Bekijk deze e-mail in de browser

NIEUWSBRIEF AlmerePLUS

maart 2024

ALMERE PLUS NIEUWSBRIEF

maakt deel uit van De Schoor, Welzijn in Almere



Inhoud

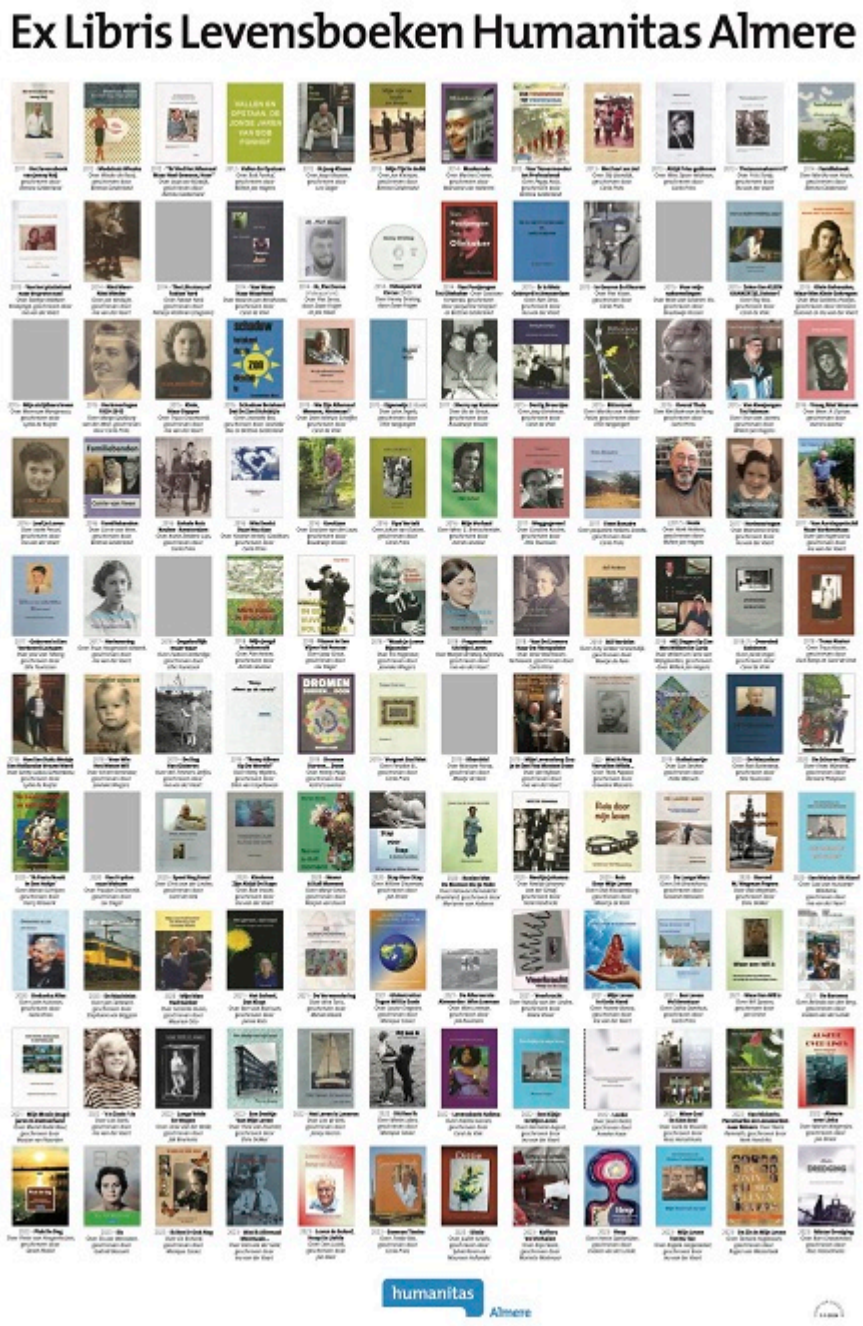
- Voorwoord
- 120 levensboeken
- Goed filmen kun je leren
- Beheergroep Buurtbewoners Beatrixpark
- OOPOEH
- Buurtkamer Het Boegbeeld
- Tenoren gezocht!
- (Hart)verwarmende Winteractie Ouderenwerk groot succes
- Danspaleis
- Happy Piano Day 2024
- Roofvogels aan de Oostvaardersplassen
- Kersenbloesemfeest in de Regenboogbuurt
- De 38ste Almere Lenteloop
- Landelijke Opschoondag 23 maart
- Wist je dat...

