

de wijkkrant

JAARGANG 34
nummer 04
december 2005

voor Nijmegen-Oost



Foto: Eric Hendriks

8

Ieder z'n
kerst

12

Kerst-
kraker

17

Vrouwen
geen bezwaar

de wijkkrant **voor Nijmegen-Oost**

Oplage: 8.300 exemplaren
Uitgave: Stichting De Wijkkrant
Nijmegen-Oost,
Hengstdalseweg 78.
6523 EM Nijmegen
Internet: www.dewijkkrant.nl
Email: redactie@dewijkkrant.nl

REDACTIE:

- Mirjam Bedaf
- Eric Hendriks
- Eric van Huizen
- Sef Schreurs
- Grieta Spannenburg

EINDREDACTIE:

Pascal Huinink

FOTOGRAFIE:

- Peter Verstraelen, Abeelstraat 8,
6523 JB Nijmegen, ☎ 3239998.

OPMAAK:

DTPBURO Different ☎ 0481-450592
Email: majong@wxs.nl

DRUK:

Janssen Pers, Gennep

BEZORGING:

- Tip Top verspreidingen, Hulsbos 5
5431 NZ Cuijk, ☎ 0485-319050

U ONTVANGT:

De Wijkkrant per post voor € 10,- per jaar

ADVERTENTIES:

- Sef Schreurs, ☎ 3221419
E-mail: seph.schreurs@worldonline.nl

Kopij inleveren voor de volgende Wijkkrant

Artikelen of brieven enz. voor het
januari-nummer van

De Wijkkrant voor Nijmegen-Oost

moeten uiterlijk 8 januari 2006
bij de redactie worden ingeleverd,
bij voorkeur via e-mail.
De Wijkkrant wordt dan op 18 januari
samen met De Brug verspreid.

Zet- en drukfouten voorbehouden!

In memoriam: Pastoor emeritus Jan Smits

Eind oktober dit jaar is oud pastoor Smits overleden. In 1978 werd hij als pastoor van de Sint Stephanusparochie benoemd. Een jaar later – na de fusie met de Christus Koningparochie, die geen kerk meer had – werd hij ook van die parochie pastoor. In 2002 vierde hij het feit dat hij veertig jaar geleden tot priester werd gewijd.

Hoewel hij al 65 jaar was, besloot hij maar gewoon door te gaan in zijn functie want er bleek nog geen opvolger voorhanden. Twee jaar later nam hij met pijn afscheid van de parochie, waar hij met zoveel enthousiasme had gewerkt; zijn ziekte dwong hem met emeritaat.

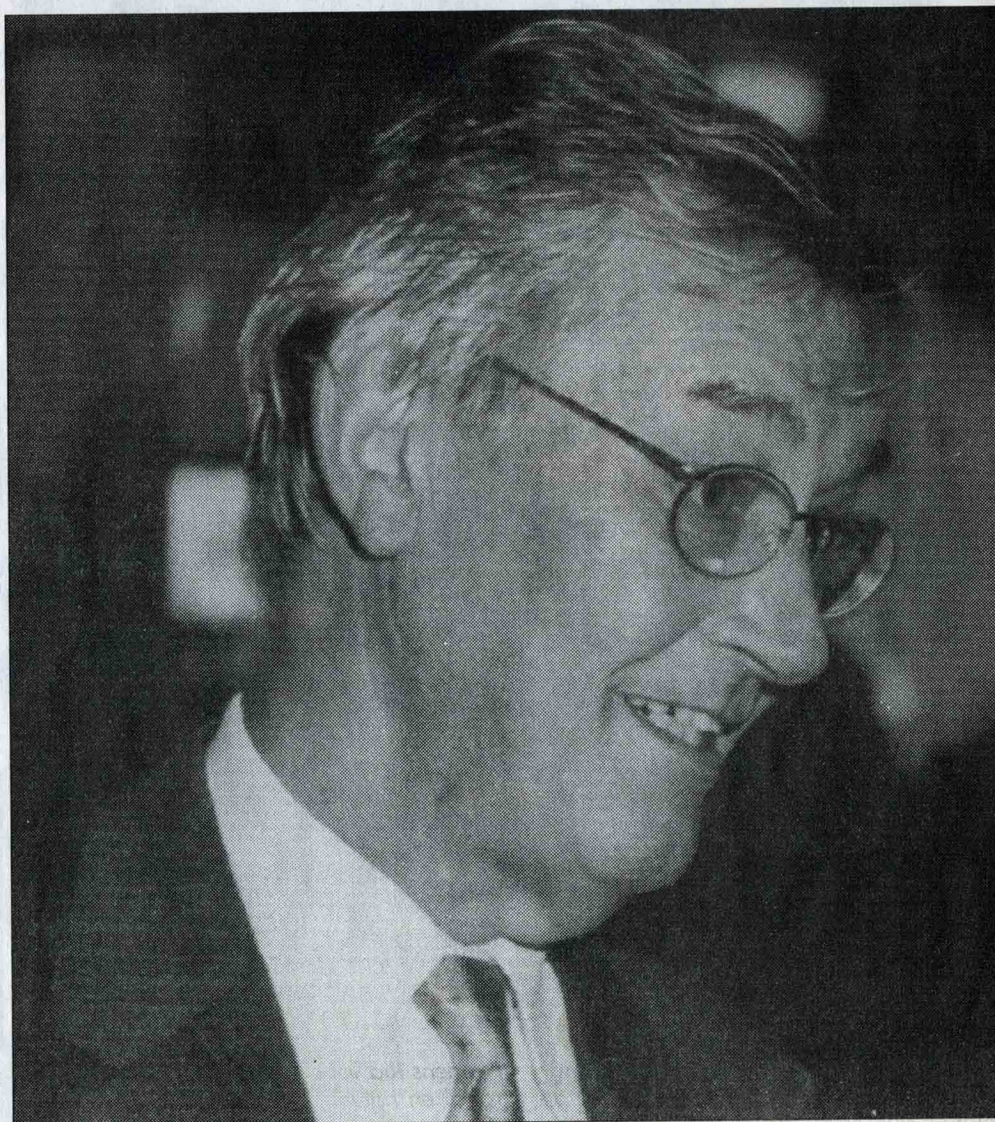
Hij werd zeer gewaardeerd en was geliefd bij iedereen die met hem te maken kreeg. Pastoor Smits was dan ook een bijzondere mens, die zelfs in zijn tijd als kapelaan in Waalwijk de Sociale Academie volgde om op gelijk niveau te kunnen samenwerken met de pastoraal werkers, die het groeiend tekort aan priesters kwamen opvullen.

Jan Smits wist al heel jong dat hij priester wilde worden. Zijn inspiratie daarbij wa-

ren de "witte paters". Op zijn twaalfde ging hij naar het klein seminarie Beekvliet en werd op zijn vijftiende tot priester gewijd. Die keuze is hij altijd trouw gebleven. Vanuit zijn betrokkenheid bij mensen gaf hij ook nog les aan een middelbare school.

Jan had een sterke band met zijn familie. Dit kwam vooral tot uiting gedurende onderlinge vakanties, feestjes en gezamenlijke wandelingen.

Wij zullen hem ons herinneren als een gedreven mens voor wat zijn roeping betreft. Hij had veel gevoel voor humor en stond op geheel eigen wijze in het leven. Een leven waar hij maar moeilijk afscheid van kon nemen.



Pegasus wordt hondenuitlaatplaats

Een verontwaardigde bewoonster uit Nijmegen-Oost stuurde, namens de bewoners van de Pegasusflat, de Wijkkrant een brief over een kwestie die haar sinds enige tijd dwars zit.

Door Mirjam Bedaf

Hondenuitlaat

Mevrouw Peters-Vos schrijft ons over het geliefde parkje bij de Pegasusflat met het meest gefotografeerde standbeeld van Nijmegen-Oost: het gevlugelde paard Pegasus. 'Waar eerst alleen het standbeeld van Pegasus stond, staat nu een afzetting, een zogenaamde hondenuitlaatplaats. Hoe verzint de gemeente zoiets! Het mooiste plekje van de wijk, met altijd spelende kinderen eromheen, is niet meer wat het geweest is.'

Protest

Enige tijd geleden maakte de gemeente bekend dat ze plannen had met het park. De bewoners kregen de kans te stemmen over deze plannen. Een ruime meerderheid stemde voor een speeltuintje, waar de kinderen konden blijven spelen en voetballen. Van het realiseren van een hondenuitlaatplaats is volgens mevrouw Peters-Vos nooit sprake geweest. De bewoners hebben al een protestbrief met handtekeningen naar de gemeente gestuurd, tot nog toe zonder resultaat. Ze hoopt dat wat extra aandacht in de Wijkkrant een steentje bijdraagt aan haar protest. 'Wij zijn erg verdrietig dat ons mooie parkje nu veranderd is in een hondenuitlaatplaats en waarschijnlijk zijn wij bewoners niet de enige. Zo'n mooi stukje Nijmegen, daar moeten we zuinig op zijn!'



Oordeelt u zelf over het vernieuwde park met het standbeeld van Pegasus.

Inbox

Van: Ria van der Well - Vinckx

Aan: De Wijkkrant

Onderwerp: Eindelijk bestemming geld van muntjesactie Co-op.

Ongeveer 3 jaar geleden was er een muntjesactie om doelen te steunen, één ervan was 'karodo' kinderactiviteiten Rooie Dorp. In de eerste instantie zou er een toestel in de speeltuin komen, maar we hadden toch al een leuke speelruimte voor de kleintjes dus hadden we gehoopt op een

ontmoetingsruimte voor de tienerjeugd in de nieuwbouw. Helaas ging dat niet door en kregen we wel een speel/hangplek voor de wat oudere jeugd op het Esdoornplein. Daar hebben we nu het geld van de Co-op muntjesactie ingestopt: fl 1220 oftewel 560 euro.

Met wat geld van de gemeente hebben we er een mooie tafeltennistafel laten plaatsen en de jeugd is er ontzettend blij mee.

Met dank aan de klanten van de Co-op en de toenmalige bedrijfsleider die voor deze leuke actie gezorgd heeft.

Namens Ria vander Well - Vinckx. van 'Karodo' en natuurlijk de jeugd van het rooie dorp.

Column

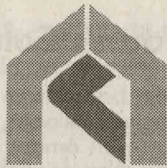
Youri's Column

Mijn baas kwam er niet meer uit; hij had nog wel beloofd, dat hij deze column zou schrijven omdat ik zo tegen oudjaar opzag. Aan de olieballen, die baasje elk jaar bakt, mag ik toch niet komen en de glazen wijn werden altijd op de schoorsteenmantel gezet als iemand even de kamer uit moest. Terwijl ik het zo zalig vind om mijn lange tong langs de binnenkant van het glas te laten glijden. Ik doe het toch echt voorzichtig, hoor!

Maar goed, de baas zat voor de zoveelste keer naar zijn beeldscherm te staren zonder dat er iets uit zijn vingers kwam. Daarom besloot ik maar eens contact met hem te maken. Ik liet een bescheiden blafje horen en ja hoor: hij was meteen afgeleid. Op zo'n moment praat hij even tegen me en kan dan mijn gedachten lezen als ik niet te ver van hem af lig. Dus dacht ik: kun je dit nou niet beter aan mijzelf overlaten? Schrijf jij maar op wat ik denk en dan heb jij vanavond een pracht van een column! "OK, brandt maar los" antwoordde hij.

Nou, om te beginnen onweer; dat voel ik al van tevoren aankomen. Ik ben namelijk ontzettend bang; niet zozeer van de bliksemflitsen want die hoor je niet. Die dreun, die er meestal na komt, daar knijp ik me pas goed voor! Als het even kan spurt ik meteen naar de overloop; ik rol me dan helemaal op en zie of hoor niks meer. Moeilijk is, dat ik te klein ben om zelf beneden de kamerdeur open te krijgen. Moet altijd maar hopen dat vrouwtje of baasje toevallig naar de keuken gaat of naar de WC. Da's nog zoiets: als ze buiten met dat vuurwerk bezig zijn krijgen ze mij niet naar buiten. Ik doe het nog liever in m'n broek; bij wijze van spreken dan. Wanneer ik toevallig net mijn baas aan het uitlaten ben (is goed voor hem, zo'n ommetje voor het slapen gaan) en ze beginnen ergens in de buurt weer met die rotjes, dan weet ik maar één oplossing: ik laat me plat op de straat vallen met mijn pootjes gespreid en kleeft dan zowat als een dot kauwgom aan de stenen. M'n baas moet me dan bijna van de straat pulken, want het lijkt dan wel of ik minstens drie keer mijn gewicht weeg en dat is samen gauw vijftig kilo. Dat krijgt hij niet meer omhoog!

In het verleden kreeg ik wel eens een pil, die ze bij de dierenwinkel haalden; je wordt er wel suf van, maar de herrie blijft even angstaanjagend. Afgelopen jaar hebben we het nog eens bij de dierenarts geprobeerd. Die gaf wel wat mee, maar geloofde er zelf niet zo in. Was bovendien toch helemaal niet gezond om die rommel te slikken alleen maar omdat je bang was, zei hij nog. Maar ditmaal had hij iets nieuws: een CD met gedonder, geschiet en vuurwerk in alle maten. Elke dag oefenen en telkens wat harder. Ben razend benieuwd...



KOLMEIJER
MAKELAARS NIJMEGEN

Mr. Franckenstraat 27
6522 AC Nijmegen

Tel.: 024-3609552

e: nijmegen@kolmeijermakelaars.nl
i: www.kolmeijermakelaars.nl

Jaap de Visser
woninginrichting

ONS ADRES:
VAN 'T SANTSTRAAT 125, NIJMEGEN
Telefoon: 024-3221716

Tapijt - Vinyl
Laminaat - Gordijnen
Vitrage - Zonwering

Openingstijden:
Donderdag t/m Zaterdag
van 11.00 tot 17.00 uur

Daarbuiten ook op afspraak
geopend.
Ook 's avonds

Chiel Jansen introduceert.... OCCASION-LEASE!
Inbegrepen zijn: APK, ONDERHOUD, REPARATIE EN RENTE!

