

Lentenummer!

CRANEVEER ✓

Wijkblad van Cranevelt/Alteveer

Jaargang 51 | nummer 2 | april - mei 2024

Zaterdag 27 april:

Koningsdag

op het Oremusplein!





Beethovenlaan 61 - 63 Arnhem
Tel 026 44 26 720

- **Een ruim assortiment vegetarische produkten**
- **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**

Openingstijden:

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

Koningsdag 27 April 08:00-17:00 uur
Hemelvaartsdag 9 Mei 08:00-18:00 uur
Eerste Pinksterdag 19 Mei 12:00-18:00 uur
Tweede Pinksterdag 20 Mei 12:00-18:00 uur

coop



Wilt u ook op de hoogte blijven van Coop Alteveer?

Volg ons dan ook via [facebook](#), [instagram](#) of [www.coop.nl](#)

Van de redactie

Er zit altijd de nodige tijd tussen het schrijven van het voorwoord en het moment waarop het eindresultaat bij u thuis op de mat valt. Als ik dit schrijf is zojuist de zomertijd ingegaan, al zou je dat aan het weer niet zeggen. Als u dit leest is de klokverschuiving al lang uit uw systeem verdwenen en is - hopelijk! - het weer ook meer zomers. Toch was onze vormgever Nico al wat bezorgd over de invloed van het veranderende klimaat op de voorpagina van het 'Paasnummer': zouden we de traditionele foto's van narcissen medio april nog wel kunnen plaatsen, nu deze bloemen steeds eerder in bloei komen en dus ook weer eerder zijn uitgebloeid? Voor mij nu nog een vraag, voor u inmiddels een weet.

Om nog even door te gaan met vormgeving: het vorige nummer van ons Wijkblad kende een nieuwe vormgeving en wij vroegen u om uw

reacties. Deze waren overwegend positief, waarvoor onze dank! Met de ingebrachte *Tips en Tops* zullen we verder gaan op de ingeslagen weg. Wel doen wij hier meteen weer een oproep voor hulp: helaas heeft ons redactielid Nienke vanwege drukke werkzaamheden haar duo-vormgeefster-schap moeten neerleggen (ze blijft gelukkig wel redactielid). Dus heeft u gevoel voor en liefst ook ervaring met vormgeving, meld u aan!

We hebben ons als redactie inmiddels ook omringd met een groep enthousiaste schrijvers / vliegende reporters. In dit blad kunt u van een aantal van hen al een bijdrage lezen. Al met al gaat ons Wijkblad dus een zonnige toekomst tegemoet, zo lijkt het!

Veel leesplezier! Namens de redactie,

Ryklhof Wander

Agenda

Maandag 6 mei	12-13 uur	Soepalarm	Buurtfabriek
Dinsdag 7 mei	19:30-21:30	Buurtfabriek repareert	Buurtfabriek
Woensdag 8 mei	18-20 uur	Buurt aan Tafel	Buurtfabriek
Zondag 12 mei	14.30-16.30	Lezing "Tussen Poorten en Parken"	Recreatiezaal Craneveer
Dinsdag 14 mei	20.15-21.30	Openbare vergadering Wijkraad	Recreatiezaal Craneveer
Zondag 26 mei	15 uur	Harconcert Robin van Altena	Recreatiezaal Craneveer
Vrijdag 31 mei	19 uur	Harconcert Robin van Altena	Buurtfabriek
Maandag 3 juni	12-13 uur	Soepalarm	Buurtfabriek
Dinsdag 4 juni	19.30-21.30	Buurtfabriek repareert	Buurtfabriek
Vrijdag 7 juni	14-18 uur	Opening Rozetje	Buurtfabriek
Woensdag 12 juni	18-20 uur	Buurt aan Tafel	Buurtfabriek
Dinsdag 11 juni	20.15-21.30	Openbare vergadering Wijkraad	Recreatiezaal Craneveer
Zaterdag 15 juni	9-12 uur	Reanimatietraining met AED	Recreatiezaal Craneveer
Zaterdag 15 juni	20.30 -?	Buurtquiz	Recreatiezaal Craneveer

De volgende Craneveer (51-3) verschijnt **30 juni**
Uiterste aanleverdatum voor kopij is 10 juni

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

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.

Van het Bestuur van de Recreatieve Vereniging Craneveer



Activiteiten in de recreatiezaal

Wat een mooie muzikale lezing hebben we gehad laatst. Jeroen Brinkman heeft ons meegenomen in de wereld van Mozart. Niet alleen werd zijn roerige levensverhaal verteld, ook speelde Jeroen prachtige stukken uit het omvangrijke oeuvre van Mozart. En wat zo bijzonder was: hij deed dat deels uit zijn hoofd. Van jongs af aan speelt Jeroen dan ook al stukken van zijn favoriete componist en dat was te horen die middag. Vanaf deze plaats willen we Jeroen nogmaals bedanken voor zijn lezing.

De aanwezigen hebben genoten van de middag. Daarom bij deze een oproep: kunt u een mooie voordracht geven? Bent u muzikaal? Vindt u het leuk om een groep mensen een fijne middag te bezorgen? Laat het ons weten, want we organiseren graag meer van dit soort middagen. Elders in deze Craneveer leest u een interview met Robin. Ook zij verzorgt – geheel op eigen initiatief – een middag in Craneveer. Een **harconcert** waarmee zij geld wil ophalen voor haar zeilkamp. Als Craneveer faciliteren we dit initiatief graag. Maar de hele organisatie is die middag in haar handen.

De schrijvers van het jubileumboek zijn aan het kijken of zij op zondag 12 mei een lezing kunnen geven over **'Wonen tussen poorten en parken'**. Zoals vorige keer al gemeld zijn de reacties op het jubileumboek ontzettend positief. Veel mensen zijn geïnteresseerd in de wijk en het ontstaan hiervan. Daarom ook de lezing hierover. Van harte welkom. Liever wat actiever bezig? Dat kan ook! Want er wordt op 15 juni in Craneveer weer een **buurtquiz** georganiseerd. Hierbij kunt u de hersenen weer flink aan het werk zetten. Diezelfde

ochtend (dus 15 juni) bieden wij tegen een zeer gereduceerd tarief een AED training aan. Elders in deze Craneveer treft u de aankondiging aan. Opgeven kan via administratie@craneveer.nl. Eind september zijn we van plan om een training digitale veiligheid en voorlichting over fysieke veiligheid te geven. Daarover volgende keer meer.

Paaseieren zoeken

We hielden de weersverwachtingen al een paar dagen in de gaten. En hoopten op wat beter weer. Voor het eerst hebben we op Palmzondag alternatieven verstoep in plaats van eieren en hazen. Maar het leuke was: de sfeer was er niet minder om. Nog nooit waren er vooraf zoveel kinderen aangemeld om paaseieren te zoeken in het Openluchtmuseum. En niet eerder hadden we zo'n grote paashaasfamilie: negen personen zagen er allemaal supermooi uit en hebben de kinderen en vele volwassenen vermaakt. U leest en ziet er elders meer van. Mocht iemand trouwens het gouden ei nog in huis hebben: dat ontvangen we graag terug om volgend jaar weer te verstoppelen...

Vanaf deze plaats bedanken we het Openluchtmuseum, de COOP en Flow bloemisten heel hartelijk voor hun bijdragen!

Toekomst van de recreatiezaal

Begin dit jaar zijn wij op de hoogte gesteld van het concept **integraal huisvestingsplan onderwijs 2024-2039**. Op de avond dat ik dit schrijf is de besluitvorming hierover in de Gemeenteraad. In dit plan is een complete gebiedsontwikkeling voorzien op het terrein waar nu de drie schoolgebouwen en twee gymzalen zich bevinden. En daar zit de recreatiezaal van Craneveer dus ook in. Uiteraard hebben wij inmiddels

contact gezocht met de gemeente en gemeld dat wij graag actief betrokken willen zijn als Craneveer. Dit gaat immers over de toekomst van onze recreatiezaal. En die vormt een belangrijk hart van onze vereniging. Voorlopig gaan we natuurlijk gewoon door met al onze activiteiten, maar wat dit voor Craneveer betekent op de (middel-)lange termijn is nu nog onbekend.

Tot slot willen wij u bedanken voor de vele bijdragen die wij hebben ontvangen naar aanleiding van de brief die vorige keer bij het blad hebben gevoegd. Fijn dat wij door zo veel van u financieel gesteund worden.

Sylvia Kortenaar,
voorzitter



4

5



Lezing over boek 'Wonen tussen poorten en parken' over de geschiedenis van onze wijk

De drie schrijvers van het boek over de geschiedenis van onze wijk, Alteveer/ Cranevelt (Margo Klijn, Henk Wagenaar en Hendrik Henrichs), houden op zondag 12 mei een lezing voor de bewoners van hun en onze wijk. Iedere schrijver/spreker behandelt een paar van haar/zijn favoriete gedeeltes uit het boek, en kijkt met u naar de op het scherm geprojecteerde foto's en kaarten.

Kom dus naar de recreatiezaal van Craneveer, Viottastraat 12. De entree is gratis, de koffie en de thee ook.

Wij ontvangen u graag vanaf 14.00 uur en de lezingen starten om 14.30 uur. Het programma duurt tot uiterlijk 16.30 uur. In verband met de organisatie willen we graag weten op hoeveel mensen we kunnen rekenen.

Aanmelden kan vanaf nu **tot uiterlijk donderdag 9 mei** via activiteiten@craneveer.nl of telefonisch bij Marjan van Roon: **026-3510051**.

Bij minimaal twintig aanmeldingen gaat de lezing door.

Cadeaubon

Op alle behandelingen van haar, nagels en producten

€7,50

Graag even afspraak maken als u gebruik wilt maken van deze cadeaubon.



PJSALON
Peggy & Jolak



Nieuw bij PJSalon: Biab en Gellak
Het grootste verschil tussen Gellak en BIAB zit 'm in de stevigheid. Gellak is van nature sterk en buigt met de nagel mee. Maar BIAB geeft iets meer stevigheid en flexibiliteit. Hierdoor scheuren of breken de nagels minder snel en blijven je nagels tevens langer glanzend.



Oremusplein 2, 6815 DN Arnhem | www.pjsalon.nl | Tel. 06 13 638 282 / 026 44 30 296
Deze kortingsbon is geldig t/m 31 dec 2024. Niet in combinatie met andere (groeps-)kortingen. De kortingsbon is tevens bruikbaar in onze nagelstudio



De wijkraad zoekt versterking!

Onze vorige oproep leverde nieuwe mensen op in de werkgroepen. Daar zijn we erg blij mee maar ons bestuur kent, nu Jenine Hingstman en Hannie Riksen zijn gestopt, te weinig bestuursleden. Ben jij of ken jij iemand die begaan is met onze mooie groene wijk, een beetje politiek onderlegd is en 3 à 4 uurtjes per maand tijd heeft om met fanatieke wijkbewoners en afvaardiging van gemeente te 'debatteren' over de leefbaarheid van onze wijk? Meld je dan aan op wijkraad@craneveer.nl.

De Zyp
Arnhem



Nieuw schoolgebouw De Zyp & De Klaproos

Er zijn nieuwe ontwikkelingen! Alle schoolgebouwen en gymzalen verdwijnen en er komt 1 nieuw schoolgebouw voor De Zyp én De Klaproos. Hoe dit eruit komt te zien en waar de nieuwe school komt is nog niet bekend. Evenals wat er met de vrijkomende ruimte gaat gebeuren. De werkgroep De Nieuwe Zyp is hier onlangs over geïnformeerd door de gemeente. De werkgroep is in overleg met gemeente en schoolbestuur over een ontwikkelvisie voor de gehele locatie tussen Kluizeweg, Peter van Anrooijlaan en Eduard van Beinumlaan. Uiteraard worden ook Craneveer en Buurtfabriek be-

trokken bij de verdere planvorming. De nieuwe school moet uiterlijk 2030 gereed zijn. De werkgroep bestaat momenteel uit 8 leden maar gezien de omvang van de opgave is meer denkkracht gewenst. Melden kan op het bekende mailadres.

Ontwikkelingen 'parkeer-dossier'

Dit voorjaar wordt dan eindelijk het 'Mobiliteitsplan 2040' van de gemeente verwacht. Dit moet meer richting geven aan hoe de gemeente om wil gaan met (onder andere) parkeerdruk in de wijken. Het plan wordt eerst aan de raad aangeboden. Parallel kan dan ook het gesprek tussen werkgroep en gemeente eindelijk een vervolg krijgen hoe om te gaan met de uitkomsten van de enquête die we in 2019(!) hielden.

Op sommige plaatsen, vooral rondom Rijnstate werd en wordt nog steeds parkeerdruk ervaren. Kortom: het moment is daar om hier weer aandacht voor te vragen! Ervaar jij nog steeds overlast of vind je het allemaal wel meevallen: laat je horen zodat we er nu écht werk van kunnen maken!



Wijkbezoek wethouder Kundić

Gezien de twee hierboven genoemde ontwikkelingen hebben we wethouder Kundić uitgenodigd voor een wijkwandeling om aandacht te vragen voor beide zaken die een

behoorlijk impact (gaan) hebben op onze wijk. Mevrouw Kundić is zowel verantwoordelijk voor mobiliteit als ook voor onderwijs én ook nog eens onze wijkwethouder. Alle reden dus om een dringend beroep op haar te doen om ons te helpen in beide ontwikkelingen.

Een verslag van deze wandeling volgt in de volgende Craneveer.

Hannie Riksen en Jenine Hingstman bedankt!

In december jl. hebben Hannie en Jenine afscheid genomen van de wijkraad. Hannie was sinds mei 2015 bestuurslid en Jenine sinds januari 2019 na al diverse hand en spandiensten verricht te hebben. Beiden hebben aan de wieg gestaan van de Buurtfabriek. Hannie als volharder in het creëren van een ontmoetingsplek en Jenine vanuit haar kennis van huisvestingszaken. Bewonderswaardig was (is!) hun 'hands-on' mentaliteit en scherpe en kritische blik in allerlei thema's die de revue passeerden. Via deze weg nogmaals dank voor jullie inzet, Hannie en Jenine!!

