



# BUURTKRANT VOOR EN DOOR FILMWIJKERS

## Bonte schilderijen en vakantiepret

## Film kijken in het park



### voorwoord

### Lintjesregen

## Zomer in Filmwijk

*Mijn man heeft mij ingeruild. Ik voel mij belazerd. Hij zegt wel dat 'ie tevreden was met mij, echter Truus kan het beter. En helaas moet ik dat beamen na 500 kilometer... Inmiddels zit ik zelf achter het stuur en heb het stemgeluid van Truus omgezet naar een heerlijke mannenstem die ik in gedachten de naam Juan heb meegegeven. Onze navigatie brengt ons overal. Ik kan toch een nadeeltje ontdekken, door Juan heeft de bijrijder niets meer te doen, ik weet niet hoe menig man hier mee omgaat, de mijne gaat zich stierlijk vervelen. Hij pakt dan de handleiding van de auto uit het dashboardkastje en gaat die lezen. Dat is nog niet zo erg, totdat hij alles gaat uitproberen. Voor mij zie ik dan ineens allerlei lichtjes en waarschuwingslampjes knipperen. Dat kan natuurlijk niet lang goed gaan en twee jaar geleden heb ik maatregelen genomen.*

*Ik heb een portable DVD speler voor in de auto aangeschaft. Met twee schermen, dan hebben de kinderen er ook wat aan. Al het gezeur over 'vroeger hadden wij kinderen dat niet en ook wij kwamen in Spanje aan' werd door mijn man snel afgedaan met 'vroeger hoefde je ook niet in allerlei stoeltjes vastgesnoerd de weg op en kon je languit op de achterbank pitten'. Kortom voor alle partijen een ideale oplossing, tot deze zomer dan.*

*De jongste wil nu ook meekijken en beide schermen moeten naar de achterbank.*

*Gelukkig hebben we de filmwijkkrant, ook deze gaat mee. Mooier dan ooit, het team is namelijk versterkt met de vormgevers Marjan Born en Lucien Tull. Geniet van deze krant op uw vakantiebestemming of gewoon lekker met een glaasje wit in de achtertuin. Een fijne vakantie als u nog gaat en in elk geval een mooie zomer toegewenst!*

**Mariëlle Tiehuis**



## Beroepen in de wijk



**Shiatsu en meridianenleer:** rust op het principe van drukpunten en meridianen, die ook in de acupunctuur gebruikt worden. Tussen bepaalde punten in het lichaam, de drukpunten, kun je een lijn trekken, de meridiaan. Door technieken gebaseerd op massage en mobilisatie van het lichaam, wordt gewerkt aan een optimale circulatie. Eigenlijk gaat het bij een Shiatsu-behandeling om het rekken en strekken van het lichaam en de meridianen.

**Do-in:** meridiaanstrekking door middel van oefeningen. De oefeningen komen gedeeltelijk overeen met yoga-oefeningen.

**Zazen meditatie:** de beoefening van de zitmeditatie. 'Za' betekent zitten, 'zen' betekent concentratie, begrijpen. De meditatie is gericht op terugkeren naar jezelf en tot rust komen.

Matthijs van Brakel is Shiatsu therapeut en geeft les in Do-in, Zazen en de Japanse taal. Zijn praktijk bevindt zich aan de Joris Ivenslaan 115 in Almere. Hij is vanaf 16:30 uur telefonisch bereikbaar onder nummer 06-33770706.

Tekst: Susan Cloesmeyer  
Foto: Lucien Tull

# Shiatsu is meer dan alleen massage

**Hij begint de dag met een half uur Zazen meditatie, gevolgd door een uur Do-in, een soort yoga. "Het werk is fysiek zwaar, dus ik moet ook aan mezelf werken", vertelt Matthijs van Brakel. Zijn Shiatsu-praktijk in de Filmwijk bestaat nu een jaar. Het mooie aan zijn vak? "Dat ik mensen kan helpen zich bewust te worden van hun eigen lichaam en daardoor hun welzijn kan vergroten."**

Shiatsu maakt mensen bewust van hun lichaam. Matthijs: "Een goed voorbeeld is een mevrouw met een heupprothese die via het ziekenhuis bij mij terecht kwam. Iemand die net een prothese heeft, is vaak heel voorzichtig met bewegen. Ze hebben geen idee wat wel en niet mogelijk is. Hier op de mat in mijn praktijk kan ik mensen stukje bij beetje laten voelen hoe ze met een prothese kunnen bewegen. Deze mevrouw voelde zich na enkele behandelingen al een stuk zekerder met haar prothese."

Matthijs vervolgt: "Er is een Japans spreekwoord: 'Als je iets duizend keer doet, dan weet je wat het bewerkstelligt'. Wij willen vaak weten waarom of hoe iets werkt. Ik zeg: doe het maar gewoon, dan komt vanzelf de dag dat je weet waarom. Ik laat mensen bewust worden van hun lichaam door het ervaren van bepaalde bewegingen."

### Aanraking

Het begon allemaal toen Matthijs op zijn zesde oosterse vechtsport ging beoefenen. Hij raakte hier zo van in de ban dat hij op zijn 27<sup>e</sup> besloot naar Japan te vertrekken. Acht jaar lang heeft hij daar gewoond en zich intensief met de vechtsport, de Japanse taal en cultuur beziggehouden. Ook is hij daar met de oude massagevormen in aanraking gekomen.

De manier waarop mensen in Japan met elkaar omgaan, is volgens Matthijs heel anders dan hier in Nederland. Hij legt uit: "Aanraking en massage zijn in Japan onderdeel van het dagelijkse leven. Na een karate- of Aikidotraining krijg je daar bijvoorbeeld standaard les in massage. Of als je ergens op visite bent en zegt dat je last van je schouder hebt, begint er gelijk iemand te masseren. Het gaat er dan niet eens om hoe ze het doen, alleen de aandacht en het op gang brengen van de circulatie zal al een groot deel van de klacht wegnemen. In dat opzicht is het gewoon een heel andere cultuur. In Japan is het de gewoonste zaak van de wereld om even preventief je gewrichten los te maken door met je arm te draaien. Hier zullen mensen naar je kijken en vragen of je last hebt van je arm."

### Shiatsu opleiding

Eenmaal terug in Nederland en een schat aan ervaring rijker, volgde Matthijs de vierjarige beroepsopleiding voor Shiatsu in Amsterdam. Deze studie richt zich in eerste instantie op Shiatsu en de meridianenleer (zie kader), met daarnaast westerse geneeskunde, waar vakken als anatomie, fysiologie en pathologie deel van uitmaken.

Door deze studie mag Matthijs als therapeut optreden en diagnoses stellen. Hiervoor

hanteert hij verschillende methoden. Eén daarvan is de buikdiagnose. "Een gespannen maag houdt vaak verband met hoofdpijn of als de hoofdpijn meer aan de zijkant zit, kan dat duiden op een storing in de leverfunctie. Soms moet je mensen doorverwijzen naar een arts of specialist, dat doe ik dan natuurlijk ook."

### Shiatsu als preventief middel

Mensen komen bij hem met verschillende klachten: veel nek en schouderklachten maar ook hoofdpijn, spijsvertering - en gewrichtsklachten. Matthijs vertelt: "Gewrichten kunnen gaan vastzitten als mensen teveel in één houding zitten. Als je dan een been pakt en voorzichtig gaat mobiliseren, kun je weer ruimte maken in het gewricht waardoor je meer circulatie krijgt. En meer circulatie betekent meer welzijn en dat is precies wat we willen. Veel mensen blijven bij me komen, ook nadat de klacht is verholpen. Shiatsu is natuurlijk ook prima als preventief middel, om klachten te voorkomen en je welzijn te vergroten. Hier is ook de bedrijfsmassage die ik bij enkele bedrijven geef, op gericht. Maar ik blijf natuurlijk therapeut dus ik herken soms aandoeningen. Dan kan ik mensen adviseren of er in een volgende behandeling op inspelen."

### Shiatsu-school

Zijn droom voor de toekomst is een Shiatsu-school op te richten. "Een soort sportschool waar je kunt binnenlopen voor bijvoorbeeld meditatie, Do-in of Shiatsu. Een laagdrempelige school voor jong en oud waar alles wat gerelateerd is aan Shiatsu, lichaamsbewustzijn of oosterse vechtsporten aan bod komt. Shiatsu is tenslotte meer dan alleen massage."



## Het heerlijke lentefestijn

Tekst en Foto's: Mariëlle Tiehuis

**De Stichting Kunstkring Filmwijk organiseerde voor het eerst**

**"Het heerlijke lentefestijn". Vanaf twee uur 's middags werden verschillende kinderfilms vertoond in speciale minibioscopen. Daarnaast waren er tal van andere activiteiten: live optredens van Almeerse bands en de Nederlands Kampioen Palingroken Cor Jansen. Het Heerlijk Lentefestijn werd afgesloten met de vertoning van de film 'Le Fils de l'épicier' in de openlucht.**

David en Angelique uit Kruidenwijk genieten met de kinderen van het festijn: "vorige week kregen we bij het stoomfestival een flyer. We hebben de picknickmand met zelfgemaakte hapjes en drankjes meegenomen en genieten van het heerlijke weer en de kinderen van de speelkussens en trommelsessies. Tegen een uur of 5 zijn we weggegaan met de kids om samen met zijn tweetjes uit eten te gaan. Helaas was het toen al negen uur toen we bij de chinees betrokken en waren we zo rozig van de middag in de zon, dat we niet meer naar de film maar naar huis zijn gegaan. We zouden waarschijnlijk

halverwege in slaap zijn gevallen. De kinderen vonden de middag leuk, zelf hadden we iets meer mensen en activiteiten, live muziek of kraampjes verwacht. Misschien een volgende keer wel de film in de buitenlucht.

