

Wijkkrant Vredenburg-Holthuizen



Aan de bewoner(s) van dit pand.

Foto: Kunstproeverij Immerloopark

www.vredenburg.info
wijkkrantvrehoek@hotmail.com

Jaargang 46 nr. 3

juli 2024

Oplage 2.500





X-Fittt GLI & diëtetiek in het Arabisch

Wil jij afvallen en/of
meer begeleiding op het
gebied van voeding?

Wij bieden X-Fittt GLI en
diëtetiek aan in het Arabisch!

➔ www.formupgrade.nl

☎ 026 38 23 334

Formupgrade
— Voel jezelf beter —

📍 Arnhem Zuid
Koppelstraat 16
6832 EP Arnhem
TEL: 026 38 23 334

📍 Arnhem Noord
Onder de Linden 21a
6822 KG Arnhem
TEL: 026 37 93 253

Of scan!



Volendammer Vishandel de Vakman

Winkelcentrum Kronenburg en Versgaard Velp

Het adres voor vers gesneden hollandse nieuwe, warm gebakken vis,
verse vis, gemarineerde vis en
ambachtelijk bereide kant en klaar gerechten

Ons assortiment bestaat onder andere uit:

- zalm • kabeljauw • pangasius • tilapia • forel • schol en veel meer.
- Vrijwel alle verse vis kan op aanvraag voor u gefileerd worden.

Ook voor schotels en speciale bestellingen kunt u bij ons terecht.

Winkelcentrum Kronenburg
Kronenburgpassage 68 • 6831 ER Arnhem
T: 026 323 44 69

Versgaard Velp
Hoofdstraat 230 • 6881 TR Velp
T: 026 361 90 28

Van de redactie

De zomer lonkt ons tegemoet, helemaal nu onze wijk weer zonder problemen bereikbaar is geworden. Want wat een elende was het soms op de Groningensingel afgelopen winter en voorjaar. Zeker op momenten dat het niet uitkwam en je toch weer om moest rijden en vervolgens in een file terecht kwam. Het leuke was dan wel dat je in straten reed waar je nog nooit door gereden was.

Dan mag je toch wel van geluk spreken dat we normaal gesproken gewoon door kunnen rijden en geen files in de wijk hebben. Het rijdt gewoon heerlijk, dat nieuwe asfalt en ik ben ook blij voor de bewoners die hun slaapkamer aan de Groningensingel hebben en jaren last hebben gehad van verkeer op een slechte weg. Zij kunnen nu ongestoord slapen. We kunnen weer genieten van een nog groenere wijk, waarbij we ook het Immerloopark weer kunnen meenemen, want dat is natuurlijk wel de groene parel in onze wijken. Ik moest de laatste tijd een aantal keer in Amsterdam zijn en daar kun je helemaal niet parkeren, er zijn voortdurend forse files en opstoppingen, er is chaotisch verkeer van supersnelle fietsers en voetgangers lijken allemaal wel levensmoe. Dan realiseer je je opnieuw wat wij toch enorm bevoorrecht zijn, een wijk met veel groen, niet al teveel verkeer en veel afwisseling van rust en activiteit.

Over de activiteiten, zoals de buurtcamping, de wandelchallenge en het 50-jarig bestaan van de RSVV kunt u in deze wijkkrant lezen en wanneer u met vakantie gaat, kunt u bij thuiskomst lezen wat u gemist heeft. En een heel leuk idee is de verloting van een bijenhotel.

De redactie en het bestuur van de Stichting Bewoners Vredenburg wensen u een mooie zomer en een prettige vakantie toe. RR

In dit nummer:



Inhoud:

Diabetes challenge	5
Bridge cursus	7
Buurtcamping	9
Jubileum RSVV	10
Heel Arnhem Schoon	11
Zomerschaken	12
Ben Schuurman	13
Kunstproeverij	14
Holthuizen nieuws	15
Holthuizen nieuws	16
Cursus aanbod	17
Stadslandbouw	18
Servicepagina	19

Deadlines Wijkkranten

Nummer	Kopij voor:	Verschijnt
Wijkkrant 2024-4	1 september	Begin oktober
Wijkkrant 2024-5	1 november	Half december
Wijkkrant 2025-1	1 februari	Begin maart
Wijkkrant 2025-2	1 april	Begin mei

De redactie gaat ervan uit dat personen op meegeleverde foto's geen bezwaar hebben tegen plaatsing hiervan in de wijkkrant. De redactie houdt zich het recht voor, zonder opgaaf van redenen, artikelen weigeren ofwel in te korten. De wijkkrant niet ontvangen? Bel 06-20587792 of mail: wijkkrantvrehoek@hotmail.com

Colofon:

De wijkkrant is het orgaan van stichting Bewoners Vredenburg, verschijnt 5x per jaar en wordt gratis verspreid in de wijken Vredenburg en Holthuizen.

Redactie: M. v. Streun,
H. Brüggemann en H. van Klaveren

Redactieadres:
wijkkrantvrehoek@hotmail.com

Advertenties: M. v. Streun:
026-323 48 83

Huisfotograaf: M. Brüggemann

Bezorging: M. Meijer

Drukker: CP Grafimedia Groep,
Didam, Oplage: 2500

Chinees-Indisch-Mongools
Specialiteiten Restaurant

Dragon Garden

Het restaurant voor partijen, familie- en zakenfeesten



Specialiteiten-
restaurant met
gerechten uit:

- Sjanghai, Kanton, Peking Szechuan en Mongolië
- Zakenlunch, dineren
- Verzorging van catering service aan bedrijven en particulieren
- Privé lopend buffet (min. 15 personen)
- Ruime gratis parkeer gelegenheid
- Geheel vrijblijvend hebben wij voor grotere gezelschappen speciale aanbiedingen

Groningensingel 949
WC Vredenburg
6835 GL Arnhem
tel.: 026 - 321 12 97
fax: 026 - 321 88 12

Openingstijden:
maandag t/m vrijdag
15.00 - 21.30 uur
zaterdag en zondag
12.00 - 21.30 uur

www.dragongarden.nl

de **Rank**

Speciaal
voor ouders
en peuters!

