

filmwijkkrant
rwk

april 2006



Buurtkrant voor en door Filmwijkers

NOTARIS UNIE

ALMERE

VOOR DE EIGENDOMSOVERDRACHT VAN (EN HYPOTHEEK OP) UW WONING



RANDSTAD 22-167

HOEK RANDSTADDREEF

ALMERE

TELEFOON 036 538 22 00

E-MAIL: INFO@NOTARISUNIE.NL



Persconferentie Koninginnedag
Lumiërepark op de Montessori-
school in Filmwijk-zuid.

Naar buiten!

Lente in de wijk. We gaan weer meer naar buiten en ontmoeten onze mede wijkbewoners op straat, in het park en op het water. Dat vindt u terug in ons artikel over de kano en wat daarbij komt kijken. In april wordt de koninginnedag altijd groots gevierd, meestal onder een stralend oranjezonnetje. Dit jaar wordt koninginnedag erg speciaal in Almere door de komst van de koningin, maar wordt het ook een speciale Koninginnedag in de Filmwijk door de actie koninginnedag4kids. Het buurtcentrum viert haar eerste lustrum. Alle

wijkbewoners worden uitgenodigd.

Wij wensen u bij deze activiteiten veel plezier.

Ons juninummer wordt helemaal gewijd aan het thema parken en plantsoenen in onze wijk. Hierbij hebben wij hulp van onze lezers nodig! Wilt u meningen, opmerkingen, ideeën over de parken in de wijk kwijt? Mail dan naar info@filmwijkkrant.nl. Ook hangt onze brievenbus in het gezondheidscentrum.

Wim van der Veldt, hoofdredacteur

Colofon

De Filmwijkkrant verschijnt 5 keer per jaar en wordt gratis huis-aan-huis verspreid in Filmwijk (oplage 4500 exemplaren).

Redactie:

Henny van Doren, Connie Franssen (eindredacteur), Simone Koorn, Marcel Kolder (vormgeving en tekst), Herma van Laar, Mariëtte Mulder, Marc Puyk (fotografie), Bernice Rozeboom, Wim van der Veldt (hoofdredacteur), Laura Vlaanderen (vormgeving), Diana Wolf.

Vaste medewerkers:

Guus van den Berg (financiële controle),
Rob Verlinden (tuinrubriek)

E-mail adres: info@filmwijkkrant.nl

Vrijwillige bijdragen in de kosten:

Postbank: 9101157 t.n.v. De Filmwijkkrant

(Na)bezorging: Beanke Drent

036 537 76 07, bezorging@filmwijkkrant.nl

Zakelijke advertenties: Wim van der Veldt

036 535 39 40, advertenties@filmwijkkrant.nl

Druk: PlantijnCasparie, Almere

Het Parkhuys

Pagina 4/5

Beroepen in de Filmwijk: hotelier

Pagina 6/7

De straat: Greta Garboplantsoen

Pagina 8/9

Kunstschilder Jongkind

Pagina 11

Kort, kort, kort

Pagina 13

Filmwijkcentrum

Pagina 14/15

Geef de pen door

Pagina 17

Rob Verlinden

Pagina 19

Beroep in de wijk: Kanoinstructeur

Pagina 20/21

en verder: bakkenleed, filmwijkplatform,
jubileum filmwijkcentrum, aan de slag in het
lumiërepark en de kinderpagina

Parkhuys Almere



Tekst: Bernice Rozeboom en Henny van Doren. Foto: Marc Puijk.

Parkhuys Almere aan de Bunuellaan is een inloophuis voor mensen met een ernstige ziekte en hun naasten. Bij binnenkomst liggen er allerlei folders met betrekking tot wat het Parkhuys te bieden heeft.

Leonie Groosman is initiatiefneemster en oprichter van het Parkhuys Almere. Vanuit haar werk als psychotherapeut kwam zij zeer regelmatig in haar praktijk cliënten tegen met kanker. Leonie zag waar kankerpatiënten en hun naasten behoeften aan hadden. Zo is acht jaar geleden langzamerhand het idee ontstaan om een inloophuis voor ernstig zieken en mensen met kanker op te zetten. Het Parkhuysproject is gerealiseerd met behulp van de sponsor Roparun. Er volgde een eenmalige subsidie door de Gemeente Almere en ook de Rotary Almere is een van de sponsors. Parkhuys Almere werkt nauw samen met de Oncologie afdeling van het Flevo Ziekenhuis en de verschillende Gezondheidscentra.

De vrijwilligster: Het is zo mooi om hier te kunnen zijn

Enthousiast vertelt Kitty over haar werk als vrijwilliger in het Parkhuys. "Als je zo ziek bent is het geweldig om hier te kunnen zijn. Het is zo mooi wat hier allemaal mogelijk is. Als mens met een ernstige ziekte kan je hier met lotgenoten contact hebben of aanvullende therapie. Mocht je dan toch verliezen, dan verlies je mooi. Je hebt er dan alles uitgehaald wat mogelijk is en bent dicht bij jezelf gebleven." Zij ontvangt de gasten met een kopje koffie of thee en neemt de telefoon op. Steeds zijn er twee vrijwilligers aanwezig om deze taken te doen. "Nee, het is niet mijn vak. Ik ben beeldend kunstenaar, maar ik vind het zo mooi dat ik hier mag werken. Soms doe je als vrijwilliger ook mee met de therapie, je weet dan wat het inhoudt en dan kan je er beter met de gasten over praten. Dat heeft ook zijn leuke kanten." Kitty zet zich in met haar hart en levenservaring. De vrijwilligers hebben ook cursusdagen.

"Mensen komen binnenlopen, soms kort nadat ze weten dat ze kanker hebben. Ze zijn dan compleet knock-out. Je luistert naar hun verhaal, je laat ze praten, troosten helpt dan niet. Na zo'n ochtend of middag rijd ik naar huis en parkeer mijn auto bij de Oostvaardersplassen en wandel een tijdje in de mooie natuur. Daarna ga ik weer verder met mijn dagelijkse dingen."

De bezoeker: Mijn leven weer oppakken

Elly is een bezoeker van het Parkhuys, ze is net klaar met de Tai chi les. Zij heeft kanker en hoorde van het bestaan van Parkhuys. Zij liep hier binnen en werd goed opgevangen. "Ik was zo onrustig, je bespreekt het wel met mensen in je omgeving, maar hier begrijpen ze me, ik hoef niet alles uit te leggen. Ik heb nu drie keer de Tai Chi les gevolgd en ik slaap weer rustig. Daarvoor lukte me dit niet meer. Ik was teveel bezig met wat me allemaal overkwam". Na de bestraling probeert

ze haar leven weer op te pakken. Langzaam pakt ze haar werk weer op. "Dat geeft me houvast en ritme." Ook volgt ze de Tai Chi lessen en probeert een keer per maand op de inloopochtenden aanwezig te zijn. "Er komt soms van alles naar boven borrelen, de anderen hier begrijpen dat. Je bent met lotgenoten en ervaringsdeskundigen".

De cursusleidster: Jezelf aandacht schenken

Marjon geeft Tai Chi in het Parkhuys: een eenvoudige vorm, ieder beweegt naar eigen vermogen. Voor hen die niet kunnen staan zijn de oefeningen ook zittend uit te voeren. "Door de Tai Chi gaat de energie in jezelf weer stromen. De oefeningen zijn erg eenvoudig en de mensen kunnen deze ook zelf uit gaan voeren. Wat en hoe je denkt heeft

invloed op je spierspanning. Heel veel mensen hebben onbewust grote spierspanningen. Door de oefeningen krijgen ze een positieve bewustwording. De bewegingen gaan heel langzaam met zo min mogelijk spierspanning." Door de bewustwording en ontspanning werkt Tai Chi ook preventief, het is geschikt voor iedereen. "Je schenkt aandacht aan jezelf en iedereen is welkom om lessen te volgen," besluit Marjon haar verhaal.

Blokhut voor kinderen

Naast wat het Parkhuys nu al te bieden heeft, wil Leonie graag een plek voor kinderen en jongeren. Voor hen die zelf kanker hebben of voor hun broertjes of zusjes. Het is de bedoeling dat naast het Parkhuys gebouw een blokhut komt, deze wordt speciaal voor kinderen ingericht.

Wat heeft het Parkhuys te bieden?

Elke woensdagochtend van 10.00 tot 11.30 uur is er inloopochtend. Een plek waar ernstig zieke mensen hun verhaal kwijt kunnen. Hiervoor zijn vrijwilligers en ervaringsdeskundigen aanwezig, met een luisterend oor. Alle vrijwilligers krijgen een interne opleiding. Ook leer je omgaan met je ziekte en met de beperkingen en de betekenis van je ziekte voor je naasten. Er is een infotheek met boeken en mogelijkheid om achter de computer zaken uit te zoeken. Verder zijn er allerlei aanvullende therapieën en cursussen zoals Tai Chi Tao, Beeldende Expressie, Conditie opbouwen en versterken,

Danstherapie, Yoga, Familie opstellingen.

Bij deze therapieën wordt je de mogelijkheid aangereikt om op een andere manier tegen de ziekte aan te kijken. Bijvoorbeeld door leren heilzaam te denken en te kijken naar je mogelijkheden in plaats van je onmogelijkheden. De therapieën worden gegeven door zelfstandige therapeuten, die een ruimte huren.

Niet alleen mensen met kanker zijn welkom, diverse cursussen zijn voor iedereen toegankelijk. Voor belangstellende organiseert Parkhuys Almere regelmatig thema-avonden.





Thuiskomen in de

Tekst en foto's: Richard van Ommen

Het kan soms raar lopen in het leven. Zo ben je hoofdredacteur van de Filmwijkkrant, en het andere moment ben je hotelier in de Ardennen. Dat gaat natuurlijk niet vanzelf. Het leven was goed: goeie baan, leuk huis in de BouwRAI, nog leukere huisgenoot, leasebak, gelukkig geen sleurhut. Eigenlijk het hoogst haalbare. En toch was dat niet genoeg.

Jaaaaren geleden in Bahia (Brazilië) zeiden we al tegen elkaar: "Leuk, zo'n poussada (familiehotelletje), zouden wij ook moeten doen." Dertien drukke werkzame jaren later is het er dan van gekomen. Daar was wel een zetje (reorganisatie op het werk bij één van ons) voor nodig. Toeval bestaat niet, maar toch liepen we toevallig tegen een waanzinnige plek aan, waar verhip ook nog een hotelletje op stond. Een gesprek met de eigenaresse leerde ons dat zij het wel wilde verkopen, na een scheiding en het verlies van haar ouders.

Stel je voor: je rijdt van Almere via Utrecht, Breda, Antwerpen en Brussel richting Luxemburg. Bij afslag 26 (Neufchateau) ga je nog zo'n 20 minuten door de bossen, je steekt de rivier de Semois over via de oude Pont Saint Nicolas, en rijdt vervolgens rechts een weggetje in dat eindigt bij de Roc du Paradis. Klinkt paradijselijk? Is het ook. Op dit rotsachtige uitkijkpunt, met volledig en rondom uitzicht op de Semois en de omringende bossen, wonen we nu. Rust, natuur en ambiance, waar vind je dat nog tegenwoordig? In België, op zo'n 3,5 uur rijden van Almere. Ik kan er uren over vertellen, maar een groot deel van het verhaal staat op onze website: www.lepointdevue.be. Zo heet dus ons hotel, en het betekent "uitzichtpunt". We zien herten, vossen, buizerds, uilen, heel veel reigers, en continu de Semois en de loof- en naaldbomen die ons omringen. Een sprookje, en helemaal met sneeuw!

