de Wijkkrant

November 2024 Nijmegen-Oost.nl



BAK 'N TAART !

MELD JE AAN Pag 2

Foto: Marc van Kempen, taart: ZOET

Doe mee met jouw mooiste, lekkerste of origineelste taart!

Heel Oost bakt!



Heel Nijmegen-Oost bakt taarten!

De Wijkkrant organiseert: 'Wie maakt de mooiste, lekkerste of origineelste taart?'

Op zondag 10 november kun je meedoen aan de 'Heel Nijmegen Oost bakt'-wedstrijd in het Stadstheater van Nijmegen -Oost. Bak een taart van minimaal 24 cm doorsnee en max een halve meter hoog.
Er zijn drie prijsjes voor volwassentaarten en voor kindertaarten altijd prijs.

Meld je aan vóór 6 november via redactie@nijmegen-oost.nl o.v.v. taarten. Maximum aantal bakkers is 20, dus wees er snel bij!

Ben je geen bakker, maar wel dol op taarten, kom dan jureren op zondag 10 november tussen 15.00 en 17.00 bij het Stadstheater Nijmegen-Oost aan de Coehoornstraat 22.

Foto: Simone Kiekebosch

Van de redactie

Elke keer staan we zelf weer versteld van wat er allemaal gebeurt in onze wijk! Een heel nieuw hotel geopend, een nieuwe theatergroep neergestreken, een bowlingcentrum dat na 50 jaar nog steeds bestaat. Buurtbewoners met bijzondere beroepen en vergeet vooral al die vrijwilligers niet! Daarom zijn we een nieuwe rubriek gestart: 'Leve de vrijwilliger'. Ben je zelf vrijwilliger? Meld je aan! Ook kleine zelfstandigen kunnen zich opgeven voor de populaire '5 vragen'. Wie weet komt een van onze redacteuren bij je langs en maakt de fotograaf een mooie foto!

Verder o.a. in dit nummer:

5 De Ommetjes waren weer heel bijzonder!

6 Coachhond Guusje spiegelt

De pilatusjuf van Cordium 10

13 Wie heeft Simone nu weer van de straat geplukt?

Van HBS-meisje tot Rebyl 15

16 De ballen rollen al 50 jaar bij Olround

Gottfried zoekt 'een jaar later' naar het fietsmaatje 21

25 Een nieuw theater in Oost

Zin in een kattendiscussie? 26

Prikkelende (gast)columns, nieuws van onze buurtondernemers en héél veel Wijknieuws

De kracht van bruggen bouwen



Heb je "Brug over de breuklijn" gezien - de tweedelige documentaire van wijkgenoot Sinan Can en Natascha van Weezel? Ontroerend mooi en schrijnend. We zien daarin ook onze Waalbrug, iconisch symbool voor de stad, bij de bouw in 1936 zelfs de grootste boogbrug in Europa.

Nederland is een land van bruggen: op elke 200 Nederlanders is er wel een brug. Maar in de politiek lijken nu veel bruggen verloren te gaan. Populisme en polarisatie zitten veel connecties in de weg…

In het Bosnische Mostar leefde de Kroatische kant van de stad in vrede met de Bosnische kant. Totdat de brug tussen beide stadsdelen weg werd gebombardeerd in 1993. Vanaf dat moment konden achterdocht en haat gaan groeien. Soms is daar maar iets kleins voor nodig.

Vrienden Leo en Noël liften in hun studententijd naar Noorwegen, om daar de wildernis in te trekken met een overbeladen rugzak. In hun trekkerstentje blijkt dat Noël slecht slaapt, omdat Leo nogal snurkt. Noël zegt niks om zijn vriend niet te kwetsen; hij kan er toch niets aan doen. Leo zit in de ochtend opgewekt bij de gasbrander om koffie te zetten, terwijl Noël met een wattig gevoel in zijn hoofd vergeet de afwas te doen. Leo is geïrriteerd: "Jij zou de borden toch afspoelen in de beek?" Na drie dagen krijgen ze onenigheid over de route en zegt Leo: "Dan nemen we elk onze eigen pad, ik heb toch niks aan jou!" Ineens haalt Noël fel uit: "Ik slaap slecht door jou, omdat jij snurkt!" Leo was twee jaar eerder op een schoolkamp al eens met bed en al uit de slaapzaal gezet tot grote hilariteit van zijn klasgenoten, die het sowieso al op hem gemunt hadden. Van een coach leerde hij daarna om ferm en vol zelfvertrouwen te zeggen: "Ik snurk nou eenmaal, take it or leave it!" Het komt er nu vrij bits uit. Vervolgens staat Leo op om alleen verder te lopen met hun gezamenlijke tent op zijn rug. Noël blijft een nacht verkleumd achter in de regen, voor hij bij een trekkershut aankomt, waar hij een paar dagen kan uitzieken. Ze zullen elkaar nooit meer spreken.

Zo makkelijk ontstaat dus een kloof, in plaats van een brug. Een brug vergt onderhoud, anders bladdert hij af en zakt hij in. Het gesprek moet gaande blijven, ook over de dingen die je dwars zitten…

Reacties? kor.goutbeek@gmail.com

Kor Goutbeek column

Leve de VRIJWILLIGER in Oost!



Nijmegen-Oost herbergt heel veel mensen die zich vrijwillig inzetten; van het voetbalveld tot de luistertelefoon. De redactie is benieuwd naar hun motivatie, passie of is het zingeving? Deze maand gingen we in gesprek met Tilly Jansen *(rechts op de foto)* en Riet van Dorst, beiden vrijwilligster op basisschool De Muze. Riet is er drie ochtenden te vinden en Tilly vier dagdelen per week.

Wanneer ben je gestart met vrijwilligerswerk? Tilly en Riet gingen bijna tegelijk met pensioen en beiden besloten om gewoon verder te gaan. Riet: "Ik ging er eerst niet vanuit dat ik terug zou komen en had een groot afscheidsfeest. Ik kreeg wel 200 bloemen. Het was heel ontroerend. Ik dacht toen: Wat een onzin om te stoppen. Op school werken is hartstikke leuk en ik ken dit vak goed. Voor Tilly was het wel duidelijk dat ze als vrijwilliger wilde doorwerken. "Ik ben pas later ingestroomd in het basisonderwijs en ik vind het nog steeds leuk om met kinderen te werken dus ben ik doorgegaan."

Wat maakt het leuk? Tilly twijfelt geen seconde: "De kinderen natuurlijk. Ze zijn vaak grappig en vinden de dikke aderen op onze handen fascinerend. Voor hen zijn we oma-juf. Wij zijn de twee oudjes. Het is leuk om het met zijn tweeën te doen." Riet vervolgt: "Ik denk ook nooit: waar doe ik dit voor? Toen niet en nu niet. Het is heel nuttig en leuk werk. En eigenlijk ben ik ook wel verslaafd aan de reuring en levendigheid op school. De school is net een kleine maatschappij, alles komt voorbij; scheiding, bruiloft, geboorte en de dood."

Doe je hetzelfde werk als toen? "We werken alle twee met kinderen die een extra uitdaging nodig hebben en/of bijgespijkerd moeten worden. Vroeger heette dat Remedial Teaching. Riet geeft daarnaast ook NT2 gericht op het verbreden van de woordenschat", vertelt Tilly.

Wat is voor jullie het verschil met het betaalde werk? Ze zijn het roerend eens: "Er drukt niks meer op je schouders. Het is een verschil van dag en nacht. Klassen met dertig kinderen en dan op drie niveaus les geven, vraagt nogal wat. En daar komen natuurlijk alle oudergesprekken, registratie etc bij. Nu hebben we meer tijd voor de kinderen. Daarnaast doen wij ook het Lief en Leed potje, we kleden de school aan bij projecten, én we mogen op kraamvisite. We gaan nu fluitend naar school. We hebben alleen de lusten en niet meer de lasten."

Tekst: Karin Veldkamp. Foto: Hans Hendriks

Opgeven voor deze rubriek kan via redactie@nijmegen-oost.nl

Jouw oproep ook op deze pagina? Log in en plaats zelf gratis! Prikbordadvertenties
Nijmegen-Oost.nl
Dé plek waar je alles vindt in en over Nijmegen-Oost

Prikbord

(Port-)wijnproeverij bij U thuis? Leerzaam maar vooral gezellig! Cave de Portugal, voorheen winkel Hengstdalseweg. 06-27005008

Heb je nog oud **DOKA - fotopapier** of zwart-wit-negatieven van Nijmegen-Oost op zolder en weet je niet wat u er nog mee moet? Fotograaf van de Wijkkrant komt het graag bij je ophalen. 024-3236098.

Conversatie Roemeens. Bună ziua! Hallo! Ik ben Mariama. Ik ben 34 jaar oud. Ik ben met 7 maanden naar Nederland gekomen, vanuit Roemenië. Ik ben geadopteerd door 2 lieve Nederlandse ouders. Ik woon zelf in Nijmegen. Ik zou graag mijn moedertaal Roemeens willen leren. Want ik ga graag naar Roemenië. Het zou fijn zijn om eenvoudige conversatie te kunnen voeren. Daarom ben ik op zoek naar een taalmaatje. Die mij op ontspannen manier de taal wil leren. burgersmariama @yahoo.com

---

Gezocht: opslagruimte, liefst omg. Nicolaas Molenaarstraat/Ubbergseveldweg. 06-045934237.

Tweepersoon slaapbank, z.g.a.n., nog nooit gebruikt. Licht blauw. Als bank 138 bij 68 cm. Voor 200 euro af te halen. 06-25032472

Binnenkort ga ik een natuurreis maken door Sri Lanka. Wie heeft er een **compacte verrekijker te leen?** Ik zal er zorgvuldig mee omgaan. 06 13460807

Hallo, wie gaat er zijn tuinsetje vervangen? Dan kun je me wellicht blij maken met je **tuinbankje, tuintafel, tuinstoelen**! Je kunt me mailen: tonburgers@kpnmail.nl.

Ik zoek het telpatroon van **kruisjesborduurwerk Leesplankje**: het oorspronkelijke "ouderwetse". Ik heb garens & borduurlinnen, maar imis het telpatroon. Ik hoef het alleen maar te lenen om te kopiëren. Telefoon: 06-2237 8857

Wij zoeken **iemand die goed kan schoonmaken** en die eens per twee weken 2u onze bovenverdieping schoon wil maken. € 15 per uur. 0654937072. Voicemail bij g.g.

Wie kan/wil eens per kwartaal de **ramen zemen** van de pui buitenkant? Uiteraard tegen vergoeding. Telefoon: 0243783048

Jonge aardbei-plantjes gratis af halen: JeanneS@chello.nl. Nu zetten en in het voorjaar aardbeien!

Wakker worden met de geur van versgebakken glutenvrij, tarwe-, spelt-, of volkorenbrood! Deze goed onderhouden **Philips broodbakmachine** doet z'n werk fantastisch! Hij heeft maar liefst 12 mogelijkheden, waaronder het maken van jam! Ik bied hem namens mijn buurvrouw, die gaat emigreren, aan voor 35 euro. 06 12861754

Elektr. piano Yamaha Clavinova CLP990. Aanslaggevoelig klavier, extra instrumentweergave, MIDI, versterker en ruim bemeten speakers. Hoofdtelefoonuitgang. Uitstekende staat, zeer weinig gebruikt. € 350,-. 024-3238 661

Ik ben Renske, 36 en op zoek naar **zelfstandige woonruimte** in Nijmegen (max € 1050 incl.). Kun jij helpen? rzandbrink@live.nl. De gouden tip wordt beloond met een cadeaubon voor Oortjeshekken!

Heeft u **jampotjes of kleine potjes van erwten/bonen?** Ik heb een overschot aan groene tomaten, wil graag chutney maken. Heb daar deze potjes voor nodig. U krijgt van mij een potje chutney! Dank u wel! Telefoon: 0625533040

Hulp gevraagd met overzettredes Statushouder Mehtap vraagt hulp bij renovatie trap met overzettredes.Het lukt hem niet om het zelf te doen of zelf betaalbare hulp te vinden. mhtpdtri82@gmail.com

---

Gezelligheidskoor De Daalse Nootjes gaat weer gezellige Nederlandse smartlappen zingen en Duitse schlagers op de maandagen 4-18 november in de Daalsehof van 19.30-21.30 uur

---

Sint en Roetveegpiet bij u thuis? Nog beschikbaar op zaterdag 7 december (middag of avond) voor de late Sinterklaasvierders. Prijs: € 60 voor 20 minuten. 06 24899076.

Met **badminton** kan je lekker uit je dak gaan bij onze gemengde gezellige club op vrijdag 17u-18.30u in sportzaal Bottendaal. Ervaring is wenselijk. Gratis proefdraaien? Mail: t.vandenhurk@xs4all.nl

---

Ik heb twee mooie **grote buxusstruiken** in de achtertuin staan. Als je ze zelf uitgraaft, mag je ze gratis meenemen. Interesse: maartenwolf60@gmail.com

---

Fraaie **ronde refurbisched licht eiken eettafel**, 140 cm, door meubelmaker in Elst vervaardigd. Poten gedraaid en los te schroeven. Overbodig geworden. Vraagprijs 175,-. Henk/Silvia, 0644464727

Net opgestarte **wandel groepje** zoekt mensen erbij die ook op zondagmorgen willen wandelen. 1x per 14 dagen, 1,5 - 2,5 uur/circa 6-12 km. marjo412@outlook.com

---

Illustrator en schrijver **Annelien van Daalen** uit Oost heeft nieuwe ansichtkaarten voor Sinterklaas en Kerstmis met de titel: Oh kom er eens kijken, Kerstengel en Sneeuwgans. Ook per 7 november nieuw prentenboek: Das zet door. www.annelienvandaalen.nl

---

Standhouder **kleine spirituele beurs** gevraagd op 9 november, bijv. zelfgemaakte jam, zeep, etherische olie, keramiek, schilderijtjes etc. etc. Niet commercieel, totaal 6 kramen. jmvw63@hotmail.com

---

Canon cartridges gratis af te halen wegens aanschaf andere printer: 1x 526 zwart, 2x 526 Y, 1x 526 C en 1x 526 M. 06-83924950

Trip naar Zuid-Spanje. Op 10 november vertrek ik met mijn camperbus (nu nog in verbouw) richting zuid Spanje. Ik moet daar de 19e zijn en zoek een leuk persoon die ook kan rijden die mee wil! Henk Kuiper. 0619048911

Dacia Duster winterbanden t.k. 5 winters gebruikt, in prima staat. € 450,- Te bekijken na tel. contact in Nijmegen. 06 27 217 006

Pfaff 90 naaimachine in zeer goede en degelijke staat. Met draagkoffer en al. Voetpedaal vernieuwd. Naaimachine was van coupeuse. Vraagpr. € 100,00. 0630942320

Diverse muiscassettes aangeboden voor 1 euro p.st., van Mozart tot REM en carnaval. 0618542534

Lattenbodem 80 x 200, 2 stuks, 15 euro. Telefoon: 06-40428266

Te koop een **Unico voortent Milaan** maat 14 omloop maat 975-1000. Inclusief Aanritsbare Petluifel 100 cm - Aanritsbare Dakluifel - Kuipgrondzeil - Gordijn - Aluminium frame - De tent is heel weinig gebruikt. Telefoon: 0625062865

Tuintafel (∅ 135) met 4 stoelen Gratis mee te nemen. Heeft onderhoud nodig (verf en olie) en enig herstel. 06-23063076

Ben op zoek naar culinair geïnteresseerden om een **kookclub te beginnen**. Vorm en inhoud zijn open, gewoon beginnen is het adagium.. 28herman@gmail.com

---

Voor maandag (overdag) en dinsdagochtend zoek ik een oppas voor mijn **hondje Fina**. Je krijgt er zeker een maatje bij. 0611050105

Kunstenaar Wil van Lamoen zoekt met spoed werkruimte in Nijmegen, liefst in Oost. telnr. 024-3224870 of 0642761386.