Maurice Lankheet,
voorzitter wijkraad

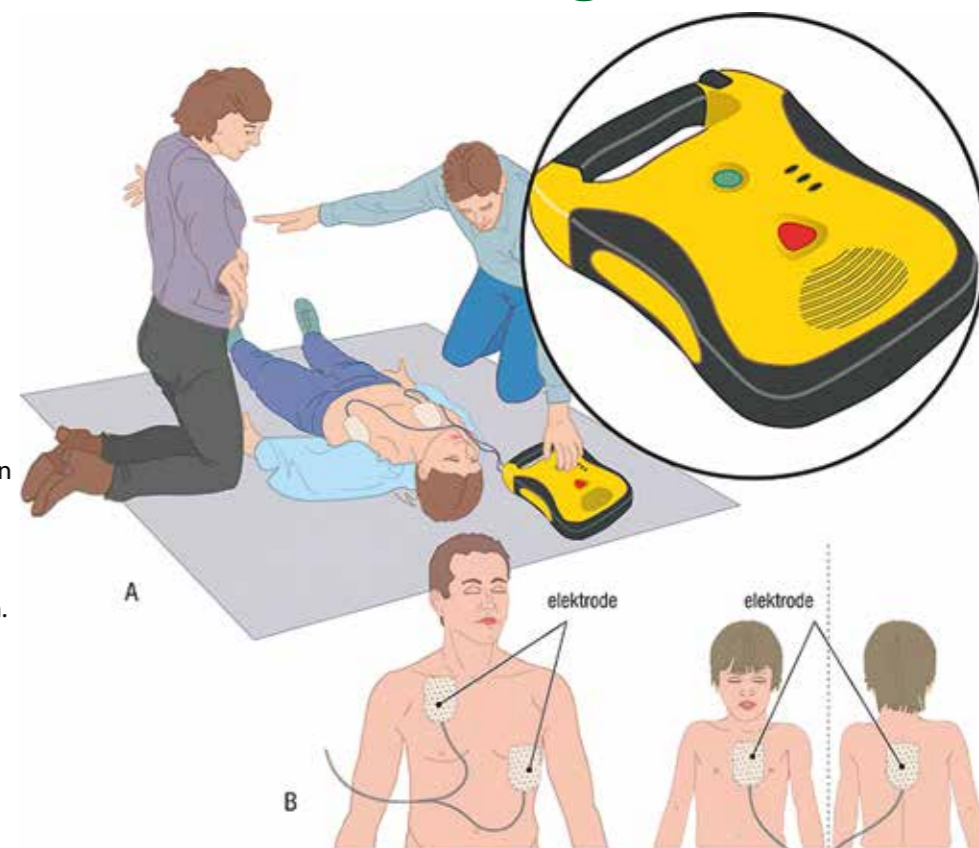
Al enkele jaren hebben wij een AED in de wijk hangen, bij het Rode Kruis gebouw. Hoe fijn is het als veel mensen de AED kunnen gebruiken en zo levens kunnen redden. Om deze reden biedt Craneveer op zaterdag 15 juni tegen een gereduceerd tarief een reanimatietraining met AED aan. De training wordt verzorgd door DatoCarnas, een zeer ervaren trainings- en opleidingsinstituut.

Een reanimatietraining met AED bestaat uit een deel theorie en een deel praktijk: je leert wat het hart is, hoe het werkt en wat er allemaal mis kan gaan én je leert veiligheid checken en het slachtoffer benaderen. Ook ga je zelf aan de slag met het geven van borstcompressie en beademing volgens de richtlijnen zoals die nu zijn. Tijdens de training leer je tot slot ook hoe een AED werkt en oefen je met het aansluiten en bedienen ervan. Als je dan een keer echt een AED moet gebruiken, geeft dat vertrouwen en gaat er geen kostbare tijd verloren. Daarmee kun jij het verschil maken.

Praktische informatie:

Datum: zaterdag 15 juni
Tijd: 09.00 tot ca. 12.00 uur (koffie vanaf 08.45 uur)
Locatie: recreatiezaal Craneveer, Viottastraat 12

Aanbieding: reanimatietraining met AED



Kosten: wijkbewoners betalen € 30,-, mensen van buiten de wijk € 50,-
Minimum aantal deelnemers: 10

Bij veel belangstelling kijken we of we meer trainingen kunnen aanbieden

Let op: voor het oefenen is het nodig om op de knieën te kunnen zitten
Aanmelden kan via administratie@craneveer.nl of telefonisch: **026 - 351 37 54** tot uiterlijk 1 juni.



Vrijdag 22 maart was de aftrap van de eerste spelletjesavond in de Buurtfabriek.

Na de oproep in de laatste Craneveer hebben een viertal mensen zich opgegeven om dat mee te helpen opzetten. Het concept is eenvoudig: neem je favoriete spel(len) en iets lekkers mee, dan komt de gezelligheid vanzelf!

de eerste spelletjesavond: een succes!

En dat bleek te kloppen. We waren met een twaalfstal mensen. Buurtgenoten die je van gezicht kent of zelfs nog nooit had gezien, maar waarmee je nu rond de tafel zat en een bekend of onbekend spelletje mee aan het spelen was. Er hing een ontspannen en ongedwongen sfeer, waarin (minder) jong en (minder) oud met elkaar speelden en samen echt een heel gezellige avond hadden. Hoe eenvoudig kan het zijn? Onderling zijn er al enthousiaste plannen gemaakt om de volgende keer samen een ander spel te gaan spelen en weer anderen hebben hun burens ook al enthousiast gemaakt om te komen.

En dat kan, want we willen dit **elke vierde vrijdag van de maand** gaan doen, vanaf 19.00 uur.

Dus zet het in je agenda en neem je burens mee. We zien je graag in de Buurtfabriek!



het bureau voor moderne architectuur, interieur en landschap

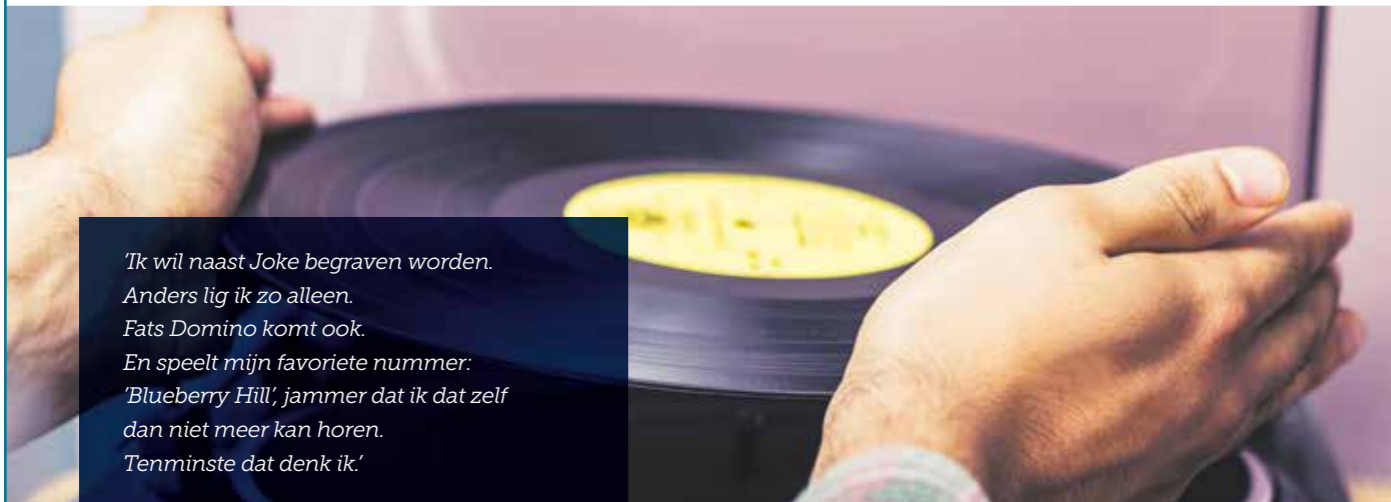
**Samen jouw ultieme woning ontwerpen?
Kijk wat we van plan zijn op
planbstudio.nl.**

volg ons!

@planbstudio_nl

PLANBSTUDIO.NL - CONTACT @ PLANBSTUDIO.NL - DIEPENBROCKLAAN 58 - 6815 AK ARNHEM - +31(0)620985523

UITVAARTVERZORGING
KRAMER
SEDERT 1885



*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

Natuur in de wijk



De komende periode kun je deze bloemen, vlinders en slakken tegen komen:

- | | | |
|--------------------|-----------------------|--------------------------|
| 1 Schijnpapaver | 5 Klein geaderd witje | 9 Speenkruid |
| 2 Oranjetipje | 6 Wilde hyacint | 10 Zwartgerande tuinslak |
| 3 Bleke klaproos | 7 Wilde akelei | 11 Segrijnslak |
| 4 Bruin zandooogje | 8 Rode klaver | |

WELKOM OP KONINGS DAG 2024!



ZATERDAG 27 APRIL 2024 OREMUSPLEIN PROGRAMMA:

- 10.00 MET JE VERSIERDE FIETS NAAR HET OREMUSPLEIN (START BEETHOVENPLEIN)
- 10.30 KLEEDJESMARKT, DJ NAUK!, DRANKJES, HELE GAVE ATTRACTIES, LEUK VERMAAK OA SCHMINK, TATTOOS, SUIKERSPINNEN ETC..
- 12.30 PRIJSUITREIKING VERSIERDE FIETS 2024!
- 13.00 EINDE

WE KUNNEN DIT NIET ZONDER JOU!

**KAN JE HELPEN MET BEGELEIDEN?
HEEL GRAAG!
(OOK ALS HET MAAR EVEN IS)**

APP 06-177 249 77

**UPDATES OP DE WEBSITE
CRANEVEER OF
FACEBOOK**



TACOYO:

Cardio, kracht én ontspanning op muziek

KOM

2X

GRATIS

PROBEREN!



TACOYO =



- * een groepstraining van 75 minuten
- * 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

Onze (wijk) website...?

Beste buurtgenoten,
Om onze wijkwebsite www.craneveer.nl levendig en actueel te houden, zoeken we iemand die het leuk vindt om content te creëren. Vind je het leuk om teksten, afbeeldingen of andere content te maken en mee te denken over de inhoud van de website? Dan kunnen we jouw hulp goed gebruiken.

Daarnaast zijn we op zoek naar iemand die zich wil bezighouden met de sociale media. Heb jij interesse om betrokken te zijn bij het delen van nieuws, evenementen en andere interessante informatie over onze wijk via onze socials? Als je interesse hebt neem dan contact met ons op via:

redactie@craneveer.nl

**brasserie
Angerenstein**

**Koffie
Lunch
Borrel**

Pannenkoeken

www.brasserieangerenstein.nl

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

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

Ook adverteren?

advertenties@craneveer.nl



Op 24 maart was het weer zo ver: het jaarlijkse paaseieren zoeken in het Nederlands Openluchtmuseum. Om stipt 10:00 uur werden alle kinderen in twee groepen verdeeld om naar de velden te gaan en daar onder begeleiding van vele paashazen de eieren te zoeken. Het was een heerlijk gezicht om meer dan 250 kinderen (een record!) vol plezier op pad te zien gaan. Ook de regenbuien mochten dit jaar de pret niet drukken. Om te voorkomen dat de smakelijke chocola zou natregenen, waren de hazen zo slim geweest plastic eieren en blokjes te verstoppjen, die naderhand omgewisseld konden worden voor chocolade eieren en een paashaas.

Na het zoeken was er tijd voor koffie, thee, limonade en voor de (volwassen) liefhebber een advocaatje. Ook was er weer een gezonde snack geregeld. En terwijl alle ouders droog zaten, waren er veel kinderen lekker aan het spelen in de speeltuin.

Wat een feest was het weer, dat paaseieren zoeken. Voor de een nieuwe traditie, voor de ander nostalgie. Maar wat fijn, dat dit elk jaar weer georganiseerd wordt. Tot volgend jaar!

Inge Rutten en Eva Wissenburg

Paaseieren zoeken in het Openluchtmuseum



En zo zag de ochtend eruit vanuit de ogen van Paashaas Wouter:

12

13

Een koude lenteochtend was het weer. Geen kille wind deze keer, maar helaas wel een bui of twee. Niet dat het koud was in dat pak, na een beetje springen was het eerder warm. Deze keer werd ik ondersteund door mijn twee broertjes, en 6 andere hazen. Niets was ons verteld over hoeveel van de plastic eitjes en blokjes, verstopt in het modderige bos, er eigenlijk per persoon opgeraapt mochten worden. Toch besloot iedereen die dit ook niet wist, het aan ons hazen te vragen. Zo hebben wij zelf langzaam de regels geleerd door het gemiddelde te nemen van wat deze zoekers dachten dat ze hadden gehoord. Wij zijn dus

wellicht verantwoordelijk geweest voor de verspreiding van wat misinformatie...

Het was al snel duidelijk geworden voor ons dat een gigantische,

tweepotige, pratende haas, die voor de meeste kinderen een oogniveau had twee keer zo hoog als van henzelf, niet bepaald een bekend, vertrouwd of inderdaad geruststellend beeld is voor veel jonge kinderen. Veel bleven op afstand en als je die afstand zelf probeerde in te korten, kon je soms de tranen zien ontspringen. Gelukkig deden we al snel een baanbrekende vinding: De high-five. Hiermee kan je vanaf afstand een uitnodiging doen, de pose is voor bijna iedereen wel bekend en het geeft de kinderen een kans om op eigen initiatief contact te maken. Zodra de eerste van ons deze ijsbreker uitprobeerde, verspreidde de techniek snel en tegen het einde van die ochtend hadden we al-high-fivend een aantal dikke vrienden gemaakt, waarmee we tussen de regendruppels door toch nog lekker mee konden spelen.

En zo is het ondanks het natte pak toch weer een geslaagde paashazenpretochtend geweest.



Wij geloven erin

Wij waarderen onze wijk als een zeer prettige woonomgeving. Waar men naar elkaar omkijkt. In coronatijd werd er een hulplijn opgezet. Binnen no time was er een lange lijst van deelnemers die graag bereid waren iets voor hulpbehoevende medebewoners te doen. Als we ons niet vergissen was het aanbod veel groter dan de vraag. Soepalarm, Repaircafé, Buurtfabriek, noem maar op, allemaal prachtige initiatieven. De nationale radio zond een week lang iedere avond een reportage uit over de sociale samenhang in onze wijk.

We waren juist daardoor geraakt door de ingezonden brief 'Geloof u het nog' in de vorige editie van ons wijkblad over de nieuwbouw aan de Kluizeweg. Omdat we met plezier in deze wijk wonen. Maar ook omdat we met overtuiging in de volkshuisvesting werken, bij *Volkshuisvesting*.

