



de Wijkkrant

Januari 2018

voor Nijmegen-Oost



Foto: Marc van Kempen

Jouw spullen ook op deze pagina? Plaats gratis!



Prikbord

vier piano's/vleugels in één ruimte staan? In ruil bieden wij naar wens open repetities en liefdevolle behandeling

Telefoon: 0618262110

Traproeden Messing, plat, 14 stuks en 2 stuks rond; compleet met ogen voor een loper 50 cm breed. € 109,-. Tel. 024 3602362

Tiemor heeft Te Koop Disney Doeken Nieuw voor €10,- per stuk. Zelf geschilderd/gelakt met acryl. Leuk voor kinderen. 06-22715349 agtdoekbrijder@Hotmail.com

Ben je 50+ en heb je zin om eens in de 3/4 weken op zondagmiddag naar een film of tentoonstelling te gaan en eventueel daarna samen wat te eten? Mailadres: mahm024@outlook.com

Mooie zwart lederen driezits-designbank in goede staat. Geen huisdierbeschadigingen, wel kleine beschadiging op naadzitting. Vraagprijs 75,- Tel.: 0649753293

Op 2 januari ben ik tijdens een wandeling (Hobbemastraat - Ubbergseveldweg - Berg en Dalseweg) een zilveren oorbel verloren. Het is een creool met filligreer. Ik hoor het graag als u hem heeft gevonden. Telefoon: 0641308245

Computerhulp bij (basis) kennis Tel: 06-26522388 E mail: loekde-kok@gmail.com

Paar gloednieuwe bruine schoenen aangeboden: Waldläufer, wijde H, maat 37; bleken toch nog te nauw. €35. 024-3230452, Mevr. Naber.

Help KiKa (Kinderen Kankervrij) en bestel een uniek prentenboek '1000 Dromenmakertjes' voor slechts €15,-! Op www.dromenmakertjes.nl vind je de tekst en muziek. Veel plezier!

Dames winterjack van Fjällraven (warm bruin; large). Eén seizoen gedragen. 06-14272589

Wij zijn op zoek naar een lieve oppas voor onze pup (teckel) Dribbel. Op maandag en op dinsdag, behalve de schoolvakanties. Dribbel is een lieve pup van 12 weken, hij houdt van spelen, op schoot liggen en slapen. Telefoon: 06-34477533

van de piano's aan. Simone Kiebosch, tel. 06-15500129.

Wie las van Salman Rushdie De familie Golden? En wie wil ontdekken hoeveel verwijzingen in het boek staan naar literatuur, films, muziek, politiek, actualiteit. Heel veel. 06-12944468.

Jonge hoge Sopraan gezocht (tot ca. 40 jaar) door Vocal Group NootScenario. Wij brengen 4- tot 6-stemmige popmuziek. We repeteren op dinsdagavond in wijkcentrum Burghardt. nootscenario.nl/ info@nootscenario.nl

Djembe te koop, zo goed als nieuw. Hoes zit erbij. Vraagprijs: € 150,- Telefoon: 0243236616

Verloren: gouden trouwring, mogelijk tijdens een wandeling om het speelveldje van de Klokkenbergsschool op 20 december Telefoon: 0243601292

HOE kunnen wij leren omgaan met elkaar zonder ongewenst gedrag? Kom het horen in de Lutherse Kerk / Prins Hendrikstraat 79 / zondag 21 januari 15:30 - 17:30 / 06-50895724. of info@humaninteraction.nl

Ik ben op zoek naar boeken van Stephen King: de serie "Donkere toren". Wie kan mij daaraan helpen? Telefoon: 06-28829138

Gay Swim Nijmegen "Spetters" heeft ruimte voor nieuwe leden. Kom gratis een keer proefzwemen. Info en opgave: <http://www.gsnspetters.nl> en info@gsnspetters.nl

Wat doe jij met je Wijkkrant als je hem uit hebt? Maak een foto en stuur deze op naar: redactie@nijmegen-oost.nl

De 50+ homomannenkring Nijmegen komt eens per 3 weken keer bij een van de leden bij elkaar en wil uitbreiden. Kijk op dekringen.nl

iPhone 5s 16 gb in zeer goede staat. €125 incl 2 hoesjes

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.

Ik zoek een rustig plekje in de natuur om in de zomer tijdelijk te werken en te genieten. Volkstuin, tuinhuis, caravan, vakantiewoning, of veldje waar ik iets op mag zetten. Huur of koop. Evt. verzorging dieren of tuin. 06-14317579.

Inspirerende fotografie- of beeldhouwakantie in Frankrijk? Kijk op: creatifindebourgogne.nl

Voor onze spelletjesgroep zijn we nog op zoek naar een paar mensen. Heb je interesse, mail dan naar wandelenfiet-sen1015@gmail.com

Verloren: zilveren ring met gouden accenten, Limosterrein, Spoorbuurt, Daalseweg. 0653929778

Zin om iedere donderdag van 18.30 tot 19.30u. recreatief en gemengd te volleyballen? We trainen in het gymzaaltje aan de Palem-bangstraat. 06-10511729

Wie heeft er ergens nog een paneeldeur staan? (typisch voor in de Spoorbuurt) afm: 211x82. 4 panelen, bovenste paneel evt glas. Ik mis één zo'n deur in de woonkamer en zou er heel blij mee zijn. Marjo, 06-19091555

Gouden ring verloren met een Zeeuws knoopje van zilver. Telefoon: 06-28829138

Winterbanden met velg Te koop: Winterbanden met velg (Peugeot 206), maat: 165/75 R14 82T. Zie Marktplaats: 1233835171

Mantelzorg. Door zelf mantelzorger geweest te zijn tot dood vriend weet ik hoe moeilijk het is alles alleen te doen. Thuiszorg kan vaak niet leveren wat moet etc. Ik had het "geluk" genoeg zorg ervaren te zijn dat ik thuiszorg ea handelingen zelf kon waardoor hij tot laatste 2 dagen thuis kon zijn maar niet iedereen heeft dat geluk. Om over vervanging of invaller bij nood maar te zwijgen. Ik woon in Hengstdal en bied mezelf dus aan een keer in ochtend of middag in te vallen zodat een mantelzorger een keer naar stad

kapper etc etc kan. Ervaring ruim. Vergoeding in overleg en geen idiote bedragen, dus speciaal ook voor mensen die dit normaal niet kunnen betalen Telefoon: 0619020306

De Nieuwe Vlindergids, 450 dagvlinders van Europa en Noordwest-Afrika. Weinig gebruikt. Tom Tolman en Richard Lewington i.s.m. de Vlinderstichting, 1999, Tirion. Prijs: NOTK Telefoon: 0625533040

4 winterbanden (Vredestein met stalen velgen waarvan 2 banden aan vervanging toe zijn. Vredestein Snowtrac2 165/70/R14 4x100 +/- 5mm € 75,-. Ook 4 Fulda Kristall winterbanden met stalen velgen; Fulda is een dochtermerk van Goodyear 155/65/R14 4x100 € 200,-. Telefoon: 06-23502147

Ik ben op zoek naar 'n hoogslapper voor mijn kleinzoon. Gratis of tegen 'n kleine vergoeding. Telefoon: 024-3230432

Nog nieuw! Wegens aanschaf nieuwe printer: cartridge in kleur en zwart (300) voor een HP printer. Gratis af te halen. Telefoon: 0243600726 Maandag tot vrijdag

Gevraagd voor 2 klanten van de voedselbank waar ik coördinator ben: 1. een koffiezetapparaat, 2 een waterkoker en 3 een boodschappenwagen. Zij missen dit, wie maakt hen blij? Tel: 0630483180

Pleeggezin gezocht voor twee goudvissen. Inclusief zuurstof, kacheltje en kom! Groetjes Falk Telefoon: 06 53305720

Wie heeft er nog een ouderwetse zinken vuilnisemmer? Ik zou hem graag willen overnemen. Telefoon: 0622426242

Te Koop Nog nieuwe Magnetron, merk Sharp, Prijs in overleg Telefoon: 024- 3226054 of 3226051

Mooie, stevige Swiss Gear rugzak, met naast ruimte voor de laptop ook voor day pack. Vier vakken. Voor € 30 af te halen. Telefoon: 06-21880083

Wij zijn vier pianisten die Canto Ostinato van Simeon ten Holt spelen. We zijn helaas onze oefenplek kwijt. Wie heeft voor ons

Het wijknieuws elke week in je mail?

Schrijf je in



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

Van de redactie

Bij de voorpagina:

Een nieuw jaar is begonnen. In onze hoofden nieuwe plannen en uitdagingen. Ondertussen draait de wereld door. Na enorme pakken sneeuw, kerstkransjes en vuurpijlen beleven we nu het hoge water om ons heen. De nieuwe ruimte die de rivieren hebben gekregen mag zijn nut gaan bewijzen. Dat het ook spectaculaire beelden oplevert bewijst de voorplaat van onze fotograaf Marc van Kempen, gemaakt vanaf de voetgangersbrug naar de Stadswaard. Twee Franse toeristen genoten van het bijzondere schouwspel.



Groene Hoofdstad:

Nijmegen is dit jaar groene hoofdstad van Europa. Ook in onze wijk zijn veel groene initiatieven. We schrijven er daarom dit jaar maandelijks over in de krant. Meld ons je groene initiatief!

In deze Wijkkrant o.a.:

25 Bewustwording bij de acteerlessen van Nina Jilesen

9 De veelzijdige fotograaf Frans Eppink

De primeur van een circulaire modelwoning

20 Het sportieve leven van schaatsgezin Kipping

Fler zingt nogmaals bij Oosterlicht

15 De oldtimer van Michel Pantouw

De muzikale samenwerking van Shades of Blue

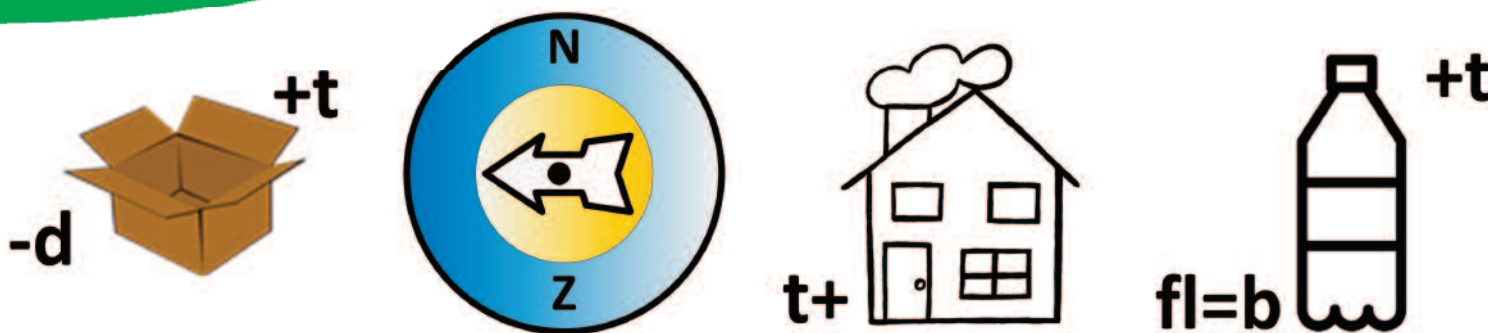
29 Doe mee aan de tuinvogeltelling



Illustratie: Elwin van der Kolk

Rebus

Kun jij deze rebus oplossen? Hij is gemaakt door Thomas Besselink.(9 jaar)



Het pesten van prominenten

Soms verbaas ik mezelf. Als ik kwaad word bijvoorbeeld. Ik zie mezelf als optimistisch en positief en ik erger me zelden. Toch krijg ik vlekken voor mijn ogen als media verbaasd berichten over de zelfmoord van een puber als gevolg van pesten. Er wordt verontrust gereageerd. 'Hoe kan dat nou?'. Terwijl veel media !#%\$ zelf een platform geven aan pesten!

Cabaretiers, columnisten, presentatoren, sidekicks en radio-dj's vinden het leuk om niet een, twee of drie keer hetzelfde slachtoffer voor vernederende grappen te kiezen, maar veel vaker. Zij kozen onder andere voor de volgende mikpunten: Gordon, Henk Krol, Bassie & Adriaan, Henk Bleeker, boer Geert, Donald Trump, Bonnie St. Claire, Peter Jan Rens, Jolande Sap, Emile Ratelband, Gerda Havertong, Annie Schilder, Patricia Paay, Dries Roelvink, enzovoort, enzovoort. En zeg nou niet 'maar zij kunnen er wel tegen' of 'ze maken het er zelf naar'. Dat doet namelijk niet terzake. Pesten kan niet, nooit. Het



draagt bij aan een giftige sfeer, waar ook veel toeschouwers misselijk van worden.

Pesten via de media kan vergaande gevolgen hebben. Minister Vogelaar werd in haar nek gehijgd door een Pownews-verslaggever en moest het veld ruimen; Piet Grijs wijdde vijftien haat-columns aan criminoloog Buikhuisen waarin hij de professor voor van alles uitmaakte, tot het 'verzamelpunt van het Nederlands fascisme' aan toe en Buikhuisen werd ontslagen. Hij is inmiddels gerehabiliteerd, maar kreeg destijds poep door zijn brievenbus geduwd en werd zelfs geregeld met de dood bedreigd.

Net als Sylvana Simons nu: vier tegenstanders drongen zelfs haar tuin binnen. De gepesten lijken wel gestript van hun menselijkheid, we vergeten kennelijk even dat het levende wezens van vlees en bloed zijn, mensen zoals wijzelf, met gevoeligheden en kwetsuren, met kinderen, een partner en familie. Even een flashback naar 1978. Ik was

dertien, kinderlijk, klein, dromerig en onhandig. Dat ik regelmatig door een pestkop werd uitgescholden voor mietje, was nog te verdragen. Maar het was bijna traumatisch dat op mijn verjaardag werd gezegd "Je zult wel barbies krijgen, want je bent toch maar een mietje", en dat de hele klas daarom moest lachen - inclusief mijn vrienden. En daar ligt voor mij ook de grens in de media. Een harde grap mag, twee kan nog, drie wordt twijfelachtig, maar op meer aanvallen op dezelfde persoon past maar een kwalificatie: pesten!

Tijdens de recentie tv-roast van Giel Beelen grapte een presentator tegen Soundos: "Ik ben in principe tegen vrouwenbesnijdenis. Maar voor jou maak ik een uitzondering." In dezelfde uitzending zei Sylvana Simons: "Humor is een uitlaatklep die je af en toe open en dicht moet zetten. Met gevoel."

Reacties? k.goutbeek@gmail.com

Kor Goutbeek column

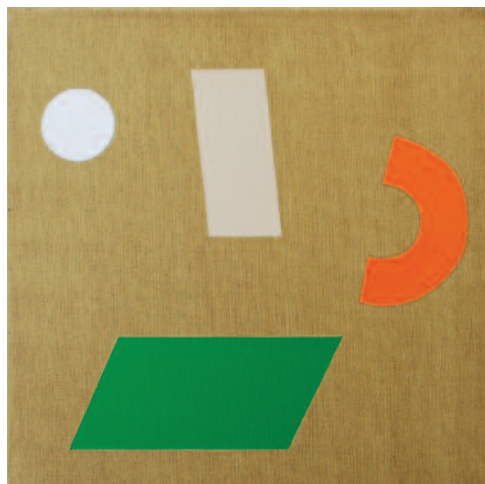
Wijknieuws

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

Expositie Freek Sanders

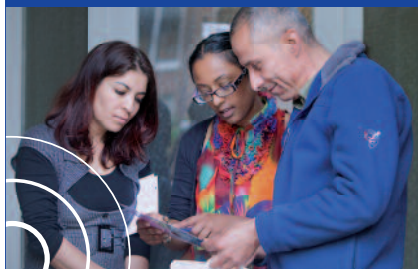
Van 22 januari tot en met 24 februari is in Stadsschouwburg Nijmegen de expositie Leegte | Vorm van Freek Sanders (Nijmegen, 1972) te zien. Freek, sinds 2000 woonachtig in Groenewoud, is ruim 25 jaar bezig met de ontwikkeling van zijn vrije werk. In de sfeervolle ruimtes van de foyer van de stadsschouwburg zullen zo'n 60 van zijn werken worden getoond. De expositie in Stadsschouwburg Nijmegen is te bezoeken van ma t/m vr van 09:30-17:30u en op za van

11:00-16:00u. Kijk voor meer informatie op www.freeksanders.com.



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 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

Nieuw Restaurant Bollyfoods

Geertje Rutgers en Mathew Antony uit Nijmegen, die samen met hun foodtruck Bollyfoods op allerlei festivals staan, openen komend voorjaar een restaurant in het pand van Voorheen Slagerij de Jong aan de Van 't Santstraat. Het stel woont in de wijk en stond tot een paar weken geleden elke don-



derdagavond met hun foodtruck op het pleintje aan de Van 't Santstraat. Het restaurant opent in april of mei.