Kom je spelen op het Peuterplein?

We zwaaien onze deuren open!
Kom sfeer proeven met koffie
en zandkoekjes.

Vrijdag 26 mei
9.30 - 12.00 uur

ebsderank.nl
contact@ebsderank.nl



ONZE STANDPLAATS WINKELCENTRUM RIJKERSWOERD
Dinsdag: 10:00 - 17:30 uur, Zaterdag: 09:00 - 17:30 uur

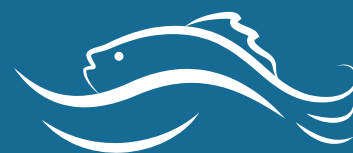


€ 12,⁵⁰

5 stuks p.st. € 2,95

HOLLANDSE NIEUWE

Ze zijn er weer
vanaf 18 juni



Heeren van de Zee

500 gram Kibbeling
+
3 Hollandse Nieuwe
+
sausje naar keuze

€ 18,⁵⁰



OOK EEN UITGEBREID ASSORTIMENT VERSE VIS!
www.heerenvandezee.nl

Nationale Diabetes Challenge.

Elke week samen wandelen in de buurt is gezellig en goed voor je gezondheid. Voor sommige mensen is de drempel echter hoog om hiermee te beginnen. Terwijl bewegen juist goed is voor iedereen! Met deze challenge leer je in 20 weken een doel te bereiken dat je zelf bepaalt. Het is daarom niet erg als je (nog) niet zo ver kunt lopen. Heb je diabetes? Dan helpt wandelen je diabetes beter onder controle te houden en kan het medicijngebruik verminderen.

In Arnhem zijn we vanaf half mei gestart met wandelgroepen in 7 wijken: Geitenkamp, De Laar, Presikhaaf, Arnhemse Broek, Klarendal, Elderveld, Vredenburg en Malburgen. Het is gratis! Starten kan altijd!

Op Nationale Diabetes Challenge (sportinarnhem.nl) vind je alle informatie over de diverse groepen en hoe je je aan kunt melden. Wil je liever bellen? Neem dan contact op met Carolien Giesen via 026-791 2110.



Rectificatie:

GymFit MBvO – Meer Bewegen voor Ouderen locatie Wijkcentrum Vredenburg.

Adres: Slochterenweg 29, 6835 CD Arnhem.

Rectificatie:

In de wijkkrant van maart stonden de verkeerde gymtijden.

De juiste gymtijden zijn: Iedere dinsdag van 12.45 tot 13.30 uur.

Samen met deze gezellige groep wekelijks bewegen? Aarzel dan niet maar kom gezellig langs voor 2 gratis proeflessen. Liever eerst wat informatie dan kunt u altijd bellen met Ellen Leidekker, 06-23928880.

We hopen u snel te zien!

BRANDT

Daktechniek & Onderhoud

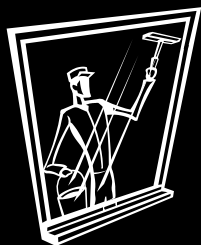
- Gratis dakinspectie • Dakrenovatie • Dak reparatie • Lood en zink werk
- Schoorsteenvegen € 25,00 per kanaal • Dakgoot reinigen € 2,00 per meter

Mob. (06) 51 16 48 51

Tel. 026 - 785 61 30 • www.bdto.nl

't Anthonie 50 • 6932 JN Westervoort

COMPUTERDOKTER!

MOEITE MET WINDOWS 11
INSTALLEREN EN GEBRUIKEN?BEL VOOR EEN AFSpraak:
026 327 1001TELEFONISCH BEREIKBAAR TUSSEN
18:00 EN 19:00 UUR OP WERKDAGENMail: FRANK.DREIJLING@OUTLOOK.COM**Glazenwasserij**
Arnhem
BAART**VOOR HET REINIGEN
VAN AL UW RAMEN
EN DAKGOTEN!****GESPECIALISEERD
IN PARTICULIERE WONINGEN**www.glazenwasserijbaart.nlmeubelstoffeerderij
Van den Akker*Het adres
waar kwaliteit
en service nog
vanzelfsprekend is!!*

- ◆ MEUBELSTOFFERING
- ◆ MEUBELSTOFFEN
- ◆ LEERREPARATIES
- ◆ WORKSHOPS
- ◆ VRIJBLIJVENDE OFFERTE/
GEEN VOORRIJKOSTEN !

- ◆ OOK VOOR UW: CARAVANBOOT,
TUIN EN OF LOUNGE KUSSENS
- ◆ BEKLEDING VAN LEER VOOR
NIEUWE- OF GEBRUIKTE AUTO'S,
KLASSIEKERS, OLDTIMERS EN
MOTORZADELS.

Malburgse Sluis 5c - 5d, 6833 KA Arnhem • Tel. (026) 442 11 82
info@vanden-akker.com • www.stoffeerder-arnhem.nl**Je
ziet ze
groeien.**Dagopvang (0-4 jaar)
Peuterwerk (2-4 jaar)
Bso (4-13 jaar)**Nieuwsgierig?**Leer ons kennen via www.skar.nl**Skar**

Cursus bridge voor starters.

