

de Wijkkrant

voor Nijmegen-Oost

Jaargang 40 - nr. 2/februari 2012



Pagina 5

**TWEEDE LEVEN
KINDERKLEDING**

Pagina 17

**NIEUW LEVEN IN
GROENEWOUD**

Pagina 21

**TIJDLOZE
LEVENSVRAGEN**

Bij de Rechtswinkel aan de Daalseweg geven 20 rechtenstudenten al 30 jaar vrijwillig een gedegen juridisch advies. Kijk op www.rechtswinkel-nijmegen.nl Voor de openingstijden.

Beleef je buurt op dewijkwebsite.nl!

Nieuw: • De helpende hand: buurtbewoners helpen elkaar
• BuurtRadar: een heel andere kijk op je buurt

Gratis verspreid in:

Altrade

Hengstdal

Hunnerberg

Kwakkenberg

Groenewoud

Galgenveld



Knollen & citroenen

Als wijkbewoner kun je per nummer één gratis advertentie plaatsen. Je plaatst je advertentie op www.dewijkwebsite.nl (dus niet mailen!), dan komt ie automatisch in de wijkkrant. Geen internet? Lever je advertentie dan in bij de Wijkwinkel, Daalseweg 259a.

De Wijkkrant en Wijkwebsite zoeken vrijwilligers die het leuk vinden om leuke buurt-, wijk- en stadsinformatie te vinden en dit op de wijkwebsite te plaatsen. Reageer naar redactie@dewijkwebsite.nl

Gezocht voor mijn verzameling militaire uniformen: een mannelijke etalagepop. Heeft u er nog een liggen? Ik neem deze gaarne van u over. Stuur een e-mail of bel. Bij voorbaat dank. Tel.: 06-53719728 angela.nijmegen@hotmail.com.

Marlôt Fliers schildert portretten in opdracht. Bent u geïnteresseerd in een geschilderd portret op doek (acrylverf) dan kunt u contact opnemen met mij. Wilt u meer informatie dan kunt u een afspraak maken om mijn werk en stijl te bekijken. Telefoon: 024 3241817. E-mail: m.l.fliers@gmail.com.

Ik heb een kerstboom. Hij wil blijven leven. Ik zou 'm graag met z'n pot ingraven en met kerst weer uitgraven. Maar ik heb geen tuin. Heb jij 'n plekje in je tuin? mail me dan: sassann@gmail.com.

Tegen een redelijk bod te koop: Alisun 1000H zonnehemel. Zelf op te halen en te monteren. E-mail: i.franken@chello.nl Telefoon: 0622426242.

Ik zoek voor een collega (vrouw, 35) zelfstandige woonruimte (vanaf 1 mrt 2012, max. 1000 incl.). Zij werkt de komende 2,5 jaar als onderzoeker op de RU en zoekt voor die periode woonruimte. Ik hoor het graag als u een nette, betrouwbare huurder zoekt! Vriendelijke groet, Marloes. E-mail: marloes.vandergoot@gmail.com. Telefoon: 06-48251689.

Enkele weken geleden is mijn fiets met kruisframe gestolen. Op zich vervelend maar in dit geval extra omdat deze fiets erg groot is en op mijn maat gemaakt omdat ik ook erg groot ben. Deze fietsen zijn erg duur om te laten maken daarom voor de gouden tip die mijn fiets terug brengt: € 500. Merk: Van Raam. mpostma@postmaexpress.nl. Telefoon: 0643111169.

Gratis af te halen: 18 vierkante meter grindtegels (fijn) van 50 cm bij 50 cm omdat wij in het voorjaar onze tuin gaan vernieuwen. E-mail: w.gooren_t.hofmans@wxs.nl. Telefoon: 024-3609370.

Te koop wegens verhuizing: metalic gasfornuis/oven Indesit; ruim 1 jaar oud; 200 euro. Mountainbike

Trek, blauw, kleine maat: 150 euro. Eenvoudig, klein bureautje 40 euro. E-mail: haastakenburg@kpnmail.nl Telefoon: 06-50273623

Voor oudere familie vriend zoeken wij een tijdelijk postadres voor aow-papieren ed. Prijs in overleg E-mail: michaelsmagic@yahoo.com Telefoon: 0622003898.

Ik zoek een mooie groepsruimte voor een feest met enkelen van ver weg (ook ouderen). Dus slaapgelegenheid is gewenst. Het liefst hier in de buurt. Het gaat om het weekend 7/8/9. september 2012. Er wordt ook lichte live-muziek gemaakt. Voor catering kan ik zelf zorgen. Telefoon: 0243231252. zwaandevries@hotmail.com

Wit matglas plafonnière (plafondlamp) met drie metaalkleurige steuntjes. Doorsnede plaat 20 cm en glazenkap 25 cm. € 5,-. E-mail: gboleij@gmail.com. Telefoon: 0243772968.

Wij zoeken een oppas voor de dinsdagmiddag en woensdagmiddag. In totaal ongeveer 9 uur per week. De kinderen zijn 8 (bijna 9) en 5 jaar. Groet, Maarten en Mariëtte, Bart en Yara. E-mail: mpostma@postmaexpress.nl Telefoon: 0643111169

Aangeboden: voor kleinbehuisden: een ruime, multifunctionele, elektrische kookpan. Zo goed als

nieuw. Voor het bereiden van eenpansmaaltijden en opwarmen van pizza's e.d. Met glazen deksel. 10 euro. E-mail: mhermens@planet.nl Telefoon: 0243602455.

Moderne ronde hanglamp, in prima staat. Hoogte 30 cm en 60 cm doorsnee. Kleur: lichtbeige. Roestvrijstalen bevestigingspendel. Mooi boven een eettafel. Af te halen tegen elk aannemelijk bod. E-mail: f.blum@chello.nl. Telefoon: 06-16236813.

Te koop: officiële trui van ruitersportvereniging de Bergruitertjes uit Beek. Maat S. Donkergroen. 7,50. Kavalkade-cap maat 56. Gebruikt, daarom maar 10,-. Zwart. Ideaal voor beginnende ruitertjes. 06 22933578. E-mail: caleidoscoop@planet.nl.

Ik ben een vrouw van 37 en heb twee kinderen. Ik ben op zoek voor een paar uurtjes in de week naar hulp in de huishouding - ik heb er ervaring mee. E-mail: poeka21@live.nl. Telefoon: 0684353659.

Michiel de ecoschilder: voor al uw binnenschilderwerk met verf op milieuvriendelijke lijnolie basis nog tot 1 april 20% korting. Niet duurder, wel duurzamer! En vanaf de lente ook weer voor al uw buitenschilderwerk. Bel voor een vrijblijvende offerte Michiel 06-53885685 www.michieldeecoschilder.nl. E-mail: e.sprenkels5@upcmail.nl.

Wie heeft er op zolder of in de kelder nog oud slagwerk liggen (drums, trommels) waar je niets meer mee doet en die ik zou kunnen opknappen? Ik kan er dan iemand anders weer een plezier mee doen. Alvast bedankt! Ook zoek ik een repetitieruimte voor onze band. Een (deel van een) garage, box, schuur, loods, magazijn, lokaal o.i.d., ook om eventueel op te knappen en in te richten, zou fantastisch zijn. Wie heeft of weet een geschikte ruimte om te huren? Tom: 06-51577065. E-mail: t.vermulst2@upcmail.nl. Telefoon: 06-51577065.

Meer 'Knollen & Citroenen' op p. 10

Dé verhuurmakelaar van Nederland!

Tip!

123wonen is altijd op zoek naar woningen voor o.a. personeel van Radboud en Canisius. Wilt u zorgeloos verhuren voor korte of langere tijd, wij komen graag geheel vrijblijvend langs of loop eens binnen bij ons kantoor aan de Daalseweg 221A. De koffie staat klaar! Tel. 024-360 03 00 / 06-526 97 997.

1 2 3 Wonen.nl

Vijf vragen aan de kleine ondernemer

Nijmegen-Oost barst er van: er wonen en werken heel veel kleine ondernemers in de wijk. We stellen steeds ongeveer dezelfde vijf vragen. Deze maand spraken we met Patricia van Gemonden van Maatwerk persoonlijke dienstverlening.



Door Anne-Marie Kirch

Patricia van Gemonden is in 2011 gestart met haar bedrijf Maatwerk persoonlijke dienstverlening. Zij biedt mensen in Nijmegen en omgeving een helpende hand. In haar werk staat de vraag van de klant centraal. Patricia: "Je kunt wel 100.000 redenen bedenken om mij te bellen voor een dienst. Maatwerk is niet leeftijdsgebonden. De meeste vragen die ik krijg zijn van mensen die hulp kunnen gebruiken bij heel praktische dingen, bijvoorbeeld het verzorgen van de administratie bij overlijden. In een intakegesprek kom ik erachter wat ik voor ze kan betekenen. Een enkele keer kan ik ze zelf niet helpen, dan stuur ik ze door. Maatwerk levert geen medische zorg, wel sociale, persoonlijke en administratieve dienstverlening.

Wat is je kwaliteit?

"Ik ben in staat om me te verbinden met mensen, er echt voor ze te zijn. Het was een bewuste keus om vanuit mijn eigen ervaring mensen te gaan helpen. Ik vind het een voorwaarde dat mensen een klik met mij voelen. Als mensen een nare ervaring (overlijden, ziekte, beperking) hebben meegemaakt, kan ik structurele ondersteuning bieden. De praktische zaken kan ik overnemen. Het geeft de mensen rust als ze weten dat de administratieve zaken door mij geregeld worden."

Wat zeggen opgetogen klanten over jou?

"Dat ze zich veilig en vertrouwd bij me voelen, en achteraf dat ze tevreden zijn over de geleverde diensten. Mensen kunnen op mij rekenen, als ik iets beloof dan kom ik mijn afspraken ook na."



Patricia (r.) in gesprek met een klant.

Wat is het grootste plezier dat je aan je werk beleeft?

"Het contact met mensen, ik haal veel voldoening uit wat ik ervaar; zoals een gerustgestelde mevrouw van 72 waarvoor ik de administratie op orde heb gebracht. Ik ben nog maar kort geleden begonnen en er is nog veel tijd en ruimte nodig om te groeien, maar ik wil groot worden door klein te blijven."

Hoe ziet je werkdag eruit?

"Heel wisselend; ik werk veel uren, maar niet altijd met klanten. Zoals thuis mijn administratieve zaken regelen. Ook ben ik soms gastvrouw en bied ik ondersteuning bij het organiseren van een verjaardag. Ik organiseer geen feesten en partijen voor 200 man, het blijft wel kleinschalig. Maar het kan ook betekenen dat ik met iemand naar het theater ga of een wandeling ga maken met iemand die nauwelijks meer buiten komt, of juist met iemand die graag veel naar buiten gaat, het kan ook een wandeling met een rolstoel zijn. Of ik ga als begeleiding/ondersteuning mee voor een ziekenhuisbezoek."

Wat doe je over vijf jaar?

"Ik hoop nog met net zoveel plezier te werken als nu, samen met een goed team mensen. Het leuke is dat afgelopen tijd al veel sollicitanten zich hebben aangemeld bij Maatwerk, zeer enthousiaste mensen. Het zou prachtig zijn als ik straks voldoende werk heb om mensen met verschillende kwaliteiten bij Maatwerk aan de slag te laten gaan."

Nieuwsgierig?

Bezoek de website: www.maatwerk-persoonlijke-dienstverlening.nl. Als u geen gebruik van internet maakt, kunt u ook een flyer aanvragen waarop verschillende diensten zijn aangegeven.

'Daar begint de ellende'

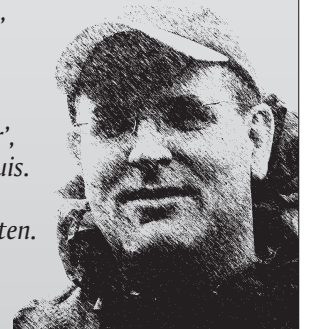
COL
UWN

Door Erik van Huizen

Ik zag het al tijden aankomen en we probeerden de dans te ontspringen door vaak weg te zijn, maar op een gegeven moment stonden ze toch voor de deur. De mannen van elektriciteit en gas. Nieuwe leidinkjes en nieuwe meterjes. 'Daar begint de ellende', verwelkomde ik ze toen ze die ochtend voor de deur stonden. Ze glimlachten. Dacht ik.

Hoewel de mannen allemaal supersaai waren, ze sloegen zelfs mijn vers gezette bakkie koffie af, was het die dag geen voorbeeld van efficiënt werken. Zeker zes werkauto's en een kraantje stonden voor ons huis. Ze moesten twee huizen doen. Daarvoor liepen de hele dag vele mannen in verschillende kledij in en uit. Ik dacht ze op een gegeven moment wel te kennen, maar steeds kwam er weer een nieuwe. Een voor het sleufje graven voor het gas, een voor het sleufje graven voor de elektriciteit, een voor het gaatje boren voor het gas, een voor het gaatje boren voor de elektriciteit, een voor het aanleggen van de gasleiding, een voor het aanleggen van de elektriciteitsleiding, het hield niet op. Omdat er niet zoveel werk was, zat de meerderheid van die, overigens heel vriendelijke, gasten die dag voornamelijk in de auto. Want in het huis was het koud, geen gas en elektriciteit.

Aan het eind kwam gelukkig wel één mannetje voor het dichtgooien van de loopgraven voor gas en elektriciteit. Hij wist alleen niet hoe alles had gelegen. Want de stoeptegels eruit halen, had natuurlijk een ander, de stoeptegeluthaler, gedaan. En de stoeptegelinnegger praat niet met de stoeptegeluthaler. Voor mijn gevoel was alles iets na het middaguur weer klaar. Maar pas aan het einde van de middag kwam er een mannetje langs om de elektriciteitsknop om te zetten en het gas aan te steken. Dat gas aansteken wilde ik zelf doen. Maar de projectleider, de man die voor mijn gevoel de hele dag slechts een beetje rondliep met de handen in de zak, bromde tegen de mannelijke gasaansteker dat ik dat niet mocht doen. Ik stond er verbijsterd bij hoe de gasaanstekerman met de knoppen van het fornuis het gas openzette en het gas in de keuken rondspoot. Ik deed toch maar even een raampje open. Ik zag de projectleider kijken, maar dat mocht ik gelukkig wel doen. Met een vriendelijk 'alles doet het weer', verlieten ze mijn huis. Ik moest alleen de ketel nog effe resetten.



FYSIOTHERAPEUTISCH INSTITUUT NIJMEGEN

therapie op haptonomische basis

Haptonomische weerbaarheidstraining voor jongens en meisjes van 10 t/m 12 jaar

www.haptonomienijmegen.nl



Het Fysiotherapeutisch Instituut Nijmegen start in maart een groepstraining voor kinderen. In deze training leren zij zich zekerder te voelen, hun grenzen aan te geven en voor zichzelf op te komen.

De training is bedoeld voor kinderen die onhandig zijn in het contact met anderen, bijvoorbeeld als er sprake is van faalangst, een negatief zelfbeeld, stil en verlegen zijn, pesten of juist gepest worden of moeilijk kunnen samenspelen.

De trainingen worden gegeven door Yvonne Geraedts, Rots en Water-trainster en Mariëlle Rouleaux, haptotherapeut en GZ-psycholoog.

Data: 8, 15, 22 en 29 maart, 5, 19 en 26 april, 10 en 17 mei.

Tijd: van 17.15 tot 18.30 uur.

Plaats: Berg en Dalseweg 122A

Kosten: € 250,- (vergoeding door de verzekering is mogelijk op basis van haptotherapie)

Voor meer informatie: www.haptonomienijmegen.nl of 024-3228418. Aanmelden voor 1 maart.

Rijbewijskeuring € 25,-

Elke donderdag op afspraak tussen 15.00 en 17.00 uur
(andere dagen in overleg mogelijk)



Wat moet u meenemen:

- *Eigen verklaring met Geneeskundig verslag
(te verkrijgen op het gemeentehuis, thuis alvast invullen)
- *Schoon potje met urine
- *Medicatielijst
- *Eventueel bril of contactlenzen
- *Uw huidige rijbewijs

P.J.T. Pulles, huisarts - Kanunnik Boenenstraat 8, Nijmegen
024-3552339 www.mcbrakkenstein.nl info@mcbrakkenstein.nl

KAPSALON OOST

Jouw Moment...



Miranda Frederichs

Openingstijden: maandag t/m vrijdag.
Flexibele sluitingstijden. Jij bepaalt
Jouw moment bij Kapsalon Oost

PROFESSIONAL
SEBASTIAN

Groesbeeksedwarsweg 36
6521 DM Nijmegen
Tel. 024 - 3889347 Mobiel 06 18117243
www.kapsalonoost.nl

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.