2018 Tijd voor een gezond en mooi lijf



Met een tevreden gevoel in de spiegel kijken. En daarin jezelf zien. Met een goed gevormd lichaam. Wat kilo's lichter, en vol energie. Een steuntje in de rug werkt!

In 5 stappen:

1. Figuuranalyse
2. Huidverbetering in ozoncabine
3. Bewegingsplan in warmtecabine
4. Voedingsplan op maat. Géén diëten, shakes, maaltijdvervangers, etc. maar gezond eten
5. Coaching

Aanvullende methodes: Cryolipolyse (vetbevriezing), Bodywrapping & Compressietherapie

**Lady
Line**
THE SLIMMING COMPANY

Dit alles onder 1 dak!

v.d. Bruggenstraat 12, Nijmegen | 06 16 96 42 00 | www.az-groen.nl

"Het publiek krijgt niet de kans er genoeg van te krijgen"

Al ruim vijf jaar zingen Doreen, Marjo en Monique samen. Het laatste jaar is ook Christine onderdeel van het zangkwartet F!ER. Ze oefenen één keer per veertien dagen bij een van de fiere vrouwen thuis en zingen liederen van Abba tot Kate Bush, bijna allemaal bewerkingen van Jetse Bremer.



Krin Veldkamp

Ik schuif aan tafel bij Marjo en Doreen. Ze zitten al te wachten met thee en wat verlate pepernoten; maar de smaak is er niet minder om. Het gesprek komt snel op gang en de dames kwebbelen gezellig door elkaar. "Monique kwam met het idee om een project te starten met tien nummers van componist en arrangeur Bremer. Wij dachten: leuk, we repeteren, gaan een paar keer uitvoeren en klaar! Maar het afstemmen van de vier stemmen en interpretaties kostte veel meer tijd dan gedacht. En ook bleek al snel dat de nummers veel beter tot hun recht kwamen als er meer aandacht aan werd besteed." Uiteindelijk werd het een 'project' van twee jaar. In 2015 had F!ER haar eigen optreden in de Lutherse kerk. Maar hun allereerste

performance was tijdens theatertour Oosterlicht in het jaar daarvoor. En dat smaakte naar meer!

"Zingen is gezond"

De passie om te zingen begint vroeg bij alle twee. 'Zingen is gezond' is Marjo's motto. Ik lach want ik kan me herinneren dat ik in een ver verleden mijn valse noten liet horen aan Marjo. "Veel meer mensen kunnen beter zingen dan ze zelf denken. Er zijn er maar weinig die geen toon kunnen houden." Dat klinkt me toch als muziek de oren. Want wie blèrt er niet graag lekker mee met oude of bekende hits?

"Ik was acht of tien toen ik solo in de kerk mocht zingen", blikt Marjo met enige trots terug. En ze zet meteen in: 'Aarde heet mijn oudste zuster'. "Ik heb bijna altijd gezongen in mijn leven. Ook een tijdje in een buurtkoor en dat echt puur voor de lol. En ik heb veel tussen de schuifdeuren gedaan; in mijn uppie zingen met accordeon bij mensen thuis."

"Muziek heeft mij vriendschap gebracht"

Ook Doreen had haar 'première' in de kerk en wel met: 'Er is een kindeke geboren op aard.' "Mijn ouders zeiden tegen elkaar: wat zingt dat kind mooi. Verrek, zei mijn vader, dat is onze Doreen", vertelt ze na al die jaren nog steeds enthousiast. Doreen heeft onafgebroken in allerlei koren gezeten; van

kerk tot sextet en close harmony. De laatste club heeft maar liefst twintig jaar samen gezongen. "We zijn samen volwassen geworden en zien elkaar nog steeds. Dus muziek heeft mij, naast de lol, ook vriendschap gebracht. En alle optredens hielpen mij ook met andere dingen in het leven, zoals jezelf presenteren".

Het conservatorium was net een brug te ver. De vooropleiding van een jaar heeft Doreen wel gevolgd, maar ze kwam toen tot de conclusie dat ze niet uit het juiste hout was gesneden: "Je mag niet onzeker zijn. En het was bijna ellebogenwerk. Dat schrok me af."

Theatertour Oosterlicht

F!ER is weer druk aan het oefenen. Ze zijn gevraagd om dit jaar weer mee te doen met Theatertour Oosterlicht en daar hebben ze zin in. In 'koor' roepen ze dat het concept zo leuk is. Bij Oosterlicht komen er tien groepjes van vijftien mensen langs op een speciale locatie. "Daar zongen wij twee of drie nummers. Het publiek wilde graag meer horen. Maar ze kreeg ook niet de kans om er snel genoeg van te krijgen", lachen ze samen. Oosterlicht is in het weekend van 17 en 18 maart en op 25 februari treedt F!ER op in de Lutherse kerk aan de Prins Hendrikstraat 79. Meer informatie: Doreen: 06-29201999.

Meer informatie over Theatertour Oosterlicht verschijnt in de Wijkkrant van februari.

V.l.n.r. Monique, Christine, Marjo en Doreen. Foto: F!er



"Veel meer mensen kunnen beter zingen dan ze zelf denken"

Huiskamerconcert Kerst Sterreschansweg

Tekst en foto door Marc van Kempen

Gastvrij met een goed glas wijn en hapjes, ontfangen Tonnes Tammes en Hélène van Loon op 22 december hun buurtgenoten op de Sterreschansweg voor een buurtverbindende avond muziek. Ze waren met behulp

van een zelfgemaakte flyer uitgenodigd voor het optreden. Een kamerconcert waarbij Maria Verhamme op piano en Karin Bruggert op dwarsfluit kerstgerelateerde, klassieke composities speelden. Gérard Näring (niet op deze foto) en Karin zongen na de pauze samen nog een Christmas carol "Joy to the

Muziek in de wijk

World" toegeschreven aan Händel. Zal dit een mooi vervolg krijgen volgend jaar? Aan de geluiden van de bezoekers te horen wel.



Wijknieuws

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

Concert Kamerkoor Elnoséqué

Zondag 28 januari om 15.00 geeft het Nijmeegs Kamerkoor Elnoséqué een concert onder leiding van dirigent Marc Buijs. Ze zingen werken van Monteverdi en van hedendaagse componisten gebaseerd op teksten van Shakespeare. Voor dit wereldlijke



concert heeft het koor een wereldlijke setting: het Karel de Grote College aan de Wilhelminasingel 13-15. Kaarten kosten 12,50 en zijn te reserveren via www.elnoseque.nl.

Musical Aladdin en de wonderlamp

De scholengemeenschap NSG Groenewoud brengt deze maand de beroemde musical Aladdin en de wonderlamp op de planken van de Stadsschouwburg. Aan de musical werken 245 leerlingen, ouders, docenten en professionele begeleiders mee. Samen toveren ze de schouwburg vier keer om tot de wereld van 1001 nacht. Leerlingen van alle leeftijden, docenten en ouders werken sinds november 2016 samen aan de musical Aladdin en de wonderlamp. Een groot project waarbij negen disciplines betrokken zijn: productie, spel, orkest, dans, koor, decor, kos-

tuum, grime & kap en fotografie. Aladdin en de wonderlamp is een spannende musical over jezelf zijn en het vinden van je eigen plek. De voorstellingen door NSG Groenewoud zijn op 18, 19 en 20 januari om 20.00 uur en op 20 januari om 14.00 uur in de stadsschouwburg Nijmegen. Kaarten zijn te koop via de website van de schouwburg: www.stadsschouwburgendeveerenging.nl



Nijmegen-Oost

Voortgang wijkplannen 2017 | 2018

Altrade | Galgenveld | Groenewoud | Hengstdal | Hunnerberg | Kwakkenberg | Ooyse Schependom



► Beste bewoner van Nijmegen-Oost

Met plezier bied ik ook dit jaar de voortgangsbrieven over het wijkplan 2017/2018 aan. Samen maken we onze stad steeds mooier, daar ben ik trots op. In 2017 hebben velen van u meegedacht en (mee)gewerkt aan de inrichting van uw wijk. U kunt op het kaartje zien wat we in 2017 samen bereikt hebben.

In 2018 gaan we de website nijmegen.nl/mijnwijkplan verder uitbreiden. Hier kunt u meebepalen hoe het wijkbudget in uw wijk wordt besteed en uw wensen en ideeën voor de openbare ruimte plaatsen. We bekijken dan met u en andere wijkbewoners hoe we dit uitwerken en uitvoeren. De gemeente ondersteunt u daarbij graag.

Is er iets kapot, vuil of niet in orde in uw wijk? Meld dit ons dan via de vernieuwde Meld & Herstelapp of de website Nijmegen.nl.

Hartelijke groet,



Renske Helmer-Englebert
Wethouder Openbare Ruimte

De kwaliteit van de openbare ruimte is mede bepalend voor het welzijn van bewoners en ondernemers. Het is belangrijk dat deze openbare ruimte schoon, heel, veilig én toegankelijk is en dat we daar samen voor zorgen. Het meedenken en meedoen vanuit bewoners én ondernemers is hierbij van cruciaal belang; u weet als geen ander wat er in uw omgeving speelt!

Ik hoop dat u in 2018 weer mooie bewonersinitiatieven bedenkt om uw leefomgeving te verbeteren. Daarom nodig ik u van harte uit om uw plan of idee op nijmegen.nl/mijnwijkplan te plaatsen; ook ben ik nieuwsgierig voor welke ideeën u het wijkbudget 2018 wilt inzetten.

Met vriendelijke groet,



Jolande Spierings
Wijkregisseur openbare ruimte
Nijmegen Oost

Contact

Kleine gebreken of klachten over onderhoud kunt u direct doorgeven met uw smartphone via de **Meld&HerstelApp** of via tel. **14 024**. Heeft u wensen of ideeën voor de openbare ruimte in uw wijk kijk dan op nijmegen.nl/mijnwijkplan. Andere vragen kunt u mailen naar j.spierings@nijmegen.nl of bel **024-329 3350**.



Nijmegen

Wijknieuws

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

Twee projecten in Oost genomineerd voor Architectuurprijs

De Architectuurprijs Nijmegen 2017 is een terugkerende prijs die wordt uitgereikt door de gemeente Nijmegen. De organisatie is in handen van het Architectuurcentrum Nijmegen (ACN). De jurering wordt gedaan door een roulerende onafhankelijke jury. Dit jaar zijn vanuit Nijmegen-Oost geselecteerd: Parc Margriet en basisschool de Klokenberg (foto: Fien Kraanen).



De Architectuurprijs Nijmegen heeft tot doel een bijdrage te leveren aan de stimulering van de kwaliteit van de architectuur in Nijmegen. De

prijsuitreiking wordt gezien als een geschikt discussie- en ontmoetingsplatform voor architecten, bouwers, woningcorporaties, toeleveringsbedrijven, provinciale, regionale en lokale bestuurders en geïnteresseerde burgers. In totaal hebben vijftientig kandidaten zich aangemeld. Uit al deze kandidaten kun je jouw eigen favorieten kiezen. Het project met de meeste stemmen wint de Publieksprijs 2017. De Architectuurprijs Nijmegen 2017 en de Publieksprijs worden op 29 januari uitgereikt. Breng uiterlijk 28 januari je stem uit via het formulier op www.architectuurcentrumnijmegen.nl/stem.

Van Kekerdom tot Santorini



Vanaf 1 april tot 30 september reist Evert van de Ven van Atelier de Clou met de Power Flour Journey zigzaggend over ruim 16000 Kilometer van Kekerdom-Nederland, via Hamburg-Duitsland naar Santorini-Griekenland. Tijdens zijn reis

wil hij zoveel mogelijk kleine en grotere groepen in 12 verschillende landen ontmoeten en inspireren. Op 3 februari is er van 14 tot 17 uur een Power Flour Journey Amuse Workshop bij de Waard van Kekerdom voor mensen die nieuwsgierig zijn naar wat de Journey inhoudt en voor hen die het initiatief willen ondersteunen. Evert is life coach, schrijver en spreker. Sinds 1995 geeft hij voordrachten, workshops en trainingen in binnen- en buitenland. De afgelopen veertien jaar is zijn werk sterk geïnspireerd door zijn ontmoetingen met Eckhart Tolle. Geïnteresseerden kunnen contact opnemen

met Evert via: nu@declou.com voor meer informatie kunt u kijken op: www.declou.com

Open dagen ZaadeL Makerij

Het weekend van 27 en 28 januari zijn er weer open dagen bij ZaadeL Makerij aan de



Coehoornstraat 71 in Oost. Op zaterdag 27 januari staat het 'maken' centraal. Er zijn workshops en demonstraties. Op zondag 28 januari wordt de expositie van het werk van cursisten tekenen/schilderen en lassen/metaalbewerking feestelijk geopend.

Interview over Nijmegen-Oost

“Beste buurtbewoners, ik ben een student van de Radboud Universiteit en wil voor mijn studie, Geografie, Planologie en Milieu, samen met een aantal studiegenootjes een interview afnemen over de openbare ruimte in Nijmegen-Oost (specifiek Hengstdal en Galgenveld) voor een project over ruimtelijke transformaties, met betrekking tot wonen, werken, verkeer en vervoer en de milieu-ontwikkelingen. Ik hoor graag of iemand er voor open staat om hier over met ons in gesprek te gaan! met vriendelijke groet, Lola Appel 06-42848848.”

Restaurant De Sjalot vermeld in Michelingids

De Sjalot haalde op 11 december het 8-uur-journaal. Het restaurant heeft dan wel geen michelin-ster gewonnen, maar wordt geprezen om zijn bijzondere keuken en kreeg daarvoor een eervolle vermelding in de gids.



Eigenaresse en chefkok Sibrecht Benning is er trots op. Ook vorige jaar kreeg het restaurant 'voor het luxe uitje' al een vermelding. De Sjalot biedt een unieke keuken met een mix van Marokkaanse en Franse gerechten en ligt aan de Groesbeekse dwarsweg 304A.

Vondst Romeinse botten in Lijsterbesstraat

In bouwzand aan de Lijsterbesstraat 13 zijn op 23 december enkele Romeinse voet- en onderbeenbotten gevonden. De Klokgroep heeft i.v.m. acute sloop- en bouwvoornemens de locatie inmiddels hermetisch afgesloten.



ten. Foto door Henk Horstink

Alles mag op de Agoraschool

Op het Montessori-college aan de Kwakkenbergweg kunnen leerlingen vanaf volgend jaar kiezen voor 'Agora'-onderwijs. In deze methodiek kiezen leerlingen zelf waarmee ze aan de slag gaan. Het idee erachter is dat ze meer gemotiveerd zijn en daardoor makkelijker leren. De leerlingen worden in de Agora-school begeleid door leercoaches.

Vliegende herstart wielrenclub Groenewoud



Sinds de herstart van de Nijmeegse wielervereniging R.&T.C. Groenewoud, twee maanden geleden, telt de club weer honderd leden. R.&T.C. Groenewoud werd in 1930 opgericht en speelde lange tijd een belangrijke rol in het wielrennen in Nijmegen. De laatste jaren was de vereniging niet meer actief. Afgelopen zomer werden de eerste plannen gemaakt voor een nieuwe start. Een tijdje geleden is begonnen met donderdagse trainingen, waarbij leden zelf kunnen besluiten of ze met de toerit mee willen rijden of onder begeleiding trainen. Ook is er gelegenheid voor gezamenlijk mountainbiken.

Vocal Group NootScenario zoekt hoge sopraan

Vocal Group NootScenario zingt in vier- tot zesstemmige popmuziek, van Meghan Trainor tot Avicii en van Caro Emerald tot Clean Bandit, beetje theatraal en zonder dirigent. Gezocht naar een hoge sopraan (tot ca. 40 jaar). Repetities zijn op dinsdagavond in De Burghardt. www.nootscenario.nl

Op zijn website noemt Trekvogels zichzelf 'Dé voetbalclub van Oost'. Of dat waar is, is het onderzoeken waard. Want laten we de twee aartsrivalen, Trekvogels en Orion, eens vergelijken (andere voetbalclubs zijn er niet in Oost).

Orion heeft ongetwijfeld een mooier onderkomen, daar aan de d'Almarasweg: met een fraaie tribune en een kantine met uitzicht over de vijf speelvelden. Trekvogels heeft zo'n 900 leden, Orion rond de 1500. Trekvogels is van 1922, Orion van 1938, dus dat levert weer een punt op voor Trekvogels. Het eerste team van Orion speelt nu 2e Klasse, Trekvogels 3e. Het hoogste dat Orion speelde was 1e Klasse, Trekvogels 2e klasse. Maar Trekvogels heeft weer Frank Demouge afgeleverd: hij speelde maar liefst vijftien jaar in de eerste- en eredivisie en werd zelfs clubtopscorer bij Willem II: zo ver is een speler van Orion nooit gekomen. De doorslag geeft dat Orion maar liefst acht meisjesteams heeft - Trekvogels slechts vier.



