LAARNIEUWS

Wijkblad voor De Laar

www.oostelaar.nl

40e jaargang • oktober 2022 • no. 5

- **TERUGBLIK OP DE DAG VAN DE LAAR**
- **INTERVIEW MET GAELWYN OVER GROENPROJECTEN IN ONZE WIJK**
- **DENKT U MEE OVER 'PARK DE LAAR?'**

HAN RECHTS WINKEL

KOSTELOOS EERSTE HULP BIJ UW JURIDISCHE KWESTIE!

Ik ben ontslagen, wat nu? Mag de verhuurder zomaar mijn huurovereenkomst opzeggen? Herkent u zich in een van bovenstaande situaties? Of heeft u een andere juridische vraag? HBO-Rechtenstudenten van de HAN Rechtswinkel helpen u graag op weg. Onder leiding van vakdocenten geven zij kosteloos juridisch advies.

INLOOPUREN

HAN Campus Nijmegen:
- Dinsdag: 09.30 – 12.30 uur
- Woensdag: 13.30 – 15.30 uur
- Professor Molkenboerstraat 3, 6524 RN te Nijmegen

HAN Campus Arnhem:
- Maandag: 13.30 – 15.30 uur
- Donderdag: 09.30 – 12.30 uur
- Ruitenberglaan 27, 6826 CC te Arnhem

MEER WETEN?

De HAN Rechtswinkel is bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 08.30 tot 17.00 uur.

CONTACT

06-21979037 en 06-55291144
rechtswinkel@han.nl
www.han.nl/rechtswinkel
hanrechtswinkel
HAN Rechtswinkel

HAN_UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Pianospelen?

Echt heel leuk. Ik heb al ruim 25 jaar ervaring met lesgeven aan kinderen en volwassenen, voor starters en gevorderden. Ik geef les bij jou thuis.
Tarief: €75 per maand bij 1x per week les.

Voor meer informatie:
Mail naar pianoles.delaarwest@gmail.com of stuur een whatsapp naar 06-33044623. Ik bel je terug.

Nicole Merz | Bevoegd pianopedagoge.

Je ziet ze groeien.

skar.nl

Skar

Nr. 5, oktober

Foto voorblad: Marieke van Mourik

Laarnieuws is het wijkblad voor De Laar en verschijnt in 2022 zes maal.

Oplage ruim 5.000 exemplaren

Redactieadres:
Redactie "Laarnieuws"
P/a Boerderij De Kroon
Randweg 2, 6845 AC Arnhem

Teksten/kopij:
Op uw kopij vermelden t.a.v. "Laarnieuws".
Kopij aanleveren op:
redactie@oostelaar.nl

Volgende uitgave:
Redactiesluiting is voor no. 6 – 17 okt

Verspreiding in De Laar vanaf:
no. 6 – 12 nov

Advertenties:
redactie@oostelaar.nl

Algemeen:
redactie@oostelaar.nl

Druk:
Foto van Eimeren, Huissen

Coördinatie wijkbladbezorging:
De Laar Oost: Annie Folman, 381 24 15
De Laar West: Anne Salome, 06-13960916

Klachten over bezorging?
redactie@oostelaar.nl

Opzegging lidmaatschap
penningmeester@oostelaar.nl

Teksten
Ineke Bretz
Marieke van Mourik
Marijke Leusink
Monique Bergers

Opmaak
Yasmine Wekker

De redactie behoudt zich het recht voor kopij in te korten of te weigeren.
Overnemen van teksten en/of tekeningen is toegestaan mits als bron "Laarnieuws" wordt vermeld.

Van de redactie

Voor de meeste mensen is de vakantie weer voorbij. De scholen zijn begonnen, de herfst doet zijn intrede. Tussen alle gevallen bladeren liggen her en der peuken, u herkent dat vast wel. Onze columniste Marijke vertelt hier smeuïg over en doet ons nog een tip van de hand. Nieuwsgierig? Leest u vooral pagina 7.
Heeft u ook een onderwerp waarvan u denkt dat het geschikt is voor een item in Laarnieuws, schroom dan niet aan Marijke's bel te trekken. Mail of app naar: marij-leusink@hotmail.com / Mobiel: 06-18641091.

Over peuken gesproken, ook Dianne Mooij heeft weer een bijdrage geleverd namens De Laar Schoon. Dit keer over World Cleanup Day van 17 september. U vindt het terug op pagina 11.

Dick Broere interviewt in zijn herkenbare stijl Gaelwyn van der Mije, ecologisch hovenier, educator en landschapsecoloog. Onderwerpen zoals heemtuinen, circulair denken en kunst komen aan bod. Op pagina 14 staat dit boeiende interview.

Team Leefomgeving neemt ons mee in de plannen voor 'Park De Laar' en doet hierbij een beroep op ons. Laat deze kans niet aan u voorbij gaan, uw stem is belangrijk. Hoe? Dat leest u op pagina 16.

Dit is slechts een greep uit de vele interessante onderwerpen van deze editie. Voor nu wens ik u veel plezier met lezen, wellicht onder genot van een kopje koffie of thee. Wist u trouwens dat u ook bij het Rozetje kunt aanschuiven aan een prachtige lange tafel om daar een krantje of Laarnieuws te lezen? Koffie en thee kunt u daar (gratis) nuttigen. Zie pagina 17.

Marieke van Mourik
Redactie Laarnieuws

Beste lezers van het wijkblad

Het is alweer september, wat vliegt de tijd!

We hebben net de Dag van De Laar achter de rug, waar het gezellig druk was en waar kinderen zich uitstekend vermaakt hebben, evenals de volwassenen. Wij willen graag al onze sponsoren bedanken, die deze dag mede mogelijk hebben gemaakt. U leest hier meer over op pagina 5.

Verder zijn we druk bezig met de voorbereiding voor de Sint Maartensoptocht, het Sinterklaasfeest en de kerstmarkt, zie ook pagina 11,12 en 13.

Voor al onze activiteiten zoeken we trouwens nog wel vrijwilligers. Lijkt het u leuk om mee te helpen bij activiteiten, schroom dan niet om contact met ons op te nemen (info@oostelaar.nl).

Veel leesplezier.

Met vriendelijke groet,

Dennis van der Steldt
voorzitter wijkvereniging De Oostelaar

Wilt u ook adverteren in Laarnieuws?
U vindt onze advertentietarieven op www.oostelaar.nl/media/advertentietarieven

de Rank

Kom je ook?

Maandag 7 november

Peuterplein

Kom met je peuter naar ons peuterplein!
Wanneer? Maandag 7 november
Hoe laat? Van 9.30 uur t/m 10.00 uur
Alle ouders zijn welkom, aanmelden is niet nodig.

Op maandagmorgen 7 november zijn jij en je peuter van harte welkom bij ons peuterplein! Dit is een moment waarop 2 en 3 jarige peuters samen met onze kleuters op het plein kunnen spelen.

Voor de ouders staat er koffie klaar. Onder het genot van een kopje koffie vertellen we meer over de school en is er gelegenheid om vragen te stellen.

"Geloof in jou!"

waardevol - leren - verbonden

ebs-derank.nl

Natuurlijk vitaal door deskundig advies over voeding, supplementen en kruiden bij chronische klachten, vermoeidheid en medicijngebruik

Natuurgeneeskundig therapeut Erwin Kempkens
Lid van beroepsvereniging VNT

De meeste zorgverzekeraars vergoeden de behandeling vanuit de aanvullende zorgverzekering.
Een verwijzing is niet nodig.

www.natuurlijk-vitaal.nl
06 - 53 400 466

Alle aandacht voor uw voetklachten
Natuurlijke huidverzorging met Annemarie Börlind
Huidverjonging met microdermabrasie

Pedicure en schoonheidsspecialist Lidwien Kempkens
Lid van beroepsverenigingen ProVoet en Anbos

Vergoeding van pedicurebehandeling bij reuma en diabetes is mogelijk met een verwijzing door een (huis)arts of medisch specialist.

www.walk-on-voetverzorging.nl
www.schoonheidsspecialistearnhem.nl
026 - 32 71 282

Ons praktijkadres
Martensbongerd 22, Rijkerswoerd

Zondag 11 september was de Dag van De Laar bij boerderij De Kroon

DE OOSTELAAR WIJKVERENIGING

Gelukkig was het mooi weer, zodat er op het veld een leuke braderie en veel spellen voor jong en oud waren. Ook waren Willem Huisman & Friends aanwezig, die veel publiek trokken met hun muziek en zang. Zoals bij iedere Dag van De Laar hadden we ook nu weer een enveloppenspel. Dit was echt een groot succes. Maar wel met dank aan onze sponsoren. Zij hebben het mogelijk gemaakt om dit spel te doen slagen.

Met heel veel dank van onze wijkvereniging De Oostelaar!

Sponsoren

- AAAndacht, Kronenburg
- BCC, Woonboulevard
- Pannenkoekhuis Schaarsbergen
- Jump Squire, Nijmegen
- Akwant Museum, Elst
- Julianatoren, Apeldoorn
- Atlantis Wokpaleis, Elderveld
- Vue Bioscoop, Arnhem
- Openluchtmuseum, Arnhem
- Mousset, Kronenburg
- Beimer Vlees, Rijkerswoerd
- Van Marwijk, Catering Elst
- Keurslager Van den Brink, De Laar Oost
- Etos Wilma, De Laar Oost
- Primera, De Laar Oost
- Jumbo, De Laar Oost
- Bloem en Pracht, De Laar Oost
- Van der Sluis, Groenten en Fruit
- Nagelstudio Sommy Nails, De Laar Oost

Heb jij ook al een Etos klantenkaart?