Voorwoord

De mooiste records worden in stilte gebroken. Overwinningen op jezelf, een doel dat je hebt bereikt. “Yess!” roepen zonder publiek. Bijvoorbeeld als je een filmpje hebt gemaakt dat je helemaal zelf hebt afgemonteerd. Geen Oscar, geen toeters en bellen, maar iets om trots op te zijn. In menig werkkamer in Almere worden levensboeken geschreven. Ook daar weten we weinig over. Geen literatuurprijs, maar wel een tastbaar en dankbaar product. Je kunt je tijd besteden aan geweldige boodschappen op sociale media, maar ze blijven toch maar

rondzingen in je eigen bubbel. Daarom hulde aan de mannen en vrouwen die met een snoeischaar de knotwilgen in het Beatrixpark te lijf gaan, of aan de afvalprikkers op de Opschoondag.

120 levensboeken



Al twaalf en een half jaar lang worden door een enthousiast groepje schrijvers in Almere levensverhalen opgetekend. Dat gebeurt in redelijke bescheidenheid vanuit het Humanitas Project Levensboek onder de bezielende leiding van projectmanager Marjan van Doorn. Pas nadat Omroep Flevoland zo'n vijf jaar geleden hier aandacht aan besteedde, drong dit unieke

project ook door tot een groter publiek. Intussen zijn - met een gemiddelde van tien boeken per jaar – 120 levens gedocumenteerd.
De schrijvers van de levensboeken interviewen de hoofdpersonen die zich bij Humanitas hebben gemeld met het verzoek om hun levensverhaal in boekvorm te laten verschijnen. Ze doen dit helemaal gratis, alleen de drukkosten zijn voor rekening van de hoofdpersoon. Het is voor de schrijver niet altijd eenvoudig om bij tekst, samenstelling en vormgeving de juiste toon te treffen. Een levensverhaal is geen schoolreisje, het heeft vele lagen en accenten. De hoofdpersoon moet het gevoel hebben dat het zijn of haar verhaal is. Het laten schrijven van een persoonlijk levensboek kan ook een helende werking hebben; een onthulling, een knelpunt of een ontboezeming die er eindelijk uitkomt en op papier moet, voor hem of haar zelf of voor familie en naasten. Daarnaast is het een stukje geschiedenis van de omgeving waarin ze zijn opgegroeid en dus ook – niet onbelangrijk – van Almere. Uitgangspunt bij het project is namelijk dat de hoofdpersoon in Almere woont.
Marjan van Doorn kondigde enkele maanden geleden aan te willen stoppen. Ter gelegenheid daarvan heeft het schrijverscollectief van 25 vrijwilligers een poster samengesteld met de omslagen van alle 120 titels die sinds 2011 zijn geproduceerd.

Levensboeken worden opgenomen in het archief van het Meertens Instituut, omdat ze vaak waardevolle informatie bevatten over cultuur en gebruiken in Nederland. Sommige levensboeken zijn ook te vinden in de bibliotheek en het verhaal van ‘De Allereerste Almeerder’ staat bovendien als e-boek online bij het Stadsarchief https://stadsarchief.almere.nl/publicaties/allereerste-almeerder.
Voor meer informatie: www.humanitasalmere.nl.

Goed filmen kun je leren

Mocht je op zoek zijn naar een goede filmclub in Almere, dan is Filmere je antwoord. Een praatje met medeoprichter Henk Dijkstra en een van de lang meelopende leden maakt duidelijk waarom.
Henk is een goedlachse man, zeer bevlogen wat bewegend beeld betreft. Hij kan veel vertellen over het werken voor televisie en film, twee aparte werelden overigens, al hebben ze allebei met filmen te maken.
Ooit runde Henk een winkel in computerapparatuur speciaal voor videomontage. Hij stuurde kopers die behoefte hadden aan iets meer uitleg bij hun net aangeschafte videocomputer door naar Paul Leen, die ook wel eens bij hem in de winkel kwam. Paul - nu erelid - adviseerde amateurfilmers. Op een gegeven moment stelde Paul voor om samen een film- en videoclub