Kor Goutbeek

Orion is dus dé voetbalclub van Oost. (Ik ben wel bevooroordeeld, omdat mijn oudste zoon er al dertien jaar met grote graagte voetbalt. Zelf ben ik er conditietrainer en teamleider geweest. Dat ging trouwens niet zonder slag of stoot. Ik had eigenlijk niets met voetbal, maar ik zag aan de glans in Kjelts ogen dat hij een mooi doelpunt beleefte zoals ik bij het zien van een zwevende arend.)

Kapelaan Tychon richt Orion op in 1938. De jongens uit de buurt voetballen dan op een veldje bij het huidige Wijkcentrum de Ark aan de Elzenstraat - te klein voor de competitie. De contributie bedraagt 25 cent per maand en als je niet komt opdagen bij een wedstrijd is de boete 15 cent. Tijdens de oorlog wordt er veel verhuisd: in 1941 krijgt Orion een voldoende groot veld op het Kops Plateau en men kan meedoen aan de competitie van de Nijmeegse voetbalbond. Lange tijd heet de club officieel Rooms-Katholieke Sport Vereniging Orion Boys. In 1942 gaat de club naar de plek waar nu het witte Pabo-gebouw staat; twee jaar later wordt er al verhuisd naar de locatie aan de Kwakkenbergweg, waar men eindelijk een vaste basis heeft. De club zal er ruim 60 jaar te vinden zijn, pal naast en tegenover aartsrivaal Trekvogels. In 2007 verhuizen 'we' naar de nieuwe locatie met kunstgrasvelden en een half veld voor de jongste spelers. Orion geldt een beetje als de hoogopgeleiden-club, in tegenstelling tot de Trekvogels die van oudsher meer voor de arbeiders was. De sfeer bij Orion wordt geroemd als gemoedelijk, positief en toegankelijk: je kunt je er snel thuisvoelen. En de accommodatie is fantastisch. De aanwas van jeugdleden is de laatste jaren fenomenaal: de club telt inmiddels zeventig jeugdteams, meer dan enige andere club in Nijmegen!



AUTOBEDRIJF **STARFIT**

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



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



Pontanusstraat 46-48
6524 HG Nijmegen

T: 024-3234448
F: 024-3601609

Openingstijden:
ma t/m vr: 08.00-17.00

www.starfit-nijmegen.nl
info@starfit-nijmegen.nl

Shades of Blue

Een muzikale samenwerking die werkt

Eigentijdse jazz-blues is de favoriete muziek van Lucas Buur en Reyn Waldram. Op zondag 28 januari speelt het duo het nieuwe programma 'Shades of Blue' in een atelier in de Splendorfabriek aan de Sint Annastraat 198. Een bijzonder concert waarbij gedanst en getekend mag worden. "Liefst met een blauw potlood." Wat beweegt deze twee rasmuzikanten?



Loes
Wijffels

Wijkbewoner Lucas Buur (69) leerde Reyn Waldram (52) in 2002 kennen tijdens een bluessessie in de Muse in Malden. Ze hadden direct een klik en besloten samen te gaan spelen. Zo traden ze onder meer onder de naam 'De Buurjongens' op bij Easter Jazz, het jazzfestival in Oost. Ook speelden ze in verschillende bands. Vorig jaar brachten ze hun duoprogramma 'Achter de stilte' in centrum de Appel. Het moet een jaarlijks terugkerend concert worden.

Open staan

Reyn: "Wij dagen elkaar uit, maar halen ook het beste uit elkaar. We vinden het beiden erg leuk om te zoeken naar manieren om de intensiteit in de muziek te vergroten en te kijken hoe het het beste bij elkaar komt. Ik waardeer het enorm dat Lucas open staat voor mijn suggesties, want het is zijn muziek die we spelen. We hebben ook hetzelfde gevoel voor humor. Ik denk dat het publiek hoort dat onze samenwerking klopt." Ook Lucas is erg blij met de samenwerking: "Samen ontwikkelen we de muziek. Daardoor blijft het interessant. Een keer per week repeteren we in een kleine ruimte bij Reyn thuis. We bespreken dan eerst alle wereldproblemen, waarna we onszelf weer uit de put halen door intensief muziek te maken." Reyn: "We houden gewoon van mekaar!"

Schoolbands

Beide muzikanten kunnen bogen op een intensieve muziekstudie en vele jaren van ervaring. Lucas speelde al jong gitaar, deed de Kweekschool en studeerde vervolgens klassiek gitaar op het Conservatorium. Na het behalen zijn zijn diploma Schoolmuziek gaf hij les in het middelbaar onderwijs. Hier schreef hij zijn eigen lesmateriaal en liet de leerlingen hoorspelen maken. "Er kwam veel bij kijken, want als muzikleraar werd je al

gauw gevraagd om ook de schoolband of het schoolorkest te leiden. In de praktijk betekende dat vaak optredens buiten de schooltijden. Dat brak mij op een gegeven moment op. Ik ben uiteindelijk uit het onderwijs gegaan en mijn eigen jazz- en popmuziek gaan componeren. In die tijd had ik een jazzkwartet en werkte ik veel met samples."

Fouten maken

Ook Reyn begon al vroeg met de muziek. "Ik kom uit een muzikale familie met een voorliefde voor jazz. Op mijn achtste speelde ik al jazz op een blokfluit. Later kreeg ik klarnetles van Wim Vink. Mijn ouders zagen een muziekstudie echter niet zo zitten, waardoor ik microbiologie ben gaan doen. Ik kwam in commerciële banen terecht, volgde zelfs nog een studie bedrijfseconomie, maar bleef zoekende. Op een gegeven moment had ik een eigen bedrijf dat zo hard groeide dat mijn huwelijk eraan onderdoor ging. Ik heb toen de muziek weer opgepakt, kreeg saxofoonles van Gijs Hendriks en leerde de contrabas bespelen van Wiro Mahieu." Reyn geeft saxofoonles en stelt ensembles samen onder de naam 'Jazz on the menu' en speelt voor jazzminnend publiek in restaurants, op feesten en festivals. "Ik had vaak strenge leraren, waardoor je geen fouten wilde maken.

Terwijl fouten juist kansen bieden. In de muziek is het een uitdaging om over je fout heen te spelen, er niet van te schrikken maar het als een uitdaging te zien. Ik probeer dat mijn leerlingen ook bij te brengen."

Gekleurde stippen

Samen proberen de bevlogen muzikanten de door Lucas gecomponeerde stukken vorm te geven, waarbij Reyn de contrabas bespeelt en Lucas op de gitaar vooral de melodielijn ten gehore brengt. Lucas: "Als Reyn gaat improviseren, kan hij me soms heel erg verrassen." Reyn: "Kijk, als je de muziek analyseert, ga je de basisstructuur zien en kun je daarbinnen gaan improviseren. Eigenlijk was Bach de grondlegger van de jazz. Daarna kwam Debussy. "Het nieuwe concert van het duo verwijst naar de kunst van Selma Dronkers, de vrouw van Reyn. Selma had eens een project, 'Blue dots', waarbij ze letterlijk met gekleurde stippen werkte. Tijdens het concert in het atelier zijn de werken van de kunstenares te bewonderen.

Kaartjes voor "Shades of Blue" zijn te koop op shadesofblue.jazzonthemenu.nl. Kinderen, tekenars, luisteraars: iedereen is welkom. Reyn: "Er zal een losse sfeer zijn. Zo'n 50 mensen kunnen er in de zaal. Er is wat te drinken en het programma gaat tot een uur of 19.00 uur door. Zorg ervoor dat je om 15.30 uur binnen bent. Als je zeker wilt zijn van een zitplaats kun je eventueel je eigen stoel meebrengen."



"Fouten maken biedt juist kansen"

Altrade

Voortgang wijkplan 2017 | 2018

Stadsdeel Nijmegen-Oost



Dit hebben we o.a. gedaan in 2017:

- 1 Riool vervangen in Mesdagstraat (tussen Rembrandtstraat en Tooropstraat); bovengrond opnieuw ingericht.
- 2 Nieuw hekwerk algemene begraafplaats Stenenkruisstraat nog niet geplaatst; vergunningentraject loopt.
- 3 Vervolg reconstructie Daalseweg (vanaf Bijleveldsingel tot Hobbemastraat) is voorbereid.
- 4 Wortelopdruk parkeerplaatsen Heydenrijckstraat verwijderd.
- 5 Vervolg aanleg snelfietsroute 'Verlengde RijnWaalpad' (vanaf Mariaplein tot Prins Bernhardstraat) is voorbereid.
- 6 Aanplant bomen Fort Kijk in de Potstraat.
- 7 Riool Bachstraat (tussen van Beethovenstraat en Groesbeeksedwarsweg) vervangen, regenwater afgekoppeld, bovengrond opnieuw ingericht; tevens nieuwe bomen geplant.
- 8 Riool in deel van Heutszstraat (tussen van Beethovenstraat en Groesbeeksedwarsweg) gerenoveerd.

Bovengenoemde projecten zijn in overleg met bewoners/ ondernemers uitgevoerd.

◀ Bewonersinitiatieven ondersteund in de openbare ruimte.

Dit gaan we o.a. doen in 2018:

- 9 Verhelpen wortelopdruk trottoir en rijbaan van Beethovenstraat en deels opnieuw bestraten.
 - 10 Verhelpen wortelopdruk trottoir van Nispenstraat en deels opnieuw bestraten.
 - 11 Uitvoering reconstructie Daalseweg (vanaf Bijleveldsingel tot Hobbemastraat) start tweede helft 2018.
 - 12 Uitvoering fase II snelfietsroute 'Verlengde RijnWaalpad' (vanaf Mariaplein tot Prins Bernhardstraat).
- ▶ Bewonersinitiatieven ondersteunen in de openbare ruimte.

Mijnwijkplan.nl is een digitaal platform. Op deze site kunt u wensen en ideeën voor de openbare ruimte in uw buurt melden. Ook informeert de gemeente u hier over de werkzaamheden bij u in de buurt. Wilt u meebepalen hoe het wijkbudget in uw wijk wordt besteed? Kijk op: nijmegen.nl/mijnwijkplan

Foto: Marc van Kempen



5
vragen
aan de kleine
ondernemer



Marjon
Spoorenberg

Nijmegen-Oost barst van de kleine ondernemers. Elke maand brengen we een kleine ondernemer onder de aandacht en stellen aan de eigenaar een aantal vragen: fotograaf Frans Eppink heeft de primeur voor het nieuwe jaar. Hij woont in de Ruisdaelstraat en heeft aan huis een kleine fotostudio.

Frans heeft van 1 oktober tot 1 november 2017 een tentoonstelling gehouden in Stip-Oost (Elzenstraat), 'Blik op verschillende Werelden', waarin hij veel facetten van het leven heeft laten zien, zoals portretten, foto's van Nederlandse landschappen, beelden uit Malawi, van de Nijmeegse stedenbandstad Pskov en van transgenders. Over transgenders is van hem onlangs ook een fotoboek verschenen: 'Wat vrouw? Wat man? Mens!' met meer dan honderd beelden.

Waarom ben je fotograaf geworden? "Ik fotografeer al van mijn dertiende en ben begonnen met een plastic fototoestelletje. Ik vond fotograferen leuk en maakte natuurfoto's in de Ooij en op schoolfeestjes. Maar voordat ik mij helemaal aan de fotografie ging wijden heb ik eerst iets heel anders gedaan. Ik ging scheikunde en milieukunde studeren en heb een aantal jaren voor de klas gestaan. Ook heb ik gewerkt op verschillende universiteiten, bij gemeentes en in het buitenland. Tien jaar geleden heb ik de knop omgedraaid en ben ik beroepsmatig alleen nog maar bezig met fotografie."

Hoe ziet je klantenkring er uit? "Ik heb een diverse klantenkring. Mensen komen bij mij voor een gerichte opdracht: een portretfoto, foto's over landschappen en architectuur. Ook fotografeer ik bij theatervoorstellingen. Zo ben ik jarenlang fotograaf geweest bij het Vrijdagtheater in de 3e Walstraat. Ik werk mee aan projecten en exposities, maak fotoboeken en affiches. Ik ben slecht in acquisitie en moet het vooral hebben van mond-tot-mondreclame. Veel minderheidsorganisaties hebben gebruik gemaakt van mijn werk."

Hoe ziet je dagindeling er uit? "Ik sta tussen half 8 en half 9 op en afhankelijk van de opdrachten werk ik achter de computer of ga ik op pad. Heb ik een grote opdracht dan kan ik rustig tot twee uur 's nachts doorwerken, net als vroeger in de doka. Maar als het wat rustiger is dan ga ik overdag ook weleens zwemmen of een andere sport beoefenen. Op het ogenblik ben ik bezig met een fotoboek over Malawi en een fotoboek over een plaatselijke harmonie."

Wat wil je met je foto's uitdragen? "Mijn grote belangstelling gaat uit naar fotograferen van mensen, met name in situaties die kunnen aanzetten tot denken over wat op de foto's te zien is. Met mijn foto's wil ik laten zien hoe mooi mensen zijn, hoe mooi culturen zijn en hoe deze elkaar iets kunnen geven en versterken. Ik fotografeer mensen in hun natuurlijke omgeving, ongedwongen en ongekunsteld. Ik laat het licht en de kleuren het werk doen en wil zo emotionele momenten vastleggen, evenals objecten, landschappen en mensen."

Hoe ziet je toekomst er uit? "Grote toekomstplannen heb ik niet, maar ik wil dit werk nog wel heel lang en zelfs nog wat intensiever beoefenen."

Geïnteresseerd in het werk van Frans Eppink?
www.eppinkfotoproducties.nl

Kleinbedrijf | Non profit instelling | Kunstenaar | Freelancer

Boekhouding Jaarrekening
Loonadministratie Belastingaangifte

NO
AB

vanditzhuijzenboekhouders



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

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

EETCAFE **BLIEM** CATERING
CADEAUWINKEL WEBSHOP

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

Groesbeekseweg 75 Nijmegen 024 - 388 86 78

CHI-KITA

DANS, SPORT EN BEWEGING

Ontspannen
bewegen voor 65+

Combinatie van Pilates, Feldenkrais en Yoga

In het uitvoeren van rustige bewegingen worden:

- Bewegingspatronen beter waargenomen
- Binnen de grenzen van je eigen lichaam
- Met als doel soepeler en gemakkelijker bewegen

“Binnen je eigen grenzen met aandacht bewegen”

De oefeningen zijn gericht op spierversterkende-, lenigheids- en balansoefeningen, met aandacht voor de ademhaling. Dit alles op muziek uit uw tijd.

Wanneer: dinsdag 17.00-18.00 uur. **Waar:** Gymzaal Molukkenstraat

Docente: Chiquita Zonneveld. **Voor meer informatie :** 024-3236479

De eerste 2 lessen zijn gratis!



De HuidZorgpraktijk
coaching, oedeem- huid- & lasertherapie

**De HuidZorgpraktijk is een huidtherapeutischepraktijk die bestaat sinds 2010.
Er zijn inmiddels drie behandellocaties: in Wijchen, Groesbeek en Nijmegen-Oost.**

De huidtherapeuten van De HuidZorgpraktijk behandelen mensen met een zieke, beschadigde of aangedane huid, denk hierbij aan acne, acnelittekens, littekens, oedeem, overbeharing/ ongewenste haargroei of pigmentvlekken. Maar ook mensen die hun huid zonder huidprobleem goed willen verzorgen of iets willen doen aan hun ouder wordende of zon-beschadigde huid zijn meer dan welkom voor een huidverbeterende of huidverjongende behandeling (bv peelings, Micro Needling, LED Masker). “Wij werken met verschillende huidverbeterende producten en Nutricos-metics, zodat voor iedere huid de beste aanpak gekozen kan worden. Een gezonde, mooi uitziende huid is mogelijk voor iedereen!”



“Naast mijn werk als huid- & oedeemtherapeute ben ik ook NLP- en NEI (kinder) coach”, vertelt Anneke, de eigenaresse van De HuidZorgpraktijk. NLP en NEI zijn beide in te zetten bij zeer diverse problemen of (huid)klachten. “Samen met de cliënt ga ik op zoek naar de onderliggende (emotionele of fysieke) oorzaak van de klacht waar iemand mee komt. Dit zorgt voor bewustwording en inzicht zodat de cliënt andere keuzes kan maken (eigen verantwoordelijkheid kan nemen) en gebruik kan maken van het eigen oplossend en helend vermogen.”

Ben je benieuwd wat wij voor jou kunnen betekenen?
Neem dan snel een kijkje op www.dehuidzorgpraktijk.nl

De HuidZorgpraktijk.

Gezondheidscentrum Hypericon, Berg en Dalseweg 83 te Nijmegen
024-8482249, info@dehuidzorgpraktijk.nl, www.dehuidzorgpraktijk.nl



Michel Pantouw woont op de Dommer van Poldersveldtweg in het ouderlijk huis van de fotograaf; 60 jaar en van beroep docent techniek.

1. Welk type auto en fabricagejaar?

"Het is een Volvo Amazon uit 1969."

2. Waarom dit type en is het je jongensdroom?

"Het niet echt een jongensdroom, maar mijn achtergrond is techniek en mijn technische kennis kan ik uitleven met deze auto."