Manuel: "Ik werk hier als vrijwilliger, voornamelijk bij de opbouw en het afbreken, tussendoor kan ik heerlijk met mijn vrouw en kinderen genieten. Ik heb echt genoten van de jazzband, die was echt goed. Mensen die langsreden stopte zelfs en bleven hangen. Het is heel apart om buiten een film te kijken."

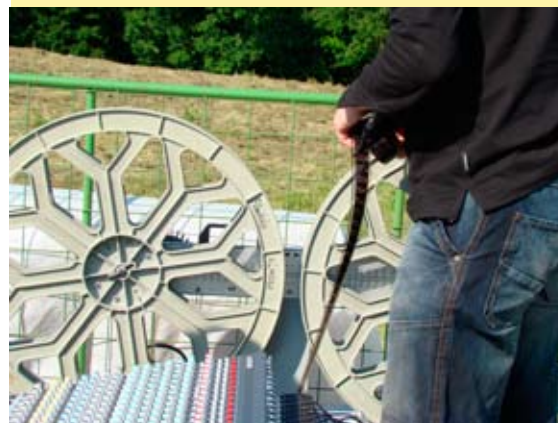
Iedereen kon meedoen aan deze workshop.



De Nederlands Kampioen Palingroken Cor Jansen. Hij werd in 2008 voor de tweede keer Nederlands Kampioen Palingroken. Hij rookte op ambachtelijke wijze paling en zalm. Bezoekers konden deze proeven en kopen.



Drie vrachtwagens waren omgebouwd tot minibioscopen waarin Kinderen naar films konden kijken.



## ZOMER IN FILMWIJK



Foto's: Marc Puijk





**www.gevelbescherming.nl**

*De Gevelbeschermer*

- gevelreiniging
- stralen
- repareren
- voegenhakken//slijpen
- voegen
- impregneren
- coaten// schilderen
- grafity verwijderen
- glaspolijsten
- mos en algenbestrijden
- klimpot verwijderen
- glazenwasserij

**06 14628833**



**UTOPOLIS**  
movies, moments & more!

**EXTRA VOORDELIG NAAR DE FILM?**

.....Met ruim 20% korting

betaalt je nu slechts € 7,00 voor je bioscoopkaartje!  
Zoveel voordeel heeft de filmknipcard.  
Met deze kaart waarvoor je eenmalig € 35,00 betaalt, kan je vijf maal van een fantastische film genieten in één van onze Utopolis bioscopen.  
De kaart is iedere dag geldig en op elk tijdstip.

*Alleen in Utopolis Almere:*  
~ haarscherp beeld  
~ 24.000 watt digitaal geluid (THX)  
~ meest comfortabele stoelen

De FilmKnipCard is persoonsgebonden en verkrijgbaar aan de kassa van de bioscoop.

**filmKNIPcard** UTOPOLIS

[www.utopolis.com](http://www.utopolis.com)

**movies moments & more**

FORUM 16, 1315 TH ALMERE 036-5300063

*Wendy's*  
**Hairfashion**

**Woensdag kinderknipdag**

Kinderen t/m 10 jaar normaal € 11,50 **Woensdag € 10,-**  
Kinderen t/m 15 jaar normaal € 14,50 **Woensdag € 13,-**

Wassen/knippen voor dames en heren € 17,50

**Nieuw: Knipkaart!**

**Openingstijden:**

|     |                   |      |                   |
|-----|-------------------|------|-------------------|
| ma  | <b>Gesloten</b>   | do   | 09.00 - 17.30 uur |
| di  | 09.00 - 17.30 uur | vrij | 09.00 - 17.30 uur |
| woe | 09.00 - 20.30 uur | za   | 08.30 - 16.00 uur |

(Met en zonder afspraak)

David Nivenweg 2 - 1325 KE Almere - 036-5497800

**FIETS PLUS**

BATAVUS  
GAZELLE  
LOEKIE  
UNION  
ONDERDELEN  
BEDRIJFSFIETSEN  
REPARATIES

**OVERDEVEST FIETSPLUS**

**Boomgaardweg 1 1326 CS Almere**

**036-5409040**

Open: ma t/m vr. 8-18 uur, za. 17 uur  
Donderdag koopavond

Voor ziekenfonds & particulier verzekerden

**Meijer Orthopedie**

SINDS 1938

- Pro- en orthesen
- Borstprothesen
- Inlays
- Elastische kousen
- Corsetten
- (Sport) bandages
- Revalidatie-artikelen
- Verhuur rolstoel en loophulpmiddelen

**Amsterdam**  
1e Constantijn Huygensstraat 68  
020 - 618 05 55

**Almere-Haven**  
na telefonische afspraak  
036 - 531 54 14

**Hilversum**  
Gijsbrecht van Amstelstraat 25f  
035 - 624 30 01

**Bussum**  
Brinklaan 26  
035 - 693 62 38

**Almere-Stad**  
na telefonische afspraak  
036 - 535 76 00

**Soest**  
Middelwijkstraat 29  
035 - 582 67 27

**Hilversum**  
Locatie Ziekenhuis  
035 - 647 13 22

**www.meijerorthopedie.nl**

Schoonheidssalon  
**Source Esthétique**

**Schoonheidssalon Source Esthetique**  
voor de totale huidverzorging  
ANBOS lid

Depositaire: Thalgo - Algologie - Philo-Derm

- Alle gezichts- en lichaamsbehandelingen
- Visagie/make-up
- Bruidsarrangementen
- Anti-aging behandelingen
- Microdermabrasie
- Behandeling van de diverse huidproblemen zoals: acné, littekens, pigmentstoringen

Druivenstraat 9 • 1326 HE Almere • (036) 5302604  
[www.source-esthetique.nl](http://www.source-esthetique.nl)

**Bijles aan kinderen**  
en Nederlandse les aan volwassenen

**Elseline Njio-Bossers**  
lerares basisonderwijs

James Stewartstraat 256  
1325 JN Almere  
06-17829936  
036-5452795  
[elselinenjio@gmail.com](mailto:elselinenjio@gmail.com)

nr.kvk: 32145767

**Integrale Massagetherapie**

*Marijke Huiberts*

Moe van lichamelijke klachten, zoals hoofdpijn, nek- en schouderklachten, maag- en darmklachten, of menstruatiestoornissen ...

Last van spanningen die maar niet willen verdwijnen ...

Besta je alleen uit een denkhoofd en wil je je lichaam weer voelen ...

Of wil je jezelf eens trakteren op een ontspannende massage ...

**Integrale Massagetherapie is dan een mogelijkheid.**

*Simon van Collemstraat 90,  
1325 NC Almere (Filmwijk)  
telefoon 036 - 5376819*

# ANDREJ ROEBLOV VAN TARKOVSKI

MIJN FILM

In de rubriek 'mijn film' vertellen lezers over hun lievelingsfilm.  
Dit keer is het de beurt aan Simone Kamp.

