

de Wijkkrant

voor

Nijmegen-Oost

Jaargang 44, nr.4

april 2016

Op 21 maart vond de derde bijeenkomst plaats voor ondernemers uit de wijk georganiseerd door de Wijkkrant en de Wijkwebsite. Lees het verslag op pag. 27

Foto: Marc van Kempen





Knollen & Citroenen



De meest vertrouwde manier om iets te kopen of te verkopen in de wijk is de rubriek Knollen & Citroenen. Advertenties kun je al heel lang opgeven via de website www.dewijkwebsite.nl. Toen de Wijkwinkel nog bestond, kon je ook daar je advertentie op papier aanleveren. Dat kan nog steeds, maar dan bij Stip Oost aan de Elzenstraat 4. Als wijkbewoner kun je per nummer één gratis advertentie plaatsen. Wil je elke week de nieuwste advertenties in je mail? Meld je dan aan voor de buurtmail op www.dewijkwebsite.nl.

Heeft u vroeger een DOKA (donkere kamer) gehad? Dan zou het zomaar kunnen dat u nog **doka-papier** hebt liggen. Mocht u daar vanaf willen? Fotograaf De Wijkkrant komt het graag bij u ophalen 06-27060254 (b.g.g. graag voicemail, dan kan ik u terugbellen).

Woonruimte gezocht (voorkeur Nijmegen-Oost) voor vrouw van 49 met zoon van 6 (co-ouderschap). Ook interesse voor inwoning (eigen verdieping) bij ouder echtpaar/alleenstaande oudere in ruil voor hulp en/of gezelschap. Telefoon: 06-26694451

IKEA slaapbank Beddinge 195 cm breed en 80 cm diep, z.g.a.n., rood. Zelf demonteren! Met uitgebreide montage handleiding. Slechts €50. 06-18781711

De AH stelt een **etalage** beschikbaar voor ondernemers uit de wijk, die zelf geen etalage hebben. Presenteer je bedrijf op de Daalseweg 210 en richt de etalage op een leuke manier in. www.mareske.nl/024-3781005

Te huur: **garagebox**, o.a. grote personenauto. Hugo de Grootstraat. €100 p.m. 024-3223311

Van 1 mei tot en met 15 augustus 2016 is mijn **ruime bovenwoning** in Oost te huur. Ik ben er dan zelf even niet. Heeft u een tijdje te overbruggen tussen het ene en het andere huis, wilt u een tijdje in dit mooie deel van Nijmegen bivakkeren? Bel me. Telefoon: 06-18094895

Mijn adres is weer beschikbaar voor Vrienden op de Fiets. Helaas beschik ik niet over een **afgesloten bergruimte**, bij voorkeur met

stopcontact. Wie kan mij helpen? Omgeving Barbarossastraat. Telefoon: 06-23104381

Zeer mooie **Fehr sopraninobloekfluit** (prunus) te koop voor elk aannemelijk bod. Goed onderhouden en nauwelijks bespeeld. Telefoon: 06-25533040

Te koop: eettafel (170-90cm, IKEA essen) 75€. Berghaus rugzak 50 liter 45€. 024-3226404

Voor de liefhebber: een **Afrikaanse lange trom**. Hoog 80 cm. Eén vel van 16 cm doorsnee. Telefoon: 06-25533040

Te koop: Wasmachine Bauknecht, bovenlader, weinig gebruikt, in goede staat. Energieklasse A, 5 kg wasgoed, 1200 toeren. Hoog ca. 85 cm, breed 40 cm, diep 60 cm. Gebruiksaanwijzingen aanwezig. Vraagprijs €100. Elektrische oven /magnetron Sharp R852. Vrijstaand, hete lucht, grill, draaiplaat, (magnetron)schalen erbij. Gebruiksaanwijzing aanwezig. Gebruikt maar werkt nog heel goed. €50. p.kooy@worldonline.nl

Gratis af te halen: twee **Ikea Ivar-onderkasten**; gesloten met twee deurtjes en één legplank. Een met sokkel en bovenblad, een zonder. Diep 50 cm. Tevens vijf hoekplanken voor Ivar-stellages, Met hoeksteun. diep 30 cm. 024-3221251

Te huur midden in hartje Oost prachtige **ruime benedenwoning** in Paulus Potterstraat, geheel gerenoveerd/gerestaureerd, in zeer goede staat. Parterre/begane grond en souterrain (49 m2 + 34 m2) Geschikt voor 3-kamerbewoning of 2 of 3 volwassenen. Telefoon: 0620610343

Ben je student en zoek je een **bijverdienste**? Ik heb hulp nodig bij het naar bed gaan tussen 22.45 en 23.45u. Ik betaal 15 euro (effectieve werktijd ongeveer 15 minuten). Iets voor jou? Bel me dan. Telefoon: 0624254250

Te huur in Bottendaal: **driekamerflat** (74m2) op de eerste verdieping voor rustig persoon. €950,- (inclusief g,l,w, tv & internet). Telefoon: 06-16393080

Tijdelijk of langere tijd in de buurt op de Groesbeekseweg **opslagruimte** huren? Prima ruimte

voor seizoensgebonden materialen zoals tuinmeubilair, ski- en kampeeruitrusting, winter en zomerbanden, huisraad, verzamelingen. Telefoon: 0629044309

Voor mooie foto's van Nijmegen kijk op Facebook: "**Nijmegen aan de Waal**" deze foto's zijn allemaal te koop, bel of mail voor een prijs: 06-31206834, japdeglass@hotmail.com

1-persoons **Auping Auronde** te koop. Afm. 90x200 cm. Spiraalbedem. Verstelbare voeten en hoofdeinde. In goede staat. Kleur: kersen. Prijs: €150,- Telefoon: 0624745374

Fender elektrische gitaar, in uitstekende staat, compl. met "SUNN" gitaarversterker + kabel. € 90,-. 024-3605225

Ik ben moeder van drie meiden. 16, 14 en 9 jaar oud. Nu wil ik graag op dinsdag en donderdag **thuis zorgen** voor een kindje tussen de 0-4 jaar waarvan de ouders die dag werken. Bel voor verdere informatie. 06-45228898

Ik ben op zoek naar een **video 8 recorder** om cassette's van 6 bij 9 cm om te zetten naar DVD Telefoon: 06-17014791

Afrikaantje voor Ghana. In Januari 2017 ga ik vrijwilligerswerk doen in Ghana. Voor de kinderen op de de "Compassion international school" wil ik geld inzamelen. Ik wil ze een lunch geven voor 1dc (0,33 ct). Daarvoor verkoop ik Afrikaantjes voor €0,99 p/s. Telefoon: 0655775193

2 onder 1 kapwoning Huis ligt aan de Albert Schweitzerlaan en badkamer en keuken zijn geheel gerenoveerd. Verwarmingsketel is vernieuwd. Ligt op 5 min. lopen van de Han en UMC Radboudziekenhuis en universiteit. Bel 024-3501379

Ik ben op zoek naar iemand die in april 2016 mijn **tuinterras** opnieuw wil aanleggen n.a.v. van een verbouwing. Ongeveer 25 vierkante meter. Tegels reeds aanwezig. Tegen een redelijke vergoeding. Ik help mee sjouwen ;) Telefoon: 06-50734962

Per 1 mei is er voor een jaar **woonruimte te huur** in Nijmegen

Oost (bomen buurt) voor stel of man (woonkamer, twee slaapkamers, keuken, wc, douche. 650 euro - inclusief g/w/elektro/internet/tel/tv). Info: 06-22666193

Zondag 20 maart, v.a. 12:00 uur lunch met live jazz. Restaurant www.ingeurenkleuren.nl. Lunch met live jazzmuziek, v.a. 12 u. Ook vegetarisch. 024-3225555

Kersverse oma zoekt **eenvoudig bedje** voor als haar kleinkind komt slapen. 0243220941

In verband met stage biedt ik een **coachtraject** aan volgens de methode ACT van maximaal 5 keer. Mail naar act.werkt@gmail.com of bel 06 17 998 991.

7 mei organiseert Buurtvereniging Altrade een **Giro-feest**. Hiervoor gezocht bordjes. 06-54676042 margotjansen53@hotmail.com.

Ik wil een **vakantiegroupje** oprichten voor vrouwen van 50 tot 60 jaar om regelmatig een paar dagen op pad te gaan met elkaar. Heb je interesse of wil je meer wilma.roland@gmail.com of bel 0243235246.

Vijf vrouwen willen dit jaar samen de 4-Daagse lopen en zoeken een **logeeradres** voor 5 personen. Jose Schimmel, 06-51159103

Ik zoek **ansichtkaarten** uit alle windstreken. Heb je er nog liggen en wil je ze weggoien? Niet doen, gewoon even bellen of mailen: koenberfelo@tele2.nl. Telefoon: 0264435432

Te koop: prachtig **zwart gebakstel**. 12 bordjes een een taart-nord: 10 Euro. 06-13582580

Te koop: mooie nieuwe schoenen. Cognac-kleur, maat 37. Platte schoen met klittenband. €15. Bordeauxrode laarzen 1x gedragen. Maat 37. €20. i.v.m. reuma passen ze niet meer. Oude leest uit 1930. €10,-. 06-13582580

Voor ons **EHBO-verzorgingsteam** met de Vierdaagse zoeken wij een gediplomeerd EHBO'er met rijbewijs en inzetbaar van maandag tot en met vrijdag. Interesse? Bel dan met Ton Heuvink, 024-322 2531 of 06-27518566

Vijf vragen aan de kleine ondernemer

Nijmegen-Oost barst ervan: er wonen en werken heel veel ondernemers in onze wijk. Elke maand stellen we aan een daarvan een aantal vragen: deze maand aan Marjo Brouwer. Zij is samen met haar man John eigenaar van bakkerij Het Broodhuys.

Door Marjon Spoorenberg
Foto: Marjo Brouwer

De hoofdvestiging van de bakkerij zit in Ewijk, ze hebben een winkel in Nijmegen-Noord (Oosterhout) en op 5 maart j.l. openden zij hun winkel in Winkelcentrum Galgenveld, Molukkenstraat 17. In de Molukkenstraat heb ik een gesprek met Marjo.

Waarom zijn jullie deze zaak begonnen?

"12 jaar geleden hebben wij een huis met bakkerij en winkel overgenomen van iemand in Ewijk die de zaak al 31 jaar had. Het pand herbergt al sinds 1936 een bakkerij en is in verschillende handen overgegaan. Mijn man is bakker van beroep en wilde graag een eigen zaak beginnen. Onze jongste zoon was net geboren, de kinderen zijn als het ware opgegroeid met de bakkerij. Op een gegeven moment wilden we uitbreiden en hebben toen een oud buurtwinkeltje overgenomen in Oosterhout. Nu deed de gelegenheid zich voor om ook in Winkelcentrum Galgenveld een zaak te openen. De locatie leek ons wel geschikt, in een winkelcentrum waar dagelijks veel mensen hun boodschappen gaan doen."



Hoe ziet een werkdag er voor jullie uit?

"Mijn man begint 's nachts om 01.00 uur te bakken en 's morgens vroeg gaat hij de bestellingen rondbrengen naar de winkels. 's Middags gaat hij dan naar bed. Ik open 's morgens de winkel, maak bestellingen in orde en help de klanten. We hebben ook een broodbakker, banketbakker en winkelpersoneel in dienst, want ik heb ook nog de zorg voor drie kinderen waarvan de jongste een autistische beperking heeft en op het ogenblik niet naar school gaat."

Wie zijn jullie klanten?

"Wij hebben het directe contact met de klanten en goede service hoog in het vaandel staan en dat spreekt zich rond. We hebben namelijk klanten uit de hele omgeving, leveren aan bedrijven en verzorgen koffietafels. Mensen willen gezonder eten en dat zien wij ook terug in onze klantenkring, ze hebben behoefte aan natuurlijke producten."

Wat zijn jullie kwaliteiten?

"We proberen zoveel mogelijk op een natuurlijke basis te bakken met biologische grondstoffen. Alles is vers bereid. We breiden ons assortiment ook steeds verder uit want de consument wordt steeds kritischer en het is een uitdaging voor ons om aan zijn wensen te voldoen. We verkopen meer dan dertig verschillende broden. Ook mensen met een allergie (gluten, lactose, diabetes) kunnen bij ons terecht. Met oog voor kwaliteit wordt er gewerkt met de beste grondstoffen om heerlijk ambachtelijk brood en banket aan de klant te kunnen leveren."

Wat zijn jullie toekomstplannen?

"Een vierde winkel openen gaan we niet meer doen. We moeten ook eerst eens kijken hoe het hier gaat lopen. Ik zou nog wel graag een zorgbakkerij opzetten voor mensen met een beperking. Ik ben hier extra voor gemotiveerd geraakt door de beperking van mijn jongste zoon. Ik hoop dat er voor hem, en voor iedereen met een beperking, toch een plaatsje in de maatschappij is waar ze kunnen werken. Daarnaast willen we de bestaande zaken verder uitbouwen en ook onze website nog verbeteren."

Op www.hetbroodhuys.com kunt u meer informatie vinden over deze ambachtelijke brood- en banketbakkerij.

Van de redactie

Ook in dit nummer ga je weer van alles ontdekken over onze prachtige wijk. Want of je nu kort of lang hier woont: elke dag zijn er allerlei nieuwe dingen te ontdekken. Zo zijn we erg benieuwd naar je reactie op de verhalen in dit nummer. Wat kende je al? Waarvan wist je de hoed en de rand? Zijn er al mensen van wie je zegt: "O, maar die ken ik!" Elke maand doen we ons best om een krant te maken met frisse verhalen die je nog niet kende en die je beleving van de wijk positief oprekken. Ook met dit nummer willen we je weer een beetje aangenaam verrassen. Wist je bijvoorbeeld dat Villa Salatiga aan de Sterreschansweg 's avonds een sprookjesachtige indruk maakt? En dat je van daaruit de prachtig verlichte Nijmeegse bruggen kunt zien? De deelnemers aan theatertour 'Oosterlicht' kunnen er nu over meepraten. En wist je dat in onze wijk 'Bailine' beschikbaar is, waarin je via stroomstootjes je spieren traint? Of hoe een Duitse bewoner naar onze wijk kijkt? Wat de steilste weg in Nijmegen-Oost is? Dat ondernemers uit Nijmegen-Oost regelmatig bij elkaar komen rondom een thema met een boeiende spreker? Lees gauw verder om het allemaal te ontdekken.

Geen Cruijff

Ook hier in Nijmegen-Oost kwam het nieuws hard aan: de brute aanslagen in de metro en op het vliegveld in Brussel. Wat een ellende, en wat dichtbij! Wat betekent dit nu weer voor het AZC aan de Van 't Santstraat in Nijmegen, wat voor het - inmiddels leeglopend - Heumensoord? En toen kwam het nieuwsbericht: 'Johan is dood'. Wereldnieuws. *De wereld is verrot, maar wij hadden Johan Cruijff*. Die keer dat ik naar het N.E.C.-stadion fietste vanuit Wijchen om Ajax te zien: geen Cruijff. Hij bleek die wedstrijd onverwacht afwezig, het jaar voordat hij naar Barcelona zou vertrekken. N.E.C.-supporters schreeuwden hun ploeg - tevergeefs - naar de overwinning en de Ajax-supporters reageerden erop met de tergende yell: 'Se - sam - straat'. Ik was onder de indruk van de imposante Ruud Krol. Gerrie Mühren. Arie Haan. Maar dus geen Cruijff.

Ton Burgers



Mondzorgpraktijk Laila**VOOR AL UW MONDHYGIENISCHE BEHANDELINGEN**

- Aanname nieuwe patiënten
- Tandvleesbehandelingen
- Verwijderen van tandsteen, tandplak en aanslag
- Kindertandheelkunde
- Ruime ervaring met angstige patiënten



Op werkdagen en ook in het weekend geopend
Open: di/wo/do: 9:00-17:00u,
zaterdag: 9:30-13:00u

Online inschrijven en afspraak plannen:
Mondzorgpraktijklaila.nl Of bel: 06 247 241 78
Straalmanstraat 1, 6521 JK Nijmegen

Het is weer tijd voor de zomerbanden!

