jaargang 48 nr. 4 • september 2023 • oplage 2.350 exemplaren

LangsRijn&Rails

Wijkkrant voor Arnhem-West

DE CALLUNACUP

REMEMBER SEPTEMBER

WERKPLAATS DE HELLING

Het nieuwe dak is niet zomaar een dak

De inborst van Willy Witjes

Boze droom

De natuurcamping ligt in een bosvallei. Na enig gestoei met de aanmeldzuil die steeds weer nieuwe wachtwoorden eist, mogen we een plekje uitkiezen op het trekkersveld en al snel staan onze tijdelijke onderkomens rondom de enige nog vrije picknicktafel. Manlief en ik fietsen dit weekeinde met twee broers door Drenthe; tentje achterop, gasbrandertje mee.
Mijn broers blijken een identiek rood-oranjeachtige tentje te hebben aangeschaft en maken grappen over nachtelijke wc-bezoeken die nu wel heel makkelijk kunnen eindigen op het verkeerde matje.
Al snel zitten we met enige tegenzin wéér op de fiets want het nadeel van kamperen *in the middle of nowhere* is dat er geen winkels, snackbars of bezorgdiensten in de buurt zijn. Op onze 70-kilometerlange route hiernaartoe was het zelfs zo slecht gesteld met de plaatselijke horeca en zitbankjes dat we in de buurt van Staphorst maar besloten aan de kant van een rustige landweg onze meegebrachte boterhammetjes op te eten. Dit was blijkbaar zo vreemd dat een kleine stoet auto's met dorpelingen langzaam rijdend poolshoogte kwam nemen en de chauffeur van de eerste wagen door het opengedraaide raampje vroeg of alles in orde was.
Voor ons avondeten kunnen we terecht in De Bospub, de enige horecagelegenheid in de verre omtrek. Het is druk en we moeten zo lang op ons eten wachten dat we maar net voor het duister definitief invalt over heuvelachtige bospaden weer naar ons kampement terugtrappen. Aan de picknicktafel praten we met een glaasje wijn nog even na. Eindelijk rust.
Al snel komt de vriendelijk buurman die ons bij aankomst de toiletten heeft gewezen vertellen dat hij onze gesprekken heel interessant vindt maar of we misschien kunnen fluisteren want hij wil graag slapen. Om tien uur moet het stil zijn op de camping. Oh, dat wisten we niet. Een beetje beschaamd rollen we onze slaapzakken in.
Blijkbaar zijn er meer campinggasten die het niet weten. Om een uur of twee klinkt de eerste ijselijke gil door de vallei, die door zijn vorm als een versterkte klankkast werkt. Het huiltje wat erachteraan komt duidt erop dat we te maken hebben met een jonge kampeerder met een boze droom die zich die nacht nog twee keer aandient.
Morgen trekken we verder.

Jet

Colofon

Redactie
Maaike van den Bos, Erik Braam,
Peter van der Graaf, José Juten, Anne Luchies,
Maria Pompe, Anja Slendebroek,
Anne Marie Voskamp
Eindredactie Ilse Verheijen
Vormgeving Marijn Davids
Drukwerk Gld print & media

Redactieadres
wijkkrant@arnhemwest.nl

Klachten over de bezorging?
Bel, schrijf of mail het de redactie.

Extra exemplaren
zijn verkrijgbaar bij Vonk.

Kijk ook eens op de website en facebookpagina van Arnhem-West. Daarop is de wijkkrant ook digitaal te bekijken.

Arnhem West

arnhemwest.nl

Aanlevering kopij
Kopij voor de volgende Langs Rijn & Rails
inleveren **vóór 22 oktober 2023**
Bezorging **rond 17 november 2023**

De redactie behoudt zich het recht voor om ingezonden stukken in te korten of niet te plaatsen.

Team Leefomgeving:
- John Wijnbergen, 06 44208825
  john.wijnbergen@arnhem.nl
- Timon Lammers, 06 15407023
  timon.Lammers@arnhem.nl

(Sociaal) Wijkteam ArnhemNoordWest
- Jarde Tannemaat 06 10887054
  jarde.tannemaat@wijkteamsarnhem.nl

Gebiedsagenten
- Rudy Machielsen
  rudy.machielsen@politie.nl

AED-info
AED's zijn te vinden bij:
- De Sion-kerk, Callunastraat 6
- Heijendaal, Elisabethshof 201
- Verzorgingshuis Hoogstede, Utrechtseweg 265
- Supermarkt Hoogvliet, Utrechtseweg 282

Ligt er een stoeptegel scheef? Boom omgewaaid? Ga naar www.arnhem.nl en klik op 'Melding doen'. Klik vervolgens op 'Melding maken via Fixi' en meld de klacht.

Verhaalidee en strip: illustratiestudio Anne Luchies

Remember september

Lezing: Woensdagavond 13 september om 20.00 uur wordt in de Grote Zaal van Buurthuis 't Huukske, een lezing gegeven over de gebeurtenissen in Arnhem-West in september 1944. Deze avond organiseren we speciaal voor wijkbewoners die geïnteresseerd zijn in de geschiedenis van de buurt. De lezing wordt gegeven door de heer Wybo Boersma, oud-directeur van het Airborne Museum. Hij vertelt alle ins en outs van het strijdtoneel en probeert al uw vragen te beantwoorden. Om 19.30 uur zijn zaal en café open voor koffie. Ook na de lezing is er gelegenheid om iets te drinken. De toegang is gratis, consumpties zijn voor eigen rekening.

Herdenking: Vrijdagmiddag 15 september om 15.00 uur is de jaarlijkse Airborne-herdenking op het Nassauplein in Lombok. Met deze plechtigheid worden alle Britse soldaten en Arnhemse burgers herdacht die tijdens de Slag om Arnhem zijn omgekomen bij gevechtsacties in Arnhem-West. De WAMV speelt koraalmuziek bij de ceremonie. De herdenking zal worden besloten met een fly-past door historische militaire vliegtuigen van de Stichting Koninklijke Luchtmacht Historische Vlucht.

De herdenking vindt plaats bij het monument "Remember September 1944" dat in 1987 werd onthuld door Roy Urquhart, commandant van de Britse 1-ste Airborne Divisie. Dit monument is ontworpen door de Arnhemse goudsmid Ad van Wordragen, die als gedenkplaat een stuk koper gebruikte uit het puin van het St. Elisabeths Gasthuis.

Tijdens de herdenking zullen officieel bloemen worden gelegd door vertegenwoordigers van de wijken Lombok en Heijenoord. U mag zelf ook bloemen leggen. Het Comité Airborne Herdenking Arnhem-West nodigt alle bewoners van de wijken Lombok en Heijenoord uit bij deze plechtigheid aanwezig te zijn.

