



Ijspret

BUURTKRANT VOOR EN DOOR FILMWIJKERS



Een bloemetje voor...

Judy Garlandbrug

Filmsterren menu



voorwoord

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

Redactie: Mieke Bil, Els Brouwer, Rutger van Dijk, Henny van Doren (hoofdredacteur), Mariëtte Flens (kinderpagina), Connie Franssen (kindredacteur), Isabel Greven (kinderpagina), Marcel Kolder (art direction en vormgeving), Marc Puijk (fotografie), Mariëtte Trehuis, Wim van der Veldt (advertentiemarketing), Cindy van de Ven (vormgeving/illustraties) en Laura Vlaanderen (vormgeving).

Vaste medewerkers: Guus van den Berg (financiële controle) en Rob Verlinden (tuinrubriek)

E-mail adres: info@filmwijkkrant.nl
Vrijwillige bijdragen in de kosten:
Postbank: 9101157 t.n.v. De Filmwijkkrant

(Na)bezorging: Beante Drent,
036-537 76 07, bezorging@filmwijkkrant.nl

Advertenties: Wim van der Veldt,
036-535 39 40, advertenties@filmwijkkrant.nl

Druk: PlantijnCasparie, Almere

Het eerste jaar in onze nieuwe jas zit erop. Voor sommigen was het even wennen aan de nieuwe vormgeving en het formaat. De vormgevers hebben hard gewerkt dit jaar, soms liep er wat fout, of was een deel tekst minder goed leesbaar. Daar wordt aan gewerkt. Het is fijn om te merken dat we feedback krijgen uit de wijk. De krant wordt goed gelezen!! Ook uw reacties zijn welkom op info@filmwijkkrant.nl

Voor mij is dit het eerste nummer als hoofdredacteur. Ik ben al enige jaren redactielid en ben blij dat ik op deze wijze betrokken blijf bij de krant. Wim van der Veldt verlaat de redactie van de Filmwijkkrant niet; hij zal zoals vanouds de acquisitie van advertenties en de financiën regelen. Ook zijn we blij met twee nieuwe schrijvende redactieleden: Mieke Bil en Els Brouwer. Deze krant heeft een speciale december insteek. Een menu met sterren, een verhaal over een tragisch maar indrukwekkend filmsterren leven. We zijn gaan kijken over de grenzen van de Filmwijk heen. Kortom: weer een heel veelzijdig nummer om van te genieten.

De redactie van de Filmwijkkrant wenst u een fijne decembermaand toe en alle goeds voor 2008.

Henny van Doren, hoofdredacteur.



Een bloemetje voor...

".....mijn buurman.

Mijn buurman zet al jaren de vuilnisbak terug bij huis zodra die is geleegd," vertelt Mariëlle. "We zijn bijna 10 jaar buuren. Toen ik een aantal jaren geleden op maandag uit mijn werk thuis kwam stond de vuilnisbak alweer bij ons huis. Dat was die dag erg prettig, want het stormde behoorlijk en een aantal bakken lagen al omver. De week erna stond de bak weer bij huis. En vanaf die tijd is het vaste prik."

"Dat had toch niet gehoeven!" reageert de buurman als hij de bloemen van Bloemeshop Linda van zijn buurjongetje krijgt. "Ach, ik loop toch langs hun huis als ik mijn eigen bak terugzet, dus het is een kleine moeite om die bak ook even neer te zetten."

"Ik ben daar nog steeds blij mee," zegt

Mariëlle. "Sinds we kinderen hebben ben ik altijd vrij op maandag en het is heel fijn als je met een vieze luier beneden komt dat je niet eerst de bak weer op moet halen. Als de vuilnisauto geweest is en de bak nog niet bij mijn huis staat dan kijk ik meteen of de auto van de buurman er wel staat. Gelukkig is het nog nooit voorgekomen dat de auto dan ook voor de deur staat, anders zou ik mij wel erg ongerust maken."

Buurman: "Als ik thuis ben en ik hoor de vuilniswagen aankomen, ga ik naar buiten en maak even een praatje. Als ik niet thuis ben dan zetten ze de bakken van mij en de buurvrouw ook altijd meteen apart. Wel zo handig, dan hoef ik niet te zoeken," vertelt de buurman.

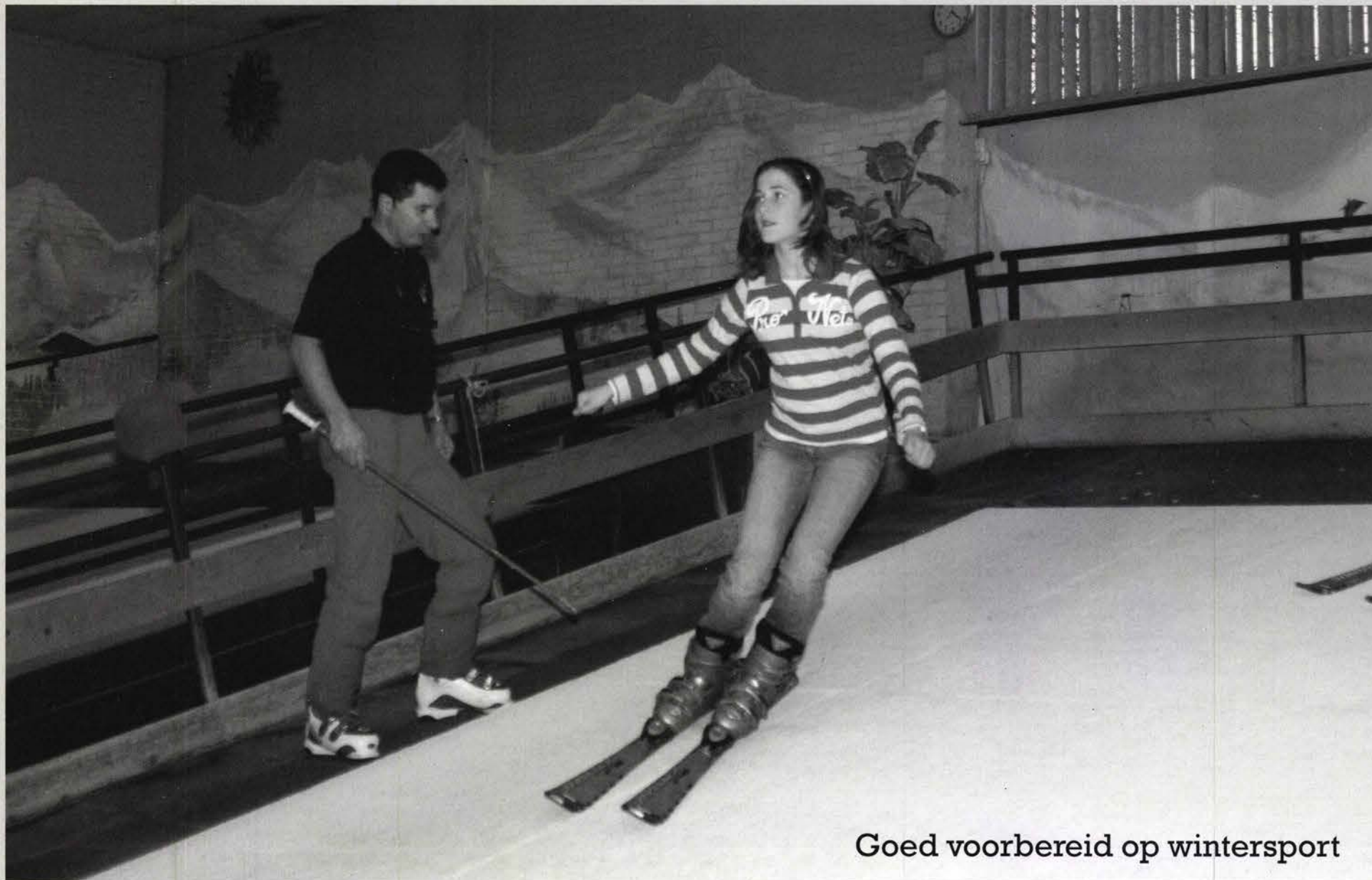
Het bloemetje wordt beschikbaar gesteld door Bloemeshop Linda. U vindt haar kiosk in het nieuwe stadscentrum op Belfort 5a (036 5302028). Kent u iemand die een bloemetje verdient? Mail naar info@filmwijkkrant.nl wie u een bloemetje wilt geven en waarom. Bijvoorbeeld omdat iemand lang ziek is, of omdat iemand iets goeds doet voor u of voor de wijk. De leukste inzending wordt uitgenodigd om de volgende keer een bloemetje te geven.

Tekst en foto: Mariëlle Tiehuis



Indoor Ski Almere

Tekst: Rutger van Dijk. Foto: Marc Puijk.



Goed voorbereid op wintersport

Bij binnenkomst valt één ding op: de wintersportsfeer overvalt je direct. Een houten bar, skihutmuziek en een berglandschap aan de wanden. Hiervoor hoeft u niet naar Oostenrijk; een bezoek aan bedrijventerrein 'Randstad', net achter het spoor bij de Buster Keatonstraat, volstaat. Tussen de autobedrijven huist Indoor Ski Almere. De Filmwijkkrant nam er een kijkje en sprak met eigenaar Freek Bregman.

Indoor Ski Almere werd in 1992 geopend. Bregman: "Na een loopbaan in de ICT en de autowereld besloot ik voor mezelf te beginnen. Uitgebreid marktonderzoek wees uit dat er in Almere plaats was voor een indoorskicentrum. Ik heb de stap gewaagd en heb daar tot op heden geen seconde spijt van."

Voortvarend van links naar rechts

Bij binnenkomst van het indoorskicentrum valt het oog onmiddellijk op twee skirobanen, waarop een aantal mensen skiles krijgt. De rolbanen bewegen van beneden naar boven. Het tempo kan naar gelang de vaardigheid van de deelnemer aangepast worden. De instructeur beschikt over een afstandbediening, waarmee hij de baan bij valpartijen stop kan zetten. De deelnemers bewegen zich – al is dat voor een leek lastig oordelen – voortvarend van links naar rechts. Na 10 minuten intensieve training rusten zij uit en wisselt de groep. Aan weerszijden van de 'piste' bevinden zich leuningen. Het berglandschap op de achtergrond geeft het geheel een winters tintje.