Lease € p/mnd		Lease € p/mnd	
Fiat Cinquecento rood 3-drs	99,-	Daewoo-Chevrolet Matiz 5-drs	213,-
Seat Marbella Fun paars 3-drs	99,-	Daewoo-Chevrolet Matiz 5-drs Style	231,-
Citroën ZX 1.4 5-drs Reflex	117,-	Suzuki Wagon R 1.2 5-drs	244,-
Daewoo-Chevrolet Espero 1.8 4-drs	136,-	Daewoo-Chevrolet Lanos 1.5 3-drs	251,-
Daewoo-Chevrolet Leganza 2.0 LPG	147,-	Subaru Forester 2.0 5-drs 4x4	253,-
Opel Astra 1.4 3-drs GL	158,-	Daewoo-Chevrolet Matiz 5-drs Class Airco	254,-
Daewoo-Chevrolet Matiz SE 0.8 5-drs	170,-	Daewoo-Chevrolet Leganza 2.0 AUT 4-drs	261,-
Daewoo-Chevrolet Espero 1.8 4-drs	174,-	Daewoo-Chevrolet Nubira 1.6 4-drs SE	266,-
Daewoo-Chevrolet Nexia 1.5i 3-drs	177,-	Lada-VAZ Niva 1.7i 3-drs 4x4	269,-
Peugeot 1.4 4-drs SI	189,-	Renault Megane Coupe 1.6	289,-
		Peugeot 206 1.1 3-drs XN	323,-
		Citroën Xsara 1.6 break 5-drs	329,-
		Honda Accord 2.0 4-drs Jewell	329,-
		Opel Astra 1.8i 3-drs Sport	330,-
		Hyundai Coupe 2.0 3-drs Sunroof	330,-
		Renault Megane Scenic 1.6	375,-
		Daewoo-Chevrolet Tacuma 1.6 5-drs	409,-
		Peugeot 307 SW 2.0 HDI, 5-drs	414,-
		Subaru Impreza 2.0 GT Turbo	520,-
		Volkswagen Passat 2.5 TDI	545,-

Looptijd 36 mnd, 6,9% rente, toetsing en registratie BKR Tiel. Vraag naar de voorwaarden in de showroom: Tooropstraat 119, Nijmegen, tel. 024 - 3 238 238

www.automobieljansen.nl

De Wijkwebsite voor Nijmegen-Oost, voor en door bewoners

Er wordt hard gewerkt aan de nieuwe website van de Wijkkrant: de Wijkwebsite voor Nijmegen-Oost. Het is de bedoeling dat deze interactieve website gevuld wordt met allerlei informatie door en voor bewoners uit de wijk.

Door Mirjam Bedaf

Ontwerpers

Bij het ontwerp en de bouw van de Wijkwebsite krijgt de Wijkkrant hulp van twee jonge enthousiaste wijkbewoners. Katja (23) woont in het Rode Dorp en doet een opleiding grafisch en multimedia ontwerpen. Ze is verantwoordelijk voor de beelden en de logo's op de Wijkwebsite.

Hoewel Rik (16) nog maar in 6 VWO van het NSG zit, is hij afgelopen zomer samen met zijn tweelingbroer een websitebedrijfje gestart. Hij heeft al verschillende websites gebouwd en is nu druk bezig met de Wijkwebsite.

Vullen

Het vullen van de website wordt deels door de redactie van de Wijkkrant zelf gedaan. Daarnaast vraagt de Wijkkrant hulp aan u, de bewoners van Nijmegen-Oost. Iedereen kan, namens zijn of haar straat,



Een tipje van de sluier: de nieuwe Wijkwebsite voor Nijmegen-Oost.

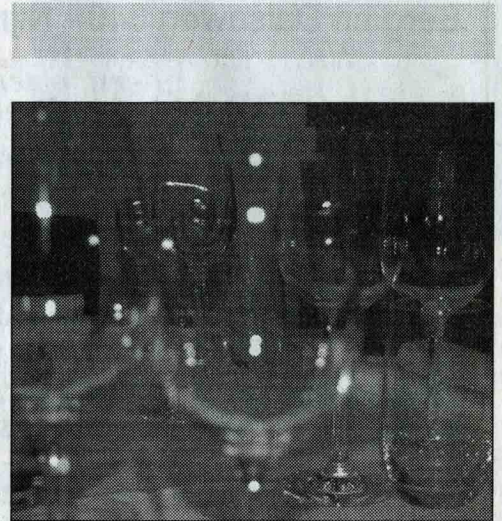
buurt of vereniging, redacteur worden van een onderdeel van de website.

Op dit eigen deel kunnen naar hartelust teksten en foto's worden geplaatst over actuele zaken zoals nieuws, agenda van de buurtvereniging, foto's van een recent straatfeest, enzovoort.

Volgens de makers van de Wijkwebsite is het vullen van de pagina's erg eenvoudig. Iedereen die met Microsoft Word uit te voeten kan, kan op de website teksten en foto's publiceren. Elke redacteur krijgt een account en een korte instructie.

Gezocht

De Wijkkrant zoekt daarom enthousiaste wijkbewoners die namens hun straat, buurt, vereniging, organisatie of natuurlijk gewoon voor zichzelf mee willen werken aan de Wijkwebsite voor Nijmegen-Oost. Meer informatie of direct opgeven kan via redactie@dewijkkrant.nl



Vallen Verleden Tijd

Training voorkomt helft van valpartijen bij ouderen

Valpartijen leveren voor ouderen en mensen met beperkte bewegingsmogelijkheden, grote risico's op voor de gezondheid. Een val binnen- of buitenshuis kan leiden tot ernstige verwondingen, zoals botbreuken. Jaarlijks is er sprake van ongeveer een miljoen valincidenten onder mensen van 65 jaar en ouder. In 50.000 gevallen (5%) heeft dit een botbreuk tot gevolg. Bewegingswetenschapper Vivian Weerdesteyn ontwikkelde bij de Sint Maartenskliniek een training om het vallen bij ouderen te voorkomen en deed onderzoek naar het effect ervan. Uit haar onderzoek blijkt dat het aantal valincidenten bij ouderen afneemt met 46 procent na deelname aan deze training. Weerdesteyn promoveerde op 6 december 2005 aan de Radboud Universiteit te Nijmegen op haar onderzoek naar valpreventie.

Een op de drie senioren van 65 jaar of ouder valt minimaal één keer per jaar. De totale maatschappelijke kosten veroorzaakt door valincidenten bedragen naar schatting 300 miljoen euro op jaarbasis. Het

voorkomen van valpartijen, kan veel leed en ongemak besparen. Naast de medische gevolgen heeft het vallen ook ingrijpende psychosociale consequenties. Een val leidt vaak tot valangst, waardoor mensen activiteiten gaan vermijden. Met als gevolg een verslechtering in de algehele lichamelijke conditie en algeheel welbevinden.

De meeste mensen vallen over een obstakel dat ze tegenkomen tijdens het lopen. Uit eerder onderzoek blijkt dat de vaardigheid om tijdens het lopen obstakels te ontwijken, verslechtert met het ouder worden. Om het aantal valincidenten terug te dringen ontwikkelde Vivian Weerdesteyn op de Sint Maartenskliniek een speciale val-

preventietraining, genaamd 'Vallen Verleden Tijd'. In de training oefenen de deelnemers op een hindernisbaan waar allerlei valrisico's uit het dagelijks leven zijn nagebootst, zoals een ongelijk trottoir of het lopen zonder zicht op de voeten. Daarnaast leren de deelnemers in de training judo-valtechnieken om de kans op verwondingen te verkleinen als men onverhoopt toch valt.

Weerdesteyn onderzocht de effectiviteit van de training Vallen Verleden Tijd door een groep deelnemers die de training had gevolgd te vergelijken met een groep die geen training kregen. Door deelname aan de valpreventietraining nam het aantal valincidenten af met maar liefst 46 procent. Om zo veel mogelijk mensen te laten profiteren van deze grote voordelen, zijn inmiddels ruim 300 fysiotherapeuten uit heel Nederland opgeleid om deze training in hun eigen omgeving te kunnen aanbieden. Als vervolg op dit promotieonderzoek start de Sint Maartenskliniek een groot onderzoek naar het effect van valpreventie bij mensen met osteoporose. Door het brozer worden van de botten is het risico op botbreuken na een val bij deze groep het grootst.

De Sint Maartenskliniek is een ziekenhuis in Nijmegen dat gespecialiseerd is in houding en beweging.

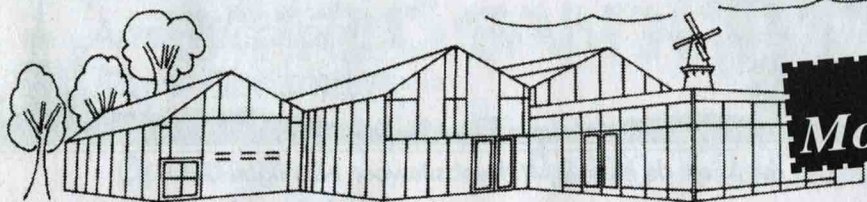
Het houdt zich bezig met drie specialismen: orthopaedie, reumatologie en revalidatiegeneeskunde.

De kliniek heeft een eigen afdeling voor wetenschappelijk onderzoek, gericht op wetenschappelijke evaluatie van bestaande behandelingen en ontwikkeling van nieuwe behandelmethode.

Bloemisterij

Het Molentje

Zondag 17 december geopend
van 10:00 tot 17:00 uur



Tegen inlevering van deze bon
Mooie kerstster voor € 1,50

Berg en Dalseweg 340 - Nijmegen - Telefoon 024-3229279



Kerstbomen met kluit en zonder kluit

in alle maten en prijzen v.a. **€ 4.95**

Tevens Nordmann kerstbomen (vallen niet uit).

Kerststukjes van levende materialen v.a. **€ 4.95**

Kerstboeketten v.a. **€ 7.50**

Kerstballen 3 dozen halen, 2 betalen

Diverse soorten kerstgroen en andere natuurlijke materialen om zelf kerststukjes te maken.

400 m2 kerstafdeling met decoratiematerialen om uw huis in kerstsfeer te brengen



*Al onze artikelen zijn
veilingvers en scherp geprijsd!*

Onze winkel en kassen zijn geheel in kerstsfeer dus kom gerust eens binnen

Café
Jos

meesterschenkerij

Website: www.cafejos.nl

Daalseweg 309 Nijmegen 024-3232001

Maandag t/m zaterdag: 16.00 tot 2.00 uur

zondag: 14.00 tot 20.00 uur

Hartman van Dinteren v.o.f.
schilders

Inmiddels een begrip in Nijmegen-Oost.

Gespecialiseerd in:

- Binnen- en buitenschilderwerk • Glas
- Behang- en wandafwerking
- Decoratieve schilder technieken
- Herstel van oude plafonds • Kleur advies

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

XTRH
Kappers & Kunst



Berg en Dalseweg 36, rechts van de kerk
6521 JJ Nijmegen

Tel. 024-3609905

KAAIJ ADVOCATEN

1E CONSULT (20 MIN.) GRATIS

algemene
rechtspraak &
mediation

FRANSESTRAAT 12 6524 JA NIJMEGEN

Mr. Michaëla B.M. Kaaij

TEL : (024) 324 59 37

Mr. Drs. H.A.M. Schouten

Strafrecht, echtscheiding, alimentatie, omgangsregeling en andere
familiezaken, huur, arbeid en ontslag, uitkering, consument en incasso.

Activiteiten in Oost

Onderstaand vind je informatie over alle activiteiten in Nijmegen-Oost die wij hebben ontvangen. Voor een actueel overzicht kun je ook kijken in onze evenementenagenda op onze website: www.dewijkkrant.nl. Hier kun je ook je eigen evenement publiceren, zodat er steeds een compleet en actueel overzicht is over wat er in onze wijk te beleven is!

Steigertheater in januari

Programma Januari 2006

vr 6, Thomas Smith met Bladgoud, 20.30 uur, € 9,50 / € 8,50, Serie Nieuw Cabarettalent deel I

za 7, De Stichting Lens met Eva, this is my life, 20.30 uur, € 7,60, amateurtheater

zo 8, Lindai Boogerman met Zzzoeff, 15.00 uur, € 4,60 / € 9,-, jeugd 2+

wo 11, do 12, Holland Casino Podium Prijs met Cabarexperiment, 20.30 uur, € 4,60, kleinkunstfestival

vr 13, Wouter Deprez met WAR, 20.30 uur, € 9,50 / € 8,50, cabaret

zo 15, Comedy Explosion LAB, 16.00 uur, € 9,50 / € 8,50, comedysalon

wo 18, 15 Minutes of Fame Part II, 20.30 uur, € 5,20, open podium

vr 20, Junior ISH met W*ISH, 20.30 uur, € 7,50 / € 9,50, theater 10+

za 21, Koller met Fool Koller, 20.30 uur, € 9,- / € 8,-, cabaret try-out

zo 22, Theater Terra met Castor en Polle, 15.00 uur, € 4,60 / € 9,-, jeugd 6+

wo 25, do 26, Holland Casino Podiumprijs Halve Finales, 20.30 uur, € 10,-, kleinkunstfestival, locatie De Lindenberg

vr 27, Holland Casino Podiumprijs Finale, 20.00 uur, € 15,-, kleinkunstfestival, locatie De Lindenberg

vr 27, De Rode Maan met Ontwakend hart, 20.30 uur, € 7,60, amateurtheater

za 28, Toneelatelier met De Schrik van Vlissingen, 20.30 uur, € 7,60, amateurtheater

zo 29, Op de Geest met Theatersport voor kinderen, 15.00 uur, prijs € 3,20 / € 6,40, theatersport

Stichting De Opstap, Vrouwenactiviteiten, start vanaf januari met de navolgende cursussen:

Verdieping in de kunst: donderdag 12 januari van 19.30 – 21.30 uur (8 lessen)

Kosten: € 30,- (incl. huur video en materiaalkosten)

Afrikaanse Dans: vrijdag 13 januari van 20.30 – 22.00 uur (14 lessen)

Natuurlijk Creatief Bewegen: maandag 9 januari van 19.30 – 21.00 uur (15 lessen)

Capoeira: woensdag 11 januari van 10.00 – 11.30 uur (14 lessen)

Chakra Cursus: woensdag 11 januari van 09.30 – 11.30 uur (7 lessen)

Italiaans voor op vakantie: maandag 30 januari van 10.35 – 11.45 uur (10 lessen)

Engels beginners: woensdag 18 januari van 19.00 – 20.30 uur (13 lessen)

Kosten: € 2,50 per les

Workshop Vrouw in Beweging: maandag 30 januari van 10.00 – 12.30 uur, € 5,-

Voor info en opgave: Stichting De Opstap, Cipresstraat 154, 6523 HR, Nijmegen. Tel: 024-3238111, post@deopstapark.nl, www.deopstapark.nl

Omgaan met verlieservaringen bij ouderen

Woensdagavond 14 december a.s. organiseert GGZ Nijmegen een voorlichtingsavond over 'Omgaan met verlieservaringen bij ouderen'.

Welkom zijn mensen die werkzaam zijn in de zorg, vrijwilligers en andere belangstellenden die veel te maken krijgen met dit thema.

Tijdens deze avond geven een geestelijk verzorger, een sociaal psychiatrisch verpleegkundige en een ervaringsdeskundige informatie over o.a.: verlieservaringen en zingeving op latere leeftijd, het ontstaan van psychische klachten (somerheid, angsten) na verlies, mogelijkheden voor behandeling en tips voor het omgaan met ouderen met verlieservaringen.

Bij verlieservaringen kan het gaan om partnerverlies, maar ook verlies van gezondheid, werk, huisvesting etc. Er is gelegenheid om vragen te stellen aan een deskundig panel. Ook het Centrum Ouderen en Levensvragen is aanwezig om vragen te beantwoorden. Er zijn daarnaast folders, boeken en literatuurlijsten beschikbaar.

De bijeenkomst vindt plaats van 19.00-21.30 uur, in het hoofgebouw van GGZ Nijmegen, Nijmeegsebaan 61 te Nijmegen. Toegang is gratis, reserveren is noodzakelijk, tel: 024-383 7777.