**Autoservice
Kuijpers**

Onderhoud voor alle merken auto's
Reparatie, airco en APK

024-3733795 / www.autoservicekuijpers.nl
Berg en Dalseweg 432, Nijmegen, bij tankstation Tinq

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

Fysiotherapie Christiane Dekker

Nieuwe Fysiotherapie praktijk in oost!

Wij zijn allround fysiotherapeuten. Heeft u klachten of vragen? Bel snel! Wij helpen u graag.

Loopt u lange afstanden? Wij kunnen u intapen. Ook voor ontspannings- en sportmassage. Wij zijn gecontracteerd met alle zorgverzekeraars.

Bel: 024-3000038 / 06-47057427
Professor van Weliestraat 20.



Theatertour Oosterlicht

Het publiek heeft geen flauw idee waar ze naartoe gaat

Rode kolen of maanvis? Naar de fysiotherapeut of het zorghotel? Kerk of liever naaktportretten kijken in het 'museum'? Gewetensvraag? Nee hoor. Theatertour Oosterlicht: een ontdekkingstocht door Nijmegen-Oost.

Door Karin Veldkamp

Foto's: Marc van Kempen en Hanneke Roelofsen

Het oude Steigertheater. Kent u het nog? Al sinds jaren het Logegebouw, stelde haar deuren open als startlocatie voor de tweede editie van Oosterlicht. Bij aankomst is het nog koud in de 'Loge'. Tegen 20.00 uur verlang ik naar frisse lucht. Want honderdvijftig mensen, samengeperst in het oude Steigercafé, zorgen voor een bedompte lucht.

In groepjes van vijftien gaan we op pad. Op afroep lopen ze braaf achter mij aan naar buiten. De ontdekkingstocht kan beginnen. Ik ben hun gids. Want het publiek heeft geen flauw idee waar ze naartoe gaat. We lopen de route de 'Grote Beer' en ik leid mijn groep richting de Pijnboomstraat. Aangekomen bij een 'boogpoort' hoor ik al verschillende geluiden. "Dit ken ik helemaal niet. Wat is dit?" "Een speeltuintje", roept een ander. "Hier kwam ik vroeger met mijn kinderen."

Spelende kinderen zijn er nu niet. Het is behoorlijk donker onder de 'boog'. Maar links achterin brandt een lichtje. Bij Tatooshop Marco van der Bol staan de deuren open. Als iedereen, opgepropt en wel, een plekje heeft gevonden, dansen er twee spiegels door de ruimte. Een apart effect om jezelf voorbij te zien komen in dansende spiegels. Na tien minuten luid applaus. Het publiek is onder de indruk van de voorstelling met muzikale begeleiding. Vol trots buigen de vier 'artiesten' voor het publiek.

Een weg banen door het decor

Jassen aan en verder. Want de theatertour biedt vijf korte voorstellingen op vijf verschillende locaties. Tijdens de korte wandeling naar de tweede locatie wordt druk gekletst. In de Rembrandtstraat slaan we naast nummer 58 een steegje in. Aha... de oude dansschool van

Wanders. Inmiddels een Orthopedagogisch Instituut voor Studiebegeleiding. Terwijl we ons door een decor van jurken en schoenen een weg banen, zijn de acteurs alvast begonnen. Geïnspireerd op de locatie spelen ze een stuk over huiswerk en alles wat daarmee samenhangt. Via de achterdeur weer naar buiten, waar de volgende

groep al staat te wachten. Wij vervolgen onze weg naar een muzikale act. Bij de winkel Altijd Zondag zingt Erik Derks liederen van vroeger. Melancholisch. Het publiek wordt er in meegesleept. En niet op de laatste plaats door Erik zelf. Het intieme karakter van de voorstelling weet hij feilloos te versterken door het directe contact met zijn publiek. En de ambiance kon niet beter, tussen het meubilair uit vervlogen tijden. Het warme applaus doet de muzikant stralen.



Acteurs uit verre streken

De vierde voorstelling alweer. Het gaat snel. Als gids moedig ik iedereen aan om even flink door te stappen want we moeten een 'eind' lopen. Betrekkelijk begrip. Dat blijkt wel weer. Want we zijn er snel. We lopen via de ruime tuin naar de achterzijde van Villa Salatiga aan de Sterreschansweg. Geen uitzicht over de Ooij rond dit tijdstip. Maar de reacties zijn ook in het donker enthousiast. Want de achterzijde van de villa is indrukwekkend. Wat een geweldige architectuur. Villa Salatiga is een creatie van architect Oscar Leeuw. Hij bouwde het in 1910 in opdracht van dhr. Hüffer, beheerder van plantages in Nederlands-Indië. Leeuw combineert renaissance, barok en jugendstil. Hierdoor ontstaat een statige maar toch ook levendige vorm. In 1945 werd het huis een klooster en tegenwoordig heeft het een woonbestemming.

Lees verder op pagina 11.

Kleine advertenties

Als ondernemende wijkbewoner kun je per nummer één gratis advertentie plaatsen. Je plaatst je advertentie (dus niet mailen!) op www.dewijkwebsite.nl. Dan komt dit automatisch in de Wijkkrant. Geen internet? Lever je advertentie dan in bij een van de buurtverbinders bij Stip Oost – Elzenstraat 4. Wil je elke week de nieuwste advertenties in je mail? Meld je aan voor de buurtmail: dewijkwebsite.nl

Antiquariaat Verzameld Werk In/verkoop bijzondere boeken of gehele bibliotheken. 06-27526843 of antiquariaatverzameldwerk.nl.

Uw levensverhaal, van beknopt tot gedetailleerd, teken ik op tijdens enkele interviews, en breng ik uit als een mooi boek in kleine oplage voor uw eigen kring. Een uniek en waardevol document voor uzelf, uw (klein)kinderen of uw omgeving. Anna Bakker, www.levensverhalen.nu 06 22363599

Beeldhouw- en fotografievakanties in Frankrijk. Heerlijk ontspannen en volledig verzorgde vakantieweken op een prachtige locatie. Je niveau maakt niet uit. Persoonlijke begeleiding in kleine groep. €575 per week. www.creatiefindebourgogne.nl

Muziquest organiseert voor jouw feest een **persoonlijke muzikale quiz** met jou als Special Guest. Een mooi feest voor jezelf, maar ook voor je gasten. Kijk op www.muziquest.nl of bel Simone Kiebosch 06-15500129

Workshop **Annie Sloan Chalk Paint** Basistechnieken workshops www.arthomeandliving.nl 06-33057628

Wil jij in je kracht staan? **Kracht-mens** is dé praktijk voor psychologische hulpverlening in Nijmegen-Oost; kleinschalig en knus, laagdrempelig door de huiskamersfeer en oprechte aandacht voor jou! www.krachtmens.nl

Gezocht: enthousiaste vrijwilliger voor **fietsles aan volwassenen**. Telefoon: 024-3233235

Even heerlijk er tussenuit in **Zeeuws-Vlaanderen** aan zee? www.huisjeinschoondijke.nl Tel: 024-6632932

Pedicure lid van de Pro-voet komt gratis bij u thuis. Basis voetbehandeling 23 euro, benen harsen 15

euro. Op afspraak 06-45780068 of mail naar footcare4all@gmail.com

Op woensdag 16 maart start er om 18 uur een **kookworkshop** over de vegetarische Indische keuken in Pro College, Dennenstraat 21. Op vrijdag 1 april start er om 18 uur een kookworkshop Gezond Gebak waarin we samen zes soorten gebak bereiden. 06-13079008

SalkaValka is 'n praktijk voor **coaching van jeugdigen**. Ook studenten zijn welkom! Tarief in overleg. Info: www.salkavalka.nl

Als je rondloopt met iets waar je over wilt praten, ik bied een veilige **luisterruimte** om te kunnen vertellen. Door de aanvullende ziektekostenverzekeringen vergoed. Grada Gootjes, Broerdijk 17, 024-3236553, luisterruimte.nl

Ben je handig of heb je een technische achtergrond? Wij zoeken met spoed versterking bij de begeleiding van onze **Technieker-tjes**, van 8 t/m 10 jaar. Dinsdagmiddag, niet in schoolvakanties. www.tccn.info, 06-31087637.

Op 9 april aanstaande geeft Resi Messelink van de School voor **Tai Chi Chuan** Nijmegen haar eerste workshop Tai Chi en Qi Gong van dit seizoen aan de Hazenkampsweg 26. 024-3234534

Keuzes maken, je bent niet de enige die niet durft. Gratis kennismakingsgesprek. 06-46156838 www.sprengerworks.nl

CO-BUS buscamperverhuur Nijmegen heeft een last-minute-actie voor huur in de maand april 2016. Zie de actie en voorwaarden op onze website co-bus.nl, of neem contact met ons op.

Gun jezelf een vroege vakantie met een buscamper. Telefoon: 06 12 40 32 09

KALCARE begeleidt senioren bij een rit met de **Zonnetrein** door het stadscentrum en de Oversteek. 06 49 41 58 65.

Mindfulness training voor volwassenen. Start woensdag 13 april. 8-weekstraining van 19.30-22.00 uur. Meivakantie geen les. Max. 8 deelnemers. 06-19344754 www.praktijkbodhi.com

Op 18 april start bij A29 de cursus **Photoshop Basis**. In 6 lessen leer je de belangrijkste gereedschappen kennen. a29-nijmegen.nl

Workshop **'BuitenBewustzijn'** - anders naar buiten gaan, 2-wekelijks, vrijdag 19:00, rond Limospark. Verrassend, speelse opdrachten. Gratis uitproberen? buitenbewustzijn@outlook.com

Poespas is een knus vertrouwd kinderdagverblijf in Oost. Wij hebben per direct plaats. Kom sfeerproeven. 024-3243795

Hatha Yoga en meditatie voor jong en oud. Alle ochtenden en dinsdag- en woensdagavond. Van den Havestaat 60. 024-3223631 www.ruimte-in-zijn.nl

Cursussen **beeldhouwen** in steen of hout in Nijmegen Oost www.beeldhouwen-nijmegen.nl

Gezinstherapie bij u thuis www.gezinstherapie-nijmegen.nl

Schone Kunsten tekenen en schilderen, o.a. ipad schilderlessen (4x) vanaf 18 april. Lucienne van Geene: 06-43533117 gewoonyoga@gmail.com

Systemisch werken 22 mei 11.00 - 16.00 € 54,95 deze dag staat open voor iedereen met belangstelling voor het Nieuwe Opstellen. www.roosfikenscher.nl

Bijles & studiebegeleiding voor zowel basisschoolleerlingen als middelbare scholieren, ook aan huis! www.MarjoleinHol.nl of bel vrijblijvend 06-11313751.

Studiebegeleiding alle vakken VWO/HAVO/VMBO, een-op-een, alle vakken. Leren studeren en vergroten zelfvertrouwen. Zeer ervaren docent. Tevens examentraining. 024-3224011

Helder Praktijk voor **Integrale Massage**, de mens in zijn totaliteit wordt gezien, dus zowel lichamelijk, geestelijk, spiritueel en emotioneel. 06-34820129. www.integralemassagehelder.nl

Examentraining in wiskunde of natuurkunde? Samen structureren we de examenstof zodat je overzicht krijgt. Linde T. 06-53887521.

Pianoles bij u aan huis (Nijmegen e.o.). Kinderen en volwassenen, beginner tot toelating conservatorium. 06 108 79 596 www.pianoles-nijmegen.info.

Vakantiehuis te huur aan de **Costa Brava** (GR92 naar de Pyreneeën), 1 uur van Barcelona. 024-3226404

Kindermeditatie. Druk, dromerig, faalangstig, piekerend? In verhalen neem ik kinderen mee in een speels avontuur waarin ze contact maken met hun binnenwereld.

www.kindermeditatie.nijmegen.nl
Telefoon: 06-15189373

Mijn naam is Anoeska en woon in Nijmegen-Oost. Bent u op zoek naar een leuke betaalbare tas, **etui of een leuk cadeautje**? www.madebynoes.nl of www.facebook.com/madebynoes/.

Boze brief nodig? Conflict met (ver)huurder, leverancier, telefoon-provider of webshop? Wetenschappelijke juristen met vlijmscherpe pen vindt u via: www.steenkruis.nl
Onze tarieven zijn revolutionair!

Gitaarles Pop en Jazz. Intropakket: vrijblijvende proefles + 4 vervollessen: € 50,00. Elk niveau, alle leeftijden. Akoestisch en elektrisch. 06 10 37 80 92

Dwarsfluit spelen? Dan moet je bij **Fluitstudio Oost** zijn. www.fluitstudio-oost.nl, of bel 024-3600637 voor gratis proefles.

Studiecoach voor HAN- en WO-studenten, ook voor MBO en Middelebare school. 024-3241737. www.studiecoach.eu

Computerhulp bij (basis) kennis tegen kleine vergoeding, bij u thuis. Geen voorrijd/fietskosten. Tel: 06-26522388 loekdekok@gmail.com

Ayurvedische Massage voor diepe ontspanning en inspiratie. www.ayurvedische-massage.eu
Telefoon: 024-3241737

In kleine groep **kennismaken met yoga** (Oost)? Meld je dan aan voor 10 lessen voor 50,- euro op ma. of di. 20.45-21.45 vanaf april. kennismakenmetyoga@gmail.com

Workshop **SoulCollage®**. Knippen en plakken en je zelfgemaakte kaart(en) zelf "lezen" in een klein groepje. Carla Janssen. www.SoulCollage.nl
Telefoon: 06-43922456

Gitaarles voor iedereen! Via muziek die jij kiest gaan we aan de slag. Zie marktplaats. Lessen vanaf 10,- per les. Info? gitaarlesnijmegenoost@gmail.com

Krakend **verse ontbijtjes**, gratis thuisbezorgd! Exclusief in Nijmegen-Oost; kies voor 3,4 of 5 ontbijtjes per week! Makkelijk en vers! taupedeli.jimdo.com

Mondzorgpraktijk Laila voor al uw mondhygiënische behandelingen. Op werkdagen en ook in het weekend geopend. 06 247 241 78 www.mondzorgpraktijklaila.nl

Vervolg op pag. 20

Het proefkonijn

Rubriek waarbij kennisgemaakt wordt met onbekende behandelingsmethoden in Nijmegen-Oost.

Door Simone Kiekebosch

Foto: Marc van Kempen

'Bailine' staat er op de deur naast het raam van Health Counseling Nijmegen aan de Daalseweg. En wat mag dat dan wel zijn? Ik ga eens even kennis maken. Een proefbehandeling. Op hun folder staat: 'Bailine is de succesvolle Scandinavische methode voor individuele figuurvorming, voedingsadviezen, mentale training én pijnbestrijding'. Door middel van repeterende pulsjes worden je spieren gericht getraind, wat resulteert in meer spiermassa en minder centimeters. 'Een sessie van 30 minuten staat gelijk aan 1,5 uur fitnessen!' Dat klinkt al beter!

Beetje eng klinkt het wel, je wordt aangesloten op de Cosmetic Trainer Stimulator, met een soort stroomstootjes. Ik heb er zelfs al een nachtmerrie over...

Mijn eerste ontmoeting met Elvira Richters is echter heel hartelijk. De ruime studio ziet er stijlvol uit. Vijf kamertjes met ligbedden en gordijnen ervoor. Open aan de bovenkant. Ik spreek met een klant. Zij zegt dat ze zelfs haar agenda bijwerkt terwijl ze daar ligt. Ze komt daar voor haar reumatische klachten.

Eerst even zitten en een kopje koffie of groene thee aan de ronde tafel. Gezelligheid en een relaxte sfeer. Ik kijk uit op de schoonheidssalon. Mogelijkheden te over. Na een kopje koffie durf ik het aan: "Koppel me maar aan, Elvira."

