

CURSUS


Programma



2026 - 2027

Cursuswerkgroep
Wijkvereniging Elderveld

ALGEMENE INFORMATIE

De Cursuswerkgroep van de Wijkvereniging Elderveld (tel. 026-3810798 / e-mail: wijkver.elderveld@hetnet.nl) organiseert al vele jaren diverse cursussen en workshops met als doel de wijkbewoners in hun eigen omgeving gebruik te laten maken van dit aanbod. Wij werken op non-profit basis; dit houdt in dat de cursussen kostendekkend moeten zijn. In het algemeen wordt aan kleine groepen (6 - 10 deelnemers) lesgegeven.

AANMELDEN/INCASSO

Je kunt je voor een cursus en/of workshop inschrijven via het aanmeldingsformulier, dat zich in het cursusboekje bevindt (is alléén geldig, indien je dat volledig invult en ondertekent). Je machtigt ons daarmee tevens om het verschuldigde cursusgeld door middel van incasso van je IBAN af te boeken. Extra formulieren zijn op ons kantoor verkrijgbaar.

Na ontvangst van je aanmelding ontvang je van ons bericht of de cursus en/of workshop, waarvoor jij je hebt ingeschreven, wel of niet doorgaat.

Cursisten die dit seizoen doorgaan met dezelfde cursus, hoeven daarvoor niet opnieuw een aanmeldingsformulier in te vullen.

AFMELDEN

Bij afmelding in het lopende cursusseizoen is restitutie van het lesgeld niet mogelijk.

BETALING

Bij de kortlopende cursussen wordt het cursusgeld in één keer geïncasseerd; bij de overige geschiedt dat in twee termijnen.

VAKANTIES

Voor zover van toepassing zullen de vakanties parallel lopen aan de basisschoolvakanties in onze regio.

CURSUSLOCATIE

Alle cursussen vinden plaats in Elderveld.

KORTING

Op basis van het lidmaatschap van de Wijkvereniging Elderveld (€ 12,00 per gezin per kalenderjaar) geniet de cursist(e) een aantrekkelijke korting op iedere cursus. Wil je lid worden van de Wijkvereniging Elderveld? Je kunt ons tijdens kantooruren daarover bellen of langskomen.

GELREPAS

Houders van een GelrePas kunnen deze gebruiken voor de cursussen en/of workshops!

ANNULERING

Bij onvoldoende inschrijvingen kan een cursus worden geannuleerd. Bij overschrijding van het maximum aantal cursisten per lesgroep kun je op de wachtlijst geplaatst worden.

LEERMIDDELEN/MATERIAAL

Het vermelde cursusbedrag is exclusief de kosten voor de leermiddelen en het materiaal, tenzij anders vermeld.

NIEUWE CURSUSSEN

In de loop van het seizoen kunnen nieuwe cursussen aan het programma worden toegevoegd. Deze worden in het wijkblad "Elderveld Nieuws" tijdig aangekondigd.

Programma en voorwaarden onder voorbehoud van wijzigingen.

Arnhem, augustus 2026

Uitgave: Wijkvereniging Elderveld, Cursuswerkgroep

E-mail: wjkver.elderveld@hetnet.nl

Website: www.elderveld.nl

Layout: LOUSenZo

Druk: Ascend

Wijkvereniging Elderveld

Leimuidenplaats 22A

6843 HG Arnhem

Tel. 026 - 381 07 98



BLOEMSCHIKKEN

Docent: *Nico Meenink*

In deze workshops leer je op een creatieve manier om bloemen en andere organische materialen met diverse technieken te verwerken. Je brengt een schaal, vaas of andere ondergrond mee, passend in jouw interieur.

Wij zorgen voor alle bloemen en aanvullende materialen. Van te voren ontvang je digitaal een foto van een voorbeeldstuk met een korte uitleg. Hierdoor heb je al een indruk van hetgeen wij gaan maken.

