



de Wijkkrant

voor Nijmegen-Oost

Januari 2017



Wijkbewoner en
oud-minister-president
Dries van Agt

Foto: Bert Hendrix

Prikbord

De meest vertrouwde manier om iets te kopen of te verkopen in de wijk is deze rubriek. Advertenties kun je al heel lang opgeven via de website www.dewijkwebsite.nl. Op papier kun je je oproep aanleveren bij Stip Oost aan de Elzenstraat 4. Als wijkbewoner kun je per nummer één gratis advertentie plaatsen. Wil je elke week de nieuwste advertenties in je mail? Schrijf je dan in op www.dewijkwebsite.nl.

Heeft u nog oud DOKA-fotopapier op zolder en weet u niet wat u er nog mee moet? Fotograaf van de Wijkkrant komt het graag bij u ophalen 024-3236098. Dank!

Gevonden 18 of 19 december op stoep Jozef Israëlsstraat ter hoogte van Coop een zilveren ring. Gegra-veerd met een naam. 06-29201999

Onze wasmachine doet het niet meer... Help! 06-22562169

Latex toppermatras (tweefelaar), overcompleet, niet gebruikt, maat 120/200, prijs i.o. 02-43771031

Te koop: * Antieke (lade & buffet-)biedmeier-kasten. * Logeërbed + 2 nieuwe matrassen. T.e.a.b., mail naar hanlijn@hotmail.com

Ik zoek een kundige klusser voor tuinpoort en konijnenverblijf. 024-3224876

Princess tafelgrill/gourmetstel 4 all, nieuw-nooit gebruikt, winkel-waarde 100 euro nu 75 euro
Telefoon: 024-3600726

Aangezien wij gaan verhuizen en ons konijn een heel fijn nieuw huis heeft gekregen mag ons konijnen-hok voor buiten weg. 06-22562169

Boekenkast Ikea, Billy, Special Edition, met glasdeuren met apart bloemmotief, zilverkleurig/grijs. Niet meer te krijgen bij Ikea. Hbd 200x80x30. Vraagprijs 45,-
Telefoon: 06-49608201

Ik wil graag tegen vergoeding helpen met schoonmaak en/of klusjes in/om het huis.
Jossje 06-86385104

Leuk 3-kamer-appartement in de Semmelinkstraat, vanaf maart 2017 te koop. Op de 1ste verdieping en beschikt over ruim balkon. De vraagprijs is 170.000 euro. Kom kijken! 06-16393080

Bijzettafels te koop, rond, wit €35,49,- Per Stuk. 38 cm Rond. 55 cm Hoog. Wit. 3x gelakt. Sterke constructie. Tel: 0622715349

Te Koop geschilderde tafel met Dambord €168,55,-. Met mooie stenen. Excl 21% Btw Ook: nieuwe zelfgemaakte Disney Doeken. €20 per stuk. 0622715349.
agtdoekbrijder@hotmail.com.

Graag help ik u met uw huishoudelijke taken. Ik ben ervaren en betrouwbaar. Ik kan alleen op maandagochtend. Inge, 06-38240073

Te huur garagebox Venboetstr. (na-bij Heijendaalseweg) € 85,- p.m. geen elektra. 06-23502147

Te koop: * Goed onderhouden behandel/massagetafel €89,- * Kaptafel €69,- * Kastje 4 lades €49,- * 2 Ladenkastjes naast elkaar € 49.95 per twee * Matras 190 l, 90 b, 15 dik. € 35,-. Telefoon: 06-25317221

Wij zoeken vrijwilligers voor de Nij-meegse Avondschool die licht verstandelijk beperkte volwassenen op basisschoolniveau begeleiden bij spelling, rekenen, koken en ICT op ma. di. en do. van 18.30-20.00 uur. Info: mahm024@outlook.com

Tafelgrill merk Princess. Nieuw. € 20 (winkelwaarde 39 euro)
Telefoon: 0623104381

37 schoolboeken Wiskunde voor alle schoolklassen niveau VMBO, HAVO, VWO + extra lesmateriaal, compleet € 195, geen deelverkoop. Bieden kan. 024 - 322 2265.

Poetshulp. Tijden en dagen in over-leg. 12,50 per uur. 0618460721

Allerlei bordspellen. Netjes en compleet! v.a. € 7,50. 06 28833313

Nieuwe poezenkrabpaal. Merk: Fer-plast, model Tiger. Compleet uit-gevoerd. Prijs n.o.t.k. 024 3238446
Jossje 06-86385104

Grote kunstkerstboom: 10 euro.
06-13582580

Mijn naam is Diana Arts. Ik verricht al geruime tijd huishoudelijke ta-ken bij ouderen en gezinnen met kleine kinderen. En bij iedereen die hulp nodig heeft. 0243779312

T.K Bijzettafel Vallarte. Nieuw rond 38 cm 55 cm hoog. Wit. €30,- per stuk Tel. 0645392237

Geef je steun aan het Waterproject in Nepal! Stem voor een Gouden Gans, zodat wij die tienduizend euro ten goede kunnen laten komen aan ons project. Zie ook op de wijkwebsite.nl. 06-53776474

Rieten stoel met armleuningen, natu-reel kleur, in prima staat. (komt nog van Brinkman, rieten meubels Nijmegen) € 25,-. Ook: zeefdruk Harrie Gerritz uit 1995, 72/100 zeefdruk 70x50; foto op verzoek prijs € 200. 06-23104381

Natuursteen 1 kuub! Gratis af te halen. Mocht je een kruiwagen hebben, zou ik die graag lenen voor een paar weken! Woon in de Museum Kamstraat. 06-23225468

4 Winterbanden met stalen velg Vi-king 185/65 R14. Ford Focus zeer goed profiel. € 125,-. 06-16490668

Bent u opzoek naar iemand die u kan helpen in het huishouden of in de schoonmaak? Ik heb veel erva-ring en werk netjes. 06-23783345

Gitarist gezocht voor het begelei-den van Taizeviering (mediatieve viering) in Kleine Bartholomeus-kerk in Beek-Ubbergen, 5 x per jaar. Eerstvolgende viering vrijdag 27 ja-nuari 2017. 06-10159669

Graag zou ik een pedicure hebben die aan huis komt. 06-49753293. Ik woon in Nijmegen Oost.

Italiaanse avond thuis of op loka-tie? Ik kom graag met mijn mooie producten uit eigen import. Kera-miek/sieraden/olie/tarallienz.
www.soprattutto.nl, 0648033099

Meer weten over klassieke muziek? Cursus 'Muzikaal Verhaal' van de KlankZaak, in 9 cursusavonden of -ochtenden! www.klankzaak.nl

Vader en zijn 3 jonge kinderen wil-len heel graag in N-Oost blijven wo-nen! Wij zoeken: woonruimte met 3 of 4 slaapkamers en bij voorkeur buitenruimte. Wie kan ons helpen? Email: geocooper731@gmail.com

Lijkt het je leuk om eens in de paar weken mee te doen met onze spel-letjesavond, mail naar: wiskeenmerel@gmail.com.

Yoga Hengstdal. Start nieuwe serie yogalessen. 06-21590904

Klusvrouw Janneke richt zich op al-leenstaande vrouwen die een hel-pende hand nodig hebben bij klus-sen in en rondom huis. €25 euro per uur. Bel gerust 06 - 127 128 23

Te Huur garagebox in Brakkestein g€ 75,- per maand 0623502147

Te huur appartement (woonkamer, keuken, douche, wc, 2 slaapkam-ers, berging) in bomenbuurt. Hui-dige huurprijs en vaste kosten per maand. Vanaf 1 maart (eerder in overleg) tot 15 juli. 0622666193

4 Workshopavonden Tibetaanse Yoga. Donderdagen van 20.30 tot 22u. Data: Januari 26, Februari 2, 9, 16. <http://yoga-mindfulness-nijmegen.blogspot.com/p/try-out-kum-nye.html> 0617998991

Pizza-oven. Nieuw in verpakking. Merk TrebsConfort. Nieuw € 80. Afhalen € 30. Voor 9.00 uur bellen. Telefoon: 024 3235093

Samen spelend schilderen voor vol-wassenen en kinderen. Elsaja, 024-3226436

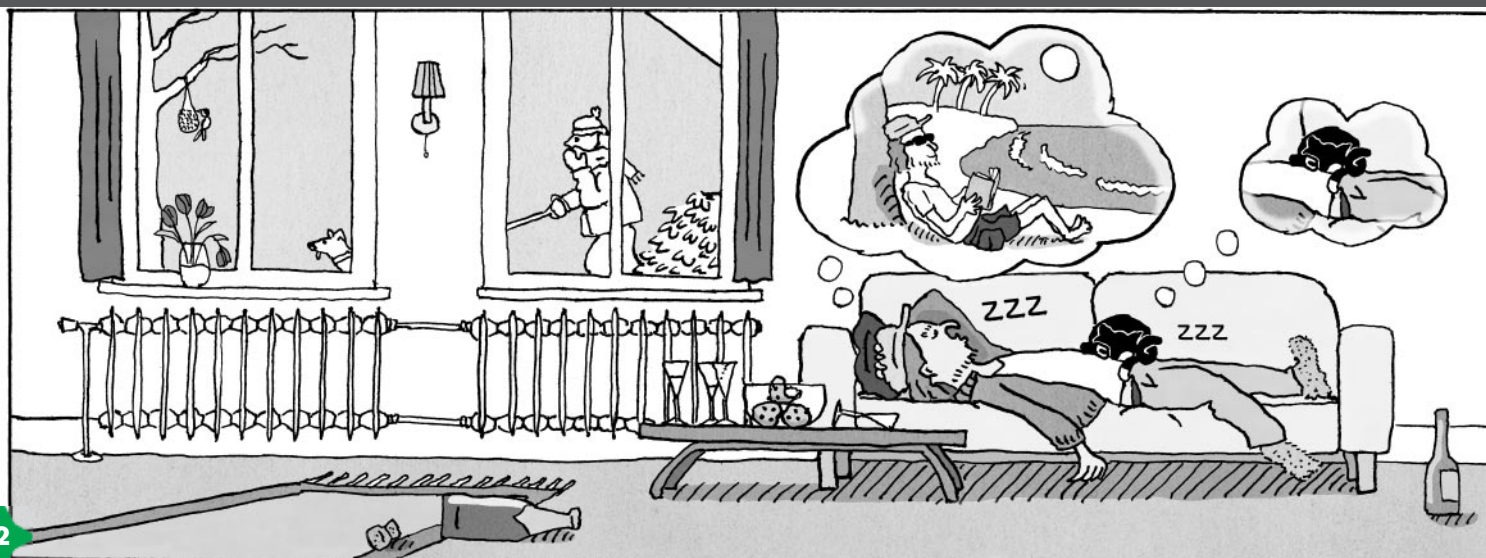
Marantz tuner ST6003 €50. Mooie Djembe te koop, 34 cm. Prijs €60
Telefoon: 06-40254808

Philips zonnebank HB 851 inklap-baar in goede staat, met handlei-ding. € 100,-. 024-3280039

Ouverture Cordium 20 januari met gratis lessen.workshops.
www.cordium.nl, 024-3234534

SIARDUS droomt van een zonnig 2017

door Frank Schijven



Van de redactie

Bij de voorpagina:

Redacteur Karin Veldkamp kreeg de kans om oud-premier én wijkbewoner Dries van Agt te spreken. Op pagina's 18/19 een uitgebreid interview.

Foto: Bert Hendrix

Het nieuwe jaar begon behoorlijk mistig. Langzaam trekken de wolken op en ontvouwt zich voorzichtig het nieuwe jaar. Voor de een hoopvol, voor de ander met wat pech. Zoals onze huisfotograaf Bert Hendrix, die zijn heup brak op een beijzelde straat. We wensen hem een spoedig herstel.



Bert Hendrix

Verder in dit nummer

7

Op onze maandelijkse borrel ontstaan soms de mooiste ideeën. Zoals de beeldpuzzel van tekenaar Frank Schijven en fotograaf Marc van Kempfen.

10

In 'Molshopen in de wijk' (pag. 10 + 11) doet Alex Holderbusch verslag van een gedegen onderzoek naar de graafwerkzaamheden van Liander in de straat.

Verder hebben een interview met een entertainer voor ondernemers.

33

17

En we spraken twee vrijwillige buurtbemiddelaars, terwijl elders in deze krant misschien de bekendste bemiddelaar van Nederland wordt genoemd: rijdende rechter mr. Reid op pag. 5.

Vergeet ook niet het gesprek met de ondernemer Ron Wolf te lezen die veel verhuisde, maar altijd in de buurt bleef.

27

In 2017 verschijnt de Wijkkrant weer uiterlijk elke derde vrijdag van de maand. Veel leesplezier!

Proostmomenten

Op de oproep in de buurtmail kregen we twee reacties van proostmomenten op nieuwjaar:

Rechts: Scrabble in het Nederlands en het Arabisch, tabbouleh en oliebolletjes, en heel veel plezier met Asma (sinds anderhalf jaar in Nederland) en Rascha (sinds anderhalve maand hier), buurtvrouwen in het Azc, aan tafel met Harrie en Yvon op oudejaarsavond, op de Broerdijk. Asma maakte (o.a.) gerookte rijst, Harrie de oliebolletjes, Rascha het woord 'handschoenen' en Yvon de foto.

En onder een proostfoto (foto: Henk Horstink) van Dorine de Jong bij de opening van de nieuwe expositie in Stip Oost van maandag 1 januari.



Grappig vandalisme



Op 17 december moest ik toch even lachen toen ik bij de Coop aan de Tooropstraat deze omgekeerde fietsen zag staan. Weliswaar een vorm van vandalisme met het risico op beschadiging. Maar ik tref liever mijn fiets op zijn kop dan een uit elkaar geknalde afvalbak of kapot-geslagen ruit in een bushokje.

Tekst en foto: Loes Wijffels

3



Thuis in het Rijk van Nijmegen

Met meer dan 30 jaar ervaring in het Rijk van Nijmegen kennen we zo'n beetje iedere straat, steegje en laan. Uw garantie voor een zorgvuldig advies over welke woning aansluit bij uw persoonlijke woonwens. Door lokale markt- en mediakennis weten wij precies hoe wij uw woning bij verkoop in het juiste daglicht moeten zetten.

Meer weten? Neem dan contact op met Juliëtte van Anken of Onno Disveld.

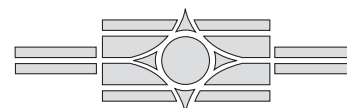


Pontanusstraat 1 | 6524 HA Nijmegen | 024 - 322 36 26 | info@vananken.nl | www.vananken.nl



't Ploegkeldertje is een echt familiebedrijf met een rijke geschiedenis. Ruim dertig jaar geleden begonnen we letterlijk in een kelder en werkten we alleen met stoffen van het merk De Ploeg: een Nederlandse weverij die zich sinds 1923 geheel wijdt aan het ontwerpen, ontwikkelen en in de markt brengen van interieurstoffen.

Inmiddels zijn we DE speciaalzaak van Nijmegen op het gebied van gordijnen en andere raambekledingsystemen. Na meer dan 25 jaar gevestigd te zijn op Plein 44 zijn we in 2010 verhuisd naar de Van Broeckhuysenstraat in Nijmegen. Met inmiddels de derde generatie van de familie aan het roer, mogen wij ons met recht een specialist noemen op het gebied van raambekleding, gordijn- en meubelstoffen, en zijn we daarmee een begrip in Nijmegen en omgeving geworden.



van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

mr. F.G.W.M. Huijbers

mr. S.T.W. Verhaagh

mr. D.W. Beemers

mr. S. van Oers

mr. H. M. Schurink - Smit

mr. B. Klomp - de Wijk

mr. L.I. Siers

voor:

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

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

De winnaar van de Muziekpuzzeltaart!

In het decembernummer van de Wijkkrant stond een Muziekpuzzel, gemaakt door Simone Kiebosch van www.muziquest.nl. En de te winnen taart gaat naar... Inge van Casteren uit de Molenveldlaan. We ontvinden zes inzendingen waarvan er vijf goed waren. Inge ontving op vrijdag 6 januari een heerlijke slagroomtaart van bakkerij Walterbos. Inge: "Ik lees de Wijkkrant altijd met veel plezier. Ook doe ik vaak aan puzzels of wedstrijden mee, maar vergeet ze dan altijd op te sturen. Nu had ik het een keer wel gedaan en... heb ik meteen prijs! Ik denk dat ik nou ook maar eens aan de postcodeloterij ga meedoen!" Inge heeft de slagroomtaart gedeeld met haar man en drie kinderen. De juiste oplossing was: 'Winter in Oost'

De antwoorden op de vragen:

- | | |
|------------------------|-----------------------|
| 1. Ik weet niet... (I) | 7. Nijmegen (N) |
| 2. Shuffle (S) | 8. Trianon (T) |
| 3. Troost van Oost (T) | 9. Obrecht (O) |
| 4. Manito (I) | 10. Easter Jazz (E) |
| 5. Wanders (W) | 11. Raad de Plaat (R) |
| 6. Nina Simone (N) | 12. Opus (O) |



Inge (rechts) ontvangt de taart uit handen van een medewerkster van Walterbos.

Foto: Marc van Kempen

Recht in Nijmegen-Oost



Marc van
Kempen

Op 28 december 2016 werd een geschil geslecht door 'De Rijdende Rechter': meester John Reid.

