

de **Wijkkrant**

Pagina 4

WIJKPLANNEN

Pagina 5

REAL BEATS

Pagina 25

**STROTEN-
HOOFDGYM**

voor Nijmegen-Oost

Jaargang 41 - nr. 1/januari 2013



Talent uit de wijk: rapper Simom Mamahit en dj Bram vander Schaeghe, artiestennamen Discipline en Rather Real, wonnen onlangs, in de categorie hiphop, de publieksprijs van de Grote Prijs van Nederland. Karin Veldkamp interviewde ze, Marc van Kempen fotografeerde ze.

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 aan de Daalseweg 259a. Wil je elke week de nieuwste advertenties in je mail? Meld je dan aan voor de buurtmail op www.dewijkwebsite.nl.

In oprichting: een groep van ervaren journalisten waarvan leden bij oproep voor de Wijkkrant en Wijkwebsite een actueel onderwerp dat in de wijk speelt uitspitten, onderzoeken en daarvan verslag leggen. Eigen inbreng is natuurlijk ook mogelijk. Interesse? Mail naar: redactie@dewijkwebsite.nl

Kat vermist Hallo! Ik ben op zoek naar mijn kat, sinds 26/27 November vermist. Zouden jullie in garages/schuren willen kijken of ze zich daar schuilhoudt? Of wellicht is er een kat die bij het afval snuffelt of bedelt om eten? Alle info is welkom! layla.vermist@gmail.com

4-pits inbouw gastoestel zwart glas met elektr. onsteking vaste prijs 25 euro w.ridder68@upcmail.nl 024-3236575

Praktisch nieuwe E-Bike elekt. vouwfiets. Google voor foto en filmpje naar Falt-E-Bike P5.0 Nieuw: prijs: €1200, nu voor €850. Limos-park Bel 024-8441647 of 06-83324134 inelap@hotmail.com

Radiator Brugman 20 leden, br. 100 cm, h. 45cm, d. 16 cm, Kleur ral 9016. 150 Euro. Nooit gebruikt Tel 024-3221189, nlheijden@planet.nl

Winkler Prins gratis af te halen: in goede staat verkerende, 14-delige serie van Winkler Prins. Geef kijk op de wereld in 1975 (jaar van uitgave). toorop@chello.nl

Huishoudapparaten gezocht voor de voorstelling "Sneeuwwitje" van Juniorplay, een groep meiden van 10 jaar die theater maakt bij Grote Broer Kunsteducatie. Dus heeft u nog wat liggen op zolder of in de schuur? 06-28361750 j.g.m.cremers@zonnet.nl

Betrouwbare ervaren schoonmaakhulp met goede referenties voor. 12,50 per uur. Betrouwbareschoonmaakhulp@gmail.com, Tel. 06-13126529

Veilige parkeerplaats aangeboden op het Limosterrein, achter hek

voor auto (old-timer) of motor 37 euro pm 0628113594, devi.dekker@gmail.com

Per 1 april kantoorruimte te huur, Berg en Dalseweg 65 en 69. In pr. st. staat verkerende ruimten voorzien van systeemplafonds met TL-verlichting en ook kabelgoten. Oppervl. 170m2. 06-21547952 rudie.luiken@gmail.com

Vanaf 18 en 19 februari beginnen in het Vrijdagtheater weer de **halfjaarlijkse toneel improvisatie cursussen**. Lichaamsbeweging, stemmen taalgebruik, het stimuleren van de verbeelding, het expressief maken van emoties en vooral het samenspelen. 024 365 67 87, werkplaats@vrijdagtheater.nl

Hallo, ik zoek iemand die het leuk vind om mijn **kinderboekje te verrijken** met zijn of haar tekeningen die aansluiten bij het verhaal. Interesse? Loes Boesten, 06-53859559 e.boesten5@upcmail.nl

Wie heeft er zin om op vrijdagavond om de 14 dagen mee te doen met **sacred dance**? bij voldoende animo willen we dit gaan starten in de Hofkamer van CWMozaiek, Wachterslaan in Nijmegen. Zowel mannen als vrouwen welkom! Interesse? Meld je aan bij: e.kaak@inter.nl.net 0243790426

Open repetitie Gregoriaans. Kom zingen bij vrouwenschola Voces Caelestes. bea@zunneberg-ros.nl 024 360 17 36

Omdat wij gaan samenwonen zoeken wij vanaf 1 februari **woonruimte voor twee personen** in Nijmegen (liefst Oost), kale huur 650-750. saskiabultman@xs4all.nl

Ik zoek een jongen die geïnteresseerd is in **auto's poetsen** van binnen en buiten, zoals ik vroeger mijn zakgeld verdiende. Ik haal de auto door de wasstraat maar de rest is voor jou! Verdienste in overleg? redo@upcmail.nl 0641552476

Bureaublad gratis af te halen mdf 2m bij 0,95m okergeel 0652525337 leone@bource-snikkenburg.nl

Vanaf maart ben ik (vrouw, 28 jr) op zoek naar **zelfstandige woonruimte** in Nijmegen-Oost. Budget €600 incl. reneesparxx@hotmail.com 0624723330

Afgelopen jaar is mijn relatie beëindigd. Ons huis is net verkocht. Ik ben dus op zoek naar **prettige woonruimte** voor mezelf en mijn 2

kinderen, die zijn de helft van de tijd bij mij. Op naar een nieuwe start! En liefst in Oost. Huurprijs tot rond de 800,-. Groet Colet 0618666341, cltflk@gmail.com

Voor een nieuw te starten **eet-/kookgroep** zoek ik deelnemers. Het plan is om afwisselend samen te koken en/of te eten, eens per 4 weken ongeveer. We zijn nu met twee personen (Hazenkamp) maar willen graag verder met 4-6 pers.. 0641125599. Vantroye@gmail.com

Eind december zijn in de Jozef Israëlsstr/hoek Rembrandtstr. **sleutels gevonden**. Het is een bosje met fietssleutel en twee andere sleutels (een met afbeelding). De eigenaar kan ze bij ons komen ophalen. Chris Vos 024 3238709 chrvos@gmail.com

Te koop **4 Dunlop winterbanden** 175.70-13 SP Wintersport M 13 inch. Profiel 6mm. Ook zonder ijs en vorst veiliger. Overcompleet na verkoop Renault Megane. Prijs: €150,00 02-43220394 en jhhardeman@hetnet.nl

Ik ben op zoek naar een **Tai Chi Chuan-club**, waar Chen of Wu stijl wordt beoefend (dus geen Yang stijl). Kent iemand zo'n club: bel Simone Kiebosch 024-3656773 of mobiel 06-15500129. Hartelijk dank. info@muziquest.nl

Prachtige design bank donkergrijs, zwaar kwaliteitsleer; recht model in strak design, met moderne chromen sleevoet. Brede leuningen. Zit heerlijk, ook geschikt om op te liggen of slapen. Ruim 2 jaar oud, i.z.g.nwst. Vrpr. 800. 06-43727943 marijepols@hotmail.com

Wie heeft belangstelling voor een 'antieke' tekstverwerker, de **elektrische Brother WP-1**, voorloper van de pc, inclusief printer. Collectors item. Prijs n.o.t.k. w.roerdinkholder@gmail.com 024-3237341

Rollator te koop (ANWB). Prijs: €75,-. 0243239541 maxigasm@cwmozaiek.nl

Ik kan u helpen bij **verschillende klusjes** in Nijmegen-Oost: van netwerkproblemen tot het vervangen van bepaalde kabels in het huis. Het tarief is €5,- aan voorrijkosten en vervolgens €7,50 per uur. Heeft u interesse? bas@jansenpost.nl

Wie heeft belangstelling voor **oude jaargangen kunsttijdschriften**: Ruimte (femin. jaren '90), Akt (RUG),

Simiolus ('70), museumjournaal ('80), Bull.Rijksmuseum ('70). Verder nrs. van te Elfder ure en Vrouwenstudies. Graag reactie per mail. asmit3@xmsnet.nl

Werk & Herstel Voor een wetenschappelijk onderzoek ben ik op zoek naar werknemers die een vragenlijst online willen invullen. Het duurt 15 minuten en je helpt de kennis rond werkstress en hoe men door optimale herstel neg. gevolgen van stress kan voorkomen en je maakt kans op prijzen twv 50, 100 of 125€. carmazie@mail.com

Klokkenman Heeft u op zolder nog een klok(je) en u doet er niets mee, dan wil ik hem graag op komen halen voor onderdelen of kleine rep. Zijn ze stuk of zit er houtworm in geen bezwaar. Bel.: 3227204 c.hendriks58@upcmail.nl

Aangeboden 2 kleine zwarte ne rode fauteuils zwarte en rode leren fauteuils licht beschadigd. per opbod vanaf €45 voor beide. Oude Philips beeldbuis kleuren-tv i.g.st. 53x66x48 per opbod vanaf €15,-. Gebruikte schilderijlijsten met glas 51x66 witte lijst €35 p.st. 52x72 zilveren lijst €5,- p.st. 52x72 houten lijst €15,- p.st. Losse paspartouts div. maten v.a. €1,-. Bureau-accessoire ideaal bij nek/rug/rsi-klachten aan arm t.e.a.b.; vanaf €45,-. Div. boeken over familieopstellingen, opvoeding-, ziekte-, relatieproblemen. 024-3888606 roos1958@gmail.com

Berendokter gevraagd voor reparatie van een koalabeer van 22 cm. roos1958@gmail.com, 024-3888606

Creatieve vakanties in Frankrijk lekker bezig zijn met fotografie, beeldhouwen of stemexpressie? Laat je professioneel verwennen en inspireren! 525 euro incl overnachten en maaltijden. (foto weeknr 24, stem wk 26, beeldhouwen wk 33). info:loes@avatar.nl

Op korte termijn kan ik voor 60 dagen naar Zuid-Afrika om van mijn verslaving af te komen. Ik zoek iemand die in mijn huis wil komen wonen zodat mijn hond en 2 katten weinig veranderingen hoeven door te maken. Wil jij **gratis wonen in mijn huis**. Er is haast bij. 0243240592. ankielouer@gmail.com

Gastgezin gezocht Wie wil komende zomer gedurende 2,5 week gastouder(s) zijn voor een kind (NL, D of F) dat zonder jouw aanbod thuis zou moeten blijven in een vaak ongunstige situatie? Je kunt kiezen voor j/m, leeftijd en land herkomst. Voorl. en begeleiding gearandeerd. 0246415183 www.europakinderhulp.nl

Vervolg op pag. 12

Vijf vragen aan de kleine ondernemer

Nijmegen-Oost barst ervan: er wonen en werken heel veel kleine ondernemers in de wijk. We stellen steeds ongeveer dezelfde vijf vragen. Deze maand spraken we met Saskia Leendert.

Door Karin Veldkamp
Foto: Bert Hendrix

Saskia heeft sinds zeven jaar haar praktijk voor natuurgeneeskunde en lichaamsgerichte therapie op de Hengstdalseweg. Sinds een aantal jaren geeft ze ook mindfulness-trainingen, zowel groepsgewijs als individueel. Klanten weten de weg naar haar praktijk wel te vinden. Soms gaat dat via de huisarts, maar veelal via via. Saskia geeft nadrukkelijk aan dat ze het van groot belang vindt om samen te werken met de huisarts: "Ik behandel bijvoorbeeld patiënten met kanker. Maar mijn insteek daarbij is de kwaliteit van hun leven optimaliseren." Saskia geeft dus geen medisch advies op dit gebied.

Veel klanten van Saskia komen bij haar met hardnekkige klachten zoals rug-, nek- of schouderklachten. "Ik kijk breed en pak de oorzaak aan. Mensen kunnen dan kiezen voor een behandeling als (voet)massage, cupping, haccipunctuur of een training, afhan-



5 vragen

Wat is je kwaliteit?

"Ik kan goed luisteren en ik vind mensen boeiend. En ik ben in staat een goed verband te leggen tussen dingen die in het verleden plaatsvonden en de huidige klachten. Ik zie ook waar de spanningen in het lijf zitten."

Wat zeggen je klanten over jou?

"Ik krijg de meeste reacties eigenlijk via enquêteformulieren. Dan hoor ik terug dat mensen vinden dat ik ze veel aandacht geef en begaan ben met hen."

Waarom beleef je het meeste plezier?

Daarover hoeft Saskia niet lang na te denken. "Geen consult is hetzelfde. Dat maakt het werk zeer afwisselend. Ik vind het ook altijd weer spannend hoe een behandeling aanslaat. Die dingen samen maken het erg leuk. En sinds een tijdje geef ik één op één de mindfulness-training. Dat is voor mij weer een nieuw aspect binnen mijn praktijk."

Hoe ziet je werkdag er uit?

Een diepe frons volgt. "Hoe ziet mijn werkdag eruit?", herhaalt Saskia de vraag. "Tja, daar valt eigenlijk niet zo veel over te zeggen. Ik werk drie à drieënhalve dag van negen tot vijf. Mijn consulten duren één tot anderhalf uur. Tussen elk consult door neem ik even kort de tijd voor rapportage en even tijd om los te komen van het consult dat ik zojuist heb afgerond. Daarnaast doe ik af en toe aan bijscholing. Dat is ook verplicht vanuit de beroepsvereniging."

Wat doe je over vijf jaar?

"Ik hoop dan steeds meer bezig te zijn met mindfulness. Het sippelt nu al steeds meer door alle behandelingen heen. Verder zit ik hier uitstekend. Niet te ver van het centrum en voldoende parkeerplaats. Ik ga ervanuit dat ik hier over vijf jaar nog steeds werk. Het lijkt me wel leuk om naast mijn eigen praktijk ook een dag per week in dienst te zijn bij een be-

drijf. De GGZ bijvoorbeeld, maar het kan ook een commercieel bedrijf zijn."

Voor meer informatie kijk op:
www.natuurgeneeskunde-vanleendert.nl

2013: meer crisis in Nijmegen!



Door Eric Hendriks

Elk jaar is er een verkiezing van het mooiste, treffendste, typerendste of anderszins opvallendste woord. Helaas werd het 'plofkip'. Ik was erg teleurgesteld. Natuurlijk ben ook ik tegen bovenmatig vetmesten, al weet je nooit zeker of je plofkipfiletjes eet of niet.

Maar ik hoopte op een ander mooi woord dat ik in 2012 veel zag en hoorde.

Dat woord is: CRISIS.

Hoe kan crisis nou mooi zijn? Dat dacht ik eerst ook. Maar na wat onderzoek (en eerlijk gezegd, ook diverse persoonlijke ervaringen...) ontdekte ik hoeveel potentieel een échte crisis heeft.

Want vanuit de psychologische betekenis is crisis een toestand waarin je oude levensgewoonten ontoereikend zijn om gerezen moeilijkheden aan te pakken. Het is een mooi mechanisme dat je aanspoort om dingen anders aan te pakken. Doe je dit niet, dan heb je het zwaar: een chronisch psychiatrische patiënt is een voorbeeld van het niet doormaken van verandering.

In een crisis ben je tijdelijk uit evenwicht waarbij angst heel gezond is. Er zijn risico's op mislukken maar vooral ook kansen op lukken en groeien. Heel grappig: het Chinese karakter voor 'crisis' is een overlappend karakter dat Chinezen gebruiken voor gevaar, maar ook voor kans. Natuurlijk is het niet altijd crisis. Maar als je ten volle leeft, dan hoort daar een leukere portie crisis bij!

Dus, laten we in Nijmegen nog wat meer crisis doormaken. Het liefst op zo veel mogelijk vlakken: natuurlijk economisch maar ook sociaal, wetenschappelijk, sportief, klimatologisch en noem maar op. Zodat we dingen wel anders móeten aanpakken, keuzes maken, andere krachten in onszelf aanboren, nieuwe dingen leren en oude dingen loslaten.