Eerst naar de wc (wordt aangeraden), dan in het hokje. Met alleen ondergoed en sokken aan op het hoge bed. Elvira bindt zes zwarte banden om mijn lijf. Enkele om buik en heupen en twee om de billen. Dan worden er 16 (!) warme pads onder aangebracht. Ik word steeds zenuwachtiger. Ze gaat even de computer aanzetten en verlaat de cabine. Hartkloppingen inmiddels. Gelukkig staat er rustgevende muziek van Dotan aan. Ze komt terug en zet de electrostimulatie aan.

Het voelt een beetje alsof ik in de massagestoel van mijn schoonmoeder zit. Kleine stroompjes door je lijf met verrassingseffecten. Soms alle pads tegelijk, soms de rugpads alleen of de heuppads alleen. Dan als een slang die door je lijf kronkelt, over je buikspieren naar de rug toe. Het lijkt een beetje op vuurwerk, je weet nooit van tevoren waar je wat gaat voelen. Best prettig eigenlijk. Het voelt ook goed dat je in feite

van de Wijkkrant (1)

aan krachtsport doet terwijl je ligt te lezen. Want dat is het eigenlijk, krachtsport. Je conditie wordt er niet beter van, maar je spieren worden wel versterkt. Na een half uur is het opeens alweer voorbij en praat ik verder met Elvira.

verder kan in principe iedereen meedoen."

Vinden klanten het niet vervelend dat de hokjes open zijn?

"Nee, vaak willen de dames juist contact houden. We kennen alle geluidjes van onze

"We kennen alle geluidjes van onze klanten"

Waarom ben je hiermee begonnen?

"We zijn een jaar geleden begonnen met deze studio. Ik ben van huis uit verpleegkundige en heb al een salon met een gezondheidsproductielijn in Druten. Ik wilde graag iets met pijnbestrijding en voedingsadvies doen en kwam uiteindelijk bij Bailine uit. Ik heb ook orthomoleculaire geneeskunde gestudeerd en wil een compleet pakket aanbieden. Bailine werkt alleen als je ook de voeding van mensen aanpakt. Ik heb ook bewust voor Nijmegen gekozen in verband met de aanwezigheid van de ziekenhuizen. Onze aanpak is geschikt voor figuurvorming - want wie wil er nu niet goed uitzien - maar ook zeker voor mensen met bijvoorbeeld reuma of fibromyalgie. Daarnaast hebben we geregeld sporters. We zien hier vooral vrouwen, maar mannen kunnen hier ook terecht."

Kan iedereen hier aan mee doen?

"Ik laat de klanten altijd eerst even proberen. Iedereen kan een gratis proefbehandeling krijgen en het kan zijn dat iemand meteen zegt: da's niets voor mij. Bij het tweede bezoek doe ik een uitgebreide intake. Alleen een pacemaker is een contra-indicatie, maar

klanten. Mensen kunnen ook een koptelefoon op en hun eigen muziek luisteren als ze willen. En we hebben ook één afgesloten ruimte waar we rustig kunnen praten over gevoelige onderwerpen."

Het valt me op dat de aanwezige dames allemaal vrij zacht praten. Heel prettig.

Wat kost een behandeling?

We raden minimaal twintig behandelingen aan. Twee keer per week voor ongeveer drie maanden. Dit kost € 650. Dan krijg je de Bailinebehandelingen, maar ook uitgebreid voedings- en leefstijladvies. Mensen die aanvullend verzekerd zijn voor alternatieve geneeskunde, krijgen de kosten vaak vergoed, dus het is handig om daar even goed naar te kijken. Er zijn bijvoorbeeld mensen met reuma die niet kunnen sporten, maar wel deze behandelingen kunnen volgen."

Voor meer informatie kijk op:

www.healthcounselingnijmegen.nl. Op zondag 22 mei staan de dames van de Bailine ook op de sportmarkt van de Marikenloop.

En ik? Ik maak meteen een afspraak voor volgende week!



CO-BUS buscamperverhuur Nijmegen LAST MINUTE actie APRIL 2016



(m) 06 12403209
(e) info@co-bus.nl
(i) co-bus.nl



Wij nemen de tijd voor onze huurders

Compleet ingerichte buscampers:

Pössl 2Win Fiat, Pössl 2Win Citroën, LMC Pössl Fiat en Adria 2Win.
Voor meer informatie zie de website co-bus.nl.

PASFOTO

Voor alle officiële documenten

Foto Arno Roozeboom

Heyendaalseweg 28
Nijmegen

024 - 3220374



't Ploegkeldertje

de mooiste raambekleding op maat

Van Broeckhuysenstraat 2-6
Nijmegen. Tel: 024-3239300
ploegkeldertje.nl
info@ploegkeldertje.nl



**Speel met
lentelicht!**

Gratis Top Down/
Bottom Up optie
Bij Plissé en Duette®
Shades en Roman
Shades.

Vraag hier naar de
actievoorzwaarden.

Designed by Luxaflex®. Inspired by you.

**Al 30 jaar
de makelaar
die met u
meedenkt!**



Een goed gevoel is altijd belangrijk, ook bij het kopen of verkopen van een huis. Bij Van Anken Makelaardij begrijpen we dat. Als geen ander beseffen wij dat een makelaar objectief moet zijn, maar ook betrokken. Het gaat om het gevoel: u thuis voelen in een huis, u op uw gemak voelen bij een adviseur die u begrijpt en dezelfde denkbeelden en overtuigingen heeft als u. Wij doen er alles aan om u dat goede gevoel te geven en helpen u graag bij de aankoop, verkoop of taxatie van uw huis.

Van Anken

MAKELAARDIJ
onroerend goed

Meer weten? Neem dan contact op met Juliëtte van Anken.

Pontanusstraat 1, 6524 HA Nijmegen • Tel.: (024) 322 36 26
www.vananken.nl • E-mail: info@vananken.nl



Easterjazz 2016

Tekst en foto: Marc van Kempen

Grote namen als Anton Goudsmit (gitaar) en Hans Dulfer (saxofoon) waren dit jaar present op Easterjazz. Jazz, funk, swing, cool, noem het en het was er. Hans Dulfer, die al jaren meedraait in de jazzwereld, knalde als een stomende, voortstuwende wals in het overvolle café Bij Basje.



Goed zien en er goed uitzien

Kom naar

Geerling  **Optiek**
50 JAAR *kwaliteit voor ogen*

Dé opticien in u buurt

*Dit jaar kan de vergoeding van uw
verzekering veranderd zijn.*

*Wij kunnen voor u nakijken of u dit
jaar nog recht heeft op vergoeding
van uw verzekering.*

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

Hartman van Dinteren v.o.f. *schilders*

Inmiddels een begrip in Nijmegen-Oost

Gespecialiseerd in:

- Binnen- en buitenschilderwerk
- Glas
- Behang- en wandafwerking
- Decoratieve schildertechnieken
- Herstel van oude plafonds
- Kleuradvies

*Tijdens de wintermaanden een aantrekkelijke
korting op al uw binnenschilderwerk.*

Bel voor een vrijblijvende offerte.

Overdag: tel. 06-53607920 / 's Avonds: tel./fax 024-3240511

Uniek afscheidshuis

In villa Oud-Mariënboom is het kleinschalige rouwcentrum van Klopper & Kramer Begrafenis- en Crematieverzorging gevestigd. De stijlvolle en informele omgeving van de villa biedt u alle rust en ruimte voor een waardig afscheid. Klopper & Kramer heeft de uitvaart en alle voorbereidingen daarvoor in eigen hand en neemt graag de tijd om uw wensen en ideeën te bespreken.



Klopper & Kramer
Uitvaartcentrum Oud-Mariënboom



Groesbeekseweg 424 | Nijmegen | www.kk.nl

(024) 323 44 44

CITY HAIR SHOP

**Dames-, heren-
en kidssalon
en pruikenkamer**

Daalseweg 3 Nijmegen
(024) 360 24 71
www.cityhairshop.nl





Theatertour Oosterlicht

Vervolg van pagina 5.

De kapel grenst aan de aangebouwde vleugel en blijkt onze theaterlocatie. In Arabische sferen worden we ontvangen. De acteurs komen (letterlijk) uit verre streken en spelen het sprookje Aladdin. Komisch en aandoenlijk tegelijk.

Onze laatste voorstelling gaat dan toch over die maanvis. Tim en Dymph hebben hun kelder omgetoverd tot een klein theater waar Thom Gerrits zijn talent bewijst. Na een adembenemende voorstelling

van tien minuten over de maanvis, een mislukte vis onder de vissen, loopt iedereen met zijn armen zwaaiend als vinnen, naar buiten. Thom bracht een stukje kennis bij maar liet ons vooral even lekker lachen. Een heerlijke afsluiter dus. De route is rond. Nog even een lekker drankje in het Logegebouw en de verhalen horen over de Kleine Beer. Ik heb het voorrecht dat ik deze op zondag mocht gidsen.

Voor meer foto's ga naar www.dewijkwebsite.nl/oosterlicht.

Oosterlicht bedankt de volgende Locaties voor het beschikbaar stellen van hun ruimte: Tim en Dimphy, Altijd zondag, Villa Salatiga, OSNijmegen, Tatooshop Marco vd Bol, de woonkeuken van Rianne, atelier Mieke Koenen, zorghotel Sterreschans, Fysioplus en Praesentia



www.suzannevanhorssen.nl

T (024) 35 63 010

*“Een eigen manier van leven
vraagt om een eigen manier
van afscheid nemen.”*

Vincent en Wilma Tromp

Suzanne van Horssen
uitvaartbegeleiding



Ook ons initiatief:

het afscheidshuys
WAARDIG AFSCHIED NEMEN

www.hetafscheidshuys.nl

Voor een persoonlijke en waardige uitvaart.
Ongeacht waar u verzekerd bent.

Foto Roos

www.fotoroos.nl

Hazenkampseweg 12
6531NJ Nijmegen
024-3551069
algemeen@fotoroos.nl



GOEDGEKEURDE
PASFOTO'S

3.50 korting
na inleveren van deze bon
geldig in 2016

Lekker dichtbij en
gratis parkeren



U maakt zich zorgen over de
ontwikkeling van uw kind en u
weet niet hoe het verder moet...

Dan kunnen wij behulpzaam zijn.



www.boveldt.com

VOORJAAR IN CENTRUM NIJMEGEN



WAT IS ER TE DOEN?

DI 26 EN WO 27 APR KONINGSNACHT EN -DAG

ZA 7 EN ZO 8 MEI GIRO D' ITALIA

ZA 14 T/M MA 16 MEI PINKSTERWEEKEND

ZO 22 MEI MARIKENLOOP

VANAF ZA 28 MEI EXPOSITIE
100^{STE} VIERDAAGSE

ZA 4 T/M ZO 12 JUNI VOORJAARSKERMIS

KIJK VOOR EEN COMPLEET OVERZICHT OP CENTRUMNIJMEGEN.NL

Extreem Oost De steilste weg van Oost

Op nog geen 250 meter van mijn huis ligt de steilste weg van Nijmegen-Oost: de Beekmansdalseweg. Met een stijging van 40 meter over 400 meter - 10% dus - is dit de steilste klim in de wijde omgeving. (Niet de zwaarste overigens, omdat hij zo kort is).

Tekst en foto's: Kor Goutbeek

Aan de voet van de klim ligt het Total-tankstation aan de Ubbergseweg, boven loopt de Ubbergseveldweg. Waarom deze weg zo steil is? In de voorlaatste ijstijd werd het zand hier hoog opgedrukt door een kilometers dik pak ijs: als het schuiven met een zware pan die rimpels in een tafelkleed maakt. Daarna schuurde de Waal de noordrand van deze stuwwal in de loop van duizenden jaren af, waardoor de helling steeds steiler werd.

Romeinse weg

De Beekmansdalseweg is ook een van onze oudste wegen. Het is al een Romeinse weg tussen de Ooijpolder en de poort van het kamp van het Tiende Legioen op het Kops Plateau. Beekmansdal is de naam van de diep uitgesleten vallei, waardoor deze weg loopt. De naam refereert aan een 17e eeuwse familie die hier mogelijk een buitenplaats had. Tot 1914 hoorde deze weg trouwens bij de gemeente Ubbergen.

RIBW

Bovenaan, rechts van de weg staat een gebouw met gekleurde vlakken. Dat is van de RIBW, een instelling voor begeleid wonen. Zestien mensen met een psychiatrische aandoening - vooral alleenstaanden - wonen hier met begeleiding. Dat wil zeggen: ze hebben een eigen kamer met douche, wc en keuken, maar kunnen ook kiezen voor de gezamenlijke huiskamer en keuken. Ze kunnen samen eten, zwemmen of wandelen als ze daar behoefte aan hebben en krijgen hulp bij dagelijkse taken.

Langs de weg staan ijle, hoge beuken, eiken, esdoorns en robi-

nia's. Nu, in het voorjaar, is het daar een en al activiteit: spreeuwen, vinken en zanglijsters zingen, boomklevers, koolmezen en apelvinken roepen, een specht klopt: hier klinkt een kakofonie aan geluiden op een zonnige ochtend!

Premier Van der Bruggen

Er staan twee gemeentelijke monumenten langs de Beekmansdalseweg: nr. 1, onderaan en nr. 7, in het bovenste deel. Die laatste villa is gebouwd in 1852 en is wit met een grote veranda en balkon (foto boven). Dit was het woonhuis van premier Van der Bruggen (1856-1858). Hij was de stichter van de eerste christelijke basisschool van Nederland en de eerste christelijke Pabo (beide De Klokenberg geheten, lees daarover verder in het nummer van vorige maand). Helemaal beneden staat rechts een wit Gelders boerderijtje, met een typische T-vorm, het huis dwars op de deel geplaatst en half in de heuvel ingegraven.

Grote Kop

Ik fiets de Beekmansdalse weg regelmatig op als ik uit de Ooijpolder of de Duffelt kom. Ik 'neem' de klim meestal in dezelfde versnelling - ik schakel dus niet - en staand



op de pedalen: 400 meter is kort genoeg daarvoor. De 4 x 100 meter van de 'Grote Kop' zoals deze heuvel ook wel heet, is als volgt opgebouwd: 11%, 8%, 8% en 13% stijging. Dat laatste stukje is meteen de steilste 100 meter van heel het Rijk van Nijmegen. De snelste geregistreerde tijd op de hele weg is 48 seconden van een zekere Rick Meurders uit Nijmegen: ik hoop maar dat deze Rick 20 jaar jonger en 10 kilo lichter is dan ik, dan heb ik een goed excuus. Mijn snelste tijd is namelijk 'slechts' 58 seconden, een gemiddelde van 25 kilometer per uur. Met die tijd zou ik net buiten de huidige top-20 vallen van de 4800 mannen en vrouwen die hun record geregistreerd hebben via de website Strava. (Waarbij ik eerlijkheidshalve moet vermelden dat ik 25 was, toen ik zó hard naar boven vloog...)





Authentiek THAIS RESTAURANT
 Van t Santstraat 159 Nijmegen-oost
 t.0243772444 -OPEN 17u. - baanisaan.nl



BAAN ISAAN

Samen met onze gasten vieren wij op 23 april het Thaise nieuwjaar **SONG KRHAN**. Men mag een wens doen en er is accoust. **LIVE** muziek op de **ISAAN PEN** (gitaar), tevens voor iedereen een surprise.

Kom naar ons om van het voorjaar te genieten!



Het Molentje Bloem & Tuin

Berg en Dalseweg 340 – 024-3229279
www.bloemisterijhetmolentje.nl

*Vanaf nu elke zondag geopend tot Pinksteren.
 11:00 tot 17:00 uur.*



20% korting

tegen inlevering van deze bon, geldig tot en met 14 april.



Kinderpagina van Oost!

door Marjolijn Hovius & Tineke Honingh

Ouders: doorbladeren nu, deze pagina is helemaal voor de kinderen van Oost. Met de fotopuzzel, verhalen van kinderen uit de buurt... En tips voor een tuin vol vlinders!

