er verjonging komt in de sportactiviteiten. En dat heeft alles te



maken met waar we het net over hadden. Het begint bij mensen die zich willen inzetten en nieuwe dingen willen uitproberen. Dat is echt belangrijk. Want de wijk wordt gemaakt door de mensen die er wonen. En het is de kracht van een wijk dat je elkaar leert kennen en samen dingen doet. Wijkactiviteiten spelen daarin een belangrijke rol. Samen dingen ontplooiën en samen je wijk maken. Dat is eigenlijk weer het noaberschap waar we het eerder over hadden."

Dank je wel voor dit gesprek Maurice!

Zo nemen we afscheid van een voorzitter waarvan we nu weten waar zijn tomeloze motivatie voor de buurt vandaan komt. Het lijkt voor hem een stukje culturele erfenis uit het Twentse te zijn. Maar wij als bestuursgenoten weten we allang dat het vooral een deel van zijn karakter is: iets willen doen voor een ander.

5

Maurice, hartelijk dank!
Het bestuur van Craneveer



Verslag van de Algemene Ledenvergadering (ALV) van de recreatieve vereniging Craneveer

Op maandag 7 september, aan het begin van het nieuwe seizoen was de ALV van de recreatieve vereniging gepland. Deze werd traditiegetrouw voorafgegaan door een bijeenkomst van de groepsvertegenwoordigers, waar het wel en wee uit alle activiteitengroepen besproken werd.

Voor een aantal groepen was er een verandering in het contributiebedrag en dat werd eerst in de ALV besproken en vastgelegd. Tot grote vreugde van het bestuur was er een positief meedenken van de leden met de contributievoorstellen. Zo hebben een aantal groepen, die met een terugloop van het aantal leden te maken hebben de duur van de activiteit ingekort, om zo kosten te besparen.

De contributiewijzigingen werden door alle leden geaccepteerd. Op de website staan de huidige tarieven.

Nadat de zakelijke punten waren afgehandeld, kwam de bestuursverkiezing. Afgelopen jaar heeft Hannie Riksen de plaats van Annemarie van de Flier ingenomen. Haar officiële benoeming vond plaats tijdens deze ALV. Jammer was het dat we nu ook afscheid moesten nemen van onze voorzitter Maurice Lankheet. Na tien jaar voorzitter te zijn geweest en in totaal elf jaar bestuurslid, was voor hem het moment gekomen om terug te treden. Hij blijft overigens nog wel voorzitter van de wijkraad. Maurice heeft grote invloed gehad op de verbouwing van de Craneveer tot de mooie zaal die we nu hebben. Verder was hij een trekkende kracht voor de filmavonden en het paashazenpak stond hem ook geweldig. Maurice weet groepen te binden en stond open voor nieuwe activiteiten in de recreatiezaal. Voor zijn rol binnen de vereniging hebben we de leden gevraagd of we hem tot erelid van Craneveer mogen benoemen. Dit vonden alle aanwezigen zeer gepast. Maurice werd er weer bijgehaald en benoemd tot ERELID van de vereniging. Hij was blij verrast met deze benoeming. Er zijn nu acht ereleden binnen de vereniging.

Sylvia Kortenraij is voorzitter ad interim geworden. Ze doet ook de ledenadministratie. We vinden het eigenlijk ongewenst dat zij met deze dubbelfunctie is belast. We zoeken daarom door naar nieuwe bestuursleden en die moeten toch te vinden zijn in onze prachtige wijken!

Wie wil zich op bestuurlijk niveau inzetten voor de vereniging?? Graag u aanmelden of een ander voordragen via bestuur@craneveer.nl.

Dank vast en tot ziens,

Marjan van Roon
Secretaris Craneveer

Denkt u mee?

Begin september heeft ieder adres in onze wijk een flyer ontvangen met de vraag om mee te denken over wat er allemaal verbeterd zou kunnen worden op Alteveer en 't Cranevelt.

Bij het ter perse gaan van dit nummer ontvingen wij reeds van 1% van de wijkbewoners een reactie. Het varieerde van verkeerstechnische zaken tot een verlicht achterpad en van het aanleggen van een voedselbos met voorstellen ter verhoging van de sociale cohesie tot het vaker verwijderden van onkruid door de gemeente op bepaalde plaatsen in de wijk.

De vorige keer dat de gemeente ons als wijkraad benaderde met het verzoek om verbeterplannen aan te dragen heeft dit geleid tot onder andere nieuwe verlichting op het sportveld, het ontstaan van buurtkracht en over enige tijd zullen er langs de Cattepoelseweg prachtige bloemen uit gepote bollen tevoorschijn komen!

Heeft u ook al meegedacht?

Zo ja? Fijn, en dank voor uw betrokkenheid. Zo nee? Dan

niet getreurd, want op dinsdag 13 oktober a.s. vindt tijdens de openbare vergadering van de wijkraad het wijkgesprek plaats, waarbij vertegenwoordigers van de gemeente ook aanwezig zullen zijn.

U, wij als wijkbewoners zullen dan met elkaar in gesprek gaan over de ingebrachte verbeterplannen. Mogelijk worden er dan nog meer plannen aangedragen en kunnen we samen een prioriteitenlijstje samenstellen.

Meedenken kan dus nog steeds!

Wanneer u van plan bent de vergadering van 13 oktober bij te wonen (20.15 u in de recreatiezaal van Craneveer) dan vernemen wij dat graag via een van de Craneveer-bussen (o.a. bij de Coop) of via wijkraad@craneveer.nl. Van harte welkom!

Namens de wijkraad,
Hannie Riksen

De verkeerscommissie van de wijkraad (...zoekt nieuwe leden!)

Wat doen we?

De inrichting van het Beethovenplein, verkeersveiligheid rondom kruisingen en de parkeerdruk in de wijk. Het is een kleine greep uit de zaken waar de verkeerscommissie van de wijkraad bij betrokken is. De verkeerscommissie houdt zich bezig met verkeer in de wijk in de breedste zin van het woord. De commissie treedt daarbij op als intermediair tussen de wijk en andere (professionele) partijen. Waar nodig treden we op als adviseur naar- of als spreekbuis van de wijk. Er is onder andere contact met Burgers Zoo, het Openlucht Museum, Rijnstate en natuurlijk de gemeente.

Kleine zaken in de openbare ruimte, zoals een losliggende stoeptegelf of een bord dat scheef staat, kunt u zelf rechtstreeks melden aan de gemeente via de link "melding of klacht openbare ruimte" op de website van de gemeente of via telefoonnummer 026 - 377 59 77. Het is belangrijk om klachten ook daad-

werkelijk bij de gemeente te melden zodat wij bij veel klachten hierover met de gemeente in gesprek kunnen.

Wat speelt er nu?

Een kleine greep uit de actualiteit:

- De verkeerssituatie op het Beethovenplein is veel bewoners een doorn in het oog. Met de gemeente worden nog steeds gesprekken gevoerd om de verkeersveiligheid van met name voetgangers te verbeteren. Helaas zijn de vorderingen tot nu toe minder dan gehoopt. Wij gaan er vanuit dat er nog dit jaar aanpassingen plaats zullen vinden.
- Ziekenhuis Rijnstate trekt als regionaal ziekenhuis veel bezoekers aan. Soms parkeren bezoekers en personeelsleden in onze wijk. Rijnstate beseft dat dit overlast veroorzaakt en is daarom constant op zoek naar mogelijkheden om deze situatie te verbeteren. Om objectieve data te hebben omtrent parkeerdruk in de

wijk zal binnenkort een parkeeronderzoek uitgevoerd worden in samenwerking met de gemeente.

- De kruisingen in de wijk worden soms als onveilig ervaren. Door de gemeente wordt beoordeeld in hoeverre dit werkelijk zo is en of aanpassingen noodzakelijk zijn.

Dit is slechts een kleine greep uit de zaken die spelen. Heeft u zelf suggesties voor verbeteringen van verkeerssituaties dan kunt u deze melden op verkeer@craneveer.nl.

Interesse?

Momenteel is er dringend behoefte aan versterking van de verkeerscommissie. Wijkbewoners die interesse hebben worden dan ook van harte uitgenodigd te reageren via verkeer@craneveer.nl. Ervaring met verkeer is niet noodzakelijk. We zoeken wijkbewoners met een open blik, die bereid zijn het gesprek aan te gaan. De tijdbesteding is minimaal en vrij indeelbaar: circa 1 a 2 uur per week.

Michel Rauwers
verkeerscommissie wijkraad

reisbureau
Apollo
at home

Tijd voor vakantie?

Kaal uw **persoonlijk reisadviseur in huis!**



Beste Reisadviseurs van Nederland!

Katoesjka Beukers
tel: 06 - 466 160 60 (Ede)
e-mail: katoesjka@apolloathome.nl

Marlies de Baar
06 - 466 160 33 (Arnhem)
marlies@apolloathome.nl

website: www.apolloathome.nl/maakreizen




KOOK KUNSTEN.

Iets te vieren?
Daar hoort lekker eten bij!

Kookkunsten maakt een heerlijk diner, buffet of hapjes, zodat u en uw gasten kunt verwennen.

Ook voor (Buiten)feesten op bijzondere locaties. Deze zomer o.a.: aanschuiven bij buitendiners op 'Hoeve Klein Mariëndaal'. Genieten alsof u op vakantie bent.

catering met passie!

www.kookkunsten.com

Verras uzelf...