Etos merk altijd 2e zelfde product halve prijs*

Etos Wilma

voor Etos extra leden

Oostburgwal 22-24
6845 CZ, Arnhem
026-3810050

Tandartsenpraktijk "Schuytgraaf"

"Uw tandarts voor het hele gezin"

- ✓ We nemen nog nieuwe patiënten aan!
- ✓ Persoonlijke aandacht van ons enthousiaste team
- ✓ Uitstekende kwaliteit door professionele scholing
- ✓ Complete mondzorg met mondhygiënistes
- ✓ Prothese specialist aanwezig op vrijdagmiddag
- ✓ Bij angst de juiste, rustige en persoonlijke benadering
- ✓ Alle werkdagen geopend en ook de woensdagavond!

Het is heel erg schoon! Aardige en gezellige mensen! Leuke en huiselijke wachtkamer!

Dyany, 13 jaar

Maandag	08:00 uur – 17:00 uur
Dinsdag	08:00 uur – 17:00 uur
Woensdag	08:00 uur – 20:00 uur
Donderdag	08:00 uur – 17:00 uur
Vrijdag	08:00 uur – 17:00 uur

Iedereen is welkom en we denken met u mee!

Hunnenveld 38 · 6846 CP Arnhem · 026 - 3831328
www.tandartsschuytgraaf.nl

SOMMY NAILS

Oostburgwal 38, Arnhem
Winkelcentrum de Laar Oost

06-28295370

www.sommynails.nl

TACOYO:
Conditie en Ontspanning op Muziek

EERST 2X GRATIS uitproberen

TACOYO =

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

IN ARNHEM NOORD EN ZUID

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

Informatie / aanmelden:
info@tacoyoarnhem.nl 06-20093737

www.tacoyoarnhem.nl

Peuken en raapstokken

Door Marijke

Ik was aanwezig bij de feestelijke opening van het wijkgebouw in De Laar West met de democratisch gekozen naam 'De Laarhof'. De huiskamer waar voor en door bewoners activiteiten georganiseerd worden. Al kennismakend en handenschuddend met de mensen die aanwezig waren, werd ook uitgewisseld wie welke taak vervulde in de wijk.
Op de vraag wat ik deed, vertelde ik dat ik namens de redactie van Laarnieuws aanwezig was en dat ik Mart van der Burgh zou gaan vervangen als columnschrijver. De reacties waren leuk en één persoon kwam meteen al met een tip voor een onderwerp. Ik wilde aandacht voor onderwerpen die de mensen uit De Laar bezighouden, dus ik had hier meteen een goed thema te pakken.
De tipgever vroeg mij dringend aandacht te vestigen op al die peuken die overal op straat liggen. Luid riep hij uit wat een bende het is. Bij elke wandeling die ik zelf maak, valt het mij ook op hoeveel troep er sowieso langs fietspaden, afritten van snelwegen en bermen ligt. Het lijkt wel of het steeds meer wordt ook. Tot nog toe sloeg ik mezelf geregeld voor het hoofd tijdens net op weg van weer een nieuwe wandeling. 'Alwéér vergeten raapstokken op te halen!'. Laat het toeval nu willen dat in De Laarhof de voorraad grijpstokken met toebehoren is opgeslagen. Toeval bestaat niet. Het heeft zo moeten zijn.
Na afloop van al die gezelligheid bond ik de stokken plus houder om de vuilniszak vast te houden, op mijn fiets en ging weer huiswaarts. Nog diezelfde middag zijn vriend en ik op pad gegaan en hebben van mijn huis tot aan het winkelcentrum Schuytgraaf en weer terug beide kanten van het fietspad schoon geraapt. In totaal anderhalve vuilniszak. Ik dacht dat het vervelend werk zou zijn, maar dat is helemaal niet zo. Het was hartstikke leuk!
Aanvankelijk voelden wij ons alsof we een taakstraf aan het uitoefenen waren en keken een beetje schuins om ons heen of we geen bekenden zagen. Maar een passerende vrouw op een fiets riep luidkeels: 'Goed zo!' en stak een duim omhoog. Fietste een eindje door en draaide zich weer half om en riep nogmaals: 'Goed hoor!' en stak opnieuw haar duim omhoog. Kijk, daar word ik nou helemaal blij van.
Die raapstokken hebben slechts één nadeel. Je kunt er geen peuk mee van de grond krijgen. Hoe wij dat ook probeerden, het lukt gewoon niet.
En die peuken, dat is wat. Jeetje! Tipgever had groot gelijk. Rond station Arnhem Zuid, onder de perrons en de fietsenstalling een tapijt van peuken. Mocht iemand nog denken dat roken not done is tegenwoordig, nou volgens mij is het weer helemaal terug van helemaal niet weggeweest.
Weten jullie wel lieve, veelal jonge doorrokers, dat het achterlaten van een peuk op straat is verboden? En dan gaat het vooral om filtersigaretten. Daar kan je een vette boete voor krijgen.
Via artikel 10.23 van de Wet milieubeheer en de artikelen 1a, 2 en 6 van de Wet op de economische delicten is het ook heus een strafbaar feit. Daar hoort ook een transactie/ strafbeschikking ter hoogte van 120 euro bij (feitcode H 022). Jawel, dat lees je goed: 120 euro! Wisten jullie dat? Ik niet. Maar een beetje Googelen levert een boel interessante peuken-informatie op. Zoals bijvoorbeeld het volgende: Sigarettenfilters zijn slecht voor de natuur, dat weet elk weldenkend mens. Maar sigarettenfilters zijn er toch om het roken voor de mens minder schadelijk te maken? Nee hoor, gefopt!
Helaas wordt de roker ernstig om de tuin geleid door de tabaksindustrie. Er wordt helemaal niets gefilterd, maar gewoon een marketingtool om meer sigaretten te verkopen. 'Ja maar', denkt nu de roker, 'Ik wil dit allemaal helemaal niet weten. Wat een flutcolumn is dit!' 'En bovendien, het is toch hartstikke cool om je peuk zo van je af te schieten, hop de berm in, zo lekker nonchalant, liefst nog met een flinke fluim er achteraan. Moet ik toch lekker zelf weten!'. Als je dan toch persé een aanslag op jezelf wilt plegen, doe dat dan zonder je omgeving lastig te vallen. Neem snus! Een wat, snus? Ja snus. Dat is een zakje met nicotine dat je onder je bovenlip plaatst.
Bij snus geen rook, geen damp of andere stoffen in de lucht. De nicotine komt via een andere route in je lichaam; daarom is het gebruik van snus wat minder slecht dan het consumeren van een sigaret. Bij snus gaat dit via de kleine bloedvaten in je tandvlees.
Wat dat voor gevolgen heeft voor je tandvlees is vooralsnog onduidelijk. Er is nog niet veel onderzoek naar gedaan. Een studie uit 2012 bij een onderzoeksgroep concludeerde dat 'het gebruik van snus het risico op tandcariës (gaatjes) niet verhoogt'. Doordat de nicotine via je bloed in het lichaam wordt opgenomen, houdt de werking van nicotine langer aan. Dit heeft een positief effect op je nicotinegebruik, omdat je minder vaak de drang naar nicotine zult hebben. Niet alleen voor jezelf, maar ook voor de mensen bij je in de buurt een welkome verbetering.
Er is dan ook een grote groep mensen die besluit om over te stappen op snus. Uit Zweeds onderzoek blijkt dat 71 procent van de dagelijkse rokers dat ook snus gebruikt in staat was om te stoppen met roken.

Nou ja! Dat is toch goed nieuws!

Intermezzo zoekt strijkers en blazers

Speel je een strijk- of blaasinstrument? Beetje gevorderd? Welkom in ensemble Intermezzo! Klassiek repertoire, repetities om de week op woensdagavond in Rozet.
Plezier in samenspelen staat centraal. Kijk op huismuziekarnhem.nl of kom naar de openbare repetitie op 19 oktober tussen 20.00 en 21.30 uur in Rozet (toegang vrij).

Stadslandbouw aan de Mooieweg: al jaren actief voor de Voedselbank.

Al meer dan 10 jaar worden aan de Mooieweg 17 groenten geteeld, waarvan de grootste opbrengst naar de Voedselbank gaat. Verdeeld over de week (behalve zondag) zijn dagelijks vrijwilligers in de weer op de tuin. In deze periode van het najaar wordt nog veel geoogst, zoals pompoenen, courgettes, boerenkool, sla, andijvie en snijbiet, maar ook tropische vruchten als lauki en sopropo. Maar ook worden nog steeds kiemplantjes gezet, zoals bieten, sla en koolplantjes.

Inmiddels is de Open Dag geweest, die twee keer per jaar gehouden wordt. Dan laten de vrijwilligers zien waar ze allemaal bezig zijn, kunnen onbespoten groenten tegen betaling geoogst worden, zijn er rondleidingen en kinderactiviteiten.Veel meer informatie is te vinden op de website www.stadslandbouwmooieweg.nl en op sociale media als Facebook en Twitter.

Een nieuwe wijkactiviteit: 'Koffie in het groen'.
Sinds kort is de Stadslandbouw een nieuwe activiteit gestart: 'Koffie in het groen', een wekelijks koffiemoment in de tuin aan de Mooieweg 17.

Voorlopig elke vrijdag tussen 11.00 en 12.00 uur kunnen wijkbewoners en belangstellenden uit andere wijken elkaar ontmoeten en genieten van een kopje koffie of thee in een groene omgeving.
Nu al is het terrein aan de Mooieweg 17 een plek waar vrijwilligers en bezoekers van de Zelfoogst Zaterdagen elkaar ontmoeten. Met een koffiemoment wil de Stadslandbouw ook andere groepen bereiken, zoals ouderen en mensen met minder sociale contacten. Ook uit andere wijken. Het is een laagdrempelige activiteit waar men welkom wordt geheten en in een ongedwongen en gezellige sfeer kan genieten, niet alleen van de koffie of thee met iets lekkers, maar ook van de werkzaamheden in de tuin en van alle planten en bloemen die er groeien. Gratis, al is een donatie welkom.