R-evolutie - Vliegtuigmuseum in Nijmegen

Op zondag 8 januari heeft het vliegtuigmuseum R-evolutie zijn deuren voor het publiek weer geopend. R-evolutie is het enige museum in Nederland waar vele honderden vliegtuigen, welke minutieus op schaal zijn nagebouwd, te zien zijn.

Noteer dus deze datum in uw agenda! 'R-evolutie' is elke tweede zondag van de maand geopend van 11.00 tot 16.00 uur. De ingang is aan de Griegstraat (t.o. Sportfondsenbad-Oost). Telefoon 024-3600036. Ook te vinden op: <http://home.wanadoo.nl/revolutie>

GROTE ROMMELMARKT op 12 maart 2006

Van 10u tot 14u uur in wijkcentrum "De Ark van Oost", Cipresstr 154. Marktkramen te huur à (4 mtr), € 16, borg € 5.

Deze ontvangt u terug als U om 14u de kraam SCHOON achterlaat.

Voor opgave en betalen bel 06 40 13 75 53 (Dick).

SWON zoekt vrijwillige chauffeurs

Voor het vervoeren van ouderen naar ziekenhuis, huisarts, cursus of familie is SWON (Stichting Welzijnswerk Ouderen Nijmegen) dringend op zoek naar nieuwe vrijwilligers. U rijdt wekelijks op een vast of variabel tijdstip met eigen auto tegen een ruime onkostenvergoeding.

Ouderen die niet meer zo mobiel zijn, hebben voor hun vervoer de keuze tussen bus, (regio)taxi of familie en bekenden. Voor veel ouderen is de bus te moeilijk en een taxi te duur of niet stipt genoeg. Niet iedereen heeft familie in de buurt of wil daar een beroep op doen. Gelukkig kunnen vrijwilligers van SWON dan helpen.

Het voordeel van vrijwilligers is dat zij tijd hebben om iemand naar binnen te begeleiden of te ondersteunen bij het lopen en zij zijn altijd op tijd aanwezig. Het vervoeren van senioren is zinvol en dankbaar werk dat u veel voldoening kan geven. In de eerste plaats vanwege de waardering die u krijgt van de senioren. Maar ook voor uzelf kan het een manier zijn om actief en zinvol bezig te zijn.

Bent u sociaal ingesteld en houdt u van autorijden, bel dan eens voor meer informatie naar het SWON Informatiecentrum, tel. 024-365 01 90 of mail: info@swon.nl.

Zin in vriendschap?

Op iedere leeftijd kan vriendschap een bron van steun, stimulans en plezier zijn. Wel is het zo dat met het ouder worden uw vriendenkring door diverse omstandigheden kleiner kan worden. En tegelijkertijd kunt u meer tijd voor vriendschap, en soms ook meer het verlangen naar het gezelschap van vrienden hebben.

De cursus "zin in vriendschap" biedt u de gelegenheid uw ervaringen met vriendschap op een rij te zetten en met anderen uit te wisselen. Hierdoor wordt duidelijker wat vriendschappen voor u betekenen en hoe u er mee om wilt gaan.

Deze cursus voor vrouwen van 55 jaar en ouder is ontwikkeld door de Radboud Universiteit Nijmegen en wordt verzorgd door medewerkers van de Universiteit in samenwerking met SWON.

Op de bijeenkomsten zelf gaat het over vragen als: Hoe sta ik op dit moment in vriendschap; welke kwaliteiten breng ik mee als vriendin; hoe maak ik nieuwe contacten; hoe kan ik een bestaande vriendschap verdiepen; hoe geef ik mijn grenzen aan in contacten met anderen; hoe ga ik om met conflicten?

Deze cursus bestaat uit 12 bijeenkomsten op woensdag van 14.00-16.00 uur en

Vervolg op pagina 15

Het stoofgerechtgevoel van Vesters

Worstenbroodjes, bouillon, pudding, sudderlapjes, gegratineerde aardappelen. Zomaar wat gerechten die Jeroen Vesters en Nikolien Vestraelen te binnen schieten als ze herinneringen ophalen aan kerstvieringen. Het zijn niet de etenswaren die de kaart in hun restaurant bepalen, maar er is wel een link tussen de geneugten uit het verleden en het menu tijdens eerste en tweede kerstdag.

Door Grieta Spannenburg

Op een zeer winterse novemberdag loop ik door stormwinden en sneeuwbuien naar het einde van de Groesbeeksedwarsweg. In hetzelfde rijtje waar we eetcafé eten&drinken vinden, heeft zich sinds een paar maanden restaurant Vesters genesteld. Als ik eenmaal binnen zit en we onze blik naar buiten richten, verzuchten we gedrieëlijk dat dit toch wel het ideale kerstweer zou zijn. En dan lekker gezellig tafelen met een glaasje drinken en heerlijk eten. Dat woord 'gezellig' zou nog vaak terugkomen in ons gesprek.

Inspiratiebronnen

Jeroen is eigenaar en chefkok, Nikolien is bovenal gastvrouw. Terwijl de sneeuwlaag buiten gestaag aandikt, wordt binnen teruggekeken in de tijd. Het kerstgevoel leeft duidelijk bij deze twee horecamensen. Jeroen denkt aan zijn vader die als kerkorganist veel sfeer creëerde in het katholieke Brabantse land. En aan zijn oma, die altijd heldere runderbouillon wist te ma-

ken. Een kwaliteit waar heel wat koks ja-loers op zijn. Kerstavond werd bij Nikolien traditioneel gevierd met worstenbroodjes. Verder herinnert zij zich de lekkere chocolademousse en veel klassieke dingetjes zoals zelfgemaakt krentenbrood. Jeroen smult bij de gedachte aan de tientallen schalen die zijn oma vulde met van alles en nog wat. Sudderlapjes, stoofschotels, gegratineerde aardappelen en natuurlijk ook de pudding. En naast het geweldige voedsel, roemt hij de gezelligheid.

Luxe en verwennerij

Als ik hem vraag of hij wat van vroeger mee heeft genomen naar de menukaart voor kerst 2005, blijkt dat inderdaad zo te zijn. De keuze voor een stoofgerecht bijvoorbeeld; de amuse tijdens eerste en tweede kerstdag is een ragout in korstdeeg. Bovendien hoort een kerstmenu volgens hem altijd luxe te zijn. Daar waar de gangen normaliter een mengeling zijn van luxe en wat rendabeler onderdelen, is het kerstdiner een aaneenschakeling van bijzonderheden. Waarbij klassiekers eigenlijk niet kunnen ontbreken. Zoals de rosé gebraden kalfshaas. Deze is dan ook terug te vinden onder het kopje "Tournedos rossini" in het kerstmenu. De combinatie van luxe + traditie + kerstgevoel, dat is volgens Jeroen het heuse 'stoofgerechtgevoel'.

Niet opgeprikt

De gezelligheid die voor Jeroen en Nikolien onontbeerlijk is voor de kersttijd kan natuurlijk niet op het menu worden gezet

tussen de kaas en de parfait glacée. Dat is iets wat je in de sfeer probeert te leggen, onder andere door ervoor te zorgen dat mensen zich thuis voelen in Vesters. Jeroen en Nikolien houden beiden niet van opgeprikt gedoe en hopen van harte dat het twee ontspannen avonden worden, waarin er gelachen kan worden en waar verplichte toestanden –Jeroen herinnert zich een 'dansant'– niet aan de orde zijn. Zelf glimlacht hij bij de gedachte dat er mensen tegen het einde van de avond een beetje onderuitgezakt in de stoelen zitten. Want ja, ook dat is natuurlijk gezellig.

Tja, zelf moeten ze werken tijdens kerst. Behalve kerstavond. Mogelijk dat ze bij familie wat worstenbroodjes gaan eten. En Jeroen denkt er sterk over om weer eens naar zijn vader te gaan luisteren. Naar het orgel, genieten van de sfeer.

Vesters vindt u aan de Groesbeeksedwarsweg 307a.



Kerst 2005 bij Vesters

Het menu:

Amuse: "Vol-au-Vent" van korstdeeg gevuld met ragout van konijnenbout, gember en rozijnen

Garnalen: In sesam gepaneerde tijgergarnalen met draadjesvlees, notenboter en crème van bonen, salie en ciderazijn
Kabeljauw: Op de huid gebakken kabeljauwfilet gepikeerd met laurier; morieljeus, schuim van Parmezaan en dun gesneden lavas en kervel

"Tournedos rossini": Rosé gebraden kalfshaas met madeirajus, ossenstaart, eendenlever, truffel en winterpostelein
Kaas: Vacherin Mont d'Or met salade, perenstroop, radijs en getoast notenbrood; een lepel Reblochon, aardpeerpuree, spek, uit en komijn

Parfait glacée: Parfait van piment en kaneel onder geflammeerd notenschuim; compote van appel en kweeper, butterscotch, in cognac gewelde pruimedanten, en hangop

Mokka service: Friandises en koffie of thee



Geen opgeprikt gedoe!

Foto: Eric Hendriks

Straatkrantverkoper verbaast zich over kerst

Hij is een bekend gezicht voor iedereen die wel eens boodschappen doet bij de Albert Heijn aan de Daalseweg. De donkere jongeman met de Impuls. Een zeer vriendelijke jongeman ook, die klanten altijd groet en een glimlach voor ze gereed heeft. Op mijn zoektocht naar het kerstgevoel in Oost, raakte ik gefascineerd door deze straatkrant-verkoper. Wat zou hij doen tijdens de kerstdagen? Wat vindt hij van het kerstgebeuren hier? En is er iets dat hij graag op tafel zou zien staan tijdens kerstavond? Ik zou het uitvinden, al bleek dat niet geheel zonder hindernissen te gaan.

Door Grieta Spannenburg

Om deze jongeman te spreken te krijgen, dacht ik dat één gang naar de grootgrutter zou volstaan. Voor mijn gevoel was hij er altijd en het zou een koud kunstje moeten zijn om hem te spreken te krijgen. Toch leidde het op een donderdagmiddag tot een vergeefs tochtje naar de Daalseweg. De plek voor de schuifdeur was leeg. En ook binnen was er geen donkere jongeman met impuls. Jammer, maar dan zou het de volgende dag zeker raak zijn.

Impulsverkoper zoek

Ook de volgende ochtend was hij echter niet op de bekende stek te vinden. Ik kon mij er wel wat bij voorstellen. Het weer was bar en boos, het regende, er viel natte sneeuw en de wind sneed linea recta door jas en trui heen. Wat was het koud!! 's Middags kwam ik opnieuw –met muts op en sjaal om– richting de ingang van Appie. Wederom geen jongeman. Ik voelde een licht gevoel van bezorgdheid opkomen. Wie is hij eigenlijk, waar verblijft hij 'als het weer zo lelijk is' (denk de passende melodie van de Klaastijd hier bij). Waar vertoeft een impulsverkoper als het sneeuwt en vriest en waait? En terwijl de winkelwagentjes om mij heen in- en uitreden, keerde ik onverrichter zaken terug naar huis.

Rachid gevonden

Diezelfde avond was er een flink sneeuwdek tot stand gekomen en liep ik nogmaals richting Albert Heijn. Er moest wat brood en beleg worden aangeschaft. Met een verkeerschaos van hier tot Tokio in het land, en nog maar weinig mensen die de supermarkt konden bereiken, verwachtte ik niet de jongeman aan te treffen. Maar verrek! Nu was 'ie er wel! Al vele keren in de maanden daarvoor hadden we elkaar vriendelijk gegroet, of een heel snel woordje gewisseld. Nu vroeg ik aan hem of ik wat van hem zou mogen weten. Iets over kerst, kerstgevoel, kerstbeleving.

Daar moest hij over nadenken. Kerst? Hij

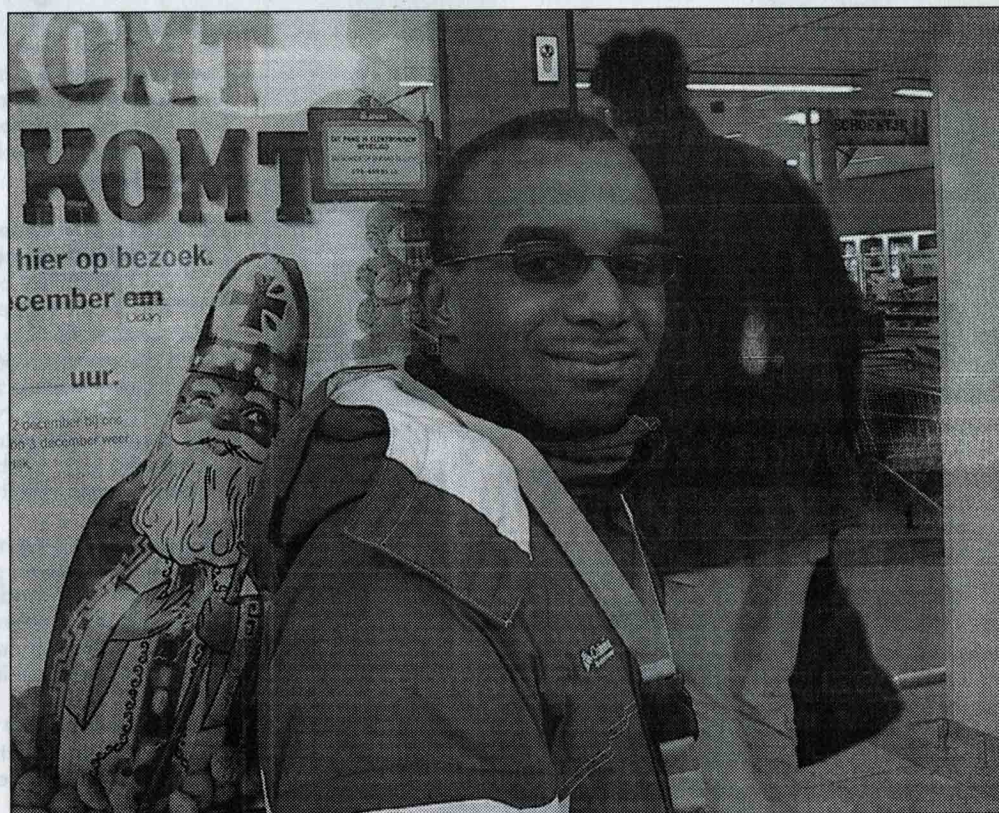


Foto: Grieta Spannenburg

Het mogelijke menu op 25&26 december van Rachid

- misschien een pizza
- ofwel een Marokkaanse maaltijd
- ofwel (indien geopend) een maal bij de refter van de Universiteit

deed nooit aan kerst. "Ik ben geen christen." "Heel veel mensen in Nederland zijn geen christen," voegde ik er aan toe. "Maar toch haalt vrijwel iedereen een boom in huis, stoppen ze er ballen in en komen zelfs Jozef en Maria eronder te staan." Dit verbaasde hem hogelijk. "Zij geloven niet, maar ze vieren het wel?" Daar kon ik alleen maar bevestigend op antwoorden. En hem vragen dat ik benieuwd was naar zijn ideeën over kerst, en wat hij graag zou willen doen tijdens de kerstdagen. Dat waren nog geen gemakkelijke vragen voor hem. Maar, ik zou hem bedenktijd geven. De volgende dag zou 'ie wederom op zijn post staan. Dan kon er eerst nog over nagedacht worden en volgden de antwoorden. "Prima". We wisselden onze namen uit en zo kon ik deze jongeman eindelijk benoemen: Rachid.