Heb jij een goeie mop? Gekke hobby? Heb je een leuke tip voor je buurtkinderen? Of misschien een plek in de wijk die je prachtig, gezellig, gevaarlijk of spauwlelijk vindt? Stuur een mail naar: kinderpaginavanoost@gmail.com

Mop van de maand



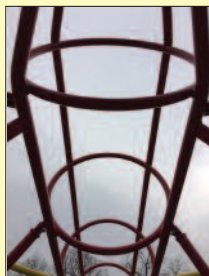
Er zitten twee koeien in bad. Zegt de een: 'Mag ik de zeep? Ik

krijg die vlek er niet af!' Bas, 8 jaar.

WAAR in de wijk?

Weet je waar de foto rechts genomen is? Mail de oplossing naar kinderpaginavanoost@gmail.com,

Oplossing vorige maand: Jaro Hal-sema (10) was de snelste speur-neus! Hij mailde de oplossing: 'Het is een letter van de rotonde bij de Broerdijk. Ik woon er in de buurt en fiets vaak langs.'



Het zijn Romeinse letters. Als het regent, spiegelen de letters in de donkere rand. Er staat dan: Aquaduct Legerkamp bij Nijmegen (in het Latijn natuurlijk – de taal van de Romeinen!). Een aquaduct was een waterweg. Het zorgde voor de aanvoer van water voor de soldaten.

Mooie / lelijke / fijne / gevaarlijke plek in Oost. Deze plek is... MOOI!

Vesper (6) in de Vlindertuin

Voor vlinders is het op deze zaterdag in maart nog te koud. Maar niet voor Vesper (6 jaar, bijna 7). Zij werkt hard mee om de Vlindertuin (bij de rotonde aan de Hengstdalseweg) nóg mooier te maken.



Vesper: "We hebben net de vlinderstruiken gesnoeid. Je moet er heel veel takken afhaken, dan komen er straks juist meer bloemen aan. Vlinders houden heel erg van de vlinderstruik. Ik heb de kleine takken gedaan, mama de dikke. Deze grote tak heb ik hier geplant. Dat wordt mijn eigen vlinderstruik." Vesper lacht: "Dat is eigenlijk een grapje. Ik denk niet dat-ie echt gaat groeien."

Werk je vaker in de Vlindertuin?

"Ja, ik ga elke maand met mama mee. Dat doen we al bijna twee jaar. Ik help met snoeien en met gras weghalen. Want er groeit hier heel veel gras, maar wij willen dat er meer bloemen komen. Daarom moet het gras weg. Mamma en ik waren hier net ook gras aan het plukken, maar toen riep Henk: 'Niet doen! Dat is vies!' Kijk." Vesper plukt een stengeltje: "Proef maar, dat is een kruid en je kunt het eten."

En er blijkt nog meer lekkers te zijn: warme appeltaart! Die is vanochtend in het steenovenje van de Vlindertuin gebakken. Tijd om even pauze te nemen. Maar lang zit Vesper niet stil. Ze ziet een kikker in het vijvertje! Vesper: "Vorig jaar zaten er heel veel kleine kikkertjes in deze vijver. Die durfde ik ook wel te vangen. Heel voorzichtig met je handen. En daarna terugzetten, anders is het zielig."

De Vlindertuin aan de Hengstdalseweg wordt door buurtgenoten opgeknapt en onderhouden. Elke derde zaterdag van de maand zijn ze in de Vlindertuin aan het werk, van 10-12 uur. De volgende keer is op zaterdag 16 april. Kom kijken!

Meer vlinders in je tuin? Zo doe je dat!



- Zorg voor veel bloemen, van voorjaar tot herfst! Vlinders eten nectar, een zoete stof die in bloemen zit.
- Met een vlinderstruik lok je natuurlijk veel vlinders. Maar ze vinden nog meer lekker, lavendel en klimop bijvoorbeeld.
- Laat brandnetels staan! Echt! Rupsen zijn er dol op, en veel vlinders leggen er hun eitjes op.

Meer tips? Kijk op www.vlinderstichting.nl. Of kom een keer de kunst afkijken in de Vlindertuin.



Uitgeleide

Deskundige en persoonlijke
begeleiding na een overlijden
(ongeacht waar u verzekerd bent)

Margreet Mattijssen
Dag en nacht bereikbaar

06 - 486 91 416

www.uitgeleide.nl



Tandartspraktijk Bas Jansen
In het hartje van Nijmegen-Oost
Daalseweg 332
6523 CE Nijmegen

**Nieuwe patiënten zijn
van harte welkom!**

Tel 024-323.88.85
www.tandartspraktijkbjansen.nl



KOOKWORKSHOPS

Wij hebben de komende tijd weer diverse thema-avonden zoals o.a.
Basis workshop - Italiaanse keuken - Hollandse stampotjes -
Lekker wokken - Indonesische workshop.

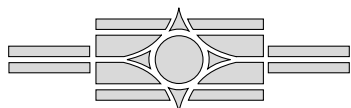
U geniet deze avonden van heerlijke gerechten die u onder leiding van
een enthousiast team zelf maakt en daarna onder het genot van een
mooi glas wijn, biertje, sapje of fris in een gezellige ruimte gebruikt.
Het is mogelijk voor 8 personen een huiskamerworkshop te houden.
Kijk voor meer informatie op onze website: www.kokenmetcoenen.nl

Voor de "barbecue"- en de "wokken in de tuin"-workshops op:
27 mei, 10 juni en 1 juli zijn nog plaatsen vrij.

LEKKER WOKKEN EN BARBECUEËN DIT VOORJAAR.

Inloop vanaf 18.45 uur, workshop van 19.00 tot ca. 22.30 uur.
Locatie workshops: Pro-College, Dennenstraat 21, Nijmegen

Geen idee wat u morgen wilt eten? Kijk op:
www.kokenmetcoenen.nl



van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

mr. C.T.G. van Schie

mr. F.G.W.M. Huijbers

mr. S.T.W. Verhaagh

mr. D.W. Beemers

mr. S. van Oers

mr. H. M. Schurink - Smit

mr. B. Klomp - de Wijk

voor:

- echtscheiding
- alimentatie
- arbeidsrecht en uitkeringen
- vreemdelingenrecht
- strafrecht
- jeugdrecht

Berg en Dalseweg 15
6521 JB Nijmegen
Tel. 024 - 323 88 44



**Kolmeijer
Nijmegen**
makelaars & taxateurs

thuisbezichtigen.nl

Tel. (024) 360 95 52
www.kolmeijernijmegen.nl

Mr. Franckenstraat 27
6522 AC Nijmegen
wonen@kolmeijernijmegen.nl

Weemoed over al het mooie

Door Kor Goutbeek

Afgelopen weekend overleed de man van mijn hardloophvriendin. Hij laat naast zijn vrouw een zoon van 18 achter. Ik fiets meerdere keren per dag langs hun huis en denk dan elke keer met weemoed over hen. De overledene zelf had gezegd: "Ik huil niet om de verdrietige, maar om de mooie dingen."

Ook Johan Cruijff overleed deze week, 68 jaar, net zo oud als mijn vader werd. Mijn vader stierf ook aan kanker en in dezelfde week, vlak voor Pasen. De tijd van Johannes- en Matthäus-Passion, weemoedige muziek waarin lijden en sterven centraal staan.

Mijn vader, Jan, was onmiskenbaar met zijn alpinopet, een overhemd met grote kraagpunten, een strakke groene spencer tot op de broekriem. Heel modieus. Een

korte, brede gestalte, een grote blozende neus en een ringbaardje. Qua karakter verschilden we als dag en nacht. Ik een dromer, hij een doener. Ik een weifelaar, hij kordaat. Ik een prater, hij een zwijger. Als ik weer eens enthousiast vertelde over mijn wilde plannen, kon hij wel eens veelzeggend glimlachen, zonder me tegen te spreken. Inmiddels geldt de zinsnede 'Papa, ik lijk steeds meer op jou' van Stef Bos: ik loop ook op klompen door de tuin, ik heb een hekel aan tocht en glimlach om de verhalen van mijn zoon.. De laatste maanden kwam hij amper buiten en bij hem kwam amper iets binnen. Maar twee dagen voor zijn dood zaten we ineens nog samen in de zon op het terras, Jan met de pet op, hij at zelfs een stukje lasagne. "Ik had toch zo'n fijne dag vandaag", zei hij. Daarna kreeg hij een maagbloeding en vervolgens ging het op de glijbaan onstuitbaar naar beneden. Zorgen kon hij goed - hij was 25 jaar verpleegkundige geweest - maar zorg ontvangen was iets anders. Pas twee dagen

voor zijn dood mocht mijn moeder hem inpoederen tegen de jeuk. Diezelfde dag vond hij het goed dat mijn zus hem zijn sloffen aan deed. Zondagochtend nam hij afscheid van ons. De kinderen en wij, we stonden er wat bedremmeld bij. En maandag kon ik eindelijk iets voor hem doen. Hij ademde heftig en onrustig, met wijd opengesperde ogen. Ik pufte mee als bij een bevalling met een rustige ademhaling, in de hoop dat hij mijn ritme zou overnemen, zijn koude, brede vingers in mijn hand. Ik fluisterde, waarom weet ik ook niet: "Het is goed. Je mag gaan." Zijn ademhaling werd langzamer, heel langzaam zelfs. Ik zag hem soms minutenlang niet meer naar lucht happen, het leven vloeide uit hem weg. Ik kreeg ineens kippenvel en werd steenkoud. Zes minuten voor zes. Buiten zong een merel in de zon.

Reacties? k.goutbeek@gmail.com



Paaseieren zoeken in Groenewoud

Door Marjon Spoorenberg

Foto: Kees Spoorenberg

Op 2e paasdag konden de kinderen van Groenewoud weer volgens traditie paaseieren zoeken in het speelpark. Ondanks dat er minder goed weer voorspeld was waren er toch nog ongeveer 30 kinderen op af gekomen!





WINKELCENTRUM MOLUKKENSTRAAT

Beter horen begint met
Beter Horen



De hoorspecialist

024 684 18 10
www.beterhoren.nl

Brain Wash *Jouw kapper* **NICE TO SEE YOU!**

OP JOUW MOMENT
ZONDER AFSpraak

BrainWash Nijmegen Molukkenstraat 23
Ma - vr 09.00 - 20.00u - Za 09.00 - 18.00u

Dagelijks verse aardbeien en
asperges rechtstreeks van het land!



coop

Walraven Molukkenstraat

maandag t/m zaterdag
8.00- tot 20.00 uur
zondag 12.00- tot 20.00 uur

www.winkelcentrummolukkenstraat.nl

HET BROODHUIS

— OOK VOOR UW GEBAK —

Dagelijks
vers brood
en gebak



eyelove
Kwaliteitsbrillen

Complete bril op
iedere sterkte
voor € 49

inclusief gratis oogmeting!

- + Montuur naar keuze
- + Glazen op iedere sterkte (met cilinder)
- + Glazen voor veraf of dichtbij
- + Gratis ontspiegeling
- + Gratis kraswerende laag
- + Gratis dunner geslepen glazen vanaf sterkte 3,00
- + Gratis luxe brillenkoker

Complete multifocale bril voor € 99,-
(met onzichtbaar leesgedeelte)

DA van Marwijk - Molukkenstraat15 - Nijmegen - tel. 024-324 5819



Bloemenveld

Voorjaarsbloeiers
per stuk € 1,50
3 voor € 4,00



www.bloemenveld.eu - info@bloemenveld.eu

024 32 33 248

Elke dag:

4 personen vers gesneden patat,
4 kroketten of frikandellen € 10,-

Zie onze andere
dag aanbiedingen op:
www.cateringroyale.nl

Foodservice
Royale



Molukkenstraat 21 - 6524 NA Nijmegen
024 324 92 37

Les Gites
Rood-wit Pays d'or

Per fles € 5,95
2de fles halve prijs
op = op

Molenweg 104 - 6542 PZ Nijmegen
024 377 11 00



"Kwaliteit, service en winkelgemak in de buurt"



ons winkeltje



WINKELCENTRUM MOLUKKENSTRAAT

Goed kunnen lopen is de basis voor een aangenaam leven.

Na 2,5 jaar gaan wij, naast onze bekende schoenmakerij, met de verkoop van comfort schoenen van Schein beginnen. Deze comfort schoenen van Schein zijn speciale schoenen voor diegene die problemen heeft met de reguliere schoenen en naar extra comfort zoekt.

Deze kwaliteitsschoenen komen uit Duitsland en kunnen verlichting geven bij hamer- of klauwtenen, knobbels, diabetes of reumatische voeten. Een aantal modellen en maten zijn in 'Ons Winkeltje' op voorraad en kunnen gepast worden.

Heeft u bijzondere wensen, een andere maat of graag een ander model of kleur, dan hebben wij deze binnen enkele dagen in huis. In 'Ons Winkeltje' is een zithoekje waar u, onder het genot van een kopje koffie, uw voeten op laat meten, schoenen kunt passen en natuurlijk uw vragen en wensen kunt bespreken.

Om er voor te zorgen dat u ook op vragen over meer medische voetproblemen antwoord krijgt, gaan wij samen werken met podotherapeut Franklin Hochstenbach. Franklin Hochstenbach heeft nu een podotherapie praktijk in Dodewaard maar zoekt op korte termijn ook een praktijk dichterbij of zelfs in Nijmegen. In de toekomst zal hij, wel met afspraak, in 'Ons Winkeltje' aanwezig zijn voor de vragen over uw voetproblemen.



Als podotherapeut en werktuigbouwkundige is hij werkzaam om voetgerelateerde problemen bij zijn patiënten op te lossen. De basis voor elke oplossing is toch wel de schoen. Franklin Hochstenbach zet zo nu en dan vraagtekens bij de deugdelijkheid van het schoeisel dat hier en daar in winkels te verkrijgen is. Vooral qua pasvorm bij de voorvoet en het hielbeen laat het vaak te wensen over.

Tijdens een ontmoeting hebben we besloten om onze kennis en ervaring te delen om zo in de komende jaren verbeteringen in het aanbod van de schoenmarkt te brengen. Vaak zijn deze problemen met relatief eenvoudige manieren op te lossen; met goede schoenen eventueel aangevuld met steunzolen.

Naast de schoenmakerij en de verkoop van schoen bieden wij u de sleutelservice en het stomerij depot aan. Schoenfournituren, lederwaren, alle soorten naambordjes, GLS pakketshop, horlogebandjes en batterijtjes u vindt het allemaal bij 'Ons Winkeltje'.



Molukkenstraat 5
6524 NA Nijmegen
06 418 601 84
info@lederhoek.nl

www.lederhoek.nl

"Kwaliteit, service en winkelgemak in de buurt"

Kleine advertenties

Vervolg van pag. 6

Rijbewijskeuring, dezelfde week nog! €25. G Gootjes arts, Broerdijk 17, 024-3236553
www.medischekeuring.info

Mooie verbouwde boerderij op landelijke locatie in Frankrijk. Groot en comfortabel. Het gehele jaar te huur. € 450-550, maximaal 6 personen. www.gites.nl/168771

Frank Berkers Belastingen. Moet u nog aangifte doen? Neem vrijblijvend contact op om een afspraak te maken. 024-3227286

Reading en/of healing. Geen toekomstvoorspelling maar een heldere communicatie over wie jij bent, wat je nu aan het uitzoeken bent en wat voor jou wezenlijk van belang is. Met daarna een energetische massage. Om meer

in contact te komen met jezelf. Telefoon: 06-43922456

Boek nu uw vakantie 2016 bij "Une Belle Histoire" in de Bourgogne, al vanaf € 395,-. Te huur per week of vanaf 2 nachten. Kijk op: www.unebellehistoire.fr

Kan je zoon wat extra ondersteuning gebruiken? Ik **coach jongens** met kennis over kwaliteiten en valkuilen van jongens. Doelgericht, actief en met oog voor wat nodig is. 06-27334004

Te huur: **vakantiewoning** in Italië (Rome), groot familiehuys (6p) in Vetralla, 60 km ten noorden van Rome. Uitermate geschikt voor actieve senioren die van cultuur en rust houden. 06-54676042 margotjansen53@hotmail.com.

