

de Wijkkrant

Jaargang 37
Nr. 10/december 2009

voor Nijmegen-Oost

Pagina 18

**SPORTIEVE
VOORNEMENS?**

Pagina 21

**GLÜHWEIN EN
GOURMETTEN**

Pagina 27

**RANKE SPITS
SPREEKT**

**Intussen op de vernieuwde
www.dewijkwebsite.nl**

Poll: wat vindt u van de
nieuwe wijkwebsite?

Wijkagenda voor januari 2010

Vraag je **eigen pagina** aan!



In een maatschappij waarin alles steeds sneller en harder moet gaan is een toenemende behoefte aan rust en aan stilte. Wijkbewoonster Esther van der Vange maakt hiertoe huisaltaartjes: een rustpunt in huis voor lief en leed en een plek waar je datgene neerzet wat je hart raakt. *Kijk ook op www.huisaltaartjes.nl.*

de wijkkrant voor Nijmegen-Oost

Oplage: 12.000 exemplaren
Uitgave: Stichting De Wijkkrant
Nijmegen-Oost, Hengstdalseweg 78,
6523 EM Nijmegen.
Internet: www.dewijkwebsite.nl
E-mail: redactie@dewijkwebsite.nl

REDACTIE

Eric Hendriks, Erik van Huizen,
Anne-Marie Kirch, Maaïke Kruijer,
Pleun Reedijk, Grieta Spannenburg,
Marjon Spoorenberg,
Inger Stokkink, Kitty Tenten

EINDREDACTIE

Eric Hendriks

STRIP pag. 4

Maikel Verkoelen

WIJKWEBSITE

Tromik Webdesign

WIJKTV

Bonnie Aansorgh, Bas Olbertz,
Inger Stokkink

OPMAAK

Ton Burgers, A-Formaat
E-mail: info@a-formaat.nl

DRUK

Janssen Pers, Gennep

BEZORGING

Tip Top verspreidingen, Cuijk,
tel. 0485-319050

ADVERTENTIES

Heleen van den Berg, E-mail:
advertenties@dewijkwebsite.nl

KOPIJ INLEVEREN VOOR DE VOLGENDE WIJKKRANT

Deadline volgend nummer: vrijdag
8 januari 2010. Bezorging volgend
nummer: woensdag 20 jan. 2010,
samen met De Brug.

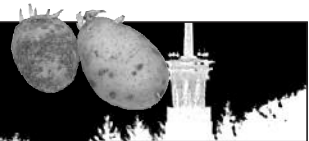


Geen **wijkkrant**
ontvangen?

Bel dan met TipTop versprei-
dingen, telefoon 0485-319050
of meld online uw bezorgklacht
op www.dewijkwebsite.nl



Knollen & citroenen



Onze advertentieregels: Als wijkbewoner kun je per nummer één gratis advertentie plaatsen, mailen naar: redactie@dewijkwebsite.nl of inleveren bij de Wijkwinkel aan de Daalseweg 259a. Zet je de advertentie op het prikbord op de wijkwebsite, dan wordt hij ook afgedrukt in de krant.

Woningruil. Aanbieden: 4-kamer woning in Zaandam, klein tuintje met bergruimte. Ik zoek woning / appartement in Nijmegen-Oost. Telefoon: 06 - 41 85 45 64.

Te koop: Gashaard "Faber Contour", antraciet, 1999. Nieuwwaarde: €1070. Vermogen 8,5 Kw enkele brander, afm. 77,6 x 73 x 46. Doorsnee pijpm. 10 cm. Tegen ieder aanneemelijk bod. Tel. 322 48 76.

Biedt zich aan: een oppas voor naschoolse opvang, met ruime ervaring. Tel.: 322 55 06.

Aangeboden per 1-2-2010, parkeerplaats in overdekte parkeergarage nieuwbouw Hugo de Grootstraat. informatie 024-3230152 of Associated_studios@talk21.com.

Lage brede zalmkleurig geverfde (hang/leg) kleerkast, strak jaren 50, breedte 1.52,5, diepte 52,5, hoogte 1.56, gratis afhalen. tel. 3236905.

Gevraagd: een poetsbushulp voor 2 uur, 1x per week. Tijdstip in overleg. Tel. 3551107 (tussen 5 en 6 uur).

Wij gaan ieder jaar naar Bulgarije en willen graag Bulgars leren, wie kan ons daar bij helpen? Bel of mail ons. 06 47103614, zunynsijn@hotmail.com.

Heeft u nog Duitse spullen uit de Tweede Wereldoorlog? ik neem het gaarne van u over voor mijn verzameling.
Arthur_angela.nijmegen@hotmail.com,
06-53719728.

Gezocht: Harmonica traphek, 024-3541922.

Ben zoekende naar personen die samen elkaars woonkamer willen schoonhouden en samen mediteren (ieder voor zich) en elkaars vermoeide benen willen masseren.
dg_vegapatton@live.nl, 0642847530.

Gezocht: de step van Luuk Bruinink, hij heeft hem in de buurt van de van Langeveldstraat, Rembrandstraat of het Hobbemaplein laten staan. Zijn naam staat groot op de stuurbuis. Heb je de step gevonden? Laat het ons laat weten. 0624134066.

Te koop: bedombouw Auping Auronde 5000, kleur beuken, maat 180-200 met middenpoot €75,-. 024-3582307.

Gezocht: een "lease-hond(je)" die ik af en toe kan uitlaten, knuffelen, mee kan spelen en waar ik eventueel/in overleg op kan passen tijdens vakanties. Interesse? majavb5@hotmail.com, 06-41348328.

Gezocht: een kleine ruimte of een garagebox om te huren. Hier willen we graag onze 2 fietsen stallen. Het liefst in de buurt van de Daalseweg. 06-51125971.

Aangeboden: circa 70 magazines van Atelier (schilderen en tekenen). Gratis af te halen. 0243234949.

Welke pianiste zou regelmatig met mij (40 jaar, celliste) willen musiceren? Niveau: gevorderde amateur. muldermarianne2@gmail.com

Ik zoek lege kattenvoerzakken en lege kattengritzakken. Zijn er mensen die deze apart willen leggen voor mij? Ik kom ze graag af en toe bij je ophalen!! Enne, wat ik met die zakken doe? Voor de stichting kittenopvang Arnhem gebruik ik ze om spulletjes te knutselen die we verkopen zodat de stichting wat extra inkomsten krijgt. Sparen voor het goede doel dus! karin6499@yahoo.com, 024-3600043

Te koop: Badkamerspiegel met schap (hout) en tandenborstelhouder, Italiaans Design, 90 x 60 cm. Vraagprijs 60 euro. Tel. 024-6841901.

Gezocht: redactieleden!

De Wijkkrant voor Nijmegen-Oost is een veel gelezen en goed gewaardeerd blad voor de wijken Altrade, Hengstdal, Kwakkenberg, Galgenveld, Groenewoud en Hunnerberg. Wil jij ons gezellige redactieteam komen versterken? Schrijf dan even een mailtje naar: redactie@dewijkwebsite.nl.

Vijf vragen aan de eenmanszaak

Nijmegen-Oost barst van de kleine ondernemers. Een eerste voorzichtige schatting leert ons dat er minstens 100 kleine ondernemers in de wijk wonen én werken! Wie zijn dat? In elke wijkkrant stellen wij een kleine ondernemer in de wijk aan u voor. We stellen steeds dezelfde vijf vragen die kort beantwoord worden. Deze maand spraken we met Annelies van 'In Balans', een praktijk voor Ontspanning/Massage en Healing.



5 vragen

len, blij en verrast zijn en de behandeling als heel speciaal hebben ervaren.”

Ik kan me daarbij aansluiten want ik heb een Japanse gezichtsmassage van Annelies gekregen en ik vond het een “cadeautje”. Ook al was het een gezichtsmassage, mijn hele lichaam was na afloop ontspannen. Met een relaxed gevoel, minder rimpels en warme voeten ging ik weer naar huis.

Wat is het grootste plezier dat je aan je werk beleeft? “Dat ik mijn oude werk als verpleegkundige/maatschappelijk werkster toe kan passen in de contacten die ik heb met mensen. Door de zorgzame sfeer en benadering laten de mensen de beslommeringen van alledag los. Dit noem ik “thuiskomen bij jezelf”, dat is mijn voldoening.”

Hoe ziet je werk er over 5 jaar uit? “Over vijf jaar doe ik dit werk nog met evenveel plezier en wellicht met nog meer keuzes in de soorten in behandeling.”

Kom langs en ervaar het!

Voor een afspraak ook 's avonds en op zaterdag, zowel voor man als vrouw, jong en oud. Voor meer informatie belt u: 024-3220292. Bij afwezigheid kunt u de voice-mail inspreken. U kunt niet terecht voor erotische massage.

Tip: Geef je vrienden of familie een cadeaubon.

Waarom komen mensen naar jouw praktijk? “Mannen en vrouwen, zowel jong als oud komen naar mij toe, omdat ze hebben gehoord dat ik goed kan masseren. De laatste jaren ben ik gespecialiseerd en gecertificeerd om diverse behandelingen te geven. Dit maakt dat de mensen kunnen kiezen uit o.a. hotstone-massage, ontspanningsmassage, Japanse gezichtsmassage en/of healing.”

Wat maakt jouw praktijk zo bijzonder? “De sfeer die ik creëer maakt dat mensen zich snel vertrouwd voelen. Na een kort gesprekje ervaren de mensen de kamer als een tijdloze zone. De combinatie van de behandeling of healing maakt dat de mensen makkelijker de alledaagse beslommering en de hectiek van de dag los kunnen laten en daarvoor in een diepe ontspanning raken.”

Wat zeggen opgetogen klanten over jou? “De mensen zeggen na afloop van de behandeling dat zij zich zeer ontspannen voe-

Verhalen

Door Eric Hendriks

COL
UWN

Via de wijkwebsite hebben we u deze maand diverse keren om informatie gevraagd over een aantal vervelende gebeurtenissen. Verloren camera's, gestolen fietsen, doorgereden automobilisten na aanrijdingen met personen en auto's...

Als je dit zo leest dan zou je denken dat het alleen maar kommer en kwel is in de buurt: waar moet dat heen? We zitten in een negatieve spiraal en we glijden wel héél snel af naar een bedenkelijk niveau!

Maar zet je de roze bril op, dan zie je ook veel mooie dingen in de wijk gebeuren.

Bijvoorbeeld dat dankzij een bericht van wijkagent Eric Jansen op de wijkwebsite Nazima haar gestolen fiets weer terug vond en weer vrolijk rond rijdt. En als je de verhalen in deze dubbeldikke wijkkrant leest, dan kan het niet anders zijn dan dat je weer met een glimlach op je gezicht naar de wereld kijkt.

Neem bijvoorbeeld het grote kerstinterview met de toren van de Christus Koningkerk. Nooit geweten dat er zoveel gevoel in dat ranke lijf zat! De volgende keer dat ik er langs fiets kijk ik met heel andere ogen op naar zijn torenspits. En pak die verhalen van die gedreven mensen van onze sportverenigingen er even bij. De betrokkenheid bij hun sport spat van de pagina's af en ook dat stelt je beeld van de wereld weer een beetje bij!

En realiseert u zich eens dat u woont in een wijk met zo'n 30.000 mensen die ieder op hun eigen manier de kerstdagen doorbrengen. Van slechts een paar schreven wij voor u op hoe zij dat doen. Een mooie compilatie en wellicht wordt u er nog door geïnspireerd!

Maar er zijn nog véél meer mooie verhalen te noteren. Deze verhalen maken wij elke dag opnieuw, met elkaar. De manier waarop deze verhalen verteld worden én de manier waarop er naar deze verhalen geluisterd wordt, beïnvloedt de sfeer en de manier hoe ze in ons terecht komen. Mijn favoriete deel van de wijkkrant zijn de kleine buurtadvertenties, de 'knollen'. Achter elke advertentie schuilt een prachtig eigen verhaal, dat een stukje blootlegt van iemands wereld. Van de vraag naar een leasehondje tot het aanbieden om elkaars vermoeide benen te masseren... In mijn fantasie begint het verhaal al vormen te krijgen - en bij u?

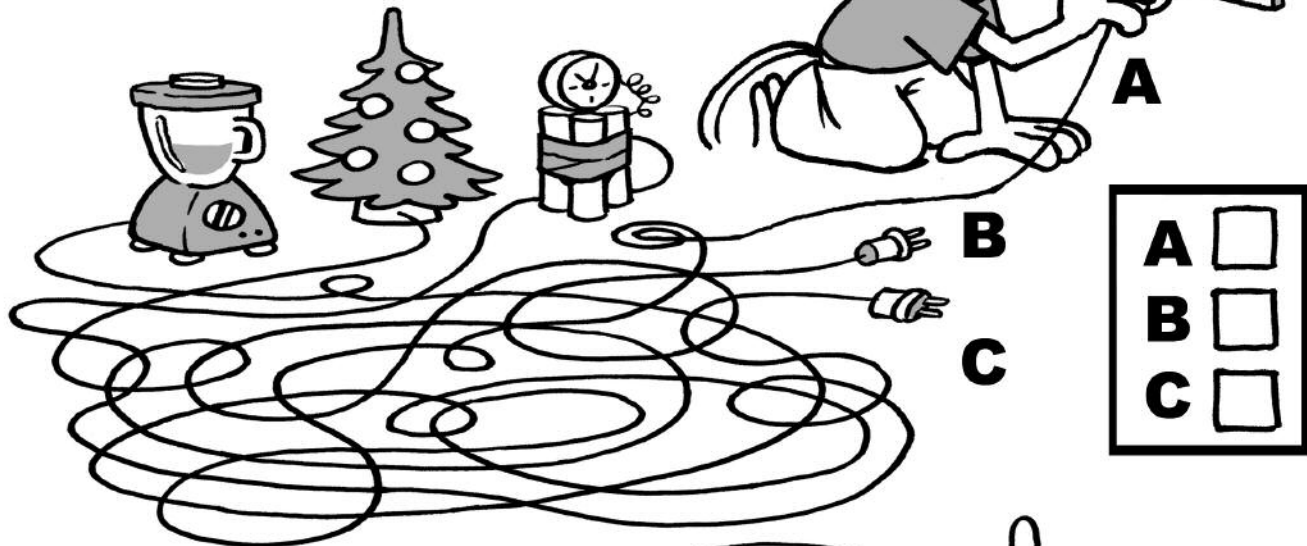
Wij wensen u heerlijke feestdagen en een 2010 vol prachtige verhalen!