In een van de achtertuinen van de Jacob Canisstraat groeit een klimop tegen een hoge scheidsmuur van de burens. Maar is het probleem alleen de klimop of levert die klimop ook een bijkomend aspect op?

De uitzending is op 17 januari.



Kleine advertenties

Als ondernemende wijkbewoner kun je per nummer één gratis advertentie plaatsen, alleen via www.dewijkwebsite.nl. Dan komt dit automatisch in de Wijkkrant.

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

Uw levensverhaal, beknopt tot gedetailleerd, via enkele interviews, uitgebracht als mooi boek in kleine oplage voor uw eigen kring. Uniek en waardevol document. Anna Bakker, 06 22363599, www.levensverhalen.nl

Geef het superfeest van je leven! Zoek je een DJ die meer doet dan alleen leuke muziek draaien? Een mooi feest voor jezelf, maar ook voor je gasten? www.muzyquest.nl of bel Simone Kiebekosch 06-15500129

Beeldhouwvakantie in de Bourgogne. Een heerlijke combinatie van creatief bezig zijn en aange-naam verworden. Deskundige begeleiding in kleine groep. 6-13 augustus 2017. €595. www.creatiefindebourgogne.nl

Ook beter tekenen en schilderen? Bij Schone Kunsten ontdek je: De basisprincipes van het tekenen en schilderen, dit geeft je overzicht en een stevig fundament. Hoe je meer controle kunt krijgen over kleur. Meer op Schone-kunsten.nl Telefoon: 0644038805

Rijbewijskeuring, snel geholpen! 25 euro, G Gootjes arts, Broerdijk 17, www.medischekeuring.info

Ouderwets gezellige kinderopvang bij Poespas, deskundig en plezierig. Wilt u uw kind met een gerust hart achterlaten terwijl u bijvoorbeeld werkt of studeert? Wij hebben direct plaats 024-3243795

Frank Berkers administraties en belastingen. Ook zzp'ers adviseer en help ik graag. Bel gerust om een afspraak te maken! 024-3227286

Start Yoga voor Stressreductie en Vitaliteit. Maandag: 10.15 tot 11.15 uur in Cordium, Bottendaal. Info: 06-17998991 of yoga-mindfulness-nijmegen.blogspot.com

Timmerman in vroegpensioen heeft tijd en zin in al uw timmerwerk in en om uw huis. Telefoon: 06-10572021

Computerproblemen? Bel Anton! Laag tarief, snel en betrouwbaar en service aan huis. Tel. 06-16057969

'Ik ben steengoed' in Lent. Deze training nu ook in De Geldershof! Voor kinderen van 7 - 12 jaar, die wat meer zelfvertrouwen kunnen gebruiken. Start: 13 februari 15.30-16.30 uur kooijman-coaching.nl. 06-45065692

Cargobikefestival 2017 in het Honigcomplex in Nijmegen <http://stip-kinderfietsen.nl/cargobikefestival-2017-in-het-honigcomplex-in-nijmegen/> Telefoon: 06-16408290

Dansexpressie workshop en lessen Workshop dansexpressie op zaterdag 28 januari 10-12 uur, Wijkcentrum de Ark €12. Danscursus van 8 lessen vanaf vrijdag 10-februari om 10-11 uur, Wijkcentrum Burghardt €45. www.deopstap-nijmegen.nl Telefoon: 06-14317579

Vakantiehuis in Frankrijk. Comfortabele, voormalige boerderij op het platteland van de Bourgogne. Rust en ruimte. Het hele jaar te huur. www.gites.nl, zoekterm: la ruche bourgogne.

Vacature bij Thais restaurant Baan Isaan. Telefoon: 024-3772444

Yoga Hengstdal, start nieuwe serie yogalessen. Telefoon: 0621590904

Vegetarische kookworkshops. www.kokenmetdominique.nl of bel voor een folder: 06-13079008.

CO-BUS buscampervakantie in hoog- en vroegseizoen (fly en drive). Zie ook fly en drive airport service Faro-Algarve Portugal tot en met februari / half maart 2017. 06 12 40 32 09, co-bus.nl

ZaadeL Makerij: diverse cursussen. Lassen. Nieuw cursusseizoen tekenen en schilderen start half februari. Open dagen met expositie op 28 en 29 januari! En vanaf januari is vintage kledingwinkel 'a trip down Memory Lane' geopend van wo t/m za. Do. koopavond. Bij ZaadeL Makerij, onder het tunneltje door aan de Coehoornstraat. Telefoon: 06-55816165

Te Koop: nieuwe pingpongtafels. Alleen het blad. Incl. 2 batjes, netje en balletje. Voor €126,90,- Ex 21% Btw. Tel 06-22715349

Nek- of rugklachten? Stoelmassage helpt! Last van een stijve nek of pijnlijke en vastzittende schouders of onderrug? Een stoelmassage ontspant en geeft meer ruimte. Bel 06-24919126 of mail: am.van.heijkoop@hetnet.nl.

Gitaarles (akoestisch en elektrisch, individueel of groepsles) door bevoegd gitaardocent. 25 jaar ervaring als docent op 2 grote muziek-scholen. Ruime lesruimte in de Hazenkamp. marcel-broersma.nl, 06-54657999

Reparatie TV, audio en computer Telefoon: 06 41 89 72 16

Gezinstherapie bij u thuis. Kijk op www.gezinstherapie-nijmegen.nl

Yoga Hengstdal. Start nieuwe serie yogalessen. Telefoon: 06-21590904

Bij Werkplaats de Witt is een cursusruimte te huur voor het geven van creatieve cursussen of workshops. Kijk op www.wdew.nl of bel 0644253975

Vakantiehuis Griekenland Zomervakantie? Kijk even op onze site www.villagriekenland.com als je interesse hebt in een vakantie in Zuid-Griekenland in de Peloponnesos. zon-zee-rust. 0031-623936154

Dwarsfluit spelen? Dan moet je bij Fluitstudio Oost zijn. Bel voor een gratis proefles naar 024-3600637 of www.dwarsfluitles-nijmegen.nl.

Tienertaining MindfulYou! Moeite met planning of schooldruk? Lastige emoties en veel gepieker? Of snel afgeleid of boos? Niet lekker in je vel? 25 februari start MindfulYou! praktijkbodhi.com . 0619344754

Wat hulp om uw huis of administratie op orde te krijgen doet wonderen! 06-25115871 of kijk op www.zaken-op-orde.nl

Heeft u binnenkort iets te vieren? Wij verhuren en verkopen zowel complete licht- en geluidsinstallaties, als ook losse apparatuur. Kijk op www.ampentertainment.nl

Griekse taal- en cultuurschorsussen Voornemens dit jaar goed voorbereid naar Griekenland te gaan? Ela! Leer Grieks! Bij Milao leer je de Griekse taal in kleine groepen, met veel aandacht voor het spreken. Tevens Griekse mythologie. Telefoon: 06-29314061

Yoga-les in een kleine groep, op je eigen niveau, individuele begeleiding. Gratis proefles! Start: vr. 13-01-17, van 10.45 - 11.45 uur. Bosduveltje, Joanneslaan, HLS. gemma-vanos@gmail.com; 024-3229466

iPad-schilderlessen voor iedereen die van schilderen houdt! Bel voor meer informatie of kijk op SchoneKunsten.nl. Telefoon: 06-44038805

Muziek op eigen tekst of lied. Altijd al een zelfgeschreven tekst of liedje willen voorzien van een mooi muzikaal arrangement? Dat kan bij Does Dwars Producties. Kijk voor meer informatie op doesdwars.nl .

Inspirerende saxofoonlessen voor kinderen en volwassenen. Kinderen krijgen les aan huis, in hun vertrouwde omgeving. Meer informatie: jazzimprovisatie.eu. Ook jazz-improvisatie! 06-49390873

Taichi en Qi Gonglessen voorjaar 2017 met ResiMesselink www.taichichuannijmegen.nl Telefoon: 024-3234534

Weekendworkshop collagetechniek 11 en 12 februari. In sfeervol atelier Wil van Lamoen aan de Berg en Dalseweg 295. Zat. 13u - 17u, zon. van 11u - 17u, met op zondag een gezellige lunch. Kosten 110 euro inclusief materiaal. 024-3224870 Email: wilvanlamoen@tele2.nl

Mozaïekworkshop bij Tegelwijs met mediterrane lunch en tapas €75,00 p.p. Elke 1e zaterdag van de maand Open deur & mini-kindervoorstellingen v.a. €3,50; Berg en Dalseweg 295. tegelwijsmozaiek.nl Milde Bootcamp. In 3 maanden fit!

Je wilt fit en energiek zijn. Sporten moet ook leuk zijn. Geef je nu op bij Nicolette, fysiotherapeut/ sport-trainer. Proefles in januari €5. Op de mooiste plekken in Nijmegen! Telefoon: 0650405569

Fotografievakantie in de Bourgogne. De fotografieweek is een ideale mix van een vakantie op een prachtige plek en het vergroten van je fotografietalent! 23-30 juli 2017, €595. creatiefindebourgogne.nl

Te huur kantoor/praktijkruimte, Berg en Dalseweg 3. 3 kantoorruimtes (65m2), zeer mooie klas-sieke kantoorruimtes. Deelverhuur is mogelijk voor 1 en/of 2 kantoorruimtes is ook mogelijk, vanaf €275,00 p/maand. 06-20610343.

Je schrijft. Je wilt schrijven. Goed schrijven. Authentiek en waarachtig. www.schrijfschoolnijmegen.nl voor een intensieve cursus.

Peuter & Kleutergymlessen van Be-weegrijk. Vroeg de basis leggen voor een leven vol beweegplezier! Wij combineren het ontwikkelen van motorische vaardigheden met heel veel beweegplezier in onze leuke en super leerzame peuter & kleutergymlessen. 06-38546613

Opruimspecialist. Ik help je op weg naar een opgeruimde woning en een opgeruimd hoofd. Vriendelijke groeten, Annelies, 06-20291529

Kom zeefdrukken bij A29 en leer de basistechniek voor papier en textiel in 10 lessen, of schrijf je in voor een kennismakingscursus (4 lessen). <http://a29-nijmegen.nl/zeefdruk.html>

Balie/Toonbank van MDF L 200 cm H 110 cm B 30 cm en 50 cm €225,- Barkrukken 6 stuks, 110 cm hoog. €175,- . Te koop bij Cats-hoek, Coehoornstraat 71 Nijme-gen. e.mail: info@catshoek.nl

Computerhulp bij (basis) ennis tegen kleine vergoeding, bij u thuis, geen voorrij/fietskosten Tel: 06-26522388, loekdekok@gmail.com

Kom eens kennismaken met Krachtmens, de huiskamerpsycholoog van Oost! krachtmens.nl, 06- 44424861

Zin in een ontspannende massage? Kijk op www.praktijkjari.nl.

Wiskundebijles aan middelbare scholieren. Alle niveaus. 20 jaar ervaring. T: 024-3604466 of 06-53181722; wiskundepraktijk.nl.

Cursus beeldhouwen steen of hout in Oost. 06 53596920 www.beeldhouwen-nijmegen.nl

Yoga op maandagochtend van 9.15-10.30 uur. Iedereen welkom! Drie proeflessen voor €15,-, Yogacentrum Oost, Dominicanenstraat 6 H.lieke@yoga-aruna.nl

Mooi tafelen met gehuurd servies. Diner voor twee, 21-diner of een andere feestelijke gelegenheid? opgedekt.nl zorgt hiervoor. Telefoon: 06-15118024

Beeld- puzzel

Op de foto zie je natuurlijk de vernieuwde Daalseweg. Kun je echter de andere drie straatnamen in Nijmegen-Oost vinden?
Hint: geen van de drie is een 'straat'.
De oplossing staat op pag. 35.

Foto: Marc van Kempen

Illustratie:
Frank Schijven



Begin het jaar met:

**goed *zicht*
een heldere *blik*
scherp *zien***

Kom naar:



Dé opticien in uw buurt

*Dit jaar kan de vergoeding van uw
verzekering veranderen.*

*Wij kunnen voor U nakijken of U dit
jaar nog recht heeft op vergoeding
van uw verzekering.*

**Daalseweg 9, Nijmegen
024 - 323 09 17
www.geerlingoptiek.nl**

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

CITY HAIR SHOP

**Dames-, heren-
en kidssalon
en pruikenkamer**

Daalseweg 3 Nijmegen
(024) 360 24 71
www.cityhairshop.nl



Schildersbedrijf Maria Engels

**van Dulckenstraat 50
Nijmegen**

Tel : 024 - 360 85 86

Mob : 06 - 181 799 04



E-mail: info@mariaengels.demon.nl

De Ooyse Schependom bestrijkt een gebied van 110 hectare, waarvan 28 hectare water is. Dat water bestaat uit de Waal, het Meertje en verschillende kolken en sloten, bij elkaar een kwart van de totale oppervlakte.

En de wijk wordt zelfs natter: er wordt nu een nevengeul gegraven, parallel aan de Waal. De geul wordt een kilometer lang en 50 tot 60 meter breed om de variatie aan planten en dieren te vergroten in de Stadswaard. Over die geul komt een voetgangersbrug, die daarmee de achtste brug rond de Waal bij Nijmegen wordt. Lange tijd liep op de plek van de nevengeul een smal-

boot ligt al scheef.

Zomers werd er tot in de jaren '50 vaak gezwommen in de Waal. In die rivier lag een zwembad met twee bakken, zodat jongens en meisjes gescheiden konden zwemmen. Met kano's klampten de grootste durfals zich vast aan binnenvaartschepen.

Zwemmen en kanoën stopte in de jaren '60, toen het scheepvaartverkeer te druk werd en het rivierwater te vervuild. Decennialang mocht er niet gezwommen worden in of gevaren worden op de Waal. Gelukkig gaat de ontwikkeling nu weer de andere kant op: het rivierwater wordt steeds schoner en door de komst van de Spiegelwaal kan er straks weer volop gekanood en geroeid worden. In de afgelopen eeuw vroor de Waal overigens zeven keer helemaal dicht, je kon dan naar de overkant lopen, of eigenlijk was het meer

klimmen over de ijsschotsen en sneeuwhopen: schaatsen was dus ondenkbaar.

Ijsvogel en Ooijgaard

Het Hollands-Duitsch gemaal werd in 1933 gebouwd om het teveel aan water uit de Ooijpolder te kunnen lozen op de Waal. Of omgekeerd: om

in een periode van grote droogte water uit de Waal in te kunnen laten in de Ooijpolder. Bij het gemaal komen drie landschapstypen bij elkaar, namelijk de uiterwaarden met hun

ruige wilgenbossen, hooilanden, rietkragen en wateren, de Nijmeegse stuwwal met zijn beboste en bebouwde heuvels en de bindendijkse weilanden en akkers. Het Hollandsch-Duitsch gemaal heet zo omdat het door beide landen is gefinancierd. Niet alleen de Ooijpolder maar ook de Duitse Duffel - met dorpen als Zyfflich, Niel en Mehr - watert af via dit gemaal. Vier schroefpompen met elektromotoren kunnen 940 kubieke meter per minuut wegpompen.

Het gemaal is ontworpen door de befaamde architect Grandpré Molière in de stijl van de Delftse school en is inmiddels aangewezen als rijksmonument. Rond het gemaal zijn de kleurrijke ijsvogel en grote gele kwikstaart regelmatig te zien: met name rond de vistrappen, waar het hele jaar door het geruststellend murmelen van stromend water klinkt.

Tussen de Ooijse Bandijk en de weg parallel aan het Meertje liggen de schooltuinen van de Wielewaal, heeft de naschoolse opvang in de natuur 'Struin' een groot terrein, net als de biologische fruittuin De Ooijgaard. Het meest in het oog springende bedrijfsgebouw ligt aan de Ubbergseweg en is van Quick Power uitzendbureau dat ook over de grens actief is. Meer richting stadscentrum ligt de werkplaats van aannemer Giesbertz, wiens familie al bijna een eeuw op deze plek woont.

Kor Goutbeek



spoorlijn om de rivierklei naar de steenfabriek te vervoeren. Het spoor werd met handkracht steeds verlegd om een nieuw stukje grond te ontginnen: dat was zwaar werk. Die grote steenfabriek stond op de Vliedberg; daar rest nu nog de hoge schoorsteen van. Er staan in de Ooijse Schependom globaal 100 huizen en er liggen 15 woonboten met in totaal 250 bewoners. Daarmee is deze wijk niet alleen veruit het natste en laagste deel van Nijmegen-Oost, maar ook het deel met de minste inwoners en de laagste bevolkingsdichtheid.

Dijk opgeblazen

In januari 1945 bestond de Ooijse Schependom trouwens voor 90% uit water, omdat de Duitsers toen de dijk hadden opgeblazen in de hoop de geallieerde opmars te vertragen. Nu, januari 2017, heeft het water juist een minimum bereikt, terwijl januari meestal hoge waterstanden laat zien. Vorig jaar stond het water ruim +10 meter NAP, nu op maar +5 meter NAP. Dit is de laagste waterstand sinds 1960 en menige woon-



Molshopen in de wijk

Vriendelijke werklui in oranje hesjes, kleine graafmachines, zandhopen, opgebroken straatwerk. Reuring in de wijk. Voorlopig zijn we er nog niet vanaf. Wat is er aan de hand in Galgenveld?