Nieuwe wijkbewoner

Lea

Foto en Tekst: Hanneke Roelofs

Terwijl de lente nog moeite heeft om zich door de kou heen te vechten, slaapt Lea Jeurissen uit de Dominicanenstraat in haar wandelwagen heerlijk verder. Ze is nu 6 weken oud, geboren op 9 feb 2016. Rond de meteorologische lente op 1 maart, ging zij voor het eerst naar buiten. Langzaam lengen de dagen en in dit eerste jaar van Lea, zal zij snel groeien. En voordat de ouders het weten, zal zij zelf lopen en deelnemen aan het schoolleven in Oost.

Voor nu is dit de eerste kennismaking met een groter publiek. Welkom Lea, in Nijmegen Oost en dat je hier mag opgroeien en opbloeien.



SIARDUS is er nog niet uit

door Frank Schijven



Spaarzegels

In een supermarktje in een dorpje zit al jaren achter de kassa een jongeman. Ik noem hem de kassajongen. Hij maakt makkelijk contact met klanten en de klanten zijn dol op hem. Ook de supermarktbaas.

Deze kassajongen wil trouwen met zijn vriend en hij spaart voor de inrichting van een nieuwe keuken. Bij een nieuwe keuken horen ook nieuwe spulletjes.

Toeval wil dat het supermarktje een spaaractie start voor... jawel: keukenspulletjes. Bij iedere besteding van € 10,- aan boodschappen krijgt de klant gratis een spaarzegel. De kassajongen wil meedoen met die spaaractie. Voortaan doet hij al zijn eigen boodschappen in het supermarktje. Zo spaart hij vele keukenspulletjes bij elkaar.

Maar hij niet alleen, ook zijn vaste klanten sparen voor hem. Deze klan-



ten schenken na betaling van hun boodschappen hun spaarzegels aan de kassajongen. De kassajongen stopt de geschenken zegels weg in zijn broekzak. Dit gebeurt allemaal bij de kassa.

De supermarktbaas wil dat niet. De baas en kassajongen voeren een gesprek. Het gaat van kwaad tot erger. De kassajongen krijgt ook nog even diefstal van andere spaarzegels naar zijn hoofd geslingerd. Verdere gesprekken leiden niet tot begrip, maar tot toename van de spanning tussen partijen. Een onwerkbare situatie ontstaat.

Te laat schakelen de partijen een advocaat in. Resultaat: einde dienstverband met vergoeding voor werknemer. Twee verliezers. Jammer!

Voorzetting dienstverband had er in kunnen zitten als de supermarktbaas en kassajongen na hun eerste confrontatie over de spaarzegels met een arbeidsmediator hun gesprekken hadden gevoerd. Had twee winnaars kunnen opleveren. Een gemiste kans.

Michaëla Kaaij schrijft vanuit haar dagelijkse praktijk in de advocatuur en mediation een gastcolumn.

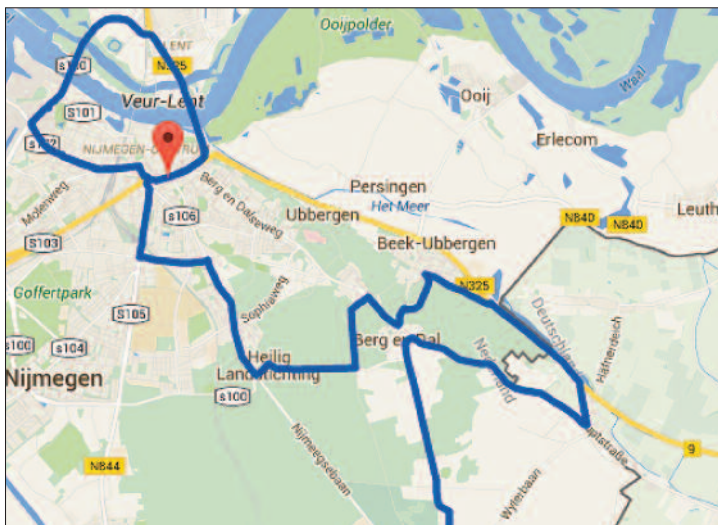
Wijknieuws

Enquête naar aanleiding weghalen naaktschilderijen STIP Oost

Het voortijdig weghalen van de schilderijen van haar cursisten uit informatiecentrum Stip Oost aan de Elzenstraat, heeft Yette Rohde veel reacties opgeleverd. Na de Gelderlander deden ook de Telegraaf en Pownews verslag van haar actie. Veel mensen lazen het uitgebreide bericht in de Wijkkrant of op de wijkwebsite. Daar kon je tevens je stem uitbrengen. Er waren 18 uitgebrachte stemmen: 1 x nee – *als ik naaktkunst wil zien ga ik wel naar een museum* (6%)
17 x ja – *naaktkunst moet kunnen* (94%)

Giro d'Italia door Nijmegen-Oost

Op zaterdag 7 mei bezoekt de karavaan van de Giro d'Italia Nijmegen-Oost. Het peloton vertrekt vanuit Arnhem. Via een wijde lus door de Veluwe en de Betuwe nadert het peloton Nijmegen vanaf het zuid-Oosten (Malden-Groesbeek). De wielrenners en de bijbehorende reclamekaravaan rijden Nijmegen binnen via de Groesbeekseweg. Op de kruising bij café Groenewoud slaat het peloton linksaf, rijdt via de Groenewoudseweg richting St. Annastraat en vandaar naar het Keizer Karelplein. In laatste fase van de wedstrijd maken de wielrenners twee rondjes via Oud-West-De Oversteek en de Waalbrug. De finish ligt uiteindelijk op de Oranjesingel.



Meer info over de tijdelijke afsluitingen op www.dewijkwebsite.nl. Tik in het zoekveld rechtsboven: #giro

Altrade viert feest rondom Giro d'Italia!

Op zaterdag 7 mei organiseert buurtvereniging Altrade een feest in het kader van de Giro, die in dat weekend door Nijmegen

trekt. Net als op een Italiaanse 'piazza' gaat men aan lange tafels in de Johannes Vijghstraat genieten van een maaltijd, met daarbij Italiaanse muziek, proeverijen en activiteiten voor jong en oud. Ook het bekende straatorkest 'de Kwakbergband' zal aanwezig zijn. Voor de kinderen is er o.a. een mini-



Giro met zelfversierde fietsen. Volwassenen kunnen het tegen elkaar opnemen in een Italiaanse 'pubquiz'. Het feest begint om 16.00

uur en eindigt rond 20.00 uur. Iedereen kan zich aanmelden via de website www.altrade.nl. De maaltijd kost 5 euro, die je op de dag zelf kunt betalen. In verband met de planning graag vóór 4 mei aanmelden. Met vragen kun je terecht bij www.altrade.nl /penningmeester.

Expositie Lex Mulder 8 mei - 2 juni in Stip Oost

Ingezonden door Henk Horstink

Na de meivakantie openen informatie- en ontmoetingscentrum Stip Oost alweer de zesde expositie. Komt dat zien, drink een kop koffie en ontmoet buurtgenoten. Je kunt ook een krant lezen een boek lenen en op het prikbord kijken wat er te doen is in Oost.

De kunstenaar Alexander Mulder (1933) heeft opleidingen gedaan in Amsterdam en Londen. Tevens is hij lid van de Amsterdamse kunstenaarsvereniging 'de Onafhankelijken'. Bij stijl kun je denken aan een cultuurverschijnsel, dat opkomt en weer verdwijnt. Denk aan pop-art of popmuziek. Maar je kunt ook meer individueel denken aan het handschrift van een kunstenaar: zijn of haar eigen stijl. Bij Lex is zijn eigen stijl zeer duidelijk aanwezig, hij is door de jaren heen zeer herkenbaar geworden door materiaalgebruik, kleuren en onderwerpen in zijn hele werk. Hier en daar wat invloeden: Chagal, Dufy, Jacometti. Hoe dan ook een belevenis om te zien!
Feestelijke opening: zondag 8 mei 17.00u.

Plaats: Stip Oost Elzenstraat4 t/m do 2 juni
Openingstijden Ma+ do 13.30-17.00,
wo9.30-12.30 + Rechtswinkeltijden Ma en
Wo avond 19.00- 20.00



Ook exposeren in Stip Oost? of iemand voordragen voor expositie aan Elzenstraat 4? mail of bel henk.horstink@gmail.com en of 06 1498 5928

Unieke film over Nijmegen teruggevonden

Onlangs is een bijzondere film gevonden van de hulp die de Amerikaanse stad Albany na de Tweede Wereldoorlog verleende aan Nijmegen. Op 11 april 2016 tijdens haar jaarlijkse voorstellingen in De Vereeniging vertoont Nijmegen Blijft in Beeld deze unieke beelden voor het eerst sinds bijna zeventig jaar.



Bron foto: Regionaal Archief Nijmegen

Na een speurtocht van jaren stuitte de stichting Nijmegen Blijft in Beeld uiteindelijk bij toeval op de film 'This is Nijmegen'. Deze film uit 1947 duurt 11 minuten en is in opdracht van de gemeente Nijmegen gemaakt als dank voor Albany, de hoofdstad van de Amerikaanse staat New York. Nijmegen en Albany hebben sinds de naoorlogse wederopbouwtijd een stedenband.

De film toonde unieke beelden van Nijmegen kort na de Tweede Wereldoorlog: De verwoeste stad, het station, noodwinkels en het lossen aan de Waalkade van hulpgoederen uit Albany. Op maandag 11 april is de film te zien tijdens de jaarlijkse voorstelling van de Stichting 'Nijmegen Blijft in Beeld' in het concertgebouw De Vereeniging. Maker van de film is Peter Reijnders (1900-1974), onder andere cineast van de bevrijding van Eindhoven in 1944 en later één van de grondleggers van het Sprookjesbos in De Efteling.

AGM CAPELLI

JUST YOUR STYLE

H a i r S t y l i n g



AGM CAPELLI geeft u persoonlijke aandacht en een natuurlijk mooi kapsel. Het heldere design van de kapsalon en de Italiaanse gastvrijheid zorgen voor no-nonsense-verwennerij.

Vrijblijvend geven wij advies over haarkleuring en coupe.

Bij AGM CAPELLI kunt u ook terecht voor spa manicure en kleurenanalyse.

Wij werken met de producten van L' ORÉAL PROFESSIONNEL en CND.

Openingstijden:

Dinsdag t/m vrijdag 09.00-18.00 uur

Zaterdag 09.00- 16.00 uur

Wij werken volgens afspraak.

Heydenrijkstraat 110 | 6521 LS | Nijmegen | 024-3656119



Rozendaal/Nijmegen-Oost

Fysiotherapie
Manuele therapie
Sportfysiotherapie
Bekkenfysiotherapie
Geriatricfysiotherapie
Lymfe-oedeemtherapie
Neurologie: Parkinson/CVA
Orthopedie
Oncologie
Longrevalidatie

DE SPECIALISTEN VAN FYSIOPLUS STAAN VOOR U KLAAR

Tooropstraat 212 6521 NZ Nijmegen (tegenover eetcafé de Grut)
www.fysioplusnijmegen.nl + dag- en avondbehandeling

024 - 323 04 24

WINNAAR 'TOEGANKELIJKHEIDSPRIJS'
VAN DE GEMEENTE NIJMEGEN

OBG, daar word je gezien!

In Grand Café de Borger en op zijn fraaie terrassen is het zien en gezien worden. Oud en jong ontmoet elkaar elke dag, 7 dagen per week, in dit sfeervolle café aan de Prof. Cornelissenstraat 2. Of het nu bij één van de talrijke activiteiten is of in één van de goed uitgeruste vergaderruimtes, bij OBG voel je je thuis. Heerlijk ontspannen werken met gratis WiFi of gewoon met vrienden even een bakkie doen. Je doet het bij OBG! De Borger is dagelijks geopend vanaf 9:30 uur. Het OBG-Dienstencentrum is ook de uitvalsbasis voor de medewerkers van OBG die dagelijks bij een groot aantal ouderen in Nijmegen-Oost hun werk doen als verzorgende of er huishoudelijke hulp verlenen.

Dagbesteding helpt

Ook dagbesteding is bij OBG beschikbaar. In het OBG-Dienstencentrum zijn drie sfeervol ingerichte ruimtes waar mensen met geheugenverlies of dementie terecht kunnen voor een gestructureerde en zinvolle daginvulling, samen met anderen en onder deskundige begeleiding. Van maandag tot en met zaterdag kun je terecht in de Beijer, de Gezel en het Atol. Naast en mantelzorgers krijgen hiermee ook wat meer tijd voor zichzelf (terug). Er is niet altijd een indicatie van het Sociaal Wijkteam nodig, dus informeer naar de beschikbaarheid en mogelijkheden of loop eens binnen om de goede sfeer van OBG zelf te ervaren. We zien je graag.

Hans Schalkwijk exposeert bij OBG

Tot eind mei zijn de kleurige doeken van Hans Schalkwijk te bewonderen in het OBG-Dienstencentrum. Het schilderwerk van Schalkwijk is eigenlijk niet in één woord te vatten. Vlakken, kleuren, lijnen. Soms schraal en soms stevig op doek geschilderd. Zijn schilderijen hebben iets stevigs, maar er zit ook rust in. Afhankelijk van zijn recente ervaringen worden de werken strak of grillig, donker of licht, hoekig of rond, uitbundig of ingetogen. Voor Hans is schilderen loslaten, laten ontstaan

en een beetje maken. Zijn doeken zijn te koop, maar ook beschikbaar in bruikleen. Op zijn website www.hansschalkwijk.nl lees je er alles over, maar bij OBG zie je het echte werk! Dagelijks geopend, ook in het weekend.

Bewegen in de OBG-Beweegtuin.

Ook 24 uur per dag geopend is de OBG-Beweegtuin. Deze actieve tuin is er voor iedereen en gratis toegankelijk. Met het fraaie lenteweek in aantocht, is het tijd om weer heerlijk te bewegen in de buitenlucht. Dat doe je dan bij voorkeur op de prachtige toestellen in de OBG-Beweegtuin. Bovendien is daar iedere dinsdag professionele begeleiding aanwezig tussen 10:00 en 11:00 uur en van 15:00 tot 16:00 uur. Nadja Vollema en Bart Konig studeren aan de HAN en helpen je graag bij de diverse oefeningen. We zien je er graag, dus: maak er gebruik van.

Op de hoogte blijven?

Wil je altijd weten welke activiteiten er bij OBG zijn? Kijk dan op www.obg.nu of neem een abonnement op OBG Contact. Kosten: € 19,95 per jaar en aan te vragen via info@obg.nu of 024-3279279. Volg OBG op Facebook en Twitter via @OBGNijmegen

OBG, daar doe je mee!



Beschermde wonen bij OBG. Informeer naar de mogelijkheden via www.obg.nu.

Activiteiten

OBG-Matinee

Kom zondags van 14:30 tot 16:00 uur luisteren naar de live muziek in Grand Café de Borger. 10/4: Leerling-presentatie van Rein WalDRAM (let op: aanvang 14:00 uur); 17/4: De Lindenberg Muziekschool; 1/5: Anouk Balins. Gratis toegang!

Dansen bij OBG

Dansen doe je op de dinsdag bij Seniorencafé Burgerlust. Al 20 jaar organiseren vrijwilligers gezellige dansavonden met live muziek van Erica Duo (11 april), Tom Meuwese (26 april) en Jersey (10 mei). Open: 19:30-22:30 uur, gratis toegang.

Bingo

Iedere maand kunnen de liefhebbers van een spelletje Bingo bij OBG terecht. Voor de gezelligheid en leuke prijsjes kom je op donderdag 28 april aanstaande naar OBG. Iedereen is welkom. Je speelt al mee voor € 10,- (incl. een drankje en een hapje). Aanvang: 19:00 uur.

www.obg.nu

Koningsdag

Kijk samen met buurtgenoten naar het bezoek van Maxima en Alexander aan Zwolle in De Borger. Het Grand Café van OBG is op Koningsdag geopend.

