

IN DIT NUMMER:

Interview met verkeerspsycholoog Friso Metz • Lieke en Jesse bezoeken een mis in de Vrij-Katholieke Kerk • Schaatsmarathon bij schaatsclub AIJC Thialf •

Craneveer



COOP SUPERMARKT ALTEVEER

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



**Op Koningsdag, Vrijdag
27 April zijn wij open van
9:00 tot 18:00 uur.**

**Alle kinderen die deelnemen
aan de fietsoptocht mogen
deze ochtend een leuke
oranje-verrassing ophalen bij
Coop Alteveer**



**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

Inleveren kopij

Mail uw kopij voor het volgende nummer aan: redactie@craneveer.nl
De volgende Craneveer verschijnt 12/13 mei. Uiterste aanleverdatum voor kopij is 23 april.

Ook adverteren? Neem contact op via advertenties@craneveer.nl

Foto omslag

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

In de vorige Craneveer werden meneer en mevrouw Manders van de COOP en Ronald Verhoeff van Foto Cranevelt geïnterviewd en in het zonnetje gezet. Meneer en mevrouw Manders omdat ze 50 jaar getrouwd waren en de winkel aan het Beethovenplein dit jaar 50 jaar bestaat. Vlak na uitkomst van de Craneveer kregen bezoekers van de COOP een cadeautje om dat te vieren, heel attent. En pas geleden was de afscheidsreceptie van Ronald Verhoeff omdat hij is gestopt met zijn winkel Foto Cranevelt aan het Oremusplein. Tjonge, wat was het druk en gezellig tijdens die receptie!

In dit goedgevulde wijkblad informatie van de werkgroep Duurzaam over de mogelijkheid van het afsluiten van gas en een oproep voor een informatieavond over isolatie en zonnepanelen welke natuurlijk ook genoteerd staat in de agenda. Daarnaast informatie over klimaatgesprekken van Willy van Willigen. Natuurlijk is er allerlei input van het bestuur van de wijkvereniging waaronder verslagjes van de trainingen valpreventie en weerbaarheid. En daarnaast stelt het nieuwe bestuurslid Inez van de Kerkhof zich voor.

Ook veel input van de wijkraad, waaronder een artikel over wat zij doen, de verdeling in werkgroepen en hun samenwerking met de gemeente. De wijkraad vraagt input van wijkbewoners en ook doen zij een oproep voor een vernieuwend wijkidee om de sociale cohesie te vergroten dan wel te versterken. De werkgroep Verkeer heeft een uitgebreid interview met verkeerspsycholoog Friso Metz gehouden en doen een oproep voor de autodeelparty op 28 maart.

Door wijkbewoners werden wij geattendeerd op het jubileum van de scoutinggroep ruitergidsen Anne de Guigné aan de Wolflaan. En natuurlijk aandacht voor ALJC Thialf, de schaats- en skeelerclub op 't Cranevelt vanwege de marathon op natuurijs die in onze wijk werd verreden. Wat hebben veel mensen meegelerfd en meegeholpen om die marathon mogelijk te maken!

Er zijn oproepen van het Oranjecomite, de biljartgroep en atelier Uilskuiken met het breicafé. En verder zijn er mededelingen van de gemeente en het openluchtmuseum waar u vanaf moet weten. Redactieleden Lieke Camerik en Jesse Reith bezochten het kerkje Onze Lieve Vrouwe en al Haar Engelen aan de Wagnerlaan en doen verslag van de mis die zij daar hebben bijgewoond.

En er staat nog veel meer in dit mooie wijkblad waarmee wij u weer veel leesplezier wensen. Mocht u ons iets willen melden of een mooie foto willen insturen, dan kan dat altijd via redactie@craneveer.nl

Mocht u per abuis een keer geen Craneveer ontvangen, laat dat dan weten aan ons, dan kunnen we een exemplaar nabezorgen. Bedankt!

Astrid de Winther
Namens de redactie

Agenda

Zondag 25 maart

10.00 uur
Paaseieren zoeken in
Openluchtmuseum

Woensdag 28 maart

20.00 – 22.00 uur
Autodeelparty Duurzaam Craneveer

Donderdag 5 april

19.30 – 22.00 uur
Informatie-avond Isolatie en
Zonnepanelen Duurzaam Craneveer

Zaterdag 7 april

11.00 – 16.00 uur
Inzameling Arnhem helpt Arnhem

Zondag 8 april

12.00 – 16.00 uur
Open dag en rommelmarkt Scouting-
groep Anne de Guigné, De Wolflaan 25

Vrijdag 13 april

19.00 – 20.00 uur
Grooves Junior!, groep 4t/m 8

Zaterdag 14 april

16.00 – 17.00 uur
Kids Grooves!, groep 1t/m 3
21.00 – 00.00 uur
Craneveer Grooves!

Zondag 15 april

14.00 – 16.00 uur
Lezing "tuinen met en zonder lijst"
door Maria Driessen

Vrijdag 27 april

vanaf 10.30 uur
Koningsdag op Oremusplein

Zondag 29 april

14.00 – 16.00 uur
Opening expositie 'Ode aan de
meester'

Zondag 27 mei

14.00 – 16.00 uur
Familiefilm "The Wizard of Oz"

Tenzij anders vermeld, zijn alle activiteiten in Recreatieruimte Craneveer aan de Viottastraat

Afhankelijk van wanneer deze Craneveer bij u op de mat valt en wanneer u hem dan leest, is het paaseieren zoeken in het Openluchtmuseum wel of niet al achter de rug. Ongetwijfeld zijn er weer veel kinderen geweest en hebben de ouders onder het genot van een bakje koffie of een advocaatje weer bijgekletst. Op voorhand bedanken we alvast alle vrijwilligers die deze dag weer voor ons klaarstaan. Maar ook de Coop, Foto Cranevelt (de posters waren al klaar voordat de deuren definitief dicht gingen), bloemisterij Flow en natuurlijk het Openluchtmuseum bedanken wij heel hartelijk voor hun bijdragen. Fijn dat we op een ieder mochten rekenen.

Op de laatste dag van februari hebben we onze Algemene Leden Vergadering gehouden. De jaarrekening is door de kascommissie gecontroleerd en door de leden vastgesteld. De contributies voor komend seizoen zijn bepaald en er zijn diverse terugkoppelingen uit groepen ontvangen. Het leukste agendapunt echter was wat mij betreft de bestuursverkiezing. We hebben er (eindelijk!) een nieuw bestuurslid bij. Inez stelt zich verderop in deze Craneveer zelf voor. Wij zijn erg blij met deze versterking, maar we kunnen meer bestuursleden gebruiken! Schroom niet het bestuur te melden als u ook eens wilt meedraaien om te kijken of het iets voor u is. We hadden nog iets bijzonders deze vergadering: Marjan van Roon zit inmiddels 25 jaar in het bestuur! Vorig jaar heeft zij haar voorgenomen aftreden al aangekondigd, maar gelukkig ondersteunt ze de vereniging nog volop. De blij van waardering in de vorm van bloemen is slechts een zeer kleine blij, want als er iemand is die ontzettend veel voor Craneveer doet, dan is het Marjan. Dus ook nog een keer vanaf deze plaats: dank je wel hiervoor!

De val- en weerbaarheidstrainingen zijn inmiddels achter de rug. U leest van een van de jonge deelnemers hoe hij het heeft ervaren. Wellicht dat we – bij voldoende belangstelling – nog een keer dergelijke trainingen kunnen organiseren. Laat het weten als u hiervan op de hoogte wilt worden gehouden.

In maart zijn we als Craneveer voor het eerst stemlokaal, weer een nieuwe ervaring. Er zullen dan ongetwijfeld veel mensen gedurende de dag in onze zaal komen. Maar zeker niet zoveel tegelijk als bij het afscheid van Ronald Verhoeff. Wat was het een bijzonder afscheid van een markant ondernemer uit onze wijk. Als vereniging zijn we Ronald zeer erkentelijk voor hetgeen hij altijd voor Craneveer heeft gedaan en de receptie was hem dan ook van harte gegund. Maar wij hadden vooraf niet kunnen bedenken dat het zo ontzettend druk en zo gezellig zou zijn.

Tot slot, vergeet u niet om op 7 april a.s. uw spullen bij Craneveer in het leveren voor 'Arnhem helpt Arnhem'? Houd ook de agenda in het blad en op de website in de gaten voor alle data van de altijd weer bijzondere lezingen, openingen van exposities en alle andere activiteiten die plaatsvinden. Als allerlaatste dan nog: dankzij de oproep in de vorige Craneveer heeft zich bij ons een kandidaat gemeld die de kindergym mogelijk kan gaan doen. Het zou fijn zijn als we deze activiteit kunnen blijven aanbieden.

Aan het begin van het stukje dacht ik niet zoveel te melden te hebben dit keer, maar dat blijkt toch erg mee te vallen als ik nu terugkijk naar wat ik allemaal heb geschreven. Er is ook zoveel te doen in onze wijk!

Sylvia Kortenraij

Kunstenaars gezocht voor een kunst-route in de wijk

In onze wijk is een heuse kunstroute van kunstwerken in de openbare ruimte. Daarover is zelfs een mooie folder ontwikkeld. Daarnaast is er in onze wijk Muziek in de Tuin, waarbij bewoners hun tuin openstellen zodat er geluisterd kan worden naar allerlei vormen van muziek door muzikanten, bands, koren enzovoort. In andere wijken zoals Presikhaaf en het Spijkerviertel bestaat er ook een kunstroute van een dagdeel waarin huiskamers in de wijk opengesteld worden door kunstenaars. Welke kunstenaar (professioneel of semi) in Alteveer en Cranevelt zou zijn of haar woonkamer dan wel atelier willen open stellen om zijn of haar kunst te tonen en mogelijk te verkopen op een specifiek dagdeel? Ikzelf ben geen kunstenaar maar ik wil wel helpen deze kunstroute te organiseren als er voldoende kunstenaars zijn die "open huis" willen houden. Ik hoor graag wie zich aanmeldt.

Astrid de Winther



Overal
in onze wijk!

M.U.V. DE CATTEPOELSEWEG

Jurgen Theunissen
UITVAARTZORG



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



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

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

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.



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

VERLOREN WOORDEN BOEKEN & KUNST

Boeken over? Verkoop ze!

Tel. 06 - 5244 1822

Marco van Kampen, Bachlaan 22

www.verlorenwoorden.nl

*De natuur ontwaakt.
Bloeit op.*

Tijd voor Ineke.

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

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

WASTO SERVICE
TEXTIELVERZORGING

SCHOON EN FRIS WASGOED ZONDER ZORGEN!

Wasto service al 17 jaar specialist in stomen & wassen

AANBIEDING LINNENPAKKET:

Bestaande uit één persoons
hoeslaken, kussensloop
en dekbedovertrek

van € 8,- NU VOOR € 5,-

Actie geldig van 1 tot en met 30 april 2018

Wasserij | Stomerij | Strijk en Persservice
Gordijnen | Lamellen | Vloerbekleding
Dekbedden | Bedrijfskleding

Ook voor Schoenreparatie, Kledingreparatie,
reiniging bankstelhoezen en extreme vlekken

Oremusplein 3 | 6815 DN Arnhem | 026-445 12 61
www.wastowasserettearnhem.nl

De Prakt(eik)
voor natuurgeliefde
schoonheid & lifestyle

De Prakt(eik)
Simone van Lieshout
Loospad 17
6815 GA Arnhem
06-46287165 | info@deprakt(eik).nl
www.deprakt(eik).nl
Dr. Hauschka

Problemen met de computer?

Wilt u dat een en ander eens rustig wordt uitgelegd?

Bel of mail :

Bart van der Linden

026-3709291
bvdind@hotmail.com

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

Van de Wijkraad

Wijkidee 2018

In 2017 zijn we gestart met het beste wijkidee van Alteveer – 't Cranevelt. Een jaarlijkse geldprijs van € 2.000,- die wij als wijkraad beschikbaar stellen (t/m 2021) om het beste idee ook werkelijkheid te laten worden. Vorig jaar is het ingebrachte idee van bewoners van de Chopinstraat/ Händelstraat gerealiseerd; een bankje rondom een boom op het "krokodillenveldje".



Voor 2018 kunnen weer ideeën worden ingebracht! We hebben een paar regels opgesteld waar het idee aan moet voldoen:

1. Het idee moet vernieuwend zijn en bedoeld om de sociale cohesie te vergroten/versterken;
2. Het idee heeft een breed draagvlak bij direct omwonenden;
3. Het idee voldoet aan redelijke eisen van de gemeente als het gaat om inpassing in het openbaar gebied;
4. Het idee moet **uiterlijk 5 juni 2018** zijn ingediend.

