



de Wijkkrant

december 2021

Nijmegen-Oost.nl

**Onze
Wijkkrant
bezorgers**



Foto: Hans Hendriks

Van de redactie

Bij de voorpagina:

De Wijkkrant wordt vrijwillig bezorgd door bijna honderd (!) betrokken vrijwillige buurtbewoners. Ook nu weer presenteren we één van hen... O nee, twee van hen! Bezorgers van de maand zijn deze keer Mads en Tobias, een enthousiast stel dat elke maand de krant bezorgt in de Frans Halsstraat en de Rembrandtstraat. Zij zijn de Wijkkrant gaan bezorgen na een vraag van een buurvrouw die zelf stukjes schrijft in de krant en deze ook bezorgt. Ze vinden het nu leuk om te doen. Op de vraag wat ze leuk vinden aan de Wijkkrant zeggen ze dat het een gezellige krant is en ze vinden het fijn dat er geen negatieve dingen in staan. *Tekst/foto: Hans Hendriks.*

Van de redactie

2021 loopt ten einde. En wat een jaar was het (weer). Of zullen we het daar maar niet meer over hebben?

Snel vooruit kijken naar een nieuwe lente met fijne plannen, frisse beloftes en goede hoop? Wij doen het in elk geval wel en hopen dat je ons een beetje wilt helpen. In 2011 en 2016 hielden we een enquête over de Wijkkrant. Om van onze lezers te horen wat er goed aan is, maar vooral wat er nog beter kan.

Op pagina 3 vind je onze uitgangspunten. We zijn heel benieuwd of jij vindt dat we onze principes op een goede manier vormgeven. Volgen we de juiste koers? Ga naar nijmegen-oost.nl/enquete en vul de vragenlijst in. Alvast bedankt!

En nu óp naar een mooi 2022!

Verder o.a. in dit nummer:

De 7 principes van de Wijkkrant **3**

4 Bijzondere plek: 'Onder de Bomen'

Wie is die troubadour/oesterman? **25**

9 Het traditionele/niet zó traditionele kerstverhaal van Kor

De laatste keer 'Waalgelegen' **15**

23 Corla is de 'kleine ondernemer' van december

Thuislozen slapen op het 'Droombankje' **25**

29 Kunstenaar Jac. Splinter bestrijdt onrecht met humor

En voor de kids: een kerstkleurplaat! **21**

Geen Ster van Bethlehem, wel de Ster van Oost

Op de begraafplaats Rustoord ontdekte ik onlangs een heel bijzondere stervormige paddenstoel.

Ingezonden door Frans Beulen, natuurliefhebber en wijkbewoner

Het is het Weerhuisje (*Astraeus hygrometricus*), een behoorlijk zeldzame paddenstoel in Nederland die hier de status 'bedreigd' heeft. Je treft hem vooral aan op warmere plekken in het bos of op zandgronden, soms ook in parken en in spoorbermen. Bij vochtig weer opent de zwam zich stervormig als een bloem en laat een grijsbruin stuifballetje met sporen zien. De sporen ontsnappen als poederwolkjes uit een gat aan de bovenkant. Bij droogte sluit de zwam zich weer. Dat verklaart de naam 'Weerhuisje'. De kleur van de 'bladeren', die men slippen noemt, varieert van grijs naar beige tot bruin. Hij lijkt enigszins op een aardster of een peperbus (ook paddenstoelen), maar heeft duidelijk andere kenmerken.



Troost in Oost (18)

Ik had echt gedacht dat covid voorbij was nadat ik mijn 17e Troost in Oost-column schreef. Dat concept kon ik definitief oprollen en wegstoppen in het archief. Wat een teleurstelling. Dit is dus nummer 18. En ik hoop oprecht dat er troost uitgaat van deze vragen:

1. valt deze ervaring van covid-19 bitter tegen?
2. blijken sommige vaccins na een half jaar uitgewerkt?
3. lijkt een vaccinatiegraad van 84% toch te weinig?
4. zijn er landen waar het beter gaat?
5. zijn er landen waar het slechter gaat?
6. had ons kabinet het beter kunnen doen?



7. is het menselijk dat beslissers fouten maken?

8. wordt er keihard gewerkt aan vaccins en medicijnen?

9. weet niemand precies hoe het verder gaat met dit virus?

10. kunnen we beter met anti-vaxxers in gesprek blijven?

11. maakt alle berichtgeving soms angstig?

12. blijf je in eigen land om geen nieuwe varianten te importeren?

13. mogen we blij zijn met alle moderne communicatiemogelijkheden?

14. stemt de corona-pil hoopvol?

15. zitten we samen in hetzelfde schuitje?

16. zullen we proberen er het beste van te maken?

17. keert het licht ook dit jaar weer terug na 21 december?

Kor Goutbeek column

18. komen we hier uiteindelijk weer uit?

19. stemt kerst ons gemoed wat warmer en zachter?

20. kunnen we van kerst vooral het feest van liefde & licht maken?

21. zullen we dat idee dit jaar extra glans geven?

22. kunnen we juist nu iets extra's doen, zoals Rutte vroeg?

23. zou dat een goed gevoel geven, waarmee we het nieuwe jaar in kunnen?

Fijne feestdagen!

Reacties? k.goutbeek@gmail.com

De principes van deze Wijkkrant

Het doel van de stichting achter deze krant en wijkwebsite nijmegen-oost.nl is een informatievoorziening die bijdraagt aan een betrokken Nijmegen-Oost, waar mensen en organisaties elkaar vinden en naar 'eigen kunnen' bijdragen. Om dit te bereiken werken we als redactie vanuit zeven principes. Deze sturen hoe we elke maand de krant maken en nijmegen-oost.nl gebruiken. Het leek ons goed om deze met jou als lezer te delen, dus hier komen ze!

Eric
Hendriks



1. Een betrokken wijk bouwen we met het vertellen van verhalen

Het vertellen van veel verschillende, mooie verhalen is de basis van wat we doen. Deze gaan over mensen, over initiatieven, over de wijk, het leven van toen, nu en in de toekomst. Via verhalen leren mensen, krijgen ze inspiratie en het verdiept en vergroot hun beeld van de wijk. Ons streven is om voor zoveel mogelijk verschillende lezers aantrekkelijke verhalen te maken. En we streven ernaar dat je ná het lezen van een artikel een positief en energiek gevoel hebt!

2. We richten ons op wat we hebben en niet op wat we missen

Onze verhalen gaan over de passies van mensen, ideeën voor de toekomst, bijzondere ondernemers. We kijken naar de wijk als een verzameling van mogelijkheden, plekken en initiatieven. Ons glas is halfvol. Dat wil niet zeggen dat wij onze ogen sluiten voor mensen die het moeilijk hebben. Dan zijn we bijvoorbeeld benieuwd naar wat hen de kracht geeft om hier doorheen te komen. Dat is een kwestie van balanceren, wikken en wegen, hoor en wederhoor. Bij heikele kwesties willen we meerdere gezichtspunten belichten. We signaleren, beschrijven en nodigen iedereen uit aan het 'gesprek' deel te nemen. Als er iets niet goed gaat in de wijk, kunnen we dat aankaarten, maar wel positief en oplossingsgericht. We zijn geen spreekbuis van organisaties of individuen.

3. We maken de mooie dingen zichtbaar

Veel van die capaciteiten en 'pareltjes' in onze wijk zijn onzichtbaar en maar weinig mensen kennen ze. Daarom maken wij ze via verhalen zichtbaar: om anderen te inspireren of in contact te brengen met wat er al is. Ook geven we de mogelijkheid voor inwoners, organisaties en ondernemers om zichzelf in de krant en op de site

Onze principes zijn

1. Een betrokken wijk bouwen we met het vertellen van verhalen
2. We richten ons meer op wat we hebben dan op wat we missen
3. We maken mooie dingen zichtbaar
4. Iedereen kan en heeft iets
5. Iedereen is welkom
6. Resultaten tellen
7. We houden van feestjes!

te presenteren. Zo kunnen ze communiceren met wat ze de wijk en anderen bieden. Bijvoorbeeld in de agenda op de site. Hierdoor benutten we wat er is en wordt de wijk sociaal én economisch sterker.

4. Iedereen kan en heeft iets

We gaan ervan uit dat elke inwoner van onze wijk iets kan, iets weet of iets heeft waarmee hij of zij iets kan betekenen voor een ander. We zijn hier voortdurend naar op zoek. We richten ons dus niet op problemen en verschillen tussen mensen maar 'waar ben je goed in?', 'Waarvan wordt je enthousiast?'

5. Iedereen is welkom

We proberen de groep mensen die meedoet steeds groter te maken. Hiervoor gebruiken we allerlei manieren waar mensen verhalen kunnen lezen.



Veel ouderen vinden een papieren krant fijn, jonge werkenden en gezinnen gebruiken onze site liever op de telefoon. Voor mensen die blind zijn of een andere visuele handicap hebben, is onze site speciaal aangepast. Elke wijkbewoner moet zich kunnen identificeren met de krant. Bijvoorbeeld ook mensen die zich eenzaam voelen. Als we dat nooit benoemen, kan dat vervreemdend werken. Waarmee de lezer juist een gevoel van isolatie, buiten de boot vallen krijgt, in plaats van verbinding te ervaren. Het gaat er dan wel om ook te laten zien welke mooie initiatieven er zijn om eenzaamheid tegen te gaan.

6. Resultaten tellen

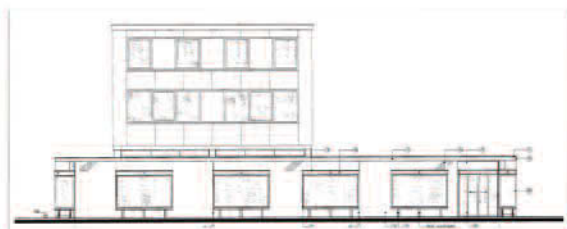
Hoe weten wij of we op de goede weg zitten met wat we doen? Voor ons is het motiverend om te zien dat wat we doen als redactie, ook effect heeft en dat we onze doelen bereiken. Daarom maken we onze resultaten concreet. Denk bijvoorbeeld aan hoeveel vrijwilligers elke maand de krant te bezorgen (100). Of hoeveel ondernemers en organisaties onze krant (50) en site (500) een waardevol kanaal vinden. Of hoeveel lezers fan zijn (1400) en hoeveel leden de site heeft (4.000). Zo zijn we ook benieuwd naar hoeveel mensen elkaar leren kennen door de Wijkkrant!

7. We houden van feestjes!

Omdat we de wijkkrant en site in onze vrije tijd maken, maken we het zo leuk mogelijk voor onze vrijwilligers. Dus: 'why have a meeting when you can have a party?' We kletsen liever met elkaar op een terras dan in een vergadering. We maken ook geen notulen en er is veel vrijheid voor eigen inbreng en ideeën. Onze redacteurs krijgen geen 'opdrachten' en doen alleen dat wat ze leuk, nuttig of leerzaam vinden.



TANDARTSENPRAKTIJK
J. PEIJS



ARCHIPELSTRAAT 21 NIJMEGEN

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

Tandartspraktijk J. Peijs bestaat sinds 2009.

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

U bent van harte welkom!

www.tpjp.nl

024-3220296



 't Ploegkeldertje
de mooiste raambekleding op maat

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

GRATIS INFORMATIE AVONDEN

Isoleren & Energie besparen voor eigenaren van oudere huizen

2022: **11 jan | 8 feb**
8 maart | 12 april

- isoleren is stap één
- geen redenen voor paniek
- inzicht krijgen door te meten
- wonen is een werkwoord
- materiaalgebruik en prioriteiten
- constructie-condens / binnenklimaat
- zelfwerk, plan, kosten

Samen met Buitendaal Groen!

Thiemeloods
Aanvang 20:00
Foyer open 19:30
Leemptstraat 34
Nijmegen

**THIEME
LOODS**

Aanmelden: via mail naar kantoor@veerdonkbouw.nl
www.veerdonkbouw.nl/isoleren-en-energie-besparen



- Hoe meet ik waar de meeste kou vandaan komt?
- Zijn er makkelijke verbeteringen mogelijk?
- Wat is een koudebrug en hoe is die te isoleren?
- de combinatie van tocht dicht, ventileren en verwarmen
- verschillende isolatiematerialen en hun toepassingen
- daken: isolatiematerialen en afwerkingen
- Hoeveel bespaar ik door bewuster te wonen?
- Is het nodig om het hele huis te verwarmen / isoleren?
- Hoe regel je een efficiëntere c.v. installatie in?
- Wat is een lage temperatuur verwarming?
- Wat is damp-open en luchtdicht bouwen?
- Hoe voorkom je condensatie in de constructie?
- voor en nadelen van spouwmuurisolatie
- Kan een vloerverwarming op een houten vloer?
- Wat zijn P.V.T. panelen?
- Wat is tripel-glas en monumentenglas?
- Wat is damp-dichte, damp-open en vochtvariabele folie?
- Kan een oud huis wel van het gas af?
- voorbeelden van oplossingen die werken

Karin
Veldkamp



In de oude hangar van de Koninklijke Luchtmacht aan de Postweg heeft Onder de Bomen een werkplaats, met wasserette, keuken, een houtwerkplaats en een winkeltje. De werkplaats biedt dagbesteding aan mensen met een psychische beperking of verstandelijk beperkten.