Bridgeclub Huissen (BCH) start eind september/begin oktober 2024 met een beginnerscursus bridge.

Nog nooit gebridget en zou je het willen leren? Dan is nu je

woord. Als er zeer goed had gestaan had ik dat gekozen"...Ik vond het bijzonder dat jullie er zoveel werk en tijd in hebben gestoken. Buitengewoon". Er waren nog meer fijne reacties, maar deze geven een beeld.

Wij denken dat het succes van de cursus te danken is aan on-

nieuwe vrienden en kennissen.

De kosten per deelcursus zijn € 100,-, nodig voor de les- en oefenboeken, thee of koffie, huur accommodatie en andere bijkomende kosten. Per cursusdeel gaat het om 12 lessen. Er wordt begonnen met een uur theorie. Na een korte pauze kan in de praktijk worden



kans! BCH gaat eind september of begin oktober weer van start met de Starterscursus deel 1 van de Bridgebond. In 2022, direct na de Coronacrisis, zijn we daarmee begonnen. Dit kregen wij terug van enkele cursisten op ons evaluatieformulier: "Ga op dezelfde voet verder. Ik was helemaal tevreden." "Het was werkelijk fantastisch geregeld en wat hebben alle vrijwilligers er een werk van gemaakt om ons het bridgen bij te brengen. Het is zeker de moeite waard om lid te worden van BCH." "Zoals je kan zien heb ik alles met goed beant-

ze aanpak. Aan elke tafel is een ervaren bridger van BCH aanwezig die direct kan helpen met vragen, het geven van aanwijzingen en met een analyse achteraf. Deze aanpak met veel individuele aandacht willen we weer toepassen in de komende Starterscursus.

Het merendeel van de cursisten van vorig jaar is lid geworden van BCH of een andere bridgevereniging. Maar lid worden van een vereniging is geen verplichting. Het gaat niet alleen om het spel en spelplezier, maar ook om de gezelligheid en het maken van

geoeftend met spellen die aansluiten op de lesstof. De cursussen worden gegeven op maandagmiddagen in het Koelhuis in Huissen. Na deel 1 is het wel nodig om de vervolgcursus ook te volgen. Deel 2 start in januari 2025. Na doorlopen van beide cursussen hebben de deelnemers voldoende bagage om lid te worden van een vereniging.

Informatie en aanmelden kan bij Ans Lavooij secretaris van BCH (ans@lavooij.net).

Wim Lavooij.

**OOK ZO'N UITGAVE HEBBEN?
BEL OF MAIL ONS:**

**TEL. 0316 29 44 26
INFO@CPGRAFMEDIA.NL**



Magnifique
SCHOONHEIDSSALON

- Algehele gezichtsverzorging
- Stress behandeling met essentiële oliën
 - Wimper permanent
 - Pedicure
- CND Shellac Manicure (3 weken lang mooie nagels)

Croydonplein 416 Arnhem
T 026 - 323 03 09 I www.salon-magnifique.com

Adverteren in onze wijkkrant?

Adverteren is niet altijd goedkoop. Over het algemeen wordt de hoofdprijs berekend voor een relatief korte tekst. Maar niet in deze wijkkrant!

Voor slechts een klein bedrag kunt u adverteren in onze wijkkrant die op 2.500 adressen wordt bezord in de wijk Vredenburg.

Interesse?

Bel dan naar: Marjon van Streun
026 323 4883 of mail naar:
wijkkrantvrehoek@hotmail.com

PR-Boxing Arnhem

Boksen
Jeugdboksen
Lady's boksen
Parkinson boksen
Kickboksen



Altijd les in kleine groepen van maximaal 10 personen

www.pr-boxing.nl

Buurtcamping Immerloopark keert terug met nieuwe samenwerkingen.

Na twee succesvolle edities strijkt de buurtcamping over een paar weken weer neer in het Immerloopark. Van vrijdag 28 t/m zondag 30 juli 2023 wordt het Immerloopark weer omgetoverd tot een camping. Tijdens de buurtcamping kampeer je een weekend lang bijna in je eigen achtertuin, op een camping met volop spel en ontspanning voor jong en oud!

Voor en door de campingbezoekers

Net als andere jaren zorgt de organisatie ook



dit jaar weer voor aan aantal leuke activiteiten. Onder andere kan je je op zaterdagavond laten verrassen door de voorstelling en workshop Ongewoon Synchron. Op zondagmiddag sluit de Wijkbingo Rijkerswoerd met een speciale camping-editie van hun maandelijkse bingo de camping af. De organisatie nodigt dit jaar haar bezoekers echter ook uit om zelf een activiteit te organiseren op de camping. Organisator Bianca: 'Ben je ergens goed in? Of heb je bijvoorbeeld een spel thuisliggen dat je graag met anderen zou spelen? Neem het mee naar de camping! Er is op de camping tijd genoeg om zelf, samen met andere campinggasten, iets te ondernemen'.

Nieuwe samenwerking Voedselbank

Nieuw dit jaar is de samenwerking met de Voedselbank Arnhem-zuid. 'Samen met hen kunnen we nog beter mensen bereiken die zonder de buurtcamping niet op vakantie zouden kunnen', aldus organisator David. Ook komen dit jaar een aantal klanten van de Voedselbank mee-eten op zaterdagavond. David: 'Het leukst is het natuurlijk om een weekend te komen kamperen, maar voor klanten van de Voedselbank die niet van kamperen houden, maken we graag een uitzondering'. Mensen die alleen willen komen mee-eten konden zich opgeven in de winkel in Arnhem-zuid Voedselbank.

