

Wijkkrant de Paasberg en Wellenstein



- **Falco en de gestolen Stympha's**
- **1^e zeskamp in de wijk**
- **Jenny: 35 jaar in de wijk**
- **Tijd voor een enquête**
- **Fietsfeest met Maarten Tjallingii**

Foto door Cees de Kramer

2016 nr. 3

www.paasberg-wellenstein.nl



Oefentherapie Cesar presikhaaf: Monique Donderwinkel

Tel: 026 3614005

www.oefentherapiecesarpresikhaaf.nl

Oefentherapie Cesar gaat samen met u op zoek naar de oorzaak van uw klachten en leert u een betere manier van bewegen bij o.a

- Nek-schouder-rug- en heupklachten
- Arbeidsrelevante klachten
- Hoofdpijnlachten
- Neurologische klachten zoals hernia, zenuwpijnen
- Reumatische klachten/ artrose klachten
- Orthopedische klachten zoals scoliose, na een heup/knie operatie, osteoporose

Oefentherapie in de thuiszorg is een speciale vorm van oefentherapie bij ouderen voor valpreventie, behoud van zelfstandigheid, maar vooral om fijner en beter te kunnen bewegen.

- 40 % van de jongeren heeft een rug van een 50-jarige door te krom zitten boven hun smartphones, tablets etc.

Oefentherapie Cesar helpt dit te voorkomen/te verbeteren



lid artrose netwerk

Tijd

Het is weer tijd! Tijd om aan het werk te gaan, na een prachtige zomervakantie.

Hebben jullie ook allemaal zo genoten van vrije dagen en vrije tijd met gezin, familie en vrienden? De afgelopen tijd is het droog en warm geweest. De blaadjes beginnen al te vallen. Het is heerlijk nazomerweer, waardoor het mij lukt het vakantiegevoel nog even vast te houden. Het is te zien aan de glimlach op mijn gezicht. Na het werk lekker op de fiets naar huis, buiten eten en nog een wandeling met de hond in de zachte avondzon.

In onze wijk is weer reuring, huizen liggen beter op de markt en worden snel verkocht en weer aangekocht. Een warm welkom aan onze nieuwe wijkbewoners en veel geluk op nieuwe woonplekken voor iedereen die vertrekt uit onze wijk.

Het najaar is in aantocht. Er zijn leuke activiteiten in het vooruitzicht. Op zondag 18 september was er zeskamp op het terrein van Oost-Arnhem, een geweldige buitenactiviteit voor alle leeftijden. De boekenmarkt en najaarsmarkt hopen wij te kunnen organiseren, al dan niet samenvallend met de lampionnenoptocht voor de kleinsten van onze wijk. En natuurlijk starten al weer bijna de voorbereidingen voor de griezeltocht, die gelukkig steeds door veel enthousiaste vrijwilligers mogelijk wordt gemaakt. Op 24 september viert Jenny Lub het 35 jarige bestaan van haar kapsalon. Gefeliciteerd! En er bruist iets op woensdagmiddag 28 september: "een fietsfeest", een wielerronde op de Paasberg, ter gelegenheid van het afscheid van Maarten Tjallingii.

Onze wijkcommissies richten zich weer volop op veiligheid, communicatie en sfeer in onze woonwijk. Er is sinds kort een AED systeem in Villa Paasberg beschikbaar voor noodsituaties en er zijn diverse mensen in onze wijk getraind om hulp te bieden in noodsituaties. Tevens zijn er plannen om veiligheid en verkeerssituaties extra aandacht te geven. Verderop in deze wijkkrant kun je hier meer over lezen. Ook op creatief gebied is een mooi initiatief gestart: de social sofa. Wij hopen op veel enthousiasme en animo voor dit idee en de uitvoering hiervan. Lees ook verderop over dit initiatief.

Tot slot kan iedereen binnenkort een enquête verwachten, omdat wij graag meer inzicht willen krijgen in behoeften op het gebied van communicatie en informatievoorziening.

Heb je leuke tips en ideeën en wil je actief iets doen in onze wijk? Wij horen het graag. Wordt in ieder geval lid van onze actieve wijkvereniging.

En geniet vooral nog even van het mooie najaarsweer. Lees eens een boek uit het boekenkastje op het trafoplein en maak een praatje met uw burens en andere wijkbewoners. In de tuin, in de straat, in de supermarkt, bij de school, bij de bakker of bij de kapper. Wat is het toch mooi in onze wijk.

Ellis Knegt,
Algemeen bestuurslid





Koenen **De *Echte* Bakker**

Potgieterstraat 8

6824 NP Arnhem

Tel : 026 - 3613197

bestel@koenendeechtebakker.nl

www.echtebakkerkoenen.nl



www.sintannamolen.nl

Wijkvereniging

Voorzitter:

Vacant

Secretaris:

Lars Birkholz

F. van Eedenstraat 13, 6824 PK Arnhem

☎ 321 69 22

✉ LBirkholz@hotmail.com

Penningmeester:

Kees Haverkate

Adama van Scheltemastraat 15, 6824 NL Arnhem

☎ 379 59 97

✉ keeshaverkate@hotmail.com

Bestuurslid Algemeen, Contactpersoon Groen:

Hennie Mones

Vondellaan 81, 6824 NC Arnhem

☎ 361 45 89

✉ h.mones@planet.nl

Bestuurslid Algemeen, Contactpersoon Sport- en kinderactiviteiten:

Ellis Knegt

Bronbeeklaan 19, 6824 PD Arnhem

✉ sportenkinderactiviteiten@paasberg-wellenstein.nl

Contactpersoon Buurtpreventie:

Jan Wagenmakers

Roemer Visscherstraat 13, 6824 MT Arnhem

☎ 351 26 85

✉ bpv-paasberg-wellenstein@outlook.com

Contact Wijkkrant en Website:

Cees en Petra de Kramer

Vondellaan 79, 6824 NC Arnhem

☎ 445 56 70

✉ wijkkrant@paasberg-wellenstein.nl

Contactpersoon Wellenstein:

Mariet de Kraker

van Huevenstraat 64, 6824 MP Arnhem

☎ 323 74 11

✉ t.kraker@chello.nl

Welkomstgroep Wellenstein:

Onno Walda

Weg naar 't Lange water 10, 6824 MS Arnhem

☎ 06 557447611

✉ onno@waldaimpuls.nl

Welkomstgroep Paasberg:

Judith Mozes

Vondellaan 85, 6824 NC Arnhem

☎ 445 72 74

✉ 6824R15@hetnet.nl

Wijkregisseur Gem.Arnheim:

Carla Butzelaar

☎ 377 35 60

✉ carla.butzelaar@arnhem.nl

Ledenadministratie wordt gevoerd door de secretaris.
Het advertentiebeleid wordt gevoerd door de penningmeester.

IBAN: NL 35 INGB 000 4093469
tnv penningmeester wijkvereniging Paasberg en Wellenstein

Website: www.paasberg-wellenstein.nl

Ondernemer in de wijk: Anke van Kalsbeek

Afgelopen juli kwam een grote wens van Anke van Kalsbeek uit. Zij opende haar eigen praktijk voor Haptotherapie aan de Roemer Visscherstraat. Na zes intensieve studie jaren is ze nu volledig gecertificeerd en geregistreerd Haptotherapeut.



Op je 38e je diploma behalen, hoe is dat zo gekomen?

Tijdens mijn studie Logopedie (2000) kwam ik in aanraking met de haptonomie. Ik voelde gelijk een klik. Ik leerde te kijken naar hoe ik met mezelf omging, hoe ik contacten met anderen aanging en ik leerde veel over mijn gevoel. Het was heel erg boeiend, maar ik studeerde nou een-

maal al voor logopedist, dus deed ik er niets mee.

Tijdens jaren die ik als Logopedist werkte miste ik écht contact met mijn cliënten. Het effect van de logopedie-behandeling leek belangrijker dan de persoon zelf. Rond mijn 27e kwam de haptonomie weer op mijn pad en voelde ik weer hoe prachtig dit vak is! Op dat moment besloot ik om haptotherapeut te worden. Haptonomie gaat juist niet over effectiviteit, maar over affectiviteit; het maken van contact. Dat wat ik als logopedist zo had gemist.

Wat is haptonomie eigenlijk?

Dat blijft altijd weer lastig om uit te leggen, het is een therapievorm die je eigenlijk gewoon moet ervaren. Maar ik doe een poging. We hebben onze ratio en ons gevoel. Dat eerste gebruiken de meeste mensen veel; we zitten volop in het denken, regelen, organiseren, ook piekeren, malen en zorgen maken; het zit allemaal in ons hoofd. Maar wat gebeurt er als

je contact maakt met je gevoel? Durf je te voelen hoe het met je gaat? Of blijf je liever weg van je gevoel? En waarom dan?

Het woord 'haptonomie' betekent de leer van het menselijk gevoel en gevoelsleven. Simpel gezegd gaat haptonomie over leren voelen en in contact komen met jezelf. Als dat niet in balans is, kun je klachten ontwikkelen. Voorbeelden hiervan zijn burn-out klachten, relatieproblemen, problemen met acceptatie of verwerking van verlies, ziekte of trauma en niet lekker in je vel zitten.