Het beste idee wordt door tijdens de wijkraadvergadering van 12 juni bepaald. De wijkraad zal met de gemeente het idee bespreken en na goedkeuring realiseren. Wij streven er naar het idee ook in 2018 te realiseren.

Ideeën voor 2018 zijn welkom op wijkraad@craneveer.nl

*Alvast bedankt!
Maurice Lankheet*

Elke 2e dinsdag van de maand komt de wijkraad (door gemeente ook wel bewonersoverleg genoemd) bijeen om ontwikkelingen in onze wijk te bespreken. Waar we voorgaande jaren een standaard agenda afwerkten, bespreken wij sinds een paar maanden thema's die actueel zijn en proberen we aan de hand van signalen van wijkbewoners of informatie van de gemeente nieuwe thema's op de agenda te zetten. Doelstelling is om dit thema binnen een kwartaal af te handelen danwel voort te zetten binnen een werkgroep.

Meer en meer worden dus terugkerende thema's aan werkgroepen of commissies overgelaten, die onder de vlag en met support van de wijkraad (kennis, netwerk en financiële middelen) zoveel mogelijk zelfstandig werken. Periodiek vragen wij een afvaardiging van de werkgroepen om een terugkoppeling met de vraag wat zij eventueel van de wijkraad of gemeente nodig hebben. Gelukkig wordt ook rechtstreeks met gemeente overlegd.

Het team leefomgeving 'Noord-Oost' in de persoon van Tiny Wouters is altijd aanwezig. Heel af en toe zijn ook politieke partijen vertegenwoordigd.

Een overzicht van de werkgroepen:

- Werkgroep Rijnstate
- Verkeerscommissie
- Parkeercommissie
- Duurzaam Craneveer

De werkgroep Rijnstate is momenteel in overleg met Rijnstate om het convenant te herijken. In het convenant zijn afspraken gemaakt hoe partijen met elkaar omgaan als het gaat om nieuwe ontwikkelingen binnen Rijnstate.

De verkeerscommissie is bezig om samen met de gemeente een verkeersbeheersplan op te stellen.

Doel is om eind 2018 dit plan gereed te hebben. We zijn daarnaast erg blij dat acute knelpunten praktisch en adequaat worden opgepakt door de verkeersdeskundige danwel helder wordt uitgelegd waarom wel of geen maatregelen worden uitgevoerd. Mooi voorbeeld is de simpele witte belijning op de kruising Eduard van Beinumlaan / Kluisweg.

De parkeercommissie is in het leven geroepen vanwege de problematiek rondom de parkeerdruk in de wijk. In het decembernummer heeft een uitgebreid stuk gestaan wat men wil bereiken. We zijn zeer verheugd dat er nu een groot parkeeronderzoek over de hele wijk wordt uitgevoerd en niet alleen rondom Rijnstate. De resultaten uit het onderzoek zullen ook input zijn voor het verkeerbeheersplan.

Duurzaam Craneveer behoeft geen toelichting. Deze groep verzet ongelofelijk veel werk om aandacht te vragen voor het terugdringen van het energieverbruik en het bieden van oplossingen om energie op een andere wijze aan te bieden. Deze groep heeft nog grootse plannen op stapel staan waarover binnenkort ongetwijfeld meer.

Sociaal weefsel in de wijk

Een van de terugkerende thema's binnen de wijkraad is het in kaart brengen van het sociale weefsel in de wijk. Waar ligt de behoefte van oudere wijkbewoners? Vooral degene die zo lang mogelijk zelfstandig blijft wonen. Vanuit Buurtkracht (oa Lieke Camerik) is daar al een mooie aanzet voor gegeven en zijn al vele initiatieven ontplooid. De wijkraad wil helpen en oplossingen aanreiken om dit ook verder mogelijk te maken. Inmiddels hebben we met diverse instanties gesproken die ons een helpende hand bieden. Echter, het staat en valt met het in beeld krijgen van de behoefte en dat blijkt niet zo eenvoudig.

Vandaar dat wij 'achter de voordeur' willen komen bij deze doelgroep waarvan wij denken dat deze in onze wijk significant is. Of redt deze groep zich prima en hebben ze geen hulp nodig??

Wie kan & wil ons helpen met dit (verdere) onderzoek en bieden van de juiste oplossingen? Ook suggesties zijn welkom! Ons doel is dit jaar de behoefte in beeld te krijgen en aanzet te geven aan de juiste oplossingen.

*Maurice Lankheet
wijkraad@craneveer.nl*

Omgekeerd inzamelen

Na enige vertraging, is het “Omgekeerd Inzamelen” begin maart dan toch van start gegaan in Alteveer-Cranevelt. Eind februari hebben alle bewoners van onze wijk hierover een brief van de gemeente ontvangen. Restafval gaat voortaan in de ondergrondse container bij u in de buurt. Hiervoor is geen afvalpas nodig. De grijze container die u voorheen gebruikte voor het restafval, is nu bedoeld voor Plastic verpakkingen, Metalen verpakkingen en Drankkartons (PMD-afval). Deze wordt elke vier weken op mandag geleegd. Op www.arnhem.nl/pmd staat wat er bij het PMD-afval mag. Voor oud papier en groente-, fruit- en tuinafval verandert er niets.

Voor woningen aan de Diepenbrocklaan en een aantal woningen aan de Waterbergseweg en Wagnerlaan geldt een uitzondering. Zij zijn aangemerkt als ‘buitengebied’ waar geen ondergrondse containers worden geplaatst. Deze huishoudens hebben heirover een aparte brief ontvangen.

Flats en bovenwoningen

Bewoners van flats en bovenwoningen brengen hun PMD-afval voortaan naar een ondergrondse PMD-container in de wijk die – net als die voor restafval - zonder afvalpasje kunnen worden gebruikt. En ook oud papier en karton brengen zij voortaan naar een ondergrondse papier-container in de wijk. Voor GFT zijn er geen ondergrondse containers. Bewoners van flats en bovenwoningen kunnen GFT-afval aanbieden in een citybin (een afsluitbare emmer van 40 liter). Een citybin is aan te vragen bij SUEZ, 026 - 4460490. De citybin wordt 1 x per 2 weken geleegd. Alleen in de wintermaanden wordt de citybin 1 x per 4 weken geleegd.

Hulp bij het wegbrengen van afval

Heeft u of uw huisgenoten problemen om het restafval zelf weg te brengen? Zijn er geen burens, vrienden of familie die u kunnen helpen? Maak dan een afspraak met het sociale wijkteam. Zij denken met u mee. Voor meer informatie hierover kunt u bellen naar 088-226 0000.

Er zijn regelmatig afvalcoaches aanwezig in onze wijk, duidelijk herkenbaar aan hun felgele jas. Zij kunnen toelichting geven en vragen beantwoorden. U kunt ook meer informatie vinden op www.arnhem.nl/omgekeerdinzamelen, mailen naar omgekeerdinzamelen@arnhem.nl of bellen met het Klant Contact Centrum 0900-1809.

Wijziging verkeersbesluit Cattepoelseweg incidentele verkeersmaatregelen

In en rond de wijken Alteveer/’t Cranevelt in Arnhem ligt een aantal voorzieningen dat veel bezoekers aantrekt, zoals Het Nederlands Openlucht Museum en het dierenpark Burgers’ Zoo. Het parkeren door de bezoekers kan over het algemeen volledig op eigen terrein plaatsvinden. Uit ervaring is gebleken dat meerdere keren per jaar de volledige parkeercapaciteit op eigen terrein verbruikt is. Om de overlast in de woongebieden zoveel mogelijk te beperken wordt het overschot aan bezoekers/parkeerders dan via bewegwijzering en onder begeleiding van verkeersregelaars naar het deel van de Cattepoelseweg tussen de Schelmseweg en Deelenseweg geleid. Hier mag in de berm worden geparkeerd. Bezoekers, voetgangers, veelal ouders met kleine kinderen, gehandicapten, ouderen, kunnen via de ingangen aan de Cattepoelseweg de parken bezoeken. Om het aan- en afrijden, het in- en uitrijden, het oversteken ne dergelijke op een veilige manier te laten plaatsvinden, heeft de Gemeente Arnhem besloten om het verkeersbesluit van 1 augustus 2007 aan te passen aan de huidige praktijk.

Deze wijziging houdt in dat, om in de parkeerbehoefte te voorzien, er met Pasen, Pinksteren, Goede Vrijdag, Hemelvaartsdag en de dag na Hemelvaart, Koningsdag 27 april, 1 en 5 mei en tijdens de school vakanties (paas- en meivakantie, zomervakantie (week 28 tot en met 35), de herfstvakantie, de kerstvakantie en op maximaal tien nader te bepalen dagen de volgende maatregelen gelden:

1. door het plaatsen van borden wordt op het deel van de Cattepoelseweg tussen Van Blankenburgstraat en Deelenseweg een maximumsnelheid van 30 km per uur ingestel,
2. het deel van de Cattepoelseweg, tussen Van Blankenburgstraat en Deelenseweg wordt met behulp van verkeersregelaars en zo nodig ondersteund door fysieke maatregelen, afgesloten voor doorgaande motorvoertuigen (fietsers en bromfietsers zijn uitgezonderd),
3. bovenstaande geldt op genoemde dagen tussen 10.00 en 18.00 uur.

Omdat een klein deel van de Cattepoelseweg tijdelijk niet als doorgaande weg voor motorvoertuigen kan worden gebruikt, zouden de verkeersmaatregelen in strijd met het in artikel 2 van de WvW 1994 genoemde belang van het zoveel mogelijk waarborgen van de vrijheid van het verkeer kunnen worden geacht. De gemeente is van mening dat de eerdergenoemde belangen uit artikel 2 van de WvW 1994 in deze situatie zwaarder wegen. Daarbij hebben zij in aanmerking genomen dat maatregelen van korte duur zijn en er op korte afstand goede alternatieve routes voor doorgaand gemotoriseerd verkeer, voorhanden zijn.

Bovenstaand besluit heeft de gemeente op 22 februari kenbaar gemaakt in een brief met zaaknummer 217566 en de titel *VERKEERSBESLUIT Wijziging verkeersbesluit Cattepoelseweg incidentele verkeersmaatregelen*

Metten van de parkeerdruk

Een paar weken geleden zijn we als parkeercommissie in de bloemrijke omgeving van Flow bij elkaar geweest. Hierbij waren ook Ruben Loendersloot, door ons ingehuurd als externe verkeersdeskundige en Tiny Wouters, wijkmanager van de gemeente Arnhem, aanwezig. We hebben besproken hoe we de parkeerdruk het beste kunnen meten. In een eerder onderzoek uit 2015 werd de parkeerdruk door Burgers’ Zoo en NOM niet meegenomen, nu wel. Binnenkort komt er een definitief voorstel hoe deze parkeerdruk gemeten gaat worden. Wij kijken daar nog een keer kritisch naar en delen dat met de wijk. Als we akkoord gaan, wordt het onderzoek waarschijnlijk in april of mei uitgevoerd. Daarna kunnen we aan de hand van harde gegevens verder praten. We hebben het nu nog niet over eventuele oplossingen. Zodra dat wel het geval is, wordt de wijk daar uiteraard bij betrokken. Eventuele reacties naar verkeer@craneveer.nl De parkeercommissie

Mededeling van het Nederlands Openluchtmuseum

Van 12 maart t/m 1 juni 2018 is de bezoekersparkeerplaats P1 van het Nederlands Openluchtmuseum gesloten. De Gasunie voert werkzaamheden (o.a. vervangen van gasleidingen) rondom het gasverdeelstation uit. Bezoekers kunnen parkeren op P2, P3 en bij grote drukte op de Cattepoelseweg in Arnhem. Wij communiceren dit ongemak op onze website, vermelden het in de nieuwsbrief en informeren onze zakelijke klanten. Op deze manier hopen wij de parkeeroverlast in de buurt te beperken.

Visuele beoordeling kruispunt Kluizeweg

Hieronder puntsgewijs de bevindingen van de visuele opname op 20-02-’18

- Zowel de west- als oostzijde van de Mendelssohnlaan liggen lager dan de Kluizeweg.
- Beide aansluitingen op de Kluizeweg zijn uitgevoerd in elementen verharding.
- Daardoor ogen beide aansluitingen ondergeschikt aan de Kluizeweg, en dus is het verwachtingspatroon op de Kluizeweg mogelijk anders dan het gewenste en verwachte gedrag.
- Aan de noordwest kant Kluizeweg staan de auto’s tot aan de bocht geparkeerd.



- Zicht vanuit de westkant Mendelssohnlaan kijkend richting noord (links) is nagenoeg nihil.
- Geconstateerde snelheid in de periode van opname was niet te hoog, komt overeen met de gegevens uit ons systeem “Viacount” (systeem waarin per wegvak de werkelijk gereden snelheid te zien is).
- Hoeveelheid verkeer vanuit zijwegen is gering.