Najaar

Woensdag

Aantal workshops: 5

19.30 - 21.30 uur

23 september, 14 oktober, 4 en

25 november en 16 december

2026 van 19.30 - 22.00 uur

kerstworkshop

Voorjaar

Woensdag

Aantal workshops: 5

19.30 - 21.30 uur

20 januari, 10 februari, 3 maart

en 21 april en 24 maart 2027 van

19.30 - 22.00 uur paasworkshop

Kosten

4 Workshops

leden € 103,00

niet-leden € 115,00

exclusief kerst- of paasworkshop

5 Workshops

leden € 132,00

niet-leden € 144,00

inclusief kerst- of paasworkshop

Losse workshop

leden € 29,00

niet-leden € 32,00

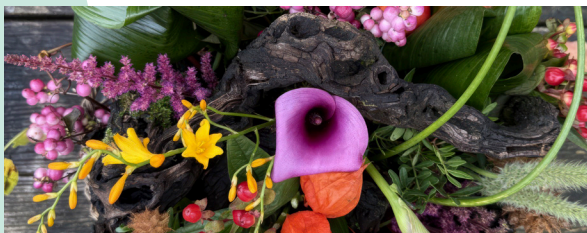
Kerst- of

paasworkshop

leden € 33,00

niet-leden € 36,00

Alle workshops zijn inclusief materiaal.



KLEDING MAKEN

Docente: *Karin van der Wel*

Wil jij er graag leuk uitzien en het liefst in een kledingstuk waarvan er niet tientallen in de winkel hangen? Kom dan kleding maken voor jezelf of je kinderen in een gezellige, ontspannen sfeer.

Aanwezig zijn naaimachines, een strijkplank met strijkijzer en een passpiegel. Je kunt zelf een patroon met bijbehorende stof en garen meenemen. Verder heb je nodig: papier en stofschaar, centimeter, spelden, stoffkrijt, rijggaren, naalden en puinzakken (dat is geweldig patroonpapier). Met deskundige ondersteuning leer je in je eigen tempo een mooi kledingstuk maken. Je bent van harte welkom.

Aantal lessen	12
Maandag of Donderdag	19.30 - 21.30 uur
Najaar	14 september t/m 30 november 2026 17 september t/m 3 december 2026
Voorjaar	4 januari t/m 22 maart 2027 7 januari t/m 25 maart 2027
Kosten	leden € 99,00 niet-leden € 111,00



SCHILDEREN EN TEKENEN

Voor beginners en gevorderden

Docente: *Berthe van den Brink*

Wil je je teken- en schildertalent ontwikkelen of ontdekken waar jouw creativiteit ligt? In deze cursus krijg je professionele begeleiding en leer je wat er mogelijk is met verschillende technieken en hoe je deze kunt overbrengen op papier. We gaan aan de slag met onderwerpen zoals diepte in het platte vlak, het mengen van kleuren en de werking van licht en donker.

Je leert goed kijken en stap voor stap ga je je eigen stijl ontwikkelen.

Werk je graag naar foto's of voorbeelden, ga je liever in opdracht aan de slag of werk je liever vrij, dan is daarvoor alle ruimte.

Je ontdekt welke technieken en methoden het beste bij je passen en raakt er beter mee bekend door ze in de cursus toe te passen, zodat je al schetsend en schilderend kunt genieten van wat er uit je handen komt.

Najaar

Aantal lessen	12
Dinsdag	9.30 - 12.00 uur <i>of</i> 13.00 - 15.30 uur 15 september t/m 8 december 2026

Kosten

leden € 149,00
niet-leden € 161,00

Voorjaar

Aantal lessen	14
Dinsdag	9.30 - 12.00 uur <i>of</i> 13.00 - 15.30 uur 5 januari t/m 13 april 2027

Kosten

leden € 174,00
niet-leden € 187,00

OPEN ATELIER

Voor beginners en gevorderden

Docent: *Thom Boekhoven*

Op de dinsdagavonden wordt er met plezier geschilderd en getekend, ieder op zijn/haar eigen niveau.

Onder begeleiding van Thom wordt in een ontspannen sfeer toegewerkt naar een prachtig eindresultaat.