Naast het gesprek speelt aanraking bij haptotherapie een belangrijke rol. Via aanraking komt je in contact met je gevoel. Hoe beter je in contact staat met jezelf hoe makkelijker je contact en verbinding maakt met anderen. En juist dat gevoel wordt vaak overgeslagen, terwijl het bij de haptotherapie nou juist een essentieel onderdeel is. Je kan niet zonder gevoel, het is er altijd, maar vaak negeer je het. Juist het weer 'leren voelen' zorgt er voor dat ik de haptonomie zo'n boeiend en mooi vak vind. Het is heel toegankelijk en niet 'zweverig', zoals vaak gedacht wordt.

Waar ligt jouw kracht als haptotherapeut?

Ik ben benieuwd naar de ander en wat hem of haar bezig houdt. Door zorgvuldig naar de persoon tegenover me te kijken en echt te luisteren, bied ik een veilige basis en kan er



een stabiele vertrouwensband ontstaan. Het is een mooi proces om in iemands leven mee te mogen kijken en hem of haar te begeleiden. Dat de therapie voor beide partijen goed moet voelen staat voorop. Daarom wil ik eerst kennismaken en samen onderzoeken waarbij ik kan helpen. Dat is kosteloos. Pas als de klik er is, dan start de therapie.

Ik word enthousiast van mooie en eerlijke ontmoetingen. We zijn allemaal druk en gehaast, maar wanneer wordt je echt gezien en gehoord? Ik zie dat mensen hard op zoek zijn naar echt contact. Mijn doel is dan ook om elke ontmoeting een echte ontmoeting te laten zijn.

Hoe kunnen mensen contact met jou opnemen?

Wil je een afspraak of meer informatie, dan mag je me bellen, sms'en of Whatsappen via: 06 – 2458 4147.

Ik heb ook een website:

www.haptotherapieankevankalsbeek.nl.

Daar staat alle informatie op.

Of via Facebook:

Haptotherapiepraktijk Anke van Kalsbeek.

DOOR: WIJKREDACTIE

Communicatie en informatie in de wijk: tijd voor een enquête

Voldoet onze wijkkrant aan de informatiebehoefte van de wijkbewoners? Is de website een goede aanvulling of is het de enige bron van informatie? Vindt iedereen de informatie die hij of zij zoekt, of mist er iets?

Als wijkvereniging zijn we benieuwd welke wijk-informatie belangrijk en interessant is en hoe je die wilt ontvangen. Daarom houden we dit najaar een korte enquête en vragen we jullie die in te vullen.

Om zoveel mogelijk respons te krijgen, 'verspreiden' we deze enquête via een link op de website, Nextdoor app en Facebook. Voor de bewoners die geen internet hebben zal ook een papieren versie beschikbaar zijn. Hou



de social media dus in de gaten en vul de enquête in.

Met de uitslag willen we verbeteringen doorvoeren en de betrokkenheid van de bewoners bij de wijk vergroten. Kunnen we op jullie rekenen?

Bazaar in Opstandingskerk

Op 19 november wordt er weer een grote bazaar georganiseerd in de Opstandingskerk aan de Rosendaalseweg.

De opbrengst is dit jaar voor stichting Kruispunt een opvanghuis voor dak- en thuislozen in Arnhem. De bazaar is van 10-15 uur.

FALCO EN DE GESTOLEN STYMPHA'S

Wijkbewoner Nienke Pool schrijft niet alleen leuke verhalen voor onze wijkkrant. Ze heeft nu ook een boek geschreven die 25 september gepresenteerd wordt: Falco en de gesloten Stympha's. Een kort stukje uit dit boek:

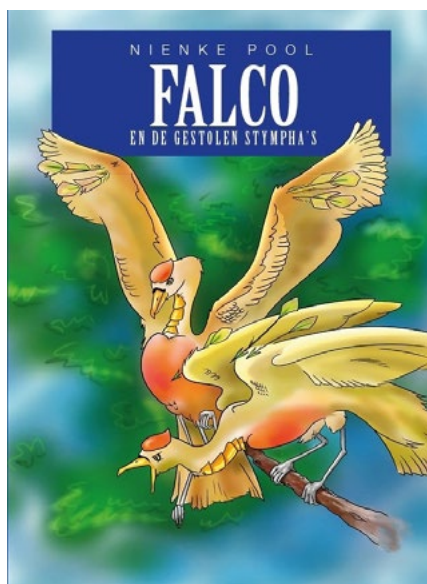
'Een Stympha, dat is toch een moordvogel met ijzeren klauwen en een vlijmscherpe snavel waarmee hij je ogen uitkrast?' 'Ik noem hem vriend,' antwoordt Falco, 'hoe zal ik jou noemen?'

Na de Melt Down geldt het recht van de sterkste in Concordia. Het recht van de Alkeiden. Rovend trekken zij door het land en stelen de dierbare Stympha's van het Vogelvolk. Tijdens zijn zoektocht naar de vogels beleeft Falco spannende avonturen en ontmoet hij nieuwe vrienden. Pas als hij samenwerkt, kan hij de vijand verslaan. En dan merkt hij dat de vijand veel gevaarlijker is dan hij aanvankelijk dacht...

Falco en de gestolen Stympha's is een YA fantasy verhaal dat losjes is gebaseerd op de mythe van

Herakles en zijn gevecht tegen de Stymphalische Moordvogels uit de Moerassen van het Oosten.

Falco en de gestolen Stympha's is een verhaal over vriendschap, moed en het ontdekken van nieuwe werelden.



Over Nienke zelf

Nienke Pool begon met schrijven nadat zij op 10cm hoge hakken weinig flatteus een trap afdenderde. Zittend op een stoel liet ze haar fantasie de vrije loop. Sindsdien zijn er ruim zestig van haar korte verhalen, columns en artikelen geplaatst in verhalenbundels, literaire magazines en jaarboeken. Haar korte verhalen wonnen verschillende prijzen en hebben hun weg naar België, Polen en de VS gevonden.

Iedereen die wil meetoosten op haar boek is van harte uitgenodigd om op **25 september vanaf 14.00 uur** een borreltje te komen halen op **Vondellaan 4**.



Gelderland

BEZOEK ONZE TOONZAAL VOOR:

- HR Ketels
- Sfeerhaarden
- Zonnecollectoren
- Design radiatoren
- Airco

ENERGIE WINKEL
Meer verstand van minder energie



HR Ketels



Sfeerhaarden



Zonne-energie



Airco

Ringoven 33 - 6826 TP Arnhem
T 026 - 36 36 360

E info@gaswacht.nu
S gaswacht.nu/energiewinkel.info

Maandag t/m vrijdag 9.00-17.00 uur
's Avonds op afspraak.



Werkgroep sport- en kinderactiviteiten

Vergeet niet onze facebookpagina te



liken en ben zo als een van de eerste op de hoogte van de activiteiten die door ons georganiseerd worden.



Lang blijven wonen in onze mooi wijk!

Woont u al lang in onze mooie wijk de Paasberg-Wellenstein en wilt u ook heel graag zo lang mogelijk blijven wonen op deze mooi plek? Samen met de ergotherapeuten van Regina Pacis kunt u kijken naar de mogelijkheden om zo lang mogelijk te kunnen wonen en genieten op deze mooie plek. Wij zijn er niet alleen voor de bewoners van Regina Pacis, maar ook voor u als buurtbewoner.

Maar wat is ergotherapie eigenlijk? Ergotherapie is er op gericht om activiteiten van het dagelijks leven zo lang mogelijk met zo veel mogelijk tevredenheid uit te kunnen blijven voeren. U kunt bijvoorbeeld merken dat:



De ergotherapeuten van Regina Pacis

- u steeds meer moeite krijgt met het doen van de boodschappen
- u moeite hebt met het koken van de warme maaltijd
- een steunpunt in de douche veilig is, om vallen te voorkomen
- wassen en aankleden een hele opgave is
- het tillen van voorwerpen pijnklachten in uw handen geeft
- uw partner of ouders steeds meer dingen verge(e)t(en).

De ergotherapeut werkt meestal op verwijzing van een (huis)arts. Samen kijken we naar een passende oplossing voor de hulpvraag. Soms kan bijvoorbeeld een hulpmiddel verlichting

bieden, of een andere manier waarop u een activiteit uitvoert.

Het is mogelijk dat wij bij u thuis langs komen. Dit is tenslotte de plek waar u het meest bent en vermoedelijk ook de meeste problemen en/of vragen tegenkomt. Hierdoor krijgen wij ook meteen een beter beeld van uw omgeving en de ruimtes waarin u handelt. Maar natuurlijk staan de deuren van Regina Pacis voor u open.

Ergotherapie wordt vergoed vanuit het basispakket van de zorgverzekering. Er wordt 10 uur per kalenderjaar vergoed. Wanneer uw eigen bijdrage

opgebruikt is, is de ergotherapie geheel gratis.