De conclusie naar aanleiding van de waarnemingen kunnen als volgt worden samengevat:

Met name de geparkeerde auto’s aan de noordwest zijde van de Kluizeweg leveren het grootste probleem op. Hierdoor is zowel voor verkeer uit de Mendelssohnlaan, westelijke richting, en verkeer op de Kluizeweg, vanuit noordelijke richting, geen volledig zicht op het kruispunt. Dit zou eenvoudig kunnen worden opgelost door het instellen van een parkeerverbod. Het vergroten van de gelijkwaardigheid op het kruispunt kan worden aangepast, en daarmee het verwachtingspatroon. Door, of het kruisingsvlak in klinkers uit te voeren, of de klinkers in de Mendelssohnlaan in de bocht te vervangen door asfalt. Gezien het kostenaspect zal het vervangen van de verharding op het kruispunt voorlopig niet aan de orde zijn.

Evert Schiphorst, verkeersdeskundige van de gemeente Arnhem



Ukkepukkie 0-4 jaar
Gastouderopvang in
Cranevelt Alteveer
van 7:00-19:00 uur
M: 0621584193
www.ukkepukkie.online

Cafetaria Bar
'T HOEKJE



BROODJES SHACKS MENU'S
SHOARMA SPARE-RIBS SCHOTELS

Beethovenlaan 72, 6815 BM Arnhem,
tel/fax: 026-3516226

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

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

Kom naar de autodeelparty en lees hoe verkeerspsycholoog Friso Metz naar verkeer kijkt

In Alteveer/'t Cranevelt wordt over het algemeen positief gedacht over autodelen. Maar ondertussen wordt er nog niet zo veel 'autogedeeld' in de wijk. Dat kan komen doordat er nog veel vragen over zijn. Daarom organiseert de Verkeerscommissie op woensdag 28 maart een autodeelparty in het wijkcentrum aan de Viottastraat. Daar kun je antwoord krijgen op je vragen en kunnen de wensen en verwachtingen over een buurtdeelauto worden besproken. Wilt u meer over deze autodeelparty weten kijk dan op www.duurzaam-craneveer.nl of op nextdoor.

Deze autodeelparty is een vervolg op de 'Slim op weg actie' van het najaar 2017. Een belangrijk doel van deze actie was minder auto's in de spits op de weg te krijgen. Bij de actie in het najaar zijn we als buurtbewoners ondersteund door Advier, zij gaan ons ook weer ondersteunen bij de vervolgactie. Verkeerspsycholoog Friso Metz is als verkeerspsycholoog verbonden aan Advier BV. Hoe kijkt hij naar verkeer?

Kun je een beeld schetsen van de mobiliteit over 20 jaar, wat verwachten verkeersdeskundigen?

Onze mobiliteit wordt sterk bepaald door zaken als bevolkingsontwikkelingen en demografische ontwikkelingen. Jongeren gaan bijvoorbeeld

steeds meer in steden wonen. Daar zijn meer voorzieningen in de buurt. Het gevolg is dat verplaatsingsafstanden korter worden. Daardoor wordt bijvoorbeeld fietsen aantrekkelijker. De auto wordt in steden steeds minder aantrekkelijk. Er is domweg geen plek meer voor al die auto's in de stad. Je kunt wel 8 rijbanen om Utrecht heen leggen, maar in de stad is geen plek voor nieuwe wegen. Stilstand blik kun je ondergronds kwijt, maar dat is peperduur. Nieuwe auto's zullen allemaal elektrisch zijn. En waarschijnlijk zijn dan diesels verboden. Persoonlijk hoop ik dat stinkende brommers ook verboden zijn. Zelfrijdende auto's zijn nu al bezig met een opmars. De experts verschillen van mening over hoe snel dit gaat, maar ik denk dat dit heel erg hard kan

gaan. Veel mensen zwijmelen weg bij dit soort technisch vernuft. Als nuchtere Hollander zie ik in de steden vooral een toekomst voor fietsen en lopen. In Engeland noemen ze dit 'actieve vervoerswijzen'. Tussen de kernen ligt over 20 jaar een dekkend net van fietssnelwegen. Die zijn straks niet meer weg te denken.

Kun je voorbeelden geven van projecten waarbij het gelukt is het gedrag van mensen te beïnvloeden wat betreft autogebruik in Nederland? Buiten Nederland?

Een klassiek voorbeeld vind ik mijn woonplaats Zwolle. Vanuit veel wijken is het sneller om met de fiets de stad in te gaan dan met de auto. Op de fietsroutes zie je ook steeds de markante Peperbus. Je weet dus dat je steeds dichterbij komt. Met de auto moet je bovendien betalen voor parkeren. In de tien jaar dat ik in Zwolle woon, ben ik hooguit vijf keer met de auto de stad in geweest.

Een aantal jaar geleden was ik in München. Het wegnen maar ook het openbaar vervoer zit er mudjevol en de stad groeit snel. Bovendien wil de stad het autoverkeer terugdringen. De gemeente ontdekte dat bewoners gemiddeld eens in de 5 jaar verhuizen en dat mensen dan meer open staan voor ander gedrag. Nieuwe bewoners krijgen daarom een informatiepakket over duurzaam reizen, met probeerkaartjes om bijvoorbeeld het openbaar vervoer of de deelauto te ontdekken. Wie het pakket bestelt, ontvangt ook een telefoontje van het servicecentrum. Die kan gericht vragen beantwoorden. Deze persoonlijke benadering slaat heel erg aan. Het aantal autoritten daalt stevig. Daarnaast heeft München zichzelf op de kaart gezet met een hele coole fietscampagne. Dit campagne-concept pas ik op dit moment toe in een fietscampagne in Enschede.

Wat is het grootste verkeersprobleem? Als we het over 'het verkeersprobleem' hebben, dan gaat het al snel over files. En dan gaan we files bestrijden. Voor een groot deel is dit symptoombestrijding. Files ontstaan als iedereen op het zelfde tijdstip op dezelfde plek wil zijn.



Friso Metz

Er is geen verkeerssysteem dat dit goed kan afhandelen. Als je als maatschappij zoiets wilt betalen, dan doe je dus een enorme desinvestering. De rest van de dag ligt dan een groot deel van de weg er verlaten bij. Er is trouwens wereldwijd geen enkele stad die met wegen-aanleg de fileproblematiek heeft opgelost. In autosteden als Los Angeles en Brussel lijkt het eigenlijk alleen maar erger te worden. Steden die laag scoren in de fileranking van TomTom, zijn over het algemeen fietssteden. Hoe dat kan? Eigenlijk is het antwoord verrassend simpel. De meeste ritten (ook autoritten) zijn korter dan 5 kilometer. Als je investeert in wegen, dan pakken steeds meer mensen de auto voor korte verplaatsingen. Als je de fiets op die afstand aantrekkelijk maakt, dan bied je een alternatief. De weg is er dan vooral voor wie echt de auto nodig heeft. Helaas kijken veel verkeersplanners nogal plat naar het verkeersvraagstuk. Is de weg vol? Dan is er meer asfalt nodig. Staan de parkeerplaatsen vol? Dan moeten er meer parkeerplekken bij.

En als je kijkt naar Arnhem en onze wijken?

In Arnhem is het niet anders. Voor Nederlandse begrippen heeft de fiets in Arnhem natuurlijk te maken met flinke hoogteverschillen. Dat maakt het fietsen tot een grotere uitdaging. Ik denk daarom dat de elektrische fiets voor Arnhem extra belangrijk is. Ik ben geen Arnhemmer, dus jullie kennen de situatie veel beter dan ik. In zo'n specifieke situatie werkt het vaak goed om te kijken wat voor verkeer er op zo'n weg zit. Waar komen de automobilisten vandaan en waar gaan ze naar toe? Door dit te analyseren, kun je groepen reizigers vinden waar je wat voor kunt bedenken. Zo heeft het bedrijf waarvoor ik werk, een aantal jaren geleden een creatieve oplossing bedacht samen met Burgers' Zoo. Er zijn daar veel zakelijke meetings. Al deze bezoekers gingen in de spits naar huis en kwamen in de file terecht. Dat doe je één keer en daarna zoek je een betere congreslocatie. Nu biedt Burgers' Zoo een spitsdiner aan. Mensen kunnen blijven eten, kunnen nuttig netwerken

en rijden na de spits naar huis. Ze zijn even laat thuis en hebben een veel prettigere beleving. Burgers' Zoo heeft daarnaast extra omzet. Zo snijdt het mes aan twee kanten.

Kun je iets meer vertellen over nudging (gedragsbeïnvloeding) in relatie tot verkeersgedrag? Voorbeeld(en)?

Veel van ons gedrag komt onbewust tot stand. Dat heeft ermee te maken dat we iedere dag zoveel keuzes voor onze kiezen krijgen, dat we onmogelijk over alles grondig kunnen nadenken. Daarom ontwikkelen we als mens gewoontes. Door die gewoontes te onderzoeken, kun je manieren vinden om die gewoontes te veranderen. Zonder dat mensen zich hier bewust van zijn. Dat klinkt misschien een beetje raadselachtig, maar het is eigenlijk heel logisch. Een bekend voorbeeld is de indeling van de bedrijfskantine. Bedrijven die gezond eten stimuleren, zetten vaak de salades vooraan, op de plek waar eerst de kroketten stonden. Die kroket kun je nog steeds krijgen, maar ze liggen wat meer weggestopt in een hoekje. Mensen hebben dus nog steeds keuzevrijheid, maar de gewenste keuze is wat prominenter gemaakt. Het leukste experiment met nudging hebben we gedaan bij een groot treinstation. Overal stonden borden waar mensen hun scooter wel en niet neer mochten zetten. Niemand keek daar naar en het was een zootje. Op een dag hebben we met tape mooie vakken gemaakt voor de scooters. Ineens zette iedereen zijn scooter keurig neer. Iedereen vond die scooterrijders maar asociaal – ze deden maar. Dat bleek helemaal niet het geval. De lijnen

van tape maakten veel duidelijker wat de bedoeling was en zonder na te denken hielden ze zich daar aan.

“Als nuchtere Hollander zie ik in de steden vooral een toekomst voor fietsen en lopen”

Wat is jouw persoonlijke motivatie om met dit werk bezig te zijn?

Ik ben altijd geboeid geweest door het verkeer. Als kind tekende ik al grote stadsplattegronden met allemaal wegen en knooppunten en speelde ik graag met lego-treinen. In mijn werk vind ik het een uitdaging om complexe zaken eenvoudig en grijpbaar te maken. En om verschillende werelden bij elkaar te brengen. Het snijvlak van psychologie en verkeer is wat dat betreft een heel boeiend raakvlak. Een aantal jaren geleden riep iedereen dat we meer te weten moesten komen over hoe mensen keuzes maken en hoe we dat in het verkeer konden benutten. Weer anderen zeiden dat als verkeersgedrag zo sterk uit gewoonten bestaat, dit gedrag niet te beïnvloeden is. Ik kwam tot de overtuiging dat dit wél kan. Vervolgens ben ik mij gaan verdiepen in het hóc. In die tijd werkte ik voor een kenniscentrum. Toen ik zicht kreeg op het hoe,

gingen mijn handen jeuken om het ook in praktijk te brengen. Daar kan ik bij mijn huidige werkgever Advier mijn ei volledig in kwijt.

Heeft dit werk invloed (gehad) op jouw verkeersgedrag?

Leuke vraag. En ja, als je werk hebt dat zo nauw is verbonden met het dagelijkse leven, dan beïnvloedt dat jezelf ook. Ik vond het altijd al prettig om met de trein te reizen. Nu ik heb ontdekt dat je in de trein prima kunt werken zie je mij voor zakelijke reizen niet zo snel meer in de auto. Binnen mijn woonplaats pak ik graag de fiets. Ik had daar om het beeld dat ik vrij duurzaam reisde, tot ik voor een project een app installeerde die al mijn ritten bijhoudt. Toen ontdekte ik dat er tegenover één autorit naar Amsterdam wel heel veel fietsritjes moeten staan, wil je echt duurzaam reizen. Die ene keer dat ik de auto pak, tikt zo'n lange rit vrij zwaar op mijn footprint. Dat is een uitdaging waar ik nog geen antwoord op heb.

De overheid moet veel regulerender/ dwingender zijn op verkeersgebied of we moeten proberen het gedrag van mensen positief te beïnvloeden. Wat kies jij?