Acclimatiseren

"Mensen die nooit geskied of gesnowboard hebben, leren bij ons de techniek onder de knie te krijgen. We streven ernaar dat iemand die bij ons een aantal lessen heeft gevolgd, straks in de sneeuw technisch goed kan skiën. Natuurlijk zijn de omstandigheden op een berg anders dan in ons skicentrum en suis je niet direct op volle snelheid de berg af: de basis is er echter wel. Ik raad mensen aan een aantal gewinningslessen te nemen op de wintersportlocatie. Ineens sta je in de sneeuw, op een andere helling dan in Almere. De ski-instructeur ziet snel genoeg dat je technisch een heel eind op weg bent en slechts hoeft te 'acclimatiseren'."

De te gebruiken skitechniek wordt bepaald door de moeilijkheidsgraad van de helling. Bregman: "Bij een eenvoudige helling volstaat een eenvoudige techniek, de zogenaamde 'ploegtechniek'. De skiër beweegt zich met de benen uit elkaar, in een V-stand, door de sneeuw. Een steilere helling levert een hogere snelheid op, en de ploegtechniek is dan niet langer geschikt om de snelheid te reduceren. De techniek die dan noodzakelijk is, is de techniek waarbij beide benen naast elkaar geplaatst worden: de paralleltechniek. Na verloop van tijd is de techniek dermate goed, dat de snelheid niet meer

geremd hoeft te worden, maar behouden kan blijven. Dat is een langdurig leerproces."

Verlichte piste

Bregmans favoriete skigebieden in Europa bevinden zich in Frankrijk (prima skiën), Oostenrijk (après-ski), Finland (verlichte pistes, midzomernachtskiën) en Andorra (prima hellingen, goedkoper dan Frankrijk of Oostenrijk). Opkomende skilanden als Turkije en Tsjechië zijn minder aan hem besteed. "In die landen is het voor beginners prima skiën, maar voor de gevorderde skiërs zijn de condities niet optimaal. De bergen zijn minder steil en de afdalingen minder lang. Daar staat tegenover dat de prijzen in deze landen substantieel onder die in de West-Europese landen liggen."

Helicopterskiën

Voor de echte avonturiers heeft Bregman twee tips. "In Vail (Verenigde Staten) is een compleet Zwitsers dorp nagebouwd. De lucht is daar droog, waardoor de poederstructuur van de sneeuw behouden blijft. Heerlijk om in te skiën! In Canada bestaat de mogelijkheid te helicopterskiën. Onder leiding van een ervaren gids wordt een groep skiërs in de bergen gedropt om het maagdelijk witte terrein te verkennen. Een onvergetelijke ervaring!"

Bregman organiseert ieder jaar in mei een skireis naar Val Thorens, het hoogstgelegen skidorp van Europa, in Frankrijk. Een vaste kern (30-50 personen) enthousiastelingen neemt elk jaar deel. Aan het eind van het seizoen is het daar aangenaam rustig, al weten ook in mei steeds meer toeristen Val Thorens te vinden.

Party!

Naast twee skibanen bevindt zich in het indoorskicentrum een skiwinkel, waar kwalitatief hoogwaardige artikelen tegen lage prijzen worden aangeboden. De prijzen liggen zo'n 50%

lager dan in de winkel. Met name skischoenen en waterdichte handschoenen zijn volop verkrijgbaar. Er wordt alleen op voorraad verkocht.

Bregman verhuurt zijn pand voor feesten. Het is geschikt voor groepen van 50 tot 100 personen. De hele zaak wordt donker gemaakt, de bergtekeningen verlicht en rook en andere special effects zorgen voor een winterse sfeer. "Een party bij Indoor Ski Almere is goedkoper dan bij een reguliere feestlocatie. Bovendien is de eigen inbreng groot", aldus Bregman. Feesten zijn tijdens het wintersportseizoen mogelijk op de zaterdag- en zondagavond. Buiten het seizoen behoren ook doordeweekse avonden tot de mogelijkheden.

Kennismaking

Lijkt het u leuk een kennismakingsles te volgen bij Indoor Ski Almere? Met de bon op deze pagina krijgt u vijf euro korting op de eerste les. U betaalt geen twintig, maar vijftien euro.

Contactgegevens:

Indoor Ski Almere
Randstad 22-25
1316 BP Almere
Telefoon: 036-5345535
Website: www.indoorskialmere.nl
E-mail: info@indoorskialmere.nl

TEGEN INLEVERING VAN DEZE

Indoor Ski Almere
Randstad 22-25, Almere stad

**Kennismakingsles
van €20 nu € 15**

VOORDEELBON

Voor
ziekenfonds &
particulier
verzekeren

Meijer Orthopedie



SINDS 1938

- Pro- en orthesen • Borsprothesen • Inlays
- Elastische kousen • Corsetten • (Sport) bandages
- Revalidatie-artikelen • Verhuur rolstoel en loophulpmiddele

Amsterdam
Ie 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

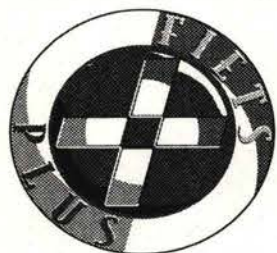
Bussum
Brinklaan 26
035 - 693 62 38

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



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

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



F. de Bruin - verlichting

Heeft u lampenkappen problemen?
Wij maken uw bestaande kap weer als nieuw.

Uw bestaande kap kan opnieuw worden
overtrokken, keuze uit vele standaard stoffen.

U kunt ook zelf de stof aanleveren.
Wij hebben ook een eigen atelier.

Telefoon (036) 535 3375 / GSM (06) 234 69 954
Fax (036) 537 3070



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. Gesloten	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

Hulp bij school

Ben jij een basisschoolleerling, zit je op
het voortgezet onderwijs of ben je
Pabostudent en heb je begeleiding nodig
op het gebied van huiswerk (Nederlands,
wiskunde, Duits), cito,
rekenen/taal/spelling, dan is remedial
teaching wellicht iets voor jou!

Meer informatie: www.hulpbijschool.nl

Ria Hermans (gediplomeerd remedial teacher)
George Formbystraat 33
1325 CX Almere
06-13385815



centrum
**NATARAJA
YOGA**

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



Official Partner of BMW Sauber F1 Team

www.certina.com



DS PODIUM
Schokbestendig
Saffier glas
Waterdicht tot 100 m
Zwitsers Kwarts Uurwerk
€305,-
De DS Podium serie
is verkrijgbaar vanaf €195,-

CERTINA
swiss time maker 1888



TRIADÉ JUWELIERS

Passie & Precisie

Triade Juweliers
Korte Promenade 73
1315 HM Almere
Tel: 036-5334028
e-mail: www.triade-juweliers.nl

FILMSTERRENMENU

Voor 4 personen

Truffelkroketten van Bette

Maak een goede, stevige krokettenragout, met room en eidooiers, bijvoorbeeld van kip of kalf, maar zwezerik kan ook heel goed. Voeg, als de goed gaar gekookte en dus glanzende ragout al bijna helemaal is afgekoeld, zwarte truffelsnippers toe en wat van het inmaakvocht als dat er is. Laat opstijven en vorm er op de gewone manier kroketten of bitterballen van en bak die.

Fonda's vispasteitjes

Ontdooi 10 plakken bladerdeeg. Fruit in hete olijfolie wat gepelde en gehakte tomaten en gehakte rode paprika. Meng er uit elkaar getrokken vlokken tonijn uit blik door en de vulling is klaar. Rol het deeg dun uit en steek er rondjes uit met een doorsnede van 15cm. Leg een flinke hoeveelheid van de vulling net naast het midden op de rondjes, vouw een half maantje van het deeg en knijp de deegranden al plooiend op elkaar, zodat het pasteitje overal goed is afgesloten. Bestrijk de pasteitjes met losgeklopt ei en bak ze in een op 220 °C voorverwarde oven in 15 tot 20 minuten gaar en goudbruin.

FWK

Auberginepuree

Schroei in een hete oven of boven een vlam, 2 middelgrote aubergines tot het vel zwart is en laat ze afkoelen. Verwijder het zwartgeblakerde vel en pureer het nu wat rokerig smakende vruchtvlees. Klop er 3 geperste knoflooktenen en 1 kleine theelepel zout doorheen en vervolgens, één voor één, 4 eetlepels tahin en 2 tot 4 eetlepels citroensap. Garneer met wat gehakte tomaat, peterselie, paprikapoeder en een olijf en sprenkel er wat olijfolie overheen. Serveren met Marokkaans of Turks brood.

FWK

Wilde eend à la Charlie

Braad de eend in wat boter aan en laat hem een kleur krijgen; haal hem uit de pan, giet de boter af en los de aangekoekte sappen op met een beetje witte wijn, laat dat bijna helemaal inkoken, voeg er dan 6 deciliter demi-glace saus bij en een bouquet garni. Leg de eend daar weer in, dek af en laat zachtjes garen. Leg de eend, als hij precies goed is (als er na een steek met een satéprikker helder vocht uit komt) op een schaal, omringd met kleine geglaceerde uitjes, afgewisseld met gaar gestoofde kastanjes. Serveer met de stoofsaus.

FWK

Courgettesla

Was 700 gram jonge courgettes en snijd ze in dunne plakjes of stroken. Leg ze in een kom met 1,25 dl goede olijfolie, sap van 1 citroen, 2 fijngehakte knoflooktenen, 2 eetlepels gehakt vers marjoleinblad en zout en vers gemalen zwarte peper naar smaak. Meng goed, laat een uur staan; meng nu en dan nog eens door. Serveer op slabladeren. In plaats van marjolein kan ook dille gebruikt worden of het groen van venkel.

FWK

Salade met palmhart

Snijd het palmhart (vers of uit blik) in schijfjes en maak aan met een vinaigrette naar smaak, of gebruik een kruidige mayonaise, bijvoorbeeld met dragon, kervel, peterselie en garneer met ansjovis en kleine augurkjes.

Dietrichs side dishes

FWK

Hardy's warme chocolade-zabaglione

Vul een middelgrote pan voor de helft met water en breng dit tegen de kook aan. Doe de 4 eidooiers en 100 g basterdsuiker in een vuurvaste kom en klop ze net zolang tot alle suiker is opgelost. Voeg 2 el cacao-poeder en de 1,5 dl marsala toe en zet de kom op de pan met heet water. Klop de massa net zolang tot hij dik en schuimig is. Giet de zabaglione meteen in hoge, hittebestendige glazen, bestuif ze met cacao-poeder of poedersuiker en dien ze direct op met kaneel- of amarettikoekjes.

FWK

Over de grens van de Filmwijk

Beeldverzamelaar Marc Puijk besloot dit keer om verder te kijken dan de grenzen van de Filmwijk.



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!



funda

powered by nvm

De kerstster

In de kerstperiode staat bij veel mensen een kerstster in de huiskamer. Dit is eigenlijk een vreemde plant die behoort tot een zeer grote familie, er bestaan wel meer dan tweeduizend soorten. Ze zijn familie van de Wolfsmelken die overal ter wereld voorkomen. Sommige soorten lijken op cactussen: de Christusdoorn met zijn gemene stekels bijvoorbeeld.

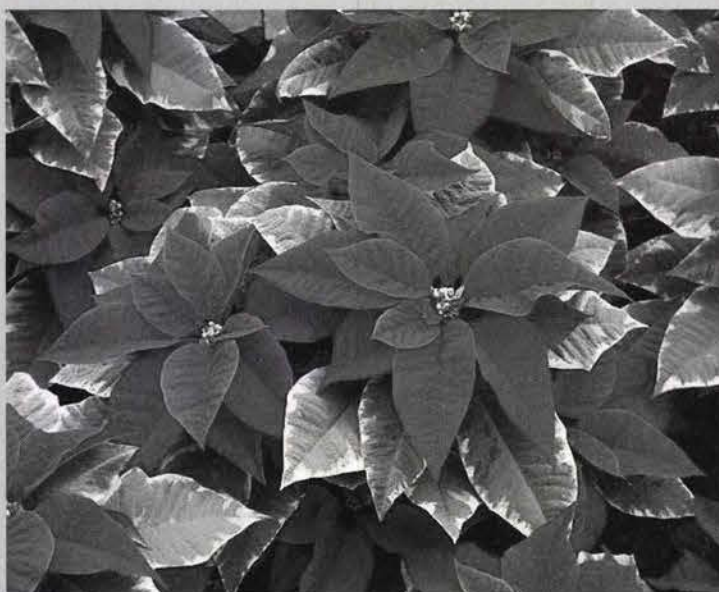
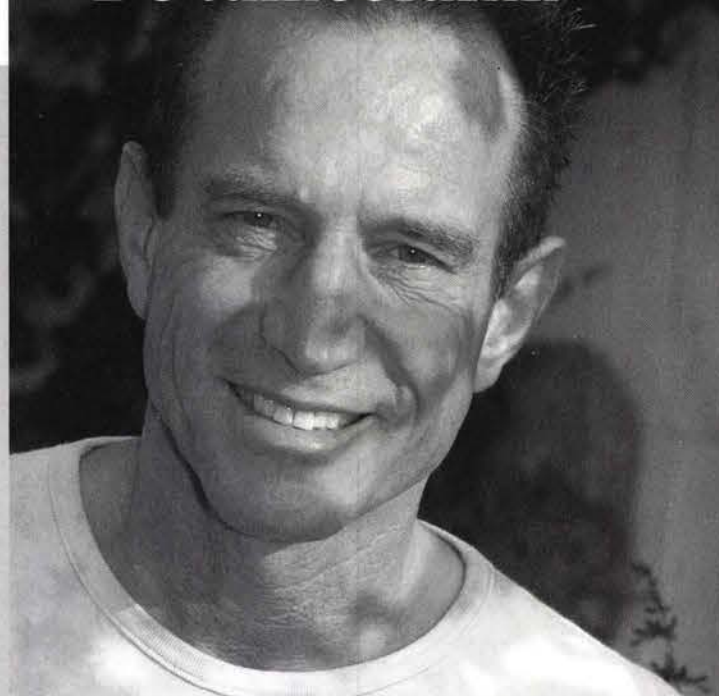
Er bestaan ook soorten die we als vaste plant kunnen gebruiken in onze bloemperken. Je kunt je bijna niet voorstellen dat ze uit dezelfde familie komen. Toch hebben ze één ding met elkaar gemeen, het melksap dat we 'wolfsmelk' noemen. Wanneer je het blad of de stam beschadigt, stroomt dit witte sap eruit. De bloemen van deze planten zijn heel klein en onopvallend. Maar bij de kerstster zijn het rode, witte of roze bloemen. Het grote gekleurde blad behoort niet tot de bloem. De kleine harige bolletjes in het midden van het gekleurde blad, dat zijn de bloemetjes. Het grote gekleurde blad is het normale blad van de plant. De felle kleur heeft hij gekregen om insecten te lokken, die zorgen voor de bestuiving. Dit blad heet daarom geen bloemblad, maar schutblad. De bloeitijd van de kerstster is eigenlijk niet in deze periode. Kwekers zorgen er voor dat wij met kerst een bloeiende kerstster in huis kunnen halen. Planten, struiken en bomen reageren op de hoeveelheid zonlicht die ze per dag krijgen. Bij voldoende licht kunnen ze goed groeien en bloeien.

De kerstster heeft veel zonlicht nodig om te kunnen bloeien. Twee maanden lang minstens tien uur zon per dag heeft hij hiervoor nodig. De overige veertien uur moet de plant volkomen in het donker staan. Drie weken na deze behandeling komt de plant in bloei en kleuren de schutbladen. Aangezien het drie maanden voor kerst meer dan tien uur per dag licht is, moet de kweker gaan verduisteren om te zorgen dat de plant rond kerstmis bloeit en kleurig is. Dit wordt heel nauwkeurig uitgerekend. Als je hem in de huiskamer hebt staan, geef dan regelmatig lauw water. Daarmee voorkom je dat hij door de droogte slap gaat hangen en zijn bladeren laat vallen. Zet de kerstster niet te zonnig, dan kunnen

bruine plekken ontstaan in de kleurige schutbladen. De schutbladen blijven heel lang kleurig. Als het bloemetje is uitgebloeid worden de schutbladen uiteindelijk toch groen en gaan als normaal blad functioneren. Verkleuren ze niet, dan valt het schutblad af. Dat is geen ziekte maar een heel normaal verschijnsel. Als de kleur van het blad is verdwenen, dan moet je de planten tot de helft van de stelen terugsnijden. De wonden die dan ontstaan, gaan heel erg bloeden, de witte wolfsmelk gaat stromen. Dit kun je stelpen door de wonden in te smeren met as van sigaretten of van de open haard. Daarna moeten de planten op een koele plaats gezet worden waar de temperatuur niet boven de vijftien graden komt, bijvoorbeeld een slaapkamer. Als het goed is, gaat de plant direct weer uitlopen. Deze nieuwe scheuten kun je nogmaals terugsnijden als ze te lang worden. Na IJsheiligen, 15 mei, kun je de planten op een beschutte plaats in de pot in de tuin zetten. Tijdens groeiperiodes de plant extra bijmesten, daar zijn ze dankbare liefhebbers van. Half september weer binnenhalen, want nachtvorst verdragen ze niet.

De kerstster is afkomstig uit de vochtige, tropische bergstreken van Midden Amerika en Mexico. Wil je de plant weer in de bloei hebben met de kerst, dan zul je dezelfde lichtbehandeling moeten toepassen als de kwekers. Vergeet je de plant een dag te verduisteren, dan mislukt het plan om met kerst een bloeiende kerstster te hebben. Veel mensen vinden dit veel te veel werk en kopen gewoon een nieuwe kerstster als de kerst weer nadert. Maar ben je een echte plantenliefhebber dan is het een sport om te kijken of het je lukt om zelf de kerstster in bloei te krijgen met de kerst!

Rob Verlinden De tuincolumn



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*



Ayur Mantra
Ayurvedisch Centrum
voor health & beauty



Ayur Mantra is het eerste Ayurvedische centrum in Nederland voor vrouwen. Ayur Mantra is gespecialiseerd in Ayurvedische behandelingen voor lichamelijke en geestelijke gezondheid en schoonheid.

De Ayurvedische geneeswijze (oorspronkelijk uit India op kruidenbasis) is de basis van onze werkwijze. In het eerst consult wordt de constitutie van uw lichaam bepaald. Op basis daarvan wordt uw persoonlijke gezondheidsplan gemaakt om klachten te verhelpen met behulp van kruiden, kuren en behandelingen.

Ayur-kruidenbundels, zweten, interne reiniging en kruidenoliën spelen een grote rol in onze verschillende soorten kuren, behandelingen en massages.

De behandelingen en kruiden helpen bijvoorbeeld bij stress, moeheid, burn-out, huidklachten, spijsverteringsstoornissen, menstruatieklachten, concentratieklachten, een opgejaagd gevoel, onrustigheid, chaotische gevoelens, paniekerigheid, zenuwachtigheid en veel meer.

Voor Ayur-behandelingen bekijk de **behandelingenlijst** op onze website.

Geef een **Ayur Mantra cadeaubon** aan uw geliefde en laat ze de diensten van Ayur Mantra **Lichamelijk genieten en geestelijk ervaren.**

Voor informatie of afspraak:

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

E-mail: info@ayurmantra.nl Site: www.ayurmantra.nl

Ayur Mantra organiseert 1 keer per maand **Mantra Chanting**. Voor deelname, graag van tevoren melden.

ASSURANTIËN

**Verzekeringen
Hypotheek
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



**DIERENARTSENPRAKTIJK
BLOMMAART**

tel. nr.: 036 - 537 70 74

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

fax: 036 - 537 90 78

Consult/Sprekkuur

Openingstijden

Cinemadreef 2
1325 EM Almere

Op afspraak
Inlooppreekuur ma t/m vr 08.30-09.00

maandag t/m vrijdag
08.30 - 19.00 uur

Dierenartsen:

R.A.M. Blommaart

M.D. Milic

Mailbox

Wij houden van feedback! Heeft u een vraag, opmerking, klacht, idee of wens? Mail het ons: info@filmwijkkrant.nl

Platform viert eerste lustrum

Vorige maand was het precies vijf jaar geleden, dat de Stichting Platform Filmwijk werd opgericht. Met als doel de leefbaarheid in de wijk te vergroten sloegen kleinere groepjes bewoners van de wijk de handen ineen.

Na vijf jaar is het even tijd om terug te kijken op wat het Platform de afgelopen tijd wel en misschien ook niet heeft bereikt. Een enthousiast groepje mensen ging in november 2002 aan de slag. Er werd een structuur bedacht van verschillende commissies, die zich zouden concentreren op onderwerpen als groen, hondenpoep, kinderspeelplekken en gezondheid en welzijn. De commissies zouden tamelijk autonoom werken en indien nodig ondersteuning krijgen vanuit het bestuur. Dit bestuur trad ook op als gesprekspartner van de gemeente. Een mooie opzet, maar helaas bleek het niet te werken. Groepen bewoners meldten zich aan als commissielid, maar al snel bleek, dat ze vaak meer het belang van een straat of een plek dichtbij hun huis op het oog hadden, dan het algemeen belang van de wijk. Als het eigen project gerealiseerd was haakten ze af. Eind 2005 werd uiteindelijk besloten deze structuur te verlaten en op ad-hoc basis werkgroepen te formeren om een project aan te pakken. Hoewel het Platform met name van de zijde van de gemeente niet altijd alle medewerking kreeg, is er in vijf jaar tijd veel tot stand gebracht. Vier jaar achtereenvolgens



is met groot succes een schoonmaakactie in de wijk georganiseerd. Het Platform heeft zich ingespannen om de blauwe zone gerealiseerd te krijgen en er zijn wijkenquêtes en wijkschouwen gehouden. De resultaten hiervan gaven een duidelijk beeld van wat er in de Filmwijk leeft. Zo bleek er bij voorbeeld grote behoefte te bestaan aan een pinautomaat in

de wijk. Die automaat is er gekomen en hangt nu bij de Vomar. In de omgeving van de Caprastraat is een trapveldje gerealiseerd voor de oudere kinderen en ook bij de herinrichting van de schoolpleinen van de Polygoon en de Caleidoscoop heeft het Platform een rol gespeeld.

De website van het platform, www.filmwijkalmere.nl bevat alle mogelijke informatie over de wijk, variërend van de historie van de Filmwijk tot het adres van de pizza-koerier.

Het eerste Lumièreparkfestival werd onder auspiciën van het Platform georganiseerd. Daarna is de organisatie overgenomen door de Stichting SMOA.

De actie voor het behoud van het Lumièrepark, waarvan de gemeente een deel wilde afgraven om tegelijkertijd een stuk van het Weerwater droog te leggen heeft uiteindelijk succes gehad. De politiek ging achter de ideeën van de Filmwijkers staan en de plannen werden gedeeltelijk bijgesteld. Begin dit jaar is in samenwerking met de raadsgriffie gestart met een wijspanel via internet. Ook dit blijkt weer een mogelijkheid om te kijken wat de wensen van de bewoners zijn en deze onder aandacht van de politiek te brengen. Halverwege het afgelopen jaar werd een meldpunt voor vernielingen en vandalisme gestart. Ook na vijf jaar blijft het Platform actief. Momenteel worden de plannen van de gemeente met betrekking tot 'rood voor groen' en de ontwikkeling van de Oostkavels voor zover van belang voor de wijk nauwlettend gevolgd. Ook de komende tijd zal het Platform nog veel van zich laten horen.

Prent spreekt in op politieke markt

Vice-voorzitter Joop Prent van het Platform Filmwijk heeft op 27 september op de politieke markt ingesproken over de veiligheid in de wijk en het vandalisme op de schoolpleinen. Directeur Paulien van Roon van de basisschool De Polygoon had de inspraak aangevraagd om op die manier de aandacht te vragen voor vernielingen op het plein van haar school. Vlak voor aanvang van de politieke markt besloot ze echter zelf de lippen op elkaar te houden. Omdat hij goed op de hoogte is van wat er zich in de wijk afspeelt nam vice-voorzitter Joop Prent hierop de taak op zich namens de wijk het woord te voeren. Volgens Prent is het gemeentebreed niet bekend

wat er allemaal in de wijk aan de hand is. "Meldingen bij het stadsdeelkantoor bereiken degene die verantwoordelijk is voor de veiligheid niet", aldus Prent, "de mensen verliezen daardoor het vertrouwen in de instanties."

Van de suggestie van een van de raadsleden om het plein 's avonds af te sluiten wilde Prent niet horen. Hij vindt het veel te belangrijk, dat het plein een wijkfunctie heeft. Hij heeft dan ook geen enkel bezwaar tegen hangjongeren op het plein, alleen tegen 'terreurjongeren'. Om die reden pleit hij voor meer toezicht door surveillanten tijdens de avonduren.

Burgemeester Jorritsma waarschuwde de problemen vooral niet groter te maken dan ze in feite zijn. Het zijn verschijnselen, die met de groei van de stad samenhangen. Ook zijn er volgens haar schoolpleinen waar de nood vele malen hoger is dan bij De Polygoon. Wel stelde zij zich sterk te willen maken voor een alcoholverbod op alle Almeerse schoolpleinen.

Stichting Platform Filmwijk Almere
Secretariaat J. A. Hoogendoorn
Fellinilaan 348
1325 TX Almere
Tel. 7851664
e-mail info@filmwijkalmere.nl



Versterking gevraagd

Het Platform is al enige tijd op zoek naar een Filmwijkker, die de commissie PR komt versterken. De PR-afdeling is verantwoordelijk voor alle externe contacten. Dat wil zeggen verzorgen van persberichten, te woord staan van de media, up-to-date houden van de website en ook het schrijven van deze pagina in de Filmwijkkrant. Momenteel wordt dit werk gedaan door Anita Nijman en Wim Veenstra, maar versterking is hard nodig. Goede schriftelijke uitdrukingsvaardigheid is een vereiste voor deze functie. Hebt u belangstelling, neem dan contact op via e-mail pr@filmwijkalmere.nl.

Zoals al eerder gemeld, is het Platform eveneens op zoek naar een nieuwe penningmeester. Nico Bohan legt volgend jaar z'n functie neer. De penningmeester is een van de sleutelfiguren in het bestuur van het Platform. Hij/zij moet over voldoende boekhoudkundige kennis beschikken om de financiën op goede wijze te beheren. Inlichtingen bij het secretariaat, telefoon 5231263, of info@filmwijkalmere.nl.

Platform in strijd tegen vandalisme

Tijdens de stadsdeelbijeenkomst tegen vandalisme (zie pagina 14) heeft het Platform Filmwijk aangegeven trekker te willen zijn van een preventieproject. Hierbij werken burgers samen met stadswachten om het probleem in kaart te brengen en de veroorzakers op hun gedrag aan te spreken. Voorwaarde is wel, dat er een

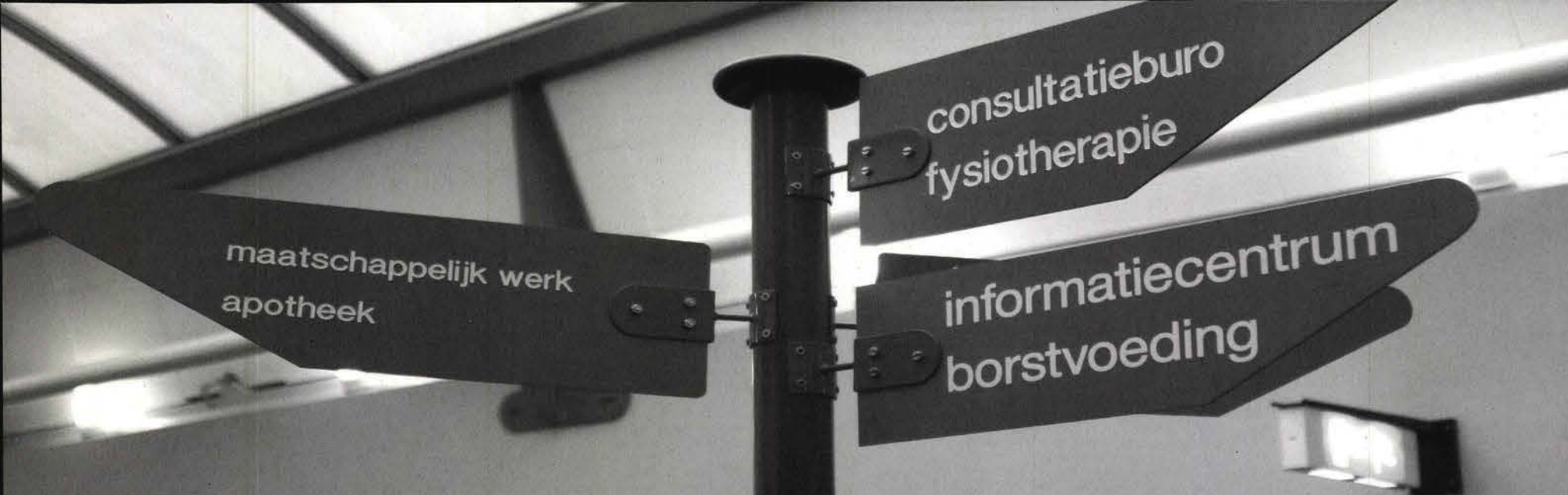
duidelijke meldingsprocedure komt en terugkoppeling naar degenen, die aangifte van vernielingen en vandalisme hebben gedaan. Gemeentelijk veiligheidsmanager Joke Smit-Bodaar heeft aangegeven mee te denken over de wijze waarop dit project zal worden vormgegeven.

Column

Filmwijkker

Het is zondag, een herfstige zondag en ik loop door het Lumièrepark. De bladeren aan de bomen hebben hun herfstkleur aangenomen. Vele kleuren bruin, geel en rood, waar de zon doorheen schijnt. Ik geniet van de stilte. Af en toe kom ik een andere wandelaar tegen, vaak in gezelschap van z'n hond. We groeten elkaar, want dat doe je nog als je in het Lumièrepark wandelt. Op een bankje zitten een jongen en een meisje. Ze beantwoorden mijn groet niet, zo gaan ze in elkaar op. Af en toe zak ik door m'n knieën om eens goed te kijken naar een paddenstoel in het gras. Ik loop het bruggetje over naar het ruige deel van het park. Het is hier nog stiller. De bladeren knisperen onder m'n schoenen. Tussen de struiken hoor ik het krassen van een ekster. Ik hou van dit park en van de rust die ervan uitgaat. Anderen zeggen, dat het eigenlijk helemaal geen mooi park is en nog slecht onderhouden ook. Er moet wat aan gebeuren. Rood voor groen noemen ze dat. Kijkend naar de overkant van het Weerwater denk ik cynisch: het zal wel grijs voor groen worden. Veel beton en glas, want dat hoort bij Almere. Ben ik eigenlijk wel een Almeerder? Nee, in m'n hart ben ik een Filmwijkker.

Wim



Nieuwe zorgmanager bij Gezondheidscentrum Filmwijk

Harry Nijhuis is de nieuwe zorgmanager van GC Filmwijk.

Hij wil zich graag in de Filmwijkkrant aan de Filmwijkers voorstellen.

Mijn naam is Harry Nijhuis. Van oorsprong ben ik huisarts, in 1983 begonnen in Waterwijk en de laatste 10 jaar werkzaam in gezondheidscentrum Prisma in de Regenboog- en Seizoenenbuurt. Onlangs ben ik gestopt als huisarts en nu werk ik fulltime als zorgmanager in stadsdeel Oost waar ik eindverantwoordelijk ben voor 4 gezondheidscentra te weten Filmwijk, Parkwijk, Perspectief en ook Castrovalva. Mogelijk zult u zelf niet direct met mij te maken krijgen omdat ik voor u toch wat meer op de achtergrond zal functioneren.

Veranderingen

De medewerkers van gezondheidscentrum Filmwijk vormen al jaren een goed en stabiel team dat kwalitatief hoogwaardige zorg aanbiedt vanuit een goed geoutilleerd en architectonisch ook prachtig centrum. Zoals u mag verwachten willen we hiermee natuurlijk gewoon doorgaan.

Toch zijn ook in uw centrum de komende tijd wel enige veranderingen te verwachten. We gaan in de gezondheidszorg in Nederland en dus ook bij de zorggroep Almere steeds meer werken met specifieke zorgprogramma's. Hierbij wordt rond de cliënt met een chronische aandoening zorg geboden waarbij maximaal en optimaal wordt samengewerkt door alle direct betrokken hulpverleners. Bij diabetes zijn hiermee de afgelopen jaren reeds goede ervaringen opgedaan zoals mogelijk sommigen onder u al gemerkt zullen hebben.

De komende jaren staat nu de verdere uitrol van dergelijke zorgprogramma's voor mensen met astma/copd en hart- en vaatziekten gepland. Tevens sluiten we in toenemende mate aan bij landelijke initiatieven om mensen meer te laten bewegen en wel met name hen die een te hoge drempel ervaren bij het bezoeken van een sportschool.

We zullen u de komende tijd op de hoogte houden van alle ontwikkelingen waarbij we u ook graag willen attenderen op onze website www.gezondheidscentrumfilmwijk.nl

Ondanks mijn rol op de achtergrond sta ik zeker open voor uw suggesties of opmerkingen. Aarzel niet om contact op te nemen. Dit kan natuurlijk via de medewerkers van Filmwijk maar ook rechtstreeks per mail: hnijhuis@zorggroep-almere.nl

WIST U DAT ...

U uw herhaalrecepten via internet kunt aanvragen?

Het voordeel van deze service is dat u niet hoeft te bellen of langs hoeft te komen om een herhaalrecept aan te vragen.

Via www.apotheekfilmwijk.nl kunt u uw herhaalrecept aanvragen.

Hoe werkt dit?

- Ga naar www.apotheekfilmwijk.nl
 - Klik op herhaalrecepten aanvragen.
 - Heeft u al een account? Log dan in.
 - Heeft u nog geen account? Maak deze aan!
- (maak per persoon een eigen account aan!)
- U krijgt van ons een e-mail als uw recept klaarstaat

Makkelijker kan niet! Dus vraag nu uw eigen account aan via www.apotheekfilmwijk.nl

TELEFOONLIJST FILMWIJKCENTRUM

Openingstijden: op werkdagen van 08.00-17.30 uur.
Telefooncentrale: 5454340 (vanaf 08.00 uur)
Website: 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

Zorgmanagement
Tel: 545 43 40, Dhr. Nijhuis

Spoedlijn huisartsen
Tel: 545 43 44

Praktijkondersteuners
Tel: 545 43 41

Apotheek
Tel: 545 43 46

Fysiotherapie
Tel: 545 43 45

Maatschappelijk werk
Tel: 545 43 40

Consultatiebureau/wijk-
verpleging. Tel: 545 43 40

Diëtetiek (tussen 09.00 en 12.00 uur).
Tel: 545 40 95

Verloskunde
Tel: 545 45 20 / 545 42 80

Tandheelkunde
Tel: 0800-633 46 28

Thuiszorg
Tel: 540 90 10

Huishoudelijke zorg
Tel: 0900-123 77 55

Zorglijn Almere
Tel: 0900- 775 57 77

Filmwijk
Gezondheidscentrum

De straat

De Judy Garlandbrug

Tekst: Mariëlle Tiehuis en Henny van Doren. Foto: Marc Puijk

Geen straat maar een brug dit maal. Want wist u dat de brug die onze wijk met het stadscentrum verbindt, de Judy Garlandbrug heet?

Jingle Bells voor Judy Garland (1922-1969)

Judy Garland's dochter Lorna Luft schrijft in haar boek het volgende over haar moeder: "Mama vond haar leven geen tragedie. Haar levenslust en gedrevenheid maakten haar zo geliefd. Ze heeft ons geleerd dat je er altijd iets moois van moet maken."

Judy Garland, een vrouw met een indrukwekkende carrière, wordt nog steeds vereerd en bewonderd door vele fans. Daarvan getuigt haar fanwebsite www.judygarland.nl.

De kleine Francis Ethel Gumm stond als tweejarige al in de spotlights met het kerstliedje 'Jingle bells'. Op latere leeftijd zou ze nogmaals een kersthit lanceren, 'Have yourself a merry little christmas'. Zij had als kind diverse acts met haar zusjes en toen dat stopte, besloot haar moeder dat Francis dan maar actrice moest worden. Vanaf dat moment heette ze Judy Garland.

Zij speelde en zong in veel films en musicals. The Wizard of Oz is wel een van haar bekendste musicals, ze speelde daarin de rol van Dorothy. Deze film is door meer dan een miljard mensen gezien!

Het kleine meisje met de geweldige stem

Judy stond bekend als het kleine meisje met de geweldige stem. Haar eerste Decca hit was 'You made me love you' uit de film 'Broadway Melody'. Aanvankelijk had ze vaak de rol van het lieve meisje, maar na verloop van tijd kreeg ze de kans om meer volwassen rollen te spelen. Het publiek nam haar als volwassen actrice pas serieus na de hitfilm 'For me and my gal'. Behalve films deed Judy duizenden optredens voor radio en televisie. Tijdens de Tweede wereldoorlog trad ze op voor Amerikaanse soldaten.

Judy Garland betaalde een hoge prijs voor haar populariteit. Zij slikte energiepillen om haar hectische bestaan vol te kunnen houden en slank te blijven en slaapmiddelen om te kunnen slapen. In 1945 trouwde Judy met Vincente Minelli en ze kregen

samen een dochter: Liza. De geboorte van Liza, haar overvolle werkschema en de pillen eisten hun tol. Ze stortte diverse malen in en haar contract werd beëindigd. Ze had toen 31 films voor MGM gemaakt.



Come back

In 1951 scheidde Judy van Vincente en trouwde ze met haar producer Sid Luft. Ze kregen een dochter: Lorna. Judy begon op tournee te gaan in Europa en Amerika. Voor haar optreden in New York ontving ze een Tony Award.

In 1954 was ze de grote ster van de film 'A star is born', waarvoor ze een Oscar nominatie ontving en de Golden Globe voor de beste musical van het jaar. In 1955 kreeg ze haar derde kind, een zoon dit maal. Korte tijd later werd ze ziek en kreeg ze te horen dat ze nooit meer zou zingen. Toch had ze in 1960-1961 een onverwachte, grootse comeback, ze zong in Amsterdam en in de Carne-

giehall. Tegen alle verwachtingen in stond ze in volle glorie op het podium. Voor de opnames van haar optreden in de Carnegie Hall kreeg ze vijf Grammy Awards. Ze speelde nog in diverse films en had een televisie serie.

Haar laatste jaren waren niet bijzonder gelukkig te noemen. Ze scheidde en hertrouwde opnieuw. Haar optredens gingen niet goed meer, ze vergat haar teksten en was duidelijk onder invloed van pillen. Twee weken na haar 47e verjaardag werd ze dood aangetroffen in haar badkamer met een overdosis slaapmiddelen in haar bloed.

Een knappe vrouw!

Veel Filmwijkers komen dagelijks wel een keer over de Judy Garland brug. Tanja van Dorp bijvoorbeeld, die met haar kleindochter Elise van 2 jaar over de brug wandelt. Ze hebben boodschappen gedaan in het centrum: "Ik loop vaak over deze brug, eigenlijk altijd als ik naar het centrum ga. Gek genoeg ben ik mij er niet van bewust dat deze brug naar Judy Garland was vernoemd. Ik ken haar van de film. En ze was een moeder van iemand, maar wie, dat weet ik niet."

Justin (13) komt ook vaak bij de brug: "Soms kom ik hier alleen en soms met vrienden, maar wel vaak op de skates. Net als vandaag. Ik ga deze brug niet altijd over, alleen als ik naar het centrum ga. Toen ik nog op school in Muziekwijk zat ging ik ook vaak met de bus over deze brug." Dat de brug een naam heeft had hij wel verwacht... "Maar ik weet niet welke. Judy Garland? Hmm, ik weet niet wie dat is."

Floris (15) fietst elke dag over de Judy Garlandbrug naar school. Jeroen (13) uit Almere Buiten is vandaag met hem mee, op de skates. Jeroen: "Ik ga vandaag bij hem spelen, vandaar dat ik over deze brug ga. Judy Garland zal wel een filmster zijn, denk ik."

Fietsend komt mevrouw Schubart over de brug: "Als ik naar het centrum fiets, ga ik altijd over deze brug. Judy Garland ken ik wel, dat is die filmster. Een hele knappe vrouw. Ik heb misschien wel eens een film van haar gezien, maar ik zou niet meer weten welke."

At Random? Netwerken en kruisbestuivingen

In Museum De Paviljoens is nog tot april 2008 At Random? Netwerken en kruisbestuivingen te zien. Hierin onderzoekt het museum samen met de deelnemende kunstenaars en ontwerpers creatieve processen in de huidige netwerksamenleving met haar e-cultuur, GPS, podcasting en het web. De tentoonstelling heeft het karakter van een workshop en zal zich steeds verder ontwikkelen en uitbreiden. At Random? gaat over het ontstaansproces van de werken én van de tentoonstelling, over onverwachte ontmoetingen, vruchtbare zijpaden en het loslaten van lineair denken en (schijnbare) controle.

In de tentoonstelling is onder meer een installatie te zien van ontwerperscollectief LUST. Zij maken voor elke bezoeker een unieke folder met informatie over de tentoonstelling, aangevuld met via internet at random gegenereerde informatie. Van Luna Maurer is een monumentaal wallpaper, bestaande uit 68.580 foto's genomen vanaf het dak van de Balie in Amsterdam. Luna Maurer ontwikkelt tijdens de tentoonstelling ook een tweede installatie gebaseerd op de agenda van de museummedewerkers. Hierbij hebben alle afspraken een kleurcode en worden met lijnen weergegeven op de vloer van het museum.

Meer informatie: www.depaviljoens.nl

**KORT,
KORT,
KORT,
KORT,
KORT...**

Kinderhuisje Parkhuys vernield

Leonie Groosman van Parkhuys stuurde ons het volgende berichtje dat voor zichzelf spreekt:
Het kinderkuisje bij Parkhuys is weer doelwit geworden van vandalisme. Een flink blok hout is door de deur naar binnen gegooid en heeft een raam gebroken en houtwerk beschadigd. Het kinderkuisje wordt gebruikt om kinderen, waarvan een ouder, broertje of zusje kanker heeft, te steunen. In het huisje dat 'De Betovering' heet kunnen kinderen al spelenderwijs leren omgaan met moeilijke situaties. Gelukkig is de materiele schade beperkt, erger is dat het gevoel van veiligheid is verdwenen.

Onlangs ontvingen wij deze brief van Henk de Jager. Misschien dat er een Filmwijkker is die Henk wil helpen?

Geachte Filmwijkkrant-redactie,

Ik heb recentelijk een boek geschreven waarin een uitgebreide uitleg van alle straatnamen in de Almeerse Filmwijk is opgenomen. Het levensverhaal van alle vernoemde personen, feiten en wetenswaardigheden. Het is een paperback van 143 pagina's geworden. Mij bedoeling was het in eigen beheer uit te geven, iets wat ik al eerder gedaan heb. Een deel van de opbrengst zou ik aan een goed doel (het dit jaar 80 jaar geworden BIO-vakantieoord) willen schenken. Probleem is echter: het bedrijf waar ik vroeger wel boeken in kleine oplage heb laten maken heeft zijn tarieven meer dan verdubbeld: het drukken en produceren van dit boek zou dan 9 euro per exemplaar worden - te duur om er commercieel nog iets mee te kunnen. Daarom wil ik uw hulp inroepen: is er wellicht iemand die een weg weet dit boek tegen zo een prijs te laten produceren dat een winkelprijs van ca. € 10,- haalbaar is (en er nog wat voor het goede doel overschiet). Bovendien zou ik het leuk vinden als een -al dan niet bekende- Almeerder een voorwoord of aanbeveling zou willen schrijven. Lijkt het project interessant, kunt u er iets mee, laat het mij dan even weten!

henkpinball@planet.nl

Hospice Almere

Even voorstellen. Mijn naam is Inge Beers, ik woon 9 jaar in de Filmwijk en werk als praktijkondersteuner in het gezondheidscentrum. Met dit berichtje wil ik uw aandacht en steun vragen voor de Stichting Hospice Almere en de daaraan verbonden Vereniging Vrienden van Hospice Almere. Ik ben secretaris van de Vereniging, Theo de Jong is voorzitter en was tot voor kort huisarts in de Filmwijk.

U kunt zich voorstellen als iemand nog maar een korte levensverwachting heeft dat de tijd die hem/haar gegeven is graag doorbrengt in zijn eigen omgeving samen met zijn gezin, vrienden en andere dierbaren. Dat kan om verschillende redenen niet altijd. Er moet dan naar een alternatief gezocht worden waar de betrokkene zijn laatste periode kan doorbrengen.

Een hospice of een bijna-thuis-huis kan dan een oplossing zijn. Een hospice biedt aan mensen in hun laatste levensfase, op een heel persoonlijke manier, alle nodige zorg in een rustige huiselijke sfeer waar ook naasten van harte welkom zijn. De gast (zo worden de bewoners genoemd) mag zijn eigen kamer naar wens inrichten, er zijn geen bezoeken en dierbaren kunnen blijven slapen wanneer zij dat willen. Vierentwintig uur per dag staan er vrijwilligers klaar om de gast te ondersteunen. De dagelijkse gang van zaken wordt geregeld door een coördinator (geen vrijwilliger). Professionele zorg wordt gegeven door de huisarts en de wijkverpleging, net als thuis.

Na een lang voorbereidingstraject is er in opdracht van de stichting deze zomer een professioneel haalbaarheidsonderzoek gedaan. Uit dit onderzoek blijkt dat het oprichten van een hospice een zeer wenselijke en welkome aanvulling is op de reeds bestaande zorg. We kunnen dan ook nu gericht gaan kijken naar een geschikte locatie (wellicht heeft u suggesties?). Ik hoop dat ik mede Filmwijkers warm heb laten lopen om lid te worden van de Vrienden van Hospice Almere. Voor 30 euro per jaar ondersteunt u dit prachtige initiatief. U kunt ook de website (geheel vernieuwd) raadplegen op www.hospicealmere.nl Alvast bedankt!

KOELIE VASTGOED SERVICEMAKELAAR



Weet u dat de beste makelaar bij u in de wijk zit?
Loop eens binnen voor een kennismakingsgesprek
of een kopje koffie!

**U mag van ons 100% inzet en
100% betrokkenheid verwachten.**

Kijk ook op www.koelie.nl

Koelie Vastgoed • Cinemadreef 70 • Tel. 036 540 57 70

Wij willen raad!

De gemeenteraad wil raad. Van u. U kunt zich aanmelden voor het internet raadspanel. U krijgt dan regelmatig een aantal vragen toegemaild. De resultaten worden gebruikt in de besluitvorming. Kijk op www.almere.nl/bestuur voor meer info.





Kinderpagina

Tekst: Connie Franssen
Foto's: Marc Puijk
Marcel Kolder

Dit keer weer 's een kinderpagina voor de allerkleinsten! Met een mooie kleurplaat van de Kerstman!

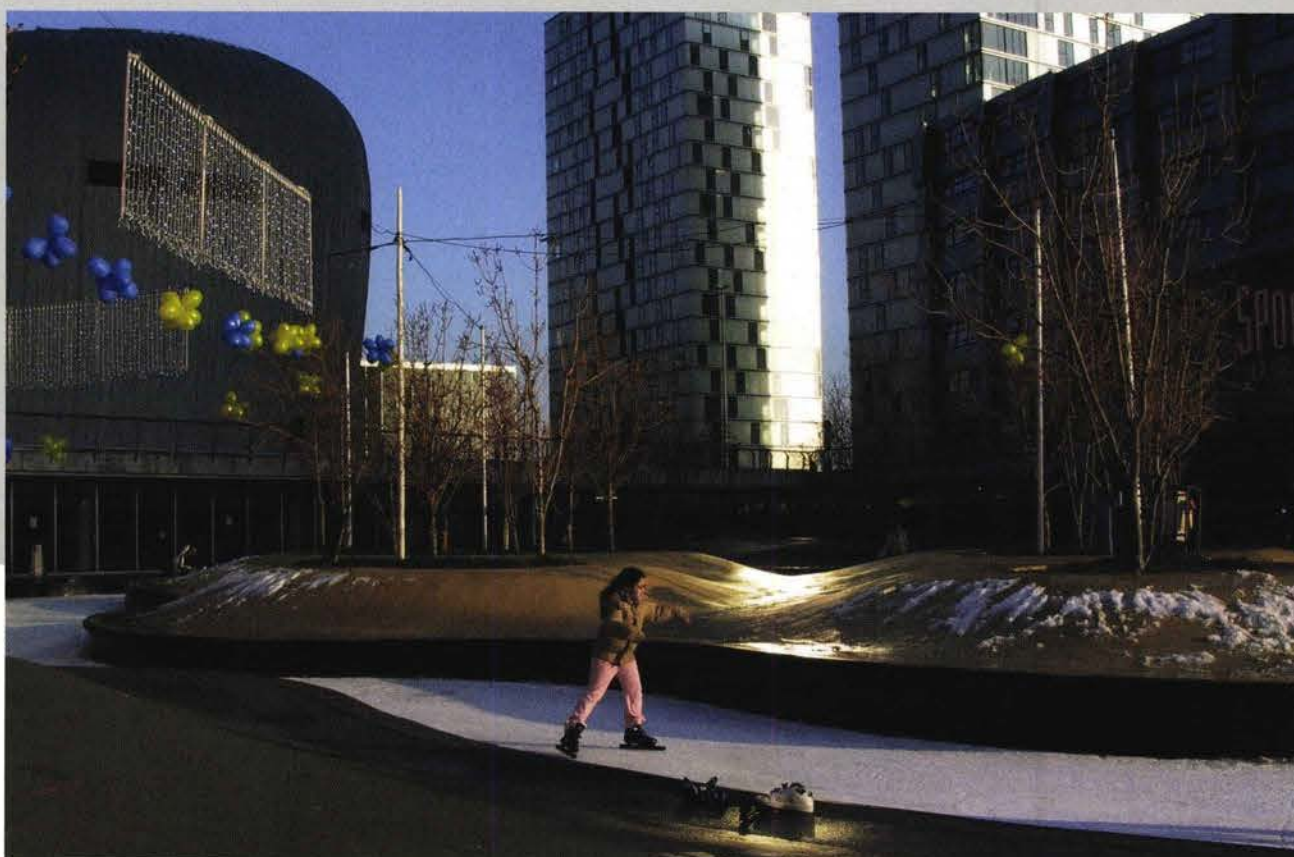
Ijspret

Op 10 november is de ijsbaan op het Waterplein geopend met een mini-Elfstedentocht. SportCity deed een warming-up om de kinderen alvast soepel van start te kunnen laten gaan. Daarna gaven schaatster Annemarie Thomas en wethouder Henk Smeeman het startschot en konden de kinderen van start. De schaatsbaan op het Waterplein is vooral geschikt voor de kleintjes. De groten kunnen de hele winter terecht op de schaatsbaan op de Grote Markt waar ook schaatsen gehuurd kunnen worden.

Janneke (6) vertelt met rode wangen: "Ik heb een medaille en warme chocolademelk gekregen! Ik ben wel een keer op mij knietjes gevallen en nu heb ik een schaaf maar dat vind ik niet erg."

Peter (8) scheurt al behoorlijk professioneel door de bochten. "Ik ga met mijn vader ook wel eens naar de Jaap Edenbaan. Daar kun je echt hard schaatsen. Maar dit is wel leuk om te oefenen."

Marije (4): "Ik vind het niet leuk, het doet pijn. Ik heb voor Sint Maarten een lampion gemaakt en chocolademelk gekregen."



JOYMERE

"Enjoy the best"

Prikkel de zintuigen
Beleef het Tennis & Joymere

TENNIS JOYMERE HORECA

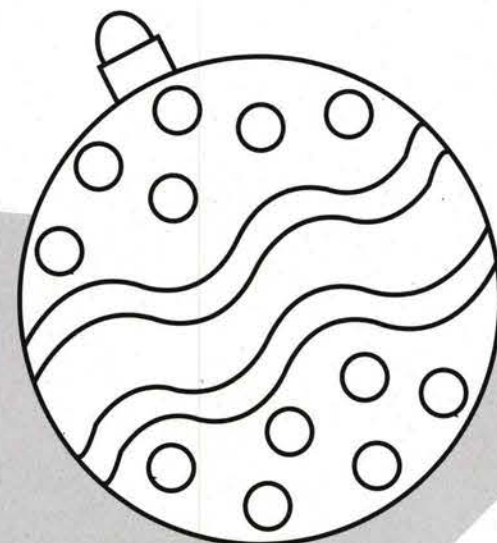
- tenniscursussen start maart en oktober
- instapcursussen op elk moment
- verhuur tennisbanen
- lidmaatschappen, basis en compleet
- bedrijfsactiviteiten compleet en basis
- bij joymere geen wachtlijsten
- feesten en partijen, kindertennisfeestjes

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



Theater Het BinnensteBuiten

Buurttheater voor peuters en kleuters



Theater Het BinnensteBuiten organiseert
kindervoorstellingen U vindt het theater in
de Pieter van Damstraat 38 (het amfitheater
van OBS De Egelantier), Almere Buiten
(Oostvaardersbuurt). Kijk op:
www.theaterhetbinnensteBuiten.nl

Bart versiert de Kerstboom
door Kijk Haar Nou poppentheater

Het is kerst.
Tijd van gezelligheid, kerstbomen, ballen en
slingers. Bart heeft van mamma een eigen kleine
kerstboom gekregen voor op zijn kamertje.
Bart houdt van kerst.
Hij heeft zijn poppen Pleun en Poppelen erbij gezet.
Want kerst vier je met z'n allen.

Op 23 december is 'Bart versiert de kerstboom' van
Kijk Haar Nou te zien. Deze voorstelling is, net als de
overige voorstellingen in het theater, geschikt voor
kinderen van 2 - 6 jaar. 'Bart versiert de Kerstboom'
is een sfeervolle, vrolijke interactieve voorstelling,
vol spelletjes en liedjes over samen spelen en leven.

23 december, 11.00 uur. Entree: € 3,50 voor kinderen
en € 4,50 voor volwassenen. Reserveren wordt
dringend aanbevolen:
www.theaterhetbinnensteBuiten.nl of 036 - 5214354.



Seizoenoverzicht 2007-2008

Theater Het BinnensteBuiten

27 januari
Danstheater Rettekett
Druppel

24 februari
Tjalling en Kees
Fietsen en fluiten

30 maart
Valentijn
Het circus is begonnen

27 april
Judith de Klerk
Bloeiende woestijn

25 mei
Theater Vandenbulck
Kippetje Tok

Vrijwilligers in de Filmwijk Een enorm goed gevoel!

Tekst: Els Brouwer Foto: Marc Puijk

De Filmwijkkrant zet vrijwilligers in het zonnetje! Dit keer is Harrie Teussink, vrijwilliger bij Stichting Voedsel Loket Almere, aan de beurt. Het Voedselloket levert elke twee weken voedselpakketten aan mensen die tijdelijk in financiële nood verkeren. De pakketten worden met hulp van vrijwilligers door heel Almere bezorgd.

Harrie Teussink (59) vertelt zijn eerste verhaal al in de gang van zijn huis waar een grote staande klok staat. Trots vertelt hij dat zijn vader die gemaakt heeft. Op de wijzerplaat van de klok is zijn geboortehuis geschilderd dat in Glanerbrug (Twente) stond. Wat volgt is een aanstekelijke waterval van anekdotes, waarin onder anderen George Bush sr., Haile Selassie en onze eigen koningin figuren.

In het dagelijks leven is Harrie hoofdvoerder in de bouw. Lachend zegt hij dat hij eigenlijk de hele dag met zijn handen in zijn zakken loopt, aanwijzingen geeft en plannen bedenkt. Vanaf zijn 28ste werkte hij als hoofdvoerder voor verschillende bedrijven in Saoedi-Arabië, Venezuela en Ethiopië. Hij at er met bedoeïenen en ging op valkenjacht. Hij trouwde en werd vader, en keerde in 1990 met zijn gezin weer terug naar Nederland. Het toeval leidde hem en zijn gezin naar Almere en inmiddels woont hij al 14 jaar in zijn zelf ontworpen en gebouwde huis in Filmwijk. Hier in Nederland was hij onder meer betrokken bij de restauratie van de Beurs van Berlage en Carré. Maar het mooiste is wanneer zijn kinderen zeggen dat ze, op weg naar oma, door 'zijn' tunnel bij Eindhoven gereden zijn.

Vrijwillig maar niet vrijblijvend
Teussink werd vorig jaar door een buurvrouw benaderd om iets te doen voor het Voedsel Loket Almere (VLA). Zij zei hem dat ze nog vrijwilligers zochten en zijn antwoord was: "Och, waarom niet." Nu rijdt hij al een jaar elke veertien dagen zijn rondje. Voorheen bezorgde hij in heel Almere, maar sinds een tijdje hoeft hij alleen nog maar Filmwijk rond. De acht pakketten passen prima in zijn auto, zodat hij maar één keer hoeft te rijden. Hij is dan twee uurtjes bezig: "Kijk, er zitten ook wel wat nadelen aan. Je kunt niet zomaar zeggen: ik kom niet. Een zere voet is geen geldig excuus. Vrijwilligerswerk is niet vrijblijvend. Als ik nu een

golftoernooi heb en ik moet ook voedselpakketten rijden, dan gaan de voedselpakketten voor."

Diaconie

"Ik vraag me nooit af of de mensen er recht op hebben. Met de meeste mensen waar ik kom, wil ik echt niet ruilen. Het zijn gewoon mensen die het nodig hebben." Hij komt wel schrijnende gevallen tegen: "Ik ben een keer ergens geweest, bij een vrouw met drie kleine kinderen. Toen ik daar om elf uur kwam, zei ze 'Oh wat fijn, want mijn kinderen hebben nu eindelijk iets te eten.'" Hoewel hij niet begrijpt hoe iemand in zo'n situatie terecht kan komen, heeft hij er geen oordeel over.