Alex Holderbusch

Bewoners van Galgenveld ontvingen een brief en persoonlijk bezoek of ze genegen waren toegang tot hun huis te geven voor werkzaamheden aan hun gas- en elektriciteitsaansluiting. Netbeheerder Liander heeft namelijk opdracht gegeven deze huisaansluitingen te vervangen.

Dat blijkt een lastige opgave en heeft – ook letterlijk - nogal wat voeten in de aarde. De aannemer Van den Heuvel, die de werkzaamheden uitvoert, staat voor de opgave met alle bewoners twee afspraken te maken terwijl ze thuis aanwezig zijn. Eerst om te schouwen, daarna om de werkzaamheden uit te voeren. Ik spreek met Arie van den Berg, uitvoerder en verantwoordelijk voor de planning, uitvoering, veiligheid en kwaliteit.

Wat komt er kijken bij de vervangingswerkzaamheden? “Het vooraf schouwen is belangrijk. We willen ons goed voorbereiden. Elk huis is anders. Met foto's leggen we de bestaande situatie vast. We hebben direct persoonlijk contact met de klant zodat we kunnen afstemmen. We hebben de medewerking van de klant nodig. Ook kan een klant een slimme meter weigeren. Dat leggen we vast. Bij het schouwen beoordelen we ook wat de monteurs zullen tegenkomen.”

Ondertussen gaat de telefoon en is het realiteitsbesef direct daar: waar gehakt wordt, vallen spaanders. Er is een KPN kabel geraakt bij het graafwerk. Arie bewaart alle rust en neemt contact op met KPN, die de storing nog dezelfde dag zal verhelpen. Het is evident: dit is routine.

Is het lastig afspraken te maken? “We beschikken niet altijd over juiste klantgegevens. Een telefoonnummer hoeft niet te kloppen. We doen ook afsprakenkaartjes in brievenbussen. Het plannen van de afspraken is lastig.”

Hoe zit het met overlast? “Dat de straat steeds weer open gaat is een ergernis voor wijkbewoners. Mocht er per ongeluk schade ontstaan, laten we deze repareren. Daar is geen discussie over.”

Hoeveel ploegen zijn tegelijkertijd aan het werk? “Drie ploegen op dezelfde dag.”

Hoe ervaar je de contacten met wijkbewoners? “De wijk ervaar ik als positief: mensen begrijpen onze situatie. Er is open contact, ook als iemand niet tevreden is. Ik ben altijd bereikbaar. Het is ook een sociaal gebeuren. Je kunt niet altijd het goede doen. We ondernemen wel zo snel mogelijk actie, bijvoorbeeld als een trottoir niet goed ligt. Het trottoir leggen we met een

geringe bolling terug, want de grond zakt altijd nog een beetje. We hebben begrip voor de ouderen. Ik heb intensief contact met de gemeente Nijmegen. We willen mensen zoveel mogelijk ontzorgen. Ouderen voelen veranderingen meer. Soms is er onder deze groep ook wantrouwen over veranderingen.”

Marcellino Anedda van de gemeente Nijmegen stapt de bouwkeet in. De gemeente ontvangt geen klachten. Natuurlijk is hij bekend met de algemene verzuchting waarom de straat steeds weer opnieuw open moet. De gemeente probeert grote werken zoveel mogelijk in één keer uit te laten voeren, verzekert hij.

Na deze klus zijn we nog niet af van het graafwerk. Liander heeft ook de vervanging van de hoofdgasleiding aangekondigd in het eerste kwartaal van dit jaar in de Professorenbuurt, de aangrenzende Heyendaalseweg en in de Van Slichtenhorststraat.

Vragen over de uitvoering van dit project? Neem contact op met aannemer Van den Heuvel 0412 45 38 72 of met de bel- en herstellijn van de gemeente.

Wie is Liander?

Liander is de netbeheerder en als eigenaar van de energiekabels en gasleidingen verantwoordelijk voor een betrouwbaar transport. De naam is afgeleid van het Franse woord 'liaison', dat verbinding betekent. Liander verbindt buurten op geheel eigen wijze en is opdrachtgever van een sanering van huisaansluitingen.

Waarom saneren? Saneren is het vervangen van verouderde elektriciteits- en gasaansluitingen. In Galgenveld zijn deze aansluitingen decennia oud. Ze voldoen niet meer aan de eisen van deze tijd. Dat kan zich uiten in storingen. Tevens verwacht Liander dat we meer stroom gaan verbruiken. Nieuwe aansluitingen kunnen dat beter aan. Niet saneren zou kunnen leiden tot meer storingen.

Welke wijken saneert Liander? Op dit moment Galgenveld. Liander kan niet aangeven of ook andere wijken in Nijmegen-

Oost op de nominatie staan voor sanering. De netbeheerder start deze maand nog met het vervangen van de hoofdgasleiding in de Professorenbuurt, de aangrenzende Heyendaalseweg en Van Slichtenhorststraat. De werkzaamheden vinden gedurende het eerste kwartaal plaats. De stoep gaat dan opnieuw open.

Wat is de technische levensduur van een huisaansluiting? Minimaal 30 jaar.

Wat kost het saneren per huishouden? Ongeveer 2.000 euro. Voor Galgenveld betreft het ongeveer 600 woningen. Liander investeert dus 1,2 miljoen euro in de wijk. Gebruikers betalen maandelijks netbeheerkosten via hun energieleverancier. Voor 2017 geldt: ongeveer 15 euro per maand voor gas en ongeveer 20 euro per maand voor stroom. Dat is niet alleen voor onderhoud en nieuwe slimme meters. Liander moet bijvoorbeeld ook een heffing betalen aan de gemeente omdat het leidingwerk in de grond van de gemeente

ligt. Vooral deze precariokosten stijgen in 2017. Daarom gaan de netbeheerkosten dit jaar fors omhoog: gemiddeld 8 procent.

Hebben we in de toekomst nog een gasaansluiting nodig? Woordvoerder Carlo van der Borgt van Liander: “Wij voorzien dat – onder meer als gevolg van de klimaatakkoorden van Parijs - aardgas uit de bebouwde omgeving zal verdwijnen. Het is immers een broeikasgas. Dat betekent niet automatisch dat het gasnet zelf verdwijnt. In de toekomst gaan we steeds meer gebruik maken van lokale mogelijkheden voor verwarming van huizen. Dat kan bijvoorbeeld door aan te sluiten op een warmtenet (in Nijmegen-Noord en bij het Waalfront ligt bijvoorbeeld een warmtenet). Maar het kan ook dat je lokaal gebruik maakt van biogas, door het bestaande gasnet. Of dat je juist elektrisch gaat verwarmen. Hoe het er precies uit zal komen te zien is nu moeilijk te zeggen.”

“Mensen begrijpen onze situatie”



De slimme meter

De slimme variant is een digitale meter, waarvan de netbeheerder de meterstand op afstand kan uitlezen. Het is de bedoeling dat alle Nederlanders 'gratis' een nieuwe slimme energiemeter krijgen. Volgens Liander zou er sprake zijn van louter voordelen.

Gratis? Dat lijkt niet aannemelijk. Wegen worden ook niet gratis aangelegd. Gebruikers betalen netbeheerkosten, waarmee Lianderde vervanging van bijna alle meters financiert. Het kost geld en indirect betalen alle gebruikers.

Meterstanden Je hoeft niet meer zelf jaarlijks de meterstand door te geven. Dat scheelt je ongeveer tien minuten per jaar. Een druk bezet mens hoeft er niet meer aan te denken. Het apparaat geeft elke twee maanden automatisch de meterstand door. Dat geeft de energiemaatschappijen de mogelijkheid vaker verbruiksoverzichten te verstrekken. Of de slimme meter altijd 'de juiste' meterstand verstuurt en de

verstuurde stand ook zonder manipulatie wordt geregistreerd weet je als gebruiker niet.

Energiebesparing Vermeende energiebesparingen zijn twijfelachtig. De slimme meter op zich bespaart geen energie. Het idee is dat mensen hun gedrag aanpassen als ze direct met hun energieverbruik geconfronteerd zouden worden. Daarvoor is meer nodig dan de slimme meter. Bijvoorbeeld een beeldschermje in huis of een app, die het verbruik als kwartierwaarden tonen, liefst nog per apparaat.

Privacy Een bezwaar tegen de slimme meter zou kunnen zijn: de energieleverancier, netbeheerder of overheid zou kunnen zien of je thuis bent. Met de bescherming van deze vorm van privacy zou het goed zitten. Er zijn waarborgen, die echter voor de gebruiker niet te verifiëren of te begrijpen zijn. Hoe komt de meterstand veilig bij de energieleverancier? Het credo is: vertrouw ons maar. De vraag is of deze houding nog van deze tijd is. In een digitale wereld komt het niet automa-

tisch goed met je privacy. Want wat als ook jouw digitale gegevens terecht komen in een hack of een lek?

Waarborgen Twee concrete, begrijpelijke waarborgen zijn er wel. Je kunt de slimme meter weigeren. Echter, niemand vraagt dat vooraf actief. Dat moet je zelf vooraf bedenken en aangeven. Je kunt de communicatie van de meter ook uit laten zetten. Een led lampje in de meter geeft daar uitsluitel over. En dan geef je jouw meterstand gewoon weer jaarlijks door.

Toekomstmuziek Wellicht gaat de slimme meter in de toekomst wel een essentiële rol spelen in het beheer van het energienet. Naar mate het energieaanbod duurzamer wordt kan deze sterker gaan fluctueren. De netbeheerder zou een overaanbod dan kunnen verde-len over huishoudens met een slimme meter door het op afstand aanschakelen van elektrische boilers of het laden van batterijen. Wellicht tegen een gereduceerd tarief? Zover is het echter nog lang niet.

Kleinbedrijf | Non profit instelling | Kunstenaar | Freelancer

Boekhouding Jaarrekening
Loonadministratie Belastingaangifte



vanditzhuijzenboekhouders



Van Nispenstraat 228 • 6521 kv Nijmegen • Telefoon 024-3602580
E-mail info@ditzboek.nl • Website www.ditzboek.nl



Open dag

Zaterdag 28 januari van 10.00 uur tot 12.00 uur

U bent van harte welkom om kennis te maken met onze school, de leerkrachten en een aantal kinderen die al op onze school zitten. Vanaf 10.00 uur staat er een kopje koffie of thee voor u klaar. Voor de kinderen is er limonade en zijn er verschillende activiteiten zoals spelen in de speelzaal, kleien, bouwen en verkleiden.

Tevens is er op dinsdag 7 februari een inloopmoment van 10.30 uur - 12.00 uur voor ouders en kinderen die de school graag in bedrijf zien.

Tijdens de open dag en het inloopmoment zijn kinderdagverblijf Soosje en de BSO ook geopend. Het is zeker de moeite waard om daar een kijkje te gaan nemen.

Graag tot ziens,

Basisschool de Klokkenberg

Kopseweg 7
6522 KB NIJMEGEN
024-3229220
www.deklokkenberg.nl
directie@deklokkenberg.nl

FYSIOTHERAPEUTISCH INSTITUUT NIJMEGEN & PRAKTIJK VOOR HAPTOTHERAPIE

Wij wensen u een vitaal en voorspoedig nieuwjaar!



Goed voornemen voor 2017?

Neem een gratis proefles "Blijven bewegen boven je 60ste"
op woensdagochtend.

Berg en Dalseweg 122a
6522 BW Nijmegen
tel. 024-3228418
www.haptonomienijmegen.nl
info@haptonomienijmegen.nl

Jubilaris Wanco

Jan Willem van Santbergen is 25 jaar in dienst van de WANCO op de Daalseweg. Hij is eind 1991 als 23 jarige jongen in dienst getreden en heeft zijn voetsporen bij de WANCO met vlag en wimpel verdiend. Inmiddels woonachtig in Bemmelen; getrouwd en een dochter van 9 jaar, waarvoor hij onlangs een mooie



fiets heeft opgeknapt. Met natuurlijk een door hemzelf opgebrachte verflaag. De verfdeling is namelijk zijn kindje geworden en hij is expert op het gebied van de vele strik-middelen die de WANCO verkoopt. Jan Willem haalt zijn kicks uit het advies dat hij geeft. Je moet zelf van klussen houden om hier te kunnen werken", aldus Jan Willem. De grootste genoegdoening voor hem zijn de reacties van klanten met 'twee linkerhanden' die terugkomen en melden dat ze de klus toch hebben geklaard op basis van zijn adviezen. *Tekst en foto: Marc van Kempen*

Oost ontmoet Oost 2017: oproep

Het Wijkcomité Nijmegen Oost is al weer druk bezig met de voorbereiding van Oost ontmoet Oost.

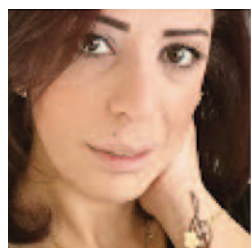
Wij zoeken creatieve "Talenten" uit onze wijk van alle leeftijden. We denken hierbij aan: Talenten op het gebied van muziek en/of zang. Verder zijn we op zoek naar personen uit onze wijk die "gespecialiseerd" zijn in bijvoorbeeld kaartleggen, toekomst voorspellen, spiritualiteit, massage, edelstenen etc. die zich die dag willen presenteren met bijvoorbeeld een stand en zo hun kennis willen delen met andere buurtgenoten. Locatie en datum zijn nog niet definitief bekend, maart of april 2017. Het streven is zondagmiddag 12 maart.

Deelname aan Oost ontmoet Oost mag geen commercieel karakter hebben. Een commissie van het wijkcomité maakt een selectie over deelname aan Oost ontmoet Oost.

Geïnteresseerden kunnen zich melden via het mailadres van Wijkcomité Oost : wijkcomiteoost@gmail.com.

Syrische muziek en buffet

Op zondag 22 januari treedt de Syrische zangeres Thanaa Hasoni op in het huiskamerrestaurant Babylon aan de Kwakkenbergweg 150 in Berg en Dal. Thanaa is bekend geworden door het zingen van een Nederlands liedje van Toon Hermans ("Als de liefde niet bestond...") op het station van Nijmegen. Maar haar grootste talent ligt bij het zingen



van romantische Syrische liedjes. Van 15 tot 17 uur brengt zij deze liederen in ons Huiskamerrestaurant ten gehore. Kom er van genieten!

Aansluitend kookt Rami (dit keer in tegenstelling tot op vrijdag) op deze zondag een Syrisch Buffet. Een Syrisch evenement dus! Kosten euro 5 voor de muziek en euro 10 voor het eten, aanmelden via ecamamol@gmail.com of 06-53684322.

HubbelsCowerkplek per 1 januari in Bottendaal

De cowerkplek van zzp'ers en thuiswerkers, 'HubbelsCowerkplek', gaat verhuizen naar een modern en representatief onderkomen in Bottendaal. Na de startjaren sinds 2012 in een monumentaal pand in Nijmegen-Oost, gaat Hubbels zich verder ontwikkelen in het moderne kantoor aan de Castellastraat. Bij HubbelsCowerkplek werkt een groep van ongeveer 20 leden die in deeltijd gebruik maken van de flexwerkruimte en vergaderkamers. Met de verhuizing per januari is al een



nieuwe samenwerking gevonden met Oostdam & Partners en One of Us, te vinden via dezelfde voordeur. De nieuwe locatie in Bottendaal heeft een aantal extra's, naast de vanzelfsprekende goede Wi-Fi en koffie. Het nieuwe kantoor ligt op de begane grond en is toegankelijker. Het ligt op 7 minuten lopen vanaf het centraal station. De wijk vraagt erom om na het werk een drankje te doen in een café om de hoek. Bovendien is de ligging nabij het station en het centrum ideaal; goed toegankelijk en diverse bedrijvigheid in de buurt.

Op vrijdag 27 januari is er een openingsborrel vanaf 16:00 uur. Info bij Martine van Harten of via info@hubbels.net.

Lezing over geschiedenis Oost

Presentatie over kerken, kazernes en kunstenaars door René van Hoften. Nijmegen-Oost staat van oudsher bekend als een rustige woonwijk op het heuvelachtige terrein tussen de Berg en Dalseweg en Groesbeekseweg, overlopend enerzijds naar Berg en Dal anderzijds naar Altrade. Specifieke kenmerken van Nijmegen-Oost die in deze presentatie aan bod komen zijn de diverse kazernes, de Vierdaagse, maar ook het Spook van de Van 't Santstraat, het straatleven van vroeger, de prachtige kerken en Nijmeegse auteurs die hier allemaal hebben gewoond.



De lezing begint met een historische inleiding vanaf het jaar 1500 met de stadswallen en voorbijtrekkende legers van Spanjaarden en Fransen, en eindigt in de huidige tijd bij wijkvernieuwingen en bekende kroegen. Woonresidentie Vijverhof, Kwakkenbergweg nr. 170, bij Vereniging Babylon, zondag 29 jan. 15.00-17.00u. (inclusief pauze) €3,-

Open Doe Dag Hobbycentrum Nijmegen Oost

Zondag 29 januari van 11.00 tot 15.00 organiseert Hobbycentrum Nijmegen Oost een Open Doe Dag. Iedereen is uitgenodigd om deze dag deel te nemen aan allerlei creatieve workshops.

