



wijknieuws

88

# De Sprengen



**Steun van anderen** voor mantelzorgers

Tips van de brandweer **veilig en warm de winter door**

**Mijn woning verduurzamen:** waar begin ik?

Wijkraadswerk: **rustbankjes** voor oudere wijkbewoners





# Apotheek Berg en Bos



- **BOOTS** apotheek APP: 24/7 toegang tot je actuele medicatieoverzicht en bestel je je (herhaal) medicatie direct via je smartphone
- groot assortiment (naast al je recept- en zelfzorggeneesmiddelen) in onze webshop
- **MEDIROL**: op een overzichtelijke manier meerdere medicijnen tegelijk in te nemen
- **HERHAALSERVICE**: geschikt voor als je dagelijks (chronisch) medicijnen gebruikt
- **Gratis bezorgen!**
- Medicatie beoordeling: als u langere tijd meerdere geneesmiddelen gebruikt kan de apotheker uw medicatie beoordelen
- **FARMACOGENETISCHE TEST**

**Schuttersweg 81 - 7314 LE Apeldoorn**

**Openingstijden: maandag t/m vrijdag van 08:30 - 17:30 uur**

Tel. 055-3554333 - [apotheek.bergenbos@bootsapotheek.nl](mailto:apotheek.bergenbos@bootsapotheek.nl)

## Installatiebedrijf Groothedde Apeldoorn

Installatietechniek sinds 1920  
[www.gebroedersgroothedde.nl](http://www.gebroedersgroothedde.nl)



Tulpenlaan 11 055-5213594

*Beleefd aanbevolen voor al uw:  
Loodgieterswerk, elektra, dakbedekking,  
sanitair, centrale verwarming,  
lood en zinkwerken, duurzame technieken.*



**GRATIS WAARDE BEPALING  
VAN UW HUIS!**

**BISTERBOSCH**

**MAKELAARDIJ**

Jacob Catslaan 1,  
bij u om de hoek!

**Bisterbosch**  
MAKELAARDIJ

tel: 055-3553578  
[info@bisterbosch.nl](mailto:info@bisterbosch.nl)  
[www.bisterbosch.nl](http://www.bisterbosch.nl)



**Bisterbosch**  
FINANCIËEL ADVISEURS

tel: 055-3553893  
[financieel@bisterbosch.nl](mailto:financieel@bisterbosch.nl)  
[www.bisterbosch.nl](http://www.bisterbosch.nl)

**Wijknieuws** is een uitgave van Wijkraad De Sprengen, verschijnt vier keer per jaar en wordt gratis verspreid bij ruim 2.900 adressen in de wijk "De Sprengen".

**Redactie:**  
Beyke Goris, redactrice  
beyke.goris@wijkraaddesprengen.nl

Joyce Snel, fotograaf  
joyce.snel@wijkraaddesprengen.nl

**Webmaster:** Peter Kroonstuiver  
webmaster@wijkraaddesprengen.nl

**Advertenties:** Secretariaat  
info@wijkraaddesprengen.nl

**Lay-out:** Studio Troost

**Druk:** Dijkgraaf

**Verspreiding:**  
Scoutinggroep Willem III

**Gebiedsmanager (noord-west):**  
Corine Kapenga 06-46000844  
c.kapenga@apeldoorn.nl  
Twitter: @055Noordwest

**Wijkagent (noord-west):**  
Jolanda Oosterhof, 0900-8844  
Europaweg 79, 7336 AK Apeldoorn  
jolanda.oosterhof@politie.nl  
Twitter:@polsprengen

**Foto voorpagina:**  
Jachtlaan/Jacob Catslaan

**Wijknieuws 89:**  
Sluitingsdatum: 21 februari 2024  
Verschijningsdatum: 16 maart 2024

# inhoud

- 4 Steun van anderen voor mantelzorgers
- 8 Duurzame Energiecoöperatie Apeldoorn
- 9 Mijn woning verduurzamen: waar begin ik?
- 11 Ken uw wijk
- 12 Wijkraadswerk: Actuele zaken
- 14 Ontmoetingsplek Berkenhove
- 17 Tips van de brandweer

## Van de voorzitter

Voor u ligt de laatste uitgave van ons Wijknieuws van dit jaar. Hij valt bij u in de bus in de periode, die we met de term 'de donkere dagen voor Kerst' plegen aan te duiden. Een wat unheimische benaming die echter wél de belofte van betere tijden in zich heeft: Kerst, de periode van hoop en nieuw leven voor de mensen die er vanuit een religieuze invalshoek naar kijken. En sowieso (ik ben wel op de Duitse toer merk ik) een tijd van warmte, huiselijke kring en gezelligheid met overal op straat en in huis feestelijke verlichting.

Echt een periode ook, waarin men alle tijd heeft om de voorraad achterstallig leeswerk weg te werken. Waarmee de kans, dat de inhoud van dit Wijknieuws aan uw aandacht gaat ontsnappen, wellicht kleiner is dan op andere momenten in het jaar.

Over inhoud gesproken: evenals in vorige uitgaven van dit blad besteden we ook deze keer weer aandacht aan de ouder wordende wijkbewoner en nu specifiek aan mensen met dementie. Op bladzijde 4 e.v. treft u een vraaggesprek aan met Dolly Verhoeven, medebewoner van onze wijk en ervaringsdeskundige op het vlak van omgang met en ondersteuning van mensen met dementie. Wat mij opvalt in het verhaal is het aantal keren, dat het begrip 'mantelzorger' valt. Dat maakt mij duidelijk dat, als we het hebben over ondersteuning van mensen met dementie, het voor een belangrijk deel gaat en moet

gaan over ondersteuning van de mantelzorger. Een soort indirecte ondersteuning dus, in tegenstelling tot vormen van ondersteuning van bijvoorbeeld ouderen en mensen met een beperking. Die richt zich vaak op de betrokkene zelf. Een eye-opener voor mij.

Verder kunt u op bladzijden 8 en 9 nieuwe inzichten opdoen rond het verduurzamen van woningen. Onze gebiedsmanager Corine brengt u weer eens het Energiepunt van de gemeente onder de aandacht. U kunt daar kennismaken met allerlei materialen en apparatuur en men kan u daar uitvoerig van advies dienen. Tevens komt de energiecoöperatie deA aan de orde die gestart is met activiteiten in onze wijk met veel vooroorlogse huizen. Een hele uitdaging als het om verduurzaming gaat!

En zo zijn er meer artikelen over diverse onderwerpen die ik hier niet allemaal ga noemen. In ieder geval hoop ik dat we erin geslaagd zijn weer een blad samen te stellen dat u veel leesplezier zal verschaffen onder de kerstboom.

Mede namens bestuur en redactie wens ik u mooie kerstdagen, een gezellige afsluiting van 2023 en een goede start in het Nieuwe Jaar.

Rob Jerphanion



# ‘Steun van anderen heb je hard nodig als mantelzorger’

Mensen met dementie wonen voor het overgrote deel thuis. Dat betekent vaak een zware belasting voor partners en/of familie. Deze mantelzorgers zijn vaak overbelast en hebben de hulp van hun omgeving hard nodig. Wijkgenoot Dolly Verhoeven weet uit ervaring wat het betekent om dag in, dag uit mantelzorger te zijn: haar man Volkert Bultsma kreeg in 2018 de diagnose Alzheimer. “Wat wij kunnen doen als maatschappij is: meer om deze mensen heen gaan staan. Onze hand uit te steken naar hen, zodat zij kunnen blijven zorgen voor hun naaste. Het is mijn missie geworden om mensen hiervan bewust te maken.”

“Mijn man functioneerde niet goed meer op zijn werk”, blikt Dolly (64) terug. “Ook in een volgende baan ontstonden problemen. Ik had al langer een vermoeden wat er aan de hand kon zijn, maar hij wilde er niet over praten en wilde ook niet naar de huisarts. Op zich begreep ik dat, het is zo’n zwaar vonnis om te moeten horen. Tegelijk raakten we wel geïsoleerd van anderen, niemand wist wat er speelde. Na de diagnose kregen we gelukkig veel begrip uit onze omgeving. Toen pas kon ik ook om gerichte hulp gaan vragen.”