Literaire ontmoeting met **Franca Treur** 15 november Heilig Landstichting. Locatie: Dorpshuis de Bosduivel, Joanneslaan 4, Heilig Landstichting. Tijd: 19.30-21.30u, inloop 19u.. Kaartverkoop: € 10, incl. koffie/thee. Gelegenheid tot vragen stellen en signeren. Tickets via shorturl.at/pxcxz

---

Wij hebben een **fiets met lage, "zwanenhals-instap"** over, een Nederlandse fiets, merk Burgers. Voor 150 euro mag ie mee. Interesse? Bel met 06 42942422

Hippie Liederentafel nu ook 's avonds? De gezellige, gratis Liederentafel in mijn woonkamer is 'n paar keer per maand op dinsdagmiddag. Er zijn nu ook verzoeken voor 'n doordeweekse avond. Iedereen heeft een map en roept een lied - en dan gewoon lekker inzetten, altijd goed. Jaren 60/70-liedjes van Boudewijn de Groot, Simon & Garfunkel, Shaffy, Cohen, Earring, Beatles, Stones etc. etc. tonburgers@kpnmail.nl



PEDICURESALON
BERG EN DAL
Professionele voetverzorging
Marloes Geerken
Oude Kleefsebaan 65 - Berg en Dal
GUN JE VOETEN DE VERZORGING DIE ZE VERDIENEN
Bel voor informatie en een afspraak 06 – 50 61 74 42

Jouw oproep ook op deze pagina? Log in en plaats zelf gratis! Prikbordadvertenties
Nijmegen-Oost.nl
Dé plek waar je alles vindt in en over Nijmegen-Oost

Prikbord

(Port-)wijnproeverij bij U thuis? Leerzaam maar vooral gezellig! Cave de Portugal, voorheen winkel Hengstdalseweg. 06-27005008

Heb je nog oud **DOKA - fotopapier** of zwart-wit-negatieven van Nijmegen-Oost op zolder en weet je niet wat u er nog mee moet? Fotograaf van de Wijkkrant komt het graag bij je ophalen. 024-3236098.

Conversatie Roemeens. Bună ziua! Hallo! Ik ben Mariama. Ik ben 34 jaar oud. Ik ben met 7 maanden naar Nederland gekomen, vanuit Roemenië. Ik ben geadopteerd door 2 lieve Nederlandse ouders. Ik woon zelf in Nijmegen. Ik zou graag mijn moedertaal Roemeens willen leren. Want ik ga graag naar Roemenië. Het zou fijn zijn om eenvoudige conversatie te kunnen voeren. Daarom ben ik op zoek naar een taalmaatje. Die mij op ontspannen manier de taal wil leren. burgersmariama @yahoo.com

---

Gezocht: opslagruimte, liefst omg. Nicolaas Molenaarstraat/Ubbergseveldweg. 06-045934237.

Tweepersoon slaapbank, z.g.a.n., nog nooit gebruikt. Licht blauw. Als bank 138 bij 68 cm. Voor 200 euro af te halen. 06-25032472

Binnenkort ga ik een natuurreis maken door Sri Lanka. Wie heeft er een **compacte verrekijker te leen?** Ik zal er zorgvuldig mee omgaan. 06 13460807

Hallo, wie gaat er zijn tuinsetje vervangen? Dan kun je me wellicht blij maken met je **tuinbankje, tuintafel, tuinstoelen**! Je kunt me mailen: tonburgers@kpnmail.nl.

Ik zoek het telpatroon van **kruisjesborduurwerk Leesplankje**: het oorspronkelijke "ouderwetse". Ik heb garens & borduurlinnen, maar imis het telpatroon. Ik hoef het alleen maar te lenen om te kopiëren. Telefoon: 06-2237 8857

Wij zoeken **iemand die goed kan schoonmaken** en die eens per twee weken 2u onze bovenverdieping schoon wil maken. €15 per uur. 0654937072. Voicemail bij g.g.

Wie kan/wil eens per kwartaal de **ramen zemen** van de pui buitenkant? Uiteraard tegen vergoeding. Telefoon: 0243783048

Jonge aardbei-plantjes gratis af halen: JeanneS@chello.nl. Nu zetten en in het voorjaar aardbeien!

Wakker worden met de geur van versgebakken glutenvrij, tarwe-, spelt-, of volkorenbrood! Deze goed onderhouden **Philips broodbakmachine** doet z'n werk fantastisch! Hij heeft maar liefst 12 mogelijkheden, waaronder het maken van jam! Ik bied hem namens mijn buurvrouw, die gaat emigreren, aan voor 35 euro. 06 12861754

Elektr. piano Yamaha Clavinova CLP990. Aanslaggevoelig klavier, extra instrumentweergave, MIDI, versterker en ruim bemeten speakers. Hoofdtelefoonuitgang. Uitstekende staat, zeer weinig gebruikt. € 350,-. 024-3238 661

Ik ben Renske, 36 en op zoek naar **zelfstandige woonruimte** in Nijmegen (max €1050 incl.). Kun jij helpen? rzandbrink@live.nl. De gouden tip wordt beloond met een cadeaubon voor Oortjeshekken!

Heeft u **jampotjes of kleine potjes van erwten/bonen?** Ik heb een overschot aan groene tomaten, wil graag chutney maken. Heb daar deze potjes voor nodig. U krijgt van mij een potje chutney! Dank u wel! Telefoon: 0625533040

Hulp gevraagd met overzettredes Statushouder Mehtap vraagt hulp bij renovatie trap met overzettredes.Het lukt hem niet om het zelf te doen of zelf betaalbare hulp te vinden. mhtpdtri82@gmail.com

---

Gezelligheidskoor De Daalse Nootjes gaat weer gezellige Nederlandse smartlappen zingen en Duitse schlagers op de maandagen 4-18 november in de Daalsehof van 19.30-21.30 uur

---

Sint en Roetveegpiet bij u thuis? Nog beschikbaar op zaterdag 7 december (middag of avond) voor de late Sinterklaasvierders. Prijs: €60 voor 20 minuten. 06 24899076.

Met **badminton** kan je lekker uit je dak gaan bij onze gemengde gezellige club op vrijdag 17u-18.30u in sportzaal Bottendaal. Ervaring is wenselijk. Gratis proefdraaien? Mail: t.vandenhurk@xs4all.nl

---

Ik heb twee mooie **grote buxusstruiken** in de achtertuin staan. Als je ze zelf uitgraaft, mag je ze gratis meenemen. Interesse: maartenwolf60@gmail.com

---

Fraaie **ronde refurbisched licht eiken eettafel**, 140 cm, door meubelmaker in Elst vervaardigd. Poten gedraaid en los te schroeven. Overbodig geworden. Vraagprijs 175,-. Henk/Silvia, 0644464727

Net opgestarte **wandel groepje** zoekt mensen erbij die ook op zondagmorgen willen wandelen. 1x per 14 dagen, 1,5 - 2,5 uur/circa 6-12 km. marjo412@outlook.com

---

Illustrator en schrijver **Annelien van Daalen** uit Oost heeft nieuwe ansichtkaarten voor Sinterklaas en Kerstmis met de titel: Oh kom er eens kijken, Kerstengel en Sneeuwgans. Ook per 7 november nieuw prentenboek: Das zet door. www.annelienvandaalen.nl

---

Standhouder **kleine spirituele beurs** gevraagd op 9 november, bijv. zelfgemaakte jam, zeep, etherische olie, keramiek, schilderijtjes etc. etc. Niet commercieel, totaal 6 kramen. jmvw63@hotmail.com

---

Canon cartridges gratis af te halen wegens aanschaf andere printer: 1x 526 zwart, 2x 526 Y, 1x 526 C en 1x 526 M. 06-83924950

Trip naar Zuid-Spanje. Op 10 november vertrek ik met mijn camperbus (nu nog in verbouw) richting zuid Spanje. Ik moet daar de 19e zijn en zoek een leuk persoon die ook kan rijden die mee wil! Henk Kuiper. 0619048911

Dacia Duster winterbanden t.k. 5 winters gebruikt, in prima staat. € 450,- Te bekijken na tel. contact in Nijmegen. 06 27 217 006

Pfaff 90 naaimachine in zeer goede en degelijke staat. Met draagkoffer en al. Voetpedaal vernieuwd. Naaimachine was van coupeuse. Vraagpr. €100,00. 0630942320

Diverse muiscassettes aangeboden voor 1 euro p.st., van Mozart tot REM en carnaval. 0618542534

Lattenbodem 80 x 200, 2 stuks, 15 euro. Telefoon: 06-40428266

Te koop een **Unico voortent Milaan** maat 14 omloop maat 975-1000. Inclusief Aanritsbare Petluifel 100 cm - Aanritsbare Dakluifel - Kuipgrondzeil - Gordijn - Aluminium frame - De tent is heel weinig gebruikt. Telefoon: 0625062865

Tuintafel (∅ 135) met 4 stoelen Gratis mee te nemen. Heeft onderhoud nodig (verf en olie) en enig herstel. 06-23063076

Wij hebben een **fiets met lage, "zwanenhals-instap"** over, een Nederlandse fiets, merk Burgers. Voor 150 euro mag ie mee. Interesse? Bel met 06 42942422

Hippie Liederentafel nu ook 's avonds? De gezellige, gratis Liederentafel in mijn woonkamer is 'n paar keer per maand op dinsdagmiddag. Er zijn nu ook verzoeken voor 'n doordeweekse avond. Iedereen heeft een map en roept een lied - en dan gewoon lekker inzetten, altijd goed. Jaren 60/70-liedjes van Boudewijn de Groot, Simon & Garfunkel, Shaffy, Cohen, Earring, Beatles, Stones etc. etc. tonburgers@kpnmail.nl

---



PEDICURESALON
BERG EN DAL
Professionele voetverzorging
Marloes Geerken
Oude Kleefsebaan 65 - Berg en Dal
GUN JE VOETEN DE VERZORGING DIE ZE VERDIENEN
Bel voor informatie en een afspraak 06 – 50 61 74 42

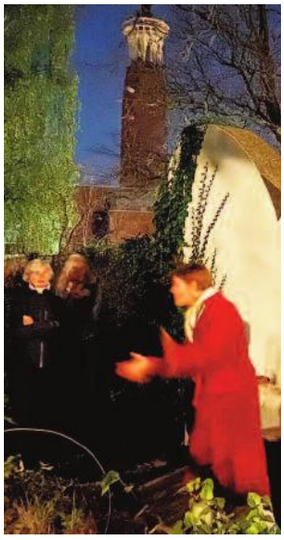
Ommetjes in Oost

Muziek en historische verhalen

Op zaterdagavond was het een drukte van belang in de straten van Oost, toen zowel in Hengstdal als in Altrade de jaarlijkse Ommetjes werden gehouden.

Bij Ommetje Hengstdal liepen een heleboel wandelaars mee met Gottfried en Henk voor een nachtelijk Ommetje Hengstdal.

Tekst en foto: Henk Horstink



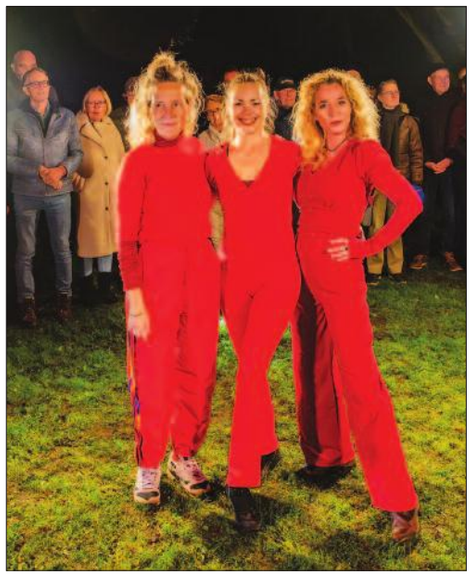
Op het terras van In de Kazerne aan de Molenveldlaan vertelde Gottfried hoe hij meer dan 25 jaar geleden met andere buurtbewoners serieus werd genomen voor goede restauratie, alleen ondergronds parkeren en keuze voor aansprekende nieuwbouw. Zo werd toen gekozen voor de bouw van de Wachters en de twee Hoven met meer dan 200 appartementen. In Hof Oost kregen sociale huurders toen in 2003 gelegenheid om met 44 huishoudens samen een Centraal woonproject te vormen, met gezamenlijkheid. Onlangs hadden ze daar met trots hun 20-jarig bestaan gevierd.
Zangeres Hannefloor *(foto)* illustreerde dat nog eens met een prachtig muzikaal verhaal van samenwonende poezen en kinderen.
De volgende etappe leidde naar de klassieke villa Gelders Hof uit 1855 aan de Postweg met prachtige Romeinse beelden en een mooie geschiedenis van rijke handelaar Bahlmann, vele militairen en goede hergebruikers als Kindergarden.
Op de Broerdijk kwam het verhaal over de Romeinen die hem lang geleden bouwden als onderdeel van een aquaduct voor de aanvoer van vers water over het Hengstdal. Ze hoorden ook over de buurtbewoners die vele jaren hebben geijverd voor een monument om dat onder de aandacht te brengen. Met de keuze van wijkbewoners in 2013 voor het ontwerp de Neptunusring (met de letters Aqua Castrorum Noviomagi) van Alphons ter Avest is dat helemaal gelukt. Rambling Pete van der Doef vulde dat (met zicht op Neptunusring) nog aan met een aantal prachtige Dylansongs.
Bij de Zonnebank met grote harten aan de Elzenstraat werd verteld over de droom van 22 enthousiaste huishoudens die daar waarschijnlijk volgend voorjaar als Elzendal.nl collectief gaan bouwen en samen wonen. Marian illustreerde dat weer met een prachtig mythisch verhaal over de ontdekking van tomaten en andere natuurwonderen.
Verder richting Café Jos, hoorden de wandelaars bij de leegstaande winkel ooit drogisterij Poelen aan de Daalseweg, het verhaal over de dramatisch mislukte liquidatie van een Duitse mol in september 1943.
Het leidde tot de arrestatie van 28 verzetsmensen en de moord op vijf van hen in juni 1944. In de verzetsheldenbuurt aan de Postweg zijn vijf straten naar hen vernoemd.
Tot slot vertelde Malu van Café Jos het slotverhaal over de geschiedenis ervan. Twee keer 'Beste café van Nederland' en vele jaren in de top tien met hun aanbod aan bijzondere bieren, andere dranken en gezelligheid. Daar gingen heel wat wandelaars ook van genieten en van troubadour Hans met zijn trommelende compagnon.

Waterval van Kunst en Cultuur

Het thema van Ommetje Altrade was dit jaar Waterval van Kunst en Cultuur in Oost.

Tekst en foto: Hans Hendriks

De start was in wijkcentrum de Daalsehof waar de deelnemers getrakteerd werden op muziek van Bob Dylan, gespeeld door Peter van der Doef. Nadat Doro Krol en Ton Hirdes het openingswoord hadden uitgesproken volgde een muzikaal intermezzo door Ravi en Mimoen Tarenskeen, een 7-jarige tweeling die 2 nummers speelden.
Er hadden zich 180 mensen aangemeld dus met een grote groep werd om 20.00 uur vertrokken naar kapper Argon ter Huurne. Hij heeft drie panden die op de werelderfgoedlijst komen. Hij vertelde over de geschiedenis en betekenis op dit stukje Daalseweg. De volgende halte was de begraafplaats aan de Daalseweg waar Bert Eggelaar vertelde over de geschiedenis ervan. De route liep vervolgens via het open atelier naar Theo Wanders van de Wanco, die vertelde over de veranderingen die de Daalseweg in de laatste decennia heeft ondergaan. De volgende halte was het Badhuis waar Froukje van Dooren ons vertelde over theater Horde en de komende programmering daarvan. Bij het verlaten van het badhuis kreeg iedereen een muziekinstrument (holle plastic buis) waar vervolgens met groot enthousiasme muziek werd gemaakt met de 'Heartbeats' een djembégroep onder leiding van Patrick Tromp. Heel interactief.



Tuk Melissen was de volgende en hij hield een pleidooi voor het bevrijdings-waterfront *(niet tot stof maar tot water zult gij wederkeren - zie zijn column elders in deze krant)* .Anton de Wildt gaf vervolgens een presentatie met dakpannen met teksten erop.
De familie Looijenga (die van het gebak) was de volgende. Nadat wat werd verteld over de historie van Looijenga, werd iedereen getrakteerd op een overheerlijk olie- of krentenbol, waarop de hele groep vertrok naar het volgende onderdeel, een dansperformance over "You must cultivate your own garden", wat zowel in figuurlijke als letterlijke zin geïnterpreteerd kan worden. Deze performance werd uitgevoerd door danscollectief MONK. Op de hoek van het Patersbosje droeg Harry v.d. Vijfeijke het gedicht Patersbos voor, speciaal ervoor gemaakt. Kor Goutbeek trakteerde ín het bosje op de anatomie en de geschiedenis van de taxus. Henk Rullman vertelde over het Pater Rubbenspad (over een pater en een verwisselde jas). Als laatste op het programma stond Daan Akkermans die vertelde over de geschiedenis van Buskens en het pand waar zij in huizen.
Een vol programma, inspirerend en erg leuk om mee te maken.
Een beeldverslag van deze avond kun je hier zien:
https://youtu.be/CsG484DsuUU



Van Miss Orange naar coachhond Guusje

Tekst: Betsie Vermeulen
Foto: Marc van Kempen

Nieuwsgierig bel ik aan bij Vivian van Tilborg. Bij binnenkomst gaat hond Guusje opvallend tussen ons in staan. Eerlijk gezegd voel ik me behoorlijk bekeken. Gelukkig weet ik dat Guusje kan coachen en vind dat waanzinnig boeiend. Heb veel vragen over hun relatie en samenwerking. We starten ons gesprek met daar waar het begon.