Onder dwang bij de boom

Zo gezegd zo gedaan. Maar toch niet helemaal. Het zou nog bijna een week duren eer we elkaar opnieuw spraken. De laatste sneeuwrestjes werden kleiner en kleiner. En

daar stonden we dan. Voor de Appie, terwijl Rachid mij de voor- en achterkant van de ASN (een studentenblad) liet zien. "Dat is toch wel raar met het kerstgebeuren in Nederland. Voorop staat een halfnaakte vrouw in een slinger van kerstlampjes, achterop een persoonlijk relaas van een behoorlijk conservatief iemand, die wacht met seks tot in het huwelijk. Twee zulke verschillende verhalen, en toch in een kersteditie." Zijn verbazing over de Nederlandse kerstviering is groot. "Het lijkt wel of de mensen op 25 en 26 december 'onder dwang' thuis zitten bij de boom." Waar hij de wenkbrauwen helemaal bij optrekt is het gebrek aan echte religieuze beleving. Zelf heeft hij de ramadan net achter de rug. Het volgen van de strikte regels geeft hem verdieping in zijn geloof.

Wat ga je eten?

Voor Rachid speelt het kerstfeest al met al geen enkele rol in zijn leven. Wel ziet hij het als belangrijk en respectvol om de mensen die hem een gelukkige kerst toewensen, ook een soortgelijke groet terug te geven. Ook al verbaast hij zich hogelijk over 'ons' gedrag. Dan restte mij nog de voedselvraag. Wat gaat hij eten tijdens de kerstdagen? Daar over had hij nog geen strak omlijnd idee. Het kan van alles zijn. Waarschijnlijk komt het bord pas laat op de avond op tafel. Of, als hij geen trek heeft, dan zonder eten naar bed.

Hollands Bier in Café Muk

Het Café
met alleen
Hollandse bieren
zowel op tap
als fles



Uitgebreid
assortiment
Hollandse
Jenever
en Likeuren

*** Donderdagavond Smartlappenavond! ***
vanaf 22.00 uur



Hollandse pot
voor weinig geld

Binnenkort:

Uitgebreide bierkaart
met minimaal
50 soorten bieren

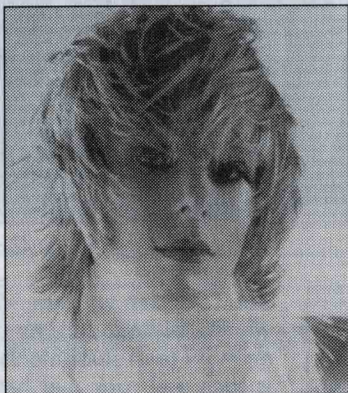
Openingstijden

ma: gesloten
di/wo/do: 16.00 - 0.00 uur
vr/za: 16.00 - 2.00 uur
zo: 14.00 - 20.00 uur

Daalsedwarsweg 21-23
6521 EE Nijmegen

Kapsalon Rijcken

Voor hem en haar



Openingstijden:

Dinsdag, Woensdag en Vrijdag van 09.00 tot 17.30 uur

Donderdag van 09.00 tot 21.00 uur

Zaterdag van 08.30 tot 14.00 uur

*Wij wensen iedereen een geknipt 2006
en fijne feestdagen*

Kapsalon Rijcken

Daalseweg 337, tel: 024 3 608 611

Eugene Meijs en Wendy Martin
Broerdijk 35
6523 GN Nijmegen

MAITRI-YOGA CENTRUM

Hatha yogalessen
Vier avonden
Een ochtend

Voor inlichtingen: telefoon 024-3222272
email meijs.martin@12move.nl
website www.maitri-yoga.nl

advertorial

Verkiezingsprogramma 2006-2010 (3)

In de vorige twee bijdragen schreef ik over een aantal punten uit het VVD-verkiezingsprogramma over respectievelijk de thema's werken en wonen, deze maand tot slot enkele punten rondom het thema leven.



Zo kunt u bijvoorbeeld lezen over: Keuzevrijheid in zorg en welzijn

De VVD vindt het belangrijk dat mensen vrij zijn in de keuze van aanbieders van zorg en welzijn. Op het gebied van zowel zorg als welzijn moet de gemeente marktwerving stimuleren. In het geval van de zorg is het persoonsgebonden budget een ideaal middel om de Nijmegenaar deze keuze te geven. Zeker voor die mensen die graag zo zelfstandig willen zijn. Zo zouden bijvoorbeeld ook wijkbewoners/-raden keuzemogelijkheden moeten hebben tussen verschillende aanbieders van welzijnsvoorzieningen.

In het programma staat m.b.t. zelfstandige ouderen:

Het aantal ouderen groeit nog steeds. Het merendeel van de ouderen woont zelfstandig en neemt volop deel aan de samenleving. Deze mogelijkheden zijn belangrijk en het zou goed zijn als deze gewaarborgd kunnen blijven. Een woonwijk met ook seniorenwoningen en zorgwoningen biedt voor velen een gevarieerd bestaan.

Over jongeren treft u het volgende uitgangspunt:

De VVD is er voorstander van om jeugdcentra zoveel mogelijk in eigen beheer van de jongeren zelf te geven met een eigen budget. (daar kunnen ze nu juist zelfstandigheid leren).

Dat Nijmegen veel cultuurliefhebbers kent blijkt uit het hoogwaardig cultuuraanbod.

Dit is niet alleen belangrijk voor de inwoners van Nijmegen, maar ook voor de uitstraling van de stad naar buiten. Daarom moet er alles wat mogelijk is gedaan worden om het culturele aanbod van de zes Nijmeegse podia te behouden. Lux, als grootste art-house van Nederland, bouwt in samenwerking met de Mariëburgkapel en financieel ondersteund door de gemeente, verder aan een stabiele organisatie.

Het hele VVD-verkiezingsprogramma: NIJMEGEN VERDIENT HET BESTE kunt u downloaden van de website www.vvdnijmegen.nl

Ik wens u fijne feestdagen en een gezond en voorspoedig 2006 toe.

Graag tot ziens, en tot de volgende keer,
Franz van Vlaanderen.
VVD-raadslid wonend en werkend (bij Albert Heijn)
in Nijmegen Oost.
Email: franz6522@planet.nl



COMPUTER SYSTEMEN

nu: supervoordelig

OOK OP MAAT

- Cartridges, origineel en alternatief
- Snelle en vakkundige reparaties
- Electronica, componenten en kabels

www.oostcomputers.nl

Cipresstraat134, hoek Hengstdalseweg
6523 HR Nijmegen - Telefoon 024 360 9 361

VLIEG EN DE VERKIKKERDE PAD WEER TE ZIEN IN HET BADHUIS

Na een reeks uitverkochte voorstellingen in de herfstvakantie, is de voorstelling *Vlieg en de verkikkerde Pad* van theatergroep Kwatta weer terug in het Badhuis. In de kerstvakantie is de voorstelling maar liefst 5 keer te zien! Hiermee sluiten de tour van *Vlieg en de verkikkerde Pad* door de Nederlandse theaters feestelijk af.

Pad is niet blij dat hij Pad is. Pad zou graag iets anders willen zijn. 'Niet zeuren' zegt Vlieg die zelf blij is dat hij Vlieg is. 'Het leven is kort Pad, te kort om te tobben'. Maar dan klinkt er een vreemd geluid uit het riet...

Het is Oeps, een wonderschoon wezen dat de wereld inkruipt en zich afvraagt wie ze is. 'Vlieg!' roept Pad uit. 'Vanbinnen ben ik



Foto: Niek Michel

anders dan vanbuiten. Kijk maar eens heel diep in mijn bek'. Vlieg aarzelt, is het wel verstandig om diep in Pads bek te kijken? 'Je kunt me vertrouwen', zegt Pad. Maar is dat wel zo?

Vlieg en de verkikkerde Pad is een vrolijk, muzikaal sprookje over verpadden en verkikkers en over alles wat mooi en lelijk is voor iedereen vanaf 6 jaar.

Aan *Vlieg en de verkikkerde Pad* werken veel bekenden van Kwatta mee. Zo was Egidius Pluymen eerder al te zien én te horen in *Ijssprookje* en in de *Kwattaklas*.

voorstelling *Op de vlucht*, en speelde Rik Engelgeer vorig seizoen mee in *Badgasten* en *Max*, de held van *Siddeburen*. De muziek in *Vlieg en de verkikkerde Pad* is in handen van Dolf de Kinkelder. Eerder componeerde hij bij Kwatta de muziek voor de succesvolle kleutervoorstelling *Wat is er toch met Lola Fink?*

Reserveren

Wil je verzekerd zijn van een kaartje? Dan raden wij aan om te reserveren. Reserveren kan via telefoonnummer 024 360 05 88 of via website: www.kwatta.info. De voorstelling *Vlieg en de verkikkerde Pad* is te zien op 23 december om 19.00 uur en op 26, 28 t/m 30 december om 14.30 in Theater het Badhuis. De toegang bedraagt € 5,- voor kinderen en € 8,- voor volwassenen.

Theatergroep Kwatta is sinds september 2002 het professionele jeugdtheatergezelschap van Gelderland, gevestigd in Theater het Badhuis in Nijmegen. Onder leiding van schrijfster en regisseuse Jozee Husaarts, maakt Kwatta theater dat speels en lichtvoetig is met een serieuze ondertoon. Kwattavoorstellingen zijn vaak een combinatie van tekst met andere theatervormen zoals, muziek, zang, poppenspel of film. Daarnaast krijgt jong talent in het voorjaar de kans een eigen productie te maken in het Kwattalab en Kwattaklas. Kwatta wordt gesubsidieerd door provincie Gelderland en gemeente Nijmegen. Vanaf 2005 ontvangt Kwatta rijks subsidie in het kader van de cultuurnota.



19.000 lopers in Zevenheuvelenloop 2005: "zie jij hem? Ik niet!" Foto: Eric Hendriks

Kopij inleveren voor de volgende Wijkkrant

Artikelen, brieven enz. voor het januari-nummer van

De Wijkkrant voor Nijmegen-Oost

moeten uiterlijk 8 januari 2006 bij de redactie worden ingeleverd, bij voorkeur via e-mail.

De Wijkkrant wordt dan op 18 jan. samen met De Brug verspreid.

Woordzoeker

WOORDZOEKER

VERMAAK VOOR ONDER DE BOOM

R	E	U	J	H	D	A	K	J	F	O	R	T	K	I	J	K	I	N	D	E	P	O	T	S	T	R	K
T	C	K	P	A	D	H	B	F	U	O	S	I	I	M	Z	W	E	T	A	A	R	T	S	M	A	K	
M	O	N	T	E	S	S	O	R	I	S	C	H	O	O	L	F	P	E	I	A	P	Q	D	U	C	K	
O	M	W	D	T	M	M	T	E	E	T	T	E	N	A	I	P	S	S	L	A	N	N	A	N	E	M	
O	P	A	B	P	K	M	I	R	F	E	O	N	K	N	L	Q	T	F	H	U	J	S	D	F	J	P	
L	O	P	S	T	A	P	H	J	A	I	O	G	L	D	S	M	R	D	C	H	R	I	S	T	U	S	
S	N	A	A	S	K	S	D	B	N	G	W	S	D	P	M	L	A	L	B	M	T	U	I	F	L	R	
G	I	T	N	H	A	D	P	R	S	E	O	T	A	T	I	P	A	O	N	N	L	K	J	V	I	A	
R	S	E	T	S	L	S	H	A	K	R	U	D	Z	T	D	H	T	U	H	B	R	M	S	M	A	P	
K	T	R	O	P	T	R	O	O	S	T	V	A	N	O	O	S	T	P	Y	R	E	C	Z	L	N	L	
N	E	S	N	M	R	K	B	D	A	H	W	L	H	O	O	C	N	I	E	L	P	A	I	R	A	M	
M	N	B	I	V	A	N	B	A	K	E	V	K	F	R	L	H	A	S	F	K	H	I	E	P	P	P	
C	B	O	U	H	D	M	Y	S	T	A	R	T	N	O	R	I	O	N	L	P	K	E	E	C	A	N	
V	U	S	S	D	E	L	W	O	E	T	E	S	K	P	P	L	I	M	O	S	N	T	K	O	R	B	
F	U	J	V	A	K	P	E	R	D	E	O	F	P	S	L	D	S	L	W	D	V	B	N	L	K	L	
Y	R	E	A	R	I	A	R	D	S	R	N	O	O	T	R	E	K	V	O	G	E	L	S	T	O	D	
H	T	T	N	E	H	R	K	S	L	P	W	S	K	R	E	R	H	J	R	E	T	T	O	P	S	U	
K	I	N	P	T	N	W	P	O	S	T	W	E	G	A	E	S	A	H	G	H	S	N	I	K	D	Y	
P	U	O	A	J	V	T	L	K	P	V	A	W	F	A	D	B	A	D	H	U	I	S	I	X	M	A	
A	T	M	D	E	I	H	A	N	O	U	P	M	N	T	S	U	G	J	Q	N	P	T	A	N	D	E	
W	S	R	U	K	L	W	A	N	G	U	J	P	L	U	Y	U	D	D	A	N	P	E	I	H	K	E	
D	O	Y	A	W	L	J	T	W	P	R	F	O	S	N	M	R	N	N	S	E	U	F	P	I	U	T	
T	P	P	D	A	A	L	S	E	H	O	F	A	T	N	H	T	E	M	D	R	J	A	O	D	H	K	
F	N	K	F	K	N	P	A	D	S	D	G	R	R	E	C	V	Z	K	N	B	D	A	K	A	N	K	
F	B	C	O	K	D	I	R	R	S	E	N	J	E	W	A	A	G	H	P	E	R	N	R	A	H	I	
M	B	E	N	E	R	U	H	E	P	D	E	I	L	T	N	F	G	B	O	R	H	T	A	E	S	H	
U	Z	D	W	N	Y	D	K	N	K	O	E	N	A	S	D	G	Q	P	G	G	T	J	P	O	H	T	
E	E	L	R	B	H	S	L	E	T	R	W	B	N	S	H	I	R	D	H	M	P	E	Z	H	I	F	
S	W	A	T	E	U	N	T	S	P	O	O	R	B	U	U	R	T	D	D	W	S	M	I	L	E		
U	L	W	L	R	L	N	D	U	P	D	N	M	A	N	H	Q	E	D	O	M	I	N	I	C	U	S	
M	H	A	V	G	A	E	H	R	K	H	P	E	A	K	L	A	C	P	F	S	J	U	L	I	A	N	
E	J	T	E	E	K	N	A	M	E	E	P	N	K	O	P	E	H	T	K	V	K	H	H	N	S	E	
I	I	W	L	S	O	I	S	W	R	H	F	B	V	N	B	D	T	R	L	D	C	I	T	P	W	T	
F	U	D	K	D	P	E	H	E	P	M	G	U	P	K	L	P	S	E	N	T	O	J	R	A	L	U	
F	F	T	U	N	S	M	C	S	R	N	L	U	E	H	I	L	W	U	B	R	M	K	E	R	K	T	
O	D	H	T	T	E	O	A	T	W	F	A	R	P	E	E	K	I	P	A	E	I	L	W	A	B	Z	
K	H	O	E	R	H	R	E	E	G	A	A	T	F	H	M	M	N	O	M	U	T	O	B	D	G	P	
D	E	P	F	H	O	K	R	R	L	E	K	J	H	G	W	S	K	K	G	P	E	D	K	I	B	K	
E	A	L	O	L	F	D	G	H	K	B	R	G	J	O	P	K	E	K	S	W	O	T	N	S	A	R	
S	N	N	A	K	W	E	Z	E	V	E	N	H	E	U	V	E	L	E	N	L	O	O	P	U	P	K	
N	J	M	D	I	R	K	L	L	S	G	J	O	O	S	H	H	I	K	D	A	S	A	L	M	H	K	
N	P	F	N	U	F	M	M	L	A	A	H	P	L	N	K	H	E	R	W	L	T	V	I	J	L	J	
U	O	D	A	H	K	V	L	I	E	G	T	U	I	G	M	U	S	E	U	M	S	F	J	A	S	D	
H	R	S	A	M	U	R	T	N	E	C	N	E	W	U	O	R	V	L	A	A	N	O	I	T	A	N	
W	F	H	M	A	R	I	A	G	E	B	O	O	R	T	E	K	E	R	K	M	P	L	D	Y	R	K	
K	A	A	R	D	O	E	H	Y	A	P	K	H	D	E	E	P	K	B	D	G	R	T	U	E	Q	R	