Graag tot ziens voor
Jouw moment

Alleen op afspraak.
Tel. 024-3889347 /
06-18117243
Neem ik niet op,
dan ben ik er voor
degene die zijn/haar
moment krijgt.
Spreek je naam en
telefoonnummer in en
ik bel je terug voor...
Jouw moment

inspiratiegemotiveerdekeuze

**Weet jij
het al?**

capaciteitsmeting
uitgeloottbachelordeficiëntie
studiezoekenlotingscholier
persoonlijkheidsvragenlijst
studiekeuzebewustekeuze
knopendoorhakkenstudent
inspiratiegemotiveerdekeuze
onderzoekenstudiekeuzetest
hbo capaciteiten buitenland
werkenstudie
twijfelmotivatie
persoonlijke begeleiding

Gertie Boleij
STUDIE
KEUZE
ADVIES

inspireert en motiveert
bij de keuze voor je toekomst.
www.gbstudiekeuze.nl
bel 06 31 50 14 53

hbo capaciteiten buitenland

**...of zoek je
inspiratie
bij je keuze?**

studiezoekenlotingscholier
persoonlijkheidsvragenlijst
studiekeuzebewustekeuze
knopendoorhakkenstudent
inspiratiegemotiveerdekeuze
onderzoeken
hbo capaciteiten
werkenstudie
twijfelmotivatie
persoonlijke begeleiding

Social Dog Talk

Het is vroeg in de ochtend. De vrieskou heeft een witte laag rijp over het landschap gelegd. Op de Kopse Hof in Nijmegen-Oost verzamelt zich een groep mensen, met hun trouwe viervoeters. Ik sluit aan met mijn camera omdat ik voor de eindopdracht van de Fotoacademie dit fenomeen wil vastleggen.

Ingezonden door Fien Kraanen

Eenmaal door het klaphek, gaan de beperkende riemen van de hondenhals en kiezen de beesten hun vrije route. Er schijnt een winters zonnetje. De hondenliefhebbers cirkelen in een omtrekkende beweging linksom over het licht glooiende terrein. Hun honden

mannen en honden. Ze waarschuwen elkaar voor de drollen op het pad. Zo nu en dan sluit er vanuit een zijpad weer eens iemand aan.

Iedereen kent iedereen en ook zonder hond voel ik me toch al snel opgenomen in de groep. Na enkele ochtenden leer ik de honden en hun baasjes wat beter kennen. Soho, de onstuimige dalmatiër, hoort bij Yen, die soms ook een jas met stipfels draagt! Duin, de imposante lassie, gaat helemaal zijn eigen weg, lijkt de leider van



zaam uit. De meeste honden gaan vies en volstaan in diverse auto's, een ander deel vertrekt per fiets of te voet.

Caesar, een kleine chihuahua met piratenjasje, is voor niemand bang

rennen af en aan, stoeiend met elkaar. De baasjes praten, in verschillende samenstellingen, over de meest uiteenlopende onderwerpen.

Wat begint met een groepje van drie à vier personen, zwelt al snel aan tot 15 vrouwen,

het roedel. Eigenaresse Ellen geeft hem zijn ruimte. Caesar, een kleine chihuahua met piratenjasje, is voor niemand bang.

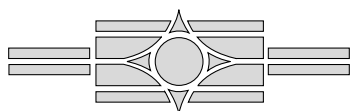
Sommigen haken af na enkele rondjes, en gaan op weg naar de rest van de dag.

Na een klein uur dunt de groep weer lang-

Na vier ochtenden wandelen, kijken, luisteren en fotograferen op locatie, is 'Social Dog Talk' gerijpt tot een mooie serie. Mijn dank gaat uit naar de baasjes en hun honden, die in alle openheid hun medewerking hebben verleend, waardoor ik mijn eindopdracht kon vormgeven.

Mijn volgend fotoproject wordt: 'Bankzitters in Nijmegen', mensen thuis op de bank. Interesse? Mail dan naar fkraanen@gmail.com.





van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

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

mw mr H. M. Smit

voor:

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

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

Alles voor uw auto!

audio

dakkoffer
koop/ huur

alarmsystemen

accessoires

automaterialen

accu's

airco

en nog
veel meer!



Dé autoshop!

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

Café Jos



meesterschenkerij

Website: www.cafejos.nl

Daalseweg 309 Nijmegen 024-323 20 01

Maandag gesloten m.u.v. feestdagen

Dinsdag t/m zaterdag 15.00 tot 02.00 uur

Zondag 14.00 tot 20.00 uur



Embalanca

**Praktijk voor gewichtscounseling
en voedingsadvies**

Wilt u uw ideale gewicht bereiken en behouden?
(Over)weeg uw leefstijl bij Embalanca onder
deskundige begeleiding van Patty Smits,
gewichtconsulente en psycholoog.

Zie www.embalanca.nl of bel 06-28495196
voor een gratis oriënterend gesprek.



betaalbaar **boekhouden**
voor de kleine onderneming en ZZP'er

opzetten, organiseren
en automatiseren administratie

begeleiden startende ondernemers

menselijk **advies** financiële vraagstukken

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

Wintertuin in de winter

De boekenweek komt er weer aan. En daarmee ook het jaarlijkse boekenfeest. Dit groots opgezette festijn vindt al jaren plaats in de Vereniging en wordt onder andere georganiseerd door Literair Productiehuis Wintertuin. Niet iedereen zal het beseffen, maar het kantoor van Wintertuin staat in hartje Nijmegen-Oost. In de voormalige drukkerij SSHN, naast het sportfondsenbad Nijmegen-Oost.

Door Simone Kiekebosch

We praten met Marlijn Hoefnagel. Zij doet sinds drie jaar de *public relations* van Wintertuin. Daarnaast is zij verantwoordelijk voor

de titel 'De geest moet waaien'.

Ook dit festival brengt schrijvers, dichters, musici, tekenaars, film- en theatermakers bij elkaar, in niet eerder vertoonde programma's en combinaties. Op 1, 2 en 3 juni zal dit festival weer plaatsvinden in Arnhem. Daar wordt dan ook al voor de tiende keer de Johnny van Doorn-prijs voor gesproken letteren uitgereikt."

Marlijn zwijgt in alle talen als ik wil weten wie die prijs dit jaar gaat winnen... Persoonlijk hoop ik op Herman Brusselmans, maar nee, dat wil ze nog net verklappen, die is het niet... Brusselmans komt bovendien uit België.

Hoe vinden de schrijvers het om naar Nijmegen te komen? Kijken ze een beetje neer op het provinciale stadje Nijmegen?

"Ze komen met veel plezier hierheen. Het is hier iets informeler en we verwennen ze wel. Je moet ervoor zorgen dat de kleedkamer vol ligt met lekkere dingetjes", vertelt Marlijn op samenzweerderige toon. Hmm, smikkelen en smullen. Ik denk dat ik ook maar schrijver word.

Marlijn: "Dat kan, we bieden ook sinds 2011 een vierjarige schrijfopleiding bij Artez in Arnhem. De eerste HBO schrijfopleiding. De studenten leren uiteraard schrijven, maar er wordt ook veel aandacht besteed aan andere aspecten van het schrijverschap. Hoe draag je voor, maar ook hoe verkoop je jezelf. Het is een brede en bovendien populaire opleiding. Toen we begonnen vorig jaar, kregen we meer dan 100 aanmeldingen. We konden helaas maar 20 mensen plaatsen. Het eerste groepje heeft in juni hun propedeusediploma."

Waar komt de naam Wintertuin eigenlijk vandaan?

"In 1990 werd er voor het eerst een literatuurfestival georganiseerd, ondermeer door Thomas Verbogt. Het liep toen tegen de winter. Het festival werd zo genoemd en uiteindelijk ook het productiehuis. Aanvankelijk begonnen we met een tweejaarlijks festival. Nu worden er het hele jaar door activiteiten in het heel Nederland georganiseerd, maar ook in België en Duitsland." Dat laatste verbaast me niets, ik zag net in de hal een exemplaar van 'NRC nächstst' liggen.

Hoeveel mensen werken hier?

"Zo'n tien mensen betaald en we hebben gelukkig vaak stagiairs. Daarnaast werken we met veel vrijwilligers. We hebben altijd nieuwe vrijwilligers nodig. Bijvoorbeeld voor het komende boekenfeest op 17 maart. Zaalwachten, garderobe, barmedewerkers, opbouwers en artiestenbegeleiders.

Is het jaarlijkse boekenfeest jullie meest omvangrijke project?

"Het is wel groot, maar we doen de organisatie samen met een aantal partners, waaronder de bibliotheek en Keizer Karel Podia, dus het is te behappen. Onze grootste productie is eigenlijk nog steeds het Wintertuinfestival in november. Dat is vier dagen lang. Er is plaats voor vele prachtige producties op het snijvlak van literatuur en andere kunsten. Daarnaast organiseren we een dergelijk groots festijn in Arnhem, met



Hoe houden jullie het hoofd boven water met alle bezuinigingen op subsidiegebied?

"We houden ons actief bezig met educatieve projecten, onder andere op middelbare scholen. We hebben nu net een schrijfwedstrijd voor jongeren van 15 jaar of ouder georganiseerd", vertelt Marlijn enthousiast.

Het thema is vrijheid en jongeren kunnen nog meedoen tot uiterlijk 10 maart. Kijk op: www.schrijfvanjeaf.com.

"We krijgen daarnaast inkomsten uit kaartverkoop en we werken steeds meer samen. Zo zijn we momenteel bezig met een fusie met theaterwerkplaats Generale Oost uit Arnhem en Productiehuis Oost Nederland voor popmuziek uit Deventer. Vanwege de financiën, maar ook om het oosten van Nederland cultureel gezien wat meer op de kaart te zetten."

Boordevol toekomstplannen hier bij Wintertuin, van vele kruisbestuivingen, een masterclass college van Gerrit Komrij tot een literaire sportavond aan het begin van de Olympische Spelen. Kijk voor meer info op: www.wintertuin.nl.

Zaterdag 17 maart in het concertgebouw De Vereniging. Zaal open: 19.45 uur, aanvang programma: 20.15 uur. Einde: 03.00 uur
Toegang: €17,50 / €15,- (biebpas) / €10,- (CJP/student).

Foto: Erik van Huizen



Maandag 27 februari BTW-vrij shoppen!

*bij de leukste dierenspeciaalzaak
van Nijmegen*

19% korting op het gehele assortiment!

dobey
dol op dieren

Nijmegen VOOR DIER & TUIN

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

Somon Schilderwerken

- binnen- en buitenschilderwerk
- wandafwerking waaronder glasweefsel
- houtrotreparaties

**Tijdens de wintermaanden een korting
van 15% op al uw binnenschilderwerk.**

Voor een vrijblijvende offerte belt u 024- 35 55 117
www.somonschilderwerken.nl

dankzij u al 50 jaar

börger mode

www.borgers-mode.nl
St. Jacobslaan 202, 6533 VP Nijmegen, tel. 024-3551983

**WIJ ZIJN ER EVEN TUSSENUIT
VAN 7 T/M 21 FEBRUARI**

PETERS Keukeninterieurs

Vakkundig advies - Uitstekende service
Betaalbare prijzen - Eigen montagedienst
Alles in 1 hand



St. Jacobslaan 90 Nijmegen
Tel. (024) 355 22 20
www.peterskeukeninterieurs.nl

25 jaar
De juiste keuze

EEN LEKKERE WINTER Nederlands kampioen van

ROOKWORST, BALKENBRIJ, STAMPPOT, HACHEE,
CASSELERIB, VERSE WORST, ZUURKOOLSPEK, MET GOUD BEKROONDE
STOOPOTJES EN DE BESTE ERWTENSOEP VAN NEDERLAND GEMAAKT VOL-
GENS TRADITIONEEL FAMILIRECEPT... OUDERWETS LEKKER!

Al ons vlees, worsten, vleeswaren, maaltijden en specialiteiten zijn afkomstig
van scharreldieren. Diervriendelijk gehouden vee, dat lekker buiten kan scharre-
len en uitsluitend schoon, zuiver plantaardig voer krijgt. Het gebruik van antibio-
tica, groeibevorderaars of medicijnen, is streng verboden. Dit wordt extra
gecontroleerd van boer tot slager. Deze strenge controle geeft u de garantie
dat u met scharrelvlees schoon, zuiver en diervriendelijk vlees op tafel heeft.
Scharrelvlees goed voor u... beter voor de dieren!

AANBIEDINGEN GELDIG T/M 3 maart

GELDERS STOOPOTJE kant en klaar	500 gram	4,95
BALKENBRIJ traditioneel familiecept	500 gram	2,95
ERWTENSOEP de beste erwtensoep van Nederland	liter	5,90
MEXICAANS GEHAKT lekker gekruid	500 gram	4,95
SCHARRELVLEES... GEGARANDEERD ANTIBIOTICA-VRIJ		

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

Mamaloe in tweedehands kinderkleding

Wie kent haar niet? Mamaloe. De vrouw die samen met Pipo de clown door het land heen reisde met hun unieke woonwagen. Vervlogen tijden? Nee hoor, Mamaloe is springlevend. Maar ze heeft inmiddels wel een vaste stek gevonden op de Prins Hendrikstraat 22 in Nijmegen.

Door Karin Veldkamp

Anne Gerding liep al tien jaar rond met het idee om tweedehands kinderkleding te gaan verkopen. "Ik heb maatschappelijk werk gedaan en ben officemanager geweest, maar het idee van kinderkleding bleef altijd knagen." In 2010 hakte Anne de knoop door. "Ik zat op dat moment in de WW en dacht: Ik moet het nu gaan doen anders komt het er nooit van." Anne vond haar pand in Nijmegen-Oost. De winkel werd opgeknapt en in de buurt werden huis aan huis flyers verspreid over de opzet van de winkel. "Het sloeg goed aan. Bij de opening had ik al duizend kledingstukken in de winkel hangen."

Veertig procent van de opbrengst

Dat Anne trots is op haar initiatief blijkt wel uit het stralende gezicht als ze over haar winkel praat: "Ik ben ervan uitgegaan dat ik het eerste jaar geen inkomen zou hebben, maar het gaat hartstikke goed. Het praat zich rond en verspreidt zich als een olievlek." Dat blijkt wel uit het feit dat de klanten niet alleen uit Nijmegen-Oost komen, maar ook uit Oosterbeek, Duitsland of Appeltern. Blijkbaar heeft Mamaloe in een korte tijd al een aardige naam opgebouwd. Hoe kan dat? "Ik onderscheid me van andere zaken om meerdere redenen. Mensen kunnen hier hun oude kinderkleding inleveren en ontvangen dan veertig procent van de opbrengst, die ze vervolgens weer uitgeven in de winkel", legt Anne uit.

Allerkleinse maten drie keer gebruiken

Een mooi concept. Op deze manier snijdt het mes snijdt aan twee kanten. Maar is het idee ingegeven vanuit ideële grondslag of valt het binnen de categorie 'slimme bedrijfsvoering'? Anne reageert meteen: "Het is zo zonde als al die kleren worden weggegooid. Hergebruik van producten vind ik echt van belang. Bovendien wordt er veel te veel geproduceerd. Er zijn meer kledingmerken voor kinderen dan voor volwassenen. En dat terwijl de allerkleinste maten wel drie keer te gebruiken zijn."

Natuurlijk ben ik het met haar eens, maar je kunt je kleding natuurlijk ook in de kledingbak bij de Supermarkt kwijt. En dan gaat het toch naar bijvoorbeeld derdewereldlanden... "Dat kan. Maar bij kledingbakken weet je nooit zeker of het wordt hergebruikt",

legt Anne uit. En bovendien kun je bij Mamaloe weer andere kleren voor je kinderen kopen."

Geen gegraai in bakken

Terwijl Anne nog een tweede kopje thee zet, kijk ik eens even rustig rond. De winkel ziet er gezellig en vrolijk uit. Mooi kleuren en overzichtelijk ingericht. Geen gegraai in bakken, maar alle kleren op hangertjes. En geen overvolle winkel. Ruimte om te lopen en, hoe kan het ook anders, een speelhoekje voor de kinderen. "Toch komen de mees-

'Als het niet gestreken is, stuur ik ze terug'

te ouders hier juist zonder kinderen. Ik had verwacht dat woensdag en zaterdag de drukste dagen zouden worden, maar het zijn de dinsdag en donderdag." Op deze dagen komen er toch zo'n veertig klanten binnen lopen. En natuurlijk blijft het niet bij aanbieden en verkopen van de kinderkleren. "Je maakt een praatje en leert elkaar kennen. Ik krijg echt een band met de mensen", vervolgt Anne haar verhaal. "Je wisselt dingen uit en soms heb ik huilende klanten. Mensen voelen

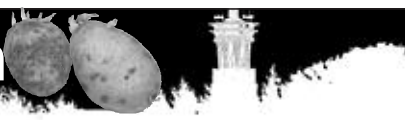
zich hier geen nummer. Maar waar ik het meeste van geniet is dat vrouwen hier zwan-ger rondlopen en vervolgens stapt haar kind door de winkel. Er is één kind bij dat helemaal gek op me is. Die rent op me af als ze de winkel binnenkomt", zegt ze stralend. Een tekort aan kleding heeft Anne niet. "Ik had het niet verwacht, maar drie maanden na de opening had ik al mijn eerste innamestop. En nu nog geregeld. Er komt veel binnen en ik verkoop ook goed. De kleren zien er als nieuw uit en er komt veel merkkleding binnen. Maar ik ben wel kritisch. De kleren moeten helemaal goed zijn. Er mag geen vlekje op en gaatje in zitten. Alles moet gewassen en gestreken zijn. Als het niet gestreken is, stuur ik ze terug, hoe moeilijk ik dat ook vind. Ik laat de klant dan wel zien hoe een niet gestreken kledingstuk eruit ziet op een hangertje. Dat ziet er gewoon niet uit en verkoopt niet. Het kledingstuk komt dan niet tot zijn recht."