Denkt u dat een ergotherapeut u verder kan helpen en wilt u graag een afspraak maken? Neem dan contact op met het Secretariaat Behandeling.

Ze zijn bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 8.00 tot 16.30 uur en op zaterdagochtend.

Telefoon: 026 -38 47 420

U kunt ook een mail sturen naar de afdeling ergotherapie via: ergotherapie.reginapacis@attentzorgenbehandeling.nl.

Huiskamerfestival Muziek bij de Buren gaat van start in Arnhem



Op zondagmiddag 11 december 2016 presenteert Arnhem, in huiskamers door de hele stad, wat het te bieden heeft aan opkomend en gearriveerd muzikaal talent.

Minstens 20 huiskamers, verdeeld over meerdere wijken, worden omgetoverd tot een intiem podium. Tijdens Muziek bij de Buren maak je in de intieme sfeer van de huiskamer kennis met al het moois wat Arnhem op muzikaal vlak te bieden heeft. Omdat

de gastvrijheid onbetaalbaar is zijn de optredens vrij toegankelijk!

Huiskamers en Muzikanten gezocht

Inwoners kunnen zich vanaf 8 september opgeven als huiskamer, muzikant, of als beide! Want alleen samen maken wij Arnhem op 11 december gezelliger en muzikaler. Tot en met 16 oktober kunnen huiskamers en muzikanten zich inschrijven via de website van Muziek bij de Buren: <http://www.muziekbijdeburen.nl>

Wie mag wanneer collecteren?

Wij krijgen nog wel eens vragen over huis-aan-huis collectes:

“Is deze collecte wel betrouwbaar?”

Het is in de afgelopen jaren inderdaad wel eens misgegaan. Nepcollectanten dus. Organisaties die opgenomen zijn in het CBF collecte rooster kunnen zonder melding bij de gemeente Arnhem collecteren. Het rooster daarvoor is te raadplegen op: www.cbf.nl/collecterooster/roosters/#starttab

Organisaties die niet in het CBF rooster zijn opgenomen mogen collecteren in een vrije periode, mits zij hiervan melding hebben gedaan bij de gemeente Arnhem. Heel vaak zijn de collectanten echter mensen uit de wijk. Daar kun je wel op vertrouwen.

Hiernaast staat het overzicht van de collectes die je dit jaar nog kunt verwachten.

18-24 sep	Nierstichting Nederland
25 sep - 1 okt	Fonds verstandelijk gehandicapten (een merk van Meedoen mogelijk maken)
2-8 okt	Dierenbescherming, Ned. Ver. tot Bescher- ming van Dieren
9 -15 okt	Nederlandse Brand- wonden Stichting
20 - 23 okt	Stichting Antar
23 - 29 okt	Stichting Team54
30 okt - 5 nov	Diabetes Fonds
6 - 12 nov	Alzheimer Nederland
13 - 19 nov	NSGK (Nederlandse Stichting voor het Gehandicapte Kind)
20 - 26 nov	MS Fonds
27 nov - 3 dec	Leger des Heils Fondsenwerving
4 - 31 dec	vrije periode



voor al uw voorkomende schilderwerkzaamheden

- Buiten schilderwerk
- Binnen schilderwerk
- Behangen
- Muren sauzen
- Lekkage reparatie
- Speciale aanbieding plafond witten voor € 95,00

Altijd vakwerk tegen de laagste prijs. We doen het graag voor u.
Kijk voor meer informatie op onze website, WWW.HUISCARE.NL



Afscheid nemen zoals u dat wenst.

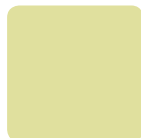
Toegankelijk en persoonlijk bij de voorbereidingen, in stijl en betrokken tijdens de uitvaart.

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

Monuta Jurgentheunissen
Arnhem-Noord, Arnhem-Centrum, Oosterbeek,
Schaarsbergen en op verzoek.

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

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



Monuta 
Jurgentheunissen
De steun bij iedere uitvaart.

Kinderpagina door Jip

Herfst-schilderijtje

Wat heb je nodig?

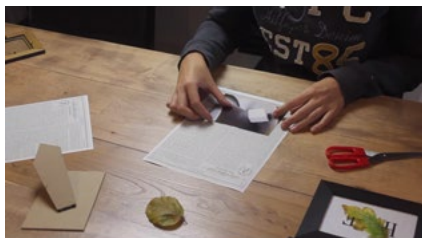
- Blaadjes van buiten [bijvoorbeeld in het bos]
- Fotolijstje
- Oude krant
- Dubbelzijdig plakband
- Schaar

Hoe maak je het?

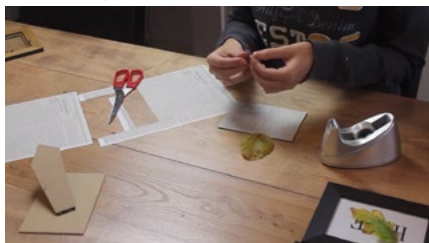
- Stap 1. Zoek de mooiste blaadjes uit.
- Stap 2. In een fotolijstje zit meestal een voorbeeldkaartje. Trek dit kaartje over op de oude krant voor de maat.
- Stap 3. Knip het overgetrokken krantenstukje uit.
- Stap 4. Plak het dubbelzijdig plakband op het blaadje. Plak het blaadje daarna vast op het krantenstukje.
- Stap 5. Doe het kunstwerkje in het fotolijstje en klaar ben je!



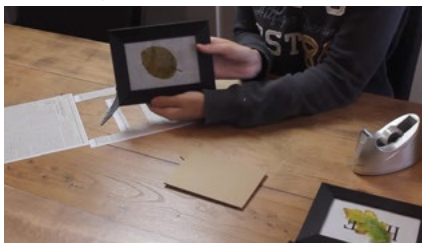
Hoort bij stap 1



Hoort bij stap 2.



Hoort bij stap 3,4.



Hoort bij stap 5

Naar School

De vakantie is weer voorbij en ons kroost gaat weer naar school. God-dank. Het luie zweet is alweer opgedroogd en de blikken zijn weer strak op het Digibord gericht.

Nog een momentlang denken we terug aan de witte stranden, de warme zon en het idiote Nederlandse weer. De ene dag waren we in de tropen en de volgende dag haalden we de schaatsen uit het vet.

Maar hoe gek het weer ook was, het wispelturige weer was niet waardoor de zomer van 2016 herinnerd zal worden. De zomer van 2016 zal voor altijd de geschiedenisboekjes ingaan als de zomer van de Pokémon-catchers. Voor wie nu een vraagteken op zijn of haar voorhoofd heeft: Pokémon is een geel piepend monstertje, bekend van tv en computerspelletjes. Dit virtuele monstertje veranderde een hele generatie eigenhandig in slaafse zombies. Wat Nickelodeon en de spelcomputers in al die jaren niet is gelukt, had Pikachu binnen 24 uur voor elkaar.

Het was de wereld op zijn kop. In eerste instantie stonden vele ouders te juichen want de kinderen die normaal niet achter hun computer weg waren te slaan, wilden ineens de straat op. Niet even, nee, liefst de hele dag. Smekende kinderkopjes wilden ineens naar het park, het strand of zelfs naar het museum. Met hun tele-

foon, dat dan weer wel. En hele dure wif. Vol goede moed gingen ouders met hun kroost op pad. Zelfs de die-rentuin en de kerken waren er vol mee. Want de Pokémons zijn overal. And You gotta get them all.

Een Pokémon catcher herken je uit duizenden. Laats vond ik er een op straat. Vlak voor mijn auto. Nee, niet eronder. Gelukkig niet. Maar ze stond daar maar. Telefoon in de aanslag en blik op oneindig. Haar vrienden lachten haar niet uit. Het catchen van een Pokémon is een bloedserieuze zaak. Ze ging pas weg toen ze juichend met een veeg over haar mobiel het poppetje te pakken had. Mij heeft ze nooit gezien.

Bij onze bakker was er ook een, maar die was zo gevangen, dus die stormloop was van korte duur.

In park Presikhaaf, Park Angerenstein en in Sonsbeek waren nog nooit zoveel jongeren signaleerd. Het zijn net zombies. The bodysnatchers maar dan in het echt.

'Heb je de mooie beelden van de tentoonstelling ook gezien?' vroeg ik aan een jongetje. Toen keek hij nog verwaasder dan hij even daarvoor al deed. Ik had niet gedacht dat het mogelijk was. Volgens hem was ik niet goed snik. En dat is zeer goed mogelijk.

