

de wijkkrant

JAARGANG 35!
nummer 1
januari 2007

voor Nijmegen-Oost



2

Ont-
moeten

7

Tijlp
tijlp

9

Laat je
zien

Eén van de goede voornemens van de redactie was om een rondje door de wijk te maken om onze wijkgenoten te vragen naar hun goede voornemens voor 2007. Hierboven ziet u wie daar allemaal aan meegedaan hebben, hun goede voornemen treft u verderop in dit blad aan. Ter lering, inspiratie en wellicht vermaak!

de wijkkrant

voor Nijmegen-Oost

Oplage: 8.000 exemplaren
Uitgave: Stichting De Wijkkrant
Nijmegen-Oost,
Hengstdalseweg 78.
6523 EM Nijmegen
Internet: www.dewijkwebsite.nl
E-mail: redactie@dewijkwebsite.nl

REDACTIE

Mirjam Bedaf, Eric Hendriks
Erik van Huizen, Sef Schreurs
Grieta Spannenburg

EINDREDACTIE

Pascal Huinink

WIJKWEBSITE

Rik van Ooijen, Tromik webdesign

WIJKTV

Inger Stokkink
Bas Olbertz

OPMAAK

DTPBURO Different © 0481-450592
E-mail: majong@wxs.nl

DRUK

Janssen Pers, Gennep

BEZORGING

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

U ONTVANGT

De Wijkkrant per post voor € 10,- per jaar

ADVERTENTIES

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

Kopij inleveren voor de volgende Wijkkrant

Artikelen of brieven voor het januari-nummer van De Wijkkrant voor Nijmegen-Oost moeten uiterlijk 5 februari 2007 bij de redactie worden ingeleverd, bij voorkeur via redactie@dewijkwebsite.nl. De Wijkkrant wordt dan op 15 februari 2007 samen met De Brug verspreid.

Filmclub Nijmegen-Oost zoekt acteurs

Nijmegen-Oost heeft sinds kort haar eigen filmclub. Op initiatief van Carolien Hendrix van de Groesbeeksedwarsweg kwamen vorig jaar een aantal vrijwilligers uit Nijmegen-Oost bij elkaar om te kijken hoe ze op termijn tot een speelfilm kunnen komen.

Door Erik van Huizen

Carolien kwam op het idee voor een wijkfilm na een cursus scenarioschrijven. Ze werkt als milieuvadviser in haar eigen bedrijf en wil met film milieukansen zichtbaar maken. 'Na de cursus wilde ik het geleerde in de praktijk brengen. Daarbij kwam ik op het idee een korte fictiefilm te maken met mensen uit de wijk.' Het wordt dus geen documentaire over Nijmegen-Oost, maar een echte speelfilm. 'Het belangrijkste is dat we het voor ons plezier doen. Het eindresultaat moet goed zijn, maar de beleving is net zo belangrijk.'

Carolien hoopt nog mensen uit Oost te vinden die willen acteren in haar film. 'Nijmegen-Oost is een leuke buurt met veel creatieve mensen. Het moet dus niet zo moeilijk zijn de mensen bij elkaar te krijgen. We zijn nu al met ons vijven. We hebben het televisieteam van de wijkkrant, een vrouw die als communicatieadviseur werkt en een man die ervaring heeft met een film in Amersfoort. Wat we nu nog missen zijn de acteurs.'

Drie minuten

Om snel iets concreets neer te kunnen zetten gaat de filmclub eerst een korte film van ongeveer drie minuten maken. 'Op deze manier kunnen we op elkaar inspelen en leren van de fouten die we dan maken. Ik denk dat we hiervan veel kunnen leren voor

de grote film. Waarschijnlijk gaan we na de eerste korte film nog twee filmpjes van drie minuten maken met hetzelfde thema.' 'Het scenario is klaar. Het thema is ontmoeten. Het gaat over een jonge vrouw die besluit een dag te ontsnappen aan een moet-situatie. Hiervoor zoeken we een jonge vrouw, ze gaat Eefje heten, die kan skaten. Ze speelt een moederrol, dus we hebben ook nog een kindje nodig tussen de vier en zeven jaar. Het kind moet niet al te bang zijn, dus het zou mooi zijn als Eefje een bekende van het kind is. Voor de tegenhanger van Eefje in de film zoeken we een man met een wielrenfiets en wielrenpak die ook een beetje wil acteren. Verder zoeken we nog iemand met ervaring in regisseren, een aantal figuranten voor de bijrollen en iemand die zijn opvallende auto een dag wil lenen. Een grote oldtimer, een artistieke bus of andere grote auto in een opvallende kleur zou mooi zijn. Het is natuurlijk ook mogelijk de film te sponsoren. De sponsors komen dan in de aftiteling.'

In april klaar

Carolien hoopt de eerste korte speelfilm in mei klaar te hebben. We hopen eind januari de acteurs bij elkaar te hebben. We kunnen dan de opnamelocaties goed verkennen. De opnames zijn waarschijnlijk in februari en maart. Ik denk dat we ongeveer drie opnamedagen nodig hebben. Dat wil natuurlijk niet zeggen dat iedere acteur drie dagen aanwezig moet zijn. Volgend jaar gaan we dan bezig met de speelfilm.'

Bewoners uit Nijmegen-Oost die mee willen doen in de film kunnen zich melden bij Carolien Hendrix, email: carolienhendrix@hetnet.nl of 06-100 738 69.



De filmclub bekijkt eind deze maand waar de wijkfilm wordt opgenomen.

Foto Erik van Huizen

KLEINE ADVERTENTIES voor NIJMEGEN-OOST

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

Oppas gezocht voor onze zoon van 2,5 jaar. Niet roken in huis. Elke dinsdag en 1 weekend in de maand. Bas 06-18083044

Woningruil: Woning gezocht in Nijmegen Oost. 3 slaapkamers. Wij bieden een mooie bovenwoning met 2 slaapkamers in de Lijsterbesstraat. Bas 06-18083044

Gezocht hondenuitlaters: Max, de liefste golden retriever van Nijmegen-Oost, zoekt iemand die hem 's avonds wil uitlaten. Mijn baasje heeft een handicap. Hopelijk tot wandels! Bel mijn baasje om met mij kennis te maken: Barbara Coljee, 06-25113793, barco-nim@hotmail.com

Aangeboden: gratis af te halen wegens overkompleet: leren 3,5 zits bank, bruin. zit en slaapt prima. Wel zelf afhalen en demonteren. Bel Barbara Coljee, 06-25113793, barco-nim@hotmail.com

Dweil/Feest orkest Glashelder zoekt nog 3 muzikanten: 1 trompettist, 1 trombo-nist, 1 saxofonist. Het repertoire bestaat o.a. uit: De woonboot, Falling inlove, Moviestar, hela ho enz. Richard_klaassen12@hotmail.com. www.glashelder.cc

Wie vindt het leuk om 1 of 2 dagen per week tegen vergoeding op onze Saarloos Wolfhond Ran te passen? Ran is terughoudend naar vreemden, buiten is ze soms wat onstuimig,

binnen is ze heel rustig en lief! Ook een eventuele we-derdienst (in ruil op andere hond passen) is mogelijk! Bel of mail Jolanda: 3238385 / 06-41873849 of j.olanda@yahoo.com

Gezocht: in Hengstdal, vermoedelijk in of nabij de Ahornstraat, stond tot zo'n zes jaar geleden de naam OLPODA op de gevel van een woonhuis. Wie weet op welk adres dit was en wie weet wat OL-PODA betekent? Anton de Wildt, adewildt@hetnet.nl

Gevraagd: een garage voor onze twee motors in de omgeving Postweg / Dommer van Poldersveldweg / Broerdijk / Hengstdalseweg (wel met een garagedeur) Jacqueline van der Cruisen, jacqmies@hotmail.com, 06-14469767

Te koop: moderne donkerbruine leren 4-zitsbank, ontwerp Jan Des Bouvrie, 2,56m breed, moet weg ivm plaatsgebrek, 100 euro, 3236264 of vandaalwaj@planet.nl

Zeer grote boeken- en lpmark! Opbrengst voor Lusaka Nursing Institute in Zam-bia. Entree: 1 euro Vrijdag 26 januari van 19.00 u. tot 22.00 u. en zaterdag 27 januari van 11.00 u.-16.00 u.!!!! Opstandingskapel, Van Slichtenhorst-straat 81

50 euro BELONING voor het terugbezorgen van een gouden herenring met initialen R.K Hoge emotionele waarde. Verloren omstreeks 19-12-2006. Tel. 06-40740608

Wij zoeken iemand die bij ons wil komen schoonmaken. 3 uur per week in N-Oost. Tel. 06-54754452

Woningruil: Hallo, ik ben op zoek naar een (huur)benedenwoning of een (huur)huisje in Oost met tuin. Ik woon in een huis in het centrum van Nijmegen, Nonnenstraat. Ik heb hier 8 jaar met plezier gewoond, maar wil graag een nieuwe start en een tuintje. Bel gerust voor informatie 024-3603922 (beste in de avonden na 20.00).