Gastvrouw Lidy leidt rond als men dat wil en legt uit. Bij mooi weer wordt de koffie buiten geserveerd, bij slecht weer wordt uitgeweken naar de Stadslandbouw-keet. Als u die bezoeker bent, dan bent u van harte welkom aan de Mooieweg 17.

KidzOnly in De Laar

Voor alle kinderen in De Laar is er ook dit schooljaar 2022-2023 weer een naschools aanbod. Dit aanbod is tot stand gekomen door de samenwerking van de scholen in De Laar, de gemeente Arnhem en wijkteam De Laar en diverse aanbieders. De Expeditie, de Laarakker, de Laarhorst en de Lingelaar werken hierin samen. KidzOnly is de plek waar je na schooltijd naar toe kan gaan om leuke nieuwe dingen te leren. In en bij de school, voor alle kinderen in De Laar! Interesse? Mail naar naschools.startblok@gmail.com of geef je op via het online formulier. De activiteiten zijn gratis, wees er echter snel bij om je in te schrijven. Je kunt zowel in De Laar West als Oost meedoen aan activiteiten. De informatie en de activiteitenposter worden ook gedeeld via social schools en/of de site en nieuwsbrief van school. Ook hangt de poster met het aanbod van Kidzonly in school en wordt het programma in de groep toegelicht.

Zoals eerder genoemd werken we met verschillende aanbieders samen, waaronder **De Vloer podiumkunsten.** Zij verzorgen zelf nog meer **muziek, theater, dans en musical lessen.** Op de site van De Vloer kan jouw kind zich ook opgeven voor andere workshops of lessen naast het naschoolse aanbod. Op de website www.devloer.nu is nog meer informatie te vinden.

Als wijkbewoner mag je tegen een sterk gereduceerd tarief aan deze lessen van De Vloer deelnemen. Ook als je in het bezit bent van een Gelrepas kan jouw kind deelnemen.

Verder werken we met de organisaties **Skillztogrow** samen voor de **Free running** en **Breakdance/ Hip Hop en Skateboard lessen**. Ook zijn er nog andere aanbieders zoals, **Centrum Natuureducatie** - natuurlessen, **Mad Science** - proefjes en techniek door Nicolien Berkers, **De Boog** - creatieve lessen door Jolanda Klijn, **Circus** lessen door Jantelle de Nooij, **Film en animatie** lessen door Andor Driessen, **Weerbaarheidstraining Akido** door Pieter Ott, **Prentenboek maken** door Saskia Daniels en **Grafitti** lessen door **Motion**. Eigenlijk is het teveel om alle aanbieders op te kunnen noemen. We hopen dat jullie allemaal veel plezier aan de lessen beleven. Heb je vragen, mail dan naar **naschools.startblok@gmail.com**.

KidzOnly team Mirjam Scheepers en Ria v.d Brink

DE OOSTELAAR
WIJKVERENIGING

Om ons bestand flexibel te houden zijn wij op zoek naar reservebezorgers voor wijkblad Laarnieuws, zowel voor De Laar West als voor De Laar Oost.

Wijkblad Laarnieuws verschijnt 6x per jaar; als bezorger hebt u, na aflevering, een week de tijd om de wijkbladen in uw wijkdeel te bezorgen. Het aantal wijkbladen verschilt per wijkdeel en varieert van plm. 75 tot plm. 200.

Hebt u interesse en tijd? Laat het ons dan weten: redactie@oostelaar.nl of bel voor meer informatie: 06-31960079.

Workshop kerstcreatief

Het lijkt ver weg, maar we zitten zo weer in december. Onze november workshop staat al in het teken van Kerst. We gaan verschillende variaties kerstboompjes maken, met als basis piepschuim kegels. Denk daarbij aan verschillende soorten wol, mos en versieringen. Op één boompje komt een ledlampsnoertje. De boompjes staan dan op schijfjes hout.

Wanneer	:	dinsdag 8 november
Waar	:	boerderij De Kroon, deel I en II
Tijd	:	19.30 - 22.00 uur
Organisatie	:	wijkvereniging De Oostelaar
Kosten	:	€ 20,00 voor leden en € 25,00 voor niet-leden
Opgeven	:	vanaf 17 oktober
Bij:	:	Elvira Benerink, tel. 06-44503444

Bij niet tijdige afzegging (48 uur voor aanvang) worden de kosten in rekening gebracht. Je kunt de materialen dan (laten) halen om thuis het werkstuk te maken.

Najaarsprogramma EBHO

Heerschop EHBO Opleiding Training

Workshop EHBO aan baby's en kinderen (19.00 - 22.00 uur) | https://www.hot-ehbo.nl/workshop-eerste-hulp-aan-babys-en-kinderen-arnhem/
- Maandagavond 24 oktober
- Woensdagavond 16 november

Cursus Reanimatie en AED (18.30 - 22.30 uur) | https://www.hot-ehbo.nl/reanimatiecursus-arnhem/
- Woensdagavond 19 oktober
- Woensdagavond 23 november

Herhalingscursus reanimatie en AED (19.00 - 22.00 uur) | https://www.hot-ehbo.nl/herhalingsles-reanimatie-arnhem/
- Dinsdagavond 27 september
- Dinsdagavond 1 november

Cursus uitgebreide EHBO voor volwassenen, kinderen en baby's https://www.hot-ehbo.nl/opleiding-uitgebreide-ehbo-arnhem/
- 4 zaterdagen (4 x 6 uur van 09.00 - 16.00 uur)
- 5, 12, 19 en 26 november

Alle bijeenkomsten zijn gepland in de Bredeschool; de basisschool naast de sporthal in De Laar West. Het is vaak mogelijk de kosten van de workshop en van cursussen EHBO en/of reanimatie te declareren bij je ziektekostenverzekering. Mensen met een Gelrepas kunnen hun tegoed van de pas inzetten om een workshop of cursus te volgen.

Benbiao
Acupunctuur & orthomoleculaire therapie
Acupunctuur, voeding, supplementen en kruiden

Venlosingel 56 Arnhem
06-13259681
www.acupunctuur-arnhem.nl
Lid Zhong & MBOG

Volgens who: Darmklachten, Overgewicht, Ondergewicht, Onverklaarbaarheid, Allergie vermoeidheid Burnout Acne Overgangsklachten Hoofdpijn e.a.

Nationale Notaris

Nationale Notaris Arnhem
Kronenburgsingel 23
6831 GD Arnhem
www.nationalenotaris.nl
arnhem@nationalenotaris.nl
tel. 026 – 388 388 6

P. Andriessen
Tandprotheticus

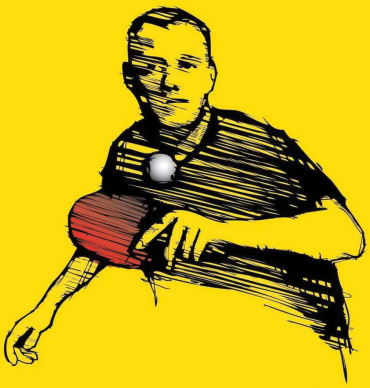
Technisch- medisch specialist voor wat betreft het aanmeten en maken van het **kunstgebit**

Ook voor de **implantaatprothese**

Bel voor afspraak en advies:

Wassenaarweg 5 A
6843 NX Arnhem
Tel: 06 13962950

Email: p.andriessen@wxs.nl



ATTV-Treffers
Tafeltennisvereniging Arnhem

Speel je mee?

Doe een paar keer gratis op proef mee.
Zowel recreatief als in competitieverband.
Meer info: www.treffers-arnhem.nl
Spelzaal Venlosingel
Boshovenstraat 6
Jeugd: woensdag 16.00 - 17.00 uur
Recreanten: woensdag 19.30 - 21.00 uur
50 Plus: maandag/donderdag 10.00 - 12.00 uur

MARIBEAU
medisch schoonheidsspecialist in dermatologie
voeding & beweging

is een toonaangevende praktijk op het gebied van:

- **Huidverbetering met laser**
  Littekenbehandeling, bijv. acné, brandwonden, chirurgie, pigment- en ouderdomsvlekken, rimpelbehandeling, verfijnen huidstructuur en poriën
- **Huidverjonging en -verbetering**
  Microneedling voor gelaat en lichaam
- **Definitieve ontharing**
  IPL "Ellipse" bij het consumentenprogramma "Kassa" als beste uitgekomen
  Elektrisch ontharen
- **Behandeling van couperose, bloedblaasjes, fibromen, steel- en ouderdomswratten**
- **Behandeling van acné en probleemhuiden**
- **Medische camouflage van huidaandoeningen**
- **Figuurcorrectie**
- **Voeding & Beweging**
- **Permanente make-up**

MARIBEAU medisch schoonheidsspecialist in dermatologie, voeding & beweging behandelt alle huidtypes. Wij zijn gediplomeerd en werken samen met de zorgverzekeraar voor definitieve ontharing, behandeling van acné, medische camouflage van huidaandoeningen en voedingsadvies. Tevens werken wij samen met dermatologen en huisartsen.

Voor meer informatie over de behandelingen kijk op www.maribeau.nl, stuur een mail naar info@maribeau.nl of bel naar 026 - 32 36 586.

Sint Maarten

Sinte, Sinte Maarten
De koeien hebben staarten
De meisjes hebben rokjes aan
Daar komt Sinte Maarten aan!

Liedjes, lichtjes, lekkers

Op vrijdag 11 november is het weer Sint Maarten. Dat betekent dat de kinderen met lampionnen al zingend langs de deuren komen. Natuurlijk hopen zij dat u de deur voor hen opendoet, naar hun liedjes luistert en ze als beloning iets lekkers (snoep of fruit) geeft.
Wij hopen dat u mee wilt helpen deze vrolijke traditie in stand te houden. Hoe? Door de kinderen niet teleur te stellen. De Sint Maartensoptocht betekent namelijk voor veel kinderen een feest!