Vivian woont met haar gezin in Oost en is van huis uit kinderverpleegkundige. "Kinderen stelen mijn hart', zo vertelt Vivian liefdevol. 'In mijn werk zag ik hun puurheid, flexibiliteit en buigzaamheid. In hun ziekteproces berusten kinderen veel minder in de ellende dan volwassenen. Ze zijn gewoon kind en hun innerlijke drang om zich te ontwikkelen gaat altijd voorop. Hoe ziek ze ook zijn, nog diezelfde dag kunnen ze blij over een ziekenhuisgang fietsen. Het beroep heb ik altijd een warm hart toegedragen. Maar toen ik zelf kinderen kreeg, paste een andere werkkring beter. Ik werd docent bij de HAN/HBO-V binnen het specialistisch onderwijsprogramma rondom moeder- en kindzorg."

Guusje als huishond

"In die tijd wilden we graag een hond in ons gezin. Blij maar te impulsief verwelkomden we Beertje, een labradoedel. Later bleek dat ze van een broodfokker kwam, geen labradoedel was, ouder dan gedacht, totaal niet gesocialiseerd en veel afwijkingen had. Een jaar lang trainde ik met haar totdat de incidenten zich opstapelden en wij helaas afscheid van haar moesten nemen.
Daarna kwam zeer wel overwogen Guusje, een barbet oftewel 'Franse waterhond', ditmaal van een echte fokker. Barbets zijn ontzettende gezelschapshonden met dezelfde positieve eigenschappen die labradoedels hebben. Ik wilde graag een teefje, maar dat kon alleen als de fokster haar later mocht gebruiken om een nieuw nestje mee te krijgen. Ik vond dat een mooie gedachte. Zo kon ik bijdragen aan de instandhouding van een goed hondenras.

In het nest van Guusje waren vier teefjes. Mijn focus lag op die met het oranje halsbandje, 'Miss Orange'. Direct voelde ik een klik met haar, terwijl mijn zonen meer voelden voor 'Miss Purple'. Maar het was de fokster die zou kiezen, zij kende de hondjes het beste. Zij koos het meest rustige hondje dat een goede tegenhanger zou zijn in ons drukke gezin. Gelukkig was dat 'Miss Orange', omgedoopt tot Guusje.

Vanaf het eerste moment was Guusje erg op mij gericht. Onze verbinding is echt bijzonder. Ze ligt altijd aan mijn voeten en loopt me overal achterna. Het socialisatieproces verliep goed en we gingen al snel op training. Daar bleek Guusje een heel gehoorzaam huisdier dat goed te trainen was.
Een tijd later raakte ik in een burn-out en kreeg ik het advies om elke dag naar buiten te gaan. Dat deed ik, heb eindeloos met Guus gewandeld, knapte zienderogen op en onze band werd steeds sterker. Wanneer ik eraan dacht dat ik weer zou moeten gaan werken, sloeg de angst me om het hart. Dan zou ik hier afstand van moeten nemen en van onze twee-eenheid. Dit was voor mij het zaadje om te onderzoeken of er een mogelijkheid zou zijn om met Guus en mijn expertise andere kinderen, gezinnen te kunnen helpen. Ook mijn ervaring met ingewikkelde hulptrajecten van een van mijn zonen kon ik hierbij inzetten."

"Ik begrijp zoveel meer van wat Guusje me laat zien. Ze spiegelt mijn eigen gedrag terug naar mezelf en doet dat ook bij anderen"

Guusje als coachhond, mét sjaaltje

"Al snel vond ik het opleidingscentrum 'coachen met honden'. Vol passie bezocht ik een snuffelochtend waar zowel ik als Guusje - ook als duo - geschikt werden bevonden. In de zomer van 2023 ben ik begonnen met de opleiding en heb er veel geleerd. Ik begrijp zoveel meer van wat Guusje me laat zien. Ze spiegelt mijn eigen gedrag terug naar mezelf en doet dat bij anderen ook. Voorzichtig bouwen we samen - onder voorwaarden - coachervaring op. Guusje moet het leuk vinden en kan maximaal twee coachafspraken per dag aan. Sowieso kan ik besluiten om haar voor een coaching thuis te laten. Startvraag is altijd: 'Ga je met me mee?'

Voordat ik een coaching start, bestudeer ik de hulpvraag en bepaal mijn aanpak. De coachee (degene die gecoacht wordt - red.) maakt vooraf kennis met Guusje. Dit kan met knuffelen of aaien, net wat diegene wil. Dan knoop ik Guusje een sjaaltje om, voor haar hét signaal dat ze gaat coachen. Daarna draag ik de verantwoordelijkheid over aan de coachee maar Guusje en ik blijven in verbinding met elkaar. Het is de kunst om het dan te laten gebeuren en te weten dat het goed komt. Ik volg het proces van de coachee, begeleid de coaching maar corrigeer niet, grijp bij onveilige situaties wel in. Na afloop gaat het sjaaltje weer af en kijk ik samen met de coachee (met soms een ouder) terug op de coaching.

De hulpvragen zijn divers. Zo was er een meisje dat onzeker was over haar eigen kunnen, merkbaar in haar houding en uitstraling en ze had moeite om zich uit te spreken. Ze wilde dat verbeteren. In de oefeningen spiegelde Guusje haarfijn terug dat zij het meisje niet begreep en dus niets deed. Toen het meisje vertrouwen kreeg, dat uitstraalde en andere woorden uitsprak, deed Guusje het wel. Of de jonge vrouw die was vastgelopen in haar werk en geen nieuwe keuzes durfde te maken. Bij een oefening zette Guusje het op een rennen. Vervolgens renden en dolden ze samen langs het water. Bij een latere meditatieoefening ging Guusje heel dicht bij haar liggen.

Alles wat Guusje doet geeft informatie. Dat doet ze ook in ons gezin. Als het slecht met mij gaat, dan geldt dat ook voor haar. Als ik tegen haar zeg 'het komt goed Guusje' dan zie ik dat ze ontspant. We zijn echt een team."

Guusje Geluk in de toekomst

Daar ligt volgens Vivian de verrassing, de toekomst ligt open. "Overal heb ik zaadjes geplant en puzzelstukjes beginnen op zijn plek te vallen. Alles komt samen. Ik word heel blij en rustig van buiten in de natuur zijn, van het samenzijn met Guus en het contact met kinderen. Ik help ze graag en dan vooral daar waar het probleem zich voordoet: op school, thuis of ergens anders. Mogelijk kan ik Guusje ook inzetten bij studenten en hen stimuleren in hun ontwikkeling tot beroepsprofessional. Wat zou ik graag de werelden van kinderen, coaching, zorg en onderwijs bij elkaar willen brengen!"

Wil je meer weten over Guusje en Vivian, dan kun je contact opnemen via guusje@guusjegeluk.nl

Stip Oost

Even voorstellen: Zakaria van Stip Oost helpt u verder!

Openingstijden Informatie & Advies Stip Oost

PH7: Prins Hendrikstraat 7
ingang aan de zijkant

Maandag: 13.30 -16.00 uur
Woensdag: 9.30 -12.00 uur
Donderdag: 13.30 -16.00 uur

Of bel de **Stiplijn**: **024-3502000**

Wij van de Stip zijn er om u te helpen! Op maandagmiddag, woensdagochtend en donderdagmiddag staan we klaar om u te ondersteunen met informatie, advies of gewoon een goed gesprek. Maar wie zijn wij eigenlijk? Vandaag stellen we Zakaria aan u voor.

"Mijn naam is Zakaria, ik ben 39 jaar en ik ben geboren en getogen in Nijmegen. Mijn motto? "Oost West, Keizerstad the best!" In 2012 ben ik afgestudeerd als Sociaal Juridisch Dienstverlener en ik heb daarna acht jaar gewerkt bij de Gemeente Nijmegen in het sociaal domein. Ik wilde echter dichter bij de mensen in mijn stad staan, en daarom ben ik in 2020 overgestapt naar Bindkracht10 (De Stips).



Met een goed gevoel naar huis
Als maatschappelijk werker luister ik naar uw verhaal zonder oordeel. Of u nu een vraag heeft over uw rechten, ondersteuning nodig heeft bij moeilijke brieven, een aanvraag wil doen voor een kwijtschelding, bijzondere bijstand of gewoon een steuntje in de rug kunt gebruiken, ik help u verder. Soms kan ik meteen iets voor u betekenen, en soms verwijs ik u door naar de juiste plek. Hoe dan ook, ik zorg ervoor dat u met een goed gevoel weer naar huis gaat. Ook voor de kleine vragen in het dagelijkse leven sta ik voor u klaar.

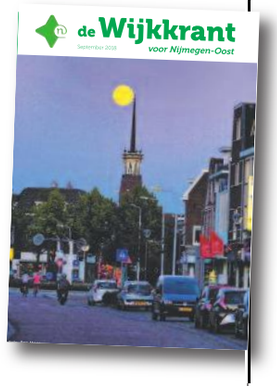
Geldzorgen
Wat mij erg opvalt is dat steeds meer mensen geldzorgen hebben of moeite hebben om hun administratie op orde te houden. Ik of een collega helpen u graag om weer grip te krijgen op uw financiën. We maken samen een overzicht van uw geldzaken, kijken of u nog ergens recht op heeft, ordenen de administratie en lossen samen eventuele schulden op. Dit doen we stap voor stap, en u krijgt een vaste contactpersoon. Zo staat u er niet alleen voor!

Gezondheid
De Stip kun je zien als een spil in het web in een samenleving waar het aanbod van hulp en dienstverlening zo versnipperd is, dat je soms zelf door de bomen het bos niet meer ziet. Heeft u zorgen over uw gezondheid of heeft u vragen die samenhangen met uw gezondheid? Wees ook dan meer dan welkom. Ik sta samen met mijn collega's voor u klaar, net als de koffie en de thee!"

Adverteren in de Wijkkrant?

1. De Wijkkrant is het meest gelezen maandblad in Nijmegen-Oost. Maandelijks bereiken we zo'n 30.000 wijkbewoners. En meer dan 6.000 wijkbewoners bezoeken elke maand de wijkwebsite: **www.nijmegen-oost.nl**.

2. De Wijkkrant en Wijkwebsite voor Nijmegen-Oost zorgen voor een leukere buurt en bestaan dankzij advertentie-inkomsten. Draag ook bij aan een prettige wijk! Doe jezelf en de wijk een plezier en adverteer in de Wijkkrant, al vanaf €50,-.
advertenties@nijmegen-oost.nl.



TE KOOP GARAGEBOX € 39.900,- k.k.
Berg en Dalseweg 131e Nijmegen



Kolmeijer
Makelaars & Taxateurs

024-3581284
info@kolmeijermakelaars.nl FUNDA

CAMPER-van MENES
CAMPERBOUW OP MAAT!
Daalsedwarsweg 18G, Nijmegen



Camperverhuur | Plaatsen en leveren van hefdaken, luiken en ramen
06-24208370 www.campers.menes.nl

Weesfietsen op Daalseplein

Het aanzien van Oost

Op het Daalsepleintje staat een twintigtal fietsen tegen elkaar. Nieuwe fietsen en oude fietsen, sportfietsen, omafietsen en een kinderfietsje. Ze staan allemaal op slot. Wat is hier aan de hand?



Tekst en foto:
René Pennock

Het is een rij weesfietsen, ook wel zwerffietsen genoemd. Daar houdt de gemeente niet van en verzamelt ze. Aan elke fiets hangt een label met op de ene kant de datum en het tijdstip waarop ze verzameld zijn en de datum en het tijdstip waarop ze verwijderd worden. De verwijderingsdatum is al met maanden verstreken.
Op de andere kant van het label staat de kop: 'Last onder bestuursdwang!' Ik studeerde taalkunde, maar ik zou niet weten wat dat betekent. En dan de tekst: 'Beste fietsgebruiker, Het is NIET TOEGESTAAN EEN (BROM)FIETS OP DE WEG OF OPENBARE PLAATS TE PARKEREN ALS DEZE NIET BIJDRAAGT AAN HET UITERLIJK AANZIEN VAN DE GEMEENTE.' (De hoofdletters zijn van het label). Mag je mooie fietsen wel overal neerzetten, maar lelijke fietsen niet? Verder staan er gewichtige wetsartikelnummers en dat je je fiets moet ophalen, anders wordt ie verwijderd en moet de eigenaar 10 euro betalen. Hoe de gemeente de eigenaren van de niet opgehaalde fietsen voor een boete denkt te achterhalen is een raadsel. Maar gelukkig: er staat ook bij hoe je bezwaar kunt aantekenen tegen deze gelegitimeerde fietsendiefstal.
Een aantal fietsen is, hopelijk door de eigenaren, al uit de rij gehaald, waardoor er nu een slordige stapel fietsen ligt. Alsof dat bijdraagt aan het uiterlijk aanzien van de gemeente.



Groene rijkdom in Oost

Klein groen, groot geluk

Dit is een nieuwe rubriek waarin kleine groenprojecten van wijkbewoners belicht worden. Het criterium: draagt het initiatief bij aan méér biodiversiteit, oftewel rijkdom aan planten- en diersoorten?



Kor Goutbeek

Naar aanleiding van mijn oproep voor kleine groenprojecten meldde Sophia Groters zich. Zij woont aan Koolemans Beynenstraat nummer 65 en heeft een ruime hoektuin. Zij stelt voor hier een buurttuin van te maken met een paadje dat een afsnijding vormt, maar waarbij je ook door een bloemrijke weide kan gaan lopen! Vlinderstruiken, klimop en een beukenhaag vormen al een goede basis voor een natuurrijke tuin. Er broeden volop huismussen in de kasten boven de tuin. Wie in haar buurt wil met Sophia meedenken over een inrichtingsplan of wat transpirerend tuinwerk doen om het gazon om te vormen? Als een deel van de royale stoep aan de voorkant wordt meegenomen is er ook kans op steun van de gemeente en de actie steenbreek! Bewoners van de Palestrinastraat, Gregoriusstraat en Koolemans Beynenstraat wordt vooral opgeroepen contact op te nemen via e-mailadres: sophiagroters@live.nl





Vijftig Twintig Zeventig

Tekst: Wilmy Smeets
Foto: Marc van Kempen

Turquoise en hout, dat zijn de hoofdkleuren in Pilatesstudio Pontanus van Désirée de Wijze. Het lijkt op het eerste gezicht een fitnessruimte, je ziet meerdere apparaten met trekbeugels en veren. Het valt op dat ze gedurende ons gesprek blijft staan. "In de studio sta ik altijd, dat vraagt mijn werk en is mijn tweede natuur."

Désirée is vijftig jaar dansdocent, heeft twintig jaar een Pilatesstudio en is onlangs zeventig geworden. 2024 is haar jubileumjaar. Je ziet meteen aan haar houding en manier van bewegen dat ze danseres is, ze spreekt enthousiast over haar vak. Ze volgde de dansacademie in Rotterdam, met specialisatie klassiek en jazzdans, en begon als jonge twintiger met lesgeven. In den beginne op contract bij de Nijmeegse school voor Danskunst en in gehuurde zaaltjes in en rond Nijmegen, tot in Cuijk en Grave. "Ik sjouwde mijn bandrecorder en draagbare platenspeler en platen mee in mijn auto, later werd dat een cd-speler met cd's." Ze opende met Leonie Kuiken een dansstudio in Nijmegen, Steps Dance center, daartoe verbouwden ze een oude kleuterschool. Ze gaf er jarenlang les en organiseerde voorstellingen, ook samen met andere dansscholen in Nijmegen. "We gaven klassiek, modern, jazzdans, tapdans en flamenco. Op een gegeven moment kwam aerobics op en daarin ontwikkelden we onze eigen vorm, die noemden we bodyline."

Na ongeveer 25 jaar lesgeven veranderde een acute hernia haar wereld. Ze kon niet meer lopen. "Ik kwam uiteindelijk terecht bij een orthopeed die gespecialiseerd was in behandeling van dansers en musici, hij verwees me naar de toen enige Pilatesstudio in Nederland, in Scheveningen. Elke week ging ik er heen, voor één uur persoonlijke les, bijna twee jaar lang. Ik herstelde, pakte mijn vak weer op, maar kreeg na een tijdje een tweede hernia. Nadat ik daarvan was hersteld, ook weer middels Pilatesoefeningen, wilde ik het roer omgooien." Ze besloot Pilatesdocent te worden. Pilates is ontwikkeld door de Duits-Amerikaanse Joseph Pilates en werd indertijd alleen in Amerika gedoceerd. "Ik reisde regelmatig naar Amerika voor trainingen en heb eind 2001 examen gedaan in New York", vertelt ze.

