



de wijkkrant

vredenburg
holthuizen

www.vredenburg.info
www.wijkconnect.com/arnhem/vredenburg



Volendammer Vishandel de Vakman

Winkelcentrum Kronenburg en Versgaard Velp

Het adres voor vers gesneden hollandse nieuwe, warm gebakken vis,
verse vis, gemarineerd 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

www.vishandeldevakman.nl

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

Wat wonen wij toch mooi in ons deel van Arnhem Zuid! Aan de ene kant het Immerloopark met zijn weelderige natuur-en recreatiegebied en aan de andere kant het over-

dekte en gezellige winkelcentrum Kronenburg, waar het winkelend publiek zijn auto gratis parkeert. Vroeger waren bewoners 'over de brug' geen echte Arnhemmers; echte Arnhemmers woonden in Arnhem Noord. Inmiddels is het tij gekeerd en trekken veel jonge gezinnen naar de in Arnhem Zuid in aanbouw zijnde wijk Schuytgraaf, de enige omvangrijke uitbreidingslocatie van Arnhem.

Sinds enige tijd is er wel een zekere mate van afgunst te bespeuren van de kant van Arnhem Noord. Waar Arnhem Zuid in de belangstelling staat bij investeerders om bepaalde originele initiatieven te realiseren, moet helaas worden vastgesteld, dat deze plannen niet in goede aarde vallen bij Arnhem Noord in het algemeen en de Arnhemse binnenstad in het bijzonder uit vrees voor concurrentie. Hier kan bijvoorbeeld worden gedacht aan het initiatief voor een unieke megabioscoop met vergaderzalen bij de voormalige Rijnhal en aan het plan voor een (zorg)hotel tegenover winkelcentrum Kronenburg.

Menig gemeentebestuur zou staan te trappelen om deze frisse ideeën binnen te halen, maar de gemeente Arnhem niet. Ingefluisterd door de ondernemers van de Arnhemse binnenstad wijst het gemeentebestuur deze initiatieven om discutabele redenen af. Wij betreuren dat, niet alleen omdat ook Arnhem Zuid een volwaardig stadsdeel is en recht heeft op dienovereenkomstige voorzieningen, maar ook omdat het niet zo kan zijn, dat vanwege een helaas teruglopende Arnhemse binnenstad aantrekkelijke ontwikkelingen in Arnhem Zuid worden tegengehouden.



In dit nummer

Pag.5: Team Leefomgeving
Pag.7: De Wijkprijs
Pag. 9: Krasse Knarren
Pag. 11: Buurtoverleg, Zonnebloem
Pag. 13: OBS Da Vinci
Pag. 15: Info pagina
Pag. 17: Uitkomen met inkomen
Pag. 19: Bep en Fatima, Infigo preventie
Pag. 21: Thuisadministratie
Pag. 23: SV. Arma
Pag. 25: Fin. Cafe, Binnenstadskoor
Website:
- www.vredenburg.info

Colofon

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

Redactie: M. v. Streun, M. Rissewijk en G. Scheuter.

Redactieadres: en kopij:
wijkkrantvrehoek@hotmail.com

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

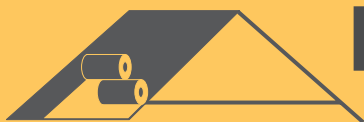
Illustraties: Marjan Hiemstra

Bezorging: Marjon Meijer

Drukker: CP Grafimedia Groep, Didam

Oplage: 2350

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 te weigeren ofwel in te korten. De wijkkrant niet ontvangen? Bel 06-20587792.



Heuveling

Dakbedekkingen

Niet de eerste, Wel de beste



Al meer dan 30 jaar het vertrouwde adres voor:

- Reparatie • Renovatie • Dakpannen • Dakramen • Platte daken
- Zinken daken & goten • Vrijblijvende prijsopgave/offerte

heuveling-dakdekkers.nl

of bel met 026-3232918



Online verkoop **VELUX** **FAKRO** dakramen,
raamdecoratie, lichtkoepels & golfplaten:

dakraampje.nl • golfplaatje.nl • lichtkoepeltje.nl

Team Leefomgeving RKV

Van wijken weten: In iedere wijk van Arnhem is een team leefomgeving actief. Met deze werkwijze wil de gemeente 'Van wijken weten':

INWONERS MEER INVLOED GEVEN



Door in iedere wijk met een team leefomgeving te werken, weten we beter waar bewoners en bedrijven in de wijk mee bezig zijn en wat hen bezig houdt. Het team leefomgeving maakt ieder jaar een wijkprogramma, zoveel mogelijk in overleg met bewoners en organisaties. In het programma staan de punten die belangrijk zijn voor de wijk.

DOEN WAT NODIG IS IN DE WIJK



Samen met inwoners en organisaties zoeken we naar kansen om dingen in de wijk slimmer te organiseren. Bijvoorbeeld door activiteiten in de wijk te combineren, keuzes te maken of nieuwe oplossingen te bedenken. Zo zorgen we er samen voor dat het geld wordt besteed aan wat het meest nodig is.

RUIMTE BIEDEN AAN INWONERS



De gemeente wil meer ruimte geven aan inwoners, bedrijven en organisaties. Eigen ideeën en initiatieven vanuit de wijk willen we waarderen en stimuleren. Daarbij staan niet de regels voorop, maar doen wat goed is voor de wijk. Dit vraagt om een nieuwe manier van denken en (samen)werken.

MEER SAMENWERKEN



Het team leefomgeving verbindt initiatieven, mensen en organisaties in de wijk en stuurt op gemeentelijke taken. Door veel in de wijk te zijn en persoonlijke contacten te leggen, weten we beter wat bewoners en bedrijven bezig houdt en hoe we met elkaar kunnen samenwerken.



GELD PER WIJK VERDELEN

De teams leefomgeving beslissen over het geld dat beschikbaar is voor de wijken. Iedere wijk heeft een eigen budget, waarin geschoven kan worden. Zo kan het team leefomgeving per wijk bekijken waar meer geld naar toe moet, en waar het juist minder kan. Dit kan per wijk verschillen, omdat iedere wijk anders is. De doelen uit de wijkprogramma's worden vertaald naar een begroting.