Ervaren oppasoma biedt zich aan voor naschoolse opvang. Informatie via tel.nr. 3226054 of 3225506. Gevonden: Omafiets met fietstassen. Dinsdagavond 19 december gevonden op de Sofiaweg. Zoekt u uw rijwiel? Bel 3602154.

Gevonden: Donkerblauwe Batman rugtas met inhoud. In speeltuin aan Ubbergseveldweg donderdag 14 december. Op een bakje staat Guusje Jitsbel? Ophalen? Bel 3224642.

Man zoekt rustige woonruimte in Oost. Prijs maximaal 600 euro per maand. Heeft u wat? Mail dan naar info@tonruigrok.speedling.nl.

Column

Intenties

Goede voornemens maak ik tegenwoordig niet meer. Nee, beter is het om te spreken van "intenties". Deze schijn je net zo vaak als je wilt te kunnen uitspreken voor jezelf.

Door Eric Hendriks

Aan het begin van een fonkelnieuw jaar bijvoorbeeld. Maar bijvoorbeeld ook aan het begin van een veelbelovende lentedag, of zelfs vlak voor een belangrijke vergadering in de winter. Maar wat is nou eigenlijk het verschil? Volgens een bron op internet is een intentie "een verwachte uitkomst dat dient als een gids voor uiterst doelgericht en geconcentreerd handelen". Een voorbeeld is "genieten van oppervlakkige contacten" of "het beste in mezelf naar boven halen". Intenties richten je aandacht op dingen die je belangrijk vindt en ze helpen je bij het nemen van beslissingen.

Volgens Deepak Chopra, een bekend schrijver van spirituele boeken is het regelmatig voor jezelf uitspreken van intenties zelfs één van de zeven wetten voor succes. En wie wil er nou niet succesvol zijn? In 2006 heb ikzelf deze wet al eens voorzichtig toegepast en was positief verast over het effect hiervan op mijn dagelijkse leven. Het kwam niet altijd precies zo uit als ik wilde maar het zette wel degelijk zaken flink voor me in beweging. Het is trouwens wel zaak om die intenties positief te verwoorden. Dus vooral geen dingen vermijden, maar juist willen bereiken.

Volgens een ander boek (ik heb lekker bijgelezen in de kerstvakantie!) is elke gedachte, elk woord en elke daad uiteindelijk maar gebaseerd op twee emoties: angst of liefde. Angst doet samentrekken, afsluiten, wegrennen, schade toebrengen. Liefde doet uitbreiden, openstellen, delen, genezen. Alle grote meesters van onze wereld hebben in alle gevallen, op elk moment en in elke situatie alleen voor de liefde gekozen. Jezus is hiervan voor de meesten van ons een goed voorbeeld. De tip is dus om je intentie te verwoorden vanuit de emotie 'liefde'.

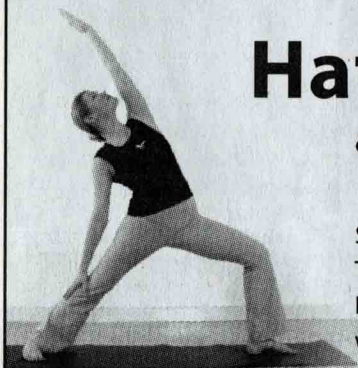
Voor 2007 is de intentie van de wijkkrant: 'op een bijzondere manier mét de wijk het 35-jarig bestaan vieren!' En daar hebben we een heel nieuw vers jaar voor. Wat andere wijkgenoten zich dit jaar hebben voorgenomen leest u verderop in dit eerste nummer van 2007. Kijkt u maar hoe u hierdoor wordt geïnspireerd. Het kan zijn dat dit u direct aanspreekt en u aan meteen het denken zet, het kan ook zijn dat de woorden even hun tijd nodig hebben en dit proces later op gang komt. Hoe dan ook: namens de voltallige redactie wens ik u een heel goed 2007 waarin al uw intenties werkelijkheid worden!

Najaar 2006 Nijmegen Oost

Hatha Yoga

& Ashtanga (Power-)Yoga

Suzanne Beenackers
T 024 844 42 40
Proefles € 5,-
www.beenackers.com



HEALT step-by-Step



- kleine sportstudio groot plezier-

STEPS & BODYSHAPE

beginners & gevorderden

Conditie- en spierversterkende workout op 'hot - music'

Bijleveldsingel 44 - boven danscentrum Vermeulen
telefoon 06 - 475 68 852
e-mail health-step-by-step@hotmail.com



KOLMEIJER
MAKELAARS NIJMEGEN

Mr. Franckenstraat 27
6522 AC Nijmegen
Tel.: 024-3609552



Vraagprijs: € 224.500 k.k.

Dominicanenstraat 14 te Nijmegen



Koopsom vanaf: € 210.000 k.k.

Acaciastraat 30t/m34 te Nijmegen



Vraagprijs: € 165.000 k.k.

Groesbeeksedwarsweg 159 te Nijmegen

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

Tel.: 024-360 95 52

Voor **GRATIS** waardebepaling van uw woning: invullen/opsturen

De heer/mevrouw:

Adres:

Postcode:

Tel:



Jaap de Visser

woninginrichting

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

Tapijt - Vinyl
Laminaat - Gordijnen
Vitrage - Zonwering

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

Daarbuiten ook op afspraak
geopend.
Ook 's avonds



ATRIUM

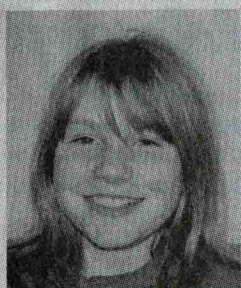
biologisch bouwen en wonen

Daalseweg 109 Nijmegen tel: 024 - 323 45 41

Wielakkerstraat 14 Arnhem tel: 026 - 351 02 04

www.woonwinkelatrium.nl

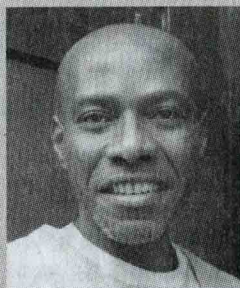
info@woonwinkelatrium.nl



Alinde: 'Minder snoepen, hard mijn best op school blijven doen en meer chocolade drinken'



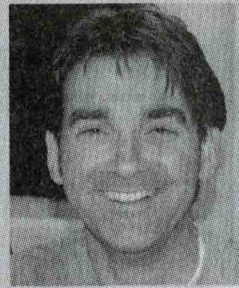
Bas Olbertz: 'Voor mezelf beginnen als freelance cameraman'



Edsel: '2007 wil ik het graag mijn huis schoon houden.'



Els: 'Meer loslaten, een vrolijk leven hebben. Hoe kan het anders?'



Eric Hendriks: 'Mezelf zijn'



Erik van Huizen: 'Minder stressen'



Giny: Respect voor anderen en in mijn directe omgeving en ook daarbuiten



Grieta Spanenburg: 'Niet meer neurotisch aan mijn wenkbrauw peuteren'



Hanneke: 'Doorgaan met twee keer in de week sporten en blijven genieten van elke dag'



Inger Stokkink: 'Eindelijk mijn diploma halen en serieuzer worden'



Jan-Willem: 'Meer leren'



Jelle Hoogma: 'Ik ben in 2006 gestopt met roken en dat heb ik nu 1 jaar volgehouden. Ik neem mij voor om op deze weg verder te gaan.'



Maaïke: 'Gaan wandelen, om mijn dieet vol te houden. Sinds 1 augustus ben ik 7,5 kilo afgevallen.'



Marianne van Hoorn: 'Per 1 januari stop ik met roken. Ik rook al veel te lang.'



Marjan: Ik hoop dat na 2 jaar de planschadevergoeding wordt afgehandeld door de gemeente.



Mirjam Bedaf: 'Gezonder leven: minder roken en meer sporten'



Monique: 'Rustig en bewust van het heden leven en bewust zijn van mijn eigen grenzen'



Nelleke Bos: 'Ik heb mij voorgenomen in de bergen te gaan wandelen. Ik bedacht dat toen ik tijdens mijn vakantie over de bergen vloog.'



Pascal Huinink: 'Meer sporten'



Peter: Een rijker leven leiden.



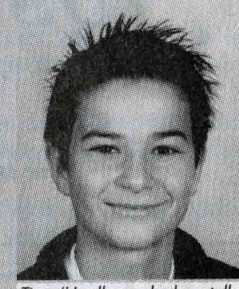
Sef Schreurs: 'Ik maak nooit voornemens, wat dat leidt alleen maar tot frustraties'



Nar: Ik neem mij voor om wat minder neurotisch te zijn in 2007. Dat betekent minder liken aan mijn mooie vacht.