In Nijmegen bouwde ze de danslessen af en de Pilateslessen op. De bevlogenheid voor dans maakte plaats voor een andere bevlogenheid. Ik vraag haar naar de verschillen en overeenkomsten tussen dans en Pilates: "Dans is naar buiten gericht, expressie geven aan wat muziek met je doet. Pilates is naar binnen gericht, fysieke concentratie, het voelen van je lichaam, het moment, de plek waar je bent. Bij dans volg je de muziek en het precieze ritme, bij Pilates is de muziek als het ware aanwezig in je lijf, in het ritme van de ademhaling en de oefeningen." Volgens Désirée maakt Pilates je fysiek én mentaal sterk. "Pilates geeft balans tussen kracht, souplesse, rust en controle. Joseph Pilates noemde het daarom 'the art of contrology'", licht ze toe. "Eén van zijn quotes: 'it is the mind that guides the body'."
Pilates wordt gewoonlijk in een groepsles gegeven. Als het nodig is, bijvoorbeeld in geval van revalidatie, kun je een privétraining volgen. Het begon echter ooit omgekeerd: "Pilates was een voorloper en deed wat tegenwoordig een oefentherapeut doet. Hij begon met individuele training aan mensen om te herstellen van een blessure. Als je genoeg getraind was, kon je in een groepsles verder trainen."

Cadillac
Voor individuele training heeft ze een apparaat staan dat in de verste verte niet doet denken aan een luxe auto, maar toch zo heet, de Cadillac. Een groot toestel met verhoogde mat, veren en houten stokken en zelfs een trapeze, bedacht door Pilates vanuit een ziekenhuisbed. In haar studio geeft Désirée met haar team zowel groepslessen als individuele lessen. De lessen die ze geeft, werken ook op het soepel houden van je bindweefsel, zogenaamde fascia-training. "Je bindweefsel is een lichaamswijd netwerk, dat sterk en soepel moet blijven. Veel bewegen helpt dan om het soepel te houden", legt Désirée uit.
Met haar jarenlange ervaring vraag ik haar welke ontwikkelingen ze ziet in de afgelopen vijftig jaar. "Vroeger was dans meer gericht op aftrainen en werd de adem meer vastgehouden. Nu is er oog voor ademtechniek, als je bewust ademt, kun je beter bewegen en krijg je minder spierpijn. Verder zie ik dat het eenzijdig gerichte trainen op alleen kracht toeneemt. Dat is niet wat het lichaam nodig heeft, vind ik, dat heeft 'stretch' én 'strenght' nodig. Ook zie ik dat het steeds normaler wordt bij jongeren om weinig te bewegen, door bijvoorbeeld de opkomst van de e-bike en de fatbike. Dat weerhoudt om dagelijks te bewegen, bijvoorbeeld van thuis naar school."

"Dans is naar buiten gericht, expressie geven aan wat muziek met je doet. Pilates is naar binnen gericht"

Désirée is nog volop bezig met haar werk. "Ik houd van de wisselwerking in mijn vak. Zowel het lesgeven als het zien van bewustwording bij klanten geeft me veel voldoening." Ze danst wekelijks in een balletstudio in Hatert met leeftijdgenoten en een groepje oud-docenten. "Van zelf lesgeven naar zelf in de les staan", vertelt ze lachend.

Désirée is de dochter van Louis de Wijze, overlevende van de Holocaust. "Vanuit een moeilijke situatie kun je weer iets moois opbouwen, leerde mijn vader me." Haar Pilatesstudio in de Pontanusstraat is vlak bij het huis van haar grootouders, waar ook haar vader heeft gewoond. "Thuiskomen met een rouwrandje", zegt Desirée daarover.

www.pilates-nijmegen.nl

Oostgenoot schrijft inspirerend boek: 'Van pion naar speler'



Jules Pieters nodigt je uit om de waarheid te ontdekken die je diep van binnen al kent. Dit boek biedt inzicht in de krachten die ons vaak vasthouden in vermoeidheid, ontevredenheid en destructieve patronen zoals relatieproblemen en verslavingen. Jules inspireert je om de controle over je leven in het heden te nemen. Met persoonlijke anekdotes, eenvoudig te volgen inzichten en praktische handvatten laat Jules zien hoe hij obstakels heeft overwonnen en levenslessen heeft geleerd via zowel traditionele als alternatieve paden zoals universitaire scholing, Vipassana en Vision Quests. Hij helpt je om oude conditioneringen te doorbreken en nieuwe, gezonde gewoonten te vormen die gebaseerd zijn op bewustzijn en zelfredzaamheid, en zo het bereiken van autonomie en vrijheid, waarbij je leert kiezen met een helder verstand, een verbonden hart en een innerlijk kompas. Verkrijgbaar bij de grotere boekhandels in Nijmegen en ook bij Primera aan Dommer van Poldersveldtweg in Oost. uitgeverijdeijsvogel.nl/van-pion-naar-speler/#top

VANNATURE

fair, biologisch, lokaal

Dé biologische speciaalzaak,
met de lekkerste seizoensproducten
van boeren en bakkers uit de omgeving...



mét Gratis Parkeer Plaatsen

Gerard Noodtstraat 135 - Nijmegen
mét Gratis parkeerplaatsen

www.VanNature-Nijmegen.nl

OP ZOEK NAAR EEN
NIEUWE OF GEBRUIKTE FIETS?

BEKIJK ONLINE
ONS ASSORTIMENT



www.wheelstweewielers.nl

Betrouwbaar I Kwaliteit I Service

Autoservice Kuijpers

Lid van: BOVAG

Onderhoud voor alle merken auto's
Reparatie, Airco, APK en Schade
024-3733795 / www.autoservicekuijpers.nl
Berg en Dalseweg 432, Nijmegen,
bij tankstation Tinq

Kleurrijke wollen kleding voor dames



100% Donegal tweed

Nederlands specialist in wollen kwaliteits knitwear

Scottish pimpernel

Van Broeckhuysenstraat 28 Nijmegen Di t/m za: 10.00 - 17.00 uur

Van Halewijn Coaching

- Ervaar je prestatiedruk, overbelasting, sombere gevoelens, gevoelens van stress of andere zaken?
- Of heb je het idee vast te lopen in je werk, studie, relatie(s), of op het gebied van persoonlijk welzijn?
- Ben je toe aan een nieuwe stap of uitdaging in je carrière of persoonlijke ontwikkeling, maar weet je niet waar te beginnen?

Ik help jou graag met dát duwtje in de rug om jezelf weer in evenwicht te krijgen en je balans te vinden!

Samen aan de slag met jouw uitdagingen en/of dilemma's!



Bij interesse en/of vragen, neem gerust contact met mij op:

E-mail: vanhalewijn.coaching@outlook.com
Mobiel: 06 33773132

Voor meer informatie over mijn visie als coach en ervaring verwijs ik je graag naar mijn website:

www.vanhalewijncoaching.nl

Een serie van interviews met mensen die we tegenkomen op straat.

van de straat

Naam: Kitty de Graaf
Leeftijd: 64 jaar
Gezinssituatie: alleenstaand

Hoe lang woon je al in Nijmegen-Oost? "Zeven jaar. Ik ben geboren in Kampen als laatste in een gezin van negen kinderen. Mijn vader was kapitein in het leger en daarom zijn we vaak verhuisd. We zijn blijven hangen in Hatert. Daarna ben ik naar Neerbosch-Oost gegaan en nu woon ik alweer zeven jaar in de Sweelinckstraat. Mijn vader was indertijd gelegerd in de Hendrikkazerne en nu woon ik daar om de hoek. Grappig hè? Mijn dochters (dertigers) wonen gelukkig ook in de buurt."

Hoe bevalt het hier? "Heel goed. Ik heb goede contacten met de buren. Met de overbuurvrouw ben ik echt vriendinnen geworden. En ik spreek veel mensen op straat, omdat ik mijn hond Lizzy (7 jaar) moet uitlaten. Vaak ga ik naar het bosje op het Limosterrein. Ik rij met een scootmobiel en ik vind dat mensen vaak heel attent zijn. Ze bieden aan om te helpen bij de Albert Heijn bijvoorbeeld. Ik weet niet of dat typisch voor deze buurt is, maar dat is wel prettig. Ik heb ook wel eens gedacht aan een woning met alle kamers gelijkvloers, maar ik wil dit buurtje niet uit. Ik ga hier niet meer weg."

Wat doe je in het dagelijks leven? "Vroeger werkte ik op de financiële administratie van de NUON en ABN. Daarna heb ik veel vrijwilligerswerk gedaan, onder andere bij de dierenbescherming en de hobbywerkplaats. In 2004 kreeg ik een hartstilstand en daardoor kreeg ik allerlei fysieke klachten. Dat was een moeilijke tijd. Door veel met mensen te praten en afleiding door vrijwilligerswerk ben ik uiteindelijk toch in een acceptatieproces gekomen. Nu wandel ik met de hond, kijk televisie, ga geregeld buurten bij mensen en werk wat in de tuin."

Wat zou je willen veranderen aan je leven? "Ik had er toevallig nog over met de overbuurvrouw deze week. Ik fantaseer wel eens over een boerderijtje in Zuid-Spanje. Lekker weer, wat honden en katten, een ezel, en met wat mensen die voor elkaar zorgen. Of overwinteren. Ik heb een hekel aan de winter en dan vooral aan regen. Tja, een hond…. Het mogen ook wel de Malediven zijn, haha."

Favoriete eten? "Stamppotjes, met heerlijke vleesjus en een stukje suddervlees. Of boerenkool of zuurkool met spekjes."

Favoriete serie? "Ik kijk HBO of Videoland. Game of Thrones is mijn favoriet. Een goed fantasy verhaal. En als ik hiernaar kijk, ben ik blij dat ik niet in de middeleeuwen leef!"

Favoriete muziek? "Ik heb een uitgebreide Spotify lijst van zo'n 700 muzieknummers. Dat gaat van soul, funk tot disco op z'n tijd. Van Kane, de oude André Hazes tot Coldplay."



Tekst: Simone Kiekebosch
Foto: Gerard Verschooten

Jouw zakelijke aanbod ook hier? Voor €12,50 incl. btw
Prikbordadvertenties
Nijmegen-Oost.nl
Met 'n paar klikken en iDeal ben je klaar!

Zakelijke advertenties

De Grote Nostalgieshow: samen herinneringen ophalen door oude tv fragmenten. Van Pipo tot songfestival. Geschikt voor privéfeesten, buurthuizen of verzorgingstehuizen. Kijk op www. muziquest.nl of bel Simone 06-15500129

Fysio- en Manuele Therapie/Haptotherapie. Gespecialiseerd in complexe aandoeningen aan het bewegingsapparaat. Uitgangspunt is het opsporen van verstoorde bewegingsketens en die met gerichte oefeningen actief weer herstellen. leondeswart.nl. 0614528777

Uw levensverhaal, beknopt of gedetailleerd, via interviews uitgebracht als mooi boek, in kleine oplage voor uw eigen kring. Een uniek en waardevol document. Anna Bakker schrijft bewonersportretten voor deze Wijkkrant én, in opdracht, levensverhalen. 06-22363599 / levensverhalen.nu

---

Schrijvers! Kom schrijven. Vind inspiratie. Laat je werk lezen en bespreken in een vaste kleine groep. Leer je schrijfstijl kennen en verbeteren. 2025 start nieuwe groep. www.schrijfschoolnijmegen.nl

---

Websitebouw. Bent u uw eigen bedrijf gestart of wilt u meer met uw hobby doen en heeft u nog geen website? Neem de stap naar professionalisering en laten we eens vrijblijvend uw wensen doornemen. marcvankempenfotografie.nl Uw website wordt zo gebouwd dat klanten u snel gaan vinden.

Deze **Wijkkrant** is vormgegeven door A-Formaat, grafische vormgeving voor papier. Tijdschrift, boek, krant laten maken? Redactiewerk? tonburgers@kpnmail.nl

---

Ondersteuning bij Erven en Nalaten. Hulp bij het afwikkelen van een erfenis of het voorbereiden van je eigen nalatenschap. Bel of mail me om te sparren over een (levens)testament, executeur, erfbelasting, etc 0622795122, annet@bojang.nl

---

Zoekt u een rustige praktijk/werkkamer?
Flexibel/structurele huur mogelijk in rustige kantoor/praktijkgebouw met wacht ruimte. Centraal in Nijmegen-Oost bij UMC-Radboud en HAN. Wilt u komen kijken? Via 06-29044309 kunt u een afspraak maken.

Wasgoed weg strijken. Heeft u geen tijd voor of zin in strijken? Ik neem het graag van u over. Ik kan uw wasgoed halen en brengen tegen benzinekosten. U kunt het ook zelf brengen en ophalen. Telefoon: 0630233532

Expositie Lindy de Jong.
Acryl en Zandschilderijen.
H.Dominicuskerk Prof. Molkenboerstr 7- 9 Nijmegen.
Opening: 9 en 10 november.
Telefoon: 0634833497
www.lindydejong.nl

Tibetan Holograms Organic Flow Uniek! maak kennis met THOF ® zoals onderwezen door Mundo Armonia. Een methode om snel en direct bij de oorzaak van je probleem te komen en op energetische wijze op te lossen. Tel. 0611452378 Lina
Telefoon: 0611452378

Ik zoek een **stalling voor mijn motor**. Heb je in garage of schuur 2 a 3 m2 over voor mijn motor? Tegen redelijke vergoeding. Desnoods alleen zomerperiode. Betrouwbare verhuurder mag gerust een ritje maken. Zondagsrijder, Trees (61 jaar). Telefoon: 0624690150

AvP Erwtensoepactie voor Stichting Straatmensen tijdens 7H-loop

Op zondag 17 november is het weer zover en zal de jaarlijkse Zevenheuvelenloop weer worden gehouden. Oecumenische werkgroep diaconie AvP/Maranatha: "Traditiegetrouw hebben wij dan ook weer onze erwtensoepactie! Dat houdt in dat zelfgemaakte erwtensoep, koffie en thee zal worden verkocht en de opbrengst bestemd is voor de Stichting Straatmensen. Die is elk jaar erg blij met onze opbrengst, daardoor zijn zij in staat thuis- en daklozen de nodige keren een warme maaltijd voor te zetten. Dus bent u loper of bezoeker, u bent van harte welkom op het kerkplein van de Antonius van Paduakerk aan de Groesbeekseweg 96-94, van 12.00 - 16.00 uur, voor overheerlijke erwtensoep en een rustmomentje. U kunt er ook met QR-code betalen. *Foto: hopelijk wordt het beter weer... ;)*



Gerard Hutting gastcolumn

Ongekend spelplezier

Haar aanstekelijke lach klatert elke avond over het veld. Dwars door de gesloten ramen heen dringt haar schaterlach onze huiskamer binnen. Om haar beter te kunnen horen zetten we de schuifdeur open, ook al staat de koude wind erop. Zoveel grenzeloos spelplezier, daar wil je optimaal van meegenieten.
Jaartje of acht zal ze zijn. Haar kleinere zusje is er ook vaak bij, maar kan qua snelheid en behendigheid niet tippen aan onze wervelwind. Hun moeder zien we nooit. Wel is hun vader er altijd bij, soms met twee/drie andere mannen. Allemaal eind dertigers, zo te zien. Sportief ogend, goed verzorgd. Je hoort ze bijna niet, af en toe wat klanken. Duidelijk geen Nederlands. Arabisch? In elk geval een taal die ik niet ken.
Razendsnel is ze. Op korte afstand rent ze alle mannen eruit. Dan schatert ze het hardst, vooral als ze de bal heeft. Haar balvaardigheid is ongekend voor zo'n jong kind. Het lijkt wel of de bal aan haar voeten vastgekleefd zit, of ze ermee geboren is. En als ze de bal niet heeft weet ze die binnen de kortste keren te veroveren. Voor haar vader of de andere volwassen mannen toont ze op het veld geen
enkel ontzag. Als die denken de bal rustig aan te kunnen nemen of te dribbelen duikt zij er behendig voor. Of wriemelt tussen de lange benen door. En steeds weer rent onze stuiterbal er met de bal vandoor, het uitgierend van de pret.
Een goede pass geven over dertig meter lukt nog niet, daarvoor heeft het meisje nog te weinig kracht. Maar over kortere afstanden komen de ballen loepzuiver aan. De bal stoppen? Moeiteloos, maar het liefst schuift ze de bal meteen door naar een medespeler. Zien we hier een aanstormend toptalent, een Lieke Martens in de dop? Als ik NEC-scout was wist ik 't wel…

Haar vader geeft haar alle mogelijkheden. Voetbalt met haar, doet ook andere balspelletjes, rent met haar, duwt haar op haar fietsje vooruit (toppunt van jolijt!). Als hij voetbalt met de andere mannen betrekt hij haar er vaak bij. Zo niet, dan doet zij dat zelf wel. Handig en zelfverzekerd. Idem als ze gaan volleyballen.
Hij oefent met haar individueel zowel bovenhandse als de onderhandse technieken. En zij zuigt alle adviezen gretig op. Een genot om naar te kijken. Haar schaterlach hoor je dan amper.
Naar het fitnessterrein bij het grasveld? Oh ja, leuk, spannend, uitdagend. Ze bungelt enthousiast aan de rekstokken en soepeltjes maakt ze de ene duikeling na de andere. Joehoe!