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

ANBOS

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

flow Bloemisten®
ambachtelijk bloemwerk



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



Beeldend Beschouwd

Een leuke ontdekkingsreis naar je eigenste ik

Lieke Camerik, kunstzinnig therapeut
T 026-333 63 47 of 06-404 22 329

Dementie gaat veelal gepaard met:

- verlies van grip op het leven
- gevoelens van verdriet en angst
- onmacht en strijd

Liefdevol aansluiten op de bewustzijnslaag van deze mens geeft Leven weer Zin, Betekenis en (eigen)Waarde.

Begeleiding:

- aan huis (vergoeding met een aanvullende zorgverzekering)
- op Hoeve Klein Mariendaal, belevingsgroep ouderen (www.hoevekleinmariendaal.nl)

Palestrinastraat 8, 6815 DB Arnhem | beeldendbeschouwd@upcmail.nl
www.kunstzinnigetherapie.nl | geregistreerd lid bij de NVKToag NVAZ

Foto Cranevelt al jaren een begrip in uw wijk, Arnhem en omgeving voor al uw foto's, portretten, pasten, digitale foto's, advies, kaarten, scans, kopieën

FOTO CRANEVELT

sinds 1964

foto - snelservice - film - video

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





Dag zomer. Welkom herfst.

Tijd voor Ineke.

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

VERLOREN WOORDEN BOEKEN & KUNST

Boeken over? Verkoop ze!

Tel. 06 - 5244 1822
Marco van Kampen, Bachlaan 22
www.verlorenwoorden.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

takingaction > In personal insight

Wat vertellen gezichtsbewegingen in jouw communicatie?

We hebben allemaal een herhalend patroon van micro-bevingen in ons gezicht, bekend als het Persoonlijk Non-verbaal Repertoire. Door video opnames te maken van je gezicht en deze te analyseren krijg je inzicht in jouw gedragsstrategie. Jouw kwaliteiten, valkuilen, wensen en behoeften worden zichtbaar gemaakt.

Benieuwd wat dit voor jou betekent? Neem nu contact op:
06-44824930 of info@takingaction.nl

www.takingaction.nl

Regenboog Schilderwerken Arnhem

TON SUSAN

ambachtelijk schilder

voor al uw schilderwerkzaamheden, glaszetten, wandafwerking, houtrot vervangen

tonsusan@kpnmail.nl
06-23253284

Ook op zoek naar kwalitatief hoogstaande wellnessproducten die je thuis kan gebruiken en je een goed gevoel geven. Dat kan nu ook in onze wijk.

KIBUN.NL

DÉ LIFESTYLE WEBSHOP VOOR PRODUCTEN MET GEVOEL

Rooibos Skincare

Bel of mail gerust.
info@kibun.nl of 06-51578391.
Beethovenlaan 39, 6815 CP Arnhem

SPARITUAL.
LIVE THE GOOD LIFE.



Meer groen in de wijk

In het kader van het Wijkactieplan is er € 10.000,- beschikbaar voor het groen in onze wijken. De werkgroep Altegroen heeft samen met een aantal andere wijkbewoners gekeken waar het groen versterkt en verbeterd kan worden. Bij dit verbeterplan is er vooral gekeken naar mogelijkheden om de soortenrijkdom van planten en dieren te vergroten en om de wijk fraaier en kleurrijker te maken. Het plan is nu doorgesproken met de gemeente en komend najaar zullen de werkzaamheden uitgevoerd worden.

Enkele locaties die aangepakt gaan worden zijn: het grasveld bij de Eduard van Beinumlaan; het groen rond de Pieter Breughelschool en rondom de bushalte aan de Brandt Buysweg en de berm langs de Cattepoelseweg voorbij de Bachlaan. Verder wordt op een aantal plaatsen de middenberm van de Cattepoelseweg verfraaid met kleurrijke en bijen-vriendelijke bloembollen en langs de Kluizeweg willen we samen met bewoners bloembollen planten. Vóór de uitvoering van de werkzaamheden worden alle direct aanwonenden door de werkgroep geïnformeerd.

Bollenplantactie op 18 oktober

Zondagmiddag 18 oktober willen we samen met u bloembollen planten in de berm van de Kluizeweg ter hoogte van de Bachlaan en de Beethovenlaan. We starten rond 13.00 uur op het Oremusplein met een kopje koffie en een broodje en gaan daarna aan de slag. We willen op deze manier een start maken om het groen in de wijk kleurrijker en aantrekkelijker te maken. Doet je ook mee? Kom dan op zondag 18 oktober om 13.00 uur naar het Oremusplein.

Kleurrijke berm Ravelstraat

Vooruitlopend op het wijkgroenplan zijn de bewoners van de Ravelstraat al gestart om de berm tegenover de woningen kleurrijker en aantrekkelijker te maken. Nadat de gemeente alle bramen, brandnetels en de opslag van bomen heeft verwijderd, zijn we zelf aan de slag gegaan.

Op een zondagochtend in juli hebben we overtollig blad verwijderd en bloemen gezaaid en geplant. Niet zo'n gunstig tijdstip natuurlijk zo midden in de zomer, maar er groeien toch al enkele bloemen. We zorgen ervoor dat er geen bramen en brandnetels meer groeien en we halen de jonge eikjes weg. Het is vooral ook het heel gezellig om zo samen onze woonomgeving te verfraaien. Volgens jaar hopen we natuurlijk dat het resultaat van onze inspanning duidelijk zichtbaar is. Samen gaan we daar voor in de straat. Misschien zijn er dan wel meer straten die dit initiatief willen volgen.

samen aan het werk



Participatie- maatschappij komt niet vanzelf

De redactie vroeg ik iets wilde schrijven over de participatiemaatschappij. Dat doe ik graag want de kranten staan er bol van en het onderwerp komt iedere avond wel een keer langs op tv. Ook is onze wijkraad actief op dit gebied. We krijgen er vroeg of laat allemaal mee te maken. Misschien heeft u al eens iemand gesproken van het nieuwe Wijkteam Noord-Oost, een 'keukentafelgesprek' gehad, meegeholpen met activiteiten in de buurt of genoten van het buurtfeest.

Beter een goede buur dan een verre vriend

Onze oude vertrouwde verzorgingsstaat wordt snel ingewisseld voor een participatiemaatschappij. Vadertje Staat trekt zich terug en wil uit bezuinigingsoptiek alleen nog maar het hoogst noodzakelijke doen. Mensen moeten meer zelf doen en meer samen doen. Het spreekwoord 'beter een goede buur dan een verre vriend' wordt werkelijkheid. Nieuwe containerbegrippen als zelfregie, zelfredzaamheid en samenredzaamheid hebben hun intrede gedaan, maar moeten de komende jaren verder vorm en inhoud krijgen. Het gaat om invulling geven aan zaken als elkaar helpen, delen, lenen, ruilen, weggeven, hergebruiken en samendoen. De term 'deeleconomie' heeft zijn intrede gedaan om duidelijk te maken dat er iets 'nieuws' aan het ontstaan is.

Burenhulp komt terug in een nieuw jasje

Tal van organisaties, instellingen, bedrijven en ondernemers springen in dit 'gat van de markt' met nieuwe consumenten-initiatieven, platformen en websites op het gebied van zorg thuis, burenhulp, spullen verkrijgen, etc. De een wat idealistischer of

commerciëler dan de ander. Van het aloude Verbeterdebuurt.nl tot het nieuwe WeHelpen.nl, Mijnbuurtje.nl, Spullendelen.nl en Thuisafgehaald.nl. Verder zijn er natuurlijk de bekende zorg- en welzijnsorganisaties, dorpsbelangen, buurtverenigingen, voedselbanken en organisaties als Leger De Heils die hier op inspelen. We keren daarmee terug naar de tijd waarin burgers zelf het heft in handen namen om samen hun leefomgeving te verbeteren via de oprichting van boerencoöperaties, dorpsverenigingen, scholen, buurthuizen, woningbouwverenigingen en kruisverenigingen (voorloper van de thuiszorg). De overgang van de comfortabele verzorgingsstaat waarin de overheid alles regelt, naar een moderne maatschappij waarin burgers weer samen zelfredzaam zijn, is echter geen gemakkelijke opgave.

Burgerparticipatie is best lastig

Veel Nederlanders hebben namelijk grote twijfels over de participatiesamenleving. Een ruime meerderheid (75 procent) vindt dat de overheid haar eigen verantwoordelijkheden heeft en deze niet kan afschuiven op de burgers. Dit blijkt uit het onderzoek 'Solidariteit in Nederland' van verzekeraar Achmea. Bijna iedereen vindt belangrijk dat

burenhulp een vrije keuze is. Het mag geen verplichting worden en mantelzorg voor de burenhulp mag ook geen dagtaak of nachtwerk worden.

Naast niet willen, is er ook niet kunnen. Zo blijkt uit onderzoek van Nivel dat één op de twee Nederlanders (50 procent) moeite heeft om zelf de regie te voeren over gezondheid, ziekte en zorg. Het ontbreekt vaak aan kennis, motivatie en zelfvertrouwen. Familie en burenhulp zouden hier kunnen helpen. Burenhulp is echter niet zo vanzelfsprekend als het lijkt. 75 procent van de Nederlanders neemt aan dat familie, vrienden of burenhulp komen helpen als ze hulpbehoevend zijn. In de praktijk krijgt slechts 40 procent van de mensen die langdurig in de lappenmand zit die hulp. Onder de kwetsbare groep 75-plussers is dat nog veel minder. Daarnaast is er een grote groep mensen die helemaal geen netwerk van familie of vrienden heeft. Dat blijkt uit het SCP-rapport 'De WMO in beweging' uit 2014. Hulp via een van de vele nieuwe burenhulpwebsites zou dan een oplossing kunnen zijn.