## GPS-horloge

In Apeldoorn zijn er ongeveer 3000 mensen met dementie, en 75% van hen woont thuis. Dat betekent dat er duizenden partners en familieleden zijn die elke dag mantelzorg geven aan een naaste met dementie. Dementie is een grillig ziekteproces met diverse fasen. Dolly: “In het begin kon hij nog prima fietsen. Toen hij de weg begon kwijt te raken, was een GPS-horloge een goede oplossing. Daarmee kon ik altijd zien waar hij was. Tot het moment dat ik ontdekte dat hij richting Hattem fietste en steeds verder uit koers raakte. Toen was duidelijk dat alleen gaan fietsen voor hem niet meer was weggelegd.”

## Beginnende dementie

Mensen met dementie weten eerst vaak nog wel dat er iets niet klopt, maar niet wat. Ze kunnen als het ware de wereld om hen heen niet meer samenbrengen in hun hoofd. In het begin lukken de

gewone dagelijkse dingen nog wel. Er zijn dagactiviteiten voor mensen met beginnende dementie. De organisatie DementTalent heeft verschillende activiteiten met goede begeleiding (zie kader). Hier ging ook Dolly’s man naartoe. “Eerst leek het hem niets. Maar overtuigen werkt niet bij iemand met dementie, het is beter om te ‘verleiden’ om mee te gaan. Ik vertelde enthousiast dat ik er zulke leuke verhalen over had gehoord, en dat ik er wel eens wilde gaan kijken. Toen wilde hij mee, en eenmaal daar beviel het hem prima.”

## Moment van ontspanning

Ook het Geheugensteunpunt in wijkcentrum Orca aan de Germanenlaan biedt een moment van ontspanning voor mantelzorgers en hun naasten met dementie. Er is een ontmoetingsgroep voor mensen met geheugenproblemen, en als mantelzorgers kun je ervaringen met elkaar uitwisselen. “Begrip krijgen van andere mantelzorgers is heel fijn”, merkt Dolly op. “Je mag je verdriet laten zien, en je frustratie ook. Dat lucht vaak erg op. De begeleiding zorgt er ook voor dat je een casemanager krijgt, die helpt bij het organiseren van allerlei praktische zaken.” (zie kader)

## Duidelijk vragen

Een goede tip voor alle mantelzorgers: vraag om hulp van je familie en vrienden op een duidelijke manier. Vaak zeggen mensen: zeg het maar als je me nodig hebt, dan kom ik. Maar het werkt beter om iets heel praktisch te vragen, met



dag en tijd erbij. Bijvoorbeeld: ‘Kun je bij ons komen op donderdag tussen twee en vier uur? Dan kan ik even rustig gaan wandelen of boodschappen doen.’ Dan weet je als mantelzorger zeker dat je op dat moment even vrij bent. En de mensen die hulp aanbieden weten dan ook waar ze aan toe zijn.

## Groeps-app

Dolly: “Ik heb echt moeten leren om hulp te vragen, dat was ik niet gewend. Maar je kunt niet zonder de steun van mensen om je heen. En je begrijpt zelf steeds beter wat je nodig hebt. Zo vroeg ik aan een vriendin om een groepsapp te gaan coördineren van vrienden en familie. Ik stelde mijn vragen aan haar, en zij vroeg dan aan de mensen in de groepsapp wie er kon komen om mijn man gezelschap te houden als ik weg was. Het was heel fijn dat ik niet zelf telkens die vragen hoefde te stellen.”

## Leven in het nu

Het proces van dementie verschilt van persoon tot persoon. Voor mantelzorgers is niet te voorspellen wat het volgende is wat opeens niet meer lukt. Dat maakt het een moeilijk en emotioneel zwaar proces. Mensen met dementie gaan na verloop van tijd steeds meer in het nu leven. Ze zien dingen en mensen, maar de logica ontbreekt voor hen steeds meer. Dat kan onzeker en angstig maken. Het is belangrijk om mee te gaan in hun wereld en ze op hun gemak te stellen: zie ‘Tips voor omgaan met mensen met dementie’.



## OPROEP: word belangenbehartiger dementie

Vanuit de regionale afdeling Alzheimer Oost-Veluwe zit Dolly in het team van belangenbehartigers voor dementie. "We willen Apeldoorn dementievriendelijker maken. Daarvoor overleggen we onder meer met de gemeente, met huisartsen en wijkraden, en met vrijwilligersorganisaties als stichting de Kap. Dit team heeft nu vier leden, maar we kunnen twee leden erbij goed gebruiken." Heeft u interesse in deelname? Mail dan naar Dolly Verhoeven, [d.verhoeven@alzheimervrijwilligers.nl](mailto:d.verhoeven@alzheimervrijwilligers.nl)

### Opletten

"Mijn man ging steeds meer op me leunen", vertelt Dolly. "Hij begreep niet meer hoe een rits werkte, hoe je een jas aandoet, hoe je je veters moet strikken. 'Mijn hoofd werkt niet meer goed', zei hij vaak." In deze fase ben je de hele tijd praktische oplossingen aan het zoeken, zoals broeken met elastiek in plaats van een rits. Maar ik moest ook steeds opletten dat hij geen gevaarlijke dingen deed omdat hij niet meer wist hoe een apparaat werkte, met scheren bijvoorbeeld. Ik had voor hem een levensboek gemaakt, met foto's van vroeger en met korte verhaaltjes erbij. Daar wilde hij vaak naar kijken en over vertellen. Maar op het laatst verloor hij ook daarvoor zijn belangstelling. Het proces ging sneller dan ik had verwacht: in december 2022 is hij overleden."

### Hand uitsteken

Veel mantelzorgers zijn overbelast: dit is al langer bekend maar helaas niet zomaar te veranderen. De zorg in Nederland is op dit moment niet ingericht op goede thuisbegeleiding van mensen met dementie. "Het enige wat wij kunnen doen als maatschappij is meer om deze mensen heen te gaan staan. Onze hand uit te steken naar hen, zodat zij kunnen blijven zorgen voor hun naaste. Dat is eigenlijk mijn missie geworden. Ik ben nu vrijwilliger bij Alzheimer Nederland. Die organisatie zet zich actief in voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Bijvoorbeeld via Alzheimer Trefpunten, voorlichtingsbijeenkomsten en een telefonische hulplijn."

## OPROEP: maak ook onze wijk dementievriendelijk

In de wijk Kerschoten-De Naald bestaat een werkgroepje om deze wijk dementievriendelijker te maken. De werkgroepleden houden onder meer voorlichtingsbijeenkomsten over dementie, en ze organiseren 'markten' met allerlei informatie voor ouderen. Dankzij hen liggen er in de wijk ook routes met tegels die de weg wijzen naar de winkels toe en de apotheek. Met deze activiteiten wil de werkgroep meer kennis, en meer bewustwording over dementie in de wijk realiseren. Wilt u meehelpen om zo'n werkgroepje ook in De Sprengen van de grond te krijgen? Mail dan naar de wijkraad, [info@wijkraaddesprengen.nl](mailto:info@wijkraaddesprengen.nl)

## Help jij de mantelzorger?

Een avondje naar de bioscoop, een dagje uit, een weekendje weg, of gewoon even lekker sporten: voor de meeste mantelzorgers is dat vaak een ongeken-de luxe. Daarom staat de maand december bij stichting de Kap weer helemaal in het teken van de campagne 'Ontzorg de Mantelzorger'.

