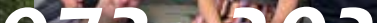


november - december 2023



1973 - 2023

GRAN EVEER

Wijkblad van Cranevelt/Alteveer



Van de redactie

Het wijkblad verdient aandacht!

50 jaar Craneveer! Wat een mijlpaal. De afgelopen maand was dan ook echt een feestmaand met vele mooie evenementen, zoals je op de foto's op de cover en verderop in dit blad kunt zien. En een indrukwekkend jubileumboek voor ieder huishouden in de wijk. In deze editie veel aandacht voor de verschillende activiteiten.

Ook het wijkblad Craneveer bestaat 50 jaar. De vorige editie was een mooie samenstelling van het eerste exemplaar en veel *aandacht* voor de ontwikkeling die het blad heeft doorgemaakt. We hebben daar veel leuke reacties op ontvangen. We zouden graag nog veel meer van deze edities maken, MAAR...

Een nieuwe baan, privé omstandigheden, verhuizen, liefde buiten de stad... allemaal goede redenen om te stoppen als vrijwilliger bij de redactie van het blad Craneveer. Dit heeft als consequentie dat we nu met in feite te weinig mensen zijn om de juiste *aandacht* te geven aan deze edities.

We hebben vaker een oproep geplaatst, maar helaas zonder veel resultaat. Dus plaatsen we in deze editie **een laatste oproep** voor vrijwilligers die het wijkblad de juiste *aandacht* willen en kunnen geven.

Je hoeft geen briljante schrijver, fotograaf of computerdeskundige te zijn om een belangrijke bijdrage te kunnen leveren. Het helpt al om mee te denken, een simpel stukje te schrijven of contacten te onderhouden. De wijken Alteveer en Cranevelt verdienen een wijkblad. En het wijkblad Craneveer verdient *aandacht*. Lees op pagina 7 wat **jij** voor ons kunt betekenen!

Wijkblad Craneveer verschijnt 6x per jaar.

Mocht u dit blad ongewild bezorgd hebben gekregen laat dit dan svp even weten via bezorging@craneveer.nl. Dan zorgen we ervoor dat dit niet meer gebeurt.

De volgende Craneveer (50-9) verschijnt 24 december*

Uiterste aanleverdatum voor kopij is 1 december*

Inleveren kopij:
Mail uw kopij voor het volgende nummer aan:
redactie@craneveer.nl

***Onder voorbehoud, houd de publicaties op onze website en in de media in de gaten!**

Agenda

Zondag 5 november
14.00 - 16.00 uur
Opening Expositie
Recreatiezaal

Woensdag 8 november
13.00 - 14.30 uur
Knutselmiddag (lampion)
Buurtfabriek

Zaterdag 11 november
Sint Maarten
(zie elders in dit blad)

Dinsdag 15 november
20.15 - 21.30 uur
Openbare Vergadering Wijkraad
Recreatiezaal Craneveer

Zondag 19 november
Bingo!
Recreatiezaal Craneveer

Dinsdag 12 december
20.15 - 21.30 uur
Openbare Vergadering Wijkraad
Recreatiezaal Craneveer

Woensdag 13 december
13.00 - 14.30 uur
Knutselmiddag
Buurtfabriek

Zaterdag 16 december
Buurtquiz
Recreatiezaal Craneveer

Zondag 7 januari
Nieuwjaarsreceptie Recr. Ver. Craneveer
Recreatiezaal Craneveer

Zie ook de agenda van de Buurtfabriek elders in dit blad!



Bij de voorplaat:
50 Jaar Craneveer: de Feestmaand!
Sfeerfoto's van diverse fotografen.

- Een ruim assortiment vegetarische producten
- Elke dag vers brood en gebak van Bakker Derks
- Verkoop van de Nederlandse Loterij spellen
- Dagelijks verse bloemen en planten
- Plasticvrije en natuurlijke cosmetica van 'Happy Soaps'
- Verkoop van giftcards en cadeaubonnen
- Scan&Go zelfscankassa

coop



Openingstijden:

Maandag t/m zaterdag 08:00 - 20:00 uur
Zondag 12:00 - 18:00 uur

Wij zijn op zoek naar enthousiaste medewerkers!

De werkzaamheden zijn o.a.:

- Helpen van klanten
- Kassa werkzaamheden/zelfscan steward(es)
- Inpakken van producten

Jij bent klantvriendelijk, je weet van aanpakken en je woont in de directe omgeving? Herken jij je hierin?
Dan zijn wij op zoek naar jou!

Beethovenlaan 61 - 63 Arnhem
Tel 026 44 26 720

Van het Bestuur

van de Recreatieve Vereniging

We zijn 50 geworden! Het kan haast niemand in de wijk zijn ontgaan, wat een geweldige maand hebben we achter de rug. Het begon natuurlijk al eind augustus met de speciale Craneveer die bij iedereen in de bus viel, met daarin de allereerste Craneveer. Het blad bestaat daarmee dus ook 50 jaar en ik hoop van harte dat het nog jaren wordt uitgegeven, maar daarover later nog iets meer.

Wat een mooie middag hebben we gehad, die eerste zondag in september. Heel veel wijkbewoners zijn langs geweest op het Oremusplein om te luisteren naar de uitreiking van het jubileumboek, mee te gaan met de 'hop-on hop-off', te genieten van het improvisatietheater en de harpisten. Een aangename temperatuur, fijn gezelschap en een hapje en drankje maakte die middag af. Vanaf dat moment was het ook mogelijk om het jubileumboek af te halen en daar hebben al veel mensen gebruik van gemaakt. Er is voor ieder huisadres kosteloos één exemplaar van het jubileumboek beschikbaar en nog lang niet iedereen heeft het prachtige boek ontvangen. Vanaf nu is het boek op te halen bij **Te Gek Wonen** op het Beethovenplein, maar u kunt ook bellen of mailen naar **026-35 137 54** of administratie@craneveer.nl. Als u niet in de gelegenheid bent om het boek af te halen, dan brengen wij het bij u thuis. Als u meer exemplaren wilt, dan kan dat tegen betaling van € 15,- per boek. Menig voormalig wijkbewoner heeft inmiddels al een boek in bezit en laten weten welke herkenningspunten zij aantreffen. Ook hebben we talloze foto's van de begindagen van de vereniging gekregen. Zo leuk om al die reacties te ontvangen.

Van alle weekenden treft u in deze Craneveer foto's aan. Het leuke is dat de activiteiten zo divers waren. Na het openingsweekend hadden we een

middag voor de basisschoolleerlingen. Deze middag is georganiseerd in samenwerking met scouting Anne de Guigné. De kinderen konden allerlei leuke spelletjes doen en kregen na afloop ook nog lekker frietjes met een snack. De sportmiddag was wat intensiever van aard. Er konden allerlei sportclubs worden bijgewoond, zoals mountainbiken, tennis & padel, hardlopen, yoga, bootcamp, zelfverdediging en volleybal. Die middag was het ook nog eens goed warm, dus menig een liep met een rood hoofd op het water af na een les. Dan nog het vierde weekend: de lezingen en de rondleiding in het Openluchtmuseum. Ademloos zat het publiek te luisteren naar met name Jan van Hooff die vertelde over zijn ervaringen 80 jaar geleden langs de Schelmsseweg. 'Indrukwekkend en emotioneel' was een van de reacties. Van Herman Heskamp hebben we die middag van alles geleerd over het ontstaan van het gebied waar we nu wonen. Dat de ijs tijd hier zo'n belangrijke rol heeft, was bij menig een niet bekend.

En dan nog het Buurtefeest, de knallende afsluiter van de maand. Wat was het leuk om al die kinderen te zien genieten van de kinderdisco én van al het schuim. Het was met recht een schuimparty. Na afloop liep er een heel spoor door de wijk heen:) Zaterdag was als vanouds gezellig. Met bekende ingrediënten zoals de zeepkistenrace, poffertjes, vermaak, live muziek, lekker eten en drinken. De organisatie had alles super voor elkaar, het weer en de vele aanwezigen deden de rest.

Uiteraard valt er over ieder weekend nog veel meer te melden, maar in deze editie laten we vooral de beelden spreken.

Heel veel mensen hebben bijgedragen aan deze feestmaand. Als we hier namen gaan noemen, dan blijven er vast mensen onbenoemd. Omdat we

dat niet willen, bij deze een dank aan een ieder. Wij organiseren voor hen ook nog een avondje in Craneveer om nog even terug te kijken op deze bijzondere maand. En speciale dank ook aan iedereen die een financiële bijdrage heeft geleverd, want zonder al die steun was dit alles niet mogelijk geweest.

Hoe nu verder? Eerder stond al iets vermeld over de redactie van ons wijkblad. Zij zijn nog steeds op zoek naar versterking. Dit geldt ook voor het bestuur. Hier gaat echt het spreekwoord 'vele handen maken licht werk' op. Als een aantal mensen opstaat dan komen we al een heel eind. Als er mensen zijn die graag een keer iets willen organiseren: een lezing, een high tea, een bingo, een gezellige middag, een sportactiviteit, of als er mensen zijn die het bestuur willen versterken: meld je dan vooral bij het bestuur. We willen graag nog jaren door, we hebben genoeg ideeën, maar we kunnen het alleen maar met meer mensen uitvoeren.

Alvast een vooruitblik van wat we nog in de planning hebben staan: Op 5 november de opening van een nieuwe expositie, Sint Maarten (11 november), een bingo op 19 november en de organisatoren van de buurtquiz willen op zaterdag 16 december weer een quiz organiseren in Craneveer. Als u het leuk vindt om op een zondagmiddag in december een kerststukje te maken: laat dit weten, dan kijken wij of we het kunnen organiseren. En in het nieuwe jaar in ieder geval een muzikale middag met lezing over enkele componisten, het paaseierenzoeken in het NOM. Kortom: genoeg activiteiten. Houd voor de exacte data en tijden Facebook en de website van Craneveer in de gaten. Zondag 7 januari kunt u overigens nu alvast opschrijven, want dan houden wij in de middag weer een nieuwjaarsreceptie.

CRANEVEER

4

5

ONZE SPONSOREN

Dankzij de financiële steun van al deze bedrijven hebben we het boek en de feestmaand met alle activiteiten daarin kunnen realiseren:

Voor de feestmaand:

Coop Alteveer
Nederlands Openluchtmuseum
Burgerkracht gemeente Arnhem
Garage Jongepier
Rabobank
Burgers Zoo
Te Gek Wonen

Voor het boek:

Coop Alteveer
Burgers Zoo
Wijkraad Craneveer
Stichting Rudolf Julius Hijman
Restaurant Renao
Alle bewoners die via de statiegeldactie van de Coop hebben bijgedragen.

En tot slot: 'de club van 50' bedrijven uit onze wijk zoals die allemaal vermeld staan in het boek:

Queeste, architecture & concept development; U&Niek coachen met de camera; Attema Audit & Advies; Het Filiaal voor educatieve projecten; Kortman duurzame gebiedsontwikkeling; Vaerewijk Verzekeringsadvies; Jan Peijen-training en advies; Arno Klijntjes; Hands-on Piano; Henk-Jan Panneman grafisch ontwerp; Holleman beheer BV; Te Gek Wonen; W. Hamoen Management B.V.; Neovision B.V.; Natural Soil Improvement; Alfredo

Rappange Beheer B.V.; Lienhart Houten Pennen; Energy Investment Management BV; Lean in de eerste lijn; A Presto cursussen Italiaans; CTK Holland BV; Tandartsenpraktijk Leng; Claire King Voice Over; Fyto+ Praktijk Bas ten Velde; Praktijk voor Paradontologie en Implantologie; Driever Holding B.V.; Cityscape Gebiedsontwikkeling; Hoekstra & van Eck; R.J. van der Meulen BV; W.G. Goedhart Combi BV; Mark Beumer Advies + Management; VDZ Voetbal met meer plezier; Pluim en De Haas BV; Fysiotherapie Veerkracht; Marietta Schwarz Voolbouwer; Prohold BV; Ingenieursbureau Van der Kleij; EMPEE Beheer B.V.; De Prakt(eik), voor totale ontspanning; R. van der Hijden; Rob Poels Bestuursadvies; Nancy Poels Mens- en Teamondersteuning; Solution by Massage; Scholten Osteopathie; HillFive B.V.; Energetische Praktijk Kitty; Gelko; Ullrich Holding BV; Hr E.B van Verseveld; Hekhuis Installaties; Van Extel IT Services; Architectenbureau Pollmann; Live in Motion Sport; MARKOV Solutions; DotHugo; ToZorganize; Blijerveld Juridisch Advies; Meesterlijk Mindset, coaching en training voor juridische professionals; Garage Jongepier.