Om de kinderen niet onnodig voor gesloten deuren te laten staan, vragen wij u een kaarsje of waxinelichtje aan te steken en voor het raam te zetten, als de kinderen bij u welkom zijn. Zij weten dan waar ze kunnen aanbellen. Tijdens de optocht zijn vrolijke kinderliedjes te horen, zodat u de kinderen al van verre kunt horen aankomen.

De route die dit jaar gelopen wordt, is als volgt:

start bij boerderij De Kroon – rechts Randweg (fietspad) – rechts Bingelradepark – links Bingelradestraat – rechts Gronsveldstraat – rechts Venlosingel – rechts Herkenboschstraat – pleintje rondlopen – rechts Gronsveldkade – links Gronsveldkade – rechts Bingelradepark – via fietspad Randweg weer terug naar boerderij De Kroon.

Bij zeer slecht weer wordt de route ingekort. De optocht duurt ongeveer drie kwartier.
Bij terugkomst in boerderij De Kroon krijgen de kinderen limonade met wat lekkers en voor de ouders is er koffie. Deelname is gratis. De wijkvereniging zorgt voor begeleiding, maar de ouders blijven zelf verantwoordelijk voor hun kinderen.
Verzamelen vanaf 17.45 uur bij boerderij De Kroon (achteringang), vertrek om 18.00 uur.

Gezien Covid-19 kunnen zaken gewijzigd worden. Kijk voor het meest actuele nieuws op onze website www.oostelaar.nl en Facebookpagina.

World CleanUp Day

Zaterdag 19 september deed De Laar Schoon mee aan de jaarlijkse World CleanUp Day. Het was een mooie morgen waarbij we afval raapten in de omgeving van de Eindhovensingel. Met een paar mensen zo een paar zakken vol zwerfafval uit het groen, waaronder ook een kussen, een jas en een halve fiets.

Dank aan de mensen die meededen en dank aan Desiree van sportkantine De Laar West voor de heerlijke soep en broodjes na het werken!

Doe je volgende keer ook mee? Hou dan de borden en Facebook in de gaten!

WIJ ZOEKEN JOU!

I.v.m. het - komende - vertrek van enkele van onze leden zoeken wij versterking.

Hou jij je leefomgeving graag schoon en wil je meepraten en meedenken over het afval in de wijk? Meld je dan aan! Wij worden ondersteund door Team Leefomgeving. Je hebt echt invloed!

Mail naar delaarschoon@gmail.com .

Sinterklaas bezoekt De Laar

Optocht door de wijk

Op zaterdag 19 november is het weer zover! Sinterklaas komt naar De Laar, samen met zijn pieten. Eerst maakt hij een rondgang door de wijk, begeleid door zijn pieten en heel veel kinderen met papa's en mama's en natuurlijk ook opa's en oma's. De Pietenband zorgt tijdens de optocht voor vrolijke Sinterklaasmuziek. Kinderen, die als "sintje" of "pietje" verkleed in de optocht meelopen, kunnen een prijsje winnen.

De optocht start om 12.30 uur in de Bingelradestraat. Om plm. 13.30 uur zal de hele stoet bij winkelcentrum Oostburgwal aankomen, waar Sinterklaas verwelkomd wordt.

Prijsuitreiking kleurplatenwedstrijd en hulpsinterklaasjes en hulppietjes

Als Sinterklaas eenmaal op het podium zit, maakt hij bekend wie de kleurplatenwedstrijd van de winkeliers gewonnen heeft. Daarna roept hij de leukste "sintjes" en "pietjes" bij zich om ook aan hen een prijsje uit te reiken. Houd dus je rugnummertje bij de hand en lever dit na de prijsuitreiking in. Wie weet win jij een prijsje! Kleurplaten zijn bij de Jumbo af te halen. Houd de aankondiging hiervoor in de winkel in de gaten.

Route Sinterklaasoptocht door de wijk

De optocht start om 12.30 uur **in de Bingelradestraat**. Daarna rechtsaf Venlosingel langs de scholen Venlosingel uitlopen Randweg oversteken Hoedekenskerkestraat linksaf Meliskerkestraat helemaal uitlopen tot Randweg rechtsaf Randweg op rotonde via zebra oversteken rechtdoor fietspad Brabantweg rechtsaf Bredasingel uitlopen tot fietspad Kroonse Wal rechtsaf fietspad op linksaf plein bij winkelcentrum op aankomst aldaar plm. 13.30 uur.

op zaterdag 19 november

Feest in boerderij De Kroon voor kinderen die hun schoen gezet hebben

Om **15.00 uur** begint het feest in boerderij De Kroon voor kinderen van 0 – 10 jaar, die hun schoen hebben gezet. Eén ouder per kind is welkom.

Voordat Sinterklaas binnen komt, maken alle pieten, samen met de kinderen, er alvast een vrolijk feestje van. Limonade en speculaas horen daar natuurlijk ook bij.

Als Sinterklaas eenmaal binnen is, kunnen kinderen, die dat willen, een liedje komen zingen of met Sinterklaas op de foto. Ook worden de kinderen, die een prijsje gewonnen hebben met versierde schoenen, op het podium geroepen. Daarna gaat Sinterklaas, samen met de pieten, de gevulde schoenen uitdelen.

De zaal is open vanaf 14.30 uur en het feest duurt tot ongeveer 16.30 uur.

Wil je meedoen aan het feest in de boerderij? Dan moet je wel de dag ervoor je schoen zetten; dat kan alleen wanneer je de onderstaande bon uiterlijk **13 november** in de brievenbus bij boerderij De Kroon stopt. Je kunt de bon ook bij de beheerder van de boerderij of bij bistro 't Kroontje halen. De bon kan eveneens vanaf de website www.oostelaar.nl geprint worden.

Op vrijdag 18 november kun je tussen 17.00 – 18.00 uur de schoen inleveren bij boerderij De Kroon (bijbouw). Als je de schoen mooi versiert, kun je hiermee een prijsje winnen.

Het Sinterklaasfeest is een samenwerking tussen ondernemers Oostburgwal, boerderij De Kroon en wijkvereniging De Oostelaar.

Gezien Covid-19 kunnen zaken gewijzigd worden. Kijk voor het meest actuele nieuws op onze website en Facebookpagina.

Sinterklaasfeest 19 november in boerderij De Kroon

BON VOOR SCHOENZETTEN OP 18 NOVEMBER

Ik wil meedoen aan het Sinterklaasfeest op zaterdag 19 november in boerderij De Kroon (aanvang 15.00 uur, zaal open vanaf 14.30 uur).

Op vrijdag 18 november kun je tussen 17.00 – 18.00 uur je schoen inleveren bij boerderij De Kroon (bijbouw).
Let op, de schoenen zijn alleen op dat tijdstip in te leveren. S.v.p. voor elk kind één aparte bon invullen. Indien van toepassing: gelieve te betalen bij het inleveren van de schoen(en), pinnen is mogelijk.

Deze bon **uiterlijk 13 november** in de brievenbus bij boerderij De Kroon stoppen.

Kosten: leden gratis; niet-leden € 2,50.	Kosten: leden gratis; niet-leden € 2,50.
Voornaam : ..... **J / M**	Voornaam: ..... **J / M**
Achternaam:	Achternaam: .....
Leeftijd : ..... jaar	Leeftijd : ..... jaar
Adres:	Adres: .....
Telefoonnr.:	Telefoonnr.: .....
Wel / geen lid van wijkvereniging De Oostelaar.	Wel / geen lid van wijkvereniging De Oostelaar.

Groenprojecten in De Laar

Interview met Gaelwyn van der Mije

Als je rondloopt in de omgeving Udenstraat van De Laar West, dan zie je al snel een van de projecten van groenverbetering die zijn uitgevoerd op initiatief van Gaelwyn van der Mije, ecologisch hovenier, educator en landschapsecoloog van kleinbedrijf Natuurkracht en Educatie. Het gaat dan voornamelijk om grasveldjes die werden gebruikt als hondenuitlaatplek en waar zich geregeld zwerfvuil verzamelde, nu omgetoverd tot groene oases met veel rijke natuur. Het betreft de volgende projecten: Heemtuin 't Udens hofje met fruitbomen en -struiken, vaste planten en kruiden; Boomspiegels met Hazelaar, Vlinderstruik, en Rimpelroos; een Taludpark met Gewone vlier, Kardinaalsmuts,Vingerhoedskruid, en Kraailook; een voor iedereen toegankelijke Bostuin De Laar met fruitbomen, bessenhaag en winterharde kruiden, vaste planten en sierstruiken; en Heemtuin 't Singelshofje met ruim 60 soorten planten van fruitbomen tot bessenstruiken.
Dit alles is in de afgelopen jaren ontstaan, mede met de hulp van Alex, de medewerker groen, diverse vrijwilligers, stagiaires van Helicon Velp, bewoners van Udenstraat en Aalburgstraat, de Gemeente Arnhem en Dolmans Landscaping Group. Je zou kunnen zeggen dat de natuur in De Laar hiermee een enorme oppepper heeft gekregen en dat dit alles perspectief geeft voor veel meer in deze trant. Gaelwyn, ik kan mij voorstellen dat er bewoners zijn van De Laar die het best wel leuk zouden vinden om een heemtuin vlak in de buurt te hebben. Als ze jou daarvoor benaderen, hoe gaat dat dan in z'n werk? Trouwens, hondenbezitters, het lijkt mij toe dat zij toch graag gelegenheid houden om hun hond uit te laten. Wordt daar rekening mee gehouden? "Iedereen kan mij benaderen via email of bellen of appen. Eerst luister ik naar de wensen en behoeften, vervolgens kijk ik naar de locatie waar ik dan mee moet werken. Op basis van een screening van de locatie kan ik de mogelijkheden en onmogelijkheden benoemen en de eventuele vervolgstappen om het alsnog mogelijk te maken. Elke locatie biedt immers haar eigen uitdaging. Vervolgens wordt in overleg met de opdrachtgever gewerkt aan de volledige uitvoering inclusief advisering, beheer en lange termijn doelen. Als het openbaar terrein betreft, dan is de 1e stap een verzoek indienen bij Milly Kors van gemeente Arnhem, en als het dan past binnen het bestemmingsplan, dan wordt er een plan uitgewerkt en na goedkeuring uitgevoerd. Met betrekking tot hondenuitlaatgebieden kan ik het volgende zeggen. Als in het bestemmingsplan staat dat de locatie is toegewezen als hondenuitlaatgebied, dan is het per definitie verboden om er bijvoorbeeld een heemtuin van te maken. Dus enkel op plekken waar het geen officiële hondenuitlaatplaats is, kan er getransformeerd worden."