We hebben geworsteld of we zouden reageren. Want we willen niet dat het lijkt alsof we niet tegen kritiek kunnen. Over de architectuur van de nieuwbouw, de duurzame warmteoplossing, over het gelopen proces et cetera. Bovendien lopen we dan onze collega's en de aannemer die direct aan dit project werken voor de voeten. We schrijven deze brief dan ook op persoonlijke titel als buurtgenoten.

ELKE ZATERDAG
verse bloemen en planten
aan de Beethovenlaan

JE HAALT DE LENTE IN HUIS MET VERSE VOORJAARS-BLOEMEN

josflowers
jouw bloemist op de markt

(ingezonden brief)

We werden met name geraakt door de passage over de reservering van tien appartementen voor bewoners die straks ondersteuning krijgen van *Driekracht*. We kunnen ons niet voorstellen dat de beste wijk van Nederland, een predicaat dat ook in de Craneveer met gepaste trots wordt uitgedragen, nieuwe bewoners met mentale zorgondersteuning niet welkom weet te heten. Juist omdat we een veerkrachtige wijk zijn met veel sociale cohesie. Wij zien dagelijks in ons werk dat niet iedere buurt in Arnhem dat gegeven is.

Wij geloven erin dat onze wijk een goede omgeving biedt voor mensen die een nieuwe start maken, ongeacht de achtergrond die ze hebben. En dat die nieuwe buurtgenoten het verdienen dat wij ze niet op voorhand met argusogen bekijken, maar proberen hen zich welkom te laten voelen. Wie kent er in de directe omgeving geen mensen die ondersteuning krijgen als het geestelijk tijdelijk of permanent minder gaat? Door burn-outs, depressies of ziektes zoals dementie. En ja, uiteraard: professionele hulp moet goed georganiseerd zijn als er ook aan huis extra zorg nodig is bij bijvoorbeeld een psychische of licht verstandelijke beperking. Zoals bij de nieuwe buurtgenoten die gaan wonen aan de Kluizeweg.

Waar wij in geloven zijn leefbare, inclusieve wijken. Waar iedereen gelukkig mag zijn en prettig samenleeft in een mooie omgeving met respect voor de heilzame natuur. Dat gaat niet vanzelf, maar wat zou het mooi zijn als we dat realiseren. En als Alteveer/ Cranevelt met een rijke diversiteit aan burens, zo boven aan het lijstje van de beste wijken in Nederland blijft staan.

Jullie buurtgenoten Jaap van Hoogmoed, Helga Pannekoek, Frans Herbrink en Frank Evers

PS: wij zijn zeker bereid om eens met jullie in gesprek te gaan over ons dagelijks werk. Misschien leuk om dat eens in de Buurtfabriek te doen?

Wij geloven erin dat onze wijk een goede omgeving biedt voor mensen die een nieuwe start maken, ongeacht de achtergrond die ze hebben.

Leeuwentanden te vinden recht tegenover de dierentuin

14

Ken je dat? Je hebt een kennismakingsgesprek met iemand op het werk en een collega denkt je vast voor te bereiden: 'Nou succes zo, hè? Dat is me er eentje hoor! Laat je niet van de wijs brengen!' Eigenlijk kan ik niet zoveel met die adviezen en word ik zelfs extra nieuwsgierig. Wat leuk dat ik koffie mag drinken met die zogenaamde 'vreemde vogel'!

Hoe we op die manier andere mensen kunnen benaderen, zo gaan we af en toe ook om met planten. Ik heb geleerd dat onkruid verkeerd is: weg ermee, de tuin uit! Maar eigenlijk stimuleert dat juist mijn nieuwsgierigheid, wat gaat er schuil achter dat 'onkruid'?

Dit aangeleerde gedrag, met negatieve grondhouding is eigenlijk jammer, want daardoor loop je mogelijk een hoop verwondering én nuttige tuinhulp mis. Het meest verrassende 'onkruid' vind ik nog altijd de paardenbloem. Als kind heb ik vele bloemen weggeplukt en ze zelfs met een schepje uit het gazon van mijn ouders gehaald, want ze moesten zich zeker niet kunnen verspreiden. Eigenlijk vond ik dat jammer, want ik zou ze later dus ook niet kunnen wegblazen als hun gele stralen veranderd waren in zachte grijze pluisjes.

Ik deel graag mijn verwondering over deze bijzondere bloem met jou. En zelfs als je denkt 'het zal allemaal wel, maar ze komen mijn tuin niet in' dan nog is het de moeite waard om er wel iets van te weten, want het is ook een bloem met symboliek. Het plantje is een vechter, dat zich door de uitdagingen van het leven heen weet te worstelen. Eenmaal goed geworteld, laat de plant zich van haar zonnige kant zien. Ook op regenachtige dagen doet ze

ons denken aan de kracht van de zon. Op menig rouwkaart zie je de paardenbloem terug als symbool voor loslaten, maar ook herinnert ze ons eraan dat alles uit één universum voortkomt. En al heel lang gaat het verhaal de ronde dat je een wens mag doen als je de bloempluisjes wegblaast.

Het is echt een zonnebloem want 's avonds gaat ze dicht om de volgende ochtend weer volop te kunnen schijnen. Wist je dat er in Nederland meer dan tweehonderdvijftig verschillende soorten voorkomen? Het is de enige inheemse plant die door meer dan honderd soorten wilde bijen wordt bezocht. Omdat ze zo vroeg in het jaar al bloeit, is ze ook een belangrijke voedselbron voor insecten. Voor weidevogels is ze daarom essentieel, als kuikens uit hun eieren kruipen vinden ze op snelhoogte hun voedsel op de bloeiende bloemen. De paardenbloem biedt niet alleen nectar of stuifmeel, maar allebei.

Niet alleen voor insecten en vogels zijn ze goed, ook voor het leven in de bodem zijn ze van grote betekenis. Waar de bodem dicht is, te hard of aangestampt, kan de paardenbloem de bodem weer openbreken met haar penwortel, waardoor er weer zuurstof de grond in kan. Ze haalt mineralen uit de diepere grondlagen op. Bij het afsterven van de bladeren komt bijvoorbeeld calcium beschikbaar voor andere planten. Ze kan zure bodems dus verbeteren. Als de wortel afsterft, maakt de pendelaar, een regenworm, gebruik van deze wortelgangen. Evenals de wortels van het gras, die graag in deze ruimten groeien. De beluchting en afwatering van de bodem wordt flink verbeterd door dit mooie zonnetje.

Het is een zeer veelzijdige bloem en ze werd vroeger zelfs actief verbouwd. Voordat we de rubberboom als bron voor rubber vonden, gebruikten we namelijk de wortels van de paardenbloem om rubber van te maken. Oude tijden herleven nu er in Zeeland opnieuw paardenbloemweides worden aangelegd voor onderzoek naar de rubberproductie.

En dan als kers op de taart – of beter gezegd: als bloem op de salade – is het ook het vitaminebommetje van de natuur voor onszelf. Er worden allerlei positieve eigenschappen voor onze gezondheid aan toegeschreven. Bovenal zijn ze lekker zoet in jam, saus of salade. Daarom werden ze vroeger 'honing (of goud) van de armen' genoemd. Wil je het proberen? Wacht dan even tot mei of later voor je ze plukt. Het andere leven in de tuin zal je dankbaar zijn!

Wil je de paardenbloem in al haar pracht aanschouwen? Dan kun je goed terecht in het weiland tegenover de dierentuin. Daar staan de planten eind april volop in bloei waardoor je je op een gouden tapijt waant. Of tussen de tanden van de leeuwen. In het Frans heet deze bloem namelijk 'Dent de lion', in het Duits 'Löwenzahn' en in het Engels 'Dandelion'. Naar de vorm van de bladeren die met een beetje fantasie op de tanden van een leeuw lijken. Eigenlijk best een stoer plantje dus!

Als vrijwillig tuinconsulent deel ik graag informatie en kennis over klimaattuinieren en denk ik mee over een meer natuurlijk tuinplan (gratis). Aan de slag gaan in je tuin is laagdrempelig en je kunt er zelf letterlijk de vruchten van plukken! Heb je interesse? Neem dan contact met me op via het contactformulier op www.duurzaamcraneveer.nl

Gemeente Arnhem biedt Tracing Your Roots aan voor Arnhemse jongeren

Op zoek naar jouw voorouders uit Indië of Indonesië? Heeft jouw familie wortels in voormalig Nederlands-Indië of Indonesië, ben je tussen de 15 en 35 jaar oud en wil je samen met een groep gelijkgestemden op zoek naar jouw voorouders en familiegeschiedenis?

Ontdek jouw 'roots'

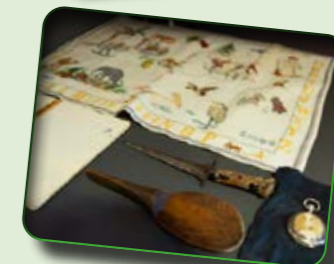
Dit voorjaar strijkt 'Tracing Your Roots' neer in Arnhem. Op twee zaterdagmiddagen ontdek je jouw eigen geschiedenis, leer je (online) stamboomonderzoek doen en krijg je tips hoe je jouw (groot)ouders kunt interviewen over het familieverleden. Na afloop werken we samen toe naar een online-tentoonstelling waarin jij geportretteerd wordt.

Locatie: Rozet Arnhem

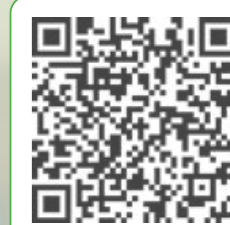
Datum: zaterdag 20 april &
zaterdag 11 mei 2024

Tijd: 11.30 - 16.30 uur
(inclusief hapjes en drankjes tussendoor)

Cursusgeld: €25,- Gelrepashouders mogen inclusie@arnhem.nl mailen voor een vouchercode om gratis deel te nemen.



TRACING
YOUR
ROOTS



Meld jezelf nu aan

Scan mij
of ga naar deze link.

Foutparkeerders en Verkeerscommissie

Op de foto's een aantal foutparkeerders, alles de afgelopen weken ingestuurd door wijkbewoners naar verkeer@craneveer.nl, nummerborden onzichtbaar gemaakt.

Een auto op de Kluzeweg op de stoep, een bus in de Viottastraat op de stoep, een drietal hoekparkeerders. Bij deze de het vriendelijke verzoek uw auto (of bus) te parkeren waar dat mag



Gezocht: Tuinen en acts voor amateurkunst festival Gluren bij de Buren in Arnhem

Huiskamerfestival Gluren bij de Buren zoekt tuinen en acts. Gluren bij de Buren komt voor de tweede keer naar Arnhem op zondag 30 juni 2024. Amateurkunstenaars van alle soorten disciplines betreden het gazon als podium, in Rijkerswoerd tot Klarenbeek. Tuinen en acts kunnen worden aangemeld tot en met zondag 12 mei via www.glurenbijdeburen.nl.

Allerlei soorten optredens zijn denkbaar op het podium van Gluren bij de Buren. Muziek, theater, dans, cabaret, het kan en mag allemaal. Alle podiumkunstenaars treden drie keer een half uur op, telkens voor nieuw publiek. Ook tuinen in alle soorten en maten kunnen aangemeld worden.

De programmamakers zoeken een act die past bij het formaat van het tuintheater.

Gluren bij de Buren is een initiatief van Stichting de Bühne en wordt georganiseerd in samenwerking met Huis van Puck. Het festival verlaagt drempels voor buurtontmoeting en creëert podia voor lokale amateurkunsten. Vind meer informatie of meld je aan tot en met zondag 12 mei via www.glurenbijdeburen.nl.

Het festival vindt plaats in 29 gemeenten: Almere, Amersfoort, Arnhem, Breda, Den Bosch, Deventer, Doetinchem, Dordrecht, Dronten, Ermelo, Harderwijk, Heerlen, Hengelo, Huissen, Leeuwarden, Leusden, Maastricht, Nijmegen, Roermond, Roosendaal, Sittard-Geleen, Stichtse

Tuinen en acts kunnen worden aangemeld tot en met zondag 12 mei

Vecht, Utrecht, Venlo, Wageningen, Woerden, Zaanstad, Zutphen en Zwolle.

ALGEMENE INFORMATIE

Wat: Gluren bij de burens Arnhem
Wanneer: Zondag 30 juni tussen 13.00 en 18.00

Waar: In alle wijken van Rijkerswoerd tot Klarenbeek

Entree: Eigen bijdrage
Meer informatie en aanmelden tot en met zondag 12 mei via www.glurenbijdeburen.nl



16

17

Meld je aan voor Kunstige Buren Alteveer/ Cranevelt

Buurtbewoners gezocht die eind september op een dag kunst van zichzelf of anderen willen exposeren. Bij kunstenaars/ kunstmakers thuis of op openbare plekken in de wijk.

We zijn daarvoor op zoek naar kunstenaars in de wijken Alteveer en 't Cranevelt.

We denken aan:

- schilderijen,
- keramiek,
- fotografie,
- grafisch werk,
- werken met verschillende materialen zoals steen, leer, vilt, glas
- houtbewerking, glas in lood,
- edelsmederij, etc.

Wil je mee doen met Kunstige Buren in Alteveer/Cranevelt en je huis of ruimte in de wijk daarvoor openstellen? Lijkt het je interessant om te helpen met de organisatie?



Meld je of schrijf je in **vóór 15 mei** via een mail aan:

kunstigeburen@gmail.com

Dan weten we of er voldoende animo is en kan de organisatie verder.

Ook a.u.b. aanmelden als je twijfelt over de ruimte, want we kunnen op

zoek naar algemene ruimten in de wijk om je kunst te presenteren.

We zien jullie reacties graag tegemoet! Alvast bedankt.

Danielle Spijkerboer, Susan Frank, Lisette Ter Burg, Astrid de Winther.



Lever uw recepten in bij **Drogisterij 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

& Drogisterij 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



Vondsten uit de Boekenkast (1)

De rubriek "Vondsten uit..." (over boeken, geschiedenis en trivia) wordt afwisselend verzorgd door Marco van Kampen en Patrick Boomstra.

Patrick Boomstra (1973) woont sinds 2003 in de wijk en is door zijn werk in Arnhem beland. Dat bevindt zich op korte afstand ten noorden van Alteveer op de Oranje Kazerne te Schaarsbergen alwaar hij werkt als onderofficier bij de Luchtmobiele Brigade.