En dat we met z'n allen 'crisis' als mooiste woord van 2013 kiezen.

Natuurlijk hoop ik op een goede crisis in de vee-industrie: één die ervoor zorgt dat dieren een beter leven krijgen!



kelijk van de aard van de problematiek. Ik geef drie tot vijf behandelingen. Als er dan geen aantoonbare verandering heeft plaatsgevonden, heeft het geen zin om verder te gaan."

Nijmegen-Oost

Voortgang wijkbeheerplannen 2012 | 2013

Bottendaal | Altrade | Galgenveld | Hunnerberg | Hengstdal | Kwakkenberg | Groenewoud



► Beste bewoner van Nijmegen-Oost

Als gemeente vinden we het belangrijk dat u prettig woont en werkt. Daarom investeren we in het beheer en onderhoud van de openbare ruimte in uw wijk: de straten, het groen, de rioleringen en verlichting. We passen ons onderhoudsprogramma zoveel mogelijk aan uw wensen aan. Per wijk kunt u lezen wat in 2012 is gerealiseerd en wat voor 2013 op de agenda staat.

Voor Bottendaal hebben we samen met bewoners en andere betrokkenen een nieuw wijkbeheerplan opgesteld. De grote lijnen hiervan leest u in de 'Samenvatting wijkbeheerplan'.

Dit jaar ontvangen de meeste Nijmegenaren deze informatie opgenomen in hun wijkblad. Waar géén wijkblad verschijnt verspreiden we huis-aan-huis.

Wij vinden het belangrijk dat u meedenkt en meedoet in uw wijk en we ondersteunen goede initiatieven van harte. Ik hoop dat u ook in de toekomst betrokken blijft bij uw wijk!

Vriendelijke groet,

Turgay Tankir

Wethouder Openbare Ruimte en Wijken, Werk & Inkomen

Op www.participatiekaart.nl vindt u participatie-initiatieven in de openbare ruimte.

Als wijkbeheerder van de gemeente Nijmegen heb ik er belang bij dat bewoners tevreden zijn over hun woonomgeving. De kwaliteit van de openbare ruimte is mede bepalend voor het welbevinden van de bewoners. Goede woningen, juiste infrastructuur, voorzieningen en mooie groene parken zijn hier voorbeelden van. In Nijmegen Oost zijn bewoners gehecht aan hun wijk en tevreden. De komende jaren besteden we meer aandacht aan de participatie van bewoners in de openbare ruimte. Er zal ook aandacht zijn voor een goede bereikbaarheid voor de scootmobiel, rolstoelen of rollators. Met name in de buurten waar vergrijzing plaats vindt, vind ik de toegankelijkheid van belang.

Hartelijke groet,

Jeannette Stevens

Wijkbeheerder Nijmegen-Oost



Turgay Tankir en Jeannette Stevens

Contact

Kleine gebreken, zoals een losliggende stoeptegels en kapotte straatverlichting, of klachten over het onderhoud kunt u doorgeven aan de Bel- & herstellijn 14024 of bel&herstellijn@nijmegen.nl. Heeft u andere opmerkingen of vragen over de openbare ruimte of deze brief? Neem dan contact op met wijkbeheerder Jeannette Stevens (024) 329 33 27 of j.stevens@nijmegen.nl.



Meer informatie: www.nijmegen.nl/wijken



NMGNcentrumoost



Nijmegen Centrum Oost

Rapper en DJ Discipline en Rather Real

“Hiphop gaat vooral over seks en materialisme”

Nijmegen-Oost heeft talent in de wijk. Rapper Simom Mamahit en dj Bram van der Schaeghe, oftewel Discipline en Rather Real, wonnen onlangs, in de categorie hiphop, de publieksprijs van de Grote Prijs van Nederland. Aanstormend talent? De interesse van de Wijkkrant is in ieder geval gewekt.

Door Karin Veldkamp
Foto: Marc van Kempen

Bram stelt voor om af te spreken in een café. Hij arriveert als eerste. Simon moet zich nog losrukken van zijn schilderwerk. Hij heeft een kamer gevonden in Oost en trekt er binnenkort in. Beiden wonen ze al lang in de wijk, maar ze zijn er niet geboren. “Ik kwam vanuit Beek hier op mijn twaalfde te wonen”, vertelt Bram. “Ik ben geen dorpsmens en was dus blij dat we naar Nijmegen verhuisden. Dus de cruciale jaren ben ik hier opgegroeid. Ik hou van grote steden. Misschien wordt Nijmegen wel te klein. Anderzijds vind ik Nijmegen-Oost leuk omdat het zo dorps is. Ja, dat klinkt zeer tegenstrijdig”, lacht Bram. “Maar het sfeertje hier geeft niet dat beknelde gevoel van een echt dorp. En ik vind het heerlijk dat alles bij elkaar ligt: van Turkse bakker tot slijterij.” “En het is heerlijk om tijdens de boodschappen zes bekenden tegen te komen”, voegt Simon eraan toe.

De eerste mijlpaal

Maar nu de muziek. Enthousiast vertelt het duo over hun ambities, waarbij de vaktermen me om de oren slaan. Ik vraag regelmatig: hoe spel je dat? Door het ruime leeftijdsverschil

ben ik niet zo thuis in alle begrippen. “We kennen elkaar via vrienden en ontdekten al snel dat we alle twee iets met muziek deden. Ik doe de beats en Simon rapt. In 2009 hebben we onze eerste clip gemaakt en deze werd zeer goed bezocht op internet. We dachten zelf aan een paar honderd views maar dat bleken er al snel een paar duizend te zijn”, vertelt Bram met enige trots. “Hierdoor kwamen de eerste boekingen binnen”, gaat Simon verder. “Maar niet alleen door de clip,

ik laatst een cd uitgebracht. Muziek is een uit de hand gelopen passie. Maar ik wil mezelf ook als mens ontwikkelen op andere terreinen.”

Fantaseren over kleding

Bram heeft zijn eigen bedrijfje dat moet fungeren als een parapluplatform. Het lukt me nog wel om dat zelf te spellen, maar wat Bram er precies mee bedoelt? “Ik richt me vooral op het uitbrengen van muziek en de orga-

“Er zit zo veel creativiteit in Nijmegen”

ook via Open Mic, een soort jamsessie voor hiphoppers. Zo ging het balletje rollen. Al snel mochten we in het voorprogramma van Frescu. Dat was onze eerste mijlpaal.” Het laatste jaar hebben ze weinig opgetreden. Simon is een tijdje naar Indonesië geweest en Bram heeft zich in mei laten inschrijven als zzp’er. Ze willen de draad samen weer oppakken, maar merken dat het lastig is om buiten de stad op te treden. Door de publieksprijs hebben ze wel een aantal aanbiedingen gehad.

Een uit de hand gelopen passie

“Maar we willen ook graag Nijmegen op de kaart zetten, want er gebeurt hier veel op het gebied van de hiphop”, aldus Simon. Inmiddels is Simon begonnen aan de studie pedagogische wetenschappen. “Ik kies er bewust voor om niet alleen met muziek bezig te zijn. Als rapper maak ik lesprogramma’s voor ‘3 voor 12’ en geef workshops. Ook heb

nisatie van hiphopfeesten en ik werk als dj. Maar daarnaast regel ik boekingen, organiseer hiphopconcerten in Doornroosje en geef cursus in beats maken bij de Lindenberg. Het is voor mij een logische stap om zo veel uiteenlopende dingen te doen. Maar ik wilde het wel allemaal samenbrengen onder één ding. Ik fantaseer ook al stiekem om iets met kleding te doen. Er zit zo veel creativiteit in Nijmegen: dj’s, rappers, ontwerpers, producenten etc. Ik wil het graag samenbrengen en kijk tot hoe ver ik kan gaan.”

De luisteraar kan er geen touw aan vastknopen

Terug naar het duo. Als rapper schrijft Simon de teksten. “Ik ben al begonnen op mijn elfde, twaalfde jaar. Voor mij begon het als een soort dagboek en dat is eigenlijk altijd zo gebleven. Ik probeer op deze manier te praten met mensen. Hiphop is meestal oppervlakkig. Het gaat vooral over seks en materialisme. Daar heb ik niet zo veel mee”.

Ik vind het wel een mooi uitgangspunt om je dagboek te gebruiken, maar dan blijft natuurlijk de vraag waar zijn teksten dan wel over gaan. “Vooral over dingen waar mensen te weinig over nadenken”, gaat Simon verder. “Druggebruik, liefde, persoonlijke relaties en ook de hiphopscène. Ik schrijf ook metaforische teksten. Dan vertel ik in vijf minuten alles vanuit de ik-vorm. De luisteraar kan er geen touw aan vastknopen. Het is vooral beeldspraak.” “Het nummer gaat bijvoorbeeld over een meisje. De luisteraar denkt dat het over hiphop gaat”, vult Bram aan. “Het is niet zo dat je er helemaal niets van snapt. De slimme metaforen en twists haal je er wel uit. Ook als mensen het op een ander moment weer horen of zien, valt vaak het kwartje.”

Ook nieuwsgierig? Discipline en Rather Real zijn te vinden op Facebook.





JAAP DE VISSER



TAPIJT - GORDIJNEN - ZONWERING

VAN 'T SANTSTRAAT 125 NIJMEGEN 024-3221716
OPEN: DONDERDAG, VRIJDAG EN ZATERDAG 11.00-17.00u.
TELEFONISCH DE GEHELE WEEK BEREIKBAAR

**Trap bekleden incl. tapijt:
vanaf € 250,-**



**Op alle
binnen-
zon-
wering:**

**10%
KORTING**



**Projecttapijt: € 15,= per m²
Gratis gelegd
Keuze uit vele kleuren**

Kijk ook op www.jaapdevisser.nl

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

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 LEKKERE WINTER

Met maaltijden van de Internationaal Kampioen

ROOKWORST, BALKENBRIJ, BOERENKOOL, HACHEE, HUTSPOT, GELDEERS STOOFPOTJE, GOULASHSOEP, ZUURKOOL, GROOTMOEDERS RIBLAP, NIMWEEGS STOOFFVLEES, BAKBLOEDWORST, CHILI CON CARNE, SPRUITENSTAMPOT, COQ AU VIN, VERSE WORST, ZUURKOOLSPEK, EN...

DE BESTE ERWTENSOEP VAN NEDERLAND.

ONZE SOEPEN EN MAALTIJDEN WORDEN GEMAAKT VOLGENS TRADITIONEEL FAMILIRECEPT... GEWOON OUDERWETS LEKKER!

Al ons vlees, worsten, vleeswaren, maaltijden en specialiteiten zijn afkomstig van scharrel dieren. Diervriendelijk gehouden vee, dat lekker buiten kan scharrelen en uitsluitend schoon, zuiver plantaardig voer krijgt. Het gebruik van antibiotica, 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 zaterdag 2 februari

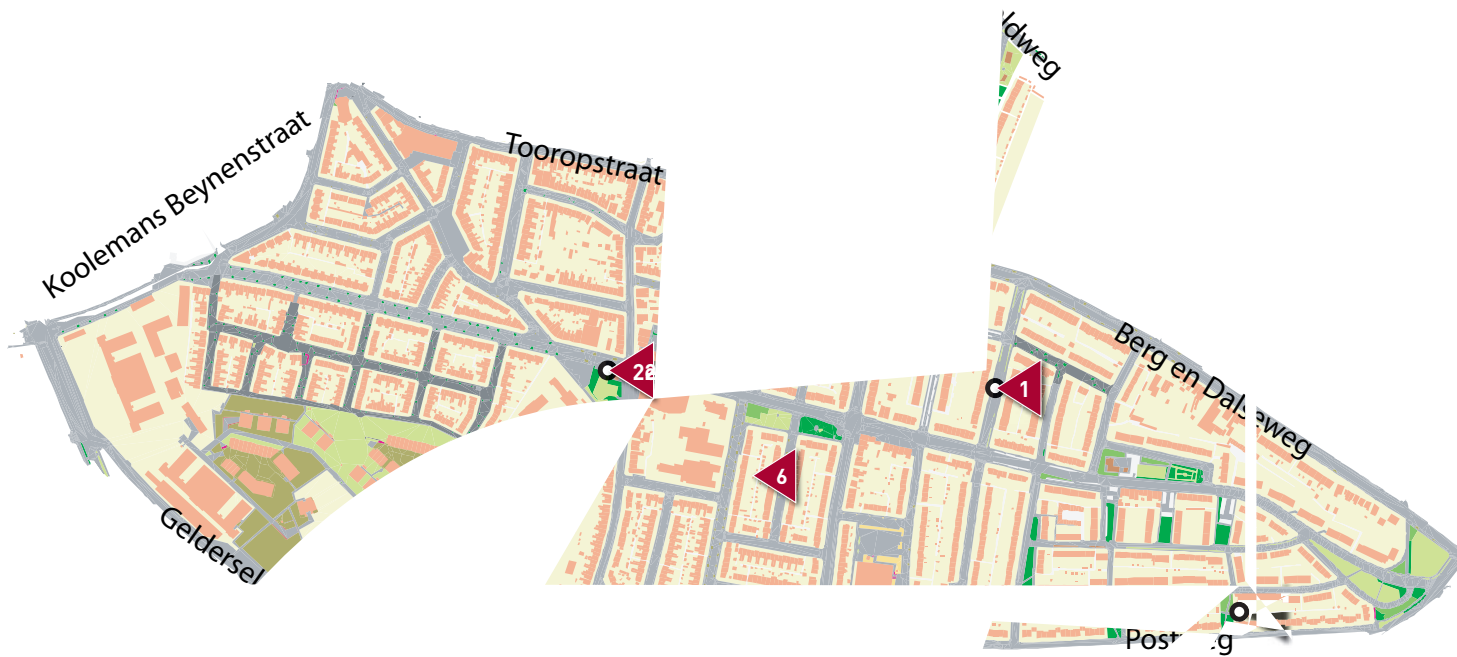
GROOTMOEDERS HACHEE kant en klaar	500 gram	4,95
BALKENBRIJ traditioneel familierecept	500 gram	2,95
ERWTENSOEP de beste erwtensoep van Nederland	liter	5,90
BOERENGHAKT lekker gekruid	500 gram	3,95

SCHARRELVLEES GEGARANDEERD ANTIBIOTICAVRIJ

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



FYSIOTHERAPEUTISCH INSTITUUT NIJMEGEN

therapie op haptonomische basis



Berg en Dalseweg 122A
6522 BW Nijmegen
Tel. 024 - 3228418
[www. HaptonomieNijmegen.nl](http://www.HaptonomieNijmegen.nl)

In februari starten wij ons nieuwe

BigMove-programma

Een beweegprogramma waarin u een half jaar lang intensief begeleid wordt door uw huisarts, een psycholoog en twee fysiotherapeuten. Speciaal voor mensen die door lichamelijke en/of psychische klachten moeilijk in beweging kunnen komen.

Verwijzing van uw huisarts of specialist is noodzakelijk.

FYSIOTHERAPIE EN MANUELE THERAPIE
HAPTOTHERAPIE
CRANIOSACRAALTHERAPIE

Nijmeegse makelaar winnaar 2e prijs landelijke ERA Award 2012

Op woensdag 19 december zijn in Houten de ERA Awards 2012 uitgereikt. Kolmeijer ERA makelaars Nijmegen is van de circa 130 landelijke ERA makelaarskantoren als 2e geëindigd in de categorie "kortste doorlooptijd".

Het kantoor van Patrick van Haandel en Rolf Zegger heeft in 2012 meer dan 100 woningen verkocht in de regio Nijmegen. Deze woningen zijn verkocht met een gemiddelde verkoopsnelheid van 160 dagen.