Op je website zie ik dat Natuurkracht & Educatie zich focust op ecologische, eetbare tuinen wat betreft aanleg, onderhoud, advisering en/of educatie. Zijn de hierboven geschetste projecten dan te zien als representatief of richt je je ook op particulieren die hun eigen tuin willen verbeteren? "De genoemde projecten zijn ieder een op zichzelf staand voorbeeld van een samenhang van de kernwaarden: ecologisch divers, eetbare eigenschappen, multifunctioneel en zelfvoorzienend, bestemd voor zowel dieren als de mens om daarvan te eten. Ook is de inrichting zodanig dat er voor het onderhoud minimale ingrepen gedaan hoeven te worden. Elk project is evenwel ook gebaseerd op doelstellingen en mogelijkheden die de locatie aanbiedt. En voor particulieren spelen daarbij de specifieke behoeftes en wensen die men heeft. Dit dan meegenomen in het ontwerpproces geeft iedereen een unieke mix van planten, bodemsamenstelling en symmetrie in de tuin. Iedere particulier die een duurzame, ecologisch vriendelijke tuin wenst, is van harte welkom, van klein stadstuintje tot grote landschappen."

Op je website wijs je op het belang van circulair denken, dat al het afval wordt hergebruikt, verwerkt wordt tot nieuwe producten. Maar tegenwoordig hoor je ook veel over vergroening die wenselijk is in verband met klimaatverandering, versterking van de biodiversiteit en verbetering van de leefkwaliteit. Kan je je voorstellen dat je ook advies geeft voor vergroening die zich specifiek daarop richt, op bijvoorbeeld vergroening van gevels, daken, tuinen en straten? "Absoluut, daar ben ik immers al mee bezig met de genoemde projecten. Denk aan herintroductie van verloren inheemse soorten in dit gebied. De kernwaarden die je noemt, zitten allemaal onder de paraplu van ecologisch tuinieren."

Ken je de actie Tegelwippen? In Arnhem heeft die actie al veel succes gehad. Arnhem werd zelfs nummer 1 van 114 deelnemende gemeenten in 2021. Toch denk ik dat veel mensen nog remming ervaren bij het tegelwippen, in bijvoorbeeld hun eigen tuin, of voor het vergroenen van een kale gevel. Heb jij ideeën voor hoe ze 'over de drempel' te halen zijn? "Ik ken deze actie, jazeker. Wat mij vaak opvalt bij de doorsnee burger is het volgende: onwetendheid, angst, aannames. Veel mensen denken dat een groene tuin arbeidsintensief is, terwijl dit een ontwerpkeuze is. Veel wilde planten zijn tijdelijk en gedijen enkel onder bepaalde condities. Mijn suggestie zou zijn: geef uitleg over de randvoorwaarden die nodig zijn voor een succesvolle, laagdrempelige groene tuin met arbeidsvriendelijke insteek."

Het is een wild idee misschien, maar is bijvoorbeeld een heemtuin te combineren met een kunstwerk? Een beeld, plastiek, dat op de een of andere manier een 'goed huwelijk' aangaat met het groen er omheen? Volgens mij is daar wel belangstelling voor, van kunstenaars, en van kunstliefhebbers en omwonenden. "Zeker is het een mogelijkheid. Kijk maar naar de vlindertuin in park Sonsbeek. Die is gebaseerd op een groot kunstvoorwerp. Ook hierbij geldt het argument: je past je beplanting aan, aan hetgeen waar je mee moet werken. Of dit nu een fontein, een kunstwerk, een bouwwerk of iets anders is. Elke scenario heeft zijn eigen karaktereigenschappen en dus mogelijkheden."

Ik heb weleens gelezen dat stedelijke gebieden met extra vergroening uiteindelijk eenzelfde rijke biodiversiteit kunnen ontwikkelen als bijvoorbeeld een natuurpark. Het is misschien wel een idee om bijvoorbeeld heel Arnhem-Zuid zodanig in te richten dat het uiteindelijk het karakter krijgt van een natuurgebied. Lijkt je zoiets mogelijk en zou je daarvoor adviezen willen geven? "Dat lijkt mij zeer zeker mogelijk, mits je rekening houdt met de locatie en randvoorwaarden die het gebied met zich meeneemt. De soortenrijkdom kan dan exploderen ten bate van iedereen en met een minimaal onderhoud als resultaat. Ik pleit hier al voor bij Gemeente Arnhem en lokale partijen zoals Park Lingezegen, stichting Ecovrede en de biologische tuindersvereniging Elderveld. Ik zou mij graag nog meer willen inzetten hiervoor, waar dit maar mogelijk is."

Meer info, zie: https://www.natuurkrachteneducatie.nl/.

Interview en foto: Dick Broere.
Meer foto's, zie: www.delaararnhem.nl .

Gratis entree
Gratis koffie/thee
Gratis parkeren

casino
SUIKERLAND

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

www.casinosuikerland.nl

Zin om mee te denken over ‘Park De Laar’? Kom langs en/of doe mee met wijkpanel De Laar!

Inwoners hebben vaak ideeën hoe hun wijk kan verbeteren. Niemand kent de wijk tenslotte zo goed als de mensen die er wonen. Zo krijgen we al een aantal jaar het signaal van bewoners dat er behoefte is aan een fijne ontmoetingsplek, fraai groen en meer mogelijkheden om buiten te recreëren en te bewegen in De Laar.
Daarnaast ligt er een concreet initiatief voor de bouw van levensloopbestendige appartementen in De Laar.
We hebben hiervoor een passende locatie gevonden: de directe omgeving van sporthal De Laar West. De eerste stappen op deze locatie zijn reeds gezet met het openen van De Laarhof - huiskamer van de wijk - en het Rozetje De Laar. Ook is de plek voor het wooncomplex vastgesteld.
Er blijft veel groen. Hiervoor zijn we op zoek naar bewoners die via een wijkpanel willen meedenken over ideeën en wensen om het grasveld met groen opnieuw in te richten tot een heus ‘Park De Laar’ of welke naam het parkje zal krijgen...

Samen maken we een aantrekkelijk park in de wijk
Het herinrichten van een groengebied of een stadspark is maatwerk, daarom willen we dit oppakken met bewoners die van het park gebruik gaan maken. Dit zijn veelal direct omwonenden, maar ook andere bewoners uit de wijk. Wanneer nodigt het uit tot ontmoeting en kun je er sporten en spelen? Wat zijn wensen en behoeften van de gebruikers? Wat is de impact op de omgeving? Als we dit samen oppakken, wordt het park er alleen maar mooier van. Daarnaast kan het bijdragen aan het gevoel van sociale veiligheid. Het haalt namelijk de anonimiteit bij het park weg. Het wordt zo een echt park van de bewoners van de wijk! Naast ontmoeten, ontspannen en bewegen, biedt het park straks ruimte voor biodiversiteit, natuur en gezondheid.

Een eerste verkenning
Met de bewoners en de gebruikers willen we graag verkennen hoe we in dit gebied de diverse initiatieven, wensen én de nieuwbouw in elkaar kunnen schuiven.

Graag nodigen we u van harte uit op **3 november van 19.00 tot 21.00 uur** in De Laarhof, huiskamer van de wijk, aan de achterzijde van de sporthal.

Deelnemen aan wijkpanel De Laar?
U kunt zich ook aanmelden voor het digitale wijkpanel. Stuur dan uw naam en adres naar deLaar-elden@leefomgevingarnhem.nl . U ontvangt dan een digitale enquête, in dit geval over de inrichting van ‘Park De Laar’. Zo kunt u meepraten en meedenken over het ontwerp, de inrichting en de naam. De uitkomsten van zowel de verkenning als het wijkpanel worden gebruikt in de realisatie van het park.

Ecologisch onderhoud Kroonse Wal

Misschien bent u Wendy Grobben al tegen gekomen; zij studeert voor ecologisch tuinontwerper en verzorgt het onderhoud van de groene muur bij de Kroonse Wal. Zelfs met de droge warme zomer, staan de planten van de biologische kweker Dependens er prachtig bij. Ze zitten al vol leven. Van maart tot november staan de nectarrijke planten in volle bloei, zodat vele vlinders, bijen, hommels, spinnen, libellen en zelfs rupsen van (nacht) vlinders er dagelijks beschutting en voedsel kunnen vinden.
Wilt u meer weten over de soorten planten die er staan, het zaadmengsel of welk onkruid er groeit, of heeft u andere vragen of opmerkingen over de tuin, neem dan contact op met Wendy via deLaar-elden@leefomgevingarnhem.nl .

Tuinontwerper Wendy Grobben (links) met haar nichtje Kyra Wilson die voor haar schoolstage mee heeft geholpen met het ontwerp en het aanplanten van de verticale tuin in De Laar.
Foto door Rinus Baak.

Ben jij al in het Rozetje De Laar geweest?

Er is steeds meer te doen in De Laar. Naast De Laarhof, huiskamer van de wijk, kunt u dagelijks terecht in het Rozetje De Laar. Het Rozetje is gestart als een kleine bibliotheek voor kinderen en volwassenen uit de wijk, voor het lenen en inleveren van boeken. Ook kunt u hier gereserveerde boeken ophalen. Maar het is meer dan een prachtig ingerichte Verhalenkamer. Het is een plek waar wijkbewoners elkaar kunnen ontmoeten en cultuur dichterbij brengt voor alle buurtbewoners. De krant ligt er en er worden activiteiten georganiseerd. Er is ruimte voor eigen initiatieven of het opzetten van activiteiten.