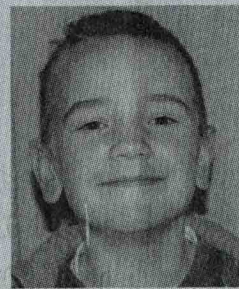
Thea: Ik hoop dat na 2 jaar de planschadevergoeding wordt afgehandeld door de gemeente.



Tim: 'Haalbare doelen stellen voor mezelf zoals bijvoorbeeld heel hard werken om het VWO te halen'



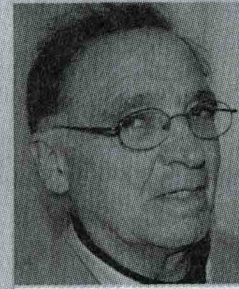
Ton: 'Mijn hart volgen, meer werk van mijn werk maken (bijvoorbeeld mooie websites maken) en milieubewuster zijn.'



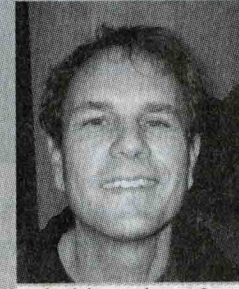
Willem: 'Nog beter leren darten'



Yvon: Ik hoop dat na 2 jaar de planschadevergoeding wordt afgehandeld door de gemeente.



Gerhard: 'Op hetzelfde spoor blijven. Doorgaan met de dingen die ik al doe en gezond blijven.'



Rob: Ik hoop dat na 2 jaar de planschadevergoeding wordt afgehandeld door de gemeente.



Vera: 'Ik neem mij voor om in 2007 nog beter te kunnen tekenen.'

Voor goed zien en eruit zien in 2007

kom naar:

Geerling optiek

kwaliteit voor ogen

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

Dé opticiens bij u in de buurt!

Café Jos

meesterschenkerij

Website: www.cafejos.nl

Daalseweg 309 Nijmegen 024-3232001

Maandag t/m zaterdag: 16.00 tot 2.00 uur
zondag: 14.00 tot 20.00 uur

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

Inmiddels een begrip in Nijmegen-Oost.

Gespecialiseerd in:

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

Tijdens de wintermaanden een aantrekkelijke korting op al uw binnenschilderwerk.

Bel voor een vrijblijvende offerte

Overdag Tel. 06-53607920
s'Avonds Tel./Fax 024-3240511

XTRH

Kappers & Kunst



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

Tel. 024-3609905

KAAIJ ADVOCATEN

1E CONSULT (20 MIN.) GRATIS

*algemene
rechtspraak &
mediation*

FRANSESTRAAT 12 6524 JA NIJMEGEN

Mr. Michaëla B.M. Kaaij TEL : (024) 324 59 37
Mr. Drs. H.A.M. Schouten

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

Vogelen in Oost

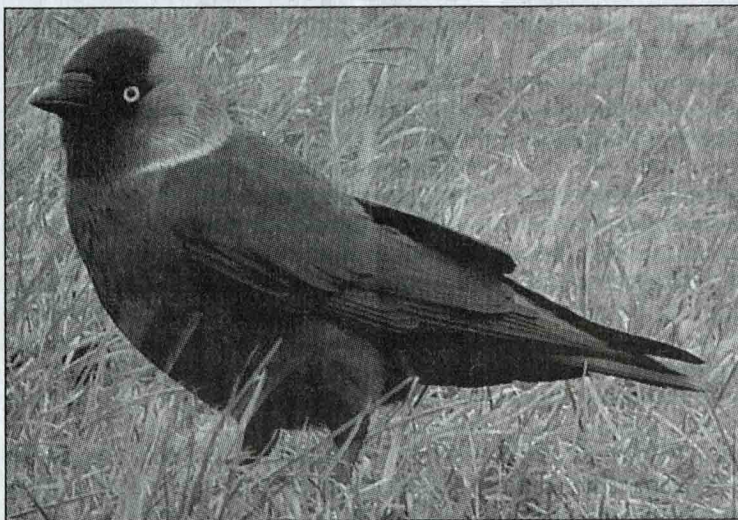
De meeste vogelaars trekken er op uit om in natuurgebieden naar vogels te speuren. Zeker nu er een paar keer een jonge zeearend is gemeld in de omgeving van de Ooij. Maar ook middenin de stad en dus ook in onze wijk, valt er te genieten van vogels. In zowel zomer als winter. Wat kunt u nu zoal aantreffen in Oost?

Door Grieta Spannenburg

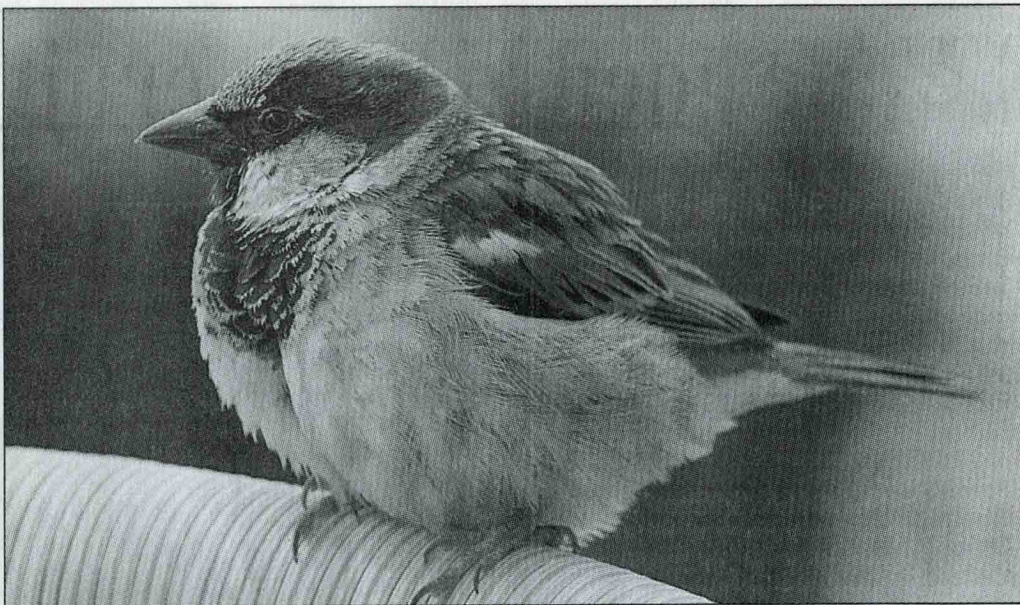
De **huismus** is nog steeds de meest voorkomende stadsvogel, daarom ook wel stadsmus genoemd. Echter, het aantal musen is wel sterk teruggelopen. Deze terugloop heeft alles te maken met de moderne manier van huizenbouw en het feit dat er steeds meer bestraat oppervlak is in plaats van struweel en andere beplanting. Met name het nestelen lijdt hieronder, met als direct gevolg een kleinere populatie. In Nederland is het aandeel musjes dermate gedaald dat deze vogel er op de rode lijst van beschermde vogels is geplaatst.

Het bekende 'getsjilp' hoort bij de huismus. Het is een vogeltje van zo'n 14 a 15 cm lang, maar vaak zitten ze wat in elkaar gedoken en lijken daardoor boller en kleiner. Zoals bij de meeste vogels zijn mannetje en vrouwtje huismus verschillend van uiterlijk. Het vrouwtje is grijsbruin, het mannetje is grijs op de buik en bruinig (vrij bont getekend) op de rug. Het zijn behoorlijk snelle fladderaars, met een maximale vliegsnelheid van 50 km per uur.

Wilt u meer) huismussen in de tuin aantreffen. Een eenvoudige tip is het in eer herstellen van het 'tafelkleed uitkloppen'. Vroeger deed vrijwel iedereen dat, tegenwoordig lijkt het ouderwets. Toch zijn het juist de kruimels waar de huismus van houdt. Zaadmengsel voor kanaries uitstrooien of op een plankje leggen leidt ook



De kauw valt onder de familie van kraaiachtigen.



Mannetje huismus, grijze buik, bont bruinekleur van boven.

De uitslag van de tuinvogeltelling voor de provincie Gelderland.

Deze telling is gehouden op 16 en 17 december 2006

- 1: de huismus
- 2: de koolmees
- 3: de merel
- 4: de kauw
- 5: de pimpelmees
- 6: de vink
- 7: de spreeuw
- 8: de Turkse tortel
- 9: de houtduif
- 10: de roek

al gauw tot een mus in de tuin.

Zelf heb ik gemerkt dat er veel vaker een **koolmees** in mijn tuin vertoeft, dan een huismus. De koolmees trekt ook wat meer de aandacht naar zich toe, omdat 'ie niet echt schuw is en nogal acrobatisch uit de hoek kan komen. Het is de bekende gele vogel, met de witte wangen en de zwarte middenstreep over de buik (behalve bij een jonge koolmees). Die streep is bij het mannetje veel dikker en donkerder dan bij het vrouwtje. Het zangrepertoire is nogal uitgebreid bij de kool-

mees. Bovendien, door het lawaai in stedelijke gebieden, zijn de liedjes op het platteland anders dan in drukke gebieden. Daar is ooit onderzoek naar gedaan, door Hans Slabbekoorn van de universiteit van Leiden. Wilt u meesjes naar uw terras lokken? Zet dan een vetbol in, of hang een pindasnoer in de tuin.