Op het programma staat bijvoorbeeld: sieraden maken, glasfusen, boetseren, zentangle, edelsmeden en nog veel meer. Alle creatieve workshops zijn bijna kosteloos, alleen wordt een bijdrage gevraagd voor de materiaalkosten. De Open Doe Dag is bedoeld voor iedereen: van jong tot oud en van beginnende hobbyist tot kunstenaar. Natuurlijk kun je ook langskomen voor een rondleiding of gewoon voor een lekker kopje koffie! Lokatie: Prof. Cornelissenstr. 2, naast OBG.

Elke week van maandag t/m vrijdag (overdag) en op de woensdagavond. Voor 75 euro kun je bij Hobbycentrum Nijmegen-Oost een heel jaar onbeperkt deelnemen aan alle creatieve cursussen.

www.hobbycentrumnijmegenoost.nl.

Richt uw woning mooier in met
Wennekers Nijmegen



WENNEKERS
NIJMEGEN

Gordijnen, zonwering, vloeren ...en meer

www.wennekers-nijmegen.nl

Groenestraat 2A Nijmegen
(hoek St. Annastraat)
T: (024) 356 01 04
E: info@wennekers-nijmegen.nl

SAUTER
Nijmegen

• WIJNEN • PROEVERIJEN
• GESCHENKEN • CURSUSSEN

SINT ANNASTRAAT 56 | 6524 GG NIJMEGEN
☎ 024 - 6792436 | WWW.SAUTERWIJNEN.NL

SCHEIDEN..... en de kinderen dan?

Bel voor een gratis adviesgesprek

Scheidingspraktijk Apart Verder ontzorgt!

- ~ Scheidingsbemiddeling op maat
- ~ Kinderbegeleiding & ouderschapsplan
- ~ Fiscaal & juridisch advies incl. convenant
- ~ Alimentatie advies & berekening
- ~ Mediation door MfN register familie mediator

Apart Verder
Scheidingspraktijk

Partner van:

**HET
SCHEIDINGS
COLLECTIEF**

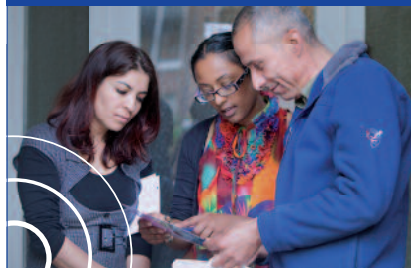
St. Canisiussingel 19H
6511 TE Nijmegen



Bel: 06-21449991 www.apartverder.nl

VRAGEN OVER REGELS EN PAPIEREN?
EEN GOED IDEE VOOR DE BUURT?
NIEUWE MENSEN ONTMOETEN?
ANDERE MENSEN HELPEN?
ZORG OF HULP NODIG?

Kom naar
de Stip!
Samen maken
we de wijk



stip

Stip Oost
Elzenstraat 4, oost@stipnijmegen.nl
Maandag van 13:30 - 16:30 uur
Woensdag van 09:30 - 12:30 uur
Donderdag van 13:30 - 16:30 uur

Dr Thorens
Restauratie, modificatie, reparatie van
Thorens platenspellers. En alles wat bij een
goede muziekweergave nodig is.

Rob Spoelstra

thorens@chello.nl
drthorens.nl
Ridderspoor 18 6542 HD Nijmegen

Bel of mail voor afspraak Tel. 06 20651207
kvk nr 65700198

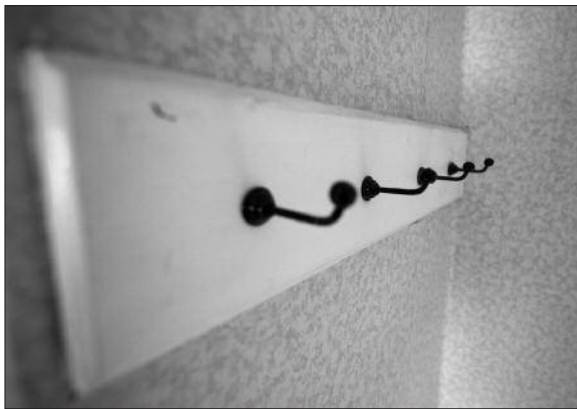
Terug naar de jaren '20

Loes
Wijffels



Mede door de inspanningen van Bewonersprojectgroep Spoorbuurt was het begin januari mogelijk een onveranderde woning van 1928 te bezichtigen. De projectgroep werkt samen met woningbouwstichting de Gemeenschap aan de verbetering van een aantal woningen in deze buurt. Toen bekend werd dat het huis aan de Palestrinastraat vrij kwam, besloot men, voordat de renovatie begint, belangstellenden uit te nodigen.

De woning verkeert nog bijna geheel in de oorspronkelijke staat. Voor Hennie Janssen, die er vanaf haar vierde woonde, hoefden al die verbeteringen niet zo nodig. Alleen aan een nieuw toilet ontbrak ze niet. De ensuite schuifdeuren, de houten vloeren, de inbouwkasten, het granieten aanrecht, de gootsteen met zwart/wit-tegeltjes, de onbeschadigde schouw en de zwarte kapstokhaakjes: alles is er nog.



Hans Peters, opzichter bij de Gemeenschap: "Mevrouw Janssen leefde zonder douche en hield het huis warm door middel van gaskachels. In de begintijd zelfs met kolenkachels.

Voordat ze zo'n twintig jaar geleden een geiser kreeg, kookte ze het water op het vuur.

De Spoorbuurt ontleent zijn naam aan het NS-personeel dat er werd gehuisvest. De vader van Hennie Janssen was dan ook conducteur."

Willem Degen van de bewonersprojectgroep wil zich graag sterk maken voor behoud van dit cultureel erfgoed in de wijk: "Er zijn genoeg mensen die hier best zouden willen wonen. Dit is dan ook zo uniek. Het zou zonde zijn als het gesloopt wordt. We hopen dat de woningstichting een andere woning als modelwoning zal gaan inrichten."

Onder de kijkers zijn veel mensen die een vergelijkbare woning huren. Zij zijn nieuwsgierig naar de geschiedenis van hun eigen huis. In de huiskamer hingen veel oude foto's én tekeningen van de nieuwe plannen. Er gaat binnenkort groot onderhoud plaatsvinden aan de woningen, in principe zonder huurverhoging.



Foto's: Marc van Kempen

Platte buik slanke benen strakke billen

IN 5 STAPPEN

1. Bodycheck
2. Bewegingsplan
3. Voedingsplan
4. Huidverbetering
5. Coaching

met als resultaat:
het figuur en gewicht waarbij jij je goed voelt
en voor altijd slank.

**Lady
LINE**
THE SLIMMING COMPANY

Bel voor meer informatie of
een gratis 'Advies op Maat'
T. 06 - 16 96 42 00
www.ladyline.nl
v.d. Bruggenstraat 12, Nijmegen

Gun uzelf een mooi figuur en een goed gewicht met onze wetenschappelijk bewezen methode.

Autoservice Kuijpers

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

CO-BUS buscamper verhuur Nijmegen Fly & drive met een buscamper

CO-BUS buscamper service airport Faro (Algarve-Portugal)



(m) 06 12 40 32 09
(e) info@co-bus.nl
(i) co-bus.nl

Het lentegevoel in de winter

(januari en februari 2017)

Voor meer informatie zie website co-bus.nl



KAAIJ
advocatuur
mediation | coaching

Recht uit het hart

Personen- en familierecht
als advocaat of mediator

Nalatenschappen
als mediator

Arbeidsrecht
als mediator

Zakelijke geschillen
als mediator

Psychiatrisch patiëntenrecht
als advocaat

St. Annastraat 198 G | (024) 324 59 37
6525 GX Nijmegen | www.kaaijadvocaten.nl

De kracht zit al **20 jaar** in onze mensen!

EETCAFÉ **BLIXEM** CATERING
CADEAUWINKEL WEBSHOP



Kijk voor het weekmenu of om te reserveren op
www.blixemnijmegen.nl

Groesbeekseweg 75 Nijmegen 024 - 388 86 78

Buurtbemiddeling:

“Er zijn altijd twee waarheden”

Ergernis over een geluid, kinderen, huisdieren, een barbecue of een verkeerd geparkeerde auto. Het stelt eigenlijk niets voor, maar soms lopen dit soort ergernissen toch uit de hand. En daar zit niemand op te wachten. Wat voor de ene buur heel gewoon is, is voor een andere buur storend. Sommige burens zijn zelfs niet meer ‘on speaking terms’. De stap naar de ‘Rijdende rechter’ is voor velen er één te ver. Maar aankloppen bij Buurtbemiddeling is vaak een geslaagde route.

Renske Oegema en Dyonne van der Zeeuw zijn vrijwilligsters bij Buurtbemiddeling. Het project werd acht jaar geleden opgestart en is een succes. Nijmegen krijgt op jaarbasis meer dan 200 verzoeken voor bemiddeling. In zeven van de tien situaties komen de burens tot elkaar. De buurtbemiddelaars zijn neutraal, geven geen oordeel en hebben uiteraard geheimhoudingsplicht.

“Als je iets meer van elkaar afweet, is er meer begrip”

“Elk gesprek is anders. We nemen het altijd serieus. Het zijn voor de beide burens zelf geen kleine dingen. Voor hen is het heel erg belangrijk.”, vertelt Dyonne over haar ervaringen. “Er zit vaak iets onder”, vult Renske aan. “Mensen hebben meestal geen kennis met elkaar gemaakt. Als je iets meer van elkaar afweet, is er meestal wat meer begrip”. De bemiddelaars bezoeken eerst beide burens apart zodat ieder zijn verhaal kwijt kan

en gaan daarna met hen om tafel. “Er zijn altijd mensen die denken dat jij het wel oplost. Maar wij dragen geen oplossing aan. Dat doen de mensen zelf. Daardoor is het altijd een win-winsituatie. Met elkaar zoeken we naar het gemeenschappelijke. En soms sta je voor verrassingen”, lacht Dyonne: “Ik had met een dame afgesproken om haar probleem met de burens te bespreken en vervolgens zaten er veel meer mensen in de kamer met allemaal verschillende klachten over dezelfde persoon. Dat kan natuurlijk niet. Dan zijn we heel duidelijk. We zeggen tegen de mensen dat ze hun verhaal kunnen doen, maar dat wij pas naderhand beslissen hoe we er mee omgaan.” Het aantal oplossingen vinden de vrijwilligers eigenlijk niet zo belangrijk. “Er gaat altijd wat rollen. Ook al willen de burens niet met elkaar in gesprek, je brengt toch wat teweeg met je bezoek.”

“Wij hebben geen vonnis en dragen geen oplossingen aan”

Buurtbemiddeling is mede succesvol omdat vrijwilligers de bemiddeling op zich nemen. Doordat zij niet gekoppeld zijn aan een instelling is het makkelijker om er een beroep op te doen. Alle vrijwilligers krijgen een training van twee dagen voordat ze de eerste keer op pad gaan. En een vrijwilliger gaat nooit alleen op een ‘zaak’ af. Eerst naar de melder en vervolgens, zonder afspraak, stappen ze op de burens af. “We hebben nog nooit meegemaakt dat de burens niet in gesprek willen, óók zij willen hun verhaal vertellen. Er zijn altijd twee waarheden en het gesprek heeft vaak een wending die je



Karin
Veldkamp

vooraf niet bedenkt. Het is bijzonder leuk werk. Je krijgt er echt energie van”, vertellen de dames enthousiast aan mij én aan elkaar. Want ze zien elkaar voor de eerste keer vanavond. Dyonne doet dit werk al zes jaar maar Renske is afgelopen zomer pas begonnen. “Ik heb twee jaar op de wachtlijst gestaan. Ik ging er zo langzamerhand van uit dat het wel niets zou worden en toen kreeg ik de vraag of ik nog interesse had.” Renske vindt het werk zo leuk omdat je er veel van leert. “Door buurtbemiddeling leer ik niet in te vullen van te voren. En dat is best moeilijk, want op het moment dat je ergens naar binnen gaat, denk je vaak meteen iets. Maar je leert de juiste vragen stellen en het effect daarvan. En natuurlijk met verschillende mensen omgaan. Over het algemeen genomen werkt het goed als je zegt wat je denkt. Maar wij hebben geen vonnis en dragen geen oplossingen aan. Wij helpen om structuur aan te brengen.” “En wat ook zo leuk is”, vult Dyonne aan: “Je komt bij veel verschillende mensen in uiteenlopende situaties. Dat is verrijkend.”

Kijk voor meer informatie op:
www.buurtbemiddelingnim.nl



Renske Oegema (links) en
Dyonne van der Zeeuw

Foto: Bert Hendrix

Oud-minister-president Dries van Agt



Karin
Veldkamp

Hij studeerde rechten aan de Katholieke Universiteit hier in Nijmegen. Van 1977 tot 1982 was hij de minister-president. Daarvoor zes jaar minister van Justitie. Dus met een lichte spanning in de benen fietsen fotograaf Bert en ik naar Val Monte, om een fractie vast te leggen van het bewogen leven van een welbespraakte wijkbewoner: Dries van Agt. De in mijn beleving wat 'plechtstatige' oud-premier heeft bij ons aan tafel een gemoedelijke uitstraling.

In 1949 streek hij neer in Nijmegen voor zijn rechtenstudie. "Mijn eerste adres was Annastraat 170. Ik werd als een soort pleegzoon, uit het Brabantse land, onder de hoede genomen door een, voor ons bekende, hoogleraar van de juridische faculteit." Na een jaar verhuisde hij naar de Groesbeekseweg, maar het grootste deel van zijn studententijd woonde de heer Van Agt in een studentenhuus op de Oranjesingel. Enigszins bescheiden maar toch ook met enige trots vertelt hij: "Daar ligt nu een ingemetselde stoeptegels dat ik daar heb gewoond." De terugblik op zijn studententijd zorgt voor een ongedwongen sfeer. Met een lichte twinkeling in zijn ogen vertelt hij over die vervlogen jaren. "Ik woonde op de derde etage. Wie ik nooit zal vergeten is onze medebewoner die op de hoogste verdieping woonde; een Tsjechische student, die was gevlucht na de inval van de Sovjet Unie in zijn land. Ik zie hem nog goed voor me en heb nu nog hartzeer als ik eraan terugdenk. We hadden namelijk weinig contact met hem. Hij sprak onze taal niet en pakte het Nederlands ook moeilijk op. Hij was eenzaam. Hij kon prachtig viool spelen en deed dat vaak midden in de nacht. Hij kon blijkbaar niet slapen. Wij wilden natuurlijk wel slapen en ergerden ons daaraan. Maar nu blijft het voor mij een aangrijpende herinnering en schaam ik me dat we hem zo verwaarloosd hebben. Ik zou hem nog wel eens terug willen zien, maar de kans dat hij niet meer leeft is groot."

Voor een jurist het allermooiste ministerie
Na zijn rechtenstudie werkte Van Agt twee jaar als advocaat in Eindhoven: "Ik was de vijfde advocaat binnen het kantoor en daarmee waren we de grootste van de stad. Dat is nu moeilijk voor te stellen met de huidige omvang van de advocatenkantoren."

Twee jaar later verruilde hij zijn functie voor een positie op het ministerie van Landbouw en Visserij en daarna kwam het ministerie van Justitie: "Voor een jurist het allermooiste ministerie dat er bestaat. Ik ging niet omhoog in rang, maar in ambtenarenkring werd het toch als een soort promotie ervaren omdat je bij het centrum van de wetgeving betrokken was."

In die periode woonde Van Agt met zijn gezin in Den Haag. Toch ging hij terug naar Nijmegen. In '67 werd hij 'opgeroepen' om de functie van hoofdmedewerker, voor de toenmalige hoogleraar strafrecht, te bekleden. Toen de hoogleraar, ruim een jaar later, totaal onverwacht overleed, kreeg hij een 'kredietbenoeming' voor de functie van hoogleraar; officieel had hij hiervoor niet de gevraagde ervaring. "Tot op heden heb ik het krediet nog niet ingelost", komt er eerlijkheidshalve achteraan. Hij kreeg ook niet echt de tijd om zijn 'krediet' in te lossen. Zo'n twee jaar later werd hij 's avonds om half negen gebeld door Barend Biesheuvel, met de vraag of hij de post van minister van Justitie wilde innemen. Graag antwoord voor 24.00 uur! "Op Justitie moest een KVP'er (*Katholieke Volkspartij - red*) komen. Ik vermoed dat zijn eerste keuze voor deze post op het allerlaatste moment afzag van de benoeming. Althans dat is mijn schalkse interpretatie", laat hij met lichte zelfspot weten. "Ik moest dit natuurlijk eerst met het meisje overleggen voordat ik antwoord kon geven. En zij zei: Doe het maar. Ik weet ook wel dat je dit niet kunt. Als je na een half jaar wordt weggestuurd, kan je later toch tegen je kleinkinderen zeggen: maar opa is minister van Justitie geweest!" De volgende dag stond hij naast de koningin op het bordes. "Door deze rappe beslissing kwam mijn vrouw elf jaar alleen te zitten. Op zijn best was ik in het weekend thuis. Ik zie het als haar heldendom dat zij mij in 1972 naar Den Haag liet gaan. Toen ik eind 1982 thuis kwam trof ik kinderen aan die van de lagere school volwassenen geworden waren. Zij heeft onze kinderen door deze moeilijke periode heen geloodst. Het was inderdaad een pijnlijk gemis. Toch heb ik nooit verwijten gekregen over mijn afwezigheid. Ik ben een geluksvogel."