Het zonnetje schijnt als we het terrein oplopen; we hoeven niet echt te zoeken waar we moeten zijn. Voor de grote werkplaats lopen mensen op en neer, zitten even uit te blazen op een bankje of sjouwen een stapel hout naar binnen. Onder de Bomen begeleidt mensen in verschillende opvangvormen; van gesteund worden tot 24-uursvoorzieningen. De organisatie streeft ernaar de cliënt in zijn eigen kracht te zetten en de dagbesteding draagt daar een steentje aan bij. Dolly van Kronenburg ontvangt ons in de ruimte waar binnenkort het winkeltje officieel van start gaat. Momenteel is het winkeltje vooral nog voor de eigen medewerkers, maar omdat er te veel kleding en schoenen blijven liggen, wordt het opengesteld voor iedereen. De eerste wijkbewoners weten de weg al te vinden voor een aankoop, maar de voorbereidingen zijn nog in volle gang. “In deze ruimte zat voorheen het bestuur, maar dat heeft inmiddels een ander onderkomen, want onze organisatie groeit enorm.”

Eigen kwaliteiten

“We doen hier van alles”, vertelt Dolly tijdens de rondleiding, waar we Orlando (foto) treffen op de houtwerkplaats, meubelmaker en timmerman. Hij is bezig met een minibieb. “Dit is mijn tweede voor het Juliahuis. De eerste hebben ze in de fik gestoken, pure vandalisme”, vertelt hij nog enigszins geërgerd.

Naast Orlando is een vrijwilliger de tuinstoelen van een particuliere opdrachtgever in de beits aan het zetten. “Het proces is gaaf. De een schildert, de volgende zaagt, timmert en een derde brengt onze producten aan de man. Iedereen heeft zijn kwaliteiten. Neem Mustafa, hij is de Sunshine van onze groep. Hij zit altijd te schuren en dat doet hij fantastisch”, vertelt Dolly enthousiast.

In de keuken wordt de soep voor die dag voorbereid. Vandaag staat er erwtensoep op het menu. “Het is een goed moment om even lekker met zijn allen aan de eettafel te zitten rond lunchtijd.”

‘Onder de Bomen’ zet mensen in hun kracht

Even verderop staan overvolle emmers met opgespaarde (bier)dopjes. Er wordt een lamp van gemaakt en de oude fietsbanden, die her en der slingeren, worden omgevormd naar riemen.

Winkel als middel

Maar Dolly en haar collega's willen meer betekenen dan het bieden van een goede dagbesteding. Ze willen verbinding met de wijk, houden beslist niet van weggooien en willen mensen die het niet breed hebben ook wat bieden. “Er is veel stille armoede in de wijk, daar ben ik inmiddels wel achter, voor deze groep willen we er ook zijn. We hangen straks geen prijskaartje aan onze spullen. Ik kan niet in de portemonnee van een ander kijken en wil niet naar een pasje voor minimuminkomen vragen. We zetten een potje neer en mensen mogen zelf bepalen wat ze geven en het maakt mij niet uit of ze vijftien euro of twintig cent in het potje doen. We gaan ook een hoekje inrichten met weg-

geefspullen.”

Dolly, bevlogen en idealistisch, houdt niet van stilzitten en wil doorontwikkelen. “Op dit moment maken we dagelijks een soepje voor alle medewerkers, maar via voedsel surplus, een organisatie tegen voedselverspilling, zijn we gekoppeld aan de Coop op de Van 't Santstraat. Eigenaar Bart Te Plate geeft één keer per week vriespakketten aan ons en daarmee kunnen we een gezonde maaltijd voor onze deelnemers koken. Dat is belangrijk want die smeren net iets te vaak een boterham 's avonds. De zorg voor onze deelnemers is en blijft het belangrijkste. De winkel is een middel om hen een mooie dagbesteding te bieden.”

Het winkeltje is geopend van maandag t/m vrijdag 10.00-15.00 uur. De medewerkers gaan er ook op uit om klussen te doen bij mensen thuis.

onderdebomen.nl/werk-en-dagbesteding/nijmegen/mijn-werkplek



Foto: Hans Hendriks

**Muziek
in Oost**

Troubadour van het Oosten



Simone Kiekebosch
Foto: Mohanad Ataya



Foto: Mohanad Ataya

We spreken met Jan Willem van Opstal af bij café Maxim. Vlakbij zijn huis. Maar wel bijzonder, want het café is nog dicht. Blijkt dat hij daar accordeonles geeft af en toe, in de tijd dat er nog geen klanten zijn.

“Ja”, zegt Jan Willem lachend, “Een accordeon is thuis niet zo fijn voor de bureu.” Maar in het café klinkt het prima. Meteen een gezellig Frans sfeertje. De meeste mensen zullen hem misschien wel kennen. Misschien onder één van zijn alter ego's: Yann Lawick (zijn naam in het Bretons), of de oesterman van de Kaaij. Hij is van alle markten thuis.

Hang naar nostalgie

Jan Willem: “Ik ben geboren in Breda, maar toen ik drie was, zijn we verhuisd naar Bretagne. Het was er rustig en wat me erg opviel was, achteraf gezien, dat iedereen met elkaar omging. Jong en oud. Ook als er gedanst werd, danste de buurjongen met de oma van iets verderop. En als je als kind een vraag had, dan ging je naar een van de oudere gepensioneerde vissers uit het dorp. Die zou het antwoord wel weten. Het was er nog als de jaren 40 in Nederland. Niet alle wegen waren geasfalteerd, stoffige wegen. Daar komt mijn hang naar nostalgie vandaan.

Ik vond het helemaal niet fijn om naar Nederland te gaan. Voor mijn ouders was het terug naar huis. Voor mij was het naar een nieuw land, want ik wist natuurlijk niets meer van de eerste drie jaren van mijn leven.

Heb je broers of zussen?

Ik heb een ouder zusje met het syndroom van Down en een jonger geadopteerd broertje uit Frans-Guinea. De laatste voelde zich een transgender en is nu een meisje. Daar heb ik nog een muzieknummer voor geschreven: Ballade van een bijzonder lekker wijf.” Hij schatert het uit. Ik ook.

“Ik ben twee keer getrouwd geweest en heb een dochter. Met mijn eerste vrouw had ik twee stiefzonen en een stiefdochter, terwijl zij op haar beurt stiefmoeder was voor mijn dochter.”

Kleinkunstenaar

“Ik schrijf vooral eigen liedjes in het Frans en Nederlands, maar heb ook in het Engels en Italiaans geschreven. Ik werkte jarenlang met commedia dell'arte groep ‘il Popolo’ en diverse andere groepen in onder andere Italië. Met de typetjes uit die voorstellingen speelden we voor Upside Down Producties, mijn bedrijf toen, animatie-acts. Het was een impresariaat voor ‘ambulant vermaak

op maat’, met troubadours, goochelaars, narren, waarzegsters, vuurspuwers en andere animatoren.

Je maakt muziek. Waar kwam dat vandaan?

“Mijn ouders waren allebei muzikaal. Ze speelden beiden piano en mijn moeder speelde citer.

Vanaf mijn zestiende verdiende ik mijn eigen geld met muziek. Ik speel accordeon, sinds mijn achttiende, gitaar, doedelzak en fluit. Mijn tijd in Bretagne bracht me veel inspiratie voor folklore. En ik ben al vroeg Ierse folk gaan spelen. In het begin had ik een circusact, een muzikale clownsact als Pionio de clown. Met Elco van Alphen trad ik als duo op onder de naam À qua À qui en met accordeonist Kees Schoone vormde ik het duo Troela en het konijn (naar het Brabantse kaartspel Rikken).

Ik heb in vele groepen gespeeld. Ook veel op

kant. Zij was een hele goede amateurkok. Altijd bezig met bewaarmethodes en we hadden altijd een moestuin. Nu heb ik ook weer een kleine moestuin. Heerlijk, groenten uit eigen tuin.”

Dromen voor de toekomst?

“Ik zou een rustig en rijk bestaan in het buitenland willen hebben. Bijvoorbeeld in Frankrijk, Italië, Azië of Nieuw-Zeeland. Niet in Nederland. Het Nederlandse rechtssysteem zit vol met witteboordencriminaliteit. Ik vocht een artiestenregeling aan, had in die tijd zeven mensen in vaste dienst en bemiddelde voor zo'n 350 artiesten. De uitkomst was positief, maar ze hanteerden geen terugwerkende kracht, wat er naast een oplichtingszaak toe leidde dat ik als nog failliet ging. Zo onrechtvaardig. Ik heb echt ruim twintig jaar zo hard gewerkt en ik kwam toch uiteindelijk in de schuldsanering

“Nieuwe formule: Klank/Spijsconcepten”

straat gespeeld, daar leefde ik ook een tijd van.

Toen ik in de bijstand kwam, kreeg ik de kans om een opleiding te gaan volgen. Ik koos voor een koksopleiding, gastronomie, in Antwerpen. In het tweede jaar kreeg ik een opdracht om muziek te maken die bij de gerechten past. In koksbuis. Zo leek het net of één van de koks, tussen het koken door, even aan tafel muziek kwam maken. Ik mocht overleggen met de crème de la crème van de Zeeuws-Vlaamse gastronomie. Muziek verzinnen bij de verfijnde signature dish van de vader van Sergio Herman, een gerecht met langoustine. Dat was top of the bill. Geweldige tijd.

De liefde voor koken komt van mijn moeders

terecht. Ik voel me sindsdien een persona non grata. Nederland is daardoor niet mijn land. Ik kan en zal de overheid nooit meer vertrouwen.”

En wat doe je nu?

“Ik heb bij de GGD bron- en contactonderzoek gedaan. Nu beginnen de aanvragen voor optredens weer een beetje binnen te komen. Maar het is nog niet duidelijk of alles weer mag met de huidige coronamaatregelen.

Ik heb al langere tijd last van mijn bovenbeen, hierdoor mag en kan ik niet lang meer staan en loop ik ook slecht, dus dat werkt beperkend.

In Antwerpen is mijn idee ontstaan om een combinatie eten/muziek te leggen. Toen ik op de Kaaij als de zingende oesterman speelde, legde ik ook de link tussen muziek en eten. Een Nederlandse oester smaakt anders dan een Franse of een Ierse. Ik speel bijvoorbeeld Franse muziek bij het eten van een Franse oester. In navolging daarvan heb ik nu een nieuw concept dat Klank Spijsconcepten heet.

Mensen met aandacht laten proeven

Voor een bijzonder concept op maat: www.klank-spijs.business.site.

Jan Willem blijft een troubadour en een beetje een nomade. Wat een bewogen leven. Ik hoop dat er ooit een (auto)biografie over hem komt.



Foto: Mohanad Ataya

WE GAAN ERUIT MET EEN KNALLER! Eindejaarsactie kosteloos

2 5

C . 6 6
C 5 2 - 6 2 2
C B D 6
C - -

juvare

administratie belastingen

Berg en Dalseweg 196

B 2 @@@ !

024-663 4628

Richt uw woning mooier in met Wennekers Nijmegen

WENNEKERS
NIJMEGEN

Groenestraat 2A Nijmegen
(hoek St. Annastraat)

T: (024) 356 01 04

E: info@wennekers-nijmegen.nl

Gordijnen, zonwering, vloeren ...en meer

www.wennekers-nijmegen.nl

Afval tijdens de feestdagen?

Ook dit kan je makkelijk scheiden!

Tijdens de feestdagen tuigen we de kerstboom op, maken we een uitgebreid kerstdiner en luiden we het nieuwe jaar in. Ook tijdens deze dagen houdt je vaak afval over. Ook dit afval kan je makkelijk scheiden. Weten hoe? Wij helpen graag.

Twijfel je welk afval waar hoort?

Check de afvalwegwijzer in de Dar app. Vul het product in en zie direct waar het bij hoort. Makkelijk toch?

Download ook de Dar app

Voor de afvalwegwijzer en weet precies wanneer wij in 2022 jouw afval ophalen.



www.dar.nl | info@dar.nl | 024-3716000



Dar

Kerst is als spekkoek



Kor Goutbeek

1976, ik ben 11. Een week na Sinterklaas. Een bushalte aan de rand van Enschede. Ik was die middag op de fiets naar een tekencursus in de grote stad geweest. Maar op de terugweg brak mijn ketting, daarom wil ik nu met de bus verder naar huis. De bus laat nog een half uur op zich wachten, zo blijkt uit de tijdtabel. De lucht is grauw, het begint te schemeren en te sneeuwen.

Voordat ik het weet, zie ik dat ik mijn duim opsteek langs de Oldenzaalse straat. Ik verbaas mezelf: ik ben normaal nogal verlegen en voorzichtig.

De eerste auto die langs rijdt, stopt al. Een oranje Ford Capri. De allereerste lift uit mijn leven. Aan het stuur zit een zwarte man. Tot mijn schrik. Ik had nog nooit een zwarte man van zo dichtbij gezien. Ik aarzel, spreekt hij wel Nederlands? Maar de man lacht breeduit: "Waar moet je naar toe?" Als ik "Lossen" antwoord, zeg hij vrolijk: "Stap in, joh, ik bijt niet". Hij draagt een suède jack met bontkraag. Ik ga voorzichtig naast hem zitten en durf even niks te zeggen.

"En, ook al zo'n zin in kerst", vraagt hij na een kleine minuut, als we rechtsaf slaan. "Vieren jullie dat dan?", vraag ik, "hebben jullie geen eigen geloof?"

"Ik kom uit Suriname, en daar zijn ook veel moslims en hindoes, maar de helft van de Surinamers is Christelijk. Wij vieren kerst groots hoor, met veel eten en familie! En mijn favoriete spekkoek!"

"Maar kerst gaat toch niet over eten, maar over de geboorte van Jezus?", lepel ik mijn zondagschool-kennis op.