We merken trouwens dat we het duidelijk anders doen dan andere hotels in deze streek. Wij bestieren het hele hotel met zijn drieën (waarvan 1 kok) plus kamermeisje. Dat betekent dat we zowel eigenaar zijn, als ober, boekhouder, houthakker, en noem maar op. Eigenlijk kom je bij ons thuis. Wel een heel groot huis, want we hebben 15 gastenkamers (met badkamer) en 3 grote gemeenschappelijke ruimten, compleet met open haard en een veranda met glas, vanwaar je een panoramisch uitzicht hebt. We merken dat gasten het hier heerlijk

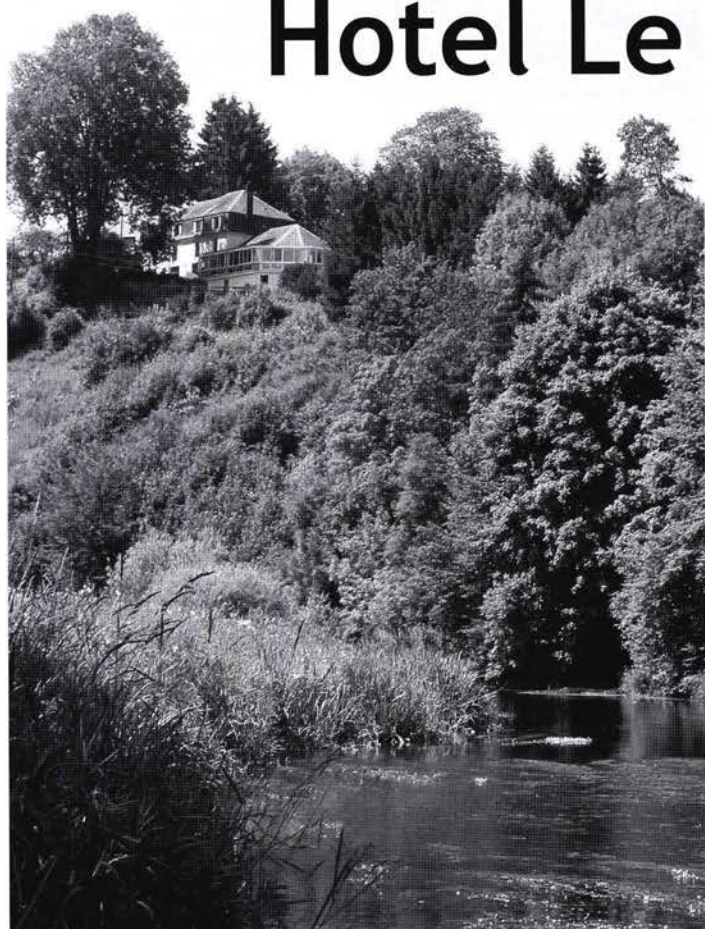
Ardennen

gemoedelijk vinden en overal een plekje kunnen zoeken voor een spelletje schaak of het lezen van een (strip)boek. In het najaar serveren we gastronomische wildmenu's, met wild (wild zwijn, hert, ree) dat hier aan de overkant wordt geschoten en wordt verwerkt door onze slager. Verser en lekkerder kan ECHT niet.

Sinds een paar maanden zitten we nu in de Gaume, zoals deze streek van België heet, ook wel genoemd de Provence van België. Maar ik heb bijna 8 jaar bij de Filmwijkkrant een fantastische tijd gehad, niet in de laatste plaats door al die fijne redactieleden. Het heeft me ook enorm geholpen me nog meer thuis te voelen in de Filmwijk. Ik wil hen allemaal

hier openlijk voor bedanken. Zij zullen het succes van de Filmwijkkrant zeker blijven volhouden. Een dergelijke wijkkrant is uniek, dat besef ik nu meer dan ooit.

Tot slot zou ik u veel plezier willen wensen in de boeiendste wijk van Almere en u allemaal van harte willen uitnodigen eens bij ons langs te komen in België, voor een (wild)weekend, voor een tussenstop op weg naar of terug van Frankrijk/Spanje (zomer of winter) of gewoon lekker een paar dagen in de zomer (er kan hier volop worden gekanoëd, gewandeld, gefietst en gezwommen). Dus hopelijk tot ziens en het ga u allemaal goed. Uw oud-hoofredacteur gedurende 7 jaar: Richard van Ommen.



Hotel Le

Point de Vue

**Thuiskomen in het mooist
gelegen hotel in de Ardennen,
op 3,5 uur van Almere.**

**Familiaal, gastronomie en rust.
Nederlandstalig.**

**Fantastisch uitzicht rondom op
de Semois en bossen.**

LO € 42,- of HP € 70,- (p.p.p.n.)

**Direct vanuit het hotel wandelen,
fietsen en kanoën.**

**Bezoek kastelen, abdijen en
brouwerijen.**

www.lepointdevue.be

Of bel voor informatie:

0032 61 31 17 45

Greta

De straat: Greta Garboplantsoen

Ijskoningin van het witte doek

Tekst: Herma van Laar en Simone Koorn. Fotografie: Marc Puijk.



Ook te zien
in uw bios

Cinescope, de andere bioscoop

De legendarische filmdiva Greta Garbo is de ultieme Hollywoodlegende. Haar schoonheid en mysterieuze persoonlijkheid, en ook haar grote acteertalent maakten haar tot een levende legende. Toch speelde ze de laatste vijftig jaar van haar leven in geen enkele film.

De Zweedse Sfinx

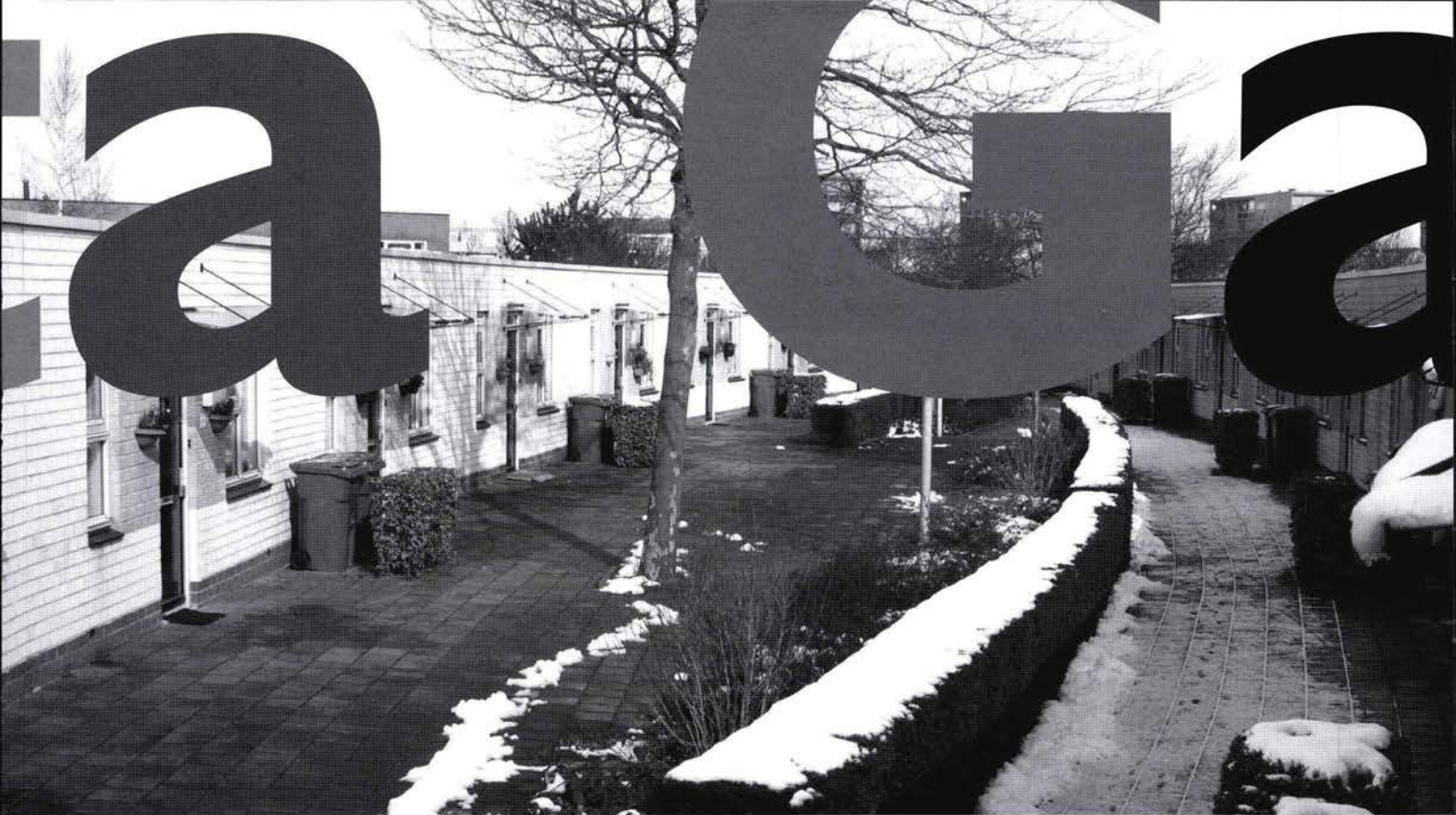
De Zweedse Greta Garbo, eigenlijk Greta Lovissa Gufstafsson (18 september 1905) groeide op in een arm gezin in Stockholm. Toen ze veertien was, overleed haar vader en moest ze gaan werken in een warenhuis. Vanaf 1921 acteerde ze in films en in 1924 werd ze ontdekt door regisseur Mauritz Stiller. Haar doorbraak kwam in *Die Freudlose Gasse* (1925). Toen Stiller door de baas van MGM naar Hollywood gehaald werd, ging zij mee. Jarenlang speelde ze de sterren van de hemel en werd ze één van de belangrijkste actrices van de stomme film. Garbo, bekend als een wat kille, maar tegelijkertijd gepassioneerd verleidster kreeg al snel de bijnaam "The Swedish Sphinx".

Being Alone

In 1927 ontmoette ze de acteur John Gilbert op de set van *Flesh and the devil*. Al snel maakten ze trouwplannen. Maar op de heugelijke dag zelf kwam Garbo niet opdagen. Later stond ze bekend om haar zelfverkozen eenzaamheid. 'Being Alone' werd haar handelsmerk.

Kluzenaar

Toen begin jaren '30 de geluidsfilm opkwam vreesde men dat haar stem, met een zwaar Zweeds accent, het einde zou betekenen voor haar carrière. Niets bleek minder waar. Hoogtepunten van de geluidsfilm zijn: *Anna Christie* 1930, *Mata Hari* 1932, *Grand Hotel* 1932, *Anna Karenina* 1935, *Camillie* 1936 en *Ninotschka* 1939. In haar rol van Anna Karenina was het adembenemend om te zien hoe ze verscheurd werd tussen haar man, haar minnaar en haar zoon.