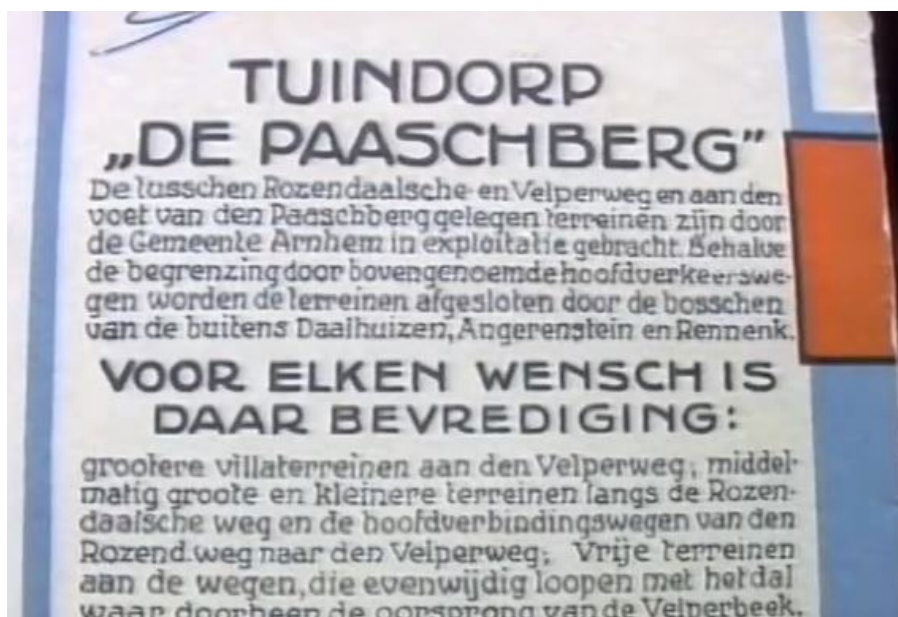
En net toen ik alle hoop had opgegeven en geen stuiver meer gaf voor deze hele generatie, kwam uit geheel onverwachte hoek een straatje hoop:

De scholen zijn weer begonnen. De telefoons moeten in de ochtend weer in de plastic bakken en de middagen worden weer gevuld met huiswerk

maken en met vriendjes spelen. Even dacht ik dat er blijvende schade aan die hersens was aangericht, maar de jeugd is elastisch, hun hersens kunnen tegen een stootje. Zelfs tegen de dreun van een geel piepend monster.

Wat een opluchting dat de scholen weer zijn begonnen.

Oude films over De Paasberg op You Tube



Leo Feijten, oud-buurtbewoner, en schrijver van diverse boeken over De Paasberg heeft onlangs diverse films op You Tube geplaatst over het leven in onze wijk in de jaren dertig, veertig en vijftig.

U kunt de films vinden op You Tube met de zoekopdracht Paradijs Paasberg.

Jenny



Het ondernemerschap is kapster Jenny met de paplepel ingegoten. Haar beide ouders hadden een zaak in Oosterbeek, dus Jenny kent het klappen van de zweep als geen ander. Al van kleins af aan hielp ze haar ouders waar ze kon. Ze weet niet anders en wil ook niets anders. Het ondernemen zit haar in het bloed. En dat betekent altijd hard werken, positief zijn en vooruitblikken. En dit opgewekte levensmotto typeert Jenny ten voeten uit: meelevend, vrolijk en met de blik op morgen.

"Jij bent echt een historica," zegt Jenny lachend, terwijl ze me een zwarte koffie inschenkt en mijn intro leest. "Jij blikt altijd terug terwijl het leven in het heden ligt. Ik kijk juist altijd naar de toekomst, want dat is veel leuker."

Ik staar naar mijn koffie met het

koekje. Het koekje dat ik niet wil maar ze er steevast bij legt omdat ik het toch altijd met smaak opeet. Ze kent me, denk ik. Ze kent mijn gewoontes, mijn haren, mijn kinderen, mijn ambities en mijn verdriet. En dat is al jaren zo. Ik weet dat al mijn sores bij haar veilig is. Dat

heeft ze namelijk ook van haar vader geleerd: "Luister naar al je klanten, leef met ze mee, laat hun verdriet achter je en hou hun geheimen voor je." Ik gluur in de spiegel en zie dat mijn haren goed zitten. Dat is ook al jaren zo. En ik weet waar mijn artikel over zal gaan: Het verhaal achter Jenny, over de huiskamersfeer in haar salon, haar warme persoonlijkheid en onze wederzijdse vriendschap die door de jaren heen is ontstaan.

Maar dan heb ik niet met Jenny gerekend. Zij vertelt me honderduit over de verbouwing, haar nieuwe logo en alle verrassingen die haar nieuwe interieur gaan brengen. Jenny wil niet praten over haar leeftijd, het aantal jaren dat ze haar zaak nog gaat voortzetten en ze wil al helemaal niet achteruitkijken.

"Lekker interview wordt dit, Jenny," zeg ik – al knabbelen aan het koekje – tegen haar. "Je houdt alle details over de verbouwing geheim en het enige wat je wilt delen is dat er een nieuw logo komt, prachtige vloer en plafond (meer licht omdat de oogjes toch wat ouder worden...) en vooral een heel gezellig feest.

"Wil je daar misschien iets meer over vertellen?" probeer ik en kijk hoopvol naar haar glimmende ogen. Ze heeft er zin in, dat zie ik zo. Maar haar lippen blijven stijf op elkaar. "Iedereen moet komen. Iedereen is welkom en het wordt geweldig."

"Dan heb ik de eerste 10 woorden al op papier," verzucht ik. Plus je levensmotto: hard werken, positief zijn en vooruit kijken. Dan zit ik al op 17. Het gaat echt lekker dit interview."

En dan gaat ze zitten en begint te vertellen. Over haar jeugd, de mensen die haar dierbaar zijn en haar kapsalon met al die lieve klanten. Het is een spraakwaterval. Het is Jenny ten voeten uit. En zoals zo vaak realiseer ik me: Jenny is zoveel meer dan alleen mijn kapster. Ze biedt een heerlijk thuis binnen in onze mooie wijk. We zijn ondertussen toe aan de tweede kop koffie. Zonder koekje, want Jenny blijft een ondernemster. Ik ben blij met haar en bovenal ben ik opgelucht dat ze nog een paar jaartjes doorgaat en mijn grijzharengeheim stilzwijgend met zich meedraagt.

Jenny blikt vooruit. Jenny vernieuwt en Jenny verrast. En ze nodigt je van harte uit om dit met haar te vieren. Kom kijken naar haar vernieuwde salon op **zaterdag 24 september om 13.00 uur**.



Margot Rombout Cranio Therapeut

Heb je een stress bestaan? Ben je altijd moe?
Heb je vaak last van hoofdpijn? Is je energie
beneden peil? Heb je last van rug/nekklachten?

Cranio Sacraal Therapie bekijkt je lichaam en
geest als één geheel.

Tijdens de behandeling raak ik je lichaam met
lichte/stevige druk aan, de blokkades in het
bindweefsel worden verzacht of opgelost.

Je lichaam kan totaal ontspannen, waardoor lichaam
en geest in balans komen, spanningen en stress
verminderen en je energieverker voelen.



Klingelbeekseweg 90
6812 DJ Arnhem
06- 46 19 33 78
www.craniotherapeut.nl
mail@craniotherapeut.nl



Makelaarshuys Kuyk van Oldeniel



Uw betrouwbare partner altijd in de buurt!

Velperweg 166 | 6824 MD Arnhem

Tel. (026) 361 62 63 | Fax (026) 362 01 02

makelaar@kuykvanoldeniel.nl

www.kuykvanoldeniel.nl

makelaarshuys

KUYK VAN OLDENIEL



Met besloten buurtapp bouwen buren aan gezellige buurten

Nextdoor-app



Heb je een vraag voor het lenen van een ladder? Of zoek je een timmerman voor een inbouwkast? Heb je een feestje en je mis je nog een statafel? Op de nieuwe app Next Door ben je besloten verbonden met bewoners van de Paasberg.

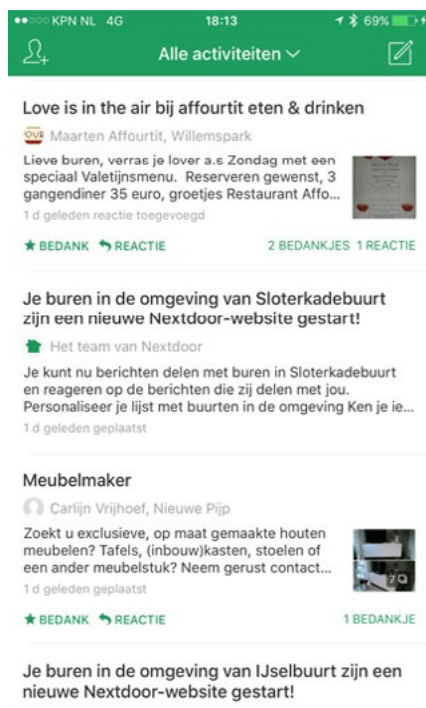
Ook de bewoners van de Paasberg doen via buurtpreventie actief mee. Het is niet alleen voor de leden van de buurpreventie maar het is er ook voor jou!

Heb je een brief gekregen van een buurtbewoner met een unieke code? Dan kun je je aanmelden bij de app en je kunt dan zelf ook weer buurtbewoners uitnodigen. Zo zijn er al diverse oproepen/mededelingen gedaan. De buurtapp is een laagdrempelig buurtcommunicatieplatform. Op Nextdoor

leggen buren snel en gemakkelijk contact met elkaar over alles wat er in de buurt gebeurt.

