

Wijkkijker

Orpheus Speelt Buiten in Het Kasteel

Avondvierdaagse Osseveld-Woudhuis

Nieuwe wijkagent: Kelly Schuiling

Dieper in het Woudhuis bos

Geschiedenis van de wijk: Lupineweg 30

Dierenvoedselbank

Nieuwe kastanjeboom Kasteelplein

Grootouder voor het Klimaat

Spulletjesdag



Word 'Vriend van de Wijkkijker'. Scan de QR code of maak een bedrag naar keuze over via Vrienden van de Wijkkijker 2026, (NL10 RABO 0393 2530 07) en steun ons mooie wijkblad. Veel dank!

U heeft een Nee-Nee-sticker op de brievenbus en u wilt geen Wijkkijker meer ontvangen? Meld u dan af via bestuur@osseveld-woudhuis.nl

Ambagtsheer.eu Installatietechniek

Uw gecertificeerd en erkend vakspecialist voor al uw installaties: zonnepanelen, laadpalen, accu's, meterkastaanpassingen, huishoudelijke apparaten en bedrijfsmatige installaties.

Contactgegevens
Peter Ambagtsheer
Houttuinen-Noord 39
7325 RE Apeldoorn

www.ambagtsheer.eu
peter@ambagtsheer.eu
06-51448832



I n h o u d

- 4 Kijk op de Wijkkijker
- 6 Voorwoord wijkraadvoorzitter Jelmar Blauw
- 7 Orpheus Speelt Buiten
- 8 Even voorstellen Ilse Langevoort
- 8 Even voorstellen Joke van der Linden
- 9 Bewonersbijeenkomst ALV 16 april 2026
- 9 IVN wandeling Osseveld-Oost
- 10 Geheugensteunpunt
- 10 FC Straat doet mee!
- 10 Apeldoorn vergroent!
- 11 Nieuws van Kinderboerderij Laag Buurlo

- 12 Kinderburgemeester Madalie
- 13 Melden of aangifte doen?
- 14 Pas op voor fraudeurs!
- 15 Afwijkend, Viooltjes, Column Theo Groen
- 15 Kom badminton spelen!
- 16 WOOS Spulletjesdag

- 18 Geschiedenis van de wijk: Lupineweg 30
- 20 Interview met Peanut Cara en Big Mike
- 23 Soof vertelt, Column Marianne Hutters
- 24 Flora en fauna in de wijk: scholeksters
- 26 Nieuw in Osseveld-Woudhuis:
Kelly Schuiling, wijkagent
- 28 Even voorstellen: Rinus Groen
- 31 Maatjes Apeldoorn
- 31 Repair Café Talma Borgh
- 32 Bekende straatnamen in Osseveld-West:
Elisabeth Post

- 34 Feiten en fabels over een gezonde leefstijl
- 35 Tennisvereniging De Maten
- 36 John de Paddenstoelenman (deel 4)
- 38 Talma Borgh: klaar voor de toekomst
- 42 Nieuwe tamme kastanje Kasteelplein
- 43 Openbaar domein in beweging
- 43 Dementievriendelijke wijk
- 45 Nieuwe bewoners in de wijk (laatste deel)
- 46 Tijd voor een thuisbatterij?
- 50 Koningsdag vol avontuur!
- 53 Markante nieuwbouw in de wijk
- 54 Even voorstellen: Dierenvoedselbank
- 56 Creatief in de wijk: Annie van Wijngaarden

- 59 Avondvierdaagse Osseveld-Woudhuis
- 63 Nieuws van Auto Wientjes
- 63 10 tips om woninginbraak te voorkomen
- 65 Anneke Lems: Grootouder voor het Klimaat
- 67 Buitenspeeldag 2026 weer een groot succes
- 67 Recept van Joke
- 69 In beweging met Roos Jensen
- 70 Aaien op Talma Borgh
- 71 Even voorstellen: VvW De Waterkamer
- 72 Schaaktalent in de wijk: Alec Pantus
- 73 Nieuws van Omnisport
- 74 Dieper in Woudhuis
- 76 Colofon Wijkkijker en wijkraad
- 77 Nieuws van PCBO Regenboog-Woudhuis
- 78 Wijkagenda Osseveld-Woudhuis



Kijk op de Wijk(kijker)

Ja ja, dat was best lekker voor mij! Wat dan wel? Mijn Wijkkijker-pauze: na de herfsteditie 2025 kwam er geen wintereditie 2026. De brievenbus klepperde eind februari niet, er viel geen glimmende glossy op de deurmat. Voor de wijk was dat even wennen, maar het leven ging verder.

De time-out betekende voor mij een heel rustige kerst- en krokusvakantie, gevuld met familie-gezelligheid, beetje klussen in huis en natuurlijk ook met de gewone dingen zoals gezin, werk, mantelzorg, huishouden en bijpraten met vriendinnen. Ja, het gewone leven ging in de beide vakantieperiodes gewoon door. Alleen nu zonder mijn vrijwilligerswerk voor de Wijkkijker.

Nu doe ik mijn vrijwilligerswerk met veel inzet, overtuiging én plezier (anders deed ik dit niet al 15 jaar), maar ik was wel toe aan een time-out(je). En nu? Nu ben ik klaar met pauzeren, ik zit weer in het spreekwoordelijke zadel, de schouders gaan eronder! En dat vindt u als lezer, alsook alle enthousiast betrokken verslaggevers, fotografen, wijkraadvrijwilligers, columnisten, tegenlezers, adverteerders, kopijleveranciers en (jeugd)bezorgers vast weer prima.

Deze editie is weer 'ouderwetsch' goed gevuld met bijdragen vanuit en over de wijk, over natuur en techniek, met verhalen over en van wijkbewoners, de (on)zichtbare dieren en diertjes, over mooie maatschappelijke en sportieve initiatieven groot en klein, berichten van en over sociale partners in de wijk en over (wijk)jeugdactiviteiten en activiteiten voor ouders (en ouderen). Samen valt er weer genoeg te vertellen, dus zie hier een rijk gevulde lente-zomer Wijkkijker.

Raak je nu enthousiast en lijkt het jou ook wel wat: bijdragen aan de Wijkkijker? Nou, dat kan!

Handige handschriften, vlotte pennen en toetsenborden, verslaggevers over grote en kleine wijkaangelegenheden, tegenlezers, fotografen en columnisten zijn altijd welkom om ons team te versterken. Vrijwilligerswerk voor de Wijkkijker betekent driemaal per jaar bijdragen schrijven, fotograferen of redigeren. Heel overzichtelijk en in de tijd goed planbaar. Stuur je een appje of mail naar mij? Dan praten we samen verder. Doen hoor!

En voor wie nu denkt: "Wat is die Wijkkijker (weer) dik!" Je hoeft de Wijkkijker niet in één keer uit te lezen, je hoeft ook niet alles te lezen. Maar lees wat je interesse heeft of wekt. Lees hem in stukjes of lees 'm tóch in één keer uit. Het mag allemaal. Geef hem eens aan een familielid buiten de wijk of zelfs buiten de plaats. De Wijkkijker mag op reis. Vertel je waar de Wijkkijker heengaat? Leuk, ik kijk nu al uit naar de reisverhalen! En voor alle vakantiegangers: fijne dagen en weken gewenst en keer weer heel en gezond terug.

**Heel veel kijk- en leesplezier gewenst.
Hartelijke groeten en tot ziens in de wijk!
Wendy Le Griep, eindredacteur
06-50533266 / wendy@legriep.nl**

Voorwoord wijkraadvoorzitter Jelmar Blauw

Tekst: Jelmar Blauw / Foto's: WM Le Griep



Er is een hele tijd verstreken sinds de vorige Wijklijker (herfst 2025). De wijkraad heeft al die tijd niet stilgezeten. Op gebied van de verkeersveiligheid is de kruising Zonnewende/ Ontvangst door de gemeente aangepakt en volgens ons zeker veiliger geworden. We gaan ervan uit dat, tegen de tijd dat deze Wijklijker bij u op de mat ligt, de kruising Ontvangst/ Veenhuizerweg ook is aangepast.

We blijven ons inzetten voor het voorkomen van zwerfafval. Vooral bij winkelcentrum 't Fort is het ons een doorn in het oog dat hier zeer regelmatig afval gedumpt wordt naast de containers. Ondanks meerdere gesprekken met afvalbedrijf Circulus en de gemeente blijft dit een probleem. Helaas is dit een landelijk én vooral een mentaliteitsprobleem. We hopen dat we door het iedere keer weer onder de aandacht te brengen, toch een beetje verbetering kunnen bewerkstelligen.

We zijn in gesprek met de gemeente, winkeliersvereniging en andere belanghebbenden over de herinrichting van de buitenruimte van winkelcentrum 't Fort. Hierover hopen we u in de volgende editie van de Wijklijker meer te kunnen vertellen.

In februari kregen we te horen dat de wijkraad, samen met Stimenz en Talma Borgh, één van de zes 'Orpheus Speelt Buiten' optredens heeft gewonnen. Dit betekent dat we een professionele act aangeboden krijgen door Orpheus. Deze culturele middag vindt zaterdag 4 juli plaats. We zijn bij het schrijven van dit voorwoord druk bezig met het vormgeven van deze middag. Elders in deze editie vindt u een artikel met meer informatie.

In april heeft de wijkraad een bewonersbijeenkomst georganiseerd, met als thema Veiligheid. Ook hierover is een artikel te vinden in deze Wijklijker. Het uitgebreide verslag van de bijeenkomst is te vinden op onze website:
www.osseveld-woudhuis.nl

Het bestuur kan nog altijd versterking gebruiken, vooral op het gebied van communicatie. Maar ook als u een eenmalig project wilt aanpakken samen met de wijkraad, bent u van harte welkom.

Wilt u een onderwerp met de wijkraad bespreken, dan kunt u een e-mail sturen naar: bestuur@osseveld-woudhuis.nl



Foto: WM Le Griep



Foto: WM Le Griep

Orpheus Speelt Buiten



In Het Kasteel op 4 juli

Zoals in het voorwoord genoemd, hebben "we" de prijs 'Orpheus Speelt Buiten' gewonnen. "We" zijn in dit geval Stimenz, Talma Borgh en de wijkraad. We zijn enorm blij met deze prijs!

De prijs houdt in dat Orpheus een professionele act heeft gezocht bij onze wensen, namelijk een programma voor jong en oud en alles wat daartussen zit. Het wordt een humoristische en acrobatische act, een ode aan het oude circus met een eigentijdse twist, die dus door Orpheus uitgezocht én betaald is. We zijn ervan overtuigd dat de bewoners deze voorstelling leuk zullen vinden.

We zijn druk bezig een randprogramma rond deze act te organiseren. We willen kunstenaars woonachtig in Osseveld en Het Woudhuis in het zonnetje zetten. Dit kan betekenen dat muzikanten, schilders, beeldhouwers enzovoort hun kunsten deze middag kunnen laten zien. We hebben hiervoor op sociale media al geadverteerd, maar er is nog ruimte voor meer kunstenaars uit onze wijk.

**Doe je mee?
aanmelding@osseveld-woudhuis.nl**

Doe je mee? Meld je dan aan met enkele voorbeelden van je kunstzinnigheden. Er zal ook zeker iets creatiefs georganiseerd worden voor de kinderen. Daarnaast zal er ook koffie, thee, limonade en waarschijnlijk iets te eten zijn. Bij het inzenden van dit artikel is nog veel onduidelijk, maar we zijn er zeker van dat het een feestje wordt.

Aanmelden kan via:
aanmelding@osseveld-woudhuis.nl

**4 juli van 14:00 tot 17:00 uur op
het speelveldje in Het Kasteel!**

Meer informatie volgt op
www.osseveld-woudhuis.nl
en op de sociale media. **Iedereen is
meer dan van harte welkom!!!**

Daniël (Stimenz)
Ashley en Ilona (Talma Borgh)
Jelmar (Wijkraad Osseveld-Woudhuis)



Foto: Orpheus



Even voorstellen: Ilse Langevoort

redactielid bij de Wijkkijker

Lieve Wijkkijkerlezers,

Het afgelopen jaar heeft u al diverse artikelen van mij mogen lezen. Ik ben blij dat ik mijn passie voor natuur en schrijven op papier mag zetten voor de rubriek Flora & Fauna! Zowel schrijven als in de natuur zijn (hardlopend, fietsend, wandelend, zwemmend of klimmend) bieden mij rust en ontspanning.

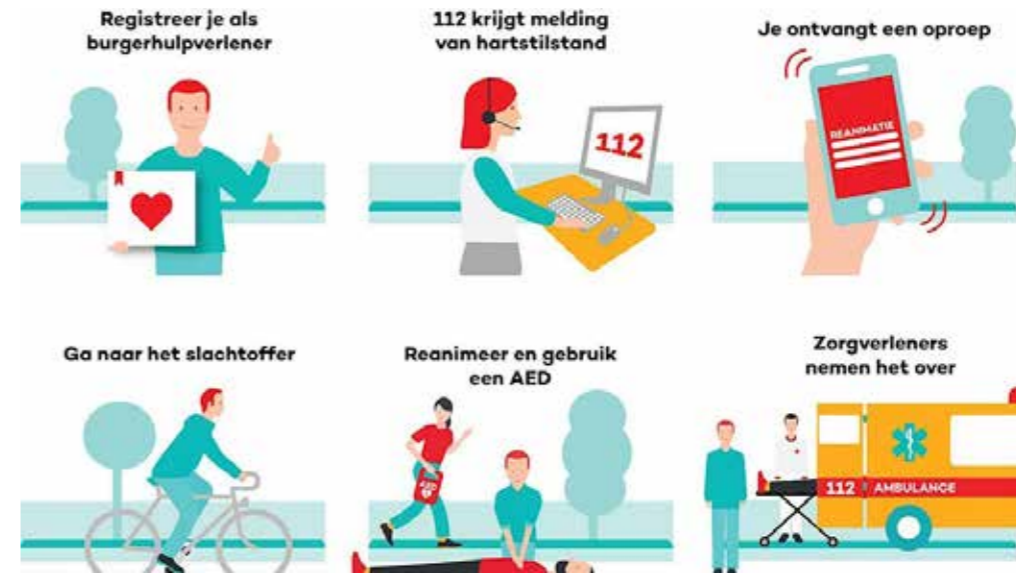
Als dochter van twee geweldige vogelaars ga ik graag op pad (al vergeet ik nog weleens mijn verrekijker). Herderstasje of hondsdraf, een buizerd of havik en een ree of das: het werd me met de papelepel ingegoten.

Naast natuurliefhebber vind je mij als logopedist bij Zorggroep Apeldoorn, als plogger bij Zero Waste Apeldoorn, als vrijwilliger bij DenkTankBreed, als triatleet en als vrijwilliger bij IVN en de paddentrek.

Kortom, deze duizendpoot hoopt nog veel natuurervaringen en kennis met jullie te mogen delen!

Groene groetjes, Ilse Langevoort

<https://hartslagnu-dekking-kaart.stanglobal.com/?regionid=GM0150>



Bewonersbijeenkomst 16 april 2026 in Het Bolwerk

De wijkraad heeft 16 april jongstleden een bewonersbijeenkomst georganiseerd, waar een mooi aantal bewoners op afgekomen is. Het thema was veiligheid, met presentaties van HartslagNu en de Politie.

AED's in de wijk

HartslagNu vertelde over de dekking van AED's (defibrillatoren) in de wijk: in principe zijn er genoeg AED's in Osseveld en Het Woudhuis. Bij een melding van een hartstilstand naar 112 worden tot 100 (!) mensen opgeroepen om te assisteren. De mensen die opgeroepen worden zijn allemaal getrainde burgerhulpverleners (in dit artikel als BHV'ers aangeduid), niet te verwarren met bedrijfshulpverleners, die een veel uitgebreidere opleiding hebben gevolgd.

Er zijn voldoende BHV'ers geregistreerd in de wijk, maar HartslagNu hoopt dat nóg meer mensen zich aanmelden voor een speciale cursus van twee avonden en zich daarna registreren als BHV'er. De gemeente kan de

cursus subsidiëren. De wijkraad wil de cursussen organiseren. Wijkbewoners kunnen zich hiervoor aanmelden via aanmelding@osseveld-woudhuis.nl onder vermelding van 'BHV cursus'.

Bij voldoende aanmeldingen kan de KNV EHBO speciale trainingen organiseren in Het Bolwerk. De wijkraad verzorgt de subsidie-aanvraag voor de cursuskosten!

De AED's in onze wijk zijn terug te vinden op onze website en de website van HartslagNu. Kent u zelf nog een AED in de wijk die niet vermeld staat op deze kaart? Meld dit dan a.u.b. bij de wijkraad of direct bij HartslagNu.

Digitale veiligheid

Politie Oost-Nederland gaf aansluitend een presentatie over digitale veiligheid, nepagenten en hoe men zich hiertegen kan weren. Tevens stelde onze nieuwe



wijkagent Kelly Schuiling zich voor. Zij was, voordat ze wijkagent werd, werkzaam als digitaal wijkagent: zij heeft veel expertise op digitaal gebied.

Terugblik 2025

De wijkraad is een vereniging en volgens de wet (WBTR) moet iedere vereniging een waterdichte ledenadministratie voeren. Dit betekent dat het bestuur genoodzaakt is dit te organiseren. Wij evalueren momenteel wat de beste en veiligste manier van het voeren van een ledenadministratie is. Hierover informeert de wijkraad u als wijkbewoner later dit jaar.

De bovengenoemde wet betekent ook dat de leden een contributie moeten betalen. Het bestuur wil deze bijdrage laag houden en we verwachten dat deze contributie zeker niet meer dan € 10 per jaar zal zijn. Tijdens de bijeenkomst hielden we een spontane peiling waarbij zeker een derde deel van de aanwezigen bereid was lid te worden van de wijkraadvereniging. Een uitgebreid verslag van de bewonersbijeenkomst is te vinden op onze website:

www.osseveld-woudhuis.nl

Even voorstellen: Joke van der Linden

Freelance verslaggever bij de Wijkkijker

In Nijmegen werd ik van puber volwassen, met lange brieven naar huis. Ik werkte op de Schooladviesdienst (van de Duitse grens tot Markelo), gespecialiseerd in orthopedagogiek en onderwijskunde, waarbij dyslexie, hoogbegaafdheid en zorg op maat belangrijke items waren in de individuele en systeemzorg. Reizend van school naar school had ik taken in de leerlingenzorg en gaf ik voorlichting en training aan leerkrachten.

Vanaf mijn zevende schreef ik gedichtjes voor allerlei gelegenheden, voor mijn werk verslagen en cursussen. Als gezin zeilden we op het IJsselmeer, naar Engeland en Scandinavië. De reisverhalen breidden zich uit met foto's, tekeningen en achtergronden. De grootste zeiltocht was samen met mijn man met perioden in Nederland, Portugal, de Canarische eilanden en het Caribisch gebied; van het bezoeken van veel eilandjes tot Guatemala. We zeilden langs de kust: van Mexico, naar Cuba en de Bahama's. We zeilden van Florida tot Washington. Geen dag ging voorbij zonder verhalen over het zeilen, het beleven van cultuur en natuur. Ik begon voor bladen te schrijven.

Onze zonen woonden en wonen in Japan, Thailand en Nederland. De vele kilometers in de lucht, op het water, in de tropen, de ervaringen in al die verschillende landen, de ontmoetingen met totaal verschillende mensen hebben mij gemaakt tot een bewonderaar van mens en natuur. Ze hebben me geleerd dat het om klein geluk gaat. Mijn hobby's passen bij het bootleven: schrijven, fotograferen, tekenen, textiele werkvormen. Onze twee zwarte labradors zorgen voor nog meer plezier.

De Wijkkijker

Ik sta volledig achter de doelen van de Wijkkijker zoals het versterken van de onderlinge band in de buurt. Ik zie buurtcontacten ook als netwerken. Belangrijk ook om veel mensen te kunnen bereiken, helpen, of eenzaamheid te verminderen. In een wijkblad kan veel aan de orde komen. Zo'n blad moet wel gemaakt worden. Dat betekent voor veel wijkbewoners vrijwilligerswerk. Ik schreef reeds jarenlang voor een andere wijk en zag de oproep van de Wijkkijker. Ik wil graag bijdragen. Het leuke is dat je ook veel meer kennis krijgt. Persoonlijk vind ik het ontmoeten van mensen heel waardevol, daarom interview ik graag.



Wijkbewoners interviewen, super! Geweldig toch om eens in het zonnetje gezet te worden?

In het blad is plaats voor wijkgebonden activiteiten, maar ook voor mooie plekjes. Daar zijn vrijwilligers voor nodig die de digitale pen pakken en meedenken. Ik kan je vertellen, de sfeer in de redactie is geweldig en Wendy houdt op prettige wijze alles in de gaten. Doe je ook mee?

IVN-wandeling in Osseveld-Oost

Weet je welke soorten eiken we in Osseveld-Oost hebben? Weet je welke stoeplintjes er groeien in de berm en bij de bruggetjes? Als je het boeiend vindt om wat meer over de natuur in Osseveld-Oost te leren, wandel dan **zondagmiddag 19 juli** mee

met de IVN-wandeling. Deze wandeling begint om **14:00 uur, duurt 1.5 uur** en is ook leuk voor kinderen. Twee IVN-gidsen begeleiden de wandeling. De wandeling begint op de parkeerplaats van de Springplank, bij de rotonde Deventerstraat / Balustrade.

IVN-leden lopen gratis mee, aan anderen vragen we een bijdrage van 2 euro. Wil je meewandelen? Laat het mij weten, dan stuur ik je de aanmeldlink.

Joke Wattel, IVN-gids
jokewattel60@gmail.com

Apeldoorn vergroent! Doe ook mee!

Apeldoorn is de hoofdstad van de Veluwe. Daar zijn we trots op. Het prachtige groen ligt overal om ons heen. Maar wist u dat de Veluwe ook gewoon in uw eigen tuin kan beginnen?

Met meer planten, bloemen en bomen maakt u uw tuin groener én levendiger. Goed voor uzelf, maar ook voor vogels, bijen en vlinders. Zo haalt u een stukje Veluwe naar huis. Want: de Veluwe begint in uw tuin.

Uw tuin vergroenen hoeft helemaal niet moeilijk te zijn. Haal een paar tegels weg en zet er planten of een struik voor terug. Plant een boom of vang regenwater op met een regenton. Planten zorgen voor verkoeling op warme dagen en nemen regenwater op bij een flinke bui.

Zo helpt u mee om Apeldoorn koeler en beter bestand tegen hitte en regen te maken.



Hulp van de gemeente

Wilt u aan de slag? De gemeente Apeldoorn helpt u graag. U kunt gebruikmaken van subsidies, bijvoorbeeld voor een groen dak of het afkoppelen van regenwater. Ook kunt u gratis tuinadvies krijgen van een Tuinranger.

En met acties zoals de Tegeltaxi (die tegels gratis ophaalt) en Boompje erbij wordt het nog gemakkelijker om uw tuin te vergroenen.

Meer tips, subsidies en acties vindt u op: apeldoorn.nl/tuin

Geheugensteunpunt

Mensen met geheugenklachten of beginnende dementie (en hun mantelzorgers) kunnen terecht bij Het Geheugensteunpunt voor informatie, advies, ontmoetingsactiviteiten met gelijkgestemden, voorlichting en training. Een indicatie of verwijzing is niet nodig.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Sigrid Witzenburg, Coördinator Geheugensteunpunt.

apeldoorn@hetgeheugensteunpunt.nl
s.witzenburg@netwerkdementie.nl
06-25541812
www.netwerkdementie.nl



FC Straat nu wekelijks in Apeldoorn

De aftrap van FC Straat in Apeldoorn is een feit! Afgelopen periode hebben Sportservice Apeldoorn (onderdeel van Accres) en FC Straat samen een succesvolle start gemaakt met de FC Straat Boost in het Zuiderpark. Jongeren kwamen massaal in beweging, werkten aan hun skills en maakten samen plezier op het veld. En het goede nieuws: het stopt hier niet!

Vanaf nu vinden wekelijks FC Straat trainingen plaats op het Edward Sturingcourt, tegenover Buurthuis Maasstraat. De trainingen vinden iedere woensdagmiddag vanaf 15:00 uur plaats. Tijdens deze trainingen kunnen jongeren samen voetballen, nieuwe tricks leren en vooral lekker actief bezig zijn in hun eigen wijk.

Wat is FC Straat?

FC Straat is de grootste online en offline-voetbal community van Nederland, opgericht door straatvoetballer en programmaker Soufiane Touzani. Met miljoenen volgers inspireert hij jongeren samen buiten te voetballen en hun talent te ontwikkelen. Meedoen is gratis, vrijblijvend en zonder inschrijving. Dus kom gewoon langs wanneer het jou uitkomt!



Foto: WM Le Griep

Nieuws van kinderboerderij Laag Buurlo

Tekst: Bertus Pols, beheerder / foto's: WM Le Griep

Met een dubbel gevoel schrijf ik dit stukje. 6 Juli bereik ik de leeftijd van 67 jaar en dan word je geacht met pensioen te gaan. Er zijn veel mensen die zich op hun pensioen verheugen. Eindelijk voldoende tijd om alleen die dingen te doen die je leuk vindt. Maar wat als je werk al hartstikke leuk is?

In 1980 ben ik op de kinderboerderij begonnen als dierverzorgster. In 1984 en 1985 werkte ik op kinderparadijs Malkenschoten om daarna als beheerder op Laag Buurlo terug te keren. Eerst nog onder de gemeentelijke dienst Groen Natuur en Landschap en daarna verhuisde ik, samen met andere accommodaties, naar Accres. Ruim 40 jaar mocht ik (binnen de beleidsnota van de gemeente) deze prachtige boerderij beheren en besturen.

Ik heb het concept van een laagdrempelige maatschappelijke voorziening voor inwoners van Apeldoorn altijd zo goed mogelijk proberen uit te voeren: een vertrouwde plek waar iedereen zich thuis voelt. Dat blijkt ook uit ons vrijwilligersbestand: naast een grote groep kinderen krijgen we ook veel hulp van volwassenen. Al die fijne contacten met vrijwilligers als ook de dagelijkse contacten met vaste bezoekers, maakt dit werk echt fantastisch.

Langs deze weg wil ik iedereen bedanken voor de vele fijne contacten door de jaren heen. 12 Juni is mijn laatste werkdag. Daarna zet Tijs mijn werk als locatiebeheerder voort. Hij heeft zich eerder al aan jullie voorgesteld. Hij werkt hier alweer langere tijd als dierverzorgster.

Ik wens jullie alle goeds en hopelijk nog weer eens tot ziens!

Bertus Pols



Foto: WM Le Griep



Tekening van Natasja



Kinderburgemeester Madalie En...bevalt het een beetje?

Tekst: Hans Verbeek/ Foto's: Wendy Le Griep

“Bevalt het een beetje?”

Met die vraag ging ik naar basisschool De Zonnewende aan de Keerkring. En niet zonder reden: daar zit in groep zeven een bekende Apeldoornse: Madalie. Ze is sinds september 2025 voor een jaar kinderburgemeester van Apeldoorn. Ik schreef over de inhuldiging in het vorige nummer en er is genoeg tijd verstreken om de vraag te kunnen stellen.

De ontvangst is allerhartelijkst. Groep zeven is door juf Danielle een beetje voorbereid op mijn komst en het levert al meteen reacties op: een van de leerlingen heeft al eens in de Wijkkijker gestaan. Op de vraag hoe het is om een kinderburgemeester in de klas te hebben, is het antwoord eensluidend: “Heel leuk!” Wat vooral leuk gevonden wordt, is dat Madalie de klas de vragen voorlegt die zij krijgt. Zo werd niet lang geleden een bijeenkomst van kinderburgemeesters in Nederland georganiseerd.

Een vraag was daar: “Hoe zou het schoolplein eruit moeten zien?” Madalie legde de vraag voor aan de klas en dat leverde verschillende suggesties op die samen tot een tekening leidden. De klas is daardoor betrokken en dat vinden de kinderen duidelijk leuk. Zo waren ze ook bijna allemaal bij de installatie in het stadhuis. Inmiddels zijn er in ieder geval vier klasgenoten die ook wel kinderburgemeester willen worden.

Van Sinterklaas tot Donald Duck

Juf Danielle zegt vooral trots te zijn dat één van de leerlingen uit deze klas uit veel kandidaten is gekozen.



“Het is bijzonder dit mee te maken en leuk om te zien hoe de klas ermee omgaat.” Dan is het tijd voor een gesprekje met Madalie zelf. Stralend van enthousiasme zegt ze: “Het is heel erg leuk om kinderburgemeester te zijn. Natuurlijk zijn mijn ouders trots, maar ook de hele familie leeft mee als ik ergens aanwezig ben.”

Dan worden filmpjes gemaakt die ook meteen in de familie gedeeld worden. Hoogtepunten tot nu toe waren de intocht van Sinterklaas, waar ik samen met burgemeester Ton Heerts bij was om de Sint welkom te heten. En ik was bij de presentatie van de Apeldoornse editie van de Donald Duck, ook erg leuk.”

Lekker jezelf zijn

Hoe je dan kinderburgemeester wordt? Madalie: “Als je je aanmeldt, wordt er een soort voorselectie gemaakt. Het gaat er daarbij vooral om of je creatief bent in contacten en of je gemakkelijk met anderen om kunt gaan.” Tip van Madalie voor kinderen die ook wel kinderburgemeester willen worden: “Wees jezelf én wees flexibel. Je kunt allerlei soorten vragen krijgen en het is handig daarmee te kunnen omgaan.” Madalie heeft ook altijd begeleiders bij de officiële activiteiten. Er gaat dus altijd iemand mee van de gemeente.

Mét ambtsketen

Dan is het tijd voor wat foto's. Madalie vraagt of het de bedoeling is dat ze de ambtsketen (ketting met het wapen van Apeldoorn) omdoet. Natuurlijk is dat de bedoeling: als je kinderburgemeester bent, hoort dat er ook zeker bij. Bovendien, met de keten word je meteen herkend (op de foto).

De conclusie is duidelijk: het bevalt Madalie erg goed kinderburgemeester te zijn.

Melden of aangifte doen?



Een bijdrage van de Wijkraad Osseveld-Woudhuis in samenwerking met de politie.

Wel of geen aangifte of melding doen bij de politie en hoe?

Als Wijkraad hebben wij regelmatig contact met de wijkagent, die ons dan meeneemt in wat er speelt in de wijk. Als bewoners zijn wij de ogen en oren van de wijk. Namens hem dan ook een dringend verzoek. Ziet u iets verdachts in de wijk, bent u getuige van een strafbaar feit, help dan de politie en doe een melding of aangifte.

Verder stelt de wijkagent dat het online plaatsen van beelden van een deurbelcamera om verschillende juridische en privacy redenen sterk af te raden is. Hoewel de beelden bedoeld zijn voor de veiligheid van je eigen woning, gelden strikte regels voor het delen van camerabeelden van de openbare weg of van derden.

Waarom aangifte doen?

De keuze om wel of niet aangifte te doen van een strafbaar feit, maak je natuurlijk zelf. Het doen van aangifte kan ervoor zorgen dat de dader gestraft wordt voor wat deze je heeft aangedaan en dat een ander niet hetzelfde overkomt. Als je aangifte doet kan de politie proberen de dader op te sporen. En niet onbelangrijk: een bewijs van aangifte kan nodig zijn voor de schadevergoeding via een verzekering.

Wanneer is het beter om melding te doen?