Mamaloe verkoopt kinderkleding vanaf de geboorte tot de leeftijd van ongeveer tien jaar. "Ik heb echt de kleinste maat in huis", lacht Anne. "Maar bij tien jaar houdt het wel op. Ik heb geprobeerd ook kleren voor 12/13-jarigen te verkopen, maar dat liep niet goed. Op die leeftijd willen ze geen tweedehands kleren en zeker niet als het vorig jaar in de mode was."





Knollen & citroenen



E-mail: f.bochem@chello.nl.
Telefoon: 0645957606.

Vervolg van pag. 2

Ik ontwerp zelf mijn **Art aquarellen**. Het zijn unieke aquarellen en worden door mij maar eenmaal gemaakt. Deze zijn voor een betaalbare prijs te koop. Leuk om zelf te houden of cadeau te geven bij een gelegenheid. Website: artdesignbyed.jouwweb.nl. E-mail: edart10@hotmail.com.

Te koop: **IKEA (tiener)bed** (metaal) met lattenbodem en matras. Kan tevens als bankje worden gebruikt. I.z.g.s Af te halen 40 euro. E-mail: mai.mai@planet.nl, t. 0243661153.

Vermist sinds 2 februari 2012: mijn **Siamese kater Chico**. Weggelopen vanaf de kruising Broerdijk/Hengstdalseweg. Hij heeft een suède bandje om met belletje en een koortje met adres en hij is gechipt. Wie o wie heeft hem gezien? 0644698481 of 0636531808. E-mail: e.mochel@hotmail.nl.

Heeft U **huishoudelijke hulp** nodig? Bijvoorbeeld voor oppassen,

hond uitlaten, poetsen? Ik heb veel ervaring, ook met bijzondere kinderen en huishoudelijke bendes. Prijzen liggen tussen de 4 en 10 euro per uur. Ik hoor het graag! E-mail: lobke887@live.nl. Telefoon: 0616166987.

Uniek wonen? Te koop: **zonnig huis** in Rijksmonument. Tuindeur naar grote binnentuin van Krayenhoffkazerne in Limospark in Nijmegen. Vele extra's o.a. parkeerpl. in eigendom in garage! Tuinkamer, keuken, toilet. 1e verdieping: werkruimte/slaapk./badk./2e toilet. Instapklaar. Vr.pr. € 249.000 Adres: Molenveldlaan 56 6523RM Nijmegen. E-mail: inekelap@hotmail.com. Telefoon: 024-8441647.

Ik ben op zoek naar een prettige, **gezellige woonruimte** (lieft in een woongroep) van ongeveer 20 m2 (groter mag ook!) en niet duurder dan €400 euro. Ik ben 25 jaar, huisgenoten liefst ook rond die leeftijd. Wie weet/heeft iets?

E-mail: merelvanoven@gmail.com. Telefoon: 0617473712.

Mijn hobby is het **verzamen van ansichtkaarten** met diverse thema's. Daarom ben ik op zoek naar diverse ansichtkaarten, 10x15 cm. Het mogen on- en beschreven kaarten zijn. Tevens ben ik op zoek naar gebruikte tabbladen, waar 6 foto's in kunnen. e.breebaart@gmail.com

Gevonden: **gouden damesring** in de Eikstraat vlakbij de speeltuin. Telefoon: 06 20403177

E-mail: bronneberg@yahoo.com

Appartement gezocht Wij zijn een werkend/studerend stel en zoeken voor de langere termijn zelfst. woonruimte in Nijmegen, liefst in Oost, Centrum, Bottendaal, Oud-West. Min. oppervlakte 50 m2, max. €900 incl. (afh. van de woning). Weet u iets of verhuurt u zelf een appartement dan horen we heel graag van u! Jelle en Luisa. E-mail: l_heumann@yahoo.de. Telefoon: 06-19996491.

Te koop: **Probox280 skibox**, heeft ruimte voor 4 paar.

Wegens omstandigheden zoek ik **zelfstandige woonruimte** voor mijn dochter van 15 jaar en mijzelf. Verkoop huis heeft ons in financiële moeilijke positie gebracht. Ik kijk uit naar een spoedige reactie. marleenbrants@volzinijn.nl.

Woningruil. Ik zoek me spoed een benedenwoning of flat (max. 2e verd.) in Nijmegen-Oost. Ik laat achter: flat 3 hoog in Hatert, 3 min van het winkelcentrum. Tel. 024-3551070.

Te koop: * 2 zwarte aluminium verstelbare wandelstokken, 1 rechtse en 1 linkse, samen 10 euro.

* 1 toetsenbord en muis voor de computer, 5 euro, * 1 paar donker bordeaux rode winterlaarzen (dames) maat 37, amper gedragen, 25 euro, * duur campingbedje, nu 25 euro. Tel.: 06-13582580.

Ik (vr. 70+) zoek 3 enthousiaste **bridgers(sters)** die het ook leuk vinden 1 x in 14 dagen een middag bij elkaar te bridgen. Omgeving Can. College. Tel. 3230878. E-mail: wijkwinkel.oost@12move.nl.

Romantische Dag van Oost op zondag 24 juni Panorama Feestdag in nieuw jasje

Een lome, zonnige en gezellige middag op het mooiste punt van Nijmegen, namelijk de stuwwal. De strooien hoeden op, de picknickmanden mee en zoek een plekje in het gras om je te laten verrassen.



Wij zoeken (wijk)bewoners die zich op die middag willen gaan presenteren. Dit kan van alles zijn: muziek maken, kunst exposeren of vertonen, zaken uitstallen: van hapjes verkopen of tarotkaart lezen tot oude foto's of prenten van Nijmegen (Oost) laten zien of verhalen vertellen. Natuurlijk is het ook mogelijk om gezamenlijk het uitzicht te schilderen, net als de afgelopen jaren.

Met meer activiteiten en presentaties hopen we de Panorama Feestdag op een hoger niveau te gaan tillen.

Daar hebben wij u voor nodig!

Herkent u u zichzelf in deze oproep en wilt u zich zelf of uw bedrijf/hobby presenteren, reageert u dan naar wijkcomite.oost@planet.nl.

Voor verdere informatie: www.wijkcomiteoost.nl.

Kom tennissen bij Avanti!

Voor tennisclub Avanti start het seizoen weer eind maart. Avanti ligt aan de Van Haapsstraat, hartje Groenewoud. Deze tennisclub bestaat bekend om zijn gezellige en gemoedelijke karakter waar iedereen zich snel thuis voelt. Er wordt getennist op kwalitatief zeer goede gravelbanen. De club heeft ongeveer 500 leden, maar voor het nieuwe seizoen is er nu nog plaats voor nieuwe leden, jong en oud is welkom. Voor nieuwe leden wordt er op **woensdag 28 maart** een speciale avond georganiseerd, waar naast informatie over de club een gratis trainingsles wordt aangeboden. Heb je ook interesse om te tennissen, kom dan ook op 28 maart (er zijn enkele leenrackets beschikbaar). Tussen 19.00 u en 20.00 uur is er de gelegenheid om kennis te maken met de club en kun je een kijkje nemen. Tevens is het bestuur aanwezig voor vragen en informatie en liggen er inschrijfformulieren klaar om je direct aan te melden. Voor alle leden begint het seizoen in maart met een openingstoernooi.

Dit is een van de vele activiteiten die door het jaar plaatsvindt, waar naast het sportief gebeuren zeker ook het plezier telt.

Wil je meer informatie over tennissen bij Avanti? Kijk dan eens op de website; www.avanti55.nl.



Nieuwe expeditie voor apotheek en huisarts

Op 21 januari jl. vond de officiële opening plaats van apotheek Van der Ploeg op de nieuwe locatie. In de periode vanaf begin november hebben alle bezoekers kennis kunnen nemen van de verhuizing doordat aan iedereen een sleutelhanger met kleurrijk lint

zien. Dit bevordert de samenwerking en geeft de huisartsen direct inzicht in door de apotheek afgeleverde voorschriften van de specialist.

Ondanks de slechte weersomstandigheden was voor de inloopuren in het nieuwe pand

weg het oog richt naar de Maartenskliniek, dan zie je het paard bij de bushalte staan van lijn 8, maar het staat met zijn hoofd in de richting van de kliniek en met zijn staart gekeerd naar de bus. Daardoor zal het paard elke bus missen en daar dus blijven staan.



en een scheurkalender werd uitgereikt met de nieuwe naam Pegasus. Het fonkelnieuwe gebouw staat op de hoek van de Dommer van Poldersveldtweg/Tooropstraat (waar ooit een sigarenzaak was gevestigd).

Door Pleun Reedijk

Jaren geleden vestigde zich aan de Tooropstraat de apotheker Van der Ploeg, die de nieuwe vestiging zijn naam gaf. Deze naam bleef behouden toen later apotheker Kho het bedrijf overnam en vandaag bestaat de naam Apotheek Van der Ploeg alleen nog als aanduiding op de oude bedrijfsruimte aan de Tooropstraat.

De apothekers Pascalle Kho en Emmy Kueper zitten nu samen onder één dak met de huisartsen mevrouw Hamers en de heren Herberts en Meijerink. De huisartsen hebben alle drie hun eigen spreekkamer en er is een vierde spreekkamer voor een eventuele arts-assistent.

De apotheek heeft een ruimere entree gekregen en verder is de verhuizing aangegrepen om nieuwe technische apparatuur aan te schaffen die de bedrijfsvoering zal vereenvoudigen. De huisartsen en de apotheek maken gebruik van hetzelfde computersysteem. Dit betekent dat de huisartsen en de apotheek de NAW-gegevens delen. Daarnaast kan de huisarts de actuele medicatie

grote belangstelling van publiek en beroepsgenoten. Kinderen renden naar hartenlust van de ene schaal met lekkere soesjes naar de andere. Nadat de bezoekers het gebouw grondig bekeken hadden, verzamelden zij zich in de voorruimte van de apotheek. Na een korte toespraak door een van de huisartsen werd de nieuwe vestiging voor geopend verklaard, waarop het glas geheven kon worden.

Waarom de naam Pegasus?

Na rijp beraad heeft men gekozen voor de naam Pegasus. Niet omdat er een verband bestaat tussen geneeskunde en deze Pegasus, maar simpelweg omdat in deze wijk de naam Pegasus min of meer ingeburgerd is. In Nijmegen-Oost staat namelijk de naamgever al jarenlang op een grasveldje bij de samenkost van de Sophiaweg en de Berg en Dalseweg. De naamgever is het gevleugelde stenen paard Pegasus. De naam stamt uit de Griekse mythologie en in dat kader was er een paard met vleugels dat de Griekse goden van dienst was bij, laten we zeggen, expedities. Als je vanuit een bepaalde hoek aan de Hengstdalse-

Uw verslaggever voelt zich geroepen om verder in te gaan op het gegeven Pegasus. De naam Pegasus heeft onder andere veel bekendheid gekregen in de dagen dat de geallieerde troepen in juni 1944 geland zijn op de Normandische kust. In het holst van de nacht van 5 op 6 juni 1944 zijn twee zweefvliegtuigen, met elk dertig man para's aan boord, geland op Frans grondgebied, vlak achter de kust waar de landingen zouden plaatsvinden. Doel van de twee zweefvliegtuigbemanningen was een brug over de rivier de Orne bij het stadje Ouistreham. Deze brug werd door de geallieerde legerleiding zó belangrijk geacht dat, tegen elke prijs, de brug in geallieerde handen moest komen, en blijven. De helft van de gelande para's heeft de gevechten met de Duitse troepen niet overleefd. De brug bleef in geallieerde handen tot nieuwe versterkingen bij het ochtendgloren de nog in leven zijnde para's kwamen ondersteunen. Mede vanuit deze brug begon toen de opmars der geallieerden door Frankrijk en verder. De actie van de para's met de twee zweefvliegtuigen had de codenaam Pegasus. De naam van de brug is nu officieel de 'Pegasus bridge'. De oude vechbrug is nu een oorlogsmonument, opgesteld nabij de nieuwe brug.

Bij de herdenkingsactiviteiten in Oosterbeek wordt jaarlijks de Airborne Wandeltocht gehouden, die mede verbonden blijft aan het Airborne-regiment dat de para's leverde voor de belangrijke brug. Tijdens de wandeltocht zijn veel vlaggen te zien in de kleuren van het regimentsvaandel. Ook de Airborne-medailles, na het volbrengen van de tocht, hebben de afbeelding van het vliegende paard.



Lekker en gezond afvallen (en... SLANK BLIJVEN) met DORIEN VERNOOIJ van de EGA AFSLANKCLUB

EGA staat voor 'Eerste Goudse Afslankclub' maar het zou ook 'Eet Graag Alles' kunnen zijn, want dat doen we nu eenmaal graag.



Dorien Vernooij is cursusleidster in de Betuwe, Nijmegen, Beuningen, Groesbeek, Wijchen en Arnhem. Je mag eten wat je gewend bent, het draait om de dagelijkse maaltijdsamenstelling en de hoeveelheid, groente, vlees, vis, aardappels, rijst, vleesvervangers, kaas, noem het maar op, het mag allemaal. Geen liflafjes maar gewoon lekker eten, elke week de bekende stok achter de deur om te komen wegen, lekkere recepten en veel informatie over wat wel en niet mag. We gebruiken geen pillen of poeders, het programma is uitsluitend gebaseerd op basis van gezond eten.

Dorien is elke woensdag in de Ark van Oost van 19.30 tot 20.30 uur. Ook cursus in de Meijhorst, Hatert en Titus Brandsma. Loop gewoon eens binnen op de groep of kijk op de website:

www.ega-dorienvernooi.nl

U mag ook bellen met Dorien (0481) 461413



KOLMEIJER
makelaars Nijmegen

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

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

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



www.delichtearde.nl

Grote collectie edelstenen,
ruw en gepolijst.

En andere mooie kadootjes

K. Beynenstraat 66, Nijmegen

Dinsdag - vrijdag 12.00-18.00 uur.
Zaterdag 12.00-17.00 uur.

CITY HAIR SHOP

Dames-, heren-, kidssalon
en pruikenkamer

www.cityhairshop.nl

Daalseweg 3
6521 GE Nijmegen
Telefoon 024-360 24 71

T 06-22210675 www.praktijktinekenauta.nl

*Praktijk
Tineke Nauta*

Haptotherapie

CranioSacraal Therapie

Vrouw en kracht

Al meer dan 80 bemiddelingen geregistreerd Buurtbewoners helpen elkaar met de Helpende Hand

Help een buurtgenoot



Deel met
buurtgenoten



Af en toe
gezelschap?



Hieronder zie je enkele voorbeelden van ondersteuning of hulp die jouw buurtbewoners aanbieden en vragen via De Helpende Hand op de wijkwebsite.

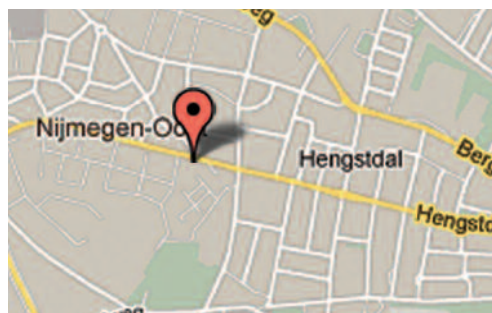
Wil jij hiervan gebruik maken? Zoek het aanbod of de vraag op de wijkwebsite en klik op ik ben geïnteresseerd. Controleer daarna nog een keer je reactie en verstuur het. De betreffende buurtbewoner neemt dan zelf contact met je op. Succes!

GEVRAAGD

Ik zoek iemand die een klei-draaischijf heeft en zin heeft om mij dat te leren. Materiaalkosten zijn voor mij.

Ik (vr. 70+) zoek 3 enthousiaste bridgers(sters) die het ook leuk vinden 1 x in 14 dagen een middag bij elkaar te bridgen.

Ik zoek een vrijwilliger om bewoners van zorgcentrum Nijvelveld naar het ziekenhuis te begeleiden. Liefst iemand met ervaring met ouderen of zorg, geduld en stevig in de schoenen staand. Rolstoel kunnen rijden. Op oproep basis, incidenteel voor bewoners die geen familie hebben die mee kan gaan. Interesse, mail dan: m.stumpers@waalboog.nl



AANGEBODEN

Ik bied onbetaald of betaald hulp bij boodschappen doen aan. Ik heb wekelijks 2,5 uur beschikbaar voor mensen die het niet kunnen of slecht ter been zijn.

Ik heb wekelijks 5 uur beschikbaar. Wat ik wil doen is: betaald oppaswerk op de maandag, donderdag en vrijdag. Ik heb ervaring als opas, overblijfskracht en basisschool leerkracht in de onderbouw. Tel. 024-3506069

Ik ben 21 jaar oud en studeer Creatieve Therapie in het tweede jaar. Ik kom uit Duitsland maar woon op kamers in Nijmegen. Ik zoek een klein bijbaantje. Hiervoor bied ik huishoudelijke hulp maar ik pas ook graag of kinderen op of kan met honden wandelen. Ook zou ik boodschappen kunnen doen. Ik heb dagelijks 3 uur beschikbaar.

Waarmee wil jij iemand in de buurt helpen? Kijk bij de Helpende Hand op www.dewijkwebsite.nl.

Wat is de Helpende Hand?