Heerlijk kopje koffie
Vanaf oktober starten we op dinsdagochtend 9.00 uur met voorlezen voor de leeftijd 0 tot 4 jaar. Op donderdagochtend van 9.30 tot 11.00 uur is er een koffieochtend waarbij u op een laagdrempelige manier nieuwe mensen kunt ontmoeten, lekker een krantje kunt lezen en kunt genieten van een heerlijk kopje koffie. Om het Rozetje

De Laar te laten groeien hebben we natuurlijk wijkbewoners nodig die langskomen en meedoen, maar zijn we ook op zoek naar vrijwilligers om de activiteiten te ondersteunen. Heeft u interesse om iets voor het Rozetje te betekenen, laat het ons weten! Dit kan een wekelijkse inzet zijn, maar ook met 'vakantiekrachten' zijn we erg blij. Vrijwilligers bij Rozet worden bovendien bedankt met leuke voordelen zoals een gratis bibliotheekpas en gezellige activiteiten! Mail naar deLaar-elden@leefomgevingarnhem.nl . Het Rozetje is te vinden in de Brede School De Laar West aan de Brabantweg 105 (ingang schoolplein De Laarakker, naast de sporthal tegenover de skatebaan) en is elke ochtend (maandag t/m vrijdag) geopend van 8.30 tot 12.00 uur. Op woensdag en vrijdag kunt u er ook in de middag terecht tot 15.00 uur.

Openingstijden:

Maandag	8.30 – 12.00 uur
Dinsdag	8.30 – 12.00 uur (9.00 uur voorlezen 0-4 jaar)
Woensdag	8.30 – **15.00** uur
Donderdag	8.30 – 12.00 uur (9.30 - 11.00 uur koffieochtend)
Vrijdag	8.30 – **15.00** uur

Buurtconciërge Julius

Vanaf 1 april jl. is Julius van Lent onze buurtconciërge van Arnhem Zuid. Hij stelt zich graag voor.

"Ik woon in Arnhem en ken de wijk aardig goed. Hiervoor heb ik gewerkt bij een internationaal hoveniersbedrijf en heb een brede ervaring in het groen. Mijn specialiteiten zijn luisteren en communiceren, netwerken, en het ontwikkelen van projecten. Mijn voorganger Henry Oost heeft een aantal jaar deze functie bekleed op een prachtige, eigen manier. Ook ik zal hier mijn persoonlijke draai aan geven en voor u klaar staan.
Vanuit Dolmans Landscaping Services Oost word ik drie dagen ingezet als voorman ter ondersteuning van de ploegen, die u in de wijk ziet voor het wijkonderhoud. Twee dagen ben ik beschikbaar voor de werkzaamheden van de buurtconciërge. Voor een juiste voorzetting van de werkzaamheden heb ik een overdracht van Henry gehad. Ik kijk er naar uit om mooie, leuke projecten uit te voeren die goed zijn voor mens & natuur en natuurlijk de wijk een mooie, fijne groene uitstraling geven.

Heeft u vragen, wilt u advies of een live kennismaking, dan ben ik te bereiken via de mail, whatsapp of u kunt mij bellen."
Tel: 06-53666681
Mail: Julius.van.lent@dolmanslandscapingservices.com

Kunstcafé in De Laar

Het volgende kunstcafé De Laar is op donderdag 20 oktober van 10.30 tot 12.00 uur in de kantine van de sporthal De Laar West. Het Kunstcafé wordt georganiseerd in samenwerking met Rozet. Het Kunstcafé is gratis te bezoeken, voor 5 euro zijn er kaartjes verkrijgbaar voor onbeperkt koffie en thee. Het kunstcafé wordt dit keer geheel verzorgd door Tessa Zoutendijk, violiste en verzinster.
Voor meer informatie zie: www.tessazoutendijk.nl .

Ieder mens is een scheppend wezen! Dat is het uitgangspunt van Tessa Zoutendijk. Zo schept zij met haar violen en loopstation een muzikale wereld die steeds weer anders kan zijn. Er komen verschillende stijlen langs, van klassiek tot rock, van folk tot moderne muziek.

Tessa Zoutendijk (Tilburg 1977) wist als jong kind al mensen te raken met haar vioolspel. Sindsdien heeft zij twee studies afgerond op het conservatorium ArtEZ: Muziektherapie (2001) en Viool Jazz & Pop. Zij werd gegrepen door de directe verbinding tussen klank en emotie die overal weer opduikt; zowel op het podium als in haar werk als muziektherapeut, muziekdocent en workshopleider. Folk en wereldmuziek liggen Tessa het meest na aan het hart. Zij combineert dat graag met improvisatie en het gebruik van elektronica en effecten.

Schildersbedrijf Dave Kemp

Voor al uw binnen en buiten schilderwerk

Bel voor een vrijblijvende offerte
Huissen
Tel: 026 – 8480303
Mob: 06 – 14231708
Email: f.kemp1@chello.nl
www.kempschilderwerken.nl

KUSTERS MEDIA
we make brands grow

NU €100 KORTING*
LOGO – HUISSTIJL – FOTO – VIDEO – WEBSITES

*BEKIJK DE ACTIEVOORWAARDEN OP DE SITE:
WWW.KUSTERSMEDIA.COM

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

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

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

af AllianceFrançaise Arnhem

W.Kessels
Bouw- en onderhoudsbedrijf

TEL: 026-3234951

Haal het beste uit jezelf
Meld je aan voor coaching en zet die eerste stap in een gratis kennismakingsgesprek.

Coaching
Persoonlijkheid
Loopbaan
Relatie

Meditation
Echtscheiding
Familie
Premarital (voor het huwelijk)

Puur Mediation Coaching

Mariska Elbertsen
www.puur-mediation.nl

T: 06-16191234
E: info@Puur-mediation.nl
A: Mooieweg 25 Arnhem Zuid

BRANDT
daktechniek & onderhoud

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

BEL 06-51164851 VOOR MEER INFORMATIE

't Anthonie 50, Westervoort

06-51164851 | 026-7856130
www.bdto.nl

Energieloket Arnhem

Door de stijgende energieprijzen willen steeds meer mensen aan de slag met energie besparen en het energiezuiniger maken van hun huis. Maar hoe doe je dat? Waar begin je? Wie kan helpen?

Daarvoor kan je contact opnemen met het Energieloket Arnhem. Dit loket is onderdeel van Arnhem Aan. Arnhem Aan (www.arnhemaan.nl) is een bewustwordingscampagne van de gemeente Arnhem om het duurzaam omgaan met energie te stimuleren. Het biedt een brede ondersteuning aan inwoners en ondernemers van Arnhem en laat zien welke initiatieven er zijn in de stad.

Energieloket Arnhem
Inwoners kunnen bij het Energieloket Arnhem terecht met al hun vragen over energie en kunnen gebruik maken van de mogelijkheden die Arnhem Aan biedt. Denk bijvoorbeeld aan een energieadvies voor woningeigenaren, energiecoach die mensen met een kleine portemonnee helpt met energie besparen, overzicht van subsidies en leningen, collectieve inkoop van zonnepanelen, het aanjaagfonds waarmee duurzame bewonersinitiatieven worden ondersteund (zoals De Laar Energiebewust) en nog veel meer. Kijk voor alle mogelijkheden op www.arnhemaan.nl/mogelijkheden .

Energieloket Arnhem contactgegevens:
- Telefoon: 026 - 377 3777
- Mail: info@arnhemaan.nl

Kom langs in Halte 2030 (Oude Kraan 72) na het maken van een afspraak via info@arnhemaan.nl .

Aan de slag!
In de eerste weken van oktober dagen we Arnhemmers uit om aan de slag te gaan met energie besparen. Kom zaterdag 15 oktober langs in een bouwmarkt in Arnhem en kijk op www.arnhemaan.nl/aandeslag voor acties, tips en meer. Volg Arnhem Aan op social media om op de hoogte te blijven: Instagram en Facebook: @ArnhemAan026 .

Vaker lopend of fietsend naar school

Wanneer veel ouders hun kinderen naar school brengen met de auto, levert dit chaos en onveilige situaties op. We willen daarom graag dat kinderen lopend of met de fiets naar school komen. Het vermindert het autoverkeer rondom de school, zorgt voor minder parkeerdruk en is bovenal ook veel gezonder voor de kinderen. Om dit te stimuleren lopen er twee initiatieven in De Laar.

Veilige Schoolzone
Rondom De Expeditie en De Laarakker wordt een 'Veilige Schoolzone' aangelegd. Met borden, paaltjes en een 30 kilometer-zone, wordt aan weggebruikers duidelijk gemaakt dat er een basisschool in de buurt zit. Door extra alertheid van automobilisten wordt het voor (groepjes) kinderen veiliger en fijner om zelfstandig of onder begeleiding naar school te lopen of te fietsen.

High-Five
De Laarhorst doet sinds september mee met het proeftraject 'High-Five'. Rondom de school hangen opvallende gele 'High-Five' handjes. Alle kinderen krijgen een polsbandje waarmee ze deze 'High-Five' palen kunnen scannen. De palen staan op punten waar geen auto's kunnen komen (Bingelradepark, Eijsdenpad, Boshovenstraat, Venlosingel en bij school een fietsenteller). Als kinderen hun polsbandje scannen, kunnen ze punten verdienen. Die punten kunnen ze vervolgens weer inleveren voor prijzen. Dat kan een bioscoopkaartje zijn, maar ook een ijsje bij de lokale ijsboer of een weekje zonder huiswerk. Bovendien verdient de school met de High-Five punten, extra geld om het groene schoolplein te realiseren. Een win-win situatie!