Ben jij bereid om mantelzorgers een paar uurtjes per maand een helpende hand te bieden? Neem alsjeblieft contact op met Laura Vrijsen van Stichting De Kap, tel. 06 345 529 50, of mail naar [l.vrijsen@dekap.nl](mailto:l.vrijsen@dekap.nl)

Meer informatie over vervangende mantelzorg vind je op [www.tinyurl.com/mantelzorgvervang](http://www.tinyurl.com/mantelzorgvervang)



*Gezelschap houden of voorlezen, zodat een mantelzorger even iets voor zichzelf kan doen. Maak jij het mogelijk?*



# Waar kun je steun krijgen als mantelzorgers van iemand met dementie?

Algemene informatie: Netwerk Dementie Oost-Veluwe. Hierin werken zorginstellingen en individuele zorgverleners samen rondom dementie. Hun werkgebied is Apeldoorn, Brummen, Epe, Hattem en Heerde. Zie [www.netwerkdementie.nl](http://www.netwerkdementie.nl)

**Geheugensteunpunt:** inloop voor mensen met geheugenproblemen of met beginnende dementie en hun mantelzorgers. Ontspanning en elkaar ontmoeten staat centraal. Er zijn ook cursussen en gespreksgroepen voor mantelzorgers. De casemanager die je hier kunt krijgen (na de diagnose), regelt veel administratie, zoals het regelen van een taxi, en alles rondom een opname in een verpleeg-



huis. Locatie: Wijkcentrum Orca, Germanenlaan 360. Meer informatie: Marriët de Kraker, e-mail: [apeldoorn@hetgeheugensteunpunt.nl](mailto:apeldoorn@hetgeheugensteunpunt.nl), tel. (06) 126 777 88

**Alzheimer Trefpunt:** vrije inloop voor mensen met dementie, mantelzorgers en belangstellenden. Eke 2e dinsdag van de maand, 19.30 - 21.30 uur. Het eerste uur is er vaak een spreker over een bepaald onderwerp, zoals het nut van het opstel-

len van een levenstestament. Erna is er gelegenheid tot ontmoeten en het uitwisselen van ervaringen. Locatie: Loohof, Koning Lodewijklaan 2 Apeldoorn. Google op: [alzheimer + trefpunt + apeldoorn](https://www.google.nl/search?q=alzheimer+trefpunt+apeldoorn)

**DemenTalent:** biedt dagactiviteiten aan voor mensen met beginnende dementie, onder meer terreinonderhoud bij Radio Kootwijk en kluswerkzaamheden bij instellingen voor ouderenzorg, [www.dementalent.nl](http://www.dementalent.nl)

**KOPgroep:** In Apeldoorn kunnen mensen met beginnende dementie deelnemen aan deze wekelijkse gespreksgroep. De groepen worden begeleid door twee gespreksbegeleiders en een behandelaar. Organisator is Atlant. Voor informatie en aanmeldingen: (06) 207 472 15, bereikbaar op dinsdag en donderdag.

## Home Instead

Organisatie die ondersteuning biedt aan mantelzorgers, door hun naaste met dementie gezelschap te houden: zie [www.homeinstead.nl/apeldoorn](http://www.homeinstead.nl/apeldoorn)

## Alzheimer Nederland

Deze stichting heeft meer informatie over dementie, mantelzorg en vrijwilligerswerk voor mensen met dementie: zie [www.alzheimer-nederland.nl](http://www.alzheimer-nederland.nl)

## CODA

CODA heeft speciaal voor mensen met dementie: Onvergetelijk CODA (prikkelarm museumbezoek) en het Geheugenkabinet CODA (informatie en boeken over het geheugen): zie [www.coda-apeldoorn.nl](http://www.coda-apeldoorn.nl)

## TIPS voor het omgaan met mensen met dementie

### Niet doen:

- Haasten: Schiet nu eens op.
- Welles, nietes: dat is niet waar wat u zegt.
- Testen of overhoren: Wie is er op bezoek geweest?
- Beschuldigen: Dat heeft u zelf kwijtgemaakt.
- Corrigeren of terechtwijzen: U knoeit?
- Verbieden: Daar mag u niet aankomen.
- Dwingen: u moet zich nu gaan aankleden.
- Zet iemand met dementie niet onder druk. Hij of zij zal zich daar door gespannen en bang voelen.

### Wel doen:

- Vriendelijk zijn.
- Zorg dat de persoon zich op zijn gemak voelt.
- Probeer de persoon te begrijpen.
- Houd rekening met het levensritme van de persoon.
- Benader iemand van voren.
- Maak oogcontact en ga op gelijke hoogte zitten.
- Sluit aan bij het taalgebruik van de persoon.
- Rustig praten en zeggen wat je doet.
- Geef vaker een compliment.

*Door te verleiden en niet te dwingen, krijgt iemand met dementie meer rust en zelfvertrouwen!*

Bron: [www.netwerkdementie.nl](http://www.netwerkdementie.nl)

Beyke Goris



**SCHILDERIJEN  
RESTAURATIE ATELIER**

**HANSPETER  
NAGTEGAAL** 




**Bosweg 45 Apeldoorn**  
**Tel 055 3558627**

www.schilderijenrestauratie-nagtegaal.nl  
Mail: info@schilderijenrestauratie-nagtegaal.nl


Lid: Restauratoren Register - ARA Nederland  
Restauratoren Nederland

UITVAARTVERZORGING  
**KRAMER**  
SEDERT 1885



*Uitvaartbegeleiding  
met liefde en aandacht.*

Omdat elk mens uniek is



[www.uitvaartverzorgingkramer.nl](http://www.uitvaartverzorgingkramer.nl)  
**Afscheidshuys Kramer**  
Soerenseweg 71, 7314 JE Apeldoorn  
Tel. 055-206 99 99  
E-mail [kantoor@kramerbv.nl](mailto:kantoor@kramerbv.nl)

# Elke dag een avontuur bij BLOS!

Kijk op [blos.nl](http://blos.nl)

## Waarom kiezen voor het kinderdagverblijf en de buitenschoolse opvang van BLOS?

- ♥ Veilige, liefdevolle omgeving
- ♥ Avontuurlijke speelhoeken en tuinen
- ♥ Foto's en berichten via de ouderapp
- ♥ Talenten ontdekken
- ♥ Gezonde voeding
- ♥ De kinderkeeper en fotograaf
- ♥ Uitdagende activiteiten en uitstapjes
- ♥ Samenwerking met scholen
- ♥ Open tijdens schoolvakanties



 [oudersupport-apeldoorn@blos.nl](mailto:oudersupport-apeldoorn@blos.nl)

 085 732 63 90

**KDV, PSZ en BSO Tesselschadelaan**  
Tesselschadelaan 2  
7314 LL Apeldoorn

**KDV en BSO (7+) Staringlaan**  
Staringlaan 53  
7314 LL Apeldoorn

**BLOS** kinderopvang



*Voorheen Snoopy en Woodstock.*



# Duurzame Energiecoöperatie Apeldoorn



Onder het motto 'Samen maken we Apeldoorn groen' is energiecoöperatie deA gestart met activiteiten in de buurt Sprengenbos. Die buurt beslaat het grootste deel van onze wijk De Sprengen. DeA is een coöperatie zonder winstoogmerk, voor en door bewoners. De activiteiten zijn erop gericht de woningen in de buurt gezamenlijk te verduurzamen. U wordt geholpen met handige acties en informatieavonden. Meer informatie vindt u op [www.de-a.nl/sprengenbos](http://www.de-a.nl/sprengenbos)

## Beste bewoner van Sprengenbos

Laat jij in 2023 zonnepanelen plaatsen, je huis isoleren, glas vervangen of neem je andere duurzame maatregelen? Mail ons de getekende offerte, kassabon of factuur van de maatregelen. De eerste 40 mensen in Sprengenbos krijgen een waardebon van € 50.

De waardebon kun je besteden bij: Toet de echte bakker, Tuinwinkel de Boshommel of 't Pannekoekhuis. Of kies een slim meetpakket voor energieverbruik van deA.

Wil jij weten wat de voorwaarden zijn of direct je offerte uploaden? Ga naar [www.de-a.nl/waardebon](http://www.de-a.nl/waardebon)



## Verslag bewonersavond vooroorlogse woningen 14 november

### 'Maar pap, jij weet toch alles al van isoleren?'

Dit vraagt mijn dochter als ik dinsdag 14 november 's avonds naar Berkenhove ga. DeA organiseert daar een informatieavond over het isoleren van vooroorlogse woningen. Er blijkt nog veel te leren deze avond. Niet alleen voor mij, maar ook voor de andere aanwezigen uit Sprengenbos en een enkeling uit Orden. Ik had een eigen agenda: vloerisolatie en raamisolatie met gordijnen en glas-in-loodramen.