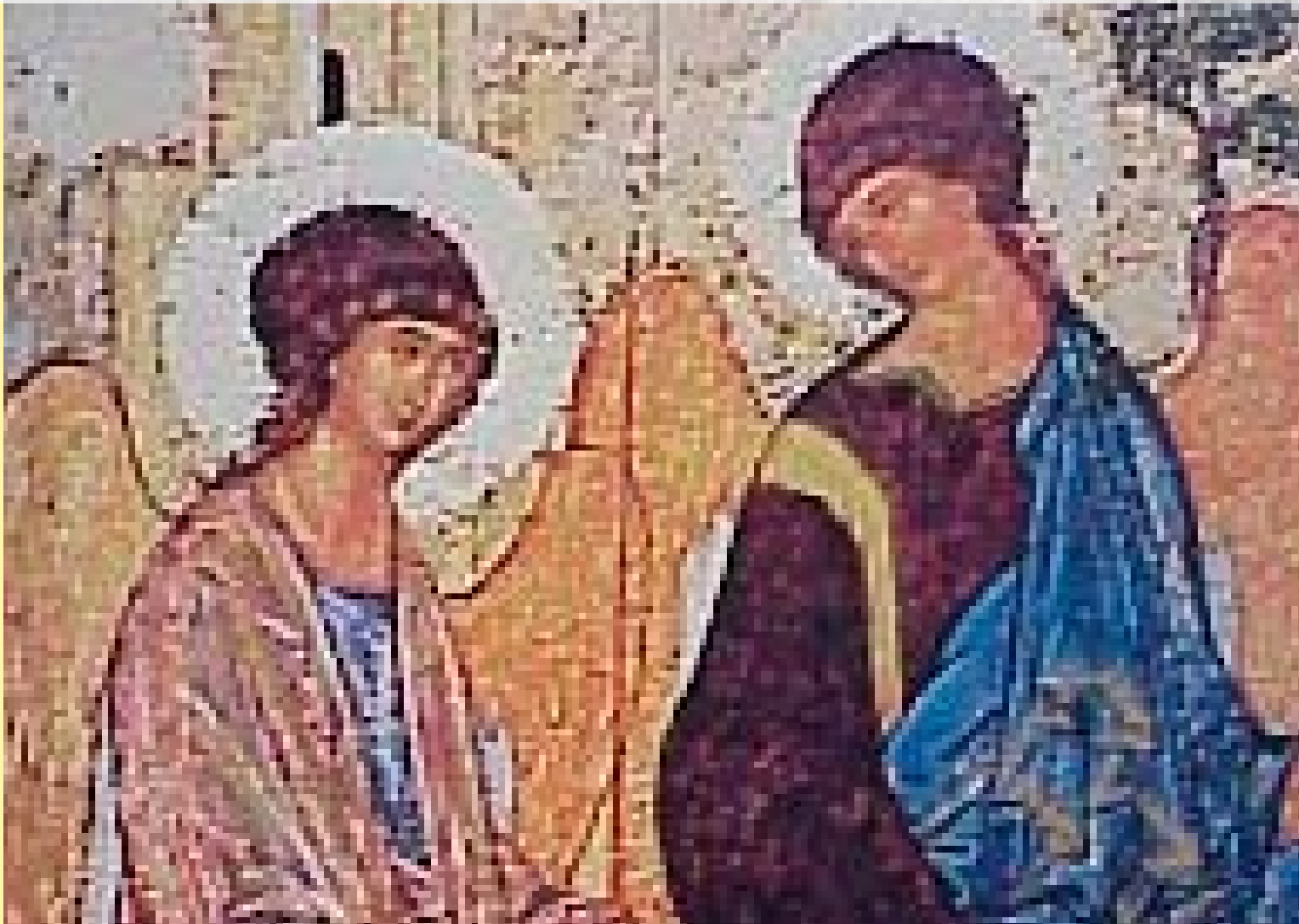


Foto: Marc Puijk

Simone Kamp uit de Fassbinderstraat stuurde ons haar verhaal over haar favoriete film en het waarom.

Simone: "Mijn favoriete film is favoriet niet alleen vanwege de film, maar ook vanwege de context waarin hij is gezien. Ik zag hem in het - toen nog - nieuwe filmhuis in Eindhoven, Plaza Futura, met mijn nieuwe vriendje die op zondagmiddag speciaal daarvoor langskwam. Hij nam zijn beste vriend mee, een Rus die de film ook heel graag wilde zien.

Het was de eerste film in de Tarkovski cyclus in Eindhoven die toen in diverse filmhuizen draaide. Zwart wit, abstract, dromerig en tegelijkertijd aards en in een onbekende taal. De film speelt aan het einde van de middeleeuwen en begint met het beeld van een man die aan een opbollend doek de lucht in stijgt. De film gaat over rondtrekkende monniken/kunstenaars die meewerken aan de bouw van kerken. Een tijd met een aardse ambachtelijke esthetiek.

De hoofdpersoon is Andrej Roeblov die zijn kunstenaarschap als iconenschilder ontdekt en ontwikkelt. De tijden waren toen zo anders dan nu. Er was een vrijheid die wij niet meer kennen en daardoor ook een onzekerheid die

wij niet meer kennen. Het feit dat je onbekend kunt zijn, dat je ooit bestaan hebt onbekend kan zijn, dat je onderweg vermoordt of opgegeten kunt worden en dan voor eeuwig onvindbaar bent. Dat je je leven in de handen van God en je van Godgegeven talent legt: iets dat je draagt en dat je daardoor voortleeft. Dat je je individueel uitdrukt als kunstenaar en tegelijkertijd een onderdeel van het collectief bent dat de kerk bouwt zijn. Een collectief bezield door iets gemeenschappelijks. Maar als de kerk klaar is, valt het collectief uit elkaar valt en trekt iedereen verder: zonder aards bezit, zonder huis, zonder gezin of familie.

Aan het einde van de film wordt er een kerkbel gegoten, zo groot als een mens, van dik zwaar metaal. Op de een of andere manier was dat heel erg spannend verfilmd. Zou de bel wel goed zijn? Het was een heel zwaar fysiek proces met een heleboel mensen die eraan werken. De bel is perfect. Andrej trekt verder aan het einde van de film, maar waarheen is niet duidelijk. Het eindigt in kleur. Met de kleuren van de iconen van Andrej Roeblov. Die blijkbaar echt bestaan heeft...

Een bijzondere ervaring.

*De film is na voltooiing in 1966 in zijn vertoning gehinderd door het communistische regime. Zo is de oorspronkelijke versie van de film 205 minuten. Onder druk van de censuur is dit teruggebracht tot 186 minuten. Tarkovski heeft dit geweigerd en dit heeft het uitbrengen van de film met jaren vertraagd. Nadat hij uitgebracht werd is er geen promotie voor gemaakt maar is wel drukbezocht. Hij is ook twee keer opgevraagd voor het filmfestival in Cannes. Na het tweede verzoek mocht hij van het regime vertoond worden maar niet deelnemen aan de competitie. Desondanks heeft hij wel de prijs van aanwezige internationale filmcritici gewonnen.*

*In 1999 is een 'Directors cut' van de film uitgebracht. Een van Tarkovski's medewerkers had een versie van de originele uitvoering van 205 minuten jarenlang onder haar bed bewaard. (bron: Wikipedia.org)*





# DE WITTE OLIFANT MAAKT HET BONT

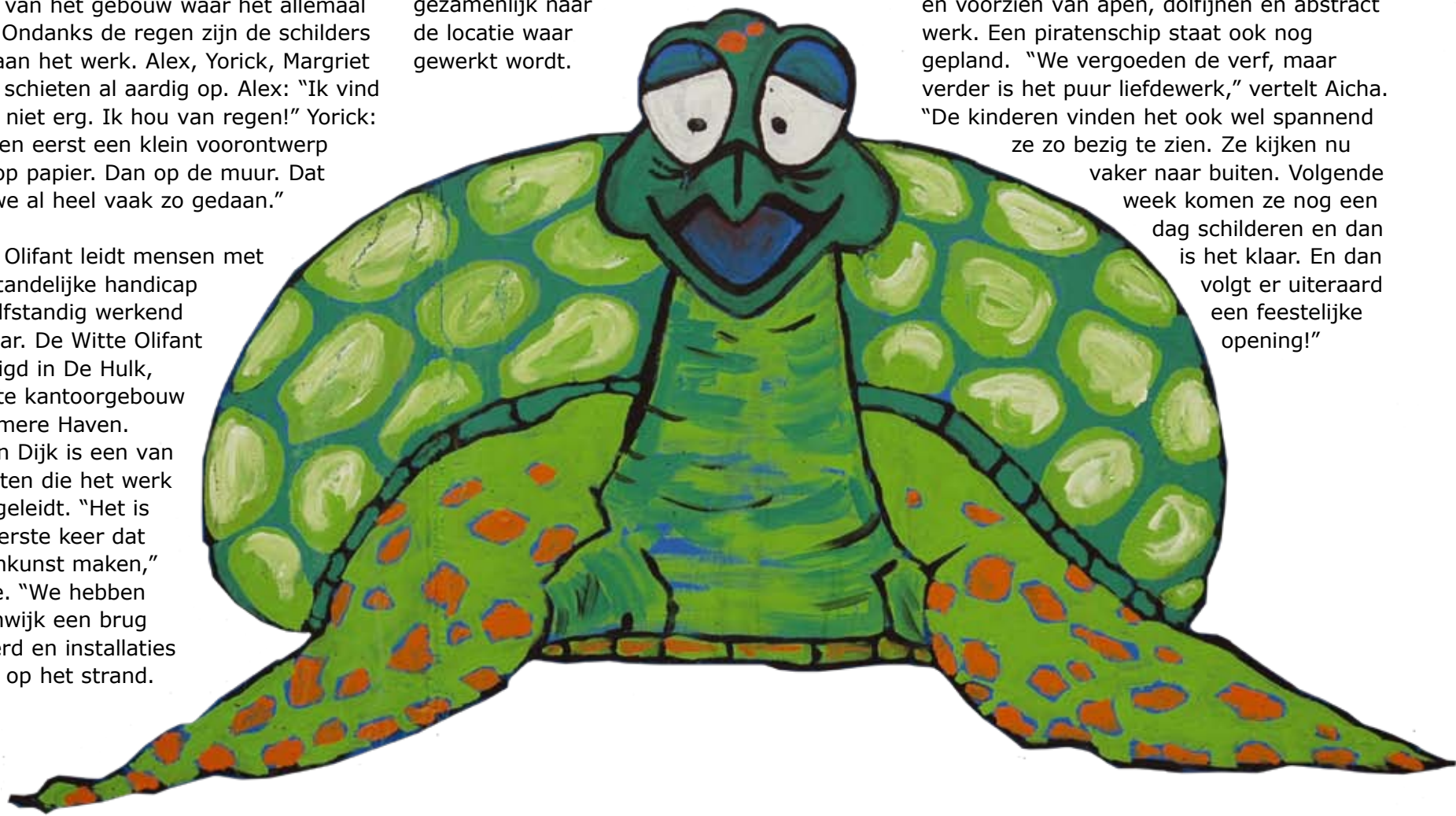
**De kinderen van UK Laterna hebben geluk. Het kinderdagverblijf ligt prachtig in het park, het gebouw is ruim en licht en de kinderen hebben er binnen en buiten alle ruimte. Bovendien zorgen de kunstenaars van de Witte Olifant voor een muurschildering van 25 meter lang en 1 meter hoog...**

Vestigingsmanager Aicha Bahara laat me binnen en neemt me mee naar de tafel in de hal waar de kunstenaars, gekleed in witte overall, net hun boterhammetjes op zitten te eten. De hal grenst aan de spannende, groene binnentuin. Via een van de babyruimtes kijk je op de muur aan de voorkant van het gebouw waar het allemaal gebeurt. Ondanks de regen zijn de schilders gewoon aan het werk. Alex, Yorick, Margriet en Ralph schieten al aardig op. Alex: "Ik vind de regen niet erg. Ik hou van regen!" Yorick: "We maken eerst een klein voorontwerp gewoon op papier. Dan op de muur. Dat hebben we al heel vaak zo gedaan."