50 jaar 1973 - 2023
CRANEVEER
Wijkblad van Cranevelt/Alteveer

Start bouw appartementencomplex Kluizeweg

In opdracht van Volkshuisvesting Arnhem gaat bouwbedrijf Welling 42 nieuwbouwappartementen realiseren aan de Kluizeweg te Arnhem. Op basis van Design & Build heeft Welling deze opdracht verkregen en is daarom verantwoordelijk voor zowel het ontwerp als de uitvoering van dit bouwproject.

Voor de bouwvakvakantie zijn de eerste werkzaamheden uitgevoerd waarbij Welling is begonnen met het inrichten van het bouwterrein. Inmiddels is de bouwput uitgegraven

De volgende stap is de fundering. Deze werkzaamheden starten medio oktober, waarna Welling begint aan het souterrain. De kraan, die nodig is voor de bouw, plaatst Welling achter het te bouwen appartementengebouw.

Het nieuwbouw appartementen-complex bestaat uit 42 energiezuinige tweekamer-appartementen. Als alles volgens plan verloopt zijn de sociale huurappartementen eind 2024 klaar.

Op de hoogte blijven van dit project? Meldt u dan aan voor de nieuwsbrief van Welling! Stuur een mail naar mail@welling.nl met in de onderwerpregel de volgende tekst: 60007986 – Aanmelding nieuwsbrief Kluizeweg Arnhem U wordt dan op de hoogte gehouden via het mailadres dat u opgeeft of waar u mee mailt.

Wonen tussen poorten en parken

Ter gelegenheid van het 50 jarig bestaan van recreatieve vereniging Craneveer is een prachtig jubileumboek uitgegeven: Alteveer & 't Cranevelt, Wonen tussen poorten en parken.

Voor ieder huisadres in de wijk is een boek beschikbaar. Velen van u hebben al een boek afgehaald. Bent u nog niet in de gelegenheid geweest, dan kunt u het jubileumboek afhalen bij **Te Gek Wonen** op het Beethovenplein. Of u kunt een mail sturen naar administratie@craneveer.nl. Ook kunt u bellen als u graag een boek wilt: **026 -35 137 54**. Volop mogelijkheden om nog een boek te verkrijgen dus.



DRINGENDE OPROEP!

De huidige redactie heeft leuke, nieuwe, andere, creatieve ideeën, maar tot uitrol komt het helaas niet omdat we met te weinig mensen zijn. Zoals ook uit het voorwoord blijkt, is de redactie van Craneveer kwetsbaar geworden. En dat is jammer!

Het is door buurtgenoten 50 jaar geleden opgezet en altijd met veel enthousiasme uitgegeven.

In eerdere edities hebben wij vaker oproepen geplaatst voor redactieleden. Helaas zijn daar weinig reacties opgekomen. Om de Craneveer te blijven uitgeven in welke vorm dan ook, zijn er echt meer vrijwilligers nodig.

Lees jij De Craneveer ook altijd met veel plezier? En wil je graag meewerken aan de samenstelling van het blad? Heb je leuke ideeën voor de inhoud? Of wil je op een andere manier meewerken?

Wij zoeken vrijwilligers voor:

Advertentiebeheer:

Het blad kan niet bestaan zonder advertenties. Contacten en contracten met adverteerders bijhouden zijn dan ook de belangrijkste werkzaamheden.

Redactie:

Het blad wordt deels ook gevuld door artikelen en bijdragen van schrijvers. Deze artikelen worden allemaal gelezen, beoordeeld en eventueel geredigeerd. Ook het bijhouden van de reguliere mailbox met reacties hoort tot deze taken.

Coördinatie van bezorging:

Het blad wordt door een acht bezorgers verdeeld over de wijk. Het klaarzetten van de bladen en coördineren van de bezorging behoort hierbij tot de belangrijkste taken.

Schrijvers:

Ondanks dat de meeste artikelen van schrijvers komen die geen onderdeel zijn van de redactie (omdat ze vanuit hun vakgebied artikelen aanleveren), zou het leuk zijn als we ook creatievelingen hebben die vlot met de pen zijn. Regelmatig hebben we leuke ideeën maar komt het niet van de grond omdat we de juiste schrijver niet in ons midden hebben.

Jeugd:

Het lijkt ons interessant om ook de jeugd een stem te geven in ons blad. We zijn dan ook op zoek naar tieners die het leuk vinden om zo af en toe eens een bijdrage te leveren aan het blad de Craneveer. Kun je leuk tekenen? Of heb je een interessant verhaal? Stuur het ons door!

Wat bieden wij?

- Gezellige buurtgenoten om 6x per jaar mee te borrelen (en te vergaderen)
- Een goed gevoel als er weer een mooi exemplaar op de mat ligt.
- Complimenten voor je inzet en leuke reacties van buurtgenoten.
- Een leuke plek om vrijwillig een bijdrage te leveren aan de wijk.

Vragen of interesse in een van de functies? Bel gerust met een van de huidige redactieleden of stuur een mail naar redactie@craneveer.nl. We zullen alle reacties binnen de redactie bespreken.

DEADLINE!

We zien de reacties graag voor 11 november tegemoet. Als blijkt dat we met onvoldoende mensen overblijven en geen Craneveerwaardig blad meer kunnen maken, zijn wij helaas genoodzaakt om er mee te stoppen. Dan zal deze editie de laatste zijn.

Dan volgt er alleen met kerst nog een attentie als afsluiter van het wijkblad Craneveer.

Laten we het wijkblad na 50 jaar stoppen? Wat ons betreft niet, dus reageer snel!

Een hulpvragende groet,
Redactie Craneveer



Natuur in de wijk



De herfst is weer begonnen, maar er zijn nog altijd planten die in bloei staan. Heb jij al een wandeling gemaakt door onze wijk en deze bloemen opgemerkt?

- | | | |
|-------------------|--------------------|--------------|
| 1 vogelmuur | 2 klein streepzaad | 3 madeliefje |
| 4 herderstasje | 5 duizendblad | 6 klimop |
| 7 harig knopkruid | | |

9

Even voorstellen? Nienke Hoekstra

Hallo allemaal,
Mijn naam is Nienke. Ik ben moeder van twee dochters, Madeleine van 5 jaar en Sanna van 2 jaar. Onlangs ben ik begonnen als zelfstandig ondernemer in print design en illustraties, zoals bijvoorbeeld geboortekaartjes. Ik zal in elke editie van het komende jaar een pagina vullen met illustraties van de bloemen die bloeien in onze wijk.

Ik ben blij om me bij de redactie aan te sluiten en mijn bijdrage te leveren. Ik zal af en toe wat schrijven en waar nodig Nico helpen met de vormgeving. Ik kijk uit naar het ontmoeten van andere wijkbewoners voor verhalen en ben ook nieuwsgierig naar de mensen die een rol spelen in onze wijk.

We wonen in een groene omgeving en ik hoop dat jullie het interessant vinden om te zien welke bloemen er op dat moment in bloei staan.

Mijn eigen geschiedenis in de wijk begon toen ik op mijn vijfde met mijn ouders en broer in de Slothouberstraat kwam wonen. Sindsdien heb ik altijd hier gewoond, op wat omzwervingen na hier en daar. Als student had ik het geluk om een appartement te kunnen huren in de flat aan de Kluizeweg, die nu is afgebroken. En na mijn afstuderen verhuisde ik naar een appartement aan de Ravelstraat. Toen mijn vriend en ik op zoek gingen naar een huis, hebben we verschillende wijken in Arnhem overwogen. Uiteindelijk vonden we het leukste huis



toch weer hier in deze buurt. Ik heb goede herinneringen aan de activiteiten die hier georganiseerd werden, zoals Koninginnedag en de kinderdisco, en vind het heel leuk dat mijn kinderen daar nu ook weer plezier aan kunnen beleven. Tot ziens in de volgende editie van ons wijkblad,

Groetjes, Nienke



Frans leren of bijhouden?
Klassikale/online lessen in kleine groepjes

Interesse in de Franse cultuur?
Leuke en interessante culturele avonden voor cursisten, leden en niet-leden!

Meer info:
026-3333795 arnhem@afpb.nl
www.afpb.nl/arnhem

af Alliance Française
Arnhem





Little
Luna

www.littleluna.nl
geboortekaartjes & meer

MyWheels & We Drive Solar bundelen de krachten

Als je al deelautorijder bent bij MyWheels of We Drive Solar, dan heb je intussen het nieuws al in je inbox ontvangen.

MyWheels gaat de deelauto als buurtbatterij op grote schaal aanbieden in Nederland. Als deelautorijder kan je slim laden en het energienet ontlasten.

Door de samenwerking met We Drive Solar wordt het aanbod aan deelauto's ook nog eens flink groter.

Kijk op www.mywheels.nl voor het aanbod in Arnhem én de prijzen voor incidenteel of regelmatig gebruik (meestal goedkoper dan een eigen auto).

Hulp bij terugdringen energieverbruik

De winter komt er weer aan. Onzekerheid alom over de kosten voor energie, de komende maanden. In Arnhem wordt er op verschillende manieren gratis hulp geboden om bewoners te helpen bij het terugdringen van hun energiegebruik en daarmee ook hun energierekening.

Heb jij moeite met het betalen van de energierekening? Roep nu de hulp in van een energiecoach, want dat scheelt.

Energiecoach

De energiecoaches van Energiebank regio Arnhem helpen huishoudens in Arnhem en omgeving bij het verlagen van hun energieverbruik en energiekosten.

Wat doet een energiecoach?

- De energiecoach geeft huishoudens tips en advies over het verlagen van het energieverbruik. Afhankelijk van de behoefte van het huishouden komt de energiecoach 1 tot 5 keer langs.
- De energiecoach plaatst samen met het huishouden bespaarproducten in de woning. Het gaat daarbij bijvoorbeeld om radiatorfolie, tochtstrips, brievenbusborstels, ledlampen, besparende douchekoppen, etc.
- Het advies en de bespaarproducten zijn geheel gratis.

Hoe vraag je een energiecoach aan?

Via www.arnhemaan.nl/energiecoach kan een aanvraag worden gedaan.

Ook kan er gebeld worden met **06 4287 5830**.

Energie besparen met je VvE? De VvE coach staat voor je klaar.

Het verduurzamen van een appartementencomplex is een vak apart. Daarom stelt de gemeente Arnhem dit najaar een gratis VvE coach beschikbaar. De coach helpt Arnhemse Verenigingen van Eigenaren (VvE's) stapsgewijs op weg bij het verduurzamen van hun complex.

Van hulp bij de oriëntatie tot het contact met uitvoerders en van advies op maat tot alle informatie over subsidies en financieringen. De VvE coach helpt je goed op weg.

Meld je aan

Behoeftte aan een VvE coach, aan de slag met je VvE of meer informatie? Meld je (met je VvE) aan bij Energieloket Arnhem via **088-525 41 10** of via vrAGEN@regionaalenergieloket.nl.

VvE loket

Naast de VvE coach is er op Energieloket Arnhem een speciaal VvE loket ingericht voor bewoners van VvE's. Dit loket biedt een handig stappenplan, slimme tips en een uitgebreid overzicht van subsidies, financieringen, uitvoerders en toe te passen maatregelen.

Ga naar vve.regionaalenergieloket.nl en voer je postcode in voor informatie op maat.

Inkoopactie gemeente Arnhem: isolatie, warmtepompen en zonnepanelen

In september viel bij eigenaren van een woning met een bouwjaar tussen 1930 en 1971 een mooie aanbieding in de bus van de gemeente. Hier nog een keer een herinnering, want je hebt tot 15 november om je aan te melden op www.winstuitjewoning.nl/arnhem/inkoopactie.

Duurzaam Craneveer heeft eerder een actie georganiseerd met Winst uit je Woning. Dat is toen goed bevallen. Nu kan je met de brief van de gemeente nog een keer gebruik maken van dit mooie, en nu bredere, aanbod

Warmtecamera-wandelingen: een snelle scan van jouw huis

Zodra de temperatuur laag genoeg is gaan we weer aan de wandel met de warmtecamera's van Duurzaam Craneveer. Houd onze nieuwsbrief en NextDoor in de gaten. Zie www.duurzaamcraneveer.nl voor informatie over het verduurzamen van je huis. Je kan je er ook inschrijven voor de nieuwsbrief.

Subsidieregelingen voor het verduurzamen van je woning

Isolatiemaatregelen en het klimaatbestendig maken van je woning: de overheid stelt voor veel maatregelen geld beschikbaar voor eigenaren, VvE's en huurders.