ZOEK DE 10 VERSCHILLEN



WELKE STEKKER MOET MIK HEBBEN
OM DE KERSTBOOM AAN TE ZETTEN?



HOU DIE PEN
VAST WAARMEE
JE BOVENSTAANDE
PUZZELS HEBT
OPGELOST EN
VERSIER DIE
KERSTBOOM!!



Cuisine Culinaire: een passie voor koken

In de Molukkenstraat in Galgenveld bevindt zich een afdeling van Cuisine Culinaire Nederland: Cuisine Culinaire Nijmegen. Cuisine Culinaire Nijmegen is opgericht in 1977 met als doel het beoefenen van culinaire kunst door haar leden.

door Marjon Spoorenberg

Historie

Cuisine Culinaire Nijmegen maakt deel uit van de landelijke vereniging Cuisine Culinaire Nederland (CCN), opgericht in 1965 in Maasbracht. Bij deze landelijke vereniging is een twintigtal afdelingen aangesloten, verspreid over heel Nederland. De landelijke vereniging telt ongeveer 3.200 leden. Cuisine Culinaire Nederland is aangesloten bij Confédération Culinaire Internationale (CCI) die haar hoofdvestiging in Zwitserland heeft.

Cuisine Culinaire Nijmegen

Al vaak had ik mij afgevraagd - als ik door de Molukkenstaat kwam - wat voor kookgelegenheid nu precies Cuisine Culinaire was. Is het een kookstudio of gewoon een restaurant? Met de kerstdagen voor de deur leek het mij een mooie gelegenheid om hier eens een stukje voor de wijkkrant over te schrijven. Een afspraak was snel geregeld en als ik op een dinsdagavond langskom voor een interview mag ik zelfs mee-eten. Omdat ik zelf net gegeten had, heb ik mij maar beperkt tot het voorgerecht: een amuse van gemarineerde zalm met oester/bloemkoolmousse. Onder het genot van een heerlijk glas rode wijn staat de voorzitter van de Nijmeegse vereniging, Ruud de Wildt, mij te woord, bijgestaan door iemand uit de kookgroep.

Ruud vertelt dat de afdeling Nijmegen een grote vereniging is met 18 groepen waaronder ook enkele damesgroepen. Men heeft de beschikking over een zeer mooie keukeninrichting en restaurantruimte - wat misschien

het groot aantal leden (ongeveer 300) verklaart. Iedereen kan lid worden van de vereniging maar de hoge contributie (395 euro per jaar exclusief de drankjes) maakt dat het toch een besloten horecagelegenheid wordt. Per jaar kun je hiervoor 10 keer koken. Het merendeel van de leden is van middelbare leeftijd - meer mannen dan vrouwen - en ze hebben allemaal als hobby koken. Ruud zegt wel dat als je lid wilt worden je een beetje moet kunnen koken: "Meer dan alleen een ei". Meld je je aan, dan mag je eerst 3 keer gratis meedoen. Je wordt in een groep geplaatst en er wordt gekeken of je wel in de groep past. Jij moet je thuis voelen in de groep, maar de groep moet jou ook zien zitten want anders kun je het voor de groep verpesten, legt Ruud uit. Elke groep bestaat uit ongeveer 15 tot 20 personen en je hebt aparte heren- en damesgroepen.



Koken in Cuisine Culinaire

Hoe gaat het koken nu in zijn werk? Elke maand wordt er een menu gekookt, een menucommissie bestaande uit 5 mensen bepaalt wat er in de desbetreffende maand gekookt wordt. Als er gekookt gaat worden, wordt er om 18.00 uur begonnen, de hobbychef (iemand uit de menucommissie) geeft uitleg. Vervolgens gaat men zich opsplitsen in groepjes en elk groepje kookt dan een gerecht. Er kunnen allerlei gerechten gekookt worden. De basis is de Frans-Italiaanse keuken, maar dit kan uitgebreid worden tot Indonesisch, Thais, Turks enz.

In de maanden december en mei (asperge-maand) mogen de partners van de leden meekomen. Er is ook wel eens voor de wijk gekookt.



Op mijn vraag aan Ruud of hij vaak uit gaat eten antwoordt hij: "Bijna nooit. Als ik net zo exclusief wil eten als dat ik dat hier kan, is me dat veel te duur!"

Als ik op wil stappen benadrukt Ruud dat ik Antoinette niet moet vergeten. Zij is de spil waar alles om draait. Zij doet alle boodschappen, houdt de zaak schoon en elke avond dat er gekookt gaat worden heeft zij alle ingrediënten keurig klaarliggen!

Voor meer informatie zie:

www.ccnafe-nijmegen.nl

Adres: Molukkenstraat 148

6524 NH Nijmegen, 024-3232344



DREIGEND ONTSLAG? EEN SLEPEND ARBEIDSCONFLICT? STOPZETTING VAN LOONBETALING? ONTSLAG-VERGOEDING OF NIET?

Op deze vragen en meer geeft VANDERBEEK advocatuur u graag antwoord en helpt u zonnig verder.

VANDERBEEK advocatuur is gespecialiseerd in arbeidsrecht en contractenrecht.

U bent van harte welkom voor een gratis en geheel vrijblijvend kennis-makingsgesprek.

VANDERBEEK
GEVARIEERDE TARIEVEN
EN GEFINANCIERDE RECHTSHULP

VANDERBEEK

ADVOCATUUR

Molenveldlaan 98
6523 RM Nijmegen
Postbus 31166
6503 CD Nijmegen

T 024 32 97 850
F 024 32 44 523

kantoor@vdbadvocatuur.com
www.vdbadvocatuur.com



Daniël van der Beek

U wordt snel en effectief geholpen en er worden geen onnodige kosten gemaakt. VANDERBEEK advocatuur staat ondernemingen, instellingen en particulieren bij.

KAPSALON  OOST

Jouw Moment...



Miranda Friederichs

Openingstijden: maandag t/m zaterdag
Flexibele sluitingstijden. Jij bepaalt
Jouw Moment bij Kapsalon Oost.

PROFESSIONAL
SEBASTIAN

Groesbeeksedwardsweg 36
6521 DM Nijmegen
Tel. 024 - 3889347 Mobiel 06 18117243

Mooi haar in relaxte sfeer, binnenkomen bij Kapsalon Oost en voelen dat het jouw moment is. Beginnend met een kopje koffie, samen ontdekken waar jij blij van wordt, gevolgd met een ontspannende wasmassage en te eindigen met een lach op jouw gezicht.

Fijne feestdagen en een 'mooi' 2010!

Graag tot ziens voor *Jouw Moment*.

Alleen op afspraak.
Tel. 024-3889347 / 06-18117243

Neem ik niet op, dan bel ik je terug voor...

Jouw Moment.



werk
aan de
winkel

klussenbedrijf
Theo van den Hout

Kleine werkzaamheden
Schilder- en stucwerk
WC-, keuken- en badkamerrenovatie

Sleedoornstraat 23
6523 GE Nijmegen
Tel. (024) 378 09 26



www.dewijkwebsite.nl

Dankzij een berichtje van wijkagent Eric Jansen op de wijkwebsite / Twitter heeft Nazima Shaikh haar gestolen fiets weer terug!

Reacties

Nazima Shaikh 1 december 2009 om 21:25
Beste redactie,

Dit is mijn fiets en haal hem zo op.

Dank jullie wel en ben blij dat ik mijn stalen ros weer bij mij heb :-))

Wanneer is Jezus Christus geboren?

Het klinkt heel aannemelijk dat Jezus is geboren op 25 december van het jaar 1 na Christus. Maar is dit wel juist? We zullen deze vraag met behulp van de bijbel, de kalender en de Romeinen eens nader beschouwen.

Ingezonden door Joop Peters

Het indrukwekkende Romeinse Rijk bestrijkt een periode van circa 510 voor Christus tot 476 na Christus. Het Rijk werd bewoond door de Romeinen in Rome en verre omstreken tot zelfs in Nijmegen-Oost. Het volk had een uitstekend rechtstelsel met meesterlijke technici, kon goed oorlog voeren en landen veroveren. En de Romeinen hadden een kalender bedacht om daarin volgens een bepaald systeem de tijd in te delen in dagen, maanden en jaren. Het startpunt van de kalender was vanaf 753 voor Christus, toen volgens de legende de stad Rome door de tweelingbroers Romulus en Remus zouden zijn gesticht.

De kalender wordt christelijk

Aan de hand van dit Romeinse kalendersysteem trachtte de Romeinse monnik Dionysius Exiguus (ca. 500-560) begin zesde eeuw te berekenen hoeveel jaar hij op dat moment na de geboorte van Jezus Christus leefde. Ook alle beschikbare archiefstukken werden daarvoor grondig bestudeerd. Hij kwam uit op 525 jaar geleden van de toen nog steeds gehanteerde Romeinse kalender. Latere historici hebben echter berekend dat dit onjuist was. De monnik had een kleine rekenfout gemaakt en zodoende circa vijf jaar te weinig geteld. Het was dus voor hem ongeveer 530 jaar geleden dat de Messias moet zijn geboren. Door deze foute berekening plaatste Dionysius in het jaar 525 Jezus' geboorte aan het begin (jaar één) van de door hem ingevoerde christelijke kalender. Maar Jezus is enkele jaren eerder geboren, en daarom loopt onze jaartelling niet gelijk op met de leeftijd van Christus. Hieruit kunnen we concluderen dat Jezus een paar jaar voor onze christelijke jaartelling in een verre uithoek van het Romeinse Rijk werd geboren.

Het geboortjaar van Jezus

In welk jaar Jezus ter wereld is gekomen is niet precies bekend. Maar het is een mooi gegeven dat er historische aanknopingspunten

zijn, die ons informatie kunnen verschaffen over deze blijde gebeurtenis. Zo schreven de evangelisten Lucas en Mattheüs in het Nieuwe Testament dat de geboorte van Christus plaatsvond tijdens 'de dagen des konings Herodes'. Dat is een prachtige aanwij-



zing die we verder zullen detailleren. Koning I Herodes de Grote leefde van 73-4 v.Chr. in het Romeinse Rijk. Vanaf 37 v.Chr. tot aan zijn dood was hij koning van Judea, en maakte van Jeruzalem een grote stad. In het Mattheüs-evangelie kunnen we lezen dat er tijdens die regeerperiode van Herodes drie wijzen uit het Oosten in Jeruzalem arriveerden. Het trio was op zoek naar de geboren 'koning der Joden', want ze hadden zijn Ster in het Oosten gezien en wilden Hem aanbidden. Toen Herodes dit vernam ontbood hij in het geheim de wijzen, om met hen over de betekenis van de opvallende ster aan de hemel te filosoferen. Na het bezoek trok het drietal door het heuvelachtige landschap om op verzoek van de koning het gebeuren nauwkeurig te onderzoeken. Ze volgden daarbij de wonderlijke 'Ster van Bethlehem', die hen uiteindelijk naar de geboorteplaats van het pasgeboren kindeke Jezus te Bethlehem in Judea heeft geleid. Volgens het bijbelverhaal moet de geboorte zich dus niet na 4 v.Chr. hebben afgespeeld, daar de wrede joodse koning Herodes in het voorjaar van dat jaar is gestorven.

Het moge duidelijk zijn dat ook geleerden deze bijbelteksten grondig hebben bestudeerd. Zo zijn er geschiedkundigen die na spitwerk in dat verleden vonden dat Herodes tussen de maansverduistering van 13 maart in 4 v.Chr. en het joodse paasfeest in april van dat jaar is overleden. Volgens de (meeste) onderzoekers kunnen we het geboortjaar van Christus dan vaststellen op 7, 6, 5 of 4 jaar voor het begin van de door de zesde-eeuwse Romein Dionysius Exiguus ingevoerde christelijke kalender. Dat is een aardige bepaling maar het blijft gissen welk jaar uit dit rijtje de juiste is. Het precieze geboortjaar van Jezus van Nazareth blijft toch moeilijk te achterhalen. Bovendien mag men het jaar 3 of 2 v.Chr. ook niet uitsluiten.

De geboortedatum van Jezus

In de bijbel staat nergens de geboortedatum van Christus vermeld. Wat is dan toch de reden dat deze blijde gebeurtenis op 25 december wordt gevierd?

De oude Romeinen helpen ons op weg om deze vraag te beantwoorden. De bewuste datum was namelijk al voor de geboorte van Jezus een vermaarde feestdag bij het volk van het Romeinse Rijk. Dat was de viering van de winter-zonnewende, het moment dat de zon weer hoger aan de hemel komt, en de dagen van het jaar weer beginnen te lengen. De Romeinen hadden de zonnewende berekend op 25 december en dat gebeuren werd het Mithrasfeest genoemd. Vervolgens waren het de christenen die in de vierde eeuw de geboorte van Jezus op die datum hebben geplaatst. Het traditionele heidens Mithrasfeest werd door de kerk omgedoopt tot een christelijk kerstfeest.

De geboortedatum van Christus berust dus op het Romeinse feest van de 'onoverwinnelijke zon' op 25 december. Dat tijdstip van geboorte is onzeker, en bovendien is het bijbelverhaal van de schaapherders in de velden omtrent Jezus' geboorte een typisch zomers gebeuren. Maar het blijft speculeren in welke (zomer)maand Jezus Christus is geboren.



Koning Herodes speelt een belangrijke rol bij het dateren van de geboorte van Jezus Christus.

Wij wensen iedereen een goed “zicht” in 2010

Geerling
optiek
kwaliteit voor ogen

Dé opticien in Uw buurt.

Kijk ook op:
www.geerlingoptiek.nl

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

*p.s. Wij kunnen via ons systeem
zien hoeveel de vergoeding is die
U van Uw verzekeringmaatschappij
krijgt en rechtstreeks voor U
indienen.*



Alles voor uw auto!

audio dakkofer
koop/ huur

alarmsystemen accessoires

automaterialen accu's

airco en nog
veel meer!