Met de Helpende Hand op de wijkwebsite helpen jongere en oudere buurtbewoners elkaar. Bijvoorbeeld met het lenen van gereedschap, met klusjes in huis en tuin, met kinderopas of gaan wandelen met de hond. "Maar dat kun je toch gewoon ook vragen, daar heb je toch geen website voor nodig!" zul je denken. Het blijkt echter dat mensen elkaar graag helpen, maar niet goed weten wat er in de buurt nodig is. Je gaat tenslotte niet overal in je buurt aanbellen... En in een wereld waar mensen elkaar overdag minder zien maar wel internet gebruiken is de Helpende Hand een leuke aanvullende oplossing.

Sinds de introductie in november vonden al meer dan 80 mensen elkaar. De Helpende Hand is volledig geïntegreerd in de wijkwebsite, werkt automatisch, snel en zelfstandig, zonder menselijke tussenkomst.

Hoe werkt het? Je registreert je op de wijkwebsite, vertelt wat je nodig hebt (durf gewoon te vragen!) of welke hulp je aanbiedt. Dit wordt dan zichtbaar voor buurtbewoners waarbij je privacy geborgd is. Jouw buurtgenoten zien jouw vraag of aanbod op de BuurtRadar (een kaartje van de buurt) of in hun wekelijkse buurtmail. Met één klik komen ze in contact met jou en daarna maak je daar samen verder afspraken over. Daar heb je verder niemand voor nodig, toch?

Een kilo vlees is een kilo dier,
geen stuntartikel

KOOP GEEN KILOKNALLER!





Hét centrum voor gezondheid en welzijn

Dynamische Hatha Yogalessen

Ron, Harriette, Raimunda en Monique

Aanvang wekelijkse lestijden:

Maandag 18.00 en 19.15 uur.

Dinsdag 09.30, 19.15 en 20.30 uur.

Woensdag 09.00, 18.00, 19.15 en 20.30 uur.

Donderdag 18.00, 19.15 en 20.30 uur.

Vrijdag 09.30 en 10.45 uur.

Yogaopleiding

Ron van der Post

Op deze internationaal erkende Yogaschool wordt een 3-jarige opleiding verzorgd.

Tevens worden er meditatiecursussen en lezingen gegeven en yogaretrates in binnen- en buitenland begeleid.

Ayurveda

Robert Swami Persaud

[de klassieke Indiase geneeswijze]

Ayurveda en voeding.

Wij bepalen uw constitutietype aan de hand van pols- en gespreksdiagnose, waarna voedings- en behandeladviezen worden gegeven voor uw klachten.

Ayurveda

Ilse Houwink en Mieke van Dijk

Wij geven traditionele ayurvedische lichaams-behandelingen.

De kruidensamenstelling van de olie is afhankelijk van uw constitutie en klachten. Deze kruiden zijn heilzaam voor lichaam en geest. Tevens geven we ayurvedische kookworkshops.

Acupunctuur

Christa van Oosten

[de klassieke Chinese geneeswijze]

Als acupuncturist kijk ik niet zozeer naar de ziekte, maar vooral naar de zieke, de unieke persoon achter de klachten.

Daarom met acupunctuur weer gezonder, energiever en lekkerder in je vel.

Integrale Massagetherapie

Hans Jansen

De stille kracht van Integrale massage voor uw terugkerende gezondheidsklachten gerelateerd aan stress, spanningen en werkdruk.

Aanraken doet meer dan duizend woorden, speciaal voor chronisch zieken en mensen met de ziekte kanker.

Schoonheidssalon

Sandra Schoute en Fanny Borgers

Wij geven gezichtsbehandelingen met producten op natuurlijke basis zoals

-Decléor - aromatherapie

-Ahava - Dode Zee-zouten en mineralen

-Coresa - acnebehandeling

-Jane Iredale - minerale make-up.

Pedicure

Margot Leydens

Uw voeten verdienen deskundige verzorging en goede aandacht!

Gespecialiseerd in voetverzorging bij diabetici. Gediplomeerd lid Provoet.



Winkel

Raimunda Carrilho

Een mooie cadeauwinkel met o.a. sieraden en beelden in alle soorten en maten.

Van Ganesh en Hanuman tot Boeddhabeelden.

Openingstijden: dinsdag t/m vrijdag 09.30 - 14.30 uur

prof. Molkenboerstraat 30a 6524RP Nijmegen

024-3600396 www.suryaweb.nl

Informatiefolders verkrijgbaar in het centrum

Raadpleeg de polis van uw zorgverzekeraar voor mogelijke vergoeding

Behandelingen zijn op afspraak

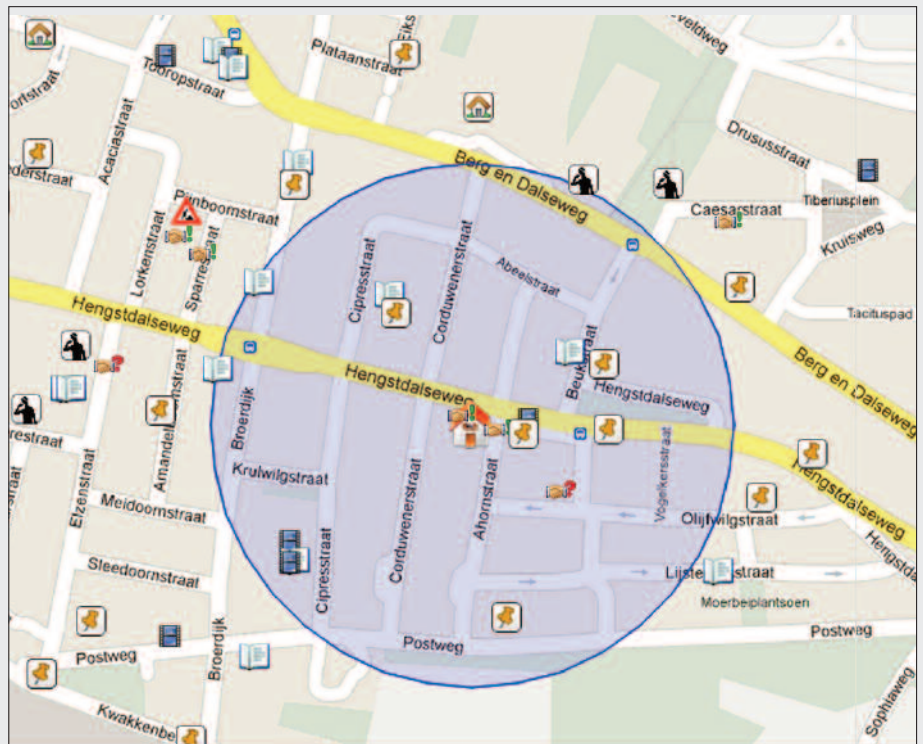
BuurtRadar doet mee aan Apps4Nijmegen wedstrijd

De overheid beschikt over enorme hoeveelheden informatie over de samenleving. Van criminaliteitscijfers tot vuilnisophaalroutes, van de kwaliteit van scholen tot verkeersstatistieken. Dit soort gegevens noemen we Open Data. Deze data zijn voor iedereen beschikbaar.

Om het gebruik hiervan te stimuleren organiseert de gemeente Nijmegen een wedstrijd. De opdracht: "Maak een toepassing (app) die gebruik maakt van openbare gemeentelijke gegevens". Acht Nijmeegse ontwikkelaars stuurden hun app in, waaronder ook één uit Nijmegen-Oost: de BuurtRadar op de wijkwebsite.

Op de BuurtRadar zie je wat er bij jou in de buurt gebeurt. Naast gemeentelijke bekendmakingen, omgevingsvergunningen en kunst op straat zie je op het kaartje ook buurtnieuws, advertenties van buurtbewoners, wikevenementen, wijkclips en wijkverhalen uit je buurt. Zo voel je je meer thuis in je buurt.

Ga naar www.nijmegen.nl/apps4nijmegen en stem ook op de beste App van Nijmegen. Naast de publieksstemmen telt het oordeel van de vakjury voor 50% mee. Op 7 maart zijn de winnaars van de app-wedstrijd bekend.



Oud Burgeren Gasthuis: voor ouderen of voor allen?

Het OBG-Dienstencentrum heeft meer te bieden dan alleen sjoelen en kaarten. Voor hen die het niet (meer) weten hier een korte impressie van wat het OBG u en alle andere inwoners van Nijmegen-Oost te bieden heeft.

Ingezonden door Koen Berfelo

Tot 2002 was het OBG een verzorgingshuis. Ouder wordende Nijmegenaren kwamen dan ook letterlijk wonen in het OBG. Dat wonen in het OBG is sinds 2002 verleden tijd. Woningcorporaties De Gemeenschap en Standvast Wonen verhuren de ruim 167 royale woningen die overdekt met het OBG-Dienstencentrum in verbinding staan. Om in aanmerking te komen voor een van deze woningen gelden wel speciale voorwaarden. Zie de website www.oudburgerengasthuis.nl.

Wat biedt het OBG anno 2012?

Het OBG concentreert zich tegenwoordig, vanuit het dienstencentrum aan de Prof. Cornelissenstraat, volledig op het bieden van (gecombineerde) diensten op het gebied van woonondersteuning, welzijn en persoonlijke verzorging aan zelfstandig wonende ouderen. Klanten van het OBG bepalen zelf welke diensten zij wensen. Ongeacht

aard, omvang, tijdsduur en kwaliteit, als de wijze waarop die aan hen worden geleverd. De nadruk ligt evenwel op de levering van diensten op het gebied van persoonlijke en lichamelijke verzorging. Activiteiten op het gebied van welzijn en aangename tijdsbesteding spelen echter een steeds belangrijkere rol. Tevens heeft het OBG de beschikking over 2 groepswoningen voor dementerende ouderen, waar 12 personen tegelijk gebruik van kunnen maken. Ook als het alleen om dagbesteding gaat, biedt het OBG hiertoe de gelegenheid in zijn eigen 'huiskamers' Gezel en Beijer.

Uiteraard zijn het vooral ouderen die gebruik maken van de hier genoemde diensten van het OBG.

Jongere ouderen

Toch is er ook een steeds groter wordende groep jongere ouderen, vanaf 55 jaar, die het OBG-Dienstencentrum weet te vinden. Enerzijds maken zij gebruik van de bemiddelingsdiensten zoals Gerust Thuis en Onze Buurt-Genoot, anderzijds bezoeken zij een groot aantal activiteiten in het als buurtcentrum fungerende OBG. Daarbij valt te denken aan cursussen glas-in-lood zetten, foto-shoppen, computerlessen, schilderen, boet-

seren (deelnemers weer welkom!), muziekoptredens van onder meer Jazzafinado en het uit Nijmegen afkomstige Wereldmuziekkor of men bezoekt de in het dienstencentrum gevestigde Fysio-Fitness. Last but not least zijn er de gezellige dansavonden die door vrijwilligers van Café Burgerlust op de dinsdagavonden (twee keer per maand) worden georganiseerd.

Naast deze eigen activiteiten huizen in het OBG-Dienstencentrum ook een huisartsenpraktijk, een fysiotherapiepraktijk, een kapsalon, het Hobbycentrum Nijmegen-oost, VitaalThuis, de stichtingen Pelita en Senior Service en worden er tal van huurdersvergaderingen uit de omliggende straten gehouden. Bovendien biedt restaurant De Toelast een prima menukaart, zowel rond het middaguur als in de avond.

Elektronische nieuwsbrief

Wilt u graag op de hoogte blijven over nieuws en activiteiten van het OBG, stuur dan uw emailadres naar info@oudburgerengasthuis.nl.

Ontvang het maandelijkse activiteitenprogramma. Gewoon binnenlopen kan natuurlijk ook.

Antony Morato Supertrash DKNY Hugo Boss Baby en Junior Paesaggino Armani Baby en Junior
Gymp Retour Diesel Guess Miss Grant Aeronautica U+E Microbe Cinque & Bellaire



Fashion Store voor kinderen t/m 16 jaar

Mam & Mie
fashion store

Kleding - Cadeaus - Speelgoed - Schoenen



WWW.DRUKKERJISKYNL

Archipelstraat 21 - 6524 LK Nijmegen - www.mam-mie.nl - Tel.: 024 - 84 555 96

Van oud naar jong: hoe bevalt het in Groenewoud?

Als er één wijk in Nijmegen de laatste tien jaar een gedaanteverandering heeft ondergaan, dan is het wel Groenewoud. Heel veel platte daken zijn vervangen door puntdaken, maar er heeft ook een verandering in bewonerspopulatie plaatsgevonden. Groenewoud werd voor het grootste deel gebouwd in de jaren vijftig en zestig van de vorige eeuw en de meeste mensen van het eerste uur hebben plaats gemaakt voor jonge gezinnen.

Door Marjon Spoorenberg
Foto's: Kees Spoorenberg

Het geheim van Groenewoud

Geen wijkcentrum, geen basisschool, geen kerk, geen buurtwinkel en geen bibliotheek. Toch is Groenewoud een van de meest geliefde wijken van Nijmegen. Want Groenewoud mag dan een heleboel voorzieningen ontberen, wat het wél heeft, maakt veel goed. Veel groen in de wijk, dichtbij de universiteit en het station, het bos en park Brakenstein op loopafstand. Hou je van tennis, voetballen, korfballen of hockeyen dan hoef je ook niet ver te gaan. En voor de kinderen is er een mooie speeltuin. Staat er een huis te koop dan is het meestal ook snel verkocht!

Oud maakt plaats voor jong

Dertig jaar woon ik nu in de wijk en ik heb ook bijna dertig jaar dezelfde burens gehad. Maar ook ik moest eraan geloven: mijn buurvrouw verhuisde vorig jaar naar Arnhem om dichterbij haar dochter te gaan wonen.

“Groenewoud is een dorp dichtbij de stad”

Haar man was scheepskapitein op de wilde vaart. Na zijn pensioen werd hij voorzitter van de dierenbescherming en gaf gehoorzaamheidstrainingen aan honden. Menig oud-Groenewouder zal zich deze markante man nog herinneren en velen hebben ook een hondentraining bij hem gevolgd. Na zijn plotselinge dood in 2001 heeft mijn buurvrouw nog tien jaar alleen in het huis gewoond. Maar nu was het toch ook voor haar tijd om te vertrekken en plaats te maken voor een jong gezin. De Wijkkrant lijkt mij bij uitstek geschikt om dit jonge gezin aan u voor te stellen.

Familie Schür-Schreurs

Als ik aanbel om kennis te maken, word ik hartelijk ontvangen door Richard, July, Joy en Justin. Richard vertelt dat hij beroepsmilitair is en in 2009 uitgezonden is geweest naar Afghanistan. Nu volgt hij een opleiding voor officier bij de Koninklijke Militaire Academie in Breda. July werkt in de buitenschoolse op-

buurt heeft, knikt hij bevestigend. Zijn grootste vriend is zijn neefje Dylan. Joy is al wel in de speeltuin geweest en op het pleintje achter zijn huis waar een mooie glijbaan staat.

Als ik aan Richard en July vraag waarom ze in Groenewoud zijn gaan wonen, zijn ze allebei eensgezind in hun antwoord. “Het is hier ruimtelijk, kindvriendelijk en het oogt dorps.” July vertelt dat ze opgegroeid is in een dorp maar toch de voorkeur aan de stad geeft. “Groenewoud heeft het mooie van allebei:



vang, maar als de kinderen groter zijn gaat zij aan haar carrière werken. “Logopediste is mijn grote wens”, vertelt ze. De kinderen hebben nu nog veel zorg nodig, Joy is bijna vier en Justin is net een jaar. Allebei gaan ze naar de kinderopvang bij de Muze en Joy gaat daar in maart ook naar school. Als ik aan Joy vraag of hij al veel vriendjes in de

een dorp dichtbij de stad. Je bent binnen tien minuten fietsen in de binnenstad.” Voorheen woonden ze in de Atjehstraat in een appartement, maar met twee kinderen werd dat te klein. Het heeft echter wel even geduurd voordat ze hier hun huis op orde hadden. “Toen we hier introkken was het verre van ideaal”, vertelt Richard. “Er was jarenlang niets in het huis gedaan en het huis is dan ook compleet gerenoveerd, inclusief een puntdak. De tuin moet nog aangepakt worden, maar daar moet even voor gespaard worden.” Vanuit hun tuin hebben ze meteen zicht op het speelplein. Dat is wel gemakkelijk. En zoals ik zelf vroeger mijn kinderen gadesloeg als ze op het pleintje aan het spelen waren, zo kunnen Richard en July dat straks hetzelfde doen. De geschiedenis herhaalt zich.



Activiteiten in Oost

Onderstaand vind je alle activiteiten in Nijmegen-Oost. Ook jouw activiteit hier? Als je die plaatst in de wijkagenda op www.dewijkwebsite.nl dan komt hij automatisch in de Wijkkrant. Je kunt deze dus niet mailen! Geen internet? Lever je buurtactiviteit dan in bij de Wijkwinkel aan de Daalseweg 259a

22 februari

Avondmeditatie met Evert v.d. Ven, Atelier de Clou, vrije inloop. Meditatie is voor ieder mens; als je de dag eindigt met meditatie, heeft dit een gunstige invloed op je lichaam, je ademhaling, je rust en je slaap. Je leert je gedachten te laten voor wat ze zijn en je aandacht te richten op wat er nu is. Welkom bij Atelier de Clou, PH7, Prins Hendrikstraat Begin: 19.00 uur. E-mail: info@declou.com

22 februari

Klankmeditatie-concert. Laat je meevoeren tijdens een klankmeditatie-concert door de ontspannende werking van o.a. klankschaal, drum, oceandrum, ratels en stem. Voel hoe de kracht van deze klanken voor je werkt. Woensdag 22 februari, Van Slichtenhorststraat 81 Nijmegen. Kosten € 15,- Aanmelden en informatie: E: info@praktijkmeander.nl, tel: 06-23157790. Begint om 20.00 uur. E-mail: webmaster@avpnijmegen.nl

23 februari

Ochtendmeditatie met Evert v.d. Ven, Atelier de Clou, vrije inloop. Zie ook 22 februari.