De wijkbegrotingen zijn onderdeel van de algemene begroting van de gemeente, die in het najaar in de gemeenteraad wordt behandeld en vastgesteld. Na besluitvorming over de begroting, zorgen de teams leefomgeving voor de terugkoppeling naar de wijken.

Hoe kunt u ons bereiken?

Op dit moment zit onze kantoorruimte boven kinderdagverblijf het Pompeltje (achter wijkcentrum de Vredenburg).

Ook kunt u ons telefonisch en per e-mail bereiken. Onze algemene mailbox wordt dagelijks gelezen: rkv@leefomgevingarnhem.nl.

Rechtstreeks zijn we uiteraard ook bereikbaar:

* bianca.van.der.weijden@arnhem.nl
026 377 5028 (1^e contactpersoon voor Vredenburg)

Als we actie willen ondernemen, of iets anders willen in de wijk, moeten we keuzes maken. U heeft invloed, dus vertel het ons!

salon mademoiselle

Maak kans op een gratis gezichtsbehandeling door u in te schrijven voor onze nieuwsbrief..

- Pedicure (diabeet/reuma)*
- Acne*/gelaatsbehandelingen
- Fruitzuurpeelings*
- Microdermabrasie *
- Duurzame ontharing*
- Wimperextensions
- Brazilian wax
- Massage
- Ayurvedische massage
- Voetreflexmassage
- Permanente make-up

* Vergoeding zorgverz. mogelijk.



NU **€50,-**

korting op het nieuw
zetten van
permanente make
up. (eyeliner boven
en onder,
wenkbrauwen of
lipcontour)

Heeft u nog vragen of wilt u een afspraak maken?

Salon Mademoiselle

www.salon-mademoiselle.nl

Loppersumhof 102

info@salon-mademoiselle.nl

TACOYO: dé anti-stress conditietraining op muziek Kom 2x GRATIS PROBEREN

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



DINSDAG:

19.00 uur Gymzaal Viottastraat

DONDERDAG:

18:45 en 20:00 uur
Gymzaal Piramide
Hooghalensingel

(ingang tegenover Drenthesingel)

TACOYO:

- * 5 kwartier no-nonsense training
- * Verbeterd houding, figuur en souplesse
- * Ontspan, reduceert stress
- * Voor jong en oud, man en vrouw

- * Iedere week nieuwe muziek
- * Samen trainen maar op eigen niveau



www.tacoyoarnhem.nl

Wijkprijs van de wijk Vredenburg



Kent u iemand, een project of organisatie die zich vrijwillig inzet in de wijk Vredenburg? Vindt u dat deze persoon of organisatie de vrijwilligersprijs verdient? Meldt deze persoon of organisatie dan aan !

De “Duif” is de wijkprijs voor vrijwillige inzet in de wijk Vredenburg. Dit jaar zal hij voor de 1e keer uitgereikt worden! De prijs bestaat uit het kunstobject ‘De Duif’ en een cadeaubon.

Wie komt voor deze vrijwilligersprijs in aanmerking?

Individuele vrijwilligers, projecten of organisaties (bedrijven) die zich inzetten op welke manier dan ook.

Criteria aanmelding Vrijwilligersprijs “De Duif”:

- Het vrijwilligerswerk moet binnen de wijk Vredenburg plaatsvinden.
- Het gaat om vrijwilligerswerk en dus onbetaalde inzet (een onkostenvergoeding is wel toegestaan).
- De inzet van vrijwilligers is noodzakelijk voor het slagen van activiteit of project.
- Het betreft een activiteit die enthousiasme en betrokkenheid uitstraalt en een positieve invloed heeft op de leefbaarheid in de wijk.

Procedure nominatie Vrijwilligersprijs:

- Individuele vrijwilligers, organisaties (bedrijven) en projecten worden voorgedragen om in aanmerking te komen voor “De Duif”.
- De aanmeldingen worden beoordeeld door een deskundige jury aan de hand van de vaste criteria.
- Uit de aanmeldingen nomineert de jury drie organisaties of individuen. De jury bezoekt de genomineerden om een goed beeld te krijgen van de activiteiten van de organisatie of individuele vrijwilliger.
- Tijdens het bewonersoverleg wordt uit deze drie genomineerden de winnaar bekend gemaakt.

Deze bon (of neem de gegevens over in een mail) inleveren op het aanstaande bewonersoverleg of onderstaande gegevens mailen naar : Stichtingbewonersvredenburg@outlook.com

Naam vrijwilliger :

Telefoonnummer.

Adres vrijwilliger:

Naam aangever :

Telefoonnummer:

Adres aangever:

Omschrijving vrijwilligersactiviteit :

.....

.....

Deadlines Wijkkranten

April 2019 1 maart 2019

Juni 2019 1 mei 2019

TANDPROTHETICUS **P. Andriessen**

Wettelijk erkend
(lid O.N.T.)

Problemen met uw kunstgebit?

De prothese wordt door mijzelf in nauw overleg met u gemaakt, waardoor tandvorm, kleur- en zetting worden afgestemd op uw wensen.

Bel voor advies en/of afspraak.

Ziekentfonds/particulier

Wassenaarweg 5a, 6843 NX Arnhem.

Ma/vrij.: tel. 026-3620455 of 06 13962950

Computerdokter Vredenburg

Hulpaanhuis voor Computer, Laptop, Tablet en Smartphone.
Windows, Apple, Android.