COMITÉ AIRBORNE HERDENKING ARNHEM-WEST

Meer informatie:
www.airbornearnhemwest.nl
airbornelombok@gmail.com

Als je in Arnhem West woont…

…met name in Lombok, krijg je zeker met herinneringen aan de tweede wereldoorlog te maken. Niet alleen door het herdenkingsmonument op het Nassauplein, de stolpersteinen in de stoep en gedenkstenen in gevels of op straat. Het hele jaar door worden diverse groepen rondgeleid in de buurt van het zogenoemde Urquhart huis. Zo zie ik op een morgen een hele groep militairen bij de Zwarteweg 14 staan en een paar weken later stapt er een Brits gezelschap uit een bus op de Utrechtse weg dat zich schaart bij het Elisabethshof.

Veel bewoners zullen zich doorgaans door de wijk bewegen zonder stil te staan bij de oorlogshandelingen die hier plaatsvonden. De tweede wereldoorlog is inmiddels lang geleden en de laatste generaties maakten hem gelukkig niet (bewust) mee. Maar met herinneringsmonumenten en overlevering is het iets beter voor te stellen wat bevolkingsgroepen en individuen in huidige oorlogsgebieden moeten ondergaan. Ook daarom is het belangrijk littekens van de (oorlogs)geschiedenis in Arnhem-West te (her)kennen.

Ik ging op zoek naar een "oorlogswandeling" die zich beperkt tot Arnhem West, maar die blijkt erg lastig te vinden. Na veel vragen en zoeken vond ik op de site van de Vereniging van Vrienden van het Airborne museum in het VVAM Airborne magazine no. 15 een thema artikel "Vierentwintig uur strijd in Lombok". Hèhè, nu zijn we een stap verder.

foto: Maria Pompe

Ook hoor ik van Doreen Hartman, lid van het Comité Airborne Herdenking Arnhem-West, dat de site airbornearnhemwest.nl bestaat. Haar tip over de lezing die Wybo Boersma (oud-directeur van het Airborne Museum "Hartenstein" te Oosterbeek) op 13 september in 't Huukske geeft, is waardevol! Wie weet vind ik bij hem dan wel gehoor voor een oorlogswandeling 'op papier' door Arnhem West. **[MP]**

Wat speelt er zoal in en om speeltuin De Calluna?

Op de planning dit najaar

- Zaterdag 30 september: Klusdag
- Zaterdag 25 november: Sinterklaasfeest in de wijk

Dit jaar organiseert Stichting de Calluna het Sinterklaasfeest in de wijk. We nemen de organisatie over van werkgroep OranjeSint.

Onderhoud
Het hele jaar door zijn we bezig met het onderhouden van de speeltuin en het gebouw. Zo is er voor de zomervakantie een compleet nieuw hek geplaatst. Zijn en worden er speeltoestellen vervangen, zoals de waterpomp en de schommels. En wordt op dit moment de buitenboel geschilderd.

Oproep
Een handje helpen? Graag! Meld je aan!
Iets kapot in de speeltuin? Dit kan je melden via Fixi van de gemeente Arnhem of mail ons.
Iets organiseren in de speeltuin of op het veld? Heb je een idee voor een activiteit, laat het ons weten! Wil je de Calluna huren voor feesten en partijen? Kijk dan op onze website.

decalluna@gmail.com
www.speeltuincalluna.nl.

Verslag van De CALLUNACUP ons wijkvolleybaltoernooi is terug!

Vóór de Coronajaren was: 'De Callunacup' een jaarlijks terugkerend sportevenement. Rudy en Erwin uit de Bremstraat hebben jarenlang met enthousiasme dit toernooi op het Callunaveld neergezet. Dick, Susanne en Henk hebben nu het stokje overgenomen. Zij volleyballen zelf iedere maandagavond met een klein clubje (dat overigens nog nieuwe leden verwelkomt) en vonden dat dit toernooi niet verloren mocht gaan. Ze hebben de bal opgepakt en de volleybalnetten weer opgehangen.

Na wat opstartmoeilijkheden waren er ineens 7 aanmeldingen: 2 jeugdteams en wel 5 volwassenenteams. Het toernooi kon doorgaan! De gemeente Arnhem heeft ons met een klein subsidiebedrag op weg geholpen.

Tussen de hittegolven en regenbuien in waren de avonden van 27 en 29 juni aangenaam qua temperatuur én droog. Het sfeertje was ouderwets gezellig en wij hebben uitsluitend lachende gezichten gezien. Oude en nieuwe buurtbewoners hebben elkaar op een leuke manier leren kennen en zelfs passie voor het volleyballen gekregen. Henk: "Mijn eigen puberkinderen vonden volleybal altijd een saaie sport. Maar nu is het toch 'best een leuke sport'!".

Bij de volwassen teams was het niveau opmerkelijk hoog en bleef het tot de laatste wedstrijd spannend. Uiteindelijk moest het team "Brem Ondersteboven" het onderspit delven tegen het familieteam "de buren van Hans", dat er met de beker vandoor ging.

De jeugdteams speelden twee knotsgekke en zenuwslopende wedstrijden, aangemoedigd door familie en vrienden. Ook buurtkinderen gingen spontaan volleyballen op het naastgelegen. De jeugdteams kregen na de finale een lekker (pr)ijsje en een medaille. En er zijn al teams gevormd voor volgend jaar! Dick: "Ik kreeg zelfs de vraag of dit toernooi ook twee keer per jaar kon plaatsvinden!".
De Callunacup is helemaal terug in de wijk!
Sportieve en boven(b)al gezellige groeten van Dick, Susanne en Henk.

Opgeven voor De Callunacup 2024:
callunacup@live.nl
Aanmelden en informatie voor de volleybalavond op maandag (sporthal Nicolaas Maesstraat) bij Dick: 06 31558344

Naaimachines en fietsen gezocht!

Voor wat hoort wat!

De Helling is een werkplaats voor vakmensen, hobbyisten en kunstenaars. Het is ontstaan in de tijd dat de ASM (Arnhemse Scheepsbouw Maatschappij) in 1979 de deuren sloot en er, in overleg met de gemeente, een werkplaats kwam waar een groepje oudere, voormalige medewerkers van de ASM hun vakmanschap met de machines vrijwillig kon blijven uitoefenen.

Sinds 1983 is De Helling gevestigd in onze wijk Heijenoord (in voormalig machinefabriek Thomassen). Het is daar langzaam gegroeid tot nu: een stichting met 2 personeelsleden (directeur Armeno Alberts en werkplaatsbeheerder Frans Putman) en zo'n 425 deelnemers, waaronder ruim 80 vrijwilligers!

Populaire cursussen
De Helling bestaat uit allerlei 'groepen' en inloopwerkplaatsen. En om de juiste basiskennis te vergaren om binnen een groep of inloopwerkplaats aan de slag te kunnen, worden er ook cursussen georganiseerd. De animo om deelnemer te worden is tegenwoordig groot. Te groot zelfs, waardoor er voor sommige groepen en cursussen grote wachtlijsten zijn. Iedereen is welkom, maar plaatsing is helaas niet verzekerd.