Merel en **kauw** zijn ook veel geziene vogels in de stad. De merel kennen de meesten onder ons wel (mannetje zwart, vrouwtje donkerbruin), de kauw is iets minder bekend. Deze vogel is ongeveer even groot als een duif, 34-39 cm lang, en heeft over het algemeen een grijs en zwart verenkleed. Het achterhoofd is grijs, het aangezicht zwart met een donkere en relatief korte snavel. Vroeger werden kauwtjes wel tam gehouden, soms gingen ze op de schouder mee naar school. Dit is tegenwoordig wettelijk verboden. Kauwtjes kopen of verkopen levert een forse boete op.

De kauw wordt heel wat slimheid toegedicht; zinnen uitkramen kan worden geleerd, net zoals allerlei trucs om doosjes en dergelijke te openen. Bekend is de speel-lust van deze vogels, zoals het gooien van kiezelstenen op dakramen. Een holle beukenboom in de tuin kan leiden tot nesteling. Een voedertafel specifiek voor kauwen is niet nodig, ze komen wel naar het andere voedsel toe. Sterker nog, met wat pech verjagen de kauwen de kleinere vogels aan tafel.

Meer informatie over de huismus: Het Natuurhistorisch Museum Rotterdam presenteert tot en met 13 mei de grote huismustentoonstelling. Daar valt ook de inmiddels vermaarde dominomus te bekijken. Voor koolmees, merel en kauw is nog geen tentoonstelling ingericht. Maar wat niet is, kan nog komen.

Wijkbudget voor Nijmegen-Oost!

Het bestuur van de stad wil bewoners-initiatieven en activiteiten beter ondersteunen en stelt hiervoor geld beschikbaar in alle wijken van Nijmegen.

Verschillende subsidiepotten zijn samengevoegd tot één budget. Het bestuur wil dat het geld op democratische wijze wordt verdeeld en dat bewoners mee bepalen waar het geld aan wordt besteed. De wijkmanager gaat hierover met de bewoners afspraken maken. Stadsdeel Oost bestaat uit de Ooijse Schependom, Hunnerberg, Altrade, Galgenveld, Bottendaal, Hengstdal, Groenewoud en Kwakkenberg.

Voor deze acht wijken gaat wijkmanager Wim Cousijn een bewoners budgetadviesgroep in het leven roepen. Hierin heeft elke wijk een vertegenwoordiger die over de grenzen van de eigen wijk heen kan kijken met het belang van de eigen wijk in het vizier. De bewoners budgetadviesgroep brengt advies uit aan Wim Cousijn over de subsidieaanvragen.

Volgens Wim is 2007 voor wat de verdeling van bewonersbudgetten aangaat een overgangsjaar. "We moeten samen met bewoners zien uit te vinden hoe we het verdelen van het beschikbare geld het beste kunnen organiseren. Nu er nog geen bewonersbudgetadviesgroep Oost is, kunnen mensen die hiervoor kandidaat willen zijn zich bij mij melden: w.cousijn@nijmegen.nl. Let wel: er is per wijk maar één persoon nodig: dan hebben we al een groep van acht mensen! Er zijn immers acht wijken in Nijmegen Oost. Ook subsidieaanvragen kunnen rechtstreeks naar mij gezonden worden."

Over welke subsidies gaat het? Er zijn drie soorten subsidies die u kunt aanvragen:

- 1) Instandhoudingssubsidie: organisatiekosten die bewonersgroepen, wijkkraden en platforms maken om te kunnen werken
- 2) Subsidie voor incidentele kleine en terugkerende activiteiten
- 3) Subsidie voor nieuwe initiatieven (activiteiten en projecten) voor en door bewoners.

Naast deze subsidies heeft de wijkmanager een beperkt werkbudget voor het stadsdeel Oost. Voor de acht wijken in Oost is voor de subsidie categorieën 2) en 3) voor 2007 37.500,- beschikbaar. Dit bedrag wordt naar rato van de bewonersaantallen over de wijken verdeeld.



'Bij ons': passie voor eten, drinken en mensen

Sinds december kun je er eten en drinken: 'Bij Ons' op de hoek van Dominicanenstraat en Berg en Dalseweg, tegenover het Mariaplein. Het is woensdag tot en met zondag geopend vanaf vijf uur 's middags.

Door Eric Hendriks

Drijvende kracht

Drijvende kracht achter deze nieuwe telg aan de horeca in Nijmegen-Oost is Tim Wolters. Hoe komt hij aan de naam? 'Bij Ons' straalt vertrouwen en warmte uit. 'Ons' vormt een band tussen de plek en de mensen die er komen, "Ons" deel je. 'Bij Ons' is de relatie tussen de gast en de zaak, dat gaat als naam verder dan zo maar een naam. 'Bij Ons' moet voor iedereen uit de wijk toegankelijk zijn. Dit doen we als een team.

Tim heeft er altijd van gedroomd om een eigen zaak te hebben en nu is het dan zover. Hij heeft nog wel twee dagen per week een vaste baan voor de noodzakelijke financiële zekerheid. Maar de rest van de tijd is hij voornamelijk bezig met 'Bij ons'. 'De opstartfase is erg hektisch, alles komt tussendoor en we worden behoorlijk geïrriteerd. Maar dat is het absoluut waard!'

Menu

Een greep uit het (dagelijks wisselende) menu van zondag 7 januari: salade met geitenkaas & zaidvruchten, kalfsuccade met frambozenzuurkool en geconfijte vijgen met vanilleijs. Kok Bart heeft veel contact met leveranciers en koopt zoveel mo-

gelijke verse en bijzondere ingrediënten in die op dat moment te koop zijn. "Alles is dagvers en tot nu toe is alles opgegaan! Verder valt me op dat er veel vegetariërs in de wijk zijn en daar spelen we natuurlijk op in. Vanaf de opening zijn we tevreden over de klandizie, elke avond ziet het hier goed vol. We zijn er niet alleen voor eten, maar ook voor drinken. Dus mensen die binnen wandelen voor een drankje of een hapje zijn ook welkom".

Buurt

Er zijn veel enthousiaste reacties van mensen uit de omgeving die zijn opgegroeid met één van de voorgangers, het horecacollectief De Cantine. Tim: "Zo was hier pas een stel die elkaar hier 15 jaar geleden voor het eerst gekust hebben en dat nog een keer dunnetjes overdeden... Dit geeft wel aan dat dit een plek met historie is."

Trots

Erg trots is Tim op zijn Mirage koffiemachine. "Ik heb er mijn auto voor moeten verkopen maar nu heb ik wel een pracht van een machine, helemaal handgemaakt in 'the Netherlands'!" 'Bij ons' zoekt nog extra mensen, ze moeten vooral enthousiast zijn en de passie van de rest van het team voor het werk kunnen delen.

Herken je jezelf hierin?

Bel dan naar 322 33 33.

Internet: www.kombijonseten.nl

Jongerencentrum Exposure

Het is een gezellige drukte in de kelder van wijkcentrum de Ark maandagmiddag na de kerstvakantie. Op de open inloop van Jongerencentrum Exposure vermaken de meiden en jongens vermaken zich prima met computeren, spelletjes, poolbiljart en tafeltennis.

Door Mirjam Bedaf

Jongerencentrum Exposure is een initiatief van Welzijsorganisatie Tandem. Jongerenwerker Robin van Wees legt uit dat het centrum naast een wekelijks vast programma (zie kader) ook andere activiteiten organiseert zoals de kookclub,



Enthousiaste jongeren tijdens de open inloop.

Foto: Mirjam Bedaf

Wekelijks programma:

Maandag:

16.00 t/m 17.30 uur open inloop
Leeftijd 10 t/m 14 jr
18.00 t/m 20.00 uur meidenclub
Leeftijd 10 t/m 14 jr (kosten 50 cent)
20.00 t/m 22.00 uur open inloop
Leeftijd 14 t/m 18 jr

Dinsdag:

16.00 t/m 17.30 uur open inloop
Leeftijd 10 t/m 14 jr

Woensdag:

16.00 t/m 17.30 uur open inloop
Leeftijd 10 t/m 16 jr
19.30 t/m 21.30 uur open inloop
Leeftijd 14 t/m 18 jr

Donderdag:

16.00 t/m 17.30 uur open inloop
Leeftijd 10 t/m 14 jr
18.00 t/m 20.00 uur jongensclub
Leeftijd 10 t/m 14 jr

Vrijdag:

16.00 t/m 17.30 uur open inloop
Leeftijd 10 t/m 14 jr

Sporten:

In het weekend worden er door Welzijsorganisatie Tandem sport-activiteiten georganiseerd in de gymzaal van wijkcentrum Ark Van Oost:

Vrijdag:

18.00 t/m 20.00 uur karate. Leeftijd 9 t/m 16 jaar (kosten 5 euro per maand)

Zondag:

13.00 t/m 17.00 uur Karate. Leeftijd 9 t/m 18 jr (kosten 5 euro per maand)

actuele thema's, sporten en verschillende projecten. Vier keer per jaar is er een disco en er zijn regelmatig cursussen. Het jongerencentrum is er voor alle meiden en jongens uit de wijk in de leeftijd van 10 t/m 18 jaar.