Vanaf februari/maart 2016 is de besloten, gratis buurtapp Nextdoor (www.nextdoor.nl) beschikbaar in heel Nederland.

Meer informatie en een review vind je op: <http://www.iculture.nl/apps/review-nextdoor-app-iphone/>



Iedere wijk z'n eigen Social Sofa, wij ook!

Inmiddels hebben een aantal wijken in Arnhem een eigen stenen mozaïek-bank, de zogenaamde Social Sofa. Wij willen in Paasberg-Wellenstein ook graag een Social Sofa, gemaakt voor en door de bewoners van onze wijk. Wat is er nu mooier dan straks lekker zitten op een zelfgemaakte bank op een mooie plek in onze wijk. Minstens zo leuk zal het zijn om hier met zijn allen samen aan te werken: te ontwerpen en te mozaïeken.

We zoeken jou!

Heb je een idee voor het ontwerp en wil je op de een of andere manier mee doen aan de realisatie van onze eigen wijkbank? Weet je een thema dat precies bij onze wijk past en dat in beeld en mozaïek vorm kan worden gegeven in de afbeeldingen op onze wijkbank? Bepaal je mee waar de bank het beste zou kunnen komen te staan?

De bank wordt gemaakt door bewo-





ners in samenwerking met de stichting 'Arnhem zit goed'. Meld je nu aan om te komen helpen. We hebben je nodig, want het is een hele klus.

Hoe kun je helpen?

Als lid van de werkgroep help je mee in de voorbereidingen.

Als ontwerper kun je een (deel van de bank) ontwerpen.

Als plakbegeleider geef je leiding aan de plakkers (hiervoor volg je een gratis cursus).

Als plakker, kun je helpen bij het plakken van de mozaïeksteentjes.

Maar zonder jullie komt de bank er niet, dus: Doe mee en geef je op! Wij hopen op jullie ideeën, inzet en enthousiasme.

Doe je mee?

Stuur dan een mail naar lbirkholz@hotmail.com. Daar kun je ook je eventuele vragen stellen.

DOOR: TIMO BOUMAN

Werkgroep Verkeer zoekt versterking

Regelmatig komen er bij de verschillende werkgroepen binnen onze wijkvereniging vragen over verkeer binnen over een rotonde, 30-km zone, parkeren, drempels. Dit zijn zomaar een paar punten die vaak onderwerp van gesprek zijn. De wijkvereniging heeft daarom besloten een werkgroep verkeer samen te stellen. Ik neem daarin het voortouw en zoek twee mensen die zich willen aansluiten.

Heb je ervaring met verkeerszaken, relaties op verkeersgebied, ideeën en wat tijd? Wil je meewerken aan een veiligere wijk? Dan zou ik graag kennis met je maken.

Stuur een mail naar verkeer@paasberg.nl, vertel kort waarom je graag mee zou willen werken en ik neem contact met je op.



Leer om anders te bewegen
en daardoor klachten te verhelpen

Oefentherapie Velperweg

- Pijn in uw nek, schouder, rug, armen, handen en/of benen?
- Last van spierspanningshoofdpijn, reumatische aandoeningen en/of fibromyalgie?
- Moeite met inslapen, doorslapen, bent u te vroeg wakker of juist niet wakker te krijgen?

Oefentherapie Velperweg,

Rinske Toebes, Oefentherapeut Cesar & Slaapoefentherapeut

Voor meer informatie of het maken van een afspraak:

026 35 18 400

info@oefentherapievelperweg.nl

www.oefentherapievelperweg.nl

facebook.com/oefentherapievelperweg

Velperweg 71, Arnhem (in Gezondheidscentrum Velperweg)



www.oefentherapeut.nl



zeskamp

Meer foto's kun je vinden
op de fotopagina van
onze website [www.
paasberg-wellenstein.nl](http://www.paasberg-wellenstein.nl)



op zoek naar een kinderopvang in arnhem?

kom
gerust
eens langs
en proef
de sfeer!

Kinderdagverblijf 0 tot 4 jaar:

- Enthousiaste en zeer ervaren pedagogisch medewerkers.
- Knusse patio'tuin met buitenbedjes.
- Peutergroep, babygroep en 2 groepen voor alle leeftijden aanwezig.
- Tussen de middag een warme maaltijd en eind van de dag brood.
- Ruime openingstijden: van 7.30 tot 18.30 en in overleg zelfs al mogelijk vanaf 6.30 uur.

Buitenschoolse opvang tot 13 jaar.

- Opvang in een huiselijke en rustige omgeving met verschillende activiteiten met een warme maaltijd aan het einde van de dag.
- Opvang op maandag, dinsdag en donderdag na school tot 18.30 uur.
- Vakantieopvang op maandag, dinsdag en donderdag van 7.30 uur tot 18.30 uur.
- Wij halen kinderen op van de basisscholen de Boomhut en de Julianaschool

kdv + bso 't kloosterke

kloosterstraat 3, arnhem

026 700 79 01 / kloosterke@smallsteps.info

www.kinderdagverblijf-tkloosterke.nl

www.smallsteps.info

smallsteps
kinderopvang

Kapsalon Jenny Lub



Adres:
Vondellaan 40
6824 NE Arnhem

Tel:
026-3616150

Open:

Di Do Vrij
9:00 tot 17:00
Di (avond)
18:30 tot 22:00
Woe
8:30 tot 12:00
Za
7:30 tot 13:00

Nieuwe duurzaamheidslening voor energiebesparing en zonnepanelen

Arnhemse woningeigenaren en Verenigingen van Eigenaren kunnen vanaf 1 juli 2016 opnieuw een duurzaamheidslening aanvragen voor energiebesparende maatregelen en de aanschaf van zonnepanelen. Particuliere woningeigenaren kunnen minimaal € 2.500,-- en maximaal € 25.000,-- lenen tegen een aantrekkelijke rente. Deze is momenteel 1.6 %. Voor de lening is vanuit het programma New Energie made in [Arnhem] € 1.000.000,-- extra beschikbaar. Met de regeling wil de gemeente energiebesparing en het opwekken van duurzame energie op daken stimuleren.

Met het extra budget voor de duurzaamheidslening, die in samenwerking met het Stimuleringsfonds Volkshuivering Nederlandse Gemeenten wordt aangeboden, kunnen naar verwachting 150 leningen worden verstrekt. Anja Haga: "We hopen dat de lage rente het investeren in energiebesparing en zelf opwekken van energie extra aantrek-

kelijk maakt. De gemeente Arnhem streeft naar jaarlijkse besparing van 1,5 % per jaar en een duurzame energieproductie van 14 %. Dat moet in 2020 bereikt zijn. Het gebruik van zonnepanelen draagt hieraan bij."

Particuliere woningeigenaren die belangstelling hebben voor de duurzaamheidslening 2016 vinden meer informatie op www.arnhem.nl/energie. Daar zijn ook de aanvraagformulieren te downloaden. Bij het Energieloket van Rijn en IJssel Energie Coöperatie kunnen zij terecht voor onafhankelijk advies over zonnepanelen en voor hulp bij het invullen van de aanvraag. De aanvragen voor de leningen worden in volgorde van binnenkomst beoordeeld en afgehandeld, en er geldt op=op. Op www.zonatlas.nl/arnhem kunnen particuliere woningeigenaren in één oogopslag zien of hun dak geschikt is voor het opwekken van zonne-energie en het plaatsen van zonnepanelen.

DOOR HARRY GERRITSEN/DON BOCKMAN

Monument Sawah Belanda

**Indië-herdenking en viering
10 jarig jubileum monument**

Foto: Harry Gerritsen



Op 15 augustus is een Indië-herdenking gehouden bij het monument Sawah Belanda in het park SacreCoer aan de Velperweg (achter Regina Pacis).

Bij de herdenking worden de slachtoffers van de Japanse bezetting in Indië (maar ook in de rest van Azië), zowel burgers als militairen, herdacht. In aanwezigheid van ruim 50 belangstellenden startte de plechtigheid met een herdenkingsrede door de voorzitter van de stichting. Om 12.00 uur was er 2 minuten stilte waarna alle aanwezigen bloemen legden op

het monument.

Precies 71 jaar geleden, na het einde van de tweede wereldoorlog, was dit de tweede keer dat er in Arnhem een Indië-herdenking plaatsvond.

Op 27 augustus werd op feestelijke wijze het 10-jarig jubileum van het monument gevierd. Onder grote belangstelling werd door Joyce Bloem en Marion Bloem een bord onthuld als aandenken en tevens als informatiebron voor de wandelaars die het park bezoeken. En dat leert onze ervaring, de achtergrond van het monument vaak niet kennen.



Het monument Sawah Belanda

Sawah Belanda , het gezamenlijk monument van Joyce Bloem en haar zus Marion Bloem is op 30 augustus 2006 onthuld. Naast een aantal gedenksteden die in het park zijn geplaatst is er ook een echte Sawah (rijstveld) gerealiseerd waar jaarlijks rijst wordt geplant. De Sawah Belan-

Foto: Sunny Gardeur

da wordt in stand gehouden door de Stichting Sawah Belanda.