Eigenlijk wil ik hierin geen keuze maken. Je hebt allebei nodig. Als je autorijden ziet als een verslaving dan komt de associatie met ons rookbeleid naar voren. Er was eerst een breed draagvlak nodig voor strenge regels en ook rookverboden in de trein en in de horeca. Het begint dus met beïnvloeding van de beeldvorming en vervolgens met het gedrag. Zonder dat waren er geen strenge regels gekomen. Nu die er zijn, gaat het steeds harder. Nu al beginnen mensen zich af te vragen waarom je overal maar tabak kunt kopen. En vragen winkeliers zich af waarom ze zulk giftig spul verkopen aan mensen. Met de parallel met verslaving wil ik trouwens niet zeggen dat autorijden fout is. De auto is nu eenmaal een heel handig vervoermiddel. Dat gemak kan wel doorslaan, zodat we niet meer weten wat te doen als we even zonder zouden moeten.

Michiel Spee



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!

Informatie, startdata trainingen & data oefenavonden zie

www.estheralbers.nl

Gecertificeerd en geregistreerd mindfulness trainer VMBN categorie 1
www.vmbn.nl



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



- Verbouw
- Onderhoud
- Renovatie
- Energiebesparing
- Duurzaam bouwen

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

Ronny's
Haardresser

Maak gebruik van onze **korting**

Waardebon
Bij inlevering van deze waardebon knippen wij u in de maand april voor maar

Hem 12,-

Oremusplein 57
6815 DS Arnhem
0263794835
runaak@live.nl

Ronny's
Haardresser

Maak gebruik van onze **korting**

Waardebon
Bij inlevering van deze waardebon knippen wij u in de maand april voor maar

Haar 13,-

Oremusplein 57
6815 DS Arnhem
0263794835
runaak@live.nl



PIANOSTUDIO FERMATE
VAN LAWICK VAN PABSTSTRAAT 5, ARNHEM

WWW.WILLEMIJNVANRIJN.NL

PIANOLESSEN VOOR KINDEREN EN VOLWASSENEN

026-3826221 06-23762033

Ben jij al klaar om het gas af te sluiten?

Voor warm water, verwarming en koken ben je afhankelijk van aardgas. Maar dat gaat veranderen. Overheden en experts zijn het eens dat we voor 2050 van het gas af moeten en het liefst veel eerder. De techniek voor verduurzaming is al zover dat je de cv-ketel kunt vervangen door een warmtepomp. Een warmtepomp levert minder warmte dus je radiatoren worden minder warm. Om dat op te vangen moet je je huis beter isoleren, overstappen op andere radiatoren en/of vloerverwarming. Er zijn nogal wat ingrepen die daar bij komen kijken.

Wij willen voor onze wijk op een rij zetten wat gasloos betekent, wat we zelf kunnen doen; ieder voor zich en samen. Op www.duurzaamcraneveer.nl staan ervaringen, nieuws en weetjes hierover. Regelmatig sturen we een nieuwsbrief waar je je voor kunt aanmelden. We sluiten aan bij projecten en regelingen om voordeel voor de wijk te halen. Zo zijn we nu Buurkrachtwijk, Wijk van de Toekomst van het Gelders Energieakkoord en zijn Rob, Sjoerd en David AANjagers voor de gemeente geworden zodat we ook ervaringen uit andere wijken horen en onze ervaringen kunnen delen.

Wat doet Duurzaam Craneveer we op dit moment?

- **5 werkgroepen** zijn actief met bewustwording, nul op de meter, bedrijven, isolatie en warmtepompen. Een werkgroep is gewoon een groepje van burens met een idee. Dus heb je zelf een idee of wil je meedenken? Ga aan de slag, meld je aan of laat het weten!
- **De warmtescans** zijn afgerond. Met meer dan 80 burens gingen we

met warmtecamera's op zoek naar warmtelekken binnen en buiten de aangemelde huizen. Het inzicht maakt een vervolgstap makkelijker.

- **Met een enquête** op de site willen we meer zicht krijgen op de maatregelen die al genomen zijn in de wijk, welke installateurs en aannemers actief zijn en wat kost het? Hiermee kunnen we elkaar informeren op basis van ervaringen en prijzen en krijgen we inzicht in de toegepaste technieken. Doe ook mee en help het je burens makkelijker te maken om hun huis te verduurzamen. Vul de enquête in! We kunnen veel leren van elkaar en fouten voorkomen.
- **Thermografische scans** van 5 woningtypes. Deze uitgebreide scan, ook wel 'blowerdoortest' genoemd, levert een heel uitvoerig verduurzamingsadvies voor een huis op. Na de scan organiseren we voor ieder huistype een overleg voor iedereen die in hetzelfde type huis woont. Wat heb je al gedaan, wat kun je nog doen? Misschien ook samen inkopen? Zie onze website en Nextdoor als je je wilt aanmelden.

informatieavond isolatie en zonnepanelen

Donderdagavond 5 april
om 19:30 uur inloop.
Start: 20:00 uur
Einde 22:00 uur

In recreatieruimte Craneveer, Viottastraat

- Een informatieavond op donderdag 5 april over de collectieve inkoopactie voor isolatie en zonnepanelen samen met de organisator van de actie Winstuitjewoning en Buurkracht. Het voordeel voor spouwisolatie was bij iemand meer dan 50% ten opzichte van een reguliere offerte!!!
- www.buurkracht.nl. Hier kun je een account aanmaken en advies op maat krijgen voor je woning met een schatting van de kosten. Je krijgt nieuws, tips en als je je energieverbruik koppelt, krijg je een mooi overzicht en kun je je gebruik vergelijken met burens. 47 burens gingen je voor.

In de planning staan:

- Een informatieboekje voor nieuwe en bestaande bewoners met tips en trucs zodat je investeert in de goede dingen en later geen spijt krijgt van die nieuwe cv-installatie. Of die nieuwe dakpannen zonder isolatie.
- **Collectieve zonnepanelen:** we zijn in overleg met gemeente en twee locaties om te kijken of we daar samen met hen een zonnenveld kunnen aanleggen. Ook willen we onderzoeken of we dit als wijk kunnen exploiteren zodat iedereen die wil kan participeren.
- **Scholen:** volgend schooljaar willen we graag met de scholen kijken of we gastlessen of projecten met de kinderen kunnen doen en misschien zelfs mee kunnen denken over een groen schoolgebouw.

Heb je ideeën, wil je je aanmelden voor de nieuwsbrief of wil je eens van gedachte wisselen over een idee? Laat het ons weten via duurzaam@craneveer.nl.



Even voorstellen

Een nieuw lid van het bestuur van de recreatieve vereniging Craneveer!

Wie ben je?

Mijn naam is Inez van de Kerkhof, ik ben 54 jaar, gescheiden en ik heb een dochter van 20 jaar. Ik ben werkzaam bij het Rijn IJssel College, locatie Zorg en Welzijn op de Veluwestraat in Arnhem. Ik ben daar teamleider van de studentenadministratie. Mijn grootste hobby is lezen en verder houd ik van wandelen, fietsen, reizen.

Sinds wanneer woon je in de wijk?

Ik ben anderhalf jaar geleden hier komen wonen. Ik woon op de Kluiseweg. Ik was al wel bekend met de wijk. Mijn ouders hebben vroeger in de wijk gewoond. Mijn moeder komt oorspronkelijk uit Arnhem en woonde in de Lisztstraat en mijn vader kwam uit Rotterdam maar woonde op een gegeven moment op de Bachlaan. Als kind ben ik dus vaak in de wijk geweest, op familiebezoek.

Wat vind je opvallend, leuk of niet leuk in de wijk?

Het leukste van de wijk vind ik de ligging: dichtbij de parken, de dierentuin/openluchtmuseum, de snelweg en voor mij ook dicht bij mijn werk. Verder is het lekker rustig. Ik ben regelmatig te vinden bij de Coop en de winkels daar. En wandelend, ik heb verschillende routes voor de zondagmiddag, ha ha.

Hoe ben je zo bij de recreatieve wijkvereniging gekomen?

Ik was aangenaam verrast toen ik voor de eerste keer het wijkblad kreeg en daarin las dat er zoveel dingen georganiseerd werden. Ik ben toen lid geworden van de Zumba, heel leuk elke week. Ik las ook de oproep voor bestuursleden en dit trok me wel aan. Je leert nieuwe mensen kennen en je hebt de kans mee te denken en activiteiten te organiseren die het leefplezier van de mensen in de wijk kan vergroten. Ik hoop dat mijn inbreng kan bijdragen om de vereniging nog verder te laten groeien.

Bedankt Inez en veel plezier in je vrijwilligerswerk voor de wijk! Tot ziens.

Bedankt!

Lieve mensen, bestuur Craneveer,

Mijn afscheidsfeest was een memorabele dag voor mij en mijn gezin. De ongelofelijk hoeveelheid mensen die er waren, het was mooi en overweldigend!

Hartelijk dank voor de fantastische cadeaus die wij hebben mogen ontvangen, de mooie woorden die er gesproken zijn en de lieve brieven die we nog steeds aan het lezen zijn. Het was een warm afscheid om nooit te vergeten.

Ik heb met heel veel plezier deel uit mogen maken van deze wijk. Een wijk die zich kenmerkt door zijn betrokken- en hechtheid. Ik heb in de loop der jaren veel vrienden gemaakt die ik in mijn nieuwe fase die nu aanbreekt zeker zal blijven zien.

Lieve mensen en bestuur Craneveer hartelijk dank voor deze onvergetelijke dag die jullie mogelijk hebben gemaakt. We zijn er beduusd van.

Ronald en Ilse Verhoeff en kinderen



Arnhem helpt Arnhem, help je mee?

Op 7 april gaan we voor Stichting Leergeld, de Kledingbank en de Speelstoet weer het volgende inzamelen:

- Kleding
- Speelgoed
- Fietsen
- iPads/tablets en oude telefoons

Dit doen we die dag tussen 11 en 16 uur in het Craneveer gebouw op de Viottastraat.

Karin Kalthoff

Lieke Camerik:

Zonder echte verwachting ging ik een heilige mis bijwonen in het voor mij idyllische kerkje bovenop de heuvel. Al fietsend naar het kerkje viel ons voor het eerst het kerkklokkengeluid op. Van de 10 jaar dat ik nu in Alteveer woon, valt dit kerkje mij sinds 8 jaar op. Ik wandel er eens langs, vraag me af wat 'vrij katholiek' inhoudt, laat het weer los, breng het eens in bij de redactie als item, kijk eens op de site van de kerk en vind dan gehoor bij Jesse - die ook meer wil weten over dit kerkje bovenop de heuvel. Wij doen de stoute schoenen aan en plannen een bezoekje op de eerstvolgende zondag.

Het verzoek om 10 minuten vooraf aanwezig te zijn volgden wij getrouwd op. Een zestal bezoekers gingen ons voor. De priesteres Carin van Midloo en haar altaardienaar Anne Pauen bereiden zich voor in het halletje. Als het geen kerk was zou ik het als een 'huiskamerproject' betitelen, waar je deel uitmaakt van de voorbereidingen achter de schermen.

Wij werden direct opgemerkt door een vaste bezoeker en kregen de liedbundel en het gebedenboekje in handen met een korte uitleg hoe dit te gebruiken. De kaarsjes werden aangestoken en de priesteres liet ons weten dat de preek dit keer zou bestaan uit het verbranden van de palmtakken in de buitenlucht voor het kerkje.

Ik werd verrast door de muzikale invulling die aan deze mis gegeven werd. We werden meegenomen van het ene gezang in het andere. Geen herkenbare liederen voor mij als van huis uit katholiek gedoopt en opgevoed meisje. Ik kon de liederen niet makkelijk meezingen en werd meer luisteraar dan dat ik opging in de zang. Het déjà vu gevoel van vroeger ontbrak, ik kwam niet thuis. Ondanks dat ik mij echt openstelde voor deze mis voelde ik mij niet opgetild worden in hogere sferen. Dit onthield mij ook om deel te nemen aan de heilige communie. Wat weerhiel mij van deelname? Stond mij iets niet aan? Waren het de rituelen met veel wierook? Ik denk dat ik onbewust toch een verwachting met mij meedroeg die niet uitkwam. Blijkbaar kon ik daar tijdens de mis niet van loskomen en wachtte ik onbewust op een aha-erlebnis die uitbleef.

Lieke Camerik en Jesse Reith bezochten op 18 februari het Onze Lieve Vrouwe en al Haar Engelen kerkje aan de Wagnerlaan. Het kerkje, bovenop de Braamberg, is een markant gebouw waar veel wijkbewoners vast al eens nieuwsgierig langs zijn gelopen. Lieke en Jesse delen hun ervaringen.

Een heilige zondag bovenop de bult

Foto: Coen Palmstra

Een aantal feiten over de Vrij-Katholieke Kerk

De Onze Lieve Vrouwe en al Haar Engelen is ontworpen door de architect G. Feenstra en in 1934 gebouwd. Door het gebruik van een groot formaat baksteen lijkt het gebouw echter veel ouder. Feenstra bouwde in Arnhem ook de Vrijzinnig Hervormde Kerk en de Oud Katholieke H. Willibrordus-kerk.