€ 15,00 per uur, SeniorWeb leden € 4,50 per uur

Computer vaardigheden en Tips & Trucs:

Groepslessen € 70,00 voor 10 lessen van 2uur

Telefoon: 0263271001

E-mail: frank.dreijling@xs4all.nl

Magnifique
SCHOONHEIDSSALON

Croydonplein 416 Arnhem
Tel: 026-3230309
www.salon-magnifique.com

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

Tweedehands dames- kinderkleding-spielgoedbeurs

De volgende beurs zal plaatsvinden op zaterdag 30 maart 2019 van 11 tot 13 uur in het Maarten van Rossem, Groningensingel 1235. Wil je ook kleding/spielgoed inbrengen of op de hoogte blijven? Stuur dan een mail naar:

kinderkledingbeursvredenburg@gmail.com

Je kunt ons ook volgen op facebook en een bezoek brengen aan onze website: www.kinderkledingbeursvredenburg.nl

We hopen iedereen de volgende beurs weer terug te zien!





Krasse K(n)arren



Krasse K(n)arren

In Arnhem Zuid en Elst is een groep scootmobielers actief, die zich de Krasse K(n)arren noemt. Zij komen 8x per jaar bij elkaar.

De tochten die zij maken zorgen voor saamhorigheid en vriendschap. Lekker een dagje uit en van de zon en de natuur genieten.

In de winter kunnen zij geen tochten maken, maar dan komen zij toch eens per 2 maanden bij elkaar voor een gezellige activiteit zoals, kerststukjes maken of een spelletjesmiddag.

Eens per jaar proberen zij een grote activiteit te organiseren. Denk aan Burgers Zoo, Openlucht-museum of een dagje Posbank.

Zij starten meestal om 10.00 uur 's morgens maar hebben ook middaguitjes. Voor iedere tocht of activiteit krijgt u een uitnodiging waar de tijd en plaats van de start staan vermeld.

De scootmobieltochten voor 2019 zijn gepland op:

3 mei, 7 juni, 5 juli, 2 augustus en 6 september.

Als de temperatuur boven de 20° C uitkomt in april, starten we.



Wijkkrant zoekt vrijwilligers

De redactie zoekt met spoed vrijwilligers die deel willen nemen aan de redactie.

We zoeken met name iemand die het leuk vindt andere mensen te interviewen, een column wil schrijven of een reportage wil maken over activiteiten in en door de wijk. Ook zoeken wij een vormgever. Wij maken graag een afspraak voor een kennismaking: mail naar de redactie :

Wijkkrantvrehoek@hotmail.com



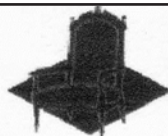
Al 40 jaar een begrip in Arnhem - Zuid

**MHA Advocaten Arnhem | Huissensestraat 55 | 6833 HM Arnhem
026 - 322 91 47 | www.mha-advocaten.nl**

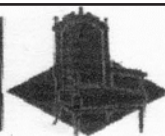


Nationale Notaris

Nationale Notaris Arnhem
Kronenburgsingel 23 • 6831 GD Arnhem
www.nationalenotaris.nl • arnhem@nationalenotaris.nl
tel. 026 - 388 3886



MEUBELSTOFFEERDERIJ
van den Akker



Nu gevestigd, Malburgse Sluis 5c
VOOR AL UW MEUBELSTOFFEERWERK
Industrieterrein de Bakenhof Tel. 4421182

Data Buurtoverleg Vredenburg

De Stichting houdt 3x per jaar een bewonersbijeenkomst in het wijkcentrum Vredenburg. Daar worden onderwerpen besproken die belangrijk zijn voor onze wijk. De bijeenkomsten in 2019 zijn gepland op:

20 februari (woensdag), 14 mei (dinsdag), 30 oktober (woensdag).

In de Vredenburg van 20.00-22.00 uur,

Sinds enkele maanden stuurt de Stichting een digitale nieuwsbrief uit met actuele berichtgeving over activiteiten in en rondom onze wijk. Er zijn al een aantal bewoners die zich hiervoor al hebben opgegeven maar mocht er meer belangstellenden zijn dan kun je je opgeven op onderstaand emailadres:

nieuwsbrief.vredenburg@gmail.com



Als Zonnebloemvrijwilliger kunt u zo veel meer dan u denkt

Velen kennen de Zonnebloem en velen denken dan meteen aan de boottochtjes over de Rijn. ... Maar de Zonnebloem is zoveel meer. Ook in onze wijk Vredenburg. Wij zetten ons in voor mensen die fysiek beperkt zijn door handicap of gevorderde leeftijd.

Wij proberen een sociaal isolement te voorkomen. De eenzaamheid te doorbreken. Samen leuke dingen te doen, individueel of in groepsverband. Soms is op bezoek gaan voldoende want daar kijk je naar uit als je nooit meer bezoek krijgt. Een geduldig luisterend oor bieden in deze snelle wereld. Van samen naar de film gaan tot een dagje uit. Van een bingomid-dag tot een concert. Van samen kersen eten in de bongerd tot een gezamenlijk kerstdiner.

Voor Arnhem Zuid zoeken wij enthousiaste vrijwillig(st)ers, die zin hebben om op hun eigen wijze en in hun eigen tijd willen genieten van het plezier dat ze anderen geven.

Wil je meer informatie neem dan contact op met

Gerry Smink via gerrysmink@hotmail.com

Bellen mag ook 06 19126459



Vreedzame School OBS Da Vinci

Op OBS Da Vinci zijn vandaag de diploma's uitgereikt aan de mediators. Sinds anderhalf jaar werken op de OBS Da Vinci Arnhem aan de Vreedzame School. De Vreedzame School is een compleet programma voor basisscholen voor sociale competentie en democratisch burgerschap. Het beschouwt de klas en de school als een leefgemeenschap, waarin kinderen zich gehoord en gezien voelen, een stem krijgen, en waarin kinderen leren om samen beslissingen te nemen en conflicten op te lossen. Kinderen voelen zich verantwoordelijk voor elkaar en voor de gemeenschap, en staan open voor de verschillen tussen mensen.