### Maak een plan

Albert van Dam, energieregisseur voor wijk De Parken en Ben van Assema, energiecoach van deA, spreken over de isolatieperikelen voor onze vooroorlogse huizen. Al gauw komen de vragen uit de zaal: over hoe je de verwarming van je huis regelt in de zeer nabije toekomst. Maak een plan, is vooral het advies. Zodat je later geen spijt krijgt van eerder genomen acties. Je kunt bij deA terecht voor een energiecoach die je daarbij helpt. Op de website van deA kun je ook alles lezen over subsidies voor isolatiemaatregelen.

### Dubbel glas heeft geen eeuwig leven

Op heel praktische vragen komt direct een antwoord: als je een matig tot slecht geïsoleerd huis hebt, zet je thermostaat 's nachts op 15 graden en zeker niet hoger. En bedenk dat dubbelglas niet het eeuwige leven heeft. Ga na 20 jaar na wat de temperatuur van je glas aan de binnenzijde is. Ook heel belangrijk: ga bij isolatieplannen ook direct na hoe de ventilatie verandert, want die twee moet je niet los van elkaar zien.

### Zelfs een monument kan energieneutraal

Rudi Wolfkamp van de gemeente Apeldoorn vertelt over de bijzonderheden die gelden bij monumenten. Zijn eigen boerderij, ook een monument, heeft hij bijna energieneutraal gemaakt. Alle informatie en mogelijkheden voor monumentale woningen staan nu ook op [www.de-a.nl/sprengenbos](http://www.de-a.nl/sprengenbos)

Na afloop zie ik rondom mensen hun plannen en ideeën uitwisselen. Ik geef mijn naam en telefoonnummer aan iemand die zijn kruipruimte een beetje dieper heeft gemaakt om de onderzijde van de vloer te kunnen isoleren. Dat is precies de bedoeling van deze avond: ideeën uitwisselen en contact maken.

Marco Lindhout  
bewoner en werkgroep lid Sprengenbos



Niet alleen bij deA kan je terecht voor advies. Ook het Energiepunt, onderdeel van de gemeente dat aan de Paslaan zit, geeft advies. Bovendien kun je er veel (isolatie)materialen en apparaten ter plekke bekijken. DeA en het Energiepunt werken veel samen. Over het Energiepunt kan je meer lezen op bladzijde 9 van dit Wijknieuws. DeA is een energiecoöperatie voor Apeldoorners en door Apeldoorners. Je kan lid worden en meedoen.





## Mijn woning verduurzamen: waar begin ik?

Voordat u aan de slag gaat met het verduurzamen van uw woning, is het handig om te weten wat de logische stappen zijn. Dit voorkomt dat u nu keuzes maakt die achteraf gezien niet logisch waren, of niet nodig.

De eerste stap is het maken van een plan. Koppel dit plan aan momenten, zoals verhuizen, verbouwen of kind dat op komst is. Dit scheelt tijd, bespaart extra kosten en zorgt ervoor dat u geen 'spijt' maatregelen neemt. Voordat u plannen uitvoert, is het goed om eerst te kijken of u alles van uw huis weet. Zoals: wat is mijn verbruik? Hoe gezond is de lucht in mijn huis? Of zijn er plekken die warmte 'leken'?



### Gratis meetapparatuur lenen

Om antwoord te krijgen op deze vragen kunt u gratis meetapparatuur van het Energiepunt lenen. Zo kunt u bijvoorbeeld tijdens de winter een warmtebeeldcamera lenen. Met deze camera ziet u direct waar uw woning warmte lekt. U kunt dan met een duidelijk doel actie ondernemen door bijvoorbeeld te

gaan isoleren. De meetapparatuur van het Energiepunt mag u een week lenen en u kunt deze online reserveren. Ga naar [www.apeldoorn.nl/energiepunt](http://www.apeldoorn.nl/energiepunt) of kom langs bij het Energiepunt in het centrum van Apeldoorn, Paslaan 1.

### Subsidies en leningen

Heeft u een plan gemaakt voor het verduurzamen van uw woning en wilt u meer weten over de mogelijkheden voor financiering? Er zijn allerlei mogelijkheden. Bijvoorbeeld met subsidies en leningen vanuit gemeente Apeldoorn. Er zijn regelmatig aantrekkelijke regelingen waarvoor u misschien in aanmerking komt. Vragen kunt u voorleggen aan medewerkers van het Energiepunt. Zij helpen u graag met gratis en onafhankelijk advies!

Het Energiepunt is op werkdagen geopend van 11.00 - 17.00 uur en op zaterdag van 09.00 - 12.00 uur. Kijk voor meer informatie op [apeldoorn.nl/energiepunt](http://apeldoorn.nl/energiepunt) of neem contact op via [energiepunt@apeldoorn.nl](mailto:energiepunt@apeldoorn.nl) of 06-48436457.

Wilt u meer weten over wat er in Apeldoorn gebeurt rondom energietransitie? Kijk dan op [www.energievanapeldoorn.nl](http://www.energievanapeldoorn.nl).

Corine Kapenga  
gebiedsmanager



## Heeft u recht op energietoeslag? Vraag het vanaf 1 december aan!

Vanaf 1 december 2023 kunnen alle inwoners van Apeldoorn met een inkomen tot 140% van het sociaal minimum per huishouden een energietoeslag aanvragen. Dit doet u op [apeldoorn.nl/energiestoelag](http://apeldoorn.nl/energiestoelag). Daar vindt u ook de voorwaarden waar u aan moet voldoen om recht te hebben op de energietoeslag.

### Deel van de inwoners heeft de energietoeslag automatisch gekregen

De inwoners die in 2022 ook energietoeslag kregen, zijn bij gemeente Apeldoorn bekend. Hierdoor kon de gemeente toetsen of deze inwoners ook in 2023 recht hebben op de energietoeslag. Als dit zo is, hebben deze inwoners op 28 november een energietoeslag ontvangen. Alle inwoners die zijn getoetst, hebben hierover een brief ontvangen. Heeft u een afwijzing binnen gekregen en bent u het hier niet mee eens? Neem dan contact op met de gemeente via [energiestoelag@apeldoorn.nl](mailto:energiestoelag@apeldoorn.nl). Natuurlijk kunt u vanaf december ook (opnieuw) een aanvraag indienen, dan wordt uw situatie opnieuw bekeken.

### U krijgt 800 euro of 350 euro energietoeslag

Op 3 oktober 2023 is de wet Energietoeslag 2023 goedgekeurd door de Eerste Kamer. Daardoor kan gemeente Apeldoorn ook in 2023 een energietoeslag uitbetalen. In januari 2023 heeft gemeente Apeldoorn alvast een energietoeslag van 500 euro uitbetaald aan inwoners die in 2022 ook recht hadden op de energietoeslag. Huishoudens met een inkomen tot 130% van het sociaal minimum krijgen daardoor nog een energietoeslag van 800 euro per huishouden. Ook huishoudens met een inkomen tussen de 130% en 140% van het sociaal minimum kunnen in 2023 eenmalig energietoeslag aanvragen. Deze huishoudens krijgen een energietoeslag van 350 euro.

Wij weten hoe kostbaar uw beeldmateriaal is.

## Dehnen-Producties

Digitaliseren van uw beeldmateriaal

Laat uw herinneringen niet verloren gaan

Digitaliseer nu uw Super 8mm film, Video of Dia's voor het te laat is

Bel ons vandaag nog!

Fred Dehnen  
Waltersingel 65  
7314 NM Apeldoorn  
tel: 06-21326536

[www.dehnen-producties.nl](http://www.dehnen-producties.nl)

# 't OKSHOOFD

Deze slijterij heeft kwaliteit onder de kurk

Sprengenweg 26  
Apeldoorn  
Tel. 055 - 52 17 947  
Fax. 055 - 52 21 635



ALTIJD THUIS IN ÚW WIJK!