Zoek de woorden horizontaal, verticaal en diagonaal

ker

A	A	T	L	P	O	Z	D
M	U	E	S	U	M	I	I
W	W	P	H	S	N	W	P
I	H	C	A	O	J	F	B
J	S	M	N	E	M	D	S
K	O	N	I	N	G	O	H
K	S	K	L	O	P	E	T
R	N	E	E	T	U	M	Q
A	M	S	D	G	L	U	V
N	H	P	E	R	N	R	L
T	R	T	M	O	B	T	U
Z	A	B	U	I	M	N	G
I	S	I	U	S	C	E	E
M	P	L	M	I	U	C	S
D	H	K	A	N	I	S	A
B	N	N	L	T	J	R	P
L	U	A	P	M	P	E	N
E	T	T	H	A	E	K	N
S	F	H	L	A	R	E	E
M	U	U	O	R	S	O	U
U	K	J	L	T	E	Z	L
Z	T	E	C	E	E	L	D
E	H	P	S	N	R	E	F
Y	K	L	A	S	N	I	O
K	L	P	P	K	E	S	H
T	S	K	H	L	N	A	J
S	A	L	T	I	E	K	E
K	S	W	O	N	O	P	M
A	F	E	L	I	R	K	V
K	E	R	K	E	T	N	S
A	P	A	R	K	I	O	P
N	B	S	O	P	C	L	D
N	B	M	T	J	E	L	O
S	K	N	S	G	P	E	O
I	J	G	D	L	R	N	R
M	H	A	E	R	D	L	P
W	R	V	N	S	H	I	L
H	A	S	M	F	H	P	A
A	E	S	G	J	L	U	G
N	H	T	R	A	W	L	G
I	J	G	D	H	U	E	K
P	P	A	F	H	P	O	S
H	A	L	N	L	O	P	N
R	E	T	N	I	K	E	M
L	A	D	T	C	H	J	B
O	H	S	F	O	G	M	P

onaal

ALTRADE	MONTESSORISCHOOL
ANTONIUSVANPADUA	MUSEUMKAMSTRAAT
ASIELZOEKERSCENTRUM	MUZE
BADHUIS	OPSTAP
BATAVEN	ORION
BOMENBUURT	PATERSBOSJE
CANISIUS	PAULUSPOTTER
CHRISTUSKONING	PEEMANKEETJE
CITROENEN	PEGASUS
COMPONISTENBUURT	POSTWEG
CUIJPERS	RECHTSWINKEL
DAALSEHOF	RODEDORP
DOMINICUSKERK	ROMEINEN
FORTKIJKINDEPOTSTRAAT	SCHILDERSBUURT
HENGSTDAL	SINTMAARTENSKLINIEK
HOBBYWERKPLAATS	SMILE
HUNNERBERG	SPOORBUURT
IEPSTRAAT	STEFAANTJES
INPARADISUM	STEIGERTHEATER
INTERNATIONAALVROUWENCENTRUM	SWON
JASMIJN	TANDEM
JOACHIMENANNA	TOOROPSTRAAT
JULIANAPARK	TREKVOGELS
KBO	TROOSTVANOOST
KION	VILLANDRY
KNOLLEN	VLIEGTUIGMUSEUM
KOFFIEMUSEUM	WALDECKPYRMONT
KOPSEHOF	WEDREN
KWAKKENBERG	WESTERHELLING
LIMOS	WIJKCOMITEOOST
MARIAGEBOORTEKERK	WIKKRANT
MARIAPLEIN	ZEVENHEUVELENLOOP



Techniek- en Ontdekcentrum
voor kinderen van 4-18 jaar
kom en beleef het op het TCCN !

Waldeck Pymontsingel 16, Nijmegen
Tel: 024-3602348 / Email: info@tccn.info
Kijk voor al onze activiteiten: www.tccn nijmegen.nl

Woensdagmiddag 4 jan. 14.00:16.00 u Ontdeklab. Magie 8-12 jaar
Zaterdagmiddag 7 jan. 14.00-16.00 u Informatiemiddag 12-14 jaar.

*Inloop – ledenactiviteiten – verjaardagsfeestjes – techniek voor meisjes –
projectgroepen – techniek voor basisscholen*

KLEINE ADVERTENTIES voor NIJMEGEN-OOST

*Voor wijkbewoners gratis per keer één advertentie van maximaal 5 regels, mits niet semi-commercieel.

*Schriftelijk opgeven bij een van de redacties, bij de Wijkwinkel of via email: redactie@dewijkkrant.nl.

Verdien 250,-!! Ter overname aangeboden: Kinderopvangplaats in Nijmegen (diverse vestigingen) of Malden.

Door omstandigheden maken wij geen gebruik van onze gereserveerde opvang bij een kinderdagverblijf. Indien u het voornemen heeft uw kind(eren) 4 dagdelen of meer te plaatsen in een gerenommeerd kinderdagverblijf, neem dan voor meer informatie contact met ons op. Als dank ontvangt u 250,-. Graag ontvangen wij uw reactie uiterlijk 31 december 2005. Telefoon: Walter of Susanne (06-43008962) e-mail: w.fauser@worldonline.nl

Te Koop: ZEER MOOIE KINDERWAGEN jaren 60/70 (rib - bruin) 3 delig ook als reiswieg te gebr. WIPSTOELTJE en een LOOP(stoeltje/geval) er zitten wielletjes onder, samen 70, Tel. 0655945433

Lijkt het je leuk om regelmatig samen met een vluchteling of migrant af te spreken en activiteiten te ondernemen. Of wil je graag met een eetclub met mensen uit verschillende culturen samen koken en eten? Neem dan contact op met project De Link van Stichting V&NZG (vluchtelingenwerk). Voor meer info en aanmelding tel. 3221177, www.vnnijmegen.nl, e.nyerges@vnnijmegen.nl

GEZOCHT: Hondentrimmer voor onze Yorkshire Terrier/Shih Tzu/? mix, omdat het hondje tijdelijk in Nijmegen Oost logeert en dringend naar de kapper moet.

Wie heeft er een ouderwets kamerscherm voor mij te koop tegen een redelijke prijs? Tel. 024-3604565

Te koop: gitaar met div. accessoires o.a. prachtige hoes en stemapparaat, nauwelijks gebruikt. Prijs: € 250. tel (na 17.00): 0243237889 of banjobertjeberggeit@hotmail.com

Wie heeft er nog zo'n klein blauw chipperlezertje voor de chippas van de postbank over? Uw reactie graag naar 0653913416.

Ik heb nog wat computerspellen en joystick te koop, bel Miguel (360 77 96).

Te Koop: Gourmetstel met toebehoren; in prima staat. Interesse? Bel: 024-3234710.

Te Koop: Wit metalen traphekje € 5,-; Elektrische schrijfmachine € 7,50; Nieuwe computertafel, glas/metaal € 49,-; Video-camera met statief, lamp, tas enz. € 95,-. Tel: 024-3234601.

Wie heeft onze grenen keukenstoel meegenomen? Op zaterdag 29 oktober van de parkeerplaats ter hoogte van Hengstdalseweg 103? Stond daar om parkeerplaats vrij te houden i.v.m. werkzaamheden aan riolering. Win degene die de keukenstoel heeft meegenomen deze terug bezorgen op bovenstaand adres?! We missen hem.

Ik wil graag een conversatiegroepje starten in Nijmegen-Oost. Zelf heb ik 2 jaar leservaring en zit in een gevorderden-groep. Wie? José Kamm, tel: 3232803.

Biedt zich aan: OPPAS op kinderen v.a. 4 jaar Nijmegen-Oost. Beschikbaar maandag, woensdag, donderdag en vrijdag. Ook in schoolvakanties. Tel: 3241686.

Te Koop: mooie Rode Tennisbag met Suske en Wiske erop; € 10,-; Elektrisch kookplaatje 1-pits; z.g.a.n. € 10,-; Typemachine Olivetti € 10,-; Fietsstoeltje voor achterop € 10,-. Tel: 3225527.

Ik zoek Shockboekjes, wie heeft er nog thuis liggen? Tonio Tel: 024-3733940.

Te koop: eettafel met uitschuifbladen teakhout 90 x 120 cm (of 200 cm). Prijs: 27,50. Drie schoolbanksetjes, per stuk 7,50. Eén oud kerkstoeltje, rieten zitting, prijs 12,50. Twee tapijtjes, 90 X 150 cm, € 10,- per stuk. Tel. 3882891 of 06 25590886.

Betaalde kleine advertenties

Als je met je kleine advertentie geld wilt verdienen dan geldt een tarief van € 3,50 per keer of € 30,- per jaargang. Je advertentie wordt geplaatst zodra wij je betaling hebben ontvangen op bankrekening 89.32.88.586 van SNS bank te Nijmegen. De tekst van je advertentie (maximaal 50 woorden) kun je opgeven via email redactie@dewijkkrant.nl of afgeven bij de Wijkwinkel.

MANDALA CURSUS start weer in januari, Kenningsmakingscursus 14 januari, Tijd: 11.00-13.00 u. Kosten 5,- incl. Materialen. rk ook individueel als gediplomeerd tekentherapeute, en met Reiki. Info: Maria Vissers; Tel: 024-3240026. www.maria-atelier.nl

MOZAÏEKWORKSHOP. Creatief dagje uit! 55,- p.p. incl. Materialen, Meditatie Lunch, drankjes en Tapa's. Data: Zaterdag/kerstvakantie/in overleg. 10.00-17.00 u. v.a. 3 personen (max. 7), Info: sophiedehaan@hotmail.com Tel: 024-3541922. Mozaïkatelier "Tooropstraat 133", Tooropstraat 133, 6521 NK, Nijmegen-Oost.

YOGA LES in Nijmegen-Oost volgens de lyengar methode. Gedipl. En ervaren docente. Lessen op DO. Avond en evt. Di. Ochtens en Di. Avond in kleine groepen. Heel effectieve yoga. Tel: 024-3580717 (met voicemail).

Piano- en keyboardles; persoonsgericht en aan huis. Loek van Hofwegen, tel: 024-3449292.

Aromatherapie. Ervaar de weldaad en rust van 'n massage met essentiële oliën, puur gedistilleerde kracht en geur van bloemen en kruiden. Ter kennismaking: rug en schouder- behandeling van 30 minuten voor € 21.50. Cadeau tip? Bonnen te koop. Tel: 024-3222272.



Klankrijk

Zat 17 dec Kerstconcert
aanvang 20:00, toegang vrij

www.klankrijk.nl
Leslocatie: Tapirstraat 2, Nijmegen ☎ 024 - 35 01 407

Muzieklessen
Ensembles
Kinderkoor

Hobo
Klarinet
Viool
Cello
Gitaar
Harp
Piano

Activiteiten in Oost

Vervolg van pagina 7

kost € 41,- De startdatum is op 1 februari in "de Ark van Oost" aan de Cipresstraat 154 in Hengstdal.

Verdere informatie of inschrijfformulier via het SWON-Informatiecentrum, tel. 365 01 90.

***** Helend Tekenen

Basiscursus Helend Tekenen start weer op 23, 26 of 27 januari 2006; de Chakra-tekencursus start op 22 januari 2006. Ben je nieuwsgierig naar je eigen tekenplezier en wil je ervaren wat tekenen met je doet? Kom dan naar de Open Dag op zaterdag 17 december 2005 en/of vraag de folder aan. Informatie: Lies de Kort: 024-3226739, na 18u00.

***** Technisch Creatief Centrum Nijmegen

Het Technisch Creatief Centrum Nijmegen organiseert een open middag voor schakelgroepen op zaterdag 7 januari van 14u - 16u.

Ben je tussen de 12 en 14 jaar en vind je techniek leuk? Kom dan naar onze open middag. Daar ervaar je alles wat je wilt weten over computers, elektronica en constructietechnieken.

In januari starten we nieuwe groepen voor jouw leeftijd. Elke zaterdag een gezellige club, ver van thuis en school; wat wil je nog meer? Kom op 7 januari vrijblijvend kijken bij het TCCN en geef je op! Verder organiseert TCCN op woensdagmiddag 4 januari een ontdeklaboratorium magie voor kinderen van 8-12 jaar. Leuke en spannende dingen doen, onderzoeken en zelf maken. Ontdek het zelf en kom naar het TCCN als je durft! Opgeven en informatie: 024-3602348 of email: info@tccn.info

***** Leren Koken?

Op dinsdagmorgen 10 januari gaat er weer een kookcursus beginners voor 55-plus van start in het Oud Burgeren Gasthuis aan de Prof. Cornelissenstraat.

Als u nog niet of nauwelijks kunt koken is dit dé cursus voor u. Iedere les maakt u een eenvoudige maaltijd, waarin u steeds een andere basistechniek leert. En, last but not least: aan het einde is er de gezamenlijke maaltijd van de gerechten die gemaakt zijn. De cursus bestaat uit 12 lessen op de dinsdag van 11.00- 13.30 uur en kost € 94,-.

Verdere informatie en inschrijfformulier via het SWON-Informatiecentrum, 36501 90.

***** Dynamische Hatha-yoga

Behoeft u om het jaar 2006 goed te beginnen? Yoga kan je hier bij helpen.

16 jan. 2006 beginnen de yogalessen. Maandagochtend: 10.45 tot 12.15
Woensdagmiddag: 17.00 tot 18.15
Donderdagavond: 18.30 tot 19.45 en van 20.00 tot 21.30.

De lessen worden gegeven in De Beweg-erij, in Nijmegen-Oost.

Groesbeeksedwardsweg 263 (Op de hoek v. Heutzstraat 2, aan het pleintje).

Kosten: lessen a 75 minuten € 5,00

lessen a 90 minuten € 5,50

Info en/of aanmelden bij Corla van Stuyvenberg, 024-3223631 of

corlavs@gmx.de (let op de o, geen car-la). De eerste les is altijd een proefles a € 5,00 of 5,50.