Inderdaad, zou kunnen, want uit onderzoek van NPCF onder 20.000 Nederlanders blijkt dat het overgrote deel van de ouderen onbekend is met sites als WeHelpen.nl of Zorgvoorelkaar.nl waarop hulp wordt aangeboden of kan worden gevraagd. Verder is er een grote groep burgers die geen computer, internet of sociale media heeft of daar niet goed mee overweg kan. Zij zijn niet 'digitaal vaardig' genoeg om mee te kunnen komen met alle nieuwe dingen. Een derde van de 65-plussers vraagt geen hulp terwijl ze dat wel goed kunnen gebruiken. Ook zijn veel ouderen bang dat vrijwillige burenhulp ten koste gaat van professionele zorg. Als in het 'keukentafelgesprek' blijkt dat de burenhulp bijspringen, zou dat kunnen zorgen voor een afwijzing van professionele zorg, zo vrezen veel ouderen.

Nieuwe initiatieven als aanjager

Kortom, de participatiemaatschappij komt niet vanzelf. Het kost veel inzet

van alle partijen en zal zeker de nodige jaren duren. In het hele land worden zaken uitgeprobeerd om burgers er echt bij te betrekken. Zo gingen in Amersfoort maatschappelijk werkers en vrijwilligers de buurt in, van deur tot deur, om mensen te informeren, te vragen en hulpvragers en hulpaanbieders direct aan elkaar te koppelen. Schiedam heeft het programma SchiedamsDoen. Burgers dienden 131 voorstellen in om samen de leefomgeving te verbeteren. Denk aan de invoering van een burgerkennisnetwerk, het maken van natuurspeelplaatsen en buurttoppas, buurtpreventie en huiswerkbegeleiding door vrijwilligers. EindhovenDoet is iets vergelijkbaars. Het koppelt hulpvragers, vrijwilligers en bedrijven aan elkaar en wil zo iedereen laten meedoen in de Eindhovense samenleving. In Amsterdam heeft de vrijwilligersacademie de BurenBond opgericht. De BurenBond wil samen met vrijwilligers uit de hele wijk 'buren' gaan organiseren voor mensen die moeite hebben het dagelijks leven vorm te geven of geen sociaal netwerk hebben. Dit soort initiatieven zijn er in alle soorten en maten, maar vaak onbekend voor het grote publiek.

Burenkracht in 't Cranevelt en Alteveer

In Arnhem kennen we de website www.zodoenwehetinarnhem.nl waar burgers meer informatie kunnen vinden over zorg, jeugd, werk en samenleven. De website bevat ook informatie over vrijwilligerswerk en bijvoorbeeld de maatjesprojecten van Humanitas en het Oranje Fonds. De gemeente ziet vooral een grote rol weggelegd voor wijkteams zoals ons Wijkteam Noord-Oost en wijkverenigingen zoals Craneveer. Die pakt de uitdaging zeker aan. Sinds kort kennen we in onze wijk Buurkracht. Een initiatief van Sjoerd Kaarsemaker en Lieke Camerik waarmee ontmoetingsplekken gerealiseerd worden voor wijkbewoners, vrijwilligers en zorg- en welzijnsprofessionals. Ook komt er een meldpunt in de wijk voor iedereen met

hulpvragen. Onder het motto 'voor de wijk, door de wijk' gaat u de komende tijd ongetwijfeld meer horen van Buurkracht en natuurlijk doet u mee!

Sjors van Leeuwen

Voor mensen die mij niet kennen een kleine introductie. Sinds maart 1996 woon ik in de Obrechtstraat 38. Samen met mijn vriendin Anita Bruntink. Ik ben zo'n 45 jaar lid van VDZ. Naast voetballen heb ik jeugdelftallen getraind en ben ik lid geweest van diverse commissies en het bestuur. Zakelijk gezien werk ik sinds 2001 als zelfstandig adviseur



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

**HR Ketels
Sfeerhaarden
Zonnecollectoren
Design radiatoren
Airco**



HR Ketels



Sfeerhaarden



Zonne-energie



Airco

Ringoven 14 - 6826 TR Arnhem E info@gaswacht.nu
T 026 - 36 36 360 S gaswacht.nu/energiwinkel.info

Maandag t/m vrijdag 9.00-17.00 uur
s Avonds op afspraak.





Afscheid nemen zoals u dat wenst.
Toegankelijk en persoonlijk bij de voorbereidingen, in stijl en betrokken tijdens de uitvaart.

Telefoon: 026 - 84 83 148
(24 uur per dag, ook in het weekend)

Monuta Jurgan Theunissen
Arnhem-Noord, Arnhem-Centrum, Oosterbeek en op verzoek.

Per mail bereikbaar via jurgentheunissen@monuta.nl
Op www.monutajurgentheunissen.nl vindt u o.a. reacties van nabestaanden en een videoportret.

Ook als u niet of elders bent verzekerd, sta ik voor u klaar.



Monuta Jurgan Theunissen
De steun bij iedere uitvaart.

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

Huiskamerrestaurant

Voor een Chez Boel  avond kun je je inschrijven.
Samen met vrienden, familie, buren geniet u van een gezellige culinaire avond.
Wij serveren 4 gangen met voldoende keuze uit vlees, vis en groente.

Chez Boel  avonden tot en met december 2015 zijn:
24 oktober, 12 november en 19 december

Chez Boel 



Email: Chez.Boele@upcmail.nl
Facebook: Chez.Boele@facebook.com
Adres: Sweelincklaan 27 te Arnhem
Telefoon: 06 43707964

Wil je op de hoogte blijven, stuur een mail.

Onze mondzorg is gewoon gaaf!

Je kunt er niet vroeg
genoeg mee beginnen



mondzorgvoorkids.nl

12

Het adres voor nieuwe en gebruikte computers

- Lage uurprijs
- Gratis thuis analyse van uw computer
- Nieuwe installatie van uw besturingen
- Virus, spam en spyware verwijderen
- Schoonmaken en opschonen
- Hulp bij internet problemen
- Reparatie en onderhoud
- Problemen oplossen
- Overzichtelijk indelen
- Uitbreidingen
- Websites maken
- Foto en videobewerking
- en nog veel meer.....



PC Dr 

T: 06 536 825 80
E: info@pcdre.eu
W: www.pcdre.eu

Wij zijn een dames-, heren- en kinderkapsalon,
wij hebben elke maand leuke acties en ook kunt u
gebruik maken van onze snelbruiner.



Kom eens langs,
de koffie staat altijd klaar.

Oremusplein 2
6815DN Arnhem
Tel. 026-4430296



Elbers Uw Vakman

Hommelseweg 231 6821 LG Arnhem
Tel: 026-4434680

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



info@elbersuwvakman.nl



Twee ondernemende dames uit de wijk slaan de handen ineen en organiseren op 14 november a.s. de workshop 'Versier jezelf!'

U gaat uw eigen halsketting maken en niet zo maar een ketting, want deze wordt aangepast aan de kleuren die u flatteren!

Vooraf krijgt u een korte kleuranalyse van Caia Mangelsdorf en kunt u desgewenst tegen kostprijs een handig kleurenpasje aanschaffen. Heeft u ooit

al een analyse gehad? Neem dan uw kleurenpaspoort of -waaier mee. U krijgt een kleine check-up om te zien of er tussentijds verschuivingen hebben plaatsgevonden.

Geen idee wat voor ketting u wilt maken? Geen probleem: alle materialen liggen klaar en er zijn voorbeelden van niet te moeilijke modellen.

Nicole Buurman ontwerpt 'sieraden waar je blij van wordt'. Handgemaakt van zoetwaterparels, (half)edelstenen, kristal en meer, voor een passend sieraad bij je kleurtype.

Caia Mangelsdorf is imageconsultant en geeft kledingkleur en stijladviezen.

Workshop Versier jezelf!

Datum: 14 november 2015

Tijd: 13:30 - 16:30 uur

Locatie: Craneveerzaal, Viottastraat

Prijs: € 40,-

Dit is inclusief werkmateriaal voor de ketting en exclusief kleurenkaartje à € 5,50 (kan ter plekke contant worden afgerekend).

Zin om mee te doen?

Dit kan door u aan te melden bij Nicole Buurman, via e-mail kleur@nicole2b.com.

We hebben er veel zin in, graag tot ziens op 14 november!

Nieuwe tentoonstelling in Craneveer

Na de uitbundige tentoonstellingen van afgelopen jaar, met veel kleur, lef en verhalen, werd ik eind augustus verrast door de werken die nu in de recreatiezaal hangen. Twee dames van de schilderclub, Diny Hermens en Ans Heeren hebben de zaal aangekleed met prachtige pentekeningen en twee aquarel/penschilderijen.

Op veel pentekeningen zijn heel bekende plaatjes te zien, al zou ik er zo niet direct heen kunnen lopen. Diny en Ans hebben de afgelopen maanden tekeningen gemaakt in het Openlucht Museum van niet de bekendste gebouwen. Wie weet daar zo het bakkershuisje te vinden of het vinkennest? De papiermolen is een bekender gebouw, maar getekend met een gesloten deur. En wie heeft er wel eens gepicknickt bij het prieeltje? Bij de vergadering van de wijkraad was de nieuwe directeur van het Openlucht Museum, dhr. W. Bijleveld aanwezig en hij heeft de werken met gebouwen van het museum aandachtig bekeken.

Verder zijn er pentekeningen van plekken uit de omgeving van de wijk en van Arnhem, zoals van Zypendaal, Gulden Bodem en Oosterbeek. Ook die zijn erg mooi en tot in detail uitgewerkt.

De twee pentekeningen met aquarel zijn intuïtief geschilderd door Ans na de aanslag op de Twin Towers. Die beelden spreken voor zich en roepen gevoelens op.