De Helling heeft haar bestaan te danken aan o.a. de subsidies van gemeente Arnhem. En daar willen ze heel graag wat voor terugdoen, door hun maatschappelijke betrokkenheid te tonen! Want 'voor wat hoort wat'!

Allereerst richt De Helling zich op het bieden van activiteiten in sociale context, vooral ook voor de ouderen onder ons. Dit doen ze voor zo laag mogelijke deelnemerskosten, zodat hopelijk de mensen met een kleinere portemonnee ook kunnen aansluiten.

Projecten voor non-profit organisaties
Ten tweede zijn groepen in de werkplaatsen bezig met het uitvoeren van verschillende projecten 'om niet' voor non-profit organisaties in en om Arnhem.
In onze wijk zijn ze o.a. betrokken geweest bij het vervaardigen van materieel voor het raam- en sluitwerk van 't Huukske, decorstukken voor KunstMetMekaar en boekenkastjes voor Siza. In de toekomst zullen ze ook betrokken worden bij het inrichten van het terrein van Siza (Het Dorp).
Naast een aantal doorlopende projecten (zoals de gedenkkruisjes voor de Eusebius-parochie) is men nu ook bezig met een aantal andere mooie projecten in Arnhem. Zo zijn vrijwilligers aan het werk aan vier glas-in-lood ramen voor de Salvatorkerk, er wordt gewerkt aan kabouterhuisjes voor het sprookjesfestival, een ronde ontmoetingsbank voor stichting Moes in Plattenburg en voedselkastjes voor wijkverenigingen.

Re-integratie
Als derde zijn vanaf 2015 ook mensen welkom die een beetje aan de zijlijn staan. Zij worden geplaatst via de wijkteams/WMO voor een activerend werktraject gericht op re-integratie. Hierbij worden deze mensen begeleid door een team van vrijwilligers binnen De Helling.

Oproep!
En als vierde is De Helling ook nog inzamelpunt voor oude (afgeschreven) naaimachines en voor oude/kapotte fietsen. De naaimachines worden opgeknapt en via 'Stichting vraag en aanbod internationaal' verscheept naar Afrika (zodat ze daar door zelfstandige ondernemers weer gebruikt kunnen worden). De fietsen worden opgeknapt door een fietsenmaker en geschonken aan AZC Elderveld.

Via deze weg dan ook een oproep:
Heb je oude naaimachines en/of fietsen? Neem contact op met De Helling!

Open dag
Op 4 november, tussen 10 en 16 uur, is er Open Dag bij de Helling. Kom dan vooral kijken en vragen naar al het moois en goeds dat er gedaan en gemaakt wordt op de Rozenstraat!

De Helling, www.dehelling-arnhem.nl,
Rozenstraat 49, 026-4420675,
mail@dehelling-arnhem.nl

't Huukske

Buurthuis van Arnhem-West

Agenda 't Huukske

Zondag 17 september Wijkfeest!
Diverse kinderactiviteiten, hapjes &drankjes.

Zondag 24 september Duurzaamheid-dag
14.00 uur - 17.00 uur

Woensdag 27 september & 24 oktober: BINGO
20.00 - 22.00 uur Vrije toegang, Bingokaart €1,00

Vrijdag 29 september & 27 oktober: Kaartclub
19.30- 22.30 uur. Deelname €3,50 Inclusief gratis koffie/ thee én leuke prijzen!

Zaterdag 30 september & 28 oktober:
Kookclub Prins Heerlijk
18.00-21.00 uur. Koken door buurtgenoten voor buurtgenoten. €7,00

Filmclub "Cinema Royal"
20.15- 23.00 uur. Entree €3,00
Zaterdag 30 september vertonen we de film ***Broker***
Zaterdag 28 oktober kun je de film ***Close*** bekijken.

Zaterdag 11 november:
Duurzame ruilbeurs 10.00 – 14.00
Allerlei artikelen kunnen ingeleverd worden, daar krijg je een waardebon voor waarmee je dan weer iets anders kan meenemen. Boeken, kleding, klein huishoudelijk, speelgoed, plantjes. Wat er overblijft gaat naar een goed doel.

Zaterdag 2 december: Repair-café

Elke week:
Maandagochtend **Naaiatelier**. 9.00-12.00 uur.
Er is plek voor nieuwe cursisten! Aanmelden via huukske.aw@gmail.com of loop binnen op de maandagochtend.

Woensdagavond **Buurtcafé** en **Buurtzangkoor** (€2,00 per keer)

Maandag - vrijdag tussen 9.00 en 12.00
koffie- inloop (gratis)

Dinsdagavond 18.00-19.00 uur **Spreekuur wijkagent**

Dinsdagmiddag **Teken en Schilderclub** 13.30-15.30 (€2,50 per keer)

Elke 2 weken:
Vrijdag: (oneven weken) **Grafiekatelier**.
9.00-12.00 uur (€2,50 per keer)

Dinsdag: (even weken) **Samen eten**. Start 3 oktober, inloop 17.45 uur en 18.00 aan tafel (€4,00 per keer) .

Vanaf 15 september gaat het Sociaal wijkteam 1x 3 weken spreekuur houden in 't Huukske.
Houd onze socials in de gaten voor de meest actuele informatie. **thuukskearnhem.nl** of onze facebookpagina.

Beter Bewegen

Wil je je kracht, coördinatie en souplesse verbeteren? Beter in balans komen en meer controle krijgen zodat je je fitter en zekerder voelt? Meld je dan nu aan voor de cursus "Beter Bewegen".
Sportbedrijf Arnhem i.s.m. met RSVV en 't Huukske biedt 60 + ers een 10 weekse cursus.

Start cursus: 19 september 10.30- 11.30 uur in 't Huukske
Kosten : €40,00 inclusief 2 testen, 10 lessen
en een persoonlijk beweegadvies.

Aanmelden: *www.sportinarnhem.nl/beterbewegen*
of bij Marleen (coördinator 't Huukske):
0611118315, huukske.coordinator@gmail.com

Samen eten is gezellig!

Weinig verbindt mensen zo met elkaar als het ongedwongen samen tafelen. Lekker kletsen terwijl je een heerlijke maaltijd voor je neus hebt. Het nieuwe seizoen start 3 oktober. Tot eind april 2024 serveren wij 1x per 14 dagen een smakelijk en gezond hoofdgerecht in buurthuis 't Huukske.

- Inloop: 17.45 uur. Aan tafel: 18.00 uur.
- Er is plek voor 20 gasten.
- Er staat altijd een kan fris water op tafel.
- Kosten: tot 12 jaar €2,00 Vanaf 12 jaar €4,00
- Vegetarisch is mogelijk.