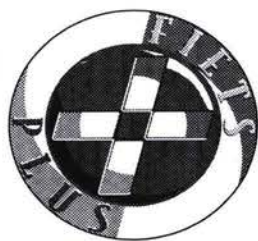
Toen door de Tweede Wereldoorlog de Europese markt wegviel begreep Garbo dat de wereld voorgoed veranderd was. Ze had een hekel aan het studiosysteem in Hollywood en toen ze niet meer de rollen kreeg die ze verdiende, stopte ze abrupt om nooit meer voor de camera's te staan. Ze trok zich terug en leefde als een kluizenaar in haar appartement in New York. Ze overleed op 15 april 1990.

Gepassioneerde relatie

Recentelijk zijn brieven van Garbo openbaar gemaakt die een ander licht werpen op het leven van deze teruggetrokken ster. Ze schreef 27 jaar lang met haar vriendin Mercedes De Acosta. De brieven getuigen van een intieme, gepassioneerde relatie. Hun relatie bekoelde toen Acosta hierover een boek publiceerde. Garbo werd driemaal genomineerd voor een Oscar, maar won er geen. In 1954 kreeg ze een ereprijs.

'We worden hier allemaal goed oud'

De woningen aan het Greta Garboplantsoen zijn gebouwd voor ouderen, op korte afstand van het gezondheidscentrum, de bushalte en met groen in de omgeving. Door twee gebogen bouwblokken ontstaat aan de binnenzijde een gemeenschappelijk hofje. De bewoners die we spreken zijn vol lof: 'Een fijn huis, hele goede burens. We kennen elkaar. We zeuren niet en staan voor elkaar klaar.' De woningen zijn ruim van opzet en bieden precies wat je nodig hebt. 'De scooter van mijn man kan makkelijk in de hal staan.' Alle ruimten zijn op de begane grond. 'Heerlijk, geen bovenburen meer!' Op de kop van de huizenrij is een gemeenschappelijke huiskamer ingericht. 'Vooral de eerste jaren werd daar goed gebruik van gemaakt, helaas nu wat minder.' De tuintjes zijn ook precies goed: 'Als ik zomers in de tuin zit en uitkijk op de andere huizen met de witte schuurtjes is het net Spanje'. Net als Greta Garbo wordt iedereen hier goed oud!



BATAVUS
GAZELLE
LOEKIE
UNION
ONDERDELEN
BEDRIJFSFIETSEN
REPARATIES

**OVERDEVEST
FIETSPLUS**

036-5409040



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

Boomgaardweg 1 1326 CS Almere



**Verzekeringen
Hypotheken
Pensioen
Financieringen**

Verzekeren is een zorg van nu
en biedt zekerheid voor later.

Wij maken graag een afspraak voor het geven van
vrijblijvend advies bij u thuis.

Pasolinistraat 50
1325 SL Almere
Tel : 036 - 54 70 905
Fax: 036 - 54 70 906
e-mail: info@vzassurantien.nl
www.vzassurantien.nl

Massagepraktijk Origo

voor sport- en ontspanningsmassage



Sportmassage
Ontspanningsmassage
(Sport)massage bij u thuis

Massage- cadeaubon
Strippenkaart

Hollywoodlaan 172
1325 KB Almere (Filmwijk)

T 036 - 530 37 85
M 06 - 452 265 47

I www.massage-origo.nl
E info@massage-origo.nl

Lid Nederlands Genootschap voor Sportmassage (NGS).



CARLA LE NOBLE
filmwijk

Marty Feldmanstraat 58

Gediplomeerd. Pedicure.



Cert. Diabetische voet.



Lid ProVoet.

Tel: 036-5409524 / 06-14748746

www.carlapedicure.nl

e-mail carlapedicure@wanadoo.nl



PRAKTIJK VOOR VOETREFLEXZONE THERAPIE

Ingrid Lunde
Gediplomeerd voetreflex therapeut

Pijn, moe, depressief?

Probeer dan eens voetreflextherapie.

Reflextherapie gaat er vanuit dat lichaam en geest één zijn. Als het één uit balans is, is er een verstoorde harmonie in die eenheid. Door voetreflexbehandelingen kunnen verstoringen die zich in het lichaam hebben gevormd, worden opgeheven.

Enkele voorbeelden die met succes worden verholpen zijn: Maag- en darmklachten (spastische darm), hoofdpijn, rug-, schouder- en nekklachten, tennisarm, stress, allergie, reumatische klachten (bijv. fibromyalgie) enz.

Bel voor informatie of het maken van een afspraak:

Ingrid Lunde
Truffautstraat 44 Almere (Filmwijk-Zuid)
Tel. 036 - 545 1448
www.ingridlunde.mysites.nl



De magische wereld van Arnold Jongkind

Tekst: Connie Franssen.

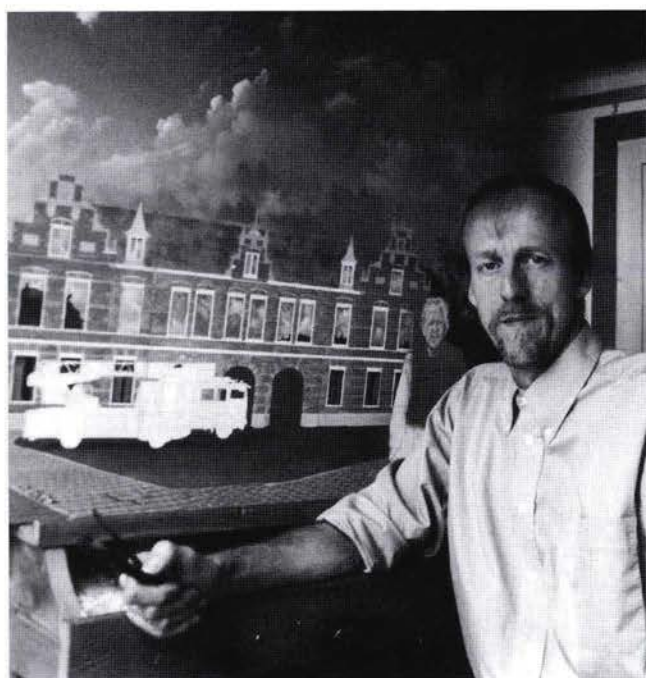


Arnold Jongkind, - nee, geen familie van de beroemde kunstenaar – exposeert zijn magische schilderijen tot half juni in het Gezondheidscentrum Filmwijk. Zijn schilderijen getuigen van een groot vakmanschap, voorwerpen worden met fotografische precisie verbeeld. De thema's hebben te maken met fantasy, sf, een magische wereld...

"Ik heb geen opleiding gehad," vertelt Arnold. "Het kwam gewoon niet in me op dat zoiets tot de mogelijkheden kon behoren. Ik ben als jongere begonnen met het schilderen van vliegtuigen, stond eindeloos te kijken op Schiphol naar alles wat voorbij kwam. En we hadden een buurman die schilderde, hij had een atelier in de tuin. Dat fascineerde me wel. Maar dat ik dat zelf als beroep zou kunnen uitoefenen, nee. Ik werk in de keuken bij een verzorgingshuis in Weesp. Hierboven op zolder heb ik een klein atelier. We zijn erg blij met dit huis in Almere, hiervoor woonden we op een flat in Weesp. Tien jaar geleden zijn we in de Filmwijk komen wonen. Fijne wijk, we hebben vrij uitzicht aan de voorkant."

Boven op zolder is het atelier. Een mooie, lichte ruimte. Er hangt een enorm Hieronymus Bosch-achtig schilderij aan de muur. Op de ezel staat alweer het volgende werk in wording. Arnold Jongkind: "Ik heb een tijdje gezocht naar mijn stijl. Landschappen, stillevens maar ik kwam uit bij de fantasy, er zit wat achter. Willink is wel een voorbeeld voor me, magisch

realisme spreekt me aan. De verbeelding van een andere wereld, dat wat mogelijk zou kunnen zijn. De zoektocht van de mensheid, surrealistische schilderijen eigenlijk. Zo'n eigen stijl ontwikkelen gaat langzaam. Het ontwikkelt zich nog steeds, als ik aan een schilderij bezig ben, denk ik al aan het volgende....Er staat al een aardige voorraad schilderijen dus de expositie komt mooi uit. Het zou fijn zijn als er wat verkocht wordt!"



Tandartsenpraktijk Operetteweg

Bij Tandartsenpraktijk Operetteweg kan U terecht voor:

- Algemene Tandheelkunde
- Kindertandheelkunde
- Cosmetische Tandheelkunde
- Mondhygiëne behandelingen

De praktijk is open tot 21:00 's avonds

In de kliniek wordt gewerkt volgens de hoogste kwaliteitseisen, de strengste hygiëne normen en met de meest geavanceerde apparatuur. In de praktijk werken uitsluitend in Nederland opgeleide tandartsen.

De praktijk is gevestigd in de Muziekwijk en is met de auto te bereiken via de Hollandsedreef. Wij zitten op 5 minuten loopafstand van het NS -station Almere Muziekwijk.

U bent van harte welkom!



Openingstijden: Ma-Di-Vrij 11:00-21:00 en zaterdag 9:00 -17:00

| Operetteweg 74, 1323 VC Almere | Telefoon 036 53 67 444 | Fax 036 54 98 040

Kort, kort, kort, Kort

Tekst: Connie Franssen.

Filmwijkcentrum is jarig!

Het filmwijkcentrum bestaat 5 jaar en dat moet gevierd worden! Op 22 april 2006 bent u dan ook van harte welkom in het Filmwijkcentrum aan het Walt Disneyplantsoen 86-88. Alle activiteiten die plaatsvinden in ons buurtcentrum zullen op deze feestelijke dag de revu passeren. Beeldhouwen en bodyline werd gegeven onder de bezielende leiding van Marijke Bolt en Marjan Linger. Zij waren een van eersten die hun activiteiten uitvoerden in ons centrum. We bieden u een dagprogramma met beeldhouwen (expositie), schilderkunst, aquarellen, zang (koor), Argentijnse tango (demonstratie) en nog vele andere activiteiten dragen. Ook onze jeugd wordt niet vergeten: voor hen zullen diverse spellen worden gehouden zoals voetbal en sjoelen. De jubileum commissie die zorg draagt voor de organisatie stelt het uiteraard bijzonder op prijs als velen onze feestdag bezoeken. Een programma-overzicht is gratis te verkrijgen in het buurtcentrum. Filmwijkers, u bent van harte welkom !!!!!

Oproep: lever uw input voor de volgende Filmwijkkrant!

Het zomernummer van de Filmwijkkrant wordt een themanummer over parken en plantsoenen in de wijk. Wat willen/vinden Filmwijkers van hun parken en plantsoenen? Moet het Lumièrepark een Vondelpark worden? Wat zou u willen doen in en met het Laterna Magicapark? Laat het ons weten! Mail uw bijdrage voor 31 april naar connie@filmwijkkrant.nl.

Spinnen voor het goede doel

Zondag 26 februari spinden een aantal Almeerders zich in sportschool Healthfit Center boven de Vomar in het zweet voor het KWF. Er kon ingeschreven worden voor spinrondes van een tot drie uur. Na zes uur spinnen stond de teller op 1157,50 euro: een mooi bedrag dat rechtstreeks in de pot van het KWF gestort werd. Het geld wordt door KWF gebruikt om onderzoek te doen naar ontstaan en behandeling van kanker. Een goed initiatief van fitnessinstructeur Delano Velthuis!