Bent u op zoek naar een nieuwe woning in Apeldoorn? Of wilt u een woning taxeren of verkopen? De ervaren en betrokken makelaars bij Van Vliet Makelaardij O.G. kennen de Apeldoornse huizenmarkt als geen ander. Neem contact met ons op en ervaar het zelf!

#### ONZE PLUSPUNTEN

- + Scherpe en heldere tarieven
- + Professionele en duidelijke presentaties
- + Persoonlijke aandacht en regelmatig contact
- + Full service dienstverlening
- + Gratis waardebepaling

Actief & Professioneel

Adres Ribeslaan1 (Hoek Jachtlaan) • 7313 GT Apeldoorn  
Telefoon (055) 3 550 450 • E-mail [info@vanvlietmakelaardij.nl](mailto:info@vanvlietmakelaardij.nl)  
Website [vanvlietmakelaardij.nl](http://vanvlietmakelaardij.nl)



Kom gezellig bij ons langs voor een kosteloze intake en/of een kopje koffie!



055-3016235



Tandprothetische praktijk de Veluwe  
Sprengenweg 28-30, Apeldoorn

Kunstgebit op implantaten

Reparatie/rebasing

Gedeeltelijk kunstgebit

Volledig kunstgebit



[www.kunstgebitveluwe.nl](http://www.kunstgebitveluwe.nl)





## Stoeptegels los? Meld het de buitenlijn

Werkt u ook mee aan een schone en veilige woonomgeving? Laat het de gemeente weten als er iets gerepareerd of opgeruimd moet worden. Losliggende stoeptegels, een omver gereden paaltje, een kapot speeltoestel of zijn er andere meldingen over uw buurt?

Maak er melding van via de buitenlijn

[www.apeldoorn.nl/buitenlijn](http://www.apeldoorn.nl/buitenlijn)

SAMEN  
055

## Vrijwilligers gezocht inloop Samen 055 locatie

Ben jij goed in informatie vertellen op een duidelijke manier? Stap je ook op mensen af en lijkt het je leuk om het eerste aanspreekpunt te worden op onze locatie? Waarschijnlijk zijn we dan op zoek naar jou!

Voor de inloopspreekuren van Samen055 zijn wij op zoek naar vrijwilligers. De locatie is in het Julianakwartier, Dokter Rodbardlaan 5. Bezoekers komen met allerlei vragen binnen en jij bent het eerste aanspreekpunt. Je biedt een luisterend oor en een kopje koffie aan. Je beantwoordt de vraag zelf of zorgt voor een warme overdracht naar de juiste organisatie of activiteit binnen of buiten de locatie van Samen055. Er is altijd een professional op de achtergrond aanwezig en je krijgt informatie over de sociale kaart van Apeldoorn. Voor meer informatie of vragen: neem contact op met Elise Vlietstra van Stimenz, [e.vlietstra@stimenz.nl](mailto:e.vlietstra@stimenz.nl) of [06-54238675](tel:06-54238675).

## Ken uw wijk

Op de opgave in Wijknieuws 87 hebben we 9 reacties ontvangen die alle goed waren. Zoals gewoonlijk heeft de redactiecommissie geloot en de winnaar van de cadeaubon van 25 euro is geworden

**Corrine van der Weele** gefeliciteerd!



Deze foto werd gemaakt van de voortuin Billitonlaan 24.

Een bewerking van een boomstam tot een uniek monument wordt ook wel carven of carving genoemd. Na de jaren '50 gaf dit een nieuwe wending aan de houtsnijkunst. Een kunst van ervaren kettingzaagkunstenaars om hele boomstammen te veranderen in boomzaagkunst. Van eenvoudige sterren, paddenstoelen, dieren en ingewikkelde meubelstukken. Elk formaat en een beeld naar eigen wens is mogelijk.



**Wie van u weet waar wij dit  
keer de foto hebben genomen?**

Reageer dan uiterlijk op 21 februari 2024. U kunt hiervoor mailen naar het secretariaat van de wijkraad, [info@wijkraad-desprengen.nl](mailto:info@wijkraad-desprengen.nl), onder vermelding van uw naam en adres. Onder de goede inzenders wordt wederom een cadeaubon van 25 euro verloot.

Joyce Snel

# Actuele zaken



### Sprengenweg

Al in 2018 hadden onze wijkraad en de toenmalige wijkraad Brink en Orden gesprekken met de gemeente over de wegsituatie Sprengenweg tussen de Koning Lodewijklaan en de Badhuisweg. Aanleiding was het slechte wegdek en de verkeersveiligheid. Geen gemakkelijke opgave om een oplossing te vinden voor het smalle stuk van deze weg tussen de Bartelsweg en de Badhuisweg: veel geparkeerde auto's en grote snelheidsverschillen tussen auto's, bussen en groepen fietsers (vaak grote groepen, vanwege de scholen in de buurt). Besloten werd de aanpak van deze situatie uit te stellen tot na de oplevering van het Julianakwartier. Voor het onderhoud van wegen reserveert de gemeente ieder jaar geld. Voor het vernieuwen van het wegdek van de Sprengenweg was al geld beschikbaar, maar voor het verbeteren van de veiligheid nog niet. Dat is nu veranderd: de gemeenteraad heeft hiervoor dit jaar geld beschikbaar gesteld. Momenteel wordt nagedacht over het nieuwe ontwerp, waarbij de fietspaden hoger liggen dan de weg zodat fietsers een eigen strook krijgen. Dus geen deling van de weg meer met het gemotoriseerd verkeer. Dit heeft wel consequenties voor het aantal parkeerplaatsen. Verder wordt geprobeerd om het groen te behouden en daar, waar het kan, extra groen toe te voegen. Het schetsontwerp moet dit jaar klaar zijn zodat begin

2024 een informatieavond kan worden gehouden. De ondernemers langs dit gedeelte van de Sprengenweg hebben inmiddels al hun zorgen geuit over de afname van het aantal parkeerplaatsen.



### De Hegge

De reconstructie van het wegdek De Hegge, tussen Sumatralaan en Badhuisweg, heeft om allerlei redenen lang op zich laten wachten. De werkzaamheden zijn half november begonnen en kunnen afgerond worden, afhankelijk van het weer, voor de kerstvakantie.

### Bosweg

Gedeelte tussen Jachtlaan en Kon.Lodewijklaan zijn de drempels aangepast om de snelheid van het autoverkeer te verlagen.



### Voorterrein school De Korenaar

Begin oktober presenteerde de gemeente samen met de school een plan voor een nieuwe invulling van het voorterrein, dat in eigendom en beheer is van de gemeente. Nieuwe ideeën voor de herinrichting, waarbij ook mogelijkheden voor een speelgelegenheid voor de buurt worden bekeken. Het merendeel van de bewoners gaf aan helemaal geen verandering van de huidige situatie te willen, en al helemaal geen speelplek. Ook zijn er zorgen over de verkeersonveiligheid rondom het Rode Kruis-gebouw, het kinderdagverblijf en de basisschool. Hierover zijn de bewoners in gesprek met de gemeente. In januari wordt een bewonersavond georganiseerd.

### Schuttersweg

Het pleintje aan de Schuttersweg ter hoogte van de Sterrenlaan is opnieuw ingericht. Na het weghalen van de bushalte en het trottoir is op het middenterrein van het plantsoentje een halfverhardingspad, het zgn. Achterhoeks Padvast, aangelegd. Het pad ligt in één lijn met de ventwegen van de Schuttersweg. Een veiliger oversteek dus voor wandelaars tussen de Staringlaan en de Gunninglaan. Als het plantseizoen begint zullen er bomen geplant worden.