Na een uurtje verlaten ze het Limospark weer. Gehoorzaam gaat ze mee. Nooit hoor je haar klagen, nooit hoor je haar zeuren. Ik denk dat ze teruggaan naar het AZC.

Ondernemer in Oost

Van leslokaal naar **** hotelkamer



Anna Bakker
Foto: Marc van Kempen

Dat imposante statige gebouw, ietwat verscholen achter twee dikke rijen platanen. Als puber passeerde Guus Arts het dagelijks - op de fiets - op weg naar de middelbare school, die hij vanuit zijn woonplaats Balgoij bezocht.

Anno 2024 ligt dat monumentale gebouw aan het Vierdaagseplein weer op zijn weg. Maar nu om er de positie van general manager te bekleden van een tot 'Rebyl' gerenoveerd en gemoderniseerd hotel. In de vijf voorafgaande jaren waren er door andere partijen al pogingen gedaan het voormalige schoolgebouw een hotelfunctie te geven, die plannen waren jammerlijk gestrand.

Afgelopen 15 oktober, de dag van de opening, ontving Arts de eerste gasten voor een 4-sterren-overnachting. Daar ging wel ruim twee jaar ontwerpen, ontwikkelen en verbouwen aan vooraf. Waaruit wel mag worden aangenomen dat de projectontwikkelaar van meet af aan rekende op een goede bezetting van de 97 kamers die hij creëerde. Op zakelijk gebied blijkt er vraag te zijn, en dan ook om wat langer te kunnen blijven, licht Guus Arts toe, expats voor de wetenschap of techindustrie bijvoorbeeld. Daarop is ingespeeld door kamers aan te bieden met een klein keukentje, te zorgen voor vergaderruimte en fitnessruimte onder hetzelfde dak. Maar het hotel rekent ook op een aanzienlijke bezetting van mensen die hun vrije tijd in de omgeving doorbrengen. Bezoekers van concerten in de Vereeniging of het Goffertpark en sowieso wandelaars en natuurliefhebbers die de omgeving doorkruisen. Wat dat betreft, heeft het hotel alvast twee bezettingspieken in zicht. Want hoe dicht bij de start kun je je schoenveters vaststrikken voor de 4Daagse en Zevenheuvelenloop?



Voor inspiratie wat betreft concept en vormgeving hebben de plannenmakers niet ver hoeven te zoeken. Het lag onder hun neus, het gegeven van de oorspronkelijke functie van het gebouw, de eerste HBS-meisjesschool in Nijmegen uit 1922, later. Een ontmoeting met een aantal oud-leerlingen - niet van de eerste lichting - leverde het nodige gegniffel, sterke en ondeugende verhalen op, zo braaf waren ze zeker niet allemaal geweest, nee, eerder op het rebelse af! En daar lag dus, in combinatie met een zekere faam van de stad Nijmegen, de nieuwe naam: The Rebyl. De inrichting van het interieur was vervolgens een kwestie van het vasthouden van alle waardevols in het pand, zoals vloeren, tegels, nisjes en andere details en verder goed beschouwen door welk kleurenpalet stadsarchitect Weve zich had laten leiden.

De toch wat gesloten aanblik van het pand is door het plaatsen van 2 glazen volumes wat meer open geworden en biedt zo een kijkje binnen in het sport- en horecagedeelte. Een uitnodiging naar de wijk om ook eens het glas te komen heffen of een hapje te eten.

Het hotel is aangesloten bij de wereldwijde keten Marriott. Met die internationale allure onderscheidt het zich en wil tegelijkertijd ook voldoen aan de verwachtingen die passen bij de vaste mondiale standaard die het biedt. Met een bijpassend volume. Wat niet direct altijd aansluit bij de kleinschaligheid van Nijmegen-Oost. Toch geeft het bedrijf aan waar het kan - zoals voor het drukwerk - wél met lokale leveranciers te willen werken. Wat werkgelegenheid betreft, ligt dat aandeel anders. "70% van het personeel komt te voet of met de fiets!", vertelt Arts trots. Die fiets is dus nog steeds wel in beeld.

In de kelder van het pand staan dan ook geduldig twee rekken vol splinternieuwe exemplaren te wachten op de hotelgasten.



Tekst: Marjon Spoorenberg
Foto: Gerard Verschooten
Archieffoto's: eigen foto's

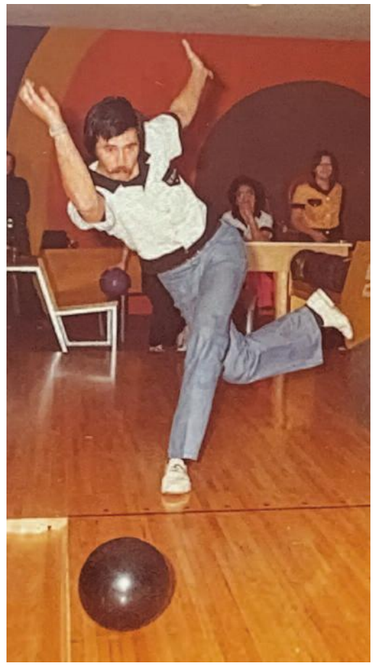
50 jaar Olround Bowlingcentrum

Iedereen in Nijmegen en zeker mensen in Nijmegen-Oost kennen Olround Bowlingcentrum aan de Heyendaalseweg. Want menigeen is daar wel eens gaan bowlen, als kind, student, met een bedrijfsuitje of familie. In september jl. bestond het Bowlingcentrum 50 jaar.

Hoewel de Gelderlander hier al aandacht aan had besteed, kon een artikel in de Wijkkrant toch ook niet uitblijven. Op een druilerige woensdagmiddag in oktober heb ik een gesprek met de eigenaar Bas van Oldenborgh en zijn zoon Gijs. Na het gesprek krijg ik een rondleiding door het bedrijf. We nemen een kijkje achter de bowlingbanen om de werking van de machines te zien die de pins weer automatisch op de banen zetten. Ook laten ze mij Prison Island zien (waarover elders in dit artikel meer), waar ik me stevig moet vasthouden in een cel met een hellende vloer, om niet om te vallen.

Familiebedrijf
Bas en Gijs beginnen enthousiast, bladerend door oude foto's, te vertellen over dit familiebedrijf dat begon met hun ouders, respectievelijk grootouders Ben en Els Oldenborgh. Zij namen in 1973 het initiatief voor een bowling- en kegelcentrum aan de Heyendaalseweg. Ben had zijn schoonmoeder zien bowlen in Haarlem en dacht: 'dit wil ik ook in Nijmegen'. Bas van Oldenborgh nam 25 jaar geleden het bedrijf van zijn ouders over, inmiddels is zijn zoon Gijs ook toegetreden tot het management en is de derde generatie binnen Olround een feit. Olround heeft ook nog een vestiging in Utrecht en Maastricht.

Vader en zoon
De samenwerking tussen Bas en Gijs is heel erg goed, ze hebben ieder zo hun eigen taken. Bas houdt zich nu voornamelijk bezig met de uitbreiding en ontwikkeling van het bedrijf. Gijs is nog maar net toegetreden tot het bedrijf. Hij heeft de Hogere Hotelschool gedaan, maar koos toch voor het bedrijf van zijn vader. "Ik dacht, ik kan wel in een hotel gaan werken, maar laat ik dit eerst eens proberen. Bevalt het niet, dan kan ik altijd nog veranderen. Het verschil met de werkzaamheden bij Olround en een hotel is ook weer niet zo heel erg groot. Mensen blijven bij ons weliswaar niet overnachten, maar ook hier moet je klantvriendelijk en servicegericht zijn. Je bent eigenlijk continu bezig om het de klanten naar de zin te maken, want je wilt natuurlijk dat ze terugkomen. Ik moet nog veel leren en daarom loop ik de eerste tijd



nog mee als assistent-bedrijfsleider. Ik ga mee naar de andere vestigingen, loop rond en spring bij waar het nodig is. Daarnaast regel ik de planning, maak het rooster en help in de bediening." Gijs is in ieder geval heel erg enthousiast om er iets van te maken en zijn vader is reuzetrots op hem.

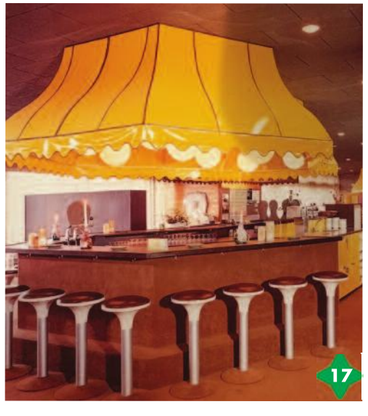
Van stoffig naar hip imago
In de basis is Olround misschien niet veel veranderd. Je kunt er nog steeds heel gezellig bowlen en eten. Het interieur is weliswaar verschillende keren aangepast, maar de gele lampenkappen van vroeger hangen er nog en die blijven voorlopig ook hangen. Gijs vindt ze iconisch en wil dat ze ook voor de toekomst bewaard blijven.
Veel ouderen zullen zich ook nog wel herinneren dat vroeger de scores werden bijgehouden op een scoreformulier, maar dat heeft jaren geleden al plaatsgemaakt voor een automatische scoreverwerking.
Het publiek is al die jaren hetzelfde gebleven: kinderen, jongeren, ouderen, senioren, bowlen is voor iedereen. "Wat wel al een aantal jaren aan de gang is, is het grote percentage studenten dat komt bowlen", vertelt Bas. "Het leuke is dat studenten eerst bij ons komen werken, later met hun vrienden komen bowlen en vervolgens weer later met hun gezin terugkomen. Vroeger had bowlen nog een beetje een stoffig imago, maar nu is het een hip uitje geworden.

Waar vroeger de kegelbanen lagen is Prison Island in de plaats gekomen. Deze nieuwe activiteit startte net voor corona en was vanaf de start een groot succes. Veel bedrijven, maar vooral de universiteit en ziekenhuizen vieren hier hun bedrijfsuitje."

Prison Island
Prison Island bestaat uit een gevangenis met 32 cellen met verschillende spelletjes op het gebied van behendigheid, kennis en fysieke vaardigheden. Geen escaperooms waarbij deuren op slot gaan, maar simpelweg leuke spelletjes waarbij de samenwerking in team, gezin of collega's leidend is voor het succes, plezier en hoge score.
Ben je klaar met bowlen of de spelletjes in het Prison Island, dan kun je ook altijd nog een hapje en drankje gebruiken in het restaurant. Je hebt de keuze uit verschillende menu's.

Vertrouwen in de toekomst
Bas en Gijs zijn druk bezig met plannen voor de toekomst. Er zijn plannen voor een nieuwe voorgevel en afgelopen zomer is het terras en de tuin totaal vernieuwd. Onlangs kocht Olround ook samen met de GGD de parkeerplaats achter de bowling om de toegenomen parkeerdruk het hoofd te kunnen blijven bieden. De omgeving van Olround zal wel gaan veranderen, want op de plaats waar nu de garage en het tankstation staan zijn woningen gepland. Bas en Gijs zien de toekomst met vertrouwen tegemoet, als het aan hen ligt, bestaat Olround over 50 jaar nog!
Heb je zin in een avondje uit en wil je ook eens gaan bowlen met vrienden, familie of met het bedrijf, dan ben je in ieder geval van harte welkom bij Olround.

Meer informatie: www.olroundnijmegen.nl



HAPTOTHERAPIE NIJMEGEN

LEKKER IN JE VEL DOOR HAPTOTHERAPIE
Beter in contact met uw lichaam en uw gevoelens. Middels gesprekken, de aanraking en ervaringsgerichte oefeningen. De praktijk richt zich op volwassenen en jongeren vanaf 12 jaar.
Is toepasbaar bij:
- Stress-, angst- en spanningsklachten
- Overbelasting, burn-out
- Gebrek aan zelfvertrouwen
- Psychosomatische klachten zoals hoofdpijn, hyperventilatie, buikpijn
- Chronische pijnklachten
- Emotionele blokkades (verdriet, boosheid)
- Problemen met het verwerken van verlies, trauma en ziekte
- Intimiteits- en seksualiteitsproblemen
- Relatieproblemen



Anita van Raak voor haptotherapie, seksuologische hulpverlening en relatietherapie.

Voor een afspraak: 06-21801588 - www.haptotherapienijmegen.nl
Groesbeekseweg 227A (naast café Groenewoud).
Haptotherapie wordt vaak geheel of gedeeltelijk door uw zorgverzekeraar vergoed.



Nederlands specialist in wollen kwaliteits knitwear

Scottish pimpernel

Van Broeckhuysenstraat 28 Nijmegen Di t/m za: 10.00 - 17.00 uur

AUTOBEDRIJF STARFIT

Met ons kleine team verzorgen wij in Nijmegen-Oost reparatie, onderhoud, APK-keuringen en verkoop van personen- en lichte bedrijfsauto's. Wij doen dit in samenwerking met dealers van alle bekende merken.

- Grote onderhoudsbeurt incl. gratis APK
- Kleine onderhoudsbeurten
- APK benzine-auto's/LPG
- APK voor dieselauto's
- Airco-controle en/of -reparatie
- Snelservice voor accu's, banden en uitlaten tegen zeer scherpe prijzen
- Autoruiten vervangen of repareren
- Verkoop van occasions



Pontanusstraat 46-48
6524 HG Nijmegen

T: 024-3234448
F: 024-3601609

Openingstijden:
ma t/m vr: 08.00-17.00

www.starfit-nijmegen.nl
info@starfit-nijmegen.nl

Wijkwater

Meer dan 70% van onze planeet is water, maar als je hier in onze wijk gaat rondfietsen, dan kom je maar zelden water tegen. We hebben de vijver bij het Oud Burger Gasthuis aan de Archipelstraat en Het Meertje beneden bij het Hollandsch-Duitsch gemaal, maar daarna is het met het loslopende water wel gedaan. Het grootste deel van het water in Nijmegen-Oost ligt opgeslagen in de rekken van de Albert Heijn, de Coop en de Plus. Tot slaaf gemaakt water. Hiernaartoe gehaald uit Zwitserland, Frankrijk of de Belgische Ardennen, vaak onder erbarmelijke omstandigheden. Opgesloten in flessen, om vervolgens voor duizend keer de waarde verkocht te worden.

Ik vind dat niet oké. En ik vind dat een grote misser in ons emancipatie-denken. Oké, we hebben 150 jaar geleden de mensenslavernij afgeschaft, we hebben vrouwenstemrecht, we hadden een arbeidersbeweging en er is een partij voor de dieren. En nog niet zo lang geleden hebben onderzoekers in Australië ontdekt dat planten kunnen voelen en dat bomen met elkaar communiceren, dus binnenkort krijgen we ook een partij voor de planten.

Nu zie ik jullie denken: 'ja maar Tuk, dat is toch helemaal niet erg; hoe meer bewustwording hoe beter?' Dat kan wezen, maar dan zijn we blind voor de olifant in de kamer. En dan heb ik het over ons water. De basis voor elke beschaving is het recht op vrij en goedkoop water. Elke beperking hiervan is het begin van narigheid. Want wij zijn zelf 70% water.

Het is ook niet voor niets dat water een grote symbolische betekenis heeft. Spiritueel gezien staat water voor verbinding, voor leven, voor intimiteit. Bij veel religies betekent het dopen in water het opstaan



Tuk Melissen *column*

in een nieuw leven. Wij verstrooien onze geliefden in water.