De onoverwinnelijke zon

"Klopt. Onder andere. Ik doe onderzoek bij het Meertens Instituut voor volkscultuur naar de kerstviering. Het frappante is dat

tot 1960, dus maar kort geleden, veel Nederlanders maar weinig tot niets aan kerst deden. Vooral de protestanten niet. De eerste christengemeenten vierden zeven feesten per jaar, maar kenden geen kerst. Pas drie eeuwen later zorgde de eerste christelijke keizer, Constantijn de Grote, ervoor dat Kerstmis op 25 december werd gevierd. Op deze datum werd rond de Middellandse Zee tot dan toe de zonnegod vereerd, zoals Ra in Egypte en Helios in Griekenland. In Rome was dit de zonnegod Sol Invictus, de onoverwinnelijke zon. Omdat Jezus het Licht van de Wereld genoemd werd, sloot dit mooi aan."

Behoeftte aan een feest in de winter

"Jezus werd ineens geboren op 25 december", vervolgt hij, "terwijl begin september aannemelijk is. In het kerkelijk jaar zijn Pasen en Pinksteren veel belangrijker voor het Christelijk geloof. Maar de behoefte aan een feest is veel groter in het donkerste deel van het jaar. In Noord-Europa vierde men daarom eind december zelfs het belangrijkste feest. De dagen die in de herfst almaar korter werden, gingen eindelijk weer een beetje lengen. De Germanen noemden dit feest de zonnewende, de solistice. Daarbij werden vuren ontstoken en hulst en sparren bij het dorp gezet. Dit feest noemde men Jul, zoals in Scandinavië kerst nog steeds heet."

"Hier rechts" zeg ik en hij zet zijn knipperlicht aan.



Feestlaagjes

"Kerst is als een mooi gelaagde spekkoek, een laagje oude

zonnewende feest, een laagje. Romeinse keizer, een laagje Mattheüs, met herders, wijzen en een kribbe. En natuurlijk een laagje kerstman, een afgeleide van onze Sinterklaas en de Germaanse god Wodan die te paard door de hemel reed en een lange witte baard had. In 1930 bepaalde een Coca-Cola-reclame het huidige uiterlijk van de kerstman: blozende wangen, een knipoog, bolle buik en luide lach. Dan zijn er nog laagjes van tradities en verhalen uit verschillende windstreken: de Britse traditie van kerstkaarten & Carols, de Amerikaanse kerstman & kalkoen, het Duitse stille nacht & stol, de Italiaanse kerststal & kerstnacht mis, enzovoort..."

Feest van licht en warmte

"Het kerstfeest zou je dus best heidens kunnen noemen, maar ook het bijbelverhaal speelt een grote rol. Het is voor veel mensen zelfs de enige keer in het jaar dat ze naar de kerk gaan. Kerst is voor mij het feest van licht en warmte. Het eerste dat God schiep was het licht. En zonlicht is cruciaal, anders kunnen we niet leven: al onze energie, voedsel en zuurstof ontstaan onder invloed van licht, onderschept door planten. We snakken in deze donkere tijd naar het licht. Veel mensen hebben dan ook last van winterdepressies, van te weinig licht in de duistere maanden, die ook al killer en eenzamer worden."

Ik: "Ja, mijn moeder zegt altijd: ik wil wel in winterslaap begin november en dan in maart weer wakker worden."

De Surinamer grijnst: "Als je in Suriname bent opgegroeid, weet je niet wat je overkomt met die seizoenen hier."

"De volgende rechts."

"Het licht zorgt ook overdrachtelijk voor helderheid in donkere, verwarrende tijden en licht zorgt weer voor warmte. Door lekker te eten met familie, zoeken we die warmte op, om op je vraag terug te komen."

"En nu meteen links, daar woon ik, dat lage huis aan de linkerkant, nr. 199"

Als ik uitstap en bedank voor de lift, voegt hij me nog toe: "Als je maar onthoud: kerst is het feest van licht en warmte. En zo gelaagd als spekkoek!"

Ik wil echt alles meekrijgen
van wat er om me heen
gebeurt. En dat ik dat kan
zien zonder bril of lenzen,
betekent alles voor me.

Karin



Bekijk het hele verhaal
van Karin op
fyeo.nl/ervaringen/karin

**GRATIS
VOORONDERZOEK**
VOOR JOUW OGEN

LEVEN ZONDER BRIL

Gewoon weer goed zien, zonder hulp van bril of lenzen. Stel je eens voor:
lezen, sporten, appen, autorijden, alles zonder gedoe. Zet de eerste stap naar
vrijheid en plan een gratis en vrijblijvend vooronderzoek via www.fyeo.nl

FYEO

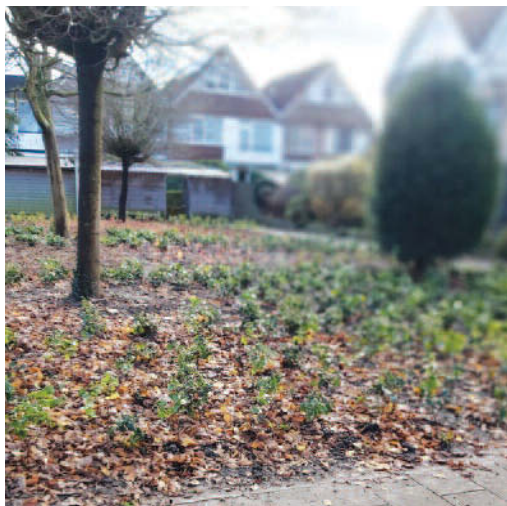
OOGLASEREN | LENSIMPLANTATIE

AMSTERDAM BREDA EERSEL EINDHOVEN NIJMEGEN URMOND

Wijknieuws

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

Plantsoen Wijntgensstraat in Oost ziet er weer perfect uit



Een buurtgenoot tipte ons: "Zowaar is na overleg met de gemeente het plantsoentje in de Wijntgensstraat volledig vernieuwd. Alles eruit gehaald, nieuwe grond en beplanting. Ziet er weer perfect uit."

Te voet door Spanje, een boek van wijkgenoot Jac Geurts



Zestig dagen lang liep Jac Geurts in zijn eentje over de Spaanse vlakten en sierra's, vanaf de Pyreneeën naar de zuidelijke havenstad Cádiz. Het Spanje dat de schrijver verkent, krijg je niet cadeau, dat moet je veroveren. En je moet van stilte houden. Geurts is een begenadigd verhalenverteller. Zwijgende Vlakten kost €21,95 en is direct te bestellen via www.denoorderzon.nl.

Repareercaf  Hengstdal op 11 december in de Kentering

Zaterdag 11 december, 13.00 - 15.30u. Kapotte spullen kunnen mogelijk weer worden opgeknapt door      van de reparateurs. De Kentering, Limoslaan nr. 10 in Oost. Gezien de nieuwe maatregelen die betrekking hebben op Corona wordt de 1,5e meter strikt gehandhaafd, is bij binnenkomst het dragen van een mondkapje verplicht en worden bezoekers gevraagd alleen te komen. Hieropvolgend is het café iedere 2de zaterdag van de maand (zelfde openingstijden) geopend.

Rob Jaspers in 'Ien, de politieke podcast'

Elke week op nijmegen-oost.nl kondigen we de podcast aan van de bekende Oostenaar Rob Jaspers, columnist van de Gelderlander, die hij samen maakt met Raymond



Janssen over de actuele Nijmeegse politiek in aanloop naar de gemeenteraadsverkiezingen in 2022. Interessant!

Kleurrijke kunst van Doro Krol uit Oost - cadeau-ideetjes!



De kleurrijke creaties van de bekende kunstenaar Doro Krol uit Nijmegen-Oost zijn nu ook verkrijgbaar op allerlei voorwerpen, zoals kussentjes, tassen, kalender 2022, tegels, kaarten en nog veel meer. Prachtige kleurrijke en betaalbare cadeautjes voor onder de kerstboom. De prijzen variëren van €2,50 tot €35,00. Meer info: dkrol@fo.nl | 06 18903887 | www.dorokrol.nl.

Buurtwandelen: iedere woensdag vanaf de Postweg



Weer of geen weer: iedere woensdag wordt er met buurtgenoten gewandeld. Het beginpunt is Postweg 50, bij de witte villa. Van 11:00 tot 11:45 uur. Deelname gratis. Iedereen is welkom! Je hoeft je niet op te geven of af te melden. Organisator is Natasja Peters: "Ik woon al mijn hele leven in Nijmegen-Oost, dat is 54 jaar. Door de wijk wandelen is gezellig en ik vind het heerlijk als mensen zich aansluiten."

Fan-sticker verdwenen door nieuwe brievenbus/voordeur?

We hoorden van een aantal Fans van Oost dat bij de vervanging van hun brievenbus of hele voordeur door bijv. de woningbouwvereni-

ging ze hun Fan-sticker zijn kwijtgeraakt. Dat is natuurlijk jammer. Want het fleurt de buur



op, die groene steunbetuigingen aan deze Wijkkrant.   n voor Fans die een NEE/NEE-sticker op de deur gaan plakken is het gevolg dat ze de Wijkkrant niet meer krijgen! (Onze vrijwillige bezorgers hebben geen adressenlijst, iedereen bezorgt 'op het oog'). Dus beste Fans, als jou dit is overkomen: mail ons gerust voor een nieuwe Fansticker! redactie@nijmegen-oost.nl.

De Wijkkrant steunen? nijmegen-oost.nl/fan

Boek 'Nijmegen Historische Grond Hoe een stad gevormd werd'

Wie door Nijmegen loopt of fietst, voelt aan den lijve dat de stad reliëf heeft. In dit boek van Ruud Abma worden de geografie en de geschiedenis van Nijmegen en omgeving in samenhang gepresenteerd, met een veelheid aan kaarten en ander beeldmateriaal. De lezer wordt aan de hand van markante locaties meegenomen door twintig eeuwen geschiedenis van Nijmegen. Doorgewinterde Nijmegenaren krijgen hun stad op een nieuwe manier in beeld. Op welke wijze is in het huidige Nijmegen het verleden nog zichtbaar? Te koop in alle Nijmeegse boekhandels.



'Levensgevaarlijke' fietsoversteek Ubbergen onderzocht:

De havo Notre Dame wil actie rond de 'levensgevaarlijke' oversteek van de N325 tussen Ubbergen en Nijmegen-Oost. Volgens de provincie is de weg daarvoor 'te veilig'. Toch komt er nu een groot onderzoek naar de plaats waar dagelijks honderden scholieren oversteken. Bron: de Gelderlander

Eerbetoon aan vriend Ubu

N.a.v. een mooi gesprek met Oostenaar Alfred Bolland in de Gelderlander over



zijn overleden "zielsverwant" Ubu Lemereis die na een vriendschap van bijna 40 jaar overleed: geïnteresseerden kunnen hier het boek 'Ubu' lezen: <https://bit.ly/32xb95g>

Jouw spullen ook op deze pagina? Plaats gratis!



Prikbord

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

Gratis af te halen: **uitschuifbare ladder van 10 meter**, tel 06 13263672

Voor eens in de twee weken, twee tot drie uur, nette en ervaren **huishoudelijke hulp** gezocht. Vergoeding en praktische zaken nader te overleggen. Telefoon: 0642300450

Te koop: * Kaplaarzen, maat 43. Nauwelijks gebruikt. Vraagprijs €5. * Raamfolie 46 cm breed en 2.20 cm lang. Vraagprijs €15. 0620067214

Diverse lengtes **rail voor ophangstelsysteem** aangeboden, inclusief bevestigingsmateriaal en nylondraad en haakjes. T.e.a.b. 0623458706

Koga Miyata Prologue Racefiets Vintage Retro Frame; Stalen racefiets: 14 versnellingen, geheel in originele staat. Framemaat 60cm. 28 inch velgen. Banden op korte termijn aan vervanging toe. De Koga is enkele decennia oud, weinig op gereden. €150. Telefoon: 0621888831

Aangeboden vier **design Arco Café Chairs**, zwart beukenhout, leren zitting, gebreide rughoes. Gebruikt, maar in goede staat. Nieuw 2200 euro. Nu vier stuks voor 400 euro. Mail: myra.mager.jvg@gmail.com

4 **Toyota winterbanden** te koop op originele velgen met wielkappen. Vredestein Snowtrack 3/205/55/R16-91 H M&S. Profiel 6,5-8,5 mm. Eén winter gebruikt i.v.m. inruil. €250 wilnel.deboer@gmail.com

Ruim drie kilo **Egaline** te koop. De Egaline is een paar weken geleden gekocht en goed droog bewaard. Heeft u, net als ik, maar weinig nodig, dan is dit uw kans! 0625533040 of mail naar JeanneS@chello.nl

Vegetariërs gezocht voor interview Voor een onderzoek aan de Radboud Universiteit, studie Geschiedenis, ben ik op zoek naar vegetariërs, veganisten of mensen die minder vlees eten, waar ik een interview mee mag afnemen over hun keuze. Telefoon: 0650241340

Gezocht: 60 **metzelstenen**, Waalformaat HV donkerpaars. Veel gebruikt in de jaren 50. Wim: 0683901255

Zeer nette en goed functionerende **Liebherr Comfort koelkast** met vriesvak (tafelmodel). Afmetingen 85cm h, 60cm b en 60cm d. Vraagprijs €75,-. Telefoon: 0642300450

We hebben een **handig karretje** te koop. Nog i z g st. Gemakkelijk om spullen te vervoeren/verhuizen enz. voor info. 06-25062865

Fietstassen gratis ophalen. Keus uit meerdere tassen. Bel: 0648569515

Te koop: prachtige **Travixx rollator**. Als nieuw, nauwelijks gebruikt. €125 (nieuwpr. €349). 0650646638