CATSHOEK
AUTOMATERIALEN / ACCESSOIRES

Dé autoshop

Coehoornstraat 71 Nijmegen (024) 322 24 15 www.catshoek.nl

Dobey Nijmegen

De leukste dierenspeciaalzaak
voor dier & tuin

Wij wensen u en uw huisdier fijne
feestdagen en een gezond 2010.

dobey
dol op dieren

Tot ziens bij

Ricardo & Mariska

aan de Daalseweg 279a in hartje Oost.
Gratis bezorgservice: tel. 024-3222804

Kijk voor de laatste folderaanbiedingen
www.dobeynijmegen.nl

Lutherse kerk straks bol van activiteiten

De Lutherse kerk aan de Prins Hendrikstraat moet een levendige kerk worden met veel activiteiten. Niet alleen kerkdiensten, ook culturele activiteiten moeten er in de toekomst steeds vaker een plaatsje krijgen. De Stichting Cultureel Maatschappelijke Projecten (SCMP) gaat het kerkbestuur daarbij helpen en adviseren.

Door Erik van Huizen

Volgens voorzitter Ger Luijten van de stichting is het voor het kerkbestuur niet langer organisatorisch en financieel mogelijk om de kerk in stand te houden. 'Je ziet bij heel veel kerken dat ze op zoek zijn naar andere activiteiten. Zo ook de Lutherse kerk. Het aantal leden van de Lutherse gemeenschap is de laatste jaren afgenomen tot 120. De kerk heeft daardoor te weinig geld voor onderhoud en herstel van de kerk. Als er straks meer activiteiten plaatsvinden, hebben ze die financiële zorgen niet meer. Andere reden voor de nieuwe activiteiten is het feit dat het kerkbestuur aan geeft meer middenin de wijk te willen staan.'

Kerk blijft Godshuis

Een aantal culturele organisaties maakt nu al regelmatig gebruik van de kerk. Zo huurt theatergroep De Grote Broer de kerk voor activiteiten als in het eigen pand even verderop in de straat geen ruimte is, verwijst het wijkcentrum groepen door die daar geen plekje kunnen vinden en huurt de Nijmeegse Pinkstergemeente de kerk voor haar diensten. Ook zijn er steeds vaker zangkoren in de kerk te vinden. 'De akoestiek in de kerk is daar natuurlijk perfect voor', vertelt Luijten. 'En zoiets als percussie kan niet in het wijkcentrum. Daar heeft de omgeving teveel last van. Daarom hebben wij begin december een djembégroep in de kerk. We blijven wel kritisch kijken wat mogelijk is. Teksten die worden uitgesproken moeten niet in strijd zijn met wat kan in een kerk. Want de kerk blijft natuurlijk wel de functie van Godshuis houden.'

Vogel in het orgel

Om in de kerk meer activiteiten te gaan houden, zijn wel aanpassingen aan de kerk nodig. Nu moet bijvoorbeeld nog in het aardedonker naar een schakelkast worden gelopen om het licht aan te doen. Dat moet eenvoudiger. Ook moet er nieuw meubilair komen en wordt het oudste orgel van Nijmegen aangepakt. 'Het orgel moest gewoon worden

De kerk

De Lutherse kerk aan de Prins Hendrikstraat werd in 1896 gebouwd naar een ontwerp van Derk Semmelink. Het had toen nog een heel ander aanzicht dan de huidige kerk. Zo kreeg de kerk in 1929 pas het torentje dat ruimte biedt aan de klok. Het orgel in de kerk is de oudste van Nijmegen. In 1756 werd het gebouwd door de Nijmeegse orgelbouwer Matthijs van Deventer. De kerk herbergt daarnaast een kansel uit 1671. Beide zijn afkomstig uit de in 1959 gesloopte Lutherse kerk aan de Grotestraat. De kerk heeft 99 zitplaatsen.

gerenoveerd. Er is zelfs een dode vogel in gevonden. Veel onderdelen moeten worden vervangen. Voor de renovatie hebben organisten uit de regio 250.000 euro bij elkaar gehaald. Inmiddels is het orgel weg. Op de plek van het orgel zit nu een gapend gat. In 2011 moet het orgel weer terug zijn.'

Ook aan de buitenkant moet de kerk een onderhoudsbeurt krijgen. Er moet opnieuw worden geschilderd en gevoegd. Ook moet in de kerktoeren de klok er even af. 'Vanwege roest moet die worden opgehangen aan nieuwe materialen. Daarvoor heb ik een technische opleiding in Nijmegen gevonden die dit als project gaat doen. Lijkt mij ook leuk voor de leerlingen. Je kunt toch beter hier aan werken dan aan iets wat na de tijd weer wordt weggegooid?' Inmiddels heeft de SCMP een begroting



De klok die in 1945 geschonken werd door de Ev-Lutherse kerk van Noorwegen, nadat de Duitsers de oude klok in 1943 hadden geconfiscieerd. De ophanginrichting wordt gerestaureerd door leerlingen van de Vakopleiding Techniek onder leiding van hun docent.

voor het onderhoud en herstel van de kerk gemaakt. 'Dat hebben we ingediend bij de gemeente en de provincie. Het kerkbestuur bleek niet bij machte om dit te doen, dus daar helpen we ze dan bij. Want er zijn fondsen en subsidies voor te krijgen. Maar dan moet je wel de weg weten.'

Klimaatparels 2009 voor Vrije School Meander

Vrije School Meander won met haar groene schoolpleinen tienduizend euro in het kader van 'Klimaatparels 2009' (www.klimaatparels.nl). Maandag 30 november overhandigde Ge-deputeerde klimaat en milieu Annelies van der Kolk een symbolische cheque.



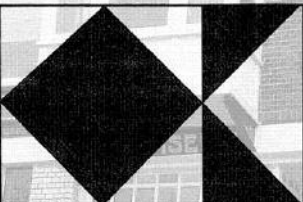
● DRUKKERIJ IKEN

De drukker bij u in de buurt voor

huisstijlen • affiches • familiedrukwerk
folders • brochures • tijdschriften • flyers

Kom gerust eens langs of vraag een offerte aan

Pontanusstraat 20 Tel.: 024 - 323 99 61
6524 HG Nijmegen Fax: 024 - 360 20 11
E-mail: iken@euronet.nl



knollentuin
brood en banket
natuurvoeding

Fransestraat 23 6524 HR Nijmegen Telefoon 024 -3225977
Website: deknollentuin.nl
Email: knollentuin@planet.nl

Openingstijden: Maandag t/m vrijdag 8.30-18.00u.
Zaterdag 8.30-15.00u.



de santenkraam
best een leuk winkeltje

KAAIJ ADVOCATEN

1^e CONSULT (20 min.) GRATIS

*Algemene
rechtspraak
& mediation*

Mr. Michaëla B.M. Kaaij
Mr. Drs. H.A.M. Schouten

Fransestraat 12
6524 JA Nijmegen
Tel: (024) 324 59 37
www.kaaijadvocaten.nl

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

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

Kapsalon Rijcken
Daalseweg 337, tel: 024 3 608 611

Hartman van Dinteren v.o.f. schilders

Inmiddels een begrip in Nijmegen-Oost

Gespecialiseerd in:

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

Installatiebedrijf het Binnenklimaat

- airconditioning
- centrale verwarming
- sanitaire installaties

STEK erkend tel. 024-8902473
06-40882615

www.hetbinnenklimaat.nl

Groene Parel van Oost in de wachtstand

“Het zwembadterrein heeft nu een groenbestemming gekregen, en dat is winst voor de buurt. Maar de invulling van die groenbestemming, dat wordt nog een hele uitdaging,” zegt Carla Bouwhuis. Zij is lid van de groep Groene Parel. Dat zijn bewoners uit de Componistenbuurt die zich hebben verzet tegen het gemeenteplan om van het zwembadterrein een bouwlocatie te maken.

Door Inger Stokkink

Al lang staat het Sportfondsenbad Oost aan de Van Beethovenstraat op de nominatie om gesloopt te worden. Buurtbewoners willen graag dat het terrein dan een groenbestemming krijgt. Nijmegen-Oost is namelijk, ondanks de lieflijke aanblik, best een 'stenige' wijk. Er is weinig openbaar groen en weinig speelgelegenheid voor kinderen.

Een ander probleem van de Componistenbuurt is dat die relatief veel last heeft van het autoverkeer dat bij de Albert Heijn en de andere winkels moet zijn. Het plan van de gemeente om op de plaats van het zwembad een school en woningen te bouwen, zou het verkeersprobleem verergeren en het groenprobleem niet oplossen.

Wachten

Maar tegen de nieuwe schoollocatie kwamen ouders van de school in kwestie, De Buut, in opstand. En de bewoners van de Componistenbuurt ook. Dat plan ging dus niet door. Op 14 juli 2009 besloot de gemeente om het zwembadterrein een groenbestemming te geven. De terreinen eromheen, namelijk van het Wellen-complex, de oude drukkerij en van aannemer CMS, staan ook al een tijdje op de nominatie om andere bestemmingen te krijgen. De buurt wil het liefst dat de gemeente die terreinen in samenhang met het zwembadterrein ontwikkelt. Hoe nu verder? Voorlichter André Schoots van de gemeente Nijmegen vertelt dat na het besluit van 14 juli geld moet worden gezocht in de begroting om de groenbestemming te kunnen verwerven. “Je moet dan denken aan sloopkosten, verwervingskosten, inrichtingskosten... En wanneer het werk van start gaat? Dat is nu nog niet te zeggen.”

Volgens Carla Bouwhuis komt het nieuwe zwembad op de plek die tot voor kort de noodparkeerplaats was van de Sint Maartenskliniek. “De kliniek heeft net een nieuwe parkeergarage geopend, maar dat wil nog niet zeggen dat de zwembadbouw meteen kan beginnen. Dat wordt dus wachten. Want pas als het nieuwe zwembad er is, kan het oude worden afgebroken. Ik denk dat we dan praten over 2011, 2012.”

Speeltuintje

Tot die tijd moeten de kinderen uit de Componistenbuurt het doen met een klein speeltuintje waar hoge hekken omheen staan. De groep Groene Parel is in gesprek met de gemeente om te bezien hoe het voormalige buitenbadterrein, vlak naast het speeltuintje, in de periode tot 2012 alvast kan worden ingevuld en beheerd. De buurtvereniging van de componistenbuurt heeft inmiddels met de wijkbeheerder van de gemeente afspraken gemaakt over onderhoud en beheer van het speeltuintje. Op die manier moet de leefbaarheid in de buurt voor iedereen zo gunstig mogelijk blijven.

“We willen niet van die burgers zijn die alleen maar ‘nee’ roepen tegen plannen van de gemeente,” zegt Carla Bouwhuis. Maar we willen ook niet op de stoel van de ge-

meente gaan zitten. Wordt het een natuur-speeltuin? Of wordt het een speelweide met een grote grasmat? Niet iedereen in de buurt heeft daar dezelfde ideeën over. Maar



je moet toch rekening met elkaar houden, en compromissen sluiten hoort daarbij. Dat geldt voor de invulling van het voormalig buitenbad terrein tot 2012, maar ook voor de uiteindelijke bestemming van het hele zwembadterrein daarna. Hoe dan ook: het is belangrijk dat de buurtbewoners de gemeente laten weten wat ze belangrijk vinden. En dat de gemeente luistert - en dan haar eigen verantwoordelijkheid neemt!”

www.wijkcomiteoost.nl/oost.html

www.mozartbuurtvereniging.nl/home.htm

Een taalcoach voor een inburgeraar!

Vluchtelingen & Nieuwkomers Zuid Gelderland (V&NZG) is in Nijmegen van start gegaan met het Taalcoachproject. In drie jaar tijd helpt V&NZG 100 inburgeraars aan een taalcoach. De taalcoach ondersteunt de inburgeraar bij het oefenen van de Nederlandse taal. V&NZG is nog op zoek naar mensen die taalcoach willen worden. De taalcoaches kunnen ook ondersteuning bieden bij het maken van opdrachten voor de inburgeringscursus of gaan samen met de inburgeraar op pad. Ze bezoeken instanties zoals de bibliotheek, het gemeentehuis, of het wijkcentrum. Een voorwaarde om taalcoach te worden is, dat u de Nederlandse taal goed beheerst. Van de taalcoaches wordt verwacht dat ze minstens 1 keer per week, gedurende twee uur afspreken met een inburgeraar. De taalcoaches krijgen een training en ondersteuning vanuit V&NZG.

Wilt u meer informatie, of wilt u zich aanmelden als taalcoach, neem dan contact op met Ans Aerts van V&NZG, tel. 024-3221177, e-mail: ans.aerts@vnzg1.nl. Website: www.vnzg.nl.



Zelf appelwijn maken:

Lekker drankje voor nieuw jaar!

De benodigdheden:

1. Twee glazen
2. Kleine spatel
3. Trechter
4. Vouwfilter (Koffiefilter)
5. Huishoudfolie
6. Appelsap
7. Gedroogde wijngist

Dag1:

1. Schenk 1 van de glazen voor $\frac{3}{4}$ vol met appelsap.
2. Voeg een theelepeltje gedroogde wijngist toe
3. Roer dit goed door en dek het glas af met huishoudfolie
4. Zet het mengsel in de kamer (niet in de zon) en wacht tot er schuim op komt
5. Zet het daarna 2 dagen in de koelkast

Dag 3:

6. Zet de trechter met de filter erin op het tweede glas
7. Giet de wijn door de filter in het tweede glas
8. Nu kan u de appelwijn proeven

Prettige kerstdagen en een gelukkig Nieuwjaar!

Alec, Irene & Marcelle

VOÓR KINDEREN DÓÓR KINDEREN!

'Onze' wijkkinderen werken mee aan de krant; vóór kinderen dóór kinderen! De kids vertellen o.a. over hun belevenissen, activiteiten en projecten.
Dit keer: Groep 8a van Klein Heyendaal met juf Femke Bosmans.