Op onze website (www.duurzaamcraneveer.nl) vind je een overzicht van de subsidies. Je kan ook googelen naar "energiesubsidiewijzer" (van Milieu Centraal).

Buurtavond over het isoleren van je huis

**vrijdag 17 nov 2023
19:30 - 21:30
In de Buurtfabriek**

Onzekerheid over de energieprijzen? Met beperkte ingrepen kan je je energieverbruik al drastisch verminderen, je huis comfortabeler maken, je CO₂ uitstoot verminderen en je portemonnee sparen. Tijdens deze avond gaan we aan de slag met informatie over isoleren en de stappen die jij kunt zetten om een comfortabel en toekomstbestendig huis te krijgen.

Programma

We laten tijdens deze avond (ervarings-)deskundigen aan het woord. We gaan in op vragen zoals: wat kan je zelf doen? Wie kan je helpen met het maken van keuzes? Wie kan je helpen met de uitvoering? Wat is er mogelijk qua subsidies?

We kijken naar eerder onderzoek in de verschillende huizen in onze wijk en onze ervaringen met de vele warmtewandelingen van de afgelopen jaren: relevante en bruikbare inzichten en adviezen zullen langskomen.

Je kunt je tijdens de avond opgeven als geïnteresseerde voor de warmtecamerawandelingen.

Appeltaartgesprek

Waar begin je met energie besparen? Waar moet je op letten als je gaat isoleren? Wat is een goede aannemer? Wat zijn de beste oplossingen voor jouw type woning? Je leert het van je bureen!

Samen met bureen onder gespreksbegeleiding van Duurzaam Craneveer je energierekening bespreken en tips en ideeën uitwisselen voor energiebesparing in je eigen huis. Dat is wat we doen tijdens een appeltaartgesprek. Op **26 september** organiseren we voor bureen op het **Sint Caeciliapad** zo'n avond. Een aantal onderwerpen die daar onder het genot van appeltaart voorbij kwamen: ervaringen met de opbrengst van zonnepanelen, hoe en wanneer verwarm je je huis, isoleren, maatregelen tegen vocht, hoe verhoog je praktisch en goedkoop het comfort in je huis.

Heb je ook interesse om een appeltaartgesprek te organiseren voor de bureen in je straat? Geef je dan op via het contactformulier op www.duurzaamcraneveer.nl. We nemen dan snel contact op.

Duurzaam Craneveer: samen voor een duurzame wijk

Duurzaam Craneveer is een wijkorganisatie. We zijn een coöperatie én een werkgroep maar vooral zijn we een bewonersinitiatief. Voor en door bewoners van onze wijk. Wij, de vrijwilligers van Duurzaam Craneveer, willen iedereen die aan de slag wil om zijn huis te verduurzamen ondersteunen, op weg helpen en enthousiast maken. Op www.duurzaamcraneveer.nl lees je meer.

Benieuwd naar vrijwilligerswerk in Ronald McDonald Boshuus in Arnhem? Kom dan naar de informatieavond op woensdag 8 november!

Overweeg je wel eens om vrijwilligerswerk te doen voor families met een zorgintensief kind? Kom dan een kijkje nemen tijdens de informatieavond op woensdag 8 november in het Boshuus, vakantiehuis van het Ronald McDonald Kinderfonds in Arnhem.

Woensdagavond 8 november

De vrijwilligers en het management nodigen je van harte uit om sfeer te komen proeven op 8 november tussen 19:00 – 21:00 uur. Er is koffie/thee met iets lekkers, ruimte om vragen te stellen en vrijwilligers leiden je graag rond terwijl ze hun verhalen delen over hun werk in dit bijzondere vakantiehuis.

Over het Boshuus

Het Ronald McDonald Boshuus in Arnhem is een aangepast vakantiehuis van het Ronald McDonald Kinderfonds. Dit bijzondere vakantiehuis is er speciaal voor gezinnen met een zorgintensief kind of jongvolwassene tot en met 25 jaar. Tevens is het Boshuus een vertrouwde uitvalsbasis voor ouders waarvan het kind is opgenomen of revalideert bij Klimmendaal revalidatiespecialisten.

Onmisbare vrijwilligers

Vrijwilligers zijn onmisbaar in het Boshuus. Dagelijks zet een zeer betrokken team zich in om deze gezinnen zorgeloos van hun vakantie te laten genieten. Door de toename van het aantal vakantiegasten is de hulp van extra vrijwilligers hard nodig. Jouw hulp is daarom meer dan welkom. Want met jouw inzet kan elk gezin met een zorgintensief kind onbetaalbare vakantieherinneringen maken.

Ben jij er ook bij?

De vrijwilligers en het management van het Boshuus ontvangen je graag op woensdag 8 november. Aanmelden kan via arnhem@ronaldmcdonaldhuis.nl

Meer informatie

Meer informatie over vrijwilligerswerk bij het Boshuus? Scan onderstaande QR-code.



Ronald McDonald Boshuus,
Heijenoordseweg 5, Arnhem
arnhem@ronaldmcdonaldhuis.nl
026 - 352 52 60



Vanaf oktober start Rijnstate met grootscheepse verbouwing

Vanaf oktober start Rijnstate met verschillende renovatieprojecten op de locatie in Arnhem.

Verbouwing en vernieuwing is nodig, om nu en in de toekomst een goede omgeving te kunnen blijven bieden aan onze patiënten en collega's, die past bij de zorg die we willen bieden. In dit bericht zetten we alle projecten op een rij die we de komende jaren zullen aanpakken.

Even terugblikken: tussen 2017 en 2021 hebben we al een flink deel van de locatie Arnhem vernieuwd. Denk aan het OK centrum en het Centrum voor Vrouw & Kind.

Tegelijk staan een aantal andere plekken in ons ziekenhuis in de wacht, die toe zijn aan vernieuwing. Vanaf oktober 2023 starten we met een nieuwe verbouwingsfase. We schatten in dat de totale aanpak van al deze projecten tot en met 2031 zal duren. De meeste verbouwingen vinden binnen plaats, maar ook het terrein rondom onze locatie zal deels worden aangepakt.



Waarom verbouwt Rijnstate?

Om de beste zorg te kunnen blijven bieden aan patiënten en om een goede en veilige werkomgeving te kunnen zijn voor alle (toekomstige) zorgmedewerkers, is het nodig dat we investeren in onze locatie. Dat doen we met oog voor actuele thema's: zorginnovaties, duurzaamheid en energieoplossingen die ook op termijn gunstig zijn voor ons verbruik.

Een strakke planning

Om de verbouwingen te realiseren hebben we een plan van aanpak en strakke planning gemaakt per project. De planning zit zodanig in elkaar, dat alle zorg kan doorgaan tijdens de bouwactiviteiten.

Entree en buitengebied

De eerste stappen van de grootschalige vernieuwing zijn inmiddels gezet. We hebben een tijdelijke entree ingericht en hebben een begin gemaakt voor de aanpassing van ons buitenterrein.

In november starten we met de bouw van de hoofdingang. Vanaf dan wordt ook de tijdelijke entree in gebruik genomen.

Poliklinieken tijdelijk in P5

In het voorjaar van 2024 starten we met de vernieuwing van de poliklinieken. De renovatie van de poliklinieken vindt gefaseerd plaats om zo de veilige zorg te kunnen blijven garanderen. We bouwen een tijdelijke polikliniek op P5; tijdens de grondige verbouwing bij het huidige gebied verplaatsen we de poliklinieken naar die kant van ons gebouw, om zo de gevraagde capaciteit te blijven bieden tijdens de bouw.

Schuifplan voor kliniek

Naast de renovatie van de poliklinieken realiseren we aan de achterzijde van het gebouw een nieuw polikliniekdeel. Dit doen we om een schuifplan te kunnen realiseren om uiteindelijk de kliniek te vernieuwen en voldoende ruimte te bieden aan alle afdelingen.

De vernieuwing van de poliklinieken loopt van 2024 tot en met 2027. We beseffen dat dit een lange periode is. Dat is nodig om alle afdelingen in verschillende fasen uit te voeren.

In dezelfde periode vernieuwen we ook het atrium. Een spannende en grote klus samen met de renovatie van de poliklinieken.

Kantoren en restaurant

Vanaf dit najaar starten we ook met de vernieuwing van onze kantoorhuisvesting. De stafafdelingen worden tijdelijk ondergebracht in het bijgebouw op P5; als de verbouwing klaar is, wordt P5 als kantoorfunctie opgeheven. Dan maken we van die locatie de tijdelijke ruimte voor de poliklinieken. Aansluitend aan het vernieuwen van de kantoorhuisvesting wordt het restaurant en vergadercentrum vernieuwd.

Klinieken en SEH/AOA

De laatste fase van de totale vernieuwing is de kliniek. Op dit moment staat de aanpak daarvan gepland vanaf 2026, met de verbouwing van de SEH en de verplaatsing van de AOA naar de eerste verdieping.

Volg de bouw

In onze bouw-app plaatsen we geregeld berichten over de vorderingen. Ook blijven? Download gratis de BHB App via Google Play of de Apple store, te herkennen aan het beeldmerk met het oranje vierkantje.

Download BHB App



Rijnstate

Uitje voor 50 buurtbewoners in het Nederlands Openluchtmuseum

Op donderdag 5 oktober was het zover en werden om 11.00 uur ongeveer 50 wijkbewoners hartelijk ontvangen in de kasteelboerderij van het NOM, met koffie/thee en een heerlijke zelfgebakken grote bokkenpoot.



Na een vriendelijk welkomstwoordje door de directeur van het NOM, Teus Eenkhoorn, deelde Carola van der Woude de mensen mee met welke medewerkers zij op pad zouden gaan. Voor iedere vijf bewoners waren er twee of drie medewerkers van het NOM aanwezig. Voor alle bewoners was er zo voldoende hulp om het park te bezoeken en ook was ervoor gezorgd dat men de bewoners van bijzondere informatie kon voorzien en luisterde men naar verhalen van de mensen. In de groepjes werd besproken wat men graag wilde bekijken. Waren de mensen aan een rustmoment toe, dan was de tram nooit ver weg.

Tussen de middag was er een lunch met lekkere broodjes bij het restaurant op het voorplein en aan het eind van de dag kon iedereen een heerlijk ijsje halen bij Venezia. Daar op het terras, terwijl het zonnetje weer heerlijk scheen, heb ik de mensen gevraagd wat ze van de dag vonden. Zowel de wijkbewoners als de medewerkers waren zeer enthousiast.

De volgende opmerkingen, soms wat samengevoegd, of meerdere keren gezegd, werden gemaakt:

Wat een verrassende dag en wat hebben we veel nieuwe dingen gehoord.

Wat leuk de verhalen van de sprekende teddybeer in het vakantiehuis van Warnsveld

Wat een goede en lieve begeleiders en enthousiaste medewerkers.

Iemand die het groepje kwijt raakte werd gelukkig weer teruggevonden bij de ijssalon.

Wat zijn we gastvrij en hartelijk ontvangen. We kregen optimale begeleiding door de medewerkers.

Graag volgend jaar weer zo'n dag.

Sommige mensen waren al jaren niet meer in het park geweest en iemand had er trouwfoto's laten maken.

Wat heb ik leuke en gezellige medewijkbewoners ontmoet. Ik voel me hier helemaal thuis.

Wat een enthousiaste en geïnteresseerde wijkbewoners zijn aanwezig deze dag.

Wat een mooie verhalen hebben wij gehoord van de bewoners. Iemand had als kind in het park gewoond tijdens de evacuatie. Zij wist waar een baby, Nora Olga Maria, geboren was in die tijd.

Wat kregen we mooie en interessante inside informatie; een leerzame dag.

Wat hebben wij veel geleerd over de toegankelijkheid van het museum voor mensen met rollators en in rolstoelen. Je ziet meer als je wat langzamer loopt door het museum.

Wat hebben we leuke herinneringen opgehaald bij de oude voorwerpen, dit had mijn opa of oma ook.

Wat hebben we genoten, namens ons allemaal een hartelijk dank voor het museum.

Dit kan ik alleen maar onderschrijven!
Marjan van Roon



14

15



Op 11 november wordt het feest van Sint-Maarten gevierd. 's Avonds mogen kinderen met een lampion in de hand langs de deuren lopen. Na het aanbellen zingen ze liedjes ter ere van Sint-Maarten en krijgen daarvoor een traktatie, meestal snoep of fruit.