24 februari

Dansend het weekend in met Caroline v.d. Ven, Atelier de Clou. Je kunt zo meedoen, met of zonder ervaring. Trek je stoute schoenen en gemakkelijke kleren aan en kom dansen op de ritmes van verbinding. Een heerlijke manier om je weekend te beginnen. Je bent van harte welkom! Inloop vanaf 13.30 uur, Atelier de Clou, PH7, Prins Hendrikstraat 7. Prijs: € 10. Begint om 14.00 uur. E-mail: info@declou.com

24 februari

Gezellige vrijdagavondsoos in het OBG-Dienstencentrum. Vrije inloop. Begint om 19:30 uur. www.oudburgerengasthuis.nl. Koen.Berfelo@OudBurgerenGasthuis.nl

25 en 26 februari

Expositie van vier kunstenaars in het Kerkje van Persingen Persingensestraat 7, 6575JA Persingen (in de Ooypolder bij Nijmegen). Van 11.00-17.00u Zeer uiteenlopende disciplines beloven een boeiende tentoonstelling! Madeleine Jansen, olieverfschilderijen, Frank Biemans, Glasobjecten, Ellie Franssen, olieverf en gouache, Tom Kroes, monumentale en sculpturale beelden; info@frankbiemans.nl

26 februari

Stemcreatie in het Cordium. Stemcreatie: improviserend klinken en zingen zonder bestaande woorden te gebruiken. Je lichaam als klankkast gebruiken m.b.v. klank, vibratie en visualisatie. Ervaar hoe jouw pure stem

klinkt! Zangervaring is niet nodig. A.u.b. vooraf aanmelden bij Ingrid ter Horst, 06-12276333, www.innersigns.nl. Begin: 10.00u. E-mail: imsji@hotmail.com

26 februari

Dansen in wijkcentrum "Daalsehof" tussen 14.00-17.00 uur in Nijmegen-Oost met "live-muziek". Entree 1 euro. Begint om 14.00u. E-mail: pejdriessen@planet.nl

27 februari

Ochtendmeditatie met Evert v.d. Ven, Atelier de Clou, vrije inloop. Zie 22 februari.

27 februari

Koersbal wijkcentrum daalsehof, Altrade Begint om 13:45 uur. Gaertnerch@live.nl

27 februari

Smartlappen - en levensliederenchoor, voor iedereen. Iedere tweede en vierde maandag van de maand tussen 19:30 en 21:30 in wijkcentrum 'Daalsehof'. informatie: Rini Peters, tel: 024-3228020, rini.peters@hetnet.nl, Marinus Nijenkamp, telnr: 024-3229793, J.Nyenkamp@gmail.com

28 februari

Vanaf 28 februari in de Ark van Oost. Op dinsdag van 9.45-11.15 uur "Lief lijf lééf" Cursus stem- en bewegingsexpressie. In "Lief lijf lééf" gaan we op zoek naar je oorspronkelijkheid; het deel dat zich verstopt heeft achter allerlei overtuigingen die beweren dat het zich beter niet kan laten zien. Het wegstoppen van dat deel kost je enorm veel energie. We werken met stem en beweging. E-mail: wijkwinkel.oost@12move.nl

Meer Wijkactiviteiten op pag. 20.

Een kijkje in de keuken van je buur

Zoals beloofd houden we u maandelijks op de hoogte van het project "Een kijkje in de keuken van je buur."

Ingezonden door Karin van Eerten

Achter de schermen wordt inmiddels druk gewerkt. Er worden contacten gelegd in het Asielzoekerscentrum, we zijn druk op zoek naar sponsors en er komen aanmeldingen binnen van enthousiaste wijkbewoners die willen meedoen met het project. We verwachten dat de eerste match gaat plaatsvinden net na de voorjaarsvakantie.

Er is een vraag binnengekomen of gezinnen ook mogen meedoen met het project. Jazeker. Om mee te doen moet men minimaal met twee personen zijn, maar er kunnen ook meer personen mee eten. De matchmakers kijken naar de combinaties die te maken zijn. Dat gezinnen met kinderen bijvoorbeeld samen eten met gezinnen met kinderen.

Naast de pagina in de Wijkkrant is er ook een webpagina in de maak voor op de wijkwebsite. Binnenkort dus meer nieuws op www.dewijkwebsite.nl!

Aanmelden kan nog steeds.



Helaas is er een foutje geslopen in het vorige artikel in het emailadres, het moet zijn: k.van.eerten@tandemwelzijn.nl. Tel: 06-19136205/024-3650170.

Gepassioneerde buurtbewoner Wil Jansen

Tijdens een wandeling passeer ik regelmatig de 'vakantiehuisjes' op de Bosweg. Van daar loop ik doelbewust naar een van de witte woningen voor een afspraak met Wil, geboren en getogen Nijmegenaar, die de gemeente het vuur soms na aan de schenen legt.

Door Karin Veldkamp

"Het zijn arbeiderswoningen die hier net na de oorlog illegaal neergezet zijn door de Commissie Wederopbouw Nederland", begint Wil te vertellen. "Er waren acht woningen 'overgebleven' uit Hatert en de commissie heeft deze plek gekozen om ze te plaatsen zonder medeweten van de gemeente. De toenmalige boswachter kwam daar op een gegeven moment achter en lichtte de gemeente in via een brief."

De woningen staan op grond van de gemeente. De verhuur was uitbesteed aan woningcorporatie de Gemeenschap. Rond 2002 zijn de woningen gelegaliseerd zodat de de gemeente de huizen kon slopen en de dure grond (€350,- per vierkante meter) verkopen. Om deze reden verdween ook de camping. Maar het verzet van de bewoners was groot.

Kind aan huis op het gemeentehuis

Na een strijd van acht jaar is het de bewoners gelukt om sloop en daardoor nieuwbouw te voorkomen. "Ik was toentertijd kind aan huis op het gemeentehuis. Ik had veel contacten met linkse partijen die fel tegen sloop en nieuwbouw waren, maar zodra die in het college zaten, waren ze plotseling vóór sloop. Ik vermoed dat er al 'n contract met een projectontwikkelaar lag. Maar ik ben blij dat het behouden is. Het is een aanwinst voor de buurt en een van de weinige plekken waar honden kunnen loslopen."

Kat gevonden in een glasbak

Terwijl Wil en ik druk in gesprek zijn, lopen er regelmatig katten en honden in en uit. De honden logeren een dagje, maar de vier katten zijn van Wil en zijn vriendin. Een kat, die net een vogel van het leven heeft beroofd, doet nu verwoede pogingen om zich op mijn schrijfpapier te nestelen. "Deze kat is, samen met twee andere kittens, gevonden in een glasbak." Het dringt niet meteen tot me door, maar zeg dan ontzet: glasbak! "Ja, de eigenaar had er blijkbaar genoeg van. Een van de drie heeft het niet overleefd, maar met die andere twee gaat het goed."

Met een camera in de struiken

Tot 2004 verkocht en repareerde Wil oldtimers, voornamelijk van het merk Citroën DS. In 2002 is het bedrijf afgebrand. "We zijn toen een nieuw bedrijf begonnen in Wijchen, maar

na een korte tijd ben ik eruit gestapt." Maar Wil heeft genoeg te doen. "Samen met de buurt proberen we aandacht te krijgen voor het verkeer op de Bosweg. Er komen hier dagelijks veel scholieren langs en de weg wordt veelal gebruikt als sluiproute. Het is een 30-kilometerweg, maar daar houdt niemand zich aan. Jongeren fietsen breeduit en vrachtwagens rijden daar, met te hoge snelheid, langs. Samen met een buurman hebben we diverse verkeerssituaties op film gezet. Inmiddels hebben we ook contact met de school op de Kwakkenberg", zegt Wil la-

'Ik sta algemeen bekend als hondenfluisteraar'

chend. "Ja, dat was een verhaal. Wij kwamen plots met een camera uit de struiken. De scholieren schrokken zich rot. Binnen *no-time* stond de conciërge van de school hier. Ook passerende ouders stopten. We hadden prompt alle aandacht. Er zijn gesprekken geweest met de school, de filmpjes zijn uitgezonden op Nijmegen-tv en er is iemand van verkeersveiligheid geweest. Maar helaas is de situatie niet veranderd. Terwijl in mijn optiek de oplossing heel eenvoudig is. De weg is eenrichtingsverkeer. Nu rijdt het verkeer vanaf de Groesbeekseweg naar de Kwakkenberg. Als de verkeersborden op de Bosweg worden omgewisseld, is het probleem waarschijnlijk opgelost. Want als het verkeer 'beneden' aankomt moeten ze omrijden.

Maar de gemeente komt pas in actie als er klappen vallen. Wij kunnen er niets meer aan doen momenteel."

Meestal snapt de baas zijn hond niet

Voor de fotosessie lopen we even een rondje door de tuin. Een witte laag sneeuw bedekt de bomen en de vele attributen in de tuin: drie vijvers, verschillende zithoekjes en een ware 'buitenkeuken'. Ondanks de kou en sneeuw ziet het er aantrekkelijk uit. Ook staan er her en der kooien. "Ik vang soms dieren op. Via via komen hier vogels en eekhoorns terecht die weer moeten leren om in de natuur te leven. Dan zitten ze hier twee of drie weken in een kooi. Ze moeten leren schrikken en eten in de natuur. In het begin voer ik ze, maar steeds minder. Na een tijdje reageren ze ook schichtig op mij."

Maar ook met honden kan Wil goed overweg. "Ik sta algemeen bekend als hondenfluisteraar. Mensen benaderen mij voor advies. Meestal snapt de baas zijn hond niet. Ja, een staart tussen de benen, dat snapt men nog wel. Maar daar houdt het een heel eind mee op. Ik heb wel eens de neiging om hier een bord met hondentaal en foto's neer te zetten."

Het bord staat er nog niet en de vraag is natuurlijk of het 'baasje' het bord dan wel snapt. Maar hoe pakt Wil het aan? "Ik neem eerst de hond apart om te kijken hoe die reageert op mij. Meestal weet ik meteen waar het aan ligt. Tijdens een wandeling met hond én baas probeer ik duidelijk te maken wat er moet veranderen. Het gaat meestal om het bieden van structuur."

Het is me duidelijk: Wil is een buurtbewoner die van veel markten thuis is.



Activiteiten in Oost

Vervolg van pag. 18

28 februari

Thema-avond Passie & Loopbaan bij Passionair Nederland. Maandelijks thema-avond bij Passionair Nederland. Telkens wordt de Passionaire visie op Passie (zoals beschreven in het boek 'Leef je Passie!') verbonden aan één specifiek onderwerp. Duur: 19.30 tot 22.00 uur (inloop vanaf 19.00 uur). Deelnemers: maximaal 18. Kosten: 15 euro. Locatie: Molenveldlaan 156. Aanmelden? www.passionair.nl/thema-avonden.

29 februari

Avondmeditatie met Evert vd Ven, Atelier de Clou, vrije inloop. Meditatie is voor ieder mens; als je de dag eindigt met meditatie, heeft dit een gunstige invloed op je lichaam, je ademhaling, je rust en je slaap. Je leert je gedachten te laten voor wat ze zijn en je aandacht te richten op wat er nu is. Welkom bij Atelier de Clou, PH7, Prins Hendrikstraat. Begint om 19.00u. E-mail: info@declou.com

2 maart

Voorlichting Met kracht in balans, 16.00-17.00uur bibliotheek Hengstdal: informatie en demonstratie Kracht voor mensen die (nog geen) moeite hebben met wandelen, fietsen, traplopen en voor (beginnende) sporters die plezierig willen sporten zonder blessures. Naar aanleiding van deze bijeenkomst kunt u beslissen deel te nemen aan de krachtinstructiebijeenkomsten (4x, € 45 p.p.), 024-3566601, steun@chello.nl.

3 maart

Op 3 maart start de training tot **Siberisch sjamanistisch genezer** in Kranenburg. De training bestaat uit 5 weekenden en wordt gegeven door Sophia Konings-de Mari. In juni wordt een gedeelte verzorgd door authentiek siberisch sjamaan Ahamkara. Voor meer info/opgave: www.siberischsjamanisme.com Begint om 10.00i. shamda11@hotmail.com

4 maart

Hardloopinstructie. Het voorjaar lonkt! Zin in hardlopen, maar niet in blessures? Maak kennis met het hardlooppmenu: voorgerecht: hardloopinstructie. Elke eerste zaterdag van de maand 9.00-10.00 uur, hoek Berg en Dalseweg-Sophiaweg. Hardlooplexpert: Clemens Vollebergh (www.steun.biz, Blessurevrij hardlopen). Kosten € 5,00, 024-3566601. tot za. 4 maart.

4 maart

Lezing & Boekpresentatie. Schrijver en uitgever Frank Norbert Rieter houdt in het Huis van de Nijmeegse Geschiedenis (Mariëburgkapel) een lezing over 'Nijmegen in de literatuur & literatuur uit Nijmegen'. Aansluitend wordt zijn roman 'Het lichte hart van de mastodont' gepresenteerd. Uiteraard is het mogelijk om ter plekke een exemplaar aan te schaffen. Begint om 16.00 uur.

6 maart

Open avond Passionair Nederland. Aanschaf gesigneerd boek 'Leef je Passie!'; informatie over individuele coaching; informatie over opleiding tot Passionair Coach; informatie over open training 'Leef je Passie!'. Locatie: Molenveldlaan 156; Vrije inloop! 19.00 uur. www.passionair.nl.

7 maart

Mindfulness voor kinderen van 8 t/m 12 jaar. Start 7 maart, 8 lessen. Om anders te leren omgaan met prikkels, gedachten en emoties en je beter te leren concentreren. Doe je mee? Dan zul je ontdekken dat er binnen in je, altijd een plek is waar het stil en rustig is. Voor meer info zie www.praktijkbodhi.com Begint om 14.30u. info@praktijkbodhi.com

9 maart

Kookles Noten en Zaden. Vegetarische workshop met gebruik van diverse noten en zaden in de Celebesstraat 12. Meer informatie op www.kokenmetdominique.nl of vraag een folder bij dcompanjen@yahoo.com of 06-13079008. Begint om 18.00 uur.

10 maart

Vertelvoorstelling: de verhalen rond Odysseus. Laat u meevoeren in de magische wereld van verhalenvertellers Joke Jansen-Leyten, Tom Roeling, Fred uit het Broek en Frank Ter Beek, mmv Buurtkoor van Tim Geeraedts en hobo van Nol Bernards. Lutherse Kerk, Prins Hendrikstraat 79. De avonturen en listen van de held, maar ook de visie van de vrouwen rondom hem heen. Voor volwassenen en jeugd vanaf 8 jaar. Graag reserveren: 024-3500139 of info@zininvorm.nl. Begint om 20.00 uur.

11 maart

Vertelvoorstelling Odysseus. Begint om 15.00 uur. Zie de beschrijving bij 10 maart.

14 maart

Kinderyogales bij Fijn! Ben je tussen de 4 en 10 jaar oud en heb je zin om mee te doen aan een leuke kinderyogales? Op woensdag middag 14 maart geeft Fijn! een yogales voor kinderen, het thema is de diertuin. Voor €10,- ga je mee op bezoek bij de dieren. Kijk op www.fijnontspanning.nl voor alle informatie en doe mee! Begint om 13.45 uur.

14 maart

Cursus Vegetarisch Koken met het seizoen. Vijf kooklessen in het thema van de lente in de Celebesstraat 12. www.kokenmetdominique.nl of vraag een folder bij dcompanjen@yahoo.com of 06-13079008. Begint om 18.00 uur.

19 maart

Cursus Babymassage Fijn! Op maandagochtend 19 maart start er weer een cursus babymassage bij Fijn! in Nijmegen. Leer in 4 lessen hoe je zelf je baby kunt masseren. Erg leuk en spannend om te doen. Er is nog plek, dus je kunt je nog inschrijven! Kijk op www.fijnontspanning.nl voor meer informatie. Tot ziens bij Fijn! Begint om 09.00 uur.

spanning.nl voor meer informatie. Tot ziens bij Fijn! Begint om 09.00 uur.

19 maart

Cursus Peutermassage bij Fijn! Op maandagochtend 19 maart start er bij Fijn! een cursus peutermassage; een combinatie van liedjes, versjes, bewegingsspelletjes en massagetechnieken. Leer op een speelse manier hoe je je peuter kunt masseren! Kijk voor alle info op www.fijnontspanning.nl. Begint om 10.50 uur.

19 maart

Cursus Kindermassage bij Fijn! Wil je samen met je kind iets leuks doen en leren hoe je je kind kunt masseren? Op maandagmiddag 19 maart om 16.00 u. start er een nieuwe cursus kindermassage bij Fijn! Voor kinderen tussen de 4 en 12 jaar. Kijk op de site voor alle informatie over de cursus en geef je op! www.fijnontspanning.nl. Begint om 16.00u.

27 maart

Thema-avond Passie & Coachen bij Passionair Nederland. Zie de beschrijving bij 28 februari.