Vervolg op pag. 13

Voelt

praktijk voor
gezonde
eetgewoonten

Goed

Claudia Dorland
gewichtconsulente

Schepen Leijdeckerstraat 8
6831 KG ARNHEM

 06 10 21 10 22

 info@voeltgoed.nl

 www.voeltgoed.nl

kinderopvang **skar**

DAGOPVANG DE LINDELOOT IN ARNHEM-ZUID



STAP IN JE TOEKOMST

- ★ babygroep (0 - 2 jaar) ★ peutergroep (2 - 4 jaar) ★ verticale groep (0 - 4 jaar)
- ★ VVE-locatie ★ elke groep heeft zijn eigen tuin ★ fantastische grote binnen- én buitenruimtes
- ★ in de wijk Vredenburg ★ skar.nl ★ 0900-23 57 527

OBS Da Vinci, *vervolg pag. 11*

In de groepen worden wekelijks lessen gegeven en kinderen weten, na anderhalf jaar, heel goed hoe ze iets positiefs (opsteker) kunnen zeggen. Ook zijn ze steeds beter in staat om elkaar te vertellen wat ze niet fijn vinden en samen te zoeken naar een win-win oplossing.

Een belangrijk onderdeel van De Vreedzame School is mediatie. Mediatie is bemiddeling bij conflicten. Alle leerlingen leren wat mediatie is en daarnaast worden enkele leerlingen opgeleid om de rol van leerlingmediator te vervullen. Zo nemen de kinderen zelf de verantwoordelijkheid voor het oplossen van conflicten in de klas of op het schoolplein. In dit tweede jaar van de invoering van De Vreedzame School zijn een aantal leerlingen getraind als mediator. De leerlingmediatoren uit groep 7 en 8 hebben gesolliciteerd naar de taak van mediator. Eenmaal opgeleid is er elke dag in een school een tweetal mediators die 'dienst hebben'. Tijdens de pauzes kunnen zij helpen bij het oplossen van een conflict van andere kinderen. Zij zijn zichtbaar door een geel hesje. Op een rustige plek in de school voeren ze een gesprek met de kinderen om ze te helpen hun conflict op te lossen. Vanaf vandaag zetten we mediators in. We zijn enorm trots op deze mediators en het behalen van hun diploma.



De OBS Da Vinci Arnhem is vier weken lang bezig geweest met 'Project Indonesië'. Alle kinderen van groep 1 t/m 8 mochten iedere week iets speciaals knutselen met kosteloos materiaal dat van te voren massaal werd ingezameld. Zo werden er bijvoorbeeld hartjes sleutelhangers gemaakt van oude fietsbanden, kleine Indonesische schilderijtjes, krukjes van hout en oude fietsband en mapjes van stof, wenskaarten, sierslingers van gevonden veren, talloze armbandjes van bijvoorbeeld kartonnen verpakkingen waar kralen van zijn gemaakt en de clipjes van blikjes en nog veel meer moois. De kinderen werden begeleid door een viertal zeer actieve en betrokken ouders van de school. Uiteindelijk is er een echte Indonesische markt gehouden in de aula van de school. Compleet met echte kraampjes, Indonesische hapjes, muziek en wierook. Ook werden er lootjes verkocht waar gedoneerde prijzen werden weggegeven. Het doel van dit alles was om geld inzamelen voor Indonesië. Een van onze leerkrachten vertrekt in december naar Indonesië om vrijwillig Engelse les te geven aan kansarme kinderen, in de jungle van Sumatra. Omdat ze daar geheel afhankelijk zijn van giften en donaties, wilde zij een project opzetten met de OBS Da Vinci Arnhem om geld in te zamelen. Zo komt ze niet met lege handen aan. Die missie is dankzij alle kinderen, ouders en collega's van de school méér dan geslaagd!

Er is 1335 euro tijdens de markt opgehaald en het geld blijft binnenstromen door de overenthousiaste kinderen die het overal vertellen, waardoor mensen van buiten de school ook komen geven! Wat een fantastisch en speciaal gevoel van saamhorigheid! Een mooi voorbeeld van samenwerking en het bundelen van krachten.

Belangrijke telefoonnummers in de wijk

Alarmnummers

Alg. Alarmnummer	als iedere seconde telt	112
Brandweer	hulpverlening	026-3556111
Dienstapothek Eldenstaete	Mr. D.U. Stikkerstraat 122	026-3214882
Gemeente Arnhem	Koningstraat 38	0900-1809
Huisartsenpost	Mr. D.U. Stikkerstraat 122	0900-1598
Politie, geen spoed	Groningensingel 94-96	0900-8844
<i>Gebiedsagent: Marcel Reijken</i>	marcel.reijken@politie.nl	0900-8844
Servicelijn Suez (huisvuil)	www.arnhem.nl/afval	0800-3666999
Storingsnummer Elektriciteit		0800-9009
Storingsnummer Gas		0800-9009
Storingsnummer Water		0800-0359

Dierenartsen

Dierenartspraktijk Nederrijn	Huissensestraat 35	026-3218144
Dierenkliniek Rijkerswoerd	Mooieweg 102	026-3233308

Gezondheidszorg

Apotheek BENU	Slochterenweg 220	026-3272320
Meldpunt Iriszorg	Groningensingel 1221 <i>www.iriszorg.nl</i>	026-8451900
Poli Zuid	Marga Klompélaan 6	088-0058888

Fysiotherapie

Fysiotherapie Vredenburg	Slochterenweg 222 <i>www.fysiotherapievredenburg.nl</i>	026-3231975
Fysio- en Kinderfysiotherapie van Gilst	Aduardstraat 20	026-3230303

Huisartsen

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

Logopedie

Logopediepraktijk Marian Tellers	Slochterenweg 40	026-3271204
----------------------------------	------------------	-------------

Orthodontie

A.E.G. Kerbusch	Groningensingel 1047 <i>www.kerbuschorthodontie.nl</i>	026-3213118
-----------------	---	-------------

Tandartsen

Jeurissen	Sleggeplantsoen 40B	026-4453773
Arnhem-Zuid	Slochterenweg 222	026-3231112

C.J. Kooij en M.J.T. Kooij	Slochterenweg 222	026-3230087
T.A. Oei en mw. Oei-Lie	Akkrumlaan 17	026-3232423