Verzet tegen leiding Vijverhof

Door Eric Stuart

Enige weken geleden kregen de bewoners van Woonzorgcentrum Vijverhof per brief te horen dat ook het laatste restje zorg er zal gaan verdwijnen. Na de receptie, de kapper, de winkel en de eerder aangekondigde sluiting van restaurant De Héérlijkheid, kondigde de directie van de Vijverhof aan dat ook de zorg voor de afvoer van afval per 1 mei zal stoppen.

Dit was voor de meeste bewoners van de Vijverhof een brug te ver. Voortaan moeten ze zelf hun vuilniszakken en oud-papier aan de openbare weg zetten (50 tot 100 meter). Een groot deel van de bewoners is 80+ en veel van hen zijn aangewezen op rollator of scootmobiel. Het betreft zo'n 130 bewoners waar sinds kort een tiental 65- bewoners zijn bijgekomen.

ZZG Zorggroep organiseerde naar aanleiding van de onrust die door de brief ontstaan was een informatiemiddag. De opkomst was groot, omdat zowel bewoners als familieleden en mantelzorgers gehoord wilden worden.

Locatiemanager mevrouw Ter West zegde uiteindelijk toe dat de afvoer van het afval voor iedereen die bezwaar maakt tegen de maatregel gegarandeerd is totdat zij een persoonlijk gesprek heeft gehad over oplossingen.

Een nieuwe lente! Opnieuw geluid...?

Ingezonden door Jan-Willem van Stijn, Platform Groenewoud

Nu het voorjaar voor de deur staat, zullen we weer vaker in de buitenlucht te vinden zijn. Zeker in de groene wijk Groenewoud geniet menig een van natuur in tuin en park. Totdat... de speakers open gaan met luide muziek en omroepers zich uitleven op de omgeving. Weg rust!

In Groenewoud heeft een aantal bewoners zich niet neergelegd bij de toenemende geluidsproductie in en om de wijk. Steeds vaker voorzien de vele (sport)verenigingen hun activiteiten van de nodige muzikale ondersteuning. Bovendien leidt onderverhuur van zalen en velden voor feesten, sponsorlopen en toernooien tot overlast door het zonder toezicht gebruik maken van geluidsinstallaties. Platform Groenewoud is enkele jaren geleden opgericht om een tegenstem te geven aan deze ontwikkeling. Het Platform ondersteunt creativiteit, sport en activiteit in de wijk, alleen zonder versterkte muziek en met aandacht voor burens en omwonenden.

Jan-Willem van Stijn, mede-oprichter van het platform: "Het is heerlijk te wonen in de stad, met alle bijkomende levendigheid. Er lijkt echter een opvatting te bestaan dat je tegenwoordig van iedere activiteit een evenement moet maken, compleet met versterker en luide muziek. Onzinnig: zogenaamd sfeerverhogend voor een aantal mensen, sfeerverpestend voor een hele buurt. Wanneer zelfs de deelnemers aan de warming-up voor de Marikenloop klagen over te harde muziek, wat streeft je als organisatie dan na?"

Het platform heeft enkele jaren geleden een verkenning gedaan in de buurt en kwam tot de conclusie dat er door zestien verenigingen ieder weekend, tussen maart en oktober, wel ergens een activiteit met versterkt geluid plaatsvindt. Zelfs de gemeente, als vergunningverlener en handhaver verantwoordelijk voor toezicht op een leefbare stad, schrok hiervan. "En dan tellen we reguliere festiviteiten als Music Meeting en Radboud Rocks in Park Brakkenstein niet eens mee."

Jarenlang constructief overleg met gemeente, wijkmanagers en verenigingen

heeft zeker positief effect gehad. Zo heeft hockeyclub NMHC de manne in Park Brakkenstein goed geïsoleerd en niet voorzien van een geluidsinstallatie. Want daar gaat het vaak fout: vrijwilligers en onderhuurders die, zonder toezicht, naar hartelust de microfoon grijpen. Ook Hortus Nijmegen, de botanische tuin, heeft haar programma aangepast in lijn met haar omgeving en organiseert intieme middagen vol (voorjaars)verhalen. En ook heeft het platform de gemeente ervan kunnen weerhouden het aantal geluidsactiviteiten in Park Brakkenstein nog verder uit te breiden.

Groenewoud als oase van activiteit én rust

Ad Foolen, lid van het platform: "Om ook in de toekomst prettig te wonen in onze wijk, zijn we continu actief op het gebied van bewustwording van deze geluidstoename. In het weekend en de avonden wil je bijtanken in een rustige omgeving die Groenewoud biedt. Wij hebben als mensen behoefte aan stilte en momenten zonder prikkels. Het is niet voor niets dat er retraiteweekenden zijn bij de Benedictijner monniken en bezinningsdagen bij het Stiltehuis op de Westerhelling. En bij het Han Fortmann Centrum in onze buurt worden cursussen mindfulness en meditatie gegeven."

Mede-oprichter en buurtbewoner Pascal Lamberigts vult aan: "De gemeente gaat komende tijd de betrokken clubs en organisaties opnieuw wijzen op ieders rechten en plichten. Vergunningen aanvragen daar waar moet, handhaven wanneer noodzakelijk. De nieuwe Omgevingsdienst Regio Nijmegen komt in actie wanneer er overlast geconstateerd wordt. Middels een vast telefoonnummer (binnen kantooruren 14024, buiten kantooruren 024-359 99 99) kunnen mensen hun eventuele klacht kwijt, welke wordt geregistreerd én opgevolgd. Een hele verbetering ten opzichte van het verleden!"

Het Platform is tevens betrokken bij initiatieven rond het locatiegebonden evenementenbeleid voor Park Brakkenstein. "Wij houden van een actieve leefomgeving waarbij rekening gehouden wordt met alle omwonenden. 'Wij & Nijmegen', de nieuwe slogan van de stad, gaat niet alleen over meer feesten, maar ook over gezamenlijk, duurzaam wonen, werken en recreëren. Geluidsboxen hoeven daar niet altijd bij: stilte is ook een luxe goed!"



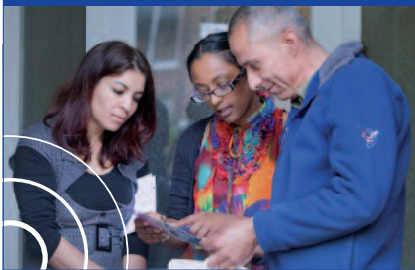
Trainingsinstituut Bijleveld is goed in beweging!
Heeft u houdings- of bewegingsklachten? Welkom!



Trainingsinstituut Bijleveld, Bijleveldsingel 76, Nijmegen, 024-3224911
info@trainingsinstituutbijleveld.nl / www.trainingsinstituutbijleveld.nl

Vragen over regels en papieren?
EEN GOED IDEE VOOR DE BUURT?
NIEUWE MENSEN ONTMOETEN?
ANDERE MENSEN HELPEN?
ZORG OF HULP NODIG?

Kom naar
de Stip!
Samen maken
we de wijk



Stip Oost
Elzenstraat 4, oost@stipnijmegen.nl
Maandag van 13:30 - 16:30 uur
Woensdag van 09:30 - 12:30 uur
Donderdag van 13:30 - 16:30 uur

Een fijn huis went nooit.

Een mens heeft de neiging om overal aan gewend te raken. Je schaft iets aan dat je graag wilt hebben, en binnen een mum van tijd is het heel gewoon geworden. Toch is er één ding waar dat niet voor geldt: je **huis**.

Het **huis** waar je iedere dag weer blij van wordt als je over de drempel stapt. Het **huis** dat zo goed past bij wie jij bent. Het **huis** waar je geen financiële druk van ondervindt. Het **huis** waar je leven zich voor het grootste deel afspeelt. Het **huis** waar je een vakantie voor opoffert om het te schilderen, te verbouwen of op te ruimen. Het **huis** dat de nachten draaglijk maakt en de ochtenden vrolijk. Het **huis** waarin je woont, leeft en elke dag weer naar terugkeert.

Dat **huis** waar jij gelukkig bent. Dat **huis** is ons vak.

Vragen over de aan- of verkoop van uw woning, nieuwbouwprojecten of financieringen, neem dan contact op via **024-3606060** of bezoek **www.jacobsmakelaardij.nl**.



Jacobs Makelaardij: alles draait om de eenvoud.

Hertogstraat 58, 6511 SC Nijmegen

024-3606060, www.jacobs-makelaardij.nl



APK VOOR ALLE MERKEN NU 19,95

*Excl. roetmeting voor diesels. Incl. Afmeldkosten en 4-gasmeting.

MAAR OOK VOOR BANDEN, AUTOREPARATIES EN AUTO-ONDERHOUD:

- Het grootste assortiment
- Altijd scherpe prijzen
- Het beste persoonlijke advies
- Altijd snelle service
- Ook voor leaserijders

**+ NU GRATIS
'EXCELLENT' WASBEURT
T.W.V. € 15,-
BIJ ELKE BESTEDING VA. € 50,-**



PROFILE TYRECENTER

HEYENDAAL

Nijmegen, Heyendaalseweg 96
T 024 329 48 33

WWW.PROFILETYRECENTER.NL/NIJMEGEN

WINTERBANDEN ZOMERBANDEN VELGEN APK ONDERHOUD • VOOR ALLE MERKEN AUTO'S

pegasus

huisartsen + apotheek

SAMEN ONDER ÉÉN DAK
BETROKKEN EN BIJ U IN DE BUURT

Dommer van Poldersveldtweg 27+27a

Annemiek Hamers
Ellen Herberts
Radboud Meijerink
Huisartsen

www.pegasushuisartsen.nl

Emmy Keuper
Pascalie Kho
Apothekers

www.pegasusapotheek.nl

Met ons uitgebreide assortiment en dito kennis van onze dranken maken wij graag uw middag of avond compleet.

Café Jos



MEESTERSCHENKERIJ

KWALITEIT EN BUURTGEZELLIGHEID

Daalseweg 309 Nijmegen (024) 323 20 01

Cadeautip: de 'Café Jos Bon', te bestellen via www.cafejos.nl

Ma. 16.00 tot 00.00 uur
Di. 16.00 tot 01.00 uur
Wo. 16.00 tot 01.00 uur
Do. 16.00 tot 02.00 uur
Vrij. 15.00 tot 02.00 uur
Za. 14.00 tot 02.00 uur
Zo. 14.00 tot 00.00 uur

Schoenmakerij Tweehuysen

Erkend Gildemeester

Voor al uw reparaties
en onderhoudsmiddelen

In de Betouwstraat 42 Nijmegen

Tel.: 024-3233160

www.schoenmakerijtweehuysen.com



**IN NIJMEGEN-OOST,
OP DE COEHOORNSTRAAT,
DAAR ONDER DAT
TUNNELTJE DOOR...**

**CATSHOEK
HEEFT AL
ACCU'S
VANAF €39,-**

**GRATIS
ACCU-
EN AIRCO-
CONTROLE**

Catshoek, een leuk bedrijf in auto-materialen en accessoires bij u in de buurt, waar je makkelijk binnenstapt voor advies over bijvoorbeeld olie, accu's, ruitenwissers, etcetera en natuurlijk voor airco-controle (voor als het weer warmer wordt), bagagebox verhuur en -verkoop en de opslag van zomer-/winterbanden en bijbehorende bandenwissels.

CATSHOEK
DE AIRCO-SPECIALIST

Coehoornstraat 71
Nijmegen
(024) 3222415
www.catshoek.nl

Windows 2016 (4)

We hebben allemaal ramen in ons huis waardoor wij naar buiten kijken. Bij andere kijken wij erdoor naar binnen. Soms zijn de uitstallingen of versieringen opvallend. De Nederlandse nieuwsgierigheid wordt met deze (mini)reeks bevredigd.

Tekst en foto: Hanneke Roelofsen

Ik fietste door de Groesbeekse dwarsweg als *shortcut* tussen de Groesbeekseweg en de Daalseweg. Daar trof mijn oog de mooie mineralen in het raam, samen met de beroemde sanseveria. Welk verhaal zit er achter dit raam?

Wie woont hier?

"Ik ben Marcel Scheepbouwer en werk als groepswerker bij Iriszorg met dak- en thuisloze jongeren die mogelijk verslavingsproblematieken kunnen hebben. Ik leef hier met Kwibus en Keesje, katten van 21 en 14 jaar oud. Ik woon sinds 2001 in dit pand dat gebouwd is in 1907 en oorspronkelijk een groentewinkel is geweest.

Rechts was de bakker gehuisvest en links de melkman. Het plaatsje bij mij achter was het pakhuis van de bakker. De heer Vermeulen is

eigenaar van dit huis. Hij is nog elke week met een (blauw/witte) groentekraam op de markt tegenover de HEMA aanwezig."

Wat houdt je bezig?

"Ik ben veel in de natuur als tegenhanger voor mijn werk en de problemen waar ik daar mee te maken heb. Om mij te kunnen ontladen ben ik veel in het bos. Mijn hoofd leeg maken. Dichterbij de natuur is dichterbij mijzelf zijn. Je krijgt ruimte om anders tegen dingen aan te kijken. De natuur kan je veel geven. Zo ook de mineralen met de energie die erbij hoort. Agaatmineralen hebben aarde energie, zij zorgen voor goede aarding."

In de vensterbank staan allemaal agaatschijven met verschillende kleuren. De kleur wordt bepaald door het gebied en de aardlaag waar ze gevonden worden. "Behalve mineralen heb ik ook kunst van andere culturen. In andere culturen is dichtbij de natuur zijn vanzelfsprekender. En over andere culturen en natuur gesproken: De sanseveria komt oorspronkelijk uit Afrika en zuivert de lucht, zorgt voor zuurstof. Goed voor elk huis!"



Geslaagde derde ondernemersavond van Stichting de Wijkkrant en Wijkwebsite, over Maatschappelijk Verantwoord Ondernemen



Maandagavond 21 maart vond de derde bijeenkomst plaats voor ondernemers uit de wijk in wijkcentrum de Daalsehof. Spreker Bert Lagerweij boeide zijn publiek met een uiteenzetting over Maatschappelijk Verantwoord Ondernemen, een zeer actueel thema. Bert liet de geïnspireerde groep toehoorders onderzoeken hoe zij in hun eigen bedrijf duurzaamheid en maatschappelijke betrokkenheid een nog grotere rol kunnen laten spelen. Op de afsluitende borrel werden veel nieuwe contacten gelegd en kaartjes uitgewisseld. Stichting Wijkkrant en de Wijkwebsite organiseren regelmatig ondernemersavonden met deskundige sprekers uit de wijk. Ideeën voor nieuwe onderwerpen of aanmeldingen: mail dan naar: advertenties@dewijkwebsite.nl.

Foto: Marc van Kempen

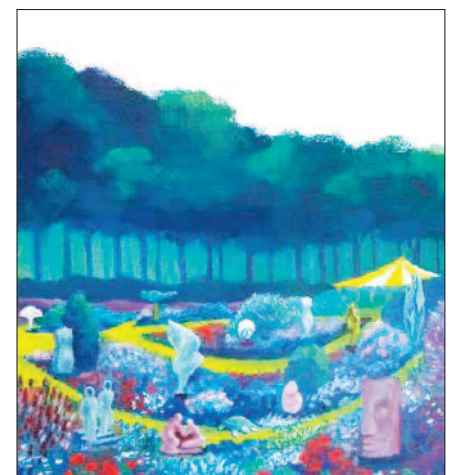
Beelden in de Hortus

Hortus Nijmegen is op zondag 13 maart haar buitenseizoen gestart met de expositie Beelden in Bloei: ruim dertig werken van de leden van beeldhouwvereniging Pietra opgesteld in het decor van de intussen razendsnel ontluikende Theetuin. Het kunstenaarsduo Adelheid en Huub Kortekaas opende de groepstentoonstelling op zondag 13 maart met muzikale omlijsting door Chris Root op saxofoon.