***** Remember the Sixties!

Zaterdag 14 januari van 20u30 tot 24u dansen en genieten van muziek uit de zestiger jaren. Wie herinnert zich niet de tijden van de Counts en de Dukes waarop we zo graag dansten en naar luisterden in de "oude houten Ark"! Voor iedereen die met plezier aan die tijden

terugdenkt en voor iedereen die graag de sfeer van de zestiger jaren wil ervaren: speelt de band Karma in de Ark van Oost, Cipresstraat 154 in Hengstdal.

Tel. 3232227. Entree 1,- per persoon.

Wilt u ook tekenen, of aquarelleren of werken met inkt of krijt? Vanaf januari 2006 is er bij "t Penseeltje" nog plaats voor het volgen van een cursus, waarbij al deze technieken aan de beurt komen. Deze cursussen worden gegeven in wijkcentrum De Daalsehof. Wilt u meer weten, neem dan contact op met Addy Groos-van Gelder. Tel: 024-3234239.

***** Workshop: Intuïtieactivering en Aurabescherming.

Deze gratis workshop, gegeven door Seng Yah, biedt je in één avond een goed begin om je intuïtie te activeren en je aura te beschermen. Deelname aan deze workshop is tevens nodig om toegelaten te kunnen worden tot de cursus Intuïtieve ontwikkeling - Basis 1 (start eind januari) en geeft dan ook een goede indruk van wat je in die cursus kunt verwachten.

Donderdag 19 januari van 20.00-22.30 u. in wijkcentrum Daalsehof, Daalsehof 2 Nijmegen-Oost.

Kerstrecept Hofmans Catering

Ger Hofmans van Catering Service Hofmans heeft op ons verzoek een recept prijsgegeven van een verrukkelijke Lamstoofpot, waarbij u zelf kunt aanvullen tot een Kerstmenu. Hofmans, beter bekend van de thuisbezorgde maaltijden en het verzorgen van de dagelijkse menu's in de twee restaurants van het Oud Burgeren Gasthuis, geeft u dit bijzondere recept als kerstcadeau. Alleen voor de lezers van de Wijkkrant dus! Reuze bedankt, Heer Hofmans!

LAMSTOOFPOT á la HOFMANS

Receptuur voor vier personen

Ingrediënten:

500 gram Lamspoulet
50 gram boter
500 gram uien
3 tenen knoflook
500 cc bouillon
3 eetlepels tomatenpuree
2 eetlepels paprikapoeder
1 theelepel rozemarijn
250 cc crème fraîche

Bereiding:

De lamspoulet in circa 8 minuten aanbraden in de boter. Uien snipperen. De uien toevoegen en de knoflook uitpersen. Gedurende 5 minuten verder braden. De rozemarijn en tomatenpuree toevoegen. Afblussen met de bouillon en langzaam door laten sudderen met deksel op de pan. Na een uur sudderen op smaak brengen met peper en zout. Vlak voor het opdienen de crème fraîche door de stoofpot roeren. Serveren met een mooie lichte wijn, bijvoorbeeld Beaujolais.

Wilt u met de kerst er goed uit zien (en kijken).

Denk dan eens aan een nieuwe bril van:

P.S. Let op! Per 1 januari kan uw verzekering veranderen.

Geerling
optiek
kwaliteit voor ogen

Daalseweg 9,
Nijmegen
Telefoon 024-3230917
Fax 024-3229139

Van Schie advocaten

mr C.T.G. van Schie
mr R.G.H.M. de Glas
mr F.G.W.M. Huijbers
mw. mr J.W.C. Giebels
mw. mr E.R.T. Tromp
mw. mr T.J.A. Pierik

Advocaten en procureurs

voor:

- echtscheiding
- alimentatie
- ontslag en uitkeringen
- vreemdelingenrecht
- strafrecht

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

Y O B E TRAINING
&
COACHING

YOGA voor LICHAAM en GEEST
Diverse Cursussen najaar 2005

Communicatie, Pers. Kracht & Effectiviteit
Cursussen en Coaching

YOBESinds 1975 Bel Peter Kooij 024-3237846

Station oost

Elke dag geopend
vanaf 11.00 uur

Ontbijt, lunch, borrel, diner,
receptie, vergadering, feest..

Weekschotels € 8,-

Elke zaterdag swingcafe
Elke zondag live muziek

Café-restaurant Station Oost
Daalseweg 17 Nijmegen
www.stationoost.nl



IVC Eindelijk officieel open!

Op een nog mooie donderdagmiddag, de zeventiende november, werd het Internationaal Vrouwen Centrum tenslotte heel feestelijk echt geopend. Eerder hebben we in de Wijkkrant al over de gedwongen vervroegde verhuizing van het IVC verhaald, met alle narigheid die daarmee gemoeid was. Het ergste was nog wel dat er nog steeds geen alternatieve huisvesting gevonden werd, die aan alle wensen kon voldoen: ruimte weliswaar beschikbaar, maar op moeilijk bereikbare locaties. Terwijl de belangrijkste voorwaarde was: centraal gelegen en goed bereikbaar met openbaar vervoer. Pas op het laatste moment kwam het lege pand in de Pater Brugmanstraat beschikbaar.

Door Seph Schreurs

Omdat er na de voltooide verhuizing nog heel wat aan de noodzakelijke voorzieningen gewerkt moest worden, duurde het een flink aantal weken voor alles op orde was. Vervolgens was het wachten op het einde van de Ramadan, maar toen was het toch zover. De middag begon voor de vaste gebruikers met het vieren van het Suikerfeest, om drie uur waren de meeste vrouwen weer naar huis. Onder andere omdat er voor deze gelegenheid ook mannenbezoek toegestaan werd en het is nu eenmaal een Vrouwencentrum! De grootste 'zaal' bleek leuk versierd en stroomde vol met belangstellenden. De mannen waren duidelijk in de minderheid, maar dat mocht de pret niet drukken. Gezellig was het in elk geval! Keurig op tijd werden we verwelkomd door Roya Banaei-Abolghasem, een Iraanse, die als taaltrajectbegeleidster werkzaam is op het IVC. Dat ging prima, in goed verstaanbaar Nederlands (want Nederlanders waren er ruimschoots aanwezig) en op een heel ongedwongen manier. De



Opening van het IVC; onthulling van de muurschildering door wethouder Lenie Scholten.
Foto's: Seph Schreurs

sfeer zat er meteen goed in. Hierna gaf Roya het woord aan Mariet Meurs, bestuursvoorzitter. Zij komt vaker op bezoek en is zeer goed op de hoogte van wat er allemaal gebeurt in het IVC. Want dat beperkt zich echt niet alleen tot taallessen. Dat kan ook niet omdat alleen leren spreken (en soms ook lezen en schrijven) niet voldoende is om goed in te burgeren. De ongeveer 150 vrouwen, die er wekelijks komen, zijn uit allerlei landen afkomstig. Lang niet iedereen is in haar geboorteland naar school geweest, dus de niveau's verschillen onderling nogal. Het IVC is kennelijk de juiste plek om daar op informele wijze op in te spelen. Zij bedankt en complimenteert de Gemeente uitdrukkelijk voor het begrip en geduld, waarmee deze bijzondere werkwijze al bijna vijftientig jaar financieel mogelijk maakt wordt.

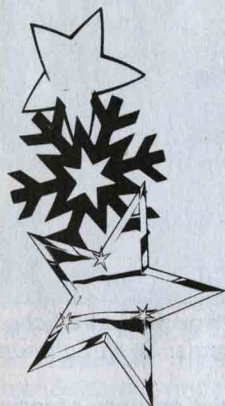
Wethouder Lenie Scholten, die naderhand gevraagd is om haar openingspeech, was haar spiekbriefje kwijt en was zo vriendelijk om het één en ander nog eens uitgebreid op papier te zetten. "Ik ben erg trots op het IVC. Ik herinner me nog 25 jaar geleden, in de Burchstraat, toen het IVC daar haar deuren voor het eerst opende. Sindsdien heeft het IVC haar positie in de stad behouden: een goede plek voor vrouwen van alle nationaliteiten. Veel vrouwen ervaren het IVC als een veilige plek, men voelt zich geborgen, het is er altijd gezellig, er wordt veel plezier gemaakt, er heerst respect voor ieders culturele achtergrond, er komen vrouwen van alle rangen en standen, van alle religies, dat creëert een

sfeer waar ook verdriet en nare ervaringen gedeeld kunnen worden, vrouwen vinden steun bij elkaar. Of zoals een vrouw het zei: ik voel me hier geen buitenlander. Het IVC is een belangrijke partner voor de gemeente. Jaarlijks maken wij afspraken om tientallen vrouwen Nederlandse taal te leren op het IVC. Via de methode van het informeel leren, laagdrempelig, gemengde groepen van alle nationaliteiten, met ruimte voor persoonlijke aandacht. Veel vrouwen maken vervolgens de sprong naar een opleiding of een baan. De toekomst van een ieder in Nijmegen is voor vrouwen van het IVC een belangrijk aandachtspunt en ik hoop dat wij als gemeente ook al deze vrouwen de toekomst kunnen bieden in onze stad waar zij op hopen. Het gemeentebestuur heeft veel waardering voor de inzet van het personeel en het bestuur van het IVC. Het is een professionele organisatie, waar meerdere vrouwen via een gesubsidieerde baan werkervaring hebben opgedaan. De directeur Nel Ruiven verdient helemaal een pluim: zij is de spil waar het IVC op draait. Gelukkig is het het bestuur van het IVC gelukt om een goede nieuwe lokatie voor het IVC te vinden. Kortom genoeg reden om met het 25 jarig bestaan het IVC eens even goed in de schijnwerper te zetten: de dames verdienen het. Nogmaals: van harte gefeliciteerd en hopelijk tot over 25 jaar!" Vervolgens krijgt Nel van Ruijven, de bescheiden, maar uitermate veelzijdige coördinator het woord. Zij richt zich vooral op projecten als bijvoorbeeld het Winkelkje. Hier oefenen cursisten in het draaiend houden van een tweedehands kledingwinkelje. Hierna kwam nog een presentatie over en van het IVC.

Het officiële gedeelte van de middag werd afgerond door een gelegenheidskoor, bestaande uit medewerksters, vrijwilligsters en cursisten. Dat klonk prima, terwijl er maar enkele weken was geoefend.



Suikerfeest op het IVC; een reis door de wereld. Vrouwen uit alle werelddelen laten iets zien van hun cultuur.



Welcome to **Michani's** back to the 70's



We zien u graag terug
in het nieuwe jaar!

Hierbij bedanken we al
onze klanten van dit
jaar!

Openingstijden:
Woensdag, donderdag & zaterdag
van 12.00 tot 17.00 uur

Tooropstraat 95 - Nijmegen
www.michani.nl



ATMOSFEER

- Verkoop en montage van
Haarden, Kachels, Schouwen en
Rookkanalen.
- Tuinontwerp- en aanleg
- Cursuscentrum
- Kado artikelen

Daalseweg 95
Tel: 024-3239080 of 06-27045857
www.atmosfeer.net



NATUURLIJK WOONT U BETER

ATRIUM

biologisch bouwen en wonen

Atrium daalseweg 109 nijmegen tel: 024 - 323 45 41

Atrium wielakkerstraat 14 arnhem tel: 026 - 351 02 04

website: www.woonwinkelatrium.nl

e-mail: atrium@wanadoo.nl

Hoe overleeft mijn huisdier Oud & Nieuw?

Een vis zal tijdens het geknal in de nieuwjaarsnacht niet snel overstuur raken. En ook de bezitters van terraria kunnen waarschijnlijk heel relaxed het glas heffen. Veel huisdiereigenaren in Oost zien echter enigszins bevreesd het middernachtelijk uur van 1 januari tegemoet. Honden, katten, konijnen en cavia's raken namelijk niet zelden extreem gestrest of super angstig van alle rotjes, gillende keukenmeiden en Chinese grondmatten. We vroegen Dierenkliniek Broerdijk enkele tips om onze geliefde viervoeters de overgang naar 2006 zo makkelijk mogelijk te maken.

Door Grieta Spannenburg

Zelf ben ik de trotse mede-eigenaar van twee katten, waarmee al menig nieuwjaarsdag is ingeluid. Deze 'wolbaaltjes' hebben hun eerste twee levensjaren in Amsterdam doorgebracht en nu wonen ze alweer een jaar of zes in Nijmegen. De eerste oud&nieuw in onze Waalstad, brachten we door in de Burghardt van den Berghstraat, Bottendaal. Met vrienden omgeven lieten we de klok richting 12 uur glijden, waarop het geknal los barstte. Een van de katten is sowieso nogal neurotisch aangelegd en dook meteen het souterrain in, waar zij in een openstaande gangkast zat te bibberen en luid protesteerde tegen al het lawaai. De andere kat bleef heldhaftig en enigszins stoïcijns in de kamer, terwijl ik met vrienden een traditionele nieuwjaarsfoto (iedereen met champagneglas in de handen) aan het voorbereiden was. De fotocamera werd op de krabpaal gezet, waarna wij ons allen voor de lens posteerden en het glas hieven. Onze kater zat een plankje lager op de krabpaal en bekeek het geheel. Toen de camera in de afstandsbediening werd gezet en een licht ratelend geluid maakte, werd onze viervoeter behoorlijk nieuwsgierig en ging langzaam

op zijn achterpoten staan en rekte zich opwaarts uit. Om uiteindelijk met zijn snuit recht voor de lens uit te komen op het moment dat de 'klik' een feit werd. FLITS!! In zijn gezicht, gevolgd door een onbedaarlijke lachbui van ons.

Wat ik maar zeggen wil, ieder huisdier heeft een eigen karakter en daaruit valt al enigszins af te leiden in hoeverre het geknal tot stress zal leiden. Ook Dierenkliniek Broerdijk - aan Broerdijk 1 - geeft aan dat sommige dieren van nature schrikachtig zijn. Soms is hun reactie aangeleerd of zijn ze bang geworden na een nare ervaring met vuurwerk.

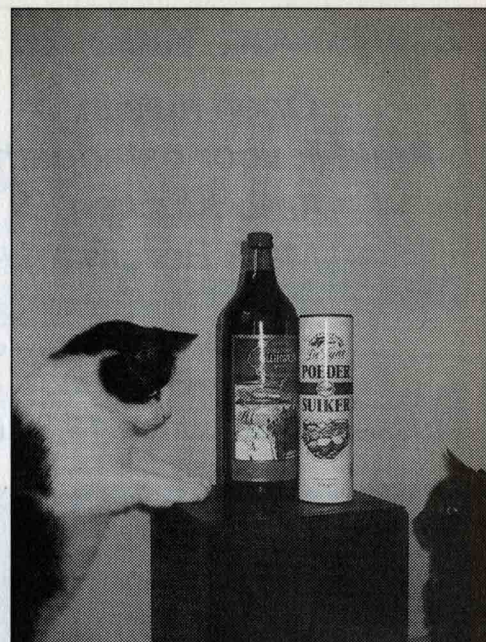
Dit zijn de maatregelen die u van tevoren kunt nemen:

- Hou hond en kat binnen als er in de buurt hard geknald wordt. Laat de hond op een rustig moment uit en hou hem aan de lijn, zodat hij niet kan weglopen als hij schrikt.