Misschien is de hemel niet daarboven ergens, maar is de hemel onder ons, of in ons, in de vorm van ons gezamenlijke water. Hoezo stof? 'Uit water zijn wij geboren en tot water zullen we terugkeren'. Daarom wil ik jullie ronselen voor het Waterbevrijdingsfront. Het Waterbevrijdingsfront is een geheim genootschap dat werkt aan vrij water. Dat doen we via stiekeme acties, zoals bijvoorbeeld het bevrijden van een fles Evian uit de Albert Heijn en het flesje terug te brengen naar de familie in het Meer van Genève. Of weglopen uit een restaurant als je moet betalen voor kraanwater. Dus, mocht je in de vakantie richting Spa, Evian of Sourcy gaan, loop dan eerst even langs bij Albert Heijn of Plus en maak jezelf lid van het Waterbevrijdingsfront!

Wijknieuws

Heb je interessant wijknieuws? Zet het zelf op nijmegen-oost.nl en we plaatsen het hier!

Folkgroep 4Reel presenteert cd

De Nijmeegs/Berg en Dalse folkgroep 4Reel presenteert op 9 november een tweede cd.



4Reel is en bruisende groep die Keltische folk speelt, maar daarbij kiest voor de minder bekende pareltjes uit de muziekcultuur van Ierland, Schotland en Bretagne. 9 november, Ark van Oost, Cipresstraat 154. Entree €5, de cd kost € 10. Aanvang 20u., zaal open 19:30u. Info: www.4reelfolk.n

Kerstactie voor Voedselbank

Start: 24 november, Antonius van Paduakerk. Er doen in Nijmegen en Overbetuwe nog 15 andere kerken mee en ook diverse scholen. "Heel veel gezinnen en alleenstaanden zijn, om zo gezond mogelijk te kunnen eten, afhankelijk van de wekelijkse krat met levensmiddelen van de Voedselbank. U kunt houdbare levensmiddelen afgeven op zondag 24 nov, 1, 8, 15 dec. van 11.00 tot 12.00 uur en op woensdag 27 nov., 4, 11 dec. van 14.00 tot 16.00 uur. U kunt ook een donatie overmaken naar: NL61 RABO 0104 0832 55 t.n.v. Stichting Voedselbank Nijmegen o.v.v. Kerstinzameling Diaconie.

Corinne Roes, Hetty Neyenhuis en Margriet Poelma exposeren in de Ark van Oost



Corinne Roes, Margriet Poelma en Hetty Neyenhuis

Ze schilderen volgens de 17de-eeuwse techniek, zoals de oude meesters deden. Elke exposant geeft zijn eigen hedendaagse interpretatie aan genoemde techniek. Corinne: modern-realistisch. Hetty: met een wat lossere stijl, met veel passie. Margriet: modern-realistisch, oms met een knipoog. De Ark; Cipresstraat 154. Van 1 nov.-6 dec.; dagelijks geopend. *Ook exposeren? Neem contact op met Rinus van der Schans, tel: 0627885003 of r.vanderschans2@gmail.com.*



Schoenmakerij Tweehuysen

Erkend Gildemeester

Voor al uw reparaties
en onderhoudsmiddelen

In de Betouwstraat 42 Nijmegen
Tel.: 024-3233160

www.schoenmakerijtweehuysen.com

wenz
uitvaart



wenz-uitvaart.nl 06 - 46 95 19 39

Richt uw woning mooier in met
Wennekers Nijmegen



WENNEKERS NIJMEGEN

Groenestraat 2A Nijmegen
(hoek St. Annastraat)
T: (024) 356 01 04
E: info@wennekers-nijmegen.nl

Gordijnen, zonwering, vloeren ...en meer

www.wennekers-nijmegen.nl

DC HAARZORG

- Uw kapper
- Uw haarwerk specialist
- Gecertificeerd in haar- & hoofdhuidproblemen

BEZOEK ÉÉN VAN ONZE GESPECIALISEERDE KAPSALONS VOOR HAAR- EN HOOFDHUIDZORG!

Al meer dan 15 jaar zijn wij dé experts in haar- en hoofdhuidzorg, met een uitgebreide ervaring als kapper in zorginstellingen, weten we hoe belangrijk het is om niet alleen een mooi kapsel te hebben wat past bij uw uiterlijk en levensstijl. Maar zijn wij ook van mening dat professioneel advies cruciaal is om mogelijke problemen te voorkomen en om extra zorg en aandacht te bieden aan uw haar en hoofdhuid wanneer dat nodig is.

Bij ons bent u in vertrouwde handen! Scan de QR code en maak eenvoudig online een afspraak bij een van onze salons in de regio Nijmegen of bel met onderstaand telefoonnummer. We kijken ernaar uit u te verwelkomen!

Wij zijn o.a. te vinden in:

Radboudumc
Geert Grooteplein zuid 10
6525 GA Nijmegen
Route 675

OBG
Locatie Oud Burger Gasthuis
Prof. Cornelissenstraat 2
6524 PJ Nijmegen

ZZG
Locatie Boszicht
Heemraadstraat10
6525 TJ Nijmegen

WWW.DCHAARZORG.NL 024 844 35 76 INFO@DCHAARZORG.NL

Een jaar later...

Een rubriek in de Wijkkrant waarin *Gottfried Erdtsieck,* samen met fotograaf Marc van Kempen, onderzoekt wat er een jaar na een oproep in de Wijkkrant en op nijmegen-oost.nl is gebeurd.

Fietsmaatje

Gottfried Erdtsieck
Foto: Marc van Kempen



Uit de wijkkrantrubriek 'Prikbordadvertenties' van een jaar geleden: "Ik ben Elline en ik ben blind. Ik zoek een gezellig fietsmaatje die eens per maand een stukje met mij wil fietsen op een tandem met ondersteuning. Bel je mij? 06 - 36279101"

We weten allemaal dat het doel van de Wijkkrant o.a. is om bewoners te verbinden en ons blad vormt natuurlijk een graag gelezen communicatiekanaal in onze prachtige wijk. Over verbinding gesproken, wat is dan een jaar later de 'opbrengst' van zo'n verzoekje?

'Een jaar later' ben ik bij Elline Hogerheide (64) op bezoek. Ik moet zeggen, ik ben niet vaak bij iemand thuis geweest die vrijwel blind is, en als ik zo in haar gezellig huisje om mij heen kijk, realiseer ik mij vrijwel direct: Elline moet van alles uit haar hoofd weten waar het ligt! Elline had tot haar 20ste een zicht van zo'n vijf procent, daarna is ze vrijwel blind geworden. Ze ziet naar eigen zeggen wat verschil tussen licht en donker, een lamp, maar daar houdt het op. "Daarom heb ik nog wel een beeld in mijn hoofd van kleuren en dingen." Het heeft er haar niet van weerhouden om een opleiding te volgen. Bij de Gelderse Leergangen heeft Elline in de jaren zeventig de opleiding voor docent Frans en Nederlands met succes afgerond. Ze werkt al 35 jaar bij het ROC: jarenlang als docent NT2 bij de inburgeringscursus en nu bij de centrale administratie. Ook verzorgt zij de laatste tijd presentaties voor studenten om ze te laten kennismaken met mensen met een visuele beperking.



Inclusiviteit

Elline: "Ja, volgende week ga ik naar 'Verpleegkunde' in Boxmeer. Ik vertel over mijn beperking en wat belangrijk voor mij is. Ik hoop dat de studenten mee krijgen, hoe het leven is voor iemand met een visuele beperking. Ik wil ook graag tegen ze zeggen: 'Doe maar gewoon tegen mij. Want dat is het beste, vraag maar gewoon waar je kunt helpen.' Want veel mensen weten niet hoe iemand te benaderen die een beperking heeft. Wat zijn struikelblokken voor mij? Wat is wel goed en wat is lastig?
Over twee weken ga ik naar studenten van ICT. Want ik werk natuurlijk met een aantal geavanceerde apps op mijn telefoon. Die studenten vinden dat vaak inspirerend. Want misschien kunnen ze ook iets ontwikkelen voor mensen met een visuele beperking. Ik laat ze zien met welke apps ik mijn leven wat kan vergemakkelijken."

Ze geeft een demonstratie door met haar stem de app 'Be My Eyes' te openen. Vervolgens maakt ze met haar smartphone een foto van haar kamer en geeft aanvullend een mondeling commando. Een neutrale mannenstem beschrijft even later wat er op de foto aan meubilair en andere 'gewone' huis-, tuin- en keukenattributen te zien is. Compleet met een sfeerbeschrijving van de foto! Ze demonstreert nog een andere app: ze richt de camera van haar smartphone op een object dat voor ons ligt en een stem laat duidelijk horen wat er te zien is: "Boek. Pen. Tijdschrift. Plant.", luidt steeds het juiste antwoord …
"Tsja", vult Elline aan, "nu met AI hebben deze apps een sprong vooruit gemaakt. Dus het lijkt mij belangrijk dat studenten goed op de hoogte zijn hoe ze op hun vakgebied mensen met een beperking kunnen ondersteunen."

Tolhuis

Maar, opmerkelijk voor een oproep in de Wijkkrant van Oost: Elline woont in Tolhuis. Waarom dan een oproep in deze Wijkkrant? Elline: "Al jaren heb ik een leuk fietsmaatje, Theo. Hij heeft zelfs een aantal keren met mij in Amersfoort gefietst met de dubbelgevouwen tandem op de fietsendrager van de auto. In Amersfoort is namelijk eenmaal per jaar een speciaal georganiseerde tandemtocht voor mensen met een visuele beperking. Maar het werd hem, gezien zijn leeftijd en andere activiteiten, wat te zwaar. En hij wilde meehelpen in de zoektocht naar een opvolger. Theo woont in Oost en hij dacht, ik plaats daar ook een oproep, namens mij. Ik heb veel leuke reacties ontvangen van bewoners uit Oost. Met een man heb ik een paar keer gefietst, maar hij zei: 'Jammer, maar dit krijg ik toch niet voor elkaar', heel eerlijk. Dat vond ik ook wel jammer, want met hem had ik wel goed contact. Een andere reactie heeft mij wel teleurgesteld. Die man was oogarts, zei heel vaak dat hij zou komen, maar daar reken ik, nu een jaar later, toch maar niet meer op. Sommigen vonden de afstand te belastend toen ze van mij hoorden dat ik in Tolhuis woon. En een reactie van Rob Aalders, hij is 66 en hij woont in de componistenbuurt. Hij reageerde ook, en dat is nu mijn fietsmaatje! Een lot uit de loterij, hij is zo geduldig, en hij vertelt uitvoerig wat er onderweg allemaal te zien is. Alsof hij steeds een schilderij beschrijft. We hebben samen al veel door het Rijk van Nijmegen gefietst, tot Grave, Druten en Winssen toe. Volgende week gaan we naar Appeltern. Via Social Deal heeft Rob een arrangement op de kop getikt. Mét tandem, een rondje fietsen en koffie met appeltaart als beloning."
Het slotwoord van Elline: "Ik doe nou wel heel vrolijk. Maar er zit natuurlijk ook een andere kant aan deze medaille. Ik fiets bijvoorbeeld ontzettend graag. En zondag was het mooi weer, maar dan voel ik sterk de afhankelijkheid. Misschien komen er nog wat reacties.
Ik maak ook wel eens een foto van mijn tuin, en dan hoor ik hoe mooi de herfst is…"

De **blaadjes** vallen van de bomen
Het is weer eerder **donker**, we hebben meer **licht** nodig en onze **armen** worden te kort, dus: een **bril** van:

Geerlingoptiek
50+ JAAR kwaliteit voor ogen

Dé opticien in uw buurt met een persoonlijke behandeling

Daalseweg 9, Nijmegen
Tel. (024) 323 09 17
www.geerlingoptiek.nl

LAAT UW ROLLUIKEN WEER SOEPEL WERKEN MET EEN ONDERHOUDSBEURT

Heeft u problemen met een stroef rolluik? Met een grondige onderhoudsbeurt zorgen wij ervoor dat uw rolluik weer soepel functioneert. Wij reinigen, smeren en repareren uw rolluik.

Heeft u een versleten band of bandopwinder ? Of overweegt u uw rolluiken om te bouwen naar een duurzame solar-oplossing ?

Neem contact met ons op voor een vrijblijvende prijslijst en om een afspraak te maken. U kunt ons bereiken via telefoon of WhatsApp op 06 23 808 570. Meer informatie vindt u op onze website: wwhs.nl.

WORLDWIDE Home Solutions

Wanco parket

Wij van Wanco Parket zijn sinds 1943 een begrip! 7 dagen in de week op afspraak geopend.

* **Op vrijdag van 10 tot 14.30 uur aanwezig in de showroom aan De Mortelweg 14 A 6551 AE in Weurt, dan kan men zonder afspraak geheel vrijblijvend binnenlopen om een kijkje te nemen. We helpen u graag.**
* **Het schuren en afwerken met olie of hardwax olie kunnen wij u aanbieden voor € 22,-/m².**
* **Een Eiken Multiplank, geleverd en geplaatst, inclusief ondervloer en Mdf plint komt bij ons op € 99,- per m².**
* **Ook voor 'n laminaatvloer of PVC-vloer kunt u bij ons rekenen op een mooie aanbieding.**
* **Wij zijn ook gespecialiseerd in traprenovatie.**
* **Tevens taxeren we bij schade en/of waterschade.**
* **Alle bedragen zijn compleet, inclusief btw.**
* **We leveren als service een gratis grote gesloten opslagwagen om uw meubels in op te slaan tijdens de werkzaamheden.**

www.wancoparket.nl / 024-32 33 677
info@wancoparket.nl / 06-542 346 73

5 vragen aan de kleine ondernemer

Nijmegen-Oost barst van de kleine zelfstandigen. Eke maand stellen we aan een van hen vijf vragen. Dit keer ontmoeten we een ondernemer die juist stopt.

Want voor integraal massagetherapeut Hans Jansen (bijna 74) van gezondheidscentrum Surya zit het er op. De huur is opgezegd, en ach, het zat er natuurlijk ook wel een beetje aan te komen. Al was hij liever eigenlijk nog wel een jaartje langer doorgegaan, tot zijn 75ste. Momenteel loopt het pand aan de Professor Molkenboerstraat leeg en waaieren zijn collega's van het Surya-team - een acupuncturiste, schoonheidsspecialistes, pedicures en een yogadocent - uit naar andere locaties, verdeeld over de stad.

Hoe was ooit je start bij Surya? "Ik was al zo'n 15 jaar werkzaam als massagetherapeut vanuit mijn eigen praktijk in Arnhem, toen ik in 2002 getipt werd over gezondheidscentrum Surya in de Professor Molkenboerstraat in Nijmegen. Ron Post was deze vanuit zijn yogaschool opgestart. Tot dan behandelde ik vooral, thuis in Arnhem, mensen met onder andere rugklachten, psychische overbelasting en cliënten met kanker. Maar thuis was eigenlijk te stil en ik wilde graag samenwerken in een team. In zo'n beetje dezelfde tijd noemde iemand me de naam van William Yang. Een yoga- en meditatieleraar en oprichter van het Taborhuis in Groesbeek, een psychosociale instelling voor mensen met kanker. Toen ik in 2003 een cursus bij William volgde, was ik zo getroffen en geïnspireerd door zijn werk dat ik wist: dit is wat ik wil. Tegelijkertijd gaf hier in Nijmegen het ziekenhuis aan mogelijke cliënten naar mij te willen verwijzen, als ze maar niet naar Arnhem hoefden te reizen. Zo kwamen op dat moment verschillende wegen bij elkaar bij Surya."

Wat is het belang van aanraken nou eigenlijk bij ziekteprocessen? "Het bewust aanraken met aandacht heeft invloed op het zenuwstelsel en dat is de stille kracht van massage. Daardoor maak je meer serotonine aan. Dat verhoogt weer je weerstand en verlaagt je stresshormonen en zorgt voor een balans tussen denken, voelen en emoties. Voor mensen met ernstige ziekten is een massage in stilte ontspannend, liefdevol en troostend. Aanraken doet meer dan 1000 woorden."

Welke cliënten kwamen daarvoor naar je toe? "Het grootste deel van mijn cliënten heeft te maken met ernstige levensbedreigende ziektes. Maar ook chronische ziektes en burn-outs zijn daar in de loop der jaren bij gekomen. Deze mensen heb ik allemaal gemasseerd op verzoek van wat ze wilden en vooral ook wat ze niet wilden. De meesten hebben dat allemaal als een weldaad ervaren, gaven aan dat ze het enorm fijn vonden dat ze alleen maar hoefden te liggen en dat ze ook niks hoefden te zeggen. Soms wel een uur of anderhalf uur lang. Veel van wat ik leerde van William Yang, met zijn oefeningen en meditaties, heb ik zo aan mijn cliënten door kunnen geven."