Het gebouw is in gebruik door de Vrij-Katholieke Kerk (VKK), die zich richt op een esoterische aarde: het inwendige en verborgene spelen een belangrijke rol. Het is een onafhankelijk kerkgenootschap en valt niet onder de leiding van de Paus van Rome. Centraal bij de VKK staat 'de steun aan de mens op het pad van de geestelijke groei naar volmaaktheid'. De 'innerlijke ontplooiing' is belangrijk, om 'daarmee het Christusbewustzijn onder de mensheid te laten groeien.'

Zowel mannen als vrouwen kunnen het diaken-, priester- en bisschops-ambt bekleden. De VKK beschouwt de Bijbel én andere heilige geschriften als inspiratiebron, de leden laten elkaar vrij in hun overtuigingen.

Het verbrandingsritueel van de palmtakken buiten voor het kerkje heb ik daarentegen wel als zeer inspirerend ervaren. De verbranding van deze takken stond voor de leegte die nodig is om op haar beurt weer ruimte te kunnen bieden aan nieuwe impulsen en groei.

“Hoewel het deze zondag een korte mis betreft, duurt de dienst ruim twee uur”

Het gevoel van het kleinschalige 'huiskamerproject' werd nog eens bevestigd toen een tafeltje werd uitgekapt voor het altaar met de uitnodiging voor een gezamenlijk kopje koffie met koek. Voor Jesse en mij dé gelegenheid om met de vaste kerkgangers na te praten en in gesprek te komen.

Wat ons opviel was dat de vaste bezoekers van ver weg komen, zoals Leo Truyma uit Culemborg. Stellig zijn ze over het feit dat ze niet doen aan het werven van kerkgangers. Daarentegen ontvangen zij wel veel passanten vanuit het Rijnstate ziekenhuis en de Braamberg.

Ik ben blij dat ik na zoveel jaar nu eens een heilige mis heb bijgewoond in dit idyllische kerkje. Een kerkje wat op zichzelf al rust en stilte in zich draagt en op zondag ons daartoe uitnodigt om dat bewust te beleven.

Jesse Reith:

Jesse en kerken, dat is pas sinds kort een logische combinatie. Al jaren ben ik geboeid door het kleine kerkje, maar de stap om naar binnen te gaan voelde lang te groot. Ik heb weinig ervaringen in een kerk. Pas vorig jaar begon ik me te verdiepen in het christendom, door onder meer twee retraites bij te wonen in het Dominicanenklooster in Huissen. Ik ben niet gelovig opgevoed, maar ervaren in Huissen voor het eerst de kracht van gezamenlijk zingen, gedenken en stil zijn. Sindsdien ben ik op zoek naar dergelijke ervaringen op andere religieuze plaatsen. Hoe zou het op 'de bult' zijn?

De avonden voor ons bezoek schijnt er vaak licht in de kerk, wat een mysterieuze uitstraling geeft. Dat zag ik nog niet eerder. Is het een voorteken? Wat gebeurt daar toch allemaal? Met lichte zenuwen nestel ik me op één van de houten banken in de kerk. Ik kijk om me heen en zie talloze kaarsen. De zon schijnt door de ruiten naar binnen en we zijn omgeven door



bomen. Je zou bijna vergeten dat je in een stad leeft. Het interieur is sober, op twee gekleurde vensters na. In de hoek staat een glazen Mariabeeld.

De 10 aanwezigen zingen veel met elkaar en Carin en Anne voeren vrolijk de handelingen uit die horen bij de eucharistie – ze schieten zelfs even in een lachbui. De sfeer is ontzettend relaxed.

Hoewel het deze zondag een korte mis betreft, duurt de dienst ruim twee uur. Heel even dwalen mijn gedachten naar buiten: ik moet nog huiswerk maken, mijn kamer poetsen, mails versturen... Wat doe ik hier? Het verbaast me hoe kort mijn spanningsboog blijkbaar is. En juist toen kwam het besef van de meerwaarde van de dienst voor mij. Het is niet alleen interessant, maar ook een les in geduld en zelfbeheersing. Een manier om de gebruikelijke zorgen los te laten en op een andere manier te leven.

Ik voel me comfortabel in het ritme van zingen, luisteren, zitten en weer zingen. Waarom heb ik dit niet eerder gedaan? Slechts af en toe word ik weer terug in de bewoonde wereld getrokken. Een ambulance rijdt een aantal keer met sirenes langs, maar de priesteres gaat rustig verder. Het symboliseert de betekenis van deze kerk: een baken van rust en bezinning in een drukke wereld.

Na afloop valt me de hartelijkheid van de vaste gasten op. De kerk zou graag meer in contact komen met wijkbewoners. Vroeger was dat heel normaal, horen we na afloop. Toen vonden er zelfs huwelijken en doopsels plaats. De tijden zijn anders - weinig wijkbewoners wonen er een dienst bij. Mijn advies: ga er eens heen als je een zondag vrij hebt en een unieke ervaring wil mee maken in de wijk. Ik zal de kerk in ieder geval zeker nog eens bezoeken!

Oud wijkbewoner Harry Polman kijkt terug in de tijd Deel 3

Sneeuwpret: sleetje rijden op de Peter van Anrooylaan...

Wij woonden in de Berliozstraat en wanneer er sneeuw viel gaf dat een extra winters gevoel. Afhankelijk van de hoeveelheid sneeuw en strenge vorst was en bleef de Peter van Anrooylaan dagen goeddeels onbegaanbaar. Pogingen om met een strooiwagen vanaf onderaan naar boven te rijden waren tot mislukken gedoemd. En andersom al helemaal. Tot zover het nadeel. Het voordeel was, dat er ongehinderd gesleed kon worden. Je begon op de hoek van de Eduard van Beinumlaan op het voetpad ter hoogte van het hoekhuis van de familie Visser. Je nam een aanloop en je liet je op de slee vallen, luid Hakke, Hakke...roepend. Dan stak je het grasveldje schuin over en vervolgens in volle vaart over de straat naar beneden. In echt sneeuwrijke jaren ging je dan zelfs de Wolflaan over en in

het daarachter gelegen bos verder tot aan de bosrand bij het weiland. En zo ging dat de hele dag door.

Als je dan nog tijd over had ging je in de straat sneeuw ruimen. Bergen sneeuw creëren, ijs loshakken...uren lang. Als je dit lang vol hield werd de weg vanzelf weer berijdbaar en konden straatgenoten weer veilig naar de Kluizeweg rijden. Wie voor de eerste keer de tocht per auto de straat heelhuids uit was gekomen kon de auto 's avonds bij terugkeer, zolang het noodzakelijk was, parkeren op het parkeerterrein aan diezelfde Kluizeweg.

Bij strenge vorst was de atletiekbaan op het sportveld al opgespoten en dan was het schaatsen geblazen. Bij het hek kocht je een kaartje bij een meneer

die bij normaal weer voor de plantsoendienst werkte. Je betaalde 25 of 50ct en hij scheurde dan van een grote rol het grijze kaartje af. Op houten banken deed je je schaatsen onder. Schoenen, jassen en andere spullen legde je ergens langs de baan. Mijn eerste schaatspogingen waren op van die houten doorlopers die je vastbond met riempjes en rode touwtjes. Later werden dat Noren. Vervolgens de eerste rondjes wiebelend en vallend afleggen en vooral uit de buurt blijven van snelheidsduivels die het binnenste gedeelte van de baan nodig hadden. Of er een koek-en-zopie-tent was kan ik me niet meer herinneren.

Harry Polman

Weerbaarheidstraining Craneveer

Door Mathijs Kaagman (bijna 12 jaar).

In het wijkgebouw van Craneveer werden er elke maandagavond om 17.00 weerbaarheidstrainingen gehouden. Ze werden gehouden om de kinderen te leren wat ze moeten doen als ze in gevaar zijn, als ze gepest worden of als iemand ze wil aanvallen.

'De weerbaarheidstraining' We leerden dat allemaal van de weerbaarheidstrainer Piet Lagerwaard van Centerforce. Hij heeft er veel ervaring mee. Hij is ook een Aikido meester. Hij vertelde allemaal wat we moesten leren: ontwijken, trappen, slaan en hoe je het beste kan vallen. Hij leerde ons ook stevig te staan, het krijgen van meer energie, zelfvertrouwen en zelfrespect. Het kalm

blijven bij hoge druk en agressie. En ook het grenzen aangeven en handhaven. Door zelfvertrouwen te laten zien, hoef je vaak niet eens te vechten.

Er hebben best wel wat kinderen aan meegedaan. Tien, om precies te zijn en ik was daar één van. Piet is een aardige man, maar in een gevecht zou ik het echt niet tegen hem op willen nemen. Elke week gingen we oefenen: alles wat we leerden, elke week opnieuw. Daardoor weet ik het nu ook in mijn hoofd. Ik heb geleerd hoe je moet trappen, hoe je moet slaan. Ik ben door die trainingen veel meer geconcentreerd. Ik denk zelf dat als je er aan mee hebt gedaan, je



'Aanvallen'

Foto's: marjan van Roon

veel meer durft, uiteindelijk. Bij de training was ook nog een mevrouw, Marjan van Roon. Zij hielp vaak mee met dingen die Piet deed. Bij haar kon je even oefenen met slaan en ontwijken. In ieder geval weet ik nu wat ik moet als me iets ergs overkomt. **Kortom, met mij wil je geen ruzie krijgen!**

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

Apotheek Biermasz
& Drogerij Alteveer

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

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

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

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

Valpreventie en valtraining

Naast de cursus weerbaarheid voor jongeren van de groepen 7 en 8, werd er ook een cursus valpreventie en valtraining gegeven voor de wat oudere bewoners uit de wijk. Acht moedige mensen hebben daar aan deel-

genomen, met een leeftijd tussen de 65 en 85 jaar.

Bijna aan het eind van de cursus hebben de mensen in korte quotes gezegd wat ze van de cursus geleerd hebben.

Hier wat van de opmerkingen.

- De valpreventie is zeker zo belangrijk als de valtraining.
- De concentratie bij verschillende bewegingen door de dag heen, maakt dat we veiliger bewegen.
- Bij de valpreventie hebben we geleerd om stevig te staan en soepeler door de ruimte te bewegen. We letten beter op wat er om ons heen gebeurt.
- Het lopen buiten bij de vorst van afgelopen weken ging veel makkelijker en minder krampachtig.
- Bewust vallen is wel wat anders dan per ongeluk vallen.
- We hebben leren vallen en daarbij een kreet te slaken, waardoor het vallen meer ontspannen gebeurt en er minder kans op ernstige schade is.

- Ook al gaat vallen snel, na een cursus reageren mensen toch vaak beter, ze leren doorrollen. Iedereen onderschreef de kreet: Valtraining: Het valt wel mee.

Mocht u nu denken, had ik toch maar meegedaan. Ik hoor ook tot deze leeftijdsgroep (plus en min tien jaar) en zou eigenlijk ook zo'n cursus moeten doen. Geef u dan op via bestuur@craneveer.nl of bel naar de secretaris (026-3510051). Bij voldoende aanmeldingen organiseren we nog een keer zo'n cursus.

Marjan van Roon





Uitnodiging voor werkende mantelzorgers voor bijeenkomst: “Hoe combineer ik mantelzorg en werk?”

Zorg jij naast je werk voor een chronisch zieke, gehandicapte of hulpbehoevende partner, kind, (schoon)ouder, vriend(in) of buur? Dan ben jij mantelzorger! Eén op de vijf werknemers is mantelzorger. In de zorgsector is dit zelfs één op de vier. En er zullen steeds meer mensen in de toekomst werk en mantelzorg combineren. Een zinvolle combinatie, maar ook één die kan leiden tot overbelasting en stress.

Hoe combineer je werk met je mantelzorgsituatie, of hoe KUN je dit blijven combineren? Is (tijdelijk) stoppen met werken een optie of is er meer mogelijk? Hoe doen andere werkende mantelzorgers dit? Hoe bespreek je het met je leidinggevende en wat vinden collega's ervan?

VGZ en Mantelzorg & Vrijwillige Thuishulp Arnhem (MVT Arnhem) nodigen alle werkende mantelzorgers in Arnhem uit voor een informatieve middag/avond over het thema “Hoe combineer ik werk en mantelzorg?”

Programma:

Er is een infobalie met materiaal over o.a. wettelijke (verlof) regelingen.

Er zijn adviseurs van MVT Arnhem, VGZ en een onafhankelijke mantelzorgmakelaar die je graag informatie of een persoonlijk advies geven.