Filmwijker schrijft kinderboek

Robin Raven is schrijver van 'de Vloek van Pak' een spannend kinderboek voor 10+ dat in mei bij uitgeverij Goor verschijnt. In een volgend nummer van de FWK plaatsen we een interview met de schrijver. We lichten een tipje van de sluier op ... De stem sprak langzaam en duidelijk, alsof ik geen woord van zijn verhaal mocht vergeten. Het was een vreemde stem, een onbekende stem, die mij gebruikte om zijn boodschap door te geven! 'Indonesië is een van de grootste landen ter wereld. Je hebt daar prachtige dieren: slangen die tien meter kunnen worden, apen die soms dorpen aanvallen, tijgers, draken, zwijnen en vogels in alle kleuren. 'In Indonesië zijn geheimzinnige mannen en die noem je doekoens. Ze helpen je als je ziek bent, maar ze kunnen je ook vervloeken. Doekoens kunnen zichzelf onzichtbaar maken, veranderen van vorm en zijn soms op tien plaatsen tegelijk. In Indonesië hebben de mensen een glimlach voor alles, ook als ze droevig of kwaad zijn.'

Afvalcontainers

Op veel plekken in de wijk zijn nieuwe afvalcontainers geplaatst. De nieuwe afvalcontainers bestaan uit een ingegraven betonnen buitenbak en een uitneembare binnenbak. De binnenbak is geïsoleerd waardoor geluidsoverlast beperkt wordt. De bediening van de inwerpzuil is eenvoudig. De containers worden regelmatig geleegd. De frequentie daarvan wordt afgestemd op de praktijk. De scholen gaan overigens gewoon door met het inzamelen van oud papier voor een extra zakcentje!!

Zandhopen aan het Weerwater...

De zuidoever van het Weerwater ligt flink overhoop. De busbaan die over de Veluwsekant loopt, wordt daar namelijk doorgetrokken.

Programmaoverzicht

Filmwijkcentrum

Aquarelleren: maandagochtend en woensdagavond. Bridge: maandagmiddag, dinsdag, woensdagavond, donderdag. (bridgeclub Stad), vrijdag (Bel Air) Biljart: maandag en donderdag Teken/schilderen: donderdag ochtend, middag. Teken: donderdagavond. Buikdans: woensdagavond (keuze uit antistress, bollywood, sport, proefles 5,50 10 lessen 55,00. Koor New land. Ton: 533 47 63

De transparante Verbinding

is een nieuwe stichting voor maatschappelijke participatie, culturele projecten en (re)integratie. Per 1 april geopend op de David Nivenweg 1. Informatie: www.detransparanteverbinding.nl

Health Buddy project

Tekst: Marcel Knijn. Foto: Simone Koorn.

Filmwijk
Gezondheidscentrum

Vanaf januari zijn de praktijkondersteuners van gezondheidscentrum Filmwijk Ylva de Wit en Inge Beers betrokken bij een onderzoek onder diabetespatiënten (mensen met suikerziekte). Technische hulpmiddelen gaan in de zorg steeds vaker een plaats innemen. In het project 'Telebegeleiding bij mensen met diabetes mellitus type 2' wil Zorggroep Almere onderzoeken of het mogelijk is om mensen met diabetes op afstand intensiever te gaan begeleiden.

De telebegeleiding wordt uitgevoerd met behulp van de 'Health Buddy' die thuis moet worden aangesloten aan het telefoonnet. De 'Health Buddy' is een soort kastje met een scherm en vier knoppen. Dagelijks verschijnen er een aantal vragen op het scherm die de deelnemer dan moet beantwoorden. De antwoorden komen uiteindelijk terecht bij de praktijkondersteuner. N.a.v. deze antwoorden kan de praktijkondersteuner meer gerichte begeleiding geven. Soms blijkt dat de deelnemer niet goed weet wat de

invloed is van bepaalde voedingsmiddelen of beweging. De praktijkondersteuner signaleert dat en op die manier kan zij de deelnemer beter ondersteunen.

Niet alle deelnemers krijgen een 'Health Buddy'. Er is een controlegroep en een groep met de Health Buddy. De laatste groep krijgt de Health Buddy gedurende 6 maanden mee naar huis en de controlegroep krijgt zorg zoals gebruikelijk. Elke 3 maanden worden beide groepen op het spreekuur van de praktijkondersteuner gezien. Daarnaast krijgen alle deelnemers een vragenlijst die zij mogen invullen. Na anderhalf jaar worden de beide groepen met elkaar vergeleken en kan men concluderen in hoeverre het gebruik van de 'Health Buddy' bijgedragen heeft aan de gezondheid van de deelnemers.

In ons gezondheidscentrum zijn een aantal patiënten uitgenodigd om mee te werken aan dit onderzoek. Mochten de resultaten na gebruik van de 'Health Buddy' positief zijn, dan is het mogelijk dit apparaat ook te gebruiken bij andere chronische aandoeningen als astma/copd en hartklachten.

Arts in opleiding tot specialist in Gezondheidscentrum Filmwijk

De meeste mensen, die wel eens in ons gezondheidscentrum komen, zullen het inmiddels wel weten: bij ons worden basisartsen opgeleid tot huisartsen! De dokters Cleuren, Bosma en Zegwaard werken hiertoe samen met de Universiteit van Amsterdam: zij zijn de "opleiders". De Arts In Opleiding tot Specialist (AIOS), is een afgestudeerde dokter en volgt een aanvullende 3-jarige opleiding om huisarts te worden, deels in ons gezondheidscentrum Filmwijk. Het eerste jaar draaide dr. Falix mee in de praktijken van Cleuren en Bosma, het 2e jaar dr. Botman in de praktijken van Bosma en Zegwaard en dit jaar werkt dr. Noll in de praktijken van Zegwaard en Cleuren.

Deze opleidingssituatie heeft verschillende voordelen. In de eerste plaats dragen we op deze manier bij aan het landelijk te verwachten tekort aan huisartsen, in de

tweede plaats maken we toekomstige collega's enthousiast om te komen werken in Almere (met de voortdurende groei van onze stad, groeit ook de behoefte aan huisartsen). Daarbij zullen de patiënten er direct (meer consultplaatsen) en indirect (een nog weer beter opgeleide eigen huisarts) voordeel van hebben. Het voordeel voor de opleiders is, dat hun manier van werken wordt getoetst aan de nieuwste inzichten en dat zij nog weer verder bijgeschoold worden op de Universiteit van Amsterdam. We zien het als een grote eer, dat ons centrum goed is bevonden om opleidingspraktijk te worden!

Wat merken de patiënten van deze opleidingssituatie?

Patiënten uit de praktijken van de opleiders zullen vaak gevraagd worden om gezien te worden door de Arts in Opleiding. De eigen huisarts verliest de patiënt daarmee

niet uit het oog, want de AIOS overlegt veel en ook achter de schermen kijkt de opleider mee. De opleider ziet hierdoor en door de aanvullende opleiding op de Universiteit, zelf wel minder patiënten uit haar/zijn praktijk. Soms zal u door beide artsen tegelijk gezien worden, soms zal, uiteraard alleen met uw toestemming, een video-opname gemaakt worden van een gesprek tussen patiënt en arts (alleen voor leerdoeleinden). Het is onze ervaring, dat patiënten het in het algemeen wel prettig vinden, om een episode behandeld te worden door een arts in opleiding, die vaak wat meer tijd en aandacht, en soms weer eens een andere inbreng heeft dan de eigen huisarts. Wij als opleiders, willen daarom van harte stimuleren, dat patiënten een periode gezien worden door onze AIOS.

Dr. Cleuren, dr. Bosma en dr. Zegwaard, huisartsen in Gezondheidscentrum Filmwijk



Even voorstellen: een nieuw gezicht in Gezondheidscentrum Filmwijk

Tekst: M.J. van Houten.

In verband met het bereiken van de pensioengerechtigde leeftijd heb ik per 1 februari 2006 de praktijk van huisarts de Jong overgenomen. Graag wil ik via de filmwijkkrant iets meer over mijn achtergrond vertellen.

Na mijn studie geneeskunde (én de academie voor lichamelijke opvoeding) heb ik als poortarts de verhuizing van het Burgerziekenhuis naar het Flevoziekenhuis in Almere meegemaakt en was dus de allereerste arts-assistent in het Flevoziekenhuis. De Filmwijk bestond toen nog niet. Zelf woonde ik in Amsterdam en zag vanuit het raam van de eerste hulp deze wijk in een enorm tempo oprijzen uit het vlakke

polderlandschap.

Na mijn huisartsen opleiding heb ik korte tijd in Muziekwijk gewoond in en waargenomen in Kruidenwijk en mijn eerste dochter gekregen.

Vanwege de opleiding van mijn echtgenoot heb ik vervolgens ruim 5 jaar gewoond en gewerkt in zuid-limburg en er nog twee geweldige dochters bij gekregen.

De definitieve werkplek van mijn echtgenoot werd ziekenhuis Amersfoort. Hij is daar revalidatiearts en heeft als specialisme "de handen" en "de voeten". Vele jaren werkte ik in dienst van een andere huisarts in het soesterkwartier in Amersfoort en heb het daar heel erg naar mijn zin gehad. Samen creëerden we vanuit diverse solopraktijken een

modern gezondheidcentrum.

Een eigen praktijk zat er daar vanwege de stabiele omvang van de patiënten getallen en de jeugd van mijn collega's niet in, vandaar mijn start hier.

De keuze voor een gezondheidcentrum stond wat mij betreft vast en gezondheidcentrum Filmwijk bood mij de mogelijkheid.

Ik heb mijn spreekuren op maandag t/m donderdag en heb voorlopig op vrijdag een vrije dag.

Uiteraard zal een uitgebreidere kennismaking tijdens spreekuurbezoek plaatsvinden en hoop ik hier een even tevreden patientenkring op te bouwen als in Amersfoort.

M.J. van Houten,

Openingstijden: Op werkdagen van 08.00-17.30 uur

Telefooncentrale: Tel: 535 76 00 (vanaf 08.30 uur)

Centrummanagement: Tel: 535 76 00 (Dhr. M. Knijn)

Receptie: Tel: 535 76 00

Artsengeneeskunde: tussen 08.00 en 17.00 uur

Tel: 535 76 01/535 76 02

Thuiszorg: Tel: 540 90 10

Consultatiebureau/wijkverpleging: Tel: 535 76 00

Apotheek: Tel: 535 76 50

Fysiotherapie: Tel: 535 76 80

Maatschappelijk werk: Tel: 535 76 00

Diëtiëk: Tel: 535 76 00

Tandheelkunde: Tel: 0800 - 633 46 28

Het verkopen van uw huis...

... een belangrijke stap in uw leven waar veel bij komt kijken. Een gedegen persoonlijke begeleiding door een ervaren makelaar is dan ook een must. Maar ook de presentatie van uw pand, de bezichtigingen tot en met de onderhandelingen over de prijs van uw pand vereisen een vakkundig aanpak.

Wij zetten alles op alles om uw pand voor de beste prijs te verkopen!