Eten

Eten gebeurt op de Buurtcamping met elkaar: op vrijdagavond zorgt de organisatie nog voor het diner, maar tijdens alle andere maaltijden zorgen alle campingbezoekers gezamenlijk voor het eten! De campingbezoekers worden gevraagd iets mee te brengen voor de verschillende maaltijden. Tijdens de camping wordt al dat lekkers tot één groot lopend buffet gemaakt.

Op die manier wordt er met elkaar voor gezorgd dat er voor iedereen voldoende lekkers is!

Kaartverkoop

Wil je naar de Buurtcamping? Wees dan snel, want de kaartverkoop gaat sneller dan ooit! Voor meer informatie over de camping, de ticketverkoop en voor contact kan je terecht op www.debuurtcamping.nl/arnhem.

David van Loghem.

50-jarig bestaan van RSVV.

De RSVV is 50 jaar geleden opgericht door een aantal enthousiaste bewoners in de wijk Vredenburg, die op dat moment (net) gebouwd werd. In de loop van de jaren is de vereniging uitgegroeid tot een begrip binnen de Arnhemse sportwereld en onderscheidt zij zich door haar unieke karakter. Immers, er zijn in Nederland niet heel veel omnisportverenigingen meer en al helemaal niet als zij zich enkel richten op recreatieve sporters. De RSVV doet dit wel en kent een groot scala aan sporten voor diverse leeftijden. U moet daarbij denken aan yoga, badminton, volleybal, dans, steps, maar ook aan bewegen op muziek en sport en spel gericht op ouderen. Onze leden kunnen tegen een vast maandtarief meedoen aan alle soorten sporten en hebben niet de verplichting om mee te doen met enige competitie. Dat maakt dat wij er nog steeds in slagen om voor een relatief laag bedrag goed georganiseerde sporten aan te bieden aan alle lagen van de bevolking.

En om het unieke karakter te benadrukken: hoeveel verenigingen zijn er, waarbij de leeftijd van de actieve deelnemers loopt tus-

sen de 5 en 95 jaar oud? De RSVV heeft ze allemaal en ze zijn, ieder op hun eigen manier, even fanatiek en enthousiast.

Ik denk dat de wijk Vredenburg er zeer trots op mag zijn dat zij deze bijzondere vereniging heeft voortgebracht en al 50 jaar in haar midden heeft.



We zijn als vereniging dan ook zeer trots, dat we al 50 jaar lang de bewoners van Arnhem kunnen voorzien met een laagdrempelig en betaalbaar aanbod van sport- en bewegingsmogelijkheden en zijn vast van plan dit nog jarenlang vol te houden.

Marien Brinkman, voorzitter RSVV.

Hoe Heel Arnhem Schoon in Vredenburg is begonnen:

Op 21 augustus 2020 was HAS Vredenburg (Heel Arnhem Schoon) een feit. Hanneke verhuisde van Rijkerswoerd naar Vredenburg. In Rijkerswoerd was ze al actief met zwerfvuil opruimen, maar daar wilde het niet echt van de grond komen. Hanneke is een bevlogen en betrokken mens in vele zaken, maar zeker waar het zwerfvuil betreft. De zorgen om de aarde zijn groot en alle beetjes opruimen en alle extra handen zijn welkom. Dus: knijper in de hand en vuilniszak mee op pad.

Hanneke kwam in contact met Alie en Rebecca van HAS, sloot zich aan en kreeg adequate opruimmaterialen. Al snel kwam ze medeopruimers tegen en er ontstond een fijne groep mensen. Mary, Rita, Janna, Marijke, Eva, Arlette en Pavel. De laatste kwam erbij toen hij nog inwoner was van het AZC. De zendelingen van de Mormonen kerk sloten zich aan.

Rita had een “lucky day” toen het groepje aan het opruimen was. Ze vond een zilveren vork, vervolgens een grote sleutelbos, een gestippelde paraplu en...20 euro! Haar dag kon niet meer stuk. De vork bleek van plastic te zijn, de sleutelbos ging naar het politiebureau en de 20 euro schonk ze aan HAS. De paraplu bleek niet meer te redden en ging alsnog de vuilcontainer in. Het samen opruimen, de gezelligheid, het samen lachen om de vondsten en het tevreden achterom kijken als de wijk weer schoner is geworden



zorgt voor verbinding. Het is juist die onderlinge verbinding die is ontstaan, die zo belangrijk is. Hanneke en de medeopruimers vinden dat eigenlijk het belangrijkste dat op hun pad is gekomen. De wijk is schoner geworden, maar vooral het feit dat je elkaar nu kent is belangrijk. Het plezier samen en het omkijken naar elkaar zijn een factor van belang.

Er is ook een opruimgroep vanuit Passerelle die een tijd geleden mooi groen is geworden. De groep die het groen onderhoud heeft via HAS ook materialen gekregen om het zwerfafval aan te pakken en er loopt regelmatig een ronde zwerfafval. Vanuit the Point op Kronenburg gaan jongeren via AM-supportteam wekelijks een rondje zwerfafval ruimen. Ook bij de Kastelenflats. Daar wordt bijna dagelijks opgeruimd. Samen aandacht hebben voor een schone leefomgeving is echt belangrijk.

Oproep aan alle bewoners van Vredenburg: sluit je aan en doe mee!