- Ga het dier niet troosten als hij schrikt van een knal, maar negeer zijn reactie. Ga verder met de dingen die u aan het doen bent. Als u doet alsof er reden is voor paniek, leert u hem aan om bang te zijn voor vuurwerk.

- Dieren in buitenhokken kunt u tijdens het vuurwerk beter in een nachthok, schuur of garage zetten. Kooidieren (bijvoorbeeld cavia's) kunnen zonodig met kooi en al op de rustigste plaats in huis gezet worden.

Bij dieren die van karakter al tamelijk angstig zijn, kan een medicijn dat de overdracht van bepaalde stoffen remt, de angstgevoelens verminderen. Daar moet u wel bijtijds mee beginnen, omdat het pas na een paar weken effect begint te krijgen. Zoekt u alleen een oplossing voor de nacht van oud op nieuw, dan kunt u met uw dierenarts overleggen of een kalmerend middel voor die avond gegeven



Foto's: Grieta Spannenburg

kan worden. Het bij-effect is wel een behoorlijk versuft huisdier, mogelijk dat lopen voor een hond een aantal uren moeilijk kan zijn.

De misschien wel meest effectieve en bij-effect-loze tip, is het zoeken naar een onderkomen voor uw huisdier (en uzelf...) waar er van nachtelijk geknal geen of nauwelijks sprake is. In Nijmegen-Oost zijn dergelijke locaties tamelijk schaars, eventuele vrienden op de hei of in het bos bieden meer uitkomst. Dit is waarschijnlijk makkelijker te realiseren voor honden dan voor katten. Laatstgenoemden houden er veelal niet van om in een bakje op de achterbank te staan voor een rit naar elders.

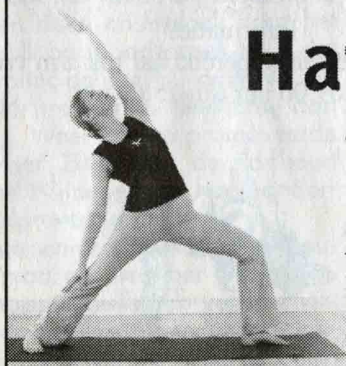
Indien u meer tijd hebt om uw huisdier te trainen in het omgaan met hard geknal en fluitende vuurpijlen, kunt u de hulp inroepen van een heuse cd met vuurwerkgekluiden. Zo'n cd bestaat echt! Door die af te spelen, eerst heel zacht, telkens wat harder, leert u hond of kat langzamerhand om van dergelijke geluiden niet op tilt te raken. Sommige puppycursussen hebben knaltrainingen ook in hun programma. Tot slot zijn er ook nog verdamers met bepaalde feromonen/geurstoffen die de dieren kalmeren.

Genoeg mogelijkheden dus om oudejaarsavond, nieuwjaarsnacht en de aanloop daar naartoe vredig en stressloos te laten verlopen. Zelf zorg ik ervoor dat er altijd schuilplekken zijn voor onze katten en dat bijvoorbeeld in de slaapkamer de lamellen gesloten zijn. Op die manier kunnen ze zichzelf toch enigszins buiten sluiten van al die knalherrie.

start nieuwe seizoen/new season

Hatha Yoga

& Ashtanga (Power-)Yoga



Suzanne Beenackers

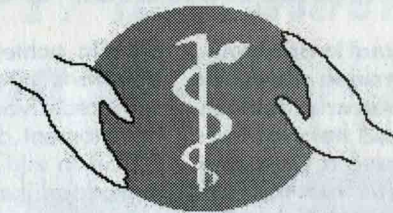
T 024 844 42 40

Proefles/first class € 5,-

Including classes in English

**Open huis in
Praktijk voor osteopathie
Arno Klücken
en Mark Bergmans**

**Op zaterdag
17 december 2005
tussen 10.30 uur en 13.30 uur**



Arno Klücken • Mark Bergmans
osteopaten D.O.-MRO
praktijk voor osteopathie

Kom een kijkje te nemen in onze praktijk en laat u informeren over de mogelijkheden van de osteopathische behandelmethode.

Voor de behandeling van klachten als:
Hoofdpijn, chronische rugklachten, buikkklachten, vermoeidheidsklachten, whiplash, bekkenklachten rondom de zwangerschap en andere klachten 'waarmee u moet leren leven'.
Ook voor het behandelen van huilbaby's en kinderen

met obstipatieklachten, voorkeursliggingen, afvlakking van de schedel, aanhoudende oor- en bijholteontstekingen en slaapproblemen.

De praktijk voor osteopathie Arno Klücken en Mark Bergmans is gevestigd aan de Hobbemastraat 3 (op de hoek met de Daalseweg) en te bereiken via 024-3249933 of via www.osteopathiepraktijk.nl

**HEALTH
Step-by-Step**



- kleine sportstudio met grote persoonlijke aandacht -

S T E P S & S H A P E
beginners & gevorderd

**High Fun conditie- en spierversterkende
training op muziek**

Bijleveldsingel 44 - boven danscentrum Vermeulen
telefoon 024 - 844 24 04
e-mail health-step-by-step@hotmail.com

Cateringservice Hofmans

Looistraat 24, 6582 BC Heumen Tel:024 3586076

Wij wensen iedereen een smakelijk kerstdiner!

Tafeltje Dekje

• Bezorging o.a. in gemeente Heumen, Wijchen,
gemeente Groesbeek, gemeente Mook en Middelaar,
gemeente Gennep

- Ruime keuze uit verschillende gerechten
- Wekelijks wisselende menulijsten
- Geen afname verplichting

Er zijn al menu's vanaf € 4.75

Informatie?

Wij zijn telefonisch bereikbaar ma. t/m vrij.
van 09.00 uur t/m 15.00 uur



Stille tuin, heilige tuin

Overleggen... scheppen... groeien...

Heijting Tuinen
Grondig... en met plezier
024 - 3294148

Werken naar arbeidsvermogen: gezonde focus op werk of gedwongen tunnelvisie?

'Historisch' zo placht onze Minister van Sociale zaken, Aart Jan de Geus, de aanvaarding van de Wet Werk en Inkomen naar Arbeidsvermogen (WIA) te noemen. Per 1 januari 2006 treedt de WIA, de opvolger van het 'oude' WAO-stelsel, in werking. En in zekere zin heeft de minister gelijk: de nieuwe wet betekent een grote omslag voor een heleboel mensen. 'Het gaat niet om wat je niet meer kan... maar om wat je nog wél kan' zo melden de spotjes die sinds half november door postbus 51 worden uitgezonden op tv. Werk boven uitkering dus.

Door: Vincent Wismans

Het nieuws dat de WAO-regeling op de schop gaat is niet van de laatste weken. Al veel eerder zijn er - wellicht minder historische - veranderingen doorgevoerd die als voorbode kunnen worden beschouwd voor de definitieve omslag die nu wordt gemaakt met de invoering van de WIA. Het meest sprekende voorbeeld hiervan is de herkeuringsoperatie, die per 1 oktober 2004 van start is gegaan. WAO'ers die onder de leeftijdsgrens van 50 jaar vallen worden opnieuw gekeurd volgens strengere regels die het UWV, althans de verzekeringsartsen daarvan, tegenwoordig hebben te hanteren. Geen geheim is dat deze operatie bij velen onder de Nederlandse bevolking voor grote onrust heeft zorgt. De toepassing van de strengere beoordelingsregels heeft geleid tot een groot aantal wonderbaarlijke genezingen en een flinke groep herkeurde mensen die hun uitkering zien wegvallen, gaat in grote mate van onzekerheid de toekomst tegemoet.

De invoering van de WIA moet mijns inziens in dit kader worden toegelicht. De gedachte achter deze nieuwe regeling is - kortweg - dat de gedeeltelijk arbeidsongeschikte werknemer financieel gestimuleerd moet worden om weer aan de slag te gaan op het moment dat werken mogelijk is. Onder de oude WAO-regeling lag de nadruk op alles wat de arbeidsongeschikte werknemer niet meer kan doen. Vanaf 1 januari 2006 wordt echter gekeken naar wat de zieke werknemer nog wél in zijn mars heeft. Wat de belangrijkste veranderingen precies inhouden zal ik in dit artikel proberen op een rijtje te zetten.

Verantwoordelijkheid

Het nieuwe stelsel is zó ingericht, dat als uitgangspunt heeft te gelden dat de verantwoordelijkheid voor een goede en gezonde werkomgeving bij de werknemer én de werkgever (blijft) liggen. Hetzelfde geldt voor de terugkeer naar het werk bij langdurige ziekte; zowel werknemer als werkgever moeten zich maximaal inspannen om alle mogelijkheden te bekijken die ervoor kunnen zorgen dat de werknemer terugkeert en aan de slag gaat. Dit houdt onder meer in dat beide partijen zoveel als mogelijk dienen te voorkomen dat de werk-

nemer (geheel) arbeidsongeschikt raakt en tevens dat beide partijen voldoende maatregelen nemen om te zorgen dat de werknemer kan terugkeren in het arbeidsproces. Geheel nieuw is dit natuurlijk niet. Al sinds 1 januari 2004 geldt dat werknemer en werkgever samen gedurende twee jaar (daarvoor was dit slechts één jaar) alle mogelijkheden voor terugkeer van de werknemer dienen te bekijken. Indien blijkt dat de werknemer na die twee jaar niet (volledig) aan de slag kan, kan hij aankloppen bij het UWV: deze instantie kijkt dan allereerst of er voldoende inspanning is verricht om de werknemer te laten terugkeren (poortwachterstoets). Vervolgens - en dat is wél nieuw - zal worden gekeken naar wat de zieke werknemer nog wél kan doen. Aan de hand daarvan wordt uiteindelijk een uitkering vastgesteld.

Beoordeling

Een zieke werknemer, die gedurende twee jaar tevergeefs heeft geworsteld met zijn werkgever en andere instanties om terugkeer mogelijk te maken, zal door het UWV worden beoordeeld. Waar het AOW-stelsel nog een onderscheid maakte tussen klassen in arbeidsongeschiktheid, zijn de mogelijkheden bij de beoordeling door de verzekeringsarts van het UWV vanaf 1 januari 2006 beperkt: de WIA maakt slechts een onderscheid tussen gedeeltelijke arbeidsongeschiktheid en volledige (en) duurzame arbeidsongeschiktheid en koppelt aan beide beoordelingsresultaten een aparte uitkeringsvorm. Het element 'duurzaam' is nieuw: indien er een kans is op herstel, dan is de zieke werknemer slechts 'gedeeltelijk' arbeidsongeschikt met alle gevolgen van dien.

Tot nu toe kregen mensen die niet volledig meer aan de slag konden (en aldus als 'gedeeltelijk arbeidsongeschikt' werden aangemerkt) een gedeeltelijke WAO-uitkering. De WIA voorziet echter in een regeling die tracht te stimuleren dat deze mensen (weer) aan het werk gaan: de WGA (Werkherlevings Gedeeltelijk Arbeidsongeschikten) bewerkstelligt dat het financieel altijd lonend is om (meer) te gaan werken, voorzover de ziekte of beperking dat toelaat. In de eerste loongerelateerde fase bedraagt de WGA-uitkering 70% van het verschil tussen het laatstverdiende en het eventuele inkomen dat met het werken wordt verdiend. In de volgende fase krijgt de gedeeltelijk zieke werknemer loonaanvulling als hij of zij meer dan de helft van zijn resterende verdien capaciteit verdient óf een vervolguitering indien hij of zij minder dan de helft daarvan. Aldus wordt met een loonaanvulling altijd méér verdient dan met een vervolguitering, welke is gerelateerd aan het minimumloon.

De gedachte is in principe goed: wie niet wil werken en dit wél kan, gaat er financieel op achteruit. De grote vraag blijft echter in hoeverre de welwillende werknemer, die absoluut niet kán werken, verstoken kan blijven van deze focus op (de terugkeer op) werk.

Duurzaam arbeidsongeschied

Indien de verzekeringsarts van het UWV oordeelt dat de werknemer volledig en duurzaam arbeidsongeschikt is dan maakt de werknemer aanspraak op een solide uitkering die valt onder de regeling Inkomensvoorziening Volledig Arbeidsongeschikt (IVA). Dit zullen werknemers zijn die geen of slechts een heel geringe kans hebben op herstel en terugkeer in het arbeidsproces. Dat de spoeling van volledig arbeidsongeschikte personen dunner wordt is een meer dan logische conclusie: de kans dat een (gedeeltelijk) zieke werknemer aanspraak maakt op een uitkering volgens de IVA wordt, gelet op zowel de strengere poortwachterstoets aan de deur van het UWV als mede de uitkeringsvorm die aan een beoordeling wordt verbonden, aanzienlijk beperkt.

Opmerking verdient tenslotte nog dat er voor mensen die reeds een WAO-uitkering genieten, niets veranderd in die zin dat voor hen de oude WAO-regeling blijft gelden. De nieuwe wetten en regels gaan alleen gelden voor mensen die op of na 1 januari 2004 ziek zijn geworden. Zoals ik hierboven al heb vermeld, is het wél mogelijk dat een zieke werknemer door het UWV wordt opgeroepen om te worden herkeurd, ondanks dat hij of zij onder de oude regeling valt. De arbeidsarts bekijkt dan of deze werknemer toch méér in zijn vermogen heeft dan dat tot dusver gedacht. Mogelijkerwijs komt de uitkeringsgerechtigde dan in een andere arbeidsongeschiktheidsklasse terecht.

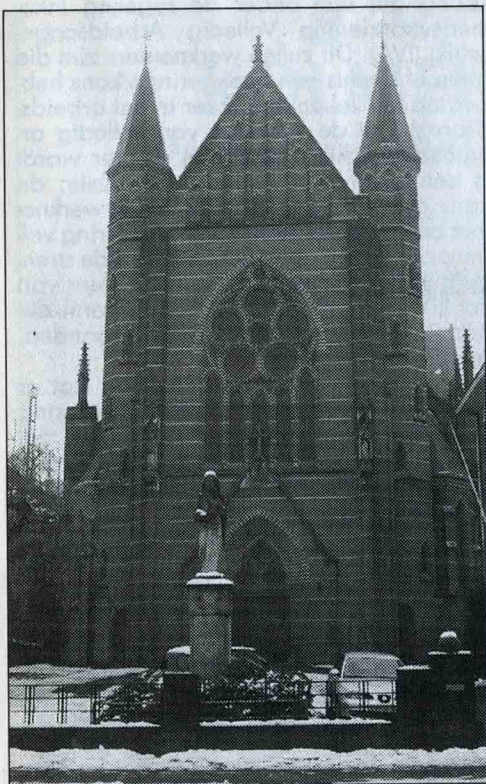
Analyse

Een uitgebreide analyse van de nieuwe WIA-regeling is, gezien de inhoudsbeperking van dit artikel, niet mogelijk. Ik wil dan ook niet de illusie wekken volledig te zijn geweest bij mijn uiteenzetting. Het is de bedoeling geweest de meest belangrijke gedachten achter en de uitgangspunten van de nieuwe wet aan u voor te leggen. Conclusie mag zijn dat de arbeidsongeschikte werknemer in de toekomst op diverse manieren wordt aangespoord, gestimuleerd, gepushed dan wel gedwongen, om te werken naar wat hij of zij in zijn of haar vermogen heeft. Dat de aanvaarding van het WIA-stelsel door het parlement 'historisch' is te noemen is dan ook juist in die zin, dat een deel van de Nederlandse bevolking de gevolgen ervan nog lang zal lijken te gaan heugen. De toekomst zal ons leren of de regering ook daadwerkelijk 'geschiedenis' gaat schrijven met een dergelijk stelsel. En dat bedoel ik dan in de meest positieve zin van het woord.