Wie doet wat

Robin van Wees en Samanta de Wit van Tandem en Jannie Ubeda, jongerenbeheerder van Exposure runnen het jongerencentrum. Ze worden hierbij geholpen door een aantal stagiaires en niet te vergeten de vrijwilligers. De jongeren zelf kunnen meewerken als vrijwilliger. Ze helpen dan steeds een hele week mee met alle activiteiten.

Clubs

Naast de open inloop zijn er een paar speciale clubs voor jongeren van 10 t/m 14 jaar. Bij de meidenclub worden allerlei meidenactiviteiten georganiseerd zoals knutselen, filmavonden, spelletjes en verkleedfeestjes. Binnenkort is er ook een moeder-dochter-dag. Voor de jongens is er de jongensclub. Naast spelletjes hebben ze bijvoorbeeld regelmatig voetballen op de playstation, filmavonden, figuurzagen en wedstrijden poolbiljart.

Een andere populaire club is de kookclub. Jannie Ubeda en Samanta de Wit koken een maand lang wekelijks met een groepje jongeren. Ze maken samen een voor-, hoofd- en nagerecht en bij de vierde keer zijn ouders en familie uitgenodigd om de zelfgemaakte gerechten te komen proeven.

Rap & video

Naast de vaste activiteiten zijn er regelmatig speciale projecten. Zo loopt nu het project 'rapvideoclip maken'. In novem-

ber zijn een aantal jongeren gestart met een cursus video of een cursus rap. Half januari gaan ze in twee aparte groepen door. Uiteindelijk gaan ze samen een echte rapvideoclip maken. De cursus wordt begeleid door een professionele rapper en filmmaker. Vorig jaar was het project een groot succes en de clip is zelfs uitgezonden op TV Gelderland.

Thema's

Om de maand wordt er aandacht besteed aan een onderwerp wat op dat moment speelt bij jongeren. Thema's die al aan bod zijn gekomen: loverboys, zinloos geweld en je grenzen aangeven. Het doel is om jongeren op een niet-schoolse manier informatie, voorlichting en bewustwording bij te brengen. Er zijn dan bijvoorbeeld films, toneelstukjes of een quiz rond het thema. De ideeën over het onderwerp en de activiteiten komen van de jongeren zelf. Het thema voor februari is pesten.

Krant

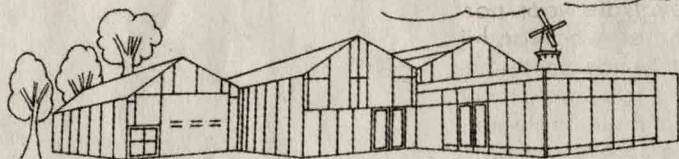
Binnenkort komt Exposure maandelijks met een eigen krant. De krant met info en activiteiten wordt door de jongeren samengesteld en geschreven. De kranten worden verspreid op lagere scholen in de wijk en zijn bedoeld voor groep 7 en 8.

Meer weten?

Heb je vragen over het vaste programma of andere activiteiten van Jongerencentrum Exposure, bel dan gerust naar 024-3236129 of kom naar een open inloop. Exposure heeft ook een eigen pagina op de Wijkwebsite voor Nijmegen-Oost. Kijk op www.dewijkwebsite.nl onder organisaties en vervolgens onder jongeren.

Bloemisterij

Het Molentje



Berg en Dalseweg 340
Nijmegen - Telefoon 024-3229279

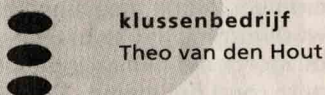
- *Dagelijks verse snijbloemen en boeketten*
- *Bloeiende en groene kamerplanten*
- *Voorjaarsbolletjes in pot*
- *Trendy potten en vazen*

Door onze rechtstreekse veiling-inkoop, is alles zéér scherp geprijsd



**werk
aan de
winkel**

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



**klussenbedrijf
Theo van den Hout**

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



*****COMPUTER SYSTEMEN***
nu: *supervoordelig***

OOK OP MAAT

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

www.oostcomputers.nl

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

De Eeuwige Jeugd

TWEEDEHANDS KLEDING



Waldeck Pyramondsingel 6
6521 BC Nijmegen

Tel: 024-8440342

GANESHA



MASSAGEPRAKTIJK

9 januari start de cursus:

masseren

in familie & vriendenkring

10 lessen van 2,5 uur, in:

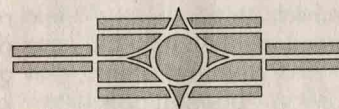
De Ark van Oost.

Lessen op dinsdagavond.

Kosten; € 195,--

massagetafels aanwezig

informatie op: www.ganeshamassage.nl
ganeshamassage@hotmail.com



van Schie advocaten

mr C.T.G. van Schie
mr R.G.H.M. de Glas
mr F.G.W.M. Huijbers
mw mr J.W.C. Giebels
mw mr E.R.T. Tromp
mr S.T.W. Verhaagh
mr D.W. Beemers
mw mr J.E.A. van Beveren

Advocaten en procureurs

voor:

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

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

Tweedehandsje kapot! Wat nu?

Stelt u zich eens voor: Mister X koopt een tweedehands auto in een erkende garage. Hij kijkt onder de motorkap en vraagt of alles in orde is. De garage verzekerd hem dat dit het geval is. Echter, al op de snelweg naar huis begeeft de auto het. De ANWB komt erbij en geeft aan dat het losgeschoten onderdeel nooit zo snel kapot gegaan kan zijn, en dat het dus al bij de garage niet helemaal in orde was. De garage zegt dat dit het risico is van een tweedehands auto. Wat nu?

Door Hanneke Bolscher

Om te beginnen de algemene regels bij koop: Koop is een overeenkomst waarbij twee partijen (de verkoper en koper) zich verbinden om respectievelijk een zaak te geven en om daarvoor een prijs in geld te betalen. (art 7:1 BW)

Van belang is het om te weten of het gaat om consumentenkoop of niet. Van consumentenkoop is sprake wanneer het gaat om de koop van een roerende zaak. De verkoper handelt in de uitoefening van een beroep of bedrijf, in tegenstelling tot de koper die niet handelt in uitoefening van een beroep of bedrijf (art 7:5, 7:6 BW).

Als er sprake is van consumentenkoop, kan er van bepaalde belangrijke wetten niet worden afgeweken ten nadele van de koper. Ook kunnen zijn rechten niet worden beperkt of uitgesloten. Een koper wordt bij consumentenkoop dus beter beschermd.

De koper mag verwachten dat de zaak die eigenschappen bevat die voor normaal gebruik nodig zijn en waarvan hij de aanwezigheid niet behoefde te betwijfelen (art 7:17 BW). De zaak moet aan genoemde verwachtingen voldoen, is dit niet het geval dan spreken we van non-conformiteit.

Uit art 7:17 BW blijkt een lichte onderzoeksplicht van de koper. De grootte van de onderzoeksplicht hangt af van de zaak die er gekocht wordt. Is er aan deze onderzoeksplicht niet voldaan, dan kan de koper geen aanspraak maken op zijn rechten. Behalve een onderzoeksplicht voor een koper is er ook de mededelingsplicht voor de verkoper. De verkoper moet eventuele gebreken melden.

Bij een consumentenkoop is er sprake van non-conformiteit, indien de afwijking/het gebrek zich binnen 6 maanden na aflevering openbaart (tenzij de aard van de zaak of de afwijking zich daartegen verzet).

De auto

Terug naar de casus. Een auto is een roerende zaak en is gekocht bij een garage door een koper die niet in uitoefening was van een beroep of bedrijf. Het gaat hier dus om een consumentenkoop. De koper mocht van de auto verwachten dat deze gewoon op de snelweg kan rijden, dit valt namelijk onder gewoon gebruik.

Nu is de vraag: is de koper zijn onder-

zoeksplicht nagekomen? Bij het kopen van een auto bij een erkende garage is het onder de motorkap kijken en vragen of alles in orde is voldoende.

Vervolgens komt de mededelingsplicht: de verkoper vermeldde dat alles prima in orde was, terwijl de ANWB toch duidelijk stelt dat de auto al eerder kapot geweest moet zijn. De garage heeft zijn mededelingsplicht dus niet goed uitgevoerd. Aangezien het gebrek al na een aantal uur intrad valt de koper met de gebrekkige zaak ruim binnen de termijn.