Onderwijs

Peuterspeelzalen en BSO

De Lindeloot	Sleggeplantsoen 40a	026-3231058
Het Pompeltje	Slochterenweg 27	026-3234697
De Kubus	Groningensingel 1185	06-51485126
Wervelwind	Slochterenweg 27	06-20626841
Gastouderopvang Lielou	Slochterenweg 41	06-22233490

Basisonderwijs

OBS Da Vinci	Slochterenweg 27	026-3230729
De Ommelander (rk)	Slochterenweg 27a	026-3272392
De Piramide	Groningensingel 1185	026-3271876
De Horizon	Groningensingel 1183	026-3229170

Voortgezet onderwijs

Maarten van Rossem	Groningensingel 1235	026-3202860
Lorentz	Groningensingel 1245	026-3202850

Wijkorganisaties

St. Bewoners Vredenburg	<i>stichtingbewonersvredenburg@outlook.com</i>	
Recreatie Sport Vereniging Vredenburg	<i>www.rsvv.nl</i>	
St. Beheer wijk- en sportaccomodatie Vredenburg	Harlingenpad 2	026-3232321
Wijkgebouw De Vredenburg	<i>jancdevos@hetnet.nl</i>	
Wijkvereniging Vrehoek	Slochterenweg 29	026-3274028
Mantelzorg en Vrijw. Thuishulp	<i>vrehoek@live.nl</i>	
Opbouwwerk Rijnstad	Slochterenweg 40	026-3703540
Het Speelpunt	J.C. de Madser (Mascha)	06-11739895
	Slochterenweg 27	06-28702971

Zorg

RIBW Arnhem en Veluwe Vallei	Velperweg 11	026-4424236
Iriszorg	Groningensingel 1221	026-8451900
SOS telefonische hulpdienst	dag en nacht	0900-0767
St. Thuiszorg Midden-Gelderland	<i>www.stmg.nl</i>	026-3762222
-vestiging Rotterdamsingel 103		026-3820165
St. Welzijn Ouderen (SWOA)	Slochterenweg 40	026-3230850
Prikpost	Wijkcentrum Vredenburg	
Sociaal Wijkteam RKV	Croydonplein 388	088-2260000

Kijk ook op www.vredenburg.info onder tabblad "In de Wijk".
Mist u iets? Meld het aan ons via email wijkkrantvrehoek@hotmail.com





Glazenwasserij

Arnhem

06 - 54690244

BAART

**VOOR HET REINIGEN VAN AL UW RAMEN EN DAKGOTEN!
(GESPECIALISEERD IN PARTICULIERE WONINGEN)**

www.glazenwasserijbaart.nl

Actief in uw wijk


**HOETINK
MAKELAARS**



Hoetink Makelaars BV
Cloekplein 2
6826 KS Arnhem

*Bel of mail voor een gratis en vrijblijvende
waardebepaling*

T 026 44 34 900
E info@hoetinkmakelaars.nl
I www.hoetinkmakelaars.nl



NVM



Voorjaar 2019

Cursus 'Uitkomen met inkomen'

Wilt u?

Overzicht in uw financiën? Grip op uw inkomsten en uitgaven?
Adviezen hoe u kunt bezuinigen? Tips voor het ordenen van uw (digitale) administratie?
En weten waar u terecht kunt bij financiële vragen?

Dan is de cursus 'Uitkomen met inkomen' iets voor u.

Wat leert u?

Het krijgen van inzicht uw eigen financiële gedrag.

Dit leert u door:

- Het bijhouden van een kasboekje.
- Het maken van een maandoverzicht.
- Het maken van een jaaroverzicht.
- Het werken met een systeem van betalingen.
- Het ordenen van uw (digitale) administratie.

En doordat u in de cursus adviezen en tips ontvangt over:
Het omgaan met verleidingen en het doen van boodschappen.

Voor wie?

Alle inwoners van Arnhem.

Door wie?

Marijke de Jong, medewerker schuldhulpverlening van Rijnstad. In samenwerking met een coach Financieel Sterk.

Wanneer en waar?

De cursus bestaat uit 5 bijeenkomsten en wordt op de volgende data/tijden en locaties aangeboden:

Woensdag	23, 30 januari én 6, 13, 20 februari	9:30 - 11:30 uur	Jongerencentrum de Madser
Donderdag	7, 14, 21, 28 maart én 4 april	19:00 - 21:00 uur	Hoofdkantoor Rijnstad
Woensdag	20, 27 maart én 3, 10, 17 april	9:30 - 11:30 uur	Wijkcentrum de Symfonie

Kosten?

Geen, het materiaal wordt door Rijnstad verzorgd.

Aanmelden of meer informatie?

Marijke de Jong, 06-15839266 of via BudgetCursus@rijnstad.nl

Een aanmelding graag onder vermelding van keuze startdatum met naam, adres, telefoonnummer, emailadres. kijk voor meer informatie op www.rijnstad.nl/budgetcursus



is een toonaangevende praktijk op het gebied van:

- **Huidverbetering met laser**
Littekenbehandeling, bijv. acné, brandwonden, chirurgie, pigment- en ouderdomsvlekken
Rimpelbehandeling, verfijnen huidstructuur en poriën
- **Definitieve ontharing**
IPL "Ellipse" bij het consumentenprogramma "Kassa" als beste uitgekomen
- Behandeling van couperose, bloedblaasjes, fibromen, steel- en ouderdomswratten
- **Huidverjonging** - **Behandeling van acné en huidproblemen**
- **Figuurcorrectie** - **Medische camouflage van huidaandoeningen**
- **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 behandeling kijk op www.maribeau.nl,
stuur een mail naar info@maribeau.nl of bel naar **(026) 32 36 586**.

Voor afspraken maandag en dinsdag, donderdag en vrijdag van 8.00 - 21.00 uur,
woensdag van 8.00 - 16.30 uur. Tel **(026) 32 36 586**.

Maria Posner, Elvis Presleystraat 65, 6836 DB ARNHEM (Rijkerswoerd)

CHINEES-INDISCH SPECIALITEITEN

RESTAURANT



DRAGON GARDEN



Sterk aanbevolen
MONGOOOLSE GRILLSPECIALITEITEN!