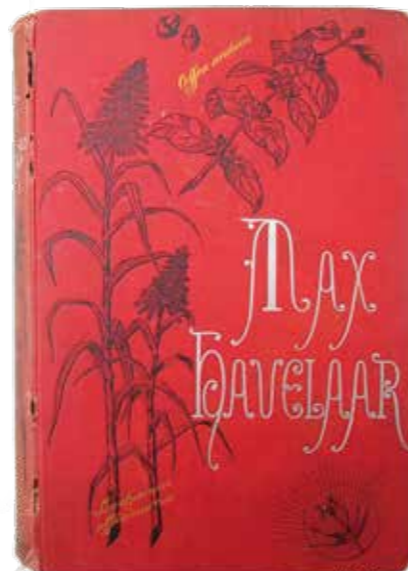
18

Zoals in de vorige Craneveer al vermeld, hoop ik u - samen met Marco van Kampen - te verblijden, amuseren en wellicht nóg wijzer te maken met weetfeitjes over boeken, geschriften en historische gebeurtenissen. Na meer dan twintig jaar in deze wijk heb ik besloten om zo lang mogelijk in deze prachtige omgeving te blijven wonen. Ik mag dan een geboren Fries zijn; met Arnhem voel ik me inmiddels erg verbonden.

van Johan Fabricius' avonturenboek 'De Scheepsjongens van Bontekoe'. Later verloor ik een beetje de zin om te lezen, dankzij (of ondanks?) de verplichte boeken die we op het voortgezet onderwijs moesten bestuderen. Al heb ik daar wel een anekdote over:

Op de leeslijst stond 'Max Havelaar' (1860) van Multatuli (Eduard Douwes Dekker, 1820-1887). Een boek waar een meisje uit mijn klas, Miranda, niet doorheen kon komen. Gelukkig was ik natuurlijk bereid, mede door andere motivatie van beide kanten, haar hier doorheen te loodsen. Na verwoede pogingen om ook nog door het boek heen te worstelen, lukte het Miranda na een toets én hertoets, nog steeds niet om goed te verwoorden waar het boek precies over ging. Dat werd dus een laatste kans om via een mondeling examen alsnog tot een goed cijfer te komen. Op naar de videotheek voor de verfilming van het boek. Geen 'Netflix en chill', maar goed opletten!

Vol goede moed liepen we de volgende dag samen naar het



Multatuli, Max Havelaar, 5e druk, 1881. De laatste door de auteur zelf herziene editie.

leslokaal, waar Miranda naar binnen ging en ik mijn oor tegen de deur hield. Wat ik heel goed op kon vangen was de vraag van de leraar over het begin van het verhaal; de kennismaking met de koffiehandelaar Batavus Droogstoppel. Miranda's antwoord: "Nou, Peter Faber komt dus aanlopen..." Ik heb Miranda na dat schooljaar nooit meer teruggezien.

Ter introductie gaan we eerst even terug naar mijn jonge jaren en de bibliotheek van mijn Lagere School in Harlingen. Als kind verslond ik, vanaf het moment dat ik kon lezen, de boeken die ik daar vond: 'Pinkeltje' van Dick Laan en 'Ot en Sien' van de schrijver Hindericus Scheepstra (1859-1913). Toevalligerwijs ben ik later in het bezit gekomen van de piano die ooit tot dhr. Scheepstra zijn inboedel behoorde. Maar daarover wellicht ooit een andere keer meer.

In een van de latere klassen belandde ik in een totale trance door de lectuur



19

Buurtfabriek

Inloop & Horsterhof	elke dinsdag	13:30 - 15:30
Zangkoor de Zyp	elke dinsdag	10:00 - 12:00
Atelier Buurtfabriek	elke donderdag	10:00 - 12:00
Soepalarm	6 mei en 3 juni	12:00 - 13:00
Buurtfabriek Repareert	7 mei en 4 juni	19:30 - 21:30
Buurt aan Tafel	8 mei en 12 juni	18:00 - 20:00
Deel je maaltijd	16 juni	17:00 - 18:30
Samen Koken	25 april en 23 mei	16:00 - 19:30
Spelletjesavond	26 april en 24 mei	19:00 - 00:00
Buurtdynamiek	26 april en 17 mei	17:00 - 19:00
Workshop Keramiek 6x	woensdag vanaf 15 mei	13:30 - 16:30
Opening Rozetje	vrijdag 7 juni	14:00 - 18:00

Opening 'Rozetje in de Buurtfabriek': 7 juni

Nog vóór de zomer opent Rozet haar dependance in de Buurtfabriek: dé mini-bibliotheek voor Alteveer/Cranevelt. Vanaf 7 juni kun je drie dagen per week in de Buurtfabriek bibliotheekboeken lenen, je gereserveerde boeken ophalen, een krant en tijdschriften lezen of meedoen aan een cultuuractiviteit, zoals een lezing, een voorleesmorgen voor ouderen of peuters. De biebus die nu nog elke dinsdagmiddag in de wijk staat, komt te vervallen.



Op vrijdag 7 juni organiseren we samen met Rozet een feestelijke opening van het Rozetje: met activiteiten, een hapje en drankje, muziek en een officieel openingsmoment (rond 16.30 uur). Je bent van harte welkom deze opening met ons te vieren tussen 14:00-18:00. Het volledige programma kun je vinden op www.onzebuurtfabriek.nl.



Buurtkantine

Zodra Rozetje is geopend zijn we ook een buurtkantine. Kom gezellig buurten en drink een heerlijk kop koffie met je buurtgenoten. Elke dinsdagmiddag, woensdagochtend, vrijdag en zondagochtend zijn we open voor koffie, thee en taart. Ook kun je bij ons voor een kleine lunch terecht, zoals een tosti of soepje. Zoek een boek uit, lees een krantje aan de leestafel of in de tuin, vergezeld van iets lekkers. Voor de actuele openingstijden verwijzen we naar de website en de voordeur van de Buurtfabriek.

Vaste Planten: Bloeiende biodiversiteit voor elke tuin

Vaste planten voor iedere tuin: Een groot deel van de woningen in onze wijk heeft een tuin, vaak zelfs een voor- en een achtertuin. Al die tuinen maken deel uit van de natuur in onze wijk, denk aan de vogels en vlinders die regelmatig in je tuin komen, misschien heb je wel een egel in de tuin, of heb je het geluk dat er regelmatig een eekhoorn komt kijken. De inrichting van je tuin heeft invloed op de biodiversiteit. Op een gladgeschoren gazonnetje komen minder insecten, rupsjes en ander klein spul voor dan in een kleurrijke border met een grote diversiteit aan soorten vaste planten.

Wat zijn vaste planten?: Vaste planten zijn kruidachtige planten die ieder jaar weer opnieuw groeien en tot bloei komen. Sommige vaste planten sterven in de winter geheel af en trekken zich terug in de grond om in het voorjaar weer geheel te ontluiken. Andere overwinteren bovengronds, dit zijn meestal de groenblijvers, zij geven met hun groene blad nog kleur aan de tuin. Er zijn vaste planten die vooral van schaduw houden, of echte zonzonbidders zijn. Bij de keuze van de vaste planten moet je hier wel rekening mee houden, de zonzonbidders kwijnen weg in de schaduw en de schaduwminnaars verlepden in de zon. Wil je veel bijen, vlinders en andere insecten naar je tuin lokken, dan zijn er veel vaste planten die nectar produceren. Onderstaand vind je een top 5 voor de zonnige en de schaduwrijke tuin die ook interessant zijn voor insecten en vlinders in je tuin.

Vaste planten voor de zonnige tuin:

Ijzerhard – *Verbena bonariensis*

Deze plant kan wel 150 cm. hoog worden, maar door zijn ijle groei is dit nooit storend. Hij past goed tussen soorten met wat meer massa zoals lavendel, kattenkruid en hemelsleutel. De paars-violette bloemen zijn er van juni tot ver in oktober. Plant ze als solitaires in een border, de herhaling geeft een mooi effect. Laat de uitgebloeide bloemen 's winters staan en knip ze in het voorjaar pas af.



Ijzerhard

Lavendel – *Lavandula angustifolia*

Lavendel is wintergroen en heeft een ruikt aantrekkelijke, het wordt niet hoger dan 40-50 cm. De lavendelkleurige bloemen bloeien van juni tot in augustus. De variëteiten 'Hidcote' en 'Dwarf Bleu' zijn sterk en worden veel gekweekt. Ze hebben meer paarse bloemen. Lavendel kun je in het voorjaar flink kort knippen, dan blijft het een mooie bossige plant.



Lavendel

Hemelsleutel – *Sedum spectabile 'Septemberglut'*

De echte hemelsleutel (*Sedum telephium*) is inheems, maar wordt weinig gekweekt. De *Sedum spectabile* soorten zijn veelal sterker en worden veelvuldig door vlinders bezocht. De variëteit 'Herbstfreude' is erg sterk met intens gekleurde rozerode schermen. Ze bloeien in september en oktober en worden 35 cm. hoog. Ze worden ook wel vetplant genoemd vanwege hun dikke, vlezige bladeren. De uitgebloeide bloemen zijn in de winter fraai, de bladeren sterven af en lopen vroeg in het jaar weer uit.



Hemelsleutel

Dropplant – *Agastachya 'Bue Boa'*

Sterk aromatische plant voor een zonnige en droge plek. De plant wordt ongeveer 80 cm hoog en heeft lila paarse bloemen van juli tot oktober. De rijkbloeiende plant trekt veel bijen maar wordt niet erg oud. Na ongeveer vier jaar is de fut eruit en moet hij vervangen worden.



Dropplant

Duizendblad – *Achillea filipendulina 'Parker's Variety'*

Een sterke onverwoestbare vaste plant met grote gele schermen die tot 120 cm hoog wordt en bloeit in juni – augustus. De plant combineert prachtig met de violetblauwe salie (*Salvia nemerosa*) waarvan alle soorten ook druk bezocht worden door bijen, hommels en vlinders.

Andere soorten voor in de zon die veel bezocht worden door bijen, vlinders en andere insecten zijn: Zonnekruid; Koninginnekruid; Herfstaster; Wilde marjolein; Tijm; Rozemarijn; diverse klokjes; diverse Geraniums; Solidago; Zonnehoed.



Duizendblad

Vaste planten voor schaduwplekken in de tuin: Er zijn minder soorten voor in de schaduw, zeker als je ook nog rekening houdt met soorten die interessant zijn voor insecten. De top 5 bestaat uit:

Longkruid – *Pulmonaria angustifolia 'Blue Ensign'*

Gevlekt longkruid groeit nog in Zuid-Limburg, maar dit is een gekweekte variant die mooi blauw bloeit. Hij blijft laag, 20 – 30 cm en de slakken blijven af van het behaarde, gestippelde blad.

Bosaardbei – *Fragaria vesca*

De bosaardbei heeft witte bloemen die vanaf april tot september bloeien. De bloemen groeien uit tot langwerpige vruchten, de aardbeien, die eetbaar zijn. Heb je een donker schaduwrijk plekje in je tuin plant daar dan enkele bosaardbei, leuk voor kinderen, om te zien hoe aardbeien groeien. De bosaardbei vergt geen extra onderhoud, zoals bij de gekweekte aardbei.

Maagdenpalm – *Vinca minor*

Deze groenblijvende vaste plant is een echte bodembedekker die al heel vroeg in het jaar bloeit met blauwe bloemen. De plant stelt weinig eisen aan de grond en kan in het voorjaar goed terug geknipt worden als de groei wat wild wordt.

Elfenbloem – *Epimedium 'Moonlight'*

De Elfenbloem is een bodembedekker die in de winter niet afsterft met vroeg in het voorjaar massaal kleine witgele bloemen die niet echt opvallen. Je kunt de oude bladeren in februari afknippen waardoor de bloemen in april beter opvallen. De plant wordt ongeveer 30 cm hoog.

Judaspenning – *Lunaria annua*

De Judaspenning is een inheemse plant voor schaduwrijke plekken die vooral opvalt door de vrucht, het is een ovaal zilverachtig 'hauwtje' dat op een penning lijkt. De plant is tweejarig, het ene jaar groeit de plant en het jaar daarna komen de lilakleurige bloemen in het voorjaar. Doordat de plant zich massaal kan uitzaaien, hoef je niet bang te zijn dat hij na die twee jaar verdwenen is. Judaspenning combineert prachtig met gewone akelei (*Aquilegia vulgaris*), voorjaarszonnebloem (*Doronicum platagineum*) en donkere ooievaarsbek (*Geranium Phaeum*). De planten worden rijk bezocht door allerlei insecten, bijen en insecten.



Longkruid



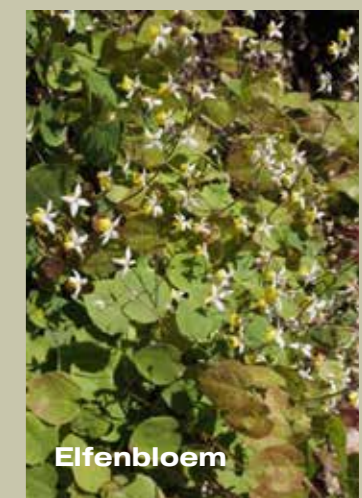
Bosaardbei



Maagdenpalm



Judaspenning



Elfenbloem

Soorten voor de zon en halfschaduw: Diverse soorten groeien zijn niet specifiek voor een zonnige of schaduwrijke plek en houden meer van halfschaduw. Dit zijn 5 aantrekkelijke soorten:

Gewone brunel – Prunella grandiflora

Deze plant wordt ook wel bijenkorfje genoemd omdat de bloemen op een doosje lijken en een echte bijenlokker zijn. Het is een heel makkelijke plant en groeit goed op een iets vochtige plek. Er zijn variëteiten met witte, roze en lilablauwe bloemen, het is een aanwinst in je tuin.

Vrouwenmantel – Alchemilla mollis

De vrouwenmantel is een sterke tuinplant die weinig eisen aan de grond stelt. De sterk behaarde bladeren zijn extra decoratief als er regen- of dauwdruppels op parelen. De plant heeft een pluimvormige geelgroene bloeiwijze in mei en juni en wordt zo'n 40 cm hoog.

Kruipend zenegroen – Ajuga reptans

Het kruipende zenegroen is een inheems plantje die uitlopers heeft en daardoor als een soort tapijtje over de grond kruipt. De bladeren zijn groen tot roodachtig bruin en de violetblauwe bloemen zijn er al in mei en juni. De plant wordt amper 30 cm hoog.