Schooltuin De Wielewaal zoekt enthousiaste vrijwilligers. 06-44374342

Wij hebben 2 **gemakkelijke fietstassen** te koop met een draagriem en regenhoes. Alles nog in zeer goede staat. Snel ophalen voor 20; 0625062865

Mijn kleinzoon heeft het **schaakspel** ontdekt. Wil hem graag een set cadeau doen met de Kerst. Heeft iemand een bord met stukken, iefst van hout? Groet, Theo, 0645489484

Ik ben op zoek naar **huishoudelijke hulp** voor een ochtend per twee weken in ons gezin (met huisdieren). Maandag-, dinsdag- of woensdagochtend schikt. De vergoeding kunnen we nader overeenkomen. Telefoon: 024-3603535

Dringend op zoek naar een **kamer** in Nijmegen e.o. tel. 0634890933

Wij bieden een **Caravan/Bootstalling** (binnen) aan. Info 06-25062865

Wie maak ik blij met een **classic Philips stereotoren** (cd-wisselaar voor drie cd's) met speakers? Functioneert nog zeer goed. 0642300450

Gevonden: motorhoes in een blauwe C&A-tas op de Cranenborghstraat in Groenewoud. Bel om op te halen: 024 3234607

Supportgroep Depressie biedt (h)erkenning en steun voor mensen met depressie. De groep wordt begeleid door ervaringsdeskundige gespreksbegeleiders. Info en opgeven via www.dekentering.info/contact/

Hulp in het huishouden gezocht Momenteel lig ik op Kalorama enkel en alleen omdat er geen huishulp kan worden aangeboden. Wie wil er voor een paar uur per week komen helpen met het schoon en opgeruimd houden van mijn huis, inclusief kattenbakken, alsook boodschappen doen? Beloning: mijn eeuwige dankbaarheid. Marleen, Willem Heijdtstraat, pas 53 jaar oud Reageren: nijmegen-oost.nl/elkaarhelpen/3642/hulp-in-huishouden

Af te halen 27 CD met **oude Indiase muziek** e.d. 06-38620580

Chesterfield leunstoel, met leer bekleed, in goede staat. Prijs € 100,- 0244684434.

Kersenhouten (eetkamer)tafel, afmeting 90 x 180/220 (te verlengen met een extra blad dat onder de tafel kan worden opgeborgen). Af te halen voor de prijs van € 150. Telefoon: 024-3603239

Onze konijnen houden van **fruit-boomtakken**. Snoeit u uw appelboom? Wij willen de takken graag. Telefoon: 0657637919

Woningruil (huur). Ik ben van plan mijn sociale huurwoning (91 m2 woonoppervlak) in Oost en heel rustig gelegen, te ruilen tegen een appartement, eveneens in oost of centrum met een oppervlakte van ongeveer 60m2. Telefoon: 0628304258

Ik (vrouw) ben op zoek naar een **reismaatje** voor zo nu en dan een paar dagen of we(e)k(en) op vakantie. reisvakantiemaatje@gmail.com

Te koop **oude gebakken waaltjes**. Ruim 50 m2 Bijna 100 jaar oud. Prijs bij handelaren 38€/m2 excl transport. Bij mij zelf uithalen en ophalen 25€/m2. Telefoon: 0622998049

Hülsta nachtkastjes aangeboden. Kersenhout. Afm. 73x40x47cm. Vraagprijs € 275,00. 0645957606

Ik ben op zoek naar een **stoffeerder/klusser** die de nieuwe vloerbedekking strakker kan leggen en bijsnijden. De vloer is pas gelegd en op verschillende plekken gaan bobbelen. Telefoon: 06-29332628

Kom jij ons leuke, **gemengde en recreatieve volleybalclubje** versterken? Donderdags van 18.30-19.30 in de gymzaal van De Meander, Celebesstraat 12. Bel Nico voor info: 06-43664766. Speelervaring = fijn!

Ik zoek voor mij en mijn zoontje (Saskia, 36 en Otis, bijna 2) **woonruimte in Nijmegen-Oost**. Min. 2 kamers, max. 900 EUR excl. G/W/L. Weet jij iets? Dan maak je ons heel blij! saskia.bultman@gmail.com Telefoon: 0655374547

Diverse **houten en kunststof kleerhangers** gratis af te halen. Bel of mail naar JeanneS@chello.nl. Telefoon: 0625533040

Gratis af te halen **houten kast**, in drie delen te vervoeren. Hoog 175 cm, breed 125 cm, diepte onderstuk 60 cm. Veel bergruimte. Vervoeren kan, kosten in overleg. Mail elise.roelofse@versatel.nl

Gratis een **Epson Inktpatroon**. Ik heb een verkeerde inktpatroon besteld en deze mag gratis worden opgehaald. Epson T2631 Photo Black XL (Polar Bear). Tel.: 0243661153

Gezocht: **hulp in de huishouding** in Oost. Voorkeur voor maandag, dinsdag of donderdag overdag. Elke week of om de week in overleg. 0645316133

Ben je een **enthousiaste mountainbiker** én daarnaast ondernemend? Kom dan bij mountainbike businessclub Framework. 0683172031

Vind jij **recreatief basketballen** leuk? En ben je ouder dan 20 jaar, kom dan bij Wildcats ballen op donderdag van 20.30-22.00 in De Horstaker. Vraag naar Jan. 3 keer gratis om te zien of je het leuk vindt. Telefoon: 0619043301

Spiksplinternieuwe **elektrische vloer** in mooie foudraal met instructiemateriaal te koop. Wegens omstandigheden nauwelijks gebruikt! Bel of mail naar JeanneS@chello.nl Telefoon: 0625533040

Gezocht: kamer in Nijmegen e.o. Geachte niet-dakloze inwoners van Nijmegen, Allereerst een kleine disclaimer; ik ben zelf niet dakloos hoor, alleen moet dagelijks zo'n twee uur reizen met het OV om tijd bij de Radboud Universiteit te zijn :). Ik ben achttien jaar oud en rustige, nette eerstejaarsstudent sociologie. richardvandenbergh2014@gmail.com

Hulpdienst Nijmegen zoekt vrijwilligers Wees een lichtpuntje in de week! Wil jij iets groots betekenen door iets kleins te doen? Word dan vrijwilliger bij ons. Tijdens deze donkere dagen zitten er veel mensen thuis. En door de coronatijd zijn dat er nog meer dan normaal. Ben je met pensioen, werkende of student en heb je wat tijd over? Neem dan contact met ons op. Wij zijn iedere dag bereikbaar van 09:00 tot 12:00 op 024-3228280. Of mail naar hulpdienst@hulpdienstnijmegen.nl

Hallo! Wij zijn Verenging EJVO. We organiseren interactieve projecten en indrukwekkende activiteiten, waarbij jongeren en ouderen elkaar ontmoeten. We zoeken een **Vrijwilliger Communicatie**. Je gaat het communicatie-team opstarten/aansturen, online en offline campagnes ontwikkelen en uitvoeren. Je inzetten voor een goed doel. Werken op het hoofdkantoor in Nijmegen. Je krijgt meteen verantwoordelijkheid binnen het werkveld. Onderdeel uitmaken van een enthousiast jongerenteam? vacature.gelderland@ejvo.nl

Ik heb 2 dozen met **diaraampjes** (gedeeltelijk gebruikt, maar dia's kunnen eruit) en 3 **diarolletjes** ter overname. Voor de enthousiasteling. Eventueel een bosje bloemen als ruil. 0625113793.

Goed onderhouden **Giant herenfiets**: 30,00 euro. 0615388289.

Wijknieuws

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

Adventsvoorstelling voor kinderen en hun (groot)ouders



Femke Klein, verhalenverteller en poppenspeler, treedt op met een nieuwe Adventsvoorstelling. Een rustmoment in de hectiek van alledag, om toe te leven naar Kerstmis. De voorstelling duurt ongeveer 25 minuten en optredens vinden plaats op 11, 12 en 18, 19 december, alle dagen om 10.00, 11.00, 13.00 én 14.00 uur en telkens voor één gezin tegelijk. Huiskamertheatertje 'Het Groene Woud' in Nijmegen-Groenewoud. vertelbedrijf.nl/huiskamertheatertje

Kinderkerstviering in de Antonius van Paduakerk



Ben je niet zo'n kerkganger maar wil je je kinderen toch iets meegeven over de betekenis van Kerstmis? Is je kind te groot voor de kleuterviering en nog te klein voor de Nachtmis? Kom dan naar de Kinderkerstviering! Voor kinderen van 6-12 jaar - en hun ouders natuurlijk. Samen zingen, samen luisteren naar de oude verhalen, samen een kaarsje aansteken. Een mooi begin van Kerst! 24 december, 19-19.45u., Groesbeekseweg 96 in Oost. Op apvnijmegen.nl alle activiteiten in de kersttijd (hou site ook in de gaten i.v.m. de coronamaatregelen).

Tuingroep Moria op de Kwakkenberg wil uitbreiden



Vrijwilligers met groene vingers zijn welkom in de tuin van stichting Moria. Deze stichting beheert een prachtig pand, hoog op de Kwakkenberg aan de Louiseweg 12. Hier

krijgen ex-gedetineerde jongvolwassenen begeleiding op weg naar een zelfstandig bestaan. Onder leiding van een ervaren hovenier is een kleine groep vrijwilligers twee jaar geleden aan de slag gegaan om de verwaarloosde tuin weer monumentaal te maken. Er is een moestuin aangelegd en een kleine boomgaard met bessenstruiken. De romantisch slingerende paden zijn vrijgemaakt en de oude rhododendrons zijn gesnoeid. Ook is er nu weer zicht op het stenen bordes. Deze tuingroep kan nog wel wat helpende handen gebruiken. Op dit moment bestaat de tui ploeg uit vier mensen. Er wordt gewerkt op zaterdagmorgen, of op andere dagdelen als dat beter uitkomt. Geïnteresseerden kunnen zich melden bij André Stuart door een bericht te sturen naar a.stuart@stichtingmoria.nl.

Zilveren Waalbrugspeld voor Peter Driessen van Zonnebloem

Driessen (66) heeft een Zilveren Waalbrugspeld ontvangen voor zijn jarenlange inzet



voor Stichting De Zonnebloem. Burgemeester Bruls reikt de Zilveren Waalbrugspeld op woensdagmiddag 10 november 2021. De uitreiking vond plaats tijdens een bijeenkomst van de Zonnebloem in wijkcentrum de Ark van Oost, een feestelijke bingomiddag waarbij de 35 aanwezige gasten van de Zonnebloem Afd. Nijmegen Oost het glas hieven op het afscheid van hun vice voorzitter Peter Driessen. Zelfs de burgemeester liet zich verleiden tot een rondje Bingo. Hij vond het té gezellig. Peter Driessen was voorgedragen omdat hij sinds 2001 tot eind 2019 vrijwilligerswerk doet voor de Zonnebloem. Hij heeft zich ook verder op bijzondere wijze ingezet voor het welzijn van zieken en ouderen in Altrade en Nijmegen-Oost. De aanvragers typeerden de heer Driessen als wijs, deskundig, daadkrachtig, enorm maatschappelijk betrokken, een man met veel inzet, doorzettingsvermogen en liefdevol betrokken.

Boek: 'Hubertus, zijn leven ten tijde van de Merovingen'



De onstuimige jonge ridder Hubrecht leeft ten tijde van de Merovingen (rond 700). Hij leidt een wild leven en is

bevriend met Pepijn van Herstal. Al vroeg weduwnaar komt hij tijdens een jachtpartij tot inkeer en verlegt zijn aandacht naar landbouw en wildbeheer ten behoeve van zijn horigen. Zijn visie veroorzaakt echter spanningen met de heersers van kerk en land. Een boeiende vertelling waarbij de lezer de tijd van de Merovingen bijna tastbaar mag ervaren. Auteur is Hubert C.W. Hendriks uit Nijmegen-Oost. ISBN: 9 789083 165455, € 15,-

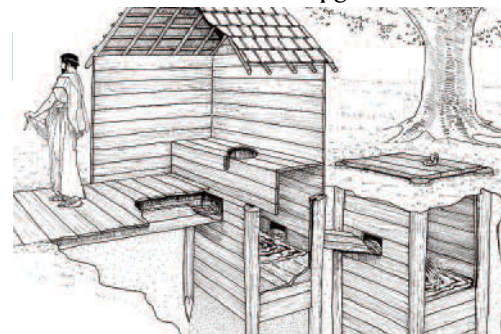
Meer informatie? info@stichtingvlegel.nl

Mooie spullen bij Hobbycentrum Nijmegen-Oost

Het Hobbycentrum voor Nijmegen-Oost laat ons weten: "Al meerdere vrijwilligers hebben het gevraagd: 'Wanneer komt er weer een open dag, nu de kerstmarkt niet doorgaat?' Op zonder 24 april is het zover: een voorjaarsmarkt! Het duurt nog even, maar dan heeft iedereen voldoende tijd om mooie spullen te maken voor de markt!" Maar ook nu al zijn mooie spullen te koop op het kantoor van het Hobbycentrum, aan de Daalsehof 2 Oost. Deelnemers en vrijwilligers bieden in het winkeltje zelfgemaakte werkstukken te koop. "Ook verkopen we hobby materiaal. We breiden het assortiment regelmatig uit! Kom dus gerust langs voor hobby materiaal of om een uniek zelfgemaakt cadeautje te kopen!"

'Wereld Toilet Dag' - en Nijmegen-Oost heeft de oudste toiletten van het land!