Voor meer informatie zie website www.sawahbelanda.nl of de facebookpagina Monument Sawah Belanda.

DOOR: BPV

Paasberg 30km-zone

Al geruime tijd is de Paasberg een 30 km zone. Verkeersborden geven dat duidelijk aan.

Door een actie van de BPV wordt via 30-km stickers hier nog eens op geattendeerd.

Voor veel autobestuurders is het niet eenvoudig zich hier aan te houden.

De politie controleert hier regelmatig op.

Maar vooral voor de veiligheid in de wijk en met name die van spelende kinderen vragen wij u de 30km-zone te respecteren.

Marlies de Baar & Katoesjka Beukers

uw persoonlijke reisadviseurs



— The Travel *Club* —



- Voor al uw reis- en vakantiewensen
- Deskundig en persoonlijk reisadvies
- Grootste aanbod van reizen
- Informatieve en boekbare website

Ervaar het gemak



T: 06-46616033 E: marlies.debaar@thetravelclub.nl

W: www.thetravelclub.nl/marlies

T: 06-46616060 E: katoesjka.beukers@thetravelclub.nl

W: www.thetravelclub.nl/katoesjka

Pedicure Praktijk Alle Voeten

Voor aanbiedingen en acties:

WWW.pedicurepraktijkallevoeten.nl
WWW.facebook.com/pedicurepraktijkallevoeten
pedicurepraktijkallevoeten@gmail.com

Informatie kan ook telefonisch worden ingewonnen
06-81942404

Openingstijden:
Maandag t/m vrijdag 9.00-21.00 uur
Zaterdag en zondag in overleg

Praktijkadres:
Sonoystraat 16
6826 NX Arnhem



De Praktijk is bereikbaar
via een trap, mocht dat
een probleem zijn dan
behandel ik U graag bij U
thuis.

Kvk 64174727



ProVoet

314955

Druk de informatie
naar de praktijk

Nuttige adressen en telefoonnummers

Alarmnummer politie, brandweer en ambulance telefoon **112**
Politie zonder spoed telefoon **0900 88 44**

Medische hulp in spoedgevallen

- Huisartsendienst telefoon **0900 15 98**
- Dienstapotheken Arnhem (na sluitingstijd van uw eigen apotheek):
Ziekenhuis Velp (ingang via Huisartsenpost) Pres. Kennedylaan 100, 6883 AZ Velp
ma-vr: 17.30-08.00 uur, za-zo en feestdagen: 09.00-09.00 uur telefoon **088 005 52 42**

Gezondheid en Welzijn

- Stichting Thuiszorg Midden Gelderland (STMG),
Klantenservice (24 uur per dag en 7 dagen p.w.) telefoon **(026) 376 22 22**
- Centrum voor Jeugd en Gezin regio Arnhem (CJG)
maandag t/m vrijdag van 09:00 tot 17:00 uur telefoon **088 355 50 00**

Wijkagent Femke van den Berg houdt elke maandagmorgen van 09:00 tot 12:00 uur spreekuur op het MFC De Wetering aan de Bonte Wetering 89.
Wilt u haar telefonisch spreken dan is zij te bereiken via telefoon telefoon **0900 88 44**
Ook kunt u haar mailen: femke.van.den.berg@gelderland-midden.politie.nl

Inbraakpreventieteam (IPT) voor een vrijblijvend advies van deskundige politiemensen om woninginbraak te voorkomen: werkdagen van 09.00-16.00 uur telefoon **351 10 65**

Oppasdienst

contactpersoon Nienke Pool, Vondellaan 4 telefoon **06 51 96 34 14**

Wijkvolleybal Paasberg/Wellenstein

contactpersoon Paul Stam, paulstam@zonnet.nl telefoon **06-46 35 52 58**

Peuterspeelzaal 't Paasheuveltje

Bernhardlaan 10 telefoon **361 65 65**
Contactadres: Els Welsing,
H. Heyermansstraat 33 telefoon **364 78 10**

MFC De Wetering

Bonte Wetering 89 **377 20 20**

Alles wat de gemeente aangaat

is te bereiken via één telefoonnummer: telefoon **0900 18 09**
(bereikbaar van 09.00 - 17.00 uur) of een formulier invullen op www.arnhem.nl.
Spoedeisende zaken kunnen ook buiten kantooruren gemeld worden op dit nummer.
De openingstijden van de balies zijn: ma 12.00-20.00, di gesloten, wo t/m vr van 09.00-17.00

Meldingen over openbare verlichting kunnen apart gemeld worden op:
telefoon **377 59 77** (9.00 - 16.00 uur)

NUON storingsnummer: telefoon **0800 9009**

Ingezonden brief:

Mijn ergernis! Ook de uwe?

Ik vind mijzelf een rustig persoon. Ik erger mij aan weinig dingen. Dringt er iemand voor bij de visboer of de bakker moet hij of zij dat vooral doen. Hij/zij heeft het; of niet door, of heeft vast meer haast dan ik. Ik kan me ook niet druk maken over een 'opgehaast' persoon in de auto achter mij. Ik hou me aan de snelheid en als hij/zij haast heeft had ie eerder van huis moeten gaan.

Maar waar ik me wel aan erger is hondenpoep op de stoep, in perkjes, in voortuinen of op de oprit. Hoe vaak ik en mijn kinderen al in de hondenpoep zijn gestapt op de stoep voor de Julianaschool. En wij kunnen niet de enige zijn, want ik let tegenwoordig erg goed op en moet soms 'hink-stap-sprong' doen met mijn kinderen om de, al eerder uitgelopen, poep op datzelfde stukje stoep. Leuk hoor, het spelletje 'hink-stap-sprong', maar ik bepaal liever zelf waar, wanneer maar vooral ook waarmee ik dat spelletje speel. En dat is doorgaans niet met uitgelopen hondenpoep.

Ik heb zelf nooit een hond gehad maar toen ik ongeveer 10 jaar was en met mijn vriendinnetje haar hond ging uitlaten, besloot haar hond om

een drol te plaatsten op de oprit van een woning. Ze had geen klein schattig hondje dus het resultaat was allertig klein en schattig. Zij heeft toen aangebeld, haar excuses aangeboden en een plastic zakje gevraagd. Het stonk een uur in de wind en ze stond te kokhalzen terwijl ze het werkje uit stond te voeren. Maar is dit klusje haar taak of die van de eigenaar van de woning?

Voor de ingang van de speeltuin ligt ook met regelmaat hondenpoep. Fijn als de kinderen enthousiast naar de speeltuin rennen, hun blik gericht op die ene schommel die nog vrij is of de glijbaan waar ze zo'n zin in hebben. In iedere geval zeker niet met hun blik naar de grond om even extra goed op te letten of er geen hondenpoep ligt. Toch maar mijn kinderen leren hun blik naar de grond gericht te houden, misschien hebben ze geluk en kunnen ze naast het ontwijken van de drollen nog eens wat kleingeld vinden. Of ... moet een hondeneigenaar verantwoordelijkheid nemen?

Zelf een plastic zakje meenemen en mocht je die vergeten zijn mag je altijd bij mij, maar ik denk ook bij vele andere wijkgenoten, aanbellen om

een plastic zakje te vragen. Ik geef ze met liefde, maar bovenal met respect voor deze hondeneigenaar.

Ik weet niet of iedereen het met me eens is maar we hebben ook een mooie 'loze' groenstrook langs het hek van Bronbeek aan de Bronbeeklaan. Dit is geen plek waar kinderen kunnen spelen, niet een gebruikelijke plek voor een wandeling of de route van de postbode. Maar ik begrijp dat een hond niet altijd zijn behoefte op kan houden tot aan de aangewezen plek. Dan komt dat plastic zakje toch nog van pas.



Sportmassage is niet alleen voor sporters, maar voor iedereen die last heeft van zijn of haar lijf.

Zittende beroepen belasten onze spieren behoorlijk en kunnen veel fysieke kwalen veroorzaken. Een verkeerde houding kan nek-, schouder- en/of rugpijn geven en door het werken met de muis kan een tenniselleboog of muisarm ontstaan.

Met sportmassage kunnen deze klachten verminderen en zelfs verdwijnen. Daarnaast werkt een massage ontspannend waardoor stress en hoofdpijn vermindert of zelfs verdwijnt.

Mijn massages zijn:

- ter bevordering van herstel na overbelasting of een blessure
- preventief;
- ter ontspanning, maar ook
- als voorbereiding op een training of wedstrijd.

Bel of mail mij voor een afspraak.



Marieke van Roden
Dr. Wagenaarstr. 1
6823 EM Arnhem
☎: 06-225 11 031
@: info@lijfenbrein.nl
W: www.lijfenbrein.nl
KvK nr. 62157426



Tel. 06 - 41 42 90 79

info@bertelkamp.nl

www.bertelkamp.nl

De schilderwerkzaamheden die wij uitvoeren zijn divers, zoals binnen- en buitenschilderwerk van particuliere woningen, bedrijfspanden, huurwoningen en overige onroerende zaken zowel in onderhoud als in renovatie.