Patrick: "Rolf en ik hebben dit kantoor 7 jaar geleden overgenomen en vanaf het begin hebben wij ons willen onderscheiden. Het grootste onderscheid hebben wij gemaakt door onze dienstverlening op basis van NO CURE NO PAY aan te bieden. Hiermee geven wij de klant het vertrouwen dat wij alles uit de kast zullen halen om de woning

te verkopen."

Rolf: "Ook proberen wij verkopers in deze lastige markt een zo reëel mogelijk beeld te geven wat de waarde van hun woning is en welke verkoopstrategie we kunnen hanteren om de woning zo goed en zo snel mogelijk te kunnen verkopen. Juist deze markt wijst uit dat een eerlijk advies het beste resultaat oplevert." Patrick: "Daarnaast denk ik dat ons klein maar efficiënte team goed op elkaar is ingespeeld. We doen allemaal het werk waar we goed in zijn en doen dat met veel plezier."

Naar schatting zullen er in Nijmegen in totaal rond de 1200 woningen verkocht worden. Vooral in de laatste 2 maanden werden



er fors meer huizen verkocht dan eerder dit jaar.

Patrick: "Deze nominatie stimuleert ons om ook in 2013 maximaal inzet te tonen voor onze opdrachtgevers zodat wij opnieuw één van de beste ERA kantoren in Nederland zijn in 2013."



KOLMEIJER
makelaars Nijmegen

Mr. Franckenstraat 27
6522 AC Nijmegen, (024) 360 95 52
www.kolmeijernijmegen.nl
wonen@kolmeijernijmegen.nl



Wat is er aan de hand op de hoek van de Van 't Santstraat?



In het oude pand van Boereboom Parketmeesters is er van alles aan het veranderen. Meubels worden verschoven, de schilderijen van Lindy de Jong staan niet meer in de etalage en de karakteristieke rode muur in de winkel is opeens wit geschilderd.



Wat is er allemaal aan de hand? 20 januari opent hier Satijnvogel galerie en atelier. In deze galerie gaan kunstenaars uit Nijmegen-Oost en omgeving exposeren. De expositie gaat maandelijks wisselen en hieraan zal vaak een workshop of activiteit gekoppeld zijn. De galerie is meteen ook het

atelier van kunstenaar en kunstdocent Marjolein Leinweber. Hier zal zij regelmatig aan het werk zijn. Onder andere met een grote drukpers waarmee ze linoleum- en houtsneden drukt. Ben je nieuwsgierig, heb je ideeën of heb je vragen? Marjolein vindt het leuk als je eens binnenstapt.
www.satijnvogel.nl

Heup doet leven

De linkerkant was al anderhalf jaar eerder aan de beurt geweest. Die zat al lang en breed op zijn plaats. Nu was rechts aan de beurt. Ook hier had de slijtage toegeslagen. Ongelofelijk hoe snel dat was gegaan. Gelukkig was de ingreep goed verlopen. De chirurg had zijn werk goed uitgevoerd. Gek genoeg had ze nu wel een verwijzing voor fysiotherapie meegekregen. Kennelijk was het beleid in de kliniek veranderd. De vorige keer had ze het in haar eentje uit moeten zoeken.

De eerste keer zocht ik haar thuis op. Veel viel er op fysiek vlak nog niet te doen. Sterker nog; het was vooral ook de bedoeling dat ze dat de eerste weken nog niet zou doen. Op die manier kon de prothese zich goed gaan hechten aan het bot en kon de wond genezen. Instructies over wat wel en wat niet te doen. Hoe op te staan, te zitten, te draaien, te lopen enz. Bij ontslag uit het ziekenhuis had ze dat allemaal meegekregen. Aan mij of ze zich daar ook aan hield en of het allemaal duidelijk was. Om haar vervolgens verder te helpen.

Zodoende gingen we de afgelopen weken op weg naar een actiever herstel. Lopen zonder krukken, balans en stabiliteitstraining, starten met spierversterkende oefeningen. Voorzichtig gaan traplopen, fietsen op de home-trainer, van alles.

En zie ook hier: ze wordt ervoor beloond. Het gaat erg goed. Inmiddels kan ze een deel van de revalidatie zonder mij af. Ze moet vooral zorgen dat haar spieren sterker worden en haar conditie verbetert.

Kan ze weer de wijde wereld in. Om de dingen te doen die ze graag doet. Want daar doe je het uiteindelijk voor. Zoals wij thuis altijd zeggen, sinds mijn moeder twee nieuwe heupen had gekregen, heup doet leven!

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



Ik@Nijmegen-Oost

Gek

Door Jacqueline Koster

Om wat sneller van het station bij mijn werk in het psychiatrisch ziekenhuis te zijn maak ik soms gebruik van een step. Op het moment dat ik het gebouw binnen wil gaan, komt er net een licht ontremde patiënt naar buiten. Hij kijkt mij verwonderd aan en zegt: "Oh, dokter, nu snap ik waarom u mij zo goed begrijpt. U bent zelf ook een beetje gek".

Ik@Nijmegen-Oost is een nieuwe rubriek in de wijkkrant. In maximaal 200 woorden deel je jouw persoonlijke ervaring als bewoner in Nijmegen-Oost. We horen graag wat je als bewoner in Nijmegen ziet, meemaakt, en wat er in onze wijk aan de keukentafel ter sprake komt. Stuur je ikje naar redactie@dewijkwebsite.nl of plaats 'm zelf op de wijkwebsite via www.dewijkwebsite.nl/ik. We nemen 'm dan op in de Wijkkrant.

OPROEP

Infographic artist gezocht

Ben jij een kei in grappige en informatieve tekeningen en heb je zin om af en toe iets te doen voor de wijkkrant? We komen graag met je in contact via: redactie@dewijkwebsite.nl.

OPROEP

Astroloog gezocht

Ben jij astroloog en heb je zin om mee te werken aan de wijkkrant? We komen graag met je in contact via ons e-mailadres: redactie@dewijkwebsite.nl.

OPROEP

"Zonder de Wijkkrant was ik nooit..."

Welke bijzondere rol speelde de Wijkkrant in jouw leven? Voor een geheim project rondom het 40-jarig bestaan zoeken we wijkbewoners met een bijzondere herinnering aan de Wijkkrant. Laat het ons weten via redactie@dewijkwebsite.nl of bel Loes (06-14317579) voor een persoonlijke afspraak. We zijn benieuwd naar je verhaal!



Bij dezen bent u van harte uitgenodigd voor de expositie van Frans Couwenbergh (*1933) in Studio 104, Ubbergseweg 104 (t.o. het Hollands-Duits gemaal) op zaterdag en zondag 19 & 20 januari en 26 & 27 januari van 11.00-17.00 uur, onder de titel 'Geen Kunst Aan'. Het is een verkooptentoonstelling van schilderijen, voornamelijk genreschilderijen. Sommige ingelijst, de meeste nog niet. "Ik loop tegen de tachtig, dus mijn opslagvliering moet een keer leeg", aldus Frans. *Sale!*



Vista Projectmanagement is een erkend leerbedrijf en rekt lage tarieven voor haar werkzaamheden.

Wij kunnen de volgende werkzaamheden uitvoeren:

- Timmerwerk.
- (Tuin)meubels.
- Schoonmaken.
- Tuinonderhoud.
- Behangen.
- Schilderen.
- Verhuizingen.
- Financiële administratie.

Postweg 50 Nijmegen Tel: 024 - 20 40 200

In de avond betaald parkeren in een deel van Nijmegen-Oost

Vanaf maandag 14 januari 2013 moet ook 's avonds betaald worden voor parkeren op straat. Dit geldt voor het centrum van Nijmegen, maar ook voor de ring rond het centrum, dus ook in een deel van Nijmegen-Oost. Met deze maatregel wil de gemeente de schaarse parkeerruimte op straat in de binnenstad beter verdelen. Het avondtarief in de parkeergarages wordt verlaagd naar 0,50 euro per uur.

Door betaald parkeren op straat ook in de avonduren in te voeren, kunnen bewoners in het centrum 's avonds makkelijker hun auto dichtbij huis parkeren. Bezoekers van winkels en restaurants in die straten kunnen hun auto's in de parkeergarages parkeren waar een goedkoop tarief van 50 cent per uur wordt ingevoerd. Voortaan moet ook in de ring rond het centrum 's avonds betaald worden voor parkeren op straat. Zo ook in een deel van Nijmegen-Oost. Het gaat hier om de blauwe zone waar autobezitters overdag ook al betalen om te parkeren. De groene zone blijft gratis na 18.00 uur. Zo is het niet aantrekkelijk voor parkeerders om uit te wijken naar de straten net buiten het centrum. De parkeerruimte blijft daar dan gewoon beschikbaar voor bewoners.

Wethouder Henk Beerten: "Iedereen wil zo dicht mogelijk bij het werk of de winkels parkeren. Daarnaast heeft Nijmegen te maken met een groeiend aantal binnenstadbewoners met een parkeervergunning die vooral 's avonds lang moeten zoeken naar parkeerruimte. Met het avondparkeren hopen we aan de ene kant meer ruimte en rust te creëren voor bewoners en aan de andere kant de stad voor ondernemers en bezoekers aantrekkelijk te houden."

Wat merkt u, als bewoner van Nijmegen-Oost, van deze maatregel? En wat vindt u ervan? De redactie is benieuwd naar uw ervaringen. Mail naar redactie@dewijkwebsite.nl.



APK VOOR ALLE MERKEN

NU 19.95*

*Exclusief roetmeting voor diesels. Incl. Afmeldkosten en 4-gasmeting.

MAAR OOK VOOR BANDEN, AUTOREPARATIES EN AUTO-ONDERHOUD:

- HET GROOTSTE ASSORTIMENT
- ALTIJD SCHERPE PRIJZEN
- HET BESTE PERSOONLIJKE ADVIES
- ALTIJD SNELLE SERVICE
- OOK VOOR LEASERIJERS



HEYENDAAL

Nijmegen, Heyendaalseweg 96
T 024 329 48 33
www.profietyrecenter.nl

NIEUW IN NIJMEGEN-OOST!

PROFILE TYRECENTER

BANDEN, VELGEN EN AUTOSERVICE

WINTERBANDEN

ZOMERBANDEN

VELGEN

APK

ONDERHOUD

• VOOR ALLE MERKEN AUTO'S

Award voor studiebegeleiding in Nijmegen-Oost

Tot zijn eigen verbazing won Roderick Brenninkmeijer de Gelderse JeugdZorg Award. Aanleiding voor een gesprek met de directeur van Orthopedagogische Studiebegeleiding Nijmegen. Een instituut dat zich inzet voor de professionele begeleiding van leerlingen die moeilijk aansluiting vinden in het reguliere onderwijs.

Door Alex Holderbusch

Iedereen heeft wel eens een handje hulp nodig. Orthopedagogische Studiebegeleiding Nijmegen probeert de leemte tussen het regulier en speciaal onderwijs op te vullen. Jongeren in het reguliere onderwijs die achterop dreigen te raken, kunnen hier aankloppen. Brenninkmeijer: "Jonge mensen is het niet altijd gegeven vooruit te kijken, sommigen willen nogal eens achter de feiten aanlopen. Wij bieden intensievere hulp bij het structureren, organiseren en plannen. We leren ze beter vooruitkijken."

Extra aandacht

Het onderwijs heeft nogal wat opgelegde beleidsmaatregelen moeten verwerken en lijkt 'hervormingsmoe'. Brenninkmeijer windt er geen doekjes om: "Voor kinderen, die extra persoonlijke aandacht nodig hebben, is lang niet altijd tijd in het reguliere onderwijs. Het speciaal onderwijs staat voor bezuinigingen, de lat voor toelating is omhoog gegaan en er zijn wachtlijsten. Ouders vinden het vaak belangrijk dat hun kind niet achterblijft en willen daar wat aan doen. Wij proberen in die behoefte te voorzien."

Brenninkmeijer blijkt betrokken bij het lot van deze groep jongeren: "Mensen hebben het recht zich te ontwikkelen, ook als je een beperking of stoornis hebt zoals ADHD, dyslexie, dyscalculie of een vorm van autisme. Niet iedereen hoeft overal goed in te zijn." Hij pleit voor meer diversiteit in het onderwijs. Mensen verschillen nu eenmaal van el-

kaar. Het blijkt dat de biologische achtergrond van verschillende stoornissen beter bekend wordt. Hij wil maar zeggen dat een beperking niet een keuze hoeft te zijn. Iedereen heeft bepaalde vaardigheden.

"Niet iedereen hoeft overal goed in te zijn"

Meer afleiding

De laatste jaren doen ouders toenemend een beroep op studiebegeleiding. De overheid bezuinigt op het onderwijs, een toegenomen aantal tweeverdieners heeft minder tijd. Niet onbelangrijk: er is veel meer afleiding voor kinderen. De wereld ligt ogenschijnlijk aan hun voeten. Internet en nieuwe vormen van media baren Brenninkmeijer zorgen. "Kinderen staan aanmerkelijk meer blootgesteld aan invloeden en prikkels van buiten dan vroeger. Ze hebben meer vrijheid gekregen. Zou jij je kind van 13 in de stad New York zelfstandig alle prikkels laten beleven?", vraagt hij retorisch. Op het instituut gaat de telefoon daarom ook uit. En nee, dat is niet altijd gemakkelijk. Hij onderkent de evidente voordelen van internet, pleit er alleen niet voor om het maar vrijblijvend aan de individuele jongere over te laten.

Voor sommigen misschien nogal 'ouderwets': "We zitten de jongeren ook gewoon achter de broek. Huiswerk hoort er nu eenmaal bij. We controleren, stimuleren, overhoren. We helpen met het maken van een planning en bewaken of ze zich daaraan houden. Het is onze uitdaging jongeren hun eigen belang in te laten zien. Ik vind dat we ons daarvoor moeten inleven in hun specifieke situatie."

Voor de studiebegeleiders blijkt het vooral moeilijk te zijn onderscheid te maken tussen onwil en onkunde. "Dat is een lastige scheidslijn. In gesprekken met het kind proberen we daar achter te komen. De mooiste momenten zijn als je een kind ziet opbloeien", zegt

Brenninkmeijer. Dat laat hem niet onbewogen. "Mooi is het als een leerling met allemaal onvoldoendes beter gaat presteren door een wilsbesluit te nemen en gestructureerd te werken. En het alsnog lukt over te gaan."

Echter, soms kunnen we ook niets voor iemand betekenen. Daar ben ik realistisch in."

JeugdZorg Award

Roderick Brenninkmeijer lijkt niet de typische jeugdhulpverlener om de JeugdZorg Award te winnen. Het overviel hem nogal. Hij is er nog steeds beduusd van: "Buiten mij weten om was ik genomineerd door verschillende ouders."

De jury moest een lastige noot kraken. Brenninkmeijer wekte bewondering omdat hij met zijn instituut voor de ontplooiing van het kind opkomt. De toekenning van de award lijkt ook een signaal aan de politiek. De leerlinggebonden financiering, ook rugzak genoemd, vervalt per 2014. Dat geld gaat dan direct naar de samenwerkende schoolbesturen. Het is maar de vraag in hoeverre het ten goede komt aan begeleiding van individuele leerlingen en intensieve studiebegeleiding toegankelijk blijft. Tussen scholen kan ongelijkheid ontstaan in besteding aan studiebegeleiding.

Brenninkmeijers bevologenheid heeft vast ook een rol gespeeld bij zijn nominatie: "Vraag om hulp als je dat nodig hebt. Dat is de normaalste zaak ter wereld. Kinderen hebben een rolmodel nodig waaraan ze zich kunnen spiegelen. Iemand die duidelijk is. Dan kunnen ze hun identiteit ontwikkelen. Kinderen moeten leren dat ze ook hard moeten werken om iets te bereiken. Je bereikt niet iets alleen om wie je bent."