Trek gekregen? Sta je nog niet op de lijst? Meld je dan aan voor de mailinglijst en ontvang vrijblijvend de menu's.
Deze mail met de 3 menukeuzes zal ruim op tijd worden verstuurd. Zodat iedereen de kans krijgt om zich aan te melden.
huukskesameneten@gmail.com

De Vos komt naar Arnhem West!

De Groene Vos, trefpunt voor duurzame leefstijl in Arnhem gaat een samenwerking aan met buurthuis 't Huukske. Vanaf 1 september 2023 zal er in 't Huukske een pop-up store van de Groene Vos openen. Duurzame, leuke en nuttige artikelen kunnen vanaf dan worden aangeschaft in ' t Huukske. Kleine kadootjes, waterflessen, artikelen van gerecycled materiaal maar ook schoonmaakartikelen, Biologische zaden en tuinaarde kunnen dan opgehaald worden aan de Mauritsstraat 22. We starten met 2 verkoopmomenten: een ochtend tussen 9.00 en 12.00 uur (dag nog te bepalen) en woensdagavond tussen 20.00 en 23.00 uur.

Duurzame markt, zondag 24 september

Kom jij ook naar onze duurzame markt op zondag 24 september, van 14.00 tot 17.00 in 't Huukske? Er is dan van alles te doen rondom de thema's verduurzaming, energie en vergroening:

- Deelauto's in de wijk, welke platforms zijn er en hoe werken ze?
- Aquathermie en warmtenet. Het gaat in beide gevallen over warmte; verwarming en warm water. We leggen uit wat het is en wat er mee kan.
- Film 'Tomorrow', optimistische film over wereldwijde initiatieven in landbouw, energie, economie, opleiding en 'goverance' (de wijze van besturen, de gedragscode en het toezicht op organisaties) om de klimaatcrisis op te lossen
- ArnhemWest naar 2120, vrij naar de plannen die de Wageningen Universiteit maakte voor de stad Arnhem over 100 jaar
- ALV energiecoöperatie Groen-West, de tweede al weer. Jij als wijkbewoner wordt al lid voor 10 euro per jaar door een mailtje te sturen naar info@groenwestarnhem.nl. 67 Leden gingen je voor. We gaan plannen maken en horen hoe het eerste jaar is verlopen!

Op **www.groenwestarnhem.nl** publiceren we het definitieve programma.

Jubileum wijngaard Klingelberg

Zondag 17 september a.s. viert de buurtwijngaard Klingelberg zijn 25-jarig jubileum. U bent van harte welkom van 14.00 tot 18.00 uur op deze speciale Open Dag en Proeverij.

De dag wordt opgeluisterd met muziek, hapjes en kraampjes met producten uit de buurt. Er is gelegenheid om plantenstekjes te ruilen en wijngaardeniers zorgen voor rondleidingen.

Op dit moment staan er ca 400 wijnstokken, met diverse voor dit klimaat gunstige soorten als Regent, Bianca, Johanniter, Cabernet Franc en Cabernet Cortis. En deze brengen ook nog eens heerlijke wijnen voort, zowel rood, wit als rosé. De net gebottelde wijnen 2022 (wit en rosé) zijn van zeer goede kwaliteit. Neem de proef op de som en overtuig u zelf. Wij hopen u te treffen zondagmiddag 17 september!

De wijngaard is gelegen in het verlengde van de Hoogstedelaan.
Meer informatie (of wijn bestellen): Domein Klingelberg (hoogstede.nl)

[Charly Tomassen]

Enthousiaste wijkbewoners / vrijwilligers gezocht voor de wijkkrant!

Stuur een berichtje aan wijkkrant@arnhemwest.nl en we bellen of mailen je.

Vormgever:
Een wijkkrant is natuurlijk helemaal af als hij ook met aandacht is vormgegeven. Beschik jij over juiste grafische programma's en heb je zin om de wijkkrant in zijn jasje te gieten? Dan zoeken we jou!

Eindredacteur:
Ben jij die fijne buurgenoot die het totaaloverzicht houdt, goed met taal is en zorgt dat alle inhoud kant-en-klaar bij de vormgever terecht komt? Laat van je horen!

Redactieleden:
Wil jij stukjes schrijven over van alles wat in onze buurten speelt en wordt georganiseerd? We vergaderen 5x per jaar. Wees welkom!

Bezorgers:
Iedereen (jong of oud) mag helpen de wijkkrant te bezorgen. Meld je aan als jij de krant 5x per jaar in jouw stukje wijk wilt bezorgen! Er staat een financiële vergoeding tegenover.

Het nieuwe dak is niet zomaar een dak

Zonnepanelen en een sedumdak op het appartementencomplex van de Cornelis Outshoornplaats.

Al sinds de oplevering van het appartementencomplex Cornelis Outshoornplaats aan de Noordelijke Paralelweg, hadden de bewoners aan de poort van het complex ernstige lekkageproblemen. Een uitgave van wel € 10.000 aan dakreparaties heeft in al die jaren van het twintigjarige bestaan het probleem niet kunnen oplossen.

'We gaan gewoon het dak vervangen', opperde bestuurslid Arno Roefs, 'we maken een groendak en dan nemen we gelijk zonnepanelen.' Arno wilde alle tien bewoners uit de Vereniging van Eigenaren (VvE) meekrijgen en dus maakte hij er werk van. Hij zocht uit of er subsidiemogelijkheden waren voor 300 vierkante meter dak. Zette alle voordelen op een rij en bood de bewoners een kant en klaar plan van aanpak aan. De meeste bewoners waren overtuigd van de noodzaak en gingen accoord. Het mankement aan het dak was een positieve stimulans om er dan nu ook iets moois van te laten maken. Arno ging voor vijftig zonnepanelen en iedereen was tevreden, ook de mensen die geen zonnepanelen wilden hebben.

Vervolgens zocht hij uit welk bedrijf het dak als geheel kon aanpakken, dus zonnepanelen én groendak samen. Hij vond 'Solar Sedum' in Amsterdam en in plaats van de bestaande pvc-dakbedekking zou er een bitumen dak komen. Bitumen gaat uitstekend samen met sedum, omdat de beplanting de temperatuurschommelingen en het UVlicht absorbeert en zodoende het nieuwe dak een veel langere levensduur geeft. De offerte voor het hele plan werd in januari 2022 op de vergadering in stemming gebracht en iedereen ging accoord.

De werkzaamheden konden in mei van dat jaar starten. Het vervangen van de oude dakbedekking door bitumen, het onttakelen en het herplaatsen van het terras én de plaatsing van de zonnepanelen was een zware klus. Het probleem van de lekkage is gelukkig verholpen. Het aanbrengen van de sedumplantjes ten slotte is met de hand gedaan, plantje voor plantje. Er zijn dan ook achttien soorten sedum te vinden.