RUIM 40 MILJOEN MENSEN OP DE VLUCHT



IN LANDEN ALS CONGO, KENIA, DARFUR IN SOEDAN, SRI LANKA EN COLOMBIA ZIJN MILJOENEN MENSEN OP DE VLUCHT.

GEEF VANDAAG NOG OP GIRO 999

of doneer online op www.vluchteling.nl

STICHTING VLUCHTELING

giro

999

DEN HAAG



Directe hulp bij acute nood

COiL staat stil bij levensvragen en beweegt naar de toekomst

Het COL (Centrum Ouderen en Levensvragen) heeft per 1 januari jongstleden plaatsgemaakt voor COiL (Centrum Ontmoeting in Levensvragen). Een miniem verschil in benaming, maar die weloverwogen nuance getuigt van meegroeien met de tijd, en ruimte voor ontwikkeling. De insteek blijft onveranderd: de uitwisseling op gang brengen (en houden) over wat de mens ten diepste bezighoudt. Levensvragen dus. Het COiL biedt daarvoor een luisterend oor en organiseert ontmoetingen. Voorheen was de doelgroep ouderen, nu richt de organisatie zich op mensen van alle leeftijden.

Door Anna Bakker

Het COL is opgericht in 2005. Initiatiefnemer Kees Scheffers, pastor op longziekenhuis Dekkerswald, constateerde in die jaren een gebrek aan opvang bij ouderen die langdurig ziek thuis kwamen te zitten. Traditioneel waren het de ziekenhuizen en verzorgingsinstellingen die zich bekommerden om de zorg van de patiënten die daar intern verbleven. Logisch. Maar met het veranderde overheidsbeleid ten aanzien van terugdringing van collectieve voorzieningen en het stimuleren van zelfzorg, zag Scheffers veel zieken, ouderen en gehandicapten die teruggeworpen op zichzelf thuis in een isolement raakten. Terwijl juist deze groep eigenlijk hard mentale ondersteuning nodig had. Dat bracht hem, samen met een kerngroep geïnteresseerden die zijn visie deelde, ertoe de handen ineen te slaan. Ideeën, mogelijkheden en onmogelijkheden werden geïnventariseerd en aldus ontstond in samenspraak met kerkelijke, humanistische- en welzijnsorganisaties het COL.

De grote vraag

In de afgelopen jaren ontwikkelde het centrum zich tot een fenomeen waar niet alleen ouderen hun weg naartoe vonden. Uiteindelijk blijkt de vraag: "Wat is de zin van mijn leven?" of "Waarom ben ik op aarde?" van alle generaties. De

verfijning, of eerder gezegd de verbreding van zorgverlening ook aan niet-ouderen, leidde tot het bijstellen van de naam tot Centrum Ontmoeting in Levensvragen.

Ik sprak hierover met Frank Gribnau, Hij is bestuursvoorzitter en medeoprichter van het COiL. Zijn achtergrond als onder andere voormalig internist en mede-initiator van de afdeling geriatrie van het Radboudziekenhuis

verraadt al een betrokkenheid voor ouderen en samenleving. Zijn katholieke achtergrond speelt daarin ook een rol, al benadrukt hij verschillende keren in het gesprek dat het COiL niet gebonden is aan welke geloofsovertuiging dan ook.

Een goede chemie

Jaarlijks maken ongeveer 1000 mensen op enigerlei wijze gebruik van de stichting ter ondersteuning van levensvragen.

Eenzaamheid speelt daarbij vaak een rol. Deze cliënten dienen zich aan via huisarts, maatschappelijk werk of op privé-initiatief. Cruciaal noemt Frank Gribnau de rol van de coördinator die cliënten en vervolgens vrijwilligers aan elkaar koppelt. Om te komen tot een goede en vruchtbare chemie voor beiden heeft deze daarvoor voelsprietten ontwikkeld. Buiten twee beroepskrachten werken 130 vrijwilligers voor de organisatie. Ze komen veelal uit de hoek van Zorg en Onderwijs en beschikken allereerst over een flinke dosis (levens)ervaring. En over een luisterend oor. Want het toevertrouwen en het gehoord weten van je levensverhaal blijkt louterend bij

De kunst van uitgesteld luisteren

klachten van eenzaamheid. Luisterende oren zijn geduldig. En moeten soms bestand zijn tegen hardnekkig stilzwijgen. Gribnau noemt dat de kunst van uitgesteld luisteren.

Levensverhalen

De werkende kracht van het uitgestelde luisteren heet presentie. Er zijn, in spreken en zwijgen. Na lange tijd kan het dan gebeuren dat een verhaal toch los komt. Frank Gribnau illustreert dat met het verhaal van een oudere dame, die na vele sessies alsnog haar stilzwijgen verbreekt. Ze verhaalt dan uiteindelijk over haar jeugd, een welgemeend advies aan haar broer destijds, en de uiteindelijk vroegtijdige dood die dat tot gevolg had.

In vrijwel alle gevallen ontstaat een vertrouwensband die er toe leidt dat de vrijwilliger deelgenoot wordt van andermans levensverhaal. Een aantal vrijwilligers heeft zich bekwaamd om begeleiding te bieden bij het letterlijk opstellen van iemands levensverhaal in een levensboek. Dat boek bestaat onder meer uit verhalen, foto's en brieven die een weerslag van iemands leven zijn. Na 10 tot 20 bezoeken dient zich vaak een moment van bezinning aan op verdere voortgang van de gesprekken.

Lees verder op pag. 23



Kleine advertenties

Als ondernemende wijkbewoner kun je per nummer één gratis advertentie plaatsen. Je plaatst je advertentie op www.dewijkwebsite.nl (dus niet mailen!). Dan komt ie automatisch in de wijkkrant. Geen internet? Lever je advertentie dan in bij de Wijkwinkel aan de Daalseweg 259a.

Wilt u bijtijds uw **belastingformulier laten invullen**, maak dan nu een afspraak bij de Wijkwinkel. Het belastingspreekuur is op iedere donderdagmiddag van 14.00-17.00 uur. Bel of loop even binnen om een afspraak te maken. Daalseweg 259a, schuin tegenover Albert Heijn. Tel. 024-3228312.

Ben je op zoek naar een niet al te grote ruimte, voor b.v. meditatie, met ongeveer 6/7 personen, dan is de **meditatieruimte** in De Lichte Aarde misschien wel wat je zoekt. €25,00 voor een dagdeel. Telefoon: 024-3776004. E-mail: iblo@planet.nl

Interieuradvies op maat. Wij werken niet vanuit een bepaalde stijl. Ons uitgangspunt bent u, met uw

persoonlijke woonwensen. Dit is voor ons ook de uitdaging, want daardoor is elk plan weer uniek! Info: www.binnen-kijken.com. Mail: info@binnen-kijken.com. Telefoon: 06-22662986

Geboorteschaal, hand-, voet en oorafdrukjes. Een uniek bijzonder cadeautje voor geboorte, jarige of familie? **Laat een afgietsel maken** van het handje voetje of oortje van uw pasgeborene. Of een bronzen fruitschaal 'De vrucht van uw schoot' van uw zwangere buik. Leuk voor later, bijzonder voor uzelf, uw kind of grootouders. Prijzen vanaf 75,- monique.derks@telfort.nl, telefoon: 06-12417456 of www.Stiltebeeld.nl.

Yogabi Kinderyoga geeft yogalessen in Nijmegen-Oost en op locatie. Kennismaken met yoga? Kom voor een proefles! Interesse in een workshop op school, bso, psz of kdv? Kijk voor meer informatie en de mogelijkheden op www.yogabi.nl of bel 0622862826 Nieuw: peuteryoga op woensdagochtend van 10-11 uur! gabi@yogabi.nl.

Lessen basgitaar en contrabas in Nijmegen-Oost door zeer ervaren en bevoegd docent Diverse stijlen: Op basgitaar pop, blues en jazz. Op contrabas blues, jazz en klassiek. Gratis proefles. Telefoon: 06-12930157 E-mail: adoremi@kpnmail.nl.

Kun je goed met computers omgaan? Ben je secuur? Ben je een vaste dag per week beschikbaar? Kun je eventueel in overleg meer uren werken? Dan zou je een **goede kracht** kunnen zijn voor ons magazijn! Mail je naam/leef-tijd/adresgegevens naar henk_brigit@hotmail.com Je hoort snel van ons!

Spelhet: praktijk voor kinderen met leerproblemen. Heeft uw zoon of dochter leerproblemen, zoals dyslexie, dan is Spelhet het juiste adres om er aan te werken. Spelhet biedt individuele begeleiding op maat. Bent u geïnteresseerd neem dan contact op: spelhet@gmail.com. Telefoon: 06-44268936.

In de **modelteken- en schildercursus** draait het om goed leren kijken. We tekenen en schilderen naar model; het hele figuur of uitsneden daarvan. De eerste lessen zijn gericht op tekenen, daarna gaan we schilderen. Data: 28-2, 6,20,27-3 & 3-4. Dinsdagavond 19-30-22u. €80,-. T: 06-26804358 www.yetterohde.nl. E-mail: yette.rohde@gmail.com

Sfeervolle praktijkruimte te huur aangeboden in Nijmegen-Oost, per dagdeel te huur. Opp. ca. 50 m2. Geschikt voor bijv. yoga,

counseling, muziekles, etc. Voor nadere info: Evert van de Ven, nu@declou.com, tel. 0626024682, www.declou.com. Telefoon: 06-26024682.

Praktijk voor muziektherapie biedt hulp bij psychische klachten. Behandeling van volwassenen en kinderen. Geen muzikale kennis vereist. Vergoeding door verschillende zorgverzekeraars, vergoeding als 2e-lijns GGZ via het basispakket. Info: www.muziektherapie-nijmegen.nl, 06-40140174 (Barbara Krantz) E-mail: info@muziektherapie-nijmegen.nl.

Training 'Leef je Passie!' In februari en maart. Eén dag individuele begeleiding en 5 groepsavonden van 19 uur tot 22 uur. Begeleiding door Martijn Raaijmakers (Passionair, schrijver van het boek 'Leef je Passie!', oprichter van Passionair Nederland en www.unitedbypassion.com Meer weten? www.passionair.nl/ opentrainingen m.raaijmakers@passionair.nl Telefoon: 06-21204403.

Vrijwilliger gezocht voor computerbegeleiding voor ouderen. m.stumpers@waalboog.nl.

Cursussen beeldhouwen in steen of hout Nijmegen-Oost, begeleid door ervaren beeldhouwer in eigen atelier. Geschikt voor zowel beginners als gevorderden. Inspringen kan op elk moment en gemiste lessen kunnen worden ingehaald. Informatie: 06 53596920 / www.beeldhouwen-nijmegen.nl /

Per 1 mei te huur: grote **representatieve kantoorruimte** voor minimaal 4 personen. 024-3609090 E-mail: w.hompe01@chello.nl.

Meer kleine advertenties op p. 24

aannemersbedrijf



► AANBOUW ► RENOVATIE ► DAKKAPellen ► BADKAMERS

Sinds 35 jaar gespecialiseerd in het renoveren van Uw gehele woning, zoals:

Badkamers	Dakkapellen
Zolderverdiepingen	Uitbreiding/aanbouw woning
Dakbedekking	Kelders

Inclusief alle technische installaties, dus U heeft maar één contactpersoon tijdens de gehele uitvoering

Kijk voor meer informatie op www.gerardhendriks.nl of stuur een mailbericht naar info@gerardhendriks.nl

U kunt natuurlijk ook even bellen voor een afspraak: 06-533.538.49

Dahliastraat 8	Tel. 024 - 358 52 99
6581 XL Malden	Mobiel 06 - 533 538 49
www.gerardhendriks.nl	info@gerardhendriks.nl

Uitgeleide uitvaartondersteuning

Omdat ieder afscheid uniek is, omdat het zo belangrijk is dat je naar je eigen persoonlijke behoefte afscheid kunt nemen, omdat het zo waardevol is als je hierbij steun en betrokkenheid ervaart...

Margreet Mattijssen
dag en nacht bereikbaar
06 - 48691416
www.uitgeleide.nl



Puzzelstukjes

Soms lijkt het of het leven een grote puzzel is en het er alleen maar om draait de stukjes passend zien te krijgen. Met amper aanwijzingen of houvast en met veel geluk en toeval valt er soms ineens een stukje op zijn plaats. Dat is dan meteen weer zo bijzonder dat je het nauwelijks kunt geloven. Laatst zag ik het weer gebeuren toen twee vrienden van mij elkaar in de liefde vonden. Het lastige is dat zoeken niet helpt; dan vind je het niet. Vertrouwen schijnt het sleutelwoord te zijn. En leven vanuit passie: weten wat je drijft, waar je warm voor loopt en dat dan gewoon gaan doen. Van de week liep ik de AH in mijn wijk binnen. Met mijn lijstje in de ene en het blauwe plastic mandje in de andere hand zwierf ik ontspannen door de gangpaden. Mijn route gaat meestal kriskras door de winkel, waardoor het lijkt of ik tegen het verkeer inga. Hoe anderen het voor elkaar krijgen om in een vloeiende beweging hun boodschappen in de juiste volgorde uit de schappen in hun wagentje te werpen, zal voor mij een raadsel blijven. Ik voel me een chaoot. Maar dat mag, sinds een goede vriend me tot kunstenaar heeft verklaard. Het is zelfs gewenst: midden in de nacht opstaan, heel erg dronken worden, vreemde dingen roepen, met een van ouderdom uit elkaar vallende tas rondlopen of vergeten te eten omdat je net zo lekker bezig bent. Toch lukt het me alle gewenste artikelen te verzamelen,



ondertussen nog een buurvrouw te spreken en een bekend gezicht te groeten. Altijd lachen deze man en ik elkaar vriendelijk toe en elke keer weer denk ik dat het een vaste bezoeker van Lux moet zijn. Soms ken ik mensen amper, maar in een publieksdienst word je al gauw een bekend gezicht. Op mijn zigzagroute ontmoeten we elkaar een tweede keer en als ik hem even later achter de kortste rij bij de kassa's zie staan, moet ik wel achter hem aansluiten.

Deze keer spreekt hij me aan, waarbij ik een vaag "he he, eindelijk" op zijn gezicht meen te bespeuren. We praten wat over het weer en het eten, onderwijl laverend tussen kassajuffrouw, geldtransacties en lopendebandwerk. Terwijl ik snel mijn spullen in mijn rugzak stop, zie ik vanuit een ooghoek dat hij (hij blijkt Frits te heten) op me staat te wachten. Die laat er geen gras over groeien. "Mag ik je eens bel-len?" Ik laat mijn mailadres achter en meen een klein huppeltje te zien als hij het pand verlaat.

Thuisgekomen is er nog geen mail van F. Ook enkele uren later houdt hij zich nog altijd koest. Voor mijn geestesoog zie ik hem zenuwachtig op en neer rennen tussen bank en computer, zich afvragend wat een goed moment is om te mailen, zodat hij wel geïnteresseerd maar niet te hijgerig overkomt. Maar dat kan ook best mijn eigen projectie zijn en zit hij nu doodleuk met zijn vrouw op de bank voor de tv, in het geheim nagenietend van een kleine overwinning op zichzelf. En ben ik de enige die nog natrilt van deze ontmoeting. Ik puzzel nog even verder.

Loes Wijffels

MIK
www.studiomik.nl



COiL staat stil bij levensvragen

Vervolg van pag. 21

Deskundigheidsbevordering

Begeleiden is één, scholing en nascholing van vrijwilligers en professionals is een tweede activiteit van het COiL. Dat gebeurt niet alleen voor eigen personeel maar ook in een samenwerking met en voor zorginstellingen, de HAN, het ROC en enkele landelijke instellingen. Daarbij komt de rol van de geestelijk verzorger 'nieuwe stijl' aan bod (vroeger waren dat de dominee of meneer pastoor). Met natuurlijk veel aandacht voor de zingevingsvraag die vaak achter een vraag of klacht schuilgaat.

Het COiL kijkt alweer verder in de toekomst en is bezig te komen tot een overlegplatform met organisaties voor welzijn, wonen, zorg en onderwijs.

Daarin komt alle opgebouwde expertise samen en probeert men de beschikbaarheid, effectiviteit en kwaliteit van zorg op lange termijn te bezien. Maatschappelijk werk en ouderbonden zullen in dat overleg ook een stem hebben. Evenals de gemeente Nijmegen die al vele jaren steun en toeverlaat van COL en COiL is, momenteel in het kader van de WMO-voorziening.

COiL in Oost

Het COiL is er voor mensen uit Nijmegen en de regio. Naast de individuele steun zijn er gezamenlijke activiteiten zoals ontmoetingsgroepen en themazezingen. Die vinden in Nijmegen Oost plaats in het OBG, in het Franciscanerklooster in de Vermeerstraat, de Wijkcentra en in huize Nijevelt. De organisatie heeft daar ook een kantoor.

Het COiL is terug te vinden op www.ontmoetinginlevensvragen.nl
E-mail: info@coil-net.nl



Het logo van het COiL dat het luisterend oor verbeeldt.

Kleine advertenties

Vervolg van p. 22

Antiquariaat Verzameld Werk is altijd geïnteresseerd in de aankoop van bijzondere boeken of gehele bibliotheken. Tel. 06-27526843 of via de website antiquariaatverzameldwerk.nl.