## Rustbankjes voor oudere wijkbewoners

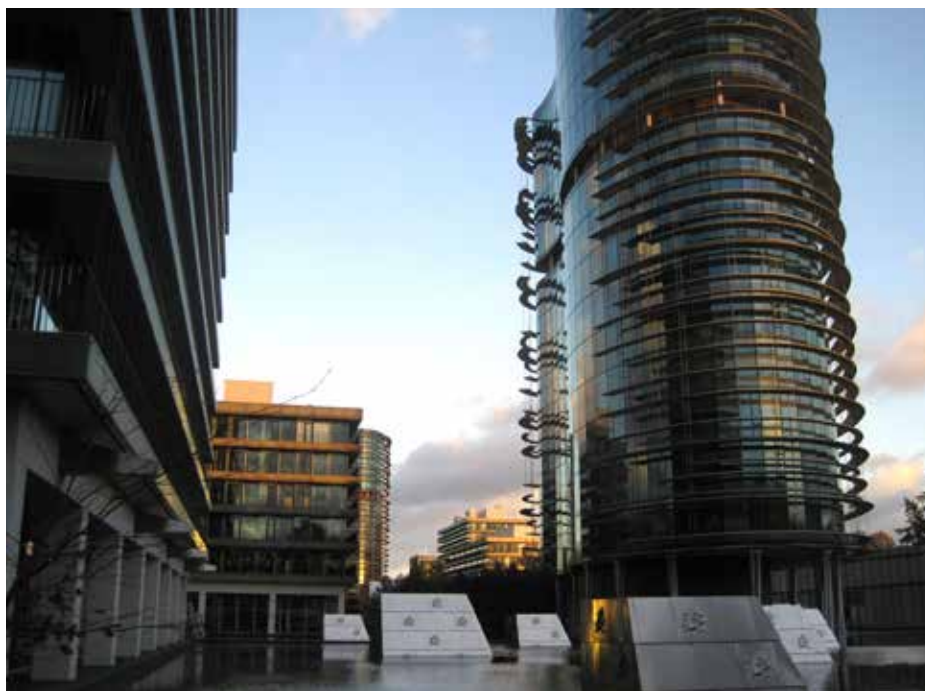
Een vrijwilliger wandelt regelmatig met bewoners van het zorghotel Juliana. Vaak zijn dat oudere bewoners die slecht ter been zijn maar nog net een ommetje kunnen maken. Het is dan fijn om halverwege even te kunnen uitrusten. Een paar bankjes in de omgeving zouden aan die behoefte voldoen. Op de site van de gemeente Apeldoorn “meedenken en meedoen” kon zij haar idee niet kwijt. Maar toen zij ons Wijknieuws las kwam zij op het idee om dit neer te leggen bij [info@wijkraaddesprengen.nl](mailto:info@wijkraaddesprengen.nl). Na overleg met de eigenaar van de zorggebouwen zijn twee bankjes geplaatst aan het pad tussen de drie zorggebouwen in het Julianakwartier.



## Wandelen zonder problemen

Een oudere wijkbewoner attendeerde ons erop bij zijn wandelingen regelmatig hinder te hebben van obstakels: overhangend groen, geparkeerde voertuigen en dergelijke op de trottoirs. Voor thuiswonende ouderen - dat worden er door de vergrijzing steeds meer - is het vaak op zich al een uitdaging om met een hulpmiddel als een rollator of een taststok een wandelingetje te maken. Laat staan als hij/zij daarbij hinder heeft van obstakels zoals hiervoor genoemd. Daarom onze oproep aan ons allemaal:

- veeg het uitgereden grind van uw inrit regelmatig terug in uw tuin
- snoei tijdig het over het trottoir hangend groen
- parkeer uw auto zodanig dat er op het trottoir voldoende ruimte over blijft om met een rollator te passeren
- houdt bij het plaatsen van bouwmaterialen op trottoirs rekening met passerende voetgangers



## Torens Belastingdienst

Het is niet bij iedereen bekend dat er ongeveer 700 werkplekken niet benut kunnen worden in de twee ‘blikvangers’ op het Walterboschcomplex. De oorzaak is dat de vloeren van de etages niet volledig belast mogen worden. Twee jaar geleden is gebleken dat de constructie niet zo sterk is als van tevoren was berekend. Er wordt naarstig gezocht naar een oplossing maar gezien de planning (aanbesteding e.d.) kan het nog wel een jaar duren voordat de herstelwerkzaamheden kunnen beginnen. Ook aan de buitenkant van de torens zijn mankementen. Beide torens hebben kunststof lamellen als zonwering. Hiervan vielen stukjes opeens naar beneden. Intussen is duidelijk dat deze zonwering na ruim 17 jaar aan het einde van de levensduur is. Kwetsbare delen zijn al verwijderd en er zullen maatregelen getroffen worden tijdens de periodieke controle. Dit kan in de vorm van een afzetting zijn. De planning is om komend jaar het geheel te verwijderen.

## Bladafval en Apeldoornse compost

Een late herfst. Wat doet u met het bladafval? Het is beter om het blad in uw tuin te laten liggen. Doordat het blad verteert, hoeft u in het voorjaar minder meststoffen te strooien. Dat is goed voor het milieu en uw portemonnee. Ook overwinteren er insecten en kleine dieren in de bladlaag en beschermt het uw planten tegen bevriezing. Toch liever geen bladeren in uw tuin? Bladafval kunt

u kwijt in de groene container. Deze wordt gratis geleegd. U kunt ook gebruik maken van de bladkorven aan de Schuttersweg/ Planetenlaan, Bilderdijklaan/Huygenslaan, Badhuisweg/Koning Lodewijklaan en de Boszichtlaan.

Wat doet de gemeente? Zij gaat ook op pad om het bladafval op te ruimen. Als het geen gevaar oplevert laat de gemeente het liggen. Voornamelijk in perken en groenstroken zal meer blad liggen. Dat wordt gedaan, zodat insecten en kleine dieren plek hebben om te overwinteren. Daarnaast is het blad belangrijk voor een gezonde bodem. Het deel van het blad dat wél wordt weggehaald omdat het op wegen en paden ligt, krijgt een mooie bestemming. Hier wordt namelijk, net als voorgaande jaren, Bokashi van gemaakt, een bodemverbeteraar. Bokashi is een soort compost dat wordt gemaakt uit gefermenteerde bladresten. Het is, net als bladeren, voeding voor het bodemleven, en voor bomen, struiken en plantsoenen.

André Staal



# Ontmoetingsplek Berkenhove



Ontmoetingsplek Berkenhove is een plek waar iedereen welkom is. Er wordt samen-  
gewerkt door Atlant en Stimenz bij het organiseren van activiteiten. Zoals gymnastiek,  
klaverjassen, koersbal, tai chi tao en nog veel meer. Het adres is Koning Lodewijklaan  
387a. Info zie [www.ontmoetelkaarinapeldoorn.nl/berkenhove](http://www.ontmoetelkaarinapeldoorn.nl/berkenhove) telefonisch of e-mail:  
Hermien van Beek, tel 055-3694400, [H.van.Beek@atlant.nl](mailto:H.van.Beek@atlant.nl)

## Berkenhove activiteiten weekoverzicht

### Maandag

09:00 -10:00 uur	Happy Dancing	€ 4,90 per les
14:30 -15:30 uur	Koersbal	€ 1,00 per keer
14.30 -16.00 uur	Creatieve club <sup>1</sup>	GRATIS

### Dinsdag

09:00 -10:00 uur	Gymnastiek	€ 3,25 per les
10:00 -11:00 uur	Gymnastiek	€ 3,25 per les
11:00 -12:00 uur	Gymnastiek	€ 3,25 per les

### Woensdag

10.00 -11.30	Gespreksgroep <sup>1</sup>	Gratis
14:00 -16:00 uur	Teken/schilder les	€ 6,50 per les excl.mat.
14:15 -15:45 uur	Langzame bingo <sup>1</sup>	€ 2,50

### Donderdag

11:00 -12:00 uur	Happy dancing	€ 4,90 per les
13:00 -16:00 uur	Klaverjassen	€ 1,00 per keer
14.00 -16.00 uur	Soc. juridisch spreekuur	gratis/op afspraak
14.00 -16.00 uur	Spreekuur digitale overheid en digitale apparaten	gratis

### Vrijdag

13:15 -14:15 uur	Tai Chi Tao	€ 3,25 per les
14:30 -15:30 uur	Tai Chi Tao	€ 3,25 per les
14:30 -16:00 uur	Muziekmiddag	vrije inloop

<sup>1</sup> 1x per 2 weken

## Bijzondere activiteiten in de komende maanden

### Wijkdiner in Berkenhove:

Komt u ook gezellig eten met uw buren? Een 4 gangendiner voor € 15,25. Voor maandag 15 januari en maandag 19 februari aanvang 17.00 uur uiterlijk een week van te voren aanmelden bij de administratie van Berkenhove, tel. 055- 3694400 of per e-mail op [Administratie.berkenhove@atlant.nl](mailto:Administratie.berkenhove@atlant.nl).