Ik was de klos toen Menten op tijd wegpiepte
Als minister van Justitie kreeg hij met zware 'kwesties' te maken. Vijf gijzelingen, waaronder de treinkapingen bij de Punt en de Indonesische ambassade. Het recentelijk verschenen rapport over de kaping in de Punt rakelt weer veel op bij de oud-minister. "Met Joop den Uyl,

de Gaaij Fortman, Max van der Stoep en Harry van Doorn moesten we een besluit nemen." Een 'kwestie' die nooit uit zijn leven zal verdwijnen. Ook kreeg hij te maken met de mogelijke vrijlating van de 'drie van Breda', waarmee hij Nederland in rep en roer bracht. Het leidde tot bedreigingen met als gevolg dat hij met zijn gezin moest onderduiken. Ook zijn

voornemen om de abortuskliniek in Bloemhove te laten sluiten zorgde voor politieke en maatschappelijke ophef. Onlangs was hij een paar keer te zien (op archiefbeeld) in de serie over Menten, de oud-oorlogsmisdadiger. Mijn vraag of hij de serie heeft gezien, beantwoordt hij met een bevestiging. "Ik heb Hans Knoop (*journalist die Menten ontmaskerde als oorlogsmisdadiger - red.*) gebeld en gezegd dat de serie knap in elkaar zit. Het was een gevoelige kwestie indertijd. Wat mij door het parlement zwaar werd verweten, is dat ik Menten had laten ontsnappen. Dat is ongerechtvaardigd", zegt hij resoluut. "Het

Openbaar Ministerie doet de strafzaken. Als minister ben ik politiek verantwoordelijk voor het OM. Indien en voor zover het OM te verwijten valt dat zij de verdachte de kans hebben gegeven om weg te komen, dan kan mij verweten worden dat ik hiervoor staatsrechtelijk verantwoordelijk was. Waarschijnlijk is Menten getipt. Door wie is nog steeds onduidelijk. Ik was de klos toen hij op tijd wegpiepte. Ik heb daarna grote moeite gehad om hem uitgeleverd te krijgen naar Nederland."

Mijn vader piekerde er niet over om voor mij een racefiets aan te schaffen

Als ik het roer plotseling omgooi naar wielrennen verslikt hij zich bijna in zijn tonic. "Ja, dat is wel even een heel ander onderwerp", lacht

hij. "Sinds een jaar of anderhalf fiets ik niet meer. Ik krijg wat last van evenwichtsstoornissen en daardoor wordt het valrisico te groot. Ik leerde als kind hard fietsen doordat ik met de fiets naar school ging. Het was elke dag racen om nog voor de bel binnen te zijn. Door hard te fietsen, leerde ik racen. Maar op een gewone fiets. Mijn vader piekerde er niet over om voor mij een racefiets aan te schaffen. In 1981 kreeg ik een onderscheiding van de Koninklijke Nederlandse Wielerbond omdat ik, als minister-president, voor iedereen zichtbaar op de racefiets klom. Hierdoor zou ik een bijdrage geleverd hebben aan de vermaatschappelijkering hiervan."

Ik vond het Palestina Comité halve garen

Als prominent CDA-lid laat de heer Van Agt, nog regelmatig van zich horen. De Palestijnse zaak heeft zijn speciale aandacht. Als ik over deze 'kwestie' begin, lacht hij en zegt: "Ja... óók zo'n 'kwestie.'" Als premier was hij pro-Israël. "Ik heb Israël altijd verdedigd", erkent hij onmiddellijk. "Ik vond het Palestina Comité halve garen. Er werd zeer neerbuigend over gesproken in Den Haag. Dat werd bij mij doorbroken toen het nieuws van het bloedbad in 1982 binnenkwam over de vluchtelingenkampen Sabra en Shatila in Libanon. Toen begon mijn twijfel."

Sindsdien zet hij zich in voor de rechten van de Palestijnen. In 2009 richtte hij The Rights Forum op; een stichting die zich inzet voor een rechtvaardiger Midden-Oostenbeleid van de Nederlandse regering. "Alleen als dat beleid gericht is op het internationaal recht, kan Nederland effectief aan een duurzame oplossing voor het conflict bijdragen." Vanwaar deze ommezwaai? "Drie redenen", zegt hij meteen. "Om te beginnen is het niet zomaar een land. Dat gebied is Heilig Land en daarin staat het los van andere conflictgebieden", start hij zijn korte geschiedenisles. "Wij, hier in Europa, zijn in hoge mate schuldig aan dit conflict. Tijdens de ontmanteling van het Ottomaanse rijk, heeft het Westen dat rijk in brokstukken uiteen getrokken. Al die toen gevormde landen werden onafhankelijk, behalve Palestina. Vooral schaam ik me voor de Holocaust. Er zijn erg veel Joden uit Nederland gedeporteerd. Dus wij zijn mede schuldig aan deze catastrofe. En tenslotte blijf ik jurist met hart en ziel. Ik kan het niet uitstaan dat er zoveel schendingen van het internationaal recht zijn. Daar word ik woest van."

De rustige en vriendelijke man die tegenover me zit, geeft hier even een ander 'inkijkje'. Wordt hij vroeger als controversieel ervaren, zijn eigenzinnigheid en passie is hij nog niet verloren. En als ik hem tot slot vraag naar de zorgwekkende ontwikkelingen in de zorg, laat hij zijn diplomatieke kant zien. "Ik ben aardig loslippig geweest, maar nu stop ik. Ik heb hier geen zicht op. Ik praat alleen over dingen waar ik verstand van heb. En het krijgt misschien te veel gewicht mee als ik daar uitspraken over doe."



Foto: Bert Hendrix

"Ik kan het niet uitstaan dat er zo veel schendingen van het internationaal recht zijn"

Agenda

Er is ontzettend veel te doen in onze wijk! Hieronder maakten we een selectie uit het ruime aanbod voor de komende maand. Kijk voor het totale aanbod op www.dewijkwebsite.nl bij 'buurt-agenda' of schrijf je in voor de wekelijkse buurtmail. Zo blijf je makkelijk op de hoogte van wat er allemaal bij je in de buurt gebeurt!

22 januari en 5 februari
11.00u. Workshops Boogschieten. € 25,- inclusief gebruik van materiaal. www.chenghsin.nl

23 januari
17.30u. Start lessenreeksen Tai-chi en Qi Gong met ResiMesse-link. www.taichichuannijmegen.nl
024-3234534

23 + 30 januari, 6 + 13 februari
20.00u. Dansexpressies
www.wijzijn.dance

25 januari
19.30u. Lezing gezondheidscoöperatief, OBG, Prof. Cornelissenstraat 2. vrijwillige bijdrage. michelkoot@kabelfoon.net
<http://gezondheidscoöperatief.nl/>

19.30u. Proefles Bewegen vanuit de Tango-visie, Van Nispenstraat 178. www.kyrah.nl Start Cursus Tango Beginners op woensdag 1 februari, wekelijks- 19.30-20.30u.

26 januari
19.00u. Hatha-Yoga. Elke dondagavond 19.00 - 20.00u. en van 20.15 - 21.30 uur, wijkcentrum De Ark van Oost. 06-21590904. www.yogahengstdal.nl

27 januari
Tweede bijeenkomst van Parkinson Café Nijmegen staat in het teken van de zorg. 14.00-16.00u, Ark van Oost, Cipresstr 154, aanmelden via mail marybandsma@upcmail.nl

28 januari en 4 februari
09.30u. 2-daagse workshop Talentenspel 'Voluit je talenten leven! 024-3243647/06-22858512. www.lucyvannorel.nl/

28 januari
12.00u. Expositie tijdens open dag. Zaadel Makerij

15u. Gratis Workshop Increasing-Consciousness. chenghsin.nl

29 januari
11.00u. SoulCollage® Workshop SoulCollage.nl 0643922456 info@inzichtpresent.nl

14.30u. Liederentafel Café De Kroon, Van 't Santstraat.

15.00 uur De geschiedenis van Nijmegen-Oost. Presentatie over kerken, kazernes en kunstenaars. Babylon. Vijverhof, Kwakkenbergweg nr. 150. €3,-

30 januari
09.30u. Start 8-weekse Mindful 'Omgaan met Verlies', Centrum de Appel, www.ankersmid.nl

20.00u. Dansexpressies www.wijzijn.dance

1 februari
10.00u. Wandel mee vanaf Elzenstraat 4, 06 1498 5928 henk.horstink@gmail.com

14.00u. Workshop 'Berenkracht & Fluisterkind', 024-3607967/ www.het-berenhof.com

19.30u. Start cursus Argentijnse

OBG - In het OBG zijn bijna dagelijks allerlei activiteiten zoals grand café, vrijdagavondsoos of rommelmarkt. Kijk in de agenda op de wijkwebsite voor 't programma van vandaag. www.obg.nu.

In het **Hobbycentrum Nijmegen-Oost** kun je elke dag terecht voor zaken als edelsmeden, glas in lood, houtbewerken etc. Meer info: www.hobbycentrumnijmegenoost.nl.

Kerknieuws en agenda van activiteiten:

Antonius van Padua Gemeenschap Nijmegen: www.apvnijmegen.nl
Maria Geboorte Kerk: www.mariageboorte.nl
Effata - Dominicuskerk: www.effataparochie.nl
Cenakelkerk H. Landstichting: www.parochie-heiligedrie-eenheid.nl

Tango Basis 1 - Beginners
welkom@kyrah.nl www.kyrah.nl

2 februari
10.00u. Cursus JazzFitFlow
Daalsehof, deopstap-nijmegen.nl

3 februari
20.30u. Workshop Chacarera Folkdance uit Argentinië. www.kyrah.nl

5 februari
11.00u. SoulCollage® Workshop
info@inzichtpresent.nl, 06-43922456

7 februari
11.00u. Danscursus voor peuters en hun (groot-)ouders: 7, 14, 21 en 28 februari van 11-12 uur onder en kind €35, 024-3607967; www.het-berenhof.com

9, 12 en 16 februari
14.00u. Film 'Krieg am Niederrhein' in Bevrijdingsmuseum te Groesbeek. Reserveren noodzakelijk via 024-3974404 of per mail info@bevrijdingsmuseum.nl

11 en 12 februari
Weekendworkshop Collagetechniek in sfeervol atelier van Wil van Lamoen, Berg en Dalseweg 295, zat. 13u - 17u. Zon. 11u - 17u €110,- incl. materiaal

wilvanlamoen@tele2.nl of 024- 3224870

12 februari
10.00u. Workshop Art of Effortless Power, www.chenghsin.nl

14.00u. Workshop Boksen
www.chenghsin.nl

14 februari
19.00u. Milde Bootcamp 'In 3 maanden fit', metjetcoaching@gmail.com

19.30u. Film 'Krieg am Niederrhein' in Bevrijdingsmuseum te Groesbeek, 024-3974404 of mail: info@bevrijdingsmuseum.nl

17 februari
19.30u. Gilgamesj - een oeroud epos. Van Dulckenstraat 20, gofriedbeumers@yahoo.com

19 februari
Rommelmarkt in wijkcentrum De Ark, Cipresstraat 154 Nijmegen, van 10.00 uur tot 14.00 uur De opbrengst is bestemd voor 30-jarig bestaan jeugdkoor Smile.

2 maart
Nederlands Studenten Kamerkoor (NSK) treedt we op in de Antonius van Paduakerk om 20.15 uur met 'Emotioneel Abstract'

Lezerspost

Vuurwerk

Op 01 januari om 18.00 uur hadden bij mij in de straat buurtbewoners een feestje georganiseerd. En daar moest vuurwerk bij. De familie die er vlak naast woont heeft honden en zij zijn bang van vuurwerk. Als hondeneigenaar houd je met Oud en Nieuw rekening met het knallen, maar op Nieuwjaarsdag denk je dat het voorbij is en tref je geen voorzorgsmaatregelen om de knallen en lichtflitsen buiten te houden.

De familie werd niet ingelicht over het vuurwerk dat men ging afsteken. Een van de honden van het gezin schrok zo van de knal dat deze ten gevolge van een hartstilstand is overleden.

Het verdriet is zo groot en de leegte die Krido achterlaat is enorm, het is zo onbegrijpelijk

Ik schrijf dit stukje omdat ik onder de aandacht wil brengen dat de impact van het ontsteken van vuurwerk heftig kan zijn. Zeker dieren hebben daar erg last van omdat ze zoveel beter horen dan mensen. Er zijn huisdieren die medicijnen

krijgen van dierenartsen om de angst te dempen. Ook kinderen en oudere mensen kunnen schrikken en vergeet de paarden niet. Er zijn tijden waarop het vuurwerk mag worden afgestoken en daar moet iedereen zich aan houden!! Hopelijk komen we tot

een centraal punt waar vuurwerk kan worden afgestoken. Beter om helemaal te stoppen. zeker ook voor het milieu.

C.H.Commijs



Het door schrik gestorven hondje Corry. Foto: Helen Lliadis.

Senioren college; Moordvrouwen

Steffie van den Oord vertelt over 'Vonk, een noodlottige liefde', dat zich afspeelt in Nijmegen in 1712. "Een procesdossier over een liefdesmoord dat ik las in het stadsarchief van Nijmegen; stukken vol leven, zelfs de liefdesbrieven lagen erin." En ze vertelt over 'De vrouw met de bijl, en negen andere moordenaressen.' onder het motto: "Vrouwen pleegden minder moorden dan mannen, maar ze hebben een beter verhaal – dat vaak met liefde te maken heeft." Steffie van Oord studeerde geschiedenis en is auteur van meerdere boeken gebaseerd op oral history. Vooral in interviews met stokoude mensen ligt haar kracht, zoals in haar bestseller 'Eeuwelingen, levensverhalen van honderdjarigen'.

Entree € 4,- incl. koffie/thee.

Houders OBG-voordeelpas € 2,50

**Dinsdag 7 februari, 14:00 uur,
Nicolaaskapel**

"Muzevitaal" om samen muziek te maken

Altijd al eens muziek willen maken met andere muzikanten? Mogelijk uitmonddend in een optreden tijdens OBG-matinee? Kom dan naar de repetities van "Muzevitaal". In "Muzevitaal" vorm je samen met muzikanten van de Lindenberg, huis der kunsten, een gelegenheidsband. Vind je het leuk om te zingen of om met je instrument mee te spelen? Meld je dan aan bij het Wijkinformatiepunt en ervaar hoe bijzonder het is om samen muziek te maken. Het repertoire bepaal je samen. Suggesties graag alvast doorgeven bij het aanmelden.

Repetitie: dinsdag 7, 14 en 21 maart

10:00- 11:30 uur, Nicolaaskapel

Optreden OBG-matinee: zondag 26

maart 14:30- 16:00 uur, GC de Borger.

Kosten totale project: € 12,50

Bushalte voor de deur dankzij BrengFlex

Uiteindelijk is het er toch van gekomen; met ingang van januari krijgt OBG een

Activiteiten bij OBG

Dansavonden

Vrijwilligers van Seniorencafé Burgerlust organiseren gezellige dansavonden met live muziek bij OBG. Jersey (24-1), Jan Kersten (31-1), Frans Arntz (14-2) 19:30-22:30 uur, gratis toegang.

OBG-Matinee

Kom zondags luisteren naar de live muziek in Grand Café de Borger met op 15-1 Operette gezelschap, 22-1 Lindenberg Muziekschool, 29-1 Jewels of Jazz. Aanvang 14:30 uur. Entree gratis.

Bingo

Iedere derde donderdag van de maand: Bingo bij OBG. Aanvang: 19:00 uur en gratis entree. 19 januari en 16 februari 29 januari: Billie Elliot.

Meer activiteiten op www.obg.nu

eigen bushalte voor de deur! Busmaatschappij Breng gaat mensen van en naar OBG vervoeren via BrengFlex. Geen dienstregeling, geen uitzoekwerk, geen overstap, geen gedoe. BrengFlex rijdt kriskras door de stad van en naar de halte die je zelf bepaalt en op momenten die je zelf bepaalt. Breng flex rijdt in het eerste jaar in Nijmegen-Berg en Dal-Wijchen-Oosterhout. De kosten zullen voor senioren per rit € 2,28 gaan bedragen en betaal je via OV-kaart of met PIN. Weten hoe BrengFlex werkt? Kijk dan op www.breng.nl/breng-flex/1411.

Het activiteitenoverzicht van OBG ontvangen?

Blijf op de hoogte van de activiteiten bij OBG en neem een abonnement op OBG

Contact. Voor slechts € 21,25 per jaar ontvang je de OBG Contact maandelijks thuis in de bus. Je kunt OBG ook volgen op Facebook en Twitter via @OBGNijmegen

info@obg.nu

Te huur: kantoor-, werk- en vergaderruimte

Er komen ruimtes vrij in het souterrain van het OBG. Oppervlakte is in totaal ca. 270m², onderverdeeld in meerdere units. Gratis parkeren is mogelijk. De ruimtes komen vrij per 1 augustus 2017. Informeer bij Paul Braam P.braam@obg.nu, 024-3279279, OBG, Professor Cornelissenstraat 2 Nijmegen



*"Muzevitaal";
maak samen muziek met
de Lindenberg bij OBG*

Gratis kaartje in ruil voor jouw verhaal!