Je kunt een stukje in de eigen woonomgeving schoonhouden of/en meedoen aan de jaarlijkse acties, alles is goed. Aanmelden: heelarnhemschoon@hotmail.com

UITNODIGING VOOR HET ZOMERSCHAAK TOERNOOI 2024.

Beste schaakliefhebbers,

Als enige schaakclub in Arnhem organiseert SV De Toren, de Zomerschaak voor iedereen! Dus voor alle thuisschakers en alle clubschakers, van elk niveau.

In de periode van maandagavond 1 juli t/m maandagavond 26 augustus. Speelzaal open om 19:30 uur.

Speellocatie in de Petersborg, Slochterenweg 50, Arnhem, Vredenburg

Er wordt gespeeld in 2 groepen:

A-groep rating boven de 1600

B-groep rating beneden de 1600

Hiermee wordt getracht om zoveel mogelijk gelijkwaardige sterkte tegen elkaar te laten spelen. De beste spelers van groep A en B, ontvangen een prijsbeker. De winnaar van

groep A, mag zich de zomerkampioen van het jaar 2024 noemen, en ontvangt de Zomerkampioen beker.

Er worden normale partijen gespeeld, klok op 90 plus 15 seconde bonus per zet. We houden de stand over de gehele periode bij, dit om te bepalen wie zich uiteindelijk de groepswinnaar mag noemen.

Aanmelden uiterlijk in de zaal vanaf 19.45 uur. De indeling vindt plaats om 20.00 uur.

De deelname is gratis. U bent allen van harte uitgenodigd.

Met vriendelijke groet,

Fred Schonis

Voorzitter SV De Toren Arnhem-Zuid.



Weet jij een leuke plek voor een Insectenhotel in jouw wijk?

De Houtwerkplaats de Petersborg verloot drie zelfgemaakte



insectenhôtels voor de wijk!

In de Petersborg is een professionele houtwerkplaats waar wijkbewoners iedere dag terecht kunnen om iets leuks te maken van hout. Als het je aan inspiratie ontbreekt kan ook jij terecht om samen met anderen producten te maken, eventueel onder begeleiding. Zo worden er o.a. insectenhôtels en vogelhuisjes gemaakt.

Wist u dat u de zelfgemaakte insectenhôtels en vogelhuisjes ook kunt kopen?

De SWOA geeft drie insectenhôtels cadeau aan de wijk.

Drie insectenhôtels die we een mooi plekje in de wijk willen

geven. Woon je in Rijkerswoerd, Kronenburg, Vredenburg of Holthuizen? Dan kan je meedoen! Weet je een mooie plek in de wijk waar meerdere mensen kunnen meegenieten als jij er een leuk insectenhotel plaatst? Doe dan mee!

Laat ons jouw idee voor 1 augustus weten Mail naar petersborg@swoa.nl of geef het telefonisch door via 026 – 323 08 50.

We nodigen je dan uit voor de verloting rond half augustus in de houtwerkplaats en maken er een leuke bijeenkomst van.

Mandy Mol.

Ben Schuurman vertelt: Een verademing door het Levensboek.

Ben Schuurman, 78, woont samen met zijn vrouw Henriëtte in Arnhem-Zuid. Zijn vrouw ontmoette hij toen hij 17 was en samen brachten ze twee zoons groot. Inmiddels zijn ze trotse opa en oma van zes kleinzoons.

Ben is een bekend gezicht in de wijk door zijn vrijwilligerswerk. Hij is actief als vrijwillige coördinator bij MVT, zit in de cliëntenraad van Pleyade en is penningmeester bij walking football, een sport waar hij zelf ook aan deelneemt. Daarnaast werkt hij als ontwerper van tuinen, een passie waarin hij rust vindt.



Hoe Ben bij het levensboek terechtkwam

“Mijn leven klinkt misschien mooi als je het zo hoort,” vertelt Ben, “maar er waren ook

moeilijke momenten, al vanaf mijn jeugd.” Via zijn vrijwilligerswerk bij MVT hoorde hij over het Levensboek: een project waarbij een vrijwilliger je helpt je levensverhaal op papier te zetten. Na overleg met Henriëtte besloot hij dit avontuur aan te gaan. Erica Groenendijk, de vrijwilliger die Ben hielp, kende hij al van vroeger. “Dat was geen probleem voor mij,” zegt Ben, “Erica begreep me meteen en ik voelde me op mijn gemak bij haar.” Gedurende een jaar kwam Erica regelmatig langs om naar Bens verhalen te luisteren en deze op te schrijven. Henriëtte hielp regelmatig mee om structuur aan te brengen in de vele herinneringen. Na een jaar was het levensboek compleet: een boek vol herinneringen ondersteunt met foto's.

Meer rust en beter slapen

“Het levensboek is voor mij een verademing,” deelt Ben. “Mijn vrouw zei laatst nog dat het me zoveel rust heeft gebracht.” Voorheen sliep Ben

slecht door de vele herinneringen die 's nachts opkwamen. Nu, dankzij het levensboek, slaapt hij weer goed en voelt hij zich rustiger.

“Het fijne aan een levensboek is dat het persoonlijk is,” legt Ben uit. “Het wordt niet in de markt verkocht. Het is echt voor jezelf en voor de mensen van wie jij wil dat ze het lezen.” Hij pakt het boek nog regelmatig om zijn leven te herbeleven en om het te delen met anderen die interesse tonen.

Wat is een levensboek?