Je kunt in gesprek gaan met werkende mantelzorgers die ervaring hebben met het goed afstemmen met hun werkgever.

Er zijn workshops rondom de thema's:

- Bespreek ik mijn mantelzorgsituatie met mijn leidinggevende/werkgever; ja/nee? Wat levert het me (niet) op?
- Regisseur van je eigen leven – ik / werk / mantelzorg; hoe blijf ik in balans?

Deelname aan de bijeenkomst is gratis.

Wanneer: dinsdag 24 april a.s.

Waar: Campus VGZ Arnhem, Stationsstraat 12 (naast het centraal station) (parkeren in de parkeergarage onder het station).

Tijd: van 16.00 en 19.30 uur. Je kunt vrij binnenlopen en de avond is gratis.

De workshops staan gepland van 17.00-18.00 uur en van 18.30-19.30 uur.

Tussen 17.30 - 18.30 uur is er soep met een broodje.

Interesse? Meld je dan aan via het aanmeldformulier:

<https://mvtarnhem.nl/hoe-combineer-mantelzorg-en-werk/>

In verband met de logistieke organisatie is aanmelden noodzakelijk en dat kan tot en met vrijdag 13 april a.s.

Er is ruimte voor maximaal 75 deelnemers. Vol = vol, dus wees er snel bij!

Huispak met temperatuurregeling

Al twee jaar ben ik betrokken bij Duurzaam Craneveer. Inductiekoken, warmtepompen, elektrische auto's; de technieken en innovaties vliegen je om het hoofd als je na gaat denken over gasloos wonen. De grap is, als huiseigenaar wil ik helemaal niet nadenken over de energietransitie. Ik wil dat mijn huis een fijne plek is om te wonen. Dat het steeds een beetje beter wordt. Nieuwe kleur op de muren, de klemmende deur die soepel loopt. Dat soort dingen. Laatst heb ik een touwtje vervangen om het zolderluik op te hijsen. Zelf bedacht, met katrolletjes en een gewichtje zodat het luik ook openblijft als je eronderdoor gaat. Heel blij word ik daarvan.

Maar de cv ketel die net 6 jaar hangt gaan vervangen door een warmtepomp en dan alle ramen vervangen, ook die met die mooie spijltjes? Ik heb het geld er niet voor en de kennis er niet van. Maar het schijnt wel te moeten. Voor Groningen, tegen Poetin...

Kunnen we niet een thermopak maken, dacht ik toen. Met een knopje aan de zijkant om de temperatuur omhoog of naar beneden te schroeven. Iets wat je onder je kleren kunt dragen zodat je er niet bijloopt als een star-trek-acteur. Dat moet er vast wel al zijn. Daarmee kun je de cv in huis uit laten en het met jouw fijne huispak zo comfortabel hebben als je wilt. Nooit meer dekentjes bij de tv, geen tocht en geen koude handen bij het typen. Eigenlijk kun je dan ook in het park gaan werken op een bankje aan het water. Ik zag het al helemaal zitten!

Dat viel tegen. Ik vond:

- de onesie: een soort huispak waarin je als een aap of beer rond kan lopen, compleet met staart en oren. Geen temperatuurregeling, maar mijn overbuurmeisjes schijnen niet zonder te kunnen.
- een surfpak van neopreen wat waarschijnlijk lekker is in het water maar op land toch wat zwaar is.
- Wollen ondergoed van merino schapen. Zweet stinkt niet en het ondergoed schijnt heerlijk te zitten. Maar geen temperatuurregeling.....

En dan is daar opeens onze eigen Arnhemse Pauline van Dongen. Zij ontwerpt kleding met techniek. Jurken met zonnepaneeltjes, lichtgevende jassen en nu is ze bezig met kleding die beweging van ouderen kan registreren om ze feedback te geven. Zij moet de aangewezen persoon zijn om dit dingetje even in elkaar te fietsen. Wordt vervolgd...

Sjoerd Kaarsemaker

Ode aan de Meester

Van april tot en met augustus 2018 exposeert schilderclub Craneveer in de Recreatiezaal van onze wijkvereniging.

Het thema dit jaar is Ode aan de Meester. Om de eigen schilder kwaliteit te verbeteren is het goed om het werk van grote schilders na te maken.

Je leert om goed te kijken naar de compositie, het kleurgebruik het licht-donker-contrast en de manier van verf opbrengen.

Om niet van plagiaat beschuldigd te worden, heeft elk schilderij een twist: kunstwerk 2.0 met een knipoog.

Zo hangt dit voorjaar Craneveer vol met nieuwe Rembrandts, Vermeers, Van Goghs, Cezannes en Van Dongens. Ook Breughel, Picasso, Monet en Van Dokkum zijn aanwezig. Laat u verrassen door onze kijk op de oude Meesters.

Feestelijke opening:

Zondag 29 april 2018 14 - 16 uur

U bent allen hierbij van harte welkom!

Recreatiezaal Craneveer, hoek Viottastraat

Vrijdag 27 april is het weer zover! Koningsdag!
51 jaar jong, de beste man. Een goed excuus om weer een leuk feestje te vieren met elkaar.

Koningsdag 2018

Locatie en programma

En dat gaan we uiteraard weer doen met jong en oud! Het Oremusplein wordt deze dag weer in oranje sfeer omgetoverd. Een traditie in de wijk met natuurlijk de kledjesmarkt, fietstocht en de -bijna klassieker- de Grooves oranjemedley van DJ Nauk. Ook dit jaar organiseren we er natuurlijk ook weer leuke activiteiten bij. Sport & springkussen, knippen & knutselen en koek & kruidenbitter.

- 10:30 Start fietstocht Beethovenplein**
11:00 Aankomst Oremusplein gevolgd door de prijsuitreiking
11:00 Kledjesmarkt, koffie, koek en kruidenbitter
11.30 Sport, spel, en knutsel

Donaties

Het oranje feest wordt zoals ieder jaar georganiseerd voor en door wijkgenoten. Doel is om ieder jaar weer een feest neer te zetten waar voor de deelnemers geen kosten aan zijn verbonden. Tot nu toe lukt dit redelijk vanwege subsidiegeld van de gemeente, de wijk, door donaties en vrijwillige bijdragen op de dag zelf. Wil je doneren? Dan is een bijdrage altijd welkom op rekeningnummer: NL79 INGB 0001 764968, t.a.v. Oranje Comité Alteveer-Cranevelt.

Vrijwilligers

Ook in 2018 valt of staat het feest -naast donaties- ook door de hulp van vrijwilligers. Op de dag zelf zijn zeker 30

personen nodig voor verschillende activiteiten. Zoals begeleiding voor de fietstocht, personen die willen helpen met de opbouw en na afloop het opruimen van het Oremusplein, begeleiding van de spelletjes of misschien sta je liever achter de koffietafel? Kortom er is altijd genoeg te doen! Als je in de vrijwilligerslijst opgenomen wilt worden of plaats wil nemen in het oranje commissie, laat het ons dan weten via oranjecomite-craneveer@hotmail.com. We hopen op een nieuwe generatie ouders die het 'vrijwilligers-stokje' overnemen.

Nieuwe commissieleden gezocht

De bestaande oranje commissie organiseert het Oranje Feest dit jaar voor het laatst. De afgelopen jaren liepen de kinderen van commissieleden tegen het einde van hun basisschoolcarrière. Tijd om het stokje door te geven. We hopen dat een nieuwe groep ouders in de wijk opstaat om onze mooie tradities in de wijk - die tradities waardoor onze wijk mede zo geliefd is bij jonge huizenkopers - weer van nieuwe energie te voorzien en in ons geval het oranje stokje wil gaan overnemen. Wil je zelf of met een kennis of bevriende ouder in de wijk meedoen als lid, meld je dan aan via oranjecomite-craneveer@hotmail.com.

Ben je er bij op 27 april aanstaande? Ook in 2019, 2020 en verder? We zien je graag!

Oranje commissie Alteveer / 't Cranevelt.

Craneveer Grooves! bestaat 5 jaar!

13 & 14 april weer dansen voor groot en klein

In juni 2013 organiseerden we de eerste dansavond voor 30+-ers. Onze eerste flyer zag er zo uit als hier afgebeeld. Ondertussen zijn we vele beats, zweetdruppels en danspasjes verder. De Grooves begon als een initiatief voor volwassenen. Al snel besloten we ook voor kinderen Grooves te organiseren. En met succes! De Kids Grooves en de Grooves Junior worden keer op keer goed bezocht en met veel plezier beleefd. Super leuk om te zien hoe de kinderen op de dansvloer losgaan! Naast de middagen en avonden in het wijkgebouw zijn we ook actief bij schoolgelegenheden, Koningsdag, het Wijkfeest.

Nieuwe krachten

De eerste 5 jaar zijn achter de rug. En we hopen dat we nog vele jaren door kunnen. We zijn op zoek naar mensen die het leuk vinden om samen met ons de komende vijf jaar volwassenen en kinderen weer te voorzien van dansgenot in de wijk. Heb je een beetje tijd over, heb je iets met muziek, vind je het leuk om wat te organiseren of heb je toffe ideeën om het verder uit te bouwen? Meld je dan bij info@craneveergrooves.nl of spreek iemand van de organisatie aan.

Tot ziens op 13 of 14 april. Kijk in de agenda voor datum en tijden.

May the Groove be with you!



(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: RUGKLACHTEN

Vier op de vijf volwassenen heeft wel eens rugklachten. Soms eenmalig, bij een ander is het een terugkerend probleem. In dat geval kunnen de klachten chronisch worden. Rugklachten hebben een grote invloed op het dagelijks functioneren, de rug is immers een belangrijk onderdeel van ons bewegingsapparaat. Als elke beweging pijn doet, kan het dagelijks leven vermoeiend en zwaar worden.

LAGE RUGPIJN

Er zijn veel verschillende vormen van rugpijn, bekende vormen als hernia en Ischias hebben een duidelijke lichamelijke oorzaak. Maar vaker hebben mensen last van zgn. a-specifieke rugklachten. De oorzaak hiervan is dan niet precies duidelijk. De pijn doet zich bijna altijd voor in de onderrug. Soms wordt het ervaren als een lichte, zeurende pijn, bij anderen is de pijn ondragelijk. De pijn gaat meestal gepaard met spierkramp, stijfheid en uitstraling naar andere plaatsen. Rugklachten ontstaan meestal door een verkeerde houding of het maken van een verkeerde beweging, bijvoorbeeld het zwaar en/of verkeerd tillen, een gebrek aan lichaamsbeweging, overgewicht, een hoge werkdruk of spanningen. Soms ontstaat acute rugpijn door plotseling een verkeerde beweging te maken. Dat

wordt wel spit genoemd. Verder kunnen stress, lichaamsbouw, erfelijke factoren, orgaanproblemen of afwijkingen aan de wervelkolom een rol spelen bij het ontstaan van de klachten.

In al deze gevallen kan acupunctuur verlichting brengen. Voor de eerste behandeling wordt er eerst uitvoerig ingegaan op de aard en plaats van de pijn. Verder wordt er naar de totale staat van het lichaam gekeken. Het kan zijn dat een disbalans elders in het lichaam de klachten veroorzaakt of triggert. Rugklachten kunnen bijvoorbeeld vaak in verband worden gebracht met de nierenergie. Zo wordt tijdens de behandeling niet alleen de pijn bestreden en de spierspanning verminderd, maar ook de oorzaak van de klachten wordt aangepakt. Ook wordt de energie huishouding weer in balans gebracht waardoor bijkomende klachten als slapeloosheid en en vermoeidheid snel verdwijnen.

Het aantal behandelingen dat nodig is, is afhankelijk van de aard en ernst van de klachten. Bij acute klachten is een paar behandelingen vaak voldoende, bij chronische klachten zijn doorgaans wat meer behandelingen nodig.



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

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

Van brief

TACOYO = Dé anti-stress conditietraining op muziek



Nu **2 GRATIS PROEFLESSEN !!**

TACOYO:

- * 5 kwartier no-nonsense conditietraining
- * Verbeterd houding, figuur en souplesse
- * Ontspanning, 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,
Groningsingel



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

www.tacoyoarnhem.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

Pleegzorg, iets voor jou?

Ieder kind verdient een veilige, kansrijke toekomst. Dat is helaas niet vanzelfsprekend. Gelukkig zijn er pleegouders, die - tijdelijk - bij willen springen voor minder fortuinlijke kinderen.

Het aantal pleegouders daalt echter de laatste jaren. Landelijk en ook in Arnhem. En zo kan het gebeuren dat er op dit moment in onze stad kinderen zijn die met smacht wachten op een passend pleeggezin. Misschien kun jij helpen. Want kinderen horen thuis en als dat niet kan: zo thuis mogelijk.