Indien nodig schakelen we zelfs een interior designer in of gebruiken we videopresentaties op internet. In een persoonlijk gesprek kunnen we samen de verkoopmogelijkheden van uw huis bespreken.

Wilt u meer weten? Bel dan snel voor een afspraak.



Erik Oerlemans

NVM MAKELAARDIJ

www.oerlemansmakelaardij.nl
Meer dan 20 jaar ervaring

funda



Simon van Collemstraat 192 (036) 5376887 erik@oerlemansmakelaardij.nl

BODY-ZONE

praktijk voor

Sport-/ontspanningsmassage ~ Hot Stone massage
Stoelmassage ~ Hoofdmassage ~ Aromatherapie
Total Relax behandeling ~ Cadeaubonnen

Nu eenmalig 2,50 korting op een behandeling

(lever daarvoor deze advertentie in bij body-zone; geldig t/m eind maart 2006)

Kijk op de website welke behandelingen allemaal mogelijk zijn

www.body-zone.nl

Body-Zone, Bert Haanstrahof 7, 1325 XB Almere, mobiel: 06 10 55 87 94

Geef de pen door... door Bernice Rozenboom

Alleen in Almere

In de rubriek 'De Pen' schrijven Filmwijkers zelf wat ze vinden van wijk en stad. Wilt u de pen een keer vasthouden? Laat het ons weten!

Een nieuwe stad, een nieuwe uitdaging. Net zoals iedereen ben ik vanuit een andere stad naar Almere verhuisd. Je komt dan terecht in een redelijke nieuwe stad en nieuwbouwwijk en zomaar op de fiets stappen en naar vrienden gaan was voor mij niet meer van toepassing. Dus wilde ik nieuwe mensen leren kennen in mijn nieuwe woonomgeving. Dat was lastiger dan ik had gedacht. Lag het aan de stad, mijn leeftijd of aan iets anders?

Ik probeerde van alles: het uitdelen van 'sociale visite kaartjes' aan mensen die mij leuk leken, nam zitting in commissies, benaderde andere ouders via de school van mijn kinderen....

Het lukte niet en dat lag ook aan mij. Door mijn werk beschikte ik over minder vrije tijd en ik

verheerlijkte de stad waar ik vandaan kwam met als gevolg veel heen en weer pendelen tussen de oude stad en Almere. Uiteraard heeft het maken van nieuwe vrienden tijd nodig, helemaal als je vrienden elders hebt, werkt en kinderen hebt.

Almere kent geen oude kroegen waar je op zaterdagmiddag samen met je kinderen naar toe kunt gaan. Dit miste ik het meest, omdat dit bij uitstek gelegenheden zijn waar je contacten op kunt doen. Heerlijk een kop koffie, thee of een glas wijn drinken en toe kijken hoe je kinderen ongedwongen contact maken met andere leeftijdsgenoten. Zodat jij ook makkelijker in contact komt met de ouders.

Ik woon nu met redelijk veel plezier in Almere via school heb ik contacten opgedaan, zo ook in winkels en de straat waar ik woon. Het gevoel dat ik me in deze stad meer 'thuis' ga voelen komt steeds meer.



centrum NATARĀJA YOGA

Yoga: Kracht en ontspanning in balans

Introductie cursus

cursus van 8 lessen om kennis te maken met yoga

Basisniveau

degelijke beoefening van alle basis-yoga oefeningen

Middenniveau

deze lessen zijn intensiever dan de basislessen en vragen om een goed lichaamsbewustzijn

Basis eenvoudig

Eenvoudige oefeningen in een rustig tempo

Voor data introductie cursussen,
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)



UTOPOLIS

more, moments & more!



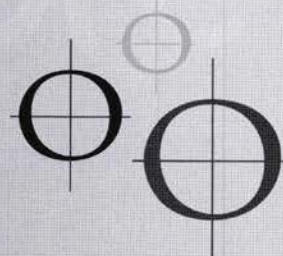
EXTRA VOORDEELIG NAAR DE FILM?

.....Met ruim 25% korting
betaalt je nu slechts € 6,00
voor je bioscoopkaartje!
Zoveel voordeel heeft de
filmknipcard. Met deze
kaart waarvoor je eenmalig
€ 30,00 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.



*Genieten in het donker op
de meest comfortabele
stoelen en het grootste
scherm van Nederland.*

De FilmKnipCard is persoons-
gebonden en verkrijgbaar aan
de kassa van de bioscoop.



LET'S FIX IT

- HELPDESK AAN HUIS
- LEVERING & (HER)INSTALLATIE van HARD- & SOFTWARE
- NETWERKEN(BEHEER)

Voor meer informatie:

WWW.LETSFIXIT.NL

Peggy Ashcroftstraat 46 - 1325 KH Almere
Tel. : (036) 533 5965 - GSM: (06) 402 86 709
Fax : (036) 540 1102

UW HELPDESK AAN HUIS



Woensdag kinderknipdag

Kinderen t/m 10 jaar normaal € 10,-. **Woensdag € 8,50!**

Kinderen t/m 15 jaar normaal € 13,50. **Woensdag € 12,-!**

Wassen/knippen voor dames en heren € 16,50

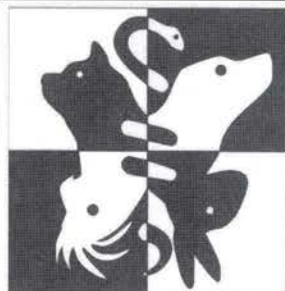
Nieuw: Knipkaart!

Openingstijden:

ma 12.00 - 17.30 uur	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



DIERENARTSEN PRAKTIJK BLOMMAART

tel. nr.: 036 - 537 70 74

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

fax: 036 - 537 90 78

Dierenartsen:

R.A.M. Blommaart

A. de Winter

Consult/Spreekuur

Openingstijden

Cinemadreef 2
1325 EM Almere

Op afspraak
Inloopsprekuren ma t/m vr 08.30-09.00

maandag t/m vrijdag
08.30 - 19.00 uur

Voor
ziekenfonds &
particulier
verzekerden

Meijer Orthopedie



SINCE 1931

- Pro- en orthesen • Borstprothesen • Inlays
- Elastische kousen • Corsetten • (Sport) bandages
- Revalidatie-artikelen • Verhuur rolstoel en loophulpmiddelen
- Ook zaterdag geopend in Amsterdam en Hilversum

Amsterdam

1e Constantijn Huygensstraat 68
020 - 618 05 55

Bussum

Brinklaan 26
035 - 693 62 38

Almere-Stad

na telefonische afspraak
036 - 535 76 00

Almere-Haven

na telefonische afspraak
036 - 531 54 14

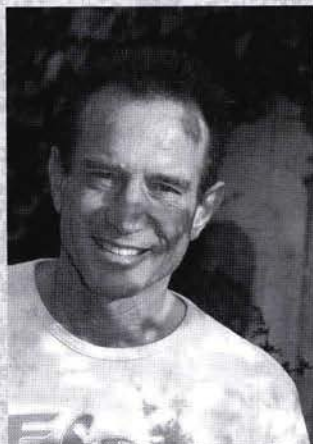
Hilversum

Gijsbrecht van Amstelstraat 25E
035 - 624 30 01

Lelies

Tekst: Rob Verlinden. Foto: Marc Puijk.

Lelies zijn zomerbloembollen. Vroeger waren ze zoals alle zomerbloembollen (denk aan dahlia's, knolbegonia's, gladiolen enz.) heel populair om in de tuin te planten. Helaas is het gebruik van zomerbloembollen bij veel mensen vergeten of onbekend. Liever worden er na 15 mei, in verband met de IJsheiligen, kant en klare zomerplantjes gekocht. Terwijl het toch erg leuk is om een bol of knol in je tuin te planten, die uitgroeit tot een prachtige, bloeiende plant. Zoals bijvoorbeeld de lelie.



Zomerbloembollen combineren ideaal met eenjarige en vaste planten. Het is nu de tijd om een keuze te maken uit het enorme assortiment van zomerbloeiende bollen. De plant tijd is mei en ze bloeien vanaf juli tot de vroege herfst. De lelie wordt wel eens de koningin der bloembollen genoemd.

Dat komt door de grote, fascinerende bloemen, die vaak ook nog een heerlijke geur verspreiden. De lelie komt oorspronkelijk uit China en Japan, maar er kwam in het wild rondom de Middellandse Zee en in zuidwest Azië ook een soort voor. Als snijbloem is de lelie heel populair in Nederland en daarom wordt hij hier zeer veel gekweekt. Wil je lelies in je tuin planten, dan zal je ze toch met enige zorg moeten behandelen.

De meeste leliebollen zijn niet winterhard, dus laat je ze in de tuin staan, dan kunnen de bollen in de winter bevriezen. Terwijl juist veel tuinliefhebbers ze willen laten verwilderen. Dat kan wel maar dan moet je ze vrij diep planten, 20 cm diep in de grond is heel normaal. Bovendien is het raadzaam als het hard vriest de plaatsen waar de lelies staan te bedekken met stro. De meeste leliebollen maken wortels aan de bovenkant van de bol. De jonge bolletjes die ieder jaar opnieuw ontstaan, groeien ook aan de bovenkant van de bol. Ieder jaar komen de bollen dus hoger te staan. De bollen na een paar jaar uit de grond halen is dus heel belangrijk. Dit kun je het beste doen in de maand april.

Lelies houden van vruchtbare tuingrond. Wil je dus lelies in je tuin zetten, dan zal dat in een goede potgrond moeten gebeuren. Maak een ruim plantgat van 25 cm diep, doe daar een klein laagje potgrond in en plant de bol, vervolgens vul je

het hele gat met potgrond. Dit is vanwege de wortels die aan de bovenkant van de bol groeien. Je moet wel zorgen dat een lelie niet op een plek in de tuin staat waar water blijft staan na een regenbui. De bol kan dan verrotten. Maar een leliebol mag ook niet uitdrogen, de grond moet daarom altijd dezelfde vochtigheid houden. Maar de bloemen en stengels houden juist wel van zon. Daarom kun je lelies het beste tussen lage planten zetten. Het blad van de lage planten zorgt dat de zon de grond niet kan uitdrogen, terwijl de stengels en bloemen de volle zon krijgen.

Er is een kevertje dat helaas verzot is op de lelie, dat is het leliehaantje. Een prachtig oranje-rood kevertje, dat eerst de bladeren opvreet en vervolgens eitjes legt op de stengels. Hieruit komen slijmerige, vieze larven die in korte tijd de hele plant opvreten. Het is daarom raadzaam als je de kevers ziet, deze te vangen. Ze laten zich makkelijk vangen, ze schijnen de lelie zo lekker te vinden dat ze nauwelijks reageren als je ze oppakt. Doe je dit op tijd dan heb je geen last van het leliehaantje.

Ik noem al deze dingen niet op om u af te schrikken om lelies te planten, maar juist om te zorgen dat lelies op de juiste manier behandeld worden en weer hun ouderwetse plaats in de tuin terugkrijgen. De tuinlieden van vroeger maakten volop gebruik van lelies in hun zomerplanten combinaties vanwege de talloze soorten en kleuren. De koningin van de bolgewassen moet haar plek weer terugkrijgen in de tuin.