Een levensboek is een persoonlijk boek waarin jouw levensverhaal wordt vastgelegd, samen met foto's en herinneringen. Je werkt samen met een schrijver, en tijdens een kennismaking wordt gekeken of er een klik is. De kosten voor deelname aan het Levensboekproject bedragen € 50,-, en elk gedrukt boek kost ongeveer € 30,-.

Interesse?

Wil je meer weten over het maken van een levensboek of heb je interesse om jouw levensverhaal op papier te zetten? Neem contact op met SWOA: **E-mail: levensboeken@swoa.nl** . **Telefoon: 026 – 327 22 66**

Een kennismakingsgesprek bij jou thuis kan de eerste stap zijn naar een waardevol levensboek.

Jet Leenders.

Kunstproeverij Immerloopark groot succes!

De eerste editie van de kunstproeverij in het Immerloopark op zaterdag 1 juni is helemaal geworden wat de bedoeling was:

Een kleinschalige, toegankelijke ontmoeting van bewoners van de omliggende wijken rond kunst, muziek, dans, spel en gezelligheid.

Alles zat mee: het weer, de sfeer en meer: de opening werd op passende wijze verricht door wethouder Bob Roelofs, de kunst-workshops vóór en dóór bewoners werden goed bezocht, de kinderen hebben zich ook vermaakt met dans en spel, er waren heerlijke hapjes, drankjes en een mooie afterparty met Latin-band los Renunciados en geweldig eten van Vitanos.

Stichting Park Immerloo (S.P.I.) dankt alle medewerkers en vrijwilligers die dit mogelijk maakten, speciaal ook de mensen van het AZC Groningensingel, die vele handen boden bij de opbouw en het afbreken van het festivalterrein.

We hopen dat zich voor volgende edities nog meer enthousiaste vrijwilligers melden. Overigens is SPI ook nog steeds op zoek naar een bestuurslid.

Terugkijkend op een prachtige dag wenst SPI iedereen een mooie zomer en hopelijk tot volgend jaar!



Buurtkracht Holthuizen.

Buurtkracht Holthuizen is een groep buurtgenoten die Holthuizen nog mooier en leefbaarder wil maken. Dit initiatief begint vaart te krijgen. Verschillende werkgroepjes zijn aan de slag gegaan met praktische speerpunten voor de buurt.

COMMUNICATIEWERKGROEP: Eind april is er in Holthuizen huis-aan-huis een brief in de bus gedaan.

Alle buurtbewoners hebben we zo geïnformeerd over Buurtkracht en de nieuwe ideeën die er zijn. Ook is gevraagd of bewoners op de hoogte willen worden gehouden over Holthuizen. Dit leverde meer dan 150 geïnteresseerden op. Een eerste **Nieuwsbrief** zal binnenkort verschijnen. Samen met artikelen in deze **Wijkkrant Vredenburg-Holthuizen** begint de communicatie van in en over de buurt dan aardig op gang te komen. Net als in andere wijken is er de wens om een mooi **infobord** op een centraal punt in onze buurt te plaatsen. Voor de meest actuele informatie over activiteiten die op handen zijn.



WERKGROEP ENERGIETRANSITIE: in verschillende buurt-appgroepjes en ook uit enquête en gesprekjes op straat weten we: er is een grote behoefte aan onafhankelijk advies over allerlei maatregelen in/aan de woning. Het kan gaan om vragen over de aanschaf van een warmtepomp, thuisbatterij of airco. Maar ook over glasvezelkabel of andere zaken die met ICT te maken hebben. De werkgroep bekijkt of er binnenkort een informatiebijeenkomst kan worden georganiseerd. Heb je behoefte aan meer info over een bepaald onderwerp. Laat het ons weten via onderstaand e-mailadres.

WERKGROEP OMZIEN NAAR ELKAAR: Het eerste initiatief startte op vrijdag 7 juni. 25 bewoners kwamen toen naar het **Huiskamercafé Holthuizen**.

Voortaan staan de deuren van dit huiskamercafé elke eerste vrijdag van de maand open voor de seniorbewoners van de buurt. Ze kunnen vrij komen en gaan tussen 16:00 en 19:00 uur, net als in een gewoon café.

Dit café is toegankelijk voor een rolstoelgebruiker. Is zelf komen en gaan lastig? Dan wordt vervoer geregeld.

Ontmoeting thuis: Het staat er zo makkelijk. En het is ook makkelijk. Uit de buurtenquête en tijdens de voorbereiding van het huiskamercafé bleek dat er best behoefte is aan contact in de wijk. Huisbezoekjes kunnen hierbij helpen. De werkgroep Omzien naar elkaar gaat dit initiatief verder uitwerken.

Ideeën of vragen? We horen ze graag.

WERKGROEP VERKEER, PARKEREN

EN OV: vanuit de gemeente is er aan buurtbewoners nooit iets gemeld over voorgenomen maatregelen en werkzaamheden aan de Frieslandsingel. De werkgroep Verkeer heeft een **afsprake** gemaakt en gaat met de gemeente om tafel. Het doel is om te achterhalen wat de plannen zijn en aandacht te vragen voor de bereikbaarheid van de wijk en onder andere de veiligheid van de fietsers

De huidige bus-zwaaiplaats vormt gezien vanuit de lucht gezien een mooi hart van wegen in de wijk: dat vraagt om behoud!

IN VOORBEREIDING:

*** Burendag op zaterdag 17 augustus:** een projectgroepje verkent momenteel de haalbaarheid. Men denkt aan een oproep aan buurtgroepjes om overdag een kleinere eigen straatactiviteit te houden; voor jong en/of oud. Met 's avonds een afsluiting met een American-party in het park. We houden je op de hoogte.