### Optredens in Berkenhove:

Toegang € 2,50 Aanvang 14.00 uur

#### Zaterdag 23 december:

“De Sergeant Wilson’s Army Show”. Dit is een theaternmuziekproductie die wordt uitgevoerd door drie Army Lady’s, onder het commando van Sgt. Wilson. Met muziek van Glenn Miller, Andrews Sisters en Doris Day.

#### Zaterdag 20 januari:

Hanzezangers (koor uit Deventer).

### Berkenhove Bingo:

De donderdagen 21 december, 18 januari en 15 februari is bingo avond. Start 20.00 uur, toegang € 5,00.



### Gymnastiek in Berkenhove

Wilt u ook graag meer bewegen? Doe dan mee met gymnastiek in Berkenhove! Bewegen is goed voor lichaam en geest.





De les is toegankelijk voor iedereen. De les wordt gegeven door een ervaren docent, die kijkt naar wat iedereen kan. Zo haalt u het beste uit uzelf en blijft u langer fit. Er zijn al twee gymgroepen in Berkenhove, maar vanwege meer belangstelling zijn we een derde groep gestart op elke dinsdag van 11.00-12.00 uur. U kunt altijd een proefles meedoen!

### Lezing van herder Jeroen Huiskamp

Woensdag 24 januari geeft herder Jeroen Huiskamp een lezing. Met zijn schaapskudde komt hij op diverse plekken van de Veluwe. Herder Jeroen heeft een unieke denkwijze: hij is een herder met een missie. Hij vertelt graag over zijn verfrissende kijk op het herdervak en de veelzijdigheid van dit oude ambacht dat hij al jaren uitoefent.

Start 14.30 uur, zaal is open vanaf 14.00 uur. Toegang is gratis. Aanmelden bij administratie Berkenhove, tel. 055-3694400 of per e-mail op [Administratie.berkenhove@atlant.nl](mailto:berkenhove@atlant.nl)



## Vrijwilligersvacature: Gastvrouwen en -heren

Iedereen kan dagelijks een kopje koffie komen drinken in het Grand Café van ontmoetingsplek Berkenhove. Vriendelijke gastvrouwen en gastheren staan klaar voor de gasten.

Lijkt u het ook leuk om hierbij te helpen? Als gastvrouw/gastheer werk je samen met een collega-vrijwilliger en zorg je voor een warm welkom voor de gasten. Je serveert koffie en thee of andere versnaperingen. Je zorgt dat het Grand café netjes blijft en maakt een praatje met de gasten. Je werkt een ochtend of middag, dag en dagdeel is in overleg.

Enthousiast geworden? Neem dan contact op met vrijwilligerscoördinator Hermien van Beek, [H.van.Beek@atlant.nl](mailto:H.van.Beek@atlant.nl) of 06-53783024.



## Gardenierslaanfeest 2023

Hoe leuk is het om een bar te bouwen en te schilderen? Aan een laanfeest gaat veel voorbereiding vooraf, maar dan is het zover. Er dient zich een zonovergoten 16e september aan. Veel huizen zijn versierd. Bij het opbouwen, waar samenwerking centraal staat, worden de handen flink uit de mouwen gestoken. En dan kan het feest beginnen.

### Lied en kant-tegen-kantspel

De nieuwe laangenoten maken niet alleen kennis met bijna 100 burens, maar ook met een aantal tradities. Het laanlied, waarin onze mooie laan bezongen wordt en natuurlijk het kant-tegen-kant spel. Wie wint er dit jaar, de even of de oneven kant? Een spannende strijd volgt. Spijkerpoepen, een skiwedstrijd, een bal-esta-

fette en een (muzikale) quiz vormen de opmaat naar de prijsuitreiking.

### Genieten geblazen

Het bord 'de beste kant' gaat mee met .... nee, komt u maar eens kijken in onze prachtige laan, dan ontdekt u dat vanzelf. Terwijl de volwassenen smullen van een gevarieerd, door iedereen zelf gemaakt tapas- en saladebuffet, schuift de jongere garde aan voor een pannenkoekenfestijn. Wanneer het gaat schemeren volgt een optreden van het Gardenierslaan 'Jazzcombo', dus genieten geblazen. Er wordt kennisgemaakt, bijgepraat en veel gelachen. De sfeer is top. Wanneer we elkaar aan het einde van de avond gedag zeggen, klinkt veelvuldig 'Wat een geweldig feest was dit'!



# Jerry Kolvoort



de kokende  
groenteman



- Groenten • Maaltijden
- Fruit • Salades

dagelijks vers uit eigen keuken

[www.kolvoort.nl](http://www.kolvoort.nl)

Schuttersweg 78 Apeldoorn

# 5 jaar KleinGeluk: High Five!

Hoera! KleinGeluk bestaat 5 jaar. Dat betekent al 5 jaar ouderenzorg van grote waarde. 5 jaar genieten van mooie geluksmomenten. En zo elke dag de moeite waard maken. 5 jaar KleinGeluk. Daar krijgen we alle handen voor op elkaar. High Five!



[www.kleingeluk.nl](http://www.kleingeluk.nl)  
[zorglijn@kleingeluk.nl](mailto:zorglijn@kleingeluk.nl)  
0800-0604

kleingeluk

zorg van grote waarde

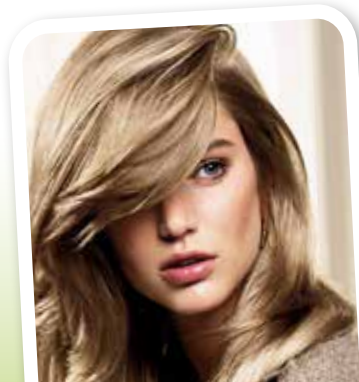


HAARMODE

# Dominique



**Dames, heren  
en kinderen  
knippen op afspraak**



KEUNE  
THE ART OF HAIR DESIGN

**Tel. 055-5215824**

Sprengenweg 4 Apeldoorn  
[www.haarmodedominique.nl](http://www.haarmodedominique.nl)

# Welkom

Eglantier 231,  
Koninginnelaan 67,  
Schuttersweg 139  
Apeldoorn

Ugchelseweg 189  
Ugchelen



Banketbakkerij  
**Maassen**

*genieten van fijneproeven... van koolje tot taart*





# Tips van de brandweer

## Veilig en warm de winter door

Wist je dat schoorsteenbrand de meest voorkomende brand in onze regio is? Voorkom dat een schoorsteenbrand jou overkomt! Doe jij binnenkort de kachel of haard weer gezellig aan? Denk dan aan de veiligheid en de gezondheid van jezelf en van anderen in en om je huis. Zo heb je een veilige, warme winter!

### Tip 1 – Laat je schoorsteen vegen door een erkende schoorsteenveger

In de wintertijd neemt het aantal schoorsteenbranden toe. Door minimaal jaarlijks je schoorsteen te laten vegen help je een schoorsteenbrand te voorkomen. Laat daarom, voordat het stookseizoen begint, het schoorsteenkanaal vegen door een erkende schoorsteenveger. Stook je vaak? Nodig de schoorsteenveger midden in het stookseizoen nog een keer uit.

### Tip 2 – Plaats een CO- en rookmelder

Plaats een CO-melder aan het plafond in ruimtes waar een kachel of haard staat, en ook waar een CV-ketel hangt. Bij verbranding van brandstoffen zoals hout, olie of gas kan namelijk CO (koolmonoxide) vrijkomen. Komt er een gevaarlijke hoeveelheid CO vrij, dan wil jij op tijd

gewaarschuwd worden. Je maakt je huis nog veiliger met rookmelders op iedere verdieping. Dit is sinds 1 juli 2022 wettelijk verplicht en een heel kleine moeite.