Bij huizen waar een brandende kaars voor het raam staat mogen

Sint Maarten: Zaterdag 11 november 2023 door Marjan van Roon

de kinderen aanbellen. De kinderen mogen om 19.00 uur starten met lopen en ze krijgen een uur de tijd om overal te zingen en wat lekkers op te halen. Is uw snoepvoorraad op, blaas dan de kaars uit. Ook graag alle kaarsen om 20.00 uur doven, zodat de kinderen weten dat ze weer naar huis moeten gaan.

We werken ook dit jaar met twee punten waar kinderen en volwassenen zich kunnen opwarmen met chocolademelk of Glühwein. Zowel bij de COOP als bij de buurtfabriek zullen mensen staan om kinderen en volwassenen te ontvangen. We hopen dat ook dit jaar weer veel mensen in beide delen van de wijk een kaars voor hun raam plaatsen. Doet u dit jaar ook weer mee? Hoe meer ramen met een kaars ervoor, hoe

leuker het voor de kinderen is om rond te lopen. Ook voor veel wijkbewoners is het een leuk gezicht en gehoor, de groepjes zingende kinderen die door de wijk lopen. Zo is het voor de bewoners van het Altevelt fijn als er in de omliggende straten veel kaarsen voor de ramen staan.

Kinderen hoeven niet te starten bij COOP of buurtfabriek. Ze mogen er ook in dat uur een keer naar toe lopen. Als er veel groepjes kinderen met ouders rondlopen is er in de hele wijk een gezellige sfeer en voorkomen we met elkaar grote groepen mensen.

Wij kijken uit naar een gezellige avond en zien jullie graag bij de COOP, Beethovenlaan, of de buurtfabriek, Peter van Anrooijlaan 1

En de winnaar is...

De trekking van de loterij is voor velen altijd een hoogtepunt van het buurtfeest. Met zeepkistenrace, de minuut gratis winkelen en andere activiteiten kregen we de trekking van de gewonnen prijzen niet meer goed ingepast in het programma. Het is maar goed dat wij zo'n goed gelezen wijkblad hebben waarin we de gewonnen prijzen bekend kunnen maken.

De winnende lotnummers zijn:

Drogisterij Biermasz
Verrassingspakket Drogist 417
(ophalen in winkel met ticket)

Cafetaria 't Hoekje
Familiezak Friet met snacks 537
(ophalen in cafetaria met ticket)

Te Gek Wonen
Buitenkleed 768
(ophalen in winkel met ticket)

Bakkerij Hilvers
Taart 549
(ophalen bij de bakker met ticket)

Bowlingcentrum De Schelmse Brug
10x bowlen 448
(ophalen bij Cattepoelseweg 254 met ticket)

Fysiotherapie Veerkracht
10x sporten 404
(ophalen winkel met ticket)

We bedanken de sponsors met het beschikbaar stellen van de prijzen en wensen de winnaars veel plezier met gewonnen items! Stuur een leuke foto met je opbrengst voor de volgende Craneveer!



Beheer van de bosstroken

Je hebt vast de afgelopen weken in de bosstroken vande wijk informatiebordjes zien staan. De gemeente is in samenwerking met werkgroep groen Alteveer Cranevelt gestart met een serie werkzaamheden in deze bosjes. Allereerst wordt alle vuil, puin en tuinafval uit de bosjes verwijderd. Daarna worden de bosjes onderhouden en als laatste worden op open plekken nieuwe bomen en heesters geplant. Al deze werkzaamheden zullen dit jaar uitgevoerd worden.

Opschoonactie

De eerste twee opschoonacties zijn, bij het schrijven van dit stukje, inmiddels uitgevoerd. Tussen de sportvelden, de Kluizeweg, het St. Ceciliapad en de Wolflaan is op 15 en 22 september in totaal 40 kuub tuinafval en 5 kuub puin en andere dumpingen opgeruimd. Acht bewoners hebben hierbij geholpen en veel bewoners hadden hun spullen al in hun eigen tuin gezet of het tuinafval opgeruimd. Fijn dat er zo goed meegewerkt wordt om alle rommel en tuinafval, dat niet thuis hoort in de bosjes, op te ruimen. Op 6 en 7 oktober is de opschoonactie uitgevoerd in de bosjes tussen de Schubertlaan en het St.Ceciliapad.



Avondwandeling

Op 21 en 27 sept heeft de gemeente twee avondwandelingen georganiseerd waar uitleg gegeven werd over de principes van het bosbeheer. In totaal hebben er 30 bewoners mee gewandeld.

Vóór het onderhoud van de bosjes worden de bomen, die verwijderd moeten worden voor de veiligheid of om andere bomen de ruimte te geven, gemerkt met oranje verf. Als je hierover vragen hebt, dan kun je contact opnemen met Marcel van Heumen van de gemeente: zijn nummer staat op alle informatiebordjes in het veld.

Gooi tuinafval niet in het bos

In het bosbeheer blijft dood hout liggen of staan. Dit verbetert het natuurlijke proces en bevordert de biodiversiteit. Denk aan dode bomen die door spechten bezocht worden en alle organismen die zorgen voor de vertering van boomstammen en blad. Veel bewoners realiseren zich niet dat het bos extra blad of tuinafval niet kan verwerken.

Gooi daarom je tuinafval en blad niet in het bos



Waar kan ik mijn grof tuin- en snoeiafval kwijt?

Is het tuin- en snoeiafval te groot of te zwaar voor de minicontainer?

Lever het zelf gratis af bij de afvalbrengrstations of laat het gratis aan huis ophalen. Dit kan tussen maart en oktober (van week 10 t/m week 44). Het tuin- en snoeiafval wordt dan binnen 4 werkdagen bij je opgehaald. In de wintermaanden wordt grof tuin- en snoeiafval niet opgehaald, maar kun je het uiteraard wel zelf naar het afvalbrengrstation brengen, of maak telefonisch een afspraak met PreZero via de PreZero servicelijn, telefoonnummer 0800 -36 66 999. Deze informatie vind je ook op de site van de gemeente: Grof tuin- en snoeiafval Gemeente Arnhem:

https://www.arnhem.nl/inwoners/wonen_en_milieu/afval/afval_abc/grof_tuin_en_snoeiafval



16

17

Bladafval

Heb je veel bladafval in je tuin, dan kun je een Green Bag bestellen via <https://inzamelwijzer.prezero.nl> Deze Green Bag kost € 17,50, bij afname van een 2de zak, dan kost deze € 3,50. Meer informatie vind je op Bladafval Gemeente Arnhem: https://www.arnhem.nl/inwoners/wonen_en_milieu/afval/afval_abc/Bladafval



Grofvuil

Om volledig te zijn: je kunt je grofvuil twee keer per jaar gratis op afspraak op laten halen.

Voor alle afvalinformatie, zie:

www.arnhem.nl/afval.

Onder afvalsoorten staat hoe je ermee om kan gaan.

Werkgroep groen Alteveer-Cranevelt

Craneveer

prezero

GEMEENTE
Arnhem

Emmy Krom exposeert in Craneveer



Vanaf november gaat Emmy Krom exposeren in de zaal van Craneveer.

Emmy woont al heel lang op Alteveer. Na haar opleiding Textiele Werkvormen heeft zij met veel plezier gewerkt als docent Beeldende vakken in het regulier en speciaal onderwijs in respectievelijk Amsterdam en Arnhem. Thuis is zij ook al die tijd creatief bezig geweest.

Emmy's werk is heel divers. Zo schildert zij familieleden en zeegezichten en maakt ze groot abstract werk waarin kleur de hoofdrol speelt. Ook werkt Emmy graag grafisch met verschillende druktechnieken als etsen en monoprint. Daarnaast zullen ook mixed media werkstukken en collages te zien zijn.

Het wordt een afwisselende expositie en we willen iedereen van harte uitnodigen om Emmy's werk te bekijken onder het genot van een hapje en een drankje tijdens de feestelijke opening op:

Zondag 5 november 2023, 14 -16 uur

Wie liever op een ander moment de expositie wil bekijken, is van harte welkom tijdens de koffie op de schilderochtend, elke dinsdag om 10.30 uur.

Of neem contact met mij of Emmy op om iets anders af te spreken.

Emmy's werk is ook te koop.

Bij interesse, stuur een mailtje. Tot ziens op de opening!

Emmy Krom, emmykrom@hotmail.nl

Lisette Ter Burg, lisetteterburg@gmail.com

Wij, van NAbij zijn er ook in uw wijk voor mensen in de laatste levensfase

In elke wijk wonen er mensen die ernstig ziek zijn en niet lang meer zullen leven. Helaas zijn er steeds meer mensen die alleen deze laatste fase van hun leven doormaken, omdat zij onvoldoende mensen om zich heen hebben die hen kunnen bijstaan. Doordat wij er kunnen zijn, voorkomen we dat mensen alleen de laatste levensfase door hoeven maken.

NAbij ondersteunt deze mensen met een klein, geen of verstoord netwerk. Zij wonen thuis of zijn opgenomen in een ziekenhuis of in een verpleeg- of zorginstelling. De ondersteuning die NAbij biedt, is geheel afhankelijk van de vraag en de situatie waarin een zorgvrager

verkeert. Wij komen regelmatig in aanraking met complexe situaties, waarbij voor de zorgvrager contact met andere mensen niet altijd vanzelfsprekend is.

Zo bieden wij bijvoorbeeld ondersteuning bij het begeleiden naar huis na ontslag uit het ziekenhuis. Een wekelijks of zelfs dagelijks bezoek, meegaan naar de arts of onderzoek, meedenken over de situatie, maar ook luisteren, praten, samen koken, erop uitgaan etc. Verder in het ziekteproces kunnen wij er overdag en zo nodig ook in de nacht zijn. Voor ondersteuning van NAbij is geen verwijzing nodig en de ondersteuning is kosteloos.

Wilt u er ook zijn voor de medemens in zijn of haar laatste levensfase? Interesse? Wilt u meer weten?

Kijk voor informatie over NAbij op www.nabij.nu of bel **085-0163333** of bezoek www.eenzamedood.nl of de www.vrijwilligerscentralearnhem.nl voor onze vacatures.



18

19

ERVARINGEN RONDOM AFSCHEID YARÍ VAN BUEL

Yarí van Buel (1958) woont sinds 2011 met haar gezin in onze mooie wijk. Ze ondersteunt in de laatste levensfase en beweegt zich tussen gebieden van afscheid, sterven, dood en rouw. Hier neemt ze u mee in de onontkoombaarheid van het leven.



"Ik ben Geertje". Haar heldere oogopslag treft me direct. Ze wil een afscheidsbrief voor haar vrienden. Kort en bondig laat ze me neerschrijven dat haar leven gaat eindigen, dat ze daar vrede mee heeft en hoe vrienden eventueel nog contact kunnen hebben met haar. Een kwartier later is de brief klaar.

"Zullen we nog wat praten? Ik geloof dat het klikt tussen ons." "Van waaruit doe je dit werk en hoe ben je ermee begonnen?" Ik vertel haar dat ik eerst wat innerlijke zaken op orde moest hebben. Alleen dan kan ik er zijn voor de ander. "Oh, dus jij hebt ook wel wat hang-ups overgehouden aan je leven?" Op mijn vraag wat haar grootste hang-up is vertelt ze me over die dag in 1944, 4 jaar oud. Ze moesten vluchten in Nijmegen vanwege fosforbranden.

Ze liep aan de hand van haar vader. Haar zusje aan de hand van het kindermisje en moeder liep achter hen met haar broertje in de kinderkar. Moeder kon hiermee niet over de omgevallen bomen. Geertje en haar vader waren er al overheen. Ze vertelt over de dode soldaten die in die bomen verstrikt zaten, een beeld dat zich diep nestelde in haar geheugen. Vader riep moeder toe dat hij haar kwam helpen. "Maar wat doe je dan met Geert?" "Geert die redt zich wel!"

Dat zinnetje is haar hang-up geworden in dit leven. Ze heeft zich gered in dit leven met een flinke dosis eigengereidheid en doorzettingsvermogen. "Ik heb een rijk leven gehad. Niet

gemakkelijk, maar rijk." Ze vertelt over haar liefdesleven, haar werk als psycholoog en over haar broer en zus. Liggend op haar bed kijkt ze terug op alle mooie dingen die ze beleefde, de reizen die ze maakte en de mensen die ze in haar leven mocht ontmoeten.

"Hoe kijk jij aan tegen de dood?" Ik vertel haar dat de dood voor mij als vanzelfsprekend bij het leven hoort, maar dat ik hoop dat het stervensproces mild mag zijn en dat ik de moed heb me er aan over te geven. Een grote glimlach verschijnt op haar gezicht. "Ja, wat er na de dood is, vind ik niet belangrijk. Het leven en hoe je het afrondt, daar gaat het om. Ik hoop dat dit laatste stukje niet te lang en te zwaar zal zijn."