Informatiecentrum Kronenburg vernieuwd.

In winkelcentrum Kronenburg is nu een vast informatiepunt ingericht. Het zit op de locatie waar voorheen een zonnepanelen winkel zat. Tussen de HEMA en de KPN winkel en tegenover de Primera. Je kunt daar terecht voor alle informatie over de bouwplannen in en rondom Kronenburg. Op 10 juni was er een goed bezocht "open huis". Mijn vrouw en ik hebben ons laten informeren over de start van de werkzaamheden aan de bestaande woontorens langs de Pleijroute. Ze waren de laatste tijd niet om aan te zien. Maar de aanpassing binnen die gebouwen is gestart.

Wat ons ook interesseerde was de afbouw van het busstation. De trap vanaf de passerelle komt weer op de oude plek. Op de huidige tekening staat dat hij één plateau heeft maar het worden er twee. Er komt een hele mooie overkapping over de abri's bij de bushaltes. Dit zal voor de zomervakantie plaatsvinden. Later zullen ook de abri's vervangen worden. Op de passerelle is het plan om de muur te verhogen met een leuning. Ook leeft het plan om dit jaar zowel op de passerelle als op de trap naar de busstations verlichting aan te brengen.

Ik kan u aanraden om eens te gaan kijken in het informatiepunt. Het centrum is iedere dag open van 11.00 tot 16.00 uur. Kijk voor meer actuele informatie op internet bij "kronenburg informatiecentrum" HB.

*** Aandacht voor de jeugd in Holthuizen:** dit idee is geopperd, maar concrete plannen zijn er nog niet. We staan open voor ideeën en hulp hierbij. Belangstelling? Laat van je horen.

*** Excursie Romeinse Tempel-Kerkmuseum Elst:** jong en ouder kan mee op deze excursie in het najaar naar Elst. Onder de vloer van de Grote Kerk in Elst bevinden zich de fundamenten van twee opvolgende Romeinse tempels uit de 1ste eeuw n.Chr. Meer informatie volgt.

* In juli nemen bestuursleden van Stichting Bewonersoverleg Vredenburg (SBV) deel aan een vergadering van Kerngroep Buurkracht Holthuizen.

Woon je in Holthuizen en heb je vragen of belangstelling? Ze zijn welkom! Stuur een e-mail naar buurkrachtholthuizen@gmail.com

Gerard Schoutsen.



Cursus digitale basisvaardigheden.

Wilt u uw digitale vaardigheden verbeteren? Dan is deze cursus geschikt voor u.

U leert in de cursus:

Wat zijn belangrijke apps en websites zoals DigiD, het huisartsenportaal, het ziekenhuisportaal en mijn overheid.

Al veel over gehoord, maar wat is het nu eigenlijk precies; hoe en wat is 'de Cloud' en wat kunt u er mee?

Internetbankieren; veel mensen vinden dit eng..... kan ik mijn geld zomaar kwijtra-ken? Deze en andere vragen kunt u stellen. U kunt ook oefenen met geld overmaken en een betaalverzoek (tikkie sturen) en af en bijschrijvingen bekijken.

Wat is nu eigenlijk een pdf en wat kan ik er mee?

Veiligheid op het internet en wachtwoorden komen ook aan bod.

Verder mag u zelf mee-bepalen welke onderwerpen u nog meer zou willen behandelen in de cursus.

Wanneer: 7 dinsdagochtenden vanaf 3 september van 10-12 u.,

Locatie: de Petersborg, Slochterenweg 40.

Kosten: de cursus is gratis, koffie en thee zelf betalen.

Voor meer informatie of opgave; Ingrid 06-[13304188](tel:13304188)/isieljes@swoa.nl of algemeen telnr. en opgeven via de SWOA (026-3230850).

Dit is een samenwerkingsactiviteit van Digislim en SWOA/Floré



Stadslandbouw viert 10 jarig bestaan en is springlevend.

Een eerste aktiviteit om het 10-jarig bestaan te vieren heeft al plaatsgevonden met het optreden van Het Linnaeus Trio. Op 14 en 15 juni werd 's avonds een 'Concert voor de Nacht' gepresenteerd waarin de (invallende) duisternis werd gevierd met een combinatie van verschillende soorten muziek, nachtgeluiden, en bijzondere teksten vergezeld van theater en prachtige kostuums.

Op zaterdag 31 augustus is een feestelijke Open Dag van 11.00 tot 16.00 uur.

En meer dan anders is iedereen die zich betrokken voelt van harte uitgenodigd !

Natuurlijk zijn er weer rondleidingen over het terrein, kan er zelf groenten en fruit geoogst worden en is er een verkoopstand met jams, plantjes en groenten. Daarnaast kunnen bloemen geknipt en meegenomen worden. Er zijn diverse kinderactiviteiten o.a. verzorgd door de Groengroep in Rijkerswoerd. Diverse groepen van binnen en buiten de Stadslandbouw zullen zich presenteren.

Heel bijzonder is dat een eigen gevormd koor het Stadslandbouw-jubileumlied zal zingen, dat de groep Grootouders voor het Klimaat op bekende melodieën ons mee zal nemen naar een anders omgaan met natuur en klimaat, en dat (opnieuw) het Linnaeus Trio acte de présence zal geven met natuur-betrokken sketches. Om een hommage te brengen aan de 10-jarige Stadslandbouw zullen bezoekers worden uitgenodigd om hun (ter

plaatsse gemaakte) mooiste SLB-foto in te sturen. En het 10 jarig jubileum zal luister worden bijgezet met een officieel moment waarbij (ook) de Gemeente Arnhem actief aanwezig zal zijn.