Stadsschouwburg Nijmegen en Concertgebouw De Vereniging zoekt Recensenten / Redacteurs / Columnisten voor het Theaterweekend 20, 21 en 22 januari in De Vereniging

Concertgebouw De Vereniging ligt in Nijmegen Oost en wordt alom gewaardeerd vanwege de prachtige architectuur. Het uit 1915 daterende multifunctionele gebouw is sfeervol, stijlvol en verrassend uitgevoerd in Art Deco en Art Nouveau. De Grote Zaal is wereldberoemd vanwege de fantastische akoestiek en is daarmee een schitterende locatie voor met name klassieke concerten. De Kleine Zaal, qua interieur het pronkstuk van De Vereniging, leent zich voor kleinschalige optredens. Maandelijks worden in De Vereniging rond de 15 concerten gehouden.

Na het overweldigende succes van de eerste editie, vindt op 20, 21, en 22 januari 2017 voor de tweede keer het Bank-Giro Loterij Theaterweekend plaats in Stadsschouwburg en De Vereniging. Tijdens dit weekend zijn er naast concerten van bijvoorbeeld Nationaal Jeugd Orkest en Frederique Spigt, ook voorstellingen van Paulien Cornelisse en Lebbis

voor slechts € 10,-. Zaterdag en zondag is het overdag Open Huis (van 12.00 tot 17.00 uur) met gratis activiteiten: rondleidingen, rollerdisco en singer songwriters.

Een weekend om niet te missen! Wil jij hier heen als journalist van Wijkkrant Oost? Dat kan. Vanaf nu nodigt De Vereniging elke maand een wijkbewoner uit om te schrijven over zijn of haar ervaringen in Het Concertgebouw. Hoe? Schrijf een korte motivatie naar marketing@stadsschouwburgendevereniging.nl voor maandag 16 januari en wie weet word jij uitgenodigd met 2 vrijkaarten voor een concert of voorstelling tijdens het Theaterweekend. Wat moet jij hier in ruil voor doen? Je schrijft voor de eerst volgende krant een recensie, reportage of column over je bezoek aan De Vereniging. Vragen? Neem contact op via eerdergenoemd mailadres.



Spanjestrider uit de Sleedoornstraat

“Ik zou graag informatie ontvangen over Arend Hoogland uit de Sleedoornstraat, die in 1938 in Spanje hielp tegen Franco.”

Ingezonden door Henk Horstink

Dinsdag 3 januari heeft het nationaal archief in Den Haag een aantal lang vertrouwelijke dossiers ontsloten, onder andere van Nederlandse vrijwilligers in de Spaanse burgeroorlog tegen generaal Franco die werd geholpen door de luchtmacht van Hitler.

Zijn moeder, weduwe J. Hoogland, smeekte in juni 1939 in een landelijke krant om informatie omdat haar zoon Arnold sinds april 1938 niet meer schreef. Er is in 1938 intensief naar hem gezocht, maar dat heeft niets opgeleverd.

Ik wil in de Wijkkrant een oproep doen naar mensen die iets weten om in februari een groter verhaal te kunnen brengen over die moeder in de toen zeer nieuwe Sleedoornstraat.

Via het Nijmeegse archief heb ik ontdekt dat weduwe Hoogland (geboren in 1875) in september 1937 aan de Sleedoornstraat is gaan wonen en daar nog zeker tot 1955 heeft gewoond. Arnold is geboren in oktober 1912 en had drie broers (Catarina Johannes uit 1903, Johan uit 1905 en Jacob uit 1909) en 4 zussen (Hendrika uit 1900, Jacoba uit 1902, Anna uit 1906 en waarschijnlijk een tweelingzus Catharina uit 1912). Alvast bedankt voor alle informatie over nakomelingen van een van die broers of zussen. Hopelijk weet een van hen meer over die (oud)oom Arnold die in Spanje heeft geholpen tegen Franco.

Reageren kan via: henk.horstink@gmail.com

Femme Vitale

40 plus gym voor dames op mooie muziek, heeft nog enkele plaatsen vrij op de dinsdag- en woensdagavond en alle ochtenden.

Corps Et Esprit

Lichaam en geest training 50 plus voor dames op rustgevende muziek, woensdagochtend om 10.15 uur.

Warming up, evenwichtsoefeningen, buikspieren, extra aandacht voor onderrug, ontspanning door meditatie en ademhalingsoefeningen.

Proefles à €5 mogelijk, opgave vooraf.

We oefenen in groepjes van 7 in een sfeervolle studio in een souterrain aan de Holleweg 15, Nijmegen.

Meer info & lestijden: www.femme-vitale.nl

Contact: info@femme-vitale.nl of 024-845 41 06 / 06-20 43 13 02 (Irene)

CAFETARIA Tweety



Biologische cafetaria uniek voor Oost-Nederland

Biologische friet 100% organisch met een snit van 14 mm
Biologische groente- en vleeskroketten, snacks en Bio mayo,
Bio Curry ketchup, Bio Tomato ketchup.

Nieuw bij ons een groot assortiment ambachtelijke snacks
o.a. authentieke Bami en Nasiballen, Frikandellen en Kroketten

Wij hebben ook een zeer groot assortiment vegetarische snacks

We hebben weer overheerlijke Winter kroketten

gevuld met Zuurkool, romige aardappel en stukjes rookworst
Nu 1 + 1 gratis - 2 stuks voor €1,95

Wij voeren o.a. het logo van verantwoord frituren, milieukeur, EKO, SKAL, verantwoorde vleeskeuze, GreenPalm, Beter Leven kenmerk, vegetarisch en het 100% biologisch logo.

**Cafetaria Tweety klein en knus
maar met een onverwacht groot assortiment**

www.cafetariatweety.nl Broerdijk 154 Tel: 024 360 08 01
7 dagen per week geopend van 12.00 tot 22.00 uur

Dick Verstegen Column

Mag ik u tutoyeren? Ja? Dank je wel. Weet je nog, een paar weken geleden... Toen je nog iedereen 'Gelukkig nieuwjaar' toewenste. Toen het jaar nog maagdelijk in je handpalm lag. Toen de overdrachtelijke sneeuw van de nieuwe dagen nog onbetreden was. Ja, toen heb je ze gedacht en uitgesproken. Je bent op internet gaan kijken hoe je ze kon realiseren. Deze keer was het immers menens? Goede voornemens! Minder eten. Meer bewegen, minder alcohol, minder stress en meer rust en tijd voor jezelf. Heel goed! Daar moet de markt in de persoonlijke groeisector het van hebben. En je zag toevallig de aansporing in QV: Ga het avontuur aan in 2017! En je komt van alles tegen: Zen, Han Fortmann Centrum, de Vrijwilligerscentrale, Intuïtief Traject, Sarvata, Tango, Snorro, Hiphop, Yoga, Mindfulness...

We zijn nu inmiddels een paar weken verder en heb je je nog voor iets moois ingeschreven? Voor de be-amers: mijn oprechte felicitaties. Voor de abstinenten: kijk eens op YouTube en tik Karim Sulayman I

Vertrouwen

Trust You in. En je weet weer waarvoor je leeft. Ook heel raadzaam trouwens voor wie begin dit jaar wél een mooi groeitraject heeft aangeboord. Je ziet een man met baard in Central Park die voor een Trump-gebouw een blinddoek omdoet. Hij staat bij een bord met een handgeschreven Engelse tekst.

Ik vertaal: "Hallo, mijn naam is Karim en ik ben Arabisch-Amerikaans. Net als veel mensen die Zwart, Bruin, Vrouw, LGBTQIA, Latijns, Moslim, Joods, Immigrant etc. zijn, ben ik erg bang. We voelen ons angstig en ongemakkelijk in ons land en het is lastig om te voorzien wat de toekomst zal brengen. Maar ik hoop dat ik bij jou VEILIG ben. Samen kunnen we een samenleving van zorgzaamheid bouwen in plaats van angst. Je kunt er van op aan dat ik mij om je zal bekommeren, wie je ook bent, hoe je er ook uitziet en waar je ook vandaan komt. Wil je mij evenzeer omhelzen als ik jou? Wil je mij de hand schudden en/of me huggen en/of een foto maken van ons samen en die op internet zetten als een teken dat ik hier veilig ben met jou? IK VERTROUW JE."



En dan zoomt de camera uit en begin je met de geblinddoekte Karim te wachten. Passanten. Opeens gaan mensen stil staan en het bord lezen. De camera zoomt weer in op lezende gezichten, waarop zich subtiele emoties aftekenen, afgewisseld met de tekst waarop ze turen. Een man met een pet pakt plots Karim's hand. Dan komen de eerste hugs van vrouwen, mannen, kinderen. Het is van een aangrijpende ontroering. Hier gebeurt iets. Groter en machtiger dan Trump ooit worden kan. Een filmpje van drie minuten. Achter de film zingt Sinead O'Connor 'In this heart'.

Dient hier zich niet het ultieme goede voornemen aan? Is dit niet waar het allemaal om gaat. Met elkaar het leven leven. Elkaar de ruimte geven. Elkaar vertrouwen. Ja. Kun je dit zo zien? Dan zeg ik u tegen je!

We rijden en fietsen en lopen door Nijmegen-Oost en gaan recht op ons doel af of kijken om ons heen. Herkent u dit beeld?

Hanneke Roelofsen



Een nieuw jaar met nieuwe beelden en mogelijkheden, weer eentje met een zoektocht of gewoon even stilte.

Diane Dyckhoff (1945-2007) zocht altijd naar de optimale mogelijkheden om het concept van haar kunstwerken tot verbeelding te brengen.

Voor haar kunstwerk in het stilte centrum van de St. Maartenskliniek, is een echte dode holle boom als mal gebruikt waar kunsthars in is gegoten, transparant acrylaat. Deze verbeeldt de kwetsbare vergankelijkheid van de totale mens. In de boom bevinden zich rode glazen knikkers als symbool van kwetsbare punten in ons lichaam. Het binnenvallende zonlicht in de ruimte zet het beeld in een serene gloed. De verschijningsvorm kan per dag en per moment anders zijn, zoals ook bij het menselijk gevoel.

Ga het ervaren en laat het licht u verwarmen en even stil staan.

Beelden in Oost



Professionele Theaterschool Luna zoekt spelers

Heb jij er altijd van gedroomd om in een grote musical, film of op tv te spelen en om les te krijgen van een bekende Nederlander? Dan kan Theaterschool Luna misschien jouw droom waarmaken. Theaterschool Luna



biedt lessen aan in Nijmegen met als nieuwe leerkracht Iris Hesseling, o.a. bekend van Nickelodeon en het Huis Anubis.

De lessen duren anderhalf uur, de leerlingen krijgen les op het gebied van zang, dans, acteren en musica; dit alles in een afwisselende les. Daarnaast biedt Theaterschool Luna ook zang, dans en privé lessen aan.

De lessen worden gegeven door professionele leerkrachten die zelf al vaker op het podium hebben gestaan in o.a. Billy Elliot, Annie, Doornroosje en The Little Mermaid.

Wil je meer weten of wil je een gratis proefles meedoen in Nijmegen, dan ben je van "Harte Welkom". De lessen worden gegeven in Nijmegen in het Wijkcentrum Daalsehof op zaterdag 16:00 tot 17:30 uur. juliette.maarseveen@hetnet.nl tel; (06)55583147.

Subsidie voor wijkactiviteiten

Bewonersgroepen en -organisaties kunnen subsidie aanvragen voor het organiseren van wijkactiviteiten. Het is belangrijk dat de activiteit voor de wijk bedoeld is en dat er voldoende mensen mee doen. Bijvoorbeeld: een ontmoetingsmiddag voor ouderen, een kinderknutselgroep of een activiteit waarbij verschillende culturen elkaar ontmoeten. Kortom een activiteit door bewoners en voor bewoners in uw eigen wijk. Aanvragen kan via het Digitaal Loket, zoek op: 'Bewonersparticipatie en wijkactiviteiten'. Of stuur een mail naar wijkmanagement@nijmegen.nl. Wat doet u? Dien de aanvraag minstens 6 weken voor de activiteit in.

- Omschrijf wat u gaat doen en stuur een begroting mee.

• Wat doet de gemeente? De wijkmanager of adviesgroep beoordeelt de aanvraag. Daarbij spelen inhoud, aard en de kosten een belangrijke rol. De wijkmanager laat u per brief weten wat er besloten is.

• Wilt u gratis gebruik maken van de pipowagen (kijk op nijmegen.nl), meld dit dan in uw aanvraag of mail.

Koken is kunst



Koken is kunst organiseert in de huiskamer op 29 januari optreden van Claudia y Manito in combinatie met een diner/buffet. Het concertprogramma heeft de titel

'Arpamor'; vrij vertaald betekent dit : liefde voor de harp.

Vanaf 15.00 uur in Indische buurt. Kosten € 39,50 incl. welkomstdrankje, lezing en diner/buffet. Informatie en aanmelding: Angela.Winterink, 06 - 194 93 692 dewinter5556@gmail.com

Jeu-de-boulesbanen Hengstdal?

"Graag wil ik de bewoners in Hengstdal wijzen op het idee om in het plantsoen naast het voetbalveldje aan de Hengstdalseweg (bij de bushalte 'Beukstraat') 2 jeu-de-boulesbanen aan te laten leggen (3 x 13 meter) met bankjes voor publiek en spelers. De uitwerking van dit idee met foto's en plattegronden is te vinden op www.mijnwijkplan.nl.

Om dit idee kans van slagen te geven is het belangrijk dat hierop zoveel mogelijk positieve reacties komen. Bij voorkeur kunt u uw reactie kwijt op de website, maar u kunt ook een e-mail sturen naar:

j.f.m.vander.hoek@versatel.nl of een berichtje naar ondergetekende: Jos van der Hoek, Hengstdalseweg 156 6523 ER Nijmegen. Ik ben ook telefonisch bereikbaar voor nadere informatie: 06 22505 247."

Gezocht: moestuinmeester of -juf

Op Schooltuin de Wielewaal leren jaarlijks bijna tweehonderd kinderen uit Nijmegen-Oost en het centrum de oorsprong van hun eten kennen. Ze hebben er een eigen groentetuintje



en mogen de oogst mee naar huis nemen. Elke week komen ze onder schooltijd in hun tuin werken. Ondertussen leren ze ook nog van alles over de natuur op het terrein, de kruidtuin en de bijenstal. Voor 2017 is de Wielewaal nog op zoek naar mensen die op donderdag moestuinles kunnen geven of daarbij kunnen ondersteunen op dinsdag en/of donderdag. Plezier en talent voor het werken met kinderen is een vereiste, kennis van tuinieren natuurlijk ook. We zoeken naar mensen die minimaal twee lesuren per week willen verzorgen gedurende twintig weken tussen begin maart en eind september. Ook is het fijn als je een paar keer op zondag bij een samenwerkdag aanwezig wilt zijn. Lijkt je dit een leuke vrijwilligersbaan en denk je dat je deze moestuinlessen zou kunnen geven? En zoek je voor 2017 een leuke buitenbaan? Meld je dan bij wielewaal@fo.nl

Sollicitatiegesprekken zullen plaats vinden in februari. In maart starten de voorbereidingslessen op school. Gevraagd wordt naar een verklaring van goed gedrag.

Sloop Groesbeekseweg eindelijk begonnen

Na de grote brand op 1 januari 2014 in het studenten- en ateliercomplex in het oude kloostergebouw aan de Groesbeekdeweg, wordt nu eindelijk een begin gemaakt met de sloop, zo ontdekte fotograaf Ron Moes.

Foto: Ron Moes



Nijmegen-Oost barst van de kleine ondernemers. Elke maand stellen we aan een van hen een aantal vragen: deze maand is Marilou Franses aan de beurt. Sinds juli 2016 heeft zij een praktijk voor Anahata Massagetherapie op de Daalseweg 271. Anahata staat voor hartchakra. Marilou: "Het hart is essentieel voor onze energietoevoer en vitaliteit. Het staat voor liefde voor het leven, voor jezelf en alles om je heen." Marilou is volledig bevoegd natuurgeneeskundig therapeut en aangesloten bij de beroepsvereniging FAGT (Federatie Additief Geneeskundig Therapeuten).

Marilou is geen 'Nijmeegse' van geboorte, maar komt wel uit deze regio. Na een aantal jaren met haar gezin in de Van Heutszstraat te hebben gewoond, vertrok ze naar Ravenstein omdat ze graag een tuin had voor de kinderen. Nu de kinderen volwassenen zijn, is ze weer teruggekeerd naar Nijmegen-Oost. "Ik hou van de stad, heb graag wat reuring om me heen. Hier kun je overal met de fiets gemakkelijk naartoe."

Waarom ben je een praktijk voor massagetherapie begonnen? "Voordat ik met deze praktijk begon heb ik gewerkt in de zakelijke dienstverlening en bij de overheid. Bij de laatste werkte ik in een gevangenis en liep ik de hele tijd met sleutels rond. Ik vond dat zeer beklemmend en voelde dat dit niet meer bij me paste. Ik wilde uit mijn hoofd komen en meer met mijn hart werken, via mijn handen. Contact met mensen is daarbij voor mij essentieel. In 2010 ging ik me daarom omscholen en volgde ik de 3-jarige HBO-opleiding Integrale Massagetherapie. Begin 2014 heb ik de HBO-opleiding medische basiskennis gevolgd. Daarna heb ik ook nog een training mindfulness en cognitieve therapie gevolgd en een opleiding voor Chinese voedingsleer. In Ravenstein was ik al begonnen met mijn praktijk maar dat sprak daar de mensen niet zo aan. Toen de gelegenheid zich voordeed om weer naar Nijmegen terug te keren, greep ik die kans met beide handen aan. Hier in Nijmegen-Oost staan de mensen toch meer open voor massagetherapie."