Een paar dagen later waak ik bij haar. Het gaat snel. Ze oogt zoveel zwakker. We spreken kort. Ze is moe, de pijn eist zijn tol. Ze vraagt haar pijnmedicatie en wil slapen. Ik help haar comfortabel te liggen en stop haar in zoals ze dat prettig vindt. "Fijn. Wat word ik toch verwend." Ik wens haar een goede slaap toe, dim de lichten en ga op afstand zitten. De morfine doet zijn werk en langzaam zakt ze weg. Haar ademhaling is regelmatig en ik kan met een gerust hart wat te eten en drinken voor mijzelf maken.

Gedurende de nacht gaat ze soms half bij bewustzijn rechtop zitten, terwijl de kracht om in balans te blijven haar ontbreekt. Haar steun bieden, zittend naast of achter haar is wat ik kan doen. Meegaan in haar bewegingen, haar ruimte geven en ervoor zorgen dat ze veilig blijft.

Tijdens één van die momenten zit ik achter haar, mijn handen naast haar schouders om haar bewegingen op te vangen. Ik spreek zachtjes tegen haar. Plots reageert ze door zich achterover leunend tegen mij aan te ontspannen. Ze probeert te spreken ondersteunt door handbewegingen. Ik vermoed dat de medicatie haar heen en weer laat reizen tussen bewustzijn en sluimeren. Ik vertel haar dat het oké is, dat ik bij haar blijf en zorg zal dragen voor haar. Ik voel geen verzet in haar onrust, het is meer een beetje bij beetje loslaten van haar levensenergie op weg naar overgave. Ik heb dit vaker gezien, het gaat op en neer, stap voor stap. Erbij zijn, nabij zijn, meebewegen, dat is hoe ik steun kan bieden. Wanneer ze weer dieper in slaap is, laat ik haar voorzichtig weer op haarzelf liggen.

Tegen de ochtend word ik afgelost door haar trouwe liefdevolle steun en toeverlaat. Geertje wordt ook wakker. Ik neem afscheid van haar, bedank haar voor haar vertrouwen. Een glimlach en een kort moment van intens oogcontact valt me ten deel. Ze heeft me geraakt. Twee nachten later laat ze het leven los in het bijzijn van degenen die haar zo na zijn.

Fijn te ervaren dat mijn column gelezen wordt. Bij iedere nieuwe column word ik er op straat, in het bos of in de winkel wel een paar keer positief op aangesproken. Via mijn mail kunt u ook reageren of vragen stellen. yari@amaruq.nl (amaruq met een Q).



het bureau voor moderne architectuur, interieur en landschap

Samen jouw ultieme woning ontwerpen?
Kijk wat we van plan zijn op
planbstudio.nl.

volg ons!

 [@planbstudio_nl](https://www.instagram.com/planbstudio_nl)



Buurtfabriek

Koor: Ekklesia de Zyp
Inloop & Horsterhof
Atelier Buurtfabriek
Knutselmiddag
Soepalarm
Buurtfabriek Repareert
Buurt aan Tafel
Deel je maaltijd
Samen koken

elke dinsdag 10:00 - 12:00
 elke dinsdag 13:30 - 15:30
 elke donderdag 10:00 - 12:00
 woe: 8 nov. (lampion) & 13 dec. 13:00 - 14:30
 1^e maandag: 6 nov. & 4 dec. 12:00 - 13:00
 1^e dinsdag: 7 nov. & 5 dec. 19:30 - 21:30
 2^e woensdag: 8 nov. & 13 dec. 18:00 - 20:00
 3^e zondag: 19 nov. & 17 dec. 17:00 - 18:30
 4^e donderdag: 23 nov. & 28 dec. 16:30 - 19:30

Maak je eigen lampion
Sint Maarten in de wijk
Buurt aan Tafel kersteditie
Oliebollen voor een buur

8 november 13:00 - 15:00
 11 november 19:00 - 20:00
 houd de website in de gaten 18:00 - 20:00
 30 december 12:00 - 13:00

Opwarmen in de Buurtfabriek

Kom jij deze herfst opwarmen in de Buurtfabriek? Elke dinsdagmiddag zijn we open voor een kopje koffie of thee en een praatje. Natuurlijk kun je ook een kijkje nemen bij de kippen, jouw groentetas ophalen of verse eieren per stuk kopen. We zien je graag!



Knutselmiddag: maak je eigen lampion

Woensdagmiddag 8 november bouwen we een wilgentenen lampion. Dan kan jij shinen op zaterdagavond met Sint Maarten. Wil jij mee knutselen? Kom dan woensdagmiddag om 13 uur naar de Buurtfabriek en geef je het liefst van te voren op via een mailtje aan info@onzebuurtfabriek.nl. Dan kunnen we voldoende materiaal inslaan. Je hoeft niks te kunnen, neem alleen een beetje zin mee. Ben je jonger dan 8 jaar, zorg dan voor een begeleider.



Deel je maaltijd

Op Burendag hebben we onze maaltijden gedeeld (zie afbeelding) met een groepje buurtbewoners. Dit doen we elke derde zondag van de maand (a.s. 19 november en 17 december). Wil jij ook aansluiten? Maak wat lekkers en breng dit mee naar de Buurtfabriek. Er is vaak meer dan voldoende. Drinkjes zijn verkrijgbaar bij ons.



Nacht van de Nacht: zaterdag 28 oktober

Zaterdag 28 oktober is het landelijke Nacht van de Nacht. Door gezamenlijk het licht uit te doen, willen een aantal milieuorganisaties en burgers aandacht vragen voor lichtvervuiling. Er zijn verschillende activiteiten in de omgeving Arnhem, zoals een nachtwandeling en dineren bij kaarslicht, kijk voor meer informatie op nachtvandenacht.nl. Houd onze media in de

gaten voor de bijdrage van de Buurtfabriek. En blijf je thuis, doe dan je eigen lichten zowel binnen als buiten uit. Een **donker Alteveer - 't Cranevelt** hoe mooi is dat?

Maak kennis met ons kippen-verzorg-team

De kippenverzorgers brengen dagelijks hun portie voer aan de kippen, maken het hok schoon en rapen de eitjes. We zijn blij dat jullie geregeld de eitjes komen kopen, zodat we weer nieuw droog voer en stro kunnen kopen. En dat de vijf dames geregeld worden bezocht voor de nodige aandacht. Hier zit het team aan het jaarlijkse kippen-ontbijtje mét ..een ei.



Volg ons op facebook of instagram!

Meer informatie over onze activiteiten of het reilen en zeilen van de Buurtfabriek? Wekelijks plaatsen we een actueel bericht op facebook: @buurtfabriekarnhem en op instagram: @buurtfabriek. Ook plaatsen we berichten op de app Nextdoor.

contact | meer info | vragen info@onzebuurtfabriek.nl - www.onzebuurtfabriek.nl





Marco van Kampen (1973) woont sinds 2011 met zijn gezin in Alteveer-Craneveel en heeft een antiquarische boekhandel annex Literaire T-shirts webshop. In deze rubriek vertelt hij over zijn vak, oude boeken en de bijzondere voorwerpen die hij tijdens zijn werk tegenkomt.

VONDSTEN

UIT HET ANTIQUARIAAT (24)

Met het onderwerp van deze aflevering had ik eigenlijk nog even willen wachten tot jullie wat ouder waren, maar het ziet er naar uit dat dit de laatste keer is dat het kan. Craneveer staat op het punt om opgeheven te worden omdat niemand (ook ik zelf niet) de wil en/of de tijd heeft om toe te treden tot de redactie van het wijkblad. Tijd dus voor seksuele voorlichting.



Het boek kwam enige tijd geleden binnen en viel mij eerst niet meteen op. 'Seksuele techniek in woord en beeld' werd in 1968 uitgegeven bij de Huizense Triton Pers en is een Nederlandse bewerking (door Marijke Michel en Dr. F. Stolle) van 'Seiseikatsu no chie' (1960), geschreven door de Japanse arts Sha Kokken (1925-2003). Rond dezelfde tijd, eind jaren zestig, werden diverse standjesboeken uitgegeven. Ik noem in dit verband 'Samenspel' van de Rotterdamse arts en verzetsheld Wim Storm (1913-1991) met foto's van Peter Dicampos (een pseudoniem van de fotograaf Peter van der Velden (1936 - 2016) die in 1967 bekend werd



door zijn naaktfoto van Phil Bloom bij het Lieverdje in Amsterdam en 'Liefde 69', de Nederlandse uitgave van 'Making Love' (1969) van Walter Hartford.

De donkere zwart-wit foto's van deze boeken lieten geen details van geslachtsdelen zien en waren, ofschoon stimulerend, vooral kunstzinnig van aard. Het jaar 1968 markeerde echter ook het begin van de Nederlandse porno-industrie; eerst met contactbladen als 'Vrienden Contacten' (de allereerste in februari 1968) en SAM (Sexy Advertentie Magazine) en vervolgens met Chick en Candy. De laatstgenoemde publiceerde weliswaar pas in nummer 18 de eerste "dickpic" (van een Arnhemmer op de Klarendalseweg!) maar al deze bladen waren beslist expliciet pornografisch.

Met die context in gedachten is 'Seksuele techniek in woord en beeld' opmerkelijk te noemen. De 'sex education' van Kokken is in ieder geval wonderlijk KUIS. Alle seksuele posities

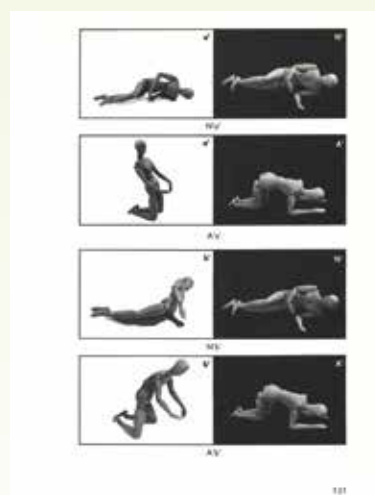
worden weergegeven met foto's (door Osamu Toyoda) van een soort CRASH TEST DUMMIES. Bovendien werden de mannelijke en vrouwelijke houdingen apart van elkaar gehouden (waardoor het wel enorm veel vergt van de fantasie om in deze technische handleiding tot de bijslaap iets sensueel te ontdekken).

Op pagina 144 vinden we "Wat de man over de vrouw moet weten" onder het kopje 'Lieve woordjes':

"De man denkt dat als hij eenmaal bij het begin van het huwelijk heeft gezegd: 'Ik houd van je', dit dan vijf of tien jaar geldt, of zolang hij niet het tegendeel heeft gezegd. [...]"

Het kan wel zijn dat tijdens coïtus zwijgen goud is, maar men moet er toch aan denken dat lieve fluisterwoordjes en woorden van genot op het juiste moment gezegd, nog effectiever werken."

Dit is dan misschien ook het juiste (het enige, het laatste) moment om zelf wat lieve woorden te richten tot de mensen die dit blad, de Craneveer, tot heden hebben gedragen (met name Astrid de Winther, Ryklof Wander, Cindy Steegs, Anne Melse, Sandra Pluim en vooral vormgever Nico Heimans): Dank voor jullie goede zorgen en het was een genoegen voor jullie te schrijven! En mocht één van jullie (dat bent U, geliefde lezer), mijn redacteur m/v willen worden bij Craneveer; laat het weten, zwijgen is soms géén goud, het is NU of nooit...



PIANOSTUDIO FERMATE

VAN LAWICK VAN PABSTSTRAAT 5 - ARNHEM

WWW.WILLEMIJNVANRIJN.NL

PIANOLESSEN VOOR KINDEREN EN VOLWASSENEN

026 - 44 27 354

06 - 23 762 033



Spierwerstraat 67 - 6823 DK Arnhem - 026 737 01 90 - info@giantstore-poutsma.nl - www.giantstore-poutsma.nl

TACOYO:

De leukste groepstraining op Muziek

KOM

2X

GRATIS

MEEDOEN!