Met het prijzengeld van 2.000 euro wil hij met een cursus of website bijdragen aan een vorm van internetveiligheid. Kinderen behoeden voor de valkuilen die er nu eenmaal zijn.

Wat hij ouders ten slotte wil meegeven: "Alles dat je uit liefde doet voor je kind is goed. Toon betrokkenheid. Het geeft niet als je kind fouten maakt." En wat zo typerend is voor Brenninkmeijer: "De meesten weten dit wel. Het is eigenlijk niets bijzonders."

Meer info: www.osnijmegen.nl



Van ontwerp-beheersverordening naar ontwerp-bestemmingsplan



Het bestaande bestemmingsplan voor Nijmegen-Oost is al weer zo'n tien jaar oud. De wet bepaalt dat de raad vóór uiterlijk 1 juli 2013 een nieuw plan moet hebben vastgesteld, waarbij je als gemeente de keus hebt tussen een beheersverordening en een bestemmingsplan. Een beheersverordening leek ons voor Nijmegen-Oost de beste keuze. Deze verordening is vervolgens ook opgesteld en op 2 oktober (wijkcentrum Daalshof) en op 11 oktober (Ark van Oost) hebben wij informatiebijeenkomsten gehouden over de beheersverordening voor Nijmegen Oost. De inspraakperiode is nu voorbij en wij hebben 46 reacties ontvangen. We zijn druk bezig met de beantwoording van deze reacties.

Veranderde inzichten

We hebben voor een paar delen van de stad gekozen voor een beheersverordening: o.a. voor Oost en voor Groenewoud-Kwakkenberg. In een beheersverordening kun je geen nieuwe ontwikkelingen meenemen en daarmee wordt de procedure eenvoudiger en korter. Tijdens de behandeling in de gemeenteraad van de beheersverordening voor het naastgelegen gebied Groenewoud-Kwakkenberg bleek echter dat een bestemmingsplan toch beter op zijn plaats zou zijn. Dit komt omdat er zowel daar als in Nijmegen-Oost toch enige zogenaamde 'relevante ruimtelijke ontwikkelingen' spelen. En een beheersverordening is juist bedoeld voor het vastleggen van de bestaande situatie en dus niet voor nieuwe ontwikkelingen. Bij Groenewoud-Kwakkenberg leverde met name de manier van bestemmen van de wo-

ningen veel discussie op. Omdat het College van B&W vindt dat het belangrijk is dat woonbestemmingen in heel Nijmegen identiek zijn, moeten we voor Nijmegen-Oost kiezen voor een bestemmingsplan met daarin de standaard woonbestemming die overal in Nijmegen voorkomt. Zo moet iemand die in Lindenholt woont over dezelfde planologische rechten kunnen beschikken als iemand woonachtig in de Waalsprong, Neerbosch-Oost, Duketenburg etcetera.

Om deze reden wil het College van B&W het proces van de beheersverordening voor Nijmegen-Oost alsnog omzetten naar een bestemmingsplanprocedure.

Begin 2013 zal het College een ontwerp-bestemmingsplan ter inzage leggen voor Nijmegen-Oost. Mensen die al een inspraakreactie hebben ingediend, krijgen een persoonlijke reactie hoe te handelen. Iedereen die van de gelegenheid gebruik willen maken om te reageren, kan gedurende zes weken een zienswijze indienen. De juridische regeling van het ontwerp-bestemmingsplan is identiek met de regeling van ontwerp-beheersverordening. In het ontwerp bestemmingsplan zijn GEEN grootschalige ruimtelijke ontwikkelingen (zoals nieuwbouw van woningen of voorzieningen) meegenomen.

Namens het College van B&W,

Hannie Kunst
Portefeuillehouder
Stedelijke ontwikkeling
en Cultuurhistorie



Ik@Nijmegen-Oost

Wandelen

Door Eric Stuart

Sinds kort wandel ik drie maal per week naar mijn werk. Ik heb een hekel aan fietsen en mijn auto kan ik er niet kwijt. Het is hoogstens twintig minuten lopen, dus dat was praktisch gezien de beste oplossing. Welke route kies je dan? Op mijn eerste dag koos ik ervoor om via de Daalseweg naar de Wedren te lopen. Voor mijn gevoel moest het korter kunnen. Op de tweede dag koos ik een andere route: Ik sla af bij het voormalige Sportfondsenbad Oost, rechtsaf de Groesbeeksewarsweg op. Ik passeer een soort van boerderij, waarvan ik weet dat daar door betrokken buurtbewoners een Kerstconcert georganiseerd werd. Ik sla links af bij "H.E.S. Levensmiddelen", hoog op de zijgevel en duidelijk iets van vroeger. En elke deur, elk tuintje en elke woning is uniek. Passanten groeten mij vriendelijk. Op die dag veranderde het lopen in wandelen.

Laat ik het zo uitleggen: Een Vierdaagseloper gaat voor het kruisje en legt de vastgestelde afstand af met de felbegeerde onderscheiding als einddoel. Wandelaars zijn mensen die dezelfde afstand afleggen, maar die dat niet doen voor een beloning. Ze vinden het gewoon leuk om te wandelen.

Ik loop niet meer naar mijn werk, ik wandel.



Knollen & citroenen

Vervolg van pag. 2

Gezocht: **vakantiepersoon** voor verblijf in Turkije in mei-juni. Betreft actieve, positieve dame van 78 jaar. Tel. 024-3231900.

Gevraagd: **gratis breiwool**, bollen, restjes om kinderdekentjes te breien voor arme kinderen! Oude gebr. truien, dassen zijn ook goed. Als de kindertjes maar lekken kunnen slapen. Zowel voor warme en koude gebieden. Tel. 024-3227024.

Gezocht: **behang/klusjesman** 024-3242436. Voor reactie gelieve geen 06-nummer.

Huishoudelijk werk gezocht: 06-19293412

Aangeboden: diverse logeerplekken bij gastvrouw voor **vierdaagselopers** (all-inclusive) Nijmegen-Oost, nabij centrum. 024-3231900

Engels eikenhouten bureautje, eind 19e begin 20e eeuw. Hoogte 100 cm, breedte 98,5 cm, diepte 86 cm. Prijs notk. Tel.: 3237070

Ouderen, gezonde 70+ ers gezocht die mee willen werken aan wetenschappelijk onderzoek bij de faculteit sociale wetenschappen van de

Radboud Universiteit. Het onderzoek is niet-medisch, eenmalig en duurt ca. anderhalf uur. Vergoeding: €15. Informatie 024-3612605 evelienbarende@hotmail.com

Voor een van onze cliënten, een vluchteling, zoek ik een **klerenkast** met een hanggedeelte en een leggedeelte. max hoog: 1.80 m, max breed: 0.50m. 0653326709 paulien.hagers@gmail.com

Studiegroep Theosofie (deelname gratis en vrijblijvend) Het studieboek 'Een verkenning van de Theosofie' is gratis verkrijgbaar via www.theosofie.net. Locatie: "Essence" Berg en Dalseweg 371 Start donderdag 28-2 om 19.30 tot 21.00 uur Info. en aanmelden: ada@vanvuurde.nl, 024 3603646

Lichtgewicht rollator Topro Olympos S, als nieuw! Met drempelhulp en mandje. Zeer hoge kwaliteit. Aluminium frame, weegt slechts 8 kilo. Gemakkelijk en zeer compact op te vouwen. Gebruikerslengte 1.35 - 1.70m. Vraagpr. € 250,- 06-44820784 nel.wilkes@inter.nl.net

Bent u op zoek naar een **schoonheidsspecialiste** bij u in de buurt, bijv. voor een gezichtsbeha., harsen of verven? Voor meer informatie kunt u bellen naar Carmen, tel.: 06-36353739 of 024- 8453739

Moeite met wiskunde? Wiskundedocent geeft bijles aan middelbare scholieren. Alle niveau's, alle profielen. Wiskundepraktijk Winkens; Berg en Dalseweg 142; 024-3604466 www.wiskundepraktijk.nl;



Dit hebben we gedaan in 2012:

- 1 Voortgang uitbreiden Hunnerberg Panorama in overleg met de Werkgroep Bewoners Hunnerberg Panorama.
- 2 Aanpassing van verkeersdrempels Ubbergseveldweg.
- 3 Aanpassing kruising Ubbergseweg/Ooyse dijk (uitgesteld i.v.m. een bezwarenprocedure).
- 4 Aanleg drempel Ooyse dijk.
- 5 Voortgang bouw nieuwe Zwembad Oost met aandacht voor de effecten voor de omgeving.
- 6 Aanpassen bushaltes Sophiaweg.
- 7 Overleg met de St.Maartenskliniek en- school i.v.m. parkeeroverlast in de omgeving.

Dit gaan we doen in 2013:

- 8 Voortgang uitbreiden Hunnerberg Panorama in overleg met de Werkgroep Bewoners Hunnerberg Panorama.
- 9 Aanleg verkeersdrempels Ooyse dijk.
- 10 Voortgang bouw nieuwe Zwembad Oost met aandacht voor de effecten voor de omgeving.
- 11 Aanpassen Mariaplein in overleg met wijkcomite Oost.
- 12 Overleg met de St.Maartenskliniek en- school i.v.m. parkeeroverlast in de omgeving.

Wijkschouw

Woensdag 15 mei 2013 van 16.00 tot 19.00 uur.

Meer info in De Brug en op de website.

Aanmelden via wijkbeheer@nijmegen.nl

of (024) 329 32 77.



pegasus

huisartsen + apotheek

SAMEN ONDER ÉÉN DAK
BETROKKEN EN BIJ U IN DE BUURT

Dommer van Poldersveldtweg 27+27a

Annemiek Hamers
Ellen Herberts
Radboud Meijerink
Huisartsen

www.pegasushuisartsen.nl

Emmy Keuper
Pascalie Kho
Apothekers

www.pegasusapotheek.nl



Fysiotherapie
Manuele therapie
Sportfysiotherapie
Bekkenfysiotherapie
Geriatricfysiotherapie
Lymfe-oedeemtherapie
Neurologie: Parkinson/CVA
Orthopedie
Oncologie
Longrevalidatie



Rozendaal/Nijmegen-Oost

*Ook in 2013 staan wij weer
helemaal voor u klaar!*

WINNAAR 'TOEGANKELIJKHEIDSPRIJS'
VAN DE GEMEENTE NIJMEGEN

Tooropstraat 212 6521 NZ Nijmegen (tegenover eetcafé de Grut)
www.fysioplusnijmegen.nl + dag- en avondbehandeling

024 - 323 04 24

Activiteiten in Oost

Onderstaand vind je alle activiteiten in Nijmegen-Oost. Wil je elke week de wijkagenda in je mail? Meld je dan aan voor de buurtmail op www.dewijkwebsite.nl. 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, Daalseweg 259a.

24 januari

Cursus T'ai Chi voor 50-plussers en mensen met beperkingen. Begint 13:00u. in de kapel van het OBG.

Albertinumlezing: Beelden van verlossing, door Prof. dr. Nico Schreurs. Informatie: Margot Niekus-Dormans, 024-3580175, e-mail: niekus-dormans@hetnet.nl; Ans Metz, 024-3228285. Begint om 20:00 uur.

25 januari

Prikkel-uur-dag. Wil jij gaan doen wat je écht wilt doen, maar komt het er niet zo van? Ik help je op weg! www.katjalinders.nl/diensten-katjalinders/prikkel-uur/ Begint om 09:00 uur.

3-daagse workshop over seksualiteit bij Atelier de Clou, 25-27 jan. Begint om 10:00 uur. www.declou.com.

26 januari

Tai Chi Centrum Nijmegen start cursus chikung in De Ark van Oost, Cipresstraat 154 Nijmegen. Begint 10:30 u. Info: 024-3232318. www.taichicentrumnijmegen.nl.

Kookdemonstratie Atag. Begint om 11:00 uur. www.peterskeukeninterieurs.nl

Expositie Anneke Kersten in Kerkje van Persingen. Zie ook weven.nl. Begint om 11:00u.

27 januari

Mis Van den Havestraat. Voor deze mis zijn alle bewoners van de Van den Havestraat speciaal uitgenodigd en zal er bijzonder voor hen gebeden worden. Begint om 10:30 uur. www.mariageboorte.nl.

Klankontspanning. Laat je meevoeren door de ontspannende klanken van o.a. klankschaal, (ocean)drum, ratels en stem. Info en aanmelding: info@praktijkmeander.nl of 06-23157790. www.praktijkmeander.nl. Jeanine van Weert. Begint om 11:00 uur.

Stemtraining, workshop
Je STEM vrij en creatief, vol zelfvertrouwen gebruiken! Info en opgave 06-22437602. Danielle de Moor. Begint om 13:30 uur. Plaats: Han Fortmanncentrum.

Theatervoorstelling
Een zelfgemaakte voorstelling over drie vrouwenlevens, gespeeld door hun dochters. Begint om 15:00 uur in het Vrijdagtheater. www.vrijdagtheater.nl

28 januari

inloopsprekkuur Mediation. Heeft u een verschil van inzicht of conflict en wilt u dit oplossen onder begeleiding? St Annastraat 291 Nijmegen, Tussen 10u en 12u. www.kleinhesselinkadvies.nl

Gespreksgroep COIL. Gesprekken over zaken die er toe doen. Doe mee en kom naar OBG. Wel vooraf aanmelden via info@obg.nu. Begint om 14:30 uur.

29 januari

Workshop 'Wat wil ik nou écht? En nu aan de slag! Kom jij maar niet op gang om te doen wat je echt wilt doen qua werk of onderneming? Meld je aan voor deze middagworkshop via www.katjalinders.nl. Begint om 13:30 uur.

30 januari

Cursus dansbeleving. 10 danslessen waarin genieten en bewustworden voorop staan. 10 lessen voor 75 euro. loes@avatar.nl/ 06-14317579. Begint om 19:30 uur.

Open Dag Sterredans. Komt u vandaag kennismaken met het onderwijs op Jenaplanschool de Sterredans? U wordt onder schooltijd rondgeleid door bovenbouw kinderen en u kunt u vragen aan het team stellen. U bent welkom tussen 9u en 12u30 uur op Ubbergseveldweg 97. www.sterredans.nl.

Atelier De Clou

Elke maandagochtend om 08.45 uur en woensdagavond om 19.00 uur meditatie met Evert vd Ven, Atelier de Clou, vrije inloop, Prins Hendrikstraat 7, voor exacte data: www.declou.com.

OBG

In het OBG zijn bijna dagelijks allerlei activiteiten zoals grand café, vrijdagavondsoos of rommelmarkt. Kijk in de agenda op de wijkwebsite voor het programma van vandaag. Meer info: www.oudburgerengasthuis.nl.

Hobbycentrum Nijmegen-Oost

In het Hobbycentrum Nijmegen-Oost kun je elke dag terecht voor zaken als edelsmeden, glas-in-lood, houtbewerken etc. Kijk in de agenda op de wijkwebsite voor het programma van vandaag. Meer informatie vindt u op: www.hobbycentrumnijmegenoost.nl.

Netwerkbijeenkomst (startende) ondernemers. Ontmoet andere ondernemers en maak kennis met ons concept. Met een quickscan lichten we je bedrijf door. Aanmelden via 06-38716783 voor 23 januari of mail naar info@klusmarketing.nl. Begint om 18:00 uur.

31 januari

Albertinumlezing: De verlossingsbehoefte onder kritiek. Zie verder 24 januari.

1 februari

NK Bowlingbalzitten. Gemakkelijk, leuk en snel geld en prijzen verdienen? Voor de eerste keer ooit! Een afvalrace waar je ballen voor nodig hebt. Info/aanmelden? roy@olround.nl. Begint om 18:00 uur.