Natuurlijk kun je ook zelfstandig werken.

Najaar

Aantal lessen

12

Dinsdag

19.30 - 22.00 uur

15 september t/m

8 december 2026

Kosten

leden € 149,00

niet-leden € 161,00

Voorjaar

Aantal lessen

14

Dinsdag

19.30 - 22.00 uur

5 januari t/m 13 april 2027

Kosten

leden € 174,00

niet-leden € 187,00



ENGELS

Docente: *Willy de Klijn*

Brushing up your English?

Dicht bij huis een cursus Engels volgen in een kleine groep?
Dat kan in Elderveld!

BASISCURSUS

Deze cursus is geschikt voor mensen die weinig of geen kennis van Engels hebben. Je leert hoe je je kunt redden in het buitenland, op vakantie of met een ander doel. Het gaat om basiszaken: jezelf voorstellen, informatie vragen of geven, enz. Alle vaardigheden komen aan bod. We gebruiken het boek 'Fair Way New' (1e deel, richting A1).

Aantal lessen	27
Maandag	20.15 - 21.15 uur
	21 september 2026 t/m 3 mei 2027
Kosten	leden € 98,00 (incasso in 2 termijnen)
	niet-leden € 110,00
	(incasso in 2 termijnen)

CURSUS MIDDENNIVEAU

Bij deze cursus kun je aansluiten als je enige jaren Engels hebt gehad. De bestaande groep gebruikt de methode Fair Way New 3 richting B1. De methode is gericht op volwassenen. Het gaat om zelfredzaamheid in het buitenland, waarbij je werkt aan het vergroten van je gespreksvaardigheid, luistervaardigheid, leesvaardigheid en woordenschat.

Aantal lessen	27
Maandag	18.45 - 20.15 uur
	21 september 2026 t/m 3 mei 2027
Kosten	leden € 145,00 (incasso in 2 termijnen)
	niet-leden € 157,00
	(incasso in 2 termijnen)

CONVERSATIECURSUS

We gebruiken de methode Speaking (English for Life - Speaking - B1+). Om plezierig deel te kunnen nemen, is het fijn als je Engels op HAVO-niveau ligt.

Aantal lessen	27
Maandag	20.15 - 21.15 uur
	21 september 2026 t/m 3 mei 2027
Kosten	leden € 98,00 (incasso in 2 termijnen)
	niet-leden € 110,00
	(incasso in 2 termijnen)

Afhankelijk van het aantal aanmeldingen voor de Basis- en Conversatiecursus wordt besloten welke van beide door kan gaan.







VOLDOENDE
FRANKEREN
A.U.B.

WIJKVERENIGING ELDERVELD CURSUSWERKGROEP

LEIMUIDENPLAATS 22A

6843 HG ARNHEM

AANMELDINGSFORMULIER (invullen in blokletters)

Gelieve per formulier één persoon aan te melden

Naam

Adres

Postcode

Woonplaats

Telefoon

E-mailadres

IBAN

Cursus

Dag

Tijd

Is lid / geen lid / wil lid worden van de Wijkvereniging Elderveld (€ 12,00 per jaar). *Doorhalen wat niet van toepassing is.*

Ik machtig de Wijkvereniging Elderveld het lesgeld (en indien ik lid wil worden, het lidmaatschapsgeld t/m 31 december 2027)

d.m.v. incasso van mijn IBAN bij start van de cursus af te schrijven. Bij cursussen van minimaal 15 lessen, wordt het cursusgeld in 2 gelijke termijnen geïncasseerd. De 1e termijn bij start van de cursus en de 2e in de maand januari 2027.

Voor kortlopende cursussen die meerdere keren per seizoen worden gegeven, wordt dit formulier opnieuw beschouwd als inschrijving en machtiging.

Handtekening

Datum

WORKSHOP VALPREVENTIE

Docent: *Eddy Lankwarden*

Een interactieve workshop voor zelfstandig wonende ouderen, alsmede voor mantelzorgers.

Een val leidt vaak tot ernstig letsel, waardoor zelfstandig wonen niet meer mogelijk is.