TACOYO =

- * 5 kwartier allround conditietraining
- * Verbeterd houding, figuur en souplesse
- * Ontspan, reduceert stress
- * Voor jong en oud, man en vrouw
- * Iedere week nieuwe muziek
- * Samen trainen maar op eigen niveau

IN ARNHEM NOORD EN ZUID

- dinsdag 18.45 uur
- * gymzaal Viottastraat
- donderdag 19.15 uur
- * gymzaal Piramide

Informatie / aanmelden:

info@tacoyoarnhem.nl 06-20093737

www.tacoyoarnhem.nl



Specialismen

- > Electro- & Installatietechniek
- > Timmer, Bouw & Isolatie
- > Dak, Dakramen & Zinkwerk
- > Slotenservice
- > Riolering
- > Woning Ergonomisch Aanpassen
- > VvE & Studentenhuis Onderhoud
- > Keurmeester van Woningen NEN 8025
- > Gecertificeerde Inspectie & Onderhoud van Noodverlichting

www.houweronderhoud.nl

Lisztstraat 13-2, Arnhem, Tel. 06-51 285 283

info@houweronderhoud.nl

Koffie Lunch Borrel

Pannenkoeken

www.brasserieangerstein.nl

Dagelijks geopend van 10:00 tot 19:00 | Rosendaalseweg 485

Mantelzorgen doe je niet alleen!

Bezoek de Mantelzorgmarkt Arnhem op zaterdag 11 november in het Stadhuis.

Stichting Mantelzorg en Vrijwillige Thuishulp Arnhem (MVT Arnhem) bestaat dit jaar 25 jaar. Als afsluiting van ons jubileumjaar en in het kader van de Dag van de Mantelzorg organiseren wij op zaterdag 11 november 2023 in het Stadhuis de speciale **MANTELZORGMARKT ARNHEM**. Tijdens deze dag laten ruim 60 organisaties zien wat zij te

bieden hebben voor mantelzorgers. Er zijn leuke en ontspannende activiteiten en mantelzorgers kunnen een cadeautje ophalen als waardering voor hun belangrijke werk. Het belooft een leuke, leerzame én vooral ook gezellige dag te worden. Bezoekers moeten zich van te voren aanmelden en kunnen kiezen tussen een ochtend- of middagprogramma.

Datum: zaterdag 11 november 2023

Locatie: Stadhuis Arnhem (Koningstraat 38, 6811 DG Arnhem)

Openingstijden markt: 10.30 – 12.30 of 14 – 16 uur

Meer informatie en aanmelden via: www.mvtarnhem.nl/mantelzorgmarkt

MVT
Mantelzorg
Vrijwillige Thuishulp
Arnhem

Natasja Huting
uitvaartbegeleiding

06 - 11 59 65 04

info@natasjahuting.nl | www.natasjahuting.nl

Ongeacht of, hoe en waar u verzekerd bent, u kunt altijd bij mij terecht.



“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.”

9 september 2023: sport- en spelactiviteiten, georganiseerd door Scouting ruitergidsen Anne de Guigné in samenwerking met de recreatieve wijkvereniging.



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

Apotheek Biermasz

Apotheek Biermasz
Onder de Linden 21-1
6822 KG Arnhem
026 44 23 618

Drogerij Alteveer
Beethovenlaan 51 - 6815 BL Arnhem
026 37 07 535

Openingstijden:
maandag t/m vrijdag 09.00 - 13.00 uur
en 13.30 - 18.00 uur
zaterdag 09.00 - 17.00 uur

& Drogerij Alteveer

- Buiten ons drogisterij assortiment ook **PostNL Pakketpunt**
- Bij **Bewustwinkelen.nl** bestelde artikelen kunt u bij ons afhalen en betalen
- **CEWE Directfoto's** afdrukken
- en nog veel meer...
Loop gerust eens binnen!

cewe

Bewustwinkelen.nl



Een gesprek met een **ARNHEMS MEISJE** van 90 jaar... **Agnes Welling- Augustin**

door Astrid de Winther

Agnes Francisca Paulina Augustin woonde op de Dalweg met haar ouders en 3 zussen en 1 broer. Ze had een beschermde jeugd. Met vriendinnen richtte ze een clubje op. De trap voor haar huis aan de Dalweg werd in haar tienerjaren de hangplek. Ze kende de wijk Cranevelt goed, o.a. door het wandelen met haar eerste vriendje Henk die op de Bachlaan woonde.

Haar basisschool was de Sint Annaschool bij de Onze Lieve Vrouwen Kerk. Daarna volgde Agnes de huishoudschool. Na 1 jaar modevakschool ging ze naar de kappersschool op de Boulevard Heuvelink en later op de Apeldoornseweg. Ze werd door een kapper aan de Jansbinnensingel uitgenodigd om in zijn zaak te komen werken. Ze vond het ontzettend leuk en heeft zo veel mensen leren kennen.

Mevrouw Welling heeft de oorlog en evacuatie tijd meegemaakt en is uiteindelijk met haar familie grotendeels lopend in Baflo bij Groningen terecht gekomen. Daar mocht ze wol spinnen en koeien melken. Ze was 11 jaar toen ze terugkwamen in Arnhem. Haar vader die bij de AKU werkte, kreeg een grote lap stof van de zaak. Daar maakte Agnes een nieuwe broek voor haar vader van. Er was veel kapot in huis maar vader probeerde dat provisorisch te maken.

Agnes: "Ik leerde mijn man kennen toen ik 22 jaar was. Hij woonde op Monnikenhuizen en was voormalig oorlogsvrijwilliger militair. Hij is 1,5 jaar naar Indonesië geweest op uitzending. Na 2 jaar zijn we getrouwd.

We zijn toen komen te wonen op een zolderverdieping met keuken zonder raampjes op de Raapopseweg. Daar is onze oudste zoon geboren. We hebben daar bijna 3 jaar gewoond. Het was best veel gedoe om met de zoon in de kindervan te gaan wandelen vanwege alle trappen in het huis. Omdat de onderbuurvrouw wat rare dingen deed en het mogelijk gevaarlijk was, ben ik met de kinderen 6 weken bij mijn schoonzus in Groningen gaan logeren. Mijn man kwam elk weekend op de bromfiets naar Groningen. Hij had samen met zijn neef een slagerij in Arnhem.

Mijn ouders woonden in een huis van *De Eenvoud* en "kinderen van De Eenvoud" konden een bepaalde voorrang krijgen. Maar we kwamen maar niet aan de beurt, dat was verschrikkelijk. Er waren veel vrienden en kennissen die wel woningen kregen, maar wij zaten nog steeds in Groningen of logeerden bij familie. Uiteindelijk konden we kiezen tussen een nieuwbouwwoning aan de Eduard van Beinumlaan en aan de Viottastraat.

Het was en is een fijn huis. Wel jammer dat we in de eerste jaren last hadden van allerlei scheuren in de achtermuur. Opvallend en leuk was dat veel jongelui waar ik vroeger mee om ging op de Dalweg, ook in de wijk kwamen wonen.

De tweede zoon werd op de Viottastraat geboren. Het was een fijne buurt voor de jongens. Wat hebben zij veel buiten gespeeld! De oudste zoon die zijn overall en klompjes aandeed, een doos op zijn rug vastmaakte als rugzak en dan ging helpen bouwen aan de huizen aan de overkant. Of lekker spelen in de bergen sneeuw aan de Ockegemlaan en naar beneden sleeën.

De kinderen zaten op de peuterschool op de plek van de noodkerk waar later de nieuwe kerk werd gebouwd aan de Beethovenlaan. Hun basisschool was de Emmausschool.

Onze jongste zoon had een eigen "zogenaamde fietswinkel" achter in de schuur. Hij repareerde van alles en maakte ook een fiets voor mij. Toen hij hem voor mij neerzette zei hij:

In het Alteveltje drinkt ze koffie en ze komt ook in de Buurtfabriek. Laatst nog vanwege het handige repaircafé.

"wel uitkijken mam want de rem doet het niet". De jongens vonden het leuk om hutten te bouwen in het bos. En ze gingen vaak naar de ijsbaan. Toen ik een keertje viel op de ijsbaan zeiden de kinderen "dan moet je maar een kussen in je broek doen". We hadden veel vrienden in de wijk. We gingen weleens op vakantie met de familie Wegdam die we kenden van het kerkkoor en hun bakkerij. Af en toe werd ik gevraagd om in te vallen en te helpen in hun banketbakkerij. Winkelen deed ik op het Oremusplein, daar waren veel fijne winkels zoals een wasserette, supermarkt, bakker, bibliotheek, kapper, bank etc. Voor de jeugd was de jongerensoos. We deden mee met de fietsvierdaagse. De jongens gingen vaak met hun vader naar voetbalclub VDZ. Ik hield mij veelal bezig met naaien, breien en de tuin onderhouden. Vanuit VDZ waren er ook clubjes en uitjes waar we bij aan sloten. We hadden veel contacten in de wijk door het kerkkoor. Onderling wisselden de vrouwen patroontjes uit. Ik leerde zwemmen in Klarenbeek toen ik 35 jaar was. We gingen vaak zwemmen, eerst in IJsselvliet en later in *de Koppel* in Arnhem Zuid.

De gezondheid van mijn man ging achteruit. Na vier maanden in het ziekenhuis en zeven operaties, kwam Sjef weer thuis. Hij was altijd opgewekt en zat fluitend in rolstoel. Ik zorgde voor hem. Het was wel even zoeken naar een zwembad met een liftje maar dat ging prima in De Koppel. Hij is in 2005 overleden, ik was toen 72 jaar.

Mijn activiteiten? Ik was lid van de zwemclub, ik ging mee met de zonnebloemactiviteiten en die van de 60 plus. Verder ondernam ik zelf veel door gebruik te maken van het OV en de speciale AVAN bus voor familiebezoek. En ook ging ik op vakanties met vriendinnen en mijn zus en zwager.

Agnes heeft jarenlang veel en vaak gekookt voor oud-militairen in Oosterbeek. Dat koken heeft ze ook een tijd gedaan in het Alteveltje. En met haar kleinkinderen vindt ze het heerlijk om bijvoorbeeld appelbeignets te bakken met Oud & Nieuw om bij vrienden en kennissen langs te brengen. In het Alteveltje drinkt ze koffie en ze komt ook in de Buurtfabriek. Laatst nog vanwege het handige repaircafé. Verder geniet ze erg van haar familie met kleinkinderen en een achterkleinkind.



ENGELSE CONVERSATIELESSEN

Voor jongeren en ouderen die hun Engels willen verbeteren d.m.v informele gesprekken over verschillende onderwerpen.

Zelf heb ik 20 jaar in Engeland (Londen) gewoond, en spreek nog steeds graag de Engelse taal.

Voor meer info: contact Levina Schuitvlot
schuitvlotkarima@gmail.com



tel.
026-44 24 175



Zin in yoga en ontspanning?

Dan bent u van harte welkom in Alteveer op de maandagavonden, aanvang 20.20 uur.

Drie Gasthuizen Groep Altevelt
Lisztststraat 7 t/m 21 - 6815 CR Arnhem

info: juergen.yoga25@gmail.com

Yoga Jürgen 06 28 664 311

25 JAAR MANDALA TEKENEN DANKA HÜSKEN



Op 23 september vierden we 25 jaar Mandalatekenen vanuit de Bron van Liefde en Licht in het Dominicanen-klooster te Huissen.

Als dank voor de prettige samenwerking overhandigde onze wijkbewoonster Danka Hüsken een zijdeschildering aan de directeur Aalt Bakker. Het schilderij had al eerder tijdens een tentoonstelling in het klooster gehangen en krijgt er nu een vaste plaats.

In januari 2024 kan men ook in wijkcentrum Craneveer genieten van de Mandala's van Danka Husken en deelnemen aan lezingen over Tekentaal en workshops Mandala.

30

31



Louise Evers 50 jaar lid van Craneveer!

Eerst bij damesgym, dat nu Keep Fit heet. Louise kreeg bloemen en taart van het bestuur.



VERLOREN WOORDEN BOEKEN & KUNST

Boeken over? Verkoop ze!

Tel. 06 - 5244 1822

Marco van Kampen, Bachlaan 22

www.verlorenwoorden.nl



Yoga Libra biedt een gevarieerd programma aan kwalitatief hoogwaardige yoga lessen en meditatie, waarbij persoonlijke aandacht voorop staat. Daarnaast wordt op afspraak privé yoga, yoga-coaching en massage aangeboden.

Lesrooster per september 2023

DAG	TIJD	BEZIGHEID
zaterdag	09.00 - 10.15	Yin Yang yoga
zondag	20.00 - 21.15	Yin yoga
maandag	08.15 - 09.30 10.00 - 11.00 11.30 - 12.45 13.30 - 14.15 19.45 - 21.00	Kundalini yoga Rustige flow yoga Ultra zachte yoga Stoelyoga Yin Yang Pilates yoga
dinsdag	07.00 - 08.00 09.00 - 10.15 19.45 - 21.00	Early Birdles Dru yoga Yin yoga
woensdag	07.00 - 08.00 08.30 - 09.30 10.00 - 11.15 19.45 - 21.00	Early Birdles Rustige flow yoga Hatha flow yoga Yin Yang/mannen yoga
donderdag	08.45 - 10.00 10.30 - 11.45 20.00 - 21.15	Kundalini yoga zachte yoga Yin yoga
vrijdag	07.00 - 08.00	Early Birdles



Instromen kan nog!