Theatervoorstelling

Een zelfgemaakte voorstelling over drie vrouwenlevens, gespeeld door hun dochters. Begint om 20:30 uur. www.vrijdagtheater.nl.

4 februari

inloopsprekkuur Mediation. Zie 28 januari.

Lezing: Verbeter de wereld, geniet van je tuin. Tuinvrouw José Koster spreekt over hoe genieten van je tuin je helpt om je hart te openen. Toegangspreis 10 euro. Informatie en aanmelding: growingfoundation@gmail.com. Begint om 20:00 uur.

7 februari

Albertinumlezing: 'Verlossing uit verslaving' door Prof. dr. Gerard Schippers. Zie verder 24 januari.

8 februari

Vegetarische Stampotten
Kookworkshop waarin wij heel verschillende vegetarische stampotten gaan klaarmaken en opeten. www.kokenmetdominique.nl of bel 06-13079008. Begint om 18:00 uur.

13 februari

Mis met askruisje. Op aswoensdag start de vastentijd: veertig dagen voorbereiding op Pasen. Begint om 19:00 uur. www.mariageboorte.nl

14 februari

Albertinumlezing: De verlore mens, door Prof. dr. Wil Derkse. Zie verder 24 januari.

24 februari

Mis Ten Hoetdwardsstraat. Voor deze mis zijn alle bewoners van de Ten Hoetdwardsstraat speciaal uitgenodigd en zal er bijzonder voor hen gebeden worden. Begint om 10:30 uur. www.mariageboorte.nl

OBG komt bij je thuis

Als je door ziekte of handicap (tijdelijk) niet meer alles zelf kunt, staan de mensen van OBG voor je klaar. Ook als je in de wijk rondom het OBG-Dienstencentrum woont! Bij OBG kan iedereen van 55 jaar en ouder die woont in het gebied dat ligt tussen St. Annastraat, Groenewoudseweg, Heyendaalseweg en Fransestraat terecht voor zorg thuis. Dichtbij, menselijk en professioneel is de inzet van OBG gericht op het behoud van jouw zelfstandigheid. Welke zorgverlening en wanneer je die krijgt hangt af van jouw persoonlijke situatie en wensen en worden in onderling overleg bepaald. Mensen verzorgen is al meer dan vierhonderd jaar de kernactiviteit van OBG.

Ook voor onverwachte hulp

Of het nu gaat om verzorging, verpleging of begeleiding, OBG is altijd in de buurt en brengt wat je nodig hebt aan huis. Dat doet OBG voor iedereen die prettig en zelfstandig wil blijven leven en wonen. En dat doet OBG op de manier die je zelf kiest. Eigen regie staat bij OBG hoog in het vaandel. Uiteraard werkt OBG graag met vooraf vastgestelde tijden, maar ook als je onverwacht persoonlijke hulp nodig hebt, dan is OBG er voor je! Als het nodig is 24 uur per dag, 7 dagen per week.

Meer zekerheid met Alarm van OBG

Met het PAS-Alarmeringsysteem van OBG ben je ook aangesloten op de 24-uurs-service in geval je iets overkomt. Al jaren biedt OBG zo een groot aantal ouderen in Nijmegen-Oost de zekerheid van iemand achter de hand in geval van nood. Het is vaak net dat steuntje in de rug dat met name ouderen nodig hebben om langer zelfstandig te kunnen blijven wonen in de eigen, vertrouwde omgeving. Hoewel meestal nog goed van lijf en leden en prima in staat je eigen boontjes te doppen, biedt deze vorm van alarmering net even meer rust en zekerheid, vooral als je het klimmen der jaren begint te voelen. Lees meer over de voorwaarden van OBG-Alarmering en surf naar www.obg.nu.

OBG brengt mensen bij elkaar

Ontmoeting en contact zijn belangrijk voor ieder mens. In OBG is daarvoor volop ruimte. Je kunt er meedoen aan allerlei activiteiten, georganiseerd door ons of door andere organisaties die bij ons hun plek hebben. Ook wanneer je zelf iets wilt ondernemen, heeft OBG daarvoor de ruimte en faciliteiten, tot en met touchscreen en Wi-Fi. Voor ZZP'ers hebben we zelfs gratis flexwerkplekken. Informeer naar onze mogelijkheden. Natuurlijk is OBG er ook voor een kopje koffie en aanspraak. Grand Café De Borgerzaal is de hele week open. Bij OBG kom je bij elkaar.

Meer informatie?

Voel je je aangesproken door wat OBG jou of iemand in je omgeving kan bieden? Of heb je specifieke vragen? Bezoek onze website www.obg.nu of neem vrijblijvend contact op met een van onze medewerkers. Wij zijn je graag van dienst!

OBG, bij elkaar komen!

Activiteiten

Carnaval bij OBG

Op dinsdag 12 februari bezoekt Prins Carnaval met zijn gevolg OBG en jij bent daarbij vanaf 14:00 uur van harte welkom. Toegang gratis, Alaaf!!

Alzheimer Café

Iedere 3e dinsdag in de maand kun je terecht bij OBG als je meer wilt weten over de gevolgen van Alzheimer. Lotgenoten komen dan bij OBG bij elkaar om hun ervaringen te delen. Toegang gratis.

Maandoverzicht: www.obg.nu

Ruimte huren?

Ben je ZZP'er en op zoek naar een werkplek buitenshuis of heb je wel eens een zaal(tje) nodig? Bij OBG vind je het vast en zeker. Informeer naar de mogelijkheden of kijk op www.obg.nu



Køken



Wie verzorgt het eten?

Marja: drie à vier dagen per week

Eric: drie à vier dagen per week

Vis-Vlees-Vega?

Vis: twee keer per week

Vlees: drie keer per week

Vega twee keer per week.

Culinair erfgoed?

Oliebollen volgens moeders recept.

Wortel en ui-stamppot met griesmeelpudding en bessensap toe.

Op tafel (foto):

Frituurpan, enkel bestemd voor oudejaarsdag. Oude blauw-witte radio met de top 2000. En verder veel oliebolletjes en appel-flappen!

Altijd in huis en vaak gebruikt:

Melk, kaas en brood. Boterham met kaas is mijn ideale ontbijt.

Nooit op tafel:

Organvlees en kant-en-klare maaltijden.

Boodschappen:

Lidl, Aldi en Coop.

Volg en like ons op facebook "Køken".



Køken is een bijdrage van Helen Arenz (tekst) en Eugene Arts (beeld). Ze zijn nieuwsgierig en gepassioneerd voor alles dat met eten, drinken en gedrag te maken heeft. Zoals wat? Nou, alledaagse dingen: hoe klein geluk groot geluk is, hoe eten verbindt en natuurlijk hoe andermans keuken eruit ziet! Ze interviewen hiertoe mensen uit Nijmegen-Oost.

Oliebollen

Op de laatste dag van 2012 zijn we uitgenodigd om een oliebol te eten in de tuin van Eric Reijnen Rutten. Oudejaarsdag bakt hij de hele dag oliebolletjes en appelbeignets voor zijn gezin, familie en vrienden die allen even langskomen om het jaar in verbondenheid af te sluiten. Met die kennis zijn we extra blij dat wij mochten komen!

December is de tijd van oud-Hollandse zoetheit. Pepernoten, banketletters en oliebolletjes, zoet is de troost in donkere dagen. Voor de familie Reijnen Rutten geldt: "Wie in ons hart zit, krijgt lekkers!" En lekker zijn Erics oliebolletjes.

"Ik gebruik altijd oliebolletjesmix van Koopmans" vertelt Eric. "In mijn studentenkamer aan de Willemsweg, begon ik zelf op mijn dakterras te bakken. Toen ik nog thuis woonde, bakten mijn moeder ze in haar speciale zwarte frituurpan, gevuld met zonnebloemolie. Deze traditie betekende veel voor mij. Ik wilde dit gevoel doorgeven en de traditie voortzetten met mijn geliefden."

Terwijl we doorpraten, komen goede vrienden van Eric aan. Qader Shafiq en zijn vrouw Lilia Volkova, beiden niet geboren in Nederland. "Wanneer aten jullie je eerste oliebol?", vraag ik nieuwsgierig. Qader: "In het asielzoekerscentrum. Als ik iets nieuws proef, ga ik dit automatisch vergelijken met een gerecht uit mijn eigen land." "En? Hebben jullie ook oliebolletjes in Afghanistan", vraag ik door? "Ja, zeker weten!", antwoordt Qader. "Wij maken 'Khadjoor', speciaal voor feestelijke gelegenheden en soms als toetje." Lilia vertelt dat in Rusland 'loqma-jee' het meeste op onze oliebol lijkt. Na verder onderzoek blijkt dat in veel landen een soortgelijk gerechtje bestaat.

Er doen diverse theorieën de ronde over de oorsprong van de Hollandse oliebol. De aardigste is de verwijzing naar Germaanse stammen in het gebied dat later Nederland zou gaan heten. Zij zouden ten tijde van het Joelfeest, de periode tussen 26 december en 6 januari, oliebolletjes hebben gegeten. Volgens de Germanen zouden de godin Perchta en andere slechte geesten 's avonds rondwalen. Om deze geesten tevreden te stellen, werd voedsel geofferd, waarvan het meeste in gefrituurd deeg zat. Door het vet in de oliebolletjes zou het zwaard van Perchta van het lichaam glijden, waardoor diegenen die oliebolletjes gegeten hadden niet opengereten zouden worden.





FEMME VITALE

Bewegen op mooie muziek voor 40+

Start nieuwe cursussen

ER ZIJN NOG ENKELE PLAATSEN VRIJ

op de donderdag- en vrijdagochtend
van 9.00 - 10.00 uur

op de dinsdagavond van 19.15 - 20.15 uur
en op de woensdagavond 19.00 - 20.00 uur

Wij werken met kleine groepen
van 7 personen

aan de Holleweg 15, souterrain, Nijmegen

EEN PROEFLES IS MOGELIJK NA OVERLEG.

Meer info en opgave: www.femme-vitale.nl
of tel. 024 - 845 41 06 (Irene)

CITY HAIR SHOP

Dames-, heren-, kidssalon
en pruikenkamer

www.cityhairshop.nl

Daalseweg 3

6521 GE Nijmegen

Telefoon 024-360 24 71

DJ Swinging Maria

Disco - Soul - World Music - Salsa
06-18179904 | info@mariaengels.demon.nl

PAULCHARDON

Praktijk voor coaching en gestaltpsychotherapie

Door stil te staan...

kom je verder...

Wanneer je je steeds moe voelt, snel geïrriteerd bent of niet lekker in je vel zit...of het gaat niet goed op je werk of in je relatie...Maak dan een afspraak voor een kennismakingsgesprek.

ir. Paul Chardon - Lentse Schoolstraat 10 - Lent
tel: 06 41 16 02 70 - email: info@paulchardon.nl
www.paulchardon.nl - www.relatietherapienijmegen.nl

slim & GEZOND

NIEUW

QB LIPO II: het alternatief voor liposuctie!! Veilig, pijnloos en betaalbaar.

POWER SLIM: een eiwitdieetplan met persoonlijke begeleiding en advies, gegarandeerd resultaat.

ALOE VERA: een goede en natuurlijke ondersteuning voor uw immuunsysteem, ook zeer geschikt voor sporters

Klik op WWW.SLIMENGEZOND.NL of bel 06-17115667
U vindt ons aan de Hatertseweg 134 te Nijmegen



PIANOLES

Voor kinderen en volwassenen.

René Wolf
Paulus Potterstraat 24
tel.: 3441926
e-mail: quieto@chello.nl

epta EUROPEAN PIANO TEACHERS ASSOCIATION

OPROEP**We zoeken een cameraman- of vrouw!**

Onze cameraman Bas stopt helaas met zijn werk voor de wijkwebsite. Wie neemt het stokje van hem over? Je maakt af en toe korte filmpjes over dingen die in de wijk gebeuren. Je bewerkt en monteert zelf. Daarna bekijken wijkbewoners ze via de wijkwebsite of via ons Youtubekanaal. Doe je ook mee? We komen graag met je in contact via: redactie@dewijkwebsite.nl.

OPROEP**We zoeken een onderzoeksjournalist**

Vaak ontbreekt ons de tijd én de mankracht om wat dieper te duiken in wijkonderwerpen. En de onderste steen boven te krijgen. Daarom zoeken we iemand die het leuk vindt om zijn tanden te zetten in een actuele ontwikkeling in de wijk. Je bent kritisch én nieuwsgierig en in staat om in heldere taal een stuk te schrijven. We komen graag met je in contact via redactie@dewijkwebsite.nl.

WOUW

WOUW: Wijzer Ouder Worden, is in Nijmegen in 1988 opgericht. WOUW is een licht gesubsidieerde belangenorganisatie voor 50+ vrouwen die de mogelijkheid biedt zichzelf te ontplooiën en met andere vrouwen van gedachten te wisselen over zaken en problemen die de vrouw raken. Binnen WOUW ontmoet je vrouwen die de positieve waarden van het ouder worden erkennen en herkennen en die elkaar accepteren en respecteren. Door middel van themabijeenkomsten en cursussen proberen wij zoveel mogelijk vrouwen te bereiken. Deze zijn gratis te bezoeken. Aanmelding is niet nodig. Iedere eerste donderdag van de maand zijn de themabijeenkomsten in de Ark van Oost aan de Cypresstraat 154 te Nijmegen. Wij maken het programma zo gevarieerd mogelijk. Spiritualiteit, gezondheid, maar ook heel praktische onderwerpen komen aan de orde. Daarnaast is er ieder voorjaar en najaar een cursus. Tweemaal per jaar (in augustus en december) geven wij een nieuwsbrief uit, met daarin ons programma voor de komende maanden en een terugblik op de voorbije themabijeenkomsten. De WOUW groeit nog steeds. Dit is in een notendop de WOUW. Voor belangstellenden: u kunt bellen met Delia Penning: 024-3430362, of bezoek www.wouw-nijmegen.nl.

Uitreiking opgebracht geld B4Life Nijmegen ('Books for life') op zondag 10 februari

Plaats: Waarmakerij, Tooropstraat 117, Nijmegen

Books 4 Life Nijmegen maakt deel uit van een keten van tweedehands boekwinkels. Books 4 Life is in 2005 opgericht door twee Tilburgse rechtenstudenten. In de Books 4 Life-winkels worden boeken door vrijwilligers verkocht, waarna de opbrengst voor minimaal 90% naar goede doelen gaat.

14.00 Inloop + winkel open
 15.00 Pitch Stichting Mijnen Ruimen
 15.20 Pitch Stichting Partnership Ghana
 15.40 Pitch Kompas en Mengelmoes
 16.00 Stemmen
 16.30 Bekendmaken en uitreiking cheques.
 16.30 Borrel

De volgende projecten maken op zondag 10 februari kans op het opgebrachte geld:

Stichting Actiefonds Mijnen Ruimen

Het Actiefonds Mijnen Ruimen - AMR - is een stichting die geld inzamelt waarmee landmijnen en andere oorlogswapens in voormalige oorlogsgebieden in de Derde Wereld worden opgeruimd.

Waar het geld naartoe gaat:

- salarissen van mijnenuitruim(st)ers
- opleidingen van lokale mensen
- aankoop van materieel, bijv. een ambulance.

Meer info is te vinden op: www.actiefondsmijnenruimen.nl

**Stichting Partnership Ghana**

We zijn een kleine stichting en ondersteunen lokale projecten in Noord-Ghana uitgevoerd door de NGO Community Partnership for Youth and Women Development. Zij maken zich sterk voor de ontwikkeling van kinderen uit de dorpen rondom Tamale in Noord-Ghana. Meer info is te vinden op: www.partnershipghana.com.