Je kunt een melding doen als je wilt dat de politie op de hoogte is van wat je is overkomen of wat je hebt gezien. De politie kan de situatie in de gaten houden en de betrokkene(n) aanspreken op wat zij hebben gedaan. Na een melding begint de politie meestal geen strafrechtelijk onderzoek. Je kunt ook melding doen als (nog) geen sprake is van een strafbaar feit, maar wel bang bent dat dit in de toekomst gaat gebeuren. Dat kan bijvoorbeeld bij huiselijk geweld of stalking. Ook als je getuige bent van een verdachte situatie of strafbaar feit kun je een melding doen.

Ook als je getuige bent van een verdachte situatie of strafbaar feit kun je een melding doen.

Meld misdaad anoniem (M.)

Heb je informatie over criminaliteit? Ken je de verdachte of ben je bang voor de verdachte? Je kunt anoniem melding doen bij meldpunt Meld Misdad Anoniem (M.). Je anonimiteit staat daarbij op de eerste plaats. Let op: je doet geen aangifte of melding bij de politie. Je melding bij Meld Misdad Anoniem (M.) kan voor de politie aanleiding zijn een onderzoek te starten naar het misdrijf.



Belangrijke tips voor een melding

Melding versus aangifte: Met een melding brengt u de politie op de hoogte (registratie), met een aangifte verzoekt u om strafvervolgning van een dader.

Feitelijk: Schrijf op wat er is gebeurd, niet wat u denkt of voelt.

Volgorde: Houd een chronologische volgorde aan.

Online aangifte: Voor veelvoorkomende zaken (zoals fietsendiefstal, vernieling, of winkeldiefstal) kunt u ook direct aangifte doen op de website van de politie (politie.nl) met uw DigiD.

Identiteitsbewijs: Neem bij een bezoek aan het politiebureau altijd uw legitimatiebewijs mee.

Meldpunt Verward Gedrag

Verder is er nog een telefoonnummer dat gebeld kan worden als je je zorgen maakt over iemand die verward gedrag vertoont. Het kan bijvoorbeeld gaan om een buurvrouw die al een tijd haar gordijnen dicht heeft. Of over een kennis die in een sociaal isolement is beland en zichzelf verwaarloost. Als een hulpverlener bekend is, kan deze natuurlijk beter direct gebeld worden.

Het advies- en meldpunt Verward Gedrag is dagelijks bereikbaar tussen 08:30 en 23:00 uur op 088-933 55 00.

Melding of aangifte doen

- 112 spoed, als elke seconde telt
- 0900-8844 geen spoed, wel politie
- 0800-7000 meld misdaad anoniem
- Naar het politiebureau gaan
- 088-933 55 00 Meldpunt Verward Gedrag



Tekst: Hans Verbeek / Foto: Pieter Verdoorn
Met een aanvulling van Stimenz

seniorenvoorlichtingapeldoorn@stimenz.nl
088-7846464

Pas op voor fraudeurs!

Op 2 april organiseerde Stimenz een informatiebijeenkomst in Het Bolwerk over verschillende manieren waarop criminelen je geld of waardevolle dingen afhandig maken. De kennis kwam van medewerkers van de politie en de Rabobank. Er was koffie en thee en een stand met folders over dit en andere onderwerpen, allemaal gericht op ouderen.

Freelance-redacteur Hans Verbeek ging ernaartoe (hij is per slot van rekening al 72 jaar jong) en zag de zaal volstromen met maar liefst 86 belangstellenden(!). Waarom gericht op ouderen en waarom een bijeenkomst van twee uur over dit onderwerp, dat al veel aandacht krijgt? Ja, zo werden er in 2024 liefst 6.500 mensen per dag slachtoffers van digitale criminaliteit.

Het antwoord is eigenlijk verrassend eenvoudig: omdat vooral ouderen nog in de praatjes of beter gezegd de telefoontjes, e-mailtjes en appjes van de criminelen geloven. Er blijken veel verschillende manieren te zijn die worden toegepast. En die twee uur? Die waren nodig omdat er veel te vertellen was.

De bijeenkomst

De levendige interactieve bijeenkomst begon met de simpele vraag: "Wie is al eens benaderd?" Verschillende mensen staken hun hand op en zij mochten hun verhaal doen. Een man (in dit verhaal geen privégegevens zoals namen, telefoonnummers en pincodes) vertelde dat hij door een familielid was geapt met de melding dat ze dringend geld nodig had. Eerst vroeg ze tweehonderd euro, maar dat bedrag liep snel op. Omdat hij het niet vertrouwde nam hij contact op met de bank en vroeg wat hij moest doen. Het advies was terug te appen dat het geld bij de politie op gehaald kon worden.

Toch trapt een groot aantal mensen erin als ze benaderd worden. Van een groep politiemensen in opleiding trapte 50% in een goed lijkend e-mailbericht met onder meer het verzoek op een link te klikken met info over een studieopdracht. De boodschap is dan ook je niet te schamen als je er tóch intuït. De oproep was vooral: **meld** snel wat gebeurd is bij de **bank** én bij de **politie**. Zonder melding gebeurt er **niets**. Dit betekent: de bank kan zonder meldingen niet

checken of banknummers zijn gebruikt waarmee iets moet gebeuren en de politie heeft geen idee dat, wanneer en waar criminelen actief zijn en registreert niets. Dit leidt ertoe dat er geen onderzoek komt en ook de politiek geen signalen krijgt dat er echt een probleem speelt.

Dus: altijd melden!

Verskillende methodes

- **Whatsappfraude:** de meest bekende truc. Een familielid zegt dat er iets mis is met de telefoon en de bankrekening en dat er snel geld nodig is. Handige tip in dit geval: spreek een codewoord af zodat je kunt controleren of je echt praat met het familielid.
- **Phishing:** je krijgt een e-mailtje van een betrouwbare organisatie met het verzoek gegevens te delen zoals je bankgegevens of je pincode, soms door je op een link te laten klikken. Er kan dan ook software op je apparaat gezet worden. Vertrouw je een e-mailtje niet, check dan bij de organisatie of het een echt e-mailtje is.
- **Bankhelpdeskfraude:** waarbij je gebeld wordt met de melding dat er iets aan de hand is bij de bank en dat je gegevens zoals pincode moet geven om het op te lossen. Of je wordt geadviseerd je spaargeld over te maken naar een door hen aangegeven rekening. Als de bank je belt, vragen ze **nooit** om je pincode. Word je gebeld door je bank dan kun je in de app van de bank zien dat zij op dat moment met je bellen.
- **Stemnabootsing:** de criminelen gebruiken digitale hulpmiddelen om je de gegevens te ontfutselen voor geld. Een nieuwe methode is dat een zelfgemaakt filmpje van een van de sociale media wordt gebruikt en op basis van wat bijvoorbeeld je zoon of dochter in dat filmpje zegt een erg goed lijkende stem wordt nagemaakt. De crimineel belt je dan met de stem van je kind. Dat schept natuurlijk vertrouwen. Doch onterecht.

Samenvatting

Wat opvalt als je alle methodes bekijkt, is dat het meestal gebeurt op initiatief van de crimineel en dat je als slachtoffer niet veel tijd krijgt om na te denken. Er moet snel hulp geboden worden door geld over te maken. Vertrouw je het verhaal niet, neem dan altijd zelf contact op en controleer of je contact had met degene van wie je denkt dat hij/zij je benaderde. Al met al was de middag een hernieuwde waarschuwing dat niet alles en iedereen te vertrouwen is.



Afwijkend Column Theo Groen

Viooltjes aan de wandel

Het is nog redelijk vroeg in het voorjaar als ik min of meer in gemijmer verzonken vanuit het Woudhuis noordwaarts naar Osseveld wandel, door de Stille Tuin. Mijn gedachten zinken langzaam omlaag... en dan zie ik opeens (bij de kruising van de Stille Tuin en de Rozenhaag), onderaan bij een blinde bakstenen muur, een paar viooltjes staan. 'Staan' is een groot woord, het zijn best kleine plantjes. Wat is hier gebeurd? Zijn ze ontsnapt uit de voortuin om de hoek en voor zichzelf begonnen? Heeft iemand stiekem zijn of haar overtollige plantjes daar gedumpt? Maar dat is bijna onmogelijk, de straatstenen liggen knalstrak tegen de gevel aan en er is verder geen enkele levende plant te zien op de grote parkeerplaats aan de linkerkant.

Thuis dus "even" opgezocht, die viooltjes. Er gaat een wereld voor je open. Er zijn meer dan 400 soorten viooltjes! Als ze gaan bloeien (een mooie ruime bloeitijd, van april tot en met oktober) hebben ze de gewoonte om hun zadjes een eindje weg te schieten, maar in die fase waren ze nog niet (in de volgende Wijkijker kom ik hierop terug).

Ik duik alvast even in de historie van de viooltjes, en ja die waren natuurlijk ook in een dieper verleden al aanwezig. Ik lees hoe in de oudheid deze plantjes werden geassocieerd met het leven en lijden van Jezus Christus. Mooier nog: in de Bijbel worden viooltjes ook genoemd Jesaja 1:18 zegt daarover: "Laten we zien wie er in zijn recht staat. Al zijn je zonden rood als scharlaken, ze (de viooltjes dus) worden wit als sneeuw." Dat is toch een stuk boeiender dan de gemiddelde geranium, waar de Bijbel helemaal niets over zegt.

Los van de Bijbel staat het viooltje ook voor nederigheid, nieuw leven en vruchtbaarheid. Je kunt er ook liefdesdrankjes mee maken, maar dat heb ik nog niet geprobeerd, mogelijk doe ik hier verslag van in een volgende Wijkijker. Voor wie dit alvast wil proberen: op de site HarmonyCenter.nl/liefdesdrank vind je een niet al te moeilijk recept. Succes is niet gegarandeerd, maar proberen kan natuurlijk altijd.

Los van de Bijbel (en dan gaat het om de complete familie van viooltjes) komen ze ook ruim in het wild voor. Maar je mag ze niet plukken of uitgraven. Beter is het om de akkerviooltjes, duinviooltjes en vooral de bosviool lekker te laten staan (zie ook elders in deze Wijkijker het artikel over Woudhuis).

Heb je zelf ook eigenwijze of sterk afwijkende planten? Meld dit aan de redactie van de Wijkijker.

Badminton bij WSV

Badminton is een racketsport voor jong en oud. Bij WSV kun je badmintonnen vanaf een leeftijd van 10 jaar. Het oudste lid is 86 jaar. Wij hebben de beschikking over tien banen in onze sporthal aan De Voorwaarts 450.

De jeugd speelt op woensdagavond, voor het plezier of om te trainen voor de jeugdcompetitie. Senioren kunnen badmintonnen op maandagavond, dinsdagmiddag en op vrijdagavond. Wie meedoet aan de recreanten- of districtscompetitie volgt de training op woensdagavond. Ook G-badmintonners zijn van harte welkom bij WSV. Zij slaan onder begeleiding een shuttle op vrijdag van 19:00 tot 20:00 uur.

De vrijdagavond is onze clubavond. Als vereniging vinden wij gezelligheid erg belangrijk. Na het spelen ontmoeten we elkaar in de kantine om na te praten onder het genot van een drankje en een hapje. Ook zijn er regelmatig leuke onderlinge toernooien. In de maanden juli en augustus bieden we zomerbadminton. Niet-leden kunnen een strippenkaart kopen en komen spelen op woensdag- en vrijdagavond.

Wil je de sfeer bij ons proeven? Kom eens een shuttle slaan op de clubavond. Badmintonervaring is niet vereist. De eerste vier keer zijn gratis. Pas daarna besluit je of je lid wilt worden. Meer informatie over WSV Badminton vind je op de website.

wsv-apeldoorn.nl
secretaris.badminton@wsv-apeldoorn.nl



Van koffiecorner tot pop-up milieustraat
Ook verschillende lokale organisaties leverden een waardevolle bijdrage aan het slagen van deze dag. Zo zorgde Stimenz voor een gastvrije koffiecorner en een warm ontvangstpunt voor bezoekers en deelnemers. Circulus was aanwezig met een pop-up milieustraat, waar bewoners direct duurzaam van spullen afscheid konden nemen.



WOOS Spulletjesdag brengt wijk Osseveld-Woudhuis tot leven:

“Meer dan alleen een verkoopdag.”



Tekst: DenkTank Breed
Foto's: WM Le Griep

Nadat de eerst geplande editie van de WOOS Spulletjesdag in oktober 2025 helaas moest worden afgelast vanwege slechte weersomstandigheden, was het zaterdag 11 april 2026 eindelijk zover. De wijk Osseveld-Woudhuis kreeg alsnog haar langverwachte eerste editie – en die bleek meteen een schot in de roos!

En WOOS betekent natuurlijk Woudhuis-OSseveld.

Verspreid door de buurt openden ruim 100 huishoudens hun tuin, oprit, schuur of garage en toverden deze om tot gezellige tweedehands verkooppunten. Overal in de wijk ontstonden kleine schatkamers vol boeken, speelgoed, kleding, huisraad en bijzondere vondsten. Al vroeg op de dag gingen bezoekers op pad, gewapend met tassen en nieuwsgierigheid, op zoek naar koopjes en verborgen parels.

Van springkussen tot loempiaverkooppunt

Wat deze Spulletjesdag extra bijzonder maakte, was de creativiteit en inzet van de verkopers. Het bleef niet bij een simpel kleedje met spullen: sommige deelnemers pakten groots uit. Kinderen konden zich laten schminken, er stond een heus springkussen en er was zelfs een loempia snackkar.

Op verschillende plekken werd geëxperimenteerd met originele verkoopvormen zoals *pay-as-you-like*. Dit gaf de dag een ongedwongen karakter en zorgde voor een levendige, feestelijke sfeer in de wijk.

Nieuwe ontmoetingen

De sfeer werd door zowel bezoekers als deelnemers omschreven als warm, open en gemoedelijk. Overal ontstonden spontane ontmoetingen en gesprekken. Buren die elkaar nog nauwelijks kenden, raakten in gesprek en onbekenden werden bekenden. Hoewel er volop spullen van eigenaar wisselden, was het meest waardevolle dat deze dag “verkocht” werd misschien wel iets anders: verbinding. Veel deelnemers gaven aan dat juist dit contact het hoogtepunt van de dag was. Het liet zien dat duurzaam bezig zijn – door hergebruik en het delen van spullen – hand in hand kan gaan met het versterken van de sociale samenhang in de buurt.

De organisatie van de Woos Spulletjesdag lag in handen van Denktank Breed, dat met deze eerste editie direct een stevig fundament heeft gelegd voor de toekomst: “We hadden gehoopt op een mooie opkomst, maar dat het zó druk en gezellig zou worden, overtreft onze verwachtingen,” aldus één van de initiatiefnemers.



Zero Waste Apeldoorn ondersteunde het initiatief met de ontwikkeling van de website en droeg bij aan de duurzame insteek van het evenement. Daarnaast zorgden De Stentor, RTV Apeldoorn en Omroep Gelderland voor brede promotie, waardoor veel mensen de weg naar de Spulletjesdag wisten te vinden. Gezien het grote enthousiasme en de vele positieve reacties lijkt een vervolg dan ook niet meer dan logisch. Onder deelnemers en bezoekers klinkt het eensgezind: “Dit is absoluut voor herhaling vatbaar.”

De eerste editie van de WOOS Spulletjesdag kan daarmee met recht een groot succes worden genoemd. Het was een dag waarop niet alleen tweedehands spullen een nieuw leven kregen, maar waarop vooral ook het buurtgevoel werd versterkt. Een initiatief dat laat zien hoe klein beginnen kan uitgroeien tot iets groots – en vooral iets verbindends.

**Groet namens organisatie WOOS Spulletjesmarkt
Christelle, Liz, Yvonne, Esther & Michel**





Geschiedenis van de Wijk

Op het laatste stukje: Lupineweg 30

Tekst: Jan Timmner
Foto's: Familie Verhaegh, topotijdreis.nl
en WM Le Griep

In 2025 telde de wijk Het Woudhuis bijna 6.000 inwoners, verspreid over zo'n 2.500 woningen. Toch is Het Woudhuis nog een relatief jonge wijk; vóór 1990 waren er aanzienlijk minder huizen en mensen en was het gebied, toen nog bekend als Steenkamp, vooral vol weilanden tussen de Zutphensestraat, de spoorlijn naar Deventer en de autosnelweg A50. Overigens werd de A50 pas in de jaren zeventig aangelegd. De Lupineweg speelt een belangrijke rol in de wijk. Deze route – vroeger deels bekend als de Woudhuizerweg – loopt van de Zutphensestraat tot aan de spoorwegovergang richting de Veenhuizerweg in Oost-Osseveld. Ook de Veenhuizerweg bestaat al heel lang.

Wie kijkt op websites zoals topotijdreis.nl of de huizen-leeftijdensite, ziet dat - op enkele nog eerder gebouwde boerderijen na - de eerste huizen en boerderijen in Het Woudhuis ergens tussen 1900 en 1920 zijn gebouwd.

Aan de Lupineweg staan momenteel nog enkele oude panden, waaronder de voormalige school (nummer 21, nu in gebruik door de Klootschietvereniging) en de mooi gerestaureerde oude woning van de schoolmeester op nummer 19. Ook nummer 17 (bouwjaar rond 1910), vlak bij de spoorwegovergang, wordt momenteel (april 2026) gerestaureerd.



Woningen van vóór 1980

Het merendeel van de huidige woningen in onze wijk stamt echter uit de periode 1994–2010. Toch tonen oude topografische kaarten van vóór 1980 (zie afbeelding 1) dat destijds bij de Lupineweg al enkele, inmiddels gesloopte, huizen stonden, waaronder ook nummer 32. Uit informatie uit de Erica-gidsen blijken hier vroeger families als Bongers, Testerink, Wildeboer, Schut, Van Oorspronk en Vorselman gewoond te hebben.

Lupineweg 32 komt exact overeen met gebouwen die daar al sinds circa 1925-1930 stonden. Jan van Oorspronk was de boer die hier woonde. Opmerkelijk genoeg woont nu zijn dochter, samen met haar man, op exact dezelfde plek in een moderne vrijstaande woning.

Om een idee te krijgen waarover we nu eigenlijk praten zie je de locatie van de boerderij van Jan van Oorspronk in 1976 bij de rode pijlen in de afbeeldingen 1 en 2. Dankzij hun gastvrijheid mocht ik eind februari bij de familie Verhaegh-Oorspronk langskomen aan de Lupineweg 30.

Het verhaal begint in 1917

Hun verhaal begint rond 1917, toen Jan van Oorspronk werd geboren. Hij groeide op aan de Lupineweg 11 en verhuisde later naar zijn eigen boerderij op nummer 32. In 1940 trouwde hij en kreeg drie kinderen, waarvan één dochter met haar man de huidige bewoonster op de locatie is.

Jan had weilanden richting Het Woudhuis, maar door de aanleg van de A50 in de jaren zeventig moest hij land afstaan. Als compensatie kreeg hij westelijker gelegen nieuwe grond, tot aan de plek waar tot kortgeleden nog op het Kasteelplein de bijna 100 jaar oude witte paardenkastanjeboom stond.

Na hun huwelijk in 1981 is de familie Verhaegh in/op de boerderij van vader en moeder gaan wonen en zijn hun kinderen daar geboren. Hiervoor werd wel wat aan- dan wel verbouwd. De afbeeldingen 3 en 4 tonen nog twee luchtfoto's van vóór 1951 en na 1951 die een mooi sfeerbeeld van de locatie geven.



In 1994 start de nieuwbouw

Rond 1990 begon de gemeente plannen te maken voor woningbouw in onze huidige wijk Het Woudhuis. Als gevolg daarvan werden dus onder andere gronden van de boer verkocht en begon in 1994 de bouw van de huizen in Het Woudhuis, enige tijd later ook rondom de boerderij. Eerst aan de westzijde (nu de Houttuinen), later volgden de Noorder- en Zuiderhoogte. Bijzonder genoeg lopen alle straten van de Houttuinen direct over in die van de Noorder- en Zuiderhoogte, behalve vlak voor de voormalige boerderij: daar heeft Jan van Oorspronk invloed op gehad.

Toen het onderhoud van de boerderij en het nog resterende, niet verkochte land eromheen (ongeveer 1.500 vierkante meter) te zwaar werd, besloot men te slopen en verschenen drie nieuwe woningen op het perceel, waarvan de familie Verhaegh er één betrok (nummer 30, bouwjaar 2010). Jan van Oorspronk en zijn vrouw waren toen al overleden. Wandel je nu over de Lupineweg, dan zie je niets meer terug van de boerderij van vóór 2010. Het oudste gebouw op die locatie is de schuur achter Lupineweg 30, uit 1992.

Het blijft bijzonder hoe een plek in minder dan dertig jaar veranderde van een eenzame boerderij met uitgestrekte weilanden naar een drukke woonwijk zonder herkenningpunten van vroeger. Alleen het naambord "Op het laatste stukje" aan het huis van familie Verhaegh herinnert nog aan het verleden. Dat vind ik een mooie gedachte.

Jan duikt graag in de geschiedenis van onze wijk. Heb je suggesties voor Jan? Mail hem gerust, dan zoekt Jan het uit: j.timmner@upcmail.nl

Bronnen: [Topotijdreis.nl](http://topotijdreis.nl) en <https://netherlands.parallel.co.uk/#16.02/52.217929/6.016246/0/40>



Afbeelding 1
De Lupineweg 2025 (links) en 1976 (rechts) met de boerderij bij de pijl (Lupineweg 32), (topotijdreis).

Afbeelding 2
Luchtfoto van Woudhuis (origineel Snelleman) in 1994 vanuit het oosten gezien; de start van de bouw van Het Schip en bij de pijl de boerderij.

Afbeelding 3
Foto van de oorspronkelijke oude boerderij voor het jaar 1951 (foto familie Verhaegh).

Afbeelding 4
Foto van de in 1951 nieuwgebouwde boerderij, die later in 1981 weer verbouwd is (foto familie Verhaegh).





Peanut Cara en Big Mike: al ruim 20 jaar in Apeldoorn Osseveld

Tekst: Joke van der Linden
Foto's: Cara Zhiwei Zhang en Michael Petzhold

jaren, zweefvliegt met zijn jeugdvrienden. Daar kwam toentertijd meer voor kijken dan nu: er was nauwelijks navigatieapparatuur, slechts een kaart. Niet alleen de lucht, maar ook het water, de zee, trekt hen beiden. Ze zijn 'vakantie-scubadivers'.

Ze staan om 5:45 uur op, drinken koffie verkeerd, doen 15 minuten yoga, maken gezonde broodjes voor na het zwemmen, en voor bij de lunch tijdens het werk. Cara kookt: eiwitten, koolhydraten, gezond en altijd vers. Rond 18:00 uur zijn ze thuis. Dan gaan ze eerst trainen. De invulling van de training hangt af van het tijdstip van de volgende marathon. Daar zijn schema's voor met aandacht onder meer voor hartslag en verzuring van het bloed.

Vorbereidingen op de marathon

Michael legt dat technisch even 'makkelijk' uit. Zo gebruik je voor verschillende doelen ook steeds andere spieren. Het lichaam moet na een marathon herstellen, vooral de pezen. Veel beginners lopen te hard. Vaak staan er trainingen in het schema die te langzaam aanvoelen. Voor de marathon moet je de conditie opbouwen en steeds wat van je record afknabbelen. Zo voorkom je kwetsuren. Kort voor de wedstrijd geef je het lichaam rust en doe je minder. Je neemt zeker geen risico's door te experimenteren met nieuwe schoenen.

Het is verschillend wat je per marathon onderweg van de organisatie krijgt. Een marathon is een eetwedstrijd. Boven de 25km wordt 'bijeten' aangeraden, dat is essentieel.



Zhiwei Zhang, Cara, is klein van stuk, geboren en getogen in de stad van de Eeuwige Lente" (City of Eternal Spring), Kunming. Ze werkte daar een aantal jaar onder andere voor een Nederlandse ondernemer. Cara werkt nu in Apeldoorn voor diezelfde ondernemer. Ze deed de inburgeringscursus en nam Nederlandse taallessen. Cara loopt marathons onder de naam Peanut Cara.

Michael Petzold, Big Mike, met een Tsjechische moeder en een Duitse vader, is in Duitsland opgegroeid. Hij wilde aanvankelijk piloot worden, maar hij was met 1,97 meter te lang. Hij zou in de marathonwereld 'Big Mike' gaan heten. Cara: "We willen allereerst zo goed mogelijk integreren in Nederland. Daar leent sport zich uitermate goed voor."

Michael werd geen piloot. Hij koos een heden-daagse Oost-Aziëstudie met taal, politicologie, internationale relaties, gefocust op China en woonde een half jaar in China om de taal te leren. Daar leerde hij Zhiwei kennen.

Ze wonen alweer ruim 20 jaar gelukkig en ingeburgerd in Osseveld. Lacherig komen we tot de conclusie dat de Chinese Zhiwei haar Duitse man Nederlands leerde. Ze hebben stemrecht, de één kreeg met een vaste baan de Nederlandse nationaliteit, de ander omdat hij Europeaan was. De dag voor dit interview liep Cara een proefmarathon: van hun huis naar Bussloo en daar drie rondes! Cara loopt drie marathons per jaar, Michael twee.

Lucht, land, water en sporten

Cara vliegt af en toe naar China en bezoekt haar ouders, of zij komen hier. Hun langste bezoek aan Apeldoorn was door corona een jaar. Ze konden niet terug. Michael gaat regelmatig terug naar Duitsland waar hij, sinds zijn jonge



De kledingrichtlijnen zijn: tot de start wil je je warm houden, boven de 10 graden draag je kort met eronder lang, rond het vriespunt kleed je je met meer lagen.

De wereld als familie

Vanaf 2015 lopen Peanut Cara en Big Mike marathons: eerst een kwart, al gauw de hele, 42km. Zo liepen ze ondermeer in Amsterdam, Rome, Athene, Londen, Parijs, Chicago en ook weer in Apeldoorn '50 jaar-viering', in 2026 Tokyo, dit jaar ook Rotterdam. De meeste marathons zijn in het centrum van de stad. Het is heel bijzonder dat er zoveel straten worden afgezet, dat de bevolking intens meeleeft en een overweldigend aantal vrijwilligers levert om alles tot in de puntjes te regelen.

Elke marathon heeft een eigen sfeer. Londen steekt er qua sfeer en plezier bovenuit. Daar gaat het om het goede doel, minder om de snelheid. Je kunt er verkleed met allerlei attributen lopen of voor het kinderkankerfonds. Het is een grootschalig feest voor publiek en lopers. Cara beschrijft het als een emotionele rollercoaster. De meest unieke marathon voor Cara was Parijs in 2024. Cara liep dezelfde route als Sifan Hassan die de marathon won. Daarna stonden zij, ook Cara, oog in oog met Dick Schoof, die de Nederlandse lopers kwam feliciteren. Voor Cara is dit toch wel de meest bijzondere medaille. In Tokyo was alles perfect georganiseerd, strakke regels en rust, gedisciplineerde lange rijen inclusief verrassend hygiënische dixi's!

Camino Kumano Kodo

Cara en Michael lopen ook wel andere tochten, zoals de Kennedymars in Sittard. Ze liepen van

Porto naar Santiago de Compostela, dat een officiële vriendschapsband heeft met de Kumano Kodo-paden, vlakbij Osaka op het Kii-schiereiland. Dat is de Dual Pilgrim, die een extra medaille oplevert als je ze allebei loopt. Dus eind februari 2026 hebben ze een week de Camino Kumano Kodo gewandeld. Relaxt, tussen de tempels en mooie natuur, niet al teveel kilometers, maar wel klimmen.

Boston marathon

Bij veel marathons is het een kwestie van inloten: niet altijd gemakkelijk, maar voor de Boston marathon moet je je kwalificeren en de tijden kunnen aantonen, die je bij andere gelegenheden hebt gelopen. De lat ligt daar hoog. Daar trainen ze beiden voor. Michael is vier jaar jonger dan Cara. Om de kwalificaties te halen moet hij hard trainen en zijn persoonlijk record verbeteren. Begin 2028 denken ze dat beiden te halen.

Stijldansen

Een paar jaar geleden begonnen ze met stijldansen. Michael had dat nooit geleerd, het moest er eens van komen. Ze werden fanatiek, dansten al gauw op een pittig niveau; brons, zilver en gouden ster. Ze traden op met de dansschool in het theater. Cara: "Dit is voor ons quality time, samen dansen". Michael 'Big Mike' danst dan met 'Peanut Cara', doch dat brengt ook fysieke verschillen met zich mee, wat niet bij elke dansvorm handig is.

Voor en met de wijken Apeldoorn

Op woensdagavond en zondagochtend staat sportief lopen op het programma met de Woudlopers hardlooptroep. Ze verzamelen bij de Poort onder het viaduct in Het Woudhuis voor een energieke intervaltraining onder leiding van Rinus Groen. Die training verdient beslist een aanbeveling.

Michael is amateurfotograaf. Hij maakt foto's als vrijwilliger tijdens de Apeldoornse Midzomer Marathon. Ook worden de foto's gebruikt voor instructiedoelen of inspiratie. Trots zijn ze op de onderwatervideo's van vissen! Michael en Cara voelen zich hier thuis en willen in Nederland blijven. Ook al gaan hun voeten vaak van de grond, ze zijn nuchter, ambitieus en staan met beide benen op de grond.



HET WOLDHUIS
STADSLANDGOED

Kom gezellig langs bij Het Woldhuis! De perfecte locatie voor vergaderingen, feesten, partijen en andere evenementen.

Het Woldhuis 11 7325 WN Apeldoorn
www.hetwoldhuis.nl



Je bent jezelf een beetje kwijtgeraakt.
Dat hoeft niet zo te blijven.

Je lijf verandert, je energie schommelt en je hoofd staat zelden 'uit'.
Dat is voor veel vrouwen in deze fase herkenbaar en het vraagt veel van je. Maar jouw kracht is er nog steeds. Ze voelt alleen even ver weg.

Bij Startmoment:
Help ik vrouwen in deze fase zichzelf terugvinden; van binnen én van buiten.

- **Wandelcoaching:** Ruimte in je hoofd, in de buitenlucht
- **Personal training:** 1-op-1 werken aan je kracht, op jouw tempo
- **Een krachtige balans:** Van mentale rust en fysieke fitheid

"Misschien ken je mij al uit de buurt. Anders: leer mij kennen"

Maak gratis kennis met Miranda.
www.startmoment.nl/contact
of scan de QR code

**Sterk zijn is niet alleen fysiek,
het is ook durven kiezen voor jezelf**

Soof vertelt verder

De grasaar (deel 2)

Tekst: Marianne Hutters-Dijkhuizen
Foto's: Marianne Hutters-Dijkhuizen



Als we op een mooie dag een koude maar frisse neus gaan halen worden mijn vrouwmens en ik aangesproken door een mevrouw, die een heel klein hondje met een zeer modieus jasje uitlaat. Ik wil eigenlijk vragen waar hij die vandaan heeft als zijn vrouwmens hem optilt en ons komt vragen of wij die van de Wijkkijker zijn, want ze heeft een opmerking op het verhaal over de grasaar. Zijn vrouwmens is ook driftig in Het Kasteel aan het snoeien geweest. We willen net grappen maken dat zij dan ook een standbeeld krijgt, als ze doorvertelt dat zij graag met de andere dames de grasaar wil bestrijden, omdat ze alleen niet meer durft.

Aanval

Het vrouwmens vertelt ons, terwijl wij geschokt haar verhaal aanhoren, dat zij niet verder is gekomen in Het Kasteel, omdat zij door een andere kasteelbewoner is aangevallen, hevig is berispt op haar snoeiedrag en vervolgens van haar vuilniszak met afgesnoeide grasaren is beroofd. De vuilniszak werd vervolgens door diezelfde kasteelbewoner woedend over straat gegooid.