Sweelincklaan 22 - 6815 BH Arnhem
Aanmelden of voor meer informatie:
cindy@YogaLibra.nl www.yogalibra.nl

PETRA DE KLEERMAEKER
MAKELAARDIJ



Je woondroom realiseren? wij staan voor je klaar!

- ✓ De lokale makelaar van Arnhem en omgeving
- ✓ Jarenlange ervaring in woningverkoop
- ✓ Aankoopmakelaars met goede marktkennis



Scan nu de QR-code

Bel ons:
026-3519200

BEETHOVENLAAN 62, ARNHEM | petradekleermaeker.nl



**Speciale momenten
verdienen speciale bloemen**

Oremusplein 4, 6815 DN Arnhem, T 026 35 17 148
bestel@flowbloemisten.nl

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



Voor AL uw voorkomende dakwerkzaamheden!!

Vernieuwen en reparatie van o.a.:

- Zinken goten
- Bitumineuze dakbedekking
- Pannen daken
- Dakramen
- Zinken dakkapellen
- Loodwerk
- Tresa, Keralit enz.

Telefoon: 0316 - 26 70 12

www.dakdekkersbedrijfjurriens.nl

BIANCARE

* PEDICURE * AMBULANTE PEDICURE *
* NAGELS * MANICURE *

BIANCARE de pedicurepraktijk in uw wijk! Verwen uzelf of een ander eens met een heerlijk voeten verwen moment. Voor de dames te combineren met nagellak of gel color. Bent u slecht ter been? Tegen een kleine extra vergoeding kom ik ook bij u thuis.

Bel of mail snel voor een afspraak.
Tot ziens bij BIANCARE.

Bianca de Blécourt

Vottastraat 37
6815 GB Arnhem
T 06 48 52 65 87
M info@biancare.com
www.biancare.com

Biancare
nagelstyliste & pedicure

* Kijk voor meer informatie en de voorwaarden op www.biancare.com

ProVoet

BRANDT
Daktechniek & onderhoud

**alle voorkomende
dak werkzaamheden**

- Gratis dakinspectie
- Dakrenovatie
- Dak reparatie
- Lood en zink werk
- Schoorsteenvegen € 25,00 per kanaal.
- Dakgoot reinigen € 2,00 per meter

't Anthonie 50 - 69 32 JN Westervoort
Tel. 026 - 78 56 130 / Mob. 06 51 164 851
www.bdto.nl

FYSIOTHERAPIE IS NODIG ALS...



JE (PIJN) KLACHTEN HEBT BIJ BEWEGEN.

Er kunnen heel veel oorzaken een rol spelen.
Gezondheid is immers veelkleurig!
Wij hebben 46 jaar ervaring in de fysiotherapie om je beweegproblemen zo goed mogelijk op te lossen of te verlichten.

Gespecialiseerd in fysiotherapie bij:

- artrose van knie-heup-rug-nek
- Covid-19 nazorg (ook bij long Covid)
- revalidatie na een operatie van knie-heup-schouder-rug
 - hartproblemen
- revalidatie bij kanker
- Parkinson-MS-CVA
- rug- en nekklachten
 - knieklachten
- arm- en schouderklachten
 - sportblessures
- en nog heel veel andere aandachtsgebieden

Vraag je je af of fysiotherapie ook voor jou kan helpen?

Bel even voor een afspraak!

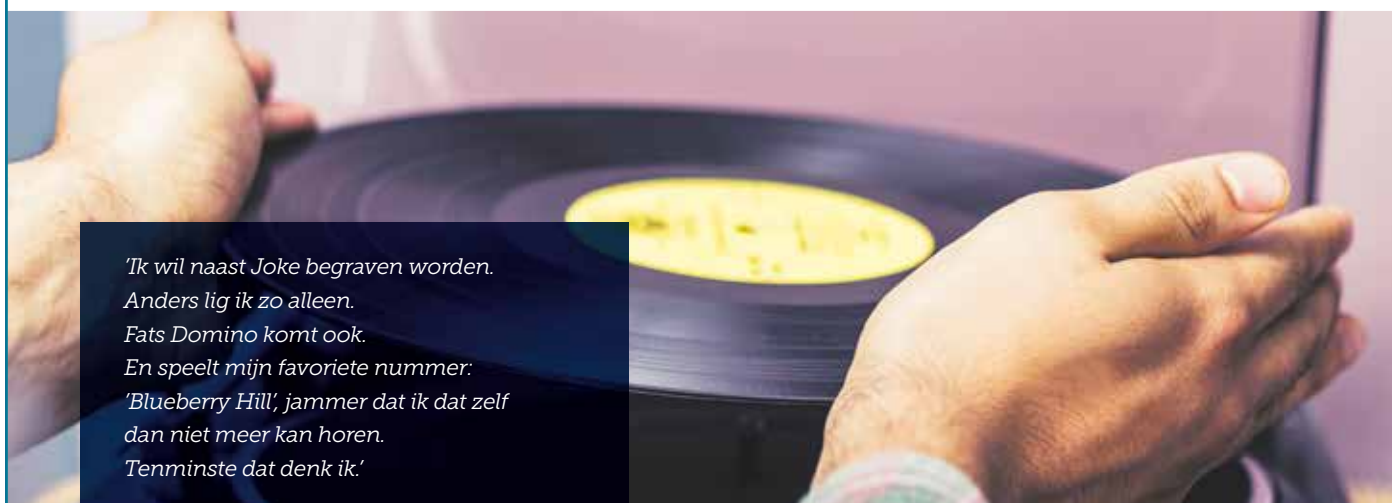
We staan altijd voor je klaar.*

* Een verwijzing van je arts is meestal niet nodig.



Leven is bewegen!
**Sport en fysiotherapie
onder één dak!**

Oremusplein 58-60 Arnhem
www.lifeinmotion.nl (026) 389 35 00



'Ik wil naast Joke begraven worden.
Anders lig ik zo alleen.
Fats Domino komt ook.
En speelt mijn favoriete nummer:
'Blueberry Hill', jammer dat ik dat zelf
dan niet meer kan horen.
Tenminste dat denk ik.'

Omdat elk mens uniek is

Een gedenkwaardige uitvaart is altijd een persoonlijke uitvaart die je intens kunt beleven, omdat je de geruststelling hebt dat alles tot in detail is geregeld. Vóór de uitvaart, tijdens en daarna.



www.uitvaartverzorgingkramer.nl

Rouwcentrum Kramer Weg langs de Begraafplaatsen 3 6815 AZ Arnhem
Tel. 026-442 31 02 E-mail kantoor@kramerbv.nl



OPENINGSTIJDEN	MAANDAG	GESLOTEN
	DINSDAG	14:00 - 20.00 UUR
	WOENSDAG	14:00 - 20.00 UUR
	DONDERDAG	12:00 - 20.00 UUR
	VRIJDAG	12:00 - 20.00 UUR
	ZATERDAG	12:00 - 20.00 UUR
	ZONDAG	15:00 - 20.00 UUR



OOK VOOR GROTE BESTELLINGEN & CATERING!

FRIET

SNACKS

DÖNER

SHOARMA

FALAFEL

KAPSALON

MILKSHAKE

(SOFT)IJS

BEETHOVENLAAN 72 | 6815 BM ARNHEM | 026 - 351 6226



Wij maken thuis eten tot een feest!



POLLMANN

SINDS 1890

In de 7 straatjes van Arnhem
Kerkstraat 41^a
www.servies.nl

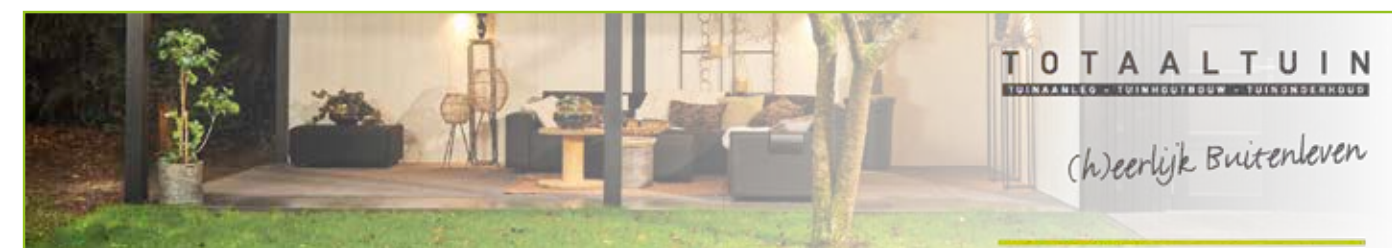


**GARAGE
JONGEPIER**

GARAGE JONGEPIER voor al uw:

- **Onderhoud**
- **APK**
- **Airco**
- **Diagnose**
- **In- Verkoop auto's**

Eduard van Beinumlaan 2 - Arnhem (026) 44 25 103
www.garagejongepier.nl - info@garagejongepier.nl



Tuinaanleg



Houtbouw



Bestrating

Wij brengen huis en omgeving samen

Bij Totaaltuin bieden we een totaal-concept, ontwerp, aanleg en advies alles onder een dak.

Een mooi tuinontwerp, veranda's met een glazen schuifwand een schuur of berging.

Wij denken graag met je mee!

Voor meer informatie
bezoekt u onze website:

www.totaaltuin.nl

(h)eerlijk Buitenleven

Schelmseweg 67, 6816 PA Arnhem | www.totaaltuin.nl | info@totaaltuin.nl



Luister en praat mee! 'Verrassend Arnhems Erfgoed'

Arnhem heeft veel meegemaakt. In onze stad zijn daar allerlei herinneringen van te vinden. Niet alleen verhalen, ook monumenten en archeologische vindplaatsen zijn daar sporen van. Samen vertellen zij het verhaal van 5000 jaar Arnhem. Je ziet het om je heen in de stad en daarbuiten. Van de stadsparken en de archeologische vondsten in Rozet, zien veel mensen de waarde, maar ook gebouwen van na de oorlog, zoals de Kruiskerk in Malburgen, kunnen erfgoed zijn.

Uitnodiging

Op 31 oktober gaan we in de Kruiskerk graag in gesprek over bijzondere plekken en gebouwen in Arnhem. Wat vind je het waard te behouden en wat mag weg? Welke periode in de geschiedenis spreekt jou aan en waar zou je meer van willen zien in je woonomgeving? Wat vertel je over Arnhem als iemand vraagt wat het verhaal van de stad is?

Waar en wanneer is het Stadsgesprek?

Datum 31 oktober
Tijd 19 uur tot 21.30 met aansluitend borrel
Locatie Kruiskerk, Lisdodelaan 30 in Arnhem-Zuid
Deelname is gratis, graag aanmelden met de antwoordknop in dit bericht of via een mail naar info_erfgoed@arnhem.nl.

19.00 uur Inloop
19.30 uur Welkom door Bob Roelofs, wethouder erfgoed
19.35 uur Arnhems Erfgoed verrast en verbindt
19.45 uur Arnhemmers over (hun) erfgoed in Malburgen, met Bureau Ruimtekoers
20.00 uur Pauze
20.15 uur Wat vindt u het behouden waard? Praat en luister mee aan de Rondetafels
21.00 uur Conclusies van de dag worden aangeboden aan de Wethouder
21.30 uur Borrel
22.30 uur Einde

De hele avond zijn de Archeologiemarkt en de SRV-escapewagen open.

Archeologische vonsten aanraken

N naast luisteren en praten over erfgoed, kunt u archeologische vondsten van oud-Arnhemmers van heel dichtbij bekijken en gemeentelijke archeologen van alles vragen over het verre verleden van de stad. Kom het beleven op de Archeologiemarkt!

Op expeditie in een SRV-wagen

Misschien heeft u zelf herinneringen aan de wederopbouw na de oorlog. De gebouwen uit die tijd vertellen het verhaal van de herrijzenis van Arnhem. Over deze jonge monumenten gaat het in de SRV-wagen. Deze oude winkelwagen is nu een escaperoom en minimuseum. De wagen staat op 31 oktober weer in Arnhem-Zuid net als in uw jeugd of die van je (groot)ouders.