op te richten. Intussen zijn we 23 jaar verder en is Henk even enthousiast.
Filmere bestaat uit een groep hartelijke mannen en vrouwen van middelbare leeftijd die twee avonden in de maand bij elkaar komen. Ze geven feedback op elkaars filmpjes en wisselen tips en advies uit, indien gevraagd. Inbreng wordt altijd op prijs gesteld. Bijzonder is dat leden die al wat langer meelopen intussen zoveel kennis hebben vergaard dat ze zelf ook van waarde zijn geworden voor de groep.
Tine van Oostveen, net afgetreden bestuurslid, is in 2008 bij de club gekomen. Ze wilde een vakantiefilmpje bewerken, maar het lukte niet zo goed met haar bewerkingsprogramma. "Ik ben toen letterlijk met mijn laptop onder de arm naar de filmclub gestapt." Daar is ze heel goed ontvangen. Op de vraag waarom ze is gebleven antwoordt ze: "Ik leerde op een andere manier naar films kijken en ook een nieuwe manier waarop je een film monteert. Als ik oude filmpjes bekijk zie ik hoe eindeloos die waren. Ik vertelde wat de kijker zelf al kon zien en concluderen. Nu weet ik dat je de beelden begeleidt met wat interessant kan zijn bij wat de kijker dus niet ziet."
Tine is overigens niet de enige dame in de club. "Mensen voelen zich er al snel thuis," zegt ze.



"En daar werken we hard aan," vult Henk aan. "Bij de club maakt het niet uit wat voor camera je hebt, ook niet of je er met je telefoon wilt filmen of met je telefoon leren monteren. We bekijken elkaars films en geven constructieve feedback. Hulp van andere leden is wel altijd dichtbij."
Leuk te merken dat de meeste leden enthousiast aan de slag gaan met hun vakantiefoto's en heel trots hun filmpjes op de club laten zien.
"In april starten we een workshop monteren voor nieuwe leden, waarvoor iedereen die geïnteresseerd is zich mag aanmelden," zegt Henk.
We sluiten af met de tien geboden. Dat zijn tien tips die je gemakkelijk op een kaartje in je cameratas mee kunt nemen. Wil jij weten welke dat zijn, kijk dan op www.filmere.nl. Daar staat ook de activiteitenagenda voor de rest van het jaar.
De workshop monteren (met het programma Matrix) is op 8 april in De Glasbak, Lierstraat 1 – Muziekwijk. Aanvang 20.00 uur, inloop vanaf 19.30 uur. Bij inschrijving via videoclubfilmere@gmail.com mag je gratis met drie clubavonden meedoen.

Beheergroep Buurtbewoners Beatrixpark



Nog voordat in juni 1980 de eerste bewoners in Almere Stad arriveerden was het grondwerk voor het Beatrixpark al uitgevoerd. Het grootste park van Almere is 84 hectare groot. Tussen 1980 en 1984 zijn de bomen geplant en is het verder aangelegd. Het Beatrixpark bestaat voor 45% uit bos, 25% is grasland en 15% water. De overige ruimte bestaat uit fiets- en wandelpaden. In november 1981 plantte Koningin Beaxtrix een Koningslinde. Het zat de boom niet mee. Binnen een jaar werd hij vernield, herplaatst en overleefde. In 1999 werd hij weer teruggeplaatst.
Aanvankelijk was het Beatrixpark een grote vlakte en het bordje 'Beatrixpark' was het hoogste punt. Met heel veel zand is een mooie heuvel gecreëerd waarin heel veel insecten gangen kunnen graven.



Na de renovatie van het Beatrixpark tussen 1992 en 2002 werd in 2006 de Beheergroep Buurtbewoners Beatrixpark opgericht. Ongeveer vijftien senioren, evenveel dames als heren, onderhouden het park. Elke eerste zaterdag van de maand en ook 's zomers op woensdagavond zijn ze in het park te vinden. Een van de vaste vrijwilligers in deze groep is Rick van Rooijen. Het park is zijn 'achtertuin'. Iedere dag gaat hij erheen en prikt ook nog wat zwerfvuil mee. Samen met Jetze Kamerling plannen zij de werkzaamheden en beheren het materiaal. Daarvoor is er in 2014 door de gemeente Almere een container geplaatst. De samenwerking met de gemeente is prima. Zij houden elkaar op de hoogte van gedane en geplande werkzaamheden. Zo wordt op advies van de Beheergroep de bloemenweide nu in februari omgeploegd in plaats van september.