Oscar Doeve

De jongste kano-instructeur van Nederland

Tekst: Mariëlle Mulder. Fotografie: Marc Puijk.

In 2004 richtte Filmwijker Henk Doeve het bedrijf Kanokay op en vroeg zijn vijftienjarige zoon Oscar om hem hierbij te helpen. Oscar hoefde niet lang na te denken hierover en werd hierdoor de jongste kano-instructeur van Nederland.

De vonk

Oscar: "Mijn vader kanoet al vanaf 1979. Ik deed vroeger wel mee, maar vond het eigenlijk niet zo leuk."

Vader Henk: "Volgens mij sloeg de vonk pas over in Frankrijk, toen we met een tweepersoons kajak de zee opgingen. We gingen ineens even snel en je hoefde niet achter mij aan te gaan, wat altijd het geval is als we met twee kano's op pad gaan. Ik weet nog dat ik op de terug weg zei: 'nu even netjes, want misschien staat je moeder te kijken'. Toen gingen we als een speer door de branding en tussen de rotsen door."

Oscar beaamt dit: "En met een grote vaart het strand op. Daarna zijn we naar Cornwall in Engeland gegaan om boten te kopen, het type kano wat we daar hebben gekocht is niet in Nederland verkrijgbaar. En dat was gaaf, een trailer met 16 kano's."

Opleiding

"Toen ik eenmaal toegezegd had om mee te helpen in het bedrijf van mijn vader moest ik dus mijn diploma's halen. Ik heb hiervoor les gehad van Engelse coaches. Uiteindelijk hebben

zij niet het examen afgenomen. We hebben het voor elkaar gekregen dat een examiner uit Engeland over is gekomen en hij heeft mij en nog vijf andere het examen afgenomen. Dat examen begon op vrijdagavond en eindigde zondagavond. Het is eigenlijk opleiding en examen in één." Henk: "De examiner let tijdens het examen erop of je progressie boekt, als dat zo is, dan kun je leiding geven." Oscar: "Ik was 15 toen ik mijn diploma voor assistent instructeur haalde. Ik heb de opleiding gevolgd bij de British Canoe Union (BCU). Niet alleen de 'Two Star' opleiding en de 'Level One Coach' die nodig is om les te mogen geven, maar ook de 'Life Guards Canoeing Safety Test'. Hierbij leer je om reddingen op zee en dergelijke uit te voeren. Ook moest ik mijn EHBO diploma halen."

Lesgeven

"We geven overal in Nederland les. Maar onze vaste standplaats is bij de Leeghwaterplas. Naast les volgen is het ook mogelijk om alleen een kano te huren. Dan krijg je een korte instructie. Ik vaar dan meestal een rondje mee, als dat goed gaat mogen de mensen zelfstandig op pad, mits ze wel in de buurt blijven. Ook geven we lessen aan groepen." Henk: "Vorig jaar hebben we les gegeven op het Baken Park Lyceum. De eerste les hebben we in de gymzaal gegeven, droog les dus. Daarna zijn we wel naar buiten gegaan, op het water lag een dun laagje ijs. Dat werd dus ijskanoën." Oscar: "Weet je hoe zwanen over het ijs gaan? Met een kano doe je eigenlijk



hetzelfde. Je moet de voorkant op het ijs leggen en dan het gewicht erop zetten zodat het ijs breekt. En dat maakt een herrie!

"De grootste kick was toch wel toen ik een man van 79 les gaf. Hij was heel erg bang om van de kant af te gaan, maar na twee lessen van twee uur ging hij als een speer het water op, dat was echt gaaf."

Zijn vader vult aan: "Met groepen geef ik de opleiding en is Oscar assistent. Laatst gaven we les op het Weerwater, we hadden een 'langzame' en een 'snelle' groep. Ik floot even naar Oscar en mijn zoon gaat met de snelle groep door het Lumière park, dat is wat om, zodat ik met mijn groep weer bij kan komen. Het is mooi om te zien dat we elkaar direct begrijpen."

Toekomst

"Ikzelf kayak het liefst, ik kan daar veel meer mee. Kanoën ben ik na een half uur zat, ik vind die beweging niet echt lekker, voel mij heel lomp. Naast kayaken speel ik ook toneel en werk ik nog in een supermarkt. Dit doe ik naast mijn school, ik hoop dit jaar mijn eindexamen te halen en dan ga ik een sportopleiding doen. Dan heb ik wat meer tijd om les te kunnen geven, hopelijk kan ik dan ook stage lopen in het bedrijf."

Wilt u ook eens een kano huren of les krijgen hierin. Kijk dan eens op www.kanokay.nl.

Optimaal Vitaal

Praktijk voor Emotionele en fysieke Vitaliteit



"Dol-fijn door het leven"

Voor mensen die

- niet lekker in hun vel zitten
- last hebben van stress
- zich futloos voelen
- willen stoppen met roken of snoepen
- angst hebben voor de tandarts
- fobieën of paniekaanvallen hebben
- hun boosheid niet los kunnen laten
- relatieproblemen hebben
- sukkelen met hun gezondheid
- faalangst /examenvrees hebben
- zwanger willen worden
- al van alles geprobeerd hebben

Voor kinderen met

- leer- en/of gedragsstoornissen
- sociaal-emotionele problemen
- concentratieproblemen
- watervrees

Wilt u uw onverwerkte emoties opruimen en balans in uw leven brengen?
Bel nu!!

Drs. Ellen Blad,
NEI-practitioner en orthopedagoog
Jeroen Boschplantsoen 94, 1318 HH Almere
Tel. 036-5353733 fax 036 5353683
E-mail praknei@flevonet.nl

NO DUMPING CITY ORDINANCE 7301

Themajaar

Zwerfvuil – een van de grootste ergernissen in de wijk. Een belangrijke conclusie uit de gehouden wijkenquêtes. Stichting Platform Filmwijk deelt deze mening met de bewoners en wil zich graag hiervoor inzetten. Wij zijn dan ook van plan om dit thematisch in te zetten voor heel 2006.

Natuurlijk kan de Stichting niet zonder goede en creatieve ideeën. Heeft u ideeën of wensen, wilt u bijdragen om dit thema te laten verwezenlijken dan horen we graag van u. Via ons emailadres kunt u ons bereiken.

Straatmeubilair

Uit de wijkenquête kwam tevens de wens naar voren het aantal afvalbakken uit te breiden. Langs de oneven zijde en bij de parkeerplaatsen van de Cinemadreef als ook bij het Judy Garlandhof worden deze geplaatst. Er is nog ruimte in het budget dat het Stadsdeelkantoor Almere Stad Oost beschikbaar heeft. Als u nog wensen of suggesties heeft, bijvoorbeeld voor de verbetering van het “groen”, dan vernemen we die graag van u op het bekende adres.

Schoonmaakdag

Als u deze Filmwijkkrant leest zit het er alweer op. Een schoonmaakdag, gehouden met een aantal vrijwilligers en in samenwerking met de plaatselijke scholen. Is het een top of een flop geworden. Daar leest u in de volgende Filmwijkkrant alles over.

Heeft u als bewoner ook zin om de handen uit de mouwen te steken? Ook zin om een dergelijk initiatief eens te organiseren of actief mee te helpen. Laat het ons weten via ons emailadres. U hoort dan van ons.

Kinderboerderij

Een kinderboerderij, de een vindt het een geweldig initiatief, de ander griezelt ervan. Toch zijn er ideeën rond dit thema op tafel gekomen. Een afvaardiging van het bestuur van stichting Platform Filmwijk is daarop met een aantal medewerkers van de gemeente op veldonderzoek gegaan.

Diverse locaties in de wijk zijn bekeken. Uiteraard zijn niet alle plekken hiervoor geschikt. Een plek voor een kinderboerderij

moet uiteraard aan een aantal voorwaarden voldoen. Te denken valt dan aan bereikbaarheid en de mogelijkheid van sociale controle op het totale gebeuren.

Met de bouw en inrichting van een kinderboerderij is grofweg 200.000 euro gemoeid terwijl er dan ook gedacht moet worden aan een jaarlijks bedrag van ongeveer 50.000 euro voor het onderhoud en de honorering van een parttime medewerker. Het project zal overigens alleen doorgang kunnen vinden wanneer dit breed gedragen wordt door de bewoners van de Filmwijk.

Alles valt en staat met een flinke groep vrijwilligers die ervoor zorgt dat naast de betaalde medewerker/ster de dagelijkse werkzaamheden gedaan worden.

Wij zijn benieuwd of zich hiervoor genoeg bewoners melden. Lijkt het u wat, wilt u zich aanmelden? Laat het ons weten. Ook als u het hele project niets vindt. Wij horen graag van u.

Het Platform en het Stadsdeelkantoor



Het Platform maakt zich sterk voor haar achterban, de Filmwijk en haar bewoners. Om de diverse knelpunten aan te pakken is een goede samenwerking tussen het Platform en het Stadsdeelkantoor van essentieel belang. Begin januari heeft het bestuur van de Stichting dan ook een gesprek gevoerd met Klaas Dijkhuis, gebiedsmanager voor het stadsdeel Almere

Stad Oost. Tijdens het gesprek gaf Klaas Dijkhuis een beeld van de wijzigingen die zijn opgetreden binnen Stadsdeelkantoor Almere Stad Oost. De wijze waarop toewijzing uit het wijkbudget plaats vindt is eveneens veranderd.

Met ingang van dit jaar – en feitelijk al sinds 1 januari 2005 – dienen aanvragen per project te worden

gedaan en is toewijzing van een basisbedrag niet meer van toepassing. Ook is een aantal, deels nog openstaande, punten uit 2005, de revue gepasseerd. U moet dan denken aan de aanvraag voor het inrichten van een trimbaan in het Lumièreplein, de plaats voor een kinderboerderij, de geplande wijk schoonmaakdag op 1 april en het onderhoud in de wijk in

het algemeen. Het bestuur heeft alle vertrouwen in de nieuwe organisatie en denkt dat door de structuurverandering bij Stadsdeelkantoor Almere Stad Oost de afwerking van zaken sneller zal plaatsvinden. Tevens hopen we dat de communicatie tussen beide partijen hiermee nog beter zal verlopen.

Contact met Platform Filmwijk:

Secretariaat J. Hoogendoorn
Fellinilaan 348
1325 TX Almere
Telefoon 036-523 12 63
info@filmwijk.net
website www.filmwijk.net

Trimbaan in het Lumièreplein

In het voorjaar 2005 hebben een aantal bewoners van de wijk een verzoek bij de gemeente ingediend voor het aanleggen van een trimbaan in het Lumièreplein. Tot op heden hebben zij hierop nog geen reactie gehad. De Stichting vraagt zich af of deze behoefte wellicht bij meer bewoners leeft.

Vindt u het ook een goed idee? Laat het ons weten. We zullen dan het verzoek nogmaals onder de aandacht van de gebiedsmanager van het Stadsdeelkantoor Almere Stad Oost brengen. U kunt reageren via ons emailadres.

Nieuwe voorzitter Platform Filmwijk

De Stichting Platform Filmwijk heeft een nieuwe voorzitter. Ed van Doorn (63) reageerde naar aanleiding van de oproep in de laatste Filmwijkkrant. Na een aantal gesprekken met het zittende bestuur besloot hij de uitdaging aan te gaan en het voorzitterschap op zich te nemen.