Vallen gebeurt meestal binnenshuis.

In deze workshop wordt gesproken over:

- Het herkennen van valgevaarlijke situaties in huis.
- Mogelijkheden, vaak hele simpele, om een val te voorkomen.
- Hulpmiddelen, die het bewegen in huis veiliger maken.

Het praktische gedeelte bestaat uit:

- Hoe kun je veilig bewegen d.m.v. bijvoorbeeld kijktechniek?
- Oefenen op een klein parcours met obstakels, die we dagelijks tegenkomen.
- Als je dan toch gevallen bent....., hoe sta je weer op of hoe waarschuw je iemand?
- Enkele eenvoudige oefeningen.

Je krijgt een lijstje met deze oefeningen mee.

De workshop wordt in kleine groepjes gegeven, zodat er veel aandacht is voor iedere deelnemer.

Aantal workshops 1
10.00 - 12.30 uur

Bij voldoende belangstelling wordt in overleg een datum vastgesteld.

Kosten leden € 12,00
niet-leden € 15,00

CONDITIEGYM

Docente: *Sascha Roosen*

Je bent van harte welkom om op maandagmorgen in het sportcentrum te komen bewegen en je lichamelijke conditie op peil te brengen en te houden.

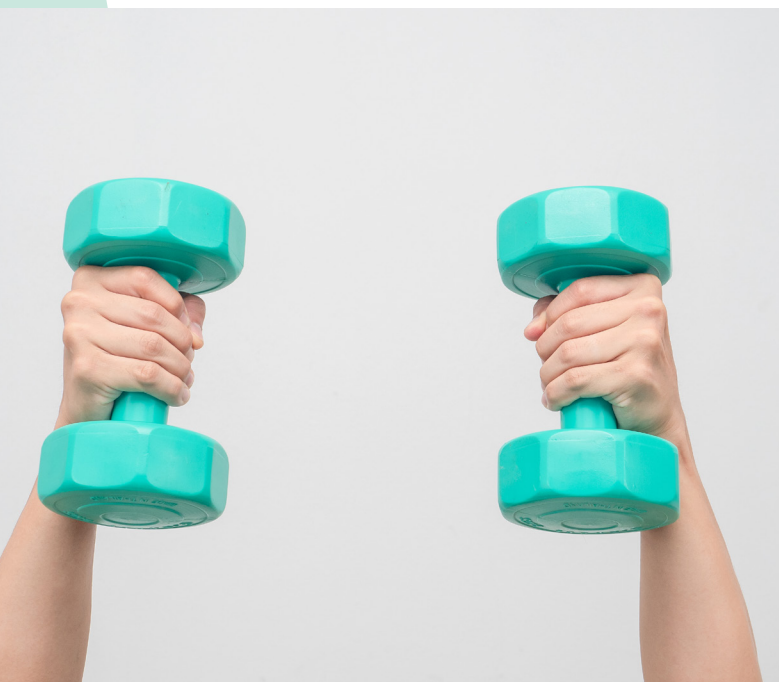
Elke les besteden we aandacht aan bewegen op muziek, conditionele en spierversterkende oefeningen en oefeningen voor het evenwicht. Na afloop kan gezamenlijk koffie of thee gedronken worden.

Ben je geïnteresseerd?

Je kunt je aanmelden voor een proefles.

Aantal lessen	37
Maandag	9.00 - 10.00 uur
	31 augustus 2026 t/m 5 juli 2027

Kosten	leden € 110,00
	(incasso in 2 termijnen)
	niet-leden € 122,00
	(incasso in 2 termijnen)





BEWEGEN OP MUZIEK

Docente: *Christien de Vries*

Als je graag wat meer wilt bewegen, dan verwelkomen wij je van harte op woensdagavond in het wijkcentrum. In een ontspannen en gezellige sfeer komen elke les spierversterkende, conditie- en lenigheid-bevorderende oefeningen aan bod. Hierbij gebruiken we vaak muziek en soms materiaal. Daarnaast is er aandacht voor evenwichts- en coördinatieoefeningen.