Hoe ziet een werkdag er voor je uit? "Ik ontvang mijn cliënten vanaf half 10. Van te voren heb ik dan wel de therapieruimte in orde gemaakt (handdoeken klaarleggen, kijken of de temperatuur goed is) en het behandelplan van mijn cliënten doorgelezen. Ik maak van elke behandeling een samenvatting. Als de cliënten weer komen lees ik die eerst even door zodat ik goed weet hoe ik verder moet gaan. Ik pas in mijn behandeling verschillende massagetechnieken toe: klassieke massages maar ook massages uit de Chinese geneeskunde, oefeningen uit mindfulness en intuïtieve ontwikkeling. Komen de cliënten voor de eerste keer, dan krijgen ze eerst een intakegesprek waarop ik mijn behandeling dan

afstem. Een behandeltraject start meestal met zes behandelingen met tussenpozen van twee weken. Daarna wordt de tijd tussen de behandelingen steeds langer. Elke behandeling duurt ongeveer anderhalf uur, valt onder de aanvullende verzekering en wordt door de meeste zorgverzekeraars geheel of gedeeltelijk vergoed."

Wie zijn je cliënten? "Mijn cliëntenbestand is zeer gevarieerd: jonge mensen, oude mensen, man, vrouw. De meeste cliënten komen uit Oost of nabije omgeving. Ook heb ik een cliënt uit Ravenstein die nog regelmatig komt. Mensen komen hier als ze last hebben van (chronische) klachten, bijvoorbeeld aan nek, schouders, heupen, benen en hoofdpijn. Maar ook bij gevoelens van stress, onrust, depressiviteit, angst, burn-outklachten en slaapstoornissen kunnen mensen bij mij terecht. Dat een behandeling massagetherapie werkt is niet wetenschappelijk bewezen, maar het kan wel verlichting bieden."

Wat zijn je kwaliteiten? "Het is altijd moeilijk om het over je eigen kwaliteiten te hebben, maar ik durf toch wel te zeggen dat ik goed kan masseren en luisteren. Ik straal rust en vertrouwen uit en weet wat ik doe. Ik sta met beide benen op de grond en voel goed aan wat cliënten nodig hebben."

Wat zijn je toekomstplannen? "In de toekomst zou ik wel graag een praktijk buitenshuis hebben. Ideaal lijkt me dan een gezondheidscentrum hier in de buurt met gelijkgestemden, bijvoorbeeld fysiotherapeuten en acupuncturisten, zodat we de cliënten ook gemakkelijk naar elkaar kunnen doorverwijzen. Maar voorlopig zit ik nog wel hier."

5

vragen aan de kleine ondernemer



Marjon Spoorenberg

www.anahatamassagetherapie.nl
06 - 245 556 07

Foto: Marc van Kempem



acupunctuur
shiatsu therapie
traditional thai massage

療法

Traditionele Chinese acupunctuur & Japanse acupunctuur
Shiatsu therapie, Japanse drukpuntmassage.
Traditionele Thai massage
Wij gebruiken uitsluitend AVEDA-producten.

Dommer van Poldersveldtweg 295-1, Nijmegen
024 - 324 33 22, info@migorowitz.nl

www.migorowitz.nl

POSTSERVICE

Partner van Sandd

Wij zijn voor het gebied
Nijmegen-Oost op zoek naar:

postbezorger(s)

- De post wordt thuis bij u aangeleverd;
- Post zelf sorteren;
- Post bezorgen;
- Prima bijverdiensten;
- Verantwoordelijk werk;
- Bezorgen op dinsdag en vrijdag tussen 8.00 en 18.00 uur;
- Vanaf 16 jaar.

www.postservice.nl

026-3629990

postbezorger@postservice.nl

TANDARTSEN PRAKTIJK VILLA WESTHOF

Stef de Grood

Leon Pennings

Annemieke de Grood

Berg en Dalseweg 172

6522CC Nijmegen

024 - 323 33 66

www.tandarts-villawesthof.nl



Tandartsen Praktijk Villa Westhof

HAPTOTHERAPIE NIJMEGEN

LEKKER IN JE VEL DOOR HAPTOTHERAPIE

Beter in contact met uw lichaam en uw gevoelens. Middels gesprekken, de aanraking en ervaringsgerichte oefeningen. De praktijk richt zich op volwassenen en jongeren vanaf 12 jaar. Is toepasbaar bij:

- Stress-, angst- en spanningsklachten
- Overbelasting, burn-out
- Gebrek aan zelfvertrouwen
- Psychosomatische klachten zoals hoofdpijn, hyperventilatie, buikpijn
- Chronische pijnklachten
- Emotionele blokkades (verdriet, boosheid)
- Problemen met het verwerken van verlies, trauma en ziekte
- Intimiteits- en seksualiteitsproblemen
- Relatieproblemen



Anita van Raak is haptotherapeut, seksuoloog en relatietherapeut.

Voor een afspraak: 06-21801588
www.haptotherapienijmegen.nl
Groesbeekseweg 227A (naast café Groenewoud).
Haptotherapie wordt vaak geheel of gedeeltelijk door uw zorgverzekeraar vergoed.

“Elke generatie geeft er zijn eigen draai aan onder invloed van de economie”



Karin
Veldkamp

Per 1 januari sloten Marskramer en Intertoys op de Van 't Santstraat hun winkeldeuren. Primera zit nog op zijn stekje maar niet voor lang. Eind januari verlaat ook Ron Wolf zijn pand. Maar gelukkig blijft hij heel dicht in de buurt. Primera verhuist naar het pand van de voormalige drogistotheek op de Dommer van Poldersveldweg.

Het is altijd even goed kijken waar je loopt. De winkel staat namelijk lekker vol met artikelen. Eigenaar Ron Wolf heeft in de loop der jaren een grote vaste klantenkring opgebouwd, dus voor een praatje is er meestal wel tijd. Ron, geboren in de Van 't Santstraat, verhuisde als baby al snel naar het huis annex bedrijf van zijn opa: de huidige ijszaak in dezelfde straat. Zijn opa had daar een werkplaats voor metaalbewerking. “De kelder stond vol met draaibanken, schuur- en slijppapparaten etcetera. Alles draaide op leren banden. Het waren apparaten uit de 19de eeuw. Helaas heb ik alles moeten vernietigen. Niemand wilde het hebben, zelfs het Openluchtmuseum niet”, komt er met spijt achteraan.

“Toen er twee mannen in pak door de winkel dwaalden, wist ik meteen dat het geen consumenten waren”

Toen zijn vader ook in het bedrijf kwam, werd een deel van het pand een fietswinkel. Na verloop van tijd ging zijn vader over op huishoudelijke apparaten en toen zijn moeder ging meedraaien werd het assortiment uitgebreid met verlichting. In 1980 nam Ron de zaak over en bouwde het witgoed en de verlichting langzaam af. Hij begon met speelgoed en huishoudelijke artikelen. “Elke generatie geeft er zijn eigen draai aan onder invloed van de economie”, aldus Ron. Hij barstte al snel uit zijn voegen en verhuisde in 1995 naar het pand waar nu de Zeeman zit en werd onderdeel van een Duitse organisatie die vervolgens een paar weken later failliet ging. “Toen stond ik er weer alleen voor. Gelukkig kreeg ik mijn goederen via een Nederlandse onderneming, dus kon ik

gewoon verder. Maar je hebt geen organisatie meer achter je staan die reclamefolders regelt etc. In diezelfde tijd was er ook wat reuring binnen onze branche vanwege de positie die Blokker verwierf. Het lukte ons niet om weerstand te bieden aan dit concern. Toen er twee mannen in pak

door de winkel dwaalden, wist ik meteen dat het geen consumenten waren. Ik heb ze aangesproken en ging onder een dochteronderneming van Marskramer verder. Voor Marskramer zelf was ik nog te klein.”

“Privé verhuisde ik nauwelijks maar met de winkel was het vaak raak”

Toen supermarkt de Basismarkt vertrok, was er sprake van dat Action in het pand zou trekken. Daar was Marskramer niet blij mee. “Ik had gigantisch geïnvesteerd in mijn pand en wilde niet weg. Maar ook ik was niet blij

met Action. Dus ik verhuisde opnieuw en startte Marskramer en Intertoys. Privé verhuisde ik nauwelijks, maar met de winkel was het vaak raak”, lacht Ron. Ook Primera kwam er bij. “Maar omdat roken en speelgoed niet samen gaan, is er een scheidingswand opgetrokken”. Zijn laatste verhuizing, althans daar gaan we maar even van uit, is weer een kwestie van schuin oversteken. Maar Ron blijft er vrolijk onder: “Ik stond niet meteen te springen maar ben nu toch blij. Het geeft weer nieuwe energie en kansen. Er verdwijnen steeds meer winkels en diensten, dus ik ga er een centrale plek voor Oost van maken. Er komt een schoenmakersservice, meer cadeau-artikelen, op termijn kun je pasfoto's laten maken en ik hoop de postpakettenservice uit te breiden. Primera springt altijd in op de veranderingen in de markt en zal dat ook blijven doen, zelfs als Philip Morris besluit om met de sigaretten van de markt te verdwijnen”, lacht hij.



Foto: Bert Hendrix



NIJMEGEN OOST

WijkWeken

Bewoners Nijmegen-Oost profiteren deze maand van een exclusieve aanbieding!

Komende weken (t/m 15 februari 2017) zijn het de Nijmegen-Oostweken bij Kolmeijer makelaars Nijmegen.

Tijdens deze weken bieden wij alle bewoners in Nijmegen Oost een gratis presentatiepakket aan! Dit betekent dat uw woning gratis op funda kan komen inclusief een professionele styling, foto's, films e.d..

Dus heeft u verkoopplannen? Maak dan snel een vrijblijvende afspraak met één van onze makelaars en zet uw woning gratis op Funda.

Bel: 024 - 360 95 52 of ga naar kolmeijernijmegen.nl/wijkweken

Kolmeijer Nijmegen
makelaars & taxateurs

funda



Ik ben een dwangmatige goede voornemens-voornemer. Ja, ik word er om uitgelachen, want als je iets wil, waarom doe je het dan niet direct? Maar ik vind het wel mooi om af en toe een evaluatiemomentje te hebben: wat gaat er goed in mijn leven, wat kan beter? Maar voor ik hier een lijst van 64 punten uitspuw, is het misschien beter om te kijken wat er terecht kwam van enkele van mijn voornemens van vorig jaar.

1. *Beter worden in koken*, blijde gezichten aan tafel. Misschien ben ik wel iets beter gaan koken, maar veel progressie heb ik niet geboekt; van een 6,5 naar een 6,7 is niet iets om trots op te zijn.

2. *Beter worden in tuinieren*. Mijn moestuin werd een complete flop na een nachtelijke razzia door naaktslakken, waarna ik de moed liet zakken. Maar ik blijf wel een zeker talent te hebben voor het snoeien en het verplaatsen van bomen.

Goede voornemens botsen op nachtelijke naaktslakken

3. *Een boek schrijven*. Ik heb vier boeken in mijn hoofd en aan eentje schrijf ik al zeven jaar. Ik heb dit jaar de nodige research gedaan, maar dit is een keiharde faal, want er is nog steeds geen boek.

4. *Afvallen van 79 naar 72 kilo*. Inmiddels ben ik van 79 naar 82 gegaan. Ik wil best afvallen, maar wil ook de stroopwafel.

Al met al geen daverend succes, die goede voornemens. En dan is er nog dit dilemma: ik kook misschien niet geweldig, maar wel op mijn eigen herkenbare, authentieke Kor-manier. Moet ik niet leren meer tevreden te zijn met mezelf? "Blijf dichtbij jezelf, authentiek, echt, oprecht, wees trots op jezelf, weet wie je bent en weet dat dat genoeg is", hoor ik vaak. Maar aan de andere kant wil men juist dat je "uit je comfortzone stapt, het avontuur aangaat, uitdagingen aandurft, gaat voor persoonlijke groei, door weerstand heen breekt." Wat is het

nou? Of hoe combineer je die twee?

De populairste goede voornemens zijn trouwens: meer tijd voor familie en vrienden, sporten, afvallen, stoppen met roken, ontstressen en alles op orde krijgen. Dat laatste zou ik ook dolgraag willen: dat eindelijk alles eens op orde is. Dat alles in huis is en te vinden op de meest logische plek, dat alle afspraken worden nagekomen, dat iedereen altijd bereikbaar is, dat er niets meer misgaat of kwijt is, geen chaos, stress of ruzie meer. Alleen maar helderheid en overzicht.

Gelukkig komt dat moment ooit, maar voorlopig wil ik nog wel even aanmodderen...

Reacties? k.goutbeek@gmail.com



We hebben allemaal ramen in ons huis waardoor wij naar buiten kijken. Bij anderen kijken wij erdoor naar binnen. Soms zijn de uitstallingen of versieringen opvallend. De Nederlandse nieuwsgierigheid wordt met deze (mini)reeks bevredigd.

Op de Ubbergseveldweg bevinden zich enkele schoolgebouwen. Tegenover de Sterredans, op nummer 70, staat een voormalig schoolgebouw met veel ramen. Het staat leeg. Of toch niet, aangezien ik een jongeman in het raam zie zitten? Welk verhaal zit er achter dit raam?

Wie woont hier?

"Ik ben Benedict en woon sinds enkele maanden in dit gebouw. Het staat ongeveer drie jaar leeg en via Anti-kraak wonen, is het mogelijk om hier te verblijven. Het gebouw heeft veel ruimte, waarvan ik twee grote kamers en een slaapkamer in gebruik heb. Zojuist heb ik de tuin ordelijk gemaakt om rekening te houden met de burens."



Wat houdt je bezig?

"Ik hebben met mijn vriendengroep een stichting opgericht, genaamd Culture Lab. Het doel is om evenementen te organiseren en onszelf hierin te ontwikkelen. Projecten, zoals *dance events*, willen we steeds beter aanpakken. Het culturele en creatieve aspect is hierin belangrijk. Het is ooit begonnen met *Free Party's* op het Waalstrandje en andere buitenlocaties. Daarna zijn wij benaderd om te helpen bij andere organisaties. We hebben eigen geluids- en lichtmensen, evenals eigen apparatuur. De aankleding van

Windows 2017

Hanneke
Roelofsen



festivals nemen wij ook onder onze hoede. Alles proberen we zo goedkoop mogelijk te realiseren om de toegangsprijs zo laag mogelijk te houden. Wat hebben we allemaal gedaan? Op het festival 'Have a nice day' hebben we een eigen *stage*. We organiseren regelmatig in Wahalla en Berbl feesten. Another world, Goeie Buren en Spiral Galaxy zijn concepten van ons. Via Uagenda of via onze facebook-pagina Goeie Buren, kunnen mensen onze activiteiten vinden of volgen."

OPENINGS PAKKERS

Feestelijke opening!

Zaterdag 28 januari 9.00 - 17.00

Zondag 29 Januari 13.00 - 17.00

Primera Ron Wolf Nijmegen

OPENINGSPAKKERS OPENINGSPAKKERS OPENINGSPAKKERS
AKKERS OPENINGSPAKKERS OPENINGSPAKKERS OPENINGSPAKKE



2^e Hallmark wenskaart



**HALVE
PRIJS***

Hallmark wenskaarten

* 25% korting per Hallmark wenskaart. M.u.v. seizoenskaarten. Maximaal 6 wenskaarten per klant.



**50%
KORTING**

De Telegraaf

Geldig van maandag
t/m zaterdag. OP=OP.



**25%
KORTING**

Diverse tijdschriften

o.a. Libelle, AutoWeek en
Story.



Primera Ron Wolf
Dommer van Poldersveldtweg 271
6523 BE Nijmegen



Primera

...even naar Primera

Aanbiedingen zijn geldig in de eerste en tweede week na de vermelde openingsdatum.

Het jaar fris van start

Het oude jaar is voorbij. We hebben 2016 in Stip Oost afgesloten met een Kersttafel. Die was zeer geslaagd. Met een kleine dertig buurtbewoners en medewerkers hebben we samen gegeten.

Dat willen we in het komend jaar meer gaan doen. Met elkaar in contact komen onder het genot van een kop koffie of een (zelfgemaakte) lunch. Maar ook door middel van activiteiten. Zo kreeg ik vlak voor Kerst bezoek van een heer op leeftijd, in de negentig was hij. Hij wil graag een groepje mensen bij elkaar brengen in de Stip om te discussiëren over allerlei onderwerpen! Dat vind ik een uitstekend plan. Hebt u ook zo'n idee om buurtbewoners bij elkaar te brengen, kom dan gerust langs.

De dagen worden in januari langzaam weer langer. Tijd om in actie te komen en te gaan bewegen. Welke senioren willen er mee fietsen in Stip Oost? Dat doen we op een stoelfietsje, terwijl we virtueel door Nijmegen rijden. Meld u aan, dan gaan we van start. Natuurlijk kunt u ook het komend jaar bij ons terecht voor informatie en advies. Inge-
wikkelde formulieren, procedures of anderszins? We helpen u graag verder als u er zelf niet uitkomt.