Gewone Akelei – Aquilegia vulgaris

Deze inheemse soort doet het goed in de schaduwrijke tuin en zaait zich spontaan uit. De bloemen zijn blauw en hebben korte sporen, maar er komen ook purper-roze en witte exemplaren voor. De bloemen hangen een beetje naar beneden. De planten worden 50-60 cm hoog.

Ooievaarsbek - Geranium macrorrhizum 'Ingwersen's Variety'

Er komen veel soorten tuingeraniums voor, deze soort blijft in de winter groen en heeft in juni en juli bleekroze bloemen. De bladeren geuren aromatisch en verkleuren in de winter vaak iets rood. De planten worden ongeveer 30 cm hoog.

Nog enkele tips als je planten voor je tuin koopt:

- Koop biologisch gekweekte planten, deze worden gekweekt zonder gebruik te maken van kunstmest en bestrijdingsmiddelen. De kweek van deze planten belast het milieu niet en ze groeien langzamer omdat ze niet kunstmatig opgejaagd worden. De planten zijn daardoor sterker en minder gevoelig voor ziektes. Op deze websites vind je o.a. biologische kwekerijen: <https://www.avvn.nl/natuurlijk-tuinieren/biologische-kwekers-en-webshops> en <https://biotuinwijzer.nl>
- Gebruik biologische compost of potgrond als bemesting voor je tuin. Deze compost en potgrond is geheel vrij van turf. Op dit moment kun je bij de Buurtfabriek een emmer potgrond kopen voor € 3,-
- Kijk ook eens op de site van o.a. Arnhem Zoemt, de Vlinderstichting om te lezen wat je allemaal in je tuin kunt doen voor bijen en vlinders: <https://www.vlinderstichting.nl/vlinders/tuinieren-voor-vlinders/vlinderplanten> & <https://www.arnhemzoemt.nl>
- De foto's in dit artikel komen van de website van Kwekerij Hessenhof, en van de Tuinen van Appeltern: <https://www.hessenhof.nl> & <https://appeltern.nl/nl/>



Gewone Brunel



Kruipend Zenegroen



Ooievaarsbek



Gewone Akelei



Vrouwenmantel

23

Dit jaar is het precies 125 jaar geleden dat Sonsbeek aangekocht werd door de gemeente. En daarmee werd het openbaar toegankelijk. Vereniging Vrienden van Sonsbeek wil dat op verschillende momenten en op diverse manieren vieren, onder andere met een fotowedstrijd.

Fotowedstrijd 'Jong in het park', herinneringen of nieuwe ervaringen gezocht

Wie in Arnhem opgroeit of opgroeide, kent Sonsbeek, Zijpendaal en Gulden Bodem. Een groene wereld in een stenen omgeving. Je kwam er voor het eerst met je ouders, rondgereden in de kinderwagen. Later werd het spelen, klimmen, klauteren. Alleen of tijdens kinderfeestjes. Wel steeds met een volwassene om een oogje in het zeil te houden. Weer later werd Sonsbeek juist een plaats om aan het wakende oog van ouders te ontkomen: chillen, sporten, pizza's eten, blowen, ruzie, liefde. Een vrije oase in een wereld vol regels.

Waarom zoeken we herinneringen?

Als ode aan de parken en de jeugd, vragen we iedereen die jong is of zich nog jong voelt om zo'n plek met ons te delen en zo een bijdrage te leveren aan unieke verzameling van jeugdherinneringen.

Hoe gaat het in zijn werk?

Deel met ons een foto van die bijzondere plek. Dat mag een nieuwe foto zijn, maar ook een foto 'van toen'. Leg in maximaal honderd woorden uit waarom de gefotografeerde plek



voor jou zo bijzonder is. Inzenden is mogelijk tot 1 juli 2024. Deel de bestanden met ons via website@vriendenvansonsbeek.nl (minimaal 1 MB).

Jury

Een deskundige jury, bestaande uit Rens Plaschek, Hanneke de Jong en Rinus Baak, beoordeelt de inzendingen.

En dan?

De redactie van de website stelt uit de binnenkomende foto's een shortlist samen die wordt voorgelegd aan de jury. De jury bepaalt welke beelden/ verhalen worden geëxposeerd in het Watermuseum en Molenplaats Sonsbeek. De expositie is te zien in augustus en september. Er zullen dan ook prijzen worden uitgereikt in twee categorieën: tot 16 jaar en volwassenen. Uiteraard wordt er contact met je opgenomen als

je inzending op de shortlist komt. Daarnaast zal er gestemd kunnen worden voor de Publieksprijs tijdens de expositie van de geselecteerde foto's.

Vrienden van Sonsbeek hoopt op veel inzendingen. Er zijn immers zoveel mooie momenten en plekjes in de parken om vast te leggen. Kijk voor de voorwaarden op www.vriendenvansonsbeek.nl

Vereniging Vrienden van Sonsbeek

Vrienden van Sonsbeek is een bloeiende vereniging met meer dan 500 leden en bestaat al meer dan 30 jaar. Wij zijn een belangrijke gesprekspartner als het om de parken gaat en adviseren gevraagd en ongevraagd. Lid worden? Kijk op vriendenvansonsbeek.nl

www.LittleLuna.nl
Geboortekaartjes, Geboorteposters & meer

PIANOSTUDIO FERMATE
VAN LAWICK VAN PABSTSTRAAT 5 - ARNHEM
WWW.WILLEMIJNVANRIJN.NL
PIANOLESSEN VOOR KINDEREN EN VOLWASSENEN
026 - 44 27 354 06 - 23 762 033

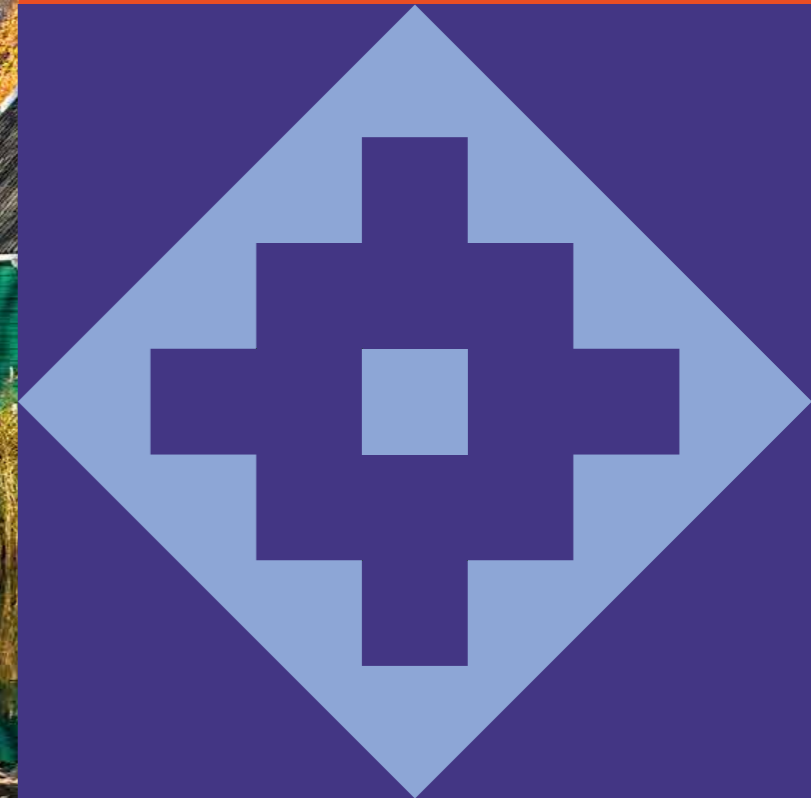


Vrienden met de buren

Word Vriend en steun het museum

Als Vriend van het Openluchtmuseum lever je een belangrijke bijdrage aan de instandhouding én ontwikkeling van het museum.

Kijk op onze website voor meer informatie:



Waar rook is... over houtstook in de wijk

door Boudewijn de Koning

Sinds corona is de verkoop van houtkachels zeer fors toegenomen*. Ook in Alteveer-'t Cranevelt hangt de laatste twee jaren steeds vaker een dekentje van houtwalm. De houtkachel is de voornaamste bron, maar ook open haard, pelletkachel, inbouwhaard, houtfornuis, buitenkachel, vuurkorf/vuurschaal, BBQ en pizza-oven zorgen voor uitstoot. De redactie is benieuwd naar uw ervaringen met houtstook. Hoeveel genoeg en/of hoeveel overlast veroorzaakt het in onze wijk? In een eerste artikel een gesprek met een gepassioneerde 'stoker' en een familie die naar adem hapt als in de wijk de knusse vuurtjes weer branden.



aantrof. Als heel jonge jongen is hij lid van de scouting, maar wat betreft houtstoken leert hij het meest van zijn vader. 'Mijn vader was daar heel precies in. Hij kocht het gerooide hout uit de parken. We hakten en zaagden en dan gingen de blokken in een speciaal droogcircuit in diverse schuurtjes.' Bas koopt op een iets andere manier in en gaat voor goed en droog hout voor een schappelijke prijs. Via Marktplaats of via een bevriende straatgenoot-medestoker schat hij zijn gemiddelde prijs per kuub eiken of beuken op 80 euro. En dat is wel wat goedkoper dan de verantwoorde pallet ovendroge blokken van de haardhoutcompany, waar je al snel aan ruim 300 euro zit. Het stookhout slaat hij op in zijn deurportaal en achter de woning onder een afdakje. De kachel gaat in de winter tijdens koude periodes dagelijks aan, en in voor- en najaar zo'n twee keer per week. Bas stookt de laatste jaren om te bezuinigen op de energielasten. Hij denkt nu goedkoper uit te zijn met de houtkachel dan wanneer hij zijn huis met de cv-ketel zou verwarmen. 'Als de belasting op energie omlaag zou gaan, zullen mensen ook minder snel hout gaan stoken.' De kachel die Bas gebruikt is een oudje, een tweedehandshoutkachel zonder



De stoker

Bas van der Togt is een echte 'outdoor-man', dus reken maar dat hij weet hoe je de houtkachel aan het branden krijgt. Hij is natuurgids op Park De Hoge Veluwe en is met zijn terreinwagen als wild-kampeerder regelmatig te vinden in bossen en aan meertjes in Scandinavië. Bij dat laatste wel volgens de regels van 'bushcraft'; dus je laat je plek zo achter zoals je 'm



toeters of bellen, en op de schoorsteen met binnenpijp zit geen filter om fijnstof te verminderen.

Vanaf 1 januari 2022 mogen haarden- en kachelverkopers alleen houtkachels verkopen die voldoen aan de Europese EcoDesign 2022-eisen. Het rendement van de kachels moet minimaal 75 procent zijn en de uitstoot van fijnstof mag maximaal 40 mg/m3 bedragen.

In de buurt zijn er veel mensen die hout stoken en daarom is er volgens Bas ook weinig commentaar op wat er uit zijn schoorsteenpijp komt. Hij snapt wel dat mensen last kunnen hebben van iemand die niet op de goede manier de kachel laat branden. 'Als je iets leuk vindt om te doen zie je de nadelen ook minder snel. Mocht ik klachten uit de buurt krijgen dan ga ik mijn stookpatroon natuurlijk aanpassen, en stoken bij mistig of regenachtig weer doe ik sowieso niet. En als Hoge Veluwe-gids zie ik wat CO₂-uitstoot doet met natuur dus zul je mij niet betrappen op fout stookgedrag.' Subsidie om mensen die hun houtkachel weg doen te compenseren vindt de outdoor-man flauwekul. 'Dan laat je mensen meebetalen die er niets mee hebben.'

RIVM: 23 procent van alle fijnstof komt in Nederland uit de schoorstenen van particulieren (vier keer zoveel als uitstoot van auto's en vrachtwagens)

Het 'ervaren-stokersadvies' van Bas (niet om houtstook te stimuleren, wel om nog meer overlast te beperken): gebruik bij voorkeur 2 of 3 jaar gedroogd hout en stapel op de correcte manier in de kachel. Twee grote blokken eerst, dan een aanmaakblokje en daarbovenop

een torentje aanmaakhoutjes die niet tegen elkaar aan mogen liggen. Laat voldoende zuurstof onder het hout komen en zorg voor een goede rookgasafvoer. Pas op dat je niet te snel een te heftig vuur laat branden, de schoorsteen kan daar schade door oplopen.

Engels onderzoek: houtkachels verdrievoudigen de hoeveelheid schadelijke deeltjes binnenshuis (een keurmerk voor houtkachels zegt niets over de uitstoot in een woning)

De 'meegenieters'

Het gezin van Xerva heeft regelmatig te maken met de gevolgen van de toegenomen houtstook in de wijk. Door de locatie van hun woning, met hoger gelegen huizen aan de achterkant, daalt de rook en stank van burens met houtkachels en vuurkorven naar hun achtertuin en dringt dan de woonkamer, keuken en via de dakkapel ook de slaapkamer binnen.

TNO: Eén op 13 huishoudens in Nederland gebruikt regelmatig een houtkachel of open haard.



Op een bepaald moment kwam de rooklucht zelfs via het keukenblok het huis in. Dat is inmiddels verholpen door een koof achter de keukenmuur dicht te maken. De familie heeft ook de brievenbus uit de voordeur verwijderd omdat er op sommige dagen geen leuke post werd ontvangen maar rook en stank. Het gezin telt vier personen waarvan één zoon astma heeft. Iedereen heeft last van de rooklucht, maar hij logischerwijs het meest. In de winterperiode hoest de jongen regelmatig slijm op en is medicatie nodig om zijn benauwdheid te verlichten.

Internationaal onderzoek: (vooral jonge) astma-patiënten hebben door het gebruik van houtkachels vaker last van chronische hoest, slijmproductie, kortademigheid en piepende ademhaling

Om zelf te proberen iets aan de luchtkwaliteit in huis te doen is er een luchtreiniger met HEPA- (tegen allergenen en bacteriën) en koolstoffilter aangeschaft die vooral voor schonere lucht op de slaapkamers moet zorgen. Xerva baalt dat er niet meer begrip is in de buurt, en dat stokers niets doen met de waarschuwingen en adviezen

die op info-sites als Stookwijzer en Stookalert zijn te vinden. Bij windstil en of mistig weer wordt er in de omgeving toch gestookt en is de eerste vraag die ze elkaar bij thuiskomst stellen: 'Zijn de ramen al dicht?'