Kwaliteit, advies en vakkennis zijn een eerste vereiste voor u. Ons bedrijf profileert zich op het gebied van kwaliteit, flexibiliteit en een zeer goede service. Persoonlijk contact met onze opdrachtgevers neemt hierbij een grote plaats in. Ook kleinere reparaties aan houtwerk en stucwerk voeren wij in eigen beheer uit.

Wij zijn gespecialiseerd in

- Binnen en buitenschilderwerk
- Plaatsen glas
- Aanbrengen van decoratieve verven
- Wandafwerking
- Houtrotreparaties
- Kleuradviezen
- Technische adviezen
- Planmatig onderhoud

Kleur keuze moeilijk? Wij helpen u kiezen!

Het kiezen van de juiste kleuren is een van de moeilijkste aspecten bij het inrichten van een interieur. Vaak belandt u met de verkeerde kleuren in uw huis. Wij zijn er om u te helpen. Wij kijken daarbij naar verschillende factoren en kunnen aan de hand hiervan een juist kleur advies geven. Factoren waar wij rekening mee houden zijn onder andere:

- Is het een grote of een kleine ruimte
- Hoe is de licht inval
- Welke bouwmaterialen zijn er gebruikt en wat is de bestaande kleur hiervan
- De locatie
- Eigen ervaring

Bertelkamp Schilderwerken....méér dan alleen schilderen!

Bronbeeknieuws

Museum Bronbeek

Velperweg 147 Arnhem

Telefoon: 026 376 35 55

loket.ktomm.bronbeek@mindef.nl

www.bronbeek.nl

Activiteiten

Expositie ' Van KNIL-militair tot meester-architect

De expositie geeft een beeld van het leven en werk van de architecten Charles (1882-1949) en Richard (1886-1942) Schoemaker. De expositie is te zien vanaf 1 oktober 2016 tot 12 maart 2017.

Tot op de dag van vandaag bepalen tientallen gebouwen van Charles en Richard het stedelijk landschap van onder meer Bandoeng en Semarang in Indonesië. Ook in Curaçao en Nederland staan gebouwen naar hun ontwerp. Zoals in Arnhem op het huidige bedrijvenpark 'Arnhems Buiten', voorheen KEMA-terrein.

Als de broers Schoemaker hun carrière in 1902-1906 beginnen aan de Koninklijke Militaire Academie (KMA)

in Breda hebben zij al een sterke band met de kolonie Nederlands-Indië.

Hun vader Jan Prosper was betrokken bij krijgshandelingen van het Koninklijk Nederlands Indische Leger (KNIL) en schreef boeken over de oorlogen in Nederlands-Indië.



Week van de koloniale geschiedenis

Museum Bronbeek organiseert in de 'Week van de Koloniale Geschiedenis' van 15 oktober een reeks activiteiten rond het thema 'Grenzen'. Dit doet het museum in samenwerking met IndoFILMcafé en de Stichting Moluks Historisch Museum.



Grenzen verschuiven. Gedeelde geschiedenissen worden opnieuw onder de loep genomen. Want door toename van de stromen mensen, goederen en informatie wereldwijd zijn we meer dan ooit met elkaar verweven.

In hoeverre zijn gebeurtenissen en structuren die in het verleden zijn gesmeed nu nog van belang? Zitten we vast aan het verleden of zijn we gedekoloniseerd? Het koloniale verleden is actueler dan ooit. De 'Week van de Koloniale Geschiedenis' is deel van de landelijke Maand van de Geschiedenis.

Het programma van dag tot dag vindt u op www.bronbeek.nl

Jungle Lab 2.0



Het verhaal in de tentoonstelling speelt zich af in de jungle van Oost-Indonesië, 1919. Een KNIL-bioloog wordt deel van zijn eigen droomwereld. Realiteit en fantasie gaan met hem op de loop. De jungle neemt het over.

Jungle Lab 2.0. is een ruimtevullende installatie door Anneke Savert die alle zintuigen prikkelt. Geluid van de jungle in combinatie met de geur van kruidnagels vullen de ruimte. De kijker wordt onderdeel van een verlaten laboratorium in het diepe oerwoud van Oost-Indonesië. Een kleine tentoonstelling voor alle leeftijden van 1 oktober 2016 - 31 oktober 2016.

De troepenmacht in Suriname. Lezing door Ellen Klinkers op 13 november

Ellen Klinkers belicht op 13 november de geschiedenis van de Nederlandse troepen in Suriname vanaf 1940. Generaties Nederlandse dienstplichtigen hebben voor korte of langere tijd in Suriname gediend, voordat dit land in 1975 onafhankelijk werd en de Surinaamse Krijgsmacht de defensie overnam. De geschiedenis van de Nederlandse troepen in Suriname vanaf 1940 is nauw verbonden met de veranderende koloniale verhoudingen. Waarom waren er tot in de jaren 70 Nederlandse troepen in Suriname, terwijl het land toen al een autonoom gebiedsdeel in het Koninkrijk was met een eigen Surinaamse regering? Welke dreigingen maakten die militaire aanwezigheid noodzakelijk?

Vanaf de jaren 70 volgden de politieke en maatschappelijke ontwikkelingen elkaar in snel tempo op. In Suriname werd de dienstplicht ingevoerd en er werden plannen gemaakt voor een Surinaamse paramilitaire organisatie die militaire bijstand kon leveren aan de politie in tijden van crisis.

Surinaamse Krijgsmacht

Maar de doorbraak kwam in 1974 met de aankondiging van de onafhankelijkheid en de beslissing dat Suriname over een eigen krijgsmacht zou beschikken.

Aanmelden en prijs

Bronbeek organiseert de lezing op 13 november van 14 tot 16 uur samen met de Volksuniversiteit Arnhem. De toegangsprijs is €15 inclusief museumentree. Inschrijving is noodzakelijk via www.volksuniversiteitarnhem.nl.

Overige exposities en krissendag

Dit is een selectie van de activiteiten van Bronbeek. Wilt u meer weten over bijvoorbeeld de krissendag en andere nog lopende exposities kijkt u dan op www.Bronbeek.nl

Activiteitenkalender

Datum	Activiteit
28 september	Fietsfeest met Maarten Tjallingii
29 oktober	Griezeltocht
12 november	Lampionoptocht

Helpende handen gezocht

Met een klein aantal vrijwilligers organiseert de werkgroep Sport- en kinderactiviteiten met veel plezier en enthousiasme enkele activiteiten voor de wijk. We proberen een paar activiteiten per jaar aan te bieden. Deze activiteiten kennen over het algemeen een goede opkomst en het is altijd gezellig. Sommige van deze activiteiten zullen vast wel opgevallen zijn:

- de jaarlijkse kerstboomverbranding
- het kindercarnaval
- paaseieren zoeken
- De Vossenjacht
- een whatsapp-tocht
- het volleybaltoernooi
- de griezeltocht (natuurlijk!)
- lampionnenoptocht

Als werkgroep begrijpen we dat niet iedereen tijd (en zin) heeft om mee te helpen aan de voorbereidingen van deze activiteiten. Om de activiteiten uit te kunnen voeren hebben we wel altijd mensen nodig. Zo zijn we op zoek naar mensen die mee willen helpen bij het evenement zelf; gewoon een twee of drietal uren op een weekend-dag.

Er hoeft zelf niets verzonnen te worden (mag natuurlijk wel), maar gewoon een rol spelen bij een vossenjacht of griezeltocht vind iedereen toch leuk?

Vindt u het leuk om ons te helpen bij het uitvoeren van de gezellige activiteiten meld u dan aan en stuur dan een mail naar:

sportenkinderactiviteiten@paasberg-wellenstein.nl

Alvast bedankt!!
Werkgroep Sport- en
Kinderactiviteiten

Succesvol pannenkoekfeest in Villa Paasberg voor jong én oud

Woensdag 6 juli organiseerde Villa Paasberg een pannenkoekenfeest voor de kinderen van de buurt én voor bewoners van de woonzorglocatie Villa Paasberg. De combinatie van jong en oud bleek succesvol. Ruim 60 kinderen en hun ouders kwamen op de uitnodiging van Villa Paasberg af.



Villa Paasberg is gevestigd in de Paasbergkerk en is centraal gelegen in Paasberg. Villa Paasberg komt graag in contact met de buurtbewoners om het onderlinge contact te versterken.

Dagelijks zijn er kinderen uit de buurt in de speeltuin die zich bevindt in de voortuin van de zorgvilla en zo ontstond het idee om een pannenkoekfeest te organiseren.



In de keuken van Villa Paasberg en in samenwerking met Echte Bakker Koenen werden pannenkoeken gebakken. Meer dan 60 kinderen en ouders zijn op de uitnodiging van Villa Paasberg ingegaan en zijn langs gekomen. De bewoners van Villa Paasberg hebben genoten van de (jonge) kinderen en hun enthousiasme. Met een luchtkussen, een clown, een grabbelton en de speeltuin konden de kinderen zich volop uitleven voor de Paasbergkerk.