Arno: ‘Iedereen is extreem tevreden en het bijzondere is dat het dak nog net op tijd voor de energieverhoging opgeleverd is. De energieprijzen waren toen al vastgelegd, dus dat is mooi mazzel’.

De bewoners die er direct hun voordeel mee hebben gedaan, zijn Louise en haar man Peter. Ze zijn van Oosterbeek verhuisd naar het appartement op de bovenste verdieping . En ze hebben nu in plaats van een grote tuin een prachtig sedum dak met terras. Louise was meteen enthousiast en zij geniet er zichtbaar van nu zij toch weer met plantjes aan de gang kan, zonder dat het al te ingewikkeld is. Zij heeft er potten met kruiden bijgezet en een paar bescheiden struiken en grassen. Van het substraat, een mengsel van tuingrond met vochtvasthoudende steentjes, waarop het sedum groeit bracht zij een extra laag aan, zodat zij hoogteverschillen kon maken. Er staan twee grote schalen waarin water wordt gepompt. De verdamping schept een vochtig klimaat, dat is goed voor de planten. Bovendien, het geluid is rustgevend. Het geheel is allemaal nog wat vlak, maar zeker een mooi begin. Binnen de kortste keren groeien alle plantjes naar elkaar toe en wordt het één groene weelde vol vlinders en bijen. **[JJ]**

PRIKBORD

Open Monumentendag
Tientallen monumenten in Arnhem zijn op 9 en 10 september 2023 gratis te bezoeken tijdens de 37e Open Monumentendag. Dit evenement biedt de kans om een monument te beleven waar je normaal niet zo snel komt. Daaronder zijn opvallende monumenten zoals de Diogenes-bunker en het zogenaamde Willem Schaap-kwartier. Maar ook een lezing over J.W.C. Tellegen en Sonsbeek. Op *www.openmonumentendagarnhem.nl* staat het volledige programma.

Gratis naar het theater tijdens de Week van Lezen en Schrijven
Op zondagmiddag 10 september kunt u nog de voorstelling bezoeken: ‘Maak het verschil; met mij kun je lezen en schrijven!’ Dit is een theatervoorstelling waarbij je in de belevingswereld kruipt van iemand die moeite heeft met lezen en schrijven. Deze voorstelling is voor iedereen die betrokken is of zich betrokken voelt bij het thema (laag)geletterdheid. Reserveren via *taalhuisarnhem.nl/maak-het-verschil-met-mij-kun-je-lezen-en-schrijven/* of bel *06-28071076*.

Arnhem Bedankt, de Stadsprijs voor Vrijwilligerswerk
Als u iemand kent die zich op bijzondere wijze inzet voor anderen, dan kunt u hem of haar voordragen voor de Arnhemse Stadsprijs. Er zijn drie categorieën: individuele personen, groepen en Jonge Helden tot 23 jaar. Voordragen kan tot 1 november door het invullen van een voordrachtformulier. *www.arnhemsestadsprijs.nl*, *www.arnhembedankt.nl*

Sportief kennismaken met het Dorp
Op dond. 14 sept. tussen 11.00 en 17.00 uur is er een sportieve dag gepland voor alle inwoners (jong en oud) van en rondom het Dorp. Op deze dag wilt FitLife je op een sportieve manier kennis laten maken met 'het sporten met een beperking'. Je kunt aansluiten bij een clinic door paralympische rolstoelbasketballers, er is een robotarm, er zijn verse gezonde snacks en een gezellig praatje met bewoners van het Dorp.
Meer informatie: *jordy.van.horrik@siza.nl*, *0613358453*

Dirk Zeldenrust Duurzaamheidsprijs
Arnhemse wereldverbeteraars opgelet! Ook dit jaar kun je kans maken op de hoofdprijs van € 5000. Ben je een natuurbeschermer, groene ondernemer, Arnhemmer die de buurt wilt verduurzamen of student en/of onderzoeker die werkt aan duurzame projecten. Dan kun je je tot 31 oktober aanmelden! dirkzeldenrustprijs@degroenevos.nl. De prijsuitreiking vindt plaats op vrijdag 24 november 2023. Spelregels en aanmeldformulier: *www.degroenevos.nl/duurzaamheidsprijs*.

Reclamedrukwerk Ja of Nee
Vanaf 6 juli 2023 krijgt u alleen nog ongeadresseerd reclamedrukwerk als u een Ja-sticker op uw brievenbus plakt. Op deze manier gaan we papierverspilling tegen. De huidige Nee-Ja-sticker en Nee-Nee-sticker kunt u blijven gebruiken.

Welke sticker plakt u?

Sticker	Ongeadresseerd reclamedrukwerk	Huis-aan-huis-kranten
Geen sticker of Nee-Ja-sticker	Nee	Ja
Nee-Nee-sticker	Nee	Nee
Ja-sticker	Ja	Ja

De brievenbusstickers kunt u gratis ophalen bij de receptie in het Stadhuis. *www.arnhem.nl/algemeen/contact* Bestellen kan op *www.neeneeneeja.nl of spotta.nl/huishoudens/brievenbussticker*.

Eerste editie LoveLife run Arnhem op 8 oktober 2023
De LoveLife run is een 5 km hardloopevent van Stichting Fight cancer met als deelnemers o.a. (ex-)kankerpatiënten, hun naasten, behandelaars en iedereen die geraakt is door de diagnose kanker. Na drie succesvolle edities in Breda vindt het evenement nu voor de eerste keer plaats in Arnhem op zondag 8 oktober 2023! Inschrijven, meer informatie of doneren? *www.loveliferun.nl/arnhem*.

Word vrijwilliger bij Home-Start
Wilt u gezinnen een steuntje in de rug geven? Als Home-Start vrijwilliger biedt u ondersteuning aan ouders die dat nodig hebben. Gezinnen geven zelf aan welke ondersteuningsvraag ze hebben. Sakine Akdag informeert u graag over aanmelden, inhoud en training. *homestart@rijnstad.nl*, *0615217964*

SWOA Maaltijden
SWOA zet zich al meer dan 50 jaar in voor de inwoners van Arnhem! Ook verzorgen wij maaltijden aan huis, dit doen wij samen met Maaltijd Thuis en onze vrijwilligers! Er wordt gekookt met verse ingrediënten en je hebt keus uit een wisselend assortiment.Ook met een dieet kan rekening gehouden worden. Onze maaltijdservice is een uitkomst voor velen.

Interesse of wil je meer (w)eten? Neem dan gerust contact op met Maaltijd Thuis via *0888101010*.
Houd je van rijden? Kom dan rijden voor onze maaltijdservice en neem contact op met Jet Leenders via *06-11781070* of *vrijwilliger@swoa.nl*.

Programma Wijkfeest

10.00 - 17.00 uur: Uitgebreide markt met maar liefst meer dan 100 kramen. Ook hebben we een kleedjesmarkt voor kinderen in de middenberm van de Nassaustraat. En in en om 't Huukske zijn er tal van activiteiten voor jong en minder jong.