KIDS-PAGINA'S**Kerstmoppen**

De Kerstman gaat naar een kleuterklas en zegt: Kom mee jongens en meisjes, we gaan naar de Bart Smit! Eenmaal daar aangekomen zegt een jongen: wordt jij soms gesponsord? Zegt de Kerstman: hoe weet jij dat?

Wat heeft de Kerstman als hij in zijn ene hand 50 cadeautjes kan dragen, en in de ander 500? **Antwoord:** Grote handen

Van: Mart, Koen, Stijn, Koen

Decemberhoroscoop:

24 december tot 31 december

24 december: Snoepdag

28 december: Zonnigedag

25 december: Eerste Kerstdag

29 december: Geluksdag

26 december: Tweede Kerstdag

30 december: Opruimdag

27 december: Verassingsdag

31 december: Oudjaarsavond

Van: Sieb, Jules & Sem

m	a	r	i	a	r	j	r	o	j	f	n	Kerstman
	e	r	s	t	p	o	r	d	e	o	e	Rendier
k	e	a	k	p	k	z	e	l	z	s	l	Arreslee
k	e	r	i	a	l	e	n	m	u	n	l	Kerstboom
e	n	r	s	k	p	f	a	p	s	b	a	Kerstballen
r	f	e	l	t	i	t	i	b	f	m	b	Kerststal
z	p	s	i	s	m	e	e	z	e	l	t	Ezel
p	p	l	k	k	z	a	r	p	p	p	s	Jezus
r	k	e	r	s	t	i	n	z	n	i	r	Jozef
s	k	e	r	s	t	b	o	o	m	e	e	Maria
k	e	r	s	t	d	i	n	e	r	k	k	Kerstdiner
n	s	k	e	r	s	t	s	t	a	l	i	Piek
												kerst
												os

Gemaakt door : Ellen, Eline, Simone en Charlotte

Nederlands : Fijne kerstavond

Hebreeuws : פולא המולד קג ערב

Thai : มหัศจรรย์วันคริสต์มาสอีฟ

Perzisch : سمس ی کر شب العاده فوق

Swahili : Hawa Krimasi ajabu

Gemaakt door: Maud en Jeanne



-n



boom=man



-p



kon-z



-k



k=s -d

Van Luc, Niek en Ot

Klein Heyendaal, groep 8a

Samenvatting

Op kerstavond bezoeken drie geesten een oude vrek die een vreselijke hekel heeft aan kerst en menig medemens erg slecht behandelt. Deze drie geesten proberen de oude man ervan te overtuigen dat kerst helemaal geen periode is om bij de pakken neer te gaan zitten. En zullen dan ook alles uit de kast halen om dit te gaan veranderen. De geesten herinneren de man eraan wie hij is geweest, tonen hem de harde wereld van vandaag en vertellen de man wat er gaat gebeuren als hij er niet naar streeft om een betere man te worden.



Voor meer informatie zie de site:
www.visitlondon.com/londonschristmas-carol/a-christmas-carol-world-premiere

Van Bor en Guy



WEETJES IN HET THEMA KERST:

- ÷ Jezus werd volgens vele mensen geboren, zodat hij mensen zou helpen en redden.
- ÷ Jozef stamde af van koning David.
- ÷ Dat kribbe voederbak betekent in de nieuwe bijbel vertaling.
- ÷ Dat Jezus z'n ouders hem op 12 jarige leeftijd presenteerden in de kerk.
- ÷ Jezus werd beschuldigd van GODSLASTERLIJKE UITSPRAKEN.
- ÷ De berg waar Jezus gekruisigd werd (Golgotha) ook wel de schedelplaats werd genoemd.

Door Quinten en Kees

Horoscoop voor 2010

Leeuw. 23 juli - 22 augustus

Jij kletst overal en altijd, soms een beetje teveel. Probeer dat in 2010 iets minder te doen.



Waterman. 20 januari -18 februari.

Je wordt opeens superpopulair; je wilt graag met iedereen omgaan, maar verwaarloos je oude vrienden en familie niet!



Tweelingen. 21 mei-21 juni

Je zult je vrienden en familie vaker zien, vooral als ze je steun nodig hebben.

Probeer hen zo goed mogelijk te helpen!



Stier. 20 april -20 mei

Volg je hart, niet het hart van iemand anders!



Schorpioen 24 oktober-22 november:

Opeens lukt je alles! Het gaat vooral goed met je cijfers. Houden zo!



Vissen 19 februari t/m 20 maart:

Je hebt allemaal creatieve ideeën, maar pas op dat het niet te bont wordt.



Kreeft 22 Juni t/m 22 Juli:

Neem eens een risico. De enige zekerheid zit in jezelf, niet in een ander.



Weegschaal 24 september-23 oktober

Twijfel niet te veel. Volg jezelf!



Boogschutter 23 november-21 december

Je hoofd zit vol dingen, maar als je het aan een ander uitlegt, komt het soms heel vreemd over.



Steenbok 22 december-20 Januari.

Jij bent soms een beetje te druk. Doe maar iets rustiger aan.



Ram 21 maart-20 april

Denk niet negatief over jezelf, je bent goed zoals je bent!



Maagd 24 augustus-23 september

Goed dat je opkomt voor de natuur. Je bent op dit moment ook erg avontuurlijk. Pas op! Stress alarm op komst!



Groetjes van Eveline. Maxime. Floor. Nienke en Anne- Vera



Have a very Merry Christmas. Yawwaww!



Plaatjes gevonden door Jasper, Jochem en Marijn



Jip's Zwangerschaps zwemmen



Ben je zwanger en wil je blijven bewegen?



Kom dan naar Zwembad Oost!!

Zwangerschapszwemmen:

- ~ Heerlijk ontspannen bewegen in water van 32 graden
- ~ Door opwaartse druk bijna gewichtloos
- ~ Behoud van conditie
- ~ Uitwisselen van ervaringen

Elke dinsdag en donderdag van 18.30 - 19.15 uur

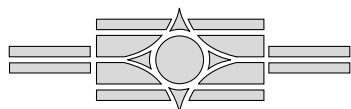
Tegen inlevering van deze advertentie ontvang je in de maand januari 2010 € 1,- korting op een losse les!!

Meer info?

Sportfondsenbad NIJMEGEN-OOST

Van Beethovenstraat 6-8

Tel: 024-3812791 www.sportfondsen.nl



van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

voor:

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

mr C.T.G. van Schie

mr R.G.H.M. de Glas

mr F.G.W.M. Huijbers

mr S.T.W. Verhaagh

mr D.W. Beemers

mw mr S. van Oers

mw mr Z. Charrat

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

Van Der Kaaij Advies wordt

vanderkaaijaccounting

boekhouden, begeleiden en advies voor ZZP'ers
en startende ondernemers

nieuwe naam dezelfde **service**

vanderkaaijaccounting

Wachterslaan 73, 6523 RS Nijmegen T +31 6 21517787
F +31 8 42298877 E info@vanderkaaijaccounting.nl
www.vanderkaaijaccounting.nl Pieter van der Kaaij

Kleine advertenties

Als ondernemende wijkbewoner kun je per nummer één gratis advertentie plaatsen. Voor kleine, 'semi-commerciële' advertenties hanteren we de volgende regels: De maximale omvang is 50 woorden, één advertentie per persoon, bij meer dan één pagina hanteren we een wachtlijst en plaatsing op volgorde van binnenkomst. Je dient de advertentietekst elk nummer opnieuw aan te leveren. Je kunt je advertentie mailen naar redactie@dewijkwebsite.nl maar ook inleveren bij de Wijkwinkel, Daalseweg 259a.

School's cool Nijmegen zoekt enthousiaste vrijwilligers (HBO-WO-of vergelijkbaar ervaringsniveau, die als thuismentor in 2010 een toekomstige brugklasser wil ondersteunen. Zinvol en uitdagend vrijwilligerswerk. Onkostenvergoeding en coaching. Tijdsinvestering: 2uur per week, 1½ jaar. Tel 024-3503466, www.schoolscoolnijmegen.nl, e-mail: info@schoolscoolnijmegen.nl.

Zin in tekenen/schilderen? Dit seizoen bied ik weer diverse teken/schildercursussen. o.a.: Open atelier, Energie in beeld, Schilderen vanuit de kleur, van kijken naar zien. Voor meer info kijk op www.creativiteitenlevenskunst.nl of bel naar Hennita Jaspers: tel. 024-323 7843.

Café 't Haantje (Daalseweg 19): Gratis zaalverhuur voor borrels, feesten en vergaderingen. Info 024-3230257.

Kundalini Yoga les vanaf 21/01/2010 elke donderdag 18.30-19.45 in Atmosfeer, Daalseweg Nijmegen. Voor meer info: www.kundaliniyoganijmegen.nl of 06-30446213.

Kinderyoga Nijmegen is er voor kinderen van 4 t/m 12 jaar. Kennismaken met kinderyoga? Doe mee met een proefles. Instromen kan gedurende het hele jaar. Zaterdagochtend: 10.30-11.30 uur 4-8 jaar, 11.45-12.45 uur 8-12 jaar. Locatie: Gelderselaan 2, Nijmegen. Informatie? www.kinderyoganijmegen.nl, Lieke van Lith, 024-3602377

Rijbewijskeuring, dezelfde week nog €35 (BO: €30). Grada Gootjes, arts Broerdijk 17, 024-3236553, www.gradagootjes.com

Kennismakingsworkshop TALENTENSPEL Het Talentenspel is een speelse maar tevens krachtige methode om veranderingen in je leven aan te brengen. Vrijdagavond 8 januari, 20- 22u. Kosten: 10 Euro, Groesbeekseweg 209. Aanmelden: 324 364 7 of www.lucyvannorel.nl.

Wilt u een **aanhanger huren?** Daalseweg 50€borg, €15 euro per dag. 06-17226896.

Vertrouwd verbouwen, De Klussenier Arno Vink. Uw veelzijdige vakman voor de grote of kleine klus. Lid van VLOK geschillencommissie ik geef 100% garantie, geen voorrijkosten en afspraak is afspraak. Telefoon 024-6636612 mobiel 06-57994608 of a.vink@klussenier.nl. Ik ga graag voor u aan de slag.

U wilt bij uw feest geen storende achtergrondmuziek, maar wel een **gezellige pianosfeer?** Mail info@muziquest.nl. Of bel Simone Kiebosch 024-3656773. Voor meer informatie www.muziquest.nl.

WIJSBERAAD: Praktijk voor sjamanisme. Bij vragen omtrent zingeving, belangrijke beslissingen, ingrijpende gebeurtenissen, relaties en overledenen kan een sjamanistisch medium via contact met jouw ziel en spirituele gidsen inzicht, verheldering, raad en ondersteuning geven. Tarief vanaf 50 euro (inkomens afhankelijk) Victorine Franke, 024-3225255. www.wijsberaad.nl.

Zelfhulp cursus JIN SHIN JYUTSU. Deze Japanse energiegeneeskunst leert u om met uw handen de dagelijkse stress en vermoeidheid te bestrijden. Harmonie voor lichaam en geest, en verrassend makkelijk te leren. Vijf wekelijkse lessen van twee uur (€75,-). Informatie bij Janine van Twist: 06-47450735

Een goed voornemen voor 2010. **Begin nu met yoga!** Wekelijkse lessen in Easy YinYoga- Hatha en Power/Astanghayoga in Yoga studio SO HAM Wintersoord 12-2 vlakbij Lux in Nijmegen. In ochtend en avonden. Ook maandelijkse workshops. Kijk op www.zeyna.nl of bel Mieke op 024-3786900. De eerste les is gratis!

PARTITUUR: Praktijk voor psychologische hulpverlening en relatietherapie. Begeleiding bij ingrijpende ervaringen rond dood, levenscrisis, ziekte, scheiding, verlies van werk, relatieproblemen, eenzaamheid, isolement. Ineke Scholten, Heydenrijkstraat 71, 024-8483931/06-53164237 www.partituur-coaching.nl Gesprekken worden afhankelijk van uw verzekering geheel of gedeeltelijk vergoed. Verwijzing huisarts niet nodig.

Pianolessen te Nijmegen, vanaf €15 per les, voor eenieder: jong of oud, je bent nooit te oud om met pianolessen te beginnen. Ook voor 50+ (soms misschien nog wel een beetje te jong...) Voor beginners en licht gevorderden. Bel voor meer informatie: Cor Vergeer: 024-3601664 of sms me op: 06-53395491.

Ervaren docent geeft **wiskundebijles op alle niveaus**. Ben jij bereid hard te werken, dan scoor jij minimaal een voldoende! Info 024 - 378 79 57 of www.wiskundebijles-nijmegen.nl

Wegens verhuizing **ruimte te huur** voor pedicure of beroep in die richting. Praetoriumstraat 14. Ingang, wachtkamer, toilet gezamenlijk met aanwezige schoonheidsspecialiste. Huur: €280 per maand. 0243226286

In januari 2010 start weer een nieuwe **faalangst-reductietraining** voor kinderen van 9 - 12 jaar "Ik Ben Een Kei". Panta Rhei, Gorisstraat 2a, ernadegroot@hetnet.nl, tel. 06-38223865.





*Het OBG wenst u een
feestelijke Kerst en een
gelukkig Nieuwjaar.*

*Het OBG,
in het hart van de wijk!*



Activiteiten in het Oud Burgeren Gasthuis

De komende maanden worden er in en rond het OBG-Dienstencentrum weer volop activiteiten georganiseerd. Hoofdzakelijk gericht op de oudere wijkbewoners, maar in het OBG-Dienstencentrum discrimineren wij niet op leeftijd, dus alle leeftijden zijn van harte welkom. Kom ook eens langs in het OBG en overtuig u zelf van het veelzijdige aanbod aan diensten en activiteiten. Actuele informatie vindt u in het maandelijks verschijnende Activiteiten Programma. Bovendien kunt u het programma op de website van het OBG teruglezen: www.oudburgerengasthuis.nl. Hier vast een greep uit het aanbod.

Seniorencafé Burgerlust

Eens in de twee weken kan er vanaf 19:30 uur in de Borgerzaal op live muziek gedanst worden. De komende weken kunt u de volgende artiesten verwachten:

29 december: Party Time

5 januari: Sunny Boys

19 januari: Frans Arntz

2 februari: Party Time

16 februari: Frans Arntz (Carnaval)

2 maart: Tom Meuwese

Op de andere dinsdagen is er een 'gewone' gezellige café-avond, waar gekletst en gekaart kan worden.