Wat heeft je werk je zelf gebracht? "Ik heb vooral ontdekt dat het enorme voldoening kan geven als je met heel simpele dingen iets voor mensen kunt betekenen. Zoals door er helemaal voor iemand te zijn. En niet met andere dingen in je hoofd te zitten. Zoals angst over de dood wanneer ik met heel zieke cliënten te maken had. Want dan zou ik er niet voor 100% voor hen kunnen zijn. Die angst heb ik kunnen overwinnen en daarmee heb ik ook mezelf beter leren kennen in wat nu écht belangrijk is in mijn leven."

En nu staan er helemaal geen werkafspraken meer in je agenda na december? "Nee, en dat is met gemengde gevoelens moet ik zeggen. De laatste jaren werkte ik nog twee dagen in de week en ik had nog graag een jaar doorgegaan. De schok om te moeten stoppen is nu wel voorbij, maar nog steeds moet ik mezelf voorhouden: het gaat echt stoppen. Het is ook zo'n deel van mijn leven! Het contacten met de mensen, de gesprekken, het fijne team, ik ga het missen. Tegelijkertijd voert het plezier en de voldoening van al die jaren echt de boventoon. Na 1 januari ga ik eerst een adempauze nemen, veel wandelingen maken en me bezinnen op een vervolg, want ik kan me niet voorstellen dat ik niets ga doen. Ongetwijfeld ga ik mijn kleinkinderen meer zien, maar de stiltemeditatiegroep waaraan ik al 20 jaar verbonden ben, blijft zeker ook. Die stroom gaat gewoon door."



Ook in deze rubriek als kleine ondernemer?
Stuur een e-mail naar redactie@nijmegen-oost.nl.

Tekst: Anna Bakker. Foto: Gerard Verschooten





't Ploegkeldertje

de mooiste raambekleding op maat

Van Broeckhuysenstraat 2-6 6511 PG Nijmegen
Tel. 024 - 32 393 00 www.ploegkeldertje.nl

IMMOVATION



PERSONAL TRAINING

HEB JIJ OOK EEN STOK ACHTER DE DEUR NODIG?



DOE JE MEE?!

- STERKER WORDEN
- AFVALLEN
- BETERE CONDITIE
- MEER ENERGIE
- MINDER STRESS

Interesse?
Stuur een bericht naar Imre (06-30571795) en kijk op www.immovation.nu wat er mogelijk is.
Proeftraining GRATIS

Immovation | Roggeweg 28 | Nijmegen

VIEZE LUIERS FRISSE WINST

Gemakkelijk & gratis

Luiers gescheiden in de luiercontainer!



www.dar.nl/luiers

Dar® ...en 't is weer fris!

Welkom: Theatergroep Gras!

Na jaren van leegstand is een paar maanden geleden Stadstheater Nijmegen ingetrokken in de voormalige sportschool aan de Coehoornstraat. Theatergroep Gras is het huisgezelschap van het theater.



Tekst: René Pennock

Gras zat eerder in een knalroze studio in de Honig en in tijdelijke onderkomens. Daarna leek de NYMA de vaste speelplek te worden. "We hebben twee en een half jaar gedacht dat we daar binnenkort open zouden kunnen gaan, maar uiteindelijk werd het niks. Misschien gelukkig maar, want hier zitten we prachtig", zegt Nicky Ebbeng, de directeur van het theater en de zakelijk leider van huisgroep *(vooraan op de foto)*.

In het gebouw wordt volop geklust. In de ruime foyer galmt het nog flink. “Drie à vier dagen per week wordt er geschilderd, verbouwd en ingericht, drie dagen in de week gebruiken we de ruimtes zelf en verhuren we ze. De dichtgeschilderde ramen worden opengekrabd, een nieuwe keuken, kleedkamers en vier zalen zijn in aanbouw. Er is een grote theaterzaal met plek voor 230 bezoekers, een kelderzaal en een bovenzaal met 130, een oefenruimte met grote spiegelwand voor zo'n veertig mensen en een kantoorruimte.

Theatergroep Gras bestaat sinds 2009. 'De groep omarmt het rauwe en het snijdende, maar presenteert dit op een glitterende, gepolijste manier', vermeldt de website. 'In Gras spelen jongeren en volwassenen, oudgedienden en nieuw talent, professionals en amateurs, maar wel van niveau. 'Alle spelers hebben audities gedaan”, vertelt Ebbeng enthousiast. “We werken met negentig acteurs, waarvan dertig jongeren. Ik produceer nu zo'n tien voorstellingen per jaar. Spelen met amateurs geeft een grote diversiteit aan mensen met verschillende achtergronden en verhalen. Dat houdt me scherp. De grote zaal is een gelijkzijdige vijfhoek, dat biedt veel mogelijkheden. Ik mag graag de publieksopstellingen veranderen, soms zelfs tijdens de voorstellingen.”

'We verhuren de zalen en ruimtes. Er is wekelijks al een bridgeclub, een zangvereniging, een dansschool en het kerkgenootschap Novio Church, maar je kunt ook eenmalig een zaal of een ruimte huren voor een presentatie, een lezing of een theatervoorstelling. Ik wil mensen of groepen die programma's maken hier graag een plek geven."

'De verhuizing naar de Coehoornstraat heeft ons nieuw elan gegeven. Alles lijkt opeens te lukken en dat is fijn na jaren van onzekerheid over onze locatie, maar ook over onze financiën. Onze meerjarensubsidie is tot mijn verrassing niet verlengd. Dat is jammer, maar dan zoeken we gewoon andere bronnen van inkomsten. We hebben natuurlijk al onze kaartverkoop, contributies, maar ook fondsen per voorstelling en de verhuur. Nieuwe bezoekers weten ons te vinden. We zoeken naar verbinding met de wijk Nijmegen-Oost en met de stad Nijmegen. We proberen uit te vinden wat we voor ze kunnen betekenen. Het is niet 'u vraagt en wij draaien', maar we zoeken wel het contact. Het is weer hip en tof en nieuw! Het is mijn ambitie om te landen in de wijk en een bruisende plek te worden!”

Het Stadstheater zoekt nog vrijwilligers. 'Decorbouwers, publieksontvangers, barmedewerkers en kostuummakers, dat doen we in samenwerking met het ROC. Maar ook bestuursleden voor de stichting en de vereniging, mensen voor het tuinonderhoud en koks voor ons kookteam, dat zorgt voor de maaltijden van de acteurs vóór voorstellingen.”

Het programma-aanbod is erg gevarieerd: In mei maakten jongeren van Gras een voorstelling over het bombardement op Nijmegen na gesprekken met ooggetuigen en zoektochten in de stad. In september maakte Nicky een nieuwe versie van de 'Vagina Monologen', gebaseerd op eigen interviews met vaginabezitters, van jonge moeders tot een transman. Het Stadstheater is ook weer begonnen met een serie Moordnachten, interactieve whodunnitavonden voor teams. In december speelt Gras voorstellingen over Peter Pan, in januari speelt Jong Gras 'Emil & the Detectives', in april staat Ibsens 'Vijand van het Volk'. In mei trekt Gras door de wijk met voorstellingen over rouw en verlies en in juni is er een Shakespeare festival. De prijzen zijn schappelijk en liggen tussen de € 13 voor een try-out en € 18 voor een première of een reguliere voorstelling.

Het hele programma: theatergroepgras.nl.



Voorstelling: Vagina Monologen
Foto: Joyce van Doorn

Kattendiscussie

In zijn column in de Wijkkrant van oktober schreef Kor Goutbeek over de imposante oehoe die in Bottendaal te bewonderen was. Hij concludeerde met te hopen dat meer van die reuzenuilen in de stad zullen gaan jagen: "Ik zie wel een voordeel in de komst van de oehoe; de vogelstand kan er van opknappen! Dat komt omdat er ook menige kattenschedel op oehoenesten wordt gevonden. Als deze reuzenuil eenmaal regelmatiger in Nijmegen opduikt, zullen veel van de 40.000 kattenbezitters hun dier niet meer buiten laten 's nachts - hoop ik. Dat kan 400.000 dode vogels per jaar schelen, terwijl een oehoepaar er in diezelfde tijd zelf maar 500 consumeert!"

Op deze passage kreeg de redactie een 'verdrietige en teleurgestelde' reactie, van een lezer uit Oost die graag anoniem wil blijven, gezien de nare berichten die ze ontving op sociale media over dit onderwerp:

Geachte redactie,
Ik ben een trouwe lezer van de Wijkkrant, doorgaans met veel plezier. En nu begrijp ik dat een column wat prikkelend en controversieel mag zijn, maar deze keer werd ik er erg verdrietig van en was ook erg teleurgesteld, en dat is n.a.v. de laatste alinea waarin Kor Goutbeek eigenlijk alle katten in de ban doet. Ik vind dit polariserend, je zet mensen tegen elkaar op (voor of tegen de kat, je kwetst er ook mensen mee, en het klinkt ronduit als kattenhaat), en dat gebeurt al genoeg in het huidige klimaat! Tevens zijn de cijfers over vogelvangst door katten vaak nattevingerwerk. Afgelopen voorjaar was ik nog actief in een buurtapp, waar ik in reactie op foutieve informatie geprobeerd heb tips te geven wat je wel kunt doen als katteneigenaar- en nee, dat was niet het belletje… vervolgens komen er dan allemaal haatberichten… waarop ik met de app gestopt ben. Ik wil juist verbinden.
Ik ben het er helemaal mee eens dat er teveel katten zijn, of zij de enige oorzaak van achteruitgang van de vogelstand zijn valt te bezien, maar dat moet op een andere manier opgelost worden.
Nu we de laatste jaren zoveel meer weten over dieren- en kattengedrag, blijkt dat er echt heel veel is wat je kunt doen als eigenaar opdat jouw dier zo min mogelijk overlast veroorzaakt. Zie voor goede informatie bv. op Youtube De Gelukkige Huiskat, en het zeer aan te raden boek I Love Happy Cats, Handboek voor een gelukkige huiskat (Anneleen Bru). Ik ben geen kattengedragstherapeut, maar verdiep me intensief middels cursussen, webinars, trainingen in kattengedrag en -welzijn.
M.vr.gr, naam bij de redactie bekend.

Kor antwoordde op deze ingezonden brief:

Beste,
Jammer dat je verdrietig werd door mijn column. We zullen het wel niet eens worden, maar ik sta dichterbij jou dan je misschien denkt: ik houd ook niet van polariseren - Ik houd wél van katten - Ik zou wel graag zien dat ze in de avond/nacht binnen blijven.
Los van de vogels: de nacht is de tijd van wilde zoogdieren in de stad, zoals egels, rosse woelmuizen, bosmuizen en steenmarters. Zij ondervinden predatie, verstoring of concurrentie van miljoenen huiskatten. Ik ben het met je eens dat de getallen van vogeldoden natte vingerwerk zijn, daarom ben ik een stuk lager gaan zitten in mijn schatting dan de gangbare.
Als je er verder nog over van gedachten wil wisselen, kan dat.
Groet, K o r

Beste Kor,
Echt veel dank voor je vriendelijke terugkoppeling, dat deed me goed!
Wat je als eigenaar kunt doen:
Binnenhouden in de nacht, of op zijn minst in broedtijden. En altijd binnen als er nestjes uitvliegen in je buurt. Zorg dus ook dat je het territorium van je kat kent.
Zeker 2x daags min. 5 tot 10 minuten prooigericht spelen (eigenlijk is dat jagen), met de hengel, van de kat af bewegen. Dan krijgen ze al het geluksstofje dat ze ook krijgen met het jagen en vangen van een echte prooi. Iedere kat kan spelen, als het niet lukt is er iets mis, of met hoe je het doet, waarmee, tijdstiip.
Dan is er de Birds-be-Safe-kraag, in felle kleuren en met geometrische patronen. Door hoe vogels zien, merken ze de kat veel eerder op. Resultaten van verschillende onderzoeken variëren tussen de pakweg 60 tot ruim 80% minder vogelvangst. Voor kleine zoogdieren hangt het af van het seizoen of het werkt en werkt het ook minder goed.
Eiwitrijk voedsel. Dat helpt een beetje, en is de kleinste component.
Daarnaast: als het thuis goed en op orde is, zijn katten minder geneigd om overal rond te hangen en te jagen. Denk aan:
- Voldoende kattenbakken (onderwerp op zich), klimpalen en krabpalen (die hebben verschillende functies en moeten dan ook op andere plekken staan), mandjes, voerbakken etc.
- Voldoende veilige plekjes waar je de kat(ten) ook met rust laat.
Bij multi-kat-huishoudens ervoor zorgen dat katten meerdere uitgangen hebben.
De kat niet ongevraagd aaien.
Een kat is behalve jager ook prooidier en heeft een zeer scherp afgesteld stresssysteem. Je moet die subtiele signalen leren lezen. Dus: eigenaar, verdiep je in je kat, dan snap je ook waarom bovengenoemde dingen belangrijk zijn.

Naschrift redactie:
Toevallig was onlangs Oostgenoot André over dit onderwerp op EO-televisie, NPO1. Hij is een groot dierenliefhebber maar wil niet dat katten uit de buurt bij hem ('s nachts) in zijn vogelrijke tuin komen. Hij heeft daarom apparaten geïnstalleerd en geeft tips aan kattenbezitters én aan tuineigenaren. Bekijk 2 filmpjes via deze url's: rb.gy/3jk007 en rb.gy/8vuan3



Voel je goed, voel je thuis

OBG

Activiteiten & Ontmoeten | Zorg & Gezondheid

Seniorencollege: Kunst in de publieke ruimte van Nijmegen



Op dinsdag 12 november geeft Simone Zeguers een boeiend college over kunst in de publieke ruimte van Nijmegen. Tijdens een digitale wandeling neemt zij u mee door de stad en werpt samen met u een blik op de rijke geschiedenis van Nijmegen. Dit doet zij aan de hand van standbeelden, glas-in-loodramen, architectuur en schilderingen die u in de openbare ruimte kunt vinden.

Wandeling door de geschiedenis De wandeling start bij het Romeinse kampement en vervolgt naar de middeleeuwse stad, waar de palts van Karel de Grote ooit bovenuit torende. U passeert het vroegmoderne Nijmegen, afgebeeld op schilderijen van Jan van Goyen, en ziet hoe de stad buiten haar omwalling trad om industriële vooruitgang te boeken. De tocht eindigt bij het wederopgebouwde Nijmegen na de verwoesting in de oorlog.

Over de spreekster Simone Zeguers is een vierdejaars studente Kunstgeschiedenis aan de RU en stagiaire bij STIENEO, gespecialiseerd in Nijmeegs industrieel erfgoed.

Dinsdag 12 november, Nicolaaskapel, aanvang: 14 uur.
Entree: € 5,00 incl. koffie/thee, met OBG-voordeelpas € 3,00.

Ontmoet Indisch-Nederlandse schrijvers



Op zondag 24 november organiseert de Indische Literaire Salon samen met OBG een middag met Indisch-Nederlandse schrijvers in de Nicolaaskapel van het OBG Dienstencentrum. Dit keer zijn Egbert Fortuin, auteur van 'Indische adel', en Margreet van Till, auteur van 'Verbannen van Java' *(zie foto)*, te gast. Dulla verzorgt de pauzemuziek. Na afloop zijn de schrijvers beschikbaar voor het signeren van de aangeschafte boeken.

Ook komen? Meld u aan via pvriel@ziggo.nl of door een briefje in de postbus van Pelita bij het Informatiepunt van OBG te stoppen.

Zondag 24 november, Nicolaaskapel.
Aanvang: 13:30 uur (einde 16:00 uur). Prijs: € 10,00 inclusief koffie/thee.
Met OBG-voordeelpas: € 7,50 (graag contant betalen)

AGENDA

Vrijdag 8 november, 18:00 - 20:00 uur, **Syrisch eten met Mawteni**
Zondag 10 november, 14:30 - 16:00 uur, **OBG Matinee: Koor Amacitia**
Dinsdag 12 november, 14:00 - 16:00 uur, **Seniorencollege: Kunst in de publieke ruimte van Nijmegen**
Dinsdag 12 november, 19:30 - 22:30 uur, **Dansavond Seniorencafé Burgerlust met muziek van Cor Kersten**
Zondag 17 november, 14:30 - 16:00 uur, **OBG Matinee: 't Koor Beuningen**
Dinsdag 19 november, 10:30 - 12:30 uur, **Oma's Soep**
Dinsdag 19 november, 19:00 - 21:00 uur, **Alzheimer Café**
Vrijdag 22 november, 18:00 - 20:00 uur, **Syrisch eten met Mawteni**
Zondag 24 november, 14:00 – 16:00 uur, **Indische Literaire Salon**
Zondag 24 november, 14:30 – 16:00 uur, **OBG Matinee: Orkest Under the Roof**
Dinsdag 26 november, 19:30 - 22:30 uur, **Dansavond Seniorencafé Burgerlust met Tom Meuwese**
Elke donderdag, 10:00 - 12:00 uur, **OBG markt**

Bij ons op de kerstmarkt van 11 december staan? Stuur een mail naar info@obg.nu

Voor sommige activiteiten moet je je inschrijven. Kijk voor alle voorwaarden en meer activiteiten op ***www.obg.nu.***

Wijknieuws

Heb je interessant wijknieuws? Zet het zelf op nijmegen-oost.nl en we plaatsen het hier!