Natuurlijk wordt het wijkfeest muzikaal omlijst met optredens van lokale artiesten. Alle muziek wordt ten gehore gebracht op het Nassauplein.

12.00 uur: We trappen gewoontegetrouw af met een optreden van de onvolprezen West-Arnhemse Muziek Vereniging.

Daarna zijn er 6 optredens van bandjes op het podium op het Nassauplein:
13.00 - 13.30 uur: Comfort Zone
13.45 - 14.15 uur: WAMV Unlimited
14.30 - 15.00 uur: Out of Blues
15.15 - 15.45 uur: De Materie
16.00 - 16.30 uur: Blackberry Moonshine
16.45 - 17.15 uur: Hold your Horses

17.30 -18.30 uur: Afterparty. We sluiten het wijkfeest af met een optreden van de Big Bounce Band, die speciaal hiervoor een extra dansbaar repertoire in elkaar heeft geschroefd.

Een nieuw gezicht op de Heijenoordschool

Even voorstellen: Linh Hermans
Linh zit al twintig jaar in het onderwijs. Na vijf jaar adjunct-directie van de Julianaschool en het afronden van haar opleiding heeft ze nu haar plek gevonden als directeur van de Heijenoordschool. In die functie is ze verantwoordelijk voor de school, de kinderen en de stamgroepleiders. Om echt goed onderwijs te verzorgen werkt ze nauw samen met het team. Met een gefundeerde visie bepalen zij en haar collega's 'waar ze voor staan en waar ze naar toe willen!'

Door zich te verdiepen in het concept van het Jenaplanonderwijs en door het warme welkom van het team voelt Linh zich al goed op haar plek binnen de school.
Wat het Jenaplanonderwijs beoogt, past eigenlijk in ieder onderwijsconcept zegt Linh. We willen de kennisoverdracht plaats laten vinden in een omgeving waar de sociaal-emotionele ontwikkeling van het kind veel aandacht krijgt. Zo kunnen we zorgen voor het welbevinden van de kinderen door ze echt te zien. Dat doen door het bieden van een plek waar kinderen zich thuis voelen, mogen zijn wie ze zijn, in verbinding kunnen gaan en geprikkeld worden om in verwonderring te raken.

In de buurt
Het Jenaplanonderwijs past goed in onze wijk. We hebben natuur, buitenspeelruimte en enorm betrokken ouders (waar we heel dankbaar voor zijn). In de 'leerkring van directeuren' werkt de Heijenoordschool nauw samen met de andere scholen in de buurt. Zo kan iedereen van elkaar leren.

Het nieuwe schooljaar
Na de zomervakantie beginnen de 'gouden weken'. Er is dan alle aandacht voor groepsvormende activiteiten, want iedereen moet de tijd en ruimte krijgen om te wennen aan de nieuwe situatie na de vakantie. In oktober gaan we weer aan de slag met de Kinderboekenweek. Het thema dit jaar is: 'Bij mij thuis', een actueel thema over diversiteit.

Mooie dingen om naar uit te kijken!

Heijenoordschool
openbaar Jenaplan basisonderwijs

Raad het plaatje...

In Arnhem-West vind je - als je goed kijkt - veel bijzondere gebouwen, ornamenten, kunstwerken, etc. Maar waar in Arnhem-West vind je wat op deze foto staat?

Mail het naar **redactie@arnhemwest.nl**
o.v.v. 'Raad het plaatje'. Uit de inzendingen kiezen we een winnaar. Hij of zij krijgt een eervolle vermelding. De oplossing én de winnaar volgen in de komende Rijn & Rails.

ARNHEM-WEST
WIJKFEEST
Kom jij ook weer?
ZONDAG
17 SEPT '23
Kraamhuur:
€ 25,- + borg zeil € 20,-
opgeven bij Vonk Totaal
Oranjestraat 74 (woe. gesloten)
tel. 026 445 00 57
Betalen: contant of met pin
Diverse kramen, hapjes & drankjes, podia met bandjes, diverse activiteiten bij 't Huukske.
ORANJESTRAAT EN NASSAUSTRAAT
10 TOT 17 UUR, DAARNA AFTERPARTY
Peter van der Graaf • ACABADO

De kinderhoek van Arnhem-West

Wil jij ook geïnterviewd worden?
Mail samen met je ouders/verzorgers naar wijkkrant@arnhemwest.nl

Vragen aan Quincy (12 jaar)

Waar woon je en met wie?
Op de Alexanderstraat met mijn moeder Simone en haar vriend Wensly, mijn broertje Sergio (9) en zusje Nikeyla (5). En oh ja, ook hond Bobbie en poes Phoena.

Het is nu nog vakantie. Wat deed je en ga je nóg iets doen?
Ik was mee met ome Joop's tour. Vorig jaar ook en toen was ik op het Jeugdjournaal (wel 3 seconden, haha!). Vorige week was ik bij mijn oma en heb ik met mijn oom gevist. Bij de Rijn, de IJssel en bij Lathum. In de rivier vang je meer vis dan in een plas. We vingen snoek, winde, brasem, voorn en baars. Gisteravond was ik met mijn vader mee naar een Reggae festival. En morgen moet ik vroeg op om naar Slagharen te gaan…

Op welke school zit je?
Ik zat op de Heijenoordschool en ga nu naar het Dorenweerd College in Doorwerth. Ik ga op de fiets naar school. Dat is 29 minuten richting Oosterbeek, dan nog 1 minuut naar links, dan rechts en dan ben je er. Het lijkt me een fijne niet zo'n heel grote school. Drie maal leuk!

Heb je ook hobby's?
Ik zit op kickboxen en ik hou van sport. Thuis vind ik het leuk om naar Japanse anime series te kijken. Die zijn wel in het Japans, maar Engels ondertiteld en dat kan ik wel vertalen. Ik speel met mijn broer Sergio Fortnite en Call of Duty.

Wat is je lievelingseten?
Ik heb vandaag Pasta pesto met vis gegeten, dat was lekker. Maar mijn lievelingseten is roti!

Wat vind je leuk in Arnhem West?
De kinderen! En de speeltuin (zonder kattenpoep) met voetbalkooi. Daar speel ik ook met mijn vrienden Doron, Liran, Jason en Noah. Die wonen in de buurt. In Heijenoord kom ik niet vaak, maar Lombok is een fijne wijk. Of ik wel eens bij 't Huukske kom? Bij Pauline? Nee, ik weet wel dat er leuke dingen in 't Huukske voor kinderen waren, maar dat is nu niet meer.

Heb je ook nog wensen of dromen?
Nop, daar heb je niets aan. Waar je wèl wat aan hebt, is hard werken, leren van je fouten en zò goed terecht komen. En als je me vraagt wat ik later wil worden, zou ik het niet weten. Misschien advocaat.