Tussen alle bedrijvigheden door is er de mogelijkheid voor koffie, thee, lekkere hapjes en proeverijen.. van harte welkom op deze dag !

Verder kunnen we melden dat op 11 september een buurtrestaurant zal zijn. Daarvoor zal nog nader publiciteit komen. En voor de eigen vrijwilligers van de Stadslandbouw is op 12 oktober een feestavond gepland om het 10-jarig jubileum met elkaar te vieren.

Graag nog aandacht voor de zelfoogstzaterdagen, waarop bezoekers kunnen zien hoe alles groeit en bloeit. En zelf (onder begeleiding) groenten, kruiden en bloemen, kunnen oogsten. Bovendien tomaten, tropische groenten, zelfgemaakte jam en siroop kunnen kopen. Data: 13 juli, 27 juli, en 10, 24 en 31 augustus. Kijk voor verdere informatie : <https://stadslandbouwmooiweg.nl> of op sociale media.

Wim Palstra.



*10 jaar Stadslandbouw
Mooiweg*

Servicepagina Vredenburg

Huisartsenpost 026-389 96 96

Algemeen alarmnummer 112
Brandweer 0900-0904
Gemeente Arnhem 0800-1809
Servicelijn Prezero (huisvuil) 0900-8444
Storingsnummer Elektriciteit/Gas 0800-9009
Storingsnummer Water 0800-0359
Wijkagenten Melinde en Tom 0900-8844

Gezondheidszorg

BENU apotheek 026 3272320
Slochterenweg 220
Iriszorg meldpunt 026-8451900
Groningensingel 1221
Vragen en klachten:
meldingarnhem@iriszorg.nl
Rijnstate Arnhem Zuid 088-0058888
Marga Klompé laan 6

Dierenarts praktijk

Mijn Dierenarts Nederrijn 026-3218144
Huissensestraat 1A
Rijkerswoerd 026-3233308
Mooieweg 102
Dierenambulance: 026-3649111 (24/7)

Fysiotherapie

Fysio-en Kinderfysiotherapie
Van Gilst 026 3230303
Aduardstraat 20
Fysio Physics in Basic- Fit
Groningensingel 1043-1045
Fysio voor ouderen 06 23302685
Oudeschanspad 57
Fysiotherapie Vredenburg 026-3231975
Slochterenweg 222

Huisartsen

H. Hosainy en mw R.Veugelers
026-3230222 Slochterenweg 29

Logopedist

Marian Tellers 026-3271204
Slochterenweg 40

Orthodontie

Kerbusch 026-3213118
Groningensingel 1047

Tandartsenpraktijk

Arnhem Zuid 026 3231112
Slochterenweg 222
De Gelderse Kroon 026-4434926
Sleggeplantsoen 40b
F.J.G. Dams, 026- 4453773
Slochterenweg 40b
M.J.T.Kooij 026-3230087
Slochterenweg 222
T.A. Oei en M.M. Oei-Lie 026-3232423
Akkrumlaan 17

Kindcentrum Het Middelpunt

Slochterenweg 27

Basisonderwijs

OBS Da Vinci 026-3230729
KBS De Ommelander 026-3272392
Peuterwerk, dagopvang en BSO
Skar Wereld Wijs 026- 4457157

De Lindeloot 026-3231058

Locatie Sleggeplantsoen 40a

Gastouderopvang

Lielou 06-22233490
Slochterenweg 41

Speciaal basisonderwijs

SBO De Piramide 026-3271876
Groningensingel 1185
SBO De Horizon 026-3229170
Groningensingel 1183

Voortgezet onderwijs

Maarten van Rossem 026 3202860
Vmbo tl/kl/bl-bl-lwt
Groningensingel 1235

Wijkorganisaties/Zorg

Mantelzorg en Vrijwillige Thuiszorg (MVT)
Petersborg Slochterenweg 40
0263703540
Recreatieve Sport Vereniging RSVV
Slochterenweg 29. Tel:06-21363673
St. Beheer Wijk- en Sportaccommodatie
jancdevos@hotmail.com 026-3232321
St Bewoners Vredenburg
sbvredenburg@gmail.com
St Rijnstad Buurtbemiddeling 026-3519941
De Madser Jongerencentrum 026-2597327
Kronenburgbusbaan 25
St Welzijn Ouderen Arnhem 026-3230850
SWOA Petersborg Slochterenweg 40
Team leefomgeving RKV 026 3775028
RKV@leefomgevingarnhem.nl
Wijkgebouw Vredenburg 026-3274028
RIBW (Begeleid Wonen) 026-4424236
www.ribwavv.nl
SOS telefonische hulpdienst 0900-0767
Dag en nacht
STMG Thuiszorg 088-4560900
Kroonpark 2 www.stmg.nl
Sociale Wijkteam 088-2260000
Croydonplein 388
Particuliere thuiszorg Arnhem 020-6366837
www.zusterjansen.nl/werkgebieg/particuliere-
thuiszorg arnhem

Kijk ook op www.vredenburg.info
onder tabblad "In de Wijk".

Mist u iets? Meld het aan ons via
e-mail wijkkrantvrehoeek@hotmail.com

Let's Play!



Gratis entree
Gratis koffie/thee
Gratis parkeren



Suikerland 7 - Arnhem-Zuid - Telefoon 026 321 11 48

www.casinosuikerland.nl