Samen zorgen de werken van Diny en Ans voor een rustige uitstraling van de recreatiezaal. We weten nog niet hoelang deze werken blijven hangen. Mocht u ze willen bekijken kom dan een keer kijken in de recreatiezaal als de schilderclub bezig is. Het best kunt u dan op dinsdagochtend tegen 12 uur komen naar de recreatiezaal aan de Viottastraat. Komt een andere tijd u beter uit, laat dat dan even weten, dan kijken we of dat te regelen is. (Mail naar bestuur@craneveer.nl of bel met het secretariaat, 026-3510051).

Dames dank voor de mooie tentoonstelling,

Marjan van Roon
Secretaris Craneveer



Dhr. Bijleveld naast de tekening van het bakkershuisje

Van links naar rechts:
 Marjan van Roon (lid),
 Maurice Lankheet (voorzitter),
 Sylvia Kortenraij (secretaris),
 Hannie Riksen (lid), Michel Rauwers (lid),
 Ben Hartgers (ondernemer&toehoorder)
 en Ryklof Wander (nieuw lid)



De Wijkraad, aangenaam verder kennis te maken!

14

In het vorige nummer van Craneveer (nummer 7/ juli 2015) heeft u kunnen lezen wat de wijkraad zoal doet en waar we voor staan. In dit nummer een kijkje achter de schermen; de mensen achter de wijkraad, wat beweegt ons, wat doen we nu en wat gaan we de komende tijd doen.

De mensen achter de wijkraad

De wijkraad is officieel een stichting en dat betekent dat we feitelijk geen achterban kennen en dat wij dus ook niet zijn gekozen. Het ontbreekt ons dus aan enige vorm van legitimiteit. Toch vertegenwoordigen wij de wijk richting gemeente en instellingen. Deze vorm is in het verleden ooit ontstaan (de wijkraad bestaat sinds 1993!) maar maakt ons handelen soms lastig omdat wij niet zomaar kunnen zeggen dat wij namens de wijk spreken. In die zin is de naam 'wijkraad' wellicht misleidend en 'bewonersoverleg' beter. Iets voor ons om over na te denken de komende tijd.

Deze vorm werkt overigens prima zolang het algemeen belang gediend wordt, de wijk geïnformeerd wordt en belanghebbende bewoners betrokken worden bij lastige/gevoelige kwesties.

We zijn overigens zeker geen hautaine, wijze mannen & vrouwen die menen te weten wat goed is voor de wijk. Wij zijn 'slechts' geïnteresseerde wijkbewoners die zijn begaan met alles wat in onze wijk gebeurt en effect heeft op de leefbaarheid in onze wijk. Wij willen de leefbaarheid van onze wijk bewaken en waar het kan verbeteren. We kiezen daarom altijd voor de dialoog met gemeente, instellingen/parken en met wijkbewoners om te komen de beste oplossingen, rekening houdend met ieders belangen. Wij nemen zelfstandig geen besluiten waarvan wij menen dat dit niet het algemeen belang dient.

Het bestuur bestaat inmiddels uit 6 personen met uiteenlopende achtergronden. Het leek ons goed om ons aan u voor te stellen. Wij willen namelijk meer zichtbaar zijn/worden en wat is er

dan makkelijker om gezichten te hebben bij de namen. Spreek ons op straat gerust aan!

Marjan:

"Ik zit bij de wijkraad omdat ik wil weten wat er speelt in de wijk en welke nieuwe ontwikkelingen er zijn. Wat het boeiend en ook lastig maakt is dat sommige bewoners iets willen realiseren dat voor hen van belang is, terwijl anderen iets voorstellen dat er haaks op staat. Dit geldt ook voor de gemeente; we geven advies aan de gemeente en is het daarna afwachten of het ook uitgevoerd wordt. In dat spanningsveld is het mooi als we gezamenlijk iets kunnen bereiken."

Maurice:

"De wijkraad biedt mij een podium waarin ik van betekenis kan zijn voor de omgeving waarin ik woon. Ik organiseer, enthousiasmeer en facilitair graag, vind het boeiend om mensen te binden en verbinden met één gemeenschappelijk doel; samen de wijk vormgeven."

Sylvia:

"Horen wat er leeft en speelt in onze mooie wijk en daar waar mogelijk kijken of er draagvlak is - in dialoog met de gemeente waar het gemeentelijke aangelegenheden betreft - om zaken aan te pakken en te verbeteren, dat is mijn motivatie om me in te zetten voor de wijkraad."

Hannie:

"Na bijna zestig jaren met plezier alhier gewoond te hebben, vond ik het tijd worden om mijn energie ook aan te wenden voor het welzijn en woonplezier van de mensen in mijn directe omgeving. Dat doe ik in het bestuur van de vereniging Craneveer en sinds kort ook met genoegen in de wijkraad."

Michel:

"Ik woon sinds 6 jaar in onze prachtige wijk en wil de wijk mooi houden en nóg mooier maken, met draagvlak van de bewoners. Dat is hetgeen waar ik me graag voor inzet binnen de wijkraad."

Ryklof is sinds september nieuw binnen de wijkraad en wil zijn ervaring binnen de overheid inzetten. Voor de wijkraad een welkome aanvulling. Daarnaast beheert Jorgo Trautig (penningmeester Craneveer) samen met Joost Froeling 'achter de schermen' de geldzaken.

Paul Nuiver is opbouwwerker en zit namens de gemeente als gesprekspartner aan tafel. Daarnaast schuiven soms raadsleden aan als toehoorders.

Oproep!

Wij horen en lezen veel maar we hebben helaas geen oren en ogen in alle hoeken van de wijk. We zijn dus mede afhankelijk van uw inbreng.

De wijkraadvergaderingen zijn openbaar dus gebruik dit loket!

We komen elke 2^e dinsdag van de maand om 20.15 uur bijeen in de recreatieruimte van Craneveer. De agenda staat een week voor aanvang op www.craneveer.nl

Wijkraadvergadering september Kennismaking directeur Openlucht-museum

Willem Bijleveld heeft zijn toekomstplannen en -visie op het museum met ons gedeeld. We hebben de bereikbaarheid en parkeerproblematiek in de wijk onder de aandacht gebracht, ook mede evenementen als Landleven.

Wijkactieplan 2016/2017

We hebben al veel reacties (ingevulde kaarten, emails) binnen met ideeën en suggesties voor verbeteringen in de wijk. Deze reacties zullen wij rubriceren naar thema's die wij op 13 oktober aan verschillende gesprekstafels zullen bespreken met een groep van minimaal 25 wijkbewoners. Ook dan zijn nieuwe reacties nog welkom. De uitkomsten van deze avond leggen we vervolgens aan de wijk voor zodat zij kunnen stemmen op de beste plannen die wij vervolgens tot realisatie willen brengen binnen de financiële kaders van de gemeente.

Mocht u zich nog niet aangemeld hebben voor 13 oktober; de deuren staan open die avond maar het zou fijn zijn als u vooraf een berichtje stuurt zodat wij er rekening mee kunnen houden.

Verkeerszaken: Beethovenplein

De afspraken met gemeente over de aanpassingen van het Beethovenplein zijn door de nieuwe commissie geactualiseerd. De gemeente heeft uitgesproken om de aanpassingen uit te voeren binnen budget dat beschikbaar is. Helaas is tot op heden nog geen duidelijkheid over het tijdstip van uitvoering. We hebben de gemeente inmiddels aangesproken op hun verantwoordelijkheid.

Verkeerszaken: 30 km zones

We hebben een actiepakket (stickers, banners) aangevraagd en willen meer aandacht voor 30 km zones in de wijk. Ook rondom de scholen. Wie wil ons daarbij helpen?

Altegroen:

De plannen voor meer groen in de wijk zijn ontvouwen bij de gemeente en goed ontvangen. Altegroen en gemeente gaan de uitvoering opstarten.

Rijnstate:

Er zijn vragen binnen gekomen inzake de trap die thans wordt aangelegd aan de Kluizeweg. Dit is een uitvloeisel van de eerdere plannen die wij kenden (onderdeel van nieuwe parkeerterrein). Een trap was ons echter niet bekend en hierover hebben we Rijnstate aangesproken en hun op de afspraken gewezen.

Bewonersoverleg of wijkraad?

Nu ons steeds meer duidelijk wordt wat de gemeente verwacht van het bewonersoverleg gaan we ons de komende tijd heroriënteren over wie wij zijn en wat van ons verwacht mag worden. Zo hebben wij in de laatste vergadering afgesproken om onze visie op de 4 grote voorzieningen/instellingen (BurgersZoo, NOM, Rijnstate en sportpark) eens te bespreken en vast te leggen. Wij weten ongeveer wat zij willen, maar wat willen wij eigenlijk? Dat kunnen we ook doen op het gebied van verkeer&parkeren, woningbouw, voorzieningenniveau, duurzaamheid, etc. Bij wijze van spreken een perspectiefnota Alteveer 't-Cranevelt; koers tot 2030.

Doel is om ons duidelijker te positioneren richting de wijk, gemeente en parken/Rijnstate. We zijn een wijk van 4500 inwoners en kunnen best een vuist maken!

Dit kunnen we niet met ons zessen. Uw inbreng is van groot belang.

Interesse? Dan zien we u de 2^e dinsdag van de maand graag bij ons aan tafel!

wijkraad@craneveer.nl



Buurtfeest 2015 weer

Het was weer een super gezellig Buurtfeest. De zeepkistenrace en start van het feest werd ingeluid door de opzwepende Monte Reno Samba band.

Daarna volgde diverse activiteiten voor groot en klein en jong en oud met goed verzorgde catering.