### Tip 3 – Gebruik schoon en droog hout

Brand in de schoorsteen kan ontstaan door het gebruik van verkeerd stookmateriaal, zoals (inpak)papier, stukjes spaanplaat, triplex of kranten. Ook geschilderd of behandeld hout is niet geschikt. Gevaarlijk zelfs, want hierdoor kan in korte tijd een hevige vlam ontstaan. Kies daarom altijd voor droog en onbehandeld hout of pellets. Hout dat minimaal twee jaar is gedroogd brandt het beste, en is schoner voor het milieu en jouw haard.

### Tip 4 – Stook volgens de Zwitserse methode

Luchtig stoken, ook wel de Zwitserse stookmethode genoemd, is de veiligste manier van stoken. Het werkt zo: stapel het hout van dik naar dun en kruislings. Steek het hout van bovenaf aan.

### Tip 5 – Ventileer je woning

Zet het raam op een kier of zet ventilatieroosters open als je gaat stoken. Het voelt misschien tegenstrijdig, want je wilt juist graag de warmte in je woning houden. Maar door te ventileren zorg je voor minder vocht in huis waardoor je woning sneller opwarmt. Ook voorkom je op deze manier koolmonoxidevergiftiging.

**Wil je meer weten?** Kijk dan op [www.vnog.nl/toolkit-veilig-stoken](http://www.vnog.nl/toolkit-veilig-stoken)

### Stookwijzer

Het stoken van een vuurtje is natuurlijk gezellig, maar het kan ook overlast geven voor je burens. Check daarom voordat je gaat stoken eerst even [www.rivm.nl](http://www.rivm.nl) Stookwijzer of meld je aan voor het Stookalert. Het stookalert wordt afgegeven door het RIVM bij ongunstige weersomstandigheden. Dit helpt gezondheidsklachten bij mensen in je omgeving voorkomen!

# Honden manieren



Regelmatig horen wij van hondenliefhebbers en -bezitters dat zij zich er over verbazen hoe sommige collega-hondenbezitters een loopje nemen met de regels bij het uitlaten van hun viervoeter.

- De hond aan de lijn buiten de hondenuitlaatplaatsen? Geldt toch niet voor mijn hond!
- Uitlaten op een privé-terrein (belastingkantoren, schoolpleinen, het terrein van de Jachtlaankerk)? Dat moet toch kunnen! Anderen ruimen de rommel toch wel op?
- Het grote stuk gazon aan de Schuttersweg gebruiken als hondentoilet? Kan geen probleem zijn. De gazonmaaier maait het toch wel weg.
- Het laten liggen van uitwerpselen op trottoirs? Daar kun je met de rollator toch omheen? En anders heb je thuis wel een borstel om hem schoon te maken.

Laten we voorkomen dat niet-hondenbezitters maar ook mensen met een hond die zich wel aan de regels houden zich aan dit soort gedrag moeten ergeren.

## Nieuwe burenen? Vertel het de wijkraad!

Heeft u nieuwe burenen vanuit een andere wijk of woonplaats gekregen? Laat het de wijkraad weten. Dan verwelkomen wij onze nieuwe wijkbewoners met een aardige attentie.



## Wijknieuws en website: ook voor uw kopij

Heeft u een leuk verhaal over uw directe woonomgeving, ervaring als wijkbewoner, interessant voorval etc. dat u wilt delen? Laat het de redactie weten.

Voor het plaatsen van artikelen en berichten gelden de volgende spelregels:

- U moet in de wijk wonen, er uw bedrijf hebben of een andere specifieke relatie met de wijk hebben.
- Uw kopij moet in het bijzonder betrekking hebben op de wijk of specifiek gericht zijn op de wijkbewoners. Kopij van algemene aard wordt niet geplaatst.
- Kopij mag geen commercieel oogmerk hebben.
- De redactie behoudt zich het recht voor kopij in te korten.
- De redactie beslist of kopij wordt geplaatst.

Kopij voor Wijknieuws 89 kunt u uiterlijk 21 februari 2024 inleveren via [info@wijkraadesprengen.nl](mailto:info@wijkraadesprengen.nl).

Volg de wijkraad op Facebook en Nextdoor



nextdoor



## Nextdoor is een soort Facebook voor buurten

Een medium dat kan zorgen voor meer samenhang en verbinding in de wijk. Een platform voor informatie-uitwisseling en discussie binnen en buiten de wijk.

Wist u:

- Ruim 28% van de huishoudens in de wijk De Sprengen beschikt over deze app.
- De wijkraad maakt gebruik van de app om relevante informatie snel te kunnen doorgeven.
- Reageren kan in het algemeen, voor iedereen te lezen, maar ook in een privé-bericht naar de auteur.
- Is het bericht niet meer relevant? De auteur kan het bericht verwijderen.



je **dagelijkse boodschappen**  
doe je bij  
**SPAR Zweers Apeldoorn**




**ONZE SERVICES**

- POSTNL PAKKETPUNT
- VERSE BLOEMEN
- STOMERIJ
- MAALTIJDSERVICE
- ZELFZORGMEDICIJNEN
- VERSE KOFFIE
- GEKOELDE DRANKEN
- AMBACHTELIJKE BAKKER

**SPAR Zweers Apeldoorn**  
Koning Lodewijklaan 168

MA T/M VR 08:00 - 19:00 uur  
ZATERDAG 08:00 - 18:00 uur  
ZONDAG 12:00 - 18:00 uur




**van olst/schilders**

**Al sinds 1920 geven onze medewerkers kleur en bescherming aan vele, vaak ook prachtige (bijzondere) objecten.**

Onze opdrachtgevers bevinden zich in het segment waarbij onze medewerkers hun vakmanschap mogen laten zien. Onze medewerkers zijn gespecialiseerd in schilder- en onderhoudswerkzaamheden, renovatie, behang en alle soorten wandafwerking.

**Van Olst Schilders, wij zijn u graag van dienst!**

**Schuttersweg 51 7314 LD Apeldoorn**  
tel. 055-3554091  
[info@vanolstschilders.nl](mailto:info@vanolstschilders.nl) | [www.vanolstschilders.nl](http://www.vanolstschilders.nl)



**Pedicurepraktijk Reijerman**



**Hét adres voor het behandelen van**

- ☞ Likdoorns en eeltplekken
- ☞ Schimmel- en ingroeiende nagels
- ☞ Diabetische, reumatische en medische voetbehandeling
- ☞ Oncologisch voetbehandeling
- ☞ Wellness en cosmetische voetbehandelingen

Hoogakkertaan 2, 7314 EL Apeldoorn  
T 06-13 42 83 41 • E [pedicurerelijerman@live.nl](mailto:pedicurerelijerman@live.nl)  
W [www.pedicurerelijerman.nl](http://www.pedicurerelijerman.nl)

**LE SALON TAMARA**  
*Specialist in haar onder de loep*



**Kapper - Schoonheidssalon - Visagie**  
Bridsarrangementen  
Haarwerken & pruiken (erkend bij zorgverzekeraars)

**Koning Lodewijklaan 158 - Apeldoorn**  
055 - 355 36 15  
Meidoornrnf 4 - Nunspeet  
0341 - 25 44 85

[www.lesalontamara.nl](http://www.lesalontamara.nl) [info@lesalontamara.nl](mailto:info@lesalontamara.nl)

*jura*<sup>®</sup>

Kom de JURA-koffievolautomaten  
bewonderen in onze winkel en overtuig uzelf!



“Vers gemalen,  
niet uit capsules”

*Roger Federer*

Roger Federer



**R | TV | STEGEMAN**  
◀▶▶▶  
A U D I O V I D E O W I T G O E D

Schuttersweg 88 | Apeldoorn | 055 - 355 21 87 | [www.rtvstegeman.nl](http://www.rtvstegeman.nl)

JURA – If you love coffee