Ik merk dat het andere vrouwmens nog steeds hevig ontdaan is. Ik heb medelijden met haar. Dit vrouwmens, die zich uit de goedheid van haar eigen hart op het snoeien en uitroeien van deze grasaar heeft gestort, is volgens ons vals beschuldigd van wild snoeien. Wij hopen dat de betreffende kasteelbewoner dit leest en beseft dat dit vrouwmens geen kwaad in de zin had en met het snoeien van de grasaar ook deze bewoner wilde beschermen tegen de gevolgen van dit niet onschuldige gewas.

Gemeente

Nu hopen we dat de gemeente dit soort verdere rellen zal uitsluiten, ons serieus neemt en helpt in de bestrijding van dit onkruid. Waarschijnlijk werd deze grasaar ook nog eens door de gemeente zelf uitgezaaid in hun poging de kasteeltuin te verfraaien met wildbloeiers. Een mooi initiatief, maar dan wel graag zonder dit soort. Dan merkt mijn vrouwmens op dat deze grasaar in heel Nederland voor veel overlast zorgt en dat overal meer en meer mensen opstaan en de snoeischaar zelf ter hand nemen om zichzelf en hun dieren te beschermen. Dus bij deze de vraag of we dit voorjaar weer de handen of pootjes ineen kunnen slaan om deze grasaar te bestrijden?

De leuning

Ik begin de hoop op te geven dat de gemeente zal luisteren tot we een paar dagen later langs de wal lopen. Mijn vrouwmens weet niet wat ze ziet als ze op de heuvel aan het einde van het Mariëllepark ineens een leuning naast de trap ziet. Ze moet dit eerst eens van dichtbij bekijken en we kijken elkaar trots aan. We durven niet te hopen dat ons verhaal daartoe bijgedragen heeft, maar we krijgen wel een sprankje hoop dat de gemeente deze smeekbede ook zal lezen. Lieve gemeente, mogen wij een grasaar-vrij-Apeldoorn alsjeblieft?

Pootjes van Soof



scholekster

Flora en fauna in de wijk

Scholeksters op bezoek bij het UWV?

Tekst: Ilse Langevoort
Foto's: scholeksterophetdak.nl, WM Le Griep, Rinus Groen, VroegeVogels BNN VARA

Als wijkbewoner van Osseveld-Woudhuis kun je vrijwel dagelijks eenden in bermen en kleine stroompjes en plassen zien. Ze zijn in onze wijk net zo talrijk als de tuinvogels zoals mussen, meesjes en vinken. Die soorten ziet en herkent (hopelijk) bijna iedereen. Maar wist je dat je in onze wijk ook watervogels zoals meeuwen, ganzen of scholeksters kunt spotten en hiervoor dus niet eens per se naar watervogel buitengebieden (zoals polders, de wadden of deltagebieden) hoeft?!

Ganzen en eenden

Heb je weleens zo'n indrukwekkende groep vogels hoog in de lucht in een grote V-vorm over de wijk zien trekken? Dat zou zomaar eens een groep ganzen kunnen zijn. Al zijn ze soms ook dichterbij te zien. Zo vliegen ze ook in kleine groepjes, gakkend, laag over de wijk om vervolgens neer te strijken op de plassen in Zuidbroek, naast de Meidoornweg (fietspad langs het spoor en de vijver van Osseveld-West), in de bermen in Osseveld-Oost, Het Woudhuis langs de Waterlei en de Lage Landenlaan. Regelmatig loop ik bijvoorbeeld de Canadese gansfamilie tegen het lijf op het fietspad aan het begin van de Anklaarseweg bij de Sprekelaar.

Ook watervogels zoals de talrijke wilde eend of de meerkoet zie je regelmatig in de beken of in de zojuist genoemde plassen. Daarnaast duiken ook tafeleenden, krakeenden, kuifeenden en waterhoentjes wel eens op én onder. Krakeenden zie je vaak in de herfst en winter tussen de meerkoeten. Waarom? Omdat ze profiteren van het voedsel dat de duikende meerkoeten van de bodem ophalen. Meerkoeten hebben nogaleens ruzie. Het komt voor dat ik al fietsend of lopend twee kibbelende meerkoeten waarneem.

Vogelverrassingseffect

Het mooiste van vogels kijken vind ik het verrassingseffect. Elke week, elke dag verwonder ik mij over wat ik nu weer zal zien in die ene plas, beek of berm. Zo was er die keer dat ik naar De Voorwaarts wandelde en luid, schrill gekwetter boven mij hoorde: "te-piet te-piet".

Ik keek omhoog en zag twee oranje snavels boven de dakrand van het UWV-gebouw uitsteken. Ik keek recht in de ogen van twee scholeksters. Hun doordringende roep hield nog even aan.

Dit soort waarnemingen is verrassend en zet me aan het denken. Ik dacht, wat doen jullie hier? Als iemand mij had gevraagd welke vogels ik in mijn wijk zie, had ik geen scholekster opgenoemd. Eenmaal thuis sloeg ik één van mijn vogelboeken open en las dat scholeksters naast kwelders en langs de kust ook op grinddaken broeden. Weer wat geleerd.

Dit is een uitnodiging voor jullie wat vaker om je heen te kijken, goed te luisteren en te observeren. Om je bewust af te vragen wat je hoort of ziet. Om je te verwonderen en je te laten verrassen. En alles wat je niet weet of herkent, geeft stof tot nadenken en is brandstof voor nieuwe kennis.

Tip voor beginnende spotters

'Vogels in Nederland' van de Postcode Loterij is een toegankelijk boek voor beginnende vogelaars, natuurliefhebbers en/of kinderen.



Canadese gans Kasteellaan Het Woudhuis



sloot Woudhuis



tafeleend



kuifeend



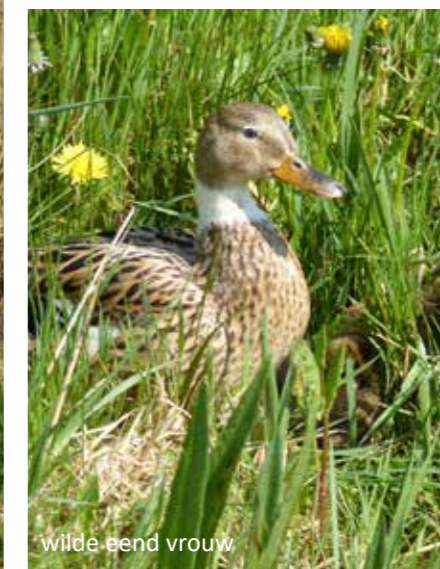
vijver in Osseveld-Oost



zwanen op nest Osseveld-Oost



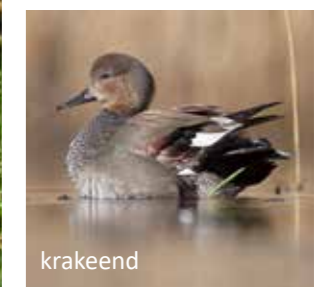
grauwe gans



wilde eend vrouw



waterhoen



krakeend



kokmeeuw



wilde eend man



meerkoet



Zicht op Het Kasteel



Avondvierdaagse Osseveld-Woudhuis



Poort in Het Woudhuis



In gesprek met Eugène bij Van Wamelen Optiek en met postbode Kees in winkelcentrum 't Fort.

Nieuw in Osseveld-Woudhuis (én Welgelegen): wijkagent Kelly Schuiling

Tekst en foto's: WM Le Griep, kadertekst uit De Gelderlander en Duivenpost

Vanaf 23 maart kent onze wijk (én Welgelegen) een nieuwe wijkagent: Kelly Schuiling. Wanneer we elkaar begin april spreken, zit ze nog maar enkele weken 'in het zadel'. Hierna volgen meer kennismakingsgesprekken; met bewoners, met sociale (keten-) partners, met onze ondernemers enzovoort.

Wie Kelly online opzoekt, komt snel meer over haar functie van digitaal wijkagent te weten: de Gelderlander, de Stentor en Duivenpost interviewden haar eerder. Kelly loopt al 8 jaar mee bij de politie en was tot voor kort digitaal wijkagent voor de gemeente Zevenaar en 5 omliggende gemeenten.

Als digitaal wijkagent had ze een volle agenda: "Als digitaal wijkagent was ik vraagbaak en wegwijzer in één. Ik hield mij bezig met preventie, gaf voorlichting aan zowel jeugd als aan ouderen, begeleidde senioren bij het digitaal vaardiger worden, maar ook ouders waren bij mij aan het juiste adres, want hoe krijg je als ouder grip op het digitale leven van je kind en zorg je dat je kind veilig is? Het is een zeer interessante functie en de kennis en ervaring neem ik nu mee naar de wijken Osseveld-Woudhuis en Welgelegen."

Kelly is voor nu nog de enige wijkagent in onze wijk: Martijn Nijsingh, Menno Kramer en Koen van der Weerd werkten alle drie ook voor onze wijken, maar hebben inmiddels een functie elders. Koen stelden we in de lente-editie van 2025 voor aan de wijk, maar werkt nu onder meer in wijk De Sprenkelaar.

Rechtvaardigheidsgevoel

Voordat Kelly bij de politie kwam, zaten hulpverlening, dienstverlening én een groot rechtvaardigheidsgevoel al in het bloed: "Via de evenementenbranche op schepen, werken als sportmasseur, in de sauna, de horeca en als schoonheidsspecialiste ben ik altijd met mensen bezig geweest. Ik stond open voor anderen en wilde de ander zo goed en zo veel mogelijk helpen. Al die vaardigheden nam ik mee in mijn politieopleiding en daar maak ik nog steeds dankbaar gebruik van."

"Het werk van een wijkagent is mensenwerk. Toch kan ik niet alles direct oplossen. Wanneer ik niet gelijk kan helpen, zoek ik uit wie of welke instantie dit wel kan. De politie is er voor strafrechtelijke overtredingen zoals diefstal, inbraak, mishandeling, fraude, afpersing, misbruik en dergelijke. Burenruzies lossen wij niet één twee drie op. Wij kunnen bewoners wel doorverwijzen naar bijvoorbeeld Buurtbemiddeling. Melden van diverse overlastzaken kan tegenwoordig ook heel handig met de Zo Gemeld app: van dumpafval tot parkeeroverlast. De gemeente pakt dergelijke meldingen op."

Aanwezig in de wijk

Kelly gaat graag in gesprek met wijkbewoners en is ook graag zichtbaar in de wijk, herkenbaar en aanspreekbaar op straat: "Zodra het kan ga ik bij voorkeur op de fiets door de wijken." Ze heeft een grote wens: een fysiek 'loket' om spreekuur te houden voor vragen uit de wijk. Zover is het echter nog niet. Met de komst van Kelly is er nu ook een vast aanspreekpunt voor het COA (Centraal Orgaan Asielopvang) aan de Deventerstraat.

"Als wijkagent werk ik samen met de sociale (keten-) partners zoals: Samen055, GGNet, VeiligThuis, Jeugdbescherming, sociaal wijkteam, Talma Borgh, Stimenz, jeugdwerker(s), Buurtbemiddeling, scholen, de winkeliers enzovoort. Ik bezoek graag bijeenkomsten en geef voorlichting, bijvoorbeeld over digitale veiligheid voor jongeren én ouderen. Ja, ik ben met plezier vraagbaak."

Contact

"Momenteel ben ik nog het beste bereikbaar via politie.nl/mijn-buurt/wijkagenten waar je op postcode je dienstdoende wijkagent kunt terugvinden én via het contactformulier een vraag kunt stellen. Dit is vooral bedoeld voor zaken die minder urgent zijn, zoals vragen, verzoeken om overleg of het bijwonen van diverse samenkomsten in de wijk. Ik neem dan contact met je op."

Bij nood bel je uiteraard direct 112 waarna de centralist je verder helpt. Bij minder urgente zaken bel je 0900-8844."

0900-8844 112 Politie bij niet urgente zaken
112 Politie nood- en hulpdiensten bij urgente zaken
Zo Gemeld App van de gemeente voor meldingen, van dumpafval tot foutparkeren

Nieuw is de mogelijkheid via Instagram de politie te volgen, op de hoogte te blijven van nieuwtjes én die prangende vragen te stellen:

Noordoost@wijkagenten_apeldoorn_n_oost



In gesprek met bloemenstal ondernemers Mariska en Peter Jongman

Van datingfraude tot 'phishing'-mailtjes

Kelly: "Digitale oplichting komt op de meest uiteenlopende manieren voor. Wie zou denken dat datingfraude zelden voorkomt heeft het helemaal mis. Het is een miljoenen-business. Overal waar mensen zich op het internet blootgeven, kom je criminelen tegen die er misbruik van proberen te maken."

Bekend is ook de helpdeskfraude: je wordt gebeld door een hulpvaardige medewerker van de bank of van de gemeente, die in werkelijkheid een crimineel is die het op je geld heeft voorzien. Bekend zijn de 'phishing'- mailtjes die je uitnodigen op een link te klikken, waarmee je slechtwillenden de kans geeft je computer over te nemen. Het komt steeds meer voor, daders zitten soms in India of in Afrika, maar ook in Nederland zijn illegale criminele callcenters waarvan de medewerkers niets anders doen dan de hele dag mensen oplichten."

Altijd melden

De vragen en meldingen die Kelly als digitaal wijkagent kreeg liepen uiteen. "Mensen die al te maken hebben gehad met oplichting zijn vaak huiverig om online aangifte te doen. Doe dat toch, want zonder meldingen kunnen wij niets doen. Ik kan ze daar ook bij helpen. We besteden daarnaast veel tijd aan het geven van voorlichting over digitale criminaliteit."

We werken met preventie, verstoren en opsporen van delicten. Met verstoren bedoel ik dat ik bijvoorbeeld een fraudegesprek overneem, waardoor de oplichting stopt. Het is een misvatting dat alleen ouderen slachtoffer worden van digitale criminaliteit.

Ook jongeren gaan soms onzorgvuldig om met hun digitale veiligheid. Regelmatig je wachtwoord wijzigen en het instellen van een tweestapsverificatie zijn eenvoudige, maar belangrijke maatregelen die we inwoners meegeven. Bij organisaties zoals de politie of gemeente is het heel normaal om wachtwoorden elke paar maanden te veranderen."



Apeldoorn, Rinus en Eline



Heerde, Isabel en Eline, Klokloop



Baak, Milo en Rinus



Nijkerk, met Marjol en Leo



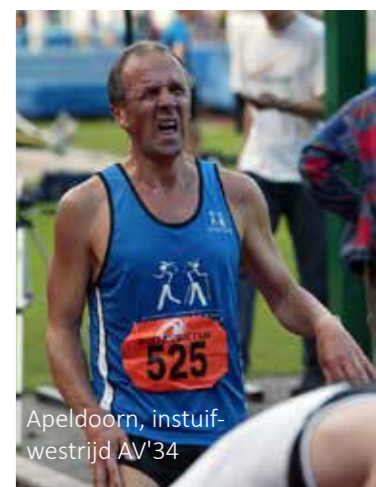
Grauwe kiekedief



Woudlopers



Roodborst



Apeldoorn, instuifwestrijd AV'34



Boomklever



Athene



Boompieper

Even voorstellen: Rinus Groen Een vaak gespote hardloper in en om Apeldoorn.

Tekst: Hans Verbeek / Foto's: Rinus Groen

Als bezoeker van de jaarlijkse uitreiking van de sportpenningen in Apeldoorn kon ik (freelance redacteur Hans Verbeek) Rinus Groen niet missen: hij was daar één van de drie genomineerde sporters die een prijs kon winnen. Deelnemers inspireren om één of andere reden anderen met hun verhaal over sport. Rinus was genomineerd omdat hij al meer dan vijftig jaar mensen aanzet tot (beter) hardlopen. Hij werd tweede bij de publieksstemming.

Ik ontmoet Rinus bij hem thuis (1956, getrouwd, drie kinderen). Hij is aan het stofzuigen, want ik ben te vroeg. Rinus is een heel open man. Hij vertelt graag en praat veel. Vragen stellen is eigenlijk niet nodig. Als ik dat wel doe komt er een waternal aan reacties. Ik kan me dan ook goed voorstellen dat mensen die hij advies geeft over hoe het lopen beter kan, hier naar luisteren en hier ook iets mee doen. Rinus: "Ik kreeg wel eens de opmerking dat ik geen officiële gediplomeerde trainer ben, maar ik zet mijn kennis en vooral mijn ervaring in en dat levert altijd een snellere tijd op, of het nou om een beginner of om een ervaren loper gaat."

Het begon eigenlijk rond mijn negentiende. Ik zat toen op de Koninklijke Militaire School in Weert. Daar moest ik hardlopen en dat ging best goed. Hardlopen is erg effectief als je wilt afvallen: je verbrandt er snel vet mee, maar ik vond het lopen niets. Toch zette ik door. Toen ik na mijn afzwaaien bij Centraal Beheer (CB) in Apeldoorn ging werken, bleef ik lopen: twee keer per week 3 kilometer."

Serius lopen: 111 marathons

Rinus werkte bij CB met cijfers en hij deed dat vanaf het begin ook met het lopen: afstanden en tijden werden en worden nog steeds nauwkeurig bijgehouden. In die tijd kwam hij binnen CB andere goede lopers tegen. Dat zorgde ervoor dat Rinus langere afstanden ging trainen en lopen. En hij kwam erachter dat hij goed genoeg was om serieus te gaan lopen. Zo werd deelnemen aan prestatielopen ingeruild voor het lopen in wedstrijden en dan zeer verschillende afstanden.

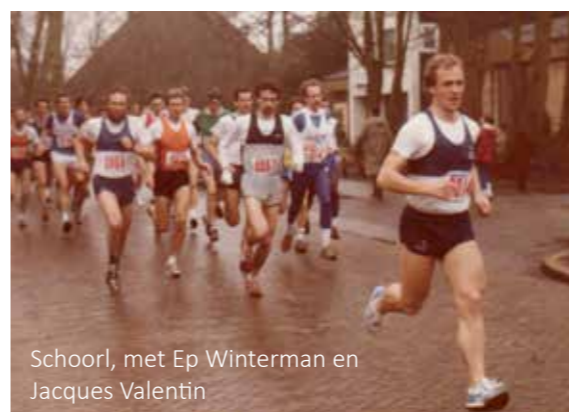
Ook deed hij mee aan 111 marathons (een marathon is 42,195 km lang) met een beste tijd van 2:34:55 uur. "Er was een groep lopers die samen trainde en wedstrijden liep. Dat leverde op dat we steeds beter werden. Daarnaast leverde het veel kennis op over het lopen zelf en het trainen, waar ik tot op de dag van vandaag nog veel plezier van heb bij het helpen van anderen."

Om daar een voorbeeld van te geven: "Veel mensen lopen met opgetrokken schouders. Daardoor maak je de longcapaciteit kleiner. Als je ontspannen loopt en de armen mee laat werken, krijg je meer snelheid. Probeer dat te doen aan het eind van een loop en je hebt als vanzelf een eindsprint."

De beste tijden in zijn professionele loopbaan liep Rinus in 1988: 2,06 minuten over 800 meter (baan); 15,53 minuten over 5 kilometer (baan) en 01:09:58 uur over de halve marathon op de weg. In die tijd trainde Rinus meer dan 100 kilometer per week, vaak tussen de middag met wat collega's. Hij kon na afloop douchen op het werk zodat hij aan het eind van de dag gewoon naar huis kon en dus niet 's avonds in het donker hoefde te trainen.

Wekelijks 42 kilometer

"Gelukkig is mijn vrouw actief voor zwemvereniging Aquapoldro en is zij naast haar werk vaak in het zwembad te vinden. We deden ieder ons ding."



Schoorl, met Ep Winterman en Jacques Valentin

Met het ouder worden, wordt er ook wat minder gelopen: op dit moment wordt er als het enigszins kan toch wel iedere dag gerend met als doel in ieder geval iedere week 42 kilometer af te leggen. Rinus woont sinds 1992 in Osseveld-West. Daar startte hij met anderen loopgroep de Woudlopers; een groep lopers die tweemaal per week rond het Woudhuisbos loopt. In de Wijkkijker is daar eerder over geschreven.

Passies naast het hardlopen

Naast zijn passie voor het hardlopen fotografeert Rinus ook graag. Trouwe lezers weten dat Rinus ook voor de Wijkkijker af en toe als fotograaf optreedt: vooral bij artikelen die met sport en bewegen te maken hebben. Toch is dat niet de reden dat Rinus fotografeert: het gaat hem vooral om vogels. In ieder geval sinds 2009 is de collectie vogelfoto's erg uitgebreid geworden. Het is een activiteit die vooral veel geduld vraagt. En geluk.

Zelden levert het een mooie foto op, maar dan heb je ook wat: in de collectie van Rinus zitten honderden foto's van de ook in onze wijken veel voorkomende

futen, alsook de meer bijzondere oehoe en de in het verre buitenland gefotografeerde prehistorisch aandoende schoenbekoievaar. In deze Wijkkijker nemen wij vast een paar van Rinus zijn mooie vogelfoto's op.



Lisse, NK 25 km

Wonen, welzijn en (thuis)zorg

Fortlaan 47
7325 ZE Apeldoorn

T (055) 368 36 83

info@talma-borgh.nl
www.talma-borgh.nl

**Stichting de Kap
Maatjes Apeldoorn:**

Youri en Jonne gaan samen op pad in Apeldoorn

Bij Maatjes Apeldoorn word je als vrijwilliger (maatje) aan iemand gekoppeld die wel wat extra gezelschap of steun kan gebruiken. Jonne (29) meldde zich aan als maatje en ontmoette zo Youri.

Youri is 19, woont in Apeldoorn en heeft autisme. Hij gaat naar school, maar zat daarnaast altijd thuis. Zijn ouders stimuleerden hem vaker naar buiten te gaan en nieuwe mensen te ontmoeten. Zo kwam Maatjes Apeldoorn op zijn pad.

Jonne verhuisde 2,5 jaar geleden vanuit Amsterdam naar Apeldoorn. Hij werkt bij het COA, waar hij minderjarige vluchtelingen begeleidt: "Ik kende Apeldoorn nog niet zo goed en ik wilde graag iets voor een ander doen. Via Maatjes kan dat."



Foto: De Kap

Kleine dingen maken het verschil

Voor Youri heeft het hebben van een maatje extra betekenis in zijn week. "Je hebt er een afspraak bij, dat geeft een goed gevoel." Het doet hem goed vaker naar buiten te gaan. "Het is fijn elkaar te zien en te spreken," zegt Youri. "We praten over van alles." Soms zit de impact juist in de kleine dingen: een wandeling, een goed gesprek, samen iets nieuws proberen.

Even een berichtje en dan samen eropuit

Het contact is simpel: Jonne appt, en als het uitkomt spreken ze af. Dan gaan ze wandelen, iets eten of de omgeving in, vaak naar plekken waar ze anders niet zo snel zouden komen.

Maatje worden?

Jonne: "Maatje zijn is een mooie investering. Je maakt iemand blij en je krijgt er veel voor terug: voldoening, fijn contact en je bouwt een vriendschap op." Youri sluit zich daarbij aan: "Gewoon proberen. Je kan echt een verschil maken."

Wil jij ook iemands maatje worden?

Neem vrijblijvend contact op met Miranda Berenschot, coördinator vrijwilligers

m.berenschot@dekap.nl
06 218 548 09

www.maatjesapeldoorn.nl

"Ik help met alle liefde en professionaliteit"



SuAZe verzorgt de uitvaart op een manier zoals jij het wilt. Persoonlijk, transparant, flexibel en bovendien betaalbaar. Ik maak alles mogelijk en zorg dat het op de meest professionele manier wordt geregeld. Ik begeleid het hele proces met al mijn liefde en inzet, van de laatste verzorging tot het nagesprek.

Heb je behoefte aan een vrijblijvende kennismaking? Neem dan contact met me op.

SUAZE | **UITVAARTVERZORGING**
— Anita Zengerink - RU — | EEN MOOI AFSCHIED MET LIEFDE GEREGLD

Anita Zengerink



**Repair Café
Talma Borgh**

Op woensdag in de even weken van 14:00 tot 16:00 uur in de Vide van Talma Borgh.

Bedoeld voor het herstellen of repareren van o.a. de volgende artikelen:

- Kleine huishoudelijke apparaten zoals een strijkijzer, kruidmief, klok/wekker, föhn, lamp of stofzuiger.
- Vervangen van batterijen voor horloges
- Kleine reparaties aan sieraden
- Herstelwerk aan kleding (aanbrengen van zomen, inkorten van broeken en aanzetten van knopen). Graag zelf afspelden.

Er worden géén werkzaamheden uitgevoerd aan grote apparaten zoals bijvoorbeeld televisies, koelkasten, vriezers, en dergelijke.

Dit alles wordt verzorgd door het enthousiaste team bestaande uit Ab, Gert-Jan en Wil.

Voor vragen over reparaties kunt u terecht bij Ab Oosterhuis via: OosterhuisAb@gmail.com of 06-10559568

Voor algemene informatie kunt u ook terecht bij Robbin Pieterse, welzijnsmedewerker via rpieterse@talma-borgh.nl

De eindverantwoordelijkheid voor werkzaamheden ligt altijd bij de opdrachtgever.





Bekende straatnamen in de wijk Osseveld-West (deel 6)

Elisabeth Post Romans, gedichten, prozafragmenten (1755-1812).
De eerste romantische schrijfster.
Te laat voor het Classicisme, te vroeg voor de Romantiek.

Tekst: Joke van der Linden
Illustraties en foto's: internet

Stel je voor hoe Elisabeth leefde, ruim twee eeuwen geleden met de tijdgeest van toen. Daarvoor moet je terug naar de geschiedenisboeken. Geloof en natuur waren haar houvast.

Geboren in Utrecht, zesde kind van Evert Post. Hij had veel bestuurlijke functies en was eigenaar van een suikerfabriek. Elisabeth was 12 toen de fabriek failliet ging. Het gezin moest zich terugtrekken uit het Utrechtse regentenmilieu. Ze verhuisden naar Emminkhuizen (Renswoude). Zes sombere jaren volgden met veel zorgen, waarin ook twee broers overleden. Eenzaamheid, melancholie, besef van vergankelijkheid, macht en aanzien ontwikkelden zich daar. Elisabeth schrijft daarover in haar boek "Voor Eenzaamen".

Rond haar 18e keerde het tij. Haar vader werd drost (regionaal bestuurder), schout watergraaf, hof- en belastingmeester van de Heerlijkheid Amerongen. Ze woonden in een voornaam Drostehuis. Elisabeth hield van de Utrechtse Heuvelrug en de uiterwaarden van de Rijn. Haar debuutroman "Het land, in brieven" (1788) gaat over de natuur en het landschap daar. Broer Hermanus Hillebertus maakte fortuin als eigenaar van verschillende plantages in Guyana. Haar andere broer Egbert Johan studeerde theologie. Beide broers zouden haar inspireren.

Arnhem, 1787

Nadat haar vader was overleden, verhuisde Elisabeth met haar moeder en twee zussen naar Arnhem. Broer Egbert Johan was daar predikant. Ze zag op tegen de stadsdrukte, maar werd verrassend gestimuleerd en productief. Ze werd beschreven als een vrouw met een helder, opgeruimd en gezond voorkomen, een schrandere blik, open en zacht maar ook driftig en voortvarend van aard. Haar heldere verstand en geoefende godsvrucht bewaarden haar doorgaans voor misslagen:

"Mijn landelijke lier". Haar portret bij de tweede briefroman "Reinhart", of "Natuur en godsdienst" irriteerde haar: "Te veel norske fierheid!" Ze werd voorgedragen, maar ze werd toch geen lid van een dichtgenootschap.

Ze had geen kennis en affiniteit met de classicistische kunstregels. Haar poëzie beantwoordt vaak niet aan die regels:

- "Haar beste gedichten zijn geheel of gedeeltelijk rijmloos en in andere metra dan de obligate jambe. Juist door haar gebrek aan scholing kon ze origineel zijn";
- "Post was de eerste auteur in de Nederlandse letterkunde die de natuur niet volgens literaire conventies beschreef maar zoals ze die zelf waarnam" en
- "Ze was iemand die haar jaren van leven in landelijke stilte - met zeer veel ijver - besteedde, in het bescha-ven van haar geest, en in het verzamelen van noodzakelijke, nuttige en aangename kundigheden".

In "Het land" beschrijft ze een onafhankelijke jonge vrouw, wars van conventies, die op het land haar eigen leven probeert te leiden. De diepe vriendschap met een stadsvrouw houdt beiden op het smalle pad van de deugd. Ze willen elkaar in het hiernamaals terugzien en verenigd blijven. Ze beschrijft de overgang van dag naar nacht naar dag als overgang van het leven naar de dood, naar het eeuwig leven. De jaargetijden staan voor de fasen van het mensenleven: de doodse winter die opgevolgd wordt door de lente van het eeuwig leven. Elisabeth snijdt verschillende thema's aan. Ze zegt dat arme beklagenswaardige mensen ook schepsels Gods zijn.

In "De Hoop" beschrijft ze hiernamaalsfantasieën: de overleden mens kan als geestelijk lichaam de schepping doorreizen met de snelheid van het licht. Hij zal op andere hemellichamen hogere levensvormen tegenkomen.



Post was de eerste Nederlandse schrijfster die de slavernij bij monde van haar hoofdpersonage Reinhart ten scherpste veroordeelde.

Ze durft het aan, als eerste Nederlandse auteur, in te gaan op zowel het mensonterende en onchristelijke van de slavernij, als het deugdzame en natuurlijke leven van de Indianen. Ze laat zien hoe een principieel tegenstander van slavernij uit economische overwegingen een gedoger kan worden als goede meester die zijn slaven menselijk behandelt ("Reinhart").

Velp, 1792

Elisabeth verhuist na de dood van haar moeder met haar oudste zus. Ze wonen tussen uiterwaarden en Veluwezoom. Hun huis aan de Arnhemseweg noemden ze "Retraite". Elisabeth bevond zich daar in de kringen rondom kasteel Biljoen en het landgoed Beekhuizen. Ze mochten onbepert in een van de 'hutten' in het landschapspark Beekhuizen lezen en schrijven. Elisabeth bezocht de Boedelhof (bij Warnsveld). In haar gedichten uit deze periode bezingt ze die landschapsparken.

Elisabeth trouwt

In 1794 huwt zij Justus Lodewijk Overdorp, 8 jaar jonger, predikant in Noordwijk-Binnen. Ze beseft dat ze bij een huwelijk haar vrije Veluwse landleven moet verruilen voor een geregeld leven in een Hollandse pastorie. Ze dicht openhartig over haar wisselende stemmingen door haar innerlijke strijd over de keuze tussen haar geliefde natuur en haar geliefde Overdorp. De gedichten en liederen, verschenen als "Gezangen der liefde" (1794). Ze werden in die tijd als schokkend vrij gevonden.

De Noordwijkse jaren waren moeilijk voor haar. Haar relatie met Justus Overdorp noemde ze idyllisch. Zij verrichtte haar taken als predikantsvrouw. De Hollandse natuur inspireerde haar niet tot schrijven. Haar huwelijk bleef kinderloos. Astma en diepe depressies verzwakten haar; men vreesde soms voor haar leven. Justus stimuleerde haar om weer te schrijven.

Als predikantsvrouw kon of wilde Elisabeth niet meer voor een onafhankelijk vrouwenleven pleiten. Ze beschrijft en bewondert de vrouw als echtgenote, moeder en opvoedster. Ze doet weer vertaalwerk. De winter van 1806/1807 was zwaar. Ze hoopte dat haar man beroepen zou worden in Gelderland. Ze vreesde anders niet lang meer te leven. Haar teksten zijn zwaarmoedig en godsdienstig van aard. Ze had schuldgevoelens over haar gebrek aan Godsvertrouwen. We vinden enkele opgewekte teksten, wat natuurgedichten én de hoop om naar de aardse hemel in het schone Gelderland te gaan, gezond en gelukkig te zijn.