Bewoners over project Route Malburgen

Malburgen verandert, en dat is natuurlijk best mooi! Maar tegelijkertijd kan het soms ook overweldigend voelen. Daarom maakten Malburgers samen met een theatermaker van Bureau Ruimtekoers de audioroute Route Malburgen, vol met persoonlijke anekdotes en verhalen die een uniek beeld geven van de Malburgse geschiedenis. Zij delen hun ervaringen graag tijdens het Stadsgesprek.

Graag tot dan!

Bob Roelofs, wethouder Erfgoed

Het Stadsgesprek staat open voor iedereen.
Geef je mening over erfgoed of kom luisteren en bezoek vooral de SRV-escapewagen en Archeologiemarkt.



Ontdek bij Veerkracht wat jouw kracht is. Door middel van doelgericht sporten onder deskundige begeleiding van ervaren trainers bereik jij jouw doelen!
 1-op-1- training, small group training (max 4 pers), boksaktraining, Parkinsonboksen, voeding en coaching.

U kunt bij ons ook terecht voor:

Manuele therapie, Geriatriefysiotherapie, Claudicatio Intermittens, Draaiduizeligheid, Tinnitus, NAH, Long- en Oedeemfysiotherapie.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:

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

Beethovenlaan 70
 6815 BM Arnhem
 tel: 06-23103081
sport@fysiotherapieveerkracht.nl

wanneer noodzakelijk behandelen wij aan huis

Advertentie

COLUMN ACUPUNCTUUR:

Op veler verzoek weer eens een stukje over Cosmetische Acupunctuur.

Deze discipline binnen de acupunctuur is al zeer oud, in vroeger tijden was het voor de concubines van de keizer van groot belang zo lang mogelijk jeugdig te blijven. Daar hoorde natuurlijk geen rimpeltjes, huidverkleuringen, verzakkende kaaklijn etc. bij! De hofartsen speelden daar een belangrijke rol in. Tegenwoordig zijn hun eeuwenoude technieken ook in het westen beschikbaar.

Het is ideaal voor mensen die wel wat aan hun uiterlijk willen doen, maar voor wie plastische chirurgie of botoxinjecties te ver gaan. De trend onder Hollywoodactrices en BN'ers is om terug te gaan naar een natuurlijker look. Cosmetische acupunctuur past daar perfect in. Deze techniek is erg populair door de subtiele maar overtuigende effecten. De kuur bestaat uit 12 behandelingen waarbij niet alleen op de uiterlijke kenmerken van het ouder worden wordt gelet, maar, ook erg belangrijk, hoe de rest van het lichaam functioneert. Veel uiterlijke manifestaties hebben een innerlijke oorsprong. Bijvoorbeeld donkere kringen rond de ogen duiden op nierproblematiek, vlekjes in het gelaat hebben met de lever te maken en het zwakker worden van het

Cosmetische Acupunctuur

bindweefsel en de spieren zijn te herleiden naar de milt.

Door deze organen te ondersteunen zal de gezichtsbehandeling veel effectiever zijn. Bij de behandeling gebruik ik uiterst dunne naaldjes waarmee de aangezichtsspieren geactiveerd worden. Ook wordt zeer lokaal de collageenproductie gestimuleerd waardoor rimpeltjes van binnenuit opgevuld worden. Ook worden de contouren van de jukbeenderen en de kaak geaccentueerd. Het resultaat is een jongere natuurlijke uitstraling, ondiepe rimpels verdwijnen, diepere rimpels vervagen, verslappende huid en bindweefsel verstevigen, je gezicht krijgt een levendigere uitstraling. De behandeling wordt afgesloten met een gezichtsmassage.

Het effect van de kuur blijft zo'n 5 jaar zichtbaar, mits men enkele keren per jaar een onderhoudssessie plant. Omdat de kuur uit 12 behandelingen bestaat kan het interessant zijn om dit jaar nog te starten. Als u nog recht heeft op vergoeding voor alternatieve geneeswijzen, kan het wellicht over twee jaren gespreid worden. Op mijn website staat nog meer uitleg en een filmpje over cosmetische acupunctuur. Wilt u meer weten over

deze interessante materie, neem dan gerust contact op. Vergoeding door ziektekostenverzekeraars is meestal mogelijk.



Bas van der Togt
Acupunctuurpraktijk van der Togt

Sweelincklaan 42

telefoon: 06 54 604 004

email: acupunctuur@online.nl

www.acupunctuurvandertogt.nl

www.cosmetische-acupunctuur.nl

WOORDZOEKER VRIJWILLIGERS

K	N	M	U	L	O	C	W	I	E	K	O	M	T	B	IJ
D	R	E	P	U	Z	Z	E	L	D	A	L	B	K	IJ	W
E	F	E	R	E	V	O	O	R	W	O	O	R	D	S	D
A	O	W	W	N	E	R	E	D	A	G	R	E	V	E	C
T	T	E	I	S	P	O	N	S	O	R	I	N	G	I	E
V	O	R	A	R	R	K	R	E	W	K	U	R	D	T	V
N	S	K	N	E	E	E	D	I	E	W	U	E	I	N	O
E	F	E	N	G	N	I	G	R	O	Z	E	B	H	E	R
G	O	N	E	I	R	E	D	I	G	E	R	E	N	T	M
N	T	A	A	L	P	R	U	E	L	K	T	W	IJ	R	G
I	O	C	O	L	O	F	O	N	K	L	B	L	A	E	E
N	G	D	C	I	R	E	D	A	C	T	I	E	R	V	V
E	R	A	N	W	T	N	E	T	N	O	C	W	E	D	I
K	A	V	E	IJ	N	E	V	IJ	R	H	C	S	IJ	A	N
E	A	E	R	R	B	E	Z	O	R	G	E	R	S	R	G
T	F	R	E	V	IJ	R	H	C	S	D	G	U	E	J	V

ADVERTENTIES
BEZORGERS
BEZORGING
COLOFON
COLUMN
CONTENT
DRUKWERK
FOTOGRAAF
FOTOS
JEUGDSCHRIJVER
KLEURPLAAT
MEEWERKEN
NIEUWE IDEEEN
PUZZEL
REDACTIE
REDIGEREN
SCHRIJVEN
SPONSORING
TEKENINGEN
VERGADEREN
VOORWOORD
VORMGEVING
VRIJWILLIGERS
VRIJWILLIGERSWERK
WIJKBLAD

De prijs is gewonnen door **Sem**, nu 2 jaar met veel plezier woonachtig in onze wijk. Hij heeft een cadeaubon gewonnen van **Acupunctuurpraktijk Van der Togt**. Voor een intake, een behandeling of een massage.

De oplossing was:
HOERA CRANEVEER
BESTAAT VIJFTIG JAAR



Zoek alle woorden op in het veld en streep elk gevonden woord door.
Woorden kunnen horizontaal, verticaal en diagonaal staan.
Als u alle woorden hebt gevonden en doorgestreept blijven een aantal letters over.
Zet deze vanaf linksboven tot rechtsonder lezend in de vakjes hieronder.
Samen vormen ze een leesbare zin.

Oplossing

Oplossing gevonden? Stuur deze binnen twee weken na verschijnen van dit blad naar: **prijsvraag@craneveer.nl**. Je maakt dan kans op een leuke prijs!
Een briefje naar: **Oplossing Woordzoeker Craneveer - Sweelincklaan 22 - 6815 BH Arnhem** mag ook!

Colofon

Redactie Wijkblad Craneveer

Ryklof Wander • Redactielid
Loospad 9 • 026-445 26 07
Sandra Pluim • Redactielid en logistiek
Viottastraat 3 • 06-49 39 01 98
Cindy Steegs • Redactielid
06-4450 43 37
Nico Heimans • Vormgeving
info@nicoheimans.nl
redactie@craneveer.nl
Informatie over adverteren?
advertenties@craneveer.nl
Bezorging Craneveer
Sandra Pluim • Coördinatie
bezorging@craneveer.nl

Bestuur Recreatieve Vereniging Craneveer

Sylvia Kortenraij • Voorzitter en • Ledenadministratie
Halévystraat 8 • 026-351 37 54
Marjan van Roon • Secretaris
Chopinstraat 15 • 026-351 00 51
Louis Bosman
Bachlaan 15 • 06-26 37 81 38
Ineke Langelaar • Penningmeester
Cindy te Boome
Cattepoelseweg
Petra Harmsen
Bachlaan
bestuur@craneveer.nl
admin@craneveer.nl (Ledenadministratie)
penningmeester@craneveer.nl

Wijkraad Alteveer/Cranevelt

Maurice Lankheet • voorzitter
06-14 40 80 66
Monique Steenkamer • secretaris
wijkraad@craneveer.nl
Michiel Spee
wijkraad@craneveer.nl
Hannie Riksen
06-44 87 04 48
Jenine Hingstman
06-23 14 33 18
Marjan van Roon
026-351 00 51
Ryklof Wander
026-445 26 07
Werkgroepen
Verkeer & Parkeren
verkeer@craneveer.nl
Stichting Buurtfabriek
info@onzebuurtfabriek.nl
Rijnstate
rijnstate@craneveer.nl
Coöperatie Duurzaam Craneveer
info@duurzaamcraneveer.nl

Redactie Website www.craneveer.nl

Ineke Langelaar
Gracia Bosman
Huibert Kortenraij
website@craneveer.nl
Vertrouwenscontactpersonen:
Desiree van Rookhuijsen
Whatsapp 06-15 15 44 57
desireevan@hotmail.com
Maurice Lankheet 06-14 40 80 66

Activiteitschema CRANEVEER

Maandag	14.00 - 16.30 uur	Biljarten Keep Fit	Recreatiezaal Gymzaal beneden/ Recreatiezaal
	19.00- 20.15 uur		
	19.30 - 21.30 uur	Tafeltennis Badminton	Gymzaal beneden Gymzaal boven
	20.00 - 21.30 uur		
Dinsdag	09.30 - 12.00 uur	Schilderen Biljarten Ismakogie Badminton	Recreatiezaal Recreatiezaal Recreatiezaal Gymzaal beneden
	12.30 - 14.00 uur		
	15.30 - 16.30 uur		
	20.00 - 22.00 uur		
Woensdag	18.45 - 19.45 uur	Zumba Nomen Nescio (koor)	Gymzaal beneden Recreatiezaal
	20.00 - 22.00 uur		
Donderdag	14.00 - 15.00 uur	Gymfit 60+ Rustige Yoga* Volleybal Badminton	Recreatiezaal Recreatiezaal Gymzaal beneden Gymzaal boven
	15.45 - 16.45 uur		
	20.30 - 22.00 uur		
	20.00 - 21.30 uur		
Vrijdag	10.00 - 12.30 uur	Biljarten	Recreatiezaal
Zaterdag	10.30 - 11.30 uur	Zaalvoetbal	Gymzaal beneden

Overige activiteiten 55+

● **Rustige Yoga** door Irene Antoniesen 06-40 455 995 of email I.Antoniesen@upcmail.nl en informatie op www.yoga-en-spel-arnhem.nl
● **Gymfit 60+** Informatie bij de docent: Jean Replier 06-34 966 350

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 **Marjan van Roon**, 026 -35 100 51 of via activiteiten@craneveer.nl
De recreatiezaal en ingang gymzalen zijn te vinden in de bocht van de **Viottastraat**, op het terrein van de scholen.

Richtlijnen lidmaatschap Craneveer

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

Betalen van contributie

In het najaar (of na aanmelden gedurende het seizoen) ontvangt ieder lid via de groeps-vertegenwoordiger of per mail een rekening voor de contributie.
Te betalen aan: Craneveer reknr. **NL64 RABO 0381602044** t.n.v. penningmeester Craneveer te Arnhem.

Opzegging van het lidmaatschap

Opzeggen met ingang van het nieuwe seizoen dient schriftelijk of per mail te geschieden bij de leden-administratie **Halévystraat 8, 6815 HC 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.

De redactie is niet verantwoordelijk voor de inhoud van ingezonden stukken en adverteerders. De redactie behoudt zich het recht voor ingezonden stukken en/of advertenties in te korten of te weigeren zonder opgaaf van reden(en).
Vormgeving: Nico Heimans
Druk: DrukwerkMax, Rotterdam
Oplage: 1800 exemplaren



Van 14 oktober t/m 7 januari bij het bezoek inbegrepen

Verspreid door het dierenpark spotten bezoekers tientallen diersoorten uit de IJstijd op ware grootte, die speciaal voor Burgers' Zoo zijn ontworpen. Diverse dieren bewegen en maken geluid. Kom het beleven: een ijskoud avontuur voor jong en oud!

Kijk voor alle informatie op burgerszoo.nl/ijstijd