Ik hoorde je toch echt iets wensen?
Oh ja, de voetbalkooi moet opgeknapt worden! Het is oud en de palen zijn verroest en het veld zou gladder moeten zijn. Niet met gras, maar met rubber. Maar nu ga ik daar toch weer met mijn vriendjes voetballen!

Biggetjesnieuws van Hoeve Klein Mariëndaal!

Onze Lieve Rini is bevallen van 8 mooie en gezonde Kune-Kune biggetjes. Ze lopen elke dag even in de knuffelweide met zijn allen. Anders zijn ze in de stal (vraag even aan de medewerkers of je mag kijken). Kijken en aaien mag, maar optillen en knuffelen niet!

Rijn IJssel verkocht, noodgebouwen gesloopt en afgevoerd, wat nu?

Het terrein van het ROC op de Veluwestraat heeft een nieuwe eigenaar. Projectontwikkelaar Wilma heeft in december 2022 de koop gesloten. Het gebouw is nog tot eind 2024 in gebruik door ROC RijnIJssel, er start een nieuwe opleiding en het ROC heeft ruimte tekort. Maar Wilma is al wel begonnen met de voorbereidingen van de bouw. Zo zijn er onlangs in drie dagen tijds noodgebouwen gesloopt en afgevoerd door een recycle-bedrijf.

Wilma, ontwikkelaar van kleinschalige projecten, heeft al om de tafel gezeten met een kleine buurtafvaardiging van zo 'n twintig man. Participatie staat hoog in het vaandel, vandaar expliciet de vraag naar meer reacties uit de buurt. Er is hiervoor een huis aan huis brief verspreid.

Het vastgestelde ontwikkelkader, waarvoor wij als buurt de nodige inspraak hebben gehad, is het uitgangspunt voor de bouw. Om een paar dingen te noemen: Het parkachtig karakter van dat gebied blijft. Er komt een mix aan woningen, zoals sociale huur- en seniorenwoningen en de bebouwing blijft laag. Te denken valt aan zo 'n 50 tot 70 eenheden. Uiteraard staat duurzaamheid centraal.

foto: Jossé Juten

De nieuwe eigenaar vindt het belangrijk een actieve dialoog te hebben met de buurt, ze vindt zichzelf benaderbaar. 'Je wordt als bewoner gehoord', aldus Wilma. Op dit moment wordt er een website gebouwd, dit zal onder andere het platform zijn voor inspraak. Oktober aanstaande staat er weer een buurtbijeenkomst op de rol met Wilma. **[JJ]**

Verkeersgroep timmert aan de weg

In juli was er een breed overleg tussen de Verkeersgroep Arnhem-West en ambtenaren van verschillende gemeentelijke diensten. Wij als bewoners werden bijgepraat over actuele zaken op het gebied van verkeer, herinrichting en onderhoud. Ook de gebiedsontwikkeling Heijenoordseweg West (tussen weg en Mariëndaal) kwam ter sprake.

Zelf hebben we de ambtenaren een update gegeven over zaken die op dit moment spelen in onze wijk. We bespraken de opbrengsten van de enquête, het inspreken bij de gemeente (Omgevingsvisie), de spitsafsluiting Oranjebrug, het haalbaarheidsonderzoek voor de Buurtbus en de verkeerstellers (Telramen). Karel Speth vertelde over zijn petitie voor de fietsstroken op de rijbaan van de Callunastraat en de Heijenoordseweg. Over al deze onderwerpen is meer te lezen in onze nieuwsbrief.

Enquête
Om te bepalen wat de speerpunten zouden moeten zijn op het gebied van verkeersveiligheid en leefbaarheid is er in het voorjaar onder inwoners van Arnhem-West een enquête gehouden. Ruim 300 wijkbewoners vulden de online vragenlijst in, van de opbrengst is een samenvatting gemaakt die u vindt via de QR-code hieronder.

Op 11 juli kwam ook het grootonderhoud (o.a. riool) in Heijenoord aan de orde.

Oproep!
Gezocht actieve wijkbewoners die zich willen inzetten voor een verandering van de huidige verkeerssituatie in onze wijk. Er is veel te doen. Op dit moment wordt er al door een aantal gewerkt aan diverse aandachtspunten.
Waar erger jij je aan? Wat wil jij verbeteren voor onze wijk op het gebied van verkeersveiligheid en wijkleefbaarheid. Jullie kennen en lezen natuurlijk de nieuwsbrief hierover?
Zo niet, abonneer je dan via verkeer@arnhemwest.nl.
Wil je meehelpen om zaken te verbeteren laat dan van je horen!
Reacties kun je mailen naar: verkeer@arnhemwest.nl.

Tijden veranderen, inborst van Willy niet

foto: Maria Pompe

Willy Witjes geeft sinds jaar en dag met liefde en plezier naailes bij 't Huukske (en daarvoor bij Hooky Tooty op de Brouwerijweg). Nu, op 89-jarige leeftijd vindt ze het welletjes en draagt ze de sleutels van de naaikast over.

Als middelste dochter uit een gezin van negen volgt Willy een opleiding tot coupeuse en werkt ze als gezinsverzorgster. Die achtergrond komt na haar trouwen en bij het moederschap van vier kinderen goed van pas. Zo'n vijftig jaar geleden ziet ze in de wijkkrant een oproep staan voor een vrijwilliger die aan buitenlandse vrouwen naailes wil gaan geven. Ze meldt zich daarvoor spontaan aan bij Riek Draaijer en Bas Slagman. In Hooky Tooty wordt het een gezellige boel. Ze maakt er van alles met de Turkse dames mee. Het beperkt zich niet tot naailes, er worden ook Turkse eet- en dansfeesten, modeshows en rommelmarkten georganiseerd. Maar wel uitsluitend voor vrouwen; mannen zijn in de naaikamer met Turkse vrouwen verboden.
De naaiclub is zo'n succes dat ook Nederlandse vrouwen willen aansluiten: "waarom zij wel en wij niet?" Zo ontstaan er drie groepen: twee 's avonds en één 's morgens.

foto: Maria Pompe

Bij de sluiting van Hooky Tooty in 2005 willen de mensen geen afscheid van Willy nemen.
"Je laat ons toch niet in de steek? Kom mee naar 't Huukske!". En dat doet Willy. Ze vindt de grote vergaderzaal een prachtige ruimte. Het aantal buitenlandse bewoners van Arnhem West vermindert wel in de loop der tijd. En naarmate haar jaren vorderen bouwt Willy het aantal leerlingen af tot maximaal vijf, waarvan Ine al 45 jaar meedoet!