Groningensingel 949
Winkelcentrum VREDENBURG
6835 GL ARNHEM
Telefoon 026-321 12 97

Dagelijks geopend van 11.00 - 22.00 uur
(ook op zon- en feestdagen)

Gratis Coaching door BEP & FATIMA

Ben je vrouw en heb je een inkomen op of onder het sociaal minimum? En wil je jezelf verder ontwikkelen, je zelfkennis verdiepen of iets veranderen aan je gedrag? Dan kunnen wij wat voor je betekenen. Bep & Fatima: een groep vrouwelijke professionele coaches, loopbaanadviseurs, trainers.

Wij doen dit als vrijwilliger, zonder kosten.

Van jou wordt gevraagd dat je verstaanbaar Nederlands spreekt, je wilt inzetten om je doelen te bereiken en je houdt aan je afspraken.



Indigo preventie in Kronenburg, Vredenburg en Rijkerswoerd

Nog nooit van gehoord. ... Wat is dat? Dit is één van de vele reacties die ik krijg wanneer ik mezelf voorstel in de wijk.



Sinds 1 januari 2018 zijn we ook in Kronenburg, Vredenburg en Rijkerswoerd actief met voorlichting, workshops of een cursus voor een groep wijkbewoners over thema's die gaan over bijvoorbeeld hoe je voorkomt dat je niet lekker in je vel zit, je alleen voelt of je bang voelt. Maar ook voorlichting over een thema als "hoe ga ik om met mijn buurman met psychische problemen" is mogelijk. Allemaal thema's die te maken hebben met de mentale of psychische gezondheid van wijkbewoners. Geen thema's die je zomaar op tafel legt, maar wel nodig om te weten wat jezelf kunt doen. Informatie, tips en het uitwisselen van ervaringen met anderen kunnen jou en andere buurtbewoners ondersteunen om er anders mee om te gaan en zo erger voorkomen.

Een paar voorbeelden uit het afgelopen jaar om duidelijk te maken wat ik doe in de wijk:

Afgelopen najaar heb ik bijvoorbeeld in Rijkerswoerd op het Pluspunt, samen met Acare en Doremieke Kuijsten, de cursus "Liever bewegen dan moe" (8 bijeenkomsten) uitgevoerd voor een aantal ouderen, die daar meededen aan de beweegactiviteit. Voor het bewegen gingen we met elkaar in gesprek over bijvoorbeeld voorkomen dat je je steeds somberder gaat voelen, stoppen met piekeren, omgaan met stress, beter slapen en nadenken over hoe je actief kunt blijven. Zo kregen ze informatie en tips, maar leerden ze elkaar ook beter kennen en ontstond er contact.

Een ander voorbeeld is de workshop "Positief blijven" die ik dit jaar samen met de SWOA op de Petersborg uitgevoerd heb. De vraag die centraal stond was "hoe blijf ik positief bij tegenslagen?"

Een vraag waar iedereen vroeg of laat mee te maken krijgt.

Mocht je ook een thema hebben voor een voorlichting, een workshop of behoefte hebben aan een cursus in de wijk, neem dan contact op met:

Maria Meekes, preventiewerker Indigo
via tel 026-3124483 of
m.meekes@indigogelderland.nl



HuisCare

SCHILDERS



Voor al uw voorkomende schilderwerkzaamheden:

- Buiten schilderwerk
- Binnen schilderwerk
- Houtrot reparatie
- Plafond witten
- Muren sauzen
- Plaatsen glas

Altijd vakwerk tegen de laagste prijs!

Kijk voor meer informatie op www.huiscare.nl
06 42067014

Huiscare schilders voor een mooiere wereld



Kennen jullie peuterspeelzaal 't Pompeltje al?

Wij zijn een speel- en leerplek voor kinderen van 2 – 4 jaar. Wij bereiden de kinderen voor op de basisschool.

Kom gerust eens langs om de sfeer te proeven!



U kunt ons bellen of mailen
Peuterspeelzaal 't Pompeltje
Slochterenweg 27
Tel: 026-3234697
Mail: pompeltje@spa-arnhem.nl



Humanitas Thuisadministratie: Eerste Hulp bij financiële problemen

Voor veel Arnhemmers was de afgelopen decembermaand een mooie en gezellige periode. Maar niet voor mevrouw Gerrits. Een Sinterklaaskadootje voor de kleinkinderen, een mooie jurk voor de Kerst, iets lekkers voor Oudejaarsnacht; ze had het graag gekocht maar ze kan het niet betalen. En nu liggen de eerste rekeningen van het nieuwe jaar ook alweer op de mat.

Sinds het overlijden van haar man, zo'n twee jaar geleden, is Mevrouw Gerrits (*niet haar echte naam*) de grip op haar financiën een beetje kwijt geraakt. Helaas kent ze niemand in haar directe omgeving die haar kan helpen met het ordenen van haar administratie. De stress neemt toe en bezorgt haar slapeloze nachten.

Geldzaken

Mevrouw Gerrits is niet de enige die moeite heeft om de eindjes aan elkaar te knopen en het overzicht over inkomsten en uitgaven te behouden. Er is een steeds grotere groep Nederlanders die het financieel moeilijk heeft. En dat geldt niet alleen voor mensen met een laag inkomen. Armoede komt in alle lagen van de bevolking voor.

Gelukkig maakte iemand van het wijkteam mevrouw Gerrits attent op Humanitas Thuisadministratie Arnhem. Een vrijwilligersorganisatie die mensen helpt bij het op orde brengen van hun geldzaken. Een soort Eerste Hulp bij financiële problemen.

Intakegesprek

Onlangs heeft ze contact opgenomen met Humanitas. Na een intakegesprek is mevrouw Gerrits gekoppeld aan een vrijwilliger van de Thuisadministratie die haar de komende maanden o.a. zal helpen bij het op orde brengen van haar administratie, het doen van betalingen en het invullen van formulieren.