Maar wat kan hij hier tegen doen?

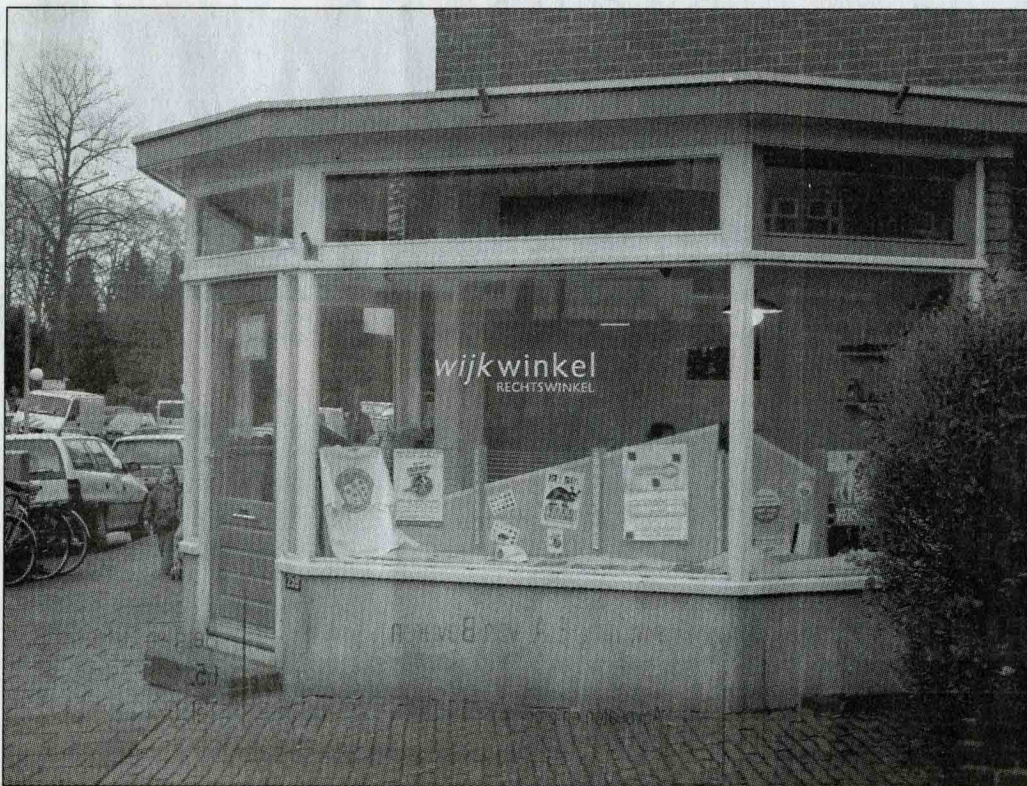
Ten eerste zal hij de garage tijdig moeten kennis geven van het ontdekte gebrek. Bij consumentenkoop is dit een termijn van 2 maanden (Art 7:23 BW).

Hierna heeft de koper verschillende opties. Hij kan de volgende dingen eisen:

- 1) aflevering van het ontbrekende (mocht er bijvoorbeeld een onderdeel ontbreken)
- 2) herstel, mits de verkoper hier redelijkerwijs aan kan voldoen
- 3) vervanging van de afgeleverde zaak

Indien de verkoper niet binnen een redelijke termijn na kennisgeving door koper zijn verplichting nakomt, kan de koper het herstel door een derde laten verrichten en de kosten daarvan verhalen op de verkoper.

Bij consumentenkoop heeft de koper nog een 4e optie namelijk het vorderen van een schadevergoeding (Art 7:24 BW). Dit is echter alleen mogelijk als de verkoper het gebrek kende of behoorde te kennen of hij de afwezigheid van het gebrek heeft toegezegd. Van beide is hier sprake. Mister X kan dus herstel of een schadevergoeding vorderen.



SPORTFONDSENBAD NIJMEGEN-OOST

LEREN ZWEMMEN VOLGENS HET ZWEM-ABC

In ons waterrijke landje is het belangrijk dat kinderen al op jonge leeftijd leren zwemmen. NV Sportfondsen Nijmegen biedt kinderen de mogelijkheid om een opleiding te volgen: het Zwem-ABC van de Nationale Raad Zwem-diploma's. Het accent bij het Zwem-ABC ligt op het veilig zijn in het water. Hieraan wordt vanaf de eerste zwemles aandacht besteed.

Een professioneel team van speciaal opgeleide instructeurs/-trices zorgt ervoor dat het kind op een deskundige en verantwoorde wijze de zwemvaardigheid aanleert. Het streven is ieder kind zoveel mogelijk te stimuleren binnen zijn/haar mogelijkheden.

Het Zwem-ABC bestaat uit drie onderdelen, diploma A, diploma B en diploma C. De diploma-eisen zijn dat het kind naast de traditionele zwemslagen, zoals schoolslag en rugslag, ook de borstcrawl en de rugcrawl moet kunnen tonen tijdens het diploma-zwemmen. Ook is er een stuk survival in het diploma verwerkt, evenals het oriënteren onder water. Het kind is zwemveilig als hij/zij het diploma C heeft behaald.

• **MOTIVATIE** De opleiding wordt gegeven in groepen van gemiddeld 12 leerlingen en heeft een planmatige aanpak met een individuele door-stroommogelijkheid naar het volgende niveau. Het streven is ieder kind zoveel mogelijk te stimuleren binnen zijn/haar mogelijkheden.

• **ZWEMPLEZIER** Water is leuk! Je wordt er nat van, je kunt er leuke spelletjes in doen en je kunt er lekker in zwemmen! Dat gevoel willen de instructeurs/-trices het kind meegeven. Daarvoor zijn bepaalde vaardigheden nodig. NV Sportfondsen Nijmegen probeert zoveel mogelijk aan te sluiten bij de leef- en denkwereld van het kind en houdt bij het leren zwemmen rekening met de leeftijd van het kind. Men vindt tijdens de zwemlessen dan ook veel spelelementen terug bij het aanbieden van de oefenstof. Hierbij wordt gebruik gemaakt van leuk en leerzaam materiaal. Plezier bij het leren zwemmen is namelijk heel belangrijk.

• **ZWEMVEILIGHEID** Het is van groot belang dat het kind zich geheel vrij in het water voelt. Daarvoor leert het op verschillende manieren met water omgaan. Vaardigheden als het onder water gaan, ademhaling, drijven, springen, voortbewegen en het gekleed zwemmen worden op speelse wijze vroegtijdig aangeleerd. Als het kind bovenstaande vaardigheden in verschillende waterdieptes beheerst, kan het veilig en vrij in het water bewegen. Hierdoor krijgt het een veilig gevoel en kan het zonder angst lekker genieten van het zwemmen, het water en de daarbij behorende attracties.

• **ZELFREDZAAMHEID** In het dagelijks leven komt het kind op veel plaatsen water tegen waardoor het beheersen van bovenstaande vaardigheden een "must" is. Denk daarbij aan de vele waterpartijen in moderne woonwijken, sloten, een dagje zee, enz. Nederland is per slot van rekening een waterland. Het kind wordt voorbereid op zekerheid en veiligheid ten opzichte van het water.

VOOR AL UW SCHILDERWERK

Schildersbedrijf Maria Engels
Van Dulckenstraat 50, 6512 DV Nijmegen

Tel: 024-3608586

Mob: 06-18179904

E-mail: m.b.aengels@freeler.nl

Hofmans Catering

Looistraat 24, 6582 BC Heumen Tel: 024 3586076

www.hofmascatering.nl



Tafeltje Dekje



- Bezorging o.a. Wijchen, gemeente Nijmegen, gemeente Heumen, gemeente Groesbeek, gemeente Mook en Middelaar, gemeente Gennep • Ruime keuze uit verschillende gerechten
- Wekelijks wisselende menulijsten • Geen afname verplichting
- óók voor bedrijven!