's Avonds een groot feest met de geweldige Buurtband en DJ Marco. Wat hebben we lekker geswingd!

Onze dank gaat uit naar de vele sponsors en vrijwilligers! Zonder jullie is er geen Buurtfeest! Op de foto's hiernaast ziet u wat er allemaal te doen was op het "Holland" feest. Nog even nagenieten.

Lijkt het u leuk om de volgende keer ook mee te helpen? Of heeft u ideeën voor dit tweejaarlijkse feest? Laat het ons weten op info@craneveer.nl.



geslaagd!

Hartelijke groeten van de
Buurtfeestcommissie,
*Bas Wildeman, Huibert Kortenraaij,
Joost Maree, Bernard Wartna,
Jenine Hingstman, Ronny Sprong,
Bas van der Togt en Hetty de Jonge*

Foto's:
Richtje Thien, Jaqueline Marée,
Astrid de Winther en Coen Pausma
Meer foto's op www.craneveer.nl



Kijk ook op
www.craneveer.nl

voor activiteiten en het
laatste nieuws

conStabiel

Adviseurs in Bouwtechniek

- Constructief advies
- Detail engineering
- Schade expertise
- Total engineering
- 3D modellering - BIM
- Haalbaarheidsonderzoek
- Bouwkundig advies
- Brandveiligheid
- Duurzaamheid

www.constabiel.nl | 026 - 261 98 97 | Velp | info@constabiel.nl
Referentie projecten in de wijk, bel 06 - 39 14 25 51 (Maurice)

Advertorial

Praktijk voor integrale massage van Hans Jansen bestaat binnenkort 25 jaar, waarvan 17 jaar op het Loospad

Massagetherapie voor chronisch zieken vaak nog onbekend

Massages zijn niet alleen weldadig, ze werken ook stress verlagend en bevorderen de gezondheid. Steeds meer mensen ontdekken dat. Geen wonder dat de populariteit ervan de laatste jaren flink is toegenomen. Massages helpen dan ook bij allerlei klachten veroorzaakt door de hedendaagse spanningen. Minder bekend is echter, speciale massagetherapie voor chronisch zieken en mensen met kanker. Terwijl dat juist de groep is voor wie massages eigenlijk geen luxe zijn. Want onderzoek heeft uitgewezen dat deze mensen er beter door gingen slapen en dat onrust, spanning en angst verminderden. In sommige gevallen ervoeren de deelnemers ook minder pijn.

In tegenstelling tot 'gewone' massage is massagetherapie een vorm van complementaire geneeskunde waarvoor de therapeut een hbo-opleiding met medische basiskennis heeft gevolgd. Hans Jansen is zo'n therapeut. Met zijn 'Praktijk voor integrale massage' heeft hij zich naast de massages voor hedendaagse klachten, helemaal toegelegd op massages voor chronisch zieken en mensen met kanker. Die kunnen bij hem terecht in twee plaatsen: Arnhem en Nijmegen. Afhankelijk van de polis krijgen mensen met een aanvullende verzekering de behandeling vaak gedeeltelijk vergoed.



De beslissing om juist met deze groepen te werken, nam Jansen doelbewust: 'Ik kan me niet voorstellen dat ik anders zou willen werken dan zoals ik nu doe.' Wat hij erg belangrijk vindt, zijn de volle aandacht die hij geeft aan zijn cliënten en de rust waarmee hij zijn werk doet: 'We hollen met z'n allen voort van het verleden naar de toekomst, maar als je hebt gehoord dat je een ernstige ziekte hebt, kom je in een ander tijds- en ruimtebesef terecht, terwijl de omgeving in dezelfde snelteinvaart blijft doorgaan. Zijn praktijk is een rustpunt, met tijd en ruimte voor stilte. Aanraken doet dan meer dan duizend woorden, dat is de "stille kracht" van massagetherapie.

Inmiddels werkt hij sinds 2000 met chronisch zieken en mensen met kanker. Jaren heeft hij zich samen met enkele collega's ingezet in een landelijke werkgroep om massage voor deze doelgroep meer bekendheid te geven. Daarnaast bleef hij zich nascholen en volgde hij verschillende trainingen. Jansen heeft de visie dat de maatschappij de plicht heeft om naar chronisch zieke mensen te luisteren, zonder oordelen en zonder vooroordelen. 'Daarin zit voor mij de waarde van het leven', licht hij toe, 'Dat we er als mens zijn voor de ander die het moeilijk heeft.'

www.praktijkvoorintegralemassage.nl

www.gezondheidscentrumsurya.nl



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
Vlamooven 11 Arnhem
(026) 361 89 63



APOTHEEK BERICHT

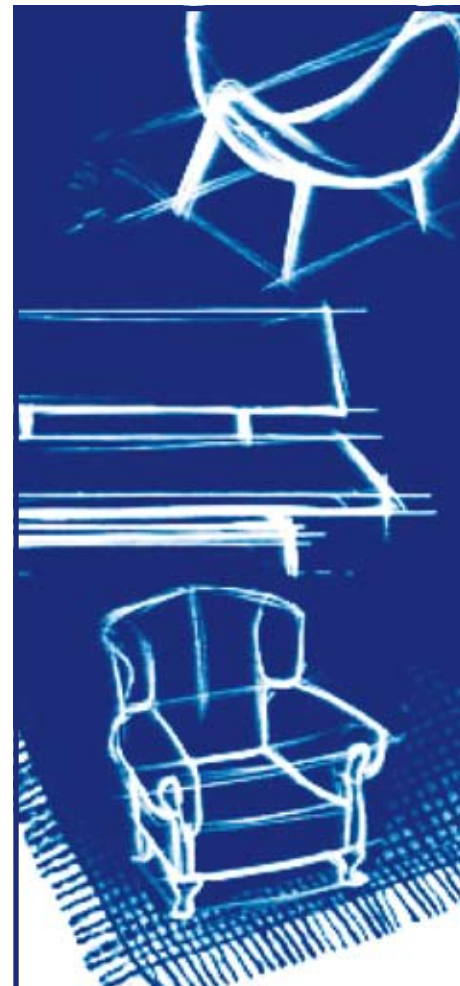
Voor cliënten van Apotheek Biermasz bestaat de mogelijkheid recepten in te leveren bij
Drogisterij Alteveer.

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



BONTE & KUIJT
meubelstofleverancier & meubelstoffeerderij

**Stoffering en restauratie
van klassieke en moderne meubelen**

Lid Buro Erkende Meubelstoffeerders
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

Hans Jansen **Praktijk voor Integrale Massagetherapie**

Een andere aanpak voor uw terugkerende gezondheidsklachten

Heeft u tijdens uw werkzaamheden of na een drukke dag regelmatig last van hoofdpijn, een stijve nek, een vastzittende schouder of last van een pijnlijke rug of arm? Weet u dat er een mogelijkheid bestaat om anders met uw klachten om te gaan met een definitief resultaat? Dit kan met **integrale massagetherapie**.

Voor meer informatie en afspraken:
Hans Jansen
Loospad 1, Arnhem
Tel. 026 3704123
www.praktijkvoorintegralemassage.nl

De behandelingen worden geheel of gedeeltelijk vergoed, mits aanvullend verzekerd.

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

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



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

Leef-Wijs-Mindfulness

Stress, spanningen, onrust, vermoeidheid, pijn, piekeren? Mindfulnessstraining kan je hierbij helpen: ervaar meer rust, ontspanning en welbevinden!

In oktober start een 8-weekse mindfulnessstraining in de wijk op de dinsdagavond.



Esther Albers
Mindfulnessstrainer
esther.albers@telfort.nl
06-44876978
www.vmbn.nl

20

Studiehuis Alteveer

**Betaalbare studieactiviteiten voor
(basis)scholieren en vergaderruimte
in een prachtige omgeving**



Van de basisschool naar de middelbare school?

Maak van een grote stap een soepele overgang!

Aanleren studievaardigheden, leren te leren en leren te plannen

Studiehuis Alteveer biedt:

Huiswerkbegeleiding voor brugklassers

Speciale inhoudelijke aandacht mogelijk voor Engels, Frans en Duits



Ook nu kunt u bij het studiehuis terecht voor:

- ① vergader-, cursus- en workshopruimte
- ① groepslessen Engels voor basisscholieren
- ① Citotraining ter ondersteuning van uw kind
- ① workshops boetseren voor volwassenen en kinderen



Niels Uildriks
Mendelssohnlaan 35
www.studiehuisalteveer.nl

Telefoon: 026 - 7370248
Mobiel: 06 - 42016112
info@studiehuisalteveer.nl

Buurtkracht activiteiten doen het goed!

De afgelopen maanden augustus en september startte Buurtkracht dan toch echt met de eerste activiteiten voor ouderen in de wijk, door de wijk.



Het aftrapfeestje woensdagochtend 15 juli jl. was hiervan de kick off. Veel ouderen waren van de partij en hebben zich aangemeld voor diverse Buurtkracht activiteiten. Ook liet men zich informeren

over andere activiteiten en zorgvoorzieningen in de wijk waarin Buurtkracht een gidsfunctie heeft.

Het Buurtfeest 12 september jl. was een tweede ontmoetingsmoment in de wijk, waarbij Buurtkracht een eigen zithoekje creëerde met aandacht voor de huiskameractiviteit



'handwerken bij de buren', bewegingsactiviteiten als wandelen en jeu de boules; de filmhuismatinee; eetcafé Alte-Lekker; en de laptop/tablet cursus reeks. Vanuit de gidsfunctie van Buurtkracht kon men ook informatie inwinnen mbt. de uitstapjes vanuit de 60-plus vereniging, maatjesprojecten vanuit Mantelzorg vrijw.thuishulp, en de wijkteamcoach voor al uw WMO vragen.