De ondersteuning door een vrijwilliger van Humanitas is gratis en duurt maximaal een jaar. Nu mevrouw Gerrits hulp krijgt bij haar financiële administratie kan ze gelukkig weer rustig slapen. Wilt u ook persoonlijke begeleiding bij het ordenen van uw geldzaken, of meer informatie over Humanitas Thuisadministratie Arnhem, neem dan contact op met coördinator Kees Spruijt.

Hij is bereikbaar op 06-10690183 of via rijn-ijssel@humanitas.nl.



Dankzij de hulp van Humanitas Thuisadministratie weet mevrouw Gerrits precies hoeveel ze per week te besteden heeft.

Foto: Humanitas Arnhem



Wassenaarweg 7 - Arnhem Zuid

www.shksportcentrum.nl

2200 m² gezellig sportplezier bij u in de buurt

- ◆ 90 groepstrainingen per week
- ◆ U betaalt vanaf 1x trainen per week
- ◆ Proefmaand vanaf € 23,50
- ◆ Losse training vanaf € 6

- 800 m² Begeleid fitness
- TRX - Bosu 76 uur p/w
- 19x Buikspierkwartier p/w
- Gratis Body Check
- Switching (Circuit)
- Jeugd: Fit Kid 10+
- Jeugdfitness 12+
- Shaolin Kempo 8+
- Pilates/ Zumba
- Seniorentoelagen
- Les Mills: Body Step - Pump - Balance - Attack - RPM cycling - Grit - CX Worx
- Xcore / BBBB
- Zonbanken
- Kinderopvang
- Infrarood sauna's
- Shaolin Kempo volw.
- 026 - 3830744

Onlangs geopend in Elst, kom eens langs!



Hondentrimsalon Maggy's

Elstar 9
6662 HX Elst

06 15 49 31 02
Margarethroni@gmail.com

Margareth Roinwawan-Nindatu
Hondentrimster

Goede voornemens? Actie én ontspanning.

Dat is waar volleyballen bij S.V. Arma voor staat!

Recreatieve volleybalvereniging Arma nodigt iedereen uit om in het nieuwe jaar twee avonden gratis mee te trainen in de sportzaal bij het Olympus College in Arnhem-Zuid.

Want elke maandagavond een paar uurtjes trainen bij deze recreatieve volleybalclub is niet alleen heerlijk sportief, maar ook gezellig. Onder leiding van twee professionele trainers, wordt in het eerste trainingsuur aandacht besteed aan warming-up, ontwikkeling van de techniek en spelinzicht. Het tweede uur staat garant voor een partijtje volleybal, waarbij spelers het in gemixt teamverband tegen elkaar opnemen.

Arma heeft op het ogenblik ongeveer 30 leden in de leeftijd vanaf ongeveer 25 jaar tot boven de 60 en iedereen met een beetje gevoel voor volleybal en spel - ervaren of onervaren - kan bij S.V. Arma terecht. De beginnende speler krijgt de techniek vaak vlot onder de knie en maakt al snel vorderingen in het spel.

Mocht dit je niet genoeg zijn, dan kun je je ook nog uitleven in onze recreatieve midweekcompetitie in sporthal Valkenhuizen. Deze is om de week op woensdag. Dus 1x per 2 weken speel je je wedstrijden waarin de teams gemixt zijn samengesteld. Deze competitie is uiteraard nog fanatieker dan de training, omdat op vier niveaus tegen andere teams kan worden gespeeld, maar plezier staat te allen tijde bovenaan!

Naast deze volleybal activiteiten organiseren we zelf ook nog een aantal activiteiten. Zo is er jaarlijks een proactieve Arma dag, twee maal per jaar een gezellig seizoen-einde toernooi met een hapje en drankje en natuurlijk in het najaar het ARMA Herfsttoernooi.

Wij trainen op de maandagavond van 19:30 tot 21:30 in de sporthal van het Olympus college naast de Rijnhal. Het adres is Olympus 11, 6832 EL Arnhem.

Bekijk ook een onze website www.sv-arma.nl en heb je belangstelling dan kun je voor informatie contact opnemen via arma.volleybal@gmail.com of 06-53631213. Je bent van harte welkom om 2 maal vrijblijvend mee te trainen en een indruk te krijgen van SV-ARMA.





Judith Tenbusch relatiecoach

☎ 06 - 383 35 650

info@judithtenbusch.nl

www.judithtenbusch.nl



Gilde Stadswandeling Arnhem



GildeArnhem

Tel. wandelen in de stad: 0645560908

Tel. kelderrondleiding: 0626778791

Ca. 35 ervaren stadsgidsen verzorgen een keur aan rondleidingen door en om Arnhem. Te voet en (soms) op de fiets laten wij u genieten van het historisch erfgoed en nieuwe aanwinsten.

Daarnaast verzorgen wij speciale rondleidingen voor visueel beperkte mensen en scholieren.

Voor mensen, die moeten (of willen) blijven zitten hebben wij "Virtuele Wandelingen" over diverse onderwerpen.

Kijk voor ons volledige aanbod op onze website:

www.wandeleninarnhem.nl



Heeft uw drukwerk ook een kleurtje nodig?



GrafiMedia Groep

T 0316 - 29 44 26 E info@cpgrafimedia.nl

Het Financieel Café vernieuwt!

Het Financieel Café: een inloopspreekuur voor alle inwoners in Arnhem die vragen hebben over brieven, formulieren, aanvragen of andere financiële en administratieve vragen. De locaties de Wasplaats, de Beijer, MFC Klarendal, MFC Presikhaaf en het Bruishuis zijn per 1 januari 2019 vervallen. In plaats daarvan zijn wij te vinden op twee nieuwe locaties. Heb je een vraag? Loop gerust eens binnen! Het financieel café is gratis.

Je vindt het Financieel op de volgende locaties:

Iedere woensdag van 09.00 – 12.00 uur, Waalstaete (Waalstraat 36)

Even weken op vrijdag van 10.00 – 12.00 uur, De Petersborg (Slochterenweg 40)

Nu ook op aanvraag!