Epe, 1807

Haar wens werd vervuld. Ze kreeg in de tuin van de pastorie een schrijvershuisje. Het ging wat beter met haar. Ze toerde in de omgeving, raakte bevriend met Jan Hendrik Rauwenhoff, op het landgoed Tongeren. Zijn dochter werd haar hartsvriendin. Ze schreef een boek over haar broer Hermanus Hillebertus, die in Demarari overleed. Daarna ging het slechter met haar gezondheid. Ze stierf in 1812 na een langdurig ziekbed, zij was 56 jaar. Ze werd als enig niet-familielid begraven op de natuurbegraafplaats van de Rauwenhoffs te Tongeren/Epe "In Gods schone vrije schepping".

Een eeuw later organiseerde J.A Prins, een Eper predikant, een monument voor haar: een grote stenen urn. Hij staat nu in de hervormde kerk.

Bronnen

- <https://werkgroepcaraibischeletteren.nl/elisabeth-maria-post-1755-1812-ideologisch-haar-tijd-voor-uit/kader>
- <https://werkgroepcaraibischeletteren.nl/elisabeth-maria-post-1755-1812-ideologisch-haar-tijd-voor-uit/>

Feiten & fabels over een gezonde leefstijl

Alineke Ros, Sociale Wetenschapper, gewichtsconsulent en fitnessstrainer

Er zijn zóveel regels over voeding, beweging en gezondheid dat je soms door de bomen het bos niet ziet. Niet eten na een bepaald tijdstip, koolhydraten vermijden of elke dag sporten... maar wat klopt er nu eigenlijk echt?

In deze rubriek neem ik je mee in de meest voorkomende feiten en fabels rondom een gezonde leefstijl. Geen strenge regels of snelle oplossingen, maar eerlijke inzichten die je helpen rust te vinden in je keuzes. Want een gezonde leefstijl draait niet om perfectie, maar om gedrag dat bij jou past – en dat je vol kunt houden!

Eten na 20:00 uur is slecht – feit of fabel?

We leven in een wereld vol voedingsregels. Niet eten na 20:00 uur is daar misschien wel één van de bekendste van. Maar helpt zo'n regel je echt naar een gezond en stabiel gewicht? Of zorgt het juist voor onrust rondom eten? Tijd om feit en fabel te scheiden.

Fabel: Eten na 20:00 uur maakt je dik.

Dit is misschien wel de meest hardnekkige overtuiging. Veel mensen denken dat alles wat je 's avonds eet direct wordt opgeslagen als vet. Maar zo werkt je lichaam niet. Je lichaam verbruikt namelijk de hele dag – én nacht – energie. Het gaat dus niet om het tijdstip waarop je eet, maar om de totale hoeveelheid energie die je binnenkrijgt en verbruikt. Of je nu om 18:00 of 21:00 uur eet: als je over de hele dag meer eet dan je verbruikt, kom je aan. En andersom val je af.

Feit: Het gaat om wat, hoe én waarom je eet.

Waar het wél vaak misgaat in de avond, is gedrag. Na een lange dag ben je moe, heb je minder wilskracht en is de kans groter dat je gaat snaaien. Niet omdat het "na 20:00 uur" is, maar omdat je behoefte hebt aan ontspanning, troost of een beloning.

Daarnaast zie ik in de praktijk vaak dat overdag te weinig eten 's avonds wordt ingehaald. Je lichaam vraagt simpelweg om energie.

Mijn conclusie

Eten na 20:00 uur is niet slecht. Sterker nog: soms is het juist verstandig. Bijvoorbeeld als je veel sport en je lichaam moet herstellen, je overdag te weinig hebt gegeten, je avondmaaltijd later valt of als een gezonde snack helpt om snaaien te voorkomen.

Kort samengevat: het gaat niet om de klok, maar om jouw lichaam en gedrag. Laat strenge regels los en kies voor wat jij op dat moment nodig hebt!



Hi, ik ben Alineke,

Van jongs af aan heb ik een enorme passie voor sport. Dit leidde tot een topsportperiode in het handbal, waarin ik zes keer landskampioen werd en uitkwam voor (jong) Oranje. In die jaren heb ik niet alleen fysiek, maar ook mentaal ontzettend veel geleerd. Tegelijkertijd weet ik ook hoe het voelt de controle over je lichaam en voeding kwijt te zijn – én wat ervoor nodig is die weer terug te winnen.

Mijn liefde voor voeding ontstond toen ik ontdekte hoeveel invloed het op zowel lichaam als geest heeft. Wanneer je voeding op de juiste manier inzet, in combinatie met een gezonde mindset, heb je een krachtige basis je doelen te bereiken. Mijn visie is dan ook: hoe jij omgaat met voeding, zegt alles over hoe jij omgaat met jezelf.

Mijn achtergrond ligt in de Sociale Wetenschappen (Universiteit Utrecht), aangevuld met een specialisatie in Acceptance and Commitment (ACT)-therapie. Daarnaast ben ik opgeleid als gewichtsconsulent en fitnessstrainer, waardoor ik zowel de mentale als fysieke kant van gezondheid kan combineren. Naast mijn eigen coachingsbedrijf werk ik parttime binnen de GGZ.

Inmiddels woon ik vier jaar met veel plezier aan de Zonnewende in Osseveld, een plek waar ik me thuis voel en waar verbinding centraal staat. Juist vanuit die betrokkenheid deel ik deze bijdrage. Veel leesplezier!

E-mail: info@alinekeros.nl

MASSAGE CORPORA

Tel. 0648563005
Zonnewende 15, Apeldoorn

Ontspanning Sport Anti-stress
Voetreflex Ayurveda Lomi Lomi
Stressless Combi massages
Therapeutisch/Fysieke klachten
Reiki en massage

Ontspan je lichaam, rust voor je geest,
versterk je welbehagen!
reserveer jouw moment op
www.massagecorpora.nl

- Hypotheek
- Lenen
- Pensioen
- Verzekeren
- Financiële planning

Wil je ook onafhankelijk financieel advies? Ik kom graag bij je langs voor een kennismakingsgesprek.

Holtkamp
FINANCIËEL ADVIES
VOOR NU EN VOOR LATER

ADVISORKEUZE
10

055 2032 048
www.holtkampfinancieeladvies.nl

Financiële tips?
Volg Holtkamp Financieel Advies op [f](#) [i](#) [in](#)

Tennisvereniging De Maten

Ontdek onze grote en gezellige tennisvereniging met ongeveer 525 leden. Wij verwelkomen leden van alle leeftijden en speelniveaus: van beginners tot ervaren spelers. Naast onze wekelijkse rommelpot-sessies (lieft vier keer per week!), organiseren wij jaarlijks vier toernooien en talloze gezellige en sportieve activiteiten.

Het park bestaat uit tien tennisbanen met maar liefst zeven smashcourt- en drie gravelbanen. Op de smashcourtbanen kun je het hele jaar door tennissen. Naast een moderne minibaan en speeltuin organiseert onze jeugdcommissie het gehele jaar door diverse leuke activiteiten voor de jonge jeugd. Nog niet geheel overtuigd? Maak dan gebruik van onze kennismakingspas.

Wij bieden jou de mogelijkheid om een tennisbaan te huren zonder lidmaatschap. Op onze website vind je hierover meer informatie. Meer info via:
Jos Brekelmans
secretaris
info@tvdematen.nl
of app naar 06-51301014

BEKIJK HIER DE ACTUELE AGENDA VOOR ALLE SPORTWEDSTRIJDEN EN EVENTS



John, de paddenstoelenman vertelt (deel 4)

paddenstoelen in het voorjaar

Tekst: Wendy Le Griep / Foto's: waarneming.nl, vroege vogels (BNNVARA), Wikipedia, Nature Today en IVN



Paddenstoelen zijn er gedurende het hele jaar. Wie goed kijkt, vindt ze ook in de lente. Niet zo uitbundig groeiend en veelzijdig voorkomend als in de herfst, het topseizoen voor de paddenstoelen, maar buiten het hoogseizoen is er veel moois te ontdekken: voor wie weet waar te zoeken. En daarvoor ben je bij John aan het juiste adres: als paddenstoelenliefhebber en IVN-gids leidt John regelmatig groepen rond door de Apeldoornse bossen. Over paddenstoelen raakt hij niet uitverteld. Voor de vierde keer werpt John zijn licht op een specifieke groep binnen de paddenstoelenfamilie. In deze bijdrage vertelt John over de "voorjaarsbloeiers".

John: "De herfst biedt voor de meeste paddenstoelen de perfecte groeiomgeving: er ligt veel blad op de grond, de bodem is vochtig en ook de lucht is koel en vochtig. In de lente zie je vooral de saprofieten, de opruimers in de natuur. Saprofieten eten dood blad en dood hout en zetten dit organische materiaal om in anorganisch materiaal, waar de bosbodem en de bomen weer van profiteren. Graag vertel ik over een zestal van deze voorjaarspaddenstoelen: **het donsvoetje, de rode kelkzwam, de morielje, de voorjaarskluiwzwam, het beekmijtertje en het judasoor.**"

Donsvoetje

Een vrij regelmatig voorkomende soort. Het donsvoetje is te herkennen aan de witte beharing aan de voet. Het donsvoetje wordt 5 tot 6 cm hoog en is terug te vinden tussen dood blad, het groeit op houtsnippers, takjes en twijgen, op grof strooisel en humus in loofbossen, struwelen, parken en tuinen. In Nederland en België is hij vrijwel het gehele jaar algemeen tot zeer algemeen te vinden.

Rode kelkzwam

De rode kelkzwam groeit op dood hout. Je kunt de rode kelkzwam terugvinden in Flevoland en de Noordoostpolder, in het Roggebotsebos en het Kraggenbos. Dichtbij huis vind je de rode kelkzwam rond maart-april op het talud van de A50 bij de afslag naar Apeldoorn-Noord, alsook in het 'rommelbosje' bij Randerode/Gelre Ziekenhuis, waar de vroegere vuilstort was.

Morielje

De morielje kom je iets later in het voorjaar tegen, zo rond april-mei. De morielje heeft een korte stam en een hoed vol grove gaten. De morielje is giftig! Toch wordt deze, mits goed bereid, gebruikt in de keuken. Deze bijzondere paddenstoel groeit op dood hout in de polders, waar ze goed gedijt vanwege de kalkrijke kleigrond. Wikipedia vat het mooi samen: morieljes zijn te herkennen aan hun honingraatachtige structuur en variëren in kleur van licht tot donkerbruin. Rauwe morieljes zijn giftig en moeten altijd goed verhit worden voordat ze gegeten worden. Gedroogde morieljes zijn in Nederland verkrijgbaar en worden vaak gebruikt als smaakmaker in soepen en bouillons. Ze groeien voornamelijk in het voorjaar, maar zijn meestal in gedroogde vorm beschikbaar. Morieljesaus draagt de naam van de morielje. De zwam wordt dan verwerkt in een paddenstoelensaus die voornamelijk wordt geserveerd bij wildgerechten.

Voorjaarskluiwzwam

John: "Deze lijkt op de morielje: een witte stam met een wat 'misvormde' hoed. De voorjaarskluiwzwam groeit typisch op schimmelig dood hout van loofbomen, zoals beuken en eiken, soms op humusrijke bosbodems.



Hij wordt voornamelijk in Gelderland en andere delen van Nederland gevonden als lentepaddenstoel. Wanneer ze ontstaan, zijn ze 1,5 cm bij 2 cm en doen ze denken aan 'hondendrollen'. Wanneer de voorjaarskluiwzwam ouder wordt, groeit deze uit tot een zwam. Je komt deze al half maart tegen. Waar dan precies? In de omgeving van Apeldoorn vind je de voorjaarskluiwzwam aan de Zuster Meyboomlaan. De voorjaarskluiwzwam is giftig en kan worden aangezien voor de (na het bakken) eetbare morielje."

Beekmijtertje

"Een heel mooi paddenstoeltje, een heel bijzonder paddenstoeltje ook", zegt John. "Je vindt ze in Apeldoorn-Ugchelen in en aan de koppelsprengen. Ze groeien aan de ondersteunende zijtakken van de hoofdspreng en zijn goed zichtbaar met hun mooie gele kleur. Je kunt er moeilijk bijkomen, want ja, er loopt een spreng tussen jou en het beekmijtertje. Dus, neem een verrekijker mee om ze goed te kunnen zien. Het beekmijtertje wordt zo'n 5 cm hoog en lijkt zoals de naam het al aangeeft, op een kleine mijter. Om zeker te zijn dat je ze vindt, ga je in april-mei op zoek. Het ijzerrijke water doet het beekmijtertje goed." Een voorwaarde is een beschaduwde plaats bij een kwelbron of langs een beek waar voedselarm en zuurstofrijk water omhoog komt. De soort kan daar plaatselijk in groten getale langs de oever aanwezig zijn (Wikipedia).

Judasoor

"Met de IVN paddenstoelen werkgroep onderzoeken we elke week een deel van een bos of terrein. De judasoren komen we in het voorjaar regelmatig tegen."

De naam wordt verklaard uit een overlevering over de Bijbelse figuur Judas Iskariot die zich aan een vlier zou hebben opgehangen nadat hij Jezus verraden had. Het zwammetje lijkt ook op een oor. Onder gunstige (vochtige) omstandigheden is het 2-8 cm grote judasoor een roodbruin tot olijfbroine zwam, die zacht aanvoelt en elastisch kraakbeen-achtig is. Vaak treft men hem aan in de vorm van een sterk gewelfd en enigszins doorzichtig oor met de opening naar onder (Wikipedia).

De zwam groeit onder andere op de bast van grote levende of dode vlieren en doet het het beste op schaduwrijke plaatsen met een hoge luchtvochtigheid. Als het droog weer is, vermindert de soort. Je kan het judasoor ook vinden op levende en dode acacia's, beuken of populieren (BNN/VARA).

Bijzondere locaties

Wie geïnspireerd raakt door de verhalen van John, kan met een beetje geduld op nóg meer bizarre plaatsen schimmels terugvinden. Neem je vergrootglas mee, want ze zijn heeeeee klein. Zoek op dode of rottende planten, voor de héél specifieke soorten. Denk hierbij aan de rhododendronknopvreter, de vossenbesknopvreter, bosanemonenkelkjes of het brandnetelvulkaantje.

Bruggetje

Voor John biedt de wereld van de paddenstoelen al zeker 10 jaar een onuitputtelijke inspiratie. Een wereld om je blijvend over te verwonderen. John heeft nóg een onuitputtelijke hobby: wilde bloemen. In 2026 slaan we een bruggetje: van de wereld van de paddenstoelen gaan we naar de wereld van de wilde bloemen en planten, te beginnen met een kijkje in de wereld van de Stinzeplanten.

IVN: "Stinzenplanten verschaffen in het prille voorjaar aan de eerste vliegende hommels en bijen nectar en stuifmeel. Ze vertellen op een uitbundige manier dat de winter voorbij is. Bekende soorten zijn krokus, sneeuw-klokje, blauw druifje en narcis, maar ook kievitsbloem en aronskelk zijn stinzenplanten. Het zijn bollen of wortelstok planten die bij kastelen, buitenplaatsen en stadswallen groeien en die oorspronkelijk niet in de regio voorkwamen." Welke soorten er zijn, hoe ze in ons land zijn gekomen en welke functie ze vervullen, daarover vertelt John ons in 2026 meer.

Hiermee komt de serie 'John, de paddenstoelenman' tot een afronding. Er is nog genoeg te vertellen, maar we stappen na deze editie van de Wijkkijker over naar de wilde bloemen en planten, een onderwerp waarover John als natuurgids bij het IVN ons veel kan vertellen.

Voor meer informatie over de genoemde paddenstoelen, kijk eens op: VroegeVogels/BNN-VARA, Wikipedia.nl Verspreidingsatlas.nl, waarneming.nl en de website Nederlandsesoorten.nl

Talma Borgh: klaar voor de toekomst

Een toekomst waarin we in de wijk
steeds meer naar elkaar omzien.



Een gesprek met Hedwig de Vries, sinds september 2025 de nieuwe directeur-bestuurder van Talma Borgh, Anouk Wiegeraad, verpleegkundig coördinator en tevens projectleider dementievriendelijke wijk en met Monique Sunter, voorzitter cliëntenraad Talma Borgh.

Hedwig: "Vergelijk je de manier waarop wij vanuit Talma Borgh zorg verleenden in de periode 2000-2010 met hoe we nu naar goede zorg kijken, dan hebben we een hele reis gemaakt. De klassieke kijk op zorg, waarin we ouderen vanaf hun 65ste een plekje aanboden in het in de jaren '60 ontstane bejaardenhuis, is flink veranderd. Waar voorheen in het verzorgingshuis iedereen volledig ontzorgd werd en, plat gezegd, niets meer hoefde te doen, is dat nu overduidelijk ingehaald door een meer moderne kijk op wonen met welzijn en zorg. De bewoner blijft zo lang mogelijk in regie over het eigen wonen en leven en wij ondersteunen dat met meerdere disciplines. Dat is ook wat mensen steeds belangrijker zijn gaan vinden.

Dit zien we terug in het langer thuis kunnen en willen blijven wonen en aan het type activiteiten dat wij aanbieden binnenshuis en aan bewoners in de wijk. We bewegen meer en meer mee met de behoeften van mensen. Dit komt in de plaats van een aanbodgerichte kijk op zorg. Met hulp aan huis (denk aan thuiszorg, hulp in het huishouden) kunnen wijkbewoners langer in hun vertrouwde omgeving blijven wonen. Maar er is meer nodig om prettig te leven.

Tekst: Roely Smit en Wendy Le Griep
Foto's: Bart van Uitert, Pieter Verdoorn,
Takma Borgh en WM Le Griep



Velen van ons hebben ook blijvend behoefte aan contact, aan vriendschap, aan een luisterend oor en een praatje. Familie, vrienden en kennissen vallen in de loop van de jaren weg en dat kan soms eenzaamheid veroorzaken. Daarin bieden wij als een thuis voor welzijn met zorg (voorheen: woonzorgcentrum) meerwaarde.

De volgende stap is om meer en meer in samenwerking met ouderen en hun naastbetrokkenen, burens, organisaties in de wijk en wijkbewoners te werken aan goed ouder worden. Het aandeel ouderen in onze samenleving groeit en tegelijkertijd werken er in verhouding minder mensen in de zorg. Deze trend zet zich voort. Samen is hier dan ook het sleutelwoord. Talma Borgh wil meebewegen met wat nodig is en waar dit nodig is. Dat is soms wennen, ook voor ons. U als wijkbewoner, als buur, als mantelzorger krijgt een grotere rol. Daarin trekken we graag samen met u op."

Verbinding met de wijk

Anouk: "Nieuw binnen Talma Borgh zijn de functies van wijkverbinder en welzijnsmakelaar. Beide functies richten zich op het versterken van de verbinding tussen Talma Borgh en de wijk. Dan heb je het over de verschillende organisaties in Osseveld-Woudhuis, over u als wijkbewoner, verenigingen, sociale partners zoals de wijkagent, de basisscholen, Stimenz, Accres, de huisartsen en fysiotherapeuten.

Talma Borgh staat midden in de samenleving, midden in een levendige woonomgeving en daarbij past ook dat we samen zorgen voor de mensen om ons heen.

We zien dat de moderne 70-plusser een sterke voorkeur heeft voor langer thuis wonen of zelfstandig blijven wonen, waar nodig aangevuld met thuiszorg en/of ondersteuning bij het huishouden. Wanneer mensen bij Talma Borgh komen wonen, dan is er vaak een zorg-indicatie. Mensen kunnen dan in Talma Borgh of in de zorgwoningen komen wonen en leven zoals ze dit thuis merendeels gewend waren. Echtparen kunnen, als ze dit willen, samen blijven wonen, ook bij een intensieve zorgvraag van een van de partners.

Is een verhuizing niet nodig of nog niet mogelijk, dan kan een bewoner bij Talma Borgh terecht voor activiteiten, ontmoeting of dagbesteding. Zo kunnen mensen wennen en is de overgang bij een verhuizing kleiner. Ook voor de partner is het fijn om te weten dat de echtgenoot/echtgenote in vertrouwde handen is."

Link tussen cliënt en Talma Borgh

Monique: "Als 'onafhankelijk voorzitter' van de cliëntenraad begon ik ruim 3 jaar geleden bij Talma Borgh. Ik woon in de wijk. De cliëntenraad bestaat verder uit vijf bewoners/cliënten. Zij vertegenwoordigen de bewoners van Talma Borgh en de cliënten uit de aangrenzende gebouwen in de wijk. We proberen zo goed mogelijk zichtbaar te zijn binnen Talma Borgh, zodat we weten wat de wensen en ervaringen van bewoners zijn. Talma Borgh is een kleine organisatie, dus de lijnen zijn kort. Bij de ontwikkeling die Hedwig en Anouk schetsen, het langer thuis wonen met eigen regie en de gevolgen die dat heeft, is de cliëntenraad volop betrokken. We denken en praten mee over welzijn met zorg en wonen in Talma Borgh én buiten onze muren."

Van filmavond naar pannenkoekenmiddag

Talma Borgh is er niet alleen voor haar eigen bewoners en cliënten. Hedwig: "Wijkbewoners zijn hier zeer welkom. U kunt bijvoorbeeld deelnemen aan het themabuffet en aanschuiven bij de maaltijden in ons restaurant. We horen ook graag waar wijkbewoners behoefte aan hebben. We kunnen hier veel organiseren. Een filmavond? Jazeker! Een pannenkoekenmiddag? Natuurlijk! In gesprek met de wijkagent? Pakken we op!

Onze activiteiten staan open voor wijkbewoners. Denk aan de kerstmarkt, de zomermarkt, de Talma-Wandel-3Daagse, met de Talma-bus op pad of de verkoop van tweedehandskleding in ons kledingwinkeltje. We hebben in de tuin een jeu-de-boules baan, in de ontvangsthuis een biljarttafel, een bibliotheek met grote letterboeken, we vieren jaarlijks de bevrijding, we bieden onder andere in samenwerking met Stimenz allerlei cursussen en workshops aan of bakken oliebolletjes.

En natuurlijk kunt u ook gewoon voor een kopje koffie en een praatje bij ons binnen komen. Talma Borgh is niet voor niets officieel Ontmoetingsplek van de wijk. Heeft u een idee of een specifieke wens waar wij wellicht iets in kunnen betekenen? Deel het met ons!"

Van toen naar Wifi

In het nog niet zo verre verleden was de inrichting van de Talma-organisatie heel anders dan tegenwoordig. Anouk: "We hadden de bekende, klassieke zorgorganisatie waarin alles verzorgd en geregeld was. De bewoners hoefden niets te doen, ze hadden weinig eigen regie. Er was één aanbod voor iedereen, er was geen maatwerk. En nee, er was ook geen Wifi.

Daarin is veel veranderd: we hebben een plattere organisatiestructuur, de stijl van leidinggeven is informeler en de manier waarop we in het algemeen met elkaar en onze bewoners omgaan, is ook informeler. Zo zijn er bewoners die bij de voornaam aangesproken willen worden. We houden waar mogelijk rekening met de wensen van onze bewoners.

Ook bewoners met een GGZ indicatie kunnen bij ons terecht. Daarop passen wij de zorg aan. En bewoners met gevorderde dementie kunnen, zolang dit verantwoord is, ook gewoon naar buiten. We sluiten de mensen niet op; dat mag niet meer én willen we ook niet meer. Dat vraagt wat van ons én van de burens, van de wijk. Met een goed gesprek en uitleg bij het onbegrepen gedrag van een bewoner die in de wijk loopt, ontstaat er meer begrip én houden burens een oogje in het zeil."

Hedwig: "Die betrokkenheid van de wijk is belangrijk, wordt steeds belangrijker voor ons. We gaan met minder mensen in de zorg en in de huishouding meer bewoners en inwoners ondersteunen. We willen graag samen met anderen nadenken over deze ontwikkelingen. Hoe we dit samen kunnen vormgeven en wat er in de toekomst nodig is."



Van recht hebben op naar samen doen

Anouk: "Ook voor de cliënten verandert er veel in korte tijd. Waar mensen voorheen dachten 'Ik heb recht op', hebben we nu meer en meer het gesprek over wat er echt nodig is en wie dat kan leveren. Dit betekent dat we aan een nieuwe bewoner vragen wat hij/zij zelf kan en we bespreken wat die kan leren om weer zelf te doen, uiteraard binnen de mogelijkheden. Denk hierbij aan het aan- en uittrekken van steunkousen of ogen druppelen met een speciale bril.

Aan de familie of het bezoek wordt gevraagd om de hulp die ze al boden, te blijven doen zoals een afwasje doen, samen koken of eten, boodschappen halen, het vuilnis wegbrengen enzovoort. En wellicht wil de buurvrouw de krant uit de brievenbus halen of een kaart posten?

Laten we samen bekijken wat noodzakelijke zorg is en waar de cliënt, de familie, de buurt en de wijk een rol kan spelen. Wellicht heeft u ideeën? Deel ze met ons!"

Time-out voor mantelzorgers

Monique: "Een redelijk nieuw aanbod bij Talma is de logeerszorg, onderdeel van respijtzorg, waarvoor Stichting De Kap aanspreekpunt is. We merken dat de behoefte hieraan groot is, want de vier logeerappartementen zijn het hele jaar door in gebruik! Mensen die komen logeren, wonen thuis vaak met ondersteuning van hun netwerk.

Op het moment dat mantelzorgers moeten bijkomen, een weekendje 'vrij' willen zijn, met vakantie gaan of zelf ziek zijn en tijdelijk geen mantelzorg kunnen bieden, kunnen deze mensen gebruik maken van logeerszorg. De zorg gaat zo door en de mantelzorger heeft even een time-out. Onze jongste gast van een logeerkamer is 22 jaar en de oudste is 90+ Dat logeerszorg voor elke leeftijd mogelijk is, is voor ons ook even wennen en aanpassen. Een jonge gast heeft andere wensen en behoeften dan een oudere. Denk maar aan die snelle Wifi om films te kunnen streamen of te gamen."



Wandel3Daagste Talma Borgh met rustpunt in de wijk bij De Boei.



Avondvierdaagse Osseveld-Woudhuis met de intocht door Talma Borgh.

Palliatieve zorg

Anouk: "Een minder bekende vorm van zorg is palliatieve zorg (dit is zorg aan het einde van iemands leven). Elke verzorgende bij ons kan deze zorg bieden. In het huis is er altijd iemand aanwezig die dit kan. In de wijk ligt dat anders, daar kunnen we niet met dezelfde intensiteit aanwezig zijn. Daarom werken we samen met Stichting de Kap. Een vrijwilliger van Stichting de Kap kan in de nacht bij de cliënt 'waken'.

Ik vind het heel mooi om cliënten die ik heb mogen verzorgen, in de laatste fase van hun leven te begeleiden. Talma Borgh levert ook de verpleegkundigen en de huishoudelijke ondersteuning aan het Hospice Apeldoorn. Een mooie en logische uitbreiding van onze diensten en inzetbaarheid."

Vrijwilligers

Hedwig: "We zijn heel blij met de vele mensen uit de wijk en daarbuiten, die een deel van hun vrije tijd besteden aan Talma Borgh. U ontmoet ze bij de wandelgroep, in het winkeltje, in de centrale hal, bij het koffieschenken in het restaurant, als chauffeur in onze Talma-wagen en Talma-bus, als begeleiders bij de wekelijks uitstapjes, bij het aanbrengen van de kerstversiering, als gastvrouw/-man tijdens de Open Dag, als duofiets-maatje enzovoort. Lijkt u dit ook wel wat? Twijfel niet en neem contact met ons op!"

Graag tot ziens!
Met vriendelijke wijkgroeten,
Hedwig de Vries, Anouk Wiegeraad en Monique Sunter

info@talma-borgh.nl
awiegeraad@talma-borgh.nl
clienraad@talma-borgh.nl
Fortlaan 47 / 055-3683683



Even voorstellen:

De expositie 'ouderenzorg toen, nu en in de toekomst' die vorig jaar te zien was in de hal van Talma Borgh, leverde veel gesprekstof op tussen medewerkers en bewoners/cliënten. De expositie liet zien hoe werk in zorg en welzijn is veranderd en waar we naar toe bewegen. Ook veel bewoners uit de wijk, die kwamen stemmen voor de landelijke verkiezingen, bekeken deze expo.

Anouk Wiegeraad

Anouk is al weer acht jaar een bekend en vertrouwd gezicht binnen en buiten Talma Borgh. Vanuit een achtergrond in de psychiatrie groeide zij binnen Talma Borgh door van verpleegkundige naar verpleegkundig coördinator. Binnen de werkgroep dementievriendelijke wijk is zij aanspreekpunt en zette zij de ontmoetingsochtend op donderdag op voor bewoners uit de wijk en van Talma Borgh.

"Onderling contact is zó belangrijk. Elkaar ontspannen kunnen ontmoeten brengt veel moois. Naast een spreker op deze ochtend of een aansprekend thema zoals (voor)deur babbeltrucs en hoe hiermee om te gaan, is het samenkomen voor veel deelnemers al een grote winst."

Hedwig de Vries

Vanuit het groene landelijke Laren (Gelderland) is sinds september 2025 Hedwig de nieuwe directeur-bestuurder van Talma Borgh. Hedwig heeft een achtergrond als psycholoog en managementwetenschapper en heeft verschillende posities in de zorg bekleed als behandelaar en leidinggevende. Enige jaren gelden werkte zij enkele jaren als bestuurder in het sociaal domein. Daar maakte zij kennis met de kracht van de gemeenschap en inwoners en hoe je kan bouwen aan gemeenschappen waar omzien naar elkaar het uitgangspunt is. Het samenwonen, samenwerken en samenleven is waar zij aan wil bouwen. Zowel binnen Talma Borgh, als in de wijk.

Monique Sunter

Monique begon in het voorjaar van 2026 aan haar tweede termijn als voorzitter van de cliëntenraad. Met een werkzaam leven van personeelswerk in het onderwijs en ervaring als mantelzorger voor naasten kijkt zij vanuit verschillende invalshoeken mee: "De leden van de cliëntenraad houden contact met de bewoners van Talma Borgh en vormen zo de spreekwoordelijke ogen en oren voor de organisatie. De cliëntenraad praat mee en adviseert de directie over welzijn, wonen en zorg, over de toekomst, veiligheid, financiën, en natuurlijk ook over eten en drinken. De onderwerpen zijn heel divers en dat houdt het voor mij afwisselend, zinvol én leuk."

<https://www.vtwerktaanmorgen.nl>





Nieuwe (tamme) kastanje Kasteelplein

Tekst: WM Le Griep / Foto's: Coen Wouters, WM Le Griep

In januari 2025 werd de witte paardenkastanje op het Kasteelplein noodgedwongen gekapt: de boom was al jaren ziek en leed onder meer aan de kastanje bloedingsziekte en was aangetast door diverse schimmels. Een poging tot brandstichting in de stam deed de verzwakte boom ook geen goed.

Een zogenaamde 'trekproef' in januari was aanleiding niet langer te wachten, de boom verder te stutten waar dat nog mogelijk was, maar om de boom, zeker 100 jaar oud, te kappen. Hiermee kon worden voorkomen, dat de boom(kruin) zou scheuren. De grootste takken werden overigens al langere tijd bij elkaar gehouden door sterke banden. Dat de kap abrupt kwam en gevoelens opriep, bleek uit de soms emotionele reacties van bewoners in de wijk. De boom was een ijkpunt, een icoon. De kap werd dan ook door velen betreurd.