3. Hoe heb je deze auto verkregen?

"Ik heb een 'sleutelvriendin' en wij werken samen aan auto's. Deze auto is ooit van haar geweest. Tot het moment dat ik mijn Opel Tigra ruilde voor haar Volvo Amazon. Deze auto kende ik natuurlijk technisch door en door omdat we er samen al lang aan hebben gesleuteld voordat hij

in mijn bezit kwam. Dat is inmiddels zes jaar geleden."

4. Hoe gebruik je deze auto?

"Deze auto gebruik ik dagelijks. De weersomstandigheden in Nederland hebben inmiddels de sporen op de auto nagelaten. En dat betekent dat ik er al mijn hobbijtijd gemakkelijk aan kan besteden. Er is veel aan te doen. Met name cosmetisch, want de motor is twee jaar geleden gereviseerd en loopt als een zonnetje. De laatste anderhalf jaar gebruik ik mijn Mazda MX-5 als dagelijkse auto. En dat betekent dat de Volvo helaas te veel stil staat. Mijn Volvo is mijn passie en dat geldt ook in het algemeen voor oldtimers."

5. Tips voor liefhebbers van dit type?

"Het is een aan te bevelen type auto. Makkelijk in het onderhoud omdat de onderdelen in voldoende mate verkrijgbaar zijn. Je kunt onder de motorkap overal gemakkelijk bij. Wel belangrijk is om jaarlijks de hele auto goed na te lopen en de beurten bij te houden. Met name ook de ML-behandeling tegen roest niet vergeten!"



Tekst en foto
Marc van Kempen

De man en zijn auto

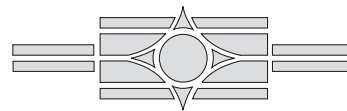
Begin het
jaar met:
goed *zicht*
een
heldere *blik*
scherp *zien*

Kom naar
dé opticien
in uw buurt:



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

Wij kunnen voor u de vergoeding van de verzekering nakijken en rechtstreeks voor u indienen.



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

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



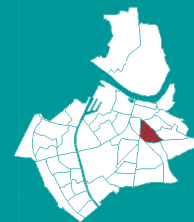
Groesbeekseweg 424 | Nijmegen | www.kk.nl

(024) 323 44 44

Galgenveld

Voortgang wijkplan 2017 | 2018

Stadsdeel Nijmegen-Oost



Mijnwijkplan.nl is een digitaal platform. Op deze site kunt u wensen en ideeën voor de openbare ruimte in uw buurt melden. Ook informeert de gemeente u hier over de werkzaamheden bij u in de buurt. Wilt u meebepalen hoe het wijkbudget in uw wijk wordt besteed? Kijk op: nijmegen.nl/mijnwijkplan



Dit hebben we o.a. gedaan in 2017:

- 1 Plantvakken Professorenpark opnieuw ingeplant en aangevuld.
 - 2 Nieuwe asfaltdeklaag ter hoogte van winkelgedeelte Professor Molkenboerstraat en voetpaden hersteld.
 - 3 Tekst 'schoolzone' op wegdek Archipelstraat nog niet aangebracht; gebeurt na winterperiode. Ontbrekende verkeersbord(en) bij zebrapad toegevoegd.
- ◀ Gestart is met uitwerking Bereikbaar Nijmegen-Oost; ruimte voor fietser wordt verbeterd.
 - ◀ Bewonersinitiatieven ondersteund in de openbare ruimte.

Dit gaan we o.a. doen in 2018:

- 4 Wortelopdruk in trottoir Professor Cornelissenstraat (tussen Groenewoudseweg en Professor Huijbersstraat) verhelpen en invaliden op-afritle(s) aanbrengen en verplaatsen.
 - 5 Verzakt straatwerk ter hoogte van diverse inritten Professor Regoutstraat (tussen Professor Molkenboerstraat en Professor Cornelissenstraat) repareren.
 - 6 Status bewonersinitiatief 'groen' Witsenburgselaan onderzoeken.
- ▶ Bewonersinitiatieven ondersteunen in de openbare ruimte.

Nijmegen is dit jaar Groene Hoofdstad van Europa. Ook in onze wijken zijn er groene initiatieven. In de Wijkkrant zullen we dit hele jaar erover berichten.

Nijmegen-Oost heeft eind deze maand een landelijke primeur: een volledig circulair ingerichte modelwoning aan de Van Diepenbrockstraat 22. Dit bijzondere project is onderdeel van meerdere Nijmeegse projecten waarin duurzaamheid voorop staat: de GreenCapital Challenges. Nijmegen gaat deze groene uitdagingen aan omdat het in 2018 de 'Groene Hoofdstad van Europa' is.

Door Herman Meijers

Het project wordt ondersteund door woningcorporatie De Gemeenschap - die het huis een jaar lang ter beschikking stelt.

Bert Lagerweij, programmaregisseur van zowel de Green Capital Challenges als het Duurzaamheidscafé Nijmegen en inwoner van Oost legt uit wat het begrip 'circulaire economie' zoal inhoudt. "In die economie staat een zo efficiënt en zuinig mogelijk gebruik - en ook hergebruik - van grondstoffen centraal. Daarmee wordt feitelijk afgestapt van het idee van eindigheid van die grondstoffen." Of anders gezegd: 'Afval bestaat niet', zoals je tegenwoordig regelmatig op

grote vuilniswagens kunt lezen.

Bert schetst verder dat bezoekers in het huis aan de Van Diepenbrockstraat binnenkort met eigen ogen kunnen zien wat zo'n verschuiving in ons economisch denken oplevert. Maar liefst zeventien fabrikanten van duurzame producten tekenen voor een geheel eigentijdse inrichting met bijvoorbeeld:

- vloerbedekking gemaakt van oude visnetten;
- een bank van petflessen;
- in de kast boxershorts die in hun vorig leven overhemd waren
- en nog veel meer waarvan je het bestaan niet snel vermoedt.

"De wasmachine verdient op deze plaats extra aandacht. In de circulaire inrichting blijft die eigendom van de fabrikant. Deze plaatst de machine, neemt tijdens de levensduur noodzakelijk onderhoud voor zijn rekening en zorgt ervoor dat de machine aan zijn eind volledig gerecycled wordt. De gebruiker gebruikt slechts en 'koopt' wasbeurten van de eigenaar van de machine." Het andere wassen dus, of zoals Bert het principe met een Engelse term bnoemt: 'cradletocradle' (van wieg tot wieg). De focus ligt kortom niet langer op het bezit, maar juist op het duurzaam gebruik van producten.

Yvonne Keijzers, de aanjager van de Challenge Circulaire Economie, vertelt dat de Spoorbuurt grootschalig gerenoveerd gaat worden. Zo hebben de woningen nu nog

energielabel F, maar na de renovatie is dat label B, een stuk duurzamer. "Het huis aan de Van Diepenbrockstraat, waar nu hard aan wordt gewerkt, geeft de bewoners van de Spoorbuurt straks een goed beeld van hoe hun gerenoveerde woning er aan de buitenkant gaat uitzien en hoe je hem op een bijzondere manier duurzaam kunt inrichten. Maar", aldus Yvonne, "Belangrijk is ook dat bewoners tussen de werkzaamheden door er een moment rust kunnen nemen of gewoon koffie komen drinken. De woning wordt daarmee in feite ook een ontmoetingsplek."

Het is verder de bedoeling dat iedereen die belangstelling heeft voor dit project zich het hele jaar kan aanmelden voor een groepsgewijze bezichtiging.

Het Duurzaamheidscafé Nijmegen, dat al langer drukbezochte debatavonden over duurzame onderwerpen houdt, neemt de officiële opening van het pand voor zijn rekening. Voor dinsdagavond 30 januari heeft het café een interactief programma georganiseerd. De aftrap is vanaf 19.30 uur met rondleidingen door het huis in kleinere groepen, waarna de avond wordt voortgezet in basisschool De Muze. Voor de droogkomische noot met serieuze ondertoon die avond zorgt Nijmeegs entertainer Happy Miel.

Aanmelden voor de rondleiding en avond kan gratis via:

www.duurzaamheidscafénijmegen.nl

Duurzaamheid: Laat je uitdagen!

Het besef dat de uitputting van de aarde een groeiend probleem is, wordt groter. En we weten ook dat ons menselijk gedrag en onze levensstijl daarin een belangrijke rol spelen. Dit kan leiden tot migratie van grote groepen mensen als gevolg van voedseltekorten, schaarste aan goed drinkwater, stijging van de zeespiegel en nog zo veel meer.

Ingezonden door Gerda Wiegers

Oproep aan ons

We moeten onze manier van leven veranderen. Het is de politiek die hiertoe oproept, er zijn technische ontwikkelingen en steeds meer burgers nemen initiatieven. Belangrijk is ook een reflectie uit filosofie en religie, maar er zijn geen gemakkelijke eenduidige oplossingen. Onze stadgenoot en filo-

soof René ten Bos, Denker des vaderlands, wijst daarop in het recente boek 'Dwalen in het antropoceen'.

Van veel betekenis is ook de Encycliek van paus Franciscus, Laudato Si: (Wees geprezen, Heer). Het gaat om zorg voor de wereld en alles wat leeft. Dit document heeft wereldwijd invloed.

In twee bijeenkomsten willen we ons verder verdiepen in deze oproepen en samen nadenken en uitwisselen wat wij zelf kunnen veranderen: thuis, op school, op het werk in de wijk en in onze stad. We laten ons ook informeren over allerlei activiteiten die al in Nijmegen plaats vinden.

De bijeenkomsten zijn in het Parochiecentrum van de Maria Geboortekerk, Berg en Dalseweg 42. Ingang aan de rechterzijde van de hoofdingang van de kerk:

Donderdag 1 februari van 20.00- 21.30

Donderdag 22 februari 20.00- 21.30

Tot 22.00 uur napraten met een drankje. De Parochieruimte is open om 19.45 uur voor ontvangst met koffie/thee. Gratis toegang. Verdere informatie en opgave:

Duurzaamheid: Laat je uitdagen!



DONDERDAG 1 en 22 FEBRUARI 2018
20.00 - 22.00u

PAROCHIECENTRUM MARIA GEBORTE

duurzaamheid@stefanus.nl

Energie besparen, dat smaakt naar meer!

Op dinsdag 12 december was de aftrap met het eerste appeltaartgesprek van Duurzaam Hengstdal. Een buurtgenoot uit de Lijsterbesstraat en tevens vrijwilliger voor Duurzaam Hengstdal, heeft vijf burens uitgenodigd voor een gesprek over energiegebruik en -besparing in huis. De meeste burens wonen gemiddeld vijftien jaar in Hengstdal en huren hun huis bij wooncoöperatie De Gemeenschap.

Ingezonden door Duurzaam Hengstdal



“Na de introductie zijn we gestart met het opschrijven van de verbruiksgegevens van gas en elektriciteit van ieder huishouden. Er bleken grote verschillen. Deels verklaard door bewuste verbeteringen zoals zonnepanelen op het dak, maar ook door gedrag: de thermostaat een paar graden lager, een dikke trui aantrekken, of omgekeerd, lang douchen. Lang douchen is een gasverslinder; dagelijks vijf minuten korter douchen bespaart je 90 kilo CO₂ per jaar, evenveel als een ritje van Amsterdam naar Luxemburg.

De energiemeter, die ook in de LED-koffer van Duurzaam Hengstdal te vinden is, werd door ons gedemonstreerd. Hiermee kan je het verbruik van een enkel apparaat, bijvoorbeeld een koelkast, over een tijdje volgen. Met de meegebrachte warmtecamera hebben we laten zien hoe je meer gericht op zoek kunt gaan naar de oorzaak van klachten, zoals koude voeten, en zwakke plekken in de isolatie van de woning.

De slechte energetische kwaliteit van de huizen, zoals geen isolatie en enkelsteens muren, speelt

ook een rol. De Gemeenschap is met renovatie begonnen en ze streven naar een wijk met energielabel B in 2019. 's Winters hebben sommige woningen schimmelvorming op de buitenmuur bij de voordeur. De oorzaak is dat tijdens de bouw de spouwmuur zijn ingestort met puin. De hierdoor ontstane koudebrug zorgt voor vochtige muren en daar groeien schimmels prima op. Wij denken dat de in de planning zittende renovatie een positieve invloed gaat hebben. Daarnaast blijken er in de maandelijkse energiekosten grote verschillen te zitten, nog afgezien van het verbruik. Sommige energieleveranciers vragen de hoofdprijs terwijl andere stukken goedkoper zijn. Het loont de moeite om hier kritisch naar te kijken en eventueel over te stappen.

Een gezellige, relaxte en leerzame avond waar veel besproken is onder het genot van heerlijke appeltaart met koffie.”

De energiecoaches George en Henk-Jan kijken uit naar het volgende appeltaartgesprek. Heb je interesse? Stuur dan een mailtje aan: duurzaamhengstdal@gmail.com

Enquête duurzaam Hengstdal

“Beste wijkbewoners van Hengstdal, Wij zouden het zeer op prijs stellen indien u ons wilt helpen door vijf minuten de tijd te nemen voor het invullen van een enquête, te vinden via nijmegen-oost.nl/groep/duurzaam-hengstdal.

De resultaten uit deze enquête helpen ons om te bepalen wat er leeft in de wijk, hoe er over duurzaamheid gedacht wordt en wat we kunnen doen om de wijk Hengstdal duurzamer te maken.

Sam Emons & Guus Gelsing,
namens Starters4Communities Nijmegen

Informatie over energie besparen, financiële regelingen en subsidies

Voor gratis informatie en advies over energiebesparen, duurzame energie-opwekken en het nemen van energiebesparende maatregelen kunt u terecht bij Lokaal Duurzaam Wonen Plus in de Stadswinkel te Nijmegen. Op woensdagochtend van 9.00-12.30 uur en vrijdag van 9.00-12.30 en 13.30-17.00 uur kunt u op afspraak of op vrije inloop langskomen. Er zit een adviseur voor u klaar om u op weg te helpen op de weg naar aardgasvrij, het nemen van isolatiemaatregelen en/of het opwekken van hernieuwbare energie (PV-panelen, zonnecollector e.d.). Ook de financiële regelingen en subsidies waar u gebruik van kunt maken, komen hierbij ter sprake.

Kijkt u op www.duurzaamwonenplus.nl of stuur een e-mail naar info@duurzaamwonenplus.nl.





Schaatsgezin Kipping:
Vooruit gaan én genieten

Foto:
Alex
Holderbusch



Alex
Holderbusch

Liefhebbers kijken elke winter reikhalzend uit naar schaatsen op natuurijs. Of koning winter dat mogelijk maakt moet nog blijken. De familie Kipping uit Galgenveld is vrijwel dagelijks te vinden op schaatsbaan Triavium, de enige overdekte ijsbaan in Gelderland. Hun twee oudste kinderen leerden schaatsen in Nijmegen-Oost.

We ontmoeten elkaar op de Nijmeegse ijsbaan. Het gezin Kipping heeft zojuist een uur schaatsen met de verenigingsleden van de Nijmeegse Schaatsvereniging (NSV) achter de rug. Het gezin is bijna voltallig met beide zonen Jappe en Wiebe. Dochter Jitske ontbreekt; zij is op vakantie.

Vader Walter leerde schaatsen op de Kagerplassen bij Warmond. De strenge winter van januari 1979 staat hem nog goed bij: "Daar heb ik leren schaatsen op natuurijs. In Noord-Nederland lag bijna een meter sneeuw. Toen ik elf jaar was ben ik begonnen met toertochten en werd ik lid van de lokale ijsclub." Moeder Mieke leerde schaatsen juist op kunstijs omdat de winters midden jaren zeventig geen ijs brachten.

Jitske en Jappe gleden ongeveer veertien jaar geleden voor het eerst op de bevroren vijver voor het Oud Burgeren Gasthuis. In de winter van 2012-2013 stonden ze daar voor het laatst. De beheerder van het OBG was toen zelfs genegen de baan te vegen. Mieke is duidelijk hoe kinderen het beste leren schaatsen: "Gewoon met

een stoel of rekje."

Schaatsen is een technische sport. Walter leerde de techniek pas goed op een ijsbaantje in Leiden. Op een buitenkunstijsbaan in Den Haag bracht hij snelheid in het schaatsen: "Ik ben kind van het kunstijs. Hierop heb ik 10 jaar getraind. De techniek is belangrijk, dan heb je minder energie nodig. Voor mij is natuurijs altijd wennen. De kwaliteit van het ijs is anders. Er zitten ook scheuren in natuurijs." Miekies voorkeur gaat juist uit naar schaatsen op natuurijs: "Voor mij staat genieten voorop. Op kunstijs komt meer techniek kijken. Voor mij is dat een beetje te veel bochtenijs." Een favoriete schaatsplek is de Oude Waal. "Die ligt mooi tegen de dijk aan en je kunt er een rondje van ongeveer een kilometer schaatsen", aldus Walter. Enthousiastelingen met koeken-zopie vindt Mieke heel gezellig.