We zijn zelfs op Aruba geweest en deze zomer gaan we naar Frankrijk. "Daar is het heel mooi," zegt Yorick. De kunstenaars komen elke dag naar de Hulk voor hun opleiding. Yorick woont in Dronten, Alex in het Paladijn in Buiten, Margriet en Ralph wonen in Stad. Vanuit De Hulk gaan ze dan gezamenlijk naar de locatie waar gewerkt wordt.

Aicha is blij met de kunstenaars. In januari begon ze als vestigingsmanager in het kinderdagverblijf en kreeg al snel het verzoek van een van de ouders 'eens iets aan die sombere muur te doen'. Die sombere muur is een muur van 25 meter lang en 1 meter hoog en is inmiddels hemelsblauw en voorzien van apen, dolfinen en abstract werk. Een piratenschip staat ook nog gepland. "We vergoeden de verf, maar verder is het puur liefdewerk," vertelt Aicha. "De kinderen vinden het ook wel spannend ze zo bezig te zien. Ze kijken nu vaker naar buiten. Volgende week komen ze nog een dag schilderen en dan is het klaar. En dan volgt er uiteraard een feestelijke opening!"

De Witte Olifant leidt mensen met een verstandelijke handicap op tot zelfstandig werkend kunstenaar. De Witte Olifant is gevestigd in De Hulk, het oudste kantoorgebouw hartje Almere Haven. Mieke van Dijk is een van de docenten die het werk in UK begeleidt. "Het is niet de eerste keer dat we buitenkunst maken," vertelt ze. "We hebben in Stedenwijk een brug beschilderd en installaties gebouwd op het strand.



# KORT KORT KORT KORT KORT



## Natuurlijk spelen

**De natuurlijke speelplaats in het Laternapark bij de Bunuellaan is er voor alle kinderen uit de buurt en is altijd open, door de week en in het weekend!**

Landschapsbeheer Flevoland heeft het afgelopen jaar samen met de kinderen en ouders van de buitenschoolse opvang UK een natuurlijke speelplaats aangelegd. De vlinderstruiken van het doolhof beginnen te groeien, de wigwams worden volop gebruikt om hutten te bouwen en over de boomstammen wordt geklommen en gekropen.

Maar we zijn nog niet klaar..... Om de kinderen met water en zand te laten spelen en 'kliederen', gaan we van uitgeholde boomstammen een waterelement bouwen en wordt er een ondiep beekje gegraven.

Bovendien moet de natuurlijke speelplaats leuk, veilig en netjes blijven. Daarvoor zoekt Landschapsbeheer een ploegje kinderen en andere vrijwilligers om 3x per jaar het onderhoud te verzorgen (dus zagen, maaien en hooien, snoeien, nestkastjes timmeren en ophangen enz.)

Als extra organiseert Landschapsbeheer in het najaar (en in voorjaar 2010) bij voldoende belangstelling een natuurochtend, waarbij wordt gekeken naar vogels en paddenstoelen, bodemdierpjes worden gezocht en bloemen en struiken op naam worden gebracht.

**Wie is er enthousiast en wil helpen met het onderhoud van de natuurlijke speelplaats?**

Voor het terugkerende onderhoud komt er een werkdag op een zaterdag in oktober en in maart.

Bel of mail voor meer informatie met Arda van der Lee (0320)294939 of vanderlee@landschapsbeheer.net of geef u/je op bij Uk of bij de Caleidoscoop.



## Koninklijke schouderklopjes

*Woensdag 29 april. Mieke dacht dat ze voor Joop ging en Joop dacht dat hij voor Mieke ging, die ochtend op het stadhuis. Het werd voor allebei een bijzondere dag. De Filmwijkers kregen beiden een koninklijk schouderklopje. Ridders Mieke en Joop wisten van niets... Onder valse voorwendselen werden ze naar het stadhuis gelokt en later naar respectievelijk het Polygoon en Cinescope voor een bescheiden feestje.*

*Joop Prent: "Ik ben erin geluisd. Ik dacht dat ik voor Mieke ging." "Nooit gedacht dat een rooie rakker uit de Jordaan een lintje zou krijgen," zei Joop's dochter tijdens haar toespraak voor haar vader. Toch is het een welverdiende onderscheiding. Joop zet zich al jaren actief in voor de buurt: eerst in de Bijlmer, later in zijn Filmwijkbuurtje. Altijd betrokken, altijd op de barricade. "Dit lintje geeft me heel veel voldoening. Je woont samen in de wijk. Je werkt samen aan de wijk." Aldus de kersverse ridder.*

*Mieke Wiegertjes was net zo verbaasd. "Weet je, het is in ons gezin heel normaal dat je iets doet voor de samenleving. Dat was vroeger thuis al zo. Ik was als 15-jarige al jeugdleider. Daarna heb ik heel veel gedaan, maar altijd op de achtergrond. Voor de PvdA, voorzitter van de ouderraad op het Polygoon, ik leid kookgroepen op het Baken, ben actief binnen Cinescope. Maar altijd op de achtergrond. Er zijn vast mensen die meer doen als ik.."*

*De redactie van de Filmwijkkrant is trots op deze bewoners van onze vorstelijke wijk!*

## De potentie van het Lumièrepark....

De gemeente heeft Recreatieschap Noord Holland opdracht gegeven te kijken naar wat er moet gebeuren om van het Lumièrepark een Almeers Vondelpark te maken. Niet dat er geld voor is, maar de mogelijkheden zijn alvast in kaart gebracht. Het bureau kwam met de opzienbare conclusies dat het groen gevarieerder zou kunnen, horeca misschien een goed idee zou zijn en meer strandjes....

BLINK Kinderopvang bv - David Nivenweg 1  
1325 KE Almere Tel 036-5230137

Voorschoolse! Professioneel!

**Verantwoord!**

Leuk! Vakantieopvang!

DE BSO van de Filmwijk!  
t.o. Polygoon!

**BLINK Kinderopvang .nl**

Zorgzaam!

info@blinkkinderopvang.nl  
www.blinkkinderopvang.nl  
(Geopend van ma t/m vr van 07.00-19.00 u)





## De 7e Schoonmaakdag weer een groot succes!

Voor de 7e keer werd door het Platform Filmwijk op 4 april de jaarlijkse schoonmaakdag in de wijk georganiseerd. Om 11.00 uur verzamelden de vrijwilligers zich al in de Polygoon om na het ontvangen van de nodige instructies de vijf posten te gaan bemannen die in de wijk waren ingericht.

De 'aftrap' werd daar verricht door wethouder Arno Visser die samen met voorzitter Ed van Doorn de eerste grijpertjes en vuilniszakken uitreikten. De wethouder sprak daarbij de wens dat dit initiatief navolging zal vinden in de andere wijken van de stad.

De start werd opgeluisterd door een optreden van de brassband The Originals die met een rondje om de school en in de buurt de aandacht op het hele gebeuren vestigden. Daarnaast reed er een geluidswagen door de hele wijk om de bewoners nog even wakker te schudden voor het schoonmaakwerk. Bij de Polygoon waren er al direct zoveel ouders en kinderen dat we bijna prikstokken tekort kwamen.

Ook op de andere plaatsen liep het goed en werd er heel veel vuil opgehaald. Enkele

bewoners waren zo fanatiek dat ze hun eigen kruiwagens inzetten om alles naar de verzamelplaatsen te brengen. Op de bijgevoegde foto's ziet u de opbrengsten.

Uiteindelijk hebben ruim 400 mensen uit de wijk geholpen de rommel op te ruimen. Op elke post zijn minimaal 10 volle containers met vuil opgehaald en soms moesten ze zelfs tussentijds door de Reinigingsdienst worden geleegd. Daarnaast hebben de scholen in de week voorafgaand aan de schoonmaakdag met groepen leerlingen hun eigen omgeving schoongemaakt. Het Baken Park Lyceum heeft daar extra veel aandacht aan besteed.

De samenwerking met de gemeente, de reinigingsdienst, de Tornadogroep en MooiZoGoedZo was perfect. Na afloop was er voor de kinderen een leuke kermis op het schoolplein met de mogelijkheid om je te laten schminken en was er voor iedereen een zak lekkere popcorn. Organisator Gerald Tijssen reikte namens het Platform de prijzen uit van de verloting waaronder een waardebon voor een fiets!

Al met al een heel geslaagde dag waarbij de Filmwijkers volop in actie kwamen!

## Bestuursleden gezocht!

Doordat een tweetal bestuursleden aan het einde van dit jaar statutair aftredend zijn, is het bestuur op zoek naar vervangers. Het gaat om het meewerken in een bestuur dat zich inzet voor het verbeteren en op peil houden van het leefmilieu in de wijk.

Er wordt ongeveer vijf á zes keer per jaar vergaderd en onderling worden taken verdeeld waarmee men zich, afhankelijk van zijn eigen belangstelling, bezig houdt. Een jaarlijkse activiteit is de welbekende Schoonmaakdag maar we houden ons ook bezig met Vandalismebestrijding en ander zaken die leefbaarheid in de wijk aangaan.

Heeft u belangstelling of wilt u eerst iets meer weten over de tijdsbesteding, neem dan contact op met secretaris Joop Hoogendoorn. Tel.: 036-5231263 of mail naar hoogendoorn@filmwijkalmere.nl

## Mini conferentie Platform Filmwijk

Het bestuur van het Platform Filmwijk is van plan om begin november een miniconferentie voor de bewoners te organiseren in het Baken Park Lyceum.