België

Vanuit de gemeente kwam al snel 'groen licht' voor aanplant van een vervangende boom. De gemeente ging op zoek naar een geschikte boom. Bij voorkeur een boom die beter bestand zou zijn tegen onze droge, warme zomers. De witte paardenkastanje groeit van oorsprong op een nattere bodem en bleek bij aanleg van de wijk niet bestand tegen het verlaagde waterpeil en de warme zomers, maar een tamme kastanje zou dit wél zijn. Dus zocht de gemeente naar een groter exemplaar én vond deze bij een Belgische kweker.

Mark, van de vakgroep Bomen en Bossen van de afdeling Groenbeheer bij de gemeente

Apeldoorn, licht de aanschaf toe: "De gemeente hield al rekening met vervanging en had geld gereserveerd. Een beetje boom zoals het exemplaar dat we hebben geplant is al gauw 10-15 jaar oud. Deze kastanje kopen, vervoeren en plaatsn kost de gemeente ongeveer 5.000 euro. Maar...dan heb je ook wat! Dit is echt een pareltje! Voor toekomstige generaties hopelijk weer een nieuw icoon in de wijk. Geef de boom dit jaar de tijd goed te wortelen en aan te slaan, dan zul je zien, dat de kastanje volgend jaar flink gaat groeien."

Tijdens de aanplantwerkzaamheden stapten regelmatig passerende bewoners van hun fiets af om te kijken wat er gebeurde. Zij maakten een praatje met elkaar en met de medewerkers van de afdeling Goenbeheer en zagen hoe de klus vakkundig en met het nodige geduld werd geklaard. Eind van de ochtend stond de tamme kastanje op haar/zijn plek. Welkom in de wijk!

Wat te doen met...

Mark: "De stonk van de witte paardenkastanje heeft een jaar lang naast de hondenuitlaatplaats gelegen. Bewoners konden ideeën aandragen over wat te doen met de stonk.

Voor een bankje is het hout door schimmels helaas te slecht. De stonk wordt voorlopig opgeslagen totdat de gemeente besluit wat met het hout kan worden gedaan."

Bij de Wijklijker is een klein aantal ideeën binnengekomen zoals: een gedenkplaat maken van een dwarsdoorsnede van het hout met een gedicht of tekst, een klimattribuut van de gehele stonk of een houtkunstenaar aan het werk zetten en van de stonk een blijvend monument maken. Wat de gemeente besluit, wat redelijke mogelijkheden zijn, horen we nog.

Voor nu en voor de toekomst heeft het Kasteelplein weer een prachtige kastanje terug. Deze zal er over tientallen jaren zeker zo imposant uit gaan zien als de oude witte paardenkastanje.



Nieuws van de wijkraad Openbaar domein in beweging

Tekst en foto: Egbert Douma en Gerrit Dalhuisen

In het jaarverslag voor de Algemene Leden Vergadering (ALV) van de Wijkraad Osseveld-Woudhuis van 16 april jongstleden is uitgebreid beschreven waar wij vanuit Openbaar domein de laatste tijd mee bezig zijn geweest. De meeste van deze zaken blijven ons ook dit jaar bezighouden. Maar een paar 'grotere' zaken willen we even uitlichten.

Nieuwe ontsluitingsweg industrieterrein Rotstuin

De projectontwikkelaar, die eigenaar is van de weilanden tussen de Deventerstraat, de Rotstuin en de snelweg A50, wil dit gebied inrichten als industrieterrein. Dat komt overeen met het bestemmingsplan.

Om de verschillende bouwkavels bereikbaar te maken wil de ontwikkelaar een weg aanleggen tussen de Rotstuin en de Deventerstraat. Deze weg zou dan beginnen bij de nieuwe rotonde in de Deventerstraat en met een slinger onder en evenwijdig aan de hoogspanningsleiding aansluiten op de Rotstuin naast Autobedrijf Ton Wilbrink. De bewoners hebben bezwaar gemaakt, omdat hier maar weinig afstand zal zijn tussen deze nieuwe weg en hun woning.

Herinrichting winkelcentrum 't Fort

Iets anders waar wij als wijkraad bij betrokken willen zijn én blijven is de nieuwe inrichting van het winkelgebied 't Fort. Het gaat dan met name om het gebied tussen de parkeerplaatsen en de winkels van onder meer Kruidvat en Albert Heijn.

Het grote rood-stenen vlak (de zogenaamde 'omgevallen muur') past niet meer bij de huidige inzichten rond vergroenen en klimaatadaptatie. Daarnaast is de grote houten vlonder aan onderhoud toe en zijn er klachten over te hard rijdende fietsers en fat bikes.

En tenslotte wijzen wij op de huidige gevaarlijke fietsoversteek tegenover de kapperszaak. De gemeente heeft inmiddels een bureau ingeschakeld dat reeds eerder de nodige inventarisaties heeft gedaan en ideeën van betrokken partijen heeft verzameld.

Extra aandachtspunten

Tenslotte werden op de onlangs gehouden ALV enkele opmerkingen gemaakt, die we bij de gemeente onder de aandacht hebben gebracht. Zoals de veiligheid en de hoge snelheden op de Zutphensestraat, verwijderde en nog niet vervangen speeltoestellen en de staat van onderhoud van de wandelpaden én bruggen Park Woudhuis. Wat dit laatste punt betreft: de gemeente heeft inmiddels een aannemer opdracht gegeven voor het vervangen van de bruggetjes. Deze werkzaamheden werden medio mei uitgevoerd.

Afvaldump

Op diverse locaties in de wijk, vooral rondom winkelcentrum 't Fort, wordt regelmatig afval gestort. Hierover is het afgelopen jaar veel overleg geweest met partijen als



Circulus, diensten van de gemeente (handhaving en de milieu-inspectie) en eigenaren van vuilcontainers.

De wijkraad blijft bij de gemeente aandringen op zo snel mogelijk opruimen; afval trekt meer afval aan. Ook vraagt de wijkraad aan wijkbewoners hun afval niet te dumpen: elke inwoner van Apeldoorn mag met de milieupas op jaarbasis gratis 400 kilo afval storten bij de milieustraat www.circulus.nl/apeldoorn

Aandacht voor dementie in onze wijk

www.samendementievriendelijk.nl

In eerdere edities kon u lezen over dementie. In Apeldoorn en omgeving wordt actief gewerkt aan het vergroten van de bekendheid en het begrip rondom dit onderwerp. Zo heeft de gemeente Apeldoorn het predicaat Dementievriendelijke gemeente ontvangen van Alzheimer Oost-Veluwe.

In onze wijken zet een projectgroep zich in om dementie beter bespreekbaar te maken. Voor 2026 staan opnieuw verschillende voorlichtingsbijeenkomsten gepland. Daarnaast wordt een theatervoorstelling over dementie georganiseerd. Houd hiervoor de social media in de gaten.

De projectgroep bestaat uit wijkbewoners met ondersteuning van Stimenz, Talma Borgh, Stichting de Kap en Alzheimer Oost-Veluwe. Wilt u meer weten of wellicht met ons meedenken en meewerken in de projectgroep? Neem dan contact op met: **Anouk Wiegeraad** Verpleegkundig coördinator **055-3683683** awiegeraad@talma-borgh.nl

KEN JIJ DE JEUGD- EN BUURTBIBLIOTHEEK BIJ DE REGENBOOG IN OSSEVELD AL?

Openingstijden

Maandag
14.00 - 17.00 uur

Woensdag
10.30 - 17.00 uur

Vrijdag
14.00 - 17.00 uur



Heel veel (voor)leesboeken voor kinderen van alle leeftijden en een mooie collectie romans, thrillers en sprinters voor volwassenen: je leent ze bij CODA De Regenboog, de jeugd- en buurtbibliotheek in Osseveld.

Loop eens binnen en ontdek welke boeken we in de collectie hebben. Natuurlijk kun je hier ook je gereserveerde boeken ophalen en boeken inleveren die je in één van de andere filialen geleend hebt.

Je vindt CODA De Regenboog in het gebouw van basisschool De Regenboog (Keerkring 70).

Nog geen lid van CODA Bibliotheek? Neem dan een kijkje op coda-apeldoorn.nl/lidworden en sluit het abonnement af dat bij jou past. **Goed om te weten:** kinderen tot en met 17 jaar betalen alleen € 2,50 inschrijfgeld.

CODA



Nieuwe bewoners in de wijk (laatste aflevering)

Paul en Bernardine Kramer – ze woonden tot voor kort in De Maten – kochten in 2024 een appartement aan de Deventerstraat in het project van Domi Vivere: Het Hof van Osseveld. Dat moest nog gebouwd worden. In de afgelopen edities van de Wijkkijker volgden we ze.

Alleen en toch samen

Het appartement is af en Paul woont er sinds eind december 2025. Bernardine komt er dagelijks. Zij woont noodgedwongen in een verzorgingstehuis in de buurt. Paul: “Ik haal haar elke dag in de loop van de middag op en na het avondeten gaat ze weer naar het verzorgingstehuis. Ook Bernardine ziet het hier nu als een fijne plek om te verblijven.”

De verhuizing

“We hebben het meeste van de inrichting nog samen uitgezocht. De meubels zijn bijvoorbeeld gebleven. Dat maakt dat je hier snel thuisvoelt.” Het appartement is smaakvol ingericht en qua kleur is alles heel goed op elkaar afgestemd. “Het was wel even schrikken wat het kost om de aankleding aan te schaffen. Denk dan vooral aan raambekleding en de vloer. Ook het schilderwerk en de muurafwerking krijg je niet voor niets. Maar het is het allemaal echt waard geweest. Ik ben er erg blij mee”, aldus Paul.

Hij vertelt verder: “De sleutels kregen we op 10 december 2025 en in de twee weken daarna is de woning afgewerkt zodat de verhuizer onze spullen over kon brengen. Het meeste ging eigenlijk goed, al waren er – zoals eigenlijk altijd bij dit soort “operaties” – ook wel wat hobbels. In de keuken waren twee deurtjes beschadigd en toen de nieuwe werden geleverd, bleek dat er maar één was. Dan duurt het toch wel weer wat weken voordat beide deurtjes vervangen zijn.



Ook waren er nog wat bouwkundige knelpuntjes op te lossen en niet alles was al klaar. Het gezamenlijke tuinhuis is nu wel af en de tuin is voor een groot deel klaar. De toegangsweg vanaf de Deventerstraat is ook klaar. De eerste maanden moesten we nog via de Vosweide rijden. Maar dat hoort er allemaal bij als je naar nieuwbouw verhuist. Al met al ben ik erg blij met het huis en mis ik het oude huis niet. We hebben ook leuke contacten met de andere bewoners.”

Paul doet, afhankelijk van wat hij nodig heeft, zijn boodschappen op winkelcentrum ‘t Fort of bij de winkels van Zevenhuizen. Allemaal goed te belopen of te fietsen. Maar hij komt ook nog graag even in z’n oude buurtje bij de Plus of op de Eglantier. “Ik vind de dynamiek van de Deventerstraat en de Laan van Zevenhuizen ook leuk om te zien. Dat hadden we in onze woning in De Maten niet. Af en toe dringt toch geluid door de goed geïsoleerde ramen en muren naar binnen: sirenes en auto’s en motoren die bij de stoplichten wegscheuren, hoor je natuurlijk wel.”

Het oude huis

Dan is nog de vraag hoe het de dochter die het ouderlijk huis in De Maten heeft gekocht bevalt. “Het was voor haar een soort van thuis komen, maar ook haar partner vindt het wonen daar erg prettig. Vooral door de prettige sfeer waarin de mensen in die buurt met elkaar omgaan”, weet Paul.

De redactie bedankt Paul en Bernardine voor het kijkje in hun leven. Veel woonplezier in Osseveld-Woudhuis!

Tekst: Hans Verbeek

Foto's: Hans Verbeek en WM Le Griep

PCBO De Regenboog Woudhuis: geeft kleur aan leren!

We zijn een open christelijke basisschool waar plezier voorop staat, voor leerlingen én voor medewerkers. Dat zien wij als een voorwaarde om kennis en vaardigheden op te doen, je talenten te ontdekken en jezelf te ontwikkelen tot een zelfstandig mens dat klaar is voor een uitdagende toekomst.

Neem alvast een digitaal kijkje in onze school



SCAN ME

PCBO De Regenboog Woudhuis

Lage Landenlaan 1

7325 NR Apeldoorn

Tel.: 055 - 366 72 88

✉ regenboogwoudhuis@pcboapeldoorn.nl

📱 @pcbo_de_regenboog_woudhuis

Onderdeel van:

PCBO



Energie in de wijk

Tijd voor een thuisbatterij?

Op accu-verkenning met
Peter Ambagstheer

Tekst: Peter Ambagstheer
Foto's: internet en WeCycle



Met de situatie in de Golfregio (medio april) en de gevolgen voor de energieprijzen, kijken veel wijkbewoners met hernieuwde interesse naar verduurzaming van hun woning. Voor de grote meerderheid is het echte doel: kosten besparen en zelfredzaamheid verhogen. Dus moeten batterijen nou echt? Als je geïnteresseerd bent in thuisaccu's (of voor in je bedrijf) dan is dit artikel hopelijk nuttig voor je.

Er zijn grofweg 5 goede redenen voor een thuisbatterij:

1. **Reservestroom:** als de stroom uitvalt, dan kan je op je batterijen verder.
2. **Piekstroom:** als je af en toe meer stroom nodig hebt dan je hoofdaansluiting of stroomleiding aankan, dan helpt een accu om dit toch mogelijk te maken.
3. **Opsparen:** als je zonnepanelen hebt en je wilt de stroom van overdag bewaren voor 's avonds, voor 's nachts of 's ochtends (of voor als je veel stroom gebruikt of voor als het bewolkt is) dan helpen thuisaccu's.
4. **Handel in stroom:** als je een dynamisch stroomtarief hebt, dan kun je stroom bij lage prijzen inkopen en bij hoge prijzen verkopen.
5. **Netcongestie:** thuisaccu's helpen om congestie op het lokale net te beperken, door de beste opties uit punt 1 t/m 4 te combineren.

Reservestroom of noodstroom

De reservestroom functie of noodstroom bestond reeds in de vorm van de noodstroom accu: de UPS (Uninterrupted Power Supply). Inmiddels kan het groter: een volautomatische noodstroomvoorziening op accu's voor de gehele (of gedeeltelijke) woning. De ervaringen zijn positief. Let wel, **voor particulieren is een noodstroomvoorziening in essentie een verzekering, niet een verdienmodel.**

Voor een bedrijf is dat anders: een winkel met een vriezer die ontdooit heeft al gauw een schadepost die in één dag groter wordt dan de prijs van een specifieke batterij om de installatie aan te houden. Koeling is één van de bekendste problemen bij stroomuitval, en in de winter geldt dat ook voor verwarming.

Piekstroom

Steeds meer mensen installeren apparaten die zelfs in de korte periodes waarin ze gebruikt worden, (te) veel stroom gebruiken. Denk aan terrasheaters, bubbelbaden, tuinkeukensets, maar ook laadpalen voor elektrische auto's en warmtepompen. De stroom die ze samen opgeteld vragen, zorgt ervoor dat een zekering in de woning eruit springt, of erger, een zekering in de wijktransformator. Dan zit een aantal straten letterlijk tijdelijk zonder stroom. Om piekstroom in je woning op te vangen kan een correct geïnstalleerde accu helpen (tot hij leeg is natuurlijk).

Opsparen

Zonnepanelen de stroom naar 'het net' laten leveren is nu al niet meer zo aantrekkelijk als voorheen, en dat wordt in 2027 vermoedelijk alleen maar erger. Dit stelt zonnepaneleneigenaren voor een dilemma. Hoe houd je 's zomers het overschot aan opgewekte stroom binnenshuis? Dat kan een accu voor **een deel** regelen. Gewoon eerst de accu vullen en wanneer deze vol is, niets meer aan het net terugleveren.

Handel in stroom

Je koopt stroom tegen een lage prijs in en verkoopt het weer bij schaarste met winst. De meeste mensen maken gebruik van de diensten van een handelsbedrijf, dat de regie over de accu - en vaak meer - in het gebouw overneemt. Zo wordt het eigen gebruik bevorderd en kan er wat winst worden gemaakt op de onbalansmarkt. Maar, zit een addertje onder het gras:

- Je zit vaak vast aan een soort leasecontract.
- Je moet de accu's kopen en laten installeren en die worden uiteindelijk je eigendom. Net als voorheen bij de huurmogelijkheid voor zonnepanelen, is de vraag of dit over de levensduur wel een goede prijs voor de waar is.
- De leverancier (of handelsbedrijf) bedingt dat zij regie houden over jouw spullen (die je zelf betaalt), maar bedingt ook een energiecontract, vaak via datzelfde bedrijf.

- Je kunt daar niet zomaar uitstappen of overstappen. Ook niet als andere opties voordeliger worden.
- Het handelsbedrijf maakt gebruik van de capaciteit van *jouw* hoofdaansluiting. Voor particulieren is dat meestal geen groot probleem, voor bedrijven met netcongestie kan het echter pijnlijk worden. De hoofdaansluiting is immers nodig voor de bedrijfsprocessen en de handel op de onbalansmarkt kan dat hinderen.
- Sommige bedrijven willen regie over van alles wat in de woning online bestuurd kan worden. Ook bijvoorbeeld de warmtepomp, de boiler, het laadstation, de airco, de stroommeter(!): verzin het maar. Je geeft hiermee wel erg veel privacy en regie uit handen. En hoe haal je dat terug als je eens wat bijzonders wil?
- Er wordt in Nederland veel accucapaciteit bijgeplaatst en ondertussen zitten netbeheerders ook niet stil. Binnenkort is er nog maar weinig tot niets te verdienen aan de handel op de onbalansmarkt en zit je met (half versleten) accu's die niets meer opleveren.

Natuurlijk willen handelsbedrijven maar wat graag handelen met uw accu. De klant draagt de kosten, het risico, het bedrijf doet het werk en geeft de eigenaar een vergoeding. De investering ligt bij de klant en die wordt erdoor gebonden. Op de verkoop zelf wordt reeds winst gemaakt. Om een of andere reden gaan mensen zelden juichend over straat dat de handel met accu's zoveel oplevert. Wel in de reclame, maar ja, dat is ook reclame. Daar kan alles.

Netcongestie

Dit lijkt sterk op de piekstroom-optie, alleen gaat het nu niet om piekverbruik in je woning, maar om capaciteits tekort op de lokale stroomnetten. De spanning op het net wordt dan te laag (meestal 's winters) of te hoog (meestal 's zomers). Je merkt dit doordat 's winters bijvoorbeeld je EV-lader om onduidelijke redenen niet aan wil, of doordat in de zomer bijvoorbeeld je zonnepanelenomvormer tussen 10:00 en 17:00 uur uitschakelt.

Op zulke momenten is het best handig als je accu een beetje extra stroom levert of afneemt, zodat je apparatuur blijft werken. Het precieze verschil tussen piekstroom en netcongestie is dat bij piekstroom je eigen zekering te zwaar belast wordt en bij netcongestie de kabels te zwaar belast worden, met zowel levering als teruglevering. Gebouwen die door netcongestie of lange wachlijsten helemaal geen stroomaansluiting krijgen, kunnen in sommige gevallen stroom 'van het dak' krijgen met een accusysteem. In de winter zal dit echter maar matig presteren.

Voor huishoudens en bedrijven

Er blijven uiteindelijk voor de meeste huishoudens en bedrijven **drie factoren over** die echt hout snijden: **opsparen, noodstroomvoorziening en piekstroom.**

Om het een beetje lastig te maken: de meeste accusystemen kunnen alle drie, alleen **niet tegelijk.**

Opsparen

- Een noodstroom systeem moet altijd capaciteit beschikbaar hebben of 'vol zijn'. Deze stroom wordt alleen aangebroken als de netstroom vanuit de straat uitvalt.
- Een accu om zonnestroom voor eigen gebruik te bewaren moet overdag (deels) leeg zijn om er wat in te kunnen stoppen: pas aan het eind van de dag moet het vol zijn. De accu gaat pas vullen (opladen) als de zonnepanelen stroom over hebben, en zullen geleidelijk ontladen als de woning meer stroom vraagt dan de zonnepanelen leveren.
- Een accu om piekstroom op te vangen moet ook vol zijn, maar springt al in actie bij onderspanning of stroomsterkte boven de ingestelde waarde.

Noodstroom

Voor noodstroomsystemen heb je ook nog een automatische schakelaar nodig in de meterkast: deze koppelt bij storingen het net in een paar seconden af, anders loopt de accu leeg op de vraag in de wijk. De schakelaar koppelt bij herstel van de stroom het net weer automatisch aan.

Overigens zullen alle systemen in Nederland uitschakelen als de spanning van 230 V op het net met 10% wordt onder- of overschreden (onder 207 V of boven 252 V). Een noodstroomstelsel zal (ook) dan het net afkoppelen en noodstroom leveren tot de spanning is hersteld. De noodstroom blijft werken tot de accu leeg is en kan, indien ze aangesloten zijn op zonnepanelen, het soms dagenlang volhouden. Noodstromen zijn zelden zo sterk als de hoofdaansluiting. Dus in noodstroomsituaties is er wel schaarste en moet je toch zo zuinig mogelijk zijn. Gebruik je teveel, dan schakelt ook de noodstroom uit.

Hoe groot moet een accusysteem zijn?

Het goede antwoord is eigenlijk 'dat hangt er vanaf', en wel van de volgende situaties:

- In de zomer is er stroom over en vraagt je huishouden weinig extra stroom, dus blijft een accu meestal vol en doet hij weinig.
- In de winter is er geen stroom over en vraagt je huishouden veel, dus is de accu altijd leeg en doet hij ook weinig.
- Om het rendement goed te maken mik je dus op de situaties hier tussenin (voorjaar en najaar).
- De vuistregel: aantal kilowatt op het dak (kilowattpiek voor de fijnproevers) gedeeld door twee in kilowattuur.

Dus: heb je 10 kWp op het dak, dan adviseer ik een 5 kWh accu. Heb je 5 kWp op het dak, dan is een 2,5 kWh accu aan te bevelen. Heb je 20 kWp op het dak, dan kom je dus uit op een 10 kWh accu.

Lees verder op de volgende pagina...

En waar is dat dan voor?

Je gebruikt de accu om zonnestroom in huis te gebruiken (dus: opsparen, of in het Engels 'maximize self consumption'). **Let op:** omdat de meeste zonnepaneleninstallaties al toegemeten zijn op het verbruik in huis, kun je hier goed vanuit gaan, tenzij je voor meer of juist voor minder zonnepanelen hebt gekozen dan binnen de salderingsregeling gebruikelijk was. Deze vuistregel gaat overigens meestal niet op voor commerciële installaties.

Premie voor gemoedsrust en kunnen doorwerken

Met de noodstroomcapaciteit die je reserveert kan je geen geld 'verdienen'. Dat is eerder een verzekeringspremie voor gemoedsrust en doorwerken bij storingen. Die capaciteit wordt niet gebruikt om stroom op te sparen. Een echte vuistregel is er niet: hoe meer apparaten je aan wil houden, hoe meer accu's je nodig hebt.

Ik merkte dat bijvoorbeeld een internetrouter al makkelijk gedurende een dag aan blijft op een kleine draagbare accu van 2 kWh. Als je internet verbinding je grootste zorg is, dan kan je met een kleine accu toe voor noodstroom. Met dit in gedachten stel ik 's winters 75% van de accu in voor noodstroom en 's zomers maximaal 25%. Wil je noodstroom, dan komt er dus minimaal 25% capaciteit bij en optioneel zoveel meer als je gemoedsrust oplevert (en ook mede afhankelijk van de ruimte in je huis, want accusystemen moeten ook ergens een veilige plek krijgen).

Piekstromen opvangen

Dit is niet voor iedereen nodig. Om de capaciteit te bepalen moet je eigenlijk je dagelijks verbruik in kwartierstaatjes opvragen (bij je leverancier, of meetbedrijf) om de pieken te vinden en te berekenen hoe lang ze duren. Daarop kun je piekstromcapaciteit bepalen. Als je hoofdzekering er nooit uit klapt, heb je deze functie niet nodig. Ik geef het mee als afweging.

Wil je alle drie de functies gebalanceerd zien, dan zou je het aantal kWp op het dak als maat voor het totaal aantal kWh voor je accu kunnen nemen. Door piekstromen af te vlakken (**peak shaving**) kan je misschien een duurdere aansluiting uitsparen (€ 1.000 per stap per jaar). Maar voor het overige bespaar je alleen geld met het maximaliseren van je zelfconsumptie van zonnestroom.

Installatievereisten

De plaatsing van een accusysteem is vaak lastig, er zijn redelijkerwijs (veiligheids)regels voor. Accu's zijn veilig, maar alleen binnen de voorschriften:

- ze mogen niet op of tegen brandbare oppervlakken,
- ze mogen niet in woon/werk/slaapkamers,
- niet op (vlucht-)routes in huis,
- niet bij essentiële functies zoals de meterkast of gasleiding,
- ze mogen niet in de zon, niet te koud, niet te warm, liever wél droog.

Meestal blijft een garage over (op een plek waar je er

niet tegenaan kan rijden), of een kelder (mits die nooit onder water kan lopen) of een zolder (mits brandveilig, sterk genoeg voor de zware accu en mits die accu op die plek kan kómen.

Hoewel bij draagbare accu's vaak wordt beweerd dat ze in elk stopcontact (wandcontactdoos of WCD) kunnen, klopt dat **niet**. Natuurlijk werken ze wel, maar dat is **niet veilig. Accu's moeten altijd een eigen leiding naar de meterkast hebben, een eigen zekering en daar mag niets anders op zitten.** U heeft dus altijd een installateur met verstand van zaken nodig. Wijk u af van de regels, dan is schade aan uw huis misschien niet gedekt door de verzekering. Weeg deze eisen mee in de aanschaf- en installatiekosten.

Accu types

Er zijn diverse soorten en maten accu's. Dagelijks komen er merken en types bij.

- Er zijn enkelfase (klein vermogen) accu's tot draagbare accu's. Technisch gezien zou je zelfs powerbanks voor je telefoon hier onder kunnen rekenen.
- De kleinste 'serieuze' accu's die ik ken beginnen bij pakweg 20 kg en 1 tot 2 kWh capaciteit. Er zit ook een terugleververmogen op, doorgaans begrensd op 600 tot 800 W. Indien goed aangelegd kan meer worden vrijgegeven.
- Elke accu heeft zijn eigen doel. Een jumpstarter voor een auto kan bijvoorbeeld tot 4000 A leveren en is slechts een pakketje ter grootte van een kleine damestas of forse portemonnee.

Plug and Play

Draagbare accu's kan je dus verslepen en zijn bijna altijd enkelfase. Je activeert ze met Wifi en ze meten op je slimme meter met een klein kastje, een 'dongle'. Dit heeten de *plug en play* accu's. Klein, voordelig én draagbaar.

Maar ook deze **mogen niet in een gewoon stopcontact. Nog een regel: U moet uw accu aanmelden bij Energieleveren.nl, net als bij zonnepanelen.**

Vast geïnstalleerde accu's

Deze accu's zijn bijna altijd een groot formaat 'Lego' steen van pakweg 5 kWh elk. Bovenop komt een deksel of een (solar) omvormer die netstroom uit de accu's kan halen. Afhankelijk van de vraag naar accucapaciteit kunnen deze 'Legoblokken' worden gestapeld.

Verskillende accutechnieken

- **Hoog voltage** (li-ion, pakweg 400V of High Voltage). Deze staan bekend om de brandbaarheid. Inmiddels is er veel aan gedaan die te verbeteren en kom je nog slechts zelden ongelukken tegen, maar die zijn in het verleden wel gebeurd en blijven aandachtspunt. HV accu's wegen soms meer dan 100 kg per stuk (10 kWh).

- **Laag voltage** (LiFePo of LFP) Lithium Ferro-Phosphate van meestal +/- 48V. Geliefd om de lagere spanning en hogere beveiliging tegen 'op hol slaan' en brand. Maar ook deze kunnen uiteindelijk kapot en branden dus, dezelfde veiligheidsmaatregelen zijn nodig. LV accu's wegen 30-50 kg per stuk (5 kWh).

- **Lood-gel accu's** zijn voor omgevingen met brandgevaar een optie, ze zijn wat duurder en omvangrijker (en zwaarder), maar ze kunnen niet branden en dat is ook wat waard. Dit geldt als een niche, waar de meeste mensen om de prijs toch niet echt voor voelen. Het gewicht van een loodaccu veronderstel ik bekend (vanaf 10 kg).

Land van herkomst

Bijna alle accu's komen uit China, de Europese zijn een stuk duurder. Speciale vermelding verdienen de CATL accu's die, naast Chinese verkoopmerken zoals Ecoflow, ook onder westerse merken, zoals Eaton en SolarEdge, worden verkocht en die u in toonaangevende westerse automerken kunt terugvinden. Wie goed oplet ziet de overeenkomsten.

Er zijn natuurlijk veel verschillende merken en modellen accu's uit China, soms spotgoedkoop. Wat mij opvalt is dat sommige merken schaamteloos, andere meer subtiel, regeringsstandpunten uit het land van herkomst de wereld inslingeren. De meeste Nederlandse kopers ergeren zich aan de politieke propaganda bij hun aankoop. Ik kan iedereen aanraden om (zelf) even goed te onderzoeken welk merk je vertrouwen verdient.

Keerzijde

Een (zeer) lage prijs heeft altijd een keerzijde: lage kwaliteit, lage mate van bescherming, laag serviceniveau, gedoe met de garantie, dwangarbeid, milieuschade, of een oude restpartij uit een faillissement (en dus geen garantie). Net als bij kleding en bijvoorbeeld vleesaanbiedingen, geldt ook bij accu's dat een opvallend lage prijs betekent dat er iets niet in de haak is.

Samenvatting

Voor huishoudens geldt dat de noodstroom een veel gevraagde optie is met daarbij het sparen van zonnestroom als mooie bonus.

De vuistregel is ongeveer de helft van het vermogen op het dak (in harmonie met de salderingsregel) in kWh als accu's te kiezen met wat extra voor backup of peak-shaving. In alle gevallen is vereist dat u een geschikte ruimte kiest en dat een veilige installatie wordt aangelegd.

Bijna alle accu's worden geheel of gedeeltelijk in China of in het Verre Oosten gemaakt. Daar zijn zeer goede bij, maar ook – op zijn best – onbekende of zelfs dubieuze.

'Westerse' accusystemen zijn er ook, maar die zijn een stuk duurder. In de regel is het terugverdienen van zonnestroom met een accu maar beperkt mogelijk. Als dat het doel is, kunt u het beter klein houden.

Met veranderend beleid van onze regering en de grillen op het wereldtoneel kan natuurlijk ook op korte termijn weer van alles veranderen.

Voor nu hoop ik u goed te hebben kunnen informeren.

Peter Ambagtsheer
peter@ambagtsheer.eu



Is het mogelijk om een deel van het jaar helemaal van het stroomnet af te gaan? Een back-upoplossing houdt het meestal tijdelijk vol, maar de opzet kán zijn dat heel lang te doen.

Je moet je voortdurend bewust zijn van 'schaarste' zodra je van het net af bent. Het hele jaar rond off-grid is meestal niet haalbaar, omdat in de 'donkere maanden' te weinig stroom 'van het dak' kan komen.

Maar in veel gevallen kan het wel: van het vroege voorjaar tot in het late najaar. Veel installaties met accu, backup én voldoende zonnepanelen kunnen daardoor een groot deel van het jaar geheel van het net af.

Daar is wel wat voor nodig:

- Je hebt een energiebron nodig zoals voldoende zonnepanelen;
- Je weet zeker dat pieken in je verbruik binnen het vermogen van je batterijen én omvormers vallen;
- Het weer is ernaar om genoeg stroom te leveren en niet teveel te gebruiken (bij voorkeur zonnig warm weer dus);
- Een schakeling in de groepenkast die veilig de aansluiting op het net beheert;
- De accucapaciteit is voldoende voor een flinke reservevoorraad energie en
- Maatregelen voor verbruikers zoals laadpaal en warmtepomp die alleen aanschakelen als er genoeg energie beschikbaar is.