Je bent altijd welkom voor een proefles.

Aantal lessen	37
Woensdag	2 september 2026 t/m 30 juni 2027

Groep 1	18.15 - 19.15 uur
Groep 2	19.30 - 20.30 uur

Kosten	leden € 120,00 (incasso in 2 termijnen) niet-leden € 132,00 (incasso in 2 termijnen)
---------------	--

YOGA

Docenten: *Berny Karsch/Elmedina Ahatovic-Crnkic*

In ons hectische leven van vandaag de dag is yoga een goede manier om in balans te blijven. D.m.v. houdings- en ademhalingsoefeningen krijgen we meer ruimte in ons lichaam, zodat lichaam en geest weer in balans komen.

Yoga kan door iedereen worden beoefend, omdat de nadruk niet ligt op perfectie, maar op bewustwording van het eigen functioneren. Na de les drinken wij gezamenlijk een kopje kruidenthee en is er gelegenheid om vragen te stellen.

Maandag 19.00 - 20.15 uur *of*
20.15 - 21.30 uur
21 september 2026 t/m 31 mei 2027

of
Donderdag 19.00 - 20.15 uur *of*
20.15 - 21.30 uur
17 september 2026 t/m 27 mei 2027

Aantal lessen 30

Kosten leden € 135,00 (incasso in 2 termijnen)
niet-leden € 147,00
(incasso in 2 termijnen)



HARTREANIMATIE EN AED

Docent: *Eddy Lankwarden*

De verschillende facetten van reanimeren worden behandeld. Met behulp van een pop oefen je het verlenen van basale reanimatie en vervolgens leer je de AED aan te sluiten en te bedienen.

De cursus wordt gegeven onder auspiciën van de Nederlandse Reanimatie Raad. Ook jongeren (vanaf 16 jaar) kunnen aan deze cursus deelnemen.

Aantal lessen 2
 14.00 - 16.00 uur *of*
 19.30 - 21.30 uur

Bij voldoende belangstelling worden in overleg de data vastgesteld.

Kosten leden € 20,00 (inclusief certificaat)
 niet-leden € 24,00
 (inclusief certificaat)

HARTREANIMATIE EN AED (BIJSCHOLING)

Docent: *Eddy Lankwarden*

Voor iedereen die bovengenoemde cursus heeft gevolgd, is het van belang om theorie en praktijk jaarlijks op te frissen.

Aantal lessen 1
 14.00 - 16.00 uur *of*
 19.30 - 21.30 uur

Bij voldoende belangstelling wordt in overleg een datum vastgesteld.

Kosten leden € 10,00 (inclusief certificaat)
 niet-leden € 12,00
 (inclusief certificaat)



Medicijnen ophalen ondanks je volle agenda?

Ook daar hebben we iets voor.

Onze afhaalkluis is altijd open. Daardoor kun je 24/7 jouw medicijnen ophalen. Handig als je ook nog andere plannen hebt. Je vindt de kluis aan de achterzijde van de apotheek.

We vertellen je graag hoe het werkt en bij welke medicijnen of hulpmiddelen de kluis geschikt is. Direct inschrijven? Laat het ons weten aan de balie of schrijf je meteen online in.



Service Apotheek Elderveld

Dordrechtweg 6, 6843 DM Arnhem

tel. 026 38113 66 • info@apotheekelderveld.nl

Direct inschrijven?

Ga naar: <https://www.serviceapothek.nl/>
elderveld of scan de QR-code.





Je bent van harte welkom bij
Jumbo Jansen Elderveld.

Elke dag gaan we voor
de beste service,
een groot assortiment
én euro's goedkoper!

Onze vriendelijke medewerkers
staan graag voor je klaar om je
te verwelkomen in onze winkel.

Bij Jumbo doen we er alles aan
om te zorgen dat lekker én gezond
eten voor iedereen betaalbaar is.

Tot snell!

JUMBO

Jansen Elderveld

Elderveldplein 12 · 6843 JA Arnhem