Gaat het wel eens door je hoofd om pleegouder te worden? Dan is het goed om een aantal zaken te weten:

- Rijk of arm, samenwonend of alleen, hetero of homo, iedereen kan in principe pleegouder worden. Wat vooral telt is dat je een kind structuur, warmte en veiligheid kan bieden.
- Pleegzorg is mogelijk in verschillende vormen. Je kunt pleeggezin zijn waar een kind zo lang verblijft als nodig is, maar als pleegouder ook enkele dagen per maand ondersteuning bieden of kortdurend inspringen bij acute nood.
- Ook goed te weten: als pleegouder sta je er nooit alleen voor. In Arnhem kun je altijd rekenen op de hulp en ondersteuning van jeugdzorginstelling Lindenhout.

Lijkt het je iets om pleegouder te worden? Dan kun je bij Lindenhout terecht voor meer informatie. Kijk eens rond op hun website (www.ikwilpleegouderworden.nl), vraag een informatiepakket aan of bezoek een van de (maandelijks) informatieavonden, waar je met pleegouders kunt praten. Op de site kun je ook lezen voor welke Arnhemse kinderen er op dit moment onderdak wordt gezocht.

Al vast dank voor het overwegen.

Beste Dromer,

Weet je nog dat we het vorige keer hadden over Foto Cranevelt? Welnu, ik was daar laatst om pasfoto's te laten maken. Vanzelfsprekend ook nog even met Ronald Verhoeff zelf gesproken tijdens een van zijn laatste dagen in de zaak. Per 1 maart 2018 zou hij stoppen en dan hij had hij nog een maand om alles op te ruimen. Hij was al druk bezig. Ik hoorde én zag duidelijk weemoed in zijn stem en ogen. Meer dan 50 jaar was hij daar elke dag. Dat is lang hé? Ik vroeg hem nog gekscherend: maakt u "pas"-foto's? En toen zei hij: Nou nee hoor, die maak ik niet "pas", maar eigenlijk al ruim 50 jaar lang, hahaha...(flauwe grap hé, heb je vast al wel eens eerder gehoord). Maar hoe dan ook: ik heb wel twee nieuwtjes én een gerucht uit dit bezoek aldaar meegekregen, die ik hierbij graag met je wil delen:

Nieuwtje 1: Het postagentschap van Foto Cranevelt blijft in de wijk. Dit gaat namelijk over naar de drogist op het Beethovenplein.

Nieuwtje 2: Het professionele foto-apparaat van Foto Cranevelt, waarmee je direct ter plekke foto's af kan drukken, blijft in de wijk. Deze gaat namelijk óók over naar de drogist op het Beethovenplein.

En dan nu het gerucht:

Het schijnt dat er in het pand van Foto Cranevelt een soort orthopedisch medisch centrum of iets dergelijks komt. Een plek waar ook protheses e.d. kunnen worden aangemeten en ook wel gemaakt worden misschien? Ik weet niet of het echt zo is, maar ik hoorde het in ieder geval in de spreekwoordelijke 'wandelgangen' zeg maar. Toen ik dit hoorde moest ik meteen even denken aan de afgelopen Olympische Spelen en dan in het bijzonder de Paralympics, die daarna volgden. Zouden daar in dat nieuwe orthopedische centrum dan misschien ook zulke wonderprotheses worden gemaakt, waarmee invalide sporters ook keihard de berg af kunnen snowboarden en/of skiën? We zullen zien, de tijd zal het ons leren.

Ander vraagje: Heb jij zelf eigenlijk nog een beetje gekeken naar de Olympische Spelen? Ik wel. En wat een medaille oogst weer, hé... 20 stuks dit keer: 8 goud, 6 zilver en 6 brons. En wat een competitie, allemaal. Kjeld Nuis die op 4 honderdste (let wel: op 4 honderdste!) de 1000 meter lange baan schaatsen wint. Dat is op de eindstreep misschien maar 3 centimeter verschil met nummer 2 ofzo. Ik blijf dat toch echt bijzonder vinden, dat die topsporters jaren kunnen trainen voor uiteindelijk een luttele 3 cm verschil op de eindstreep.

Maar over 3 centimeter gesproken: Dat was ook precies het verschil tussen Haaksbergen en Arnhem, voor wat betreft de organisatie van de 1e schaatsmarathon wedstrijd op natuurijs onlangs. Ergens op de baan van Arnhem was 3 cm te weinig ijs. De 1e officiële marathon op natuurijs ging daarmee naar Haaksbergen, Arnhem kreeg de 2e. Maar mooi is dat hé, zo'n prestige strijd. Iedereen met vol enthousiasme werken aan het 1e natuurijs. Helaas voor Arnhem dit jaar niet gelukt, een zilveren medaille dit keer. Volgende keer beter. Op naar goud!

Gegroet,
De Denker.



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



Voor AL uw voorkomende
dakwerkzaamheden !!

Vernieuwen en reparatie van o.a.:

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

Telefoon: 0316-267012

WWW.DAKDEKKERSBEDRIJFJURRIENS.NL

naar brief...

Dag Denker,

Dat mopje van die pasfoto's kende ik inderdaad al. Hij mag zich scharen in het illustere rijtje van de pashokjes in de kledingwinkel en de varkenspootjes van de slager. Maar, je weet, van woordgrappen krijg ik nooit genoeg, dus mij hoor je niet klagen. Leuk ook in dit verband dat je in het kader van het orthopedisch centrum en de Paralympics spreekt over 'wandelingen', alhoewel niet iedereen dat een gepaste grap zal vinden...

De Olympische spelen heb ik zeker gekeken! En het resultaat was inderdaad mooi. Jammer eigenlijk dat de Paralympics altijd veel minder aandacht krijgen. Ik moet eerlijk bekennen dat als jij er niet over had geschreven ik hier niet meer aan gedacht zou hebben. En dat terwijl de prestaties van de Paralympische sporters toch zeker niet minder zijn! Gelukkig zijn we nog niet te laat. De Paralympics zijn van vrijdag 9 maart tot en met zondag 18 maart. En Team NL doet mee bij het para-skiën en het para-snowboarden. Bijna iedere dag zijn er Nederlandse sporters actief. Check teamnl.org voor het programma! De volgende keer bespreken we de para-medaillespiegel.

Helaas ben ik ondanks de recente vorstperiode zelf niet aan schaatsen toegekomen. En dan kan ik wel zeggen dat dit kwam omdat de schaatsbaan de eerste helft van de week dicht was voor publiek wegens de eerste-marathon-wens, maar dat is natuurlijk flauwekul. Er was tijd genoeg om daarna nog te schaatsen, op de baan, of op nog echter natuurijs. Het is er gewoon niet van gekomen. Volgend jaar zorg ik dat mijn schaatsen geslepen en al klaar liggen vóórdat de vorst intreedt. Dan kan ik ieder vrij uurtje benutten om weer eens op het ijs te stappen.

Voor nu vind ik het niet erg om de kou achter ons te laten. Toen het zondag ineens 10 graden was (terwijl het de dag ervoor nog 5 graden vroom – een verschil van 15 graden in een dag!) voelde het ineens als lente. En nog maar even en dan is het echt lente. Ik droom al over zonder jas in de zon voor het huis... Misschien blaas ik tegen die tijd ook wel het stof van de racefiets af. Toegegeven, dat zeg ik al jaren, maar wie lukt weet het dit jaar echt. Iedere verandering begint tenslotte met een goed voornemen (hoewel niet eerder goed voornemen tot een verandering leidt). En soms hebben dingen gewoon tijd nodig. Zoals goede voornemens in dit geval. Toen ik mijn vorige brief aan jou schreef was het nieuwe jaar net begonnen en bedacht ik de beste wensen voor je. Over goede voornemens hebben we het toen niet gehad (behalve dan misschien jouw impliciete voornemen om een wijkcafé te beginnen). Maar nu heb ik er ineens drie: de Paralympische spelen volgen, zorgen voor goede schaatsen vóór het volgende natuurijs en weer wat vaker op de racefiets gaan zitten. Wie weet ga ik me wel aan één van de drie houden.

*Gelukkig voorjaar!
Dromer*

Zoals dat gaat bij een ijsclub...

De afgelopen weken werd het spannend. Met temperaturen tot - 5° C en gevoels-temperaturen tot onder de -10° C was het dan eindelijk weer zover: er zou natuurijs komen! Voor AIJC Thialf, de schaats- en skeelerclub met als thuisbasis de combibaan op 't Cranevelt, een mooie en spannende tijd.

De medewerkers van het Sportbedrijf Arnhem hebben deze baan onder water gezet. In het weekend moest er wacht gelopen worden om te voorkomen dat voetballers die de bal hadden overgeschoten, deze van het nog zeer

kwetsbare ijs gingen halen. In de ijzige kou liepen de leden van de ijsclub wacht.

Door de harde wind en overdag de zon, smolt het ijs dat 's nachts was aangegroeid, overdag weer. Eindelijk was het op dinsdag 27 februari zo ver, er was ijs! Ook woensdag kon er de hele dag geschaatst worden.

Arnhem was in strijd met Haaksbergen en Noordlaren om de eerste marathon op natuurijs te mogen organiseren. Die strijd werd helaas niet gewonnen. Woensdagochtend werd op de ijsbaan op 't Cranevelt door de KNSB bekendgemaakt dat niet Arnhem maar Haaksbergen de eerste marathon mocht organiseren. Maar op donderdag mocht

Arnhem wel de tweede marathon organiseren in een serie van drie wedstrijden waarvan Noordlaren op vrijdagochtend de laatste wedstrijd had.

Ook in de nacht van woensdag op donderdag waren de mannen van het Sportbedrijf vanaf 18 uur de hele nacht nog bezig om het ijs laagje voor laagje te verbeteren. De baan was daardoor donderdag de hele dag gesloten. Gelukkig konden Arnhemmers hun heil vinden op de banen in de Schuytgraaf of Oosterbeek en weet heel Nederland nu dat we in Arnhem een snelle natuurijsbaan hebben.

's Avonds kwam heel schaatsend Nederland naar Arnhem. Om 19 uur werd de marathon van de dames over 60 ronden van 400 meter gestart door Burgemeester Ahmed Marcouch en om 20 uur de heren over 100 ronden. Ook Irene Schouten en Jorrit Bergsma, beiden bronzen medaille winnaars op de Olympische Spelen in PyeongChang, waren van de partij.

Direct na de wedstrijd en op vrijdagmorgen vanaf 8 uur werd met man en macht gewerkt om de ijsbaan weer voor iedereen toegankelijk te maken. Die dag kwamen ook grote aantallen scholieren van het Briant College en de Montessori School naar de ijsbaan. Ook vrijdagavond en de hele zaterdag kon er nog geschaatst worden. Op zondag was het klaar, met temperaturen die ineens meer dan 10° C waren gestegen, smolt het ijs als sneeuw voor de zon en dat was het einde van deze late vorst- en schaatsperiode.

We hebben er van genoten. De winter kan afgesloten worden, op naar het voorjaar!

*Jacco van de Velden
namens AIJC Thialf*

Palmpasen en eieren zoeken in vervlogen tijden

Suus Houtman is al bijna 50 jaar bezig met papierknippen bezig en ze maakt ook ieder kwartaal een artikel voor de Knip-Pers, het landelijke blad van de papierknipvereniging. In haar zoektocht naar informatie vond zij onlangs twee interessante artikelen over de tradities rond Palmpasen en Pasen. Als eerste een werkblad over Palmpasen, geschreven

door Hil Bottema in 1958. Zij werkte op het Openluchtmuseum en woonde op Mendelsohnlaan 25 in huis De Dennen. Zij organiseerde in het museum cursussen over volkskunst die zij Mooimakersweken noemde. De cursisten deden ideeën op in het museum en Hil leerde die in allerlei technieken uit te werken. Hil is helaas veel te vroeg aan kanker overleden in 1968. Een in memoriam, geschreven door een andere (overleden) wijkgenote, To van Waning zit ook in haar archief.

In de Frieslandpost van april 1979 vond Suus Houtman een artikel van mevrouw de Jong, een geboren volkskunstenares, die van de eergenoemde Hil de bijnaam Jantje III kreeg. Zij knipte en versierde ook eieren. Ze demonstreerde een aantal jaren in het museum en logeerde dan in het huis van Hil. Ook zij is overleden. In dat artikel staat ook een stukje over de paashaas en eieren verstoppen.

Waarom eieren met Pasen?