19 november, was het Wereld Toilet Dag. En laat Nijmegen nou niet alleen de oudste stad van Nederland zijn: we hebben ook de oudste toiletten! De gemeente Nijmegen liet op haar Facebookpagina weten: "Ze werden meer dan 2.000 jaar geleden ontdekt in de 1e legerplaatsen van de Romeinen, op de Hunnerberg en het Kops Plateau. Er zijn sporen van losstaande toilethuisjes teruggevonden, maar in officierswoningen zijn toiletten vaak ingebouwd. De toiletten hebben een houten zitting en zijn aangesloten via een goot op een diepe kuil. Zo'n latrinekuil werd regelmatig geleegd om hem langer te kunnen gebruiken. Tot hij buiten gebruik raakt en met zand wordt opgevuld."



In Museum Het Valkhof is te zien wat er bij archeologisch onderzoek uit zo'n kuil tevoorschijn komt: museumhetvalkhof.nl. Illustratie via Facebook gem. Nijmegen.

TWEDE VERMEERDERDE

Ja maar meneer ik doe ook maar mijn werk

OVER GRENZEN
Martijn Bakker

Jo en Alice zijn tevreden met hun bestaan te midden van dozen, zakken en allerlei los spul. Hun huizen zijn een veilig rustpunt waar ze hun oude dag en het verleden beleven. Drie ambtenaren moeten orde op zaken stellen, keurig binnen de kaders van de geldende procedures. In *Ja maar meneer ik doe ook maar mijn werk* staat een fragment uit *Over Grenzen*, de debuutroman van Martijn Bakker.

112 pagina's met waargebeurde verhalen, anekdotes, geschiedenis, strips, puzzels, cartoons, kleurplaten en foto's over bureaucratie in al haar facetten.
"Hilarisch en wrang tegelijk. Heel erg herkenbaar!"
"Goed dat je dit gemaakt hebt, ik wilde het zelf ook al doen maar kwam er maar niet toe."
"Ha, ha, een vakantieboek over bureaucratie, hoe verzin je het toch?"

Het leukste kadootje voor jezelf én je mantelzorger(s)

Direkt te bestellen via:
www.uitgeverijduidelijketaal.nl
Ja maar meneer ik doe ook maar mijn werk: €19,95
Over Grenzen van Martijn Bakker: € 15,-
Feestaanbieding: samen voor maar € 24,95
Vandaag voor 15.00 uur besteld, morgen in huis!

AUTHENTIEKE FRANSE WIJNBAR & BISTROT

La Belle Excuse
altijd een excuus

FRANSE GERECHTEN EN STREEKPRODUCTEN WEEKMENU

Afhalen en bezorgen wo. t/m zo.
www.labelleexcuse.nl
Van 't Santstraat 137 024 344 2007

Betrouwbaar | Kwaliteit | Service

Autoservice Kuipers **Lid van: BOVAG**

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



Klopper & Kramer
Uitvaartcentrum Oud-Mariënboom

Wij dragen u op handen

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

Zó wordt een uitvaart persoonlijk en bijzonder.



Groesbeekseweg 424 Nijmegen

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

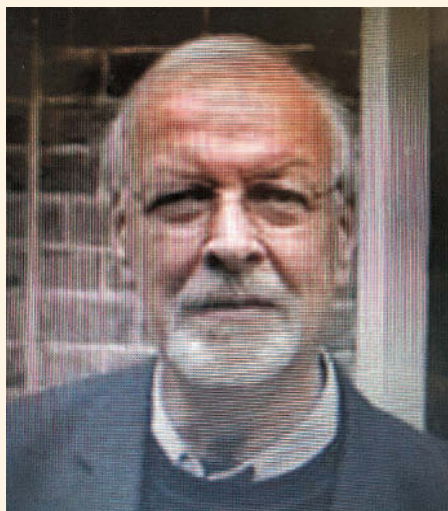


Aflevering 10: STATUS (slot)

'Als we geen verbeelding hebben, dan zijn we ook niets!', zei ooit iemand tegen mij. Aan die opmerking moet ik terugdenken als ik een huis zie met een naam die eindigt op STAETE. Je hebt die in overvloed. Sinds pakweg 1970 komen ze in zwang bij wooncomplexen. Die heten voortaan huppeldepup-staete. In Oost ontstond die gewoonte pas later.

De oudste is BERGSTAETE, hoek Berg en Dal-seweg-Museum Kamstraat. Het is een gebouw van circa twintig huizen. Gebouwd in 1993. Genoemd naar de berg, de Hunnerberg, waarop deze staete staat.

Niet iedereen is gelukkig met de moderne STAETE's. Wam de Moor schreef ooit:



'Maar hoe noem je dan de gewoonte om huizen, etages waarop gefortuneerde ouderen komen te wonen, een naam te geven met een 'staete' in de staart? Canisius-staete. St. Annastaete. Een kwasi-deftige, belachelijke hantering van oude, allang vergeten uitgangen - zeventiende eeuw - die de projectontwikkelaar extra tienduizenden oplevert. De clientèle houdt het voor chic. Geen eufemisme, want er valt niets onaangenaams te verhullen, integendeel, de oubollige taal suggereert juist iets extra's. Upgrading, zei een vriendin die Engels heeft gestudeerd.....'

In 2001 kreeg Oost er in één klap twee STAETE's bij. Men transformeerde een school aan het begin van de Groesbeekseweg in PRAEFECTUSSTAETE I én II.

De Moor treft een medestander in Romke van de Kaa:



'Overall verrijzen appartementencomplexen. Bouwvallige villa's worden van krakers ontdaan, gesloopt, en in plaats van één huis verschijnen er op dezelfde plaats zes of tien appartementen. Vaak heeft zo'n complex een imposante voordeur, geflankeerd door neo-Dorische zuilen. De naam van zo'n appartementencomplex eindigt stevast op staete: alsof er in zo'n huizenblok louter landjonkers wonen.'

De jongste loot aan de stam in Oost is MENSA STAETE in de Molukkenstraat. Het is genoemd naar de oude mensa, het restaurant voor studenten. Mensa is Latijn voor tafel. De mensa stond daar van circa 1969 tot 2008. Voorjaar 2012 plaatste men een steiger bij het woongebouw. En vervolgens bevestigde men de ene na de andere letter op de voorgevel.

'Ik wist niet wat er kwam te staan. Een aardigheid om te zien', zo vertelde mij een ooggetuige van de wording van MENSA STAETE.

Als je er goed op let, vallen ze op: huisnamen. Meer dan 5.000 stuks sierden tot nu toe de gevels van huizen in de gemeente Nijmegen.

Anton de Wildt inventariseert sinds begin 2000 al die namen. In alle soorten en maten: van villa's tot kraakpanden. Ook van allang verdwenen huizen. Waarom juist een Nijmeegse versie van een rubriek over huisnamen de naam WAALGELEGEN draagt? Dat laat zich eenvoudig raden. Maar vele huisnamen zijn wel echte raadsels. In de Wijkkrant bespreekt Anton namen uit Nijmegen-Oost, het verspreidingsgebied van deze krant.

Thomas Verbogt sluit zich aan bij de vorige sprekers:



'Je ziet het ook wel eens op nieuwe flatgebouwen. Niet om aan te zien, maar boven de ingang staat dan iets wat eindigt op -staete. Ik wil niet eens meer naar binnen. Toen het vroeger was, bestond dit soort aanstellerij nauwelijks. Toen vonden we dat het al gek genoeg was als we gewoon deden.'

Elders in Nijmegen ontbreken ze evenmin: Dominicusstaete, Hertogstaete, Hunnerstaete, Ijpenbroekstaete, Maas-Waal Staete, Nassau Staete, Sperwerstaete, Van Oldenbarneveltstaete, Wingstaete, et cetera.

Sorry Wam, sorry Romke, sorry Thomas. Ikzelf kan er geen genoeg van krijgen. Als we geen verbeelding hebben, dan zijn we ook niets! Geeft status...

Reacties: adewildt@hetnet.nl

**RUUD ABMA
NIJMEGEN HISTORISCHE GROND**



DEZE EN AL UW ANDERE (KERST)BOEKEN

VERKRIJGBAAR IN DE BOEKHANDEL &
TE BESTELLEN OP ROELANTS.NL

OF BEL SANNE, JULIUS & WOUTER
024 - 322 17 34

GRATIS BEZORGD IN NIJMEGEN

 **BOEKHANDEL
ROELANTS**

[VOORHEEN DE OUDE MOL]
VAN BROECKHUIJSENSTRAAT 34
6511 PJ NIJMEGEN | TEL: 024-32 217 34

Wijknieuws

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

Veel verstopte oorlogsverhalen en oorlogspijn in en rond het oude zwembad Oost, toespraak Bart Janssen bij Truus Mast-Herdenking



Het is zeer de moeite waard
de ontroerende rede van his-
toricus Bart Janssen, de man
die de slachtoffers van de
Tweede Wereldoorlog in Nij-
megen levend houdt met zijn
boeken. Hij vertelt over de 15-
jarige zwembadmedewerkster
Truus Mast. "Wat wist Truus",

is een van zijn thema's, "Van de spanning, het verdriet, de angst
en de onzekerheid." Bart eindigt zijn toespraak met: "Het is te-
genwoordig overal erg onrustig in de wereld, maar laten we toch
alles op alles zetten om te voorkomen, dat we ooit weer oorlog
krijgen." De hele rede op nijmegen-oost.nl: <https://bit.ly/3xEGw9v>

Kunstpostzegel Keizerzuil Hunnerberg

Werkgroep 'Hortus Civitatis': "De Kei-
zerzuil op de Hunnerberg in Oost krijgt
speciaal een eigen kunstpostzegel die
een 'Romeins kroonjuweel' uitbeeldt.
Deze Keizerzuil is een replica van rond
het jaar 100, toen opgericht door de
soldaten van het tiende legioen. Hier-
mee verbinden wij de geschiedenis van de Romeinen, die de post-
verzending zelf hebben toegepast en uitgevonden."



STREEK BAKKER JORRIT

**BIOLOGISCH
UIT EIGEN
BAKKERIJ**

- * Rijk gevulde kerststol, spelt en tarwe
- * Kerstlekkers: taart, tulband, cake, amandelstaaf
- * En natuurlijk heerlijke beignets en
oliebollen, ook op 10/11 en 17/18 december

* www.streekbakkerjorrit.nl/bestellen * Thijmstraat 119 * 024 737 04 83 *

Prijsvraag in de wijk

Kor Goutbeek



Hoe goed ken jij onze wijk?

Een maandelijkse prijsvraag in de Wijkkrant! Ken je onze wijk goed? Deze maand: wie herkent deze bankjes in Oost? Stuur je oplossing naar redactie@nijmegen-oost.nl en maak kans op een uniek setje van vijf ansichtkaarten uit Nijmegen-Oost!

Helaas leverde onze vorige prijsvraag voor het eerst geen winnaar op: was het te moeilijk? Hopelijk stromen de reacties naar redactie@nijmegen-oost.nl nu wel binnen...

De oplossing van vorige keer
(waar staan deze herfstbomen en van welke soort zijn ze):

1. Ubbergseveldweg t.h.v. de Praetoriumstraat - Zilveresdoorn
2. Hobbemastraat t.h.v. speeltuintje - Franse esdoorn
3. Berg en Dalseweg t.h.v. nr. 144 - Tulpenboom
4. Koolemans Beynenstraat t.h.v. kapper Rosa de Cuba - Moeraseik
5. Javastraat t.h.v. Javaplein - Fluweelboom





2^e MONTUUR
& 2^e ZEISS
MAATGLAS
GRATIS*

ZilverenKruis | ochmea

ZORG VERDUBBELAAR

**Wij verdubbelen uw
brilvergoeding* tot €150,-**

t/m 31 december 2021

* Vraag in de winkel naar de voorwaarden.

maalsen)optiek

CONTACTLENZEN BRILLEN OPTOMETRIE



Ziekerstraat 118 • 6511 LK Nijmegen • www.maalsen.nl • LensOnline.nl

Stip Oost

Er was eens...

Er was eens een coronavrijetijd. Een tijd waarin we elkaar zonder zorgen konden ontmoeten, begroeten en de hand schudden. Onbekommerd een praatje maken over het weer of informeren hoe het met de ander gaat.

Tsja, dat ongedwongene is een beetje weg door het mondkapje en de anderhalve meter afstand in coronatijd. Een modern sprookje... Inmiddels zijn we met Stip Oost, ondanks de maatregelen, van start gegaan in PH7. Met Informatie & Advies en met kleinschalige ontmoetingsactiviteiten. Gelukkig merken we dat wijkbewoners hun weg naar de nieuwe plek van Stip weten te vinden. Het is wel wennen en soms zoeken (naar de ingang aan de zijkant). Sommigen vinden het jammer dat de Stip weg is uit de Elzenstraat. Te ver weg nu. Maar buslijn 8 uit Hengstdal stopt bij ons voor de deur, zeg ik dan. Stap uit bij de oude ULO-school onder aan de Daalseweg.

Wanneer kunnen we weer gewoon doen? Hopelijk geeft het nieuwe jaar perspectief. Onze officiële opening stellen we voorlopig uit naar het voorjaar. Hopelijk kunnen we dan 'gewoon' samenkomen onder het genot van een hapje en een drankje. Ik zie er naar uit. Het sprookje zal een goed einde zal krijgen. Want sprookjes horen immers te eindigen met: "En ze leefden nog lang en gelukkig". Dat wensen wij u vanuit Stip Oost.

Hele fijne feestdagen en tot in 2022,

Rob Hermens

Coördinator Stip Oost



Stip Oost PH7: Prins Hendrikstraat 7

– ingang aan de zijkant

www.nijmegen-oost.nl/stip-oost



Informatie & Advies

Open inloop, *indien de coronasituatie het toelaat.*

Maandag 13.30 - 16.30 uur, woensdag 9.30-12.30 uur, donderdag 13.30 – 16.30 uur. Stiplijn: 024-3502000.