Tijdens onze ontmoeting hebben we het eigenlijk helemaal niet over wat en hoe Willy de mensen het naaien aanleert. Bij de laatste maandagochtendles in 't Huukske zie ik wel dat ze het professioneel aanpakt. Maar vooral ook dat het gezellig is en dat ik te maken heb met een sociaal betrokken vrouw. Dat Willy heel wat meemaakte in de wijk en veel lief en leed deelde is ook te merken aan de reacties van de reguliere Huukskegasten Gertie en Betsie. Helaas zijn er veel voor haar vertrouwde gezichten in de loopt der tijd verdwenen. Ja, tijden veranderen.

Opvolgster Laura van Westering (rechts op de foto) wil straks aan meer dan vijf leerlingen naailessen geven. Op de eerste maandag van oktober herstart ze de naailessen, dit keer zonder Willy.

Maar nijvere Willy zou Willy niet zijn als ze stil moet zitten; eerst zorgt ze nog voor haar zus met een verbrijzelde elleboog en ze houdt zich bezig met haar (achter) kleinkinderen. Ook in de tuin is ze graag, waar ze geniet van haar oogst en probeert mollen te bestrijden. Mocht je denken dat ze zelf even onderduikt? Gelukkig niet… ze steekt gewoon de kop weer op als vrijwilligster bij de naaigroep van Repaircafé 't Huukske.

Je zegt dat het vrijwilligerswerk je goed heeft gedaan, Willy. Dat zeggen veel bewoners van Arnhem West je zéker na. Héél veel dank daarvoor en we wensen je veel succes op je nieuwe pad! **[MP]**

Peuteropvang
Zand op de Mat
ZAND op de MAT
Peuterspeelzaal voor peuters van 2 tot 4 jaar
in De Calluna
Open maandag t/m vrijdag
www.zandopdemat.nl
kinderdagverblijf@zandopdemat.nl

Rechtspraktijk Vloet
Juridisch advies voor werkgever en werknemer bij:
- Ontslag
- Ziekte en re-integratie
- Arbeidsconflicten
- Achterstallig loon
mr. Maria J.M. Vloet
Klingelbeekseweg 4
6812 DG Arnhem
T (026) 84 84 262
M (06) 49 84 07 10
contact@rechtspraktijkvloet.nl
www.rechtspraktijkvloet.nl

Wijnkoperij Rob Peters
Voor al uw
Speciaal bieren
Wijnen
Gedistilleerd
Oranjestraat 77, 6812CM Arnhem
Tel. 026 - 4433903
www.wijnkoperijrobpeters.nl

Atelier Arnhem West
ontwerp
architectuur
026-4433993
Diogenes bunker
Koningsweg 13C
6816 TC Arnhem

Krijnen Timmerwerken Arnhem
Vakmensen vervullen uw wensen!
www.krijnentimmerwerken.nl
info@krijnentimmerwerken.nl
Rozenstraat138 6814ED Arnhem
026-4423364

Bahn Thai
THAIS AFHAALRESTAURANT
Gezond en authentiek Thais eten voor elk moment
Alexanderstraat 65
in Arnhem
026-7851624
Tevens bezorging

Irma Bosman,
Praktijk voor coaching en counseling
Ook zo'n vol hoofd?
Ruim het op; dit kan in 1 sessie.
Een nare herinnering neutraliseren?
Je hoeft niet te vertellen wat je hebt meegemaakt. In 1 sessie!
Belemmerende overtuiging?
Laat je er niet meer door tegenhouden.
irmabosman.nl/matrixmethode
026 3516935

Mensendieck Arnhem
Oefentherapie
Peter Koen
Afspraak maken?
06-14477578
Ook zonder verwijzing!
Dé Praktijk voor oefentherapie
- Houdingverbetering: scoliose, kyfose of lordose
- Rug-, nek-, schouder- en armklachten
- Bekken- en zwangerschapsklachten
- Chronische klachten
- Slaapoefentherapie
Jachthoornlaan 1A, (het Dorp) Arnhem
info@mensendieck-arnhem.nl
www.mensendieck-arnhem.nl

Ook u kunt (o.a. op deze plek) adverteren
Interesse?
Stuur dan een mailtje naar **wijkkrant@arnhemwest.nl**

de klingelbeek
PRAKTIJK

Osteopathie voor baby's, kinderen en volwassenen
Niek Looijschelder DO-MRO
Mattijs Damen DO-MRO
Tessa Siderius DO-MRO

Coaching/Amanae/ Emotioneel lichaamswerk
Cas Gebbink

Leefstijl- en vitaliteitscoaching/ Orthomoleculair voedingsadvies/ Bloedtest (EMB)
Naomi Doeze Jager

Klingelbeekseweg 90 • 6812 DJ Arnhem • 026 8443498
www.praktijkdeklingelbeek.nl • Info@praktijkdeklingelbeek.nl

GENOEG VAN GOED GENOEG?
Achter de Praxis Amsterdamseweg!

AutoSnelserviceArnhem

Amsterdamseweg 121 • 6814 GC Arnhem • 026-4439000
Open maandag t/m vrijdag van 08:00 tot 17:00 uur
www.autosnelservice-arnhem.nl

ONTDEK DE GOEDKOOPSTE SUPERMARKT VAN ARNHEM.

Openingstijden:

Maandag	8.00	-	20.00 uur
Dinsdag	8.00	-	20.00 uur
Woensdag	8.00	-	20.00 uur
Donderdag	8.00	-	21.00 uur
Vrijdag	8.00	-	21.00 uur
Zaterdag	8.00	-	20.00 uur
Zondag	10.00	-	18.00 uur

- **Gratis parkeren** in de parkeergarage onder de winkel
- Ruim 80 parkeerplaatsen
- Poppentheaters voor de kinderen
- **Gratis** kopje koffie
- Vers gebakken brood uit eigen bakkerij
- Ruim **100 aanbiedingen** per week
- Ruime slijterij

Hoogvliet

Utrechtseweg 282 Arnhem

VONK TOTAAL

heeft 't allemaal!

tabak • snoep • tijdschriften • drogisterij • geneesmiddelen
bloemen en planten • wenskaarten • OV-oplaadpunt
anonieme OV-kaart • boeken • fotokopiëren en printen
scherpe prijzen • banners • scannen • kantoorartikelen
inbinden • snijden • plastificeren • krasloten • gsm-kaarten
bedrukken van t-shirts • muismatjes slippers bekers etc
potgrond • stomerij • UPS Access Point
DHL servicepunt • DPD servicepunt • foto-direct-klaar
tapijtreiniger huren • usb-sticks • sd-cards
inkt-cartridges HP Canon Epson Brother + imitatie
kado-artikelen • kerstbomen • ballonnen en slingers
speelgoed • staatsloten • gekleurd papier
fournituren • dmc-garen • batterijen • lotto

en nog veel meer...

Open:
ma, di, do, vr 8.00 - 18.00 uur
zat 8.00 - 16.00 uur
woe gesloten

Oranjestraat 74, 026 445 00 57
www.vonktotaal.nl info@vonktotaal.nl