Kompas en Mengelmoes

Dit Nijmeegse non-profit project is gericht op sociale activering en integratie in een programma dat visueel en praktisch is opgesteld. Een laagdrempelig project waar iedereen welkom is, ongeacht de culturele of sociale achtergrond of opleiding. Er worden nieuwe vriendschappen gesloten, het sociale netwerk wordt uitgebreid, de zelfredzaamheid wordt vergroot, men doet werkervaring op, men kan de Nederlandse taal spelenderwijs oefenen en men kan op deze manier een productieve bijdrage leveren. Meer info is te vinden op: www.kompasmenmengelmoes.nl.

T 06-22210675 www.praktijktinekenauta.nl

Praktijk Tineke Nauta

Haptotherapie

CranioSacraal Therapie

Vrouw en kracht

Galgenveld

Voortgang wijkbeheerplan 2012 | 2013

Stadsdeel Nijmegen-Oost



Dit hebben we gedaan in 2012:

- 1 Blijvende aandacht voor de omgeving van het nieuwe winkelcentrum Galgenveld aan de Molukkenstraat: parkeren, fietsklemmen en toegankelijkheid.
- 2 De vijver aan de Archipelstraat bij het Oud Burgeren Gasthuis wordt tweewekelijks schoongemaakt.
- 3 De parkeerdruk in de smallere straten van de Professorenbuurt is (nogmaals) onderzocht.
- 4 Onderhoud aan de Heyendaalseweg (vanaf nieuwe rotonde tot aan de Archipelstraat).
- 5 Verbeteren toegankelijkheid omgeving Oud Burgeren Gasthuis door aanpassen stoepen en op- en afritjes.
- 6 Onderzoek naar fietsveiligheid van kruising St. Annastraat/Fransestraat; conclusie geen aanpassingen; er is geen ruimte voor andere plek oversteeek fietsers.

Dit gaan we doen in 2013:

- 7 De vijver aan de Archipelstraat bij het Oud Burgeren Gasthuis wordt uitgebaggerd en verder hersteld.
- 8 Onderzoek naar wenselijkheid invoeren betaald parkeren in de professorenbuurt.
- 9 Afronden project rioolvervanging Javastraat (deels), Delistraat, Atjehstraat en Medanstraat.
- 10 Extra aandacht voor het parkeren bij het winkelcentrum Galgenveld aan de Molukkenstraat.
- 11 Continueren ondersteuning Werkgroep Javabos.
- 12 Blijvende aandacht voor speelplek Atjehstraat i.v.m. overlast.
- 13 Omvorming groenstrook tussen Archipelstraat en vijver.

Wijkschouw

Woensdag 4 september 2013 van 16.00 tot 18.00 uur. Verzamelen bij café Groenewoud, Groesbeekseweg 227. Vervoer per fiets. Aanmelden via wijkbeheer@nijmegen.nl of (024) 329 32 77.



Doorstart van de Wijkwinkel per 1 januari 2013 definitief

Nog juist voor de jaarwisseling heeft de gemeente met de beschikking over voortgezette financiering van het dienstverband van onze vaste, betaalde medewerkster officieel de weg vrijgemaakt voor de doorstart van de Wijk- en ook de Rechtswinkel per 1 januari 2013. Voorts zijn nu voldoende gelden bijeengebracht en toegezegd om grotendeels in de exploitatiekosten van 2013 te voorzien.

Ingezonden door Anneke Driessen

Foto's: Jasper de Glas

Wij hebben dit succes alleen kunnen bereiken dankzij de steun van velen van binnen en ook buiten de wijk. Onze dank gaat vooral uit naar Eric Hendriks van de Wijkkrant en Wijkwebsite, onze adviseur vanaf het eerste begin, en naar alle goede gevers, groot en klein.

Het NIM en de RIBW waren onze eerste grote steunpilaren en sponsors. Daarna volgden Woningbouwstichting De Gemeenschap, Standvast Wonen, toch nog de gemeente - zij het eenmalig - en het Inter-lokaal met royale bijdragen. Tevens werden met succes diverse fondsenwervingsacties in de wijk gevoerd en werd door een projectvrijwilligster voor ons een website gebouwd: nu te vinden onder de naam www.swno.nl, maar in het nieuwe jaar vanwege de nieuwe situatie ook onder de nieuwe naam: www.oosthart.nl. Wij zetten dan ook onze laagdrempelige dienstverlening voort op het vertrouwde adres Daalseweg 259a. U kunt op ons inloopspreekuur terecht met al uw vragen en vindt er een luisterend oor. Mochten wij het antwoord niet kunnen geven, dan verwijzen

we u zo gericht mogelijk door. Wij werken daarbij nauw samen met de Rechtswinkel, die eigen spreekuren houdt in hetzelfde pand, en met deskundige vrijwilligers op de terreinen van belastingen en verzekeringen. Desgewenst kunt u ook een afspraak maken voor het speciale belastingspreekuur.

Voorts vullen wij op uw verzoek formulieren in, schrijven wij brieven en gaan wij u vanaf het nieuwe jaar helpen met het doorzoeken van de Entree-website. Daarnaast kunt u bij ons terecht voor folders van de overheid, voor de Wijkkrant en andere bladen, en voor promotiemateriaal van personen en instellingen in de wijk. U kunt ook uw eigen informatie-materiaal bij ons achterlaten of gebruik maken van onze beide etalages om uw doelstellingen en activiteiten breder onder de aandacht te brengen. De Wijkwinkel ligt aan een drukke doorgangsroute met veel passanten, midden in het winkelhart van Nijmegen-Oost.

Omdat wij dit jaar geen structurele subsidies meer ontvangen en zelf in onze exploitatiekosten moeten voorzien, gaan er wel enige dingen veranderen. Voor het belastingspreekuur en de diensten van andere gespecialiseerde adviseurs gaan wij voortaan kleine bijdragen vragen, afhankelijk van uw inkomen. U wordt daarover vooraf in de winkel en ook op onze website geïnformeerd. Ook willen wij onze ruimten buiten de openingstijden gaan verhuren voor spreekuren of vergaderingen en gaan wij voor het gebruik van onze etalages voor commerciële doeleinden huur vragen. Alle overige dienstverlening en ook de spreekuren van de Rechtswinkel blijven gratis, maar wij zullen u wel in de gelegenheid stellen om een vrijwillige



bijdrage te geven in onze collectebus. Voorts zijn wij voornemens zo spoedig mogelijk te gaan beginnen met spreekuren in de ochtenden. Over de details daarvan zult u bijtijds worden geïnformeerd via Wijkkrant, Wijkwebsite en onze eigen website.

De verruiming van onze openingstijden houdt ook verband met onze toekomst op langere termijn. Recent heeft de gemeenteraad besloten tot de oprichting per 1 januari 2014 van laagdrempelige steun- en informatiepunten - kortweg stip's - in elke wijk. De bedoeling is dat de Wijkwinkel het "stip" gaat worden in Nijmegen-Oost, mogelijk samen met andere locaties in de wijk. De plannen hiervoor moeten nog worden uitgewerkt. De gemeente heeft het Inter-lokaal daarmee belast.

Mogelijk gaat er in het komende jaar in de Wijkwinkel nog meer veranderen, maar ook daarover zult u bijtijds worden geïnformeerd. Het komende jaar wordt hoe dan ook een overgangperiode, een tijd met veel dynamiek en verandering. In de wijk bruist het al van initiatieven om de gemeenschapszin en onderlinge solidariteit in deze tijden van bezuinigingen te vergroten. Wijkbewoners met een creatieve geest of ideeën die met ons willen meedenken en de nieuwe toekomst mee willen helpen vormgeven, zijn van harte welkom. Mocht u daarin een uitdaging zien en ons met raad en daad willen bijstaan, meldt u zich dan bij ons aan.

Hopelijk spoedig tot ziens in de Wijkwinkel.

Stichting Wijkwinkel Nijmegen-Oost
Adres: Daalseweg 259 a, 6521 GK Nijmegen
T. 024 – 322 83 12

E. wijkwinkel.oost@12move.nl

W.www.swno.nl, wordt: www.oosthart.nl
inloopspreekuur: 's middags op elke werkdag van 13.30 tot 17.00 uur,

bankrelatie: ING, gironummer 51 61 509



**Begin het
jaar met:
goed zicht
een heldere *blik*
scherp zien**

Kom naar:

Geerling
optiek
kwaliteit voor ogen

Dé opticien in uw buurt

Daalseweg 9, Nijmegen

Tel. (024) 323 09 17

www.geerlingoptiek.nl

De vergoeding van uw verzekering kan veranderd zijn. Wij kunnen nakijken of u dit jaar nog recht heeft op vergoeding van uw verzekering.

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

Inmiddels een begrip in Nijmegen-Oost

Gespecialiseerd in:

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

Tijdens de wintermaanden een aantrekkelijke korting op al uw binnenschilderwerk.

Bel voor een vrijblijvende offerte.

Overdag: tel. 06-53607920 / 's Avonds: tel./fax 024-3240511

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

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

Uitgeleide

Deskundige en persoonlijke
begeleiding na een overlijden

(ook indien u elders verzekerd bent)

Margreet Mattijssen

Dag en nacht bereikbaar



06 - 486 91 416

www.uitgeleide.nl

Altrade

Voortgang wijkbeheerplan 2012 | 2013

Stadsdeel Nijmegen-Oost



Dit hebben we gedaan in 2012:

- 1 Herinrichting parkeervakken van Heutzstraat. Hierdoor is duidelijk waar men kan parkeren en meer parkeervakken.
- 2 Groot onderhoud Prins Bernhardstraat/Coehoornstraat inclusief fietspad.
- 3 Herstellen en open houden van het groen in het Julianapark (tegengaan overlast).
- 4 Inrichten Groene Parel Van Beethovenstraat/Bachstraat naar ontwerp en in samenwerking met bewoners.
- 5 Inrichten binnentuin 'Het Hofje' Daalsehof naar ontwerp en in samenwerking met bewoners.
- 6 Herstellen belijning Daalseweg ter hoogte van de parkeerplaats van de supermarkt.

Dit gaan we doen in 2013:

- 7 Herinrichting naar aanleiding van vervanging riool in de Frans Halsstraat.
- 8 Herinrichting naar aanleiding van vervanging riool in de Rembrandtstraat (deels).
- 9 Vervolg inrichting binnentuin 'Het Hofje' Daalseweg in samenwerking met bewoners.
- 10 Evaluatie en eventuele aanpassingen betaald parkeren in de Mozartbuurt.
- 11 Herinrichting pleintje Beijensstraat/Daalsedwarsweg naar ontwerp en in samenwerking met bewoners.



Wijkshow

Woensdag 3 april 2013 van 16.00 tot 18.00 uur. Verzamelen voor Wijkcentrum Daalsehof 2. Vervoer per fiets.
Aanmelden via wijkbeheer@nijmegen.nl of (024) 329 32 77.

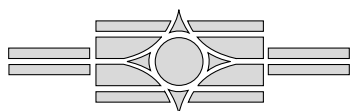
Meer informatie: www.nijmegen.nl/wijken



NMGNcentrumoost



Nijmegen Centrum Oost



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

Boekhouder of administratiekantoor?



Administratiekantoor Nijmegen-Oost
Diepenbrockstraat 23, 6523 AG Nijmegen
Tel. 024-8444839 / 06-31777523
www.administratiekantoor nijmegenoost.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

Henry's Behangersbedrijf

VOOR AL UW BEHANGWERK

**Vinyl - patroon
glasweefsel - pipbehang**

Voor betaalbare prijzen: 06 533 95 661

ZONDER ZORGEN OP REIS!

**GRATIS
ACCU-
CONTROLE**

**CATSHOEK
HEEFT AL
ACCU'S
VANAF €39,-**

Catshoek is gespecialiseerd in accu- en aircocontrole van auto's, motoren, scooters, campers, caravans, scootmobiel, golfcars, schroefmachines, hoogwerkers, boten en ga zo maar vrolijk door! Want bij Catshoek weten ze gewoon verdraaid veel van accu's. En airco's! :-)



CATSHOEK
DE ACCU-SPECIALIST

Coehoornstraat 71
Nijmegen
(024) 3222415
www.catshoek.nl

Een verborgen zangstudio aan de Postweg

Je zou het niet verwachten, maar op Postweg 47a -in de achtertuin van de voormalige wasserij de Vlinder aan de Dommer van Poldersveldtweg- is een kleine kunstenaarskolonie gevestigd. De werkplaats - waar vroeger een bedrijf van grafmonumenten was gevestigd - biedt nu onderdak aan twee beeldend kunstenaars, een zangeres en een zangpedagoge. Een trouwe lezeres van de Wijkkrant tipte mij voor een interview met Anja in haar zangstudio 'Anja Kwakkestein' aan de Postweg. Deze ruimte van zeventig vierkante meter huurt ze sinds een jaar of acht.

Door Marjon Spoorenberg
foto: Kees Spoorenberg

Artistiek milieu

Anja groeide op in een milieu van muziek, dans en film. Haar opa's waren dirigent, haar broer studeerde - net als Anja - aan het conservatorium en haar zus is actrice en regisseuse. Anja gaf het stokje ook weer door aan haar kinderen: haar oudste zoon speelt saxofoon en haar jongste zoon speelt harp. "Toen ik op mijn twaalfde jaar het liedje 'Ben' van Michael Jackson hoorde, wist ik dat ik zangeres wilde worden. Ik neuriede de hele dag dat liedje en bij de weekafsluiting op school wilde ik ook telkens dat liedje zingen. Het was zelfs zo erg dat mijn klasgenootjes verzuchtten: "Hè toch niet weer!". En toen Michael Jackson een paar jaar geleden overleed moest ik echt een traantje wegpinken", verklaart Anja haar beroepskeuze. Toch koos Anja niet voor popmuziek, maar ging ze klassieke muziek studeren aan het conservatorium in Enschede en Amsterdam en werd operazangeres. Behalve opera zingt zij tegenwoordig ook lichte muziek en musical.

Les Etoiles

Vijftien jaar geleden begon Anja met een koor: 'Les Etoiles', een vrouwenensemble. "We begonnen met acht vrouwen, maar nu telt het koor al dertig vrouwen in de leeftijd van 21 tot 65 jaar. Geschoolde stemmen met een unieke koorklank, want ze hebben allemaal les gehad volgens de zangmethode EVT (Estill Voice Training)", vertelt Anja enthousiast. Mijn oren klapperen bij deze zangmethode en daarom gaat Anja er eens goed voor zitten om mij uit te leggen wat het inhoudt.

Estill Voice Training

"EVT ontstond twintig jaar geleden in Amerika. Vroeger werd tijdens zanglessen veel gebruik gemaakt van metaforen: 'je zingt over een roos, probeer dan die roos te ruiken', om

madocente en een dansdocente geeft Anja daar les aan iedereen om zingen, dansen en acteren te combineren. "Het is ook een heel geschikte vooropleiding voor zang- of musical-vakopleiding", legt Anja uit.

"Het is strottenhoofdgymnastiek"

zo een bepaalde techniek te trainen. Je werd ook alleen opgeleid voor één specifieke zangstijl: klassiek of jazz of modern enz. Bij EVT kijk je naar wat er met je spieren gebeurt als je zingt. Met behulp van spieroefeningen leer je om speciale zangstijlen te zingen, zodat je dus zowel klassiek, jazz als popmuziek kunt zingen. Het is strottenhoofdgymnastiek waardoor je een groter ar-

Muziektheater Focus is gevestigd op de Wedren in Danscentrum Vermeulen.

Concert

Het vrouwenkoor Les Etoiles is een concert aan het voorbereiden met werken van Ralph Vaughan Williams: 'Folksongs of the Four Seasons'.

"Keltische muziek bewerkt door een klassieke



tistisch kleurenpalet krijgt."