Mocht u nog vragen hebben over het bovenstaande of andere juridische relevante zaken dan bent u welkom op 1 van onze spreekuren. Deze zijn op maandag- en woensdagavond van 19.00 - 20.00 uur en op zaterdagochtend van 10.30 - 12.00 uur aan de Daalseweg tegenover de Albert Heijn.

Kerstvieringen in Nijmegen-Oost 2005

Net als vorig jaar biedt De Wijkkrant u een overzicht van de mogelijkheden in onze wijk om ook op een immateriële wijze stil te staan bij Kerstmis.



Maria Geboortekerk

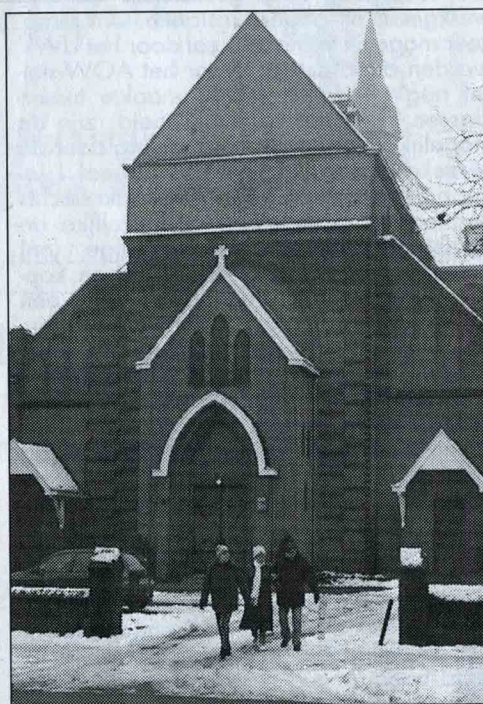
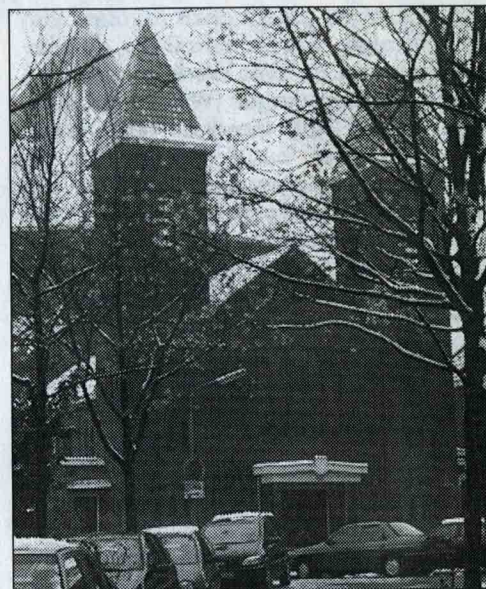
Berg en Dalseweg 40

- 20 dec. 19.00u. avond van barmhartigheid. Voorbereiding op het kerstfeest.
- 24 dec. 19.00u. Gezinsnachtmis
22.00u. NACHTMIS
- 25 dec. 09.00u. Dageraadsmis
10.30u. DAGMIS
14-17u. kerk open

Christus Koning-Stephanuskerk

Berg en Dalseweg 205

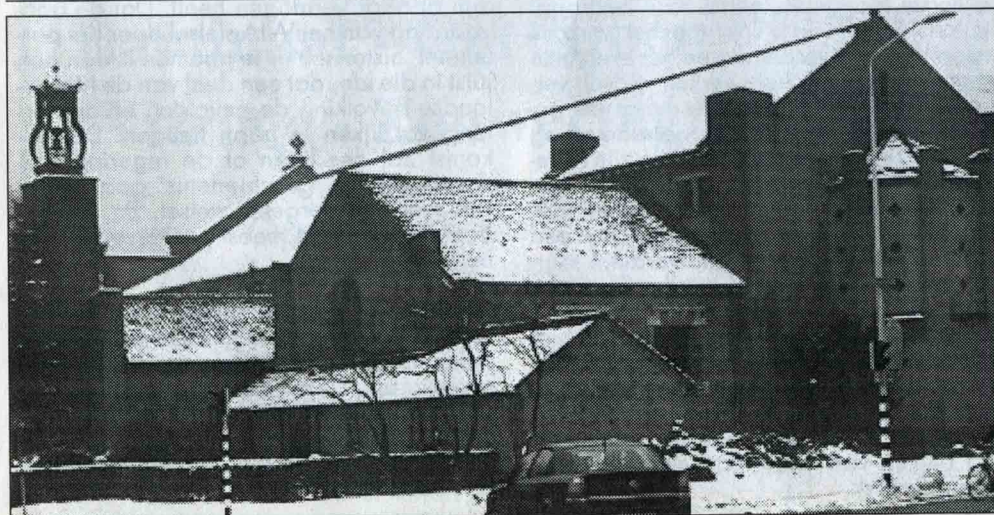
- 24 dec. 20.00 u. Eucharistieviering met kindernevendienst.
Voorganger R. van Aken pr.
- 25 dec. 10.30 u. Eucharistieviering
Voorganger G. Verwoerd.
- 26 dec. Woord- en Communieviering.
Voorganger Peter Nissen.
- 31 dec. Oudejaarsviering
Voorganger Peter Nissen
- 01 jan. 10.30 u. Eucharistieviering
Voorganger Pater Fr. Roozen



Antonius van Paduakerk

Groesbeekseweg 96

- Kerstavond 22.00 u. Groot koor
o.l.v. Jan Leisink
- Eerste Kerstdag 10.30 u. Kerstviering met Gregoriaans koor.

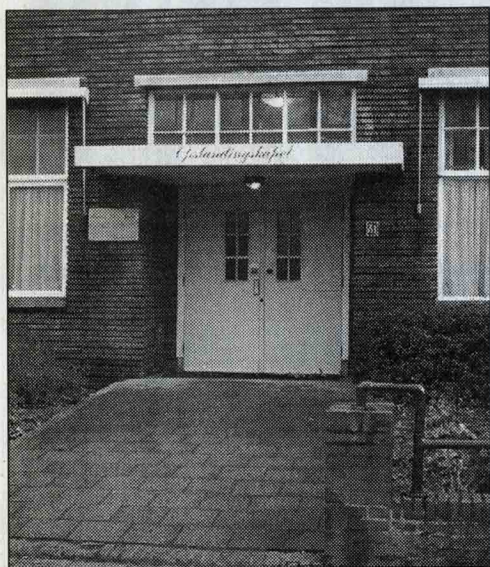


Dominicuskerk

Prof. Molkenboerstraat 7

- 24 dec. 19.00u. Gezinsviering
Eucharistieviering in de dagkapel.
- 22.00u. Eucharistieviering Kerstnacht
- 25 dec. 11.00u. Eucharistieviering
16.00u. Rond de kerststal viering voor de kleintjes.
- 26 dec. 11.00u. Gebedsdienst
Dagkapel
- 31 dec. 19.00u. Oudjaar Eucharistie
- 01 jan. 11.00u. Eucharistieviering
viering Dagkapel

Kerstvieringen in Nijmegen-Oost 2005



De Christelijk Gereformeerde Kerk

Bijleveldsingel 30

25 dec. 10.00u. kerstdienst Thema
"Hoeksteen"
voorganger ds. Breman
17.00u. ds G.J.
26 dec. 10.00u. Kinderkerstfeest.
Er is dan o.a. een musical door de zon-
dagschool; mogelijk ook meditatie door
ds Breman

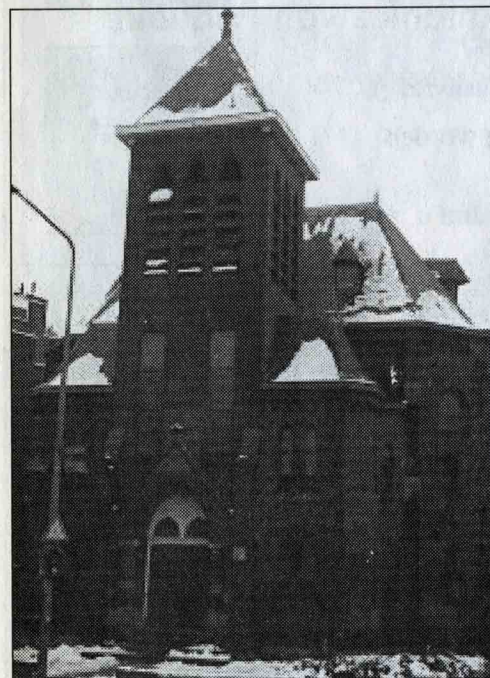


Opstandingskapel

Van Slichtenhorststraat 81

24 dec. 22.30u. Kerstnachtdienst
25 dec. 10.00u. Kerstmorgendienst
26 dec. Geen dienst

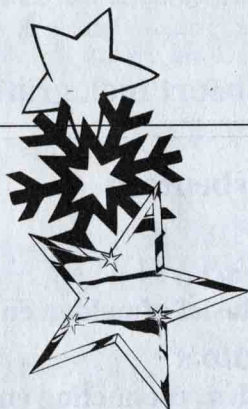
Voorganger in beide diensten:
ds. P. van der Vange



De Evangelisch Lutherse Gemeente

Prins Hendrikstraat 79

25 dec. 10.00u. Kerstviering voor jong en oud

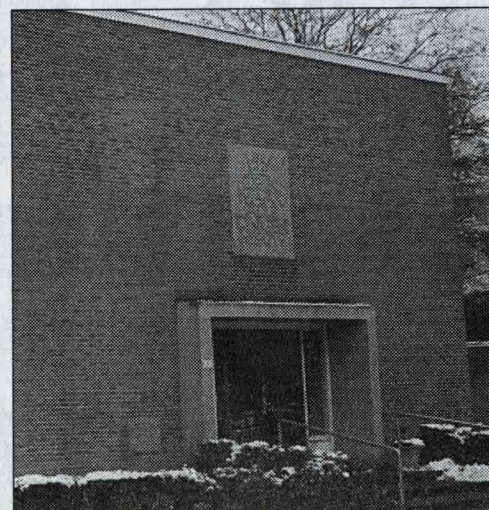
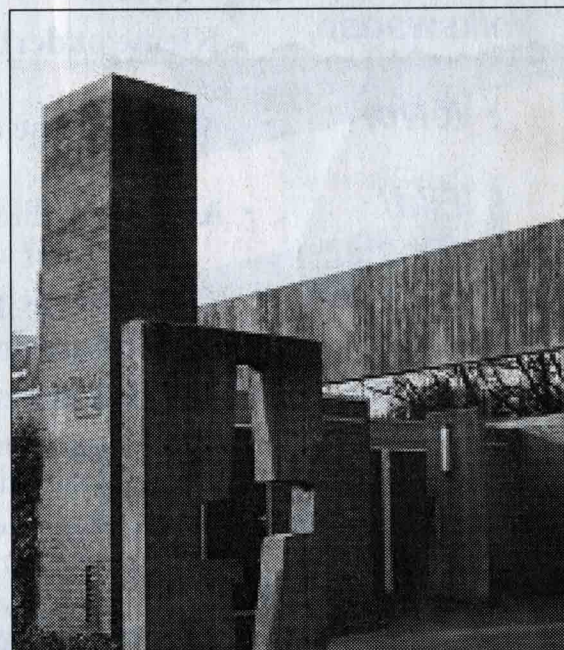


Anglican Chaplaincy of Nijmegen

Prof. Van Weliestraat 4
(voormalige Studentenkerk)

Int. Tel. 3783009

18 dec. Carol Service Traditional



Doopsgezinde Remonstrantse Gemeente

Prof. Regoutstraat 23

15 dec. 20-22 u. Kerstbijeenkomst.
Bezinning, gezelligheid, muziek/zang
18 dec. 4e adventszondag, kerkdienst en
kinder- en tienernevendienst.
25 dec. Eerste kerstdag, kerkdienst voor
jong en oud.
1 jan. Geen dienst.
8 jan. Nieuwjaarsdienst, daarna
gezellig samenzijn.

De kerkdiensten beginnen om 10.30 u.

Autobedrijf Starfit 'Sterk in elk merk'

Met ons team van vier mensen verzorgen wij in Nijmegen-Oost de reparatie, onderhoud en APK-keuringen van personenauto's en lichte bedrijfsauto's. Wij doen dit in samenwerking met auto-organisaties van o.a.:

Renault,

Peugeot,

Citroën,

Opel,

**Audi/
Volkswagen,**

Volvo,

**Fiat/
Alfa Romeo,**

Ford,

Mazda,

Toyota enz.

Onze sterke punten blijven natuurlijk:

- Snel service. (B.v. uitlaatreparatie, bandreparatie, verlichtingsproblemen enz.)
- Haal- en brengservice. (Wanneer dit wenselijk is)
- Het is als het ware bij u om de hoek.
- Veel pakketprijzen en vaste prijsafspraken vooraf bij reparatie en onderhoud.
- Indien aanwezig een gratis leenauto. (Reserveren bij het maken van de afspraak)
- Vrijwel op beperkte tijden voor het halen en brengen van de auto.
- Verkoop van occasions. (Zie de internetside voor aanbod en prijzen.)

Onze prijzen:

- **Grote onderhoudsbeurt incl. gratis APK**
vanaf € **179,-**
- **Kleine onderhoudsbeurten**
vanaf € **45,-**
- **APK benzine auto's/LPG**
(inclusief afmelden en leges RDW) € **40,-**
- **APK voor diesel auto's**
(inclusief afmelden, roetmeting en leges RDW) € **89,-**
- **Zeer scherpe prijzen van accu's, banden, uitlaten.**
- **Airco controle en/of reparatie. (Prijs op aanvraag)**
- **Autoruiten vervangen of repareren. (Prijs op aanvraag)**

Alle prijzen zijn inclusief BTW en alle onderhoudsbeurten worden uitgevoerd volgens de voorschriften van de autofabrikant.

Voor meer informatie over ons bedrijf en onze werkwijze kunt u onze internetside bezoeken: www.starfit-nijmegen.nl

ONS TEAM



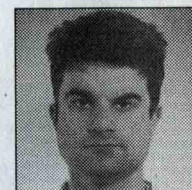
Klaas Post



Harrie Janssen



Henk Lamers



Bjorn de Beier

Autobedrijf Starfit

S T E R K I N E L K M E R K

**Pater Brugmanstraat 55 (zijstraat Berg en Dalseweg)
6522 EH Nijmegen - Telefoon 024-3234448**

E-mail: Starfit-nijmegen@hetnet.nl

OPMERKING:

Sinds enige tijd is de Pater Brugmanstraat tussen de Jan van Goyenstraat en de Barbarossastraat helemaal eenrichtingsverkeer geworden. wilt u hieraan alstublieft denken als u ons bezoekt.