Stichting Houtrookvrij: houtkachels zorgen zowel binnenshuis als buitenshuis voor een extreme hoeveelheid ultrafijnstof in de lucht

De familie is heel blij met hun huis in deze wijk, maar door de overlast door de houtstook is het woongenot aangetast en het woord verhuizen toch al een paar keer gevallen. Het liefst zouden ze in harmonie met omwonenden een oplossing vinden, en dat hebben ze ook geprobeerd, maar het lijkt een heel moeizame weg. Xerva hoopt dan ook dat de overheid meer gaat doen om het probleem aan te pakken.

Wat te doen bij overlast volgens MilieuCentraal: <https://www.milieucentraal.nl/huis-en-tuin/gezonde-leefomgeving/overlast-van-hout-stoken/>



Houd rekening met uw burens: raadpleeg als u hout stookt [stookwijzer.nl](https://www.stookwijzer.nl) en [stookalert.nl](https://www.stookalert.nl) en verbrand tuinafval niet, maar deponeer het in de groene container.

Reacties graag naar redactie@craneveer.nl

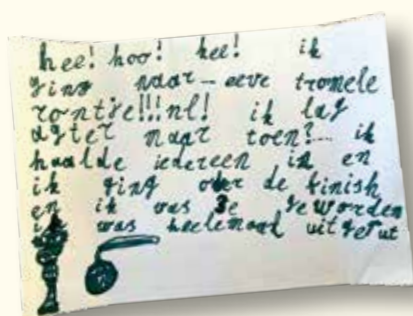
*** Van 2021 naar 2022 is de verkoop van haarden en kachels met 45 procent toegenomen. Die trend lijkt zich naar 2023 door te zetten. Volkskrant/Stichting Nederlandse Haarden- en Kachelbranche.**

Rondje Nederland

Zondag 10 maart was het zover: Rondje Nederland! Een evenement dat ieder jaar in het voorjaar terugkomt in het mooie Openlucht Museum. Van veel scholen liepen er kinderen mee en zo ook van 'onze' scholen De Zyp en de Klaproos.



Om 12.00 u mochten de allerjongsten starten. Veelal samen met een van de ouders gingen ze van start. Sommigen zetten er flink de pas in en anderen moesten even op gang komen. Ieder kind mocht gelukkig op eigen tempo lopen. En vanuit jezelf goed je best doen en kijken hoever je komt. Hierna was de start van de iets oudere kinderen. Trappelend stonden ze aan de start en mooi om te zien dat ook zij plezier hadden in het lopen met elkaar. Ik zag Nola Lobach bijvoorbeeld voorbij knallen: ze kon zelfs nog lachen voor de foto tijdens haar sprint! Maar een andere renster ging in tranen terug op de route: iemand was op haar hak gaan staan en daardoor verloor ze haar schoen! Ach, het leed van de renners...



Nola's zus Lucy wilde eigenlijk de langere afstand maar ze had nog een schaatswedstrijd in Thialf dus moest het doen met de 1200 meter. Soms moet je prioriteiten stellen! Tijdens het aanmoedigen zag ik een andere deelnemster op cowboylaarzen: ze hield goed vol maar erg comfortabel zal het niet zijn geweest. Lucy vertelde later dat het haar tegenviel dat ze de bult op moesten, terwijl ze vorig jaar dezelfde bult af renden op deze afstand. De route was aangepast, maar ze hield het goed vol. Bij de jongens die de 2500m liepen, was de route weer anders en zag ik ook heftige strijd tussen een bekende uit groep 7 van de Zyp die de strijd aan ging met een leerling van de Klaproos: een prachtige race die pas bij de finishlijn beslist werd!

Achteraf vertelden Nola en Lucy dat ze het erg leuk gevonden hadden. De sfeer was gemoedelijk en fijn. Na de race was er voor alle renners wat te eten en te drinken. Alle aanmoediging onderweg hielp ook heel fijn, zeiden de dames: daardoor liepen ze nog sneller! Misschien kwam het daardoor: Nola won de 3e plek en dus een beker voor haar race! En Lucy won een beker met schaatsen! Iedereen was trots op hun medaille en zelfs een aantal op de beker.

Goed gedaan allemaal! Kanjers!



Nieuw clubhuis voor VDZ



In het jubileumnummer van de Craneveer kon je lezen over de oudste nog in gebruik zijnde voetbaltribune van Nederland; die staat bij VDZ op Sportpark Cranevelt. Deze 100 jaar oude voetbaltribune heeft zijn langste tijd gehad. Op de plaats van deze oude voetbaltribune komt namelijk het nieuwe clubhuis van VDZ. Als alle plannen tenminste doorgaan.

VDZ kreeg in 1964 zijn vaste stek op Sportpark Cranevelt. Het huidige clubhuis van VDZ werd op 26 november 1966 geopend door de toenmalige Arnhemse burgemeester Matser. VDZ telde toen 375 leden. De kosten van dat nieuwe clubhuis bedroegen, inclusief de inventaris, 150.000 gulden. Een enorm bedrag voor die tijd. In de jaren 80 en 90 groeide VDZ door naar ruim 500 leden. Het clubhuis werd te klein. Daarom werd er in 1999 een vleugel aangebouwd met extra vergaderruimte, keuken, wc's en kleedkamers. In de periode 2000 t/m 2018 bleef VDZ doorgroeien naar inmiddels ruim 1500 leden. Enerzijds liep het aantal voetbalclubs in Arnhem door fusie, verplaatsing en opheffing sterk terug: van 33 voetbalverenigingen in 1990 tot 11 nu. Anderzijds omdat VDZ bekend staat als een goed geleide club waar iedereen welkom is en voetbal met meer plezier voorop staat. Om die verdere ledengroei te kunnen opvangen werden in 2012 en 2016 extra kleedkamers bijgebouwd.

Inmiddels is het clubhuis aan het eind van zijn latijn: sterk verouderd, veel te klein en moeilijk te vernieuwen en te verduurzamen. Daarom heeft VDZ in 2018 het toekomstplan 'VDZ op weg naar 2026' (100

jarig bestaan) opgesteld en een haalbaarheidsonderzoek uitgevoerd naar de bouw van een duurzaam en toekomstbestendig clubhuis. De kosten hiervan werden in 2019 geraamd op grofweg 1,8 tot 2 miljoen euro. En toen brak Corona uit, begon Rusland de oorlog met Oekraïne en stegen de bouwkosten enorm. Met als gevolg dat het nieuwbouwproject flinke vertraging opliep. Het afgelopen jaar heeft VDZ het toekomstplan 'VDZ op weg naar 2026' nog eens goed tegen het licht gehouden en waar nodig bijgesteld. De nieuwbouwcommissie is sinds vorig jaar druk bezig om alle bouwplannen te actualiseren, te overleggen met de gemeente, banken en andere partijen, onderzoeken uit te laten voeren, vergunningen te regelen en de financiële haalbaarheid opnieuw in kaart te brengen. Gezien alle ontwikkelingen en onzekerheden

een lastige puzzel, waarbij het al wel duidelijk is dat de bouwkosten enorm zijn gestegen.

Voor leden en ouders van jeugdleden is er in november een informatiebijeenkomst geweest. Komende maanden organiseert VDZ ook een informatiebijeenkomst voor buurt-/wijkgenoten, bedrijven en sponsors. Bijgaand enkele impressies van het nieuwe clubhuis, van de hand van architect Mick Martens van TM2 Architecten. VDZ-voorzitter Bart Drewes zegt daarover in de Gelderlander:

"Het wordt een iconisch gebouw voor Arnhem-Noord. Een pand waarmee de club decennialang vooruit kan."

VDZ wil dit jaar een definitief besluit nemen over de bouw van een nieuw clubhuis. Wordt dus vervolgd.

Sjors van Leeuwen, VDZ



Gedachten en herinneringen Leo Kaandorp (1934-2023) deel 2

Na het overlijden van mijn vader vond ik een schrift met gedachten en herinneringen over Alteveer rond de 2^e wereldoorlog. Na zijn pensioen is mijn vader hierover gaan schrijven. Deze gedetailleerde beschrijvingen wil ik graag met de mensen uit onze wijk delen.

Ingrid Kaandorp

Ten zuiden van de Schelmseweg moet alles weg zijn en we krijgen te horen dat er mensen naar het openluchtmuseum gaan, dus dat wordt onze eerste bestemming. We zijn niet de enigen, half Alteveer gaat die kant op. Bij de ingang, (toen nog aan de Schelmseweg) staat al een hele rij.

De BB (Bescherming Bevolking) deelt de plaatsen in. Mijn vader staat met iemand te praten, het blijkt een agent te zijn, die ook bij de BB is en zo krijgen we een huisje toegewezen in de kruidentuin. Er lagen nog allerlei zaden in te drogen en het is piepklein. De matrassen staan overdag tegen de wand. Ik vraag me af hoe die daar gekomen zijn. Mijn vader moet zich rot gesjouwd hebben. Vele mensen zijn jaloers, in de Veluwe molen liggen de mensen vlak naast elkaar.

Voor mij is er genoeg te beleven en nieuwsgierig ga ik op onderzoek uit. In het midden staat een grote zwengelpomp, net zoals bij mijn opa in Haarlem. Veel water komt er niet uit. Hij staat er ook meer voor de sier. Aan de zijkant is er een grote kippenren, met hele bijzondere sierkippen. Ik zit er heel lang naar te kijken.

Vlakbij de watermolen hoor ik iemand op een aambeeld slaan. Er blijkt een smederij te zijn in de schuur bij de boerderij uit Hindeloopen. Er werken een paar soldaten. Als ik de volgende

dag weer sta te kijken mag ik zelfs de blaasbalg met mijn voet bedienen om het vuur aan te wakkeren. Ik voelde me een hele piet. Ze zijn erg aardig tegen mij en als er later een paar hoge officieren langs komen met grote petten op zie ik het verschil; de grote petten komen uit Duitsland, de smeden uit Oostenrijk. Zij worden echt als ondergeschikt behandeld en ze hebben een grondige hekel aan deze officieren. Een van de smeden komt eens kijken waar ik woon en als hij ziet hoe klein het is biedt hij slaapplek aan bij hun in de boerderij. Mijn vader houdt liever het gezin bij elkaar.

Even buiten het openluchtmuseum staat het koloniehuis (Schelmseweg 93, waar later de BB en nu een BSO zit, naast de manege [red.]) met daarachter de stallen. Er staan dure paarden voor de officieren maar ook werkpaarden, van die trage dikke beesten. Ze worden elke dag losgelaten en gaan dan in optocht naar de vijver bij de watermolen om te drinken. Ik sta er vaak naar te kijken en op een dag trek ik de stoute schoenen aan. Ik hou er een stil aan de manen en met behulp van een boomstam klim ik erop. Wat is zo'n beest eigenlijk breed en hoog, ik schrik er wel even van. Bij de vijver aangekomen stapt hij er een flink stuk in. Ik moet mijn benen optrekken om geen natte voeten te krijgen. Op de terugweg probeer ik eraf te komen maar het beest wil gewoon niet meer

stilstaan. Als we bij de stal komen sjokt hij achter de anderen aan naar binnen. Er zit een dikke soldaat op een stoel en ik verwacht ieder moment een aframmeling. Was ik maar bij mijn moeder thuis gebleven! Hij stopt het paard en helpt me op de grond en begint een heel verhaal tegen me. Ik begrijp en niets van maar merk wel dat het ook een Oostenrijker is. Naast zijn stoel staat een tafeltje met een vierkante fles. Ik kom er niet onderuit maar moet voor de gezelligheid een borrel met hem drinken. Ik snap niet dat mensen jenever lekker vinden. Als het glaasje leeg is mag ik gelukkig weer gaan.

Buiten staat een wagen met een ezel ervoor. Hij ligt vol met etenswaren. Achterin staat een teil vol met worsten. Weet je wat, denk ik plotseling, ik neem er een mee naar huis. Daar zal mijn moeder best wel blij mee zijn. Ik stop er een onder mijn kleren en loop rustig weg om geen argwaan te wekken. Maar eenmaal uit het zicht zet ik hem op een lopen. Higgend kom ik thuis en begin meteen alles aan mijn moeder te vertellen en als klap op de vuurpijl haal ik de worst tevoorschijn. "Hoe kom je daaraan?" vraagt ze. Ik vertel van de ezelswagen. Ze kijkt helemaal niet blij. "Heb je die gestolen?" Ik weet niet wat ik zeggen moet. "Wat zal papa daar wel van zeggen?" Ik krijg een benauwd gevoel, dit had ik niet verwacht. Het begint langzaam tot mij door te dringen dat

er iets mis is. Het begint te schemeren en ze vindt het te laat om het terug te brengen. Ze legt de worst naast het petroleumstel, dat rotding smaakt vast niet lekker meer.

Mijn vader komt thuis. Nu zal je het hebben. Hij begint meteen te vertellen dat er een paard en wagen naar de stad is geweest om eten op te sporen. Er is door de Oostenrijkers eerst een nieuw hoefijzer gezet. Hij vindt ze nu toch wel aardig. Ze hebben een paar vaten met boter meegebracht en het Markerhuis als winkel aangewezen. Hij vertelt uitgebreid hoe hij, net als vroeger, met twee klossen hout en een draad ertussen de boter aan plakken heeft gesneden, zodat iedereen evenveel zal krijgen. Dan valt zijn blik op de worst. "Hoe kom jij daar nou aan?" vraagt hij. "Van de Oostenrijkers gekregen" hoor ik mijn moeder zeggen. Oei, kom ik daar even goed vanaf, mijn moeder hield mij de hand boven het hoofd!

Als ik van de schrik bekomen ben, begin ik te vertellen van de paarden en de borrel. Daar kunnen ze wel om lachen. Ik moet nu wel beloven niet meer buiten het terrein van het museum te gaan. Tot op de dag van vandaag heb ik deze les gewaardeerd.

In de volgende Craneveer leest u het vervolg van het verblijf op het Openluchtmuseum.



Foto's: Gelders Archief, collectie De Booys



Lente! Ga je mee naar buiten met de yogalessen?

- Privé yoga en groepslessen
- Lichaamsmassages bij blessures of als ontspanning van lichaam en geest

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



Ervaar natuur, ruimte en ademvrijheid in je lijf en in je hoofd

De Omgevingswet is op 1 januari 2024 van start gegaan



Wat is de Omgevingswet?

De Omgevingswet is de wet die alles regelt voor de ruimte waarin we wonen, werken en ontspannen: de fysieke leefomgeving. Daarmee bedoelen we de gebouwen, wegen, parken, een schone lucht, sloten, rivieren en bossen. De leefomgeving moet veilig en gezond zijn, en tegelijkertijd ook ruimte bieden aan ontwikkeling van uw buurt of de stad.