Er zijn al menu's vanaf € 4.75

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



Muzieklessen
Ensembles
Kinderkoor

Hobo
Klarinet
Viool
Cello
Gitaar
Harp
Piano

www.klankrijk.nl

Leslocatie: Tapirstraat 2, Nijmegen ☎ 024 - 35 01 407



Haarden en Kachels

Daalseweg 95

Tel: 024-3239080 of 06-27045857

www.atmosfeer.net

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

Snel verhelpen van computer problemen, reparaties, ADSL, service aan huis. Bel 06 19800370

Massage voor Vrouwen en Kinderen. Vanuit mijn achtergrond als fysio- en haptotherapeut geef ik massages ter ontspanning, vitalisering en pijnstilling. Voel je je gestrest, vermoeid of leeg? Heb je last van nek, schouders of [lage]rug? Zit je niet goed in je vel en/of wil je gewoon even tijd en rust voor je zelf? Geldt dit misschien voor je kind? Bel me dan voor informatie of het maken van een afspraak. Mayke van der Aa, Tel: 06 50518022

Atelier voor Creativiteit en Bewustwording. Teken, schilderen, boetsen en grafisch werken worden gecombineerd met plezier, ontspanning en persoonlijke groei. Themadagen: 16 september, collage en eenvoudige druktechnieken, 21 oktober, huid en textuur. Kosten € 49,- per themadag. Locatie Krayenhoffkazerne 142. Op de woensdagavonden is er nog plaats om Vrij Beeldend te komen werken. Aanmelden bij Marijke Kremers 024 - 3550074. Zie het volledige programma op www.beeldendzijn.nl

The Queen's English i.p.v. Dunglish: de Engelse taal (nog) beter beheersen; correct toepassen (vergeten) grammaticaregels; uitspraak verbeteren; voorbeelden/corrigeren van lezing/presentatie/toespraak in het Engels; vertalingen Engels-Nederlands en Nederlands-Engels (ook beëdigd). Meer weten? Bel 024-3280036 W. Schaap

Piano- en Keyboardles, persoonsgericht en aan huis. Loek van Hofwegen 024-3449292.

Nu in Malden: cursussen oogverbetering vlg methode Dr. Bates. De lessen worden gegeven in het Engels door Tom Quackenbush, de schrijver van "Relearning to See". Op een simpele en doeltreffende manier zonder operatie leren lezen, autorijden en werken met de pc zonder bril. www.NaturalVisionCenter.com Tel: 024-6222982.

TE HUUR: souterrain voor opslag, onder yoga&kinderpraktijk DE BEWEGEIJ. Sept. Start er een NIEUWE Praktische en leuke OUDERCURSUS: Waarde(n)vol communiceren met kinderen DOEN! Kijk voor het aanbod op: www.bewegerij.nl of bel 024 3221278.

YOGA voor lichaam en geest. Elke maandagavond in yogacentrum Atmosfeer, Daalsehof 11. Tijd en aandacht voor je-zelf; inspanning en

ontspanning; concentratie en rust; houding en ademhaling; doen en laten zijn. Lestijden 19.00 uur en 20.45 uur; om 17.30 uur speciale les voor wie extra voorzichtig moet zijn met het lichaam. Info docent Peter Kooij, 024-3237846.

Mandala Atelier Madelon geeft op de prof. Regoutstraat 23 in Nijmegen, vanaf januari 2007, op dinsdagavonden een cursus mandalatekenen voor beginners en voor gevorderden. Voor alle cursussen is desgewenst een proefles te volgen (10 euro) 9 januari 2007. Info precieze data, tijden, cursusinhoud, kosten: 3550232, madelon-mandala@planet.nl

Marianne Brussen Voetverzorging-alleen ambulante aantekening diabetische en reumatische voet. tel; 024-8480440.

AROMATHERAPIE Ervaar de weldaad en rust van 'n massage met essentiële oliën, puur gedistilleerde kracht en geur van bloemen en kruiden. Ter kennismaking: rug en schouderbehandeling van 30 minuten voor € 21.50. Cadeau tip? Bonnen te koop. Tel: 024-3222272. (N.V.S.T geregistreerd) Tevens ook Ayurvedisch massage. www.maitri-yoga.nl

YOGA - woensdagochtend, Kids naar school? Tijd voor jezelf nodig? Kom genieten van onze ochtend-yoga. (9.00 - 10.15 uur) Verfrist, uitgerust, klaar voor de dag. Broerdijk 35. Tel. 024-3222272 www.maitri-yoga.nl

MOZAÏEKWORKSHOPS OOST A) Creatief nazomer! : € 59,50 p.p. incl. materialen, Mediterraan Lunch, drankjes en Tapas. Data: Zaterdagen / in overleg. 10.00u. tot 17.00u. v.a. 3 personen (max. 8). B) 4-avonden-workshop: € 69,50 p.p. incl. materialen en drankjes. Voor grotere/ meer ingewikkelde werkstukken. Data: (4x) di- of woensdagavond. 19.30u.-22.00u. v.a. 2 personen (max. 9). Meer info: sophiedehaan@hotmail.com / 024-354.19.22, <http://mozaiekatelier.spaces.live.com> Mozaiekatelier, Tooropstraat 133, 6521 NK, Nijmegen (-Oost).

Broodbakles 12 december, 17.00 - 21.00 uur in Knollentuin, Fransestraat 23, Nijmegen. KERSTSTOL, ROZIJNENBOLLETJES en OLIEBOLLEN. Kosten € 30,- Opgeven o24 3225977. Docenten Jan Kortekaas en Ineke Berentschot.

ZIN IN ZIJN. Kennismaken met Zijnsorientatie. Een bewustere kijk op je leven vanuit het startpunt dat je al helemaal goed en compleet bent. De Zijnsgeoriënteerde visie gunt je een ruimere blik en leert je te tappen uit een heel ander vaatje dan je gewend bent. Voor een folder, individuele sessies of introductiecursus, mail naar marijnsuarte@hetnet.nl, of tel: 3226507

SPAANS LEREN?

Cursussen Spaans in Nijmegen: Voor Beginners en gevorderden, 14 lessen van 90 minuten voor € 140,- Kleine groepen, ook privéles mogelijk. Prettige locatie. Spaanstalige, gediplomeerde, ervaren docente. U vindt uitgebreide informatie op Internet: www.spaansin nijmegen.nl.

Of bel 06-44673985 voor een folder.
Carmen Campos Ferreira

Bert Balter alias www.cavedeportugal.nl: passie voor wijn - en proeverijen.

Omdat we graag met meer mensen onze passie voor (Portugese) wijnen willen delen, willen we op zondagmiddag 21-1 vanaf 14 uur graag een typisch Portugees streek verkennen, de Alentejo. Kom in een ongedwongen sfeer met een glaasje en een hapje op de smaak van deze heerlijke wijnstreek. Daarna zin er zelf het goede leven en de cultuur in deze steek te verkennen? Dat kan ook. Wij vertellen er de 21-ste graag meer over... Nog nieuwsgierig? Kijk ook eens op <http://www.dewijkwebsite.nl/index.php?id=689>

Voor info, opgave voor proeverij of reis: kijk op onze website of loop een keer onze winkel binnen. (hengstdalseweg 118, wo-vr 12.00-18.00 uur, za 12.00-17.00)

Individuele leerlingbegeleiding / remedial teaching. Professionele, planmatige hulp voor kinderen / jongeren met leerproblemen. Specialisaties: dyslexie, overgang basis- voortgezet onderwijs. Voor info of het maken van een afspraak, Marliz Hustinx : 024 3606157

Atelier voor Creativiteit en Bewustwording start nieuwe cursussen vrij beeldend werken en workshops in 2007. Woensdagavonden, 19.45-22.00 uur, start 10 januari. Vrijdagochtenden, 9.30 - 12.00 uur, start 12 januari.

Vanaf 3 februari schilderen met olie-verf 1x per maand op zaterdagochtend (4x). De lessen worden vooraf gegaan door meditatie en visualisatie, de cursus kiest uit diverse technieken om zijn beeld te verwezenlijken. Beeldende ervaring is niet nodig.

Zaterdag 20 januari workshop; 'Grijs, is grijs, is Kleur...' Een kleurig avontuur in winterse tinten en stemmige grijsen. Zaterdag 17 februari workshop; 'Tekst en beeld, tekst in beeld'.

De cursussen worden aangeboden en begeleid door Marijke Kremers, beeldend kunstenaar en docente beeldend werken aan de opleiding Creatieve Therapie HAN. Locatie Krayenhoffkazerne, Molen-veldlaan 142. Informatie en aanmelden 024-3550074 of bezoek www.beeldendzijn.nl

BIJLES ENGELS: Is het leren en maken van je Engelse huiswerk altijd weer een 'struggle'? Moet je binnenkort weer aan de toetsen of examens? Ga je binnenkort naar een Engels sprekend land en ben je veel vergeten? Ik kan je helpen! Voor meer informatie: 06-21116990

Dynamische HATHA YOGA. Cursussen beginnen 8 januari 2007 (later instromen is mogelijk). Maandag 9.30 tot 11.00; Dinsdag 9.30 tot 11.00; Woensdag 18.30 tot 19.45; 20.00 tot 21.30; Donderdag 9.30 tot 10.45; 18.30 tot 19.45; 20.00 tot 21.30; Zaterdag 9.30 tot 10.45; Plaats: De Beweging, Groesbeekse dwars-weg 263 (hoek v. Heutzstraat 2) Info en opgeven bij Corla van Stuyvenberg 024-3223631, corlavs@gmx.de (let op de o, geen carla)

Broodbakles 6 februari van 17.00-21.00 uur in knollentuin, Fransestraat 23, Nijmegen. Knoflook feestbrood, gevulde koeken. Kosten € 30,- Opgeven 024-3225977. Docenten: Jan Kortekaas en Ineke Berentschot.