Inmiddels hebben vijftien mensen in Nederland een EVT-diploma, er is ook een computerprogramma van deze methode waarin allerlei oefeningen zijn voorgeprogrammeerd. U kunt zich opgeven voor cursussen van zes avonden of middagen om deze techniek te leren kennen. Niet alleen mensen die goed willen leren zingen, maar ook sprekers, onderwijzers en logopedisten kunnen bij Anja les krijgen volgens de EVT-methode.

Muziektheater Focus

Anja richt zich niet alleen op volwassenen, maar ook kinderen en jongeren in de leeftijd van 10 tot 20 jaar kunnen bij haar terecht in muziektheater Focus. Samen met een dra-

componist en begeleid door pianiste Linda Bouman", vat Anja het concert samen, dat op zaterdag 2 februari wordt uitgevoerd in de Boskapel, Graafseweg 276 (aankomst 20.00 uur) en zondag 3 februari in de Antonius van Paduakerk, Groesbeekseweg 96 (aankomst 15.00 uur). "Wat je er wel bij moet vertellen", zegt Anja, "is dat het slotlied in het begin aangeleerd wordt aan het publiek, zodat het publiek het lied mee kan zingen. Mensen krijgen zo een gratis zangles."

Hiermee beëindig ik dit gesprek met deze veelzijdige en inspirerende zangeres!

Ben je geïnteresseerd in de zanglessen van Anja en/of in muziektheater Focus, stuur dan een mail naar: anja.kwakkestein@online.nl.

de Zonnebank

Zonnestudio Nijmegen

Sessie van 10 keer zonnen bij ons voor € 60,- elders 100 euro

voor meer
informatie
bel!

€2,-
per 5 m



06 811 473 05

Lekker zonnen onder een nieuwe powerzonnebank vanaf € 2,00 per 5 minuten

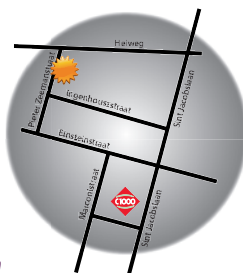
Openingstijden De Zonnebank

maandag van 10.00 tot 20.00 uur

dinsdag, donderdag en vrijdag van 10.00 tot 20.00 uur

woensdag gesloten, zaterdag van 9.00 tot 17.00 uur

zondag van 12.00 tot 17.00 uur



Gratis parkeren!

Ons pand is rolstoel- en rollatorvriendelijk!

Pieter Zeemanstraat 1a 6533 NZ Nijmegen Telefoon 06 811 473 05

THIEME LOODS

AAN HET THIEMEPARK IN BOTTENDAAL NIJMEGEN

- een podium voor uitvoeringen en repetities
- ruimte voor tentoonstellingen/exposities
workshops/trainingen
optredens/bijeenkomsten/debatten/vergaderingen
besloten festiviteiten (zonder overlast)
Kortom een bijzondere ruimte met
dito uitstraling en mogelijkheden.
- per dag(deel) te huur
- adres: leemptstraat 30 nijmegen

WWW.THIEMELOODS.NL

RESERVEREN@THIEMELOODS.NL

Vakantie aan het plannen?

CO-BUS buscamper verhuur, Nijmegen



Arnold van Wissen

(m) 06 49119396 (i) www.co-bus.nl
(e) info@co-bus.nl

Onze compleet ingerichte Globecar
en Pössl 2Win buscampers

zijn te huur voor een heerlijk ontspannen tijd.

Laat u verrassen en kijk op onze website www.co-bus.nl
voor foto's en meer informatie.

Zorg-voor-organisatie

ZORG VOOR GOEDE ORGANISATIE IS EEN ZORG MINDER

Zzp'er

- Advies en ondersteuning bij 't opzetten van
een bedrijf en administratie

Particulier

- Opstellen van 'n dossier over belangrijke zaken
voor naasten & nabestaanden
- Administratieve afhandeling nalatenschappen
- Ordenen van foto's/bestanden op de computer en thuiswerkplek
- Administratieve ondersteuning voor ouderen

Bedrijf of instelling zie informatie op de website.

Heleen Ariëns

(m) 06 12403209
(e) hee-ariens@live.nl

www.zorg-voor-organisatie.nl

Zie ook mijn profiel op LinkedIn



eindelijkzon
uw groene investering

Uw energierekening blijvend omlaag met zonnepanelen

**Snelle beslissers profiteren
van de gemeentesubsidie
en installeren al dit voorjaar**

Max.
1000 euro
subsidie per
installatie

EindelijkZon

- levert goede producten tegen een aantrekkelijke prijs
- geeft persoonlijk advies
- regelt alles voor u



eindelijkzon

Onze installatiepartner in de
regio Nijmegen:

JWR elektrotechniek



T 085 - 40 11 837 info@eindelijkzon.nl www.eindelijkzon.nl



Rechtswinkel
Nijmegen-Oost

De economische crisis. Iedereen heeft er last van. Zo ook uw werkgever. Er zijn al enkele werknemers ontslagen, maar u heeft uw baan gelukkig mogen behouden. Dan ziet u dat uw werkgever uw salaris van de afgelopen maand niet heeft betaald. Nu begint u zich toch wel zorgen te maken. Uiteindelijk blijkt dat uw zorgen terecht waren: uw werkgever is namelijk failliet verklaard! U schrikt hier natuurlijk ontzettend van. Als kostwinner is het hele gezin afhankelijk van u. U hebt zo hard gewerkt, maar krijgt u uw salaris nu dan helemaal niet meer? En van de gedachte om werkloos te worden, wordt u al helemaal wanhopig.

Ingezonden door Julie van den Wildenberg

Wat zegt het recht?

Over uw salaris hoeft u zich niet meteen zorgen te maken. U kunt namelijk een uitkering wegens betalingsonmacht aanvragen bij het UWV. Deze kunt u aanvragen in de volgende vier gevallen: uw werkgever is failliet verklaard, aan uw werkgever is uitstel van betaling (surseance) verleend, op uw werkgever is een schuldsaneringsregeling van toepassing of er is een andere omstandigheid waardoor uw werkgever u niet betaalt, bijvoorbeeld als uw werkgever verdwenen of onbereikbaar is. De uitkering wegens betalingsonmacht houdt in dat het UWV uw loon gaat betalen in plaats van uw werkgever. Het UWV betaalt uw loon over de periode waarin uw dienstbetrekking ondanks de betalingsonmacht doorloopt. Daarnaast verzorgt het UWV uw loon gedurende de opzegtermijn. De opzegtermijn is de termijn vanaf het moment van opzegging van uw contract tot het moment waarop uw dienstverband daadwerkelijk eindigt. Deze termijn is afhankelijk van de duur van uw arbeidsovereenkomst. Er geldt

echter een maximum voor de uitkering: het UWV betaalt uw loon maar voor maximaal 13 weken tot aan de opzegdatum door. Daarnaast betaalt het UWV uw loon door tijdens de opzegtermijn tot maximaal 6 weken vanaf de datum van opzegging. Om recht te hebben op deze uitkering moet u, als het u duidelijk is geworden dat uw werkgever uw loon niet heeft betaald, binnen een week daarvan aangifte doen bij het UWV.

Een failliete werkgever betekent niet automatisch dat u op straat komt te staan. Er zal namelijk een curator worden benoemd die de mogelijkheden tot voortzetting van het bedrijf onderzoekt.

Het kan zijn dat de curator u vraagt om voor het bedrijf te blijven werken. U kunt besluiten om aan dit verzoek te voldoen, maar als werknemer van een failliete werkgever kunt u er ook voor kiezen om zelf de arbeidsovereenkomst op te zeggen. Ziet de curator echter geen verdere voortzettingsmogelijkheden voor het bedrijf, dan zal hij u waarschijnlijk ontslaan. Normaal heeft uw werkgever hiervoor een ontslagvergunning van het UWV of toestemming van de kantonrechter nodig, maar de curator heeft alleen toestemming van de rechter-commissaris nodig. Als de curator u wilt ontslaan dan moet hij hierbij de opzegtermijn aanhouden die volgens uw contract geldt, maar met een maximum van 6 weken.

Stel dat het ergste scenario zich voordoet. De curator ziet geen mogelijkheden tot voortzetting van het bedrijf en ontslaat iedereen. Het einde van de opzegtermijn nadert, maar u hebt nog steeds geen nieuwe baan gevonden. Dan

nog hoeft u niet bang te zijn dat u en uw gezinsleden in geldnood komen. Indien u namelijk wel gewoon beschikbaar bent voor nieuw werk, kunt u waarschijnlijk een uitkering vanwege werkloosheid na ontslag (een WW-uitkering) aanvragen.

Omdat de omstandigheden per geval verschillend zijn, is het altijd verstandig om eerst juridisch advies in te winnen. Bungelt uw werkgever op het randje van failliet verklaard? Kom dan langs bij de Rechtswinkel met al uw vragen. We helpen u graag verder!

Mijn baas failliet, wat nu?!

Gratis advies

Heeft u ook een juridisch probleem? De medewerkers van Rechtswinkel Nijmegen-Oost staan voor u klaar! Wij geven gratis juridisch advies en zoeken uw zaak tot op de bodem uit. Daarnaast kunnen wij u helpen bij het opstellen van brieven of contact opnemen met de instantie waarmee u moeilijkheden ervaart. U bent van harte welkom op een van onze spreekuren. Een afspraak is niet nodig en iedereen die op tijd in de wachtkamer plaatsneemt, wordt geholpen. Aarzel niet, maar leg uw vragen voor aan onze juridische adviseurs! Meer informatie kunt u vinden op: www.rechtswinkelnijmegen.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.rechtswinkelnijmegen.nl

MIK
www.studiomik.nl



Kleine advertenties

Als ondernemende wijkbewoner kun je per nummer één gratis advertentie plaatsen. Je plaatst je advertentie (dus niet mailen!) op www.dewijkwebsite.nl. Dan komt dit automatisch in de Wijkkrant. Geen internet? Lever je advertentie dan in bij de Wijkwinkel aan de Daalseweg 259a. Wil je elke week de nieuwste advertenties in je mail? Meld je aan voor de buurtmail: www.dewijkwebsite.nl

Antiquariaat Verzameld Werk In/verkoop bijzondere boeken of gehele bibliotheken. 06-27526843 of antiquariaatverzameldwerk.nl.

Meubelrestauratie Houtworm? Schoonmaken of oppeppen van uw meubel? Bent u op zoek naar oude ladegrepen of mooie oude knoppen voor op een kastje of een lade? Of zoekt u fotolijsten & schilderijlijsten? Atelier Restauratie & Decoratie tel. 06-25590886. m.vanrosmalen@planet.nl

Geleide meditatie en gezamenlijke stilte Op dinsdag en donderdag van 08:00 tot 08:45u. Vrijwillige bijdrage. Cursus 'Relax, Nothing is under Control!' aandachtsoefeningen, meditatie, speelt en vrij bewegen. van 10.00 tot 12.00u. op dinsdag 5, 12, 19 en 26 februari en 5 maart. € 100,- (€ 80 voor minima) 024-3238171 www.vonck-coching.nl.

Fijn! Ontspannende zwangerschapsmassage, 0624903472 www.fijnontspanning.nl

Pijntherapie Loop je met pijn rond? En wil je ervan af? Vrij onbekende, pijnloze therapie, misschien binnen 3 tot 5 behandelingen van de pijn af. 06-24555359 pijnvrij-nijmegen.nl Ook aan huis.

Vanaf februari organiseren we weer **wijnproeverijen** op uw of onze locatie. bv. kookgroepen: ieder stelt een gerecht voor, wij verzorgen de bijpassende wijnen. kosten op aanvraag. hjp.balter@12move.nl 024-3605080 / 06-27005008

De werkgroep Margriet zoekt specialisten die pro deo willen ondersteunen, bijv: juridische zaken, politiek, communicatie, fondsenwerving etc. Ook leden gezocht die een actieve rol willen spelen in de werkgroep. margrietenijmegen@gmail.com

Expositieruimte te huur Studio 104 - ook te huur voor div. creatieve uitingen per weekend of

dag(deel). Schuin tegenover het Gemaal. 06-18538568

'Is er meer?' (alphacursus) Een vrijblijvende kennismaking met het christelijk geloof. Tien weken samen eten en uitwisselen over thema's. Cursus is gratis, vrijwillige bijdrage voor de maaltijd. 06-47758506 (na 18.00 uur)

Uitvaartverzorging Wanneer je te maken krijgt met verlies... Margreet Mattijssen voor persoonlijke begeleiding en ondersteuning bij het afscheid en het vormgeven van de uitvaart. www.uitgeleide.nl 06-48691416

Bereikt u in 2013 een bijzondere leeftijd en wilt u een mooi feest geven? Wilt u niet ondergedompeld worden in "leuke stukjes", maar voor uzelf EN al uw gasten een **geslaagd feest**? Kijk op www.muziqueest.nl of bel Simone Kiebosch: 06-15500129.

In het voorjaar houd ik weer kosteloze **lezingen natuurgeneeskunde** over de Ayurveda aan de prof. Molkenboerstraat 30A (centrum Surya). Ook weer uitgebreide en persoonlijke voedingsadviezen. Robert Swami Persaud, www.ayurveda-center.com

Loop je al langer tegen dezelfde dingen aan? Voel je je moe of onzeker? Kom dan eens vrijblijvend op gesprek bij **Krachtsmens counseling**. We bekijken samen hoe jij weer in je kracht komt! www.krachtsmens.nl

Bij de Sjalot hebben wij deze maand het **3-gangen vega-menu** met Pompeincurry in de aanbieding. Homemade humus vooraf en als toetje een heerlijke hangop met honing en noten. Deze maand voor maar 22,50! www.sjalot@restaurant-sjalot.nl

Hondenuitlaatservice Woof To Go: individuele wandelingen op Maat. Geheel afgestemd op de behoeftes van uw hond. Speciale aandacht voor oudere en zieke honden, diervoorzorging aan huis. wooftogo@gmail.com / telnr: 06214 20066

Korte cursus modelschilderen/tekenen Het model zit de hele avond in 1 stand. Voor gevorderden & beginners. 5 lessen €90 ex materiaa. Bij u in de buurt in een gezellig atelier met een kleine groep. www.atelierrhde.nl voor de precieze data en tijden.