Gymnastiek

Sportservice Nijmegen en het OBG organiseren iedere dinsdagmorgen vanaf 10:00 uur in het OBG-Dienstencentrum: gymnastiek en bewegen voor ouderen.

Borreluur

Iedere zondagmiddag Borreluur. Regelmatig wordt dit borreluur opgeluisterd door optredens van Nijmeegse artiesten. Toegang gratis.

Vrijdagavondsoos

Zoekt u wat vertier op de vrijdagavond? In de Borgerzaal bent u wekelijks welkom voor een hapje en een drankje. Aanvang: 19:30 uur.

Koken met de Annes

In Herberg in de Boom toveren onze keukenprinsessen iedere woensdagmiddag overheerlijke hapjes op tafel.

Een voorproefje? Vanaf een uur of drie bent u van harte welkom.

Bingo

Eens per maand op donderdagavond rollen de bingo-balletjes in de Borgerzaal en zijn er leuke prijzen te winnen. Bingokaarten à € 8,50 per stuk, inclusief koffie/thee, 2 consumpties en een hapje.

Vers-Markt

Wekelijks is er op donderdagmorgen een versmarkt in het OBG-Dienstencentrum. U vindt er onder meer vers fruit, vis, gebak en leuke kaarten. Op marktdagen is uw tweede kopje koffie in de Borgerzaal gratis.

Sjoelen

Iedere woensdagmorgen in de Borgerzaal vanaf 10:00 uur sjoelen en joelen.

Computerles

Op woensdagmorgen en vrijdagmiddag kunt u vrijblijvend binnenlopen in ons internetcafé. Er zijn deskundige vrijwilligers om u waar nodig te helpen. Liever eerst een cursus? Informeer dan eens naar de computercursussen van Seniorweb bij het OBG-Informatiepunt.

Grand-Café

Gewoon even eruit of zin in een drankje? Ons Grand-café De Borgerzaal is dagelijks geopend van 9:30 tot 17:00 uur.

Verder in het OBG:

- Vistro De Toelast
- Dagbesteding voor ouderen
- Hobbywerkplaats Nijmegen-Oost
- Begeleid wonen voor dementerende ouderen.
- Fysiotherapiepraktijk Pelgrim en Van Nugteren
- Huisartsenpraktijk Mesker-Niessen

Meer informatie: 024-3279279 of www.oudburgerengasthuis.nl.

Feestelijkheden in december

24 december

Oecumenische Kerstviering in de Borgerzaal om 18:30 uur. Daarna gezellig samenzijn, een hapje en een drankje.

25 december, 1e Kerstdag

In de Borgerzaal een middag in Kerstseer met pianomuziek door M. van der Mhee, gratis entree.

26 december, 2e Kerstdag

Kerstfilm in de Borgerzaal. "Als je begrijpt wat ik bedoel." Slot Bommelstein wordt opgeschrikt door een jonge Zwelbast, een draakje dat bij boosheid opzwelt tot gigantische afmetingen en veel schade berokkent. Als een pleegvader ontfermt heer Bommel zich over het beestje dat Zwelgje wordt genoemd, met alle gevolgen van dien. Animatiefilm naar Marten Toonders stripverhaal 'De Zwelbast' uit 1957.

Activiteiten in 2010:

17 januari

Buurtborrel in samenwerking met "Buurtinitiatief Professorenbuurt" (het bewonerscomité van de Professorenbuurt/Galgenveld) van 14:30-16:30 uur in de Borgerzaal.

31 januari

Pronkzitting met carnavalsvereniging Kiek ze Kieke met aansluitend de mogelijkheid om hier een erwtensoepmaaltijd te nuttigen. Kosten maaltijd €5,00, inschrijven bij het OBG-Informatiepunt vanaf 12 januari 2010. Aanvang: 14:30 uur.

5 februari

Optreden van Theducater: een cabaretgroep, die ons een spiegel voorhoudt over de kleine ergernissen van het dagelijks leven.

16 februari

Gezellige carnavalsmiddag in de Borgerzaal.

27 februari

Open Dag OBG-Dienstencentrum.

Het OBG. Tot uw dienst!

Een sportieve greep voor 2010

Wie van u heeft goede voornemens voor het komend jaar? En hoeveel van die plannen hebben te maken met gezondheid en lichaamsbeweging? Wij hopen u op deze pagina's sportief te inspireren, zodat u in januari heerlijk aan de slag kunt. Of zoals Nicole van New Age 22 zegt: "Als je iets leuk vindt, dan sloof je je uit en is het goed voor je." Lees en kijk naar onze willekeurige greep uit de vele sportieve mogelijkheden in Oost.

Door Grieta Spannenburg

TAFELTENNIS NIJMEGEN, snelle witte bal!

Ze zijn kortgeleden in een prachtig nieuw pand getrokken aan de Luciaweg en het ruikt er nog fris en fruitig, ondanks het harde gesport dat op dit moment plaatsvindt. Ik bevind mij in de rechterzaal, bij de talententraining onder leiding van Linda Rieken. Tien jongens, zo tussen 6 en 12 jaar, gaan flink tekeer



op de vijf tafels die hier staan. Af en toe suist een wit balletje rond onze oren en terwijl ik met Linda spreek, gaat de training gewoon door.

Linda, nu zo'n 30 jaar actief tafeltennisster; "We hebben al heel wat toppers geleverd vanuit onze vereniging. Sommige leden trainen ook elders in het land, bijvoorbeeld op Papendal." Bij deze vereniging kun je uitgerust op alle mogelijke niveaus spelen en is de insteek toch vooral om er plezier in te hebben. "Het is handig als je motorisch goed bent, maar dat is echt niet per se nodig. Iedereen kan meedoen," aldus Linda.

Wat gelijk opvalt is dat bij deze talententraining alleen jongens aanwezig zijn. Het enige meisje dat er ook bij hoort is vanavond afwezig. Linda: "Bij de volwassenen hebben we een redelijk evenwichtige verdeling tussen mannen en vrouwen, maar bij de jongsten kunnen er nog wel meer meisjes bij!" Na afloop vraag ik aan enkele jongens of zij

misschien weten waarom er zo weinig meisjes bij zijn. "Misschien zijn ze bang voor ballen," hoor ik één zeggen, de overigen hebben geen idee. Wel is het voor henzelf vaak duidelijk waarom ze graag deze sport beoefenen. "Het is een lekkere snelle bal." Of: "Ik vind het fijn dat het een individuele sport is. Dat je zelf kunt gaan voor de winst." Het betekent natuurlijk ook dat je het eigen verlies moet kunnen verwerken....

Dat deze vereniging 'alive and kicking' is, blijkt uit de vele vrijwilligers die zich inzetten en de vele initiatieven die ontplooid worden. Naast het meedoen aan competities en het organiseren van diverse eigen toernooien, komt er ook nog een sportdag tezamen met voetbalvereniging de Trekvogels, die op het veld naast hun pand trainen.

Feiten:

Tafeltennis Nijmegen, Luciaweg 9, heeft iets meer dan 200 leden, maar er blijft voldoende ruimte voor nieuwe aanwas. Geïnteresseerden van 18 jaar en ouder kunnen altijd een keer op maandagavond (20.30 uur) binnenlopen en meedoen. Voor kinderen en jeugd is het aan te bevelen eerst een mail naar de vereniging te sturen voor een afspraak. Kijk voor alle informatie op de zeer uitgebreide site: www.tafeltennisnijmegen.nl

NEW AGE 22, motiveren in de zaal!

De eigenaresse van deze sportschool is een gedreven dame. Dat hoor je en dat zie je. Nicole heeft niet alleen heel veel fitnessapparaten staan, ook biedt zij vele groepslessen. "Het aanbod dat we hebben aan groepslessen wordt steeds groter. Daar waar je bij de apparaten behoorlijk wat zelfdiscipline nodig hebt, wordt je bij de groepslessen continu gemotiveerd door diegene die de les geeft." Nicole geeft zelf

voornamelijk bodyjam en bodybalance en blijkt goed na te denken over hoe iedereen zo voldaan mogelijk de lessen kan volgen. "Veel aankijken, contact hebben met je groep mensen, en de oefeningen steeds uitdagend laten zijn. Ken je bij de bodyjam op een gegeven moment de pasjes, dan gaan

we het gewoon moeilijker maken door bijvoorbeeld dieper door de benen te zakken of vaker te springen, te kicken of wat dan ook. Het doel is dat iedereen heel erg zweet en voelt dat er gewerkt is."

De lijst aan groepslessen bestaat onder andere uit bodyjam (een soort streetdance), bodyfit, bodypump en spinning. Opvallend is dat de meeste zaallessen voornamelijk door vrouwen worden bezocht. Dat vind ik vreemd, als ik de dansclips bekijk van Les Mills, die elk kwartaal een nieuwe release van zaallessen de wereld instuurt, zijn het juist vooral stoere mannen. "Het moet hier blijkbaar nog wat wennen," zegt Nicole, "in Amsterdam is het veel meer fifty fifty tussen mannen en vrouwen."

Iedereen is welkom bij New Age 22. "Ik ga met mensen het gesprek aan. Wat willen ze en wat vinden ze leuk. Want als je iets leuk vindt, dan sloof je je uit en is het goed voor je. Heb je een slechte conditie als je begint, dan kun je vrij snel je conditie verbeteren door de cardio-onderdelen in de groepslessen. En later kun je dan ook nog werken aan opbouw van spierweefsel. Maar, het moet niet alleen gaan om je lijf, het is gewoon ook gezond om sportief bezig te zijn. Vrouwen van boven de 40 krijgen gemakkelijk botontkalking. Als je veel sport, kun je dat tegengaan." Er wordt geprobeerd een huiselijke sfeer te creëren. Zoals Nicole het zegt: een sfeer die past bij Oost." Ze vindt het erg leuk om hier haar sportschool te hebben. "Allerlei types komen hier, het is een ongedwongen wijk en ik wil mijn bedrijf ook ongedwongen houden." Haar aanneembeleid van leraressen is dan ook interessant: "Geen barbiepoppen hier, daar let ik op! Je moet je kunnen identificeren met de trainers. Dat vinden ze ook fijn aan mij. Ik ben niet slank, maar als ze mij dan keihard zien dansen in de zaal dan weten ze dat je er desondanks gewoon goed uit kunt zien."

Feiten:

New Age22 bevindt zich aan de Coehoornstraat op nummer 22. Kijk op de website: www.newage22.com, of bel: 324 06 17. Je kunt altijd een proefles volgen.

GAY SWIM NIJMEGEN SPETTERS, iedereen is welkom!

Ook al doet de naam het misschien niet vermoeden, iedereen kan meedoen bij Gay Swim Nijmegen, oftewel; de Spetters. Bob Janssen, zwemmer en bestuurslid, is er heel duidelijk over; "Het doel is om in een sociaal positief verband bezig te zijn en of je dan homoseksueel, heteroseksueel of biseksueel bent, dat maakt niet uit. Het gaat om de sportiviteit, niet om seksualiteit."

Vervolg op pagina 19



Niettemin dekt de naam van de club de lading uiteraard wel; veruit de meeste leden zijn homoseksueel en de vereniging is ooit ontstaan, 10 jaar geleden, uit de behoefte gelijkgestemden te ontmoeten en om ergens helemaal jezelf te kunnen zijn. Bob; "Het is 'n dilemma. Eigenlijk wil je uitstralen dat iedereen welkom is, maar toch wil je duidelijk zijn met wat voor een club de mensen te maken hebben. Wat dat betreft zitten we in een spagaat." Hij vervolgt: "Veel mensen blijven toch zeggen dat we ons apart plaatsen in de maatschappij door apart een sportvereniging te hebben, terwijl we juist heel open willen zijn.



Wat lijkt een tegenstelling, maar zichtbaar en toegankelijk zijn sluiten elkaar niet uit. Dat is wat emancipatie en integratie mogelijk maakt."

Over naar het zwemmen. Trainingen vinden zowel plaats in het sportfondsenbad te Dukesburg als in het bad aan de van Beethovenstraat. Bij ons in de wijk zijn de trainingen op zondagmiddag. Er wordt gewerkt in vijf banen, waarbij de vijfde baan een recreatieve baan is. Vervolgens is baan vier de minst snelle en de eerste baan de aangewezen plek voor de wedstrijdzwemmers. Want, het zwemmen gaat op alle niveaus. "Wat je maar wilt," aldus Bob. Hijzelf begon vijf jaar terug recreatief en heeft inmiddels de lol van het wedstrijdzwemmen ontdekt. "We gaan zowel naar 'gay'-wedstrijden als naar reguliere wedstrijden. Ongeveer 10 procent van de club doet mee met de wedstrijden."

Bob praat met liefde over zijn zwemclub. Het zwemmen, de gezelligheid, de humor, de jaarlijkse barbecue en de vele commissies die het geheel in gang houden. "Wij zijn geen prestatieclub. Niets moet en ik vind ons vooral een hele leuke en enthousiaste groep. We zijn zeg maar serieus met een knipoog."

Feiten:

Gay Swim Nijmegen Spetters, trainen onder andere in sportfondsenbad Oost, op zondagmiddag van 13.00 tot 14.00 uur. Ze hebben nu zo'n 60 leden en nieuwe zwemmers zijn altijd van harte welkom. Kijk op www.gsnspetters.nl of bel met Leonie Gerritsen; 322 67 61 of Tim Zwanikken; 324 14 48.

KOERSBAL, laat 'm maar rollen!

"De jeugd is wat te enthousiast voor dit spel," zo hoor ik Rinus Nesselaar zeggen. Daarom bevind ik mij tussen mannen en vrouwen van 65 plus. Ouderen die gezelligheid en beweging opzoeken en zich op de dinsdagmiddag verzamelen in de Daalsehof, rond een langwerpige groene mat. In totaal zijn er 12 leden, op het moment dat ik een blik werp zijn er vanwege zieken nog maar zeven spelers aanwezig. Ze rollen om beurten de koersbal over de mat om zo dicht mogelijk bij een klein wit balletje te komen. En, om tegenspelers van datzelfde balletje weg te houden. Bij de jeugd, al vinden ze het vaak wel leuk, wordt meestal te hard gegooid. "Het is juist een beheersingsspel. Als je in je enthousiasme te hard rolt, kaats je alle andere ballen steeds uit het speelveld. En die beheersing hebben de ouderen hier wel," zo vertelt Rinus mij lachend.