STEEDS MEER MENSEN KIEZEN VOOR SCHARRELVLEES !

Scharrelvlees wordt diervriendelijk geproduceerd. De dieren hebben binnen voldoende loop- en ligruimte, terwijl ze voldoende daglicht en frisse lucht krijgen omdat ze ook lekker buiten kunnen lopen. Ze krijgen uitsluitend zuiver plantaardig voer en het gebruik van groeibevorderaars, preventieve medicijnen, antibiotica en chemotherapeutica is ten strengste verboden. Het resultaat is "ouderwets" sappig smaakvol en mals vlees.

De regels worden streng gecontroleerd door het onafhankelijk inspectiebureau Producert/Deltacon. Dit bureau controleert de hele scharrelsector zodat van elk stukje vlees meteen duidelijk is van welk bedrijf en welk dier het afkomstig is. Voor u een prettig idee dat het vlees afkomstig is van een dier dat een fatsoenlijk leven heeft gehad.

Tijdens de in november gehouden nationale traiteurkampioenschappen hebben wij vier keer zilver en vier keer goud voor onze soepen, salades en maaltijden ontvangen. Daar zijn wij best wel trots op. Komt u gerust eens een kijkje nemen in onze winkel.

AANBIEDINGEN GELDIG T/M 27 JANUARI

ERWTENSOEP halve liter

€ 1,95

BOERENKOOL 500 gram

€ 2,95

EIER SALADE per 100 gram

€ 0,95

SPAGHETTI Bolognese 500 gram

€ 2,95

VARKENS SAUCIJSJES 500 gram

€ 3,95

GEKOOKTE ACHTERHAM 100 gram

€ 1,25

Openingstijden:
Woensdag t/m vrijdag: 8.30 – 18.00 uur
Zaterdag: 8.30 – 15.30 uur

WIM COENEN
Scharrelvlees

Fransestraat 39 - 6524 HT Nijmegen
Tel: 024-3220086 - Fax: 024-3656350
E-mail: info@scharrelvlees.nl - www.scharrelvlees.nl



dé DIERENSPECIAALZAAK

**Kom naar de winkel en
pak je voordeel!**

**Korting tot
25 %!**

Bonnen in de winkel verkrijgbaar!

**VOLLEDIG
HONDENVOER!**



Nu 1 kg
voor
0.75

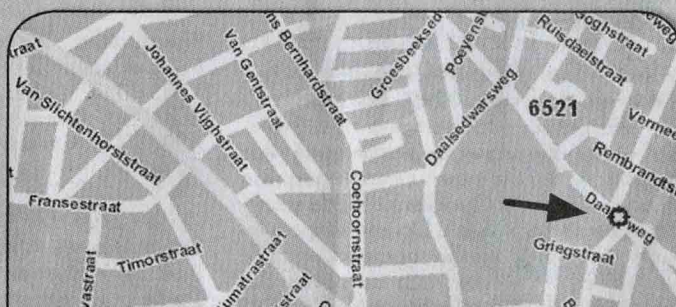
**Dobey
Hondenbrokken**
1 kg. Diverse soorten.

**VOLLEDIG
KATTENVOER!**



Nu 1 kg
voor
0.99

**Dobey
Kattenbrokjes**
1 kg. Diverse soorten.



Dobey Nijmegen

Daalseweg 279a • 6521 GL Nijmegen • Tel. 024-3222804

Openingstijden: ma. 11.00-18.00 u, di.-wo. 09.00-18.00 u,
do. 09.00-21.00 u, vr. 09.00-18.00 u, za. 09.00-17.00 u

Actie geldig van 18 januari 2007 t/m 29 januari 2007

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

JOP

JOP ontmoet de kinderen van de Daniel. Het jongerenpastoraat (JOP) organiseert ook dit jaar weer een project voor jongeren tussen twaalf en vijftien jaar uit Nijmegen Oost. Het JOP is een werk-groep van vrijwilligers uit de parochies Dominicus, Antonius van Padua, Christus Koning/Stephanus, de Meerwijk (Heilige Landstichting) en de protestantse Gemeente van de Opstandingskapel en de Dooopsgezinde Remonstrantse Gemeente.

Wie mee wil doen aan dit project dan kunnen ze zich hiervoor opgeven bij Marian Verhoeckx, Coehoornstraat 26, 6512 CE Nijmegen, tel. 024 3235877.

Tentoonstelling Romeinse routes

Van 4 januari t/m 28 februari 2007 is in het Open Huis in de Stadswinkel de tentoonstelling 'Romeins Nijmegen in routes' te zien. De tentoonstelling gaat in zeven mijlslarzen langs drie wandelroutes door Romeins Nijmegen: Via centrum, Via Oost en Rondje Oud West. De wandelroutes zijn voor €1,50 per stuk te koop bij het Open Huis.

De kracht van het NU.

Op vrijdag 26 januari verzorgt Evert van de Ven een lezing en tevens cursusinfo over het werk van Eckhart Tolle, De kracht van het NU en Een Nieuwe aarde. Plaats: De Atmosfeer, Daalseweg 95. Tijd: 20.00 tot 22.00 uur. Toegang: 5 euro. Informatie: www.declou.com of telefonisch 0626024682.

Dansen in wijkcentrum "Daalsehof".

Op zondag 28 januari 2007 is er tussen 14.00-17.00 uur wederom een zeer gezellige dansmiddag in het wijkcentrum "Daalsehof" in Nijmegen-Oost. Evenals voorgaande keren zal er wederom weer "live-muziek" zijn. De entree bedraagt 1 euro.

Kinderdisco wijkcentrum "Daalsehof"

Op vrijdag 19 januari 2007 is er wederom tussen 19.00-21.00 uur een Kinderdisco in het wijkcentrum "Daalsehof" in Nijmegen Oost. De muziek zal worden

verzorgd door de "Tropical drive-in-show". Deze discoavond is bedoeld voor kinderen tussen 6 en 12 jaar. De entree bedraagt 1 euro. Een consumptie gratis.

R-evolutie Vliegtuigmuseum in Nijmegen

Op zondag 11 februari heeft het vliegtuigmuseum R-Evolutie zijn deuren voor het publiek weer geopend. R-Evolutie is een voor Nederland uniek museum waar enige honderden vliegtuigen, welke minutieus op schaal zijn nagebouwd, te zien zijn. 'R-Evolutie' is elke tweede zondag van de maand geopend van 11.00 tot 16.00 uur.

De ingang is aan de Griegstraat (t.o. Sportfondsenbad-Oost).

Voor informatie: telefoon 024-3600036 en op de internetsite <http://home.wanadoo.nl/revolutie>

Literaire lezing Vonne van der Meer:

Schrijfster van o.a. Eilandgasten, De avondboot, Laatste seizoen en Ik verbind u door. Woensdag 7 februari 2007

Aanvang 19.30 uur, Toegang € 5,- voor leden en € 6,- voor niet leden

Locatie: Bibliotheek Hengstdal
Elzenstraat 4, Nijmegen, Tel. 024 - 322 5165 (het aantal plaatsen is beperkt dus reserveren is wenselijk)

Stijldans-avond

Stijldans-avond op zaterdag 3 februari in de Ark van Oost. Cipresstraat 154, Hengstal in Nijmegen. De muziek wordt verzorgd door het duo 'The Sunny Boys'. Van 20 tot 23 uur. Entree 1 euro p.p.

Soul-Funk-avond

Soul-Funk-avond op zaterdag 20 januari in de Ark van Oost. Cipresstraat 154, Hengstal in Nijmegen. De soulband 'Mel Funktion' speelt muziek van o.q. Stevie Wonder, Pointer Sisters en Santana. Van 20.30 tot 0 uur.

Kinderdisco

Kinderdisco op zaterdag 10 februari in de Ark van Oost. Cipresstraat 154, Hengstal in Nijmegen. Plaats: Jeugdhonk Exposure. Voor kinderen van 6 t/m 12 jaar van 19 tot 21 uur.

Oud Burgeren Gasthuis *sedert 1592*

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

024-3279279 of
www.oudburgerengasthuis.nl

Het OBG. Tot uw dienst!

Autobedrijf Starfit 'Sterk in elk merk'

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

Renault,

Peugeot,

Citroën,

Opel,

**Audi/
Volkswagen,**

Volvo,

**Fiat/
Alfa Romeo,**

Ford,

Mazda,

Toyota enz.

Onze sterke punten blijven natuurlijk:

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

Onze prijzen:

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

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

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

ONS TEAM



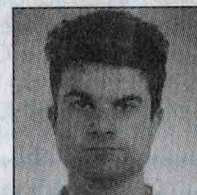
Klaas Post



Harrie Janssen



Henk Lamers



Bjorn de Beier

Autobedrijf Starfit

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

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

E-mail: Starfit-nijmegen@hetnet.nl

OPMERKING:

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