Zoon Jappe schaatst zowel langebaan- als marathonwedstrijden en geeft ook schaatslessen: "Het lastigste van leren schaatsen is het vertrouwen opbouwen dat je niet valt. Met een juiste balans is dat goed mogelijk. Het

kunnen 'bochten lopen' (het bekende overstappen) is voor veel schaatsers toch wel een mijlpaal. Daar moeten veel mensen een heel seizoen doorheen. Eigenlijk is schaatsen geen natuurlijke houding voor mensen. Dat moet je echt leren."

In 2015 hebben Walter en Jappe op de Weissensee in Oostenrijk een toertocht gereden. Ze hebben de respectabele afstand van 166 kilometer gehaald. 's Ochtends moesten ze in het donker starten en de ijsmeester was met zijn auto door het ijs gezakt zodat het parcours een rare slingerbocht bevatte.

Walter: "Uiteindelijk ken je alle scheuren. Maar als je moe wordt, ga je fouten maken."

Jongste zoon Wiebe (11) is meer van het 'shorttracken'. Dat is in een groepje van vier of vijf man spectaculair snel rondjes schaatsen op een korte baan van 111 meter. Wiebe vindt het een leuk spelletje: "Je gaat heel hard en je weet niet wie er gaat winnen. De tactiek vind ik ook leuk. Je moet het moment van inhalen goed weten en inschatten of je er nog tussendoor kan. Het doel is eerste of tweede te worden. Dan ga je door naar een hogere groep."

Mieke weet nog te melden dat het de sport is van Sjinkie Knecht en Jorien ter Mors. Ze vat hun schaatsliefhebberij nuchter samen: "Het mooie aan de schaatssport is dat je het op alle leeftijden kunt leren. Als je vooruit komt en geniet is het prima."

Foto: Jitske (3) en Jappe (2) in 2002 op de vijver van het OBG in Nijmegen-Oost. (fotograaf: Mieke Kipping)





Doopsgezinden & Remonstranten

*Vrij in geloof,
verbonden in gemeenschap*

Een moderne, vrijzinnige geloofsgemeenschap
in het hart van Nijmegen-Oost.

Kom eens kennismaken!

Diensten zondag 10.30 - 11.30 uur (niet op eerste
zondag van de maand), daarna koffie en thee voor
iedereen.

Prof. Regoutstraat 23

6524 RZ Nijmegen

Voor meer informatie en agenda:

www.DoReNijmegen.nl

info@DoReNijmegen.nl

CAFETARIA

Tweety



Biologische cafeteria: 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.

Ook een zeer groot assortiment vegetarische snacks, ook mini's.
Veganisten opgelet! Wij hebben ook Vegan Snacks en Vegan Mayo.

Aanbieding:

Kaassticks met Feta 5 st. € 2,95

Wij hebben keuze uit 5 soorten Friet:

Verse friet, Franse friet, Vlaamse friet, Bio Friet en Ras Patat.

De saus mag natuurlijk niet ontbreken!

Fritessaus, Eivrije Mayo, Bio Mayonaise, Vlaamse Mayonaise

Wij voeren o.a. het logo van verantwoord frituren,
milieukeur, EKO, SKAL, verantwoorde vleeskeuze, GreenPalm,
Beter Leven Kenmerk, Vegetarisch, Vegan en 100% Biologisch.

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 22.00u.

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

Sneeuw

Nog even, omdat
het zo mooi was,
wat sneeuwfoto's uit
december...



Foto: Eugenie Coppens



Foto: Fien Kraanen



Foto: Alex Holderbusch

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.

NIEUW IN OOST

➤ ESTE FASHION & MORE

FOR LIVING FASHION EN LIFESTYLE
ESTE FASHION & MORE

Broerdijk 77 A - open wo. t/m za. 11-17u.



@estefashionenmore



@estefashionenmore



Goed voornemen voor 2018?

Kom in beweging!

Neem een gratis proefles

**“Blijven bewegen
boven je 60e”**

**op maandag-
of woensdagochtend.**

**Fysiotherapeutisch Instituut Nijmegen &
Praktijk voor Haptotherapie**

www.haptonomienijmegen.nl

Berg en Dalseweg 122a

info@haptonomienijmegen.nl

Bel ons voor inschrijven of meer informatie:
024-3228418 of bezoek onze website

Elke les weer uit je comfortzone

Sinds 2013 geeft Nina Jilesen acteerlessen. Ze begon met tien cursisten in de Van Beethovenstraat, maar groeide snel. Nu biedt ze zes verschillende cursussen aan, samen met twee collega's, in het Logegebouw. Het oude Steigertheater 'herleeft' zijn oude tijden. Want ook nu vinden er weer voorstellingen plaats. In dit geval: alleen voor eigen (cursisten)publiek.



Krin Veldkamp

Het verschil tussen theaterlessen en acteerlessen kan Nina haarfijn uitleggen: "We sluiten zo veel mogelijk aan bij de persoon. Waar wil iemand zich ontwikkelen? We kijken per cursist naar haar/zijn kracht en talent. Waar ligt de uitdaging? Je mag als cursist elke les uit je comfortzone stappen en een beetje over je grens gaan. Daarbij leren we je de techniek, acteren is een ambacht. En dat alles op speelse wijze." Het klinkt serieus allemaal, maar dat weerlegt Nina meteen. "Er zijn ontelbare avonturen te beleven met de groep", zegt ze stellig. "De lessen zijn één grote speeltuin met veel vrijheid. Die vrijheid kan omdat we heldere kaders en duidelijke opdrachten bieden. Maar daarbinnen kan je veel invullen."

Delen van jezelf aanspreken die normaal zwijgen

Het doel van haar lessen is dat je teruggaat naar het kind in jezelf. En om delen van je-

zelf aan te spreken die normaal zwijgen, legt Nina uit. Dat klinkt bijna poëtisch én verleidelijk. Maar wat kan ik dan verwachten van de aangeboden combi-cursus?

"De combi-cursus is altijd de start van het acteren bij ons. Je legt een basis door te spelen en te ervaren. En we brengen de visie van 'Acteerlessen Nijmegen' over. Hoe incasseer je iets? Hoe komt iets binnen en hoe reageer

naast werken we aan een stukje regie. Mensen krijgen in tweetallen een opdracht met tekst. Je kunt een tekst op veel verschillende manieren spelen. En dat gaan ze oefenen met elkaar.

Bewustwording van jezelf als instrument

Anja is in september als cursist begonnen: "Je kunt van alles met een klein stukje tekst.

Foto: Joy Berdina



je? Zo geef ik bijvoorbeeld de opdracht dat je een liefdesbrief van je man vindt. Maar voor wie is die bedoeld? Voor jou of voor een ander? En dan leer ik de cursisten in het spel niet meteen te reageren maar eerst te incasseren. Wat doet het met je? Laat het eerst inwerken voordat je reageert. Daar-

Veel pauzes laten vallen, zwaar zuchten bij de tekst, snuiven omdat je coke hebt gebruikt of juist heel vrolijk spelen. Ik vond het echt leuk om te ontdekken dat je zoveel kan met een kleine tekst. Ook wat betreft materialen en achtergrond kan je veel doen", vertelt Anja blij. "Je kunt het zo spannend maken als je zelf wil", vult Nina aan. "Het gaat vooral om bewustwording, wat je allemaal kunt met jezelf als instrument. En wat ik ook mooi vind, is dat veel mensen de ervaringen van de lessen gebruiken in het dagelijkse leven. Het helpt ze soms bij zelfacceptatie of dat mensen wat speelser in het leven staan."

In februari starten Nina, Liselot en Marije weer een nieuw lesseizoen. Nieuw in het aanbod is camera-acteren en de start van een productiegroep. Ook kan de geïnteresseerde bij Nina terecht voor privétrainingen. Voor meer informatie: www.acteerlessennijmegen.nl



Foto links: Bert Hendrix

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



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

Je zakelijke advertentie ook in de Wijkkrant?

Plaats gemakkelijk en snel je zakelijke advertentie op nijmegen-oost.nl/prikbord. Met een paar klikken ben je klaar en je betaalt meteen met Ideal.

Uw levensverhaal, beknopt of gedetailleerd, via interviews uitgebracht als mooi boek, in kleine oplage voor uw eigen kring. Een uniek en waardevol document.

Anna Bakker, 06 22363599, www.levensverhalen.nu

Deze Wijkkrant is vormgegeven door A-Formaat, grafische vormgeving voor papier. Wil jij een tijdschrift, boek, krant laten maken? www.a-formaat.nl

Geef dit jaar het feest 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? Kijk op www.muziquest.nl of bel Simone Kiebosch 06-15500129

Vakantiehuis in Frankrijk. Je eigen plek tussen de golvende velden in de Bourgogne. Rust en ruimte. Het hele jaar beschikbaar. €500 pw/max 6 personen. gites.nl/vakantiehuisen/bourgogne/nievre/mont-et-marre/la-ruche-9277.

Kennismakingsworkshop PRI (gratis). Last van angst, somberte of stress. PRI helpt je in je kracht te komen. Heel concreet en zelf toepasbaar. Kennismaken en ervaren? Meld je aan voor de workshop op 8 jan. of 9 feb. www.ernas-taal.nl. Telefoon: 0647430875

Massagetherapie in 2018. Massagetherapie kan worden ingezet bij diverse fysieke en mentale klachten. Ook in 2018 wordt een behandeling (deels) vergoed door je zorgverzekeraar. Kijk voor meer info op anahatamassagetherapie.nl. Telefoon: 0624555607

Cursus Schrijven. Altijd al willen schrijven? Kom schrijven! Verhalen, portretten, episodes uit je leven. Ga naar www.schrijfschoolnijmegen.nl voor een intensieve cursus in een kleine groep. Atelier 20 jan.'18

Geweldloze- of Verbindende Communicatietraining, 6 dinsdagavonden, start 30 januari, "Stop met aardig zijn - wees echt". Monique Hoogakker, 06 41310921. Info/ aanmelden www.fortmanncentrum.nl.

Zakelijke advertenties

Krachtsmens is dé praktijk voor psychologische hulpverlening in Nijmegen-Oost; laagdrempelig door de huiskamersfeer en oprechte aandacht voor jou! Deels vergoed door aanvul. verzek. Evt. gratis kennismaken! Meer info? www.krachtsmens.nl

Vakantie 2018: Geen besogne in de Bourgogne! Geen files, geen smog, geen herrie, geen stress: geen besogne in de Bourgogne! Rust, ruimte, hele schone lucht, lekker eten, wijntje, wandelen, fietsen, boek, cultuur, natuur: 0654301753 www.unebellehistoire.fr.

Laat de zon weer schijnen door een ayurvedische massage met warme en geurende kruidenolie. Bij eerste bezoek een flesje massageolie gratis! Ayurvedische massage en voedingsadvies. Praktijk voor Ayurveda www.miekevandijck.nl

Wijknieuws

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

Concert Wim Ibes

In 1990 debuteerde onze oud-wijkgenoot, pianist Wim ("Willem") Ibes, in New York's Carnegie Recital Hall en The Kennedy Center. The staf-recensent van The Washington Post schreef: "(one) could not help wondering why his arrival has been delayed so long." Veertig jaar geleden (bijna tot op de dag) speelde Ibes al in de Lindenberg. De recensent van De Gelderlander, Wil Derkse, beschreef dit optreden als "Concert om nooit meer te vergeten". Voor zijn oud-stadgenoten heeft hij een hartverwarmend programma uitge-

zocht. Naast Beethovens machtige laatste pianosonate Opus 111 staan nog meer prach-



tige werken op het programma: Brahms' Intermezzi Opus 118, mooie Nocturnes van Chopin en last not least van Maurice Ravel Le Tombeau de Couperin. Kaarten: www.delindenberg.com

Zeldzame waterspreeuw bij Hollandsch-Duitsch gemaal

Vogelaars hebben in december bij het Hollandsch-Duitsch Gemaal aan de rand van de Ooijpolder, een waterspreeuw gespot. Volgens de Vogelwerkgroep Nijmegen en Omgeving is dit heel bijzonder. Sinds 1900 is de



waterspreeuw hier nauwelijks te zien geweest, slechts elf maal is de vogel gespot in de regio Nijmegen. De werkgroep spreekt zelf van een 'dwaalgast'.

Cursus lezen, schrijven en werken met de computer

Ingezonden door Mieke Burggraaff

Vind je sommige brieven en formulieren ook zo ingewikkeld? Is met de computer werken wel eens lastig voor jou? Je bent niet de enige. Veel mensen hebben hier moeite mee. Maar je bent nooit te oud om te leren. Ook jij kunt (beter) leren computeren, lezen en schrijven. In de cursus van ROC Nijmegen leer je in je eigen tempo, in een kleine groep. Je oefent met wat jij wilt leren: taal, maar ook rekenen en omgaan met de computer.

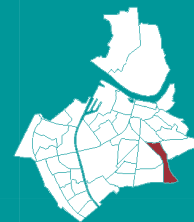
Cursisten zijn enthousiast: "Ik ben veel zelfstandiger geworden, ik kan nu zelf formulieren invullen, e-mailen en een sollicitatiebrief schrijven", "Gezellige groep en goede docent" en "Ik was altijd smoesjes aan het verzinnen. Nu sta ik te kijken van mezelf."

De cursus is elke dinsdagmorgen van 9 tot 12 uur, of elke maandagmiddag van 1 tot 4 uur, Marterstraat 45 in Nijmegen. De cursus kost 45 euro per jaar. Wil je meer weten of je je aanmelden? Je kunt gewoon bellen: 024-890 4024.



Groenewoud

Voortgang wijkplan 2017 | 2018



Stadsdeel Nijmegen- Oost

Dit hebben we o.a. gedaan in 2017:

- 1 Twee plantsoenen ter hoogte van Groesbeekseweg 428-456 opgeknapt. Beplanting verwijderd en ingezaaid met gras.
- 2 Wortelopdruk ter hoogte van Groesbeekseweg 456, Hendrik de Bruynstraat en diverse locaties Willem Schiffstraat verwijderd en lokaal opnieuw het trottoir bestraat.
- 3 Extra bomen geplant en bomen vervangen Van Haapsstraat en Valkenburgseweg overeenkomstig uitkomsten onderzoek onder bewoners.
- 4 Nieuwe halfverharding op strook in Gerrit van Durenstraat; ook nieuwe verlichting.

- ▶ Gestart is met uitwerking Bereikbaar Nijmegen-Oost; ruimte voor fietser wordt verbeterd.
- ▶ Bewonersinitiatieven ondersteund in de openbare ruimte.

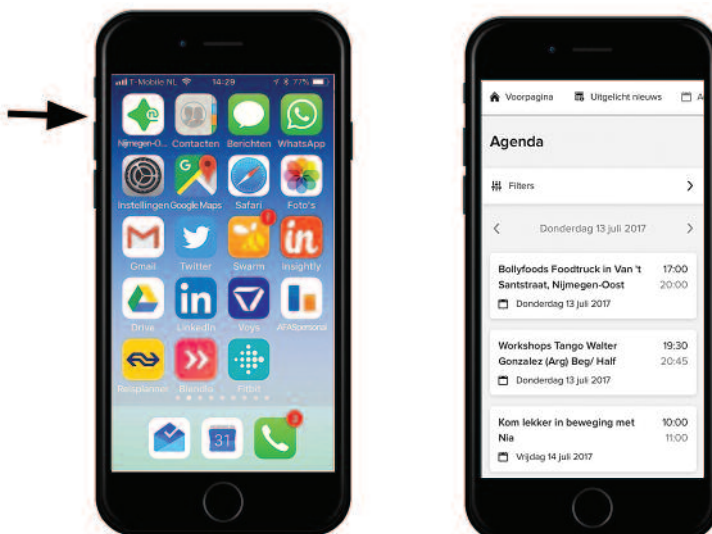
Dit gaan we o.a. doen in 2018:

- 5 Wortelopdruk voetpad d'Almarasweg verhelpen en aanbrengen invalide- op-afritjes (tussen Spoor en Groesbeekseweg)
 - 6 Verzakt voetpad Schlatmaeckerstraat deels opnieuw bestraten (tussen Grameystraat en Groesbeekseweg).
 - 7 Verhelpen wortelopdruk voetpad Willem Degenstraat (ter hoogte van huisnummers 2-8) en voetpad ter hoogte van inrit huisnummers 37-39 herstellen.
 - 8 Voorbereiding aanpassingen Speelpark Groenewoud.
- ▶ Bewonersinitiatieven ondersteunen in de openbare ruimte.

Mijnwijkplan.nl is een digitaal platform. Op deze site kunt u wensen en ideeën voor de openbare ruimte in uw buurt melden. Ook informeert de gemeente u hier over de werkzaamheden bij u in de buurt. Wilt u meebepalen hoe het wijkbudget in uw wijk wordt besteed? Kijk op: nijmegen.nl/mijnwijkplan

Vind alles in Nijmegen-Oost op je telefoon

Open Safari of Chrome op je telefoon
en ga naar nijmegen-oost.nl.