Zou je willen (leren) **mediteren met een edelsteen** of een keer een Amethystbad voor diepe ontspanning? Kom dan naar De Lichte Aarde. Voor meer info kijk op www.delichteaarde.nl. iblo@planet.nl, 024-3776004.

In de groepsruimte van Atmosfeer kan je tot de zomer overdag de **ruimte huren** voor bijv. (yoga) cursus; trainingen; informatiebijeenkomsten. Kom gerust een keer de ruimte bekijken. Je mag per uur huren, dagdeel of hele dag. E-mail: lloyd.verschuur@planet.nl

Heb je zin om **yogalessen** te volgen? Er is nog plek op donderdagochtend 9.15 uur en op donderdagavond om 18.00 uur Dynamiek, ontspanning, meditatie en vooral plezier! De lessen zijn in Atmosfeer / daalsehof 11 (achterzijde Daalseweg 95). Een proefles kost 5 euro. E-mail: lloyd.verschuur@planet.nl Telefoon: 024-3239080

Tuinonderhoud. Wij zijn gespecialiseerd in, aanleg en onderhoud van tuinen voor particulier, bedrijf, instelling, V.V.E. en vastgoedbedrijf. Wij verzorgen ook voor u tuinonderhoudspakketten. Beyé hoveniers Nijmegen Info@beyetuinen.nl www.beyetuinen.nl Tel 0243249429 Tel 0614882563.

Wie kan mijn **belastingaangifte** 2011 invullen? Ik ben binnenlandse belastingplichtig en de aangifte moet naar Heerlen opgestuurd worden. Mail naar langendamlanny@hotmail.com Telefoon: 06-10126539.

Op 1 maart starten weer **sociale Vaardigheidstrainingen** voor kinderen van 8 tot 12 jaar. Voor meer informatie en aanmelding (via contactformulier) kijk op website: www.pepnijsmegen.nl of mail: contact@pepnijsmegen.nl. Telefoon: 0644746914.

Zoekt u een muzikale workshop om nooit te vergeten? Of bent u op zoek naar een DJ voor uw speciale feestje? **Muziquest is het antwoord!** Bel Simone Kiekebosch 06-15500129, info@muziquest.nl.

Moeite met wiskunde? Wiskundedocent geeft wiskundebijles aan middelbare scholieren. Alle niveau's, alle profielen. Wiskundepraktijk Winkens; Berg en Dalseweg 142; Tel: 024 360 44 66 / 06-53181722; wiskundepraktijk.nl; franswinkens@hotmail.com.

live muziek/serenade enz. Rythmo Dit muzikale gezelschap bestaat uit 6 muzikanten. Deze muzikanten bespelen meer dan 17 verschillende instrumenten. Repertoire is zeer diverse (brass, feest, egerlander, oldies, dixieland, kerst, sinterklaas enz enz) Rythmo presenteert ook ruim 25 verschillende themaorkesten. www.rythmo.nl, info@rythmo.nl

Wij zoeken voor onze bewoners van **De Sterreschans** een aantal vrijwilligers! Houdt u van klasieke muziek en heeft u op vrijdagmiddag tijd? Of houdt u meer van fietsen, wandelen en wilt u dit met enkele bewoners doen? (Willekeurige tijden) Neemt u dan contact op met Saskia Vos, hoofd activiteiten. Tel.: 024-3235657 E-mail: s.vos@domusmagnus.com

Zaterdag 17 maart is de **nationale vrijwilligersactie NL DOET**. Wij willen die dag van 9-16 uur aan het werk in onze tuin. Daarvoor zoeken wij vrijwilligers. Onze klus staat op de site van NL DOET. Zin om een dagje mee te helpen? Meld je dan aan via de site van NL DOET of rechtstreeks bij mij. b.beverloo@zzgzorggroep.nl Telefoon: 06-46159325.

Cursus schilderen. Donderdag van 13.00 tot 16.00 uur. Prijs: voor €40,- (onbeperkt hobbyen bij Hobbycentrum Nijmegen Oost). Alles kan en mag: schilderen en tekenen naar voorbeeld of vrije expressie; concreet of abstract of halfabstract. Je zult ontdekken hoe je met bewust gebruik van kleur en verschillende materialen verrassende effecten kunt bereiken! info@hobbycentrumnijmegenoost.nl. Tel.024-3812381.

Cursussen De kracht van Positief Denken dinsdag 28 febr.; Foto's bewerken donderdag 1 maart; Vriendschap donderdag 1 maart; Yoga: www.deopstap-nijmegen.nl Vrijdag 16 maart Sjaal op zijde vilt. Telefoon: 024-3238111. info@deopstap-nijmegen.nl

De voordeligste **baby- en peuteropvang**. Heeft u een peuter vanaf anderhalf / twee jaar en zoekt u nog kinderopvang? Poespas heeft een zeer leuk en hecht team met een warm hart voor kinderen. E-mail: info@kinderdagverblijf-poespas.nl; tel.: 024-3243795

Ruimte voor nieuwe cliënten. Als natuurgeneeskundig **energetische therapeute** breng ik je terug in balans of help je met levensvragen. In mijn begeleiding richt ik me op jouw aura, chakra's en meridianen. Ik geef ook aanvullende behandelingen met edelstenen of kruiden. Neem vrijblijvend contact opnemen. E-mail: anneliesfransen@gmail.com. Telefoon: 024 3600721.

Vanaf 28 februari in de Ark van Oost: op dinsdag van 9.45-11.15 uur "**Lief lijf lééf**" Cursus stem- en bewegingsexpressie. Heb je belangstelling, kom dan naar de proefles op 28 februari. Of bel 06-17046515 Saskia.

We zijn op zoek naar **professionele (of semi) muzikanten** voor onze klassieke concerten (voor de bewoners) op de vrijdagmiddag. Interesse of vragen, neem contact op met Saskia Vos Hoofd Activiteitenbegeleiding De Sterreschans E-mail: s.vos@domusmagnus.com Telefoon: 024-3235657.

Aangeboden in Nijmegen-Oost/centrum: **diverse opslagruimtes** van 6m2 tot 14m2. (vanaf 49,- per maand). Handig voor tuinmeubilair, surfplank, ski-uitrusting, fietsen, of andere materialen waar u (tijdelijk) geen plaats voor heeft. 0629044309/martien@mooren.nl.

Wel eens aan gedacht? **Mentor worden van een leerling?** School's cool en Future Click zijn op zoek naar hoogopgeleide vrijwilligers die het leuk vinden om een leerling te begeleiden. Tijds-

investering: ca. 1,5 uur per week Contact: 024 3503466 of info@schoolscoolnijmegen.nl Voor meer informatie: www.schoolscoolnijmegen.nl en/of www.futureclick.nl.

Dansen op basisschool de Muze. Elke maandagavond geeft Annika Palm van Danszinnig lessen voor volwassenen. 19.30-20.30 Modern Dance/Jazzdance beginners 20.30-21.30 Dansfitness. Kom een kijkje nemen en meeswingen in de aula (De Parel) van de basisschool. Of mail voor meer informatie. Tot ziens! E-mail: info@danszinnig.nl

Laat je meevoeren tijdens een **klankmeditatie-concert** door de ontspannende werking van o.a. klankschaal, drum, oceandrum, ratels en stem. Voel hoe de kracht van deze klanken voor je werkt. Woensdag 22 februari, Van Slichtenhorststraat 81 Nijmegen. Kosten € 15,-. Graag van te voren aanmelden. Tel.: 06-23157790 E-mail: info@praktijkmeander.nl

Zoekt u een **slaapplaats voor de 4-daagse?** All-incl. met eventueel huiselijke verkeer; € 37,50. tel. 024-3231900. B.g.g. 0243441910.

Open Meditatie op vrijdagochtend van 8.45- 9.30 uur. We starten met zacht lichaamswerk, mediteren samen. Na afloop is er thee. De begeleiding is geïnspireerd vanuit zijnsoriëntatie en mindfulness. Hennita Jaspers. Cederstraat 27. Tel.: 024-3237843 www.creativiteitenlevenskunst.nl E-mail: hennita@zonnet.nl.

Workshop **Uit de Winterdip** voor iedereen die met meer plezier en energie de winterperiode door wil. Met vakkundige voedings- en kruidenadviezen, leefstijltips en ontspannings- en visualisatieoefeningen door deskundige en ervaren coach en therapeute. Voor meer informatie bel 06-40793221 of mail: pvandaalen@hotmail.nl.

Te huur: **kantoor/praktijkruimte** (70m2) voor diegene die met enkele collega's een mooie hoge en lichte ruimte met eigen pantry en toilet op prijs stellen. Pas gerenoveerd en kwalitatieve afwerking. Ligging in rustige en groene omgeving, zeer dichtbij centrum en openbaar vervoer. info. 0629044309/martien@mooren.nl

Meer op pag. 29

Slechte conditie buurtbewoners veroorzaakt chaos Daalseweg

Ingezonden door P. Egasus

Er is een enorme glazen flessenzee ontstaan bij de Albert Heijn aan de Daalseweg. Oorzaak is een overschatting door de DAR van de lichamelijke conditie van buurtbewoners tijdens de vervangingsperiode van drie glasbakken. Enkele daarvan waren vandaag fysiek niet in staat om de enorme afstand van maar liefst 10 (tien) meter te overbruggen naar de tijdelijke containers die de DAR helemaal om de hoek

plaatste. Vaste AH klant Peter de Groot, nog amechtig nahijgend: "Bij mijn vaste glasbak zat ik er al helemaal doorheen met het sjouwen van mijn twee lege friese mosterdglazen. Toen ik zag dat de finish 10 meter was verlegd en óók nog om de hoek van de Daalseweg was, brak er iets bij me. Ik kon niet meer verder." Komende maandag start de DAR met een gezondheidsprogramma in Altrade dat deze problemen de volgende keer moet voorkomen.



Claudia y Manito

In Centrum de Appel aan de Groesbeekseweg begon op 12.02.2012 om 2 voor 12 een sfeervol koffieconcert van wijkbewoners Claudia en Manito. Zo'n 40 mensen genoten van de warme klanken van Manito's gitaarspel en het zeker zo virtuoze harpspel van Claudia. Af en toe wisselde Claudia haar speciale Paraguayaanse harp af met gitaar en zang. En deze twee artiesten wonen allebei zomaar bij ons in de buurt, vanzelfsprekend wel in de componistenbuurt.

GEEF YASMIN EEN 'BLIND DATE'



EYE CARE FOUNDATION

Yasmin (17) uit Nepal heeft staar en is bijna blind. Zij kan niet naar school en niet werken; zij is afhankelijk van haar familie. Een 'Blind Date' in de met Nederlandse donaties opgezette oogkliniek is het mooiste wat haar kan overkomen. Nederlandse oogartsen en andere vrijwilligers leiden lokaal personeel op en helpen, waar nodig, met opereren. Na haar staaroperatie heeft Yasmin weer een toekomst. Voor € 35,- geeft u al een staaroperatie. Voor € 10,- een bril. Steun de actie van Eye Care Foundation in samenwerking met Nederlandse oogartsen.

Giro 5 25 25 www.geefeenlens.nl

geef een lens aan een medemens

Huisartsen Hamers, Meijerink en Herberts en apotheek Van der Ploeg zijn samen verhuisd naar het nieuwe pand op de hoek van de Tooropstraat en de Dommer van Poldersveldtweg.

We werken nu samen onder de naam:

pegasus

huisartsen + apotheek

Pegasus Huisartsen en Apotheek Dommer van Poldersveldtweg 27-27a www.pegasusnijmegen.nl

FYSIOTHERAPEUTEN VOOR SPORTERS

BLESSURE-SPREEKUUR

– op afspraak – maandag 17.00-18.00 uur

Sander de Haan

tennis, voetbal, schaatsen en hockey

Thomas Dunckerbeck

hardlopen, wierenen en mountainbiken



Fysiotherapie

Manuele therapie

Sportfysiotherapie

Bekkenfysiotherapie

Geriatricfysiotherapie

Lymfe-oedeemtherapie

Oefengroep onder begeleiding

Revalidatie op het gebied van:

+ Neurologie: Parkinson/CVA

+ Orthopedie: schouder, heup, knie en rug

+ Oncologie

+ Longen: COPD

schrijf nu in:

TRAININGSGROEPEN

onder begeleiding, voor alle leeftijden



Rozendaal/Nijmegen-Oost

WINNAAR VAN DE
'TOEGANKELIJKHEIDSPRIJS 2010'
VAN DE GEMEENTE NIJMEGEN

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

024 - 323 04 24



Rechtswinkel Nijmegen-Oost

Geen loon bij ziekte, wat nu?!

U hebt al enige tijd last van uw rug. Aangezien u nog maar kort bij uw nieuwe werkgever in dienst bent, wilt u niet moeilijk doen en gaat u toch gewoon naar uw werk. Een bezorgde collega brengt af en toe een kopje thee en wat fruit, maar verder wordt er gewoon doorgewerkt.

Ingezonden door Daan Becht

Wanneer u in het weekend de huisarts bezoekt, blijken de klachten ernstiger dan gedacht. De arts verwijst u meteen door naar het ziekenhuis. Het is serieus mis! Nog diezelfde avond wordt u geopereerd. Na de operatie blijkt dat het herstel minstens enkele maanden zal duren. Voorlopig zit werken er dus niet in. Wanneer u op maandag uw baas belt, wordt hij ontzettend boos. Hij dreigt meteen met ontslag en weigert uw loon door te betalen voor de dagen waarop u niet werkt. Hij eindigt het gesprek door de telefoon op de haak te gooien. U schrikt zich rot! Zonder salaris komt u de maand niet door. U vraagt zich dan ook af wat precies uw rechten zijn en of uw baas dit zomaar kan doen.

Heeft u of een bekende iets soortgelijks meegemaakt?

Stichting Rechtswinkel Nijmegen-Oost kan u helpen om datgene te krijgen waar u recht op heeft. In deze rubriek zal ditmaal worden ingegaan op de plichten die uw werkgever heeft wanneer u ziek bent.

Wat is uw recht?

Wanneer u ziek wordt, is uw werkgever wettelijk verplicht een groot deel van uw loon door te betalen. Bovendien mag een werkgever op grond van de wet een zieke werknemer twee jaar lang niet zomaar ontslaan. De dag waarop de verplichting tot loondoorbetaling begint en de hoogte van het uit te betalen salaris kunnen per geval verschillen. Zo kan het zijn dat uw werkgever de eerste twee dagen na uw ziekmelding niet verplicht is om loon door te betalen. Deze dagen worden ook wel wachtdagen genoemd. Ook de hoogte van het uit te betalen bedrag kan verschillen. De eerste 52 weken dat u ziek bent is het bedrag ten minste 70% van uw normale loon, maar u krijgt altijd minstens het minimumloon. Het is wel belangrijk om op te merken dat dit de hoofdregels zijn. Er kunnen uitzonderingen van toepassing zijn! Zo kunnen er aanvullende afspraken in uw CAO staan en is ook het type contract dat u heeft van belang.

Uiteraard hoeft een werkgever zieke werknemers niet eeuwig door te betalen. De verplichting tot doorbetalen duurt volgens de wet op zijn langst 104 weken. Dit kan in sommige gevallen langer worden indien een werkgever zich niet goed gedraagt. Een werkgever en werknemer moeten namelijk in die 104 weken samen hun best doen om de werknemer weer aan het werk te krijgen. Dit gebeurt via een zogenaamd re-integratieplan. In zo'n plan maken werkgever en

werknemer in overleg met de arbodienst of bedrijfsarts afspraken over hervatting van het werk. Als een werkgever zich niet aan het re-integratieplan houdt, kan hij verplicht worden tot langere loondoorbetaling.

Hoe haalt u uw recht?

Wanneer u ziek bent en problemen hebt met uw werkgever is het belangrijk om precies te weten waar u aan toe bent. De verplichtingen die uw werkgever heeft zijn afhankelijk van meerdere factoren. Daarom raden wij u dringend aan om altijd juridisch advies in te winnen bij de Rechtswinkel. Wij kunnen u helpen bij het vaststellen en het halen van uw recht; de Rechtswinkel staat voor u klaar!

Kosteloos advies

Zit u ook met een dergelijk probleem, heeft u een ander juridisch probleem, of een casus voor deze rubriek? Wij, de juridisch adviseurs van Rechtswinkel Nijmegen-Oost, voorzien u graag van een passend juridisch advies. U bent van harte welkom op onze spreekuren. Een afspraak is niet nodig en het advies is geheel gratis, dus aarzel niet. Kijk voor meer informatie op onze website: www.rechtswinkel-nijmegen.nl.

Spreekuren:

Maandagavond	19.00-20.00 uur
Woensdagavond	19.00-20.00 uur
Zaterdagochtend	10.30-12.00 uur

Bezoekadres: Daalseweg 259a Nijmegen.
www.rechtswinkel-nijmegen.nl

Opereren? Niet altijd!

Al een hele tijd liep ze rond met pijn aan haar heup. Althans, ze dacht dat het dat was. De pijn aan de zijkant van het bovenbeen was in de loop van enkele weken dusdanig toegenomen dat ze er bijna geen erg meer in had dat ze sleepte met haar been.