De Lingelaar wilde ook graag aansluiten bij het traject. Aangezien het een provinciale proef is, bleek dat er slechts ruimte was voor één school. We doen nog ons uiterste best de proef uit te breiden, zodat de kinderen van De Lingelaar ook mee kunnen doen.

Het proeftraject loopt tot eind juni 2023.

Schuytgraaf Optiek

Nederlands brutaalste brillenmerk

Dutz is een oer-Hollands brillenmerk dat altijd een extra stapje zet om zich te onderscheiden van de rest. Het merk maakt van een standaard bril een modieuze bril door aparte en kleurrijke details op een subtiele manier toe te voegen.

Everybody can be so Dutz!
Dutz maakt een trendy bril voor iedereen bereikbaar. De collectie is gericht op mannen, vrouwen en kinderen en is door de uitstekende prijs-kwaliteitverhouding altijd het overwegen waard.

Benieuwd geworden naar de collectie? Kom deze dan gerust eens bekijken in onze winkel. De koffie staat voor u klaar.

www.schuytgraafoptiek.nl

Peter van den Dungen & Marlon Cau - de Reus

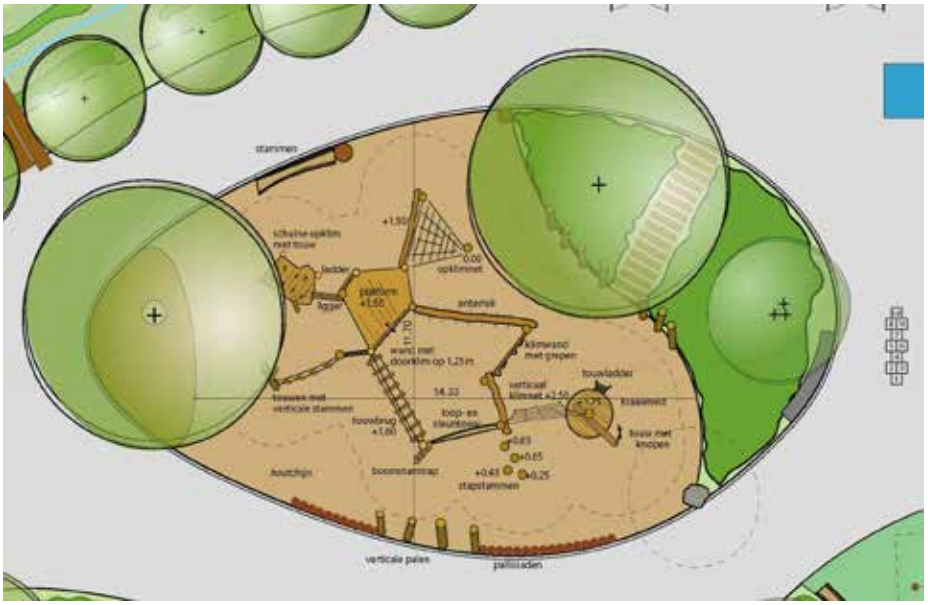
klanten vertellen 9,6

Het groene plein

Het groene plein van Basisschool De Expeditie krijgt steeds meer vorm! Op 30 november wordt een prachtig houten speeltoestel op het bovenbouwplein geplaatst met volop plek om te klimmen en klauteren. In het voorjaar wordt begonnen met de aanleg van de rest van het ontwerp voor de twee pleinen. Beide pleinen zullen in elk geval tot 17.00 uur elke dag open zijn om te spelen voor alle kinderen in de wijk.

Wat kunnen de kinderen verwachten van ons nieuwe plein, behalve het nieuwe speeltoestel? Er komt op beide pleinen veel groen, om te ontdekken, in te spelen en te verstoppen. Er komen allerlei klimelementen, heel veel groen, een buis om doorheen te kruipen, bruggetjes om te balanceren, een buitenklas voor voorstellingen, maar ook om lekker te chillen, struinpaadjes en een nieuwe zandbak. Natuurlijk blijft er ook de mogelijkheid om lekker te voetballen bij de doeltjes op het plein.

We zoeken nog sponsors voor ons nieuwe plein! Met een kleine bijdrage maakt u ons al blij. Mocht u ons willen steunen om het plein te realiseren, dan kunt u uw bijdrage overmaken op NL31 INGB 0002 7471 81 t.n.v. St. De Basis Expeditie ORR in Arnhem o.v.v. 'groene plein'. Als u ons als bedrijf wilt steunen en u wilt een bijdrage doen van minimaal 250 euro, dan kunnen wij u later dit jaar op ons sponsorbord aan de schoolmuur vermelden. Mooie reclame voor uw bedrijf! Neem dan contact op met mariska.roos@floresonderwijs.nl.

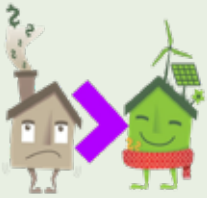


Speeltoestel. Zie voor meer foto's www.delaararnhem.nl .

Collectieve Isolatie: samen tegen de hoge energierekening

De gasprijzen bereiken een recordhoogte. Volgens het CBS is in 1 jaar tijd de prijs bijna 5x zo duur geworden. De toekomst is onzeker, maar verwacht wordt dat de gasprijzen voorlopig nog hoog blijven. Een structurele oplossing is nodig.

Wij als wijkbewoners hebben helaas geen invloed op de meeste factoren, maar we kunnen wel ervoor zorgen dat we zelf minder afhankelijk worden van gas. Het grootste deel van de huizen in onze wijk is 40-50 jaar oud en deze huizen zijn toen voorzien van de eerste isolatietechnieken. Deze isolatie is inmiddels sterk verouderd. Door gebruik te maken van de juiste isolatie kunnen we veel gas en geld besparen.
We kunnen in de winter er warmpjes bij zitten en ons hoofd koel houden in de zomer.



Wij, en velen met ons, zoeken een weg in het Wilde Westen van technieken, materialen en installateurs. Welke keuze is verstandig? En vooral: hoe houden we het betaalbaar?

Bewonersinitiatief De Laar Energiebewust wil de handen ineen slaan, door collectief isolatiemaatregelen in te kopen.
De voordelen hiervan zijn:

- Een collectief bespaart geld: groot inkopen
- Een collectief bespaart tijd: wij zoeken samen met onafhankelijke experts naar de beste isolatie en de geschikte bedrijven
- Samen staan we sterk: wij maken afspraken over prijs en kwaliteit

Deze winter willen we al starten met de eerste isolatieronde! U kunt uw interesse vrijblijvend aan ons doorgeven via de QR code of op: delaarenergiebewust@outlook.com .

Ook als u vragen heeft over energiebesparing, isolatie en financiering kunt u ons mailen. Eén van onze vrijwilligers neemt dan contact met u op.

Agenda wijkvereniging De Oostelaar

Onder voorbehoud! Kijk voor de actuele situatie op onze website en Facebookpagina

Zaterdagavondbingo
19.30 uur, Anja Spanbroek
8 okt, 12 nov, 17 dec Kerstbingo

Koffiemoment in De Laarhof
Brabantweg 115,
elke maandagochtend
10.00-12.00 uur,
elke woensdagmiddag
13.00-15.00 uur

Inloopmiddag en jokeren
13.30 – 15.30 uur
elke vrijdagmiddag

Woensdagmiddagbingo
Elvira Benerink,
06-44503444
elke 3e woensdagmiddag van de maand, 13.15 – 15.30 uur

Breien voor goed doel
10.00 – 12.30 uur
8 okt, 1, 15 en 29 nov, 13 en 27 dec

Creatieve workshops
19.30 – 22.00 uur
Elvira Benerink, 06-44503444
Ineke Bretz, 06-31960079
11 okt, 8 nov,
19 dec kerstworkshop

Badminton
10.00 – 11.30 uur
Harry Aalbers, 06-51829964
woensdagen in Sporthal
De Laar, Brabantweg 115

Mandala tekenen
10.00 – 12.00 uur
Elvira Benerink, 06-44503444
Ineke Bretz, 06-31960079
17 en 31 okt, 14 en 28 nov, 12 dec

Wie, wat, waar

Bestuur wijkvereniging De Oostelaar
p/a Randweg 2, 6845 AC Arnhem
www.oostelaar.nl
Voorzitter: Dennis van der Steldt, 06-13447505
Secretaris: Monique Bergers
Penningmeester: Annie Folman
Alg. bestuurslid: Anja Spanbroek
Alg. bestuurslid: Elvira Benerink
Alg. bestuurslid: vacature
Alg. bestuurslid: vacature

Wijkcentrum en zaalverhuur boerderij De Kroon
p/a Randweg 2, 6845 AC Arnhem
beheer/verhuur, 9.00-16.00 uur, 381 00 69
www.boerderijdekroon.nl, info@boerderijdekroon.nl

Zorgboerderij
Marion Klomp: 026-202 21 90
marion@zorgboerderijdekroon.nl

Medisch Centrum Insula Batavorum
Randweg 1-5
HAP Koolhaas en Van Koningsbruggen
info@hap-koolhaasenkoningsbruggen.nl 381 60 11
Tandartsenpraktijk, 381 75 17
Cranio Sacraal Therapie, 06-53949073
Psychologenpraktijk, 381 77 29
Haptotherapie, 443 00 19

Huisartsenpraktijk, Bredasingel 54: 381 51 59

Huisartsengroepspraktijk De Laar
Ginnekenstraat 16, 381 05 00

Huisartsenpost Regio Arnhem
buiten kantooruren: 026-3899696

SHO centra medische diagnostiek
www.sho.nl, 088-9997181

Apotheek De Laar, Bredasingel 145, 381 34 69

Tandartsen
Ginnekenstraat 10-12, 381 59 47
Tandartspraktijk Radic, ma-do 9.00-13.00 uur
Aalburgstraat 108, 389 15 16