Scouting Marca Appoldro

Koningsdag vol Avontuur!



Een terugblik 2026

Tekst: Maico Mulderij / Foto's: Myles de Hoog



Het is alweer even geleden, maar afgelopen maandag 27 april beleefden heel veel kinderen, ouders en andere bewoners uit onder andere Het Woudhuis en Osseveld een Koningsdag vol Avontuur! bij Scouting vereniging Marca Appoldro. Misschien was jij er zelf ook wel bij?

Samen blikken we nog even terug op deze dag. Na een weekend vol voorbereidingen door een groot aantal vrijwilligers stroomden op maandag, direct om 10:00 uur, de eerste bezoekers al binnen. Veel van hen stormden meteen af op ons spektakel stuk, de bijna 80 meter lange zipline, terwijl anderen eerst even toekeken hoe hard die zipline eigenlijk ging. Voor iedereen was een hoop te doen.

Van Balloon Blaster tot koekhappen

Zo zijn veel ballonnen kapotgeschoten bij het Balloon Blasterspel, werden veel blikken omvergegooid bij het blikwerpen en enorm veel koeken gehapt bij (je raadt het al) het koekhappen. Het hele festivalterrein werd vergezeld door een lekkere beat, gemixt door onze eigen DJ. En bij zo'n goede sfeer kon een heerlijk broodje hamburger of knakworst van onze eigen BeverBar niet ontbreken. Nom nom!

Van broodje afbakken tot prijswinnaars

Voor iedereen die echt even tot rust wou komen was er de mogelijkheid om broodjes te bakken boven een vuurtje, al moest je wel wakker blijven natuurlijk... want als je je broodje niet draait, tja dan is hij zo verbrand. Gelukkig stond daarbij een aantal enthousiaste scouts klaar om dat te voorkomen.

Wat ook nog erg leuk is te vertellen, een heel aantal van jullie die heeft meegedaan met het enveloppenspel is naar huis gegaan met een geweldige prijs. Met veel dank aan onze verschillende sponsors zijn er namelijk een hoop verschillende vrijkaartjes en cadeaubonnen gewonnen. Dubbel plezier dus!

Van zipline tot indoor lasergamen

En dan weer even terug naar de actie, want die zipline waar eerst nog een beetje tegenop werd gekeken? Ook die is door de meeste van jullie gretig gebruikt (dat snappen we overigens maar al te goed, want poeh wat was die gaaf en lang dit jaar!). Dat geldt overigens ook voor onze klimwand en het indoor lasergamen: stuk voor stuk drukbezochte activiteiten.

Aan zo'n leuke en mooie dag komt dan ineens ook weer snel een eind. Om 14:00 uur gingen de laatste bezoekers huiswaarts en kon het grote opruimen beginnen, al moest eerst een aantal van onze vrijwilligers nog even zelf van die vette zipline af.

We zijn jullie dankbaar voor jullie bezoek, jullie glimlach en enthousiasme! We hopen jullie volgend jaar weer te mogen verwelkomen bij Koningsdag vol Avontuur!

Wil je niet een heel jaar wachten (dat snappen we heel goed) en wekelijks de meest avontuurlijke activiteiten beleven? Kom dan vrijblijvend meekijken bij één van onze speltakken op vrijdag of zaterdag. Meld je aan via onze website scoutinggroep.com/scouting-lid en wie weet tot snel!

Er zijn een heel veel avontuurlijke foto's gemaakt, bekijk ze op koningsdagvolavontuur.com en wie weet spot jij jezelf hangend aan de zipline of hoog in de klimwand?!



Optometrie bij Van Wamelen Zien & Horen

Wim Dam:
"Ik kijk graag even met je mee."

-advertorial-

Soms merk je dat je ogen anders reageren dan je gewend bent. Dan wil je gewoon zeker weten dat alles nog klopt. Wat het ook is: je bent altijd welkom bij ons in de zaak. Ik kijk graag even met je mee!

Tussen opticien en oogarts

De meeste mensen kennen de opticien en de oogarts wel. Een opticien meet je ogen. De oogarts behandelt en opereert. Mijn werk zit daar precies tussenin. Ik onderzoek je ogen en kijk verder dan alleen de sterkte. Zijn er klachten? Zie ik bijzonderheden? Wat speelt er nou echt? En het meest belangrijke: we nemen de tijd om het je allemaal uit te leggen.

Je hoeft niet te wachten tot je klachten krijgt

Natuurlijk kun je komen als je klachten hebt. Vermoeide ogen, hoofdpijn of moeite met scherpstellen bijvoorbeeld. Maar ook als je twijfelt of alles nog goed is. Laten we samen kijken, dan wéét je het in ieder geval. Van Wamelen Zien & Horen staat in goed contact met de huis- en oogartsen en vice versa. Je komt altijd op de juiste plek terecht!

Het onderzoek

Soms is een onderzoek zo gedaan. Binnen twintig minuten weet je waar je aan toe bent. Maar soms hebben we net iets meer nodig omdat een meer uitgebreid onderzoek nodig is. Dat stemmen we van tevoren altijd af.

Het kind dat zich aanpast

Wat veel mensen niet weten, is hoe vaak kinderen zich ongemerkt aanpassen. Thuis zie je dat soms heel letterlijk gebeuren. Waar een kind eerst op de bank zat, schuift het ineens met een stoel dicht naar de tv. Op school gebeurt hetzelfde. Het digibord wordt minder goed zichtbaar en vanzelf wordt een plek dichtbij gezocht. Het valt vaak niet op, kinderen vertellen het niet en als ouders weet je het niet. Klachten zoals hoofdpijn of moeite met concentreren lijken dan los te staan van het zien, maar dat hoeft dus niet zo te zijn.

Goed kijken op jonge leeftijd

Als een kind zelf aangeeft dat het niet goed ziet, dan is het slim dit eens te onderzoeken. Juist daarom is het belangrijk goed en uitgebreid onderzoek te doen, zodat ouders en kind duidelijkheid krijgen.

Ook voor volwassenen

Maar optometrie is niet alleen iets voor kinderen. Ook volwassenen lopen rond met vermoeide ogen, hoofdpijn of hebben moeite met scherpzien. Of er zijn oogaandoeningen die in de familie voorkomen, zoals een hoge oogboldruk. Dan is het gewoon prettig te weten waar je aan toe bent, waar het vandaan komt en wat je eraan kunt doen.

Duidelijkheid en rust

Wat ik belangrijk vind, is dat je de deur uitgaat met de juiste informatie en een tevreden gevoel. Dat je begrijpt wat er speelt en weet wat de volgende stap is. Soms is er direct een oplossing en anders bepalen we vooral de juiste route. Je moet wel weten waar je aan toe bent. En al is het een serieus onderwerp, heldere uitleg in een ontspannen sfeer kan een onderzoek ook gewoon leuk maken.

"Mijn advies: wacht niet totdat je klachten toenemen. Uitstel laat je niet beter zien!"



Autosleutel kwijt, stuk of beschadigd en geen reserve?



**Bel of whatsapp
dan snel met
carsleutel.nl**

055-3013984



 055 - 301 39 84  VEENHUIZERWEG 249C | 7325AM APeldoorn

VOLG ONS OP: 

INFO@CARSLAUTEL.NL

WWW.CARSLAUTEL.NL

Nieuw in de wijk:
markante nieuwbouw in Osseveld-Oost
van De Goede Woning

Hij werkt 18 jaar bij De Goede Woning. Sinds zes jaar manager vastgoed: Peter van 't Wout. Hans Verbeek spreekt hem over het nieuwbouwproject op de hoek van de Deventerstraat/Laan van Osseveld.

Trots is hij wel. De Goede Woning realiseert op dit moment in Apeldoorn vier nieuwbouwprojecten tegelijkertijd. Twee daarvan in onze wijken. In Het Woudhuis gaat het om de nieuwbouw op Salland. Daar is nieuwbouw haalbaar geworden door te 'verdichten' op de plek waar kleine huizen stonden op relatief grote stukken grond. Verdichten betekent dat er meer huizen komen op dezelfde oppervlakte. Dat is nodig om te zorgen dat nieuwbouw financieel betaalbaar is voor de woningcorporatie en daarmee ook voor de huurders.

Maar we spreken elkaar vooral over het nieuwbouwproject in Osseveld-Oost. Een project waar op onbebouwde grond 63 woningen worden gerealiseerd in een appartementencomplex dat de lucht in gaat. Peter van 't Wout: "Op de begane grond komen vooral bergingen, daarboven acht woonlagen."

Op het moment van het gesprek staan de eerste drie lagen al. Het heeft even geduurd in verband met de procedures, maar dat is vaker zo. Peter: "Plannen worden gemaakt en die worden onder invloed van inspraak en van de gemeente aangepast zodat het zo goed mogelijk in de omgeving past. In dit geval wilde de gemeente de hoogte in. Dat komt vooral omdat de locatie vraagt om een markant gebouw."

In het gebouw komen drie soorten appartementen: 60 m², 66 m² en 75 m² met huurprijzen tussen 713 en ruim 900 euro per maand, die dus huursubsidie mogelijk maken. Peter: "Omdat er in dit geval geen pand heeft gestaan, zijn er geen zittende huurders die voorrang krijgen bij de toewijzing."

Tekst: Hans Verbeek / Foto's: WM Le Griep / Illustraties: De Goede Woning



De meeste appartementen zullen over enige tijd (in 2027) aangeboden worden via Woonkeus Stedendriehoek. Er zijn echter ook altijd mensen die om verschillende redenen voorrang kunnen hebben. Onder dit complex wordt geen parkeergarage gebouwd. Parkeren gebeurt in de directe omgeving van de nieuwbouw. Zoals meestal, worden de parkeerplaatsen wanneer ze zijn aangelegd overgedragen aan de gemeente, die doet het onderhoud. Dat geldt ook voor het grootste deel van het groen rondom het gebouw."

De Goede Woning heeft ruim 8.000 woningen in Apeldoorn. Samen met de vier andere corporaties is ongeveer een derde deel van het totale woningbestand sociaal, een wens die ook de gemeente heeft. Bij nieuwbouwprojecten moet een derde deel van de woningen dus sociaal zijn. In dit geval is dat 100%. Er staat een kleinschalig nieuwbouwproject naast dit project, aan de Deventerstraat, wat volledig koop is. Zo blijft het beeld afwisselend.

Dat Peter van 't Wout trots is, is wel begrijpelijk. De verschillende overheden willen graag dat er veel huizen bijkomen, omdat de nood hoog is. Ieder jaar blijkt dat het aantal woningen dat er écht bij komt, tegenvalt. Dat komt vooral door lange procedures: in het geval van dit appartementengebouw is ruim 5 jaar geleden gestart met de plannen. Dan is het fijn als uiteindelijk toch weer projecten echt gebouwd worden.



Even voorstellen: Stichting Dierenvoedselbank Apeldoorn

Voor huisdieren én hun baasjes

Foto's: Dierenvoedselbank en Megan Zijp

De Dierenvoedselbank Apeldoorn is in 2014 opgericht en is er voor alle huisdiereigenaren die tijdelijk financiële problemen hebben. De dierenvoedselbank zorgt ervoor dat huisdieren ondanks deze problemen iedere dag te eten krijgen. Gevulde voerbakken zorgen voor tevreden huisdieren en iets minder zorgen voor de baasjes. Alle sponsors, donateurs en vrijwilligers van de Dierenvoedselbank Apeldoorn dragen graag hun steentje bij om lege voerbakken en nog meer zorgen voor de baasjes te voorkomen. Juist in een periode waarin niet alles gaat zoals je graag zou willen, is het gezelschap en de liefde van een huisdier heel belangrijk.

Voor wie?

Mensen die gebruik maken van de Voedselbank, de RegelRechtRegeling of die ondersteuning krijgen van de gemeente Apeldoorn, kunnen zich aanmelden. Op onze website Dierenvoedselbank Apeldoorn-leder pootje telt, staat uitgelegd waar je precies aan moet voldoen en hoe je je kunt aanmelden. Op dit moment staan er iets meer dan 130 huishoudens uit de regio Apeldoorn ingeschreven. Helaas groeit dit aantal nog steeds.

Wat delen we uit?

Iedere eerste zaterdag van de maand krijgen de mensen die ingeschreven staan droogvoer voor hun honden en katten en soms ook natvoer. Ook is er voer voor bijvoorbeeld knaagdieren en vogels. Naast het dagelijkse voer is er vaak wat lekkers voor alle huisdieren en soms zijn er ook andere dierbenodigdheden zoals voerbakjes en speelgoed. Het aanbod aan voer en lekkers varieert doordat we afhankelijk zijn van donaties. Onze trouwe donateurs zorgen er samen met onze vrijwilligers ervoor dat 150 tot 200 dieren per maand kunnen worden geholpen.



Wanneer en hoe doneren?

Donaties kunnen het hele jaar door worden aangeboden. Denk aan droogvoer, natvoer, snacks maar ook spullen als kattenbakgrind en zaagsel zijn heel welkom. Wij krijgen donaties van fabrikanten, dierenwinkels, dierenartsen en particulieren. Onze vrijwilligers halen de donaties graag op maar donaties kunnen ook op afspraak worden gebracht. Op onze website staat wat je kunt doen als je iets zou willen doneren.

Waar zit de Dierenvoedselbank Apeldoorn?

Sinds januari 2025 mogen we gebruik maken van het terrein van Kinderboerderij Laag Buurlo aan de Homerusstraat. Op het terrein staan twee grote zeecontainers waar een groot deel van ons voer wordt bewaard. Het bestuur van de Dierenvoedselbank Apeldoorn heeft eind 2024 slapeloze nachten gehad omdat de oude locatie kwam te vervallen en er onzekerheid was over een nieuwe locatie. Gelukkig opende de kinderboerderij precies op tijd haar deuren voor ons!

Wat doen de vrijwilligers?

Het bestuur bestaat uit vier vrijwilligers die zowel voor als achter de schermen veel werk verzetten. Zo onderhoudt het bestuur het contact met de beheerders van de Kinderboerderij, sponsors en grote donateurs. Daarnaast zorgen zij ervoor dat de administratie op orde is, nieuwe deelnemers worden ingeschreven en activiteiten worden georganiseerd om bekendheid te geven aan de dierenvoedselbank. Hiervoor worden we sinds kort bijvoorbeeld gesponsord door Stichting Dierenlot waar we heel blij mee zijn. Maar het bestuur kan niet zonder andere vrijwilligers. Er blijven nog heel veel klussen over zoals: het ophalen van donaties, het organiseren van de maandelijkse uitgifte en het sorteren van de voorraden voer. Zonder vrijwilligers geen dierenvoedselbank.

**Denk je nu: ik kan hulp voor mijn huisdier gebruiken?
Kijk dan op de website van de Dierenvoedselbank
Apeldoorn of je in aanmerking komt.**

**Denk je nu: ik wil óók graag helpen door iets te doneren
of als vrijwilliger aan de slag te gaan? Kijk dan ook op de
website en neem contact met ons op. Samen zorgen we
ervoor dat alle voerbakken gevuld blijven!
Op bezoek bij Stichting Dierenvoedselbank Apeldoorn**



Wanneer Elke eerste zaterdag van de maand
Tijd 10:00-12:00 uur
Waar Homerusstraat 8, terrein van
Kinderboerderij Laag Buurlo
Meer info www.dierenvoedselbankapeldoorn.nl

Elke eerste zaterdag van de maand zijn vrijwilligers van de stichting aanwezig bij de twee containers gevuld met diervoeding en dierbenodigdheden op het terrein van Kinderboerderij Laag Buurlo om diervoeding uit te delen. Elke maand komen gemiddeld 100-130 baasjes naar het uitdeelpunt, met de speciale emmers en bakjes die hiervoor worden verstrekt.

Vanuit de garage

10 jaar geleden begon de dierenvoedselbank in een garage aan de Kunstenaarshoeve in De Maten, waar oprichters Nicol en Willeke de eerste inzameling en verspreiding organiseerden. Na enkele jaren verhuisde de dierenvoedselbank naar het GGNet terrein, maar daar moest de dierenvoedselbank op enig moment weg omdat er nieuwbouw zou komen op het terrein. Gelukkig bood Accres, op het terrein van Kinderboerderij Laag Buurlo, uitkomst.

Van één naar twee

Eerst mocht er één container met diervoeding en materialen worden opgeslagen, sinds begin van dit jaar kwam daar een tweede container bij. Dankzij donaties was er ook geld voor de aanschaf van een uitschuifbare luifel, voor goede inklapbare uitdeeltafels en voor een bezorgauto om diervoeding op te halen en te vervoeren. De dierenvoedselbank maakte keer op keer een professionaliseringsslag. De financiële ondersteuning vanuit Stichting DierenLot heeft hier een grote bijdrage aan geleverd.



Dankzij de bijdragen van particulieren, van sponsors en donateurs (diervoeding) en vanuit verkoop van materialen op marktplaats, kan de dierenvoedselbank haar werk blijven doen én haar aanbod uitbreiden.

Bestuur en ANBI

De combinatie van een goed georganiseerd bestuur, bestaande uit vier bestuursleden, en de hulp van 15 vrijwilligers bij het uitdelen van de diervoeding elke maand, zorgt voor een soepel functionerend geheel. Marije (voorzitter), Bas (penningmeester), John (secretaris) en Inge (algemeen bestuurslid/vrijwilligers coördinator) zijn er in hun vrije tijd goed druk mee. Door de verdere professionalisering én hun recent verworven ANBI-status, gaan er nieuwe deuren open.

Sponsors

Met de nieuwe witte bezorgauto rijden ze elke twee weken naar Arkel, waar Stichting DierenLot gratis diervoeding uitdeelt. Regelmatig bezoeken zij locaties waar een 'collecte-huisje' staat (de kringloop, 't Maatje, dierenartsen, sportscholen, dierenwinkels enzovoort.) of halen zij overgebleven voer op bij particulieren. Alles is welkom: zakken droogvoer, korrels, natvoer, voerbakjes, vogelzaad, slaapmandjes, goed speelgoed, medicijnen enzovoort. Dit jaar wordt de diervoeding preciezer afgestemd op de dieren die het nodig hebben; type hond of kat, dieetvoer of niet, gewicht, ras, leeftijd... het speelt allemaal mee bij het bepalen wat een baasje kan meekrijgen.

Samen zetten ze de schouders eronder, voor de dieren, voor de baasjes. "Want", zo zegt Marije, "een huisdier biedt zoveel goeds: gezelligheid, ergens voor kunnen zorgen, contact met andere mensen (bijvoorbeeld bij het uitlaten van de hond) en lichamelijk contact door te kunnen knuffelen. Wij geven voor maximaal 2 huisdieren per huishouden voeding mee. Wanneer een huisdier komt te overlijden, dan hebben we de afspraak dat de eigenaar daarna niet een nieuw jong dier in huis neemt." Voor de 15 vrijwilligers wordt ondertussen ook goed gezorgd: met Pasen en met Kerst is er voor elke vrijwilliger een mand gevuld met traktaties.

[Lees verder op de volgende pagina...](#)



Heb je interesse in het goede werk van de dierenvoedselbank? Of wil je doneren? Dat kan in natura met diervoeding, maar ook een financiële bijdrage is welkom. Ga hiervoor naar de website of scan de QR code.

Nieuwe vrijwilligers zijn van harte welkom. Ben je bijvoorbeeld handig met het uitzoeken van subsidieregelingen, lijkt het je leuk om in een marktkraam te staan om meer bekendheid te geven aan onze stichting of ben je juist handig met de sociale media? Neem dan zeker contact met ons op! We kunnen je hulp goed gebruiken.

Donatiehuisje

Bent u in de gelegenheid ons donatiehuisje een maand 'te adopteren' voor op de balie van uw bedrijf, werkgever of bij uw vereniging? Wij zijn blij met elke maand dat onze donatiehuisjes ergens mogen staan, voor meer bekendheid én voor extra donaties. U helpt ons enorm. Neem gerust contact met ons op.

Hartelijke groeten
namens de vrijwilligers van de
Dierenvoedselbank,
Marije, Bas, John en Inge

Lees meer op onze website
www.dierenvoedselbankapeldoorn.nl
info@dierenvoedselbankapeldoorn.nl
bestuur@dierenvoedselbankapeldoorn.nl
Bel 06-13454664
indien noodzakelijk of als u er niet uitkomt



*She had a Gypsy soul and a warrior spirit.
She made no apologies
for her wild heart.
She left normal and regular
to explore the outskirts of magical and extraordinary.
And she was glorious.*

Creatief in de wijk

Annie van Wijngaarden

De werking van kruiden

In Osseveld-West woont Annie van Wijngaarden. Annie werkt met kruiden en tincturen (geconcentreerde extracten van planten en kruiden). Freelanceverslaggever Joke zocht haar op en leerde zo meer over de wereld van de kruiden en daarbij ook over een andere passie van Annie: Reiki. Joke en Annie nemen ons mee op hun reis. Een reis door de wondere wereld van de kruiden.

Het leven leerde Annie te luisteren, vragen te stellen: daarvoor zocht ze meer kennis en vaardigheden. Annie is een gevoelsmens: ze "slurpt energie", zegt ze. Ze pakt energie op als een spons. Annie: "Dat moet je leren hanteren en doseren, want anders raak je 120% overbelast." Ze trainde in waarneming en reflectie. Een goede balans, die voor iedereen verschillend is, is daarbij heel belangrijk. Ze heeft genoeg meegekregen uit haar jeugd en ook uit het latere leven, om zich te kunnen verplaatsen in een ander, passende hulp te kunnen bieden, assertief te zijn en te helpen bij het koers houden.

Annie werd 'kruidenvrouw'

Annie: "Kruiden hebben stuk voor stuk een uniek karakter en een eigen energie, waarmee ze lichaam en geest in balans brengen. En als je naar ze luistert, dan gaat een wereld vol wijsheid, inzicht en verbinding voor je open. Ze hebben eigenschappen die gemakkelijk voorbij je bewustzijn gaan en diep in je hart en ziel een snaar raken. Ze kunnen je helpen het heden te begrijpen, het verleden te genezen en de toekomst vorm te geven." Ze gebruikt daarvoor ook de kaarten van het kruidenorakel, die heel behulpzaam en richtinggevend kunnen zijn. Annie: "Als kruidenvrouw verbind je je intens met de magie en oerkracht van Moeder Aarde om vragen en problemen op te lossen."

Haar toekomstdroom

"Zelf kruiden planten, kweken, drogen, verwerken en daarbij ook workshops aanbieden. Er zijn veel planten en bloemen die uitstekend geschikt zijn voor het zelf maken van thee, infusies (aftreksel van planten), tincturen, zalven en balsems." Veel van de planten die ze gebruikt zijn gemakkelijk in een (Nederlandse) tuin of op een balkon te kweken, maar zijn ook te koop. Annie is praktisch van aard en ze informeert je graag over hoe je infusies en zalven maakt, zodat je zelf aan de slag kunt.



Haar eerste tip gaat daarom over het maken van kruidenthee. Annie: "Die naam is overigens fout, want het is een kruideninfusie en geen thee, maar je zet het zoals je thee bereidt. Dus zo simpel is het."

Annie geeft een recept voor een lekkere, verkoelende ijsthee, ideaal voor in de zomer:

- Laat een grote kan met gekookt water afkoelen
- Voeg per halve liter, 2-3 eetlepels kruiden toe (gebruik hiervoor bijvoorbeeld een thee-ei)
- Laat minimaal een half uur trekken (of langer)
- Haal de kruiden eruit
- Zet de kan 1-2 uur in de koelkast
- Schenk uit, lekker met een ijsklontje
- Voeg geen suiker toe (eventueel echte honing)

Ik probeerde dit thuis direct uit: mijn eigen kruidenthee met een mengsel van kamille, hibiscus en lindebloesem. Het mengsel liet ik twee uur in de koelkast staan. Ik had nog geen ijsklontjes, maar toch: lekker koel en de infusie had een goede smaak.

"En zit de 'R' in de maand? Dan heb je extra vitamine C nodig" zegt Annie; dus thee (infusie) van rozenbottel, aardbeienblad en appel.

Tincturen

Alle tincturen die Annie maakt zijn op alcoholbasis. Annie heeft zoethout-, vlierbes-, goudsbloem-, tijm- en gembertincturen. Voor zalf en zeepjes gebruikt ze vaak kamille. Ze maakt ook sprays en rollerflesjes. Zalven zijn ook geschikt voor je gewrichten en deze maak je met olijf- of zonnebloemolie. Haar voorkeur ligt bij jojoba-olie. Bij zalven gaat het om de werking.

Ook de geur kan belangrijk zijn, daarom voegt ze soms etherische oliën toe, zoals bijvoorbeeld lavendel. Annie geeft de tip dat brandnetel voor veel doeleinden kan worden ingezet en ze prijst honingklaver-olie aan bij rusteloze benen. Wil je meer weten over Annie en haar kruiden? Bezoek dan eens haar Instagram account: [kruid.en.rust](https://www.instagram.com/kruid.en.rust)

Tekst: Joke Van der Linden-Brenninkmeijer
Foto's: Annie Wijngaarden

Annie en Reiki

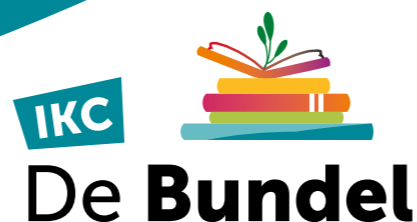
Ruim 30 jaar geleden trok Reiki de belangstelling van Annie. Annie ontdekte dat ze door Reiki weer beter in haar vel ging zitten. De energie ging zagezegd weer stromen. Ze heeft nu Reiki niveau 1, niveau 2 en ook niveau 3a. Annie: "De energie bevindt zich van nature in ons lichaam en overall om ons heen. Als energiestromen verstoringen hebben (blokkades), dan kunnen bepaalde processen niet soepel meer verlopen. Dit kan aanleiding geven tot klachten van lichamelijke, emotionele en/of mentale aard. Je komt tot rust met Reiki."

"Reiki is universele liefde. Wat je uitstuurt, komt in veelvoud naar je terug (bron: De kern van Reiki). Reiki is een eenvoudige en liefdevolle behandelingsmethode, waar met handoplegging wordt gewerkt. Reiki is liefde en liefde is heelheid, heelheid is balans, balans is welzijn, welzijn is de afwezigheid van ziekte" (Mikao Usui). Reiki is dus universele energie die doorgestuurd wordt. Bij Reiki zijn de kruiden hierin ook ondersteunend."

Planten die geschikt zijn voor het maken van thee, tincturen, zalfjes, zeepjes, balsem of die leuk zijn voor creatieve cadeautjes:

Goudsbloem	De ultieme plant voor zalf en balsem vanwege de huidherstellende en ontstekingsremmende werking. Ook geschikt voor het maken van thee.
Kamille	Verzachtend, kalmerend en ontstekingsremmend. Heerlijk als thee, maar ook in balsems voor de gevoelige huid.
Lavendel	Rustgevend, antiseptisch en heerlijk geurend. Geschikt voor thee, olie-infusies en balsems.
Sint-Janskruid	Bekend om zijn stemmingsverbeterende werking (tinctuur/thee) en uitstekend als olie voor zalven (rode olie).
Weegbree	Een "EHBO-kruid" dat je vaak in de berm vindt. Ideaal tegen insectenbeten en wonden (voor het maken van zalf).

Gewoon goed onderwijs



“Wat is goed voor de kinderen? Het antwoord op die vraag is steeds het uitgangspunt van ons onderwijs”, aldus Iris Hollander. “Als directeur van IKC De Bundel wil ik de leerkrachten én de leerlingen in hun kracht zetten. We zijn continu in ontwikkeling en dat draagt bij aan ons goede onderwijs.”

Met plezier naar school

De Bundel is een kleinschalige openbare basisschool en Integraal Kindcentrum (IKC) waar je kind zich snel thuis voelt. We vinden het belangrijk dat alle kinderen met plezier naar school gaan, want alleen dan ontstaat er ruimte om te leren. Je ziet en merkt het als je door de gangen loopt en in de lokalen kijkt: hier voelen de kinderen zich prettig en thuis.

Kwalitatief goed en kennisrijk onderwijs

Gewoon goed onderwijs, daar gaan we voor. Onze verwachtingen van wat kinderen kunnen, zijn hoog. Wat kan je kind en hoe haalt hij of zij het beste uit zichzelf? In een fijne omgeving met veel regelmaat en structuur helpen de leerkrachten je kind te leren en te groeien. We stemmen ons onderwijs af op het niveau dat bij je kind past en zorgen voor een rijk en uitdagend aanbod.

Traditioneel en vernieuwend

We hechten waarde aan tradities en gaan tegelijkertijd met onze tijd mee. Dat is te danken aan het hele team. We werken met coördinatoren op het gebied van de sociaal- emotionele ontwikkeling, taal, rekenen, ict en meer- en hoogbegaafdheid, en zij delen hun kennis en expertise met collega's.

“Ik ben echt trots op hoe we deze school met elkaar hebben neergezet. We helpen kinderen zelfstandig en zelfredzaam te worden en daar haal ik samen met het team veel voldoening uit.”

Nieuwsgierig? Kom sfeer proeven!

Hoe onze school echt is, ontdek je als je door de gangen loopt en de lokalen binnenstapt. Je bent van harte welkom om te komen kennismaken.

Op IKC De Bundel

- ✓ Geven we kwalitatief goed en kennisrijk onderwijs;
- ✓ Vinden we taal, lezen en rekenen heel belangrijk;
- ✓ Bevorderen we het leesbegrip met de methodiek 'Close Reading';
- ✓ Hebben we hoge verwachtingen van ieder kind;
- ✓ Helpen we kinderen te leren en te groeien;
- ✓ Werken we samen met de kinderopvang aan een doorgaande leerlijn.

IKC De Bundel

Anna Bijnsring 201
7321 HG Apeldoorn
055 366 16 44
bundel@leerplein055.nl

[instagram.com/@obsdebundel](https://www.instagram.com/obsdebundel)

[facebook.com/obsdebundel](https://www.facebook.com/obsdebundel)

[ikcdebundel.nl](https://www.ikcdebundel.nl)



Tweede Avondvierdaagse Osseveld-Woudhuis: Opnieuw een groot succes

Tekst: Yvonne Voorhorst-Drenth
Foto's: WM Le Griep

Van maandag 18 tot en met donderdag 21 mei 2026 stond Osseveld-Woudhuis opnieuw vier avonden lang in het teken van wandelen, ontmoeting en gezelligheid. Na de succesvolle eerste officiële editie in 2025, bleek deze tweede avondvierdaagse opnieuw een succes. Met ook nu weer een indrukwekkend aantal deelnemers én een grote groep betrokken vrijwilligers kunnen we terugkijken op een zeer geslaagde editie van deze traditie in de dop die onze wijken verbindt.

Van geslaagd begin...

Waar het in 2025 nog spannend was hoe een eerste editie zou verlopen en het op alle vlakken pionieren was met ontdekken, brandjes blussen, frustratie, leren, vertrouwen en verbinden kon die basis dit jaar als uitgangspunt gebruikt worden. Meer ervaring met de vergunningsaanvraag, scholen die weten wat de bedoeling is en contacten met verenigingen en organisaties die gemakkelijker opnieuw worden gelegd. Dit zorgde voor meer rust in de voorbereiding. Dat was ook wel nodig, aangezien zeer gewaardeerde medeorganisator Sylvia door haar verhuizing niet meer beschikbaar was. Het organiseren van een evenement van deze omvang door één persoon (in plaats van vorig jaar door twee personen) was een flinke uitdaging naast werk en gezin. Grote dank daarom aan de rest van het DenkTankBreed team, die tijdens de vierdaagseweek het stokje overnam én aan alle overige vrijwilligers: zonder hen geen vierdaagse!