Vragen over de CAZ-verzekering

In december hebt u de mogelijkheid om van ziektekostenverzekeraar te veranderen. De CAZ is een speciale gemeentelijke ziektekosten verzekering voor mensen met een laag inkomen. Voor vragen hierover kom gerust naar het spreekuur van Stip Oost. Zo kunt u ook bij ons terecht voor bijvoorbeeld het aanvragen van een DigiD, de busvoordeelpas, de Meedoenregeling, de Corona-check-app of... U vraagt maar.

Buurtsoep Oost

In december is er geen Buurtsoep. De volgende keer is in het nieuwe jaar op woensdag 26 januari 2022. Zet het alvast in de agenda. U bent dan van harte welkom!



Het Molentje
Bloem & Tuin

Nordmann bomen

van 1.50m. tot 2,75m.

**Diverse bomen
met kluit**

**Volop keuze in kerstartikelen
om het extra gezellig te
maken in huis.**

**Extra geopend op 5 - 12 - 19 december
van 11.00 tot 17.00 uur**

**Berg & Dalseweg 340 Nijmegen
www.hetmolentje.com / 024-3229279**

VANNATURE
fair, biologisch, lokaal

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



**mét Gratis
Parkeer
Plaatsen**

Gerard Noodtstraat 135 - Nijmegen
mét Gratis parkeerplaatsen

www.VanNature-Nijmegen.nl

Wij wensen u
prettige dagen en
een *mooi en*
helder zicht
in 2022



*Dé opticien in uw buurt
met een persoonlijke
behandeling*

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

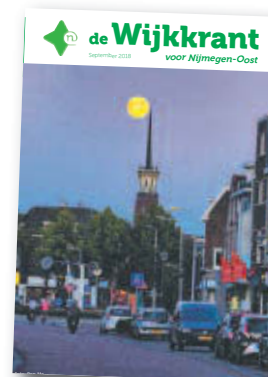
*Volgend jaar kan de vergoeding
van uw verzekering veranderen.
Wij kunnen voor u nakijken of u dit
jaar nog recht heeft op vergoeding
van uw verzekering.*

**Wij zijn tussen de kerst en
oud & nieuw gewoon open.**

Adverteren in de Wijkkrant?

1. De Wijkkrant is het meest gelezen maandblad in Nijmegen-Oost. Maandelijks bereiken we zo'n 30.000 wijkbewoners. En meer dan 10.000 wijkbewoners bezoeken elke maand de wijkwebsite: www.nijmegen-oost.nl.

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





Uitgeleide

Margreet Mattijssen

Al ruim 20 jaar persoonlijke begeleiding na overlijden

Zorgzaam, kleinschalig en nabij...

(ongeacht waar u verzekerd bent)

06 486 91 416

www.uitgeleide.nl



Geef 4 pianolessen cadeau!

€ 80 tot 21 jaar,
€ 96 vanaf 21 jaar incl. BTW
betreft lessen van 30 minuten

Margriet Naber

06 4175 3818

nijmegen-pianos.nl



Schoenmakerij Tweehuysen

Erkend Gildemeester

Voor al uw reparaties
en onderhoudsmiddelen

In de Betouwstraat 42 Nijmegen
Tel.: 024-3233160

www.schoenmakerijtweehuysen.com

de Wijkkrant kleurplaat



Kleur in en hang 'm voor je raam. Dat fleurt onze straten in deze donkere dagen lekker op!

Profiteer nu van 10% korting met de kortingscode: dewijkkrant10%

Een degelijke loeplamp voor een eerlijke prijs, dat is Ekesa!

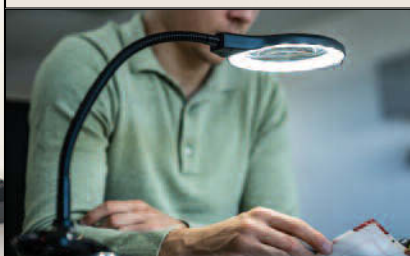
EKESA



Voor beter zicht & licht



De multifunctionele loeplamp met led-verlichting van Ekesa brengt u 'beter zicht & licht'!



Interesse?
Ontdek de loeplamp op
 www.ekesa.nl

Gratis verzending en binnen 2 werkdagen in huis
Niet goed? geld terug!
U kunt binnen 30 dagen zonder reden retourneren

Vers lokaal comfortfood thuisbezorgd



Geen zin in **kookstress**?

Wij bezorgen dagelijks **echte verse** kaasfondues en andere gerechten bij mensen thuis. Onze heerlijke **kaasfondue** wordt gemaakt van Nijmeegse boerenkazen (Diervoort) en is helemaal **compleet met gesneden groenten en biologisch brood** van de Knollentuin. Zo heeft u in 10 minuten de beste kaasfondue op tafel staan voor u en uw gasten. **Geen fondue-set?** Leen er een gratis van ons!

ACTIE: Kerst en Oud & Nieuw
Kijk op www.funkyfarmer.nl.

TANDARTSEN PRAKTIJK VILLA WESTHOF

Leon Pennings
Annemieke de Grood



Tandartsen Praktijk Villa Westhof

Berg en Dalseweg 172, 6522CC Nijmegen
024 - 323 33 66 / www.tandarts-villawesthof.nl

Bewonersonderzoek Dar U doet toch ook mee?

 Samen met uw gemeente zijn wij heel benieuwd naar uw mening over de werkzaamheden die wij in de gemeente doen. Daarom voert onderzoeksbureau Integron de komende weken voor ons het bewonerstevredenheidsonderzoek uit. Door dit onderzoek weten wij bijvoorbeeld hoe u Dar als organisatie waardeert, hoe u de dienstverlening ervaart en waar volgens u verbeterpunten zijn.

 **Uitnodigingsbrief**
Integron trekt uit alle postcodes een aselechte steekproef. Deze bewoners ontvangen een uitnodiging om deel te nemen aan het onderzoek. Ontvangt u deze uitnodigingsbrief? Wij waarderen het enorm als u meedoet en de vragenlijst invult. Meedoen kan tot en met 12 december 2021. Alvast bedankt!

Vragen of meer informatie?

Heeft u vragen over dit onderzoek of wilt u meer informatie? Neem dan contact op met Integron via support@integron.nl.



5

vragen
aan de kleine
ondernemer



Tekst: Marjon Spoorenberg
Foto: Bert Hendrix



Nijmegen-Oost barst van de kleine ondernemers. Elke maand brengen we een kleine ondernemer onder de aandacht en stellen aan de eigenaar(s) een aantal vragen: deze maand is Corla van Stuyvenberg aan de beurt. Zij heeft sinds 2005 een yogapraktijk, eerst in de Van Heutszstraat en sinds 2008 in de Van den Havestraat 60.

De yogapraktijk van Corla heet 'Ruimte in Zijn'. Haar lessen geven ruimte om te zijn: je ervaart dat fysiek en mentaal. Een nuchtere aanpak, met beide benen op de grond. In januari kun je bij haar ook terecht voor Pilates les.

Waarom ben je een yogapraktijk begonnen? "Voordat ik met yoga begon was ik onderzoeker bij de universiteit. Toen ik kinderen kreeg heb ik mijn baan bij de universiteit opgezegd. Ik wilde een stabiele moeder zijn en er écht voor mijn kinderen kunnen zijn. Ik ben toen begonnen met meditatie en yoga. Geraakt door de effecten ervan wilde ik er wel meer van weten, en ben toen een yogaopleiding gaan volgen. Het is heel fijn om yogales te geven, omdat daardoor mensen beter in hun vel komen te zitten."

Wat voor soort yoga geef jij? "Ik geef hathayoga, waarbij het accent ligt op spanningen loslaten, souplesse vergroten, het verruimen van lichaamsbewustzijn en het verbeteren van de ademhaling. Lichaamshoudingen, de zogenaamde asana's, bouw ik zo op dat ze toegankelijk zijn voor de beginner en uitdagender voor de gevorderden. Een diepe ontspanning ontstaat doordat we na de hatha yoga een kwartier yoga nidra doen. Dit is een 'yogaslaap' waarbij het niet de bedoeling is dat je in slaap valt. Je wordt door heel je lichaam heen geleid, waarbij je ieder lichaamsdeel ontspant. Daarna volgt nog een kwartier meditatie met aandacht op ademhaling of een mantra."

Zolang het toegestaan is geef ik les in de zaal. We houden anderhalve meter afstand en hebben maximaal tien deelnemers. Cursisten met gezondheidsklachten kunnen thuis de les volgen via Zoom. Ik vind het belangrijk dat cursisten zo min mogelijk lessen missen. In overleg mogen ze ook wel aansluiten bij een van de zes andere lessen. Ook deel ik iedere week een YouTube-filmpje van een yogales, zodat je nooit een les hoeft te missen."

Wie zijn jouw cursisten? "Mijn cursisten variëren in leeftijd van 40 tot 70 jaar, voornamelijk vrouwen. Mannen zijn expliciet uitgenodigd. Reden om yoga te doen zijn divers. De een wil spanningen loslaten en een soepel lichaam, de ander een beter concentratievermogen. Sommigen willen een betere houding of een diepere slaap. Er zijn cursisten met artrose, die ondanks de pijn moeten blijven bewegen. Cursisten die herstellend zijn van een borstoperatie, een burn-out of fysiek letsel. Cursisten die na hun pensioen beseffen dat ze er iets voor moeten doen om vitaal oud te worden. Er zijn cursisten die streven naar meer zelfbewustzijn en innerlijke vrede. Maar je kunt ook yoga doen omdat het gewoon fijn is om te doen."

Wat is het verschil tussen Pilates en yoga? "Yoga doe je om diverse redenen. Pilates doe je vooral omdat je een sterk en stabiel lichaamscentrum wil opbouwen, maar ook hier zijn de bewegingen rustig, beheerst en vloeiend."

Heb je nog toekomstplannen? "Ik hoop dat de cursus Pilates ook goed van de grond komt. Verder ben ik heel tevreden. Ik ben heel blij met mijn praktijkruimte op Van den Havestraat 60. Het leslokaal is licht en ruim. En doordat het niet direct aan de straat zit heb ik geen last van het verkeer als ik de ramen open zet. Heerlijk rustig achter de grote rode poort."

Voor meer informatie zie: www.ruimte-in-zijn.nl.



soeteman
MAKELAARS



Nu gaan wij
verhuizen

Kom jij volgend jaar bij ons op bezoek?

Berg en Dalseweg 71

☎ **024 360 40 90**

Soeteman.nl

Uw kitranden weer als nieuw!

Toen Timo Quijs uit Milsbeek het drukker en drukker kreeg met zijn kitwerkzaamheden besloot hij voor zichzelf te beginnen. En dat blijkt een goede keus, want Timo heeft het tegenwoordig nog drukker.



eester, ja mijn bedrijf heet zo, dat dekt wel de

leuk en deed dat ook veel bij vrienden en bekenden. Zij adviseerden me voor mezelf te beginnen, en zo ontstond mijn bedrijf

Je kent dat zelf wel, na jaren zie je de kitranden verkleuren door bijvoorbeeld schimmel, ze raken beschadigd of erger, ze raken los en er ontstaan lekkages. En goed kitten is een vak op zich, ik heb er mijn

Timo brengt nieuwe kit aan en vervangt ook bestaande kitranden voor

waarvoor ik werk, maar ook tegelzetters. Ja en dan natuurlijk ook particulieren. Ik kan alleen maar adviseren: wacht niet te lang met het vervangen. Ik werk netjes, en met goede materialen om uw kitranden weer terug te brengen in nieuwstaat e

Kijk eens op www.kitmeesters.nl of bel met Timo: 06-51609258



**HET DUURZAME
WARENHUIS**

BIOLOGISCH

FAIR TRADE

NATUURLIJK



LOKAAL

ZERO WASTE

DIERVRIENDELIJK

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

**Alles voor een
duurzaam leven**
onder één dak.

WWW.DUURZAMEWARENHUIS.NL

MEESTERSCHENKERIJ

Café JOS

NIJMEGEN

ANNO 1977

PRESENTEERT

KWALITEIT & BUURT GEZELLIGHEID

BORRELEN

PROEVERIJEN

34 TAP KRANEN

Café JOS BON

HAPPEN

PROEVERIJ OP MAAT

600 DRANKEN

SPECIALISATIE

Café Jos Meesterschenkerij
Daalseweg 309
6523 CA Nijmegen

www.cafejos.nl
024-3232001
Info@CafeJos.nl

**OP ZOEK NAAR EEN
NIEUWE OF GEBRUIKTE FIETS?**

BEKIJK ONLINE
ONS ASSORTIMENT



www.wheelstweewielers.nl



Opvangvoorziening Droombankje opent deuren

Op 1 oktober opende het Droombankje aan de Curaçaoweg haar deuren. Een opvangplek voor negentien mensen, die om verschillende redenen thuisloos zijn geraakt. Initiatiefneemster Angelique van de Berg ontvangt ons in het statige pand.

Vanuit de ruime huiskamer kijk ik uit op het oude kazernecomplex van de Limos. De hoge en brede, in erkervorm gebouwde ramen met glas in lood aan de bovenzijde, bieden een weids aanzicht. De huiskamer is sfeervol ingericht en enkele bewoners zitten aan tafel te kletsen. "Onze bewoners voelen zich vaak een 'nobody' en als ze dan in zo'n mooi huis mogen wonen, zie je ze groeien", vertelt Angelique terwijl ze een bak koffie maakt. Als wij de koffie afslaan, vraagt de ruim zeventigjarige bewoonster Suze lachend of we een pilsje willen: "Ik heb ooit een biertje met een rietje gedronken maar was er twee dagen ziek van. Ik heb nooit meer een druppel aangeraakt", vertelt ze overtuigend. Mark loopt binnen en vraagt aan Angelique of ze de afspraak voor zijn tweede vaccinatie wil noteren.