Dierenarts
Dierenkliniek Arnhem Zuid-West, Woudrichemstraat 2-4, 381 21 80

Dierenambulance, 364 91 11

Diëtistenpraktijk New Life
Bredasingel 54, 06-18094249

Fysiotherapie/manuele therapie De Laar
Burgemeester Matsersingel 200, 381 69 96
Ginnekenstraat 10, 381 08 00

Verloskundigen Praktijk Puur Vroedvrouwen
Venlosingel 54, 3811795, www.puurvroedvrouwen.nl

Sociale raadslieden
026-3127999 (ma-vrij 9-11 u en 13-15u)
www.rijnstad.nl/hulponline
(ma - vrij binnen 24 uur antwoord)
Meldpunt Kindermishandeling, 442 42 22

Kantoor Hulpverlening
Kantoor Rijnbrink, Zeelandsingel 40, 312 77 00
tel. spreekuur, ma+wo 9.00-11.00 uur: 312 79 99
woensdag op afspraak via rijnstad.nl/afspraak

Raad voor de kinderbescherming
322 65 55

St. Thuiszorg Midden Gelderland
(STMG) 088 - 456 09 00

Jeugd- en Gezondheidscentrum 0-4 jr.
MFC Omnibus, Pallas Atheneplein 2
088-3556500 Afspreken 8.00-12.30 uur

Steunpunt Gaanderij
Driemondplein 1, 381 02 65

Buurtbemiddeling Arnhem
tel. 351 99 41, 06-29427944, ma-do
www.buurtbemiddelingarnhem.nl

Buurtpreventie WABP
WhatsAppBuurtpreventie De Laar Oost
Marijke Leusink AlarmAppBeheerder
06-18641091, www.wabp.nl

AED aeddelaar-elden@hotmail.com

Gem. Openbare Ruimte, 377 43 27

Servicelijn gem. Arnhem, 0800-1809
www.fixi.nl

ProZero, www.inzamelbalie.prozero.nl

ProZero Afvalverzamelaar, 0800–366 69 99
(ma-vrij 8.00-18.00 uur)

Basisscholen Venlosingel
De Lingelaar, 383 16 46
De Laarhorst (r.k.), 383 06 65

Basisscholen Brabantweg
De Laarakker (r.k.), 383 06 64
De Expeditie, 381 38 62

Peuterspeelzaal Moriaantje
Randweg 2 (De Kroon), 06-82487471 en 06-82571416

Peuterspeelzaal De Trommelaar
Brabantweg 115, 381 43 89

Wijkteam Elden/De Laar
Kantoor: De Gelderse Poort, Mr. E.N. van Kleffensstraat 12
6842 CV Arnhem, 088 – 226 00 00

Team Leefomgeving De Laar -Elden
Kantoor: De Gelderse Poort, Mr. E.N. van Kleffensstraat 12
6842 CV Arnhem, delaar-elden@leefomgevingarnhem.nl
Thea ten Velde, 06 31114953 , Paul Beltman, 06 44158344
Monja van Woensel, 06 31 10 80 28
Samantha van der Linde, 06 25 10 69 83

Wijkplatform De Laar,
delaararnhem@gmail.com, www.delaararnhem.nl

Jongerencentrum Motion/Rijnstad
Xavier Pfaad - 0611849134, Jahrai Veldt - 06 21 52 17 72,
Noortje Beukeboom - 06 46 13 67 22,
Sterre Leroi - 06 46 14 07 59
www.delaararnhem.nl/jongerencentrum-motion

Buurtsportcoach Iris Polman; 06-25452463

Storingen (gratis bellen, dag en nacht)
Liander: gaslucht, stroom-, gas- en meterstoringen,
0800-9009 Vitens: water, 0800-0359

Politiebureau Beekstraat 39
van 9.00-21.30 uur, 0900-8844

Bureau Zuid Groningensingel 94-96
Gebiedsagent Laar Oost: Bert Bloemsma
Gebiedsagent Laar West: Richard Lap

Brandweer, 355 61 11
Niet levensbedreigend: 0900-0904

Noodgevallen: 112

HERFST
OP DE
WOONBOULEVARD
ARNHEM
IEDERE ZONDAG
OPEN
Woonboulevard
Arnhem
Leen Bakker
KEUKEN CONCURRENT
DE GOEDKOOPSTE VAN NEDERLAND
JUMBO GOLF
totaal BED
zorgeloos slapen
Swiss Sense
BOXSPRINGS & MATRASSEN
Brugman
KEUKENS & BADKAMERS
morgana.nl
Damminga
VLOER HET zelf
ZELF LEGGEN OF LATEN LEGGEN
ACTION
Carpet RIGHT
sanitair Winkel.
praxis
BCC
Kijk voor acties en openingstijden op: WWW.WOONBOULEVARDARNHEM.NL
made in Arnhem

apetito
Met zorg bereid.
Speciaal voor u
Probeer nu 5 maaltijden voor slechts € 19,95!
Wat uw woon- of eetsituatie ook is: bij apetito willen we u culinair verrassen. Laten genieten van gemak... met onze keuze uit 150 vriesverse maaltijden! 5 van deze maaltijden kunt u nu proberen in een proefpakket voor slechts € 19,95.
Bestel en geniet van:
• Nasi goreng met kipsaté
• Macaronischotel
• Runderlapje in jus met bloemkool en aardappelpuree
• Runderhachee met rode kool en aardappelen
• Grootmoeders kippannetje: kippenpoot met groenten en gebakken aardappelen
Gratis aan huis bezorgd en zonder verdere verplichtingen. Dat smaakt naar meer toch?
Eet u natriumarm, vegetarisch of glutenvrij? Ook dat kan. Ga naar apetito-shop.nl/proefpakket of bel 0800 - 023 29 75 (gratis) en maak uw keuze. Vermeld bij de bestelling actiecode 202-SCVE1121.
Deze actie is enkel voor nieuwe klanten en geldig t/m 31 december 2022. Kijk voor de overige voorwaarden op apetito-shop.nl/proefpakket
Ook natriumarm, vegetarisch of glutenvrij.
www.apetito-shop.nl

Radic
Tandartspraktijk

www.tandartspraktijkradic.nl

Aalburgstraat 108
6844 DJ Arnhem

026 - 389 15 16

(ma t/m do: 9.00 - 13.00 en 14.00 - 17.00)

Persoonlijke aandacht bij een vast team, met meer dan 30 jaar ervaring

Angstbegeleiding en lachgas sedatie

Pijndiagnostiek

Porseleinen kronen en brugwerk dezelfde dag klaar

Kinderen en jeugd welkom!

Werken aan een dementievriendelijk Arnhem

Netwerk Dementie
Arnhem en omstreken

Veel mensen krijgen te maken met dementie. Dat is niet alleen moeilijk voor de persoon zelf, maar ook voor de omgeving. Gemeente Arnhem werkt daarom de komende jaren aan een dementievriendelijke stad. Waarin mensen met dementie zo lang mogelijk mee kunnen doen en inwoners de signalen van dementie herkennen. Samen helpen we daarmee veel Arnhemmers, bijvoorbeeld Fransina Meerbeek en haar man.

Het verhaal van Fransina
De man van Fransina Meerbeek heeft dementie. Tien jaar geleden herkende zij zelf de signalen. "Ik merkte dat het gedrag van Dik veranderde als hij weleens een wijntje of biertje dronk. Ook viel me op dat hij steeds minder kon onthouden.
Later was autorijden niet meer veilig. Fietsen kon hij ook niet meer, nadat hij een keer flink was gevallen met de e-bike. Gelukkig kon ik hem ervan overtuigen dat het niet goed zat in zijn hoofd en deed hij de dementietest bij de huisarts. Bijna alle vragen van de twee testen beantwoordde hij fout. Hij wist zelfs niet meer de naam van de wijk waarin hij woonde. Toen we werden doorverwezen naar de geriater voor onder andere een scan, werd dementie bij hem vastgesteld. Ondanks dat Dik alles ontkent, werkte hij volledig mee. Tot nu toe gaat alles nog goed. Ik hoef hem niet te helpen met douchen en aankleden.
Hij toont ook geen 'wegloopgedrag' wat je weleens vaker ziet bij demente ouderen. Wel is hij vaak onrustig, dan wil hij naar de terrasjes, ergens koffie drinken of een broodje eten." Fransina geniet nog van alle kleine dingen. "Ik scrabbel bewust veel met hem om te kijken of hij dat nog kan. Af en toe haalt hij alleen boodschappen bij de supermarkt. Dan geef ik hem een briefje mee. En soms komt hij terug met een taart, want die was in de aanbieding, zegt ie dan. Zolang we nog samen zijn, blijf ik dik tevreden met Dik."

Leer ook dementie herkennen
Fransina Meerbeek herkende de signalen van dementie bij haar echtgenoot. Maar dat geldt niet voor iedereen. Weet u bijvoorbeeld wat de signalen bij dementie zijn? En hoe u iemand met dementie een helpende hand toesteekt? Om Arnhemmers hierbij te helpen, biedt gemeente Arnhem samen met het Netwerk Dementie Arnhem en Omstreken trainingen aan voor inwoners, die meer willen leren over hoe je iemand met dementie herkent en helpt.

Volg de gratis training
Bouwt u ook mee aan een dementievriendelijk Arnhem? U kunt u gratis inschrijven voor de training 'Samen Dementievriendelijk'. Ga naar ndao.nl voor meer informatie en de beschikbare data.

GEMEENTE Arnhem

Coördinator wijkbladbezorging voor De Laar Oost gezocht!

Annie Folman stopt eind van dit jaar als 1 van de 2 coördinatoren wijkbladbezorging. Zij regelde de distributie van Laarnieuws in De Laar Oost. We zijn daarom op zoek naar een nieuwe coördinator, die per 2023 kan starten.
Wil je meer info, mail dan naar redactie@oostelaar.nl .

Annie, enorm bedankt voor je inzet!