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

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

Inmiddels een begrip in Nijmegen-Oost

Gespecialiseerd in:

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

*Tijdens de wintermaanden een aantrekkelijke
korting op al uw binnenschilderwerk.*

Bel voor een vrijblijvende offerte.

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

PROFILE *Heister* DE FIETSSPECIALIST

...daar mag je méér van verwachten!



Groesbeekseweg 161, 6523 NP Nijmegen, 024 322 9765

Doe mee met de tuinvogeltelling!

In het weekend van 27 en 28 januari kun je weer meedoen aan de landelijke tuinvogeltelling van de Vogelbescherming. Instructies: tel een half uur lang alle vogels in je tuin en noteer de soorten en aantallen. Negeer overvliegende vogels. Noteer tijd en weer.

Drie tips: let op het weerbericht voor een geschikt telmoment (liefst bij helder weer); zoek een plaatsje achter een raam waar je zoveel mogelijk van je tuin overziet - dat kan soms op zolder zijn; gebruik een verrekijker en een vogelgids (die van de Anwb is de beste).

Voor vragen kun je tijdens het telweekend overdag nog mailen of bellen met de Vogelbescherming. Bezoek tuinvogeltelling.nl voor alle info. Er is ook een app 'Tuinvogels' om de score snel bij te houden. In 2017 telden zo'n 60.000 deelnemers meer dan een half miljoen vogels. De resultaten per wijk zijn te bekijken op de site. Dit was de top twaalf van Nijmegen-Oost van vorig jaar: Merel - Koolmees - Huismus - Kauw - Vink - Ekster - Groenling - Pimpelmees - Houtduif - Roodborst - Turkse tortel - Spreeuw. Ze zijn alle 12 afgebeeld om het herkennen makkelijker te maken.

illustraties:
Elwin van der Kolk



Kor
Goutbeek



Huismus



Koolmees



Ekster



Pimpelmees



Houtduif



Kauw



Tortelduif



Vink



Spreeuw



Roodborst



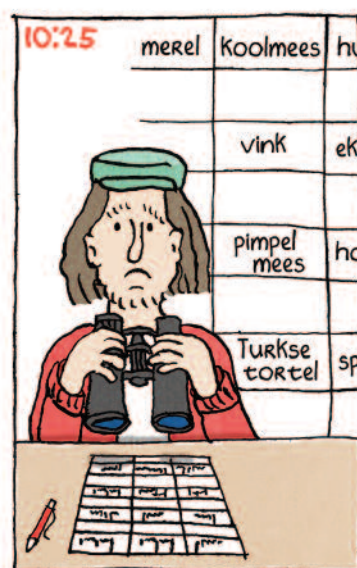
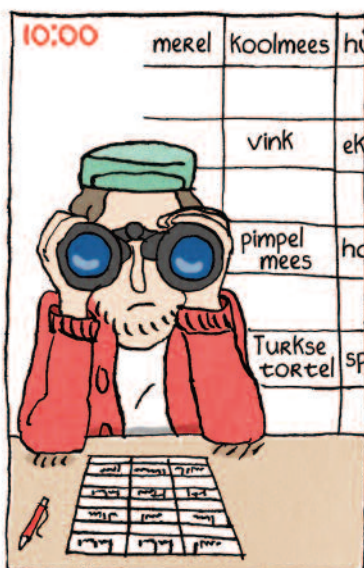
Merel



Groenling

SIARDUS telt mee

door Frank Schijven



Ontdek de vele voordelen van OBG

In het meest recente klanttevredenheidsonderzoek werd OBG als organisatie gewaardeerd met een 8,1 en werden onze zorgverleners zelfs gewaardeerd met een 8,2. Ontdek ook Dienstencentrum OBG. Je kunt er meer dan je zou denken.



Thuiszorg

Verzorgen is een breed begrip. OBG maakt dat begrip tastbaar. We bieden diensten aan die noodzakelijk zijn om zelfstandig te kunnen blijven in je eigen woning. Of je nu vlakbij het OBG-Dienstencentrum woont of verder weg de wijk of Nijmegen in, dat maakt niet uit. Meer weten over de mogelijkheden? Bel OBG via telefoonnummer 024-3279 279 en

vraag naar Annemiek van Zandbrink, (e-mail: a.vanzandbrink@obg.nu) of Petra Reitsma, (e-mail: p.reitsma@obg.nu).

Woonondersteuning

OBG biedt woonondersteuning in heel Nijmegen. Of het nu een huur- of koopwoning is, OBG biedt de ondersteuning die past bij jouw manier van leven. Speciaal voor dementerende ouderen zijn er bij OBG twee kleinschalige woongroepen, Postiljon en Diligence. Meer weten? Bel OBG 024-3279 279 en vraag naar Jacqueline Jacobs of mail naar j.jacobs@obg.nu.

Foto: Marc van Kempen

Welzijn

OBG heeft ook alles in huis als het gaat om ontmoeten en ontspannen. Zoals activiteiten en voorzieningen op het gebied van cultuur en recreatie. Bovendien is OBG ook gastheer voor vergaderingen, conferenties, verenigingsavonden en verhuurt het diverse grote en kleine ruimtes. Meer weten? Bel OBG via 024-3279 279 en vraag naar Janey van Kolck of mail naar j.vankolck@obg.nu.

Te huur: kantoor-, werk- en vergaderruimte

Het vloeroppervlak bedraagt circa 270 m2 bestaande uit:

- 5 sub-vergader-/gebruiksruimten,
- 5 inpandige voorraad- en magazijnruimten (ca. 34 m2),
- eigen toegang vanaf buiten met aparte entreeruimte (ca. 28 m2),
- 2 vluchtwegen, aan weerszijden van de hoofdruimte (ca. 3 m2).

Tevens mogelijkheid tot gratis parkeren.

Beschikbaar per direct.
Meer info: Paul Braam
p.braam@obg.nu /
024 - 32 79 252.



OBG, daar doe je mee(r)!

Agenda voor iedereen

- * Bingo, donderdag 18 jan. van 19-22 uur. Entree incl. Bingokaart, 3 hapjes en 3 drankjes € 10,50.
- * Dansavonden van Café Burgerlust, dinsdag 23 jan. met Jan Kersten; dinsdag 30 jan. met Frans Arntz. dinsdag 13 feb. met Ton Meuwese Van 19:00-22:00 uur. Entree gratis.
- * OBG Matinee, muziek, elke 2e, 3e en 4e zondagmiddag van 14:30 - 16:00 uur. 21 jan.: Lindenberg Muziekschool; 28 jan.: Kolpingkoor. Entree gratis.
- * Op de hoogte blijven van de activiteiten bij OBG? Ontvang de OBG-Contact thuis (€ 23,25 per jaar) of meld je aan voor de digitale nieuwsbrief bij Eveline Bosman: e.bosman@obg.nu.

Te huur

- * Iets te bespreken, te vieren of te oefenen? We hebben diverse ruimten te huur, vooral in de avonden. Huur direct: www.obg.nu/ruimte-huren
- * Flexwerkplek aan de vijver zoekt flexwerkers. ZZP'ers, kom naar Grand-Café De Borger in OBG; gratis werkplek en de koffie kost slechts € 1,65.
- * Op zoek naar een permanente grote bedrijfsruimte? Ons souterrain is te huur, het voormalige Hobbycentrum: zie links voor meer info.
- * Openingstijden
Wijkinformatiepunt: maandag t/m vrijdag: 09:00-17:30 uur.

Hengstdal

Voortgang wijkplan 2017 | 2018

Stadsdeel Nijmegen-Oost



Dit hebben we o.a. gedaan in 2017:

- 1 Plantvakken Corduenerstraat (tussen Berg en Dalseweg en Hengstdalseweg) opnieuw ingericht. Inplanten en onderhoud door bewoners zelf.
- 2 Driehoekig plantvak naast Hengstdalseweg 333-379 (tegenover bushalte) opnieuw ingericht.
- 3 Wortelopdruk in Berkstraat, Esdoornplein en Broerweg verwijderd en trottoir en parkeerhavens deels opnieuw bestraat.
- 4 Wortelopdruk diverse locaties Hengstdalseweg verwijderd en trottoir en parkeerhavens deels opnieuw bestraat.
- 5 Plantenbakken en boomspiegels Paulus Potterstraat vernieuwd. Inplanten en onderhoud door bewoners zelf.
- 6 Verkeersdrempel ter hoogte van Postweg 177 aangepast.
- 7 Ideeën voor opknappen plantsoenen Zilverdenstraat, Moerbeistraat en Vogelkersstraat samen met bewoners uitgewerkt en gerealiseerd.
- 8 Onderzoek naar andere inrichting (deel) buslus Hengstdalseweg in samenwerking met bewoners afgerond. Omwonenden willen huidige inrichting behouden.
- 9 Samen met bewoners buurtmoestuin Limoslaan gerealiseerd; beheer en onderhoud door bewoners zelf.
- 10 Start renovatie woningen in Spoorbuurt door De Gemeenschap; daar waar noodzakelijk wordt ook de openbare ruimte meegenomen en aangepast.
- 11 Aanleg jeu de boulesbaan Hengstdalseweg.
- 12 In samenwerking met diverse partijen moestuin Stip Oost gerealiseerd.

◀ Bewonersinitiatieven ondersteund in de openbare ruimte.

Dit gaan we o.a. doen in 2018:

- 13 Boomwortelopdruk in rijbaan, parkeerhavens, trottoir Krulwiltstraat verhelpen en deels opnieuw bestraten.
- 14 Verhelpen wortelopdruk in trottoir en parkeerhavens Berg en Dalseweg ter hoogte van huisnummers 238 t/m 278 even zijde; ook wortelopdruk verhelpen in voetpad Berg en Dalseweg oneven zijde (tussen Huygensweg en Tooropstraat).
- 15 Onderzoek naar extra bomen Berg en Dalseweg afronden; afhankelijk van uitkomsten extra bomen planten.
- 16 Onderzoek naar plaatsing tafeltennistafel op 'Dommerplein' gestart; bij voldoende draagvlak wordt deze wens gehonoreerd.
- 17 Start renovatie, sloop, nieuwbouw woningen in Broersveld (bomenbuurt) door Standvast Wonen; daar waar noodzakelijk wordt ook de openbare ruimte meegenomen en aangepast.
- 18 Bewonersinitiatief om Esdoornplein gedeeltelijk anders in te richten loopt; Afhankelijk van de uitkomsten van het onderzoek start uitvoering in 2018.
- 19 Reconstructie Hengstdalseweg (tussen Beukstraat en Sophiaweg).

▶ Bewonersinitiatieven ondersteunen in de openbare ruimte.

Mijnwijkplan.nl is een digitaal platform. Op deze site kunt u wensen en ideeën voor de openbare ruimte in uw buurt melden. Ook informeert de gemeente u hier over de werkzaamheden bij u in de buurt. Wilt u meebepalen hoe het wijkbudget in uw wijk wordt besteed? Kijk op: nijmegen.nl/mijnwijkplan

Fysiotherapie Christiane

024-3000038

06-47057427

Prof van Weliestraat 20

Heeft u een klacht?

Verlies geen tijd!

Bel snel uw fysiotherapeut

Ik help u graag!



Argentijnse Tango in Nijmegen

Wil je altijd al de Argentijnse Tango eens proberen?

Kom dan naar de GRATIS PROEFLESSEN op MAANDAG 22
en DINSDAG 23 JANUARI om 19.30 uur

Maandag 22 januari > in de Thiemeloods, Leemptstraat 30-34
Dinsdag 23 januari > in het Logegebouw, Fortstraat 7



Tango Entero • www.tango-entero.nl • info@tango-entero.nl



Accountancy

CJ Accountancy
Daalseweg 331
6523 CB NIJMEGEN
024 3223519
mail@cjaccountancy.nl
www.cjaccountancy.nl

**Gratis inloopspreekuur voor starters
en gevestigde ondernemers**

.....
Iedere eerste woensdag van de maand
16.30u – 18.00u

Terugblik

Alle goeds voor 2018: dat wensen we u vanuit Stip Oost. Miljoenen keren is deze wens uitgesproken en zijn er goede voornemens gemaakt voor het nieuwe jaar. Wat willen we komend jaar in Stip Oost?

Voornemens gaan vaak over meer en beter of juist helemaal niet meer doen. Laten we voor Stip Oost eerst eens uitgaan van wat we al in huis hebben en kunnen. We doen ons best om u zo goed mogelijk te helpen met uw vragen en geven u informatie en advies met de vertrouwde kwaliteit. Wilt u meer weten over activiteiten en cursussen in de wijk, dan kunt u bij ons terecht. In Oost gebeurt er veel op dat gebied. Sluit u aan of wellicht hebt u eigen plannen. We horen het graag. Kom gerust langs dan denken we met u mee. Twee weten meer dan een.

Laten we in 2018 genieten van de opbrengst van de moestuin, de gezamenlijke buurtsoep en speciale maaltijden op feestdagen, de activiteiten voor kinderen en bijvoorbeeld een bijeenkomst met verhalen over vroeger en nog veel meer. Ja, toch weer "meer". Want het is zo leuk om samen te komen en samen dingen te doen. Ik hoop u weer te zien in Stip Oost,



Rob Hermens
coördinator

Oproep nieuwe vrijwilligers Stip Oost

Stip Oost zoekt voor 2018 nieuwe vrijwilligers. Wilt u iets betekenen voor uw buurt en buurtgenoten?

voor informatie & advies

uiteenlopende vragen van bewoners helpen beantwoorden over regelingen, vervoer, wonen, activiteiten in de wijk etc

voor communicatie

iemand die handig is met computer (website) en social media en Stip wil promoten.

voor ontmoeting –

organiseren en assisteren bij (kleinschalige) activiteiten voor diverse groepen wijkbewoners.

Wil je je een paar uur per week inzetten voor Oost en de Stip, laat dan van je horen.

Stip Oost Elzenstraat 4, 6523 EV, Nijmegen
www.nijmegen-oost.nl/stip-oost

Informatie & Advies

maandag 13.30 – 16.30 uur
woensdag 09.30 – 12.30 uur
donderdag 13.30 – 16.30 uur

Ontmoeting

maandag 13.30 – 16.30 uur (speciaal voor vragen mantelzorg)
dinsdag 13.30 – 16.30 uur (speciaal voor gesprek zingeving)
woensdag 13.30 – 16.30 uur (speciaal: breicafé)
donderdag 13.30 – 16.30 uur



Kersttafel

Een geslaagde en sfeervolle Syrische Kersttafel in Stip Oost in samenwerking met de Dominicuskerk.



Expositie Carla Timmerman en De Nieuwe Vlier



Carla is vele jaren geleden naast haar werk als basisschooljuf begonnen met schilderen. Ze begon aquarellerend, maar daarna ging ze verder op doek met acryl of olieverf en momenteel experimenteert met al die technieken bij elkaar. Vooral het spelen met de kleuren oranje, rood en paars fascineert haar en ze zet daarmee een duidelijke sfeer neer. In 2015 heeft ze de opleiding tot creatief kindercoach afgerond. Ze is nu gediplomeerd en werkt onder andere met kinderen in het autistisch spectrum en ADHD'ers. Haar werk hing onder andere in de Daalsehof Nijmegen, Soos Brasil Malden, een Italiaans restaurant in Emmerich, de Nijmeegse stadsschouwburg en op diverse kunstmarkten in de regio. Info: carlatimmerman211@hotmail.com.

Naast de prachtige werken van Carla laten we in januari ook inspirerende foto's, maquettes en ontwerpen zien van buurtgroep De Nieuwe Vlier. Zij vroegen architecten, fotografen, studenten stedenbouw en buurtbewoners om inspiratie en mogelijkheden.

Je kunt Carla's werken en de schetsontwerpen zien t/m donderdag 1 februari.

Openingstijden: maandag t/m donderdag 13.30-16.30 en woensdagmorgen. Plus op tijden van de Rechtswinkel: maandag en woensdag van 19-20 uur en zaterdags van 10.30-12.00u. Ook exposeren in Stip Oost of iemand voordragen? Mail henk.horstink@gmail.com of bel: 06 1498 5928.

De nieuwe expositie in Stip Oost in februari? Kijk op pag. 35.

Buurtsoep in Stip Oost

Verzorgd door Onder de Bomen, op woensdag 31 januari 12.00 uur. Laat u verrassen door weer een heerlijke soep! Van harte welkom.

Betrouwbaar | Kwaliteit | Service

**Autoservice
Kuijpers**

Lid van:



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



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

Richt uw woning mooier in met
Wennekers Nijmegen



WENNEKERS
NIJMEGEN

Groenestraat 2A Nijmegen
(hoek St. Annastraat)

T: (024) 356 01 04

E: info@wennekers-nijmegen.nl

Gordijnen, zonwering, vloeren ...en meer

www.wennekers-nijmegen.nl



FysioPlus

Rozendaal/Nijmegen-Oost

Fysiotherapie	Ofengroep onder begeleiding
Manuele therapie	Revalidatie op het gebied van:
Sportfysiotherapie	+ Neurologie: Parkinson/CVA
Bekkenfysiotherapie	+ Orthopedie:
Geriatricfysiotherapie	schouder, heup, knie en rug
Lymfe-oedeemtherapie	+ Oncologie
Dry needling	+ Longen: COPD

DE SPECIALISTEN VAN FYSIOPLUS STAAN OOK IN 2018 VOOR U KLAAR!