Botte wereld

Het Droombankje is een tussenopvang voor mensen die thuisloos zijn geraakt door veelal financiële problemen na een scheiding, gevolgen van corona of ouderen die door hun kinderen financieel 'uitgekleed' zijn. Ze worden doorgaans verwezen door de GGD, maar psychische stoornissen als psychoses of verslavingsproblematiek zijn contra-indicaties, vertelt Angelique, die in Arnhem al zes huizen heeft opgezet. Haar bevologenheid is groot. "Mijn leven is ook niet over rozen gegaan, maar dat heeft me wel sterk gemaakt. Iedereen heeft erkenning nodig en dat wil ik ze hier geven. Ik wil dat mensen het verblijf hier als een warme deken ervaren en weer zichzelf worden." Met inmiddels zeven huizen verwacht ik dat Angelique een drukke directeur is. "Ik ben geen directeur", corrigeert ze me. "Ik leef mee met de bewoners. Ik werk inderdaad veel, maar dit is mijn leven, ik zou niet anders willen. En denk niet dat ik alleen maar geef, ik raak altijd ontroerd als ik zie wat het Droombankje voor mensen betekent."

Inmiddels zijn er tien mensen in dienst bij de verschillende opvanghuizen. En dat gaat helemaal in de lijn van Angelique haar persoonlijke droom. "Het team snapt precies hoe ik bewoners wil bejegenen; niet boos

worden, maar ook niet zichtig zijn. Ik wil de mensen laten geloven dat de wereld niet alleen bot is. Hun toekomst is van belang en ik wil ze in hun kracht zetten. Daar focussen we op."

Dun draadje

Als ik vraag naar de reactie van de wijk, blijkt dat ze zeer warm zijn ontvangen door omwonenden. "Ik heb de burens een aantal keren uitgenodigd voor een gesprek. Sommigen keken niet echt blij toen ze langs kwamen en dan vroeg ik of ik eerst mijn verhaal mocht vertellen. Ik heb uitgelegd welke mensen ik opvang, dat het draadje naar dakloosheid dun kan zijn. Kijk naar de gevolgen van corona, waardoor meerdere mensen hun baan zijn kwijt geraakt en ik heb een keer een jongen gehad die van de ene op de andere dag blind werd, zijn vriendin kon daar niet mee leven waardoor hij ook nog dakloos werd. Soms heb ik achttienjarigen die vaak niks hebben geleerd en geen structuur kennen, dan leren wij ze koken, wassen etc. Dan doen we eigenlijk wat

de ouders niet hebben gedaan. We werken dus niet alleen aan de schuldenproblematiek, maar kijken naar het hele plaatje en vragen aan mensen wat ze nodig hebben. Een bewoner had geen contact meer met zijn broer, nu zien ze elkaar wekelijks en dat is zeer waardevol. En we helpen bij praktische dingen als een nieuw gebit, bril etc. Toen de buurt wist wie we zijn en doen, kwamen er veel lieve reacties. Mensen toonden oprechte belangstelling en wilden ook helpen. Ik zorg er wel altijd voor dat we geen overlast veroorzaken. Er wordt niet gerookt voor het huis en in badjas op een bankje zitten, tolereer ik ook niet. Ze zeggen wel eens dat ik streng ben, maar dat valt wel mee. Ik wil gewoon een goede verstandhouding met de buurt."

Het Droombankje kan nog wel wat vrijwillige hulp gebruiken. Angelique weet wel wat klussen: een keer per maand mensen knippen, een pedicure of klusjes in huis. Heb je tijd, mail dan naar avandenberg@hetdroomhuisje.nl.



Foto: Hans Hendriks

Jouw zakelijke aanbod ook hier? Voor €12,50 incl. btw



Prikbordadvertenties

Nijmegen-Oost.nl

Dé plek waar je alles vindt in en over Nijmegen-Oost

Je zakelijke advertentie ook in de Wijkkrant?

Plaats gemakkelijk en snel je zakelijke advertentie op nijmegen-oost.nl/prikbord. Met een paar klikken en iDeal ben je klaar!

Leven als god in Frankrijk! Ruime vakantieboerderij te huur met groot eigen perceel. Rust en uitzicht op glooiende heuvels. Max. 6 personen €500.-. La Ruche in de Nièvre. www.gites.nl/168771.

Atelier gezocht! www.ogentroost.info zoekt een lichte, droge werkruimte/ atelier! Wie weet iets? 06-44974780

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

in opdracht, levensverhalen. 06-22363599. www.levensverhalen.nu annabakker@levensverhalen.nu

Ondergrondse parkeerplaats

100 euro p.m. Hugo de Grootstraat
Telefoon: +31243223311

Deze Wijkkrant is vormgegeven door A-Formaat, grafische vormgeving voor papier. Een tijdschrift, boek, krant laten maken? a-formaat@kpnmail.nl

Fotograaf! Mohanad is al meer dan 20 jaar fotograaf en maakt al jaren mooie foto's voor de Wijkkrant. Hij heeft nu een eigen foto/video-studio en foto-

grafeert alles wat u wilt. Van bijzondere familiemomenten, portretten op postformaat tot pasfoto's of dinermenu's. Zowel binnen als buiten. Zelf zegt hij: "Together we create your Dreams." Mobiel 06-85454080 / www.mohanadataya.nl

Kerstboombezorgservice - Nijmegen-Oost. Koop een boom bij een verkoper in de buurt en wij bezorgen de kerstboom voor 5 euro met de fietskar thuis. Kijk voor deelnemende verkopers en meer informatie op www.kerstboomkar.nl / 06-51015394

Kadobon voor astrologisch consult 2022. Geef een astrologisch consult kado om in 2022 beter geïnformeerde keuzes te kunnen maken! Tarief tot 1 januari: €75 incl. BTW, omvat consultgesprek + voorbereiding. Zie nijmegen-astrologie.nl

Heerlijk Grieks eten in Nijmegen-Oost? Dan bent u bij ons aan het goede adres www.meetgreek-more.nl / Facebook Meet Greek & More. Voor afhalen en bezorgen, Van 't Santstraat 159, 6523 BE Nijmegen, 024 8442683

Zakelijke advertenties

Native speaker geeft Engelse les

Wil je je Engels verbeteren voor je werk, opleiding of hobby? Sarah King is gekwalificeerd, native speaker en ervaren in het geven van Engelse (ook online) training. 0630477093 www.sarahkingsenglish.nl

Gezocht: bedrijfs- of winkelruimte. Jij evt ook? Ik zoek voor mijn bedrijf The Groovy Shop (vintage meubels en objecten) een bedrijfs- of winkelruimte in/rond Nijmegen (100-150 m2). Een ruimte delen is zeker een optie! Bel me als je ook iets zoekt! 06-34056353

Te koop gevraagd vuilnisemmer uit Nijmegen. <https://bit.ly/3E4omkb>

Wonen in Oost

Woonwaarts ontvouwt plannen voor nieuwbouw aan Vlierestraat

Woningcorporatie Woonwaarts hoopt in 2023 te kunnen starten met de bouw van een zorglocatie aan de Vlierestraat. Op 23 november kreeg de buurt in een videobijeenkomst uitleg over de plannen.

Ingezonden door Helene Stafleu

Architect Coen Koenders van FAME architecten nam de aanwezigen mee in het basisontwerp van 4x9 appartementjes voor oudere bewoners met dementie. Het gebouw krijgt 2 bouwlagen van 3 meter per bouwlaag. Dit is lager dan het huidige schoolgebouw. De architect wil iets maken dat past in deze jaren 30-wijk, met baksteen als basismateriaal van de gevels. Het is de bedoeling dat de voortuin, die nu nog van steen is, groener wordt. Hiervoor schakelt Woonwaarts een tuinarchitect in. Een groene voortuin past in de tuinwijk waar de Vlierestraat deel van uitmaakt.

Parkeren

Er zijn 12 parkeerplaatsen en een laad- en losplek voor de zorglocatie beschikbaar langs de Vlierestraat en de Elzenstraat. Daarnaast moeten er 6 plaatsen gerealiseerd worden op het terrein zelf. De buurt wil dit graag ondergronds en als dit niet kan (Woonwaarts vindt het te duur) dan halfondergronds, of weggewerkt onder een vlonder. Dit niet alleen in verband met het behoud van mooi uitzicht, maar ook in verband met het lawaai van motoren en autodeuren. De plek waar deze par-

keerplaatsen nu gedacht zijn op het terrein, is volgens omwonenden nodig als ecologische verbindingzone in de stad. De Nieuwe Groene Vlier gaat nog voor de kerst in gesprek met Woonwaarts over een oplossing voor het parkeren.

Zorg

Paul Mennink van zorgorganisatie OBG vertelde over de nieuwe bewoners en gebruikers van het gebouw. Allereerst ging hij even in op het gesprek over de parkeerplaatsen. OBG wil stimuleren dat mensen met de fiets naar het werk komen. De woonassistenten doen zelf inkopen. Twee keer per week komt een busje voor het beddengoed en een keer per dag de apotheek. Familie komt vooral in het weekend op bezoek. Veel bewoners zullen niet meer buiten komen, maar sommige bewoners zullen nog wel eens een ommetje maken met een begeleider. De dagbesteding is geheel in pandig. OBG wil graag een goede buur zijn en bijvoorbeeld een voorlichtingsavond houden voor de buurt om te vertellen over de zorg die zij verlenen.

Zichtbaarheid Koningstoren

Reactie op dit stuk door Henk Horstink

Toen de architect met een computerplaatje suggereerde dat de Koningstoren boven zijn twee verdiepingen goed zichtbaar zou blijven, werd er direct gesproken over misleiding. Een foto van de huidige situatie en een verklaring van een Vlierestraat bewoonster maakten aannemelijk dat met een dak op 6,5m hoogte waarschijnlijk alleen de spits nog zichtbaar zou blijven, maar de klok zeker niet. De architect zou het nagaan en gaf een paar dagen later toe dat er iets was misgegaan in zijn 3D-verhaal. Dat betekent ook dat als OBG en Woonwaarts toch meer zicht op de toren mogelijk zouden willen maken, dat anders moet. De architect zou zich dan met wat aanpassingen in het basisontwerp bij de entree kunnen beperken tot één verdieping, met daaromheen vleugels met 2 verdiepingen en elk een lift. Dat zou ook helpen om de massale ca. 70 brede gevel te breken, net als nu.

Lees verder: nijmegen-oost.nl/berichten/nieuwbouw-woonwaarts-aan-vlierestraat-kan-beter



Laat u verrassen bij OBG!

OBG is open! Voor een kopje koffie, lunch of een borrel in ons Grand Café. Of voor bijvoorbeeld één van de onderstaande activiteiten. Bekijk al onze activiteiten op obg.nu/activiteitenkalender.

Muziek bij OBG

Muziek zorgt voor verbinding en sfeer. En voor spontane ontmoetingen. Fijne muziek hoort u bij OBG!

Klassieke luistermiddag

Elke eerste zondag van de maand luistert u bij OBG naar klassieke muziek van diverse componisten. Met DVD-beelden van concerten. En achtergrondinformatie. Zo steekt u er ook nog wat van op. Inschrijven bij het Informatiepunt van OBG.

OBG Matinee

Een liveoptreden van steeds een ander muziekgezelschap. Dat is OBG Matinee. Van de oer-Hollandse smartlap tot een a capella Ave Maria. Op onze website vindt u het programma.



In december staat OBG Matinee in het teken van Kerst. Op zondag 19 december bent u welkom voor de kerstliederen van gezelligheidskoor Dukenburgse Glorie.

Koop uw kaartje voor slechts € 3,00 bij het Informatiepunt van OBG.

Ruimteverhuur

- Organiseert u een vergadering maar heeft u geen plek om deze te houden?
- Of wilt u een cursus geven en zoekt u daarvoor een geschikte ruimte?

Bij OBG kunt u verschillende ruimtes huren. Of u nu voor een uur of voor een hele dag een plek nodig hebt, de ruimtes van OBG bieden veel mogelijkheden. Kijk voor alle informatie op www.obg.nu/ruimte-huren en reserveer direct een ruimte!

AGENDA

Zondag 5 december, 14:30 – 16:00 uur,
Klassieke luistermiddag

Zondag 19 december, 14:30 - 16:00 uur,
OBG Matinee

Elke dinsdag, 10:00 - 12:00 uur,
Beweeg je fit!

Kijk voor meer activiteiten op onze kalender op www.obg.nu.
Of informeer bij het informatiepunt van OBG via (024) 3279 279

Voor onze activiteiten in het Grand Café heeft u een coronatoegangsbewijs nodig.

René Pennock

Foto: Marc
van Kempen



Jac. Splinter vecht met humor tegen de windmolens van de bureaucratie



Nijmegen-Oostenaar Jac. Splinter doet graag leuke dingen voor de mensen. Zo heten zijn YouTube-columns ook en het staat achterop zijn sweater. Hij stelt al jaren met gevoel voor humor graag misstanden aan de kaak, maar op een dag was Jac. het helemaal zat.