Deze bijeenkomst wordt opgezet in samenwerking met mevr. V. Vijn van de Griffie van de gemeente Almere die tot nu toe reeds haar medewerking verleende bij de opzet en verwerking van de wijkenquête's die via het Raadspanel werden gehouden.

De basis voor deze gesprekken zijn de resultaten van deze drie enquête's. De uitkomsten zullen worden voorgelegd aan een panel bestaande uit politici die in de Filmwijk woonachtig zijn en zal onder leiding staan van oud-raadsvoorzitter Martin Wiegertjes.

Wij nodigen iedereen nu al uit om deel te nemen aan deze voor onze wijk zo belangrijke conferentie. Een meer gedetailleerde aankondiging kunt u verwachten in de loop van het derde kwartaal via onze website en in de Filmwijkkrant van begin oktober.



## Een bloemetje voor Femke en Wouter

*Als ik het 'scheve huis' binnenloop, valt me één ding gelijk op: wat een licht!! Femke Vernue en Wouter Smith, sinds een half jaar bewoners van een huis aan het James Deanhof, zijn ditmaal de gelukkigen die het Filmwijkkrant boeket ontvangen. Zomaar, omdat het nieuwe Filmwijkers zijn. We willen wel iets van ze weten. Waarom Almere? Waarom Filmwijk? En waarom speciaal een scheef huis in de James Deanhof?*

### Enthousiast

Femke en Wouter wonen ongeveer een half jaar op het James Deanhof. En het bevalt ze zo goed dat ze Amsterdam en Haarlem, waar ze oorspronkelijk vandaag komen, helemaal niet missen. Femke vertelt: "We zijn helemaal pro-Almere geworden. De architectuur is mooi, er zijn mooie natuurgebieden. We hebben in meerdere wijken van Almere gekeken, maar toen we in Filmwijk kwamen, vonden we het geweldig! En sinds we hier wonen, zijn we alleen nog maar enthousiaster geworden. De Filmwijkkrant kenden we eigenlijk al snel. Er lag namelijk al een exemplaar in de brievenbus toen we aan het verhuizen waren. We hebben 'm nu een of twee keer gehad en zijn er erg enthousiast over. Leuke krant, mooi drukwerk, mooie fotografie. We kregen er echt een 'wij-gevoel' van."

### Vies stel?

Femke en Wouter moest door omstandigheden

verhuizen. "In Amsterdam hadden we geen tuin en dat wilden we graag. Omdat de prijzen van koophuizen in Amsterdam en omgeving te hoog lagen, zijn we verder gaan kijken en zodoende hier terechtgekomen. We zijn allebei archeoloog en terwijl we in Almere aan het werk waren, zijn we in onze pauze snel naar dit huis gaan kijken. We waren direct verkocht." Ze moeten allebei lachen wanneer ze vertellen dat ze door hun werk vaak in vieze kleren rondlopen. "We vragen ons wel eens af wat de burens van ons denken," vertelt Femke lachend. "Overigens voelden we ons gelijk welkom in de straat. We kregen van de buurman een cadeautje: een boekje met foto's van Almere, nu en vroeger. Echt ontzettend leuk!! En ook de andere burens zijn erg vriendelijk. Sinds we hier wonen, gebeuren er eigenlijk alleen maar leuke dingen."

### Scheef huis

Op de vraag of de inrichting van het huis moeilijk was, antwoordt Wouter: "Het inmeten van de keuken was lastig. Het aanrechtblad is bij ons dieper dan gemiddeld. We hebben ook lang gedaan over het leggen van de vloer. Verder viel het eigenlijk heel erg mee, alhoewel de inrichting nog lang niet klaar is. Er moet nog steeds veel gedaan worden in het huis. Toen we hier net woonden, is er helaas al ingebroken. Niet alleen bij ons, maar ook bij verschillende burens. Dat was wel jammer, maar gelukkig vinden we het nog steeds erg leuk hier."

## Bedankt voor de bloemen....

De Filmwijkkrant boeketten worden gratis en

voor niets ter beschikking gesteld door

Linda's Bloemshop.

De bloemshop is te vinden op Belfort 5/A, het

bovenpleintje in het nieuwe stadshart.

Femke vindt het jammer dat mensen zo negatief zijn over Almere: "Als ik vertel dat ik in Almere woon, reageren mensen erg negatief. En dat terwijl ze er soms nog nooit geweest zijn. Almere is zo'n leuke stad en er wordt zoveel georganiseerd. En er wordt hard aan gewerkt om het imago van Almere te verbeteren."

### Warm welkom

Femke en Wouter vinden de bos bloemen prachtig. "Wat ontzettend leuk dat we een bloemetje krijgen. Dit voelt echt als een warm welkom." Wouter moet lachen als hij zegt: "Het klinkt misschien wat burgerlijk, maar we zeggen echt heel vaak tegen elkaar dat we zo blij zijn dat we hier wonen. De informatievoorziening is goed: er wordt bijvoorbeeld met borden aangegeven dat je het papier buiten moet zetten en je krijgt veel plaatselijke kranten in de bus. Ook die schoonmaakactie die onlangs is georganiseerd vonden we geweldig. We hadden graag mee willen doen, maar dat is er uiteindelijk niet van gekomen. We hebben het idee dat Filmwijk goed wordt onderhouden, het is een schone wijk met veel groen. Het viel ons echt op dat er geen papiertjes of andere troep in de bosjes liggen. Dat is in Amsterdam en Haarlem wel anders. Het enige dat we een beetje missen is bijvoorbeeld musea. De gemeente zou misschien iets meer kunnen profileren op cultuur en het is jammer dat dat niet wordt benut."



## Koninklijke Onderscheiding voor Joop Prent

Donderdag 29 april is de vicevoorzitter van het Platform Joop Prent benoemd tot Ridder in de Orde van Oranje Nassau. Wij feliciteren hem daarmee van harte en zijn er trots op dat een belangrijke reden voor het verlenen van deze onderscheiding het werk was en is het werk dat Joop Prent vanaf de oprichting van de stichting tot en met de dag van vandaag verricht. Hij is een ware motor binnen het bestuur die steeds bezig is om het leefmilieu in de wijk in de breedste zin van het woord te bevorderen.

Dit was zoals vermeld een belangrijk deel om hem deze onderscheiding te verlenen maar niet vergeten werd te vermelden dat Joop Prent eigenlijk al zijn hele leven actief is geweest om zich in te zetten voor zijn medemens en zijn leefomgeving. Als geboren Jordaner deed hij dat al op allerlei fronten en toen hij, voordat hij neerstreek in Almere, woonachtig was in de Bijlmer, liet hij ook daar volop van zich horen. Hij was daar liefst 23 jaar actief en bracht

dingen tot stand waar de bewoners van nu nog de vruchten van plukken! Kortom een welverdiende onderscheiding voor een man die voor onze Filmwijk ook nu nog veel betekent!

## Nog een onderscheiding voor een Filmwijkker!

Behalve Joop Prent werd door Burgemeester Jorritsma ook een onderscheiding uitgereikt aan Mieke Wiegertjes die tot Lid in de Orde van Oranje Nassau werd benoemd. Een groot deel van de aanleiding tot haar benoeming is gelegen in het werk dat zij zich al vele jaren, zelfs vanaf haar 15e jaar, in Sloten inzette als leidster van een meidengroep en dat 10 jaar volhield!

Daarna was zij actief en in Almere Haven en toen zij tenslotte in de Filmwijk kwam wonen ging ze onverdroten verder waarbij onder andere de Polygoon en het Baken Park Lyceum van haar ervaring mochten profiteren. Dat zij ook haar bijdrage leverde aan het Platform was bijna vanzelfsprekend. De slogan 'Filmwijk Buitengewoon Schoon' ontsproot aan haar gedachten en natuurlijk zij zette zich ook daarvoor in.







Yoga: Kracht en ontspanning in balans

**Introductiecursus**  
een korte cursus om kennis te maken met yoga

**Basis-niveau**  
degelijke beoefening van alle basis-yoga oefeningen

**Algemeen-niveau**  
deze lessen zijn intensiever dan de basislessen en vragen om een goed lichaamsbewustzijn

**Basis-eenvoudig**  
Eenvoudige oefeningen in een rustig tempo

Voor data introductiecursussen,  
meer informatie en een folder:

**036 – 537 68 25**

Tevens is de studio te huur voor  
cursussen en workshops.

Buster Keatonstraat 99, 1325 CK Almere (Filmwijk)

**www.nataraja.nl**

# Metéén Verkocht...

Flexibel  
Betaalbaar  
Verfrissend  
Ondernemend  
Klantgericht  
Duidelijk  
Menselijk



Het verkopen van het paleis op de Dam is misschien ietwat overdreven, maar het is zeker niet ondenkbaar! Door onze verfrissende aanpak zijn de meeste woningen dan ook Metéén Verkocht! Maar ook door onze manier van werken bent u Metéén Verkocht. U bepaalt als klant welke diensten u afneemt; daardoor is al een courtage mogelijk vanaf € 750,-.

Als u met de gedachte speelt om uw woning te verkopen, neem dan contact met ons op voor een waardebeoordeling van uw woning. Het kost niets en u wordt er zeker wijzer van!