Wisselend decor

Beeldhouwvereniging Pietra bestaat sinds 1999. De 27 leden werken in een gemeenschappelijk atelier aan de Gorterplaats in Nijmegen. De jaarlijkse groepstentoonstelling vindt afwisselend plaats in het atelier en het bekende kerkje in Persingen. Dit jaar wijkt Pietra voor het eerst uit naar de Theetuin van Hortus Nijmegen. Bernadette van Beekum is beeldhouwer, lid van Pietra en vrijwilliger op de Hortus. Ze is bij voorbaat enthousiast. "De Hortus wil wisselende buitenexposities, wij krijgen de gelegenheid om op een unieke locatie te exposeren tegen een prachtig, met het seizoen veranderend decor. Een, laat ik het voorzichtig zeggen, mooie kans. Voor ons en voor de Hortus."

Beelden in Bloei loopt tot 1 juli en is alle dagen tussen 11.00 en 15.00 uur te bezoeken in de Theetuin van Hortus Nijmegen aan de d'Almarasweg 22D. Vrij entree.



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 is haptotherapeut, seksuoloog en relatietherapeut.

Voor een afspraak: 06-21801588 - www.haptotherapienijmegen.nl
Groesbeekseweg 227A (naast café Groenewoud).

Haptotherapie wordt vaak geheel of gedeeltelijk door uw zorgverzekeraar vergoed.

SCHEIDEN..... en de kinderen dan?

Bel voor een gratis adviesgesprek

Scheidingspraktijk Apart Verder ontzorgt!

- ~ Scheidingsbemiddeling op maat
- ~ Kinderbegeleiding & ouderschapsplan
- ~ Fiscaal & juridisch advies incl. convenant
- ~ Alimentatie advies & berekening
- ~ Mediation door MfN register familie mediator



Partner van:



St. Canisiussingel 19H
6511 TE Nijmegen



Bel: 06-21449991 www.apartverder.nl

zonnewinst
pure winst

Henk Kuiper

06 164 936 67

henk@zonnewinst.com

www.zonnewinst.com

Zonnewinst
Broerweg 19
6522JA Nijmegen



KAAIJ
advocatuur
mediation | coaching

Recht uit het hart

Personen- en familierecht
als advocaat of mediator

Nalatenschappen
als mediator

Arbeidsrecht
als mediator

Zakelijke geschillen
als mediator

Psychiatrisch patiëntenrecht
als advocaat

St. Annastraat 198 G | (024) 324 59 37
6525 GX Nijmegen | www.kaaijadvocaten.nl

FYSIOTHERAPIE • MASSAGES • NLP COACHING • BUITENFIT • RETREATS

Doet jouw lijf
niet meer wat jij wilt?



KOM KENNISMAKEN!
GRATIS INTAKE
WWW.METJET.NL

Leef vrij.

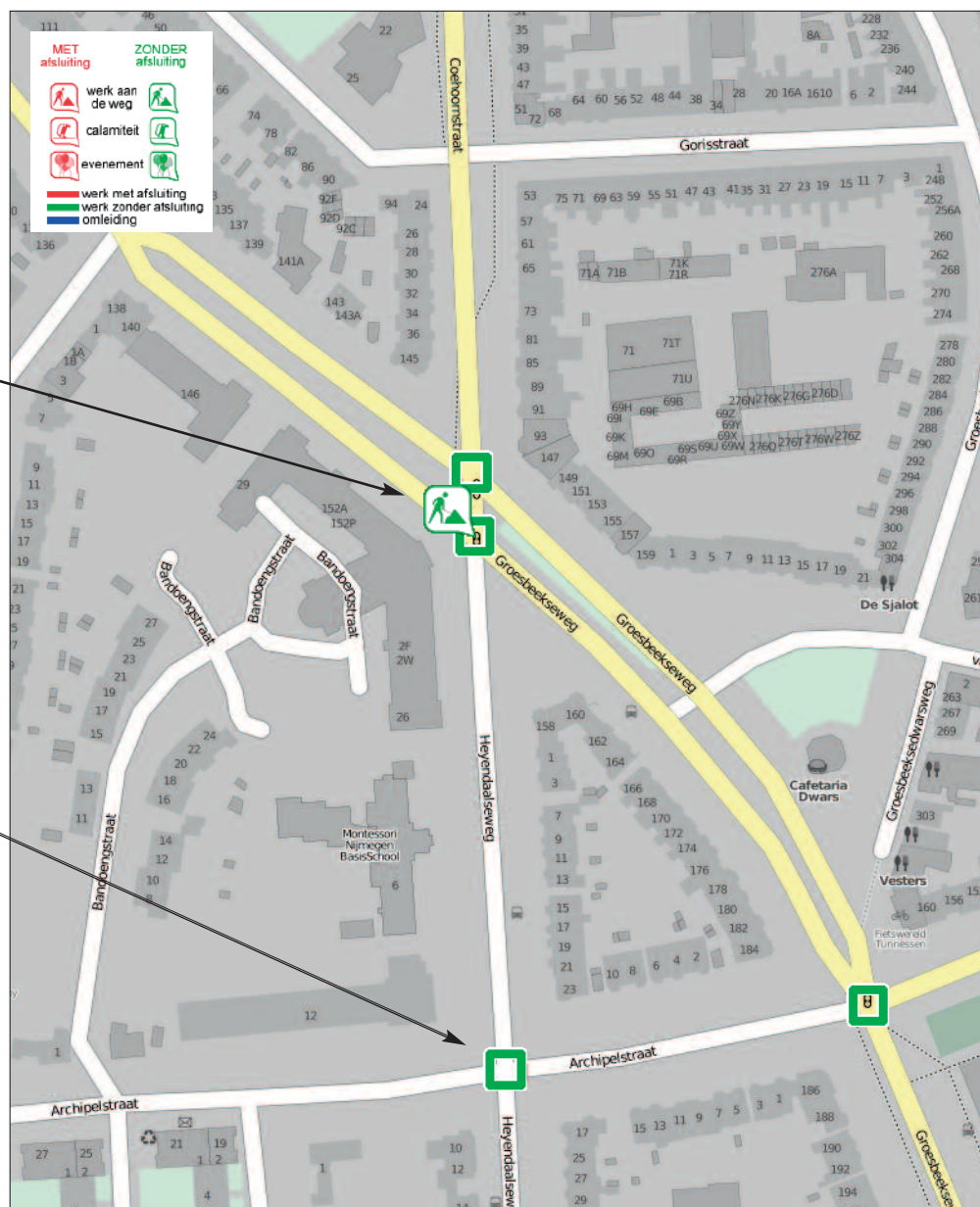
Ontdek een andere aanpak...
Ontdek Fysiotherapie Praktijk MetJet.
Vol aandacht samen werken
aan duurzaam herstel.

metjet
BODY & MIND

FYSIOTHERAPIE PRAKTIJK METJET • BOTTENDAAL NIJMEGEN
TEL. (06) 50 40 55 69 | INFO@METJET.NL | WWW.METJET.NL

Wegwerkzaamheden in Oost

Vanwege een herinrichting van de verkeerslichten kruising Groesbeekseweg-Heyendaalseweg, Heyendaalseweg-Archipelstraat en Groesbeekseweg-Archipelstraat zult u van 29 maart (07:00u.) tot 30-april (17:00u.) verkeershinder ervaren.



Kruising Archipelstraat en Groesbeekseweg (25 en 26 mei)

Op 25 en 26 mei (tussen 09.00 en 16.00 uur) vindt er, bij de kruising Archipelstraat en Groesbeekseweg, een training plaats voor verkeersregelaars. Hierdoor kunt u enige hinder ervaren.

Bezorging van de Wijkkrant



Wij doen er alles aan om de Wijkkrant bij iedereen op tijd te bezorgen. Mocht je klachten hebben over de bezorging, of de krant op de tweede vrijdag van de maand nog niet hebben ontvangen, ga dan naar www.dewijkwebsite.nl, zet in het zoekvenster: #bezorgklacht en vul het formulier in. Wij nemen je bezorgklacht dan zo snel mogelijk in behandeling. De Wijkkrant is vanaf de tweede vrijdag van de maand ook gratis af te halen op de volgende adressen:

- OBG - Professor Cornelissenstraat
- COOP Walraven – Molukkenstraat
- COOP - Tooropstraat
- Albert Heijn - Daalseweg
- Stip Oost - Elzenstraat
- Wijkcentrum Ark van Oost - Cipresstraat
- Wijkcentrum Daalsehof - Daalsehof
- Shell Tankstation Peters - Tooropstraat
- Altijd Zondag - Tooropstraat 152
- Cafetaria Tweety - Broerdijk 154
- Thais restaurant Baan Isaan - Van 't Santstraat
- Family Corner - Van 't Santstraat
- Art Home & Living - Frans Halsstraat
- City Hair Shop - Daalseweg

Of zoek op de Wijkwebsite.nl naar #afhalen

Nijmeegse experts in zonne-energie

zonnepanelen en zonneboilers



085 - 40 11 837 | Kerkenbos 10-115 | www.eindelijkzon.nl

INTERIEURADVIES

DUO Interieur

Schakel ons in voor

frisse en haalbare interieur-ideeën!

kijk op www.duo-interieur.nl of mail info@duo-interieur.nl

EETCAFÉ CATERING
Blixem
CADEAUWINKEL WEBSHOP

De kracht zit in onze mensen!

Kijk voor het weekmenu of om te reserveren op
www.blixemnijmegen.nl

Groesbeekseweg 75 Nijmegen 024 - 388 86 78

TANDARTSEN PRAKTIJK VILLA WESTHOF

Stef de Grood

Leon Pennings

Annemieke de Grood

Berg en Dalseweg 172

6522CC Nijmegen

024 - 323 33 66

www.tandarts-villawesthof.nl



Tandartsen Praktijk Villa Westhof

WEEK VAN DE HOMEOPATHIE 10 - 16 april 2016

Deze week biedt Huib Wijtenburg een gratis, afwisselend programma aan.

- Vrij inloopsprekkuur!
- Boeiende documentaire over de werking van homeopathie
- Interactief vragen uur
- Lezing "Waarom worden wij ziek?"
- Praktijkles "Wat kun je zelf met homeopathie?"



Huib Wijtenburg

Arts
Leefstijladvies
en homeopathie

Voor datum en tijd: zie www.homeopathie-wijtenburg.nl

Groesbeekseweg 209, 6523 NS Nijmegen, 024-3243646

De Facebookpagina De mensen uit Nijmegen is enorm populair in onze stad. Met de makers spraken we af dat ook in de Wijkkrant de mensen uit Nijmegen-Oost op deze leuke manier worden voorgesteld.



De mensen uit Nijmegen

"Ik ben naar het verjaardagsfeestje van mijn vriendinnetje geweest.
Zij heeft dezelfde naam als ik, grappig hè? Lekker een grote zak snoep gekregen! met Elin - bij Van 't Santstraat



Activiteiten in Oost

Er is ontzettend veel te doen in onze wijk! Hieronder maakten we een selectie uit het ruime aanbod voor de komende maand. Kijk voor het totale aanbod op www.dewijkwebsite.nl bij 'buurt-agenda' of abonneer je op de wekelijkse buurtmail. Zo blijf je makkelijk op de hoogte van wat er allemaal bij je in de buurt gebeurt!

8, 22 april en 6 mei

Workshop 'BuitenBewustzijn*' anders naar buiten, 19:00u. buitenbewustzijn@outlook.com

9 april

Tai Chi/Qi Gong workshop voor beginners en gevorderden. Hazen-kampseweg 26 06-49878533 t.messelink@chello.nl, 13:00u.

Start Cursus Increasing Consciousness Door contemplaties, geleide meditatie, dialogen, lezingen en opdrachten. www.chenghsin.nl

9 en 10 april

Op de vlucht met Danny! Een vliegensvlug programma van Danny Dries vol warme meerstemmige liedjes. Gastoptreden van Los3amigos! Za. 20.30u, zo. 15.00 uur. thiemeloods.nl.

9 april en 8 mei

Verstillend... 5Ritmes® dansen met Caroline vd Ven, Atelier de Clou www.soulrebel.eu/06-46417977.

10 april

HFC zondagochtendviering i.s.m. Centrum de Appel, 11:00u. Stilstaan bij de betekenis van het leven, elke tweede zondag van de maand www.fortmanncentrum.nl/activiteiten/zondagsviering2

Vergeten verhalen uit Oost-Europa in Bevrijdingsmuseum Groesbeek. Tentoonstelling 'De Polen'. www.bevrijdingsmuseum.nl.

Optreden koor Oosterburen 15.00 tot 16.30 uur in De Lutherse kerk aan de Prins Hendrikstraat. Toegang gratis; een bijdrage in de kosten wordt gewaardeerd

Hollandse Levensliederen bij de Liederentafel, 21:30u. www.haantje-nijmegen.nl

11 april

Vertoning van een zeer verhelderende documentaire over de werking van homeopathie. Aansluitend interactieve bespreking. 15:00 www.homeopathie-wijtenburg.nl

Workshop Mediteren & Schilderen. Deelname €40,-; all include meld je aan via welkom@kyrah.nl. www.kyrah.nl, 13:30

11, 12, 18, 19 april en 9 mei

Fietsles voor volwassenen, belangstelling? STEP (Steunpunt Taal Educatie en Participatie). telefoonnummer: 024-3233235. www.stepnijmegen.nl

13 april

Gratis inloopsprekkuur, waarin wordt besproken wat homeopathie voor u kan betekenen, v.a. 14:00u www.homeopathie-wijtenburg.nl

Wat doet sport met je? Kom naar Mystery X en je leert er van alles over. www.mysteryx.nl. Kosten € 5,00 per kind. 15:00u.

Ouder-kind-wandeling door natuurgebied Hengstdal (gratis). Kinderpraktijk Het Berenhol, 024-3607967 16:00u, het-berenhol.com

14 april

Lezing Waarom worden wij ziek? gratis, 15:00u. www.homeopathie-wijtenburg.nl

14, 21 en 28 april

Bollyfoods Foodtruck in Van 't Santstraat. Elke donderdag tussen 17.00 - 20.00 uur verse en huisgemaakte afhaalmaaltijden. Denk aan wisselende curry's, snacks, maar ook cakes en desserts. bollyfoods.nl

15 april

Gratis vertoning van een documentaire over voeding; zie 11 april.

16 april

Inspiratie Jaargroep over 'moed' met Evert vd Ven, Atelier de Clou www.declou.com

Nationale Museumweek (16 t/m 24 april) 'Ons echte goud' in het Bevrijdingsmuseum Groesbeek www.bevrijdingsmuseum.nl

Gratis inloopsprekkuur vanaf 10u. Zie 13 april.

Elke derde zaterdag van de maand werken in de Vlindertuin vanaf 10:00u. Met demo oven. henk.horstink@gmail.com

Gratis vertoning van documentaire over voeding; zie 11 april.

17 april

Dagworkshop Art of Effortless Power met Rob van Ham, (interne) vechtkunsten. Cheng Hsin Nijmegen

OBG - In het OBG zijn bijna dagelijks allerlei activiteiten zoals grand café, vrijdagavondsoos of rommelmarkt. Kijk in de agenda op de wijkwebsite voor 't programma van vandaag. www.obg.nu.

In het Hobbycentrum Nijmegen-Oost kun je elke dag terecht voor zaken als edelsmeden, glas in lood, houtbewerken etc. Meer info: www.hobbycentrumnijmegenoost.nl.

Kerknieuws en agenda van activiteiten:

Antonius van Padua Gemeenschap Nijmegen: www.apvnijmegen.nl
Maria Geboorte Kerk: www.mariageboorte.nl
Effata - Dominicuskerk: www.effataparochie.nl

school voor Zen, Tai Chi Chuan en Martial Arts. Fagelstraat 1, Nijmegen. www.chenghsin.nl. 10:00

Mindfulnesswandeling 11u. Aanmelden info@brendalelie.nl of door te appen naar 06-12665565.

Publieksdag BakfietsTreffen, Vassim, 13 - 17 uur. Toegang gratis.