De bureaucratie rondom de mantelzorg, de belastingdienst, de gemeente, rondom elke overheidsinstelling eigenlijk was hem teveel geworden, de emmer liep over. Hij riep 'burgers' op hun ergernissen in te sturen en verzamelde ze in Het Grote Bureaucratie Vakantieboek. Ja maar meneer ik doe ook maar mijn werk. Een boek vol herkenbare verhalen. De eerste druk kwam een week voor de eerste lockdown uit, maar was toch in korte tijd uitverkocht. De tweede - vermeerderde - druk ligt nu in de winkel.

Niet alleen beschimpen

Jac. mag graag zaken ridiculiseren, zaken waarover diep is nagedacht, maar waarvan de uitkomst toch te zot is voor woorden. Een mooi voorbeeld is 'restaurantieherhaling' over de verherbouwingsrestaurants van het Stationsplein, een YouTube-column uit 2015, die vandaag nog even actueel is. Maar Jac., vormgever van beroep, vandaar die eigenwijze punt achter zijn voornaam, beschimpt niet alleen, hij probeert er ook wat aan te doen. Zo legde hij ooit een grasmat op Plein '44 om het verschil te laten zien met de stenen woestijn die het plein was en richtte hij de Enige Echte Splinterpartij (E²SpP) op, die

de gemeenteraad echter nooit gehaald heeft. En nu zijn boek.

Tenhemelschreiend

"Ik was vijftien jaar lang mantelzorger voor mijn ouders, mijn man en een stervende vriend", vertelt Jac. "De problemen waar ik tegenaan liep waren tenhemelschreiend, ik móest er iets mee doen. Alle instanties werken vreselijk langs elkaar heen. Ze willen nog wel eens nadenken over wijzigingen in het systeem, maar niemand wil iets horen over het eigen gedrag. Ze hebben geen enkel zelf-reflecterend vermogen, geen humor en geen empathie. De medewerkers kunnen meestal niet ontslagen worden. Ze kunnen dus schaamteloos de dictator uithangen, mannen en vrouwen gelijk. Het boek bevat verhalen van veel verschillende mensen die er tegenaan liepen, uit verschillende landen zelfs, want het probleem is universeel, over allerlei overheidsinstanties en daaraan gerelateerde instanties, vooral over de zorg."

Geen zuur boek

Maar ook in zijn vakantieboek kan Splinter het niet laten. Hij zocht ook hier weer de relativerende humor. "Anders zou het maar een zuur boek zijn geworden." Het boek is een echt Vakantieboek geworden, met behalve schrijnende verhalen ook strips, anekdotes, puzzels, rebussen, kleurplaten, cartoons, film- en leestips, een geschiedkundig overzicht over de bureaucratie door de eeuwen heen en een bouwplaat van een kastje en een muur. Een echt bladerboek.

"Alle twintig makers hebben er met plezier aan gewerkt, de redacteurs, de tekenaars, maar vooral ook al de mensen die stukjes ergernis en frustratie instuurden. Ik had wel drie boeken kunnen maken", vertelt Jac., "en de verhalen blijven komen, zo herkenbaar."

Jac. Splinter, regisseur Rik Luijmes en oud-Steigertheaterdramaturg Patrick Feijen bewerkten de verhalen uit het boek tot de interactieve theatervoorstelling Een ogenblikje alstublieft... die vanaf half november in de entreehal van het voormalige belastingkantoor gespeeld werd. De voorstellingenreeks werd voortijdig afgebroken door de coronamaatregelen van 26 november. Bij het ter perse gaan van dit nummer van de Wijkkrant was nog niet bekend of/wanneer de serie voorstellingen later weer wordt hervat.

Slachtoffers sterker maken

Jac. is oprecht begaan met iedereen die iets met de overheid, een bank, een arbeidsbureau of wat voor instantie dan ook heeft meegemaakt. "En dat is bijna iedereen, ook de mensen die het zelf doen. Ik wil dit boek gemaakt hebben en een spreekbuis zijn voor iedereen die ergens tegenaan loopt. Het werkt verbindend! Het is beter om de slachtoffers sterker te maken, dan te proberen de daders zwakker te maken."

Het boek is via uitgeverij duidelijketaal.nl te bestellen voor € 19,95. Samen met het boek Over Grenzen van wijkgenoot Martijn Bakker (€ 15,-) in de aanbieding voor € 24,95.

... Dichter Bij Oost ...

De gedichtenrubriek van de Wijkkrant

Regen

**Alles kan ik verdragen
motregen slagregen
pijpentstenen hagelstenen
waterstromen uit het riool
modder in plassen
water in fietstassen
bril beslagen en bespetterd**

**Maar onderweg
me op de fiets
in een bedompt regenpak
hijsen
Nee, dat niet**

Ellen Lankhorst

Dank Ellen Lankhorst voor je gedicht. In de komende tijd staan ons waarschijnlijk weer strengere maatregelen te wachten. Maar dan zijn er gelukkig gedichten die ons zachter kunnen maken, ons welwillender kunnen stemmen. Blijf ze dus insturen en, Ellen, jij mag een bundel uitzoeken uit de verkoopkast in het Poëziecentrum Nederland in de centrale bibliotheek. Mogelijk is de bibliotheek deze maand gesloten maar de bundel blijft wachten op je. Zolang de bibliotheek open blijft, zijn wij, Gerard en Maria, er iedere woensdagmiddag.

De dichter van het volgende gekozen gedicht beloven we een poëziewandeling voor twee personen. Stuur je bijdrage voor 4 januari naar dichterbijooost@gmail.com

BIJLEVELD VITAAL

FYSIOTHERAPIE,
OEFENTHERAPIE,
LEEFSTIJLCOACHING



MINNEMA
VITAAL
Leefstijl en ACT coaching op maat

Wij wensen
iedereen
een goed
en gezond
nieuwjaar
en kijken
samen uit
naar 2022!

Bijleveldsingel 76 in Nijmegen, 024-322 49 11,
info@bijleveldvitaal.nl, www.bijleveldvitaal.nl

Uw woning **verkopen** en/of een
nieuwe woning **aankopen**?



Het team van Strijbosch Thunnissen Makelaars begeleidt u graag bij de verkoop van uw woning en/of aankoop van een nieuwe woning. Dit doen wij altijd op een **professionele** en **transparante** werkwijze.



Strijbosch Thunnissen
DYNAMIS Makelaars

St. Canisiusweg 22, 6511 TJ Nijmegen
024 365 10 10 | info@s-t.nl | stmakelaars.nl

FEESTDAGEN 2021

ONZE NIEUWE GOURMETSCHOTELS

ONZE NIEUWE GOURMETSCHOTELS

LUXE



€ 10,95

STANDAARD



€ 8,95

DIEFSTUK
VARKENSHAAS
LAMS VLEES (PROVENCALS)
BLACKANGUS STEAK
KIP-SPIES
KALFS FRIGANDEAU
MINI VINKJES

DIEFSTUK
VARKENSHAAS
KIP-SPIES
LAMS MERGUEZ
TARTARTJES
HAMBURGERS
MINI VINKJES

AFHALEN / BESTELLEN

WIJ WERKEN NET ZOALS ANDERE JAREN ZONDER BESTELLINGEN
EN HEBBEN OOK DIT JAAR WEER EEN RIJK ASSORTIMENT VOOR U.
ALLEEN VOOR WAGYU, GOURMET- & FONDUESCHOTELS
EN HELE KALKOENEN/KONIJNEN VRAGEN WIJ WEL EEN BESTELLING.

LUXE WILD



WAGYU Ossenhaas



YVO MULDER



SLAGER
&
TRAITEUR

YVOMULDER.NL

de Wijkkrant voor Nijmegen-Oost

Jaargang 49

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

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

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

EINDREDACTIE

Loes Wijffels

REDACTIE

Anna Bakker, Kor Goutbeek, Eric Hendriks, Simone Kiebosch, Wilmy Smeets, Marjon Spoorenberg, Karin Veldkamp

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:

Mohanad Ataya, Hans Hendriks, Bert Hendrix, Marc van Kempen, René Pennock, Anton de Wildt

ONLINE KANALEN

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

OPMAAK

Ton Burgers, www.a-formaat.nl

DRUK

Janssen Pers, Gennep

BEZORGING

Door de bewoners van Oost!
Coördinator: Karin Veldkamp

REDACTIE

redactie@nijmegen-oost.nl

ADVERTEREN VOOR BEDRIJVEN

advertenties@nijmegen-oost.nl

DEADLINE VOLGENDE NUMMER

De uiterste datum om (prikbord)-berichten, advertenties en de agenda aan te leveren is donderdag 7 januari 2022. Elke maand bepalen we twee weken vóór het uitkomen de inhoud van de krant. Ruimte voor actueel nieuws is beperkt. We verwelkomen je artikel maar garanderen geen plaatsing. Plaats het in elk geval op nijmegen-oost.nl.

BEZORGING VOLGENDE WIJCKRANT

Uiterlijk zondag 16 januari 2022, uitgezonderd Nee/Nee-stickers (natuurlijk wel die met FAN-sticker).

Geen Wijkkrant ontvangen?

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

Loes Wijffels Column



Licht

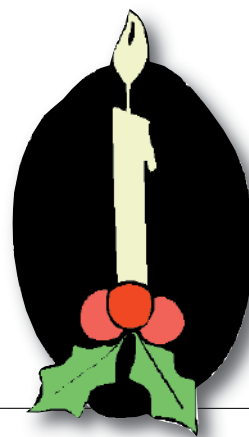
Er zitten vast wel voordelen aan dat vele thuis moeten blijven, maar ik voel vooral zorgen. Zorgen over corona en de wereld in het algemeen, zorgen over mijn oude moeder, mijn dochters die er ook maar mee moeten dealen en (ook wel een beetje) zorgen over mijn eigen gezondheid: blijf ik verschoond van corona? En hoe zit het ondertussen met de ouderdomskwalen? Ach, een paar kleine gebrekes - eigenlijk niets om over te mogen klagen, vind ik - maar toch. Ouder worden: ik vind het best een 'dingetje'.

Nog een paar werkjaren te gaan. En dan? Toch maar eindelijk verhuizen naar het platteland? In mijn eentje een moestuin beginnen, kippen houden, een kat misschien? Kleinkinderen die gezellig bij hun oma komen theedrinken? Zonder een tweede 'opa'? Ik wil, ik moet flink zijn en vertrouwen hebben. Positief blijven. Zoveel mogelijk genieten van het leven. Maar dat is nou net het punt: je weet het allemaal wel, je kent jezelf inmiddels ook wel een beetje, je begint een klein beetje te snappen hoe het leven in elkaar steekt. Maar dan moet

je het ook nog dóen. Elke dag opnieuw. Zin of geen zin, samen of alleen, pandemie of nie.

En dan blijven, na tien jaar, opeens de opvliegers weg. En slaap ik weer gewoon de hele nacht. Het voelt of ik ergens doorheen ben gegaan. Een donkere buis met aan het eind een klein lichtpuntje. Al wist ik lange tijd niet of ik daar ooit nog zou komen. Op een dag was ik er en keek ik met verbazing naar mezelf. Het voelt of ik iets heb afgesloten, ervaar meer rust en tevredenheid en ben meer mezelf. De hernieuwde energie is ook prettig. Alles lijkt minder zwaar en dat kan ik in deze tijd wel gebruiken. Waar zou ik nu zijn geweest zonder dat beetje extra levenslust? Alleen al die decembermaand: dit jaar opnieuw een met beperkingen, gedwongen tot veel cocoonen. Oh, wat zullen we dat straks goed kunnen. Maar ik ben blij: met mij komt het wel goed. Ik kan het weer een beetje aan. Ik hoop jij ook.

En voor wie het wel kan gebruiken, is hier een beetje extra licht:



Schrijvers in Oost

Shelly Roso schrijft jeugdboek over armoede

Vorige maand verscheen het nieuwste jeugdboek van Shelly Roso uit Nijmegen-Oost: 'De wolken kleurden donkergrijs'. Shelly is kinderboekenschrijfster, maar schrijft ook elke week een column over bezuinigingen voor genoeg.nl, een onafhankelijk tijdschrift en internetplatform voor iedereen die meer wil doen met minder. Afgelopen voorjaar interviewde de Wijkkrant Shelly, lees ons portret van Shelly hier: bit.ly/32JrtQF

In 'De wolken kleurden donkergrijs' beschrijft Shelly Roso heel mooi wat voor impact armoede kan hebben op het dagelijkse leven van kinderen, en hoe ingrijpend de gevolgen soms kunnen zijn. In dit aangrijpende verhaal, moet de 13-jarige Oliver (Oli) een taakstraf uitvoeren. Zijn slachtoffer, de 74-jarige Henri Blom, staat erop dat het bij hem op het terrein van zijn vakantiehuis gaat gebeuren.



Vanaf het begin is het voor Oli duidelijk dat meneer Blom een plan met hem heeft. De taken die hij van de oude en, door zijn toedoen, invalide man krijgt, worden steeds vreemder. Hij durft er thuis niets over te vertellen. De band tussen een van de vaders en Oliver is toch al niet optimaal, zeker niet als zijn zusje ook nog eens tijdelijk uit huis geplaatst wordt.

'De wolken kleurden donkergrijs' is een psychologisch jeugdverhaal voor kinderen vanaf 12 jaar. Hoewel de thematiek zwaar is, leest het heerlijk weg en heeft het verhaal een hoopvolle afloop.

Meer weten over dit boek? Kijk dan eens op www.uitgeverijeigenzinnig.nl.



*Winkelcentrum
Molukkenstraat
wenst u allen,
gezonde
en sfeervolle
dagen!*



WINKELCENTRUMMOLUKKENSTRAAT

"Kwaliteit, service en winkelgemak in de buurt"

www.winkelcentrummolukkenstraat.nl