Een ei is geen ei
Twee ei is een half ei
Drie ei is een paasei

Het bovenstaande is een zeer bekend deel van een palmpasenliedje dat ook voor Pasen werd gezongen, bij het inzamelen van eieren. Het inzamelen van eieren, het eieren eten, en het doen van eierspelen zijn heel oude gebruiken. De Romeinen kenden al hun eierspelen. Als kiem van nieuw leven brengt en schenkt het ei levenskracht. De primitieve mens hield deze kracht voor overdraagbaar: men at eieren om sterk te worden. Het ei moest zijn kracht ook overbrengen op het land, daartoe verspreide men eieren over de velden en groef men ze zelfs wel in. Daarna kon men ze opeten. Zo werd de kracht eerst overgedragen op weide en akker, vervolgens op de mensen. In het Christendom werd het geloof aan de kracht van het ei nog versterkt, doordat men er het gepeisterde graf inzag waaruit het leven (Christus) weer oprijst. Vandaar dat in oude kerken met plafondschilderingen het graf van Christus eivormig wordt voorgesteld. Daarom worden paaseieren, een eerste spijs na de vasten, in de kerk gewijd. Hierdoor kregen zij genezende en onheil afwerende krachten.

Met Pasen gaf men elkaar eieren en hield men eiermaaltijden. Dat deed men ook op Palmzondag en Goede Vrijdag, maar dan in de kerkelijke kleuren van die dagen: paars en zwart. Men gaf er drie, ter ere van de Vader, de Zoon en de Heilige Geest. De eieren werden gekleurd met uien, spinazie, rode kool. Op Ameland houden de kinderen nog hun eierspelen. (Welk ei het verst van het duin rolt). Ook in Oost-Friesland speelt men dit spel nog, en zegt men er een spreuk bij op. Het meest bekende eierspel is het eiertikken. Met het ei in de holte van de hand, tikt men het ei van de tegenstander met de spitse, stompe of zijkant. Het ei dat barst is voor de winnaar. Misschien dat u met Pasen die zeer oude spelletjes weer eens gaat spelen. Maar als u voor de kinderen eieren in de tuin verstoppt, vertel dan ook waar dit gebruik vandaan komt, in plaats van ze te vertellen dat de Paashaas ze heeft neergelegd. De paashaas in overgewipt uit het land van onze Oosterburen, met Nederlandse volksgebruiken heeft het dier niets te maken.

april 1979

Biljarten beweegt ons

Er moet meer bewogen worden. Bewegen is gezond, het traint lichaam en geest en geeft de zo noodzakelijke inspanning en ontspanning, die de mens in onze gestreste tijd te veel ontbeert. Dit is wat wij steeds maar horen van deskundigen en iedereen doet haar en zijn best dit dringende advies op te volgen. Makkelijk is dat niet altijd, want er is nog zoveel meer leuks.

Zoals de trouwe lezers van ons wijkblad weten, is er in de wijken Cranevelt en Alteveer een aantal biljartclubs (bewegings)actief. Biljarten is al een spel uit de oudheid. De eerste meldingen stammen uit de tijd van Cleopatra, en het serieuze spel met ballen op een groene tafel stamt uit de 16e eeuw aan het Franse hof. De bezigheid heeft zich door de tijd heen van spel zelfs ontwikkeld tot échte sport (dat is, als er veel geld in omgaat).

Maar bij ons, in de recreatiezaal aan de Viottastraat, is het vooral een gezellig samenzijn, waarbij het niet gaat om de knikers – afgezien van de drie biljartballen – maar om het spel..... en om het bewegen. Het wedstrijdelement, het win-instinct is in het algemeen dus ver te zoeken. In elk geval vinden wij biljarters, dat we goed bezig zijn.

Elk jaar is er het nieuwjaarstoernooi tussen de wekelijkse biljartclubs. Door omstandigheden moesten we het toernooi dit jaar uitstellen naar 27 en 28 februari en daarom noemden we het deze keer "voorjaars-biljarttoernooi 2018". Dat voorjaarskarakter kwam qua weersomstandigheden niet echt goed uit de verf, want de buitentemperatuur was met -7 graden en een gevoelstemperatuur van -12 beneden normaal peil. U herinnert zich allen nog deze barre toestand.

Maar nu de beweging. Wat we telkenjare waarnemen bij ons biljarttoernooi, is een soort dynamiek, een beweging dus, die ontstaat ergens tussen de oren. Dit is de energie van een competitie-koortsje dat opduikt. Mogelijk is dit toch het win-instinct. Let wel, het zijn allemaal mannen die deelnemen aan het toernooi. Ik houd het er daarom op, dat dit effect van evolutionaire oorsprong is. Het drukt de sfeer absoluut niet, maar maakt het toernooi op een aangename manier juist spannend. Wie gaat het dit jaar winnen?

Het antwoord voor 2018 kan gegeven worden: winnaar is Simon Steenstra, met een moyenne van bijna 1 op een aantal beurten van 72. Voor de niet-kenners: het moyenne is de

gemiddelde score per beurt. Score is, wanneer de speler een punt maakt: met zijn speelbal raakt hij beide andere ballen. Mooi om te vermelden, dat Simon (wegens ziekte van een van onze vaste biljart-buurtbewoners) van buiten Arnhem optrad als vervanger.

Is er voldoende beweging naar de toekomst toe, van het Craneveer-biljarten? We hoeven niet te klagen. Ondanks een overlijden en het afhaken van sommigen, is het aantal biljarters stabiel, relatief in beweging dus. Maar nog méér beweging is wenselijk. Meld je dus aan mannen én vrouwen! Bel voor meer informatie met de secretaris van de vereniging, Marjan van Roon 026-3510051, of naar ondergetekende, (ook voor introductie- of proefflessen). Voor het biljarten zijn in de zaal diverse dagdelen (ochtend, middag, avond) beschikbaar. En voor de dames: Maak biljarten - net als in Noord-Brabant - ook tot een vrouwensport!

Namens alle biljarters,
Wiebe Ottink
026-4438463
pwottink68@hetnet.nl

UITVAARTVERZORGING
KRAMER
SEDERT 1885



- Ervaring sedert 1885
- Bekend met de nieuwste ontwikkelingen
- Alles in eigen beheer
- Kennis maken? Gratis informatief gesprek

Dag en nacht bereikbaar 026 442 31 02

Weg langs de Begraafplaatsen 3, 6815 AZ Arnhem, www.uitvaartverzorgingkramer.nl



We starten binnenkort met Fitstroke!
Groepstraining voor mensen die een beroerte hebben gehad.

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

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

wanneer noodzakelijk behandelen wij aan huis

Jubileumjaar voor Ruitergidsen Anne de Guigné Arnhem

De scoutingvereniging Ruitergidsen Anne de Guigné uit Arnhem viert dit jaar haar 50 jarig bestaan. In september wordt hier uitgebreid bij stil gestaan tijdens een jubileum weekend voor (oud)leden, ouders en genodigden. Ruitergidsen Anne de Guigné is een van de drie ruiterscouting groepen in Nederland en combineert scouting met paardrijden en alles wat daar bij hoort. Een bijzondere groep dus voor jongens en meisjes! De thuisbasis van de groep is de blokhut 't Knolle-hûs tegenover Burgers' Zoo.



50 jaar

Over het ontstaan van de Ruitergidsen in Arnhem is niet veel bekend. Vanaf 1945 was er een gidsenkring. Deze werd mede geleid door Riet Rijsewijk. Zij is de initiatiefneemster geweest om in september 1968 een ruitergidsengroep op te richten. Deze groep was oorspronkelijk Rooms-Katholiek en viel onder de overkoepelende organisatie "de Nederlandse Gidsen". De groep was oorspronkelijk voor meisjes, maar vanaf 1993 mochten ook jongens lid worden.

Anne de Guigné

De naam Anne de Guigné hebben de Ruitergidsen destijds zelf bedacht. Deze naam stond in een heiligenboekje. Bekend is dat Anne van 1911 tot 1922 in Frankrijk leefde en in haar eentje haar broertje verzorgde omdat beide ouders waren overleden.

De weg naar zelfstandigheid

Het doel van de vereniging is kinderen

en jongeren een plezierige invulling van hun vrije tijd te geven en op die manier een bijdrage te leveren aan de vorming van hun persoonlijkheid. Het buitenleven is daarbij erg belangrijk. Op talloze manieren spelen en leren de kinderen in de natuur. Maar ook andere activiteiten zoals knutselen, spelletjes, speurtochten, pionieren, koken, toneel spelen en (weekend) kampen komen aan bod.

Paardrijden

Daarnaast wordt bij Anne de Guigné aandacht besteed aan het paardrijden, de ken-

nis die hiervoor nodig is en het verzorgen van het paard. Tevens kunnen de leden als ze hier aan toe zijn het ruiterbewijs halen. Via de maneges in de omgeving kunnen de leden meedoen aan wedstrijden en andere activiteiten op de manege.

Rommelmart 8 april

Op zondag 8 april organiseert de scoutingvereniging de jaarlijkse Rommelmart met Open Dag. Voor de Rommelmart bent u welkom van 12.00 tot 16.00 uur op De Wolflaan 25. Heeft u nog spullen die wij mogen verkopen, neemt u dan contact op met Erwin Jonker (06-51090129). Wilt u weten of deze scoutinggroep iets voor uw kind(eren) is, kom dan 8 april aanstaande een kijkje nemen van 13.00 tot 15.00 uur op onze Open Dag. Op deze dag lopen onze leden ook de sponsorloop waarbij de opbrengst gedeeltelijk ten goede komt voor KICA.

Klimaat-Gesprekken Arnhem Noord

Voel jij je bezorgd over de klimaatverandering? Wil je zelf iets, of meer, doen, maar zie je soms door de bomen het bos niet meer?

Je bent van harte welkom op onze inspirerende workshopreeks. Voor het eerst in Arnhem!

Klimaatverandering is best een ingewikkeld thema. In een reeks van 6 huiskamerbijeenkomsten gaan we, onder begeleiding van een groepscoach, op een ongedwongen manier hierover in gesprek. We bekijken samen alle aspecten van ons leven die bijdragen aan klimaatverandering. Aspecten die betrekking hebben op wonen, reizen, eten en spullen. De workshops bieden jou de mogelijkheid om die persoonlijke keuzes te maken, die bij jouw leven passen. Gebruik wordt gemaakt van een werkboek, actielijst, van klimaat spellen en de berekening van de klimaatimpact.

De eerste bijeenkomst in Arnhem Noord is 's avonds, 20-22 uur, op 15 maart 2018. De overige data en locaties worden in onderling overleg bepaald. Onze coach neemt na aanmelding contact met je op. Er is ruimte voor 6-8 personen. De workshops zijn gratis en de materiaalkosten bedragen in totaal € 30 euro per persoon.

Wil je meedoen aan de workshopreeks in Arnhem Noord?

Je kunt je aanmelden op onze website: www.klimaatgesprekken.nl/ [aanmelden](mailto:willyvanwilligen@gmail.com)

Heb je vragen, kijk dan op www.klimaatgesprekken.nl of stuur een e-mail naar info@klimaatgesprekken.nl of aan de groepscoach: willyvanwilligen@gmail.com

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
Cattepoelseweg 230 • 026-351 84 47

Lieke Camerik
Palestrinastraat 8 • 026-333 63 47

Jesse Reith
Meijrooslaan 70 • 06-16 92 93 12

Ingrid Coppeters
Schubertlaan 5 • 06-53 14 68 52

Coen Pausma • Grafisch ontwerp
Meijrooslaan 28 • 026-445 42 11

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
• 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

Inez van de Kerkhof
Kluizeweg 262 • 06-24 12 04 60

bestuur@craneveer.nl

admin@craneveer.nl (Ledenadministratie)

penningmeester@craneveer.nl

Wijkraad Alteveer/ 't Cranevelt

Maurice Lankheet • voorzitter
026-351 02 45

Ryklof Wander • secretaris
026-445 26 07

Joost Froeling • penningmeester
06-51 40 24 81

Michel Rauwers • Rijnstate
rijnstate@craneveer.nl

Michiel Spee • parkeren/verkeer
verkeer@craneveer.nl

Hannie Riksen • algemeen
06-44 87 04 48

Marjan van Roon • algemeen
026-351 00 51

Jorgo Trautig • algemeen
026-361 03 29

wijkraad@craneveer.nl

Redactie Website www.craneveer.nl

Ineke Langelaar

Gracia Bosman

Huibert Kortenraij

website@craneveer.nl

Oplage: 1750 exemplaren

Druk: DrukwerkMax, Duiven

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
	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
Donderdag	20.00 - 21.00 uur	Bodyfit	Gymzaal beneden
	08.45 - 10.00 uur	Tai Chi voor beginners	Recreatiezaal
	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 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 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.



GIGANTISCH APENKOOIEN



Van 21 april t/m 1 juli met nieuwe grote apenrots!

Dus ook in de meivakantie ■ Bij de toegangsprijs inbegrepen

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

KONINKLIJKE
BURGERS'ZOO