Cinemadreef 88 ■ 1325 EN Almere ■ Telefoon: 036 - 5347255 ■ info@vestamakelaars.nl ■ www.vestamakelaars.nl

**Pedicure**

**Carla le noble**

Lid: ProVoet

Gedip. Pedicure

Cert: Diabetische voet

Reumatische voet

Siliconentechniek:

Ter correctie van verkrommingen  
en standafwijkingen van de tenen



Marty Feldmanstraat 58

tel: 036-5409520/ 06 14748746

www.carlapedicure.nl

info@carlapedicure.nl



UNIVERSAL  
HAIRSTYLING

KÉRASTASE  
PARIS

L'ORÉAL  
PROFESSIONNEL

REDKEN  
17th AVENUE NYC



Al 11 jaar  
toonaangevend  
als het gaat om  
haarverzorging in zijn  
puurste vorm.

Om dat te kunnen bereiken, werken wij met de beste  
professionele producten, en volgen wij de allerlaatste trends  
op het gebied van haarmode.

Ervaar het eens.....

Joris Ivenslaan 123  
1325 LZ Almere

Telefoon: 036-5375664



**DIERENARTSENPRAKTIJK  
BLOMMAART**

tel. nr.: 036 - 537 70 74

b.g.g. tel.: 0900 - 1515 (doktersdienst)

fax: 036 - 537 90 78

**Consult/Spreekuur**

**Openingstijden**

Cinemadreef 2  
1325 EM Almere

Op afspraak  
Inloopspreekuur ma t/m vr 08.30-09.00

maandag t/m vrijdag  
08.30 - 19.00 uur

Dierenartsen:

R.A.M. Blommaart

N.K.H. van Broekhoven



# PIM DE WIJSPAD

Tekst: Daniëlle Verhagen en Mariëlle Tiehuis. Foto's: Marc Puijk

**Het Pim de Wijspad wordt door  
Filmwijkers regelmatig gebruikt.  
Het ligt tussen de Bombardon  
en het Bakenpark in Filmwijk-  
Midden. Het voet - en fietspad  
loopt door tot in Parkwijk.  
Menig een maakt ook gebruik  
van de Pim de Wijspoort onder  
de Veluwedreef. Tijd om ons  
eens af te vragen: Wie is Pim de  
Wijs eigenlijk? Dit heeft ons de  
afgelopen weken aardig van de  
straat (of beter van het Pim de  
Wijspad...) gehouden.**

## Zoeken

Een eerste zoektocht levert de informatie op dat Pim de Wijs in 1963 in de film 'Aap Noot Mies' heeft gespeeld. Meer blijkt onze google search niet op te leveren. Via Al@din krijgen we meer informatie over de film. De film 'Aap Noot Mies' duurt 10 minuten en is gemaakt door leerlingen van de Nederlandse Filmacademie: Nouchka van Brakel, Ruud van Hemert, Nico van der Heijde, Ruud de Heus, Barbara Meter, Hans de Pagter, Miroslav Sebestik, Mattijn Seip en gespeeld door Boudy de Groot, Pim de Wijs, Henny Deut.

Het is een eindexamenproductie van de Nederlandse Filmacademie, een korte film waarin, aan de hand van een verhaal over een student die spiekt, de verschillende aspecten van film maken worden toegelicht. Nouchka van Brakel is erin te zien bijvoorbeeld, werkend aan de montage van de film.

Onze zoektocht gaat verder en brengt ons bij het Filmmuseum. Pim de Wijs heeft ook een film geregisseerd. Deze film heet Operatie Romein en gaat over een vondst op de Zuiderzee bodem. Hij is gemaakt in 1975.

## Tegen de stroom in

Johan en Arieke wonen in Filmwijk en maken regelmatig gebruik van het Pim de Wijspad. "Wij komen nu net terug van de kerk, maar we fietsen hier ook als we onze kinderen naar school brengen in Parkwijk," vertelt Arieke. "Dit is de kortste weg voor ons, hoewel ik 's avonds liever een andere route neem." Johan vervolgt: "Langs de weg staan weinig lantaarnpalen en dat maakt het 's avonds fietsen niet prettig. Voor mij als man maakt dat niet uit, maar ik kan mij voorstellen dat een vrouw het minder prettig vindt." Arieke: "Het is 's ochtends ook altijd tegen de scholieren verkeersstroom in fietsen, het pad wordt veel gebruikt. Nadeel is dat hier altijd wel veel glas ligt, dus even oppassen. We weten wel dat dit het Pim de Wijspad is," zegt Arieke, "Ik werk bij de gemeente Almere, dus ik weet dat alle straten een naam hebben." Johan kijkt bedenkelijk als we vragen wie Pim de Wijs is: "Ik zou het niet weten. Als ik moet gokken dan zou ik zeggen dat hij een film geregisseerd heeft. Als je nu had gevraagd naar onze eigen straat dan had ik het wel geweten, dat hebben we wel opgezocht toen we in Filmwijk kwamen wonen."

## Geen verlichting

Ook mevrouw van der Lucht maakt gebruik van het Pim de Wijspad. "Ik maak dagelijks gebruik van dit pad als ik naar de kerk ga of als de kinderen naar school moeten. Ik woon zelf in de Jean Desmetstraat dus is het vrij logisch om via deze weg te fietsen." Ze geeft net als Johan en Arieke aan dat het pad 's avonds niet verlicht is. "'s Avonds hier fietsen is niet prettig en dat probeer ik te vermijden. Het zou prettig zijn als er meer lantaarnpalen stonden. De Pim de Wijspoort zit altijd vol met graffiti, maar



dat wordt ook altijd weer snel verwijderd." Op de vraag wie Pim de Wijs is? "Ik heb geen idee."

## Bewoners

De 'bewoners' van het Pim de Wijspad zijn feitelijk achterburen. Zowel de school de Bombardon als Het Baken Park liggen langs het Pim de Wijspad. Gijs Vuk, medewerker van het Baken Park Lyceum, verteld dat zij erg blij zijn met de ligging van de school en de buurt: "De school is prima bereikbaar met het openbaar vervoer en we hebben een mooi uitzicht op het park. Het is een prettige buurt en daar blijven we ons best voor doen door goed contact te houden met de omwonenden. We sturen bijvoorbeeld een brief als we een bijzondere gelegenheid hebben of we houden een bijeenkomst. Ook weten de buurtbewoners ons goed te bereiken als de leerlingen voor overlast zorgen. Klachten proberen we altijd direct op te lossen. Helaas komen er wel eens klachten doordat leerlingen met 3 of 4 naast elkaar rijden. Vooral voor 8.30 uur is dat vervelend voor ouders met kinderen op de basisschool. Hier proberen we nog steeds een goede oplossing voor te vinden." Dat het pad achter de school een naam heeft daar is hij zich wel van bewust, maar wie Pim de Wijs is? Gijs: "Een regisseur? Vader van Ivo de Wijs?"



# Kinderpagina



## Op de achterbank

Of in de vliegtuigstoel of op de bank in de kamer op een saaie zomerdag... deze keer in de kinderpagina allemaal dingen die je kan doen op de achterbank van de auto als je bijvoorbeeld heel lang met de auto moet rijden naar Spanje.

Veel plezier!

Tekst: Mariëlle Tiehuis en Daniëlle Verhagen



### Stiften en pennen op de achterbank

Tekenen in de auto kan natuurlijk met een schetsboek en potloden of stiften. Maar het is natuurlijk veel leuker om op de ramen te tekenen. Dat kan als je ouders whiteboardstiften meenemen. Met een doekje kan je daarna de ramen weer schoon maken.

Laat je ouders de route kopiëren die jullie gaan rijden. Dan kan je met pen onderweg bijhouden waar je bent en wat je waar hebt gezien.

Neem een schrift mee en hou een vakantieboek bij. Schrijf daarin wat je allemaal meemaakt en onderweg ziet. Je hebt meteen een leuk aandenken aan de vakantie.

### Spelletje op de achterbank

#### Landenspel

Iedereen op de achterbank neemt papier en een pen of potlood. Om de beurten noem je een land op tot je vijf landen hebt staan. Je pakt vervolgens een bladzijde uit de filmwijkkrant met tekst. Met je ogen dicht prik je een letter. Vervolgens moet je bij elk land een woord bedenken wat begint met die letter. Bijvoorbeeld de letter P: België patat, Italië Pasta, Frankrijk Parijs. Wie het eerst vijf woorden heeft roept stop. Daarna noemen jullie de woorden op. Woorden die iemand anders ook heeft streep je weg. Wie de meeste woorden heeft (en die ook goed zijn) is de winnaar. Bij twijfel over de woorden mag de chauffeur van de auto beslissen of het goed is. Je kan dit natuurlijk ook met andere dingen doen zoals jongensnaam, meisjesnaam, automerk, kleur.

### Quiz op de achterbank

Test je kennis van de landen in Europa.

#### 1 Tapas eet je in?

- a Tapas? Dat is geen eten dat doe je in het zwembad.
- b Italië, dat eet je bij de pasta
- c Dit is een typisch gerecht uit Spanje

#### 2 Jodelen doen ze in?

- a Oostenrijk natuurlijk, want dat klinkt zo leuk in de bergen
- b In Nederland gewoon als je je teen hebt gestoten
- c Dat doen wij altijd als we in Frankrijk zijn



### Raden op de achterbank

Je doet je ogen dicht en iemand stopt wat in je handen. Je moet dan door het te voelen zeggen wat het is. Fas als je het goed hebt mag je je ogen weer open doen. Daarna mag de volgende. Je kan het ook moeilijker maken door wat muntgeld te geven en dan moet je voelen/rekenen hoeveel geld je in je handen hebt.