Van Doorn woont sinds 2004 in Almere. Het leed voor hem geen twijfel, dat hij zich in de Filmwijk wilde vestigen. Het werd de Ingrid Bergmanstraat. "Een mooie en rustige omgeving", zegt hij, "maar met alle voorzieningen op loopafstand. Een fijne plek om te wonen."



Hij maakte al vrij snel kennis met het Platform, bezocht de partnersvergadering in november 2004 en bestudeerde het beleidsplan. "Dat zag er goed uit", vond hij. "Het huidige bestuur is een enthousiaste groep, samen met hen wil ik me graag inzetten voor de wijk."

Ed van Doorn is in het dagelijks leven adviseur van besturen en directies. "Maar hier zal ik me niet bezig gaan houden met adviseren", lacht hij. "Hier ga ik - uiteraard samen met de andere bestuursleden - zelf aan het werk."

In de volgende Filmwijkkrant een uitgebreid interview met de nieuwe voorzitter.

Aan de slag in het Lumièrepark

Tekst: Connie Franssen.

Misschien hebben jullie ons al eens zien werken in het Lumièrepark. Wij, een aantal enthousiaste Filmwijkers onder leiding van Landschapsbeheer Flevoland, zijn nu al 3 jaar bezig met kleinschalig onderhoud van het 'wilde' deel. Dit in het kader van het project 'het Groene Stadsleven' waarbij door vrijwilligers wordt gewerkt in drie Almeerse parken te weten het Lumièrepark, het Beatrixpark en op het Cruquiseiland.

Nu, na drie jaar vinden wij het tijd om ons als een meer zelfstandige groep, met ondersteuning van Landschapsbeheer Flevoland, alleen te gaan richten op dit 'wilde' deel van het Lumièrepark. Dit betekent dat we meer kunnen en willen gaan doen aan het onderhoud van het Lumièrepark. Wij willen een keer per maand op de derde zondag van de maand tussen 10.00 en 12.00 uur gaan werken in het park. De meeste werkzaamheden zullen in de winter, het vroege voorjaar en de herfst in het park plaatsvinden, de zomermaanden zijn vanwege de broedende vogels minder geschikt.

Het doel is het park interessanter te maken voor planten en dieren. Bij niets doen verandert het park in een wilgenbos met veel ondergroei van brandnetels en verder weinig variatie. Wat wij daar aan doen? Het zeisen van de ruigte waar het wilde graspad is, dit door ons aangelegde graspad vrij en

begaanbaar houden, een griend aanleggen en onderhouden, een aantal brandnetelranden zeisen en het maaisel afvoeren naar een broeihoop. Daarnaast maken we van de gesnoeide takken en bomen takkenrillen waar vogels in kunnen broeden. Daarnaast ergeren wij ons ook aan het zwerfafval en ruimen dat dan ook regelmatig op. Kortom er zijn genoeg ideeën en er is genoeg werk te doen. Maar wat wij nodig hebben om de werkzaamheden ook te kunnen uitvoeren zijn enthousiaste vrijwilligers die 1 keer per maand mee willen helpen. Het is erg leuk om lekker bezig te zijn in de natuur, het is gezond, het is gezellig, je leert andere buurtbewoners kennen, je kan iets doen voor ons Lumièrepark en je leert ook wat over de natuur.

De eerst volgende werkdagen zijn:

- zondag 16 april van 10.00 tot 12.00 uur
- dinsdag 16 mei van 19.00 tot 21.00 uur.

Meedoen? Neem dan contact op met:

Roelof van der Valk, telefoon 036-537 55 04, e-mail rwavdvalk@freeler.nl

Frank Braakhuis, telefoon 036-545 07 98, e-mail f.braakhuis@chello.nl

Of kijk op: hellema@landschapsbeheer.net, www.landschapsbeheer.net



HOE FIT IS ALMERE?

INTERNATIONAAL FITHEIDSONDERZOEK

Wij zoeken 100 ongetrainde personen die gedurende 4 weken iets voor hun gezondheid en lichaam willen doen.

Het samenwerkingsverband van fitnessclubs in Europa (GuP) voert in samenwerking met de Universiteit van München een internationaal fitheidsonderzoek uit. Gedurende 4 weken moet worden bewezen dat uw gezondheid en uw welbevinden door middel van regelmatig trainen duidelijk worden verbeterd.

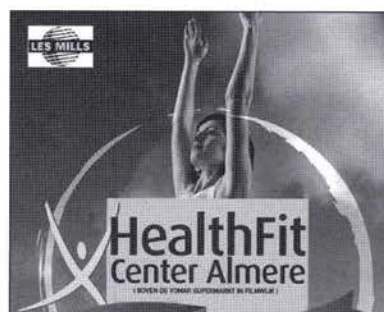
Deelnamebijdrage Euro 29,- inclusief alle tests, groepstrainingen, gebruik van alle kracht- en cardio-toestellen en wellnessbereik.

NU AANMELDEN EN

MEEDOEN:

036 - 537 33 14

Het onderzoek wordt uitgevoerd in:



**Walt Disneyplantsoen 80a
1325 SX ALMERE
tel. 036 - 537 33 14
www.healthfitcenter.nl**

www.fitheidsonderzoek.com

Universal Hairstyling

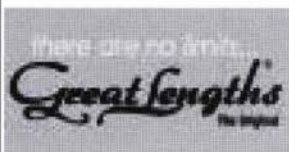
GREAT LENGTHS



Great Lengths is een systeem van hair-extensions voor haarvermeerdering. De extensions maken uw eigen haar in korte tijd voller, langer en talloze andere toepassingen zijn mogelijk.



U kunt uw Lengths hair-extensions beschouwen en behandelen alsof het uw eigen haar is.



• AANBIEDING •

Tijdelijk krijgt u bij een extension behandeling, tegen inlevering van deze bon, een originele Great Lengths borstel kado t.w.v. 9 euro.

Joris Ivenslaan 123
1325 LZ Almere

Filmwijk Zuid
036 - 537 56 64

ARMADI ALMERE
kastconcepten

Palmpolstraat 53 1327 CB
Almere T 036 5404666
www.armadialmere.nl

*Een horloge met
karakter voor
mensen met
persoonlijkheid*

De Rado 'V10K' – een horloge met de hardheid en ongenaakbaarheid van echte diamant.



TRIADJE JUWELIERS

Korte Promenade 73
1315 HM Almere-Stad
Tel. 036-5334028

Ga ook bewegen in 2006 bij Joymere !



Gezellige en sfeervolle horeca, terras met sportuitzicht.

* Passanten ook welkom.

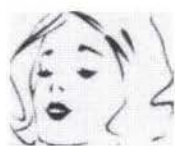
Tennis Planet Academy

- 10 all-weather tennisbanen
- Losse verhuur per uur of langer
- Bedrijfsarrangementen
- Familiefeesten
- Tennis kinderfeestje

- Junioren 5-17 jaar, Senioren 18-80 jaar.
- Groep- en privetennislessen voor alle nivo's.
- Start nieuwe tenniscursussen in April en Oktober.
- Tussentijds aanmelden ook mogelijk.

Jac. Tatilaan 1 - 036-5231728 - www.joymere.nl

Beauty Studio Sylvia



EEN UURTJE VOOR UZELF.....

*Al een uitgebreide behandeling voor
maar EUR 35,-*

*

Gediplomeerd Schoonheidsspecialiste

*

Deelbehandelingen ook mogelijk

Bel voor een schoonheidsafpraak:

*Beauty Studio Sylvia
Henry Fondastraat 13
1325 HK Almere-Filmwijk
Tel: 06-11112311*



Ayur Mantra Health & Beauty



fisch centrum in Filmwijk voor

Ayur Mantra is het eerste Ayurvedische centrum
in Nederland voor vrouwen, jong en oud.

Ayur Mantra is gespecialiseerd in ayurvedische
behandelingen voor vrouwen op het gebied van
lichamelijke en geestelijke gezondheid en schoonheid.
De behandelingen en kruiden helpen bij stress, moeheid,
pijklachten, lage weerstand, spijsverterings-
stoornissen, huidklachten enz. De Ayurvedische geneeswijze
(oorspronkelijk uit India op basis van kruiden) is de basis
van onze werkwijze.

Nieuwe activiteit: Mantra Chanting (1 keer per maand)

Voor info. of afspraak

Tel: 036-521 77 97, Bette Davisstraat 24,
1325 HL Filmwijk, Almere-Stad

Uitsluitend op afspraak

Bakkenleed

tekst: Mariëlla Mulder, illustratie: Marcel Kolder

Maandagochtend is elke hoek van de straat weer voorzien van gezellige groene biobakken. In de ene straat zetten de bewoners deze keurig netjes twee aan twee neer, in de andere heerst een lekkere chaotische sfeer door kris kras geplaatste bakken.

Ook de vuilnismannen verrassen ons elke week weer met een gezellig patroon van bakken. Kortom een leuk aangezicht totdat... je je met kinderwagen op straat durft te begeven.

Elke hoek is voorzien van lastige hindernissen die je elke week weer uitdagen tot het uitstippelen van een parcours door het oerwoud van bakken. Elke hoek is anders, elke week is anders. Afijn, zo één keer in de week is dat leed nog best te overzien. Dinsdagochtend (of elke willekeurige andere ochtend) in alle vroegte

is het voor de tot kinderwagenduwer of rolstoelrijder opnieuw een uitdaging. Dit keer geen verdwaalde vuilnisbakken maar verdwaalde auto's. Als je dan ziet dat om de hoek vaak nog zat plekken vrij zijn, kan ik daaruit alleen maar concluderen dat bewuste automobilist eigenlijk te lui is om een straatje verder te lopen. Waar ik mij wel gruwelijk aan erger is de manier waarop iemand zijn bolide achterlaat. Ram, bam op de stoep, zo die staat! Vooral niet even kijken of de stoep bereikbaar is en kinderwagen of rolstoelen erlangs kunnen.

Kortom, lieve Filmwijker, ik krijg last van agressieve gevoelens door die blokkades. Tot nu toe kan ik mij nog netjes inhouden en blijft het bij af en toe een grondige vloekpartij, maar desondanks hoop ik dat bewuste filmwijkers beter gebruik maakt van de openbare ruimte!



Filmwijkcentrum jarig

tekst: Wim van der Veldt

Op woensdag 25 april 2001 opende wethouder Lies Spruit het Filmwijkcentrum aan het Walt Disneyplantsoen. Het vijfjarig bestaan wordt gevierd op 22 april a.s. met allerlei feestelijke en educatieve activiteiten. Beeldhouwen, schilderen, zingen, dansen (demonstratie Argentijnse tango) en nog veel meer zal die dag op het programma staan.

Ook de jeugd wordt niet vergeten: er worden diverse activiteiten voor hen georganiseerd. De jubileumcommissie nodigt u uit om die dag aanwezig te zijn. Een programma-overzicht ligt voor u klaar bij het centrum. Komt allen naar het Walt Disneyplantsoen en vier mee!