In deze tijd van het jaar worden de wilgen geknot. Wilgen worden om en om een keer in de twee jaar geknot. Het knotten van wilgen is ook beter voor de leefbaarheid van de bijen. Voor de veiligheid zijn er helmen beschikbaar voor het geval je een zware tak op je hoofd krijgt. De

geknotte takken worden naar de waterkant gesleept voor de bevers. Er zijn twee beverburchten in het water van het park.
De senioren van de Beheergroep Buurtbewoners Beatrixpark zijn actieve mensen. Zij zijn geïnteresseerd in de natuur en genieten van de bijzondere dingen die ze zien. Op een van de zaterdagen zagen ze een witte buizerd die hen vanuit een boom zat te bekijken. De vogel vloog mee toen ze zich verplaatsten en een maand later was de vogel weer aanwezig.
Kijk voor meer informatie over de Beheergroep en het park op: www.beatrixparkalmere.nl.

OOPOEH

Het team van Stichting OOPOEH (Opa's en Oma's Passen Op Een Huisdier) matcht senioren aan een oppashond uit de buurt en bestrijdt en voorkomt zo eenzaamheid.
Onze senioren (de zogeheten OOPOEH's) hebben vaak hun hele leven zelf honden gehad. En als de laatste is overleden, durven zij geen nieuwe meer te nemen. Maar ze missen dan de gezelligheid van een vrolijk hondje in huis. Ze missen iets om tegen te praten, om mee te knuffelen en om voor te zorgen. En ze missen het wandelen en het contact met buurtgenoten. Want met een hondje aan je zijde maak je eenvoudigweg gemakkelijk contact. Het mes snijdt aan drie kanten: senioren krijgen meer gezelschap en beweging, honden krijgen aandacht en baasjes hebben een lieve oppas voor hun dier: een winwinwin-situatie. Een oppashondje kan het leven van de senioren (weer) kleur geven. Resultaten van de laatste impactmeting (april 2022, PwC) geven aan dat een oppashondje veel bijdraagt aan een betere fysieke en mentale gezondheid van ouderen; 73% van onze OOPOEH's ervaart een verbetering van de fysieke gezondheid, 85% een verbetering van de mentale gezondheid en 76% ervaart meer contact met mensen uit de buurt. Sinds 2012 heeft Stichting OOPOEH in het hele land al meer dan 4500 ouderen gelukkig kunnen maken met een lief oppashondje.
Ook in Almere kan dat!



Word OOPOEH! Zo heb je wel de lusten van een hond maar niet de continue zorg. Heel veel senioren gingen je voor. Zoals bijvoorbeeld OOPOEH Jetty (70) uit Almere. Zij past met zoveel plezier op haar vrolijke oppashond Kyra en geniet enorm van de lange wandelingen. De matchmakers van Stichting OOPOEH helpen je graag bij het vinden van je ideale match! Wil je af en toe oppassen of juist wekelijks, een stevige doorstapper of juist liever eentje om je schoot te verwarmen: er is voor elk wat wils. Er staan in je buurt veel lieve honden te

trappelen om 55-plussers te ontmoeten. Deelname is helemaal gratis en vrijblijvend. Bekijk de honden in jouw buurt op www.OOPOEH.nl of bel gratis 0800-8011.

Buurtkamer Het Boegbeeld

In steeds meer buurtcentra is een BuurtKamer te vinden. In de BuurtKamer word je altijd gastvrij ontvangen door een vrijwilliger. Je kunt er een praatje maken, meedoen met activiteiten of bijvoorbeeld creatief bezig zijn. Van de vrijwilligers krijg je een kop koffie of thee. In de buurtkamer leer je nieuwe mensen kennen of spreek je af met andere mensen. Iedereen is welkom.



Zo werd in 2022 met buurtbewoners, vrijwilligers en partners gestart met de buurtkamer in Het Boegbeeld. Iedere dinsdagmiddag van 14.00 - 16.30 uur en op woensdag van 10.00 - 14.00 uur zijn bewoners welkom voor een (gratis) bakkie koffie of thee, ontmoeting met buren en om activiteiten of initiatieven voor en door de buurt te bedenken. Iedere woensdag wordt er door vrijwilligers gekookt en kunnen buren om 12.30 uur voor een klein bedrag mee lunchen.