Altijd leuk blijft natuurlijk: ik zie, ik zie, wat jij niet ziet. Pappa of mamma kan hier vast mee helpen als je niet meer weet hoe het moet.



Illustratie: Cindy van de Ven

### Nummerbordenspel

Zodra je de grens over bent van Nederland ga je Nederlandse kentekens tellen. Wie het meeste kentekens ziet heeft gewonnen. Je kan dit moeilijker maken door van eerst allemaal een kleur te kiezen. Je mag dan alleen auto's van jouw kleur met een nederlands kenteken tellen.



#### Puntentelling

- 1 a:1 b:1 c:3
- 2 a:3 b:2 c:1
- 3 a:1 b:1 c:3

### Kadootjes op de achterbank

Een hele slimme truck om aan leuke dingen te komen. Vertel aan je ouders dat kinderen onderweg goed vermaakt kunnen worden als ze elk uur een kadootje krijgen.

Om je ouders te verrassen kan je natuurlijk voor je op vakantie gaat al kadootjes voor hen maken. Denk aan een mooie tekening of een ketting. Zeker weten dat je het ook leuk vind om af en toe een kadootje te kunnen geven en dat je ouders heel erg verrast zijn!

### Boek op de achterbank

Robin Raven, de kinderboekschrijver uit Filmwijk heeft een nieuw boek geschreven met de titel 'Gekaapt!' Het boek gaat over Simon. Hij heeft een scoutwedstrijd gewonnen en mag met zijn hele scoutinggroep een dagje naar Amsterdam. Uitgelaten stappen de acht kinderen in de trein. Vlak voor de Hollandse brug komt de trein ineens tot stilstand. Er is aan de noodrem getrokken en al snel blijkt dat het geen kwajongensstreek is. Vier radicale dierenactivisten hebben de trein gekaapt: ze eisen dat dierenrechten hoger op de politieke agenda komen te staan en zijn bereid daarvoor alles op het spel te zetten. Simon en zijn vrienden zitten in de coupe die de activisten als hoofdkwartier hebben uitgekozen. Voor de scouts maar ook voor de kapers begint een zenuwslopende tijd.

En als je dit boek uit hebt dan kan je natuurlijk ook nog de twee andere boeken van Robin Raven gaan lezen namelijk 'De vloek van Pak' en 'Strijd in het regenwoud'.



#### Minder dan 5 punten

Oei, jij moet nog veel leren over Europa. We raden aan dat je ouders vaker met je op vakantie gaan.

#### 5 of meer punten

Jij bent echt een Europa kenner, jou valt niets meer te leren. Volgend jaar maar op vakantie naar Amerika.

# De Agave

**Elk jaar worden van vakantie in het buitenland plantjes meegenomen naar huis, een van de meest populaire planten uit de vakantiegebieden rond de Middellandse zee, is de Agave.**

Deze plant wordt synoniem gevonden met deze exotische landen. Kleine plantjes, zaden of stekjes worden meegenomen om hier opgekweekt te worden. Ik moet eerst vertellen dat deze plant helemaal niet inheems is in de landen rondom de Middellandse zee. Er zijn ongeveer 300 soorten die uit de woestijngebieden stammen van Zuid Amerika. De Spanjaarden hebben Amerika ontdekt en deze plant al vrij snel naar Europa toegebracht, daar deed hij het in Spanje net zo goed, dat hij al vrij snel verwilderde en de meeste mensen vinden dan ook dat het een typische Zuid Europese plant is.

De bloei is heel bizar, het zijn net grote bomen die in een zeer snel tempo groeien en bloemen vormen. Wat op een boom lijkt is de bloemsteel, deze bloei die in warme landen heel normaal is, komt bij planten in Nederland niet zo vaak voor. De bloemvorming ontstaat na 10 -15jaar bij een plant in Zuid Europa, bij ons kan dat wel 50 jaar duren. Hij heeft ook wel eens de bijnaam 'honderdjarige Aloë, maar dat

klopt niet. De plant kan onmogelijk honderd jaar oud worden omdat direct nadat de plant gebloeid heeft zaad is gaan vormen, dood gaat. Dit zaad van de Agave kun je makkelijk zaaien en jonge plantjes uit kweken. Het duurt alleen erg lang voordat je hier planten uit krijgt van een redelijke grootte. De meeste mensen nemen uit de zuidelijke vakantiegebieden zogenaamde broedplantjes mee, dit zijn de kleine uitlopers die uit de grond komen naast de grote Agaveplant. Deze plantjes kun je uitgraven en van de plant afbreken. Deze Plantjes zet je in potgrond die vermengd is met wit zand. Vaak worden ze in de huiskamer gezet op de vensterbank, dat is eigenlijk niet de lievelingsplek, het liefst staat hij in de zomer in een pot op het terras of balkon in de volle zon.

Als de eerste nachtvorst weer begint zet je hem weer binnen. Het beste kun je hem laten overwinteren op een plaats in huis waar het zonnig is maar beslist koel. Zet je hem in de warme huiskamer, dan gaat het blad groeien en

wordt hij iel en slap. Heb je geen plaats waar het zonnig en koel is, dan kun je hem ook in de garage of schuur zetten. Op die plaats moet je hem de gehele winter beslist geen water geven, pas als je hem in april buiten zet geef je hem het eerste gietwater.

De Agave was als plant in Zuid Amerika zeer belangrijk. De inboorlingen, de indianen maakten uit de vezels van de bladeren, het sisaltouw. Uit het sap van de bloemstelen werd suiker,wijn en azijn gemaakt. Een van de dranken die wij hier in Nederland kennen is Tequila, het wordt uit de sap van de bloemstelen gewonnen en laten ze gisten. De punt van het blad bestaat uit een zeer scherpe doorn die behoorlijke wonden kunnen maken, deze doorns werden gedroogd en gebruikt als naald of spijker. In Europa is hij alleen maar als sierplant bekend en werd hij als kuipplant bij landhuizen en kastelen door de eeuwen heen gebruikt, zoals nu ook bij de terugkerende vakantieanger.

## Rob Verlinden De tuincolumn



Shiatsu is een Japanse manuele therapie en een erkende volwaardige behandelmethode.



#### Praktijk voor Meridiaan Shiatsu

Shiatsu werkt preventief en therapeutisch. Het versterkt en vitaliseert uw basisconditie, draagt bij aan een beter emotioneel evenwicht en het versterkt uw immuunsysteem. Shiatsu wordt gegeven op het geklede lichaam. Tijdens de behandeling draagt u bij voorkeur ruimzittende kleding.

**Wij bieden het volgende aan:** Meridiaan Shiatsu 70 minuten  
Stoel Shiatsu 30 minuten

Klachten die met Shiatsu zijn te behandelen: spier en gewrichtsklachten, spijsverteringsproblemen, slapeloosheid, hoofdpijn, RSI/muisarm etc.

Voor meer informatie en het maken van een afspraak kunt u bellen met Matthijs van Brakel, 06 33770706 / 036 5409537 Joris Ivenslaan 115, Almere (Filmwijk) KvK 32134038, E.I.S.A European Iokai Shiatsu Association.

**NEW DAY INTERNATIONAL CHURCH**

Starting from:  
16 September 2007  
Sundays at 10:30

Filmwijkcentrum  
Walt Disney  
Plantsoen 76/78,  
Almere

Admin. Office:  
036-523 0135  
info@ndic.nl  
www.ndic.nl

Along with our Sunday worship celebrations, NDIC offers Life Groups which meet weekly throughout the community, and children's and youth activities with Dutch translation.





### Een nieuwe werkwijze voor de apotheek

Zorggroep Almere past de werkwijze in een deel van haar apotheken aan. Hierdoor is de Zorggroep in staat de toekomstbestendigheid van het Almeerse model, met een fijnmazig netwerk van apotheekvoorzieningen in elk gezondheidscentrum, te garanderen. De aanpassing houdt in dat negen van de 19 apotheken worden omgevormd tot apotheekservicepunten, de overige 10 blijven ‘gewone’ apotheken. Deze wijziging gaat in op maandag 4 mei 2009.

Aanleiding voor de aanpassing is de terugloop aan inkomsten bij de apotheken, die vooral wordt veroorzaakt door het vorig jaar ingezette preferentiebeleid. Het preferentiebeleid betekent dat een zorgverzekeraar niet meer alle geneesmiddelen vergoedt, maar alleen het goedkoopste merk. Als gevolg daarvan ontvangen de apotheken minder korting op de inkoop van geneesmiddelen.

De apothekers van Zorggroep Almere zijn voorstander van lage prijzen voor geneesmiddelen, maar wel in combinatie met een kostendekkend tarief. De zorgverzekeraars hebben echter nog steeds geen kostendekkend tarief vastgesteld voor de uitgifte van medicijnen.



Openingstijden: op werkdagen van 08.00-17.30 uur.  
Telefooncentrale: 5454340 (vanaf 08.00 uur)  
Website: [www.gezondheidscentrumfilmwijk.nl](http://www.gezondheidscentrumfilmwijk.nl)

Huisartsengeneeskunde (tussen 08:00 en 17:00 uur)  
Tel: 545 43 41 / 545 43 42

Receptie (tussen 08.00-17:30 uur)  
Tel: 545 43 40

#### TELEFOONLIJST FILMWIJKCENTRUM

|                                                |                                                                       |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Zorgmanagement<br>Tel: 545 43 40, Dhr. Nijhuis | Praktijkondersteuners<br>Tel: 545 43 41<br>Apotheek<br>Tel: 545 43 46 |
| Spoedlijn huisartsen<br>Tel: 545 43 44         | Fysiotherapie<br>Tel: 545 43 45                                       |

De - gemiddeld kleine - apotheekvoorzieningen van Zorggroep Almere hebben hier relatief veel last van.