Ons plekje

Het naderende feest was voor de redactie van de Filmwijkkrant aanleiding om Shiva Keshavarzi en Jaffar Mardabigi van het te bezoeken: vanaf het begin het gezicht van het Filmwijkcentrum. Bij de start werden er vanuit het centrum diverse sociaal-culturele activiteiten georganiseerd, tegenwoordig is het centrum louter faciliterend: activiteiten worden door anderen georganiseerd die tegen een vergoeding de ruimte(s) huren. Shiva en Jaffar genieten iedere dag van hun werk. Het gebouw, de



omgeving en de bewoners zorgen voor veel werkplezier. Shiva: "Mijn werkplek vind ik bijzonder. Een prachtig uitzicht over het parkje, de huizen en de school. Overal ruimte. Ook vind ik dat de mensen over het algemeen zeer begripvol zijn bij wat moeilijkere situaties." Jaffar vindt het werken met mensen en de communicatie onderling het belangrijkste. Ook is er ruimte voor verschillende culturen. Jaffar beheert de bar en zorgt dat de zalen conform de wensen van de huurders zijn ingericht. Hij is expert op audiovisueel gebied. Gezelligheid, veiligheid en goede sfeer zijn zijn kernwoorden. Shiva is druk met allerlei administratieve taken: huurovereenkomsten maken, contact

met de buiten van het centrum, allerlei formulieren van de gemeente en De Schoor behandelen, rekeningen versturen, zorgen dat het geld binnenkomt.

Het centrum is 72 uur per week open en beschikbaar voor een ieder die daar gebruik van wil maken. Shiva somt enkele activiteiten op van de laatste weken: cursussen van De Schoor, herdenkingsbijeenkomst, cultureel bijeenkomsten, Chinees nieuwjaar, kerkelijke activiteiten en hobby beurzen, poppenhuizen markt en postzegel beurzen. Shiva en Jaffar hopen nog lang in ons prachtige buurtcentrum actief te blijven en vele vriendelijke mensen te mogen ontmoeten.



programma filmwijkcentrum



Aquarelleren	maandagochtend en woensdagavond
Beeldhouwen	maandagavond, dinsdagochtend en -avond, woensdagochtend
Bridge	maandagmiddag
Bridgeclub Filmwijkcentrum	dinsdagavond
Bridgeavond ABS	woensdagavond
Bridgeclub Almere stad	donderdagavond
Bridgeclub Bel Air	vrijdagavond
Biljarten	maandag en donderdag overdag
Bodyline	maandag- en dinsdagavond en donderdagochtend
Hatha yoga	maandagmiddag
Indiase dans	zaterdagmiddag
Jeugd inloop	vrijdagavond
Koor Newland	maandagavond om de week; bellen Ton 036-5334763
Kickboksen	maandag- en woensdagmiddag
Klaverjassen	vrijdagavond
Muziek op de schoor	dinsdag-, woensdag- en donderdagochtend
Mbvo	vrijdagochtend
Patchwork	vrijdagochtend om de week
Street Dance	dinsdagavond en woensdagmiddag
Tai chi	dinsdagavond
Tekenen en schilderen	donderdagochtend en -middag
Tekenen club	donderdagavond
Sjoelclub	vrijdagavond
Salto reïntegratie	maandag en vrijdag overdag
Buikdansen	woensdagavond

Buikdansen

19.00 – 20.00 uur	antistress buikdansen
19.00 – 20.00 uur	bollywood buikdansen
20.00 – 21.00 uur	bollywood buikdansen
19.00 – 22.00 uur	sportbuikdansen
proefles euro 5.50 ; 10 lessen euro 55.00	
telefoon:	036-8449969/ 06-41853202
Koor Manhathan	
bellen Victoria	06-46481016

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*



Coachingspraktijk Zicht op jezelf

Zit je ergens mee of tob je al langere tijd met iets? Is er een onbehagelijk gevoel en je weet niet goed hoe het komt of wat je er mee wil? Je bent op zoek naar een onafhankelijk iemand die met je meekijkt en denkt, je zoekt steun in de rug. Kortom, je wilt meer:

Zicht op jezelf

Bijvoorbeeld in de vorm van keuzes maken, patronen doorbreken en/of structuur in je leven aanbrengen. Neem dan contact op met:

Zicht op jezelf

je kunt je aanmelden op 036 - 523 27 92 of via de website www.zichopjezelf.nl

Koninginnedag 4kids

Hier moet je naartoe!

Zaterdag 29 april is het zover. Dan wordt in de Filmwijk, in het Lumierepark Koninginnedag4kids georganiseerd. In dit park zal van 08.00 tot 17.00 uur voor het eerst een grote vrijmarkt plaatsvinden. Het wordt een echt kinderfeest waar kinderen tot 16 jaar aan mee mogen doen.

De organisatoren, Amber, Anneke, Fransie, Merel, Sanne, Jay en Pien hebben flink wat verrassingen voor jullie in petto.

Zo zal degene met het leukste kraampje of optreden een mooie prijs mee naar huis mogen nemen. Een aantal bekende Almeerders zal deze dag jureren en de beste en leukste deelnemer of act

uit kiezen. Misschien word je dus wel ontdekt! Er zal deze dag een groot podium beschikbaar zijn waar je je act mag uitvoeren. Natuurlijk kun je ook gewoon lekker geld gaan verdienen door bijvoorbeeld je oude speelgoed of kleding te verkopen. Een aantal

kinderen is al hard bezig met het maken van zelfgemaakte spulletjes. Alles mag deze dag, behalve eten verkopen! Meer informatie kun je vinden op:

www.koninginnedag4kids.nl



Kinderkalender



Wanneer?	Waar?	Wat?	Info?
Elke woensdag	't Snuffelhuis	Culti voor kids	www.uitinalmere.nl
April	De Kemphaan	Jonge dieren	www.kemphaan.nl
31/03 tot 30/04	Het Pakhuis	Graffiti kunstenaar Jasper Jongejan	www.pakhuis-almere.nl
05/04 tot 10/04	Almere Haven	Kermis	
17 april	De Kemphaan	Doe en Kijkdag	www.kemphaan.nl
21 en 23 april	De Glasbak	Frisse Lucht/Faust	036 529 76 70
29 april	Lumierepark	Koninginnedag4kids	www.koninginnedag4kids.nl
tot 11 november	Museum de Paviljoens	Cursus kunst kijken	www.depaviljoens.nl



Cardio Fitness
Body Pump
Body Combat
Body Attack
Body Balance
Jeugd Fitness
Street Dance
Body Jam
Spinning
Fifty Fit
Pilates
Steps
BBB

HealthFit Center Almere

(BOVEN DE VOMAR SUPERMARKT IN FILMWIJK)

Voel je fit!

HealthFit Center Almere is een modern trainingscentrum, waar je kan (cardio-)fitnessen of in groepen kunt sporten. We bieden persoonlijke begeleiding, kwaliteit, hygiëne, afwisseling, veiligheid en efficiënt trainen. Onze enthousiaste instructeurs zijn zeer ervaren.

Gratis parkeren,
kinderopvang en sauna.

Bel voor een afspraak of kom eens
langs. Telefoon: 036 - 537 33 14
Walt Disneyplantsoen 80 a
1325 SX Almere (Filmwijk)



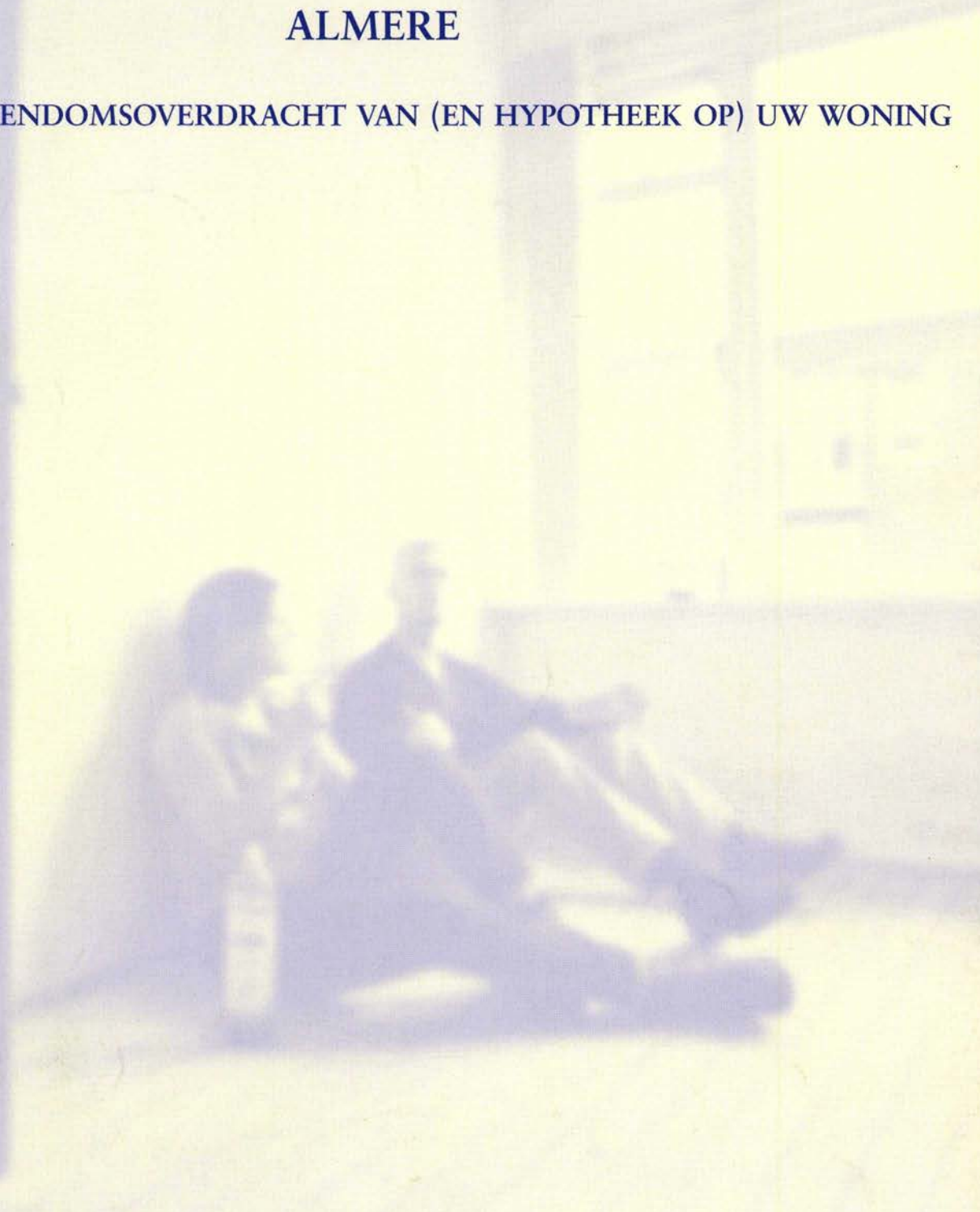
Trakteer jezelf op een fit gevoel en kom eens
kijken in ons modern ingerichte trainingscentrum.

www.healthfitcenter.nl

NOTARIS UNIE

ALMERE

VOOR DE EIGENDOMSOVERDRACHT VAN (EN HYPOTHEEK OP) UW WONING



RANDSTAD 22-167

HOEK RANDSTADDREEF

ALMERE

TELEFOON 036 538 22 00

E-MAIL: INFO@NOTARISUNIE.NL