19 april

Maandelijks spirituele samenkomen in Berg en Dal, Watertorenweg 38, inloop vanaf 19.30u, 024 3781005 of info@mareske.nl

Practica Tango & Bewustzijn www.kyrah.nl. 19:15

19 t/m 22 april

Open Week Cheng Hsin Nijmegen Zen, Tai Chi Chuan en Martial Arts school. Lessen op twee locaties in Nijmegen-Oost: Maitri, Broerdijk 35 en Dojo NJV, Fagelstraat 1. www.chenghsin.nl

20 april

Kookworkshop vegetarische burgers, 18 uur, Pro College, Dennenstraat 21. kokenmetdominique.nl.

21 april

Informatieavond nieuwe ouders van het Struin-huisje, Dijkgraaf van Wijckweg. 20:00u. struin.nl

22 april

2-daagse workshop Talentenspel Info www.lucyvannorel.nl / 06-22858512, 09:30u.

HFC lezingencyclus: familie-opstellingen, een nieuwe verbinding; door Inge Land. 20:00u. www.fortmanncentrum.nl/lezingen/370

Norwegian Wood - Marien Dorleijn Zaal open: 20:00 | Aanvang: 20:30 Prijs: 10,- via bit.ly/thiemeloods

23 april

Bart & Alex, Café 't Haantje, 21:00

24 april

Arrangement LiberationTour en Bevrijdingsmuseum Groesbeek 12.00-16.30u. Reserveren noodzakelijk: telefonisch via 024-3974404 of per mail: info@bevrijdingsmuseum.nl.

26 april

Workshop 'Het leven van de parachutist in WO2' in het Bevrijdingsmuseum Groesbeek Programma voor kinderen van 8-12 jaar, van 14.00-15.30 uur. Reserveren noodzakelijk: 024-3974404 of per email info@bevrijdingsmuseum.nl.

28 april

Spionagetraining voor kinderen van 8-12 jaar in het Bevrijdingsmuseum Groesbeek, 14.00-15.30 uur. Reserveren: 024-3974404, info@bevrijdingsmuseum.nl

Clank meditatie, www.kyrah.nl

1 mei

Workshop 'Ontdek de wereld van kruiden'. 14:00u. www.stadskruidentuinnijmegen.nl

2 mei

Anne Frankmiddag voor kinderen van 10-14 jaar in het Bevrijdingsmuseum Groesbeek. Reserveren noodzakelijk: 024-3974404, www.bevrijdingsmuseum.nl.

7 mei

Giro d'Italia straatfeest in J. Vijghstraat (Altrade Nijmegen-Oost) www.altrade.nl

9 mei

Dag van Europa in het Bevrijdingsmuseum Groesbeek Doorlopend filmprogramma van 10.00-17.00 uur over de wording van Europa. www.bevrijdingsmuseum.nl

11 mei

Workshop vegetarische feestelijke hapjes. Dennenstraat 21 in Nijmegen. www.kokenmetdominique.nl

12 mei

Workshop Grenzen aangeven! Deze workshop is voor vrijwilligers in Nijmegen. Deelname bedraagt €10,- www.vrijwilligerswerkgelderland.nl 14.00

Wandeling Stip Oost Elke maand met de bus een stukje de stad uit en terugwandelen. Deze maand bij wijze van uitzondering de 2e donderdag met lijn 8 de stad in en dan de Ooijpolder in om via Persingen terug te wandelen. henk.horstink@gmail.com of 06 1498 5928 10:00

Blik van buiten **Suzanne van der Velden**

In deze rubriek laten we mensen aan het woord die ver buiten Nijmegen-Oost zijn opgegroeid en hier wonen. Hoe kijken zij aan tegen het leven onder de stolp van Oost? Nijmegen-Oost langs de internationale meetlat.

Door Alex Holderbusch
Foto: Marc van Kempen

Suzanne van der Velden, afkomstig uit Keulen in Duitsland, woont ongeveer vijftien jaar in Nijmegen-Oost. Ze spreekt vloeiend Nederlands en is hier met haar gezin helemaal geaard, hoewel de verbinding met ons buurland warm is. Ze werkt net over de grens. Haar drie kinderen voedt ze tweetaalig op.

Hoe ben je in Nijmegen-Oost terecht gekomen?
"Toen ik met mijn man, die Nederlands is, trouwde ben ik naar Nijmegen-Oost verhuisd." Gekscherend: "Ik ben een soort importbruid."

Hoe zou je dit stadsdeel willen typeren?
"Ik woon hier graag. Ik vind het leuk om in de stad te wonen. Nijmegen is niet te groot en heeft een landelijke ligging. Mijn tienerkinderen kunnen wat mij betreft zelfstandig de stad in. De mentaliteit bevalt me: mensen zijn open en ongecompliceerd gastvrij. Je legt eenvoudig persoonlijk contact, ook met andere gezinnen. Het is een goede plek voor mijn kinderen om op te groeien. Nijmegen-Oost is heel divers met zowel studenten als gezinnen. Maar er zijn ook volksbuurten. Het bevalt me om in een grensstreek te wonen, dat heeft overigens niet zozeer te maken met Duitsland. Het had ook een ander land kunnen zijn."

Hoe is het contact met je buurtgenoten?
"We hebben leuke contacten. De buurt vind ik gezellig. Contact maken gaat laagdrempelig. Ik denk dat ik op drie manieren ben geïntegreerd. Via de school, de buurt en de kerk. Hier ontstaan vriendschappen. De kerk heeft me warm ontvangen en me geholpen mijn weg te vinden. De basisschool van mijn jongste dochter biedt degelijk onderwijs aan waar ik leuke en heel betrokken ouders ontmoet."

Wat is je favoriete plek in Oost?
Spontaan: "Eigenlijk wel mijn eigen huis. En onze kerk, de Maria Geboortekerk."

Wat mis je hier?
Na lang aarzelen: "Misschien wel de traditie rondom de adventperiode, de aanloop naar

Kerstmis. Het decoreren van ramen, de adventsliederen, koekjes bakken, knutselen, de ontmoeting. Hoewel ik het Sinterklaasfeest ook echt fantastisch vind. Het geloof is hier minder vanzelfsprekend. In Duitsland is

Wat zou hier beter kunnen?

"Er zijn wel heel veel verkeersdrempels op de weg. En ik mis elektrische oplaadpunten voor auto's. De gemeente wil graag groen zijn, maar die laadpalen komen er maar niet.

"De mentaliteit in Oost bevalt me: mensen zijn open en ongecompliceerd gastvrij"

de kerk meer geïntegreerd in de maatschappij en daardoor meer onderdeel van het sociaal maatschappelijk verkeer."

We hebben daarvoor wel een aanvraag ingediend."

Zou je hier oud willen worden?
"Dat zie ik wel gebeuren."



Elke maand praten we met een bijzondere kok uit Nijmegen over passie voor koken, creativiteit en liefde voor eten. Deze maand bij uitzondering barista en vakvrouw Ilona van Het parkcafé Boom (Orientalis), Profetenlaan 2, Heilig Landstichting.

Køken

Wellbeing bij BOOM

Unieke samenwerking tussen Ed Verkuijlen van 'One for the road' en Niels Ros van 'Primeros'.

→ Hun keuze:

Alles van de kaart en in het bijzonder de inmiddels beroemde 'dadelpuimentaart'!

Keuken:

Parkcafé Boom nodigt iedereen uit de rust en unieke energie die op deze prachtige plek aanwezig is, te combineren met goede smaken.

Køken is nieuwsgierig en gepassioneerd voor alles dat met eten, drinken en gedrag te maken heeft. Zoals wat? Nou, alledaagse dingen: hoe klein geluk groot geluk is, hoe eten verbindt en natuurlijk hoe andermans keuken eruitziet! Chefkoks in de wijk nodigen we graag uit om te reageren. Mail: helen@helenarenz.nl.

Volg Køken op Facebook en laat ons weten welke chef-koks we de volgende keer kunnen bezoeken.

Foto:

Cappuccino met liefde en aandacht bereid door barista Ilona met een stukje dadelpuimentaart.



Waarom kende ik dit parkcafé nog niet? Hoe vaak heb ik gedacht na een fijne wandeling in het bos: 'Waarom is er geen leuke plek om te lunchen, iets te drinken en te relaxen in de buurt van de prachtige bossen van Nijmegen?'

Datzelfde moeten Niels Ros en Ed Verkuijlen ook hebben gedacht, toen ze vorige jaar parkcafé Boom openden. En ze dachten nog veel meer, weet ik nu, na een open gesprek met Ingrid en Ilona, medewerkers van Niels en Ed.

"We gaan in eerste instantie uit van goede dingen en vervolgens maken en creëren we dit zelf." Van het festival Fête de la Forêt tot een relaxte BBQ in de namiddagzon. Alles is mogelijk!



BOOM is overdag geopend als lunchcafé waar je de hele dag van een eerlijke kaart kunt genieten, uiteraard gemaakt van eerlijke producten. Van broodje knak voor kinderen tot fijne mediterrane gerechten zoals paprika-muntsoep of sandwich hummus met gegrilde groenten, perzik en kruidenpesto. Alles is er voor iedereen en vegetariërs kunnen alle soepen bestellen, want die zijn altijd 100% vega.

Heb je iets te vieren? Dan kun je samen met BOOM kijken hoe je jouw feestje wilt maken. Er kan en mag veel en de gastvrijheid van de plek en de medewerkers geven veel ruimte.

Het concept achter BOOM is bijzonder: iedereen die hier werkt is gelijkwaardig en betrokken bij alle processen binnen het bedrijf. Als je daar bent, voel je deze mooie energie van verbinding.

Ilona, vakvrouw en barista, is als de kok in de keuken: zij weet vrijwel alles van de techniek van de espressomachine en de processen bij het bereiden van de espresso gecombineerd met latte-art-technieken. Speciaal voor Køken maakte ze een prachtige cappuccino ☺

Ook als je het park Orientalis niet wilt bezoeken: bij parkcafé Boom staan de poorten altijd open. Ik weet wat mijn nieuwe flexwerkplek wordt!

de Wijkkrant voor Nijmegen-Oost

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

De Wijkkrant versijnt dankzij advertentie-inkomsten en de inzet van vrijwilligers. Gemaakt met liefde voor de buurt.

Oplage: 14.000. Uitgave:
Stichting De Wijkkrant Nijmegen-Oost, Hengstdalseweg 78, 6523 EM Nijmegen. www.dewijkwebsite.nl
E-mail: redactie@dewijkwebsite.nl

EINDREDACTIE

Loes Wijffels

REDACTIE

Anna Bakker, Kor Goutbeek,
Eric Hendriks, Alex Holderbusch,
Simone Kiekebosh,
Marjon Spoorenberg,
Karin Veldkamp

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:

Helen Arenz, Bert Hendrix,
Tineke Honingh, Marjolijn Hovius,
Michaëla Kaaij, Marc van Kempen,
Hanneke Roelofsen,
Kees Spoorenberg, Eric Stuart

WIJKWEBSITE

www.dewijkwebsite.nl

OPMAAK

Ton Burgers, www.a-formaat.nl

DRUK

Janssen Pers, Gennep

BEZORGING

Axender verspreidingen, Cuijk

ADVERTEREN VOOR BEDRIJVEN

Loes Wijffels, E-mail:
advertenties@dewijkwebsite.nl

DEADLINE

De uiterste datum om knollen/citroenen, advertenties en agenda aan te leveren is donderdag 28 april 2016. Elke maand bepalen we drie weken vóór het uitkomen de inhoud van de krant. Ruimte voor actueel nieuws is beperkt. We verwelkomen je artikel maar garanderen geen plaatsing. Wil je zeker zijn van bekendheid in de wijk? Benut dan ook www.dewijkwebsite.nl.

BEZORGING VOLGEND NUMMER

Uiterlijk vrijdag 13 mei 2016, samen met De Brug. Geen Wijkkrant ontvangen? Meld online uw bezorgklacht op www.dewijkwebsite.nl of via redactie@dewijkwebsite.nl.

Passie

Het is midden in de tijd van de Matthäus Passion - die ik helaas moest missen vanwege een uitverkochte Vereeniging en derhalve maar beluisterde op een mooie cd-uitvoering - terwijl de wereld meer dan ooit op zijn kop lijkt te staan met de recente aanslagen in Brussel, de gestaag voortdurende vluchtelingenstroom en een bizarre Amerikaanse presidentskandidaat. Ondertussen ontluikt onvermijdelijk een nieuwe lente en zit ik me af te vragen wat ons mensen toch drijft.

Is het passie: die levenslust die je tot in elke vezel kunt voelen? De emotie van liefde maar ook van woede over al het onredelijke, de hevige verontwaardiging over zoveel egoïsme, de hartstocht om te willen leven, om te delen, om gelukkig te zijn. Is het die onderbewuste, diepe, oordeelloze passie, het voelen dat je leeft, die maakt dat wij ons zo druk maken? Die maakt dat mijn lieve vriend zijn zorgen uit over kennissen in moeilijkheden of zich schaamt voor zijn geslacht bij zoveel mannelijk geweld; kan huilen bij het overlijden van een beroemde muzikant, maar ook bij mooie klanken of een heerlijke zoen.



Soms voelt een mens zoveel passie dat hij er welhaast onder bezwijkt. Vaak is het een mengeling van uiterst genot en diepe pijn. Wat liggen die twee dicht naast elkaar. Zou het lijdensverhaal van Christus

daarom zo zijn genoemd? Ik voel het als ik liefdesverdriet heb, me erg opwind over grote zaken, maar ook als ik muziek luister, dans, zing of vrij. Of zomaar onderweg op de snelweg. Omdat de zon schijnt, de bomen in bloei staan of een vrouw in een auto naar me lacht. Ik voel het als ik 's morgens vroeg de eerste vogels hoor fluiten. Maar ook als ik treur bij het graf van mijn vader of oorlogsbeelden zie op tv.

Kunstenaars overleven alleen omdat ze hun passie vorm kunnen geven. Zij voelen zo sterk dat ze niet anders kunnen. Gevoelige kinderen zonder andere mogelijkheden tot uiten, gaan over tot geweld. De passie zoekt een uitweg. Het trieste is dat sommigen alleen maar een wapen als expressiemiddel hebben. Hun gevoel - noem het levensenergie als je wilt - enkel kunnen omzetten in woede. En gedreven worden door diepe angst. De angst voor het leven zelf, vrees ik. Het leven dat in wezen vol is van passie.

Loes Wijffels

Wat is dit?

Beelden in Nijmegen Oost (1)

Foto en tekst: Hanneke Roelofsen

We rijden, fietsen en lopen door Nijmegen Oost en gaan recht op ons doel af, of... we kijken om ons heen. Herkent u dit beeld?

Wanneer je de Berg en Dalseweg heuvelopwaarts gaat en bijna boven bent, is er aan de linkerkant het Montessori schoolgebouw op nummer 295. Daar tref je dit standbeeld, gehakt uit kalksteen. Het heeft de titel 'Roeibootje met kinderen' en is gemaakt door Ed van Teeseling in 1959. Hij was een Nederlandse beeldhouwer, geboren in Amsterdam in 1924, maar in zijn jeugd al in Nijmegen terecht gekomen en hier gestorven in 2008. Door heel Nijmegen zijn ongeveer twintig beelden van Ed van Teeseling te vinden.

Betekenis van het beeld

In de tijd dat het beeld 'Roeibootje met kinderen' werd gemaakt, was het gebouw een basisschool. Hierdoor diende de voorstelling iets met kinderen te maken te hebben. Je ziet dat het roeiende kind krachtsinspanning nodig heeft en de ander ontspannen mee kan varen. Het idee achter het beeld is dat iedereen er wel komt, ook al kost het de een meer moeite dan de ander.





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
- Autoruiten vervangen of repareren
- Snelservice voor accu's, banden en uitlaten tegen zeer scherpe prijzen
- Verkoop van occasions

adres:

Pontanusstraat 46-48
6524 HG Nijmegen

T: 024-3234448**F:** 024-3601609**E:** info@starfit-nijmegen.nl**openingstijden:**

ma t/m vr: 08.00-17.00

www.starfit-nijmegen.nl