Een terugblik op de activiteiten die vanaf augustus van start zijn gegaan en nog doorlopen

1. Alte-Lekker eetcafé 1x per maand op zondag: is door maar liefst 35 tot 40 ouderen bezocht. De vers bereide maaltijden met veel groenten en vers fruit, bestaand uit 3 gangen en een consumptie, voor slechts € 8,-. Daarbij wordt de persoonlijke benadering vanuit kok en gastheer Frank

Maasland erg gewaardeerd. De komende data zijn 25 oktober, 22 november en 20 december in wijkgebouw Altevelt.



2. Lekker lichtvoetig lopen i.s.m. Life in Motion, is gestart met een minicursus van 6 weken voor €15,-. Eén van de deelnemers gaf aan: "Het is echt meer dan alleen wandelen". Na afloop van de wandeling werd er gezamenlijk koffie gedronken en nagepraat. Het doel is om het wandelen makkelijk te maken. Heeft u ook interesse, meld u dan aan voor een nieuwe cursusreeks.



3. Fysiotherapie praktijk Goossens heeft met een **wandelgroepje** van 5 ouderen geoefend voor de Airborne wandeltocht en deze vervolgens samen gelopen en met succes. Wilt u ook meelopen met de wandelgroep, sluit u aan.

4. Ook is de jeux de boules/ pétanque gestart in de vorm van een open inloop wekelijks op maandagochtend van 09.30-11.30 uur bij de jeu de boulesbaan aan de Beethovenlaan. Bij droog weer gaat het altijd door.

5. Vanaf woensdag 2 september jl. is de eerste tablet-/laptopinstructie gestart in wijkgebouw Altevelt onder leiding van wijkbewoner Joop van Steenberg. Een cursusreeks van 6 keer op woensdagochtend van 10.00-11.30/45 uur. Kosten 25 euro p.p. Per oktober start een nieuwe cursusreeks.



6. De Handwerkclub is 14 september jl. van start gegaan thuis bij wijkbewoner Sophie aan de Cattepoelseweg op maandagmiddag van 13.30-15.30 uur. Dit wordt afgewisseld thuis bij Thea aan de Waterbergseweg. De eerste 2 keer waren zeer geslaagd. Met een groepje van 6 dames wordt er gehaakt, gebreid, geborduurd en een zooltje onder een

gebreide sok gezet. Zelfs een te heet gewassen vestje krijgt een nieuw leven als 'paardje Herman'. De ene buur leert de ander netjes steken opzetten en rond breien. Ook krijgt iemand een lesje lockmachine en rondbreien met vier pennen. Zin om mee te doen, bel Sophie 06-16545139 of Thea 06-54283031. Een echt huiskamer project voor slechts € 3,- per keer incl. koffie en iets lekkers.

7. De Filmhuismatinee's zijn begonnen! Ze vinden plaats in wijkgebouw Craneveer van 14.00-16.00 uur (zaal een kwartier voor aanvang open). Elke maand op de zondag met 1x een uitstapje naar de zaterdag. In september is de film *Intouchables* al vertoond. Veel van onze wijkgenoten hadden deze film al gezien, maar het weerhield hen er niet van om in gezelschap van mede wijkbewoners de film nogmaals te beleven. Een filmmiddag kost u € 5,- incl. kopje koffie/thee en iets lekkers.

De komende maanden worden de volgende prachtige 5-sterren films vertoond: zaterdag 24 oktober 'As it is in heaven'; zondag 15 november 'The best exotic marigold hotel'; zondag 20 december 'Il Postino' (voorafgaand aan Alte-Lekker).

Lees de extra informatie op de flyers in de wijk en meld u aan. Laat ons ook uw filmtips weten.

Een vooruitblik op nieuwe activiteiten die komen

1. Vanaf zaterdag 10 oktober as. start in samenwerking met Ski en Fit de eerste proefles **Nordic Walking** om 09.30 uur. Verzamelen bij het clubgebouw van tennisvereniging de Groene Kamer.

2. Donderdag 5 en 12 november starten de twee proeflessen **Ismakogie** onder leiding van wijkbewoner Lies Bloema. U bent welkom van 10.30-11.30 uur in de recreatiezaal van Craneveer. Kosten € 5,00. Bij voldoende belangstelling kan Lies een nieuwe cursusgroep starten.

3. Buurtquiz 55+. Met enige regelmaat wordt in de wijk een algemene 'Buurtquiz' georganiseerd. De komende aflevering is speciaal gericht op de (iets) oudere wijkgenoten. Maar ook jongere deelnemers zijn van harte welkom, zodat we een gemengd deelnemersveld krijgen.

De deelnemers vormen (afhankelijk van de opkomst) teams van 4 of 5 personen. Als team geef je antwoord op zo'n 40 vragen over allerlei onderwerpen, zoals kunst, Arnhem, geschiedenis, taal of techniek.

Samen weet je meer dan alleen!

Locatie: **zondag 18 oktober 16:00 uur in "Altevelt" aan de Beethovenlaan.**

Einde rond 18:00 uur, zaal open vanaf 15:45 uur.

Kosten deelname: vrijwillige bijdrage.

Vervoer nodig

De wijkgebouwen Altevelt en Craneveer zijn makkelijk te bereiken, maar mocht u hulp nodig hebben om er te komen laat het ons weten. Uit ons bestand van de Vrienden van Buurtkracht hebben diverse wijkbewoners zich aangemeld om ouderen te begeleiden, te voet of met de auto.

Aanmelden

Meld u voor de filmmatinee's en Alte-Lekker aan via de intekenlijsten bij de Coop, Altevelt, Craneveer, Rode Kruis, Postagentschap Oremusplein. Ook per mail naar buurtkracht@craneveer.nl

Meld u ook aan met een intekenkaartje 'Buurtkracht nodigt u uit' voor de diverse activiteiten en uw vraag/aanbod. U bent dan vriend van Buurtkracht en wordt per mail of per post op de hoogte gehouden van de actualiteiten van Buurtkracht. Deze kaartjes liggen bij de diverse winkeliers in de wijk. Deponeer ze ingevuld in de daarvoor bestemde zilveren bussen bij de Coop, postagentschap en Rode kruisgebouw. Wij nemen daarop telefonisch of per mail contact met u op.



Tot slot

Alleen als u zich aanmeldt voor de Buurtkrachtactiviteiten, kan het Buurtkrachtteam activiteiten organiseren, met u evalueren en dat wat goed ontvangen wordt voortzetten in het nieuwe jaar. Zo bouwen wij samen met u aan een structureel activiteitenaanbod in de wijk óók voor ouderen.

Namens het Buurtkracht team

Ellen, Cleo, Frank, Ab en Lieke.

T. 026-333 63 47 of 06-404 22 329 (Lieke)

E. buurtkracht@craneveer.nl

www.craneveer.nl

(h)eerlijk Buitenleven totaaltuin

Totaaltuin houdt van buiten leven! Wij leggen tuinen aan die passen bij huis en omgeving. Uw 'groene' toekomst begint pas echt met een tuin die past!

Bestrating van terras, het plaatsen van een kapschuur of enkel het ingraven van een trampoline. Totaaltuin levert maatwerk en kwaliteitsproducten van tuinhout en overige tuinproducten.

Schelmseweg 67 6816 PA Arnhem 026 443 14 74 info@totaaltuin.nl www.totaaltuin.nl

23

Advertentie

COLUMN ACUPUNCTUUR DEZE KEER: Psycho-emotionele aandoeningen

All disease comes from the heart. Deze uitspraak van de 16e eeuwse arts Xu Jun verwijst naar de theorie dat het hart het orgaan is dat de andere organen regeert. De Chinese geneeskunde onderscheidt zeven hoofd emoties, die allen met een bepaald orgaan geassocieerd worden. De organen hebben invloed op de emoties en de emoties hebben invloed op de organen.

Ook psychische aandoeningen komen voor uit een disbalans tussen de organen, en/of andersom. Daarom is het belangrijk niet alleen naar de uiting van de aandoening te kijken maar ook naar de oorzaak. Een mooi voorbeeld binnen deze context is het Post Traumatisch Stress Syndroom. Een gebeurtenis in het recente of verre verleden kan tot allerlei klachten van lichamelijke en psychische aard lijden. Dit kunnen zelfs traumatische gebeurtenissen zijn uit het leven van je voorouders.

Interessant in dit kader is de BBC documentaire 'The Ghost in your Genes', te vinden op youtube. Deze ervaringen,

door de oude Chinezen "spoken" (Gue) genoemd, kunnen met behulp van acupunctuur verjaagd worden. Hiermee kan acupunctuur dan ook effectief zijn bij allerlei psychische aandoeningen zoals angststoornissen, depressies of persoonlijkheidstoornissen. Maar ook bij opvliegendheid, besluiteloosheid of bijvoorbeeld faalangst.

Een belangrijk aspect van de behandeling is het balanceren van het hart. Het hart is de zetel van de geest zoals het paleis de zetel van de keizer is. Pas als er rust en orde heerst kan de keizer in wijsheid regeren.



Meer weten? bel of mail gerust voor meer informatie.