Het doel om het onderlinge contact tussen buurtbewoners te versterken heeft goed uitgepakt. Verschillende burens hebben de gelegenheid benut om een kijkje in de zorgvilla te nemen en er is onder andere gesproken over gezamenlijke buurtpreventie en deelname van bewoners van Villa Paasberg aan het Jeu de Boules toernooi tijdens de Zeskamp.

Het pannenkoekfeest was een succes en smaakte naar meer.



Nieuwe Landwinkel van zuivelboerderij IJsseloord



Zuivelboerderij IJsseloord heeft onlangs een Landwinkel geopend. IJsseloord is een bekende zuivelboerderij waar op ambachtelijke wijze overheerlijke zuivelproducten worden bereid. De productlijn bestaat uit overheerlijke melk, karnemelk, yoghurt, biogarde, roomboter, hangop en vla. Bij een groot deel van de aangesloten Landwinkels worden deze producten uit Arnhem al langer verkocht.

Op het erf van de Familie Lubbers vindt u nu 130 m² puur Landwinkelplezier. In de winkel vindt u niet alleen het zuivelaanbod van de familie, maar tevens een breed assortiment ambachtelijke, eerlijke producten van andere bij Landwinkel aangesloten boerenbedrijven. Sabine Lubbers spreekt over een assortiment dat aansluit bij elk eetmoment van de dag. Boeren kazen, een groot assortiment vruchtensappen, brood, fruit, groenten, granen en vlees, maar

ook eieren, bakspullen, streekwijnen imkerhoning en zelfs caramels behoren tot het vaste aanbod. Gemene deler: vers komt van dichtbij, is van het seizoen en alles wordt op ambachtelijke wijze bereid.

Ook voor andere producten uit het Landwinkelassortiment, zoals cadeaumanden en feestpakketten, kunt u bij Landwinkel IJsseloord terecht. Uniek is dat in de winkel een aantal producten ook verpakkingsvrij worden aangeboden. Wie wil kan zelf melk tappen, granen, meel, noten of muesli scheppen. Vers, verrukkelijk en met een duidelijke herkomst. Landwinkel IJsseloord is geopend van dinsdag tot en met vrijdag van 9:30 tot 18:00 uur en op zaterdag van 9:00 uur tot 16:00 uur.

Adres: Schaapdijk 9, 6825 LS Arnhem
Telefoon: 026 – 361 58 27 www.landwinkelijsseloord.nl

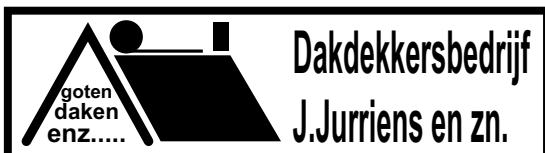


De Paasberg en Wellenstein kent een groot aantal ondernemers.

Ken uw ondernemende buur: bezoek hun site of winkel. Op de wijkwebsite www.paasberg-wellenstein.nl staan ze vermeld onder het tabblad Over de wijk. Ben je een ondernemer en sta je er nog niet bij, mail je gegevens naar info@paasberg-wellenstein.nl

In de rubriek 'onderneming uitgelicht' stelt zich op de website regelmatig een andere onderneming of ondernemer uit de wijk zich voor. Wil je ook een keer in aanmerking komen, mail dit dan naar hetzelfde mailadres.

voor AL uw
voorkomende



dakwerkzaamheden !!

Reparatie en vernieuwing van o.a.:

- Δ Goten
- Δ Bitumineuze daken
- Δ Pannen daken
- Δ Dakramen
- Δ Zinken dakkapellen
- Δ Loodwerk, enz.....

Telefoon: 0316-267012
www.dakdekkersbedrijfjurriens.nl



Huismuziek Arnhem geeft musicalworkshop op 8 oktober



Misschien hebben jullie als wel eens van Jerry Bock gehoord? Hij was een van de meest succesvolle componisten op Broadway. Zijn naam is relatief onbekend, maar zijn muziek kent waarschijnlijk iedere westerling. Wie kent er niet "If I were a rich man"?

Lijkt het je leuk om dit samen te spelen in een orkest? Dan kun je terecht op onze musicaldag.

Huismuziek Arnhem geeft 8 oktober een musical workshop van de musical "The Fiddler on the roof". Je speelt die dag in één groot ensemble geleid door een professionele dirigent, in dit geval Hester van Vliet. Met samenspelen ontdek je het plezier musiceeren en samen een musical spelen is nu eenmaal leuker. Hester maakt je wegwijs in de wereld van de musical. De muziek krijg je ter voorbereiding thuisgestuurd, laat je verrassen!

Datum: zaterdag 8 oktober 2016

Tijd: van 11.00 uur tot 16.00 uur

Plaats: Opstandingskerk, Rosendaalseweg 505, 6864 KL ARNHEM

Muziek: de muziek wordt digitaal toegestuurd.

Kosten: € 27,50 voor leden Huismuziek Arnhem, € 32,50 voor niet-leden

Niveau: gemiddeld.

Opgave: z.s.m. bij het secretariaat Huismuziek Arnhem o.v.v. naam, adres, telefoon, instrument en e-mail. (inschrijving is definitief na betaling)

Secretariaat Huismuziek Arnhem;
tel.: 026 – 361 22 52,
arnhem@huismuziek.nl



Aanmeldingsformulier

Ondergetekende meldt zich hierbij aan als lid van de wijkvereniging de Paasberg en Wellenstein per de eerste van het volgende kwartaal tegen betaling van 10,00 euro contributie per jaar.

Bij aanmelding;

na 31 maart bedraagt de contributie 7,50 euro,

na 30 juni bedraagt de contributie 5,00 euro en

na 30 september bedraagt de contributie 2,50 euro

voor het eerste jaar.

Hierbij verleen ik wijkvereniging de Paasberg en Wellenstein te Arnhem toestemming eenmaal per jaar de verschuldigde contributie van het gezinslidmaatschap van onderstaand rekeningnummer af te schrijven.

Indien u het met het afgeschreven bedrag niet eens bent heeft u 30 dagen de tijd dit kenbaar te maken bij uw bank/giro instelling. Het bedrag wordt dan op uw rekening teruggestort.

Ik wil wel / niet meewerken in het bestuur of in een werkgroep.

Mijn belangstelling gaat uit naar:

.....

Naam: Voorletters:

Adres:

Telefoon:

Bank/giro nr.:

Datum:

Handtekening:

Inleveren a.u.b bij: Lars Birkholz, F. van Eedenstraat 13, 6824 PK Arnhem

☎ 321 69 22

✉ LBirkholz@hotmail.com

Info over wijkvereniging de Paasberg en Wellenstein

Het doel van de vereniging is het bevorderen van de leefbaarheid en het welzijn in de wijken de Paasberg en Wellenstein. Hiertoe worden sociale en culturele activiteiten in deze wijken gestimuleerd, uitgevoerd en/of gecoördineerd. Tevens worden de belangen op het gebied van ruimtelijke ordening, veiligheid, verkeer en milieu behartigd.

Dit wordt gedaan door verschillende werkgroepen: Buurtpreventie, Verkeer, Groen, Sport- en Kinderactiviteiten en Communicatie.

Iedere bewoner van genoemde wijken kan lid worden van de wijkvereniging. Een gezinslidmaatschap kost slechts 10,00 euro per jaar (aanmelding bij de secretaris via het aanmeldingsformulier in deze wijkkrant). Hiervoor ondersteunt men alle activiteiten van de wijkvereniging. Men krijgt vier keer per jaar de wijkkrant met allerlei nieuws uit de wijken in de bus. Tevens kan men met korting

deelnemen aan recreatief volleybal en badmintonnen. Wordt daarom lid in uw eigen belang én dat van de Paasberg en Wellenstein!



Kopij inleveren?

Kopij voor de wijkkrant sturen naar:
wijkkrant@paasberg-wellenstein.nl of
Vondellaan 79, 6824 NC Arnhem

Inleverdata voor gehele jaar:
1 maart, 1 juni, 1 september en 1 december

Informatieborden

Wilt u wat ophangen op de informatieborden in de wijk? Dat kan, voortaan heeft u geen sleutel meer nodig. De borden zijn niet meer op slot. De informatieborden staan op het trafoplein tegenover de bakker en in de Frederik van Eedenstraat.



OFFICIËLE
AFSCHEIDS
WEDSTRIJD

MAARTEN FIETS FEEST! TJALLINGII

WOENSDAGMIDDAG 28 SEPTEMBER
LOCATIE: KORFBALVERENIGING OOST-ARNHEM, PAASBERG

Met onder andere:

DIKKE BANDEN RACE
MOUNTAINBIKE CLINICS
LOOPFIETSEN RACE
SPRINGKUSSEN EN NOG VEEL MEER LEUKS!

PROGRAMMA:

13:30 INSCHRIJVING EN START DEMO'S EN CLINICS

14:30 DIKKE BANDEN RACE

16:00 PRIJSUITREIKING

16:30 GERIE ELFRINK (WETHOUDER)

17:00 START PROMINENTEN

18:00 FINISH PROMINENTEN