We hebben in Nederland tientallen wetten en regels gemaakt over hoe we omgaan met natuur, milieu, bouwen en wonen. De Omgevingswet brengt deze wetten bij elkaar en maakt de regels gemakkelijker. De wet geldt voor alle inwoners, organisaties en bedrijven in Nederland. De Omgevingswet is op 1 januari 2024 ingegaan.

Wanneer krijgt u met de Omgevingswet te maken?

U krijgt met de Omgevingswet te maken als u iets wilt veranderen in uw leefomgeving. Bijvoorbeeld als u plannen heeft om uw huis te verbouwen, een evenement wilt organiseren of als u als ondernemer een loods wilt laten plaatsen naast uw bedrijfspand. Dan hoeft u straks maar één vergunning aan te vragen bij één loket: de omgevingsvergunning. Dit gaat allemaal digitaal. Via het digitale Omgevingsloket ziet u meteen welke regels er gelden voor de plek waar u iets wilt veranderen.

U kunt ook met de Omgevingswet te maken krijgen, als iemand anders iets wil veranderen in uw buurt. Bijvoorbeeld als uw burens een garage willen neerzetten of als een bedrijf in

de buurt het kantoor wil vergroten. Door de Omgevingswet mag u meepraten over zo'n plan. Dat noemen we participatie.

Heeft de Omgevingswet ook nadelen?

Het digitale systeem van het omgevingsloket is een ingewikkeld systeem. Dat zal zeker in het begin nog wel eens haperingen vertonen. Inwoners, ondernemers en overheid moeten daarmee leren werken. Er zullen de hele tijd aanpassingen worden gedaan om het systeem zo goed mogelijk te krijgen. Enig geduld bij alle partijen is dan ook wel gewenst.

Meer informatie

Lees meer over de omgevingswet op www.arnhem.nl/omgevingswet

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."

Dokter Vriezen en zijn vooruitziende blik

door Margo Klijn

De paragraaf 'Het Beethovenpleintje' in het jubileumboek Wonen tussen poorten en parken (pag. 64) eindigt met de hartenkreet: 'maar we missen nog een fietsenmaker, een dokter en een dierenarts'. Wat betreft de huisarts had het misschien anders kunnen lopen, weet ik toevallig. Tijdens een recente opruimactie in ons huis, vond ik namelijk een brief van onze eerste huisarts in Arnhem, dokter Vriezen. Begin jaren zestig had hij zich vrij gevestigd op Bachlaan 5. Hoe het nu is weet ik niet, maar in die tijd werd het niet gewaardeerd wanneer een huisarts zomaar ergens een praktijk begon. Dit in verband met concurrentie. De wereld van artsen ziet er nu eenmaal anders uit dan verkooppunten van bloemen bijvoorbeeld. Ik noem maar wat.

Er is veel veranderd sinds die jaren. Het begeleiden van een geboorte bijvoorbeeld, was toen vooral huisartsenwerk en dokter Vriezen nam hiervoor alle tijd. Heel wat (ooit) Craneveeders zijn in de jaren zestig door hem op de wereld geholpen. Niet alleen de moeders en de baby kregen de nodige aandacht, de vaders werden zeker niet overgeslagen. In ons geval schaakte de dokter de halve nacht met de aanstaande vader bij mij thuis.

In dezelfde periode waren in West-Europa, ook in Arnhem, te weinig arbeidskrachten om de fabrieken en dus het land draaiende te houden. Grote bedrijven boden daarom mensen in Italië, Spanje, Turkije en Marokko werk aan in Nederland. In onze wijk was daar weinig van te merken, behalve bij dokter Vriezen die vloeiend Italiaans sprak. Bij hem zat de wachtkamer vol vrolijk (kan ik me zo voorstellen) Italiaans sprekende mannen met een lichamelijke klacht, gastarbeiders uit Italië. Althans 's morgens. De patiënten uit de wijk werd geadviseerd om een afspraak voor in de middag te maken. De Italianen voelden zich onder elkaar dus een beetje thuis, en als ze van verlof terugkwamen, namen ze

voor de dokter stukken schapenkaas en chorizo mee.

In de hervonden brief (van oktober 1972) neemt onze huisarts afscheid van zijn patiënten. Hij had veel moeite gedaan om een opvolger te krijgen, schrijft hij, maar op het laatst, tijdens zijn vakantie, was de man (toen waren artsen nog grotendeels mannen) hierop teruggekomen. En hij was niet de eerste die zich had teruggetrokken. 'Maar', schrijft Vriezen onder meer: 'het is mijn overtuiging, dat u bij het kiezen van een nieuwe huisarts geen moeilijkheden zult ondervinden. Het is immers de opvatting der Plaatselijke Huisartsen Vereniging, dat in Arnhem-Noord een overschot aan huisartsen heerst, een zienswijze die niet door mij wordt gedeeld, en die mij voor problemen heeft gesteld bij het vinden van een opvolger. Evenwel ken ik al mijn collegae als hartelijke, bereidwillige artsen, met wie ik in de loop van der jaren steeds goede en prettige contacten heb gehad.'

Dit is nu vijftig jaar geleden, andere tijden, geschiedenis. Commerciële instellingen nemen momenteel huisartsenpraktijken over, hoor ik her en der. Dat lijkt me geen goede



Foto Daniël Koning ©1977 de Volkskrant

ontwikkeling. Bernard Vriezen was voor ons een fantastische dokter, en we waren verdrietig toen hij na tien jaar zijn praktijk beëindigde. Hij en Riet, zijn vrouw, gingen boeren in de Achterhoek, niet omdat zij hun schapjes op het droge hadden, maar omdat ze dat mooi en nuttig leek. Daar hebben we gezien hoe boeren in de omgeving soms een dierenarts uitspaarden (of was het *noaberhulp?*) door in allerijl 'den dokter' erbij te halen als de koe het moeilijk had.

In het Rode Kruisgebouw op de hoek van de Cattepoelseweg en de Beethovenlaan was overigens lang een huisartsenpraktijk gevestigd, eerst van Peter Minderaa, na hem van Hans Kloosterman. Zij volgden achtereenvolgens dokter Cohen op die tot 1966 een praktijk had op de Wagnerlaan. Het Rode Kruisgebouw was ooit jarenlang een kunstwerk rijk, een groot mozaïek van een kunstenaar uit Zeist, de vader van dokter Minderaa. Waar dat werk is gebleven weet ik niet, het had mooi gepast in de verzameling 'kunst in de openbare ruimte' waar Theo Brink zoveel aandacht aan geeft (zie b.v. *Craneveer jrg. 50, nr. 7, p.19*).

Kijk in deWijk

Een nieuwe rubriek die historische en bijzondere foto's terugbrengt in Craneveer.

De eerste foto is er één uit 1930 die veel lijkt op de luchtfoto die in het 'wijkboek' staat (pagina's 38/39). Deze is net iets later genomen vanuit het vliegtuig dat boven Arnhem-Noord cirkelt. Dat is te zien aan het standpunt van de camera en de mensen en voertuigen die iets verschillen qua positie.

Centraal staan het toenmalige, bijna voltooide Gemeenteziekenhuis en daarboven de wijk Alteveer in aanleg. Leuke details zijn de voetbalvelden (linksboven) van VDZ en (rechtsboven) van Hertog Hendrik dat later opging in SV De Paasberg en in 1971 met vrouwenvoetbal begon.

Aan de Wagnerlaan richting Bosweg (rechtsonder) lijkt een kwekerij te zijn gevestigd, en op de kruising met de Cattepoelseweg is de plek te zien waar de gaande en komende tram elkaar kunnen passeren.

Aan die laatste straat staan de meeste huizen (in aanbouw), maar ook aan de Beethovenlaan, Lisztstraat en Obrechtstraat worden of zijn woningen gebouwd.

Bron:

Gelders Archief, nr. 1523 - 270-0003

Heeft u nog oude of recente foto's of ansichten van Alteveer en 't Cranevelt die de moeite waard zijn om te plaatsen? Laat het ons alstublieft weten via redactie@craneveer.nl.



Houd het veilig voor iedereen

Goed bezig!



Lege lachgascilinders? Lever ze veilig in!

Lege lachgascilinders weggooien in afvalcontainers is gevaarlijk voor je buurtgenoten en voor afvalinzamelaars. Lever ze daarom veilig in bij het afvalbrengrstation: Beijerinckweg 9a in Arnhem Noord of De Overmaat 17 in Arnhem Zuid. Neem je afvalpas mee.



Nieuwe aanbouw voor poliklinieken en Radiologie Rijnstate

Kortgeleden ontvingen we een aantal burens op de koffie (en thee). Bewoners met hun huis grenzend aan het 'bouwgebied' kregen een kijkje in de toekomst van Rijnstate. We presenteerden de plannen voor de interne verbouwing en de tijdelijke locatie voor onze poliklinieken aan de oostkant van het ziekenhuis.

Want er staat meer op stapel. Om ons ziekenhuis toekomstbestendig te maken,erschikken en vergroten we niet alleen het gebied voor de poliklinieken, we breiden ook uit op de afdeling Radiologie.

Aan de noordzijde, ter hoogte van de Spoedeisende Hulp, komt een nieuwe aanbouw van 960 m², bestaande uit

twee lagen. De poliklinieken komen op de begane grond, de afdeling Radiologie huist op de eerste verdieping.

Terrein bouwrijp maken

Tijdens de komende zomermaanden maken we het terrein bouwrijp. Dat betekent: we halen de klinkerbestrating weg en ontgraven de bouwput. Om dat bereiken moeten we:

- de rondweg om het ziekenhuis een stukje omleggen
- de dieseltank van de NSA verplaatsen
- parkeerplaatsen van de SEH en Huisartsenposterschikken
- een 10KV-kabel omleggen

- de straatrotering, verlichting, diverse kabels en leidingen omleggen
- de BHV-container verplaatsen en heraan sluiten

En natuurlijk voeren we al het puin netjes af. De maatregelen worden op dit moment grondig voorbereid. De terreinwerkzaamheden starten in juni, de bouw van de nieuwe aanbouw start in september.

Meer weten?

Kijk op onze speciale pagina voor bouwwerkzaamheden: www.rijnstate.nl/bouw

Volg de bouw

Download gratis de BHB App. En volg de vorderingen.



Vroeg of laat krijg je te maken met lichamelijke klachten die bewegen moeilijk of zelfs onmogelijk maken.

Wat dan? Je gaat op zoek, of wordt doorverwezen naar een fysiotherapeut. De fysiotherapeuten van Life in Motion staan voor je klaar om (de oorzaak van) je klachten te onderzoeken en - samen met jou - een behandelplan te maken.

Vaak bestaat een deel van dit behandelplan uit oefeningen die je zelf kunt doen. Wist je dat onze fysiotherapeuten de beschikking hebben over een fantastische oefenzaal? Wij noemen dat de werkvloer. Want ook daar werk je - samen met je fysiotherapeut - aan je herstel! En daar leren we je de oefeningen die je ook thuis kunt doen.

Zo werken we samen aan verlichting/herstel van je klachten. En kom je voor fitness? Diezelfde fysiotherapeuten begeleiden je bij het trainen.

Een veilig idee toch?



Leven is Bewegen!
Sport en Fysiotherapie onder één dak!

Bel : (026) 389 35 00
Oremusplein 60 Arnhem
www.lifeinmotion.nl

WASTO SERVICE
TEXTIELVERZORGING

SINDS 2001 DÉ SPECIALIST IN
STOMEN & WASSEN

Lente Actie!
op alle soorten gordijnen
en op bankreiniging
10% korting!

WIJ STAAN GRAAG VOOR U KLAAR:
VAN PARTICULIEREN, ZORGINSTELLINGEN,
BEDRIJVEN TOT EN MET HOTELSERVICE!



SERVICE AAN HUIS

OREMUSPLEIN 3 - 6815 DN ARNHEM - 026 - 44 51 261
WWW.WASTOWASSERETTEARNHEM.NL



Specialismen

- > Electro- & Installatietechniek
- > Timmer, Bouw & Isolatie
- > Dak, Dakramen & Zinkwerk
- > Slotenservice
- > Riolering
- > Woning Ergonomisch Aanpassen
- > VvE & Studentenhuisen 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

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



Wij maken thuis eten tot een feest!



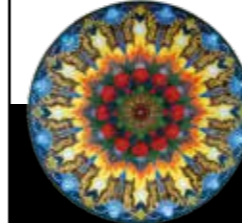
POLLMANN
SINDS 1890

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



Studio Danka Hüsken

Coaching - Traning - Reading
Cursussen Mandala tekenen / Numerologie
Meijrooslaan 37 - Arnhem (Alteveer)



Het Mandala Handboek
Nog enkele stuks
verkrijgbaar: 15,95

www.dankahusken.nl - www.studiodankahusken.com
Bel voor afspraak: (026) 44 600 02 of 06 49 840 738



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

BIANCARE

PEDICURE & MEDISCH PEDICURE

BIANCARE dé pedicurepraktijk in uw wijk! De specialist als het gaat om pedicurebehandelingen. Tijdens een pedicure behandeling worden uw voeten verzorgd op cosmetisch en medisch gebied.

Bel of mail snel voor een afspraak.
Tot ziens bij BIANCARE,
Bianca de Blécourt

Viottastraat 37
6815 GB Arnhem
T 06 48 62 65 87
M info@biancare.com
www.biancare.com

Biancare
nagelstyliste & pedicure

ProVoet
ProCERT

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

Harpconcerten voor een zeilavontuur

tekst: Lidwien Pikkemaat

In onze wijk wonen heel wat ondernemende tieners, waarvan de 15-jarige **Robin van Altena** uit de Vivaldistraat er duidelijk eentje is. Een enthousiaste gymnasiaste, die harp speelt in het schoolorkest van het 'Thomas' en in een harptrio. Eind mei kunnen wij haar bewonderen, want ze geeft een concert in de Buurtfabriek en in de Craneveer Recreatiezaal. Op het programma staan o.a. Keltische muziek en moois van Ed Sheeran en Einaudi. Daarnaast werkt ze bij de Coop en past ze op kleine kinderen. En dat alles omdat ze driftig aan het sparen is om haar droom waar te kunnen maken. Want in februari 2025 wil ze maar liefst zes weken meezeilen met **Masterskip** van St. Maarten naar Cuba.