Zo had ze ook diverse oplossingen bedacht om het been dat te laten doen wat ze wilde zonder dat het veel pijn opleverde. De trap nam ze bijvoorbeeld weer alsof ze drie jaar oud was; stap-sluit aan, stap-sluit aan, enz. Tijden had ze zichzelf voor gehouden dat er een nieuw heupgewricht aan te pas moest komen. Dat zou een operatie betekenen. Nou, dat zag ze helemaal niet zitten! Ze zou zich er tot het laatste moment toe verzetten. Uiteindelijk kon ze de pijn niet meer ontkennen;

het werd ondragelijk.

In de senior-fit-les die ik geef had ze zich al tijden groot gehouden. Behendig had ze lastige oefeningen weten te omzeilen. Na enkele weken sprak ik haar aan en gaf het advies om de huisarts te bezoeken of rechtstreeks een afspraak met mij te maken. Ze koos voor het eerste om daarna alsnog op mijn behandel-tafel terecht te komen. En wat bleek: een nieuwe heup was totaal niet aan de orde! Het bleek een langdurig geïrriteerde slijmbeurs te zijn die de pijn aan de zijkant van het bovenbeen verklaarde. Wat een opluchting had ze gevoeld. De operatie was godzijdank uit beeld!

Zeer goede resultaten had ik ondertussen opgedaan met het gebruik van Curetape, een

soort tapemateriaal volgens een nieuwe methode. De meesten kennen het uit de sport (veelal atletiek), waarbij sporters met allerlei gekleurde tapestroken over benen en armen hun arena betreden.

Zo'n eenvoudige tape doet ondertussen wonderen. De eerste keer kon ze het niet geloven. Maar nu, een aantal weken verder, moet ze bekennen dat vier strookjes van 15 cm ervoor gezorgd hebben dat ze weer normaal kan lopen. Ook de trap is geen probleem meer. En ze kan weer heerlijk de stad in. Zo simpel kan het soms zijn!

Fem Verhoeven werkt als fysiotherapeut bij De Wedren en schrijft regelmatig in de Wijkkrant over haar boeiende vak.



**Wij zijn voor u op
de beurs geweest
en hebben de
nieuwste modellen
ingevoerd.**

Kom kijken en
passen bij:

Geerling
optiek
kwaliteit voor ogen

Dé opticiens in uw buurt.

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

**Of surf naar:
www.geerlingoptiek.nl
en ga naar:
www.brilonline.com**

**Dit jaar kan de vergoeding van uw
verzekering veranderd zijn. Wij kunnen
voor u nakijken of u nog recht heeft op
vergoeding van uw verzekering.**

Oud Burgeren Gasthuis *Sedert 1592*

- Personenalarmering
- Computercursussen
- Sleutelkluisverhuur
- Gestructureerde dagbesteding
- Weekmarkt op donderdag
- Gerust Thuis Bemiddeling
- Seniorencafé Burgerlust

(024) 327 92 79 of
www.oudburgerengasthuis.nl

Het OBG. Tot uw dienst!



Grote sortering:

- vitrages
- inbetweens
- gordijnen
- jaloezieën
- rolgordijnen
- lamellen
- silhouetten
- kamerbreed tapijt
- tapijttegels
- vinyl
- marmoleum

*Voor gedegen
voorlichting en een
vrijblijvend woonadvies*

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

Kleine advertenties

Vervolg van p. 24

Stemvormingcursussen en individuele begeleiding, vrijmaken en ontwikkeling van je stem, om deze met meer plezier en zelfvertrouwen vrijer en creatief te kunnen gebruiken in werk en prive. Voor ieder die zichzelf wil laten 'klinken' en de eigen stem wil leren kennen als instrument. info: 06-22437602

stemvormingdemoor@gmail.com

Workshop Gezond Gebak waarin wij diverse soorten gebak maken met alternatieve zoetmiddelen, vruchten, noten, weinig vet of ei. Mensen met een allergie zijn ook welkom. Locatie is Celebesstraat 12. Kijk voor meer info op www.kokenmetdominique.nl. E-mail: dcompanjen@yahoo.com Telefoon: 06-13079008.

Ontdekken wat je wilt. Ben jij er klaar voor om geprikkeld te worden, zodat je gaat onderzoeken waarom je nog niet doet wat je echt wil doen? Schrijf je in voor workshop 'wat wil ik nou écht?'. Of geef jezelf een prikkel-uur kado. Meer info + aanmelden: <http://katyo.net/katja@katyo.net>. Weg met je smoesjes!

Medio maart start op de donderdagmiddag van 13.30u tot 16.00u in Yogacentrum Hart van Oost de achtwekelijkse **mindfulness/stressreductietraining**. Kosten: 200 euro per persoon. Aanmelden via josejansen58@hotmail.com tel. 0622609167.

Onderwijspedagoge met ruime les-ervaring geeft particuliere en individuele **schoolbegeleiding**

t.b.v. * leerondersteuning in basisen voortgezet onderwijs * taal- en rekenbijles * huiswerkbegeleiding in alle vakken. Tel. 024-8441647 onderwijspedagoge@gmail.com.

Familieopstellingen avondcursus 29.3- 12.4 - 26.4 19.30-22.00 € 85,- Introductie en kennismaken met systemisch werk. Dagworkshop 12 mei 10.00- 17.00 € 65,- Ontdek de kracht van systemisch werk. Ontdek welke banden je belemmeren of versterken. Verbreed je blikveld, herontdek jezelf en de ander. roos1958@gmail.com Telefoon: 024-3888606.

Te Koop: appartement Indische BuurtMolukkenstraat 144. Hoek-appartement op tweede woonlaag in populaire buurt. Het appartement is goed onderhouden, heeft nog enkele authentieke details en is erg licht van binnen. Het ruime balkon aan de achterzijde ligt op het westen. Ideaal voor starters! € 179.000,-. Informatie: Hypodamus Makelaar. Telefoon: 024-711 32 32

Beeldhouw en schrijfvakantie. kom een week beeldhouwen (29 juli tot 5 augustus 2012, volledig verzorgd: 525 euro) of kom op verhaal (5 tot 11 augustus 2012; 495 euro all in) op een prachtige plek in de Franse bourgogne. www.liesbethcrooijmans.nl. E-mail: loes@avatar.nl Telefoon: 06 - 14317579.

Ayurvedische massage geeft diepe ontspanning, rust, reiniging en vitaliteit. De warme, medicinale, Indiase kruidenolie, waarmee gemasseerd wordt, heeft een genezende en weldadige werking. Kortom, deze massage is heerlijk voor lichaam en geest. Voor meer informatie: Eva Hartmann, gediplomeerd massagetherapeut. Tel. 024-3241737.

E-mail: eva-hartmann@versatel.nl

Wil je een nieuw interieur maar weet je niet waar je moet beginnen? Wil je verbouwen? Gediplomeerd binnenhuisarchitecte helpt je d.m.v. schetsen, maquettes, 3D-beelden en technische tekeningen. Nu van feb t/m mei 5% Lente-kriebelskorting! sofiesweers.com of bel 06-45774431.

In september ben ik gestart met de opleiding Junior Kapper. Ik ben op zoek naar **modellen m/v** die zich gratis willen laten knippen, föhnen, kleuren, watergolf, permanent. Modeleisen zijn: 18 jaar, haar max. op schouderlengte. Heeft u vragen dan kunt u telefonisch of per e-mail contact opnemen. Telefoon: 0625028050.

E-mail: p_spruijt@hotmail.com.

Op 3 maart start de training tot **Siberisch sjamanistisch genezer** in Kranenburg. De training bestaat uit 5 weekenden en wordt gegeven door Sophia Konings-de Mari. In juni wordt een gedeelte verzorgd door authentiek siberisch sjamaan Ahamkara. Voor meer info/opgave kijk op www.siberischsjamanisme.com. E-mail: shamda11@hotmail.com.

Zaterdag 3 maart, 9.00-10.00 uur **Hardlooppinstructie voor beginners**. Hoek Berg en Dalseweg-Sophiaweg. Leer met het hardlooppmenu blessurevrij hardlopen. Kosten € 5,00. Hardlooplexpert: Clemens Vollebergh, 024-3566601, steun@chello.nl; www.steun.biz.

Counselling/coaching Kracht-mens: psychosociale hulpverlening voor o.a. relaties, communicatie, werkdruk, stress. Heb je vragen of wil je een afspraak maken? Stuur een mail naar info@krachtmens.nl of bel 06-44424861 (Sandra Smits). www.krachtmens.nl. Verwijzing door de huisarts niet nodig.

Op woensdag 25 januari organiseerde Wijkcomité Oost een drukbezochte nieuwjaarsbijeenkomst 'Oost ontmoet Oost' in het Canisius 'Mater Dei' College. Het was een gezellige avond met muziek, oude films en kunstenaars uit Oost.

Foto: Johan Hol



Uniek afscheidshuis

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



Klopper & Kramer
Uitvaartcentrum Oud-Mariënboom



Groesbeekseweg 424 | Nijmegen | www.kk.nl

(024) 323 44 44

MEUBELMAKERIJ

MENES Keuken Renovatie

Nieuwe deurtjes in uw keuken, een nieuw werkblad, nieuwe apparatuur, een andere wasbak etc., en zelfs een andere indeling is mogelijk.

*Wel een nieuwe keuken,
maar niet de prijs betalen van een nieuwe keuken?*

Dat kan. Laat Menes voorrekenen wat uw zo goed als nieuwe keuken gaat kosten. Neem de maten van uw keuken mee, de maten van de deurtjes en het werkblad, dan bekijken we samen de mogelijkheden voor uw keuken. Een afspraak maken kan ook, wij komen dan bij u langs. Bespreek met ons de mogelijkheden en kies het soort front, apparatuur en werkblad wat u graag zou willen. Levering van alle merken.

Er is meer mogelijk dan u denkt. Een andere indeling, laden in plaats van deurtjes in de onderkasten etc.

Voordelen: Meestal geen hak en breekwerk. Levering vaak in 2 tot 3 weken. Werkzaamheden beperkt tot een paar dagen. Gebruik van bestaand leidingwerk. Niet de kosten van een nieuwe, maar wel de voordelen van een nieuwe keuken.

Bel 024-3792314 of 06 24208370 voor een afspraak
Daalsedwarsweg 18-g, Nijmegen.



Een goed gevoel in Nijmegen-Oost



Ben en Juliëtte van Anken wonen en werken al meer dan 20 jaar in Nijmegen-Oost. Het is niet voor niets dat hun Makelaardij is gevestigd aan de Pontanusstraat nr. 1. Goed bereikbaar voor ú en in een gezellige sfeer wordt hier gewerkt aan de beste service met deskundigheid en de persoonlijke aandacht die u verdient. Ben en Juliëtte begrijpen uw woonwens, zijn objectief en onafhankelijk en altijd betrokken. Uw belangen worden met zorg en zekerheid behartigd en wij garanderen u de beste prijs voor uw woning. Dat is Van Anken Makelaardij ten voeten uit.

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

Pontanusstraat 1
Postbus 1075
6501 BB Nijmegen

Tel.: (024) 322 36 26
www.vananken.nl
E-mail: info@vananken.nl



Een goed gevoel...



de Wijkkrant voor Nijmegen-Oost

Verschijnt maandelijks in:

Altrade, Galgenveld, Groenewoud, Hengstdal, Hunnerberg en Kwakkenberg.

Oplage: 12.300 exemplaren

Uitgave: Stichting De Wijkkrant Nijmegen-Oost, Hengstdalseweg 78, 6523 EM Nijmegen.

Internet: www.dewijkwebsite.nlE-mail: redactie@dewijkwebsite.nl**REDACTIE**Anna Bakker, Eric Hendriks
Marleen de Jong, Anne-Marie Kirch
Marjon Spoorenberg
Karin Veldkamp**EINDREDACTIE**

Simone Kiekebosh

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:Daan Becht
Koen Berfelo
Karin van Eerten
P. Egasus
Ger Gerrits
Johan Hol
Henk Horstink
Erik van Huizen
Fien Kraanen
Pleun Reedijk
Fem Verhoeven
Maikel Verkoelen
Sandra Wanetie
Loes Wijffels**WIJKWEBSITE**

Mijnbuurt.je

WIJKTVBas Olbertz
Anne-Marie Kirch
Erik van Huizen**OPMAAK**Ton Burgers, www.a-formaat.nl**DRUK**

Janssen Pers, Gennep

BEZORGINGTip Top verspreidingen, Cuijk,
tel. 0485-319050**ADVERTEREN VOOR BEDRIJVEN**Wim Peters, E-mail:
advertenties@dewijkwebsite.nl**KOPIJ INLEVEREN**Deadline volgend nummer: vrijdag
9 maart 2012. Bezorging volgend
nummer: woensdag 21 maart 2012,
samen met De Brug.**Geen wijkkrant
ontvangen?**Bel dan met TipTop verspreidingen,
telefoon 0485-319050 of meld
online: www.dewijkwebsite.nl.

Nabouwen Aquaduct op Broerdijk

In plaats van de kunstzinnige vormen om het aquaduct aan te duiden wil aquaductexpert Paul Kessener het Romeinse aquaduct zo getrouw mogelijk nabouwen. Hij heeft zelf veel onderzoek gedaan naar Romeinse aquaducten in west Turkije.

Ingezonden door Henk Horstink

Voor de Nijmeegse situatie heeft hij aangetoond dat er alleen onderin Hengstdal tussen Meidoornstraat en de Pijnboomstraat een vijf tot zes meter hoge Broerdijk is gebouwd. Om water over het hele 500 meter brede Hengstdal te voeren is daar bovenop waarschijnlijk met dikke boomstammen nog een zes meter hoge houten brug gebouwd inclusief een houten goot voor het aangevoerde water.

Omdat zo'n maquette inclusief stromend water niet goed uitkomt op de rotonde, wil hij maar een klein stukje van deze dijk met houten brug terugbouwen, maar wel met de oorspronkelijke twaalf meter hoogte. Dat is het niveau van de Kwakkenbergweg waar het water aankwam. Met een klein verval kon het aangevoerde water zo geleidelijk aflopen naar het Romeinse kamp op de Hunnerberg. Hij is nu bezig om uit te vinden hoe breed de goot en hoe dik de palen waarschijnlijk waren en hoe ver ze uit elkaar stonden.

Alleen dan kan een getrouw beeld ontstaan van dit imposante Romeinse bouwwerk. Dit is net zo hoog als de panden rondom de rotonde en hoger dan de lantaarnpalen. Voor een getrouwe replica moet hij nog wel een goede kleur voor de boomstammen en de dijk vinden. Zijn enige creatieve toevoeging is een blauw, eventueel lichtgevend golfpatroon voor water.

Als hij zijn replica-ontwerp goed en getrouw uitwerkt kan de Nijmeegse commissie Beeldkwaliteit het nauwelijks afwijzen. Hij moet nog wel zorgen dat deze hoge iele constructie degelijk en *hufteproof* wordt.

We hopen dat dit in maart gebeurt, zodat we het naast de kunstzinnige ontwerpen in het voorjaar aan de buurt kun voorleggen. De buurtbewoners mogen dan bepalen of ze iets kunstzinnigs willen of deze replica.



JOP-project

Het Jongeren Project Nijmegen Oost gaat ook in 2012 weer van start. Deelnemers zijn de parochies Antonius van Padua, Effata en de Verrijzenis en de Protestantse Gemeente Nijmegen, sectie Stad. Tieners (12-15 jr.) uit deze kerken ontmoeten daarin leeftijdsgenoten die een heel ander leven leiden dan zichzelf.

*Ingezonden door Ger Gerrits*

Dit jaar ontmoeten we jongeren uit andere landen en culturen, die vaak uit hun eigen land zijn gevlucht. De stichting WHAA organiseert creatieve cursussen voor hen, zoals theater, Capoe-

ra, breakdance, Urban dance en Indiase dans. Daaraan mogen wij enkele avonden meedoen. Door zo samen actief te zijn, leer je elkaar op een makkelijke en ontspannen manier kennen, en je hebt ook nog eens veel plezier.

Het programma van ons JOP project ziet er dit jaar als volgt uit: eerste bijeenkomst: "Kennismaking". Maandag 16 april van 19.00-21.00 uur. Plaats: Parochiehuys aan de Van Slichtenhorststraat 81.

Tweede bijeenkomst: "Theaterspel: kijken en doen". Donderdag 10 mei van 19.00-21.00 uur. Plaats: bij Stichting WHAA.

Derde bijeenkomst: "Dans: 'kijken en doen'".

Vrijdag 1 juni van 19.00-21.00 uur. Plaats: Parochiehuys aan de Van Slichtenhorststraat 81.

Nadere informatie en opgeven bij Marian Verhoecks, verhoeckx@hetnet.nl. Opgeven graag vóór eind februari.

**Postma Express is uw
koerier in Nijmegen-Oost
die staat voor
duurzaamheid en betrouwbaarheid.**



Postma Express biedt naast het reguliere koerierswerk nu ook een service aan voor de kleine zelfstandige om de boekhouding te vervoeren naar uw boekhouder in een veilige en verzegelde box. Dit kan al voor een bedrag vanaf € 37,50 excl. BTW per jaar.



Interesse? info@postmaexpress.nl, tel. 06 43 1111 69 of
www.postmaexpress.nl. Kijk ook 'ns op www.regio-pakket.nl.

 Postma Express vervoert CO2-neutraal.



AUTOBEDRIJF STARFIT

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

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

adres:

Pontanusstraat 46-48
6524 HG Nijmegen

T: 024-3234448

F: 024-3601609

E: info@starfit-nijmegen.nl

openingstijden:

ma t/m vr: 08.00-17.00

www.starfit-nijmegen.nl