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

024 - 323 04 24

WINNAAR 'TOEGANKELIJKHEIDSPRIJS'
VAN DE GEMEENTE NIJMEGEN

Expositie Stip Oost

Opening expositie Sjoehad + verrassing in Stip Oost

Ingezonden door Henk Horstink

Op zondag 4 februari opent Stip Oost om 17.00 uur (zaal open 16.30 uur) de eerste solo-expositie van Sjoerd van der Heijden, bij sommigen ook wel bekend als Sjoehad. Afgelopen zomer exposeerde hij samen met Joris Moore op de Kaaij aan de Waalkade.

Sjoerd is een 19-jarige beginnend kunstenaar, geboren in Nijmegen-Oost. Hij is een autodidact en volgt sinds kort de vooropleiding 'Beeldende Kunst en Vormgeving' aan de kunstacademie in Utrecht. Hij hoopt daar volgend jaar door te kunnen stromen naar de opleiding 'Fine Arts'. Al vanaf jonge leeftijd tekent Sjoerd en een jaar geleden

heeft hij ook het schilderen met acrylverf ontdekt. Sinds een half jaar heeft hij een atelier in de binnenstad dat hij deelt met andere kunstenaars. Hij is daar volop aan het ontdekken en experimenteren met technieken. Daarbij kwam hij er ook achter dat het vastleggen van herinneringen een grote inspiratiebron voor hem is. Zo heeft hij veel schilderijen gemaakt van vrienden en familie. Zijn vader is een veelvoorkomend figuur in zijn werk. Verder laat hij zich inspireren door beelden van films, zoals de documentaire 'Boer Peer'.

Sjoerd hoopt je te ontmoeten tijdens de opening of op een ander moment in de vier weken dat hij mag exposeren bij Stip Oost. Meer informatie via: sjoehad@gmail.com, Facebook: facebook.com/sjoehad en Instagram: instagram.com/sjoehad

Ook kleine expositie Marijke Kreugel

Naast het vele prachtige werk van Sjoerd exposeert Stip Oost in februari ook een paar verrassende werken van wijkgenoot Marijke Kreugel. Deze Zeeuwse uit de buurt van Goes woont al vanaf haar elfde in Nijmegen

en sinds een paar jaar op het Limosterrein. Ze is een vrouw van weinig woorden, maar een sterke spontane inslag. Ze schrijft "Ik pak af en toe gewoon camera, papier, potlood, ecoline en een kwast en begin zonder erbij na te denken te tekenen of schilderen of fotograferen. Zo zijn al mijn foto's en schilderijen ontstaan: gewoon spontaan!"

De exposities worden na elkaar geopend op zondag 4 februari 17.00 uur, maar de zaal is open vanaf 16.30. U kunt het geëxposeerde werk zien tot en met donderdag 1 maart aan de Elzenstraat 4. Tot en met 1 februari kunt u nog op deze tijden de prachtige werken van Carla Timmerman bekijken

De openingstijden van Stip Oost: maandag t/m donderdag 13.30-16.30u en woensdagmorgen. Plus op tijden van de Rechtswinkel: maandag en woensdag van 19.00-20.00u en zaterdag van 10.30-12u.

Ook exposeren in Stip Oost of iemand voordragen? Mail henk.horstink@gmail.com of bel 06-1498 5928.

Werk van Marijke Kreugel



Hans Hamers Column



Net als vorig jaar is in Stip Oost een kerstmaaltijd gehouden voor de kwetsbare buurtbewoners, voor mensen voor wie wat extra warmte en aandacht goed is. Dit jaar was het een co-productie van de Werkgroep Ontmoeten in Oost en de Effata-Dominicuskerk. Nu hadden we vorig jaar ook een kerstmaaltijd gehouden en dat liep best gesmeerd. Dus zou je denken: dat doen we dit jaar weer zo. Maar de omstandigheden waren nu echt anders. Een paar leden van de werkgroep zijn weggefallen. "Dat vangen we wel op", zeiden we tegen elkaar en dat hebben we ook gedaan. Van een strakke geoliede organisatie was nu minder sprake. Hoeveel mensen hebben zich aangemeld? Wie kan de aanmeldingen per e-mail lezen?

Meewerken met het goede

Hebben we genoeg budget? Hebben we genoeg handen om alles op tijd klaar te hebben?. Deze vragen speelden voortdurend door een paar hoofden. Wat bleek? Anderen hadden daar helemaal niet zo'n last van: "Het komt goed, een kwestie van vertrouwen dat als je met elkaar ergens aan begint, het ook zal lukken." Het liep allemaal wel anders dan gedacht, maar het resultaat was dat de kerstmaaltijd een succes was! Op de geplande zaterdag 23 december viel alles mooi op zijn plek. Binnen een paar uur was Stip Oost omgetoverd tot een sfeervolle ruimte, inclusief een kerststalletje. Het eten, bereid door 'Aangenaam Aleppo' - gerund door een Syrisch gezin - was heerlijk. Zijn die twijfelvragen dan terecht geweest? Eigenlijk een zinloze vraag, want wat maakte dat alles goed ging zoals het ging? Dat was de inzet en vooral bezieling van

ieder die betrokken was. En ik maar denken aan een strakke geoliede organisatie! Onzin - nou ja ook niet helemaal - maar wat meer vertrouwen dat het goed komt en voor ogen houden waar je naar toe wilt. Dat was natuurlijk wat meer Kerst maken voor kwetsbare mensen in de wijk. Dat lukte. Voor ogen houden waar het om gaat, dat is de 'kritische succesfactor'. Dat is een gedachte die ik het komende jaar maar probeer vast te houden. En gewoon meewerken met wat zomaar aan goede dingen gebeurt, aan de goede wil die mensen tonen om samen het goede te doen. Ik wens iedere lezer een goed, gelukkig en gezegend 2018.

Hans Hamers is lid van de werkgroep Ontmoeten in Oost bij Stip Oost en pastoraal werker bij de Effata-gemeenschap, Dominicuskerk.

Jouw evenement ook op deze pagina?



Schrijf je in

Nijmegen-Oost.nl

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

18 januari

19:00-20.00 uur/20.15-21.30 uur Hatha-Yoga. Elke week op donderdagavond in De Ark van Oost. Tus-sentijds instromen mogelijk. Mat-tjes aanwezig. yogahengstdal.nl of 06-21590904. Gratis proefles.

19:30u Theater Pegasus Workshop Persoonlijke Ontwikkeling Beleef de magie van het theaterma-ken. 1x per 2 weken op donderdag. Losse workshop €20,-; 4 Work-shops = €72,50 Aanmelden bij evastheatertuin@gmail.com. evastheatertuin.nl

Diverse data en tijden, workshop cursus beeldhouwen in steen of hout, beginners en gevorderden, beeldhouwen-nijmegen.nl

19:30u. Tango proefles, daarna we-kelijkse les op donderdag Argentijnse Tango. Geen passen, maar verbinding. €5,-. Liefst aan-melden met danspartner bij kyra@energyandharmony.nl energyandharmony.nl

18 januari en 6 februari

18:00 tot 20.00 uur Kennisma-kingsavond Starters4Communities voor sociaal ondernemers. Rabo-bank, Keizer Karelplein 1. Praktijk-gericht trainingsprogramma van 5 maanden. starters4communities.nl/ sociaal-ondernemen-nijmegen

18, 25 januari, 1, 8, 22 februari en 1, 8, 15 en 22 maart

19:00u. Compassietraining Heb je ervaring met meditatie en zoek je verdieping? De training be-staat uit 9 wekelijkse bijeenkom-sten van 2,5 uur. Yogastudio Bloem-merstraat 71. Bijdrage die voor jou passend is. brenda@brendalelie.nl of 06-12665565.

19 januari

09:15 en 10.00 uur Kom lekker in beweging met Nia. Nia swingt, is speels, is spannend en ontspan-nend tegelijkertijd. Train lichaam en geest. niasusan.nl/06-50854424

Elke vrijdag 11:00u. SeniorFit is sport en bewegen voor ouderen in de Ark van Oost. Fysio-Evident.nl

20 januari en 17 februari

10:00u. Met buurtgenoten werken en genieten in Vlindertuin Hengst-dalseweg. Elke derde zaterdag van de maand. Alleen kijken en appel-taart bij de koffie? 11.00 uur.

11:00u. repaircafenijmegen.nl/oost in OBG. Deskundige hulp bij (bijna) elke reparatie aan uw kapotte spul-len. OBG, Prof. Cornelissenstraat 2.

21 januari

13:00u. Zwemmen op ver-schillende dagen en tijden.

Gay Swim Nijmegen Spetters is een gezellige heterovriendelijke zwem-vereniging voor zwemtechniek en conditie. Gratis proefzwemmen. gnsnetters.nl / Erica Terpstra Sportfondsenbad

14:00u. Natuurexcursie Hatertse vennen IVN Rijk van Nijmegen vanaf de P-plaats even na de Boer-derij Diervoort, Staddijk 17 2,- per persoon. Gratis onder 16, leden van IVN, KNNV en Groei en Bloei.

15:00u. Pianoconcert in de Linden-berg door Oud-Nijmegenaar en Amerikaan Wim Ibes, volgens The Washington Post: "An artist of the highest quality". Rond de jaren 80 heeft hij 2-3 jaar in Nijmegen-Oost gewoond. delindenberg.com

16:00-18.00 uur. Winterfeest en uitreiking boekje In Groenewoud Met vuurkorf en koek & zopietent. 'In Groenewoud' met de verhalen uit de buurt. Bijdrage Winterfeest € 2 p.p., het boekje kost € 2.

22 januari

09:30u. Expositie Leegte | Vorm, 60 werken van Freek Sanders uit Groenewoud in de stadsschouw-burg t/m 24 feb., ma t/m vr van 09:30-17:30u en za van 11:00-16:00u. freeksanders.com

16:00u Meerdere data. Eet, be-weeg, ontspan. Voedings- beweeg-en leefstijladvies. Traject van 3 maanden.ritsema-buitensport.nl of info@ritsema-buitensport.nl

17:00-17.30u. Gratis Inloopsprek-uur bij Fysio Evident. Elke maan-dag. Fysio-evident.nl

20:00u en ook op 15 februari Iedereen heeft Talent! Kennisma-kingsworkshop Talentenspel. lucyvannorel of 06-22858512.

23 januari

09:00 en 13.00 uur wekelijks De computerlessen bij STEP zijn voor mensen met weinig of geen ervaring met computers. wijkcen-trum Hatert 9-11 uur, Derde van Hezewijkstraat 6: 13 tot 15 uur 1 euro per keer. 024 3233235

14:00u. mindfulness yoga introduc-tie cursus, rustige, meditatieve yoga, 8 lessen bij Han Fortmann centrum. fortmanncentrum.nl/cur-sussen/yoga/evenement/396-mind-fulness-yoga-introductie-cursus

20:00u. Klankontspanning moment voor jezelf en ontsnappen aan de drukte € 17,50, Jeanine van Weert, 0620548906, info@prak-tijkmeander.nl

25 januari

Begint om 09:00u. inlooptend

kinderdagverblijfpoespas.nl Nijmegen Oost, 3243795

19:30u. Bijpraten over initiatieven in Hengstdal in Stip Oost. Wil je komend seizoen actief worden in de wijk en zoek je inspiratie dan kun je bij een van de vele buurttui-nen of buurtgroepen terecht.

26 januari

20:00u. Lange improvisatievoor-stelling van theatergroep TAS in het Greppeltheater, Vlierestraat. Met het publiek als inspiratiebron.

27 januari

12:00u. open dagen, met work-shops, demonstraties en een grote expositie, ook op 28 januari bij Zaadel Makerij.

13:30u. SuryaSoul Dance Of Soma - a Dance Of Life. Muziek, dans en beweging met eenvoudige choreo-grafie en vrije bewegingsexpressie € 25,- p.p. (€ 20,- Voor leden) be-movedbeyond@gmail.com

28 januari

10:00u. nestkasten bouwen voor jongeren, gratis. Opgeven bij Hanny de Jongh. jeugdvwgnijme-gen@gmail.com / 0611740530 Startplek: honk op Nijerf 1 in Groesbeek 10 tot 14 jaar, vogel-werkgroepnijmegen.nl

12:45-16.30 uur. Winterwandeling door de nieuwe natuur van de stadswaard. Wandelen, gidsen, mu-ziek, borrelen met Natuurgids Jan Rijnders, bij Roosje van Ooij speelt muzikant Johan Joosten. Start/fi-nish in Hotel Belvoir. dkrol@fo.nl € 15.

15:00u. Concert Kamoroor Elnosé-qué, Shakespeare vs. Monteverdi. Karel de Grote College Wilhelmina-singel 13-15, €12,50 elnoseque.nl.

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 terecht voor zaken als edelsmeden, houtbewerken. www.hobbycentrumnijmegenoost.nl.

Bevrijdingsmuseum - In dit museum zijn altijd veel exposities, films, rondleidingen en kindermiddagen. bevrijdingsmuseum.nl.

De Opstap biedt cursussen aan in div. wijkcentra: opstap-nijmegen.nl

Concerten klassiek, modern, familievoorstellingen in **concertgebouw de Vereniging**, www.stadsschouwburgdevereniging.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.paroche-heiligedrie-eenheid.nl
Doopsgezinde-Remonstrantse gemeente e.o.: dorenijmegen.nl

Agenda

15:00u.

Shades of Blue: eigentijdse jazz/blues. Lucas Buur (gitaar) en Reyn Waldram (contrabas), in het atelier van Selma Dronkers in de Splendorabriek. shadesofblue.jazzonthemenu.nl/

3 februari

13:00-17.00 uur. Open Ateliers 'de Oude School' Berg en Dalseweg 295. Wil van Lamoën & Hans de Raad, Zaag Meubelwerk & Tegel-wijs Mozaïekatelier.

4 februari

16:30u. Opening expositie Sjoehad + verrassing in Stip Oost, Elzen-straat 4. De eerste solo-expositie van Sjoerd van der Heijden, sjoehad@gmail.com,

6 februari

10:00u. gezellig wandelen met wijkgenoten door bos of wijk, elke eerste dinsdag van de maand, zes tot tien mensen vanaf Stip Oost aan Elzensstraat 4 om elkaar te ontmoeten. Aanmelden niet nodig.

8, 15 en 16 februari

14:00u. Film 'Krieg am Niederrhein' in Bevrijdingsmuseum Groesbeek Voorafgaand inleiding. Reserveren noodzakelijk: 024-3974404 of info@bevrijdingsmuseum.nl

9 februari

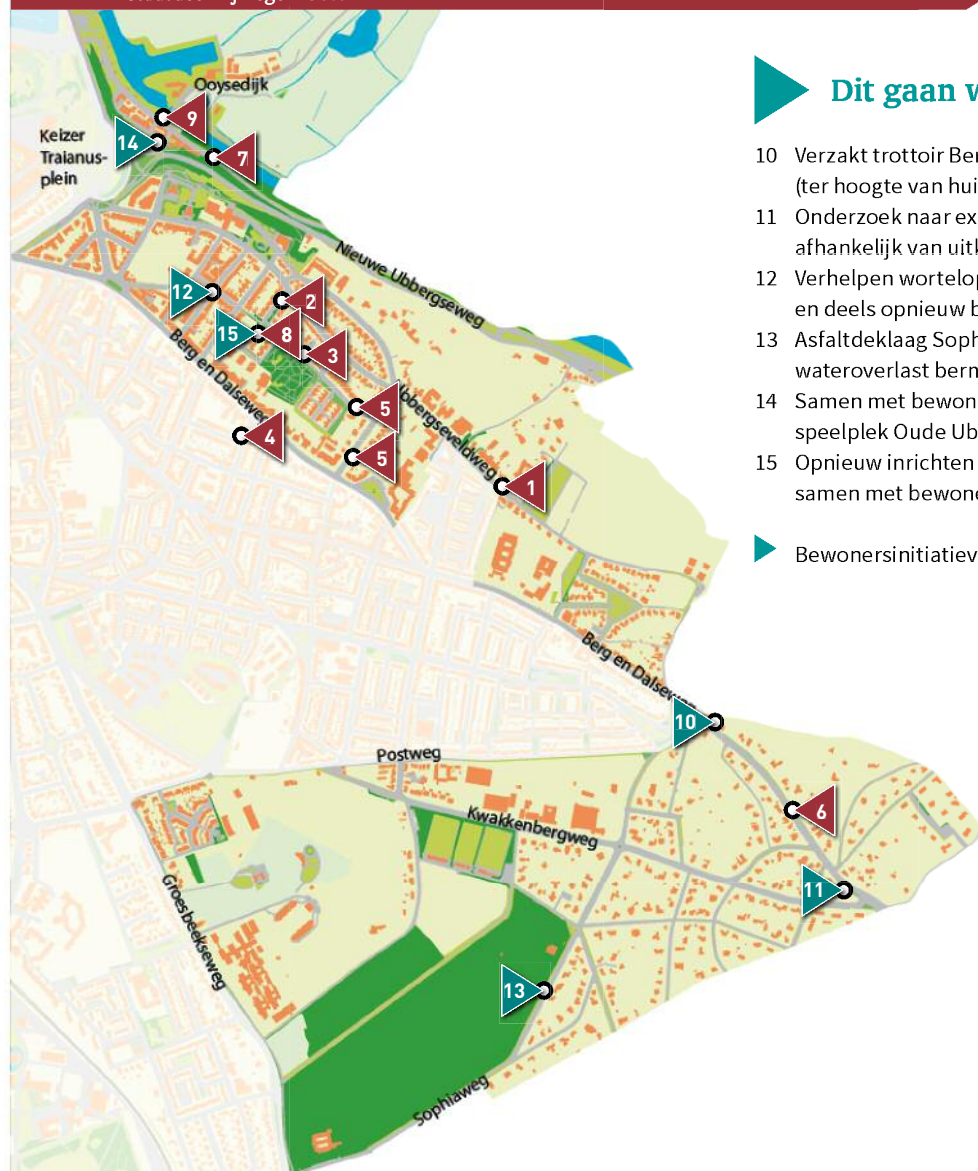
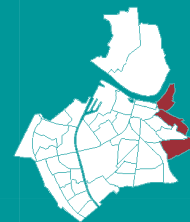
10:30-12.00 uur. Maandelijkse ge-spreksgroep over levensvragen in STIP Oost, 06-11664257 H. Jaspers

10 en 24 februari

10:00u. Dansen en zingen in het toverbos - losse lessen voor kinde-ren en ouders, Yogacentrum "Mai-tri", Broerdijk 35, per les: € 12,50 voor ouder en kind, 06-23443914 info@het-berenhof.nl.