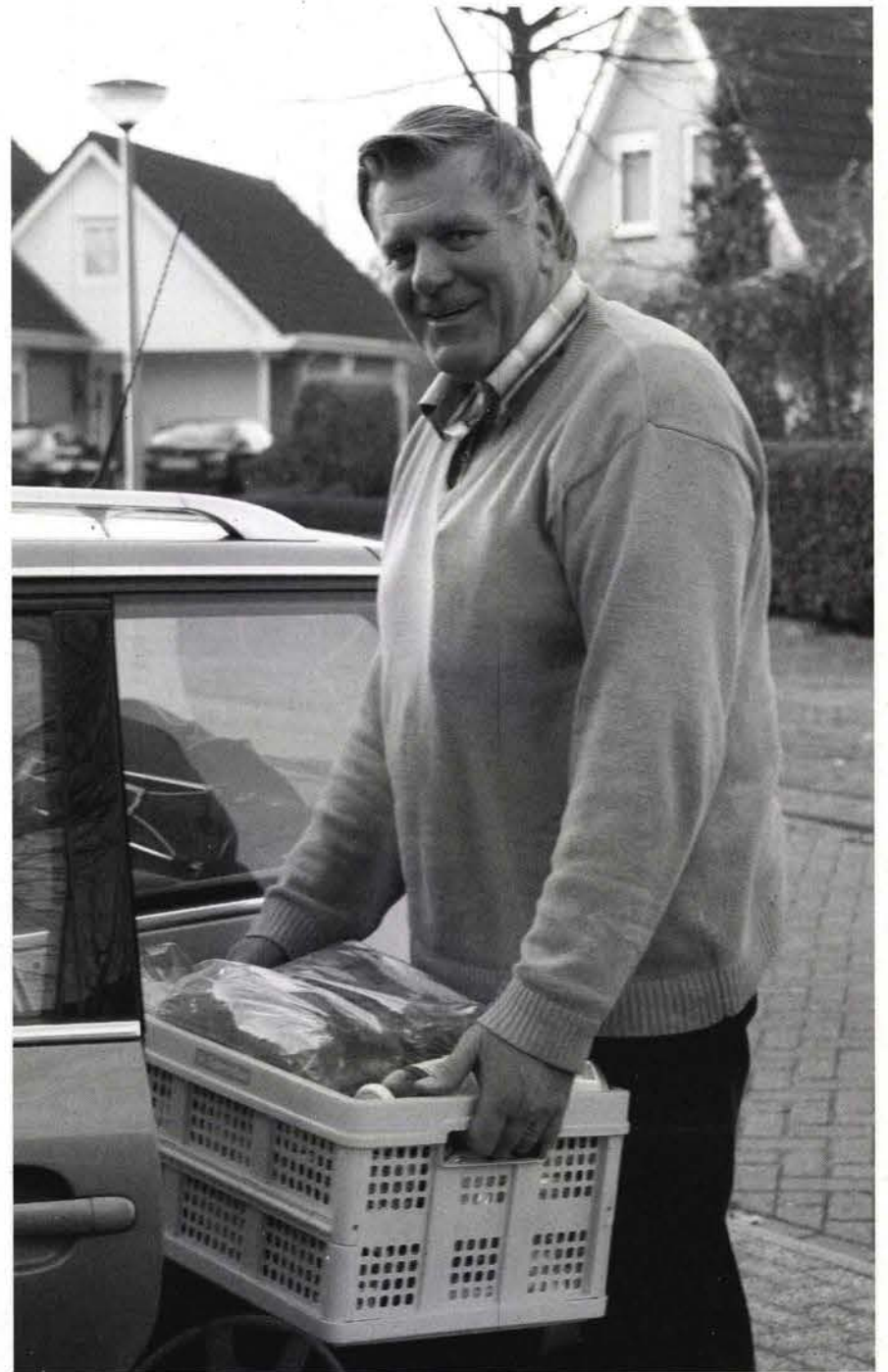
Teussink ziet in de voedselbanken niets nieuws onder de zon. Van huis uit is hij Nederlands-hervormd en zijn vader zat bij de diaconie. "Bij ons thuis kwamen ook vaak mensen die om een of andere reden hulp nodig hadden. Ze kregen een kraampakket, een voedselpakket of een beetje geld, een stukje zeep. In de jaren vijftig was dat heel gewoon, ook in de jaren zestig. Maar nu zijn die mensen niet meer bij de kerk bekend, of melden zich daar niet meer."

Naboerschap

Teussink zelf is goed naboerschap met de paplepel ingegoten. Naberschap (naberschap) is een typisch Twents begrip en verwijst naar een informeel hulpsysteem van burens die elkaar door dik en dun helpen. Dat mist hij wel in Almere: "Je stoep sneeuwvrij maken zodat voetgangers niet uitglijden, zwerfpuil opruimen, elkaar begroeten op straat". Hij vindt, met Tukkerse nuchterheid: "Je moet gewoon een beetje normaal doen en elkaar helpen. En als het moet, moet je zelf ook geholpen willen worden."

Ook helpen?

Wilt u het Voedselloket steunen met uw inzet of goederen? Kijk dan even op www.voedselloketalmere.nl



VANDALISME, NIET NORMAAL!

Tekst: Wim Veenstra Illustratie: Platform Filmwijk

Het is een van de grootste ergernissen: vandalisme. Tot voor kort werden we er nauwelijks mee geconfronteerd, maar met de groei van Almere groeit het vandalisme mee. Steeds vaker zien we ingegooide ruiten van een school, uitgebrande vuilcontainers, graffiti en vernielde bushokjes.

De gemeente Almere wil met het 'Actieplan Vandalismebestrijding 2008-2011' het vandalisme terugdringen. Om hier zoveel mogelijk partijen bij te betrekken zijn de afgelopen tijd in alle stadsdelen bijeenkomsten gehouden. Voor het stadsdeel Stad-Oost

(Filmwijk, Danswijk, Waterwijk en Tussen de Vaarten) vond deze bijeenkomst op dinsdag 30 oktober plaats bij de vc Omniworld.

Vertegenwoordigers van onder meer woningbouwcorporaties, bewonersplatforms, scholen, supermarkten en politie waren deze middag uitgenodigd om samen het probleem in kaart te brengen en waar mogelijk naar oplossingen te zoeken. Een goed initiatief van de gemeente Almere. Jammer dat veel partijen, die geregeld met het probleem van vandalisme te maken hebben, verstek lieten gaan.

verschillende oorzaken aan te wijzen. Hoewel de problemen in de Filmwijk in vergelijking tot andere wijken blijken mee te vallen, is een (s)looproute ontstaan van jongeren, die na een avondje stappen vernielingen aanrichten.

Scholen belangrijk

Na een inventarisatie van de problemen en de oorzaken hiervan, ging men aan de slag om naar oplossingen te zoeken. Vernielingen worden in de regel gepleegd door jongeren. Daarom is het nodig met ze in gesprek te gaan. "Hierbij is het wel van belang", merkte jeugdagent Sabrina van Bommel op, "dat je de taal van deze jongeren spreekt". In samenspraak met de gemeente, de scholen, de jongerenwerker van De Schoor en natuurlijk de jongeren zelf, moet onderzocht worden, wat de behoeften van deze groep zijn.

Scholen blijken een belangrijke rol te kunnen spelen bij het tegengaan van vandalisme. Directeur Tineke Werkhoven van De Kameleon vertelde in dat verband hoe de school samen met omwonenden het probleem oppakt. De buurtbewoners houden 's avonds de schoolomgeving in de gaten. Daartegenover staat, dat de leerlingen de omgeving van de woningen netjes houden. "Het vandalisme is hier duidelijk afgenomen", aldus mevrouw Werkhoven.

Een groep deelnemers aan de middag kwam met het idee, om graffitisputters een kunstwerk te laten maken. Daarmee wordt overlast omgebogen naar iets positiefs. Vergroten van de sociale controle bij scholen en speelplekken was een van de andere opties, die men verder wil uitwerken. Belangrijkste uitkomst van deze middag is dat de betrokkenen elkaar vinden en het probleem samen oppakken.



Slooproutes

Dagvoorzitter Annemiek Hijink had deze middag lang geen gemakkelijke taak. Een groot aantal bezoekers nam de kans te baat z'n hart te luchten over de vaak slechte communicatie met de gemeente, waarbij met name het uitblijven van antwoord op meldingen en het feit, dat het vaak erg lang duurt voor de vernielingen zijn hersteld, een bron van frustraties bleek te zijn. Aan de hand van cijfers werd duidelijk gemaakt welke problemen er spelen. In het algemeen kan gezegd worden, dat de schade als gevolg van vernielingen de laatste jaren fors is toegenomen. Hiervoor zijn



**Universal
Hairstyling**

wenst
iedereen
prettige
kerstdagen
en een
gelukkig en
een gezond
2008



Een stoelmassage is een korte maar effectieve massage aan hoofd, schouders, nek, armen, handen, rug en heupen die speciaal is ontwikkeld voor mensen die langdurig in dezelfde houding werken. Dit leidt vaak tot spanning en stijfheid in de spieren, meestal

in de nek en schouders en kan op den duur bloedsomloopstoornissen, vermoeidheid, hoofdpijn of RSI veroorzaken.

Kortom, een toegenomen gevoel van welzijn en een beter humeur!

Behandeling op afspraak

Ingrid Lunde
Truffautstraat 44
1325 PN Almere
Info: Tel:
036-5451448
06-14639511



UTOPLIS
MOVIES, 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.

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.



movies
moments
& more

FORUM 16, 1315 TH ALMERE 036-5300063



MAYIM



arbeidsmarktparticipatie

Je bent gehandicapt. Jouw droom is zelfstandig participeren in de arbeidsmarkt. Je zoekt al een tijdje naar werk of participatie in de maatschappij. Je bent er klaar voor of hebt nog wat hulp nodig. In Almere is een nieuw bureau gestart. Een bureau voor mensen met wat meer 'haakjes en oogjes'. Mayim is het eerste Almeerse werkbureau voor mensen met een handicap.

Voor mensen met een handicap die op zoek zijn naar werk verzorgt Mayim arbeidstoeleiding, de workshop 'Op eigen kracht', coaching en individuele reïntegratietrajecten (IRO).

Voor profit - en nonprofitorganisaties geeft Mayim workshops beeldvorming gehandicapten, workshops Maatschappelijk Verantwoord Ondernemen en handicap en cursussen Jobcoaching en begeleiding.

De adviseurs die voor Mayim werken hebben tientallen jaren ervaring in werving & selectie en projecten voor speciale mensen. Bel of mail voor een afspraak naar Michelle Rutten. Zij wil je graag op weg helpen. Tel 06 28 59 07 11 of mail: ruttenmj@xs4all.nl

www.mayim.nl

BODY - ZONE

BODY-ZONE
Petra van den Bovenkamp
06-10558794
www.body-zone.nl
petra@body-zone.nl

BODY-ZONE

Neem eens de tijd voor uzelf en ervaar de welvaart van een massage.

Body-Zone is een professionele massagepraktijk aan huis én komt ook langs bij bedrijven.

AANBIEDING

Ter kennismaking 45 minuten HotStone massage met 5 euro korting! Nu van € 37,50 voor € 32,50.

Geldig bij uw eerste HotStone massage.

CADEAUTIP

Geef eens een cadeau-bon van Body-Zone cadeau voor een heerlijke ontspannende massage!

Verkrijgbaar vanaf ieder gewenst bedrag.

**GELUKKIG
NIEUWJAAR!**

De redactie wenst alle lezers, bezorgers en adverteerders fijne feestdagen en een gelukkig en geïnspireerd 2008!



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