Dat een vierdaagse in eigen wijk een luxe met grote aantrekkingskracht is bleek wel uit de vele aanvragen van scholen uit de omliggende wijken als de Maten, Zevenhuizen, de Mheen en Zuidbroek.

Als organisatie hebben we een weloverwogen keuze gemaakt de vierdaagse alleen voor de eigen wijk te organiseren. Hulp aan andere wijken is aangeboden wanneer ze ook zouden willen starten met een vierdaagse.

... naar een stevig verankerd wijkevenement

Ook dit jaar werd de vierdaagse mogelijk gemaakt dankzij een brede samenwerking binnen en buiten de wijk: de basisscholen, Wijkraad Osseveld-Woudhuis, Accres, Stimenz, Talma Borgh en Scouting droegen bij aan de organisatie. De kracht van het evenement zit nog altijd in de enorme inzet van vrijwilligers. Denk bijvoorbeeld aan de verkeerscoaches, route-uitzetteren en route-ophalers, Binky, veldhulpen, parkeerhulpen, fotografen en helpende handen bij de drinkposten: samen zorgden ze ervoor dat alles veilig en soepel verliep.

[Lees verder op pagina 61...](#)





PCBO De Regenboog Osseveld: iedereen wordt gezien!

Wij bieden onze leerlingen een rijke en betekenisvolle leeromgeving waar bewegend en onderzoekend leren ruimte krijgt. We zijn open en eigentijds en kijken naar wat de kinderen van ons nodig hebben. Op onze school wordt iedereen gezien en wordt ieders inbreng gewaardeerd. Dat brengt de kleur in onze school. Leren doe je niet alleen! Dat doe je samen!

Neem alvast een digitaal kijkje in onze school



SCAN ME

PCBO De Regenboog Osseveld

De Keerkring 70

7325 EA Apeldoorn

Tel.: 055 - 506 05 41

✉ regenboogosseveld@pcboapeldoorn.nl

📱 @pcboderegenboogosseveld

Onderdeel van:



De avondvierdaagse is daarmee niet alleen een sportief evenement, maar ook een moment waarop de wijk samenkomt, elkaar weet te vinden en zijn beste beentje voor zet.

Vervolg van pagina 59

Bekende ingrediënten, vertrouwde kwaliteit

Net als vorig jaar konden de deelnemers kiezen uit afstanden van 2,5 km, 5 km en 7,5 km. Vooral de kortere afstand blijft onverminderd populair bij jonge kinderen. De laagdrempeligheid – wandelen in de eigen wijk, over verharde wegen en met ruimte voor iedereen om mee te doen – wordt gewaardeerd.

Herkenning én ontdekking

Bekende plekken werden opnieuw beleefd, terwijl deelnemers ook nieuwe stukjes van de wijk leerden kennen. De enthousiaste reacties langs de route – van bewoners die de wandelaars toejuichten tot spontaan versierde straten en muziek onderweg – maakten elke avond bijzonder.

Andere onderdelen zijn bewust aangepast: de media zijn bij een tweede editie natuurlijk niet meer zo relevant en de start/finish boog was vorig jaar een leuke blikvanger maar vergde ook organisatie, vrijwilligers en afstemming en keerde daarom deze editie niet terug.

Vier dagen vol sfeer en verbinding

De vierdaagseweek verliep feestelijk en gemoedelijk. Elke avond bracht zijn eigen sfeer, met iedere dag bij een andere school goed verzorgde drinkposten, betrokken vrijwilligers en veel enthousiaste deelnemers. Iris vervulde haar rol als Binky vol enthousiasme, een waardevolle ervaring waar ze al lang van droomde; de kinderen vonden je geweldig!

De afsluitende avond was ook voor deze editie het hoogtepunt van de week. Onder grote belangstelling van familie, vrienden en wijkbewoners en onder aanvoering van Scouting Marca Appoldro vond de feestelijke intocht plaats. De route door Talma Borgh zorgde voor speciale momenten, waarbij jongeren en ouderen elkaar ontmoetten en aanmoedigden. Een traditie die inmiddels onmisbaar is geworden.

De volgende editie van de avondvierdaagse staat met potlood gepland op maandag 10 mei tot en met donderdag 13 mei 2027. Zetten jullie hem alvast in de agenda?



Met trots vooruitkijken

De tweede editie van de Avondvierdaagse Osseveld-Woudhuis bevestigt dat het evenement voorziet in een grote behoefte in de wijk. Het is uitgegroeid tot een waardevolle week waarin sportiviteit, saamhorigheid en plezier samenkomen. Net als de Spulletjesdag past de Avondvierdaagse goed bij het motto van DenkTankBreed: Wij(k) verbinden!

We kijken met trots en dankbaarheid terug op deze editie en bij deze nogmaals dank aan alle vrijwilligers, betrokken partijen en deelnemers voor jullie inzet en enthousiasme. Zonder jullie was een week als deze niet mogelijk geweest.

Hier volgen nu een maand of twee pauze, en dan begint het voorbereiden van de vergunningsaanvraag alweer in de zomervakantie, never a dull moment... Eén ding is zeker: de Avondvierdaagse leeft in Osseveld-Woudhuis.

Groet van Yvonne en de andere leden van DenkTankBreed
denktankbreed@gmail.com



PC-Opruimen.nl

Uw persoonlijke computerhulp aan huis



Bij ons kunt u o.a. terecht voor:

- * Opschonen van PC, Mac of laptop
- * Oplossen van wifi-storingen
- * Virus/spyware/malware verwijderen
- * Randapparatuur aansluiten
- * Nieuwe computer installeren

Kijk voor meer informatie op www.pc-opruimen.nl

Mail naar: info@pc-opruimen.nl

Bel ons op: 055-2058331

Wil jij ook iets doen voor een ander?

Onze coördinatoren gaan graag op zoek naar een passende match voor jou!



de kap

MANTELZORGERS EN VRIJWILLIGERS

www.dekap.nl | info@dekap.nl | 055 - 529 5520

Het autobedrijf voor Apeldoorn



DUIDELIJK | DESKUNDIG | DICHTBIJ

BIJ ONS KUNT U TERECHT VOOR:

- ✓ Personenauto's
- ✓ Bedrijfsauto's
- ✓ Onderhoud
- ✓ Reparatie
- ✓ APK-keuringen
- ✓ Schadeafwikkeling
- ✓ Mobiliteitsgarantie
- ✓ Export-service



Nieuws van Auto Wientjes

Carwash sluit na ruim 25 jaar: Dank aan alle gebruikers!

Na ruim 25 jaar nemen wij afscheid van een vertrouwde plek in de buurt. Per 1 januari 2026 is de carwash bij Auto Wientjes aan de Veenhuizerweg 132 definitief gesloten. De installatie heeft jarenlang veel automobilisten uit de wijk en omgeving geholpen om hun auto weer fris en schoon de weg op te sturen.

Met veel spijt hebben wij dit besluit moeten nemen. De onderhoudskosten van de installatie zijn de afgelopen jaren sterk gestegen, waardoor het helaas niet meer haalbaar is om de carwash rendabel open te houden. Wat er in de toekomst met de ruimte gaat gebeuren, is op dit moment nog niet bekend.

Wij willen via deze weg alle trouwe gebruikers hartelijk bedanken voor het vertrouwen en de vele bezoeken in de afgelopen jaren.

Hoewel de carwash stopt, blijven wij uiteraard actief op onze vertrouwde locatie. Auto Wientjes is sinds begin jaren 2000 gevestigd aan de Veenhuizerweg 132 in Apeldoorn en richt zich tegenwoordig vooral op de werkplaats en autoverkoop. In onze Bosch Car Service werkplaats voeren wij onderhoud en reparaties uit voor vrijwel alle merken en zijn wij aangesloten bij BOVAG.

Daarnaast hebben wij altijd een ruime voorraad occasions. Met ongeveer 300 auto's op voorraad en zo'n 2.500 verkochte auto's per jaar is er voor vrijwel iedereen een passende auto te vinden: van elektrische auto's (EV's) en benzineauto's tot bedrijfswagens.

Wilt u meer weten over onderhoud, reparaties of ons actuele aanbod? Neem gerust een kijkje op onze website: www.autowientjes.nl

Nogmaals dank voor alle jaren dat u gebruik maakte van onze carwash. Wij hopen u in de toekomst nog eens te mogen verwelkomen bij Auto Wientjes.

Woninginbraak: hoe te voorkomen? 10 tips

1. Bel altijd 112 bij een verdachte situatie. U kent uw eigen buurt het beste, dus als u het niet vertrouwt, is dat niet voor niets.
2. Laat, als het donker is en u niet thuis bent, een lamp aan. Dan lijkt het alsof iemand aanwezig is. Stel hiervoor bijvoorbeeld een automatische lichtschakelaar in.
3. Sluit ramen en deuren goed af, ook als u maar even weg bent. Draai de deur ook altijd op slot.
4. Heeft u een achterom? Doe de poort goed op slot en zorg voor verlichting in de tuin.
5. Leg kostbare apparatuur, zoals laptops en tablets, uit het zicht.
6. Heeft u struiken rondom het huis? Zorg ervoor dat deze kort zijn, zodat het huis voor burens goed te zien is.
7. Zorg dat er geen ladders, containers of andere hulpmiddelen bij uw woning staan die het makkelijk maken om naar binnen te klimmen.
8. Een schuifpui is inbraakgevoelig. Breng hiervoor een speciaal geschikt slot aan.
9. Verstop geen huissleutels onder een deurmat of in een bloempot. Dit zijn ook voor inbrekers geen 'geheime' plaatsen.
10. Hang geen adreslabel aan uw sleutel(bos).



WELKOM OP DALTONSCHOOL DE ZONNEWENDE

De ideale plek voor uw kind om te groeien en ontdekken

Mag uw zoon of dochter binnenkort naar school? Spannend! Op Daltonschool De Zonnewende begrijpen we dat de eerste schooljaren ontzettend belangrijk zijn. We willen u en uw kind graag een warm welkom bieden. We maken daarom graag persoonlijk kennis. Tijdens een rondleiding door de school krijgt u een goed beeld van onze unieke manier van werken. We nemen de tijd om u alles te vertellen over ons onderwijs.

Buiten spelen en avonturen beleven

Elke dag krijgt uw kind de kans om buiten te spelen en de wereld te verkennen. Ons natuurlijke speelplein, met zand en speelmogelijkheden, biedt volop uitdaging en plezier.

Spelend leren in de onderbouw

Bij ons leert uw kind spelenderwijs, op een manier die bij zijn of haar ontwikkeling past. We werken in de klas met verschillende speelhoeken: een bouwhoek, een winkelhoek en een huishoek. Elk hoekje zit vol met mogelijkheden om te leren. Spelenderwijs stimuleren we de taalontwikkeling, motoriek en cognitieve vaardigheden. Denk aan cijfers, letters, maar ook knippen en plakken. Onze leerkrachten spelen mee en weten zo of uw kind op de leerlijn zit, misschien uitgedaagd moet worden of juist ondersteuning nodig heeft.



Ontdekken en groeien met thema's

In de onderbouw werken we met leuke en leerzame thema's die telkens een paar weken duren. Denk aan 'herfst' of 'huis en thuis'. Zo maken we bijvoorbeeld tijdens het thema 'herfst' een boswandeling en ontdekken we paddenstoelen en vallende blaadjes. Dit soort activiteiten maken leren een avontuur!

Zelfstandigheid en verantwoordelijkheid

Op De Zonnewende vinden we het belangrijk dat kinderen zelfstandig worden en verantwoordelijkheid leren nemen. Na het spelen ruimen ze de hoeken zelf op met behulp van opruimkaarten. Terwijl ze alles opruimen, leren ze ook. Een perfecte manier om spelend te leren!

Op De Zonnewende willen we dat elk kind zich thuis voelt, volop ontdekt en met plezier leert. We kijken ernaar uit om u en uw kind te verwelkomen!



Check dit



Anneke Lems Grootouder voor het Klimaat

Tekst en foto's: Joke van der Linden

Wie is Anneke Lems? Anneke is gastvrij, maatschappelijk betrokken en heeft een grote liefde voor natuur en cultuur.

Anneke: "Goede oprechte contacten tussen mensen vormen voor mij een belangrijke drijfveer, een rode draad in de keuzes die ik in mijn leven maak. Al op jonge leeftijd was ik feministisch, in de zin van zelfstandig zijn en mijn eigen broek ophouden. Ik maak bewuste keuzes, sta daarvoor en probeer trouw te blijven aan wat ik op me neem. Ik zoek actief verbinding met de maatschappij. Ik heb weinig met *small talk*. Ik ga liever de diepte in."

Ze groeide op in een protestants gezin waarin verantwoordelijkheid en omzien naar elkaar centraal staan. Er werd gediscussieerd over politiek en gelijke kansen. Zo leerde zij al vroeg genuanceerd te denken; er is immers nooit één waarheid. Ze studeerde af in kunstgeschiedenis en in geschiedenis.

40 jaar Christelijke Lyceum Apeldoorn

Veertig jaar lang gaf Anneke geschiedenislessen op het Christelijk Lyceum in Apeldoorn. Ze vond het belangrijk de nieuwsgierigheid van leerlingen te prikkelen en samen het verleden te onderzoeken. Niet het snelle oordeel stond centraal, maar de vraag "waarom?". Ze stimuleerde leerlingen verder te kijken, alternatieven te overwegen en verschillende perspectieven te begrijpen. Deze vaardigheden zijn volgens haar essentieel om onze democratische samenleving te behouden.

Democratie is niet dat jij je zin krijgt, maar dat de meerderheid beslist. Deze meerderheid moet vervolgens zo goed mogelijk rekening houden met de wensen van de minderheid. We leven immers mét elkaar!

Motivatie en gedrevenheid

Voor Anneke is familie onlosmakelijk verbonden met haar inzet: ze wil dat ook de kinderen van haar kinderen kunnen leven in welzijn en geluk. Daarom bleef ze zich na haar pensionering actief inzetten voor een leefbare wereld. Niet meer als docent, maar als betrokken burger die meedenkt en meewerkt. Juist in een tijd waarin oorlogen en andere crises veel aandacht vragen, benadrukt zij dat het klimaat niet naar de achtergrond mag verdwijnen. De urgentie is groot. Ze sloot zich aan bij Grootouders voor het Klimaat, een beweging die zich op lokaal, nationaal en internationaal niveau inzet om het klimaat hoog op de agenda te houden. De organisatie werkt gestructureerd met plannen, evaluaties en concrete voorstellen.

Zo werd de Toekomstmeter aangeboden aan alle gemeenten in Nederland: een middel om in beeld te brengen hoever elke gemeente is met haar klimaatbeleid. Wat gebeurt er al, en wat moet er nog gebeuren? www.grootoudersvoorhetklimaat.nl/lokale-grootoudergroepen/apeldoorn



Grootouders en andere betrokken senioren (je hoeft geen grootouder te zijn om mee te doen) brengen de boodschap op uiteenlopende manieren onder de aandacht: via bijeenkomsten, webinars, gastlessen, markten en gesprekken. Hun inzet is gebaseerd op duidelijke uitgangspunten, vaak ontleend aan bestaande wet- en regelgeving. Het gaat niet alleen om intenties, maar om concrete stappen en controle op naleving. Ze pleiten voor sterke, rechtvaardige en toekomstgerichte normen, zowel nationaal als Europees. Alleen zo kunnen we bouwen aan een samenleving die binnen de grenzen van wat de aarde kan dragen blijft.

Onze verantwoordelijkheid

Voor Anneke vormen klimaat, natuur en biodiversiteit één samenhangend geheel. Daar moeten we zorgvuldig mee omgaan. Niet alleen uit verstand, maar ook vanuit een morele en wettelijke verantwoordelijkheid. De overheid speelt daarin een sleutelrol: zij moet zorgen voor schone lucht, water, bodem én gezondheidsschade actief voorkomen. Grootouders voor het Klimaat wijst met klem op wetten waarin dat beschreven staat.

Anneke is blij, ook met kleine stappen. Ze blijft zich met overtuiging inzetten. Voor haar is het duidelijk: verandering begint bij mensen die verantwoordelijkheid nemen — ieder op zijn eigen manier.

Lees verder op pagina 68

Dorcas

Kringloopwinkel Apeldoorn



Winkelen met een goed gevoel

Dorcas Winkel Apeldoorn verkoopt tweedehands kleding, speelgoed, meubels, boeken en nog veel meer. Met de opbrengst helpt Dorcas jaarlijks ruim een miljoen kwetsbare mensen in 14 landen. Je kunt ook je eigen spullen inleveren bij de winkel.

Laan van Westenenk 108, Apeldoorn
T (055) 8200 538
dorcaswinkelapeldoorn@dorcas.nl
Geopend: woensdag t/m zaterdag van 10:00 tot 16:00 uur

Dorcas
for those in need

MARCOS IT

Kies voor een refurbished laptop, smartphone of tablet van Marcos IT.

Ik reinig, installeer, controleer en repareer de apparatuur, zodat deze klaar zijn voor gebruik.

Ik help u ook graag met reparatie van uw apparatuur.

- ✓ Persoonlijke hulp
- ✓ Geen wachttijden
- ✓ Een jaar garantie

CONTACT

De Hovenlaan 155
7325 VT Apeldoorn
06-27385450
info@marcos-it.nl
marcos-it.nl

Buitenspeeldag 2026 was weer een topper!

Op 10 juni was het weer zover: de nationale buitenspeeldag! Ook dit jaar georganiseerd voor de wijken Osseveld en het Woudhuis door de vrijwilligers van DenkTankBreed.

Ook dit jaar waren er weer veel leuke dingen te doen: schminken, longboards, haren laten invlechten, oud-Hollandse spelletjes en natuurlijk meerdere springkussens. Ook de bekende stier was aanwezig. Dit jaar was voor het eerst een 24 meter lange opblaasbare stormbaan van de partij!

Kom je ook helpen op 9 juni 2027?

Om alles voor deze dag in goede banen te leiden en te zorgen voor de veiligheid van de kinderen zijn we elk jaar afhankelijk van de hulp van vrijwilligers. Lijkt het u leuk volgend jaar (9 juni) op deze middag te helpen met schminken, hairdesign of toezicht houden bij de oud-Hollandse spelletjes of springkussens? Meld u dan aan bij:

Bas Kemps, 06-49114367
BKemps31@hotmail.com

Ook al kunt u niet de hele middag, zelfs met een uurtje van uw tijd zijn wij bij de volgende editie al blij. We hopen dat u ons wilt helpen om volgend jaar deze middag weer tot een succes te maken!

In de herfsteditie kijken we met een fotocollage uitgebreid terug op deze geweldige middag.

Namens de organisatie van de buitenspeeldag,
Mieke Alberts en Bas Kemps
DenkTankBreed / denktankbreed@gmail.com
BKemps31@hotmail.com



GEWICHT IN BALANS MET **Joke**
BGN-gewichtsconsulent + ervaringsdeskundige

Je gaat niet op dieet maar past je leefstijl aan!

www.gewichtinbalansmetjoke.nl

Bereidingswijze Gewichtsconsulenten Nederland

KVK 72802391
Deventerstraat 212 A
7321DB Apeldoorn

Gewicht in Balans met Joke: Deze salade is gegarandeerd een hit!

Kip avocado salade met een twist: hoofdgerecht voor 2 personen, bereidingstijd 20 minuten

Ingrediënten

- 200 gram kipfilet (of vegetarische kipstukjes)
- 1 theelepels chilivlokken
- 50 gram Griekse yoghurt
- 2 teentjes knoflook
- 1 citroen
- 200 gram cherrytomatjes
- 10 - 20 gram Parmezaanse kaas
- Paar stukken (oud) stokbrood
- Peper en zout
- 2 eetlepels olijfolie
- 50 gram pijnboompitten
- 200 gram sla naar keuze
- 1 rijpe avocado

1. Snij de kip in blokjes. Kruid de kip vervolgens met wat peper en chilivlokken. Doe de olie in een bakpan en bak de kip in 6 tot 10 minuten gaar. Snijd een blokje doormidden om te kijken of de kip goed gaar is.
2. Rooster ondertussen de pijnboompitten lichtbruin en geurig in een pan zonder olie.
3. Snij de avocado doormidden en verwijder de pit. Lepel de vrucht leeg in een schaaltje en voeg de Griekse yoghurt, een fijn geperst teentje knoflook en het sap van een halve citroen toe. Prak alles goed door elkaar met wat peper en eventueel zout.
4. Verdeel de sla over 2 borden. Halveer de tomatjes en voeg ze toe.
5. Verdeel de dressing en de kip over de sla, rasp de Parmezaanse kaas boven de borden en garneer met de pijnboompitten.
6. Serveer met wat stukjes stokbrood die je kort bakt in olijfolie en het tweede uitgeperste teentje knoflook.

Tip: snij de overige halve citroen in plakjes en doe ze in een kan met water: decoratief én heerlijk!



ZWEMSCHOOL **KABLAU**

Zwemlessen voor Survival ABC
Privé, duo of trio zwemles
Snelcursus (survival ABC)
Zwemmen met een beperking
Zeemeermincursus
Kinderfeestjes

Ervaringen: Beide kinderen hebben met veel plezier gezwommen bij Kablau. We hebben bewust voor Kablau gekozen omdat Jeanette les geeft in kleine groepjes en werkt met garantiepakketten. Zo kan ze bijna individueel/persoonlijk lesgeven. Het is ons zeer goed bevallen.

Maatwerk * Kindvriendelijk * Ervaring * Persoonlijk * Meedenkend * Kwaliteit * Zonlid * Rustige en veilige leeromgeving * Garantiepakketten

Zwemlocatie Beekbergen: Parc Spelderholt

Contact:
Tel: 055-8441356 of 06-51076480
Mail: zwemschoolkablau@icloud.com

www.zwemschool-kablau.nl



Authentiek vakmanschap

Passie voor uw vloer

Oog voor detail

Mark Nieuwenhuisen
Lupineweg 54
06-26 26 43 23

info@perfectionparket.nl
www.perfectionparket.nl

Vervolg van interview op pagina 65 met Anneke Lems, Grootouder voor het Klimaat

Zero Waste

Anneke zet zich eveneens in voor 'Zero Waste', bijvoorbeeld door zwerfafval en peuken op te ruimen. Een kleine handeling met grote impact, want één sigarettenpeuk kan tot wel duizend liter water vervuilen. Dit werk leidt vaak tot onverwachte en waardevolle ontmoetingen, soms ontroerend, met mensen van allerlei achtergronden. Het laat zien dat je op een eenvoudige en dienende manier kunt bijdragen aan iets groters. Je hebt er geen voorkennis voor nodig, je blijft in beweging én het is leuk: www.zerowasteapeldoorn.nl

Hobby's

Haar blijvende passie voor geschiedenis voedt zij door deel te nemen aan een geschiedenisleeskring van OKW (Vereniging voor Onderwijs, Kunst en Wetenschap). Haar liefde voor de natuur en observatie komt ook terug in haar andere hobby's. Door haar studie kunstgeschiedenis ontwikkelde ze een scherp "foto-oog": wat wil ik vastleggen, wat wil ik vertellen? Fotografie groeide uit tot een serieuze hobby.

Diezelfde aandacht zie je in haar tuin en moestuin. Op een zonnige dag in april zaten we daar tussen bloeiende blauwereggen, jonge bladeren en potten vol zaailingen. De tuin is speels ingedeeld in verschillende "kamers" en loopt uit naar het water.



Alles ademt zorg en aandacht — voor bijen, andere insecten, vogels én voor het eigen genieten. Ze zet zich ook in voor initiatieven die bestuivers ondersteunen, omdat die onmisbaar zijn voor de biodiversiteit. Zij had een uitgifte-punt voor de actie "Voer de bij bij", georganiseerd door the Pollinators: www.thepollinators.org

Muziek is een andere belangrijke pijler in haar leven. Anneke zingt in de Lebuinus Cantorij Deventer en levert bijdragen aan de kerkdiensten. Ook daarin komt haar betrokkenheid en gevoel voor gemeenschap tot uiting.

Optimist Anneke denkt dat er hoop is voor de toekomst. Haar advies: "Zoek een groep waar je je bij thuis voelt en wees blij met de kleine veranderingen die goed zijn voor onze aarde!"

Handige Rudy
KLUSBEDRIJF

Voor kleine en middelgrote klussen zoals:

- het ophangen van een lamp
- de renovatie van je badkamer
- het aanleggen van tuinverlichting
- de herinrichting van je tuin
- etc.

ik probeer zo milieuvriendelijk mogelijk te werken. (maar ik kom met de auto als het nodig is :-)).

Voorbeelden van projecten: scan de QR-code of ga naar rudyblom.com/handige-rudy

06 40 76 20 38

In beweging met Roos Jensen

Tekst en foto's: Roos Jensen

Mooi weer nodigt uit om weer meer naar buiten te gaan. Voor mij was de winterperiode een tijd van beslissingen nemen en herstellen van een hernia. Inmiddels heb ik alles weer opgepakt, met name het sporten en weer fit worden.

Een heerlijk en voldaan gevoel om te bewegen en aan mijn uitdaging te beginnen: HYROX voltooien. Het was niet makkelijk om weer bij nul te beginnen maar nu ben ik weer op mijn vorige niveau qua training. Nu jullie nog!

Een paar voordelen van bewegen:

- minder stress en minder kans op een depressie;
- betere houding;
- meer spierkracht;
- minder artroseklachten.

Nog een extra tip die ik las in een krant: bewegen levert een goede vetverbranding op, al bij een half uur inspanning per dag. Zoek een mooie wandelroute op in de natuur en begin met drie minuten rustig wandelen. Vervolgens drie minuten het tempo verhogen (dan gaat de hartslag omhoog). Wissel dit af en probeer dit een half uur vol te houden: steeds wisselen van tempo, om de drie minuten.

Succes!
Sportieve groeten van Roos



Oefening 1

- Sta rechtop met de benen naast elkaar en de knieën iets gebogen.
- Plaats één arm gestrekt naar voren en de andere gestrekt naar achteren.
- Wissel nu van arm en zak licht door je knieën met een zwaaibeweging.
- Maak er een vloeiende beweging van.
- Hou dit een halve minuut vol.

Oefening 2

- Sta wijdbeens met de voeten naar buiten wijzend.
- Ga nu in hurkstand staan (niet te ver) en hou een kettlebell of iets anders van gewicht, bijvoorbeeld een zak bloem of een fles frisdrank, met beide handen vast op borsthoogte. Daar blijft het gewicht tijdens de oefening, dus niet verschuiven.
- Nu weer met gestrekte benen gaan staan, zonder de benen of het gewicht te verplaatsen.
- Vervolgens weer in de hurkstand komen en dit een halve minuut herhalen.
- Deze hurkhouding wordt ook wel de squathouding genoemd.



Oefening 3

- Met licht gebogen knieën iets breder gaan staan: benen iets uit elkaar.
- Breng beide armen naar één kant van je lichaam.
- Vervolgens zwaai je beide armen naar de andere kant van je lichaam.
- Let op dat je knie meedraait als je je armen naar de andere kant zwaait en ook de andere knie meedraait als je weer met je armen terugzwaait. Je gewicht komt dan op je tenen; dat draait makkelijker mee.
- Variatie: zwaai met je beide armen achter je rug langs.

Aaien op Talma Borgh

Tekst en foto's: Talma Borgh,
Martine van den Burg en Anita Losse

Wij zijn Martine van den Burg en Anita Losse. Wij werken allebei voor Talma Borgh als welzijnsmedewerkers. Dit doen we met veel plezier en passie. Ik (Martine) werk al 23 jaar op de eerste verdieping en Anita 6 jaar op de tweede verdieping. We zoeken elkaar voor het organiseren van leuke activiteiten regelmatig op. Zo profiteren meer bewoners van een leuke activiteit.

Er zijn veel bewoners die van honden houden of vroeger één of meerdere honden hebben gehad. Wij hebben hier regelmatig gesprekken over met elkaar. Via een kennis kwamen wij in contact met Rika Verdoorn en haar hond Chip.

Rika en Chip

Rika is vrijwilligster bij Stichting Hulphond Nederland. Ze helpt als gastgezin pups socialiseren en opleiden. Chip kwam als pup bij haar wonen. Toen Chip ongeveer één jaar werd kreeg hij helaas epilepsieaanvallen. Hij was daarmee niet meer geschikt als hulphond. Chip is toen door Rika overgenomen van de stichting. Hij is nu huishond.



Chip is heel goed in staat een glimlach op ieders gezicht te toveren. En dat geldt zeker voor de bewoners van Talma Borgh: waar Chip is, zie je blije gezichten. Een prettige bijkomstigheid is dat Chip in de wijk woont. Dus is het een kleine moeite voor Rika samen met Chip een bezoekje te brengen aan Talma Borgh.

Een echte labrador

Chip is een labrador en dol op eten. U raadt het al: bewoners geven hem graag brokjes en Chip ontvangt ze graag. Een favoriete bezigheid voor beide partijen! Ook snuffelt Chip graag even over de keukenvloer, want ja, daar ligt meestal nog wel een kruimeltje. Zo nu en dan is Chip ook nog genegen commando's op te volgen. Het ophalen van een bal vindt hij altijd leuk. En wat bewoners ook leuk vinden te zien is dat Chip slippers of schoenen kan ophalen als Rika dat aan hem vraagt.

Stichting Hulphond Nederland is een stichting zonder enige subsidie. Dus alle donaties zijn welkom. Om vanuit Talma Borgh iets terug te doen sparen we lege inktcartridges die we aan Rika meegeven. Deze worden dankbaar ontvangen en leveren geld op voor Stichting Hulphond Nederland. De bewoners van Talma Borgh hebben een leuke dag en een blij gezicht en Stichting Hulphond Nederland heeft weer extra inkomsten.

**Met vriendelijke groeten,
Martine van den Burg en Anita Losse
Talma Borgh, welzijnsmedewerkers**

**Steunt u ook Stichting Hulphond? 0486 - 41 18 78
www.hulphond.nl info@hulphond.nl**



Even voorstellen: Stichting Hulphond Nederland

www.hulphond.nl

Een hulphond voorkomt isolement en biedt nieuw perspectief. Onze hulphonden worden opgeleid als steun en toeverlaat voor mensen met een fysieke of geestelijke zorgvraag. Een hulphond kan letterlijk 'werk uit handen' nemen. Mensen met epilepsie of PTSS hebben ook baat bij de inzet van een hulphond.

Onze therapie is er voor mensen die behoefte hebben aan geestelijke hulp; zowel jongeren met klachten die voortkomen uit ontwikkelingsstoornissen en psychiatrische problematiek als volwassenen met psychotrauma en stressorgerelateerde problematiek zijn gebaat bij deze ervaringsgerichte therapie.

Onze hulphonden worden met respect voor het welzijn van de hond zo breed mogelijk opgeleid en ingezet door deskundige trainers en therapeuten. Onze trainers zijn in staat de hulphond tot wel zeventig verschillende vaardigheden aan te leren.

Even voorstellen: Vereniging van Wijkeigenaren De Waterkamer

Samen op Burendag 25 september 2026

In onze mooie wijken Woudhuis en Osseveld zijn diverse verenigingen van eigenaren. Eén van deze verenigen is de Vereniging van Wijkeigenaren De Waterkamer. Het is een vereniging met beperkte bevoegdheden.

Wat zijn de taken van deze vereniging?