Hoe is dat zo gekomen? Want tieners horen toch gewoon op school te zitten, zou je denken. Maar Robin heeft andere plannen, want zij wil zo jong al de wereld verkennen, andere culturen ervaren, een topzeiler worden, nieuwe vrienden maken en zichzelf ontdekken. Dat ze voor Masterskip kiest om dit allemaal te realiseren, komt door haar vader. Die nam haar van jongs af aan mee op zeiltochten in het Noorden, bij Urk en ook in Zeeland. Samen erop uit in een kajuitbootje, Robin vond het heerlijk. Ze ontdekte hoe gaaf het is om schuin te hangen, hard over de golven te scheren en wat een fantastisch vrij gevoel dat geeft.

Toen Robin in groep 8 zat, kwam haar vader op een dag thuis met coole verhalen. Een dochter van een vriendin was namelijk met Masterskip op reis gegaan. Zeilen met een gigantische driemaster op schitterende locaties, terwijl er ook genoeg tijd is voor huiswerk, zodat school gewoon doorloopt. 'Misschien ook wat voor jou, Robin?', zei hij. De vraag resoneerde flink en in de eerste van het Thomas nam Robin het Grote Besluit, om óók met Masterskip op reis te gaan. Ze begon meteen met sparen voor dit mega gave project. Haar doel is, om dit héle zeilavontuur zelf te betalen!



Robins Harpconcerten

26 mei: Craneveer Recreatiezaal,
15.00 uur

31 mei: Buurtfabriek,
19.00 uur

Pauze met koffie/thee en wat lekkers.
Entree gratis.

Uiteraard gaat het Robin vooral om de ruimhartige vrijwillige bijdrage na afloop, allemaal voor haar Masterskip jaar!

Voor meer informatie over Masterskip:
www.masterskip.com

U kunt ook direct doneren en Robin ondersteunen via <https://whydonate.com/nl/fundraising/robin-masterskip>





**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



BRANDT

daktechniek & onderhoud

- **Gratis dakinspectie**
- **Dakrenovatie**
- **Dakreparatie**
- **Lood- en zinkwerk**
- **Schoorsteenvegen, €25,- per kanaal**
- **Dakgoot reinigen, €2,- per meter**



BEL
06-51 16 48 51
VOOR MEER
INFORMATIE

't Anthonie 50, Westervoort
06-51164851 • 026-7856130 • www.bdto.nl



Ervaringen rondom Afscheid

Het boek *Eindeloos Bewustzijn* van Pim van Lommel (1943) heb ik al jaren in mijn boekenkast en nog regelmatig pak ik het even op om er een stuk uit te lezen.

Onlangs was ik opnieuw bij een lezing van hem. Voor wie hem niet kent, hij is een voormalig cardioloog van ons eigen Rijnstate ziekenhuis.

Tijdens zijn lezing werd niet alleen gesproken over de Bijna Dood Ervaringen (BDE) of de Nabij de Dood Ervaring (NDE), zoals tegenwoordig genoemd, maar ook over ervaringen in de dagen vlak voor het sterven.

Zittend aan een sterfbed wordt soms de vraag gesteld wat de stervende zou beleven? Zou die nog iets meekrijgen van deze wereld en zo niet, wat zou er dan beleefd worden?

Vragen die we ons allemaal weleens stelden of zullen stellen.

We weten inmiddels dat het gehoor tot het laatst nog intact blijft. Vaak wordt er, meestal subtiel, gereageerd op een deur die opengaat, muziek die aangezet wordt of op wat gezegd wordt. Wat dit laatste betreft is het raadzaam om gesprekken die er niet toe doen buiten de kamer van de stervende te houden.

Dat er meer is tussen leven en sterven, wordt ook in de kunst al eeuwen beschreven, bezongen en vormgegeven. Laatst werd ik gewezen op de zestiende-eeuwse essayist Michel de Montaigne die beschreef hoe het is om bijna te sterven. Hij kwam met zijn paard ten val en werd meters ver over het pad geslingerd. Daar bleef hij voor dood liggen. Pas na twee uur kwam hij bij.

Hij herinnerde zich achteraf wel flarden van die uren, bijvoorbeeld hoe zijn vrouw op hem af kwam rennen. Maar het leek alsof het licht en de stemmen niet echt tot bij hem

Yari van Buel (1958) woont met haar gezin sinds 2011 in onze mooie wijk.

Als rouwvrouw beweegt ze zich tussen de gebieden van afscheid, sterven, dood en rouw.

In deze column neemt ze je mee in de onontkoombaarheid van het leven.



kwamen, alsof ze "maar tot de rand van mijn geest reikten".

Voor zijn geliefde zag het eruit alsof hij ernstig leed: hij spartelde en scheurde uit benauwdheid zijn eigen kleren stuk. Maar zelf had hij een zacht smeltend gevoel, een zwevend genot, als bij het in slaap wegglijden. "Het kwam me voor dat mijn leven ternauwernood aan het puntje van mijn lippen vasthing, en ik sloot mijn ogen met de bedoeling, zo leek het me, om het beter naar buiten te kunnen duwen."

Dat de laatste uren van een stervende zwaar en lastig kunnen zijn, zal ik niet ontkennen, maar er zijn meer verhalen bekend over dat de stervende dit totaal anders beleefd. Ik kom dan weer terug op de lezing van Pim van Lommel. Er zijn sinds zijn eerste beschrijvingen (1986) vele wetenschappelijke onderzoeken geweest naar NDE. In zijn visie gaat hij ervan uit dat de heersende wetenschappelijke visie van een relatie tussen hersenen en bewustzijn nog altijd te beperkt is. Nog altijd is het een groot wetenschappelijk mysterie: de onverklaarbaarheid hoe en waarom menselijke wezens een zelfbewustzijn ervaren.

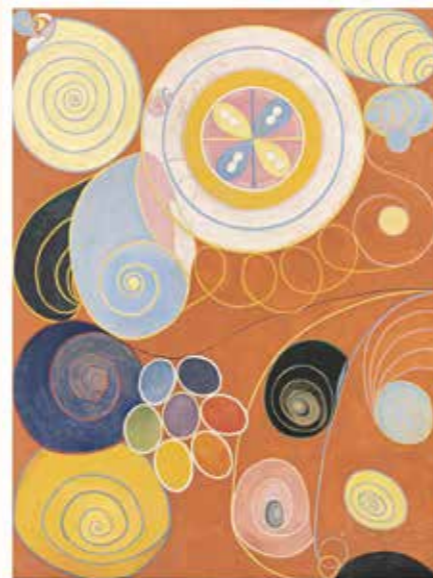
Van Lommel gaat ervan uit dat wij bestaan als zuiver bewustzijn en onderzoeken hebben laten zien dat het concept dat bewustzijn exclusief in de hersenen is gelokaliseerd aan het wankelen is gebracht. Tegelijkertijd blijft het voor een groot deel van de huidige wetenschap onmogelijk.

Dit staat vaak in schril contrast met de oude kunst die bewaard is gebleven. Denk aan beeldjes van goden en godinnen, grafgiften en rituele voorwerpen. Veel van deze voorwerpen waren er om een verbinding te kunnen leggen met een onzichtbare werkelijkheid. Een groot deel van de schilderkunst was religieuze en spirituele kunst. In

de 20^{ste} eeuw veranderde dit. Vanaf het midden van deze eeuw ging kunst meer en meer over vorm. Kunst werd abstracter, ging over kleur, textuur, lijn en schaduw. Religie, spiritualiteit en ziel leken verbannen uit de kunsten.

Waarom begin ik over kunst? Wel ik kwam in contact met de abstracte schilderkunst van Hilma af Klint, een Zweedse schilderes en ziener, die vanaf 1906 abstracte doeken schilderde, met cirkels, spiralen en organische vormen. Het was haar kleurgebruik waardoor ik bleef kijken en naar de vormen, die iets bij me deden.

In het Tibetaanse Dodenboek wordt gesproken over bevrijding van de ziel tijdens de tussenstaat waar een zojuist overledene terecht zou komen. Dat die daar instructies krijgt over gekleurd licht waar je je wel of niet heen moet bewegen om de juiste weg te vinden, de toegang naar het nirwana of naar een ander leven.



Kijkend naar haar werken herinnerde ik me hoe ikzelf kleuren en vormen zag voordat ik in een super vreedzaam en uitnodigend helder 'wit' veld terecht kwam, toen ik in het buitenland, na een volledige narcose voor een keizersnede, op de uitslaapkamer van

42

43

het ziekenhuis lag.

Ook aan de woorden van Michel de Montaigne over het gevoel dat zijn leven aan het puntje van zijn lippen hing en zijn ogen sloot met de bedoeling om zijn leven beter naar buiten te kunnen duwen. Beiden deden me tijdens die lezing van Pim van Lommel hieraan denken; Ik had mijn zoon zojuist het leven geschonken en wilde bij hem zijn. En zo vocht ik om terug te keren naar dit leven en ging in tegen het overweldigende gevoel om verder in die vreedzame staat te reizen. Ik bleek de keuze te hebben om bij mijn zoon in dit leven te blijven.

Ook aan de sterfbedden kunnen zich fenomenen voordoen die hierop lijken, een zijn tussen leven en dood waarin de stervende ervaringen heeft die voor ons niet zichtbaar zijn. Soms reizen ze heen en weer tussen aanwezig zijn om dan weer voor ons onbereikbaar te zijn.

Het kijken en reiken naar iets in de verte, het benoemen van overleden mensen die in de kamer zouden zijn, vertellen over een licht, een tunnel, mooie kleuren en gevoelens van daarheen te willen. Helaas wordt dit veelal gezien als onrust of hallucinatie en wordt er vaak overgegaan tot de toediening van medicatie.

Maar het kan anders. Durf gewoon aanwezig te blijven, ook al kan het proces jou confronteren, omdat je weet dat het sterven nabij is. Lees dan nogmaals dat stukje over Michel de Montaigne en durf de stervende te steunen vanuit compassie en acceptatie aan het proces, met voorzichtige aanrakingen, liefdevolle woorden; dat het goed is en dat ze op hun eigen tijd mogen gaan.

Eindeloos Bewustzijn, Pim van Lommel ISBN 9789025957780

Het geheim van Elyson, een 40-tal auteurs. Pim van Lommel, pgn 21 t/m 31, ISBN9789493175440
Met dank aan Bregje Hofstede en Pim van Lommel

Fijn dat je mijn column gelezen hebt. Wil je reageren of heb je vragen: yari@amaruq.nl (amaruq met een Q) of 06-14441075



Voor AL uw voorkomende dakwerkzaamheden!!

Vernieuwen en reparatie van o.a.:

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

Telefoon: 0316 - 26 70 12

www.dakdekkersbedrijfjurriens.nl

flow Bloemisten®
ambachtelijk bloemwerk



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!



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



Uitbreiding!! Binnenkort een nieuwe locatie Veerkracht Sport erbij! Ben jij tussen de 12 en 17 jaar oud? Dan wordt deze zomer jouw kans om een "betere" sporter te worden. Wil je meer weten, mail dan naar sport@fysiotherapieveerkracht.nl

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

Advertentie

COLUMN ACUPUNCTUUR:

De Lente!

De lente staat in het teken van het element Hout. De dynamiek die bij dit element hoort is wind. De organen die hierbij horen zijn de lever en de galblaas. De lentewind waait door grassen, takken, bloemen en struiken en laat daarmee alles in beweging komen. Het hout-element staat voor naar buiten toe gerichte beweging, met groei en ontwikkeling.

Het is een fijne tijd om te bewegen. Sporten is een goede uitlaatklep en een fijne manier om te ontspannen. Aan de andere kant is dit ook de tijd van sportblessures, omdat de pezen (die ook bij het hout-element horen) verstrakken. In de lente zie je de sportblessures toenemen.

Het is voor mensen met het hout-element goed om in de lente naar buiten te gaan, te bewegen en het creatieve proces te stimuleren. Daarmee bedoelen we niet persé het knutselen, frutselen en boetsen, maar het stimuleren van het creatieve denkproces. Hout-mensen zijn sterk in het ontwikkelen van dingen, nieuwe ideeën verzinnen en ze zijn ondernemend. Het is voor hen heel prettig als ze deze kwaliteiten in kunnen zetten binnen het werk dat ze hebben. Deze mensen passen minder goed in een 9 tot 5-baan.

Boosheid
De uitspraken "lets op je lever hebben" en "je gal spuwen" geven al aan dat de lever en galblaas te maken hebben met ingehouden frustratie en het al dan niet kunnen ventileren daarvan. Hout-mensen uiten zich dan

ook door boosheid. Als het mis gaat op dit element ontstaat er ingehouden irritatie, wat een bron van stress kan opleveren, puur omdat er geen uiting gegeven kan worden aan de emotie. Hoe langer het blijft broeien, hoe meer kans op een uitbarsting.

Een bekende klacht bij het hout-element is PMS, waarbij vrouwen een korter lontje krijgen. De naar buiten gaande beweging van de leverenergie zorgt voor de vrije stroom van het menstratiebloed, en een stagnatie zorgt voor kribberigheid, irritatie en hoofdpijn.

Pezen
Trillingen komen niet alleen voor in oogleden. Ook de plotseling trekkende beweging van een vinger of een been heeft te maken met het hout-element. Blessures als een tennisarm en een pijnlijke achillespees zijn typische klachten die bij het Hout-element horen.

Voeding
Zuren zijn goed voor de lever en vetten voor de galblaas. Ondersteunend voedsel is bijvoorbeeld citroen, zure augurken, granaatappel en limoenen, maar ook bijvoorbeeld broccoli, wortel, bloemkool, selderij, zuurkool, groene bladgroenten en karnemelk. Daarnaast is het goed om koffie, verkeerde vetten en alcohol te laten staan.

Conclusie & tips
Belangrijk als hout-element is dat je de ruimte

neemt voor creatief denken, vrijheid, beweging (sruimte) en zorgen dat je je afvalstoffen goed afvoert. Je kunt 's-ochtends in een glas water wat citroen doen om de lever te ontgiften. Zeker in de lente is dat een goede tip.



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

**NIEUWE
SPEELTUIJN**



Dit beeld betreft een artist impression, de uiteindelijke speeltuin kan afwijken van deze tekening.

Vanaf Pasen 2024: gloednieuwe speeltuin

Naar hartenlust spelen, in en rond een avontuurlijk kabbelend beekje: ontdek onze prachtige nieuwe speeltuin vlakbij de ingang van de Bush. Spring over stapstenen, balanceer over boomstammen en trotseer de klimtorens! Jong en oud genieten samen van deze nieuwe uitdaging op jullie reis om de wereld.

KONINKLIJKE
BURGERS'ZOO