Het spel lijkt enigszins op Jeux de boules. Alleen werpt men daar de bal, hier wordt gerold. De heer Nesselaar voegt daaraan toe; "Bovendien is de koersbal van massief kunststof in plaats van staal, niet geheel rond en het zwaartepunt ligt ietwat naast het midden." Dat laatste gegeven verklaart de opvallende richtingveranderingen van de ballen. Ik zie de bal enigszins naar de zijkant van de mat rollen, om vervolgens weer meer naar het midden door te rollen. Het ziet er heerlijk ontspannen uit en het gaat er gezellig aan toe. Volgens mij zag ik zelfs een heuse flirtactie plaatsvinden, en er werd veel gelachen. Leuk nieuw woord: de stokkenist. Dat is degene die aan de overzijde van de mat staat en daar de boel in de gaten houdt.

Feiten:

Men wil graag in totaal 20 leden bij deze club. Geïnteresseerd? Aanmelden kan via de SWON, www.swon.nl of bel: 365 01 90. De kosten bedragen 12 euro voor een heel jaar en elke dinsdagmiddag wordt er in de Daalsehof gespeeld. Ook elders in de stad wordt koersbal gespeeld, onder andere in ons wijkcentrum de Ark. Eens komen kijken? Dat kan uiteraard. Je mag twee keer gratis meespelen.

MOTION WOMENSGYM, geen pottenkijkers!

"Wat ik heel erg leuk vind, is dat er hier ook allochtone vrouwen komen sporten en dat je zodoende ook in aanraking komt met een andere cultuur," dat zegt een lid van Motion Womensgym. Zij heeft zojuist haar sportieve ronde volbracht in de kelderruimte van deze fitnessschool exclusief voor vrouwen. Bedrijfsleidster Mirjam valt haar bij; "Veel allochtone vrouwen uit Turkije en Marokko mogen niet sporten in bijzijn van mannen. Hier kunnen zij onder vrouwen aan beweging doen. En, zonder dat ze in het zicht van de straat staan." Het souterrain heeft namelijk geen ramen, zo zie ik als Mirjam mij mee naar beneden neemt om een blik op alle fitnessapparatuur te werpen. De ruimte oogt sfeervol en in de aangrenzende ruimte worden meerdere malen per dag onder begeleiding buikspiertrainingen gegeven. Ook is er een heuse sauna aanwezig voor de ontspanning na de inspanning. Opeens staan we naast de Power Plate. Heb ik daar ooit niet Karin Bloemen op zien staan? Met volle voorzichtigheid zet ik mijn twee voeten op het trilapparaat. Wat gaat dat heftig! De trilling gaat door mijn hele lijf, inclusief hoofd. Aah! Het doet mij denken aan de eerste week dat ik de elektrische tandenborstel in gebruik nam. Voor die borstel geldt overigens dat ik er nu niet meer zonder kan...

Ook bij Motion Womensgym staan gezelligheid en gemoedelijkheid hoog in het vaandel. Na het sporten kun je neerzigen en soep en salade bestellen. José staat achter de bar en zorgt met een gezonde hap voor de inwendige mens.



Feiten:

Dit fitnesscentrum bevindt zich aan de Berg en Dalseweg op nummer 22. Van maandag tot en met vrijdag kun je altijd binnenlopen tussen 09.00 en 14.00 en van 16.00 tot 22.00 uur. In het week-einde kunnen sportieve dames van 10.00 tot 14.00 uur terecht.

Bezoek ook de website:

www.motionWomensgym.nl, of bel voor informatie: 360 21 47.

Vakmanschap tot in detail

Ambachtelijke
kijk op parket

Neerlandia
houtenvloeren

Postweg 125 6523KW Nijmegen 024-3233111
www.neerlandia-houtenvloeren.nl info@neerlandia-houtenvloeren.nl



Kitty
studio
huidverzorging

Hengstdalseweg 46
Nijmegen

024-3224804

Wij wensen u sfeervolle feestdagen
en een positief 2010!!

Wij zijn gesloten van 23 december t/m 3 januari

T.C.C.N.

Techniek- en Ontdekcentrum

voor jongens én meisjes van 4-18 jaar



Waldeck Pyramontsingel 16, Nijmegen

Tel: 024-3602348

Kijk op www.tccn nijmegen.nl

Ook voor elektronica-programmeren en robotica

Vrijdagavond projectgroepen vanaf 13 jaar



KOLMEIJER
makelaars Nijmegen

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

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

Wat doet u met Kerst?

Hoe brengen de lezers en wijkbewoners de Kerst door? U leest het hier, wellicht raakt u nog geïnspireerd...

Ingrid, van Ingrid's tabaksspeciaalzaak aan de Daalseweg, heeft een brede glimlach als ze zegt: "Ik ga 3 heerlijke dagen met het gezin doorbrengen. Met mijn man en onze 2 zonen gaan we op eerste kerstdag gourmetten. De jongste, 5 jaar, krijgt een pollepel zodat hij zijn handen niet kan branden. En dan kunnen we allemaal lekker aan de slag."



Hee, de kerstboomman! Waar ken ik u ook alweer van? "Ik ben Frits Jurriën en tot voor vijf jaar geleden stond ik in de dierenzaak op de Daalseweg. Nu verkoop ik in december kerstbomen, en de rest van het jaar werk ik als freelancer bij een uitvaartbedrijf. We doen van alles: mensen ophalen, verzorgen, mee helpen bedenken hoe de uitvaart eruit moet zien, rouwrijden. Een mooi vak!"

Hoe viert u Kerst?

"Kerstavond vieren we met mijn schoonouders. Op eerste kerstdag komen de kinderen, en ook nog wat broers en zussen denk ik, dan is het open huis. Maar tweede kerstdag, die is voor onszelf! Lekker met z'n tweeën een boswandeling maken, of naar het theater... dat doen we al jaren zo. Heerlijk."



Marloes Fleeer en dochter Sterre uit de van Haapsstraat gaan kerstavond naar de kinderkerstmis in de Maria geboortekerk aan de Berg en Dalseweg. 1e en 2e Kerstdag gaan ze naar Opa en oma in Enschede: cadeautjes aan elkaar geven en lekker eten.



Menno Baas (Padella Daalseweg) Ik vier kerst dit jaar met vrienden en familie; we gaan gezellig samen eten. Het is een bijzondere kerst dit jaar want ik vier het met mijn nieuwe liefde en met mijn kleindochter van 1,5 jaar oud. *Heeft u een kerstwens?* Ik hoop dat in 2010 de algehele crisis over is, dat er mooie tijden aanbreken voor de wereld en mijzelf. Ik hoop de lezers van de wijkkrant hier te verwelkomen en nodig ze bij deze uit om een keertje aan te schuiven om een maaltijd te komen eten of om een keertje mijn producten te proberen.





Vetrolletjes ondanks sport of dieet?

Lipocavitatie:

**VET definitief verwijderen
zonder naalden of operatie**
(als enige in Nijmegen)!

**Het kan echt...
ook voor cellulitis!**

Ongewenste haartjes?

IPL lichtflits ontharen

behandeling vanaf € 29,-
(vergoeding mogelijk via zorgverzekeraar)

skinclinic 

skinclinic

staringstraat 11
(hoek oranjengel)
6521 ae nijmegen
t 024 - 3243753
m 06 - 41462329
www.resipeters.nl
info@resipeters.nl

Henry kiddie

Totaal Onderhoud

- * schilderwerk binnen / buiten
- * stukadoren - pleisteren & spachtelen
- * timmerwerk kozijnen en houtrotsanering
- * glas en isolatieglas ook hr ++ leveren & plaatsen

Op al onze werkzaamheden schriftelijke garantie.

Bel **0653-395661** voor vrijblijvende
prijsoopgaaf.

Wij werken voor VvE's -
bedrijven en particulieren

Nu winterkorting 10%

Open Atelieldagen Krayenhoff kazerne

Door Anne-Marie Kirch



Ook dit jaar gingen de deuren van de ateliers van de kunstenaars in de Krayenhoff kazerne weer open voor het publiek. De laatste twee weekenden van november was het een



Kunstwerken van Peter Jansen,

komen en gaan op het Limosterrein. Zelf vind ik het ook leuk om even te kijken naar de diversiteit van de kunstwerken; van sculpturen



Kunstwerken van Frans Megens,

van brons tot glaskunst, kleurrijke schilderijen en zelfs een tafel vol met servies, het was allemaal te bewonderen tijdens deze dagen. Vanwege de overweldigende belangstelling heb ik de indruk dat het ook dit jaar weer een groot succes was. Op naar volgend jaar.



Veel nieuwbouw in de wijken

Wie een rondje Nijmegen-Oost maakt, komt op veel plekken bouwactiviteiten tegen. We geven hier een impressie.

Foto's: Kees Spoorenberg



V.l.n.r.: Het nieuwe Technovium (ROC) aan de Heyendaalseweg, het nieuwe winkelcentrum op de plaats van de oude Mensa (Molukkenstraat, Galgenveld) en de Willem Degenstraat (Groenewoud). Onder: de Archipelstraat (Galgenveld). Hier komen villa's.





JB RENOVATIE

Voor al uw wooncomfort

▲ Verbouw ▲ Renovatie

▲ Schilderen is verleden tijd met dak- en gootlijstbekleding

Janssen Bouw & Renovatie Malden

M 06-14302101 E info@janssenbouwmalden.nl I www.jbmalden.nl

15 jaar
garantie

FYSIOTHERAPEUTISCH INSTITUUT NIJMEGEN

therapie op haptonomische basis

PRAKTIJK VOOR HAPTOtherapie EN CRANIOSACRAALtherapie

craniosacraal therapie	zwangerschapsbegeleiding
haptotherapie	shantala babymassage
fysiotherapie	kinderhaptotherapie
oedeemtherapie	ouder-kindbegeleiding
manuele therapie	arbeidsreïntegratie
fysiotherapie in de thuiszorg	beweging voor 60-plussers
psychosomatische fysiotherapie	haptonomische vaardigheden

telefoon 024 - 32 28 418

www.haptonomienijmegen.nl

Mondzorgcentrum

Zoekt u nog een tandarts
en/of mondhygiënist?

Kwaliteit en zorg
zijn onze centrale begrippen.

Afspraken en/of inschrijving via:

www.mondzorgcentrum.com

of

Telefonisch **024-3603335**

op werkdagen tussen 09.00 en 12.30 uur.

Groesbeekseweg 53, 6524 CN Nijmegen

Kasteellaan 28b, 6602 DE Wijchen

info@mondzorgcentrum.com



TE KOOP IN BERG EN DAL

*Kopen is soms goedkoper dan huren!**

BEGANE GROND

Entree, ruime hal, toilet met fontein (2004), voorraadkast, vernieuwde meterkast (2005), lichte woonkamer en moderne, lichte keuken (2006) met diverse inbouwapparatuur (AEG, Siemens en Bauknecht) en granieten werkblad.

EERSTE VERDIEPING

Ruime overloop, slaapkamer, werkkamer, logeerkamer, opslagruimte, badkamer met wastafel (Schock 2005), douche (Hüppe 2005), tweede toilet en vloerverwarming.

ZOLDER

Vlizotrap, ketel/boiler (Daalderop, combifort 32/80+, 2003)

ALGEMEEN

Perceeloppervlak: 129 m² / Inhoud: 340m³

Aantal kamers: woonkamer, slaapkamer, werkkamer, logeerkamer en opslagruimte.

Schuur: 7 m² / Bouwjaar: 1966 Kunststof kozijnen (2003), HR++ met horren.

Prijs: € 249.500,- kk

Kijk voor meer informatie op www.prinsesbeatrixlaan-bergendal.nl of bel naar 024-684 10 19.
Ook te zien bij www.langenenpartners.nl

* Een blik op internet leert dat een volledige financiering met een variabele rente € 610 per maand kost.

Bijna geheel gerenoveerde, lichte tussenwoning in een rustige, doodlopende straat in een verkeersluwe wijk, aan de rand van het natuurgebied 'Het Gelders Landschap'.

Zeven autominuten en 15 fietsminuten van Nijmegen.

Het huis kan nog uitgebouwd worden met o.a. vaste trap naar de zolder, dakkapel en uitbouw op de begane grond.

Wat doet u met Kerst?

Hoe brengen de lezers en wijkbewoners de Kerst door? U leest het hier, wellicht raakt u nog geïnspireerd...

Tiny (Bloemenkiosk Daalseweg) Ik ga naar de Eiffel met mijn gezin, ik doe dit al 25 jaar! Ik ben al weken met kerst bezig (planten en bloemen) en vindt het heerlijk om met de kerstdagen de rust op te zoeken. Ik bewaar ook mooie herinneringen

uit mijn jeugd, toen we met de hele familie op Texel kerst vierden.

Heeft u een kerstwens?
Ik wens iedereen gezondheid toe!

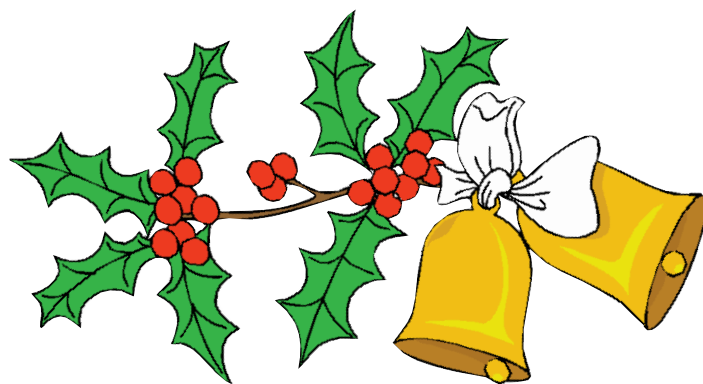


Dit is **Jan Berson**, een bekende bewoner uit Groenewoud. Hij is ere-lid van de tennisvereniging van Avanti, thans woonachtig in de Gerrit van Durenstraat. . Hij weet nog

niet goed wat hij met de kerstdagen zal doen maar samen met zijn vrouw nodigt hij in ieder geval mensen uit om te komen eten.