De afgelopen twee jaar zijn er verschillende activiteiten vanuit de BuurtKamer ontstaan, o.a. diverse creatieve activiteiten, een Lentefair met rommelmarkt en een taalkamer waar buurtbewoners kunnen oefenen met Nederlands spreken.
Ook de ouder en kind inloop (OKI) is ontstaan bij de BuurtKamer. Ouders met kinderen in de leeftijd van 0-4 jaar komen met elkaar in contact terwijl kinderen de mogelijkheid krijgen te spelen. Deze activiteit in Het Boegbeeld is iedere woensdag van 10.30 - 11.30 uur. Alexandra van het Kinderopbouwwerk en Soumia, die stage loopt bij de BuurtKamer, zijn aanwezig om de activiteit te begeleiden.
Activiteiten vanuit de BuurtKamer Het Boegbeeld in maart:
Woensdag 6 maart pannenkoekendag van 12.00 - 13.00 uur, voor jong en oud.
Woensdag 27 maart bloemschikken o.l.v. Annemieke Vet. De activiteit start om 13.30 uur. Bijdrage: € 3,50.

De komende tijd zullen nog vele leuke initiatieven ontstaan voor en door de buurt!
Wil je meer weten over de buurtkamer? Kijk op www.deschoor.nl/buurtkamers. Of kom

gewoon even langs bij een van de negen Buurtkamers.



Tenoren gezocht!



Popkoor Remix zingt al meer dan 25 jaar en telt zo'n 60 leden waarvan er verschillenden al die jaren al lid zijn. Een gezellige en open vereniging waar de leden veel plezier aan beleven. Niet alleen tijdens de repetities maar zéker ook na afloop in De Glasbak waar wekelijks gerepeteerd wordt; even bijkletsen, wat drinken en misschien nog wat názingen.
Ze reisden naar Berlijn, Londen. Concerten in Amsterdam, Weesp, Katwijk en Hengelo. Ze wonnen het korenfestival in Hilversum en recent in Medemblik voor de tweede keer.

Het popkoor Remix is op zoek naar tenoren en bassen om het mannelijk gezang te komen versterken.
Als je wilt kennismaken met deze enthousiaste groep zangers en zangeressen mail dan naar ledenadministratie@popkoorremix.nl.

(Hart)verwarmende Winteractie Ouderenwerk groot succes

In januari zijn ruim 145 zelfstandig wonende ouderen door andere bewoners aangemeld voor de Winteractie van het Ouderenwerk. Degene die de oudere had aangemeld kon in februari een pakket met informatie, thee, theeglazen en een verwarmend kersenpitkussen ophalen in een buurtcentrum naar keuze. Zodoende ontstond verbinding tussen bewoners en de aangemelde veelal kwetsbare ouderen. De consumptiebonnen voor een gratis kop koffie of thee in het pakket zorgen voor toeleiding naar de buurtcentra.

De actie is een groot succes gebleken. In totaal zijn alle beschikbare pakketten bezorgd bij ouderen in heel Almere. In Stad Oost zijn 45 verbindingen tot stand gebracht, in Haven 39, in Buiten 28, in Stad West 23 en in Poort 11. Daarnaast worden vanuit Kleurrijk Grijs nog 6 pakketten bezorgd bij kwetsbare ouderen die de afgelopen tijd uit beeld zijn geraakt.
Kijk hier voor een foto impressie.

Danspaleis



Het Danspaleis komt weer naar Almere. Alle ouderen die van dansen houden en zich kwiek genoeg voelen kunnen zich op 6 maart weer uitleven op dit dansfeest waar de krakers van toen worden gedraaid met een bevlogen platendraaier, een rijdend discomeubel, een vrolijk decor en persoonlijke sfeermakers. Een feest van herkenning voor ouderen en een feest voor iedereen die van swingen houdt.
Waar: De Nieuwe Bibliotheek, Stadhuisplein 101
Wanneer: woensdag 6 maart van 14.00 -16.00 uur
Toegang: Gratis

Happy Piano Day 2024

Op donderdag 28 maart, zaterdag 30 maart, zaterdag 6 april en zondag 7 april organiseert de Goede Rede weer een aantal pianoconcerten ter ere van Piano Day.
Piano Day wordt wereldwijd gevierd op de 88ste dag van het jaar, omdat dit het aantal toetsen is op de piano.