#### Apotheekservicepunt

De apotheekservicepunten richten zich vooral op een snelle service met betrekking tot de herhaalrecepten. De wachttijden voor het afhalen van herhaalrecepten zullen daardoor minder worden.

In een apotheekservicepunt is sprake van een volledige apotheekvoorziening; u kunt er terecht voor informatie, medicatieadvies, herhaalrecepten, zelfzorgmiddelen, enz. Alleen het direct afhalen van een zojuist gekregen recept is er niet mogelijk.

De nauwe samenwerking tussen uw huisarts en apotheker garandeert ook in het apotheekservicepunt een betrouwbaar en veilig medicatiedossier.

#### Afhaalkeuzes

Komt u met een recept van uw huisarts bij het apotheekservicepunt, dan kunt u vanaf 4 mei kiezen uit meerdere opties. U kunt uw medicijnen direct meekrijgen bij de dichtstbijzijnde apotheek, of bij apotheek De Brug in het Flevoziekenhuis. In het apotheekservicepunt kunt u uw medicijnen de volgende dag ophalen. Natuurlijk blijft het mogelijk om uw medicijnen thuis te laten bezorgen.

### Vóór 12.00 uur besteld, de volgende dag geleverd

Voor het grootste deel van de klanten verandert er door de invoering van de apotheekservicepunten weinig. De afhandeling van herhaalrecepten blijft gelijk, waarbij nu voor alle apotheken en apotheekservicepunten geldt: ‘vóór 12.00 uur besteld, de volgende dag geleverd’. Een heldere, eenduidige afspraak.

#### Uitgebreide openingstijden

De openingstijden van de ‘gewone’ apotheken worden standaard uitgebreid tot 8.00 – 18.00 uur. De apotheekservicepunten zijn open gedurende de openingstijden van het gezondheidscentrum, waarin ze zijn gevestigd.

Daarnaast is apotheek De Brug in het Flevo-ziekenhuis zeven dagen per week geopend van 8.00 – 22.00 uur. Bij deze apotheek kan iedereen met zijn recept terecht.

Zorggroep Almere onderzoekt op dit moment de mogelijkheid om in drie gezondheidscentra veel ruimere openingstijden te gaan hanteren, namelijk maandag tot en met vrijdag van 8.00 – 20.00 uur. Als dit wordt ingevoerd, zullen ook de apotheken in deze centra de ruimere openingstijden aanhouden.

#### Meer informatie?

Kijk op [www.zorggroepalmere.nl](http://www.zorggroepalmere.nl) of bel de Zorglijn, 0900 – 7755777 (lokaal tarief). De Zorglijn is bereikbaar op maandag t/m vrijdag van 8.00 – 18.00 uur.

#### Korting met Almer

De apotheken van Zorggroep Almere kunnen door hun unieke samenwerking korting geven. Die korting krijgt u niet door meer medicijnen te gebruiken, maar gewoon op het moment dat u het goed kunt gebruiken....

Apotheek Archipel is aangesloten bij het Almer Servicepakket, dat niet alleen korting geeft op apotheekproducten, maar op nog heel veel meer diensten en producten! Met de Almer-pas krijgt u in de apotheek 10% korting op de producten van Vichy en Eucerin, en € 5,- korting op een reizigersconsult!

Deze pas geeft ook korting bij de polissen van AGIS en Interpolis, belastinghulp aan huis, korting op een hypotheek bij de Rabobank of een schoonheidsspecialiste aan huis. Dit zijn nog maar een paar producten uit het uitgebreide pakket. Kijk maar eens op [www.almer.nl](http://www.almer.nl).

Almer ondersteunt u om gezond en vitaal te blijven, en biedt u op diverse terreinen voordeel en gemak. U kunt ook lid worden van Almer. Als lid van Almer ontvangt u een ledenpas waarmee u gebruik kunt maken van aantrekkelijke voordelen.



## OKé punt: Spreekuur voor opvoedingsvragen

In de gezondheidscentra Parkwijk, Castrovalva, Filmwijk en Perspectief is wekelijks een spreekuur van het OKé-punt stad Oost. Dit spreekuur is bestemd voor ouders en opvoeders van kinderen in de leeftijd van 0 tot 19 jaar, en voor jongeren tot 19 jaar, woonachtig in Filmwijk, Parkwijk, Danswijk, Verzetswijk en Tussen de Vaarten. U kunt hier terecht met vragen of problemen bij het opvoeden van uw kind(eren).

Het opvoeden van kinderen is soms lastig en verloopt minder vanzelfsprekend dan altijd wordt gedacht. U loopt misschien ook wel eens rond met vragen over de opvoeding en vraagt u regelmatig af of de manier waarop u uw kind opvoedt het gewenste effect heeft, en of er ook nog andere manieren zijn. Soms gaan vragen over alledaagse zaken die al heel lang zo gaan, soms over een heel nieuwe situatie die in de opvoeding meespeelt. Vragen zoals:

- Mijn kind luistert zo slecht en is heel druk, wat kan ik doen?
- Mijn kind is 's nachts vaak wakker, ik heb van alles geprobeerd.... is er een advies?
- Binnenkort ga ik scheiden... Hoe vertel ik het mijn kind en hoe vang ik mijn kind hierin op?
- Het opvoeden valt me zwaar. Kan ik eens komen praten?

Ook jongeren zelf kunnen op het spreekuur terecht met vragen of problemen over opgroeien. Bijvoorbeeld

- Zit je niet lekker in je vel?
- Heb je een lichamelijk probleem
- Ruzie thuis? Heb je het moeilijk met jezelf?
- Heb je een vraag over sex?

De opvoedadviseur zal samen met u bekijken welke oplossingen er zijn voor uw vraag of probleem. Soms kan dat in één gesprek. Daarvoor is het inloopsprek uur bedoeld. Voor meerdere gesprekken kunt u een afspraak maken voor het opvoedsprek uur. Maximaal zijn vijf gesprekken mogelijk. Aan deze gesprekken zijn géén kosten verbonden.

#### Meer informatie

Bel voor meer informatie: tel. (036) - 53 57 366.  
Of kijk op [www.oke-punt.nl](http://www.oke-punt.nl)

Inloopsprek uur Filmwijk is op dinsdag 15.00 - 17.00 uur  
U kunt zich melden bij de balie.

Bellen kan ook: 53 57 366  
Maandag t/m vrijdag 9.00 - 16.30 uur.  
De opvoedadviseur belt u dan terug voor een afspraak.



Coaching is leuk

Therapie kun je zien als een grote gereedschapskist waar je gebruik van kunt maken. Bij Positive Life staat jouw hulpvraag en plezier in de coaching centraal. Zorg wordt op maat geboden.

Coaching is gericht op een mogelijke persoonlijke verandering en groei in de huidige (probleem-)situatie. Deze verandering en groei kan gericht zijn op een geestelijk en/of lichamelijk niveau.

Aangezien ieders hulpvraag uniek is, kun je gebruik maken van diverse werkvormen die het beste aansluiten op jouw hulpvraag, doelen, persoonlijke wensen en mogelijkheden. De werkvormen:

- Coaching
- Counselling
- Relatiecounselling
- Beweegprogramma 'Sportief in Balans'
- Persoonlijke ontwikkeling

Coaching is geschikt voor iedereen. Vergoeding vaak mogelijk, in overleg. Wil je nadere informatie of uitleg? Kijk op [www.positivelife.nl](http://www.positivelife.nl) Je mag mij ook bellen of e-mailen.

Jeanette Dekker,  
Relatiecounsellor/coach en bewegingsdeskundige  
06 • 47 22 29 50 | [www.positivelife.nl](http://www.positivelife.nl) | [info@positivelife.nl](mailto:info@positivelife.nl)

## WONING KOPEN OF VERKOPEN?



U heeft een huis gevonden op Funda en u overweegt een aankoopmakelaar mee te nemen?

HEEL VERSTANDIG met het oog op alle mogelijke valkuilen en om eventuele teleurstellingen bij zo'n belangrijke stap te voorkomen. Waarom zou u dan niet kiezen voor een volledig onafhankelijke aankoopmakelaar van RE/MAX?

Bij mij betaalt u geen vast bedrag, maar vergoeding naar prestatie. Tijdens een geheel vrijblijvend gesprek zal ik u uitleggen hoe en waarom deze methode voor beide partijen aantrekkelijk is.

Uw RE/MAX aan- en verkoopmakelaar voor de regio Almere, Filmwijk,

Dick Stout  
Makelaar o.g.  
06-2204 2805



RE/MAX Plus Makelaars  
*Omdat het anders kan*

RE/MAX Plus Makelaars  
De Steiger 86  
1351 AG Almere

tel. 036-540 5503  
fax 036-540 4805  
[pluismakelaars@remax.nl](mailto:pluismakelaars@remax.nl)





# NOTARIS UNIE

ALMERE

STAAT U ER WEL EENS BIJ STIL WAT ER  
GEBEURT NÁ UW OVERLIJDEN?

## TESTAMENT

EVEN NOTARIS UNIE BELLEN!

036 538 22 00 OF  
0900-NOTARIS

RANDSTAD 22-167

HOEK RANDSTADDREEF

ALMERE

TELEFOON 036 538 22 00

E-MAIL: [INFO@NOTARISUNIE.NL](mailto:INFO@NOTARISUNIE.NL)