Begin februari beginnen nieuwe **weerbaarheidstrainingen voor kinderen** 8-12 jaar. 0644746914 www.pepniijmegen.nl

Koor Oosterburen heeft plek voor nieuwe leden. Iedere donderdagavond van 20.30-22.00 uur in wijkcentrum Daalsehof. Meer info: www.dewijkwebsite.nl/profiel/oosterburen

Op 24/1 start in samenwerking met de GGD Nijmegen de cursus **T'ai Chicursus voor 55-plus** in het OBG. 10 lessen tot 4 april. In beweging blijven op een ontspannen, rustige manier 024-323453

Mijn naam is Jeroen Westen en ik ben naast grafisch vormgever sinds 2008 ook actief als klusser. Voor al uw **tuinklussen & klussen binnenshuis**. 06 22 97 52 21 www.klusbedrijfwesten.nl

Verantwoordelijkheid nemen voor uw **eigen gezondheid**? Met de Avalon ELA energy healing en/ of voedingsadvies. Ook kunt u bij mij terecht met Nieuwwetijds kinderen (ADD, ADHD, Asperger, PDD-NOS, autisme) www.SuziQi.nl

In Atmosfeer geeft Jacqueline **yogalessen** op maandag, woensdag en donderdag. Lessen vol beweging; stilte; meditatie... verdiep je in het dagelijks leven; in jezelf! www.atmosfeer.net 06-36057919

Cursus dansbeleving in Grote Broer. 10 lessen op woensdagavond, vanaf 30 januari (half 8-half 9). 75 euro. info en aanmelden: loes@avatar.nl 0614317579

Heerlijke ayurvedische massage met warme, geneeskrachtige Indiase kruidenolie geeft diepe ontspanning, reiniging en vitaliteit. 3241737 eva-hartmann@versatel.nl

Workshop Klankbalans, 2 februari Stem, dans, klank, energie. 'Ont-moeten in de stilte van de klank.' O.l.v. Zwaan de Vries (stem-, dansexpressie, energiewerk) met medewerking van muzikant Clive Burill. Mannen gevraagd. Woensdagmiddag in De Ark. Ontdekken van je stem in de groep en individueel. 0243231252

Individuele **hondenuitlaatservice** Solo wandelt individueel met alleen uw hond(en) in Nijmegen-Oost e.o. Kleinschalig en flexibel, met optimale aandacht en tijd voor uw hond. 06-26 806 500 www.hondenuitlaatserviceSolo.nl

Gun jezelf een ontspannen **voetreflextherapiebehandeling**, stimuleert het zelfgenezend vermogen van je lichaam, voor €35 p/u. Ubbergseveldweg 15, www.alicedebie.nl 024-388826

"Ken je Stem, ken jezelf" workshops 2 zondagmiddag 27-1 en 24-2, Je Stem is jouw unieke "instrument" om mee te communiceren en anderen "te raken" in hun hart..en jezelf! 06-22437602 stemvormingdemoor@gmail.com

Pedicure, lid v/d Provoet komt ook bij u thuis. Basis voetbehandeling 21 euro, benen harsen 15 euro. 06-45780068 of mail naar footcare4all@ymail.com

Gun jezelf een **prikkel-uur!** Na dit uur ga je vol frisse moed en plannen jouw eigen weg. info@katjalinders.nl www.katjalinders.nl

Huiswerkbegeleiding Gesprekken met ouders en hun kind voor het behalen van betere cijfers op school. Thomas Harm pedagoog, 024 3222265. T.Harm@fo.nl

Verf op lijnoliebasis. Milieubewuster, zeker niet duurder en langer houdbaar dan verf met chemicaliën. 06-53885685 www.michieldeecoschilder.nl

Heleen Holland helpt kinderen en jongeren die een **verlies** ervaren in hun leven (overlijden, echtscheiding, adoptie of verlies van gezondheid). 06-15559194 www.heleenholland.nl

Computerhulp bij (basis)kennis met uw computer tegen vergoeding, ik kom bij u thuis. tel: 06-26522388 loekdekok@gmail.com

Wil je graag **Nieuw-Grieks** leren schrijven, lezen en converseren? Dat kan bij mij op de Fransestraat. Ik heb 26 jaar in Griekenland gewoond 0615821110. jessicabegheyn@live.com

Timmerman in prépensioen, voor al uw timmer- en schilderwerk b.v. aftimmerwerk, hang- en sluitwerk, schuttingen plaatsen, etc. ruime ervaring in onderhoud van woningen (45 jaar) 0610572021 riedema@online.nl

Kindertherapie Valeska Hoondert. In mijn Praktijk voor Ontwikkelingspsychologie en Integratieve Kindertherapie bied ik hulp aan kinderen met problemen op emotioneel, sociaal of gedragsmatig gebied. 06-31504963 www.kindertherapie-valeska.nl

6 lessen Healing Tao ,Chi Kung, Meditatie: vergroot je vitaliteit en levensvreugde! Open les: 13 februari 13.30 15.00 (€7.50). Start cursus: 6 maart 13.30-15.30 (€95.-). Adres: Limoslaan 10. Info/ aanmelden: C. Meienhofer 026-37 96 690/J. Hartman 024-35 51 970. www.creatievetaotraining.nl

Groenewoud

Voortgang wijkbeheerplan 2012 | 2013

Stadsdeel Nijmegen-Oost



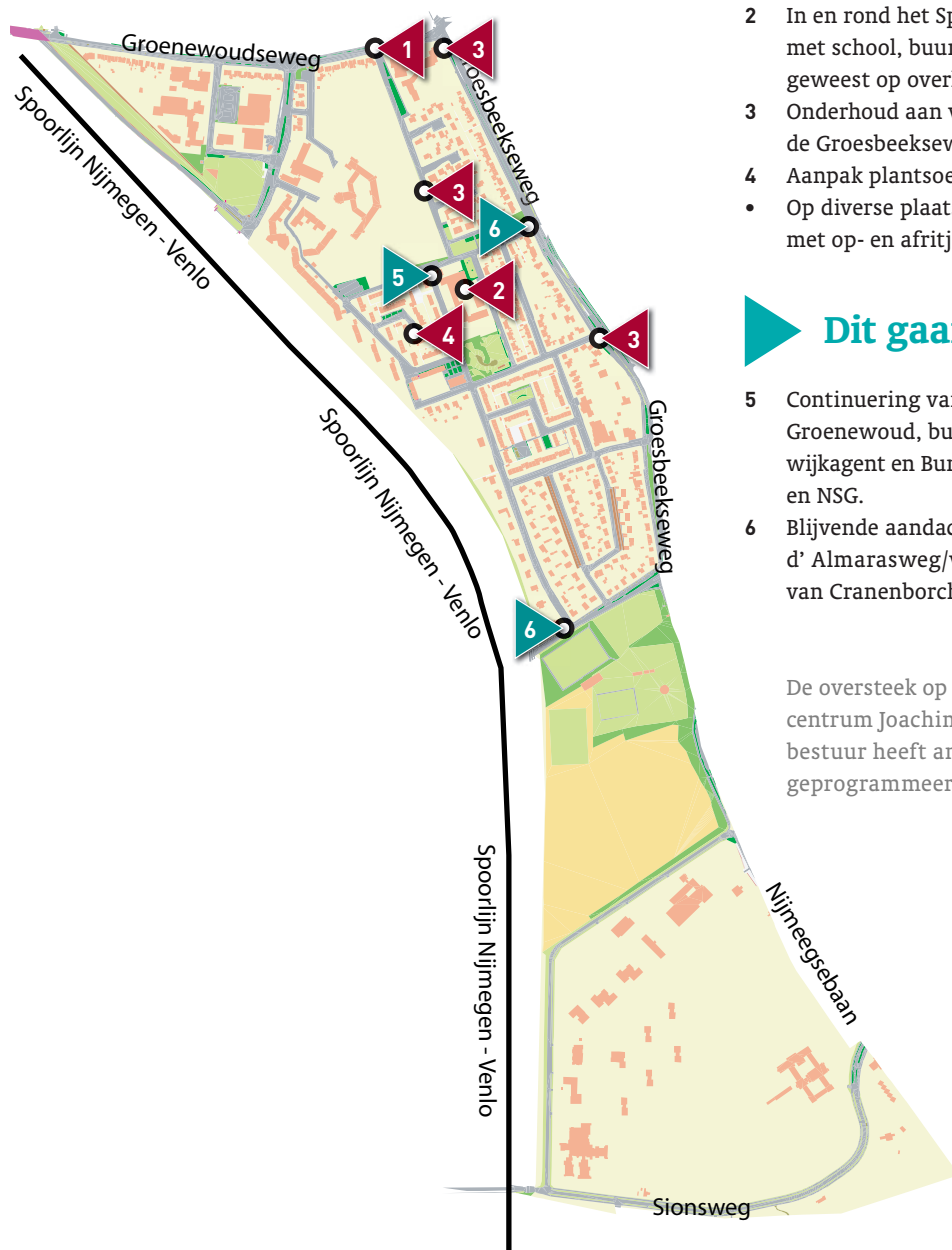
Dit hebben we gedaan in 2012:

- 1 Onderhoud aan de Groenewoudseweg (deel tussen rotonde met Heyendaalseweg en de Groesbeekseweg).
- 2 In en rond het Speelpark Groenewoud is in samenwerking met school, buurt, politie en Bureau Toezicht extra toezicht geweest op overlast (vernieling en afval).
- 3 Onderhoud aan verhardingen: o.a. Willem Schiffstraat en de Groesbeekseweg.
- 4 Aanpak plantsoen Grevinckstraat.
- Op diverse plaatsen in de wijk zijn stoepen zijn aangepast met op- en afritjes voor rolstoelers en rollators.

Dit gaan we doen in 2013:

- 5 Continuering van het overleg met de Werkgroep Speelpark Groenewoud, buurtbewoners, school, wijkmanagement, wijkagent en Bureau Toezicht rondom Speelpark Groenewoud en NSG.
- 6 Blijvende aandacht voor de verkeersveiligheid met name d' Almarasweg/van Haapsstraat en de Groesbeekseweg/van Cranenborchstraat.

De oversteek op de Groesbeekseweg t.h.v. woon-/zorgcentrum Joachim en St. Anna is niet gerealiseerd. Het bestuur heeft andere keuzes gemaakt en deze oversteek geprogrammeerd voor 2014.



Wijkschouw

Woensdag 18 september 2013 van 16.00 tot 18.00 uur. Verzamelen bij café Groenewoud, Groesbeekseweg 227. Vervoer per fiets. Aanmelden via wijkbeheer@nijmegen.nl of (024) 329 32 77.



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

 **'t Ploegkeldertje**
demooisteraambekledingopmaat

JANUARI WOONMAAND!

Luxaflex-actie:

3e rolgordijn GRATIS

**Gordijnen: tot 75% KORTING
op outletstoffen van Kendix en
De Ploeg, v.a. 5 euro per meter**

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

www.ploegkeldertje.nl
info@ploegkeldertje.nl

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

Nijmegen. www.dewijkwebsite.nl
E-mail: redactie@dewijkwebsite.nl



REDACTIE

Eric Hendriks
Alex Holderbusch
Marleen de Jong
Simone Kiebosch
Marjon Spoorenberg
Karin Veldkamp

EINDREDACTIE

Anna Bakker

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:

Helen Arenz
Eugene Arts
Koen Berfelo
Jasper de Glas
Marc van Kempen
(foto voorpagina)
Bert Hendrix
Fem Verhoeven
Maikel Verkoelen
Loes Wijffels
Julie van den Wildenberg

WIJKWEBSITE

www.dewijkwebsite.nl

OPMAAK

Ton Burgers, www.a-formaat.nl

DRUK

Janssen Pers, Gennep

BEZORGING

Axender verspreidingen, Cuijk,
tel. 0485-319050

ADVERTEREN VOOR BEDRIJVEN

Anna Bakker, E-mail:
advertenties@dewijkwebsite.nl

KOPIJ INLEVEREN

Deadline volgend nummer: vrijdag
8 februari. Bezorging volgend
nummer: woensdag 20 februari
2013, samen met de Brug.



Geen **wijkkrant**
ontvangen?

Bel dan met Axender Cuijk BV,
telefoon 0485-319050 of meld
online uw bezorgklacht op
www.dewijkwebsite.nl of mail
naar redactie@dewijkkrant.nl.

Rooksignalen

Ik geef toe dat ik een echt Nijmegen-Oost-vrouwje begin te worden. En ik schaam me er niet voor. Een omafiets (zeker met een paar versnellingen) rijdt nou eenmaal lekkerder, Lux is mijn favoriete stek geworden, bij AH koop je echt de beste producten en ja sorry, King-Louie-jurkjes staan mij gewoon heel goed. Sinds ik aan tangodansen doe, draag ik bovendien af en toe een hakje. Dat voelt... nou ja, vrouwelijk. En dus bezoek ik tegenwoordig, feestelijk uitgedost, de Nijmeegse Tangosalons en vlij mij in de armen van elke man die met me dansen wil.

Om voor weinig geld leuke kleding te scoren, struin ik regelmatig internet af of ga met een vriendin naar de noordermarkt in Amsterdam. De laatste keer troffen we op de terugreis in de treincoupé meer "Kruidvatreizigers", met een goedkoop dagkaartje van de bekende drogist. Een Nijmeegse moeder met haar twee volwassen zoons wist werkelijk alles uit haar kortingkaartje te halen en met trots somde ze de tien steden op die ze vandaag aandeden. Of ze veel van die plaatsen ook werkelijk gezien hebben, betwijfel ik, maar ze waren er heel gelukkig mee. Dit alles overdenk ik bij een wijntje, wat klassieke muziek en een vuurtje in de open haard. In alle rust een beetje nadenken over het leven en me verwonderen: heerlijk. Toen ik hier zo'n twee jaar geleden



kwam wonen en in de schouw een grote plaat wegtrok, kwam de nog gave stookplaats tevoorschijn. Met wat resthout van de vloerenman uit Kranenburg verleide ik al menig vriend tot een uurtje staren in

de vlammen. Voor het eerst gun ik mezelf nu dit moment alleen en het voelt als een enorme luxe. Ik heb dan ook besloten het dit nieuwe jaar maar eens te gaan doen: volkomen en onbeperkt tevreden zijn. Onlangs werd me bij een reading verteld dat ik wat voorzichtig ben en nog niet helemaal voluit durf te leven. Welaan, daar zullen we eens wat verandering in brengen! Een mooi en uitdagend doel voor het nieuwe jaar. En misschien zelfs wel het enige waar het om draait in het leven: te ontdekken wat je echt gelukkig maakt. (over wat geluk is, hebben we het een andere keer nog)

Ik denk even terug aan de blije moeder in de trein, als mijn ogen opeens beginnen te prikken. De kamer staat dan al blauw van de rook. Gauw zet ik wat ramen en deuren open, evenals het vergeten klepje in de schoorsteen...

Het nieuwe jaar beginnen met stinkende haren en kleren; ik weet niet hoe Nijmegen-Oost dat is, maar vast veelbelovend!

Loes Wijffels

2 redenen om te adverteren in de Wijkkrant Nijmegen-Oost!

1. De Wijkkrant is het meest gelezen maandblad in Nijmegen-Oost. Maandelijks bereiken we zo'n 30.000 wijkbewoners. En meer dan 6.000 wijkbewoners bezoeken elke maand de wijkwebsite: www.dewijkwebsite.nl.



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

Mail: advertenties@dewijkwebsite.nl.

Kerstwensen

Door Hans Jansen

Ik schrijf nog maar weinig Kerstkaarten. Dit jaar heb ik de tactiek veranderd: eerst ontvangen en dan kom je pas in aanmerking voor een goede wens van mij. Kennelijk leeft die gedachte niet bij mij alleen. Ik zit nog pas op de helft van het aantal van vorig jaar. Ik ontvang wel de nodige mails met een blijde boodschap en ook digitale boodschappen, waarin een goede kennis dansend voorbijkomt op de muziek van Jingle Bells.

Dan wordt er aangebeld. Vanuit de kamer zie ik een nette jongeman voor de voordeur staan. Het is een eerste indruk, de rest laat ik graag aan mijn vrouw over. "Er staat iemand voor de deur en ik denk dat het voor jou is", roep ik naar boven. "Doe jij maar open", is het antwoord. Ik open de voordeur en hoef nergens naar te vra-

gen, want er klinkt meteen: "Ik ben de folderbezorger en ik wens u fijne feestdagen en alle goeds in het nieuwe jaar!" Die neemt tenminste nog de moeite om mensen persoonlijk alle goeds toe te wensen, is mijn eerste gedachte. Tegelijk besef ik dat ik met een dankjewel en "eensgelijks" niet klaar ben. De bezorger geef ik 1 euro, tenslotte zou ik dat ook aan een postzegel kwijt zijn geweest.

Van boven klinkt: "Wie was dat?" "De folderbezorger", is mijn antwoord en ik hoor terug: "Heb je naar zijn legitimatie gevraagd, want dit is inmiddels de derde folderbezorger die aan de deur staat!" Dat heb ik niet, maar zei Beatrix niet in haar Kerstboodschap dat we vertrouwen in elkaar moeten hebben? Nou, daar heb ik dan mooi een begin mee gemaakt!

Ik@Nijmegen-Oost



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
- Snelservice 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