De Goede Rede doet al een aantal jaren mee met Piano Day waarop de pianomuziek in al zijn varianten te horen is. Het is een gevarieerd programma, van balfok (met dansers) tot (modern-)klassiek en hedendaags.
Meer informatie en kaarten bestellen via https://www.goederedeconcerten.nl.

Roofvogels aan de Oostvaardersplassen

Spot bijzondere roofvogels zoals een havik, kiekendief, torenvalk of misschien zelfs de zeearend. Op zondag 3 maart ga je samen met een gids van Staatsbosbeheer van 13.00 – 15.00 uur op zoek naar roofvogels in dit unieke gebied.
De te lopen route wordt op de dag zelf door de gids bepaald, omdat je van tevoren niet weet waar de vogels zich bevinden. Extra bijzonder is dat deze wandeling tot eind april door afgesloten gebied gaat.
Meer informatie en aanmelden via: https://www.staatsbosbeheer.nl.

Kersenbloesemfeest in de Regenboogbuurt



Mocht je willen genieten van het Kersenbloesemfeest in de Regenboogbuurt in Almere Buiten, hou dan de facebookpagina 'Kersenbloesemfeest in Almere' in de gaten. Hier vind je wanneer de bloesem op z'n mooist is.

De 38ste Almere Lenteloop

Op 24 maart beleven we de 38e Almere Lenteloop. De start is bij atletiekvereniging Almere ‘81 op het FBK-sportpark in Almere Stad. Om 10.00 uur start de Mini kids- en de Kidsrun, respectievelijk over 1,1 km en 2,4 km.
Volwassenen kunnen kiezen uit vier verschillende afstanden: 5, 10, 20 en 30 kilometer. Om 11.00 uur zijn de starttijden van de 5, 20 en 30 km gepland. De 10 km start daarna om 12.15 uur, omdat dit meestal de favoriete afstand van de Almeerders is.
Inschrijven kan via https://almere-lenteloop.nl.

Landelijke Opschoondag 23 maart



Op zaterdag 23 maart is het weer zover; de Landelijke Opschoondag. Duizenden mensen in Nederland gaan op straat, in parken en langs het water de strijd aan tegen zwerfafval. Ook in Almere zetten inwoners en de gemeente zich in voor een schone en duurzame stad. Doe je ook mee?

Programma

In een aantal wijken worden van 11.00 tot 15.00 uur in samenwerking met bewoners kramen geplaatst waar je materialen kunt lenen om zwerfafval op te ruimen. Deze kramen staan op plekken die wel een opruimbeurt kunnen gebruiken.

Foodtrucks en springkussens

Als je klaar bent met opruimen, lever je de zak met zwerfafval en de geleende materialen in bij de kraam. Als dank krijg je een bon om iets lekkers te halen bij de foodtrucks die bij de kramen staan. Aan de jongste zwerfafval-verzamelaars is ook gedacht; bij alle kramen staat een springkussen waar kinderen na afloop nog even hun energie kwijt kunnen.

Locaties schoonkramen

Almere Stad: Noorderplassen West, Parkeerterrein bij de Kapitein aan de Boelijn
Almere Stad: Muziekwijk Muzepark, in het midden van het park
Almere Haven: Speeltuin Speelhaven, Schoolstraat 259
Tussen de Vaarten: Plein voor dansschool Yvette, Johan Jongkindstraat
Almere Buiten: Evenemententerrein naast het Rio de Janeiroplein

Almere Poort: Plein kruising Nederlandstraat en Europalaan.

Opschoon-ommetje



Liever in je eigen buurt zwerfafval opruimen? Dat kan natuurlijk ook! Tot 15 maart kun je opruimmaterialen aanvragen die bij jou thuis worden bezorgd via: almere.nl/schoon.
Zet deze dag alvast in de agenda. Trommel buren, vrienden en familie op en we maken er samen een gezellige dag van met als resultaat: een schoner Almere!

Wist je dat...



...er op vrijdag, zaterdag en zondag op het terrein van Stichting AAP een gratis rondleiding is? Je vindt Stichting AAP op Stadslandgoed de Kemphaan.
Tijdens de rondleiding over het terrein van het opvangcentrum, die geschikt is voor kinderen vanaf 12 jaar, vertellen de verzorgers alles over hun werk en de dieren.
Tijden: 11.00-13.00 uur en van 14.00-16.00 uur.



© De Schoor 2024 privacyreglement
Wie geen prijs stelt op deze nieuwsbrief kan zich hier afmelden.
webmaster@deschoor.nl