Herdenking oorlogspijn Oost bij Truus Mast-monument

Op zondag 10 november is het 80 jaar geleden is dat de 15-jarige Truus, samen met twee Amerikaanse soldaten, dodelijk werd getroffen door Duitse granaten bij het toenmalige zwembad. Stilstaan bij de dood van Truus Mast staat symbool voor het herinneren van de tientallen doden die in Oost vielen tijdens de frontstadperiode najaar 1944, voorjaar 1945. Aanvang 14.00 uur, Van Beethovenstraat 6, Truus Mastpark. Bijzonderheid: er zal een foto van Truus, door de familie beschikbaar gesteld, op het monument worden onthuld. Een herinnering met als les: dit nooit meer.

Red de Thiemeloods! Inschrijving 15 november van start

De Thiemeloods is al ruim tien jaar een unieke, sfeervolle buurtplek in Bottendaal, om elkaar te ontmoeten of je feestje te vieren, maar ook een podium en een wijnbar. Door verkoopplannen dreigt deze bijzondere locatie te verdwijnen. Een groep buurtbewoners wil dit voorkomen en stak de koppen bij elkaar. Zij maakten een reddingsplan om dit najaar samen met inwoners en lokale organisaties geld op te halen om de Thiemeloods te kopen. Iedereen in Nijmegen kan helpen de Thiemeloods te redden. De inschrijving voor Thiemeloodscertificaten gaat op 15 november van start. Op dinsdag 5 november organiseert De Vriend van Thieme een bijeenkomst over de voorwaarden om mee te doen. Je hoort meer over hoe investeren werkt en wat dit de wijk, de stad en jezelf oplevert. Locatie is de Thiemeloods, Leemptstraat 34. Kijk voor meer info op **reddethiemeloods.nl**.

Informatiemarkt 9 november: 'Oost in Balans'

Eeen aantal organisaties uit Nijmegen-Oost houdt deze informatiemarkt op het gebied van welzijn, gezondheid en ontmoeting op zaterdag 9 nov., 13-16:00u. in de Ark aan de Cipresstraat 154. Voor en door de buurtbewoners van Oost. Tijdens deze middag kunnen er verschillende testjes voor je gezondheid gedaan worden. Ook kun je een looptest doen, vragen stellen en informatie krijgen over verschillende onderwerpen. Daarnaast zullen de wijkagent, Kerngroep Dementievriendelijk Nijmegen-Oost en de coördinator van de Stip iets vertellen over hun werk in de wijk. Ook zal Theatergroep Alledaags een voorstelling over burenruzies spelen. Loop binnen, de entree is gratis!

Concert kamerkoor Mnemosyne in Paduakerk

Op zoek naar de stilte. Mnemosyne gaat op muzikale pelgrimage. Het programma belooft een inspirerende en spirituele verklanking van de stilte. Eén van de koorleden is vrijwilliger bij de prachtige pelgrimsroute Walk of Wisdom rondom Nijmegen. 1 december 15:30, Antonius van Paduakerk. Kaarten 19,- incl. consumptie. Kinderen t/m 14 jaar gratis. **kamerkoormnemosyne.nl**

Hulp vragen en hulp aanbieden

De kerngroep Dementievriendelijk Nijmegen-Oost heeft een folder ontwikkeld met tips voor het vragen en aanbieden van hulp bij geheugenproblemen. De folder wordt vanaf eind oktober verspreid via huisartsen, apotheken, thuiszorg en andere zorgverleners. Ook in de supermarkten zullen de folders te vinden zijn. De meeste mensen vinden het lastig om hulp te vragen aan buren of andere naasten. Ook het aanbieden van hulp aan je buurman of buurvrouw is niet zo eenvoudig als het lijkt. Als je niet weet hoe je met mensen met dementie om kunt gaan kun je de training 'samen dementievriendelijk' volgen. De training duurt één ochtend of middag en wordt regelmatig in Oost gegeven. Meld je aan via **info@dvn-oost.nl**.

'Een rijk monument': villa's in Beek, Ubbergen en Berg en Dal

Het boek Een rijk monument toont foto's van monumentale villa's in ons bosrijke en heuvelachtige landschap. Zowel de architectuur als de interieurs van de villa's komen aan bod. De foto's vertellen het verhaal van de oudere generatie met hun authentieke interieurs die langzaamaan verdwijnen en overgenomen worden door de moderniteit van de jonge generatie. vrijdag 8 november 20.00 uur: presentatie Antiquariaat Supplement, Van Randwijckweg 2 in Beek.
Info: www.annievangemert.com

Atelierdagen Krayenhoffkazerne

In de weekenden van 2 en 3 en 9 en 10 november a.s. openen 28 kunstenaars van 13.00 – 17.00 uur de deuren van hun atelier, een laagdrempelige manier om kennis te maken met een breed scala aan kunstvormen. De kazerne is op zaterdag en zondag open van 13.00 tot 17.00 uur. De toegang is gratis, evenals het parkeren in de parkeergarage. **www.kunstindekazerne.nl**

Petitie: Red de Driemaster!

In de vorige Wijkkrant las je al dat het voortbestaan van basisschool De Driemaster in Bottendaal onzeker is. Zoals het voortbestaan van meer buurtscholen, door veranderd gemeentebeleid. Bezorgde ouders hebben al o.a. met een mars door de wijk geprotesteerd: "We hopen dat het bestuur het besluit zal heroverwegen. De petitie op **reddedriemaster.nl** is inmiddels door meer dan 3.300 mensen ondertekend, en we hopen dat dit aantal blijft groeien. Vooral als bewoners uit omliggende wijken zich realiseren dat ook hun scholen in de toekomst bedreigd kunnen worden, als de gemeente niet ingrijpt."



Welkom 22 nov. bij viering 10 jaar Neptunusring

Tien jaar lang al herinnert de Neptunusring aan het Romeinse aquaduct dat zo'n twintig eeuwen geleden over de Broerdijk liep. Tien jaar ook is het monument een herkenbaar baken voor de wijk Hengstdal. Reden voor een feestje.



Op 22 november willen de initiatiefnemers niet alleen stilstaan bij het aquaduct verleden van "onze" Broerdijk, maar ook bij de minstens zo bijzondere totstandkoming van de Neptunusring. Het monument is namelijk niet alleen het werk van goede kunstenaar Alphons ter Avest en een stel knappe constructeurs, maar vooral ook van een paar honderd …betrokken, medewerkende en meebetalende buurt en wijkbewoners.
Samen naar het feestje met gezellige muziek en passende hapjes Vrijdag 22 nov 1730-19 uur bij Broerdijk 73
Om het tienjarig bestaan, maar vooral het succes van alle medewerking uit de wijk te vieren hebben ze actie- en straatband Kladderadatsch bereid gevonden hun muziek te spelen en zorgen ze voor gepaste drankjes en hapjes (als gepofte "romeinse" kastanjes) en goede verhalen.
Kortom, een uitgelezen mogelijkheid om je buurtbewoners weer eens te treffen. Dat wil je niet missen. Dus neem je buren en vrienden mee en kom op vrijdag 22 november tussen 17:30 en 19:00 naar de rotonde Hengstdalseweg-Broerdijk om tien jaar Neptunusring te vieren.
Zegt het voort!

TANDARTSENPRAKTIJK
J. PEIJS



ARCHIPELSTRAAT 21 NIJMEGEN

Bent u op zoek naar een goede tandarts bij u in de buurt?

Tandartspraktijk J. Peijs bestaat sinds 2009.
In 2020 is de praktijk verhuisd van de Oranjesingel 61
naar de Archipelstraat 21.
De patiënt staat bij ons op de eerste plaats;
een persoonlijke benadering is dan ook vanzelfsprekend.
De praktijk is uitgerust met de modernste technieken.
Belangrijk om te weten: de praktijk is rolstoeltoegankelijk.

U bent van harte welkom!
www.tpjp.nl
024-3220296

HET DUURZAME WARENHUIS

BIOLOGISCH FAIR TRADE NATUURLIJK



LOKAAL ZERO WASTE DIERVRIENDELIJK

Burchtstraat 126 Nijmegen
Open: ma-vrij 10-18 uur, za 10-17 uur.

Alles voor een duurzaam leven
onder één dak.

WWW.DUURZAMEWARENHUIS.NL

Klopper & Kramer
Uitvaartcentrum Oud-Mariënboom

Wij dragen u op handen

Wij zijn er voor iedereen, dus ook voor u.
En dat al bijna 100 jaar. Ons zeer ervaren team luistert, adviseert en ondersteunt.

Zó wordt een uitvaart persoonlijk en bijzonder.



Groesbeekseweg 424 Nijmegen
Kijk voor informatie op: www.kk.nl of bel 024 - 323 4444

de Wijkkrant voor Nijmegen-Oost
Jaargang 52

Verschijnt maandelijks in: Altrade, Galgenveld, Groenewoud, Hengstdal, Hunnerberg, Kwakkenberg, Ooijse Schependom, Berg en Dal en Heilig Landstichting.

De Wijkkrant verschijnt dankzij bijdragen van Fans en adverteerders en de inzet van vrijwilligers. Gemaakt met liefde voor de buurt.

Lezersbereik: 30.000 buurtbewoners.
Uitgave: **Stichting De Wijkkrant Nijmegen-Oost**, 024-2022258

ENDREDACTE
Loes Wijffels

REDACTE
Anna Bakker, Kor Goutbeek, Simone Kiekebosch, Wilmy Smeets, Marjon Spoorenberg, Karin Veldkamp

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:
Gottfried Erdtsieck, Hans Hendriks, Marc van Kempen, Tuk Melissen, Betsie Vermeulen, Gerard Verschooten

ONLNE KANALEN
nijmegen-oost.nl
twitter.com/nijmegen-oost
facebook.com/nijmegenoost

OPMAAK
Ton Burgers, www.a-formaat.nl

DRUK
Janssen Pers, Gennep

BZORGNG
Door de bewoners van Oost!
Coördinator: Karin Veldkamp

REDACTE
redactie@nijmegen-oost.nl

ADVERTEREN VOOR BDRJVEN
advertenties@nijmegen-oost.nl

DEADLNE VOLGENDE NUMMER
De uiterste datum om (prikbord-) berichten, advertenties en de agenda aan te leveren is donderdag 28 november 2024. Elke maand bepalen we twee weken vóór het uitkomen de inhoud van de krant. Ruimte voor actueel nieuws is beperkt. We verwelkomen je artikel maar garanderen geen plaatsing. Plaats het zelf in elk geval op nijmegen-oost.nl.

BZORGNG VOLGENDE WJKKRANT
Vanaf vrijdag 6 december 2024, uitgezonderd Nee/Nee-stickers (natuurlijk wel die met FAN-sticker!).

Geen Wijkkrant ontvangen? Meld online je klacht op nijmegen-oost.nl/geenkrant. Er liggen veel exemplaren op gratis afhaalpunten, check via nijmegen-oost.nl -> bezorging



Betsie Vermeulen *column*



Het jongetje wil weten waarom ik toch op nummer 13 ben gaan wonen

Getallen, ik heb er iets mee. Zo had voetballer Neeskens rugnummer 13 en Cruijff nummer 14. Als je de cijfers bij elkaar optelt worden ze ‘flink werken’ (4) en ‘hemelse vrijheid’ (5), vind ik.

Rinkeldekinkel… Ik glimlach, het voelt alsof ik in een ouderwets snoepwinkeltje woon. Door mijn hoge deurraampje zie ik beneden een jongetje met grote fleurige pet, brilletje en een vriendelijke doch serieuze blik. Ik open wagenwijd mijn voordeur.
Direct vertelt hij voor zijn voetbal, de Grote Clubactie te komen. Zijn ietwat smekende blik verandert in blijheid als ik zeg natuurlijk mee te doen. Ik krijg een boekje vol formuliertjes in de hand gedrukt. Vele zijn al ingevuld en ik moet maar even kijken hoe anderen dat hebben gedaan, tipt hij. De rest gaat allemaal vanzelf, vult hij wijs aan.
Leunend tegen mijn deurpost vul ik een nieuw formulier in en informeer of hij al veel loten heeft verkocht. Na een wedervraag hoeveel ik er zal kopen volgt kordaat: ‘Dan zijn het er 36’.

Trots vertelt het jongetje dat hij om de hoek op nummer 1 woont. Onderwijl staart hij naar mijn huisnummer en wil weten waarom ik toch hier ben gaan wonen, 13 is een ongeluksgetal. Ik raak warempel (!) van slag, zie zijn onrust en probeer die weg te nemen. ‘Ik woon hier toch al best lang en gelukkig’ probeer ik. Het wordt stil, ik doe er een creatief schepje bovenop. ‘Weet je, eigenlijk woon ik ook op nummer 1, de 3 is er gewoon tegenaan geplakt.’ Het jongetje kijkt me doordringend aan, legt mijn ingevulde formulier zorgvuldig tegen zijn licht gebogen been, scheurt een bewijsstrookje voor me af en loopt weg. Ik hoop dat ik hem gerustgesteld heb. Alsof hij dit hoort, kijkt hij nog even diep fronsend om. Dat bezorgt me een blos op mijn wangen, waarna ik hem stil uitzwaai.

Wijkkrant Wereldkrant *de krant op vakantie*

Noortje (studente, 27 jaar) uit Nijmegen bewaart altijd de oude Wijkkranten om mee te nemen op reis. En als ze zich dan verveelt, zoals in de saaie stad Parijs, pakt ze haar krantje op en gaat in gedachten even terug naar haar favoriete stad Nijmegen.



Foto: Ahmed Radwan

LET OP:
laatste kans!
Mocht je toevallig ook iemand tegenkomen met een Wijkkrant in een buitenland (kan ook een typisch folkloristisch dorp in Nederland zijn): maak een mooie foto en stuur deze op naar onze redactie vóór 31 december. redactie@nijmegen-oost.nl. De mooiste inzending wint een heerlijke taart van een banketbakker uit Oost.



SHABU to go

SUSHI & GRILL



SHABU to go, de bezorg- en afhaaldienst van overheerlijke sushi!

Bij SHABU to go kun je online lekkere sushi bestellen. Proef en geniet van de diverse sushi boxen, losse sushi's, poke bowls, finger food, side-dishes, ga zo maar door. Zowel de smaak van de producten als de kwaliteit van onze ingrediënten is belangrijk en staat bij ons hoog in het vaandel. Elke dag worden de gerechten klaargemaakt met vers geleverde producten en leveren wij een uitgebreid assortiment aan sushi en verschillende bijgerechten. We geven een uitstekende service, waardoor je ook thuis kunt genieten van onze heerlijke gerechten.

De lekkerste sushi bestellen bij SHABU to go doe je vanuit je luie stoel via de SHABU to go website of afhalen bij onze vestiging aan de Molukkenstraat 9.
Onze koks bereiden alle gerechten met dagverse ingrediënten, met oog voor detail en kwaliteit.
Voor de veiligheid werken alle SHABU to go vestigingen volledig cashless.
Sushi thuisbezorgd? Onze supersnelle bezorgers zorgen ervoor dat je binnen no-time kunt genieten van je sushi!

24 oktober is ons 2 jarige bestaan, om dit te vieren hebben wij vele acties waaronder gratis bezorgen en kortingen , profiteer dit t/m 17 november.
PROMO 5= €5,00 korting bestelminimum €25,00 voor afhaal en bezorgen
PROMO 7,50 = €7,50 korting bestelminimum €35,00 voor afhaal en bezorgen
PROMO 20 = 20% korting bestelminimum €40,00 voor afhaal en bezorgen
Dit geldt alleen via onze website www.shabutogo.nl





Shabu To Go Nijmegen
Molukkenstraat 9
6524 NA Nijmegen
024 30 300 28
www.shabutogo.nl

drankenspeciaalzaak van haastregt/lamers

Emozioni ijscafe & Delicatessen

Jouw kapper Brain Wash

eyelove KWALITEITSBRILLEN

da

SunSpecial ZONNESTUDIO

Beter Horen

PLUS

www.winkelcentrummolukkenstraat.nl