Acupunctuurpraktijk van der Togt
Sweelincklaan 42
telefoon 0654-604004
[email acupunctuur@online.nl](mailto:acupunctuur@online.nl)
www.acupunctuurvandertogt.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 proefwerkweken 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 VMO tot 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



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 of neem contact met ons op via info@montessorikinderopvang.nl



**Voor AL uw voorkomende
dakwerkzaamheden !!**

Vernieuwen en reparatie van o.a.:

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

Telefoon: 0316-267012

WWW.DAKDEKKERSBEDRIJFJURRIENS.NL

**Praktijk voor Fysiotherapie 't Altevelt
Henri Hugen & Sandra Hoogenboom**

U kunt bij ons terecht voor:

- Algemene fysiotherapie
- Acute en chronische aandoeningen
- Lymfe- en oedeemtherapie
- Sportblessures
- Draaiduizeligheid (BPPV-BPPD)
- Littekenbehandeling
- Div. tape methodes, waaronder medical taping

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

Wij zijn bereikbaar op 026-3511649 of
Henri: 06-21565964
Sandra: 06-47217151

Praktijkadressen: Diepenbrocklaan 58 (Henri) en
Beethovenlaan 62 (Sandra) in Arnhem
www.arnhemfysio.nl



de Fysiotherapeut

Van BBB naar Pilates

Elke woensdagavond is er ook van 20.00-21.00 uur gezellig sporten.

Afgelopen jaren was er BBB (gym voor Buik, Billen en Benen) op woensdagavond met een groep van 15-20 dames van gevarieerde leeftijd. Moedoen is belangrijker dan hoe goed je het kunt of wat je leeftijd is. Omdat onze docente Lies Bloema helaas hiermee is gestopt hebben we een nieuwe lesvorm én een andere docente.

Inmiddels is er vanaf 2 september gestart met Body Control Pilates onder leiding van ook een professionele docent, Wilma van Kempen. Deze vorm van Pilates richt zich op de dieperliggende spieren voor een juiste houding. Weer eens iets anders en ook heel nuttig en leuk! Wil je meedoen? Kom naar een gratis proefles in de bovengymzaal van Craneveer. Je bent van harte welkom en we vinden het leuk om nieuwe mensen in onze groep op te nemen.

Graag tot ziens!

De sporters van BBB naar Pilates



25

Gymclubje voor kinderen in Craneveer

Op woensdagmiddag vanaf 15.45 uur kunnen kinderen vanaf 3½ jaar lekker bewegen in de gymzaal aan de Kluizeweg.

Mijn naam is Elbertine van der Pas en ik heb dit gymclubje overgenomen qua begeleiding van Marjan van Dijk. Het afgelopen seizoen (dat loopt van september t/m mei) hebben 44 kinderen (verdeeld over 3 groepen) met veel plezier deelgenomen aan de diverse gymlessen.

Tijdens de lessen ontdekken de kinderen spelenderwijs hun mogelijkheden bijv. bij bal- en tikspelletjes, maar ook bij balanceren, klimmen, zwaaien, springen etc.

Groep 1, jongens en meisjes van 3,5 tot 5 jaar: 15.45 u - 16.30 uur

Groep 2, jongens en meisjes van 5 tot 7 jaar: 16.30 u - 17.15 uur

Groep 3, jongens en meisjes van 7 tot 12 jaar: 17.15 u - 18.00 uur

Lijkt het je leuk om lekker te komen bewegen bij gymclubje Craneveer, kom dan gerust een keertje langs en doe mee!

Voor informatie kun je altijd bellen met **Elbertine van der Pas 026 3336926** of mail: elbertine.vander.pas@hetnet.nl

Dames-bowling groepje op zoek naar dames

Wij zijn een gezellige dames-bowlingclub die al 35 jaar bestaat. We huren elke donderdagmorgen een baan om te spelen. We spelen twee games van 10.00 tot ongeveer 12.00 uur in groepjes van 5 bij Bowling "De Schelmse Brug". De kosten zijn € 5,50 incl. prijzengeld per keer. We kunnen wel een paar dames tussen de 30 en 80+ jaar erbij gebruiken! Kom eens kijken hoe wij de strijd met de ballen aangaan! Een kopje koffie staat voor u klaar!

Voorzitster Janny Brinksma (telefoon: 06-11924720)






PIANOSTUDIO FERMATE
 VAN LAWICK VAN PABSTSTRAAT 5, ARNHEM

 WWW.WILLEMIJNVANRIJN.NL
 PIANOLESSEN VOOR KINDEREN EN VOLWASSENEN

 026-3629869 06-23762033

Bomen in de wijk

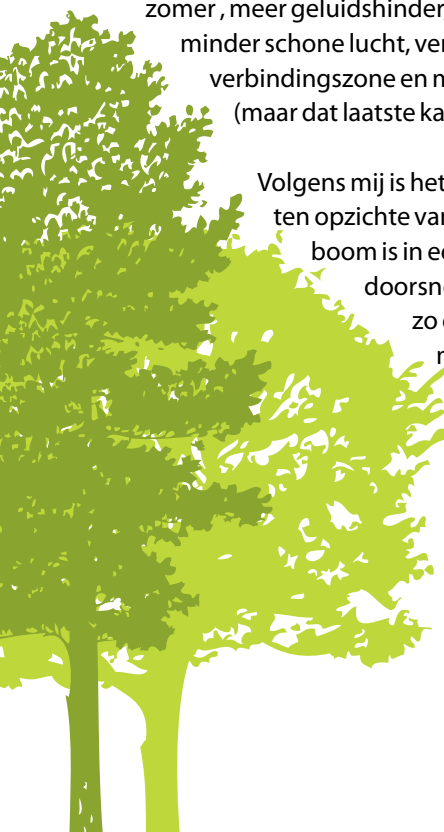
Sjoerd Kaarsemaker

In de enkele jaren dat ik hier woon heb ik zowel op straat als in verschillende tuinen al meer dan 40 volgroeide bomen zien verdwijnen. Bomen van soms wel 80 jaar oud. En dat is jammer want een boom heeft veel voordelen. Natuurlijk zijn er ook nadelen zoals schaduw, bladval en ruimte in de tuin. Maar daar staat het nodige tegenover.

Een boom (en dan vooral naaldbomen) maar ook struiken, filteren fijnstof uit de lucht. Bomen en struiken dempen geluid van bijvoorbeeld de Schelmse weg, het voetbalveld en de snelweg. Ze filteren het zonlicht en één enkele boom levert op een warme dag het koelvermogen van twaalf airco's. Dit komt dus niet van de schaduw maar door koelere lucht die je in en om je huis ervaart. Bomen en struiken leveren een woonplek voor bv. uilen en vleermuizen. Die overigens weer die hinderlijke vliegen, wespen, slakken, rupsen en muggen in toom houden. Veel huizenblokken in onze wijk bieden door bomen en struiken in de tuinen of langs de straat een verbingszone voor vogels en vleermuizen. Langs de bomen oriënteren de dieren zich. Ik heb weleens een vogel letterlijk uit de lucht zien vallen toen een boom verwijderd was. Verdwaasd zat de vink op de grond en je zag hem denken; 'hè, hier was toch..., ben ik dan....'

Als ik dan de optelsom maak dan heb ik als plus; meer zon in de tuin en geen bladeren harken en als minpunt, geen koele lucht en geen schaduw in de zomer, meer geluidshinder, inkijk in mijn huis en zicht op de burens, minder schone lucht, verlies aan leefgebied voor vogels, geen verbingszone en misschien zelfs meer muggen en vliegen (maar dat laatste kan ik niet hard maken).

Volgens mij is het vooral een tijds kwestie een voordeel nu ten opzichte van een voordeel op de langere termijn. Een boom is in een dag verwijderd maar een boom van 30 cm doorsnee heeft er al gauw tien jaar over gedaan om zo dik te worden. Tien jaar is de tijd tussen het moment dat u een hond koopt en diezelfde hond oud ziet worden, dat uw kind in de luiers loopt en naar de middelbare school gaat. En dan hebben we het over een klein boompje. De bomen die in onze wijk staan hebben soms al drie generaties zien komen en gaan. Wie zijn wij dan om te beslissen dat die boom de zon wegneemt!




PHYSIQUE
 centrum voor sport & gezondheid

Gratis proefles


VANAF 5 OKTOBER
ENERGIEKE TRAMPOLINE
WORKOUT
 68% MEER EFFECT DAN JOGGEN
400+ SPIEREN
FUN GARANTIE

Sportpark Valkenhuizen
 Bel voor meer informatie en aanmelden
 voor een GRATIS proefles.
026-3700243
 WWW.PHYSIQUE.NL/JUMPING

Craneveer

Zonder financiële steun van wijkbewoners is een levendige wijkvereniging niet mogelijk. Het gezinsdonateurschap 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.

Aangenaam... Wij zijn Renao

Beste mede-buurtbewoners,

Wellicht heeft u inmiddels gezien dat de voormalige Chinese Muur na een forse Verbouwing omgetoverd is tot een sfeervol en modern restaurant. Wij heten nu restaurant 'Renao', wat in het Chinees "gezellig samenzijn" betekent. Met het team van renao willen wij u de ervaring van *shared dining* brengen, waarbij mensen dichterbij elkaar worden gebracht door ze *samen* te laten *proeven* van *kleine gerechtjes* en de vele smaken van de moderne Aziatische keukens met elkaar te delen.

Komt u gerust eens langs voor een kijkje, onze medewerkers vertellen u onder het genot van een kopjekoffie graag meer over het nieuwe concept.

Tot ziens!

Met een hartelijke groet, namens team Renao

Nyls Wang

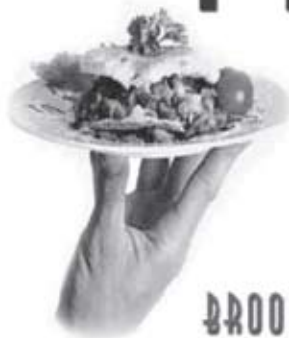


Find us on
Facebook



27

Cafetaria Bar 'T HOEKJE



BROODJES SHAKES 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

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

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

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

‘Zorg goed voor jezelf’

Niet altijd even makkelijk.