Henny, van de Wijkwinkel, is twee dagen onder de pannen. Eerst gaat ze naar haar schoonmoeder in Groesbeek waar ze lekker kan wandelen en daarna naar haar schoonzusje in Zwaag. Ze verwacht dat haar schoonzusje uitgebreid gaat koken!



Annegien Font Freide, van de natuurgeneeskundige praktijk voor dieren.

“Wanneer je een eigen bedrijf hebt vergeet je soms bijna te stoppen met werken, er is altijd wel iets wat je nog moet doen of wat je nog wilt doen. Daarom kijk ik zo uit naar kerst, even twee dagen waarop het gewoon “gewoon” is om even lekker niks te doen en je werk te laten liggen!

Zoals het er nu uit ziet ga ik eerst in de ochtend de paarden verzorgen, aangezien er voor hen niks anders is aan een “kerstdag”, verlangen zij óók die ochtend gewoon naar een lekker schone stal en vers hooi en brok. Nadat ik dat gedaan heb, begint de kerst echt! Lekker schone (feest)kleren aan en op naar mijn moeder om de kerstbladen door te bladeren, herinneringen op te halen aan het afgelopen jaar en de dag af te sluiten met een lekker diner. En eigenlijk volgt deze zelfde dag nog een keer op tweede kerstdag alleen dan bij mijn schoonouders! Twee gezellige dagen rust dus samen met mijn paarden en familie wat wil een mens nog meer.....”

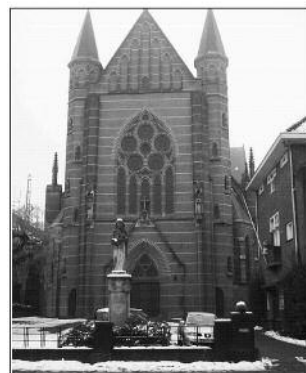


Bij **Angelique**, ook van de Wijkwinkel, komt haar broer op bezoek en ze gaan samen anti maffia film La Piovra kijken. Daarna lekker gourmetten (niet teveel) en cocoonen. 's Avonds drinken ze glühwein.



Kerstvieringen in Nijmegen-Oost 2009

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
24 december Kerstavond

19.00 uur: gezinsviering
22.00 uur: nachtmisvrijdag

25 december: 10.30 uur: Kerstmis

26 december: H. Stefanus (feest)

27 december: H. Familie (feest), H. Johannes (feest)
vervalt vanwege zondag

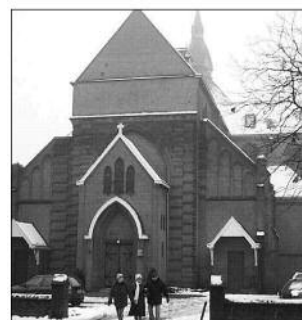
28 december: HH. Onnozele Kinderen (feest)

Doopsgezinde Remonstrantse Gemeente, Prof. Regoutstraat 23

20 december: 10.30 - 11.30 uur: dienst

24 december: 20.00 uur: meditatiekring

25 december: 10.30 - 11.30 uur dienst



Antonius van Paduakerk, Groesbeekseweg 96
19 december, 15.00 uur: kinderkerstmusical 'de hemel op stellen'
16.00 uur: Carols bij kaarslicht. Mee-zingen of luisteren naar kerstliederen

20 december 10.00 uur Adventsviering
m.m.v. Cantor

14.30 uur concert Aeide Mousa

24 december 22.00 uur: Kerstavond
m.m.v. Kerstkoor

25 december 10.00 uur: Eerste Kerstdag
m.m.v. Gregoriaans Koor

Dominicuskerk Effatagemeenschap, Prof. Molkenboerstraat 7

20 december 10.30 uur: 4e zondag van de Advent, Eucharistieviering

21 december 19.00 uur: Viering van Om-mekeer en Vergeving in de dagkapel

24 december 19.00 uur Gezinsviering, 21.00 uur KERSTAVOND, Nachtmis

25 december 10.30 uur: HOOGFEEST VAN KERSTMIS

26 december 10.30 uur: Feest van St. Stephanus. Een meditatieve viering waarin o.a. het kerstverhaal wordt voorgelezen, onderbroken door samenzang.

27 december 10.30 uur: Eucharistieviering

31 december 19.00 uur: Oudejaarsavond. Meditatieve viering, daarna koffie met oliebollen.



Dagbesteding in het OBG: De Gezel en De Beijer

Het OBG biedt twee dagbestedinggroepen. 'De Gezel' en 'De Beijer' zijn voor ouderen, o.a. uit Nijmegen-Oost, die behoefte hebben aan een herkenbare en zinvolle indeling van de dag. Deelname is in de eerste plaats gericht op het welbevinden van de deelnemers, maar biedt ook verlichting in het dagelijks leven van partner, kinderen, familie of andere naasten die de mantelzorg op zich hebben genomen en daardoor zelf (te) weinig aan ontspanning toekomen.

Voor wie bestemd?

Dagbesteding in het OBG is voor ouderen die zelfstandig wonen, maar bij het doorbrengen van de dag behoefte hebben aan een vorm van begeleiding of ondersteuning. Redenen kunnen zijn: het verlies van een levenspartner, het verminderen van sociale contacten of omdat vergeetachtigheid, vereenzaming, depressie, psychogeriatrische problemen (bijv. dementie) een rol spelen.

Een goed gevoel

De dagbesteding in het OBG gaat uit van vertrouwen en openheid en is gericht op de dagelijkse beleving en gesteldheid van de bezoeker. Dit doet zijn eigenwaarde goed en zorgt voor een prettig gevoel. In De Gezel en

De Beijer heeft de dag een herkenbare indeling die structuur biedt aan de deelnemers. Afhankelijk van hun wensen en mogelijkheden worden verschillende activiteiten ondernomen voor de creatieve beweging van geest en lichaam. Zoals: krant (voor)lezen, zingen, bakken, (hersen) gymnastiek, gezelschapsspellen, realiteits- en oriëntatietraining, muziek luisteren of kijken naar optredens. Bij mooi weer buiten zijn en van de natuur genieten. Het eerste doel is gezelligheid en van daaruit werken professionele medewerkers verder op een wijze die bij de deelnemers past. Uitgangspunten daarbij zijn dat het gevoel ontstaat ergens bij te horen, niet ongewenst alleen te zijn en waardering te ervaren voor wie je bent. Daarnaast wordt ook rekening gehouden met deelnemers die liever op de achtergrond willen blijven. Dit met behoud van eigenwaarde, respect voor eigen authentieke leefwijze en het zo zelfstandig mogelijk kunnen functioneren als men zelf verkiest.

De Beijer: net even anders

Dagbesteding in De Beijer onderscheidt zich van De Gezel en andere dagbesteding-projecten in Nijmegen door deelnemers die vaak een brede maatschappelijke belang-

stelling hebben naast de behoefte aan verdieping van de onderwerpen die aan bod komen. Naast persoonlijke begeleiding staat discussie met de overige deelnemers in De Beijer vaak centraal. Wanneer in De Beijer een spel wordt gedaan of de krant wordt besproken, is dat met name gericht op training van het geheugen en de oriëntatie. Zowel deelnemers als begeleiders kunnen onderwerpen aandragen voor een gezamenlijk gesprek of discussie, veelal met een maatschappijkritische ondertoon. Uiteraard is er ook in De Beijer voldoende tijd voor andere ontspanning.

Een dag in het OBG: zinvol actief

Vanaf 10:00 uur ontmoeten de deelnemers elkaar in een gezellig ingerichte huiskamer. Deskundige medewerkers heten hen welkom met een kopje koffie of thee. Na de diverse activiteiten, inclusief een lunch, keren de deelnemers om 16:00 uur, al of niet met georganiseerd taxivervoer, huiswaarts. Zowel in De Gezel als De Beijer is van maandag tot en met vrijdag plaats voor acht deelnemers.

Voor meer informatie over deelname aan De Gezel en De Beijer neemt u contact op met het Oud Burgeren Gasthuis, 024-3279279 of info@oudburgerengasthuis.nl.

Kerstgesprek met toren Christus Koningkerk

Door Reinout van den Born

De toren van de Christus Koningkerk (1933) is een blikvanger in Nijmegen-Oost en moet het sinds 1993 zonder zijn kerkgebouw stellen. Inmiddels heeft de toren wel zijn ranke spits weer terug. Hoogste tijd voor een kerstgesprek!

Wat is uw huidige gemoedstoestand?

Sinds ik mijn spits terugheb, ben ik weer in beeld. Dat voelt goed na het verdwijnen van mijn kerkgebouw in 1993. Ik voel me redelijk seneng!

Wie zijn uw helden?

De toren van Pisa, de nog af te bouwen grote toren van de Sagrada Familia in Barcelona en natuurlijk de St.-Stevens toren, hier in mijn eigen stad Nijmegen. We kunnen elkaar goed zien.

Aan wie ergert u zich?

Ik erger mij aan al die wolkenkrabbers die op steeds meer plaatsen verschijnen. Ze lijken van geen kant op traditionele torens, maar willen wel overal bovenuit steken. Horizonvervuiling vind ik ze.

Lijkt u op uw vader?

Ik ken mijn vader niet. Ikzelf heb het idee dat ik op niemand wil lijken. Ik voel me wel erg afhankelijk van anderen, misschien hebben andere torens dat ook. Toen ik na een storm in 1990 mijn spits kwijtraakte, wilde ik hem met een terug. Het was teleurstellend om uiteindelijk 15 jaar te moeten wachten. Maar goed, hij is er weer... Ik ben de scholieren die hem hebben gemaakt er zeer dankbaar voor, evenals degenen die actie hebben gevoerd om de plaatsing ervan mogelijk te maken!

Wat is uw grootste angst?

Mijn grootste angst is in de toekomst alsnog onderuit gehaald te worden.

Wat zijn uw dagdromen?

Ik heb vele dagdromen. Maar een ervan is tijdens de kerst weer eens op een sprookjesachtig be-

sneeuwd Nijmegen te kunnen uitkijken. Dat is toch wel erg lang geleden. Natuurlijk, in 2000 lag er tijdens de kerst een beetje sneeuw. Maar dat kan natuurlijk veel beter...!

Bidt u weleens?

Sinds het verdwijnen van mijn kerk niet meer.

Heeft u ooit een mystieke ervaring gehad?

Hoezer mystieke ervaringen ook met het geloof in verbinding worden gebracht, ik heb ze nog nooit gehad. De meest bijzondere verschijningen zijn toch wel de vogels geweest die elke keer weer op mij zijn komen rusten, en de mensen die niet nalaten onder mij langs te lopen.

Bent u aantrekkelijk?

Waarschijnlijk wel. Anders kan ik ook niet verklaren waarom ik in 1993 de sloop van mijn kerk heb overleefd.

Wat is uw definitie van geluk?

Laat mij maar staan, dan komt alles goed...!

Waar schaamt u zich voor?

Ik schaam mij voor het complex onder mij. Ik kan aan de combinatie van een toren en zo'n gebouwstructuur maar niet wennen. Daarbij ben ik me er overigens terdege van bewust dat die gebouwen voor de gebruikers ervan wel degelijk een grote betekenis zullen hebben.

Bent u monogaam?

Ik blijf wie ik ben en ook waar ik ben. Daar kan niets en niemand iets aan doen.

Wanneer heeft u voor het laatst gehuild?

Op 8 juli 2005, toen mijn spits weer werd teruggeplaatst.

Lijkt u op uw vrienden?

Mijn vrienden zijn allemaal lange solisten die op de een of andere manier fier op hun plek blijven staan. Jongens van stavast met de vurige wens om hoog boven iedereen uit te torenen. Ja, ik lijkt duidelijk op mijn vrienden!

Als u iets aan uzelf zou kunnen veranderen, wat zou dat dan zijn?

Ik zou de plek waar ik sta opnieuw inrichten zodat ik beter uit de verf kom. Maar de signalen zijn dat die mogelijkheid zich voorlopig niet zal voordoen. Ik kan dan ook niets anders doen dan gewoon blijven staan.

Wie is uw grootste liefde?

Nijmegen-Oost! Ik zou me geen betere partner kunnen voorstellen. Hier wil ik de dagen die mij nog resten doorbrengen.

Hoe moedig bent u?

Ik ben niet moedig. Hoewel ik veel onrecht om me heen zie, treed ik nooit op. Je zou kunnen zeggen dat ik weer en wind trotseer. Maar omdat ik eigenlijk niet anders kan, kun je dat nauwelijks een uiting van moed noemen. Helaas...

Van wie heeft u het meest geleerd?

Ik heb veel geleerd van de toren van Pisa. Zelfs als je zo scheef staat dat je bijna niet anders kunt dan omvallen, is er toch wel weer een uitweg. Die rode draad zie je in mijn geschiedenis ook steeds duidelijker terug.

Wat is uw grootste ondeugd?

Ik kan niet nalaten mijn omgeving steeds weer te verleiden, of je dat nu wilt of niet... Het doet mij iedere dag veel plezier en helpt mij ook door de soms wat trage uren heen.

Wat is uw grootste mislukking?

Mijn grootste mislukking is dat ik het niet heb kunnen tegenhouden dat mijn kerk gesloopt werd. Ik sla me nog voor mijn kop dat ik creatiever had moeten zijn. Nu is het een gelopen koers.

Geloof u in God?

Ik ben gecreëerd door mensen die geloven in God. Mijn naam refereert daar ook nog altijd aan. Zelf voel ik er niet zo'n binding meer mee, zeker nadat mijn kerk tegen de vlakten is gegaan.

Wat is uw devies?

Blijf gewoon staan, dan kun je de hele wereld aan!