In de Vereniging van Wijkeigenaren 'De Waterkamer' zijn alle eigenaren van koopwoningen van het voormalige bouwproject 'De Bron' vertegenwoordigd. Hierbij horen de straten De Bron, een deel van de Waterkamer en een deel van Het Verlaat. Huurwoningen worden in de vereniging vertegenwoordigd door woningcorporatie De Woonmensen. Iedereen die een huis koopt dat bij de vereniging hoort, wordt lid van de vereniging. Dit wordt vastgelegd in de koopakte.

Mandelige gebieden

De woningeigenaren zijn gezamenlijk eigenaar van zogenaamde mandelige gebieden. Dit zijn een aantal pleinen achter en tussen de huizen. Het centrale plein waar 'De Bron' zich bevindt is eigendom van de Gemeente Apeldoorn. Via de mandelige pleinen zijn de achtertuinen en de bij de huizen behorende parkeerplaatsen bereikbaar. Ook zijn er diverse speelplekken voor kinderen ingericht. Het onderhoud en beheer van deze pleinen is in de vereniging ondergebracht. Denk bijvoorbeeld aan onderhoud aan speeltoestellen en bankjes, onkruidbestrijding en onderhoud van gazon en perken, bestrating en verlichting.

Ook is het onderhoud van het stucwerk aan de gevels van de huizen in de vereniging ondergebracht. Het reinigen en opknappen van dit stucwerk is specialistisch werk. Om te zorgen dat dit beeldbepalende element van de huizen de juiste uitstraling behoudt, en om kosten te besparen, is gekozen het onderhoud in de vereniging onder te brengen. Ongeveer eens in de tien jaar wordt van alle huizen het stucwerk gereinigd en waar nodig opgeknapt. In 2025 is dit voor de laatste keer gebeurd.

Algemene ledenvergadering

Ieder jaar, in oktober, worden de activiteiten die de vereniging onderneemt toegelicht in de algemene ledenvergadering. Ook worden de jaarrekening en de begroting besproken. Hiervoor worden alle woningeigenaren uitgenodigd.



Het bestuur van de vereniging, bestaande uit vier leden (voorzitter, secretaris, penningmeester en een bestuurslid), coördineert en begeleidt deze activiteiten. Dit kunnen we natuurlijk niet alleen, we hebben de hulp van de bewoners hard nodig.

Help je mee?

Denk je bij jezelf, ik vind het wel leuk om te helpen aan het onderhoud van de pleintjes? Dan kun je je natuurlijk altijd aanmelden via onze website <https://dewaterkamer.nl> door een berichtje te sturen aan één van onze bestuursleden.

Burendag 26 september 2026

Vele handen maken licht werk! Daarom lijkt het ons leuk om op zaterdag 26 september 2026 (Burendag 2026) van 09:00 tot 11:00 uur gezamenlijk een grote schoonmaakactie op de pleintjes te houden. Eind september ligt er altijd veel blad tegen de schuttingen en op sommige plekken staat nog onkruid wat niet door de hovenier is weggehaald. Dit kan dan worden verwijderd zodat alles er weer tiptop uitziet.

Na afloop is er de mogelijkheid op het middenterrein bij "De Bron" een kop koffie te drinken. Op die manier leer je je naaste burens - waar je wellicht niet zo vaak mee spreekt - meteen beter kennen.

Om zeker te weten hoeveel kopjes koffie of thee we moeten zetten vragen we je je aan te melden voor deze burendag. Dit kan door een berichtje te sturen met hoeveel personen je komt helpen en na afloop gezellig blijft napraten onder het genot van een kopje koffie.

Mocht je niet in staat zijn te helpen met het opschonen van de pleintjes maar wil je wel gezellig een kopje koffie of thee komen drinken? Dan ben je natuurlijk óók van harte welkom.

**We zien jullie graag op zaterdag 26 september 2026.
Vriendelijke groeten, bestuursleden VvW De Waterkamer**

<https://dewaterkamer.nl>
secretaris@dewaterkamer.nl
Tekst en foto's: VvW De Waterkamer





Schaaktalent in de wijk: Alec Pantus

Tekst: Theo Groen

Foto's: familie Pantus, Eelco Photography

Ik ben op bezoek bij Alec Pantus (17 jaar), opkomend schaaktalent in de wijk Woudhuis. Alec maakte kennis met schaken in groep 5 van de basisschool. Hij kreeg toen les van Karel van Delft (Karel is de onvermoeibare Apeldoornse stimulator van het schoolschaken) en dat sloeg aan bij Alec. Hij wilde ook gaan schaken en kreeg via het zogenaamde stappenprogramma les en haalde zijn diploma stap 1. Ook op de middelbare school ging Alec verder met schaken.

Om beter te worden werd hij jeugdlid van de schaakclub "Schaakstad Apeldoorn". Inmiddels speelt Alec al ruim vijf jaar bij deze club waar hij op dit moment les krijgt van schaakgrootmeester Roeland Pruijssers. Alec: "Ik heb daar eerst de basics geleerd en ben inmiddels aangekomen in stap 6. Door veel wedstrijden te spelen, ben ik steeds beter geworden. Voor mij was het spelen van korte schaakpartijen een goede manier om snel te leren."

Korte schaakpartijen zijn partijen met slechts 17 minuten bedenktijd voor de hele partij. Wie meer tijd gebruikt verliest, ook al sta je volledig gewonnen. Alec past in een trend dat kinderen steeds eerder (goed) leren schaken. Alec heeft nu in totaal zo'n acht jaar schaakervaring. Alec: "Kinderen beginnen op steeds jongere leeftijd met schaken. De deelnemers bij het Nederlands Kampioenschap jeugdschaken zijn nu gemiddeld 9 jaar oud en er zijn al kinderen van 5 jaar die meedoen."

Belangrijk is de rol van een goede schaakleraar - zoals Karel en Roeland dit voor Alec zijn (geweest) - die kinderen heel goed kan motiveren en stimuleren te blijven trainen en oefenen en zo zichzelf verbeteren. Naast het jeugdschaken speelt Alec overigens ook mee in externe competities van schaakclubs met volwassenen.



Hoe bereidt Alec zich voor op wedstrijden?

"In het begin deed ik dat vooral door openingen te oefenen, nu doe ik dat veel minder. Ik heb het heel druk met school en kom er dan minder aan toe." Volgens Alec is Anish Giri de beste Nederlandse schaker: "Die heeft een heel beheerste speelstijl". Alec noemt zijn eigen speelstijl 'beheerst aanvallend'. Zijn mooiste partij (tot nu toe) is een partij in de interne competitie die heel lang duurde en erg spannend was.

Nog beter worden met schaken

Hoe wil Alec zich verder verbeteren? "Ik wil nog beter worden door openingen verder te bestuderen. Mijn lievelingsopeningen zijn de Italiaanse en gesloten Siciliaanse opening, om overzicht te houden. Eindspelen vind ik ook heel leuk, omdat je alles goed moet kunnen doorrekenen."

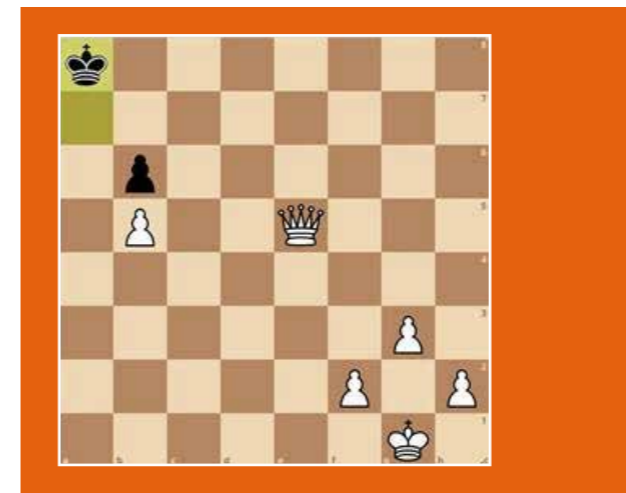
We kijken even in de toekomst: Hoever ben je over 1 tot 5 jaar?

"Dan hoop ik bij een studentenschaakvereniging te spelen. En over 5 jaar ben ik hopelijk veel beter dan nu omdat ik mezelf verder heb ontwikkeld en nog meer goede openingen ken. Maar het belangrijkste is: dan heb ik nog steeds veel plezier in het schaken!"

Misschien komt hij nog een keer in de Wijkkijker, maar dan als (jonge) grootmeester.

Een mooi partijmoment

Alec: door een trucje in het begin van de partij heb ik de zwarte dame kunnen slaan (dat helpt bij het schaken!). Zwart staat verloren.



Wit kan nog één blunder begaan; de dame op veld c7 zetten. Dan staat zwart pat. Wit zet daarom de dame op veld e7. De zwarte koning kan nu alleen op en neer lopen op de velden a8, b8 en c8. Wit kan zo gemakkelijk winnen.

Een bizarre schaakregel: zwart kan dan geen enkele zet meer doen (de pion kan niet naar voren en alle zetten van de koning betekenen dat de koning dan schaak komt te staan en dat mag niet. Intussen gaat één van de witte pionnen stapje voor stapje naar de overkant en "promoveert". Dit betekent dat de pion verandert in een schaakstuk naar keuze van de eigenaar. Beste keuze is hier om er een dame van te maken. Dan staat zwart meteen "mat", dat wil zeggen dat de zwarte koning aangevallen wordt, maar niet kan ontsnappen. Schaakmat ofwel in oud-Perzisch "sjah mati" ("de koning is dood"; waarmee wit heeft gewonnen.



Oproep aan denksporters

Ben je of ken je iemand in de wijk die aan een andere denksport doet (dammen, go, bridge, of een denksport die ik niet ken) dan willen we daar graag ook een stukje over schrijven. Mail even met wendy@legriep.nl van de Wijkkijker.

BEKIJK HIER DE ACTUELE AGENDA VOOR
ALLE SPORTWEDSTRIJDEN EN EVENTS



Omnisport Apeldoorn

Beleef een seizoen vol sport en entertainment

Pak je agenda erbij, want Omnisport brengt opnieuw de gaafste evenementen naar Apeldoorn.

In de ban van baanwielrennen

Waar veel Apeldoorners in de zomer bewust vertragen, behoudt Omnisport ongekende snelheden. De Nederlandse sprinttop van de KNWU blijft trainen, met explosieve starts en indrukwekkende rondetijden tot gevolg.

De deuren van de sportfoyer zijn dit seizoen extra geopend, zodat iedereen een kijkje kan nemen. Op woensdag- en donderdagochtend heb je de grootste kans om baanwielrenners in actie te zien.

Trainingen NL Sprint-top juli & augustus en WK parabaanwielrennen
29 oktober t/m 1 november

Dansmoves, muziek en meer...

Hiphop-fanaten opgelet: het DTHO Benelux Kampioenschap komt in juni voor het eerst naar Omnisport. Dansers strijden in verschillende samenstellingen om de titel 'Benelux Kampioen'.

In november brengt Beach Boys' Best een heel ander geluid naar Apeldoorn met een setlist vol zon, surf en tijdloze klassiekers.

DTHO Benelux Kampioenschap 27 juni
Beach Boys' Best 06 november

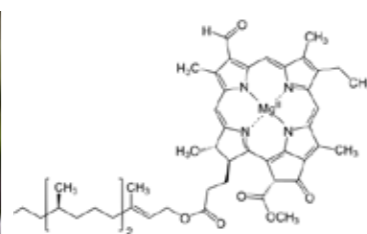
Voor een overzicht van alle evenementen:
www.omnisport.nl/agenda



Dieper in Woudhuis

Van bos en bomen naar bodem en bodemdiertjes

Tekst: Theo Groen
Foto's: Maria Alink, Rinus Groen, IVN en WM Le Griep



Verreweg de meeste bewoners van onze wijken hebben vermoedelijk wel eens gewandeld in het Woudhuis bos. Heb je dat nog niet gedaan, lees dan toch dit artikel, waarin we meer in detail kijken naar het Woudhuis bos.

Een bos is een (waarschuwing: moeilijk woord!) ecosysteem. Dat is een nep-Grieks woord voor iets dat ingewikkeld is. Dat komt omdat een bos niet alleen een verzameling van bomen is, maar nog veel meer onderdelen bevat, zoals het oude gezegde 'door de bomen het bos niet meer zien' zo mooi aangeeft. Het idee is dat je zo gefocust bent op de individuele bomen (de details) dat je het bos (het geheel) niet meer kunt zien.

Maar eerst een kort stukje geschiedenis: lang voordat de oostelijke wijken van Apeldoorn werden gebouwd had de Apeldoornse familie Tutein Nolthenius een landgoed van ongeveer 250 hectare gekocht in het gebied van het huidige Woudhuis. Dat werd voor een deel beplant met bomen. Daarmee was de basis voor het huidige bos gelegd. Gelukkig is het bos goed bewaard gebleven en niet gesneuveld voor bijvoorbeeld de aanleg van een woonwijk of wegen.

Een levendig oerwoud in het klein

Het kan niet missen: het eerste wat opvalt in een bos is dat er heel veel bomen staan. Daarom heet het ook een 'bos'. Zoveel bomen dat je zou denken dat een bos een bos is omdat er zoveel bomen staan. Maar dat klopt niet helemaal. Sterker nog. Bomen zijn ver in de minderheid in een bos. Bomen zijn dan wel kenmerkend voor een bos en je kunt ze nauwelijks over het hoofd zien, maar ze zijn in de de minderheid. In een bos bevinden zich talloze kleine organismen (zoals pissebedden, kevertjes, spinnetjes enzovoort). Die kun je nog zien met het blote oog of met een vergrootglas.

Maar er zijn nog veel meer, nog kleinere levensvormen die je niet of nauwelijks met het blote oog kunt zien. Duizenden soorten aaltjes, wormpjes, larven en andere bodemdiertjes zoals mijten, springstaartjes, insecten en hun larven en pissebedden lopen, klimmen en friemelen hier vrolijk rond. Verder zijn er nog nematoden, aaltjes en schimmels die onder de grond wonen.

Nog kleinere beestjes

Zoomen we in op een nog kleiner niveau, dan zien we een soort 'bos' met heel andere levensvormen; bacteriën. Eén gram gezonde bosbodem bevat grof geschat zo'n 16.000 soorten bacteriën, het totale aantal zit ergens tussen de 1 tot 5 miljard bacteriën. Ze zijn onzichtbaar voor het blote oog, maar ze hebben een enorme invloed op de gezondheid van de bodem en de planten die erin groeien. Sterker nog, dankzij al deze kleine helpers blijft het bos vitaal. Ze spelen vooral een rol bij de recycling van dood hout, wat dan weer voedsel voor andere organismen vormt, waarmee de cyclus opnieuw begint.

Pissebedden

Ze zien er best leuk uit, ondanks hun ongelukkige naam. Vaak denken mensen dat pissebedden ook insecten zijn. Maar nee, het is een oeroude groep kreeftachtigen, die heel lang geleden op het land zijn gaan leven en nu overal voorkomen. Ze moeten wel in een vochtige omgeving blijven, anders drogen ze uit.

Is het allemaal pais en vree? Nee (jonge lezertjes, kijk even niet...). Het bos is ook de plaats van 'eten en gegeten worden', dat is het vervelende van de natuur. Al die leuke reetjes, vogeltjes en minder leuke beestjes hebben honger en dan moeten ze toch wat eten...

Onmisbare Bodemhulpers

Kijk bij je volgende wandeling door het Woudhuis bos ook eens goed naar (en vooral onder) de bladlaag. Ga op de grond liggen om onder de hoed van een paddenstoel te kijken (spiegeltje mee is handiger) en verbaas je over het gekrioel in de bodem en wat er allemaal over de schors van een boom dribbelt, kruipt, glibbert en klautert.

Micro-organismen zijn onmisbaar voor de gezondheid van de bodem en de planten die daarin groeien. Ze verbeteren de bodemstructuur en bevorderen de groei van planten. De samenstelling van het bodemleven is verschillend per bodemsoort. Algemeen geldt dat hoe meer biodiversiteit er is, des te weerbaarder planten zijn tegen ziekten en schimmels.

Bacteriën in de bodem zijn de belangrijkste afbrekers. Zij zetten organisch materiaal om in simpele moleculen die door planten en dieren kunnen worden gebruikt. Dit afbraakproces is belangrijk voor de kringloop van voedingsstoffen, zodat mineralen zoals stikstof, fosfor en kalium (weer) beschikbaar komen voor planten.

Het geheime wapen van planten

Een bos is groen door de aanwezigheid van groene planten met bladeren en naalden. Vergeleken met onze zonnecollectoren zijn planten véél verder met het gebruik van zonne-energie dan wij mensen met onze zonnecollectoren. Planten gebruiken het molecuul chlorofyl, een oeroude geniale oplossing van de natuur om zonlicht heel efficiënt om te zetten in energie die planten gebruiken om te groeien. Dankzij datzelfde chlorofyl (dat dus ook in landbouwgewassen zit) kunnen wij plantaardig voedsel telen.

Goed nieuws tot slot

De Nederlandse bossen ondergingen afgelopen decennia flinke veranderingen. Er zijn nieuwe bossen aangelegd, vooral in de lagere gebieden van Nederland. In de hoger gelegen gebieden van Nederland worden de bossen gemiddeld ouder en ontstaat er meer variatie in opbouw en blijft er (met opzet) meer dood hout liggen. Veel ongemengd naaldbos wordt omgevormd naar een veel natuurlijker gemengd bos en loofbos. Hakhoutbossen, die ooit het grootste deel van het Nederlandse bosareaal uitmaakten, zijn nu bijna verdwenen en vaak verwilderd en dichtgegroeid.

En dat allemaal zonder managers...

Het mooiste van een bos vind ik dat alle processen van groei, afbraak, samenwerking, hergebruik van grondstoffen, de aanpassingen van organismen aan het weer en het klimaat... vrijwel volledig plaatsvinden zonder menselijk ingrijpen, jaarplannen, consultants, overheidsregels, checklists, vergaderingen, actieplannen en scenario's. Kapotte bruggetjes en bomen die op omvallen staan? Ja, dáár kan de mens voor in actie komen.

Steeds meer mensen begrijpen hoe belangrijk bossen zijn. We mogen blij zijn dat vlak bij ons in de buurt een mooi, gevarieerd, gratis en goed onderhouden bos ligt. Houden zo. En vooral, geniet ervan!

Tip! meld je aan voor een wandeling bij (en over) het onzichtbare bos.nl

Bronnen: Wikipedia

<https://www.eurofins-agro.com/nl-nl/bodemlevenmonitor>



Irene Ambagtsheer

Colofon Wijkkijker en Wijkraad

De Wijkkijker wordt gefinancierd uit subsidie en de advertentie-verkoop. Voor de productie van ons wijkblad is dit echter niet altijd dekkend. Wij vragen daarom sinds drie jaar aan onze wijkbewoners om een vrijwillige bijdrage. Iedere donatie ter ondersteuning van de Wijkkijkerproductie is van harte welkom.

Maak een bedrag naar keuze over naar de Wijkkijkerrekening bij de Wijkraad Osseveld-Woudhuis via:
NL10 RABO 0393 2530 07 t.a.v. Vrienden van de Wijkkijker 2026
of scan de QR code hieronder met je smartphone en doneer 5 euro. Zo blijft de Wijkkijker in het zadel. Dankjewel!



Vrienden van de Wijkkijker

De Wijkkijker is het wijkblad voor de wijk Osseveld-Woudhuis. De Wijkkijker wordt geschreven door en voor bewoners.

Bijdragen in de Wijkkijker worden op vrijwillige basis geschreven door redactieleden, de wijkraad, wijkbewoners en door relaties van de wijkraad/Wijkkijker.

Betaalde bijdragen zijn herkenbaar als advertorial of als advertentie. De redactie kan ingezonden kopij inkorten of weigeren. De Wijkkijker wordt in 2026 tweemaal uitgegeven in een oplage van 5800 stuks en wordt gratis huis-aan-huis verspreid.

Digitaal teruglezen?
www.osseveld-woudhuis.nl/wijkkijker
Advertentie plaatsen?
wendy@legriep.nl

Wijkraad Osseveld-Woudhuis

Inloop: iedere tweede maandag van de maand in Het Bolwerk, 19.30-20.00 uur. Stuur een mail naar bestuur@osseveld-woudhuis.nl wanneer je naar het inloopsprekuren wenst te komen.

Website www.osseveld-woudhuis.nl / **facebook** osseveld-woudhuis
Bestuur: Jelmar Blauw (voorzitter), Durk Tuinier (penningmeester), Rietje Licht (secretaris), Egbert Douma en Gerrit Dalhuisen (openbaar domein), Elly Bosma (sociaal domein) en Bas Barendregt (algemeen bestuurslid).

Wij zoeken nog nieuwe vrijwilligers voor ons bestuur. Wellicht iets voor jou? Mail ons! bestuur@osseveld-woudhuis.nl

Verslaggevers: Hans Verbeek, Theo Groen, Wendy Le Griep, Marianne Hutters-Dijkhuizen, Ilse Langevoort, Roely Smit en Joke van der Linden.

Vacatures: er is altijd plek bij de redactie voor nieuwe (freelance) verslaggevers.

Tegenlezers: Marcia van Aarsen, Pieter Verdoorn, Linda Brouwer en Gerard Fritz.

Fotografen Bart van Uitert, Pieter Verdoorn, Rinus Groen, en Wendy Le Griep

Eindredactie Wendy Le Griep
Opmaak Wendy Le Griep
Cover foto Wendy Le Griep
Drukwerk Elwi Press
Kopij sluiting 1 oktober 2026
Contact wendy@legriep.nl of bestuur@osseveld-woudhuis.nl

Nieuws van Basisschool Regenboog Woudhuis

Burgerschapsonderwijs & Klusklas leert én verbindt

Op basisschool De Regenboog Woudhuis hebben we het afgelopen jaar gewerkt aan een nieuwe invulling van ons burgerschapsonderwijs. In samenwerking met Stichting Stimenz en woonzorgcentrum Talma Borgh wilden we meer verbinding creëren tussen onze leerlingen, buurtbewoners en de bewoners van Talma Borgh. Daarom organiseerden we diverse activiteiten die aansloten bij de thema's waar de leerlingen op dat moment mee bezig waren.

Door deze activiteiten kwamen leerlingen in echte situaties terecht waarin zij hun sociale vaardigheden oefenden en leerden omgaan met verschillende volwassenen. Voor buurtbewoners en ouders waren deze ontmoetingen waardevolle momenten van contact en herkenning.

In januari hielden we op school een nieuwjaarsbijeenkomst voor buurtbewoners en de bewoners van Talma Borgh, waarvoor de leerlingen van groep 4 uitnodigingen maakten en zelf aanwezig waren. Groep 4 heeft samen met bewoners van het zorgcentrum een pannenkoekenlunch gehad. Voor de groepen 6, 7 en 8 organiseerden we kook- en bakactiviteiten in de grote hal van Talma Borgh, passend bij het thema "Wereldrestaurant".

Met hulp van enkele vrijwilligers van Stimenz maakten de kinderen gerechten uit verschillende werelddelen. Bewoners van Talma Borgh sloten zich hierbij aan, en de leerlingen deelden hun hapjes rond door het hele gebouw.

Het was prachtig om te zien hoe jong en oud elkaar op deze manier weet te vinden en versterken.

De klusklas van onze school heeft ook een leuke samenwerking gehad met Talma Borgh. In de KlusKlas gaat het om praktisch werken aan projecten zoals moestuin, houtbewerking en dienstverlening. Afgelopen winter bezocht een groep van 6 leerlingen op donderdagmiddagen het zorgcentrum om daar met bewoners te lunchen. Een project als dit sluit ook mooi aan bij het belang van goed burgerschap in het basisonderwijs; samen leren, respectvol omgaan met anderen en betrokken zijn bij de omgeving. De kinderen leerden gesprekken voeren, helpen en samenwerken.

Na afloop van de lunch hielpen zij met opruimen en kregen zo een kijkje achter de schermen. **Een waardevol project voor jong en oud, waarin leren en verbinden samenkomen.**

Tekst en foto: Basisschool Regenboog Woudhuis



Vrijwilligers; bedankt voor het zwerfafval opruimen! Meer weten? Check ZeroWasteApeldoorn.nl



Welkom in de wijk: Timo & Mats, Jasmijn, Fenne, Marie en Lieke



Foto's: Rinus Groen en WM Le Griep



Wijkagenda Osseveld-Woudhuis

Maandag

CODA Jeugd- en Buurtbibliotheek

14:00 - 17:00 uur
PCBO De Regenboog
Keerkring 70
www.coda-apeldoorn.nl

Circus Apeldoorn

Gymzaal de Keerkring
19:00-21:30 uur
training voor volwassenen
info@circusapeldoorn.nl
www.circusapeldoorn.nl

Pop & Rockkoor

20:00 uur repetitie
jennifer@popenrockkoor.nl
www.poprockkoor.nl
0341-432 002

Zumba les voor iedereen

Gymzaal Aristotelesstraat 601
20:00-21:00 uur
Jolandabaila@outlook.com
06-42510313

Volleybal

20:00-21:30 uur
Sporthal Fortlaan
Frank van Gerven
16frankvangerven@gmail.com

Dinsdag

Circus Apeldoorn

Gymzaal de Keerkring
15:30-17:00 uur
Training kinderen 7+
info@circusapeldoorn.nl
www.circusapeldoorn.nl



Patrick Rodink

Woensdag

CODA Jeugd- en Buurtbibliotheek

10:30 - 17:00 uur/Keerkring 70
PCBO De Regenboog
www.coda-apeldoorn.nl

Markt

13:30 -18:00, uur winkelcentrum
t Fort Osseveld-Oost

Repair Café Talma Borgh

In de even weken op woensdag,
14:00-16:00 uur, in de Vide,
informatie via Ab Oosterhuis,
06-10559568 of Robbin Pieterse
welzijnsteam via 055-3683683
(receptie)

Musical groep Colours

19:30- 22:00 uur/Het Bolwerk
bestuur@musicalgroepcolours.nl
coloursbestuur@gmail.com
www.musicalgroepcolours.nl

Hardlooptgroep Woudlopers

Intervaltraining 19:00 uur
Alle leeftijden en loopniveau's
Verzamelen bij de poort aan de
Lupineweg-Woudhuizerallee
Rinus Groen rin.groen@planet.nl

Wijk-ommetje vanaf Talma Borgh

19:30-20:30 uur, gratis,
geen aanmelding nodig

Donderdag

Ontmoetingsochtend voor de wijk, in Talma Borgh

Aanvang 10:00 uur

Gespreksgroep-studiekring

Oneven weken op donderdag
14:00-16:00 in Het Bolwerk
Henk Aartsen/06-12244714
henkaartsen@gmail.com

Zumba Circl Mobility

20:00-20:45 gymzaal
Aristotelesstraat 601
€ 4,25 per les
Jolanda 06-42510313
jolandfabaila@outlook.com

Vrijdag

CODA Jeugd- en Buurtbibliotheek

14:00-17:00 / Keerkring 70
PCBO De Regenboog
educatie@coda-apeldoorn.nl

Muziekensemble 'En Suite'

Repetities 19:30-21:30 uur
Het Bolwerk
www.ensemble-ensuite.nl

Scouting Marca Appoldro

Pro-Scouts (13-15 jaar)
19:00-21:00 uur
Explorers (16-18 jaar)
19:00-21:00 uur
www.scoutinggroep.com

Inloopcafé Denksportcentrum

vanaf 13:00 uur
Sleutelbloemstraat 22A
denksportapeldoornnoord.nl
klaverjassen, sjoelen, bridge,
dammen, schaken e.d.



Peter Lindeboom



WM Le Griep

Zaterdag

Scouting Marca Appoldro

Bever (4-6 jaar) 10:00-12:00
Welpen (7-9 jaar) 10:00-12:00
Scouts (10-12 jaar) 10:00-12:00
Blauwe Vogels* (7-15 jaar)
13:00-16:00 / *1x per 3 weken
www.scoutinggroep.com

Circus Apeldoorn

Gymzaal de Keerkring
09:30-10:30 uur
training voor 4-6 jaar
met ouders erbij
10:30-12:00 uur
kinderen 7-12 jaar
info@circusapeldoorn.nl
www.circusapeldoorn.nl

Zwerfafval opruimacties

ZeroWaste Apeldoorn
Elke derde zaterdag 10:00-12:00
Info via Michel Buitenhuis
m.buitenhuis11@gmail.com

Zondag

Hardlooptgroep Woudlopers

Intervaltraining 09:30 uur
Start aan 'de poort' aan de
Lupineweg/Woudhuizerallee
Rinus Groen
rin.groen@planet.nl

Basisontmoetingsplek Talma Borgh

Talma Borgh biedt bewoners en bezoekers een divers aanbod aan activiteiten. Of het nu gaat om creatieve bezigheden, beweging of gezelschapsspellen, er is voor iedereen wat wils.

Samen stellen we een programma op dat goed aansluit bij wat men wil en kan doen, met de vrijheid zelf je/uw dag in te vullen. Ons motto blijft daarbij altijd: **een leuke dag!**

Het programma vindt u op <https://buurtwijzer.samen055.nl> of ligt voor u klaar bij de receptie van Talma Borgh.

De koffie staat binnen altijd klaar, dus wees welkom.

Donderdagochtend 10:00 uur is een inlooptmoment voor wijkbewoners met koffie en een praatje.

Ook vanuit Stimenz vinden activiteiten plaats binnen Talma Borgh, hieronder zijn er twee uitgelicht.

Computerondersteuning bij Talma Borgh

Vind je het soms ook lastig om te gaan met de laptop, computer, mobiele telefoon en/of tablet? Kom dan gerust eens langs bij de computerondersteuning. Vrijwilligster José is elke woensdagmorgen aanwezig (doch uitsluitend op afspraak) om je te helpen bij vragen op digitaal gebied.

Ondersteuning is voor iedereen gratis en je kunt je aan- of afmelden via de receptie van Talma Borgh op 055-3683683, Fortlaan 47 in Apeldoorn (naast station Osseveld).

Zoek je nog andere activiteiten? Kijk dan vooral op: buurtwijzer.samen055.nl.

Cursus 'speksteen bewerken' bij Talma Borgh

Vind je het leuk om samen met anderen te werken aan je eigen gekozen ontwerp? Kom dan naar de cursus speksteen bewerken. Speksteen is een hele zachte steen en is gemakkelijk te bewerken. Je gaat jouw gekozen steen bewerken met rasp, vijl en schuurpapier. Het is niet erg zwaar om te doen.

Docente bij Stimenz, Ingrid Sol, begeleidt je binnen een groep van ongeveer 8 cursisten. Elkaar ontmoeten en creatief bezig zijn, staan centraal tijdens de cursus.

In oktober (na de herfstvakantie) starten we met de cursus. Ieder half jaar vindt er een cursusronde plaats van 12 tot 15 lessen.

Informatie en aanmelden
Femke den Outer / 06-82062704
f.denouter@stimenz.nl
€ 8,- per les exclusief materiaal, donderdagmiddag, 14:00-16:00

Tot ziens aan de Fortlaan 47 in Apeldoorn. Kijk voor meer activiteiten van Talma Borgh en Stimenz op:

buurtwijzer.samen055.nl



Patrick Rodink

TWEE NIEUWE OPTICIEN(TJE)S OP KOMST!

Dus we bekijken het even anders.



Jessica & Eline zijn in blijde verwachting. Fantastisch nieuws natuurlijk!

Daardoor zijn we voorlopig met twee collega's minder in de winkel.
Dat kun je soms ook merken.

**Soms iets drukker, wellicht wat langer wachten.
Want we nemen nog steeds alle tijd voor je.**

Goed kijken, luisteren en adviseren...
daarop is onze blik niet veranderd.

**We vragen de komende tijd iets extra's van je...
een klein beetje geduld 😊**



Linie 385 | 7325 DT Apeldoorn | 055-3010720
info@vanwamelenoptiek.nl | www.vanwamelenoptiek.nl