Haptotherapie kan je daar letterlijk en figuurlijk een helpende hand bij bieden.

**Praktijk voor Haptotherapie
Jan Zwartjes**

GZ-haptotherapeut

GZ-psycholoog

Van Heemstralaan 100 B

6814 KN Arnhem

telefoon: 026 - 443 70 12
www.swarttken.nl



Je kunt weer dansen op
ZATERDAG 10 OKTOBER A.S.
21.00-0.00UUR CRANEVEER, VIOTTASTRAAT

12 DECEMBER: KIDS & JUNIOR!
19 DECEMBER: QUIZ & GROOVES!

De Springplank,

de peuterspeelzaal in onze wijk

Verscholen achter wat bomen, aan de Peter van Anrooylaan 1, ligt de peuterspeelzaal van onze wijk: 'De Springplank'. Al jaren gaan de peuters uit onze wijk met veel plezier hier naar toe. Maar ook zijn er al een aantal jaren wat strubbelingen om deze peuterspeelzaal open te houden. Veel peuters gaan naar de crèche of kinderdagverblijf en daardoor weten veel mensen niet dat er een speelzaal is onze wijk.

Het laatste jaar is er veel veranderd bij de peuterspeelzaal. De speelzaal valt sinds september 2014 onder de Wet "Kinderopvang" net zoals de crèche/ kinderdagverblijf. Hierdoor kunnen ouders die beiden werken, ook kinderopvangtoeslag krijgen als ze hun kind

plaatsen bij 'De Springplank'.

Bovendien zijn openingstijden sinds dit jaar verruimd. 'De Springplank' is geopend op maandag van 8.30 uur tot 12.00 uur en dinsdag en donderdag van 8.30 tot 15.15 uur. Bij voldoende belangstelling kan uw kind al vanaf 7:30 gebracht worden. Op dinsdag en donderdag kunnen de peuters ook blijven lunchen.

De peuterspeelzaal is een erg goede voorbereiding op het basisonderwijs. Er wordt gewerkt met een pedagogisch-educatief programma. De peuters leren om te gaan met leeftijdsgenoten, op hun beurt te wachten, luisteren naar anderen en ze

leren om in een kring te zitten. Peuters zijn vanaf een leeftijd van 2½ jaar welkom op de speelzaal.

U kunt altijd komen kijken. Loop gerust eens binnen bij 'De Springplank' en juf Auri en Juf Eva laten u alles zien.

Graag willen we de speelzaal voor onze wijk behouden en we hopen dat nog meer ouders met peuters de speelzaal weten te vinden.

Namens de oudercommissie van 'De Springplank'
Desiree Stuiver

Een nieuw team vraagt om een nieuwe naam!
Fysiotherapie Goossens-Bakker heet vanaf nu:



De fysiotherapeuten van links naar rechts:

Nicole Cleophas: Behandeling van Oorsuizen, Manueel Therapeut, Hydrotherapeut en Fysiotherapeut
Corine Goossens: Geregistreerd Geriatriefysiotherapeut, Oedeemtherapeut, Fysiotherapeut en Claudicatiotherapeut
Marc de Groen: Fysiotherapeut, Hydrotherapeut en Geriatriefysiotherapeut i.o

Mozartstraat 2
6815 CT Arnhem
tel: 026-4433252
corine_goossens@kpnmail.nl

Bijzondere activiteiten in de komende maanden

30

In deze Craneveer staan diverse stukken van of over het bestuur. Wat we daar nog aan toe willen voegen is een lijst met bijzondere activiteiten, vaak in de recreatiezaal.

Als deze Craneveer verschijnt zijn de septemberactiviteiten alweer verleden tijd. Dan heeft u hopelijk genoten van een spetterend buurtfeest, zijn de kleine kinderen bij Altenieuw in voor hen nieuwe kleren gestoken of vonden ze een mooi boek of stuk speelgoed.

Eind september start Buurtkracht Cultuur met het tonen van films in de recreatiezaal. Deze activiteit is vooral voor mensen die zich senior kunnen noemen.

op **10 oktober** de volwassen Grooves. Iedereen die 30 jaar of ouder is mag lekker komen dansen en daar zijn ook 60-plussers welkom, zowel mannen als vrouwen. Bij de laatste Grooves waren er net iets meer mannen dan vrouwen

aanwezig, dus nu nog een inhaalslag voor de iets oudere mensen.

Op **24 oktober** is de tweede filmmiddag van Buurtkracht cultuur gepland.

Op **donderdag 5 en 12 november** verzorgt Lies Bloema van 10.30 – 11.30

uur twee proefflessen Ismakogie en dit is ook een Buurtkracht evenement, dus bedoeld voor de 55-plussers onder u.

Op **woensdag 11 november** is het de elfde van de elfde en dan trekken de kinderen 's avonds met lampionnen door de wijk om St. Maarten te gedenken. Zet u dan ook een kaars voor uw raam als u de kinderen wilt ontvangen en iets lekkers wil geven in ruil voor hun gezang?

Op **zaterdag 14 november** willen Nicole en Kaya een gemengde workshop kleuradvies en kralen rijgen verzorgen in de Craneveer

Op **zondag 15 november** is weer een filmmiddag gepland door Buurtkracht. Half december volgen dan nog een keer de kids Grooves op **12 december**. De 30+ Grooves, samen met de Pub

quiz op **19 december** en een filmhuis op zondag **20 december**.

Kijk voor precieze tijden op de website of in het mededelingenkastje op het Beethovenplein.

U ziet dat er van alles en nog wat te doen is de komende maanden. Dat is ook iets waardoor wij in één van de meest geliefde wijken van Arnhem wonen en mogelijk staan we zelfs op de eerste plaats.

Naast deze recreatieve activiteiten kunt u ook nog twee keer komen meepraten over nieuwe plannen om de leefbaarheid in de wijk te verbeteren. Op **13 oktober** en **10 november** worden die plannen besproken tijdens vergaderingen van de wijkraad. Vanaf 20.15 uur in de recreatiezaal van Craneveer. Graag wel even aanmelden, zodat we rekening kunnen houden met uw komst: wijkraad@craneveer.nl of via de kaarten die huis aan huis verspreid zijn.
Marjan van Roon

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

Coen Pausma • Layout

Meijrooslaan 28 • 026-4454211

redactie@craneveer.nl

Informatie over adverteren?

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 • 026-3513754

Marjan van Roon • Secretaris

Chopinstraat 21 • 026-3510051

Jorgo Trautig • Penningmeester

Cattepoelseweg 360 • 026-3610329

Nicole Buurman • Comm.

Cattepoelseweg 248 • 026-4438782

Pieter Fock • Algemeen

Beethovenlaan 57 • 06-28983456

Hannie Riksen • Algemeen

Beethovenlaan 5 • 06-44870448

vacature

NIEUWE LEDEN
WELKOM!

bestuur@craneveer.nl

admin@craneveer.nl (Ledenadministratie)

penningmeester@craneveer.nl

Wijkraad Alteveer/ 't Cranevelt

Maurice Lankheet • voorzitter

026-3510245

Sylvia Kortenraij • secretaris

026-3513754

Marjan van Roon • plv. Secretaris

026-3510051

Jorgo Trautig • penningmeester

026-3610329

Michel Rauwers • verkeer a.i.

Hannie Riksen • algemeen

06-44870448

NIEUWE LEDEN
WELKOM!

wijkraad@craneveer.nl

Redactie Website www.craneveer.nl

Daniëlle Pepels

website@craneveer.nl

Activiteitschema Craneveer

Zondag	19.00 - 20.00 uur 20.30 - 21.45 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	Qi Gong Biljarten Damesgym Basketbal Badminton	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	Schilderen Biljarten Ismakogie Badminton	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 19.00 - 20.00 uur 20.30 - 21.45 uur	Tai Chi Tai Chi 65+ Kleutergym 1 Kleutergym 2 Meisjesgym Zumba Pilates Mannen Yoga Yoga	Recreatiezaal Recreatiezaal Gymzaal boven Gymzaal boven Gymzaal boven Gymzaal boven Gymzaal boven Recreatiezaal Recreatiezaal
Donderdag	19.30 - 22.30 uur 20.30 - 22.00 uur	Bridge Volleybal	Recreatiezaal Gymzaal beneden
Vrijdag	08.45 - 10.00 uur 10.00 - 12.00 uur 13.30 - 16.30 uur	Tai Chi Biljarten Bridge	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal
Zaterdag	10.30 - 11.30 uur	Zaalvoetbal	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 gymzalen 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 groeps-vertegenwoordiger 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

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 Mariëlle van Tuil: 06-44756765. Georganiseerd door Arnhemse Gymvereniging AAC1899: www.aac1899.com.



10 oktober t/m 1 november van 18 tot 21 uur toegang € 10,-

Kijk uit, want tijdens de herfstvakantie kom je oog in oog te staan met levensgrote dino's in Burgers' Zoo. Ons dierenpark staat dan vol met gigantische, prehistorische monsters in alle soorten en maten. Veel kunnen er bewegen en sommigen zijn wel 7 meter groot. Na 18 uur is het extra spannend want in het donker worden de dino's spectaculair verlicht. Beleef dit spektakel elke dag vanaf 18 uur voor maar € 10,- per persoon of gratis met een abonnement. En natuurlijk kan je met een dagkaartje ook 's avonds blijven. Bovendien blijven de Ocean, een deel van de Bush, de overdekte Kids Jungle en ons restaurant met oerlekkere dinoburgers open tot 21 uur.

Meer info en kaartjes op www.burgerszoo.nl/dinos

KONINKLIJKE
BURGERS' ZOO