16 februari

14:00-15.30u. Anne Frankmiddag voor 10-14 jaar. Reserveren nodig. bevrijdingsmuseum.nl. Reserveren noodzakelijk: 024-3974404 of info@bevrijdingsmuseum.nl www.bevrijdingsmuseum.nl



Dit gaan we o.a. doen in 2018:

- 10 Verzakt trottoir Berg en Dalseweg opnieuw bestraten (ter hoogte van huisnummers 363 – 395).
- 11 Onderzoek naar extra bomen Berg en Dalseweg afronden; afhankelijk van uitkomsten extra bomen planten.
- 12 Verhelpen wortelopdruk trottoir Pater Brugmanstraat en deels opnieuw bestraten.
- 13 Asfaltdeklaag Sophiaweg vervangen; tevens oplossen wateroverlast berm (tussen Theresiaweg en Louiseweg).
- 14 Samen met bewoners onderzoeken of verzoek om speelplek Oude Ubbergseweg haalbaar is.
- 15 Opnieuw inrichten plantsoen Jezuïetenlaan 13 – 19, samen met bewoners.

► Bewonersinitiatieven ondersteunen in openbare ruimte.

Mijnwijkplan.nl is een digitaal platform. Op deze site kunt u wensen en ideeën voor de openbare ruimte in uw buurt melden. Ook informeert de gemeente u hier over de werkzaamheden bij u in de buurt. Wilt u meebepalen hoe het wijkbudget in uw wijk wordt besteed? Kijk op: nijmegen.nl/mijnwijkplan

Dit hebben we o.a. gedaan in 2017:

- 1 Beplanting in plantvakken Ubbergseveldweg ter hoogte van huisnummers 125-129 vervangen.
- 2 Onderzocht hoe plantsoenen (oneven zijde) Jezuïetenlaan (tussen Ubbergseveldweg en Pater Blommaertlaan) tijdelijk opgeknapt konden worden. Werk is uitgevoerd.
- 3 Plantvak Pater Blommaertlaan, ter hoogte van huisnummers 13-23, opgeknapt.
- 4 Wortelopdruk Berg en Dalseweg (plaatselijk, tussen Ten Hoetstraat en Huygensweg) verwijderd en deel van trottoirs en verzakte inritten opnieuw bestraat.
- 5 Wortelopdruk Praetoriumstraat verwijderd, plaatselijk trottoirs opnieuw bestraat en trap hersteld. Inrit ter hoogte van Huygensweg 5 gerepareerd.

- 6 Toegankelijkheid Berg en Dalseweg (tussen Sophiaweg en Kwakkenbergweg) verbeterd door op-/afritjes te maken en deels het trottoir opnieuw te bestraten.
 - 7 Drempel aangelegd en verkeersborden aangepast bij 'kom'-grens Ubbergseweg (ter hoogte van de wegversmalling).
 - 8 Beplanting plantsoen Jezuïetenlaan 13-19 deels geroid, puin verwijderd en plantklaar gemaakt.
 - 9 Hoek Ubbergseweg-Ooysewijk: samen met bewoners deels opnieuw ingericht: extra bankje; olifantenpaadje geëgaliseerd en halfverharding aangebracht, strook met inheemse kruiden ingezaaid en plantvak gemaakt; onderhoud bewoners zelf.
- Bovengenoemde projecten zijn in overleg met bewoners uitgevoerd.

◄ Bewonersinitiatieven ondersteund in de openbare ruimte.

CITY HAIR SHOP

Dames-, heren-
en kidssalon
en pruikenkamer

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



Gerrit Jonker Massage

www.gerritjonkermassage.nl

Klachten aan rug, nek of schouders?
Hoofdpijn of zware vermoeidheid?
Beter herstel na intensief sporten?
Of gewoon heerlijk ontspannen.

Kies voor een massage op maat
die past bij wat jij nodig hebt.

€ 45, - voor één uur massage

Bel 06-54200528 of
gerritjonkermassage@gmail.com
Cees de Jongstraat 6 Nijmegen



**DJ Swinging
Maria**

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

**MEESTERSCHENKERIJ
CAFE JOS
NIJMEGEN**

PRESENTEERT
KWALITEIT & BUURT GEZELICHAP

BORRELEN PROEVEN 33 TAP KRANEN CAFE JOS BON	HAPPEN PROEVEN OP MAAT 600 DRANKEN SPECIALISATIE
--	---

Cafe Jos Meesterschenkerij
Daalseweg 309
6523 CA Nijmegen

www.cafejos.nl
(024-3232001)
info@CafeJos.nl

TANDARTSEN PRAKTIJK VILLA WESTHOF

Stef de Grood
Leon Pennings
Annemieke de Grood



**Tandartsen Praktijk
Villa Westhof**

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

MUZIEK MAKEN ZONDER NOTEN TE LEREN?? JA, DAT KAN!!

Je hoeft geen noot te kunnen lezen en toch
speel jij al je eerste deuntje in 5 lessen. Heb je
(nog) geen instrument, dan kun je het bij ons huren.
Wij zijn trekharmonica-vereniging WOARUM-NIE met leden
die houden van gezelligheid en samen muziek maken.
www.woarumnie.nl. Wij hebben diverse lesgroepen voor
zowel beginnende als gevorderde spelers.
De lessen worden gegeven in 't Môks Café in Mook.
Wil je uitproberen of trekharmonica spelen iets voor jou is
en wil je vrijblijvend kennismaken? Geef je dan op bij
Cocky v.d. Burgt, cvdBURGT@gmail.com of 0485-316727.



Schoenmakerij Tweehuysen Erkend Gildemeester



Voor al uw reparaties
en onderhoudsmiddelen

In de Betouwstraat 42 Nijmegen
Tel.: 024-3233160

www.schoenmakerijtweehuysen.com

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

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

Oplage: 15.000. Uitgave:
Stichting De Wijkkrant
Nijmegen-Oost, Hengstdalseweg 78,
6523 EM Nijmegen. 024-2022258

EINDREDACTIE
Loes Wijffels

REDACTIE
Anna Bakker, Kor Goutbeek,
Eric Hendriks, Alex Holderbusch,
Simone Kiebosch,
Marjon Spoorenberg,
Karin Veldkamp

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:
Ton Burgers, Hans Hamers,
Bert Hendrix, Fien Kraanen,
Marc van Kempen, Herman Meijers,
Frank Schijven

ONLINE KANALEN
nijmegen-oost.nl
twitter.com/nijmegen-oost
facebook.com/nijmegenoost
instagram.com/nijmegenoost.nl
redactie@nijmegen-oost.nl

OPMAAK
Ton Burgers, www.a-formaat.nl

DRUK
Janssen Pers, Gennep

BEZORGING
Axender verspreidingen, Cuijk

REDACTIE
redactie@nijmegen-oost.nl

ADVERTEREN VOOR BEDRIJVEN
advertenties@nijmegen-oost.nl

DEADLINE VOLGENDE NUMMER
De uiterste datum om prikboard-berichten, advertenties en de agenda aan te leveren is donderdag 1 februari 2018. 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 nijmegen-oost.nl.

BEZORGING VOLGENDE WIJKKRANT
Uiterlijk vrijdag 16 februari 2018, samen met De Brug. Geen Wijkkrant ontvangen? Meld online je bezorgklacht: nijmegen-oost.nl.

Loes Wijffels Column



Vliegen

Een goede vriend vroeg me of ik zin had om deze maand een paar dagen mee te gaan naar Rome. Ik ben er nog nooit geweest en Italië staat sowieso op mijn wensenlijstje, dus dacht ik: waarom niet?

Ongeveer tegelijkertijd las ik een stuk over de gigantische vervuiling van de paneet door het luchtvaartverkeer. Met het groeiend aantal vluchten worden alle andere initiatieven om de CO2-uitstoot te verminderen per direct weer om zeep geholpen. Sterker nog: het wordt alleen maar meer: meer vliegverkeer, meer vervuiling en meer opwarming met alle inmiddels bekende gevolgen van dien. Je stoel (en geweten) afkopen met een boom heeft dan ook weinig zin. Dat zouden er minstens duizend moeten zijn, volgens het artikel.

Intmiddels gaan er steeds meer stemmen op om belasting te heffen op vliegen en op het gebruik van kerosine. Natuurlijk is het heerlijk dat we tegenwoordig overal snel kunnen komen. Maar laat ons daarvoor op zijn minst weer 'normale' prijzen betalen, waardoor 'even een stedentripje maken om een paar dagen lol te beleven' toch een andere waarde

krijgt. Op mijn laatste trip naar Dublin - gekregen van mijn dochters - verbaasde ik me over de bomvolle straten vol internationaal uitgaanspubliek. Met een goedkoop ticket, een Airbnb-bed en wat fastfood is een vriendentje naar een willekeurige stad in Europa welhaast goedkoper dan een 'verantwoord' tripje naar Texel, Amsterdam of de Veluwe.

Met deze wetenschap kon ik niet meer gezellig naar Rome vliegen. Ik sprak er met anderen over en kreeg diverse, soms wonderlijke reacties. Van 'het heeft weinig zin als alleen ik niet meer zou vliegen' en 'we vliegen wel, maar zorgen ervoor dat afstand en verblijfsduur in verhouding zijn' tot 'ach, de natuur lost het uiteindelijk zelf wel weer op'. En dan zijn er nog de mensen die principieel nooit vliegen. Al dan niet door angst ingegeven. Voor mij werd het een kantelpunt: ik moest iets doen, al was het in mijn eentje. Voor mijn dochters toekomst, voor de wereld en voor mijn eigen gemoedsrust. Voortaan maak ik bij elk eventueel (vlieg)reisje de afweging of het 'nodig' is en zo ja, of ik er ook op een andere manier kan komen. Met de trein door Europa reizen lijkt me geweldig: je ziet het landschap langzaam veranderen en het is heerlijk relaxed, al duurt het langer en is het veel duurder. En verre oorden bezoeken, tja dat doe ik dan maar niet. Maar met een dochter in Engeland en een moeder die niet graag links rijdt, blijft het een lastige kwestie.

Is jouw bedrijf bekend in Oost?

Als mensen in Nijmegen-Oost jouw product of dienst nodig hebben, is jouw bedrijf dan het eerste waaraan ze denken of waar mensen over praten? Sta jij bovenaan in de zoekresultaten? Kennen ze jou en jouw bedrijf?



30.000 aandachtige lezers De Wijkkrant voor Nijmegen-Oost en de website nijmegen-oost.nl zijn alom bekend bij iedereen in Nijmegen-Oost. Ze verbinden bewoners, organisaties en ondernemers en vormen hét communicatiekanaal in onze prachtige wijk. Ruim twintig vrijwillige wijkbewoners en communicatieprofessionals uit de wijk zorgen elke maand met veel plezier voor mooie verhalen/foto's voor de krant en een aantrekkelijke wijkwebsite met social media kanalen. Bijna 30.000 lezers in Nijmegen-Oost maar ook in Berg en Dal en Heilig Landstichting spellen soms letterlijk onze krant en wijkwebsite. Ze gaan er echt voor zitten en lezen met persoonlijke aandacht onze verhalen.

Adverteren in de krant maar ook online De Wijkkrant bezorgen we maandelijks in 15.000 huizen. Voor je bedrijf is adverteren in de Wijkkrant dé manier om je klanten in Nijmegen-Oost te bereiken. Steeds meer mensen zoeken informatie online. Via je eigen bedrijfspagina op nijmegen-oost.nl ben je vindbaar voor de 30.000 unieke bezoekers.

Wat is jouw communicatieboodschap? Wat is de behoefte van jouw doelgroep? Welke snaar wil je bij je klanten raken? Hoe onderscheid jij je? Hoe luidt de kernboodschap die je wilt communiceren? En via welke kanalen?

Wij helpen je graag! Wij helpen je graag met het bekender worden in Nijmegen-Oost en een effectieve communicatie, bijvoorbeeld met:

- Doelgericht communiceren met je doelgroep
- Teksten voor je bedrijfs- en productpresentatie
- Grafisch ontwerp van advertenties en banners
- Maken van je online bedrijfspagina
- Je eigen Wordpress website
- Het maken van een communicatieplan
- Ontwerp van huisstijl en logo
- Het schrijven van verhalen en content
- Professionele fotografie
- Aansprekende bedrijfsvideo

Wil je ook mee bekendheid in Nijmegen-Oost? Kijk dan eens op nijmegen-oost.nl/bekendworden of mail / bel Loes Wijffels, adviseur Wijkkrant & Wijkwebsite Nijmegen-Oost: advertenties@nijmegen-oost.nl, 024 - 20 22 258



WINKELCENTRUM MOLUKKENSTRAAT

Bloemenveld is al jaren een vertrouwd adres in Winkelcentrum Molukkenstraat in het hoekje naast de COOP.

Sylvia is sinds de opening ons vertrouwde gezicht in deze winkel.

We hebben een paar nieuwtjes.

Buiten het wekelijkse bosje bloemen of het leuke plantje bieden wij ook een abonnementenservice aan. Dit werkt heel eenvoudig. U kunt bijvoorbeeld een half jaar lang elke week of 2 wekelijks een verse bos bloemen op het door u gewenste adres voor een ander of voor uzelf laten bezorgen. Weet u hoe leuk dit is? U hoeft er alleen maar van te genieten, wij zorgen voor de rest inclusief de vaas.

Ook staan wij voor u klaar met afscheidsbloemen. We hebben zelfs een eigen boek gemaakt met allerlei (meer dan 100) voorbeelden, van modern tot klassiek. Natuurlijk houden wij ook rekening met uw wensen wat betreft bloemensoorten, kleuren, speciale bloemen etc. Graag helpen wij u met het uitzoeken van een bloemstuk voor uw dierbare. Wij hebben een eigen bezorgdienst en leveren zelf onze stukken af bij bijvoorbeeld :

-Klopper en Kramer, uitvaartcentrum Dela Staddijk, Monuta Postweg, crematorium Jonkerbos, crematorium Rijk van Nijmegen Beuningen, Jan Wessels uitvaartverzorging Wijchen.

Verder hebben wij onze website met een professionele webshop uitgebreid. Hier kun je online boeketten, afscheidsbloemen maar bijvoorbeeld ook abonnementen bestellen wanneer het jou uitkomt.

Alles wordt door ons zelf gemaakt. Het is dus in de vertrouwde handen van Bloemenveld. Bestellingen van voor 12.00 uur worden nog dezelfde dag afgeleverd. (Afscheidsbloemen in overleg.)

Graag tot ziens bij Bloemenveld!

Molukkenstraat 11
6524 NA Nijmegen
024 3243 248
info@bloemenveld.eu
www.bloemenveld.eu

Bloemenveld



*"Kwaliteit, service en
winkelgemak in de buurt"*



drankenspeciaalzaak
van haastregt/Lamers



ons
winkeltje

Beter Horen

Foodservice

Royale



Brain
Wash®
Jouw kapper

SOL LOUNGE

coop

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