Tot ziens
in Stip Oost!
Rob Hermens, coördinator

Stip Oost openingstijden:

maandag 13.30-16.30u, dinsdag: 13.30-16.30u*
woensdag 9.30-16.30u*, donderdag 13.30-16.30u

* Op dinsdag- en woensdagmiddag zijn er geen medewerkers voor Informatie & Advies aanwezig



Expositie Joyce Houtzagers

Op zondag 5 februari om 16.00 uur opent kunstenaar Joyce Houtzagers haar expositie in Stip Oost aan de Elzenstraat 4 in Nijmegen. Zij zal dan uitleg geven over de manier waarop haar kunstwerken tot stand komen. Joyce speelt met de beperkingen waarmee zij op een aantal vlakken te maken heeft. Beperkingen door een visuele en fysieke handicap ten gevolge van jeugd-reuma maar ook de begrenzing die zich voordoet door het werken op een plat vlak. Diepte en beweging laten zich toch vangen in deze kunstwerken. In december was Joyce nog als hoofdgast te zien in het tv programma 'Geloof en een Hoop Liefde' op npo 2. De uitzending is terug te kijken op eo.nl. www.joycehoutzagers.com.



Ook exposeren in Stip Oost? oost@stipnijmegen.nl of bel 06-14985928

26 januari: lezing in Stip Oost

Nieuwjaarsdag openden we in Stip Oost de expositie Hengstdal met schilderijen, tekeningen en foto's van bekende en minder bekende mensen in Hengstdal. Het ging om werken van wel 15 mensen waaronder Diederik Grootjans, Sjaak Kaashoek, Mart Kremers, Frank Tarenskeen en Hanneke Roelofsen met stijlvolle buurtfoto's.

Ook andere wijkbewoners hebben meegewerkt aan het vastleggen van hun straat. Zo hebben wel dertig straatbewoners aan de Dommer dit jaar op hun straatfeest voor de 2e keer meegewerkt aan een compositieschilderij onder leiding van Diederik Grootjans. Diederik had een straatfoto in 30 stukjes geknipt en iedere buurtbewoner mocht die op een tegel van 10 bij 10 cm uitvergroten en inkleuren. Dat leverde een prachtige puzzel en compositieschilderij op. De Dommelaars zijn er trots op en terecht. Daarnaast hangt een schilderij van Hetty Jongepier met woningen op de hoek Ahorn- en Lijsterbesstraat die Standvast nog steeds wil slopen. Nieuws over de tegengestelde meningen hierover: de-wijkwebsite.nl, zoek op #hengstdal6.

Op donderdag 26 januari vanaf 19u. (inloop vanaf 18.30u.) geeft Henk Horstink een lezing over de aanleg van diverse straten en buurten inclusief de eenvoudige, maar prachtige stijlelementen als gebogen straten, wegversmallingen en gemetselde openingen. Uiteraard vertelt hij ook over een aantal bijzondere wijkbewoners uit Hengstdal, zoals de weduwe Hoogland, de verdwenen bakker Vermeulen en slager de Jong. Tenslotte vertelt hij over de altijd spelende kinderen; vroeger met zeepkisten en uiteraard zelfgemaakte vliegers. De tentoonstelling over Hengstdal is nog te zien tot en met donderdag 2 februari in Stip Oost aan de Elzenstraat 4. Dat kan op de gewone openingstijden, maar op verzoek en afspraak ook op andere tijden. Welkom!



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

Café Jos Bon

MEESTERSCHENKERIJ NIJMEGEN

Café Jos
SINCE 1977

Greep uit ons assortiment

Tapbieren	33	14	Koffies
Flesbieren	190	16	Theeën
Whisk(e)y's	250	32	Frissen
Wijnen	21	6	Waters

024-3232001
Café Jos Meesterschenkerij
<http://www.cafejos.nl/>
Info@CafeJos.nl

Proeverijen op maat

Café Jos Meesterschenkerij
Daalseweg 309
6523 CA Nijmegen



Tandartspraktijk Bas Jansen
In het hartje van Nijmegen-Oost
Daalseweg 332
6523 CE Nijmegen

**Nieuwe patiënten zijn
van harte welkom!**

Tel 024-323.88.85
www.tandartspraktijkbjansen.nl

Hartman van Dinteren v.o.f. schilders

Inmiddels een begrip in Nijmegen-Oost

Gespecialiseerd in:

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

Schoenmakerij Tweehuysen Erkend Gildemeester



Voor al uw reparaties
en onderhoudsmiddelen

In de Betouwstraat 42 Nijmegen
Tel.: 024-3233160

www.schoenmakerijtweehuysen.com

Martijn Nas gaf onlangs een zeer geslaagde presentatie voor ondernemers uit Nijmegen-Oost. Martijn reist heel de wereld door voor het geven van trainingen en presentaties. Ik praat met hem over zijn drijfveren. Het gesprek vindt plaats op zijn kantoor aan de Molenveldlaan.



Simone Kiekebosch

Martijn vertelt over zijn loopbaan als kunstschaatser bij Holiday on Ice. Acht jaar lang draaide hij pirouettes op het ijs over heel de wereld. Van Brazilië tot Hong Kong. Overal kent hij het ijs. Van zijn negentiende tot zijn 28ste werkte hij als kunstschaatser. In feite begon daar zijn ondernemerschap. Je kreeg je salaris en moest het verder maar uitzoeken. Dat leven betekende negen maanden weg, drie maanden thuis.

Had je wel een privéleven toen? Martijn steekt van wal: "Dat was mijn privéleven. Het is de kunst om dat te doen waar je passie ligt." En daar zijn we al bij zijn kern aangekomen en waar hij voor staat: PEP. Passie, Energie en Persistentie.

Wat drijft jou zelf, Martijn? "Mijn levensdoel is om de wereld een stukje mooier te maken. *Make the World a bit brighter than it is today.* Ik train groepen en individuen en gebruik hierbij veel van mijn eigen ervaringen."

Martijn is dol op mooie uitspraken. Daar ben ik ook dol op, maar ik kan ze nooit onthouden...

"Vanuit mijn professionele sportcarrière heb ik geleerd dat niemand hoger gaat springen door de lat lager te leggen. Hoe gedisciplineerd ben je met je bedrijf. In hoeverre ben je bereid alles te geven en hoeveel investeer je in jezelf. Kennen is nog geen kunnen."

Dat herken ik ook. Ik ben al drie jaar bezig met het instuderen van de Canto Ostinato. Ik heb het stuk al ontiegelijk vaak gehoord, maar dat wil niet zeggen dat ik het kan spelen. En dan gaat het ook over hoe hoog je de lat legt. Ga je alleen voor de noten, of oefen je net zolang tot je een prachtige, genuanceerde uitvoering kunt geven.

Wat is het mooiste dat je hebt meegemaakt? Martijn denkt even na. "Er zijn heel veel mooie dingen te noemen, maar één situatie staat me nog heel helder voor ogen. Er was een man die mij belde na een training. Hij had 200 mensen onder zich en vertelde vol trots dat hij drie mensen had aangesproken. Dat was een enorme overwinning voor hem. Daar zit ik dan een week blij over te zijn in de auto."

Je hebt zoveel succesverhalen. Gaat er ook wel eens iets mis? Hij kijkt moeilijk. "Ja, misschien komt het door mijn NLP (Neuro Linguïstisch Programmeren) opleiding, maar ik focus meer op dingen die goed gaan. Bij kunstschaatsen is het ook belangrijk om je eigen mentale coach te zijn. Als je tijdens een kür aan het begin valt, kun je focussen om de rest van die kür goed te doen, of je kunt blijven hangen in de val die je hebt gemaakt. Ik kies voor het eerste. In die zin geloof ik ook wel in keuzemogelijkheden in je leven.

Ik heb wel eens mijn knie zo verbogen, dat ik zes weken niet mocht schaatsen. De eerste dag baal ik dan wel enorm, maar ik kan snel weer focussen op de toekomst, blijf daar niet in hangen."

Hij vervolgt lachend: "Als iemand een spinnenfobie heeft en vervolgens Tarantulas gaat houden, ben ik meer geïnteresseerd in hoe hij dat heeft kunnen bereiken, dan dat ik wil weten hoe hij aan die spinnenfobie komt."

Je geeft leiderschapstrainingen, maar is dat iets wat je kunt aanleren? "Ja, iedereen kan leren een leider te zijn, alleen bij de één duurt het wat langer dan bij de ander.

Ik ga fluitend naar mijn werk. Mijn vriendin Kim gaat zingend naar haar werk. Zij is kraamhulp en heeft mijns inziens geen behoefte om ooit leidinggevende te willen zijn. Maar zij is wel een leidinggevende, ook al staat dat niet op haar CV. Zij geeft leiding aan jonge ouders, ze geeft ze vertrouwen in het omgaan met hun pasgeborene. En ze geeft niet alleen leiding aan haarzelf maar ze kan ouders motiveren en enthousiasmeren. Dat is toch wat een goed leider doet?"

Je reist de hele wereld over. Maar je kantoor is in Nijmegen-Oost. Waarom? "Deze plek heeft een betekenis voor me. Twee dagen na de bevrijding, zijn er zes jongetjes en drie militairen omgekomen bij deze kazerne. Eén ervan was mijn oom. En hierachter, waar nu Voorheen Slagerij de Jong zit, runde mijn grootvader slagerij Nas. En hier aan de overkant heb ik op de Vrije School gezeten. Op deze manier is de cirkel rond."

Voor meer informatie en inspiratie: MartijnNas.com



"Niemand gaat ooit hoger springen door de lat lager te leggen"

Foto: Mahmoud Ataya

“De beste en leukste manier om af te vallen”

ESTHER (42)
- 6 kilo
en - 57 cm

JESSICA (28)
- 16 kilo
en - 113 cm

Gratis
figuuranalyse

KARIN (35)
- 7 kilo
en - 72 cm

Wat is ZLIM?

- Figuuranalyse
- Doelgericht bewegen in warmtecabines
- Huidverbetering door ozontherapie
- Voedingsadviezen

Kom naar ZLIM OOIJ!

Prinses Beatrixstraat 53b in Ooij

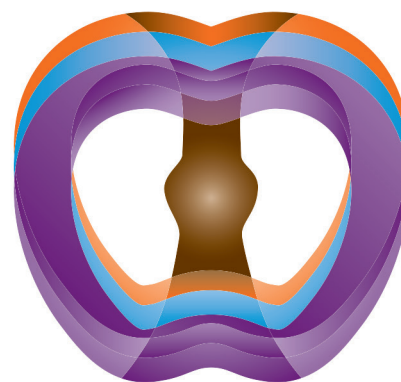
Mail of bel voor een gratis en vrijblijvende figuuranalyse:

ooij@zlim.nl
of 024 -6639441

zlim

voel je slank, voel je goed!

Meer informatie vind je op www.zlim.nl



**centrum
de appel**

Creatief en spiritueel centrum

Groesbeekseweg 428

6523 PP Nijmegen

t. +31 (0)24 360 96 75

m. +31 (0)65 157 75 91

w. www.centrumdeappel.nl

Team
zorg

Thuis in thuiszorg

Wij zijn een klein team dat zorgt voor de gewenste zorg op maat. Wij vinden de aandacht net zo belangrijk als de zorg zelf. Heeft u (tijdelijk) zorg nodig dan staan onze gediplomeerde zorgverleners klaar om u hierbij te ondersteunen of het overnemen van zelfzorg. Het (tijdelijk) tekort aan zelfredzaamheid van u wordt door ons gestimuleerd om deze zelf te doen en aan te leren.

Wij als Teamzorg zijn u behulpzaam in de volgende thuiszorgdiensten:

- Persoonlijke verzorging
- Verpleging
- Individuele begeleiding/ondersteuning
- Huishoudelijke hulp



T. 024 206 37 20 | M. 06 1500 62 73

Tarweweg 75 | 6534 AM Nijmegen | info@teamzorg.eu | www.teamzorg.eu

de Wijkkrant voor Nijmegen-Oost
Verschijnt maandelijks in: Altrade, Galgenveld, Groenewoud, Hengstdal, Hunnerberg, Kwakkenberg, Ooijse Schependom, Berg en Dal en Heilig Landstichting.

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

Oplage: 16.000. Uitgave:
Stichting De Wijkkrant
Nijmegen-Oost, Hengstdalseweg 78,
6523 EM Nijmegen.

EINDREDACTIE
Loes Wijffels

REDACTIE
Anna Bakker, Kor Goutbeek,
Eric Hendriks, Alex Holderbusch,
Marc van Kempen,
Simone Kiekebosch,
Marjon Spoorenberg,
Karin Veldkamp

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:
Mahmoud Ataya, Bert Hendrix,
Frank Schijven, Eric Stuart,
Hanneke Roelofsen, Dick Verstegen

ONLINE KANALEN
dewijkwebsite.nl
twitter.com/wijkwebsite
facebook.com/nijmegenoost
redactie@dewijkwebsite.nl

OPMAAK
Ton Burgers, www.a-formaat.nl
Ontwerpburo Gabrielle Thijsen

DRUK
Janssen Pers, Gennep

BEZORGING
Coördinator: Eric Stuart
Axender verspreidingen, Cuijk

ADVERTEREN VOOR BEDRIJVEN
Loes Wijffels, 024 - 20 22 258
advertenties@dewijkwebsite.nl

DEADLINE VOLGENDE NUMMER
De uiterste datum om prikboard-berichten, advertenties en de agenda aan te leveren is donderdag 2 februari 2017. Elke maand bepalen we drie weken vóór het uitkomen de inhoud van de krant. Ruimte voor actueel nieuws is beperkt. We verwelkomen je artikel maar garanderen geen plaatsing. Wil je zeker zijn van bekendheid in de wijk? Benut dan ook www.dewijkwebsite.nl.

BEZORGING VOLGENDE WIJKKRANT
Uiterlijk vrijdag 17 februari 2017, samen met De Brug. Geen Wijkkrant ontvangen? Meld online je bezorgklacht: www.dewijkwebsite.nl of via redactie@dewijkwebsite.nl.

Loes Wijffels Column



Ziek

Terwijl ik deze column tik, lig ik met griep op de bank. Hij was er dan ook bijna niet geweest. Met moeite heb ik mijn laptop op schoot getrokken. Met een plaid over mijn benen doe ik een laatste poging om voor de deadline nog iets in te leveren.

Lang geleden dat ik me zo beroerd voelde. Als kind had ik wel een paar keer griep, waarbij ik me lekker liet verwennen. We kregen, geloof ik, ook altijd een cadeautje. Maar toen ik twee dochters had was er amper tijd voor ziek zijn. En later, als juf, liet ik mijn klasje ook niet gemakkelijk in de steek voor een paar graden koorts.

Eigenlijk geniet ik nu wel van het alleen griepig kunnen zijn. Niemand die me stoort, geen mens om mee rekening te houden. Ik kan lekker ongegeneerd lijden en mezelf zelig zitten vinden. Beetje minder pijn in mijn hoofd zou fijn zijn geweest. Lieve vrienden of

buren doen af en toe een paar boodschappen. Veel heb ik niet nodig.

Op het tafeltje naast de bank een stilleven van zakdoekjes, dropjes, medicijnen, vruchtensapglasjes, de tv-gids en een boek. Facebook is me nu veel te druk en mijn woordfeurvrienden hebben geen tijd om me de hele dag te vermaken. Toen mijn e-reader er ook nog mee ophield, heb ik maar weer eens een ouderwets boek uit de kast gepakt.

Ik lees terwijl er buiten een klein laagje sneeuw valt. Mensen glibberen voorbij. Af en toe een appje van iemand die vraagt hoe het ermee gaat. De burendoenen zo zachtjes mogelijk en ik voel me zowaar een beetje gelukkig.

Precies zes jaar geleden schreef ik mijn eerste column in deze krant. Zo'n 65 stukjes later vind ik het nog steeds bijzonder om mijn buurtgenoten deelgenoot te maken van mijn zieleroerselen. En daar af en toe nog een complimentje voor te krijgen ook.

Vergeef me als ik een beetje sentimenteel ben. Is vast de griep.

Let op: Daalseweg betaald parkeren!

Tekst en foto: Hanneke Roelofsen

De Daalseweg is zo goed als klaar. Aan beide zijden kunt u uw auto gemakkelijk plaatsen. Wel even letten op de fietsers, maar ook op het bord 'betaald parkeren'. Nu lopen er stadstoezichthouders rond om u vooralsnog te informeren, maar dat wordt al snel een boete als de parkeerautomaten daadwerkelijk werkend zijn.





WINKELCENTRUM MOLUKKENSTRAAT

HET BROODHUVS
— OOK VOOR UW GEBAK —

eyelove
Kwaliteitsbrillen



Foodservice
Royale

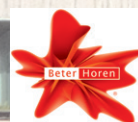
drankenspecialzaak
van haastregt/Lamers



ons
winkeltje

Bloemenveld

coop



De hoorspecialist

Brain
Wash®
Jouw kapper

Kijk voor de aanbiedingen op:
www.winkelcentrummolukkenstraat.nl
of in de winkels.

"Kwaliteit, service en
winkelgemak in de
buurt"