SCHARRELVLEES, GOED VOOR U, BETER VOOR DE DIEREN

Al onze producten; vlees, worst, vleeswaren, maaltijden en specialiteiten zijn afkomstig van scharreldieren. Diervriendelijk gehouden vee, dat lekker buiten kan scharrelen en uitsluitend schoon, plantaardig voer krijgt. Het gebruik van antibiotica, medicijnen of stoffen die de groei op enige wijze bevorderen, is strikt verboden. Dit wordt streng gecontroleerd door het gecertificeerde onafhankelijk controlebureau Producert/Deltacon. Deze controle staat garant voor schoon, zuiver diervriendelijk scharrelvlees..

START HET NIEUWE JAAR GOED MET EEN GOURMETPARTY!

DINSDAG 29, WOENSDAG 30 EN DONDERDAG 31 DECEMBER

HEBBEN WIJ VOOR U EEN HEERLIJKE GOURMETSCHOTEL

VAN 250 GRAM PER PERSOON VOOR **€ 5,45**

HIERBIJ GRATIS KNOFLOOK-, MOSTERD- OF COCKTAILSAUS

OUDJAARSDAG 31 DECEMBER ZIJN WIJ OM 15.30 UUR GESLOTEN

WIM COENEN

Scharrelvlees-

Openingstijden: Woensdag t/m vrijdag: 8.30-18.00u.
Zaterdag: 8.30-15.30u. FRANSESTRAAT 39 - 6524 HT
Nijmegen. Tel. (024) 322 00 86 - Fax: (024) 365 63 50
www.scharrelvlees.nl



Berg en Dalseweg 36, rechts van de kerk
6521 JJ Nijmegen
Tel. (024) 360 99 05

MOTION WOMENSGYM

Fitness voor Vrouwen in Nijmegen-Oost

ACTIE!! Lever deze bon bij ons in,
en u krijgt een proefkaart t.w.v. € 18,00

(max. 1 p.p.)

GRATIS

Berg en Dalseweg 22
Nijmegen 024-3602147

info@motionwomensgym.nl
www.motionwomensgym.nl

Eventbon

een apart cadeau, de kadobon is leuk en....
een tip om fun te geven voor iedere gelegenheid.



Slipcursus, jeepsafari, quadtocht, fietsen of survival
in de grotten, vliegeren, ballonvaart, vliegles,
u kunt deze activiteiten zelf doen, maar ook cadeau geven.
Ook voor bedrijfsuitjes kunt u bij ons terecht.

www.eventbon.nl



NIEUWE ROTONDE

Hij is zo goed als klaar, de nieuwe rotonde op de kruising tussen Hengstdalseweg en de Broerdijk. Een mooie aanwinst voor de buurt want de veiligheid is zo een stuk toegenomen! Verder zijn er ook snelheidsbeperkende maatregelen genomen verderop op de Hengstdalseweg. En nu maar hopen dat de voorheen soms razende automobilisten hierdoor aan banden gelegd worden.

FIETSDRUKTE

Het aantal gestalde fietsen bij de Albert Heijn aan de Daal-seweg neemt voortdurend toe. Prima zaak natuurlijk, beter voor onze nakomelingen (milieu), beter voor de parkeeroverlast en beter voor de toch al overbelaste Daal-seweg. Maar kom ze dan ook een beetje tegemoet, die fietsers. En zorg voor fatsoenlijke en voldoende stallingsmogelijkheden. Anders kom je niet eens de winkel meer in...



*De redactie
van de
Wijkkrant voor
Nijmegen-Oost
wens u fijne
feestdagen en
een goed 2010!*



Grote sortering

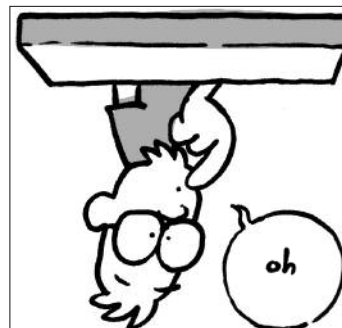
- vitrages
- inbetweenes
- gordijnen
- jaloezieën
- rolgordijnen
- lamellen
- silhouetten

- kamerbreed tapijt
- tapijttegels
- vinyl
- marmoleum

*Voor gedegen voorlichting
en een vrijblijvend
woonadvies*

Alfombriota

St. Annastraat 201 Nijmegen
Tel. 024 - 355 42 55
Eigen parkeerterrein



De oplossingen van pagina 4.
Zoek de 10 verschillen:
- uitroepteken
- 3 stoffes op de grond links
- stekker
- knop verwarming
- lampje bij broek
- haakje kerstbal
- veters schoen
- achteruitkijkspiegel auto buiten
- touwtje
- lamp
- grijs
- van lijstje
Puzzel 2:
stekker B



GO for Kids

Partners in kinderopvang

Kinder Centrum de Klokkenberg

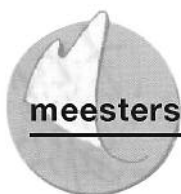
- voorschoolse opvang • naschoolse opvang
- flexibele opvang • vakantieopvang
- halve dagopvang 1½ - 4 jaar

Voor meer informatie bel 024-6779526
of kijk op onze site www.goforkids.nl

Locatie is gehuisvestigd in basisschool de Klokkenberg, Kopseweg 7 in Nijmegen



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

www.soeteman.nl

Gegarandeerd vakwerk !

Uw verkoop- of aankoopmakelaar!



Soeteman

makelaars



Jos Verstegen

GEBOREN en
GETOGEN in
NIJMEGEN-OOST!

Oranjesingel 10 Nijmegen 024-3604090

Dé specialist voor Oost !

+ DEJAVU



meubelmerken o.a.

Arper
Art of Living
Artifort
Designonstock
Dutch Originals
Kartell
Label
Linteloo
Montis
Moooi
Palau
Piet Hein Eek
Pilat & Pilat
Spectrum
Vitra
+ Interieuradvies

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 de wijkagenda op onze website: www.dewijkwebsite.nl. Hier kun je ook je eigen evenement publiceren, zodat er steeds een compleet en actueel overzicht is over wat er in je wijk te beleven is!

Ontmoetingsplek voor moeders en kinderen

Nu de winter voor de deur staat en de speeltuinen buiten een beetje koud worden om te bezoeken is er in de Ark van Oost een ruimte beschikbaar als overdekte speelplaats. Speciaal voor kinderen en moeders om elkaar te ontmoeten. De kinderen kunnen lekker spelen en de moeders kunnen lekker uitwisselen over allerlei opvoedings vraagstukken en huis/tuin en keuken-kletspraatjes houden. Precies wat een moeder soms nodig heeft. Wanneer: iedere vrijdagochtend van 9-12 uur.

Leeftijd van de kinderen: vanaf 0 jaar.

Kosten: gratis. Zelf meenemen: potje thee met een kopje eten en drinken voor de kinderen, speelgoed, boeken over opvoeding en andere dingen die je wilt delen over opvoeding. Wil je meer weten? dan kun je contact opnemen met:

Chantal Zwetsloot 06-19906379.

Tekenen/schilderen: Open atelier op 10 dinsdagmiddagen of ochtenden. We starten met een gezamenlijke, inspirerende opmaat. Daarna werkt ieder aan een eigen "thema" en wordt daarbij individueel begeleidt. Als je wilt, geef ik een opdracht. Kleine groepjes in eigen atelier in Nijmegen-Oost.

Meer info: ww.creativiteitenlevenskunst.nl of bel Hennita Jaspers: 323 7843.

Vegetarisch Winters Koken Met Natuurvoeding

Op woensdag 13 januari start van 18 tot 21 uur een cursus Vegetarisch Winters Koken Met Natuurvoeding in de Celebesstraat in Nijmegen. De driegangen menu's staan in het teken van de winter; zo zullen wij koken met o.a. schorseneren, groene kool, boerenkool, zuurkool, bieten, wortelen, winterpostelein, knolselderij. De lessen zijn (in overleg) ook geschikt voor mensen die geen gluten, zuivel, suiker e.d. mogen. Kijk voor meer informatie op www.kokenmetdominique.nl of bel voor een folder D.

Companjen tel. 06-13079008 of mail naar dcompanjen@yahoo.com.

Projectgroepen bij het TCCN

Het TCCN (technisch creatief centrum Nijmegen) start na de Kerstvakantie met een nieuwe cyclus workshops voor jongeren van 13-18 jaar. Programmeren in Unix, Gammemaker, Php en Websites bouwen: het komt allemaal aan bod! Elke vrijdagavond van 19-22 uur draait er een gezellige technische club waar technisch en computergeïnteresseerde jongeren elkaar ontmoeten en deskundige begeleiding krijgen. Daarnaast bieden we mogelijkheden voor elektronica en constructietechnieken. Interesse? Bel ons even vooraf en kom een keertje kijken. Lidmaatschap €135,-/€75,- per jaar/half jaar.

Uit in café 't Haantje

Donderdag 31 december, Oud en nieuw feest met DJ-Martijn. Geopend vanaf 24.00 uur

Vrijdag 1 januari: Hollandse avond, aanvang 19.00 uur

Zondag 10 januari 2010 20.30: Nederlandse liederentafel met Ria. Er worden hollands smartlappen gezongen, liederenbundels zijn beschikbaar.

Entree gratis.

Zaterdag 16 januari 2010: optreden van de Coverband Snatch.

Koester je Stem in de Winter

Na de afgelopen herfstcyclus staat nu een wintercyclus van 5x 2 uur op het programma: Koester je Stem in de Winter. Koester je Stem in de Winter start op dinsdagavond 19 januari en op donderdagmiddag 21 januari. Voor verdere informatie zie: www.gradazingt.nl of bel: 024-3236553.

Gezonde ouderen gezocht voor onderzoek

Voldoende lichaamsbeweging is op elke leeftijd belangrijk voor het goed in conditie houden van onder andere je bloedvaten. Er is aangetoond dat inactiviteit binnen enkele weken leidt tot veranderingen in de bloedvaten, waardoor bijvoorbeeld de kans op hart- en vaatziekten sterk toeneemt. UMC St Radboud is daarom een onderzoek gestart, waarbij genen zullen worden opgespoord die aan -of uitgeschakeld worden door inactiviteit of training. Uiteindelijk zullen de resultaten van dit onderzoek mogelijk leiden tot een betere voorkoming van hart- en vaatziekten. Voor dit onderzoek zijn we nog op zoek naar enkele gezonde mannen van 65 jaar of ouder. Bent u geïnteresseerd, neem dan voor meer in-

formatie geheel vrijblijvend contact op met: Joost Seeger (Tel: 024-3614468 / E-mail: J.Seeger@cukz.umcn.nl).

Stichting "In Paradisum" zet zich in brede zin in voor het behoud van de begraafplaats Daalseweg. Al geruime tijd zijn vrijwilligers bezig alle grafmonumenten/persoonsgegevens te inventariseren en de gegevens digitaal te verwerken. Ben u thuis op de pc schroom dan niet met ons contact op te nemen. 024-3230858.

Cursussen bij Stichting De Opstap

Helend Tekenen (14 lessen). Start: maandag 4 januari 2010 van 15.00 – 17.00 uur, Kosten: €70,- incl. materiaalkosten.

Workshop Spelen met je stem. Dinsdagavond 5 januari 19.30 tot 22.00 uur. Kosten: €7.50.

Foto's bewerken (6 lessen). Dinsdagochtend 5 januari van 9.30 tot 11.30 uur. Kosten: €48.50. Locatie: Openwijkschool "Michiel" 2e Oude Heselaan 384 Nijmegen.

Microsoft Word 2003 gevorderden Woensdagavond 6 januari 2010 van 19.30 tot 21.30 uur. Kosten: €48,50. Locatie: Openwijkschool "Michiel".

2e Oude Heselaan 384 Nijmegen Spaanse Cultuur (10 lessen). Donderdagochtend 7 januari 2010 van 9.30 tot 11.30 uur. Kosten €40,-.

Positief Denken (6 lessen). Donderdagavond 7 januari 2010 van 19.30 tot 22.00 uur. Kosten: €24,-.

Spaans Conversatie (13 lessen). Start 11 januari 2010. Maandagochtend 9.30 tot 11.00 uur. Maandagavond 20.00 tot 21.30 uur. Kosten: 52,-.

Voetreflexzonemassage (10 lessen). Dinsdagavond 12 januari van 19.45 tot 22.00 uur. Kosten: €40,-.

Intuïtie, leren luisteren naar jezelf (15 lessen). Dinsdagavond 12 januari 2010 van 20.00 tot 21.30 uur. Kosten: €60,-.

Verwen jezelf op onze vrouwenverwendag Woensdagochtend 20 januari 2010 van 9.30 tot 12.00 uur Entree gratis. Kosten: €4 per activiteit incl. koffie/thee. Inschrijven ter plaatse.

De workshops/cursussen vinden plaats, tenzij anders vermeld in "De Ark van Oost" Ciresstraat 154 Nijmegen

Info en opgave: Stichting De Opstap, tel 024-3238111, infodeopstapark@planet.nl, www.deopstapark.nl.

Autobedrijf Starfit 'Sterk in elk merk'

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

VERHUISBERICHT

Per januari 2010 openen we ons NIEUWE PAND!
Ook gelegen in Nijmegen-Oost, aan de
Pontanusstraat 46-48 (t.o. *café Frowijn*).

We zijn er zeker van dat we op deze nieuwe locatie onze bekende en gewaardeerde service kunnen waarborgen!

We zien er naar uit U op deze nieuwe plek te mogen ontvangen. Wanneer de afstand tot ons nieuwe adres een probleem is, willen wij Uw auto graag ophalen en weer terugbrengen. Uiteraard kunt u ook gebruik maken van een leenauto of -fiets, net zo U wilt.

Onze sterke punten blijven natuurlijk:

- Snelservice (bijv. 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 afspraak).
- Verkoop van occasions (zie de internetsite voor aanbod en prijzen).

AUTOBEDRIJF
STERK IN ELK MERK

LET OP: per januari 2010
zijn we gevestigd aan de
Pontanusstraat 46-48!

STARFIT

Tel. (024) 3234448

www.starfit-nijmegen.nl

starfit-nijmegen@hetnet.nl

Tot de verhuizing:

Pater Brugmanstraat 55
6522 EH Nijmegen