Het Financieel Café komt op verzoek ook naar locaties toe. Wanneer een organisatie een geschikte locatie en meerdere aanvragers heeft, kan het mobiele Café op afspraak langs komen voor een inloopspreekuur, een vragenuurtje of een informatiebijeenkomst.

We komen graag naar je toe!



Open repetitieavond BinnenStadsKoor Arnhem.

Kom én zing mee op vrijdag 8 maart 2019: 20.00 – 22.15 uur

Vrijdagavond is onze vaste zangavond en repeteren we onder de energieke leiding van onze dirigent Mathijs Dubbeldam. Het BinnenStadsKoor zingt al 35 jaar vanuit de betrokkenheid met de samenleving. Het repertoire bestaat uit 4-stemmige wereldmuziek, maatschappelijk betrokken liederen, sfeer- en gelegenhedsmuziek.

Wij, 20 koorleden, zijn op zoek naar enthousiaste mensen die ons koor willen versterken.

De open repetitieavond (in basisschool “de Sterrenkring”, Blekerstraat 2 te Arnhem) is dé gelegenheid om eens kennis te maken met ons koor.

Verdere info kun je lezen op onze website

www.binnenstadskoor.nl

Heb je dan nog vragen: mail naar

info@binnenstadskoor.nl



Haarfijn

Dames en Heren Kapsalon



**Haarfijn staat voor professionaliteit, service en kwaliteit.
Een kapsalon voor hem en haar met een gezellige sfeer voor zowel jong als oud.**

Groningensingel 333a
6835 EM Arnhem
Tel: 026-3237156
www.salonhaarfijn.nl

Openingstijden:

Maandag	gesloten
Dinsdag	08:30 t/m 17:30 uur
Woensdag	08:30 t/m 17:30 uur
Donderdag	08:30 t/m 17:30 uur
Vrijdag	08:30 t/m 20:00 uur vanaf 17:30 uur op afspraak
Zaterdag	08:30 t/m 15:00 uur

Koen Kleinleugenmors Professional Organizer/Opruimcoach

Hulp bij het:

- ✓ opruimen van je spullen
- ✓ organiseren van je papieren, e-mail en bestanden
- ✓ omgaan met je telefoon, tablet en computer
- ✓ bewaren van gebruikersnamen en wachtwoorden

Rust in je huis, rust in je hoofd

Bel of mail voor een gratis kennismakingsgesprek!

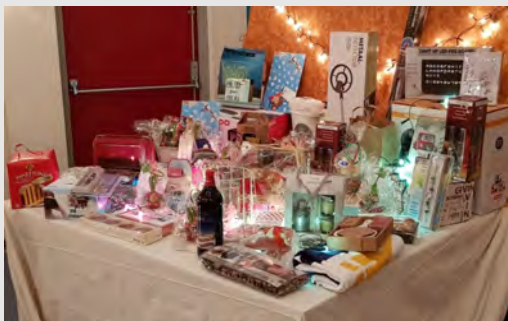
06 - 207 99 102
info@koenklm.nl
www.koenklm.nl



Bingo VREDENBURG

Afgelopen jaar 2018 zijn Sabina en Bettina doorgegaan met het maandelijks organiseren van de bingo in Wijkcentrum Vredenburg aan de Slochterenweg 29 in Arnhem. Deze vindt plaats op iedere 2e zaterdag van de maand en zal in 2019 op de volgende data gehouden worden:

- 9 februari 2019
- 9 maart 2019
- 13 april 2019
- 11 mei 2019
- 8 juni 2019
- 14 september 2019
- 12 oktober 2019
- 9 november 2019
- 14 december 2019



Iedere maand komt er gezellige trouwe aanhang, maar we hebben ook weer nieuwe mensen mogen verwelkomen. Daar zijn we heel blij mee. Ook in 2019 gaan wij het iedere maand weer gezellig maken en leuke prijzen verloten met natuurlijk ook nog de jackpotprijs.

Sponsors Bedankt!!!

De Kerstbingo in het wijkcentrum was zeer geslaagd dankzij de medewerking van onze sponsors. De volgende ondernemers hebben gesponsord:

AH Vredenburg • Bloemist Passiefleur Vredenburg • Diner 66 Vredenburg • Bakkerij Broodnodig Vredenburg • Het Pandjeshuis Suikerland • Lunchroom Bonheur WC Kronenburg • Lunchroom Entree WC Kronenburg • Surpriseshop WC Kronenburg • Aan-dacht kadoshop WC Kronenburg • Pets Place dierenwinkel WC Kronenburg • Keurslager de Haas WC Kronenburg • Kippaleis WC Kronenburg • De Zuivelhoeve WC Kronenburg • Echte Bakker Koenen WC Kronenburg • Marco's Bloemen WC Kronenburg • Bakkerij Derks WC Kronenburg. Kom ook eens meespelen op de gezellige zaterdagen met de bingo en win leuke prijzen. Hartelijke groeten van Sabina en Bettina

Voor info kunt u mailen naar Tina0411@live.nl of bellen op tel.nr.06-31685668



Kerststukjes maken in het wijkcentrum

Op vrijdag 21 december 2018 werden er traditiegetrouw weer kerststukjes gemaakt in het wijkcentrum Vredenburg. Dit keer kon dat helaas niet meer onder de vlag van wijkvereniging Vrehoek. Gelukkig kon het kerststukjes maken toch doorgaan door een subsidie van het buurtoverleg.

14 dames en 1 heer maakten onder de deskundige leiding van mevrouw Nel Koch ieder een prachtig kerststuk. Het was een gezellige ochtend met een mooi resultaat. Hartelijk dank Nel Koch voor de begeleiding en het buurtoverleg voor de subsidie!
Annette Hamelink



Let's Play!



Gratis entree
Gratis koffie/thee
Gratis parkeren



Suikerland 7 - Arnhem-Zuid - Telefoon 026 3211148

www.casinosuikerland.nl