



de Wijkkrant

Juni 2017

voor Nijmegen-Oost



Foto: M. Ataya

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 te werken en te genieten. Volkstuin, tuinhuis, caravan, vakantiewoning, of veldje waar ik iets op mag zetten. Huur of koop. 06-14317579.

Bent u geïnteresseerd om uw verhalen en ervaringen over de kerken te delen? Neem contact op met Hans Hamers, pastoraal werker van de Effata-gemeenschap, Dominicuskerk. 06-19573987 hhamers@glazenkamp.net

Voor de Vierdaagse bied ik 4 slaapplekken aan (2 slaapkamers) in Oost. annabakker@gmail.com of 06-22363599

Antieke kaptafel met spiegel en lade, b 87 x h 176 x d 47 cm. €95 Bijpassend nachtkastje met lade en deurtje. €25. 0622426242

Bosmaaier Einhell BG-BC 25 S. 1x gebruikt € 95,- 06 40297765

Werkende 29-jarige (alleenstaand) is op zoek naar een fijne huurwoning in Nijmegen-oost. Min. 40m2, max €1000,-. Alle tips van harte welkom. Vera Nuiver. 06-48352056

Ik ben op zoek naar mensen die ook willen bridgen (beginnersniveau). Interesse? Mail dan naar wandelenfietsen1015@gmail.com

Wij verhuren onze knusse boerderij in de Bourgogne graag aan liefhebbers van rust en ruimte! www.gites.nl/vakantiehuisen/bourgogne/nievre/mont-et-marre/la-ruche-9277

Wie heeft er een stuk vloerzeil over, 2.40x 1.80, gebruikt maar nog wel schoon en goed ogend. Ik heb het nodig voor mijn bijkeukentje. Graag gratis of voor een fles wijn. 06 42186801

Witte Wolven speelt op 23 en 24 juni The Canterbury Tales in de Sint-Stephanuskerk in Oost. Facebook: theatergroepwitte wolven

Gratis op te halen een pottenbakkersdraaischijf, 0653285145

Wie kan mij advies geven hoe een achterraut (met verwarming) van een Suzuki Wagon R+ eruit kan en er weer in kan, de randen roesten en die wil ik schuren, tegenprestatie in overleg. 0620693369

Leuke poppenkast met 10 poppenkastpoppen €25,-. 0622426242

Gratis op te halen: diaprojector Braun Paximat Pico 150 + 6 dia-projectie-sleeën x 50 dia's per stuk, een dia-sorteerbak met binnenlicht, een opberg-kastje voor 500 dia's, dia-viewer. 024-7504418

Folktrio (zang, viool, gitaar) zoekt een nieuwe, ervaren gitarist. Traditionals, folkrock, americana enz. starrisky@tomaatnet.nl Telefoon: 0243606408

Welke zelfstandige vrouw wil 1 keer per maand bij ons komen schoonmaken? In een appartement in Oost. 0639753293

Aangeboden ivm. leeftijd. Gazelle-Whale meisjesfiets 26 inch. Incl. verlichting (hand)remmen goed werkend. Met compl. nieuw achterwiel met 3 naaf versnellingen en nieuwe banden. 0653913416

Te koop: Yapp Maxi stoeltje voor achterop de fiets, in prima staat. 25 euro. 0243606408

Sneakers Stretchwalker van Xensible maat 41, een keer gedragen Telefoon: 024 3230623

Woonstudio tot 1 november. 24m2, eigen keuken en badkamer, deels gemeubileerd. €540 p/m. silvijnvannixteren@outlook.com.

Gratis af te halen: grote trampoline merk Elfje. Onze dochter is er nu te groot voor. 300 x 220 Zelf te demonteren. 0623887426

Aanhangfiets met bijpassende bagagedrager en aparte aanhangbak. Leuk voor als je wat verder met je kind wilt fietsen. Geschikt voor ong. 3 jaar tot 7 jaar. Bak voor boodschappen of bagage. 60,- alles bij elkaar. Telnr. 06 44598523

Voor diverse klussen in huis zoek ik een vaste klusser voor bv balkondecoratie, nieuwe douchecabine, voordeur. 0642810482

Te huur gevr.: zelfst. woonruimte in Oost tot €850 voor aardig, rustig stel. Voorkeur >50m2, kaal, 2 kamers. Gratis troubadouropreden voor gouden tip. 40093061

De botanische tuin is op zoek naar schoenlappersplanten, acanthus, geraniums, loodkruid, mansoor en epimedium (wit). contact@hortus-nijmegen.nl.

Te koop: 2 MIO navigatiesystemen (compleet) voor auto. Tegen redelijk bod. 0243562496

Hallo! ik ben op zoek naar allerlei gratis planten om een jungle-achtige sfeer te creëren. Bamboe of bananenplant, eigenlijk ben ik overal wel blij mee! 0681093038

meubel grijs, doe een bod! 0618016176

Zondag 21 mei en 18 juni lotgenotenbijeenkomst Talking Circles voor vrouwen met seksueel-misbruikervaringen onder begeleiding van Lucienne Lemmers. talkingcircles.nu/talking-circle-nijmegen

Gezocht: opknapfiets(en), heeft u Kom ik graag bij u ophalen. Mits de fiets nog bruikbaar is, kleine vergoeding mogelijk cm.nout@gmail.com

Wie kan ik blij maken met twee complete jaargangen Donald Duck? 1990 en 1998. Gratis op te halen! 0622426242

We zijn nog op zoek naar een paar mensen voor onze spelletjesgroep. wandelenfietsen1015@gmail.com

Mijn naam is Janne, ik kom uit een klein dorpje in Brabant en ik ben bijna 18. Ik ga in augustus HBO Communicatie studeren in Nijmegen. Ik zoek per 1 juli of iets later een kamer. Telefoon: 06-17978963

Onderstel boxspring 2 bedden 80x200cm en hoofdbord 100x195. Kleur donkerblauw. Moet zsm weg, gratis. 0640524151

Handwerktijdschriften en boeken Ariadnes jaren 80 en 90, ook een aantal knipmodes, een 10-tal boeken om zelf poppen te maken en 3 ordners vol met handwerktechnieken. Gratis op halen. 0657324139

Goed functionerende hogedrukspray te koop. €50. 024-6422192.

Volleybalclub speelt op woensdag van half 5 tot 6 in sporthal bottenaal en daarna met wie zin heeft nog een biertje drinken bij Maxim. Zoekt nieuwe leden die zin hebben in volleybal. 0247370375Wi

Ik wil een groepje starten (6-7 mensen) om samen te debatteren over actuele onderwerpen, bijv. eens in de 4 weken. 024-3231322

Stoffen bankje met losse kussens, maat 165 cm breed, 85 cm diep en 65 cm hoog. €50. 024-3234601

Te koop: *tuinslang 15 meter lang compleet met aansluitstukken, sproeidop en ophang. *Zonnehemel voor boven je bed; tegen redelijk aanbod. Tel 024 3781005

Gezocht: mensen met dementie, een betrokken mantelzorger en een hulpvraag op het gebied van communicatie! <https://www.radboudumc.nl/trials/leer-elkaar-beter-begrijpen-bij-de-logopedist>

Mooie Kettler Hometrainer voor slechts € 25. 06-24678832

Logeerkat: onze lieve, bejaarde kat vindt alleen zijn niet leuk. Bij wie mag hij logeren als wij weg zijn? Dol op knuffelen! Voorkeur: rustig huis met (afgesloten) tuin of balkon. Yeshandmade@xs4all.nl

Mooi zwart 3-delig heren motorpak, maat 50. 1x gedragen. Speciaal ontwerp, hangt zo niet in de winkel. € 95.- 06 27217006

Vloerventilator, in hoogte verstelbaar, 3 standen, kleur zwart, doorsnede 45 cm. Afhalen op Groesbeekseweg, € 15,- 06 27217006

Voor een Iraanse zwangere vriendin zoek ik babybedje, maxi cosi, commode, kast etc. Voorwaarde is: schoon en in heel goede staat. Telefoon: 0629349821

Overcompleet en gratis: douche-wand (200X84 cm), glas in metalen frame, draaibaar, compleet. Af te halen bij Bertus, 06-12836387

Wie kan ik blij maken met een he-le-boel boeken omtrent astrologie van Mellie Uylert t.m. Karen Hamaker-Zondag. Bos bloemen is welkom! 024-8451628

Te koop 4 z.g.a.n. winterbanden wegens koop andere auto, 200 euro. 024-8451628

Ik, jona, vrouw van 53 jaar zoekt een oppasbaantje in de directe omgeving van de Vijverhof. Kinderen niet jonger dan 5 jaar. We gaan o.a. wandelen in het bos. Eventueel kan ik met ze Naar Tivoli, musea of bibliotheek. 0655192847

Female English teacher would love to get in touch with young British expat kids - just to have some fun together and enjoy the language. Please ring Mary at 06 269 35 161

Wie is er bereid (en beschikt over eigen auto met trekhaak) om 19 augustus onze caravan op te halen op een camping tussen Emmen en Assen en te brengen naar Beneden Leeuwen? Uiteraard tegen betaling. Telefoon: 06-15658231

Lederen fauteuil Madonna/Montis met hoofdrol. Van Gerard vd Berg/Montis. €150. 0622426242

Het wijknieuws elke week in je mail?

Schrijf je in

Van de redactie

Dit is ons laatste nummer vóór de zomer. Wij gaan er twee maanden tussenuit. Genieten van onze welverdiende rust. Andere gebieden verkennen. Buiten leven. En alles een tandje lager zetten.

We zetten onze kanalen niet dicht, maar zullen wat minder vaak naar onze post kijken. Dat moet ook wel, want waar vroeger iedereen hooguit twee 'brievenbussen' had: de telefoon en de post, hebben de meesten van ons er nu véle! Van alle kanten krijg je berichten, verzoekjes, nieuws en reclame binnen. Je moet tegenwoordig een ware manager zijn om alleen al je eigen persoonlijke post een beetje op orde te houden, laat staan dat van je werk. Soms verbaas ik me er over dat we het allemaal nog aankunnen... Het lijkt me dus heerlijk om even geen mails, facebookberichten, twitternieuws,

whatsappverzoekjes, telefoontjes en brieven te hoeven openen. Gewoon de klep een tijdje dichthouden. En me richten op andere zaken. Een goed boek, een mooie wandeling, een fijn gesprek of gewoon even niks. Erop vertrouwen dat als er echt iets belangrijks is, ik dat vanzelf wel hoor. Ik hoop dat mijn nieuwsgierigheid het niet van me gaat winnen! Doe je mee? Laat het me vooral niet weten!

Loes Wijffels

Bij de voorpagina:

In een zonovergoten park Brakkenstein genoot jong en oud met Pinksteren van de 33e editie van het wereldmuziekfestival Music Meeting. Een mooie opmaat voor een lange, zwoele zomer.

In deze krant lees je o.a.:



Wat kinderen maken bij de Kinderkunstwerkplaats.

Waarom palliatieve zorg zo belangrijk is.



Wat Eugenie graag met dementerenden zou willen doen.

Wat het effect is van een oorkaars-behandeling.



Waarom Barbara graag wil gaan zwemmen in een Utrechtse gracht.

Je bedrijf vindbaar voor 30.000 klanten?



Schrijf je in

Nijmegen-Oost.nl

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

Spaanse folkmuziek bij de Nijmeegse StadsNomaden

De Nijmeegse StadsNomaden vormen een woongroep die met behulp van mobiele behuizing tijdelijk een andere invulling geeft aan braakliggende terreinen.



Marjon Spoorenberg

In juli 2015 gingen zij wonen aan de rand van Groenewoud, aan de d'Almarasweg. Inmiddels wonen ze er met twaalf mensen. Op Hemelvaartsdag was er een feestje met een buffet en Spaanse folkmuziek waar ook mensen uit de buurt welkom waren. Mede door het mooie weer was de opkomst groot.

Historie van de StadsNomaden

Voordat de StadsNomaden naar het terrein van de d'Almarasweg gingen hebben zij tijdelijk gewoond in het winkelcentrum in de Jan Willem Passtraat. Zij woonden hier anti-krak en hebben meegewerkt bij de aanleg van de buurtmoestuinen in Groenewoud. Toen het voormalige winkelcentrum een andere bestemming kreeg, moesten zij weg en werd er naarstig naar een andere locatie gezocht. Zij vonden dit op het braakliggende terrein aan de d'Almarasweg waar zij met hun tenten en pipowagens gingen staan. Hier is geen stromend water en elektriciteit. Als je het terrein oploopt vallen dan ook meteen de zonnepanelen op. Regenwater

wordt opgevangen in een reservoir. Voordat de StadsNomaden hier gingen wonen stonden er een paar oude gebouwen van scouting Dominicus, maar deze zijn jaren geleden afgebroken. Onze kinderen zijn nog lid geweest van deze scouting.

Missie

De StadsNomaden zijn jonge mensen met een missie, zij willen ecologische manieren van wonen organiseren en culturele activiteiten ontwikkelen. De meeste bewoners studeren nog of doen vrijwilligerswerk, maar er wonen ook mensen met een betaalde baan. Het contact met de buurt is altijd goed geweest. De open dagen

en filosofieavonden die de StadsNomaden organiseerden werden altijd goed bezocht. Net buiten het terrein staat een boekenkastje waar buurtbewoners boeken kunnen meenemen en er zelf een boek in kunnen zetten. Toen de StadsNomaden nog kippen hadden konden de buurtbewoners ook eieren kopen.

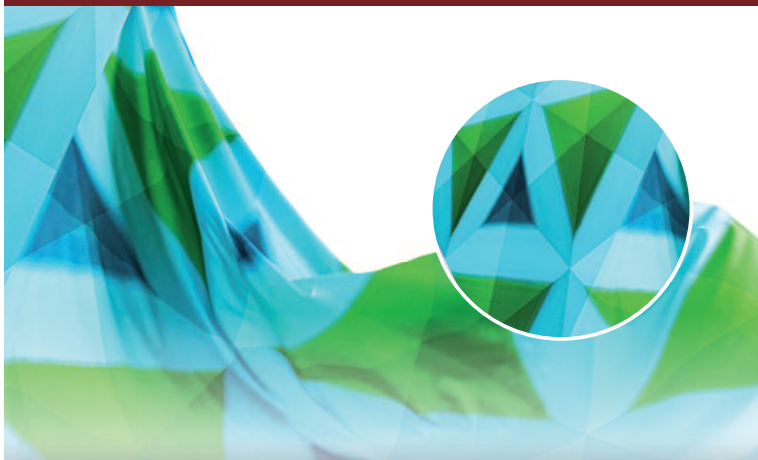
Terrein van de universiteit

De Radboud Universiteit (RU) heeft het terrein aan de d'Almarasweg aangekocht voor mogelijke ontwikkelingen binnen de universiteit en willen dat de StadsNomaden vertrekken. "We zijn al aan het inpakken", zegt een bewoonster. "Vermoedelijk gaan we over twee maanden naar Lent, maar dat is nog niet helemaal duidelijk."

Foto: Kees Spoorenberg



Richt uw woning mooier in met
Wennekers Nijmegen



WENNEKERS
NIJMEGEN

Gordijnen, zonwering, vloeren ...en meer

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

www.wennekers-nijmegen.nl

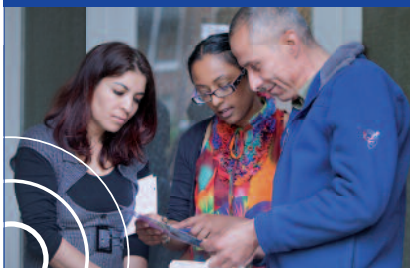
De kracht zit al **20 jaar** in onze mensen!



Groesbeekseweg 75 Nijmegen 024 - 388 86 78

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

Kom naar
de Stip!
Samen maken
we de wijk



stip

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

Betrouwbaar | Kwaliteit | Service

**Autoservice
Kuijpers**

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



Het Molentje
Bloem & Tuin

Volop tuinseizoen!

Zomerbloeiers

Vaste planten

Bio-voedingsstoffen en -bestrijdingsmiddelen



**Vroege
Vogelkorting**

20% korting op alle tuinplanten

Alleen op zondag 18 juni, 11 - 12u.

Zondag geopend van 11.00 tot 17.00 uur

www.hetmolentje.com

Berg & Dalseweg 340 Nijmegen

024-3229279

Beeldpuzzel

Op de foto het winkel-
pand met de markante
buitenlamp aan de
Groesbeeksedwarsweg.
Sinds kort is hier een
kapper/galerie geves-
tigd. Voor deze *laatste*
beeldpuzzel zoeken we
vijf soorten verlichting.

*De oplossing staat op
pagina 39.*



Foto: Marc
van Kempen



Illustratie:
Frank
Schijven



Gezellig buurteten in de Vlindertuin Hengstdalseweg

Zaterdag 17 juni vieren de tuiniers dat ze drie jaar geleden, het onderhoud van vijver en tuin na 10 jaar stilstand weer hebben op-



gepakt., sinds die tijd staat er weer water, zijn er kikkers en heel veel bloemen en vlinders. Onder de grote gele tent aan de Hengstdalseweg voor het jaarlijkse buurteten met muziek tussen 18 en 22 uur. Olav en Marit van Aint it Nice spelen muziek en je kunt gewoon met je eigen pannetje en gerechten, een muziekinstrument en een fles aansluiten..Er wordt een barbecue verhit voor je gerechten en/of pizza

Open dagen Zaadel Makerij

Zomer-expo op 8 en 9 juli, 12.00-17.00u. Tijdens de open dagen is het werk uit de teken- en schildercursussen o.l.v. van Ingeborg Laninga te zien. De cursisten van Joep Zaad exposeren wat zij het afgelopen half jaar bij de vervolgcursussen metaalbewerking gemaakt hebben. Mette Pyckevet van Kapper 'Korte Mette' heeft leuke stylingacties en Mirjam Tesser van vintagewinkel 'a trip down Memory Lane' laat het 'Rad van Fortuin' meerdere malen draaien, voor leuke prijsjes. Coehoornstraat 71. www.zaadel.nl

IMPALA: de 4Daagse ontlopen

Tijdens de 101e Nijmeegse vierdaagse is er bij Zaadel Makerij de 1e editie van IMPALA,



een festijn om de Vierdaagse te ontlopen. Om te ontspannen, ontmoeten, ontdekken, en ontleedelijk veel meer. Dagelijkse activiteiten zijn: oldschool spelletjes

spelen, een speciale 4-dagen durende expositie, een installatie van het werk van Margareta van der Heuvel, Marco Overkamp en Yorick de Vries, Ike dag is er een vintage kilosale, de kunst & design cadeauwinkel is geopend en apper Korte Mette is vol in bedrijf. Ook aan de kinderen is gedacht. 18/19/20/21 juli, op Coehoornstraat 71. www.zaadel.nl

De Fiets Parade

Op donderdagavond 15 juni vanaf 18.30 uur is het één groot rijdend feest door Nijmegen, een grote, bonte fietsoptocht dwars door de stad voor iedereen die van fietsen houdt. De parade start vanaf de Wedren. Tussen 18.30 en 19.30 uur kun je met je fiets het startplein op waarvandaan steeds colonnes vertrekken.



Als je een wat kortere route wilt kun je vanaf 18.45 uur starten bij het Goffertstadion. Na 10 km bereik je het Dutch Bicycle Centre op het Honigcomplex, vanaf daar rijd je nog een rondje Nijmegen Noord van 7 km óf je zet je fiets neer om meteen al het Fiets Parade Feest in te gaan. Meer informatie: www.velo-city2017.com/publiek.

Initiatievenfonds Armoede en Schulden

Heb je een plan ter preventie of bestrijding van armoede in Nijmegen? Dan kun je hiervoor subsidie aanvragen bij de gemeente Nijmegen. De gemeente wil vooral creatieve of innovatieve ideeën ter voorkoming of bestrijding van armoede en schulden stimuleren en samenwerkingen bevorderen. Per subsidieaanvraag kan tot maximaal 5.000 euro worden aangevraagd. Uiteraard is er een aantal formele voorwaarden, o.a. een projectplan met begroting, het plan mag nog niet gestart zijn en de subsidie moet gebruikt worden binnen 1 jaar. Je kunt subsidie aanvragen via het digitaal loket van de gemeente op Nijmegen.nl/digitaal_loket/subsidies/initiatievenfonds_armoede_en_schulden

21 juni: samen zwerfafval te lijf

Met zoveel mogelijk mensen Nijmegen een stukje schoner maken. Dat is het doel van de Green Capital Challenge 'Nijmegen raapt het in één keer op!'. Green Capital Challenges Nijmegen daagt samen met alle inwoners van Nijmegen uit om op woensdag 21 juni tenminste één stuk zwerfafval op te ruimen. Dit is een kleine moeite, maar heeft een groot effect. Wie meedoet en een zwerfie maakt, dat is een foto van jezelf met het stuk zwerfafval dat je hebt opgeruimd, maakt kans

op een diner voor twee of een bezoek aan een escaperoom in Nijmegen. Deel die foto op social media en vermeld #zwerfie en #nijmegen. Ook bekende Nijmegenaren als Pieter Derks, Ad Lansink en Nijmeegse Annie doen mee. Meer informatie op green-capitalchallenges.nl.

Een muzikale reis tijdens midzomernacht3-daagse 2017

Op vrijdagavond 30 juni brengt Projectkoor Gelderland in samenwerking met Begraafpark Heilig Land Stichting een zomeravondbelevens onder de titel Reis door de Nacht. Tijdens deze avond vormt het begraafpark het decor van een bijzondere, muzikale reis. Terwijl het laatste zonlicht langzaam verdwijnt en onder het gebladerde de schemering invalt, worden de bezoekers door de natuur van het begraafpark in kleine groepjes meegevoerd langs vocale ensembles en instrumentalisten. Beperkt



aantal entreekaarten zijn verkrijgbaar via de website van Projectkoor Gelderland en op de avond zelf aan de kassa. Aanvang 20.00 uur (einde: ca. 22.30 uur). heiliglandstichting.com

Bisschop niet op 18 maar 25 juni

Bisschop de Korte zou aanvankelijk op 18 juni naar de Antonius van Paduakerk komen voor de openingsviering van het eeuwfeest. Maar hij komt nu op 25 juni om 10u. bij de afsluitingsviering van de feestweek.

Duurzaam dagje uit

Ondernemers & kunstenaars, gevestigd in 'De Oude School' op de Berg en Dalseweg 293-295 houden elke eerste zaterdag van de maand een gezamenlijke open dag. Op zaterdag 1 juli is er van 13:00 tot 21:00 uur een open dag XL met als thema 'duurzaamheid'.



De meeste ondernemers zijn erg bedreven en begaan met duurzaamheid, circulaire economie, upcycling en hergebruik (recycling) en daarom willen ze op deze open dag XL allerlei activiteiten voor jong en oud organiseren die op een of andere wijze te maken heeft met het thema duurzaamheid. Naast alle activiteiten voor jong en oud kun je bijvoorbeeld ook genieten van een lekker karaktervol biertje gebrouwen in Karakter Bierbrouwerij.

Kinderkunstwerkplaats: één grote ontdekkingstocht

Ellis
Andriessen



Een groot lokaal in het sfeervolle Kion-gebouw aan de Elzenstraat. Al een paar jaren weten Wilma Carbaat en Monique van Gelder hier kinderen te inspireren voor kunst en cultuur.

Met veel kennis, liefde en passie maken ze spannende, leerzame en kunstzinnige reizen over de hele wereld. Dat heeft geleid tot heel bijzondere kunstwerken. Van 2 tot 11 juli zijn die te bewonderen in een expositie bij Stip-Oost.

Wilma en Monique werken al jaren met kinderen. Monique begon als activiteitenbegeleider, studeerde en werkte later als grafisch vormgever, maar was op haar plek toen ze kinderen ging begeleiden bij de BSO (buitenschoolse kinderopvang): "Ik vind het fantastisch om met kinderen te werken."

Wilma had eerst een eigen schildersbedrijf, maar volgde haar hart en begon een eigen schooltje in Elst. Vanwege subsidieproblemen moest ze daarmee stoppen. Toch wilde ze met kinderen blijven werken en zo kwam ze tenslotte ook terecht bij de BSO. Samen volgden ze de vierjarige opleiding holistische beeldende kunst (bij Vrije Academie 't Pad in Groesbeek, tegenwoordig in Kesteren). En samen maakten ze hun dromen waar in de Kinderkunstwerkplaats.

Leren kijken naar kunst

Ze namen veel mee van de holistische opleiding. "We leerden er breed kijken. Het ging niet alleen om technieken, maar vooral om werken vanuit je hart." Dat stimuleren ze nu ook in de workshops, wat niet betekent dat ze alles loslaten. Er is wel degelijk structuur. "We werken vanuit een lesbeschrijving, niet schools, we maken het allemaal zelf. Ons vertrekpunt is dat we de kinderen op speelse wijze iets meegeven. En dan gaat het niet om het kunstje. We willen dieper gaan."

Elk jaar werken ze met een thema. Dit jaar kozen ze voor 'een reis om de wereld'. "We nemen altijd een kunstenaar,

bekend of onbekend, als uitgangspunt. De kinderen kunnen neuzen in heel veel boeken en materialen. Soms lezen we verhalen voor of gaan we op excursie. We leren de kinderen kijken naar kunst. We willen ze meegeven: het is één grote ontdekkingstocht."

Vrij om te creëren

Als de kinderen zich hebben ingeleefd gaan ze aan het werk. "Altijd eerst schorten aan. We werken vaak met niet gangbare materialen." Naar aanleiding van het verhaal en de kunstenaar krijgen ze een opdracht. Met wat ze gehoord en gezien hebben, kunnen ze zich een idee vormen. "We zetten de materialen op tafel en reiken handvatten aan. En dan kan hun fantasie gaan werken. Toen we bijvoorbeeld op Antarctica waren, moesten ze rotsen maken. We kreukelden aluminiumfolie en maakten daar een afdruk van. Daarna deden we dat nog een keer in een andere kleur. En dan mag er gescheurd, geknipt en geplakt worden. Prachtige effecten krijg je dan. Het ging hier over een kunstenaar die veel heldere, soms fluoriserende kleuren en elementen gebruikt. Het was grappig om te zien hoe kinderen dan be-

denken wat ze erin willen leggen. Wij bieden de technieken, zij maken er eigen beelden van. In onze aanpak is alles goed. Niets is fout. We willen dat de kinderen vrij zijn



om te creëren, zonder angst. Ze mogen technieken leren, maar hebben alle vrijheid om hun eigen creativiteit te laten stromen. We moedigen ze aan om creatief te zijn. Het belangrijkste is dat elk kind uniek is in zijn uitingen. Elk kind maakt iets moois als hij dat maar met aandacht doet."

Foto's: archief Kinderkunstwerkplaats



Kleinschalig en vertrouwd

Kinderen van 6 tot 12 jaar kunnen één maal in de twee weken op zaterdag naar de Kinderkunstwerkplaats. Ze kunnen inschrijven voor een 'serie', maar ze kunnen ook 'los' komen (tenzij een groep vol zit). Soms komt er een vriendje, vriendinnetje of loogetje mee. Op woensdagmiddag zijn er kinderfeestjes mogelijk.

"We werken met kleine groepen, maximaal veertien. We zijn altijd met z'n tweeën op de groep, we vullen elkaar heel goed aan. We zijn kleinschalig, veilig en vertrouwd. Vaak willen de kinderen na een jaar weer terugkomen. We hebben hier kinderen die al vanaf het begin meedoen. Het is dan erg leuk hun ontwikkeling te zien. Je ziet ze groeien."

Kinderkunstwerkplaats.nl

Monique (links) en Wilma.

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



**Zakelijke
advertenties**

Eerste online betaling van zakelijke prikboardadvertentie!

Ook de wijkkrant gaat mee met de tijd! Onze vrijwilligers werken het liefst aan mooie verhalen voor de wijk en besteden hun tijd liever niet aan allerlei administratieve handelingen. Om die reden maken we het de lezer en onszelf ook steeds makkelijker. Zo is het nu mogelijk om kleine zakelijke advertenties op deze pagina via nijmegen-oost.nl op te geven én direct te betalen! Je krijgt dan meteen een factuur per e-mail via ons systeem.

De allereerste gebruiker hiervan is Frank Tarenskeen van Tarenskeen Kunst en Kunsteducatie (www.franktarenskeen.nl). Frank werkt als beeldend kunstenaar en is docent tekenen en culturele en kunstzinnige vorming in het voortgezet onderwijs. Hij is enthousiast over de nieuwe mogelijkheid: *"Het plaatsen en betalen van een prikboardadvertentie via nijmegen-oost.nl ging heel vlot, geen enkel probleem. Met een paar keer klikken was het geregeld. Je komt vanzelf op de goede plek en kunt makkelijk betalen met je telefoon of pas."*

Onze boekhouder is ook blij: hij hoeft geen handmatige facturen meer te sturen en de betaling is direct binnen. Hij hoeft dit niet meer in de gaten te houden of er achteraan te gaan. En de boekhouding is direct bijgewerkt.

Plaats ook een kleine zakelijke advertentie via:
nijmegen-oost.nl/prikbord_advertenties

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

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

Ook deze zomer organiseren wij weer een prachtige beeldhouwvakantie in Frankrijk!
www.creatiefindebourgogne.nl

Geef 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? www.muzyquest.nl of bel Simone Kiebosch 06-155001

Boekjes met kruiswoordpuzzels, sudoku's, cryptogrammen: geef ze af in Stip Oost, Elzenstraat 4; wij hebben er een bestemming voor. Ook tuingereedschap is welkom. Afgeven tijdens openingstijden.

Een bang, druk of driftig kind? In kinderpraktijk Het Berenhol help ik jou en je kind op een verrassende, natuurlijke en zeer effectieve wijze. 024-3607967 of www.het-berenhol.com

Workshops beeldhouwen in steen/hout, ook tijdens 4Daagse www.beeldhouwen-nijmegen.nl

Gezellige 2D-en 3D mozaïekcursussen, € 75,- tot € 140,- p.p. v.a. 2 personen. Incl materialen en koffie & koek.

Tegelwijs Mozaïekatelier, Berg en Dalseweg 295.
www.tegelwijsmozaiek.nl

Onverwachts opvang nodig? Poespas is er ook voor u. Wij bieden nu ook incidentele opvang voor niet klanten. in de zomervakantie zelfs tot zes jaar. Bel 0243243795 of bezoek onze website of facebook

Te huur ons complete 2-persoons appartement: www.bonte.strandloper.op-vlieland.nl Let op last minute aanbiedingen.

Studiecoach voor HAN- en WO-studenten. Ook voor MBO en Middelbare school. Ondersteuning bij: studiebegeleiding en -planning, scriptie-begeleiding. 024-3241737. www.studiecoach.eu

Silent Congres of workshop, met onze koptelefoons heb je meer concentratie en maak je optimaal gebruik van 1 ruimte, tot 3 lezingen tegelijk. 0655 746820

Vakantie met een buscamper, er is nog ruimte in de zomermaanden. Heerlijk op vakantie met een buscamper van CO-BUS. U kiest uw eigen uitzicht en kunt gaan of blijven staan wanneer en waar u wilt. 1 0612403209, www.co-bus.nl

Bijles en studiebegeleiding... Een steuntje in de rug? 06-11313751 www.MarjoleinHol.nl

Ghedmaklussen staat klaar voor al uw klussen tegen een voordelig en vast tarief per uur. 0657064095, ghedmaklussen@outlook.com

Interieurdesign. Vind je het moeilijk om je huis in te richten en te restylen? Via moodboards maak ik een plan om je verder op weg te helpen. Ik vraag een laag tarief. Mail: rhea1966@hotmail.com of bel: 0650517783

Beautysalon Lotus, aan huis. Gezichtsbehandelingen v.a. €22,50,- losse behandelingen v.a. €7,- gellak €13,50 harsen v.a. €8,- Wimperextensions one by one tijdelijk €20,-. Telefoon: 0611596376, beautysalonlotus@outlook.com

Ben je op zoek naar een uniek cadeau? Loop dan eens binnen bij Zaademakerij in de Coehoornstraat. Daar zijn handgemaakte leren tassen en portemonnees van het label vos-tassen te koop.

Therapie bij u thuis: Kijk op: www.gezinstherapienijmegen.nl

Silent Disco: feest zonder geluids-overlast op jouw feest? Dat kan in Nijmegen Oost! Bel 0655 746820 Rene Oelers, SilentDJ.com. Van thuisfeest tot groot event, tot 3 kanalen muziek op je koptelefoon!

Last van een stijve nek, heup, of pijnlijke en vastzittende schouders of onderrug? Een stoelmassage ontspant en geeft meer ruimte. Bel 06-24 91 91 26 .

Timmerman in vroegpensioen heeft voldoende tijd voor al uw timmerwerken in en om het huis b.v. aftimmeren deuren en ramen, plaatsen schuttingen of glas, ruime ervaring. 0610572021

Mozaïekworkshop creatief dagje uit. Inclusief mediterrane lunch en tapas (ook Vegan): € 75,- p.p. v.a. 3 -10 pers. Data in overleg. Zat. 1 Juli Open Ateliers XL in 'Oude School', Berg en Dalseweg 295. tegelwijsmozaiek.nl Sophie de Haan, 06-57371924

Expositie in het kerkje van Persingen. Op 10-11 juni, exposeert de Nijmeegse kunstenaar Frank Tarenskeen in het Kerkje van Persingen schilderijen en tekeningen. Informatie: 06-42690998

Nieuw: ooracupunctuur. Wil je nog sneller van je klachten af? Ooracupunctuur ter ondersteuning van een behandeling bij Anahata massagetherapie kan je hierbij helpen. Bel voor meer info 06-24555607

Tuinonderhoud, ik heb nog twee ochtenden vrij 06-20202727 € 15 per uur (ook voor PGB geschikt)

English pronunciation and fluency coaching, especially for Asian (PhD) students. Want to be a fluent and confident speaker of English, especially if you are an Asian (PhD) student? Hands-on specialist trainer will teach you how, step by step. Ring or send an app: 06 269 35 161

Bijles van Linde in exacte vakken. Heb je wat hulp nodig bij wis-kunde, natuurkunde of scheikunde? Ik help je graag! Ook voor examenkandidaten havo en vwo. Kom langs voor een gratis proefbijles. www.bijlesvanlinde.nl, groetjes, Linde. Tel.: 0653887521

Op zoek naar geluid, licht of beeld-apparaat voor uw bruiloft, presentatie, feest of ander evenement? Een maatwerkoplossing incl. DJ, op- en afbouw? Bij Aural ben je aan het goede adres! www.aural.nl

Lichamelijke klachten of emoties of gedrag die je hinderen? Met behulp van Natuurgeneeskunde en Neuro Emotionele Integratie (NEI) help ik je graag verder. praktijksuzannejanssen.nl, tel 06-83897187

Het gehele cursusaanbod staat weer op onze website, meer dan 240 cursussen. Kijk snel en schrijf je nu in, sommige cursussen stromen al aardig vol. Voor meer informatie bel 024-3238111 of mail naar info@deopstap-nijmegen.nl

Zaterdag 8 juli Open Dag WEIDS BEGAAFD

13.00-15.00 uur | Struikenweg 5, 6577 JJ Ooij

Terwijl de kinderen gaan struinen met de natuurdetective, krijgen de ouders in de natuur uitleg over

WEIDS BEGAAFD

PLUSGROEP | TALENTGROEP | GEWOON ANDERS | STERK

Bent u er ook bij? Laat het ons weten via onze website

www.weidsbegaafd.nl

Met weidse groet van Lizette van den Brink & Catelijne Smit.

Info: 0618112530

Ps. speel,- en buitenkleding is gewenst.

Bij OBG doe je mee®

Bij OBG is er elke dag wel iets te doen. Voor ouderen, voor jongeren en voor iedereen die daar tussen zit. Activiteiten die door OBG georganiseerd worden én activiteiten die door andere stichtingen, verenigingen en bedrijven worden georganiseerd. Ook iets organiseren of doen bij OBG? Bel OBG en informeer naar de mogelijkheden. Of boek zelf via: www.obg.nu/ruimte-huren. Er zijn verschillende ruimtes te huur, van groot tot klein tegen, ook voor een of twee uur.

Repair-Café

Tijdens het Repair-Café staan de Repair-Café-vrijwilligers voor je klaar om je defecte apparaten weer aan de praat te krijgen. Weggooien is immers zonde. Het gaat daarbij om elektrische apparaten, kleine meubels, laptops, printers, kleine fietsreparaties, etc. Ook kun je er terecht met kleine kledingreparaties en verstelwerk. Repair-Café Nijmegen is een initiatief van Transition Town Nijmegen en Milieudefensie en wordt mede mogelijk gemaakt door de Stichting Repair-Café (A'dam), Hobbycentrum Nijmegen-Oost, Coöp Walraven, Stichting Overal, de Gemeente Nijmegen en het OBG-Dienstencentrum.

Zaterdag 17 juni van 11:00 tot 13:30 uur in het Atelier

Kleding- en schoenenverkoop

Voor het gemak van de ouderen vindt er geregeld verkoop van modieuze kleding en schoeisel plaats in OBG. Natuurlijk ook voor ouderen uit de wijk. Loop gerust eens binnen.

Maandag 19 juni Fashion Nathaly (kleding) van 11:00 tot 14:00 uur in de Nicolaaskapel

Woensdag 21 juni Jonker Schoenmode van 10:00 tot 12:00 uur in de hal van OBG

Alzheimer Café: Domotica, dementie en technologie in de thuissituatie

Er zijn steeds meer mogelijkheden om met dementie lang thuis te kunnen blijven wonen, waarvoor goede zorg, begeleiding en ondersteuning nodig is. Daarnaast zijn er steeds meer (elektronische) hulpmiddelen die het verblijf thuis kunnen ondersteunen en veiliger kunnen maken, zoals leefstijlmonitoring en dwaaldetectie (GPS). Twee deskundigen komen hier over vertellen. Zoals altijd is er veel gelegenheid tot het stellen van vragen of het ter discussie stellen van zaken; ook over andere onderwerpen. Er zijn verschillende hulpverleners en deskundigen aanwezig die je verder kunnen helpen. De deuren gaan open om 19.00 uur en je wordt ontvangen met een gratis kopje koffie of thee.

Dinsdag 20 juni van 19.30 tot 21.30 uur in Grand Café de Borger

T'ai Chi en Qigong

Jouw energie is het beginpunt. Van alles wat je doet, van meer resultaat en meer plezier. Van een fijner leven en een betere wereld. Daarom kun je elke week meedoen bij T'ai Chi en Qigong. De lessen worden gegeven door gediplomeerde docenten. *Elke donderdag van 13:00 tot 14:00 uur T'ai Chi*
Elke vrijdag van 9:30 tot 10:45 uur Qigong in de Nicolaaskapel

Overige activiteiten

OBG-Matinee:

Zondag 25 juni: de Starlightsisters
Aanvang 14:00 uur, entree gratis

Foto: John Makkink



Dansavond Café Burgerlust

Livemuziek en dansen voor senioren
Dinsdag 27 juni met Jan Kersten
Dinsdag 4 juli met Jersey
Dinsdag 11 juli met Tom Meuwese
Aanvang 19.00 uur. Entree Gratis

Check www.obg.nu/meedoen-agenda voor alle activiteiten bij OBG

Fantastische feestweek

Op 24 mei jl. bestond OBG 425 jaar en was het precies 50 jaar gevestigd op de Professor Cornelissenstraat. Dat heeft OBG gevierd met alle betrokkenen; van klant tot ondernemer, van wijkbewoner tot collega. Met netwerkbijeenkomsten, de Infotainmentavond, de expositie, de historische lezing, het optreden van de Koninklijke zangvereniging Nijmeegs mannenkoor: onze gasten hebben enorm genoten van een fantastische feestweek. Check de foto's van de feestweek op facebook (@obgnijmegen).

Foto: Marc van Kempen



Burgemeester Bruls opent de feestweek, onder toeziend oog van OBG dir.-best. Margje Lubbers.

425 jaar
OBG
1592 - 2017



Wijknieuws

Overleg met wijkagent Koen Meeuwsen

Hengstdal gasloos?

De meesten van ons stoken ons huis warm met aardgas, waarbij broeikasgas koolstofdioxide vrij komt. Er zijn genoeg andere manieren om onze huizen warm te stoken, dus waarom draaien we de gaskraan niet gewoon dicht? Hengstdal wordt eerste aardgasloze wijk in Nijmegen, stond er 9 maart op de website van de gemeente Nijmegen. Hoe verwarm ik dan mijn woning? Hoe moet ik dan koken? Samen zoeken de woningcorporaties, netbeheerder, de gemeente Nijmegen en andere partijen zoals het bewonersinitiatief Hengstdal-Energie naar antwoorden. Wil je meedenken, meepraten en meedoen met HengstdalEnergie om samen met andere belanghebbende te onderzoeken hoe Hengstdal op termijn gasloos kan worden? Stuur dan een mail: hengstdalenergie@gmail.com.

Op verzoek van wijkagent Koen Meeuwsen is hij bijgepraat over de rol van het Platform Groenewoud. Er is uitgebreid gesproken over activiteiten in en om de buurt welke een risico op geluidsoverlast kunnen opleveren. Koen informeerde het platform over het feit dat er de laatste tijd een toename is geconstateerd van het aantal meldingen, die betrekking hebben op sportclubs, evenementen en studentenwoningen. Om overlast gericht aan te pakken is het volgens de wijkagent noodzakelijk dit te melden. Dit kan via het telefoonnummer van de politie: 0900 - 8844. Eind juni is er een extra gesprek met de gemeente.

4Daagse Thiemeloods

Tijdens de Nijmeegse Vierdaagse presenteert Norwegian Wood twee akoestische luisterconcerten in de Thiemeloods. Anneke van Giersbergen en Stephanie Struijk. thiemeloods.nl

Hoe blijf je als oudere fit?

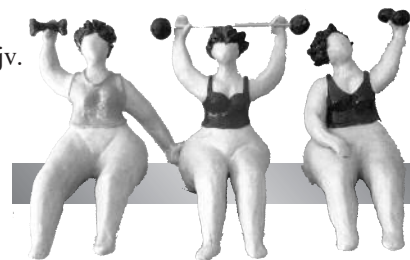
Ed Brouns Fysiotherapie - individuele training en advies.

Voor ouderen die fit willen blijven of weer fit willen worden en liever niet groepsgewijs of bij een sportschool willen of kunnen trainen heb ik sinds 2,5 jaar een oplossing die inmiddels al voor veel mensen tot verrassend goede resultaten heeft geleid.

Na een uitgebreid gesprek en onderzoek maak ik een oefenprogramma op maat. We gaan direct samen aan de slag met laagdrempelige oefeningen, waarbij uitsluitend een oefenbal en 2 gewichtjes gebruikt worden. Daarna kunt u thuis trainen. Regelmatig bespreken we samen de progressie en stellen we waar nodig of mogelijk de oefeningen bij.

Deze trainingen zijn zowel preventief als curatief bij bijv.

- overgewicht
- loopproblemen
- onbalans
- vermoeidheid
- pijn bij bewegen
- moeite met traplopen
- niet meer kunnen tennissen of hardlopen.



Mocht er tijdens het onderzoek of binnen de trainingen aanleiding voor zijn dan zorg ik - in overleg met u - voor afstemming met de huisarts.

U kunt zonder doorverwijzing bij mij terecht en ik heb contracten met alle zorgverzekeraars. Hobbemastraat 3 - tel. 06-16215418

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

De eerste wielervedstrijd van Nederland

Kor Goutbeek



De Anwb was er maar wat blij mee in 1885. Een wielervedstrijd in Nijmegen kon het fietsen weer op de kaart zetten. In de jaren daarvoor hadden verschillende Nederlandse gemeenten fietsen namelijk verboden ter voorkoming van ongelukken.

De fiets betekende vrijheid voor de negentiende-eeuwers, in de tijd dat er nog geen auto's in ons land reden. Weg van iedereen, de stad uit, de wereld ontdekken! Ook was het een snel voertuig, dat de straat niet onderpoepte. Elke afstand in ons land was per fiets overbrugbaar en de Nederlander sloot de fiets in zijn hart. Ons land werd in de wereld al snel geassocieerd met tulpen, molens en fietsen.

De initiatiefnemers hadden 15.000 gulden nodig om de eerste wielervedstrijd van het land aan te leggen - in onze tijd te vergelijken met bijna twee ton in euro's. Binnen een half jaar was dit geld bij elkaar vergaard. De baan kwam langs de Groesbeekseweg naast De Vereniging, waar al een paardenrenbaan lag. De baan was 333 meter lang en met vier puinsoorten ingestampt. De bochten waren een halve meter opgehoogd. Op 13 augustus 1885 was de officiële opening met internationale wielervedstrijden.

In het lijfblad van de Anwb, De Kampioen, werd Nijmegen in alle toonaarden bewierookt: 'Rijders uit alle gewesten moeten in de schoone stad aan deWaal te samen komen. Nijmegen moet gevuld wezen met rijwielers, de logementen opgepropt met wielenaars.' Het Rotterdamsch Nieuwsblad kwam ook kijken. 'In 't middenterrein vindt men de muziektent, een fontein en een ver-

de Belgische kampioen Emile de Beukelaer en het Nederlandse talent Pim Kiderlen, nog maar achttien jaar oud.

Zo had Nijmegen de eerste wielervedstrijd, maar niet voor lang. Een jaar later al, tweede Paasdag 1886, was er de officiële opening van het wielervedstrijd met duizenden betalende bezoekers. Maar de baan bleek ronduit slecht: het oppervlak liet los en er waren steeds meer valpartijen. De baan was te haastig aangelegd. In de bochten brokkelden de vier lagen boerengrauwpuin, hardgrauwpuin, klinkerpuin en fijn klinkerpuin af. Tot overmaat van ramp was de winter van 1890/1891 uitzonderlijk streng en mogelijk vroom de baan toen definitief tot schroot. Twee maanden lang vroom het dat het kraakte, de Waal lag vol metershoge ijschotsen, en de ijsvloer werd 65 tot 80 centimeter dik. (ter vergelijking: voor de Elfstedentocht is 16 cm nodig!). Tientallen buitenmensen - schaatsers, jagers, venters - vroom dood. Door alle barsten in het puin was er niet veilig meer op de Nijmeegse baan te fietsen. Een half jaar later ging de baan in een openbare veiling: de opbrengst was precies één gulden!

In 1930 kreeg Nijmegen-Oost opnieuw een wielervedstrijd, ditmaal van leem, langs de Postweg, vlakbij café Groenewoud. Deze werd tien jaar later overbodig door de bouw van De Goffert, waar in het stadion ook plaats was voor een wielervedstrijd - tot 1999. Nu telt Nederland nog maar zeven van de honderd wielervedstrijden die er rond 1930 waren. We kunnen tegenwoordig onze helden immers goed op tv volgen, in adembenemend landschap, met de ijskast binnen handbereik...

(met dank aan: sportgeschiedenis.nl)

Vanaf 25 februari 1885 haalden Nijmeegse liefhebbers geld op voor een wielervedstrijd.

Pim Kiderlen de eerste Nederlandse wielervedstrijder

Pim Kiderlen boekte zijn eerste wielervedstrijd succes op de Nijmeegse baan, maar zou daarna uitgroeien tot de eerste Nederlandse wielervedstrijder met buitenlands succes: hij schopte het tot Europees kampioen. Hij ging ook eens een weddenschap aan dat hij het traject Rotterdam-Leeuwarden binnen 24 uur zou kunnen rijden, een route waar gebruikelijke transportmiddelen - trein of koets - 31 uur over deden. (Let op: Afsluitdijk en IJsselmeerpolders waren er nog niet!) Pim legde de afstand af in 16 uur en 46 minuten. Dit was meteen een wereldrecord op de lange afstand. Pim was trouwens gewapend met een 'ploertendoder', een loden stok, om zich te verdedigen tegen eventuele struikrovers onderweg.

hevenheid voor de jury. Links van den ingang verheft zich een groote tribune, die een ruim uitzicht op de baan geeft. De vlaggen die overal wapperen geven aan alles een recht feestelijk aanzien.'

Precies om twaalf uur in de middag begon het feest met de wielervedstrijders, die met de muziekkorpsen van de schutterij in optocht door de stad gingen. Er waren ruim honderd deelnemers, onder wie één vrouw. Het publiek stroomde toe en raakte in extase van





WINKELCENTRUM MOLUKKENSTRAAT

"Kwaliteit, service en winkelgemak in de buurt"



Like us on Facebook

***Wij wensen u een prettige vakantie
met volop zomeraanbiedingen in
winkelcentrum Molukkenstraat***

en natuurlijk
een uur
vrij parkeren



Foodservice *Royale*

coop

eyelove
Kwaliteitsbrillen



ons
winkeltje

Bloemenveld

Brain Wash
Jouw kapper

Beter Horen

drankenspecialzaak
van haastregt/Lamers

www.winkelcentrummolukkenstraat.nl

Beelden in Oost



Hanneke Roelofsen

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

Wie kent ze niet, de Romeinen?!

In Nijmegen nog steeds aanwezig in opgravingen, het museum, fiets- en wandelroutes. Zo ook in het Rode Dorp, in de Eikstraat. Een grote Keizerzuil staat groots op het pleintje. Hier lag 2.000 jaar geleden het forum oftewel het marktgebouw waar de Keizerzuil deel van uit maakte. Dit had een binnenplein ter grootte van drie voetbalvelden, waar men handelde.

Op de zuil staat vermeldt:

Keizerzuil marktgebouw

Rond 100 opgericht door de soldaten van het tiende legioen

In 2011 opnieuw opgericht door de Nijmegenaren



Buurt-Picknick in het Julianapark

Het Buurtplatform Wedren-Julianapark is een actieve vereniging met 130 betalende leden in dit gebied en werkt aan veiligheid en leefbaarheid, meer groen, cohesie in de buurt en behoud van de 19e eeuwse schil.



“Zo hebben we recent gezorgd voor:

- Twee wijkshouwen
- Veiligheid waarondermeer toezicht in dit parkengebied
- Terugplant van bomen in dit gebied
- In overleg met gemeente staat de verkamering van de 19e eeuwse schil hoog op de agenda. Het buurtplatform is diverse procedures tegen verkamering van panden gestart
- Bemiddeling bij overlast tussen buurtbewoners en andere partijen

Nu is het weer tijd voor een feestje voor buurtbewoners. Het Buurtplatform organiseert een Buurt-Picknick in het Julianapark (deel bij de skatebaan) op zondag 25 juni tussen 15.00 uur en 18.00 uur

Het platform zorgt voor koffie/thee/fris en een springkussen voor de kids. Neem zelf wat lekkers mee!”

Facebook: BuurtplatformWedrenJulianapark
Of bezoek de website:
buurtplatformwedren-julianapark.com

Jouw buurt of wijk ook op Nijmegen-oost.nl?

Gratis buurtwebsite op nijmegen-oost.nl

De mensen uit Groenewoud gebruiken al een tijd nijmegen-oost.nl om daar iedereen op de hoogte te houden van de laatste nieuwtjes, geplande activiteiten en vraag & aanbod. Kijk maar eens op nijmegen-oost.nl/groenewoud.



Wil jij dit ook voor jouw buurt of wijk? Neem dan contact met ons op via e-mail: redactie@nijmegen-oost.nl en je krijgt van ons op nijmegen-oost.nl een gratis buurtwebsite met instructie en tips. De leukste nieuwtjes van elke buurtwebsite plaatsen we vanaf september maandelijks ook in deze Wijkkrant.

Meelopen voor parkinsonpatiënten

Loopt u de Nijmeegse Vierdaagse mee voor de Parkinson Vereniging? Van 18 t/m 21 juli gaan duizenden lopers weer meedoen met de Nijmeegse Vierdaagse. Net als eerdere jaren kunnen deelnemers ook deze keer weer voor het goede doel lopen. De Parkinson Vereniging is één van deze goede doelen. Het toeval wil dat het ook precies 40 jaar geleden is dat Prins Claus, die zelf ook aan de ziekte van Parkinson leed, aan de Nijmeegse Vierdaagse deelnam. Op de editie van vorig jaar, toen de 100ste Vierdaagse plaatsvond, kijken de sponsorlopers van de vereniging, met een goed gevoel terug. Met elkaar hebben zij toen zo'n € 28.000,- opgehaald. Iedereen had hetzelfde doel: zoveel mogelijk geld ophalen voor parkinson(isme)patiënten. Sommige deelnemers waren zelf patiënt, anderen hadden een partner of naaste met de ziekte. Bent u enthousiast geworden, heeft u een startbewijs voor de Nijmeegse Vierdaagse en wilt u voor de Parkinson Vereniging meelopen? Stuur een e-mail naar: jolanda@parkinson-vereniging.nl.





koffie | lunch | ijs | diner
voor jong en oud



Daalseweg 279, Nijmegen. Reserveren? 024-67 57 345
Open van 9.30 tot 19.30 uur, maandag gesloten

CO-BUS Buscamper Verhuur
Het mooiste uitzicht kies je zelf



(m) 06 12403209
(e) co-bus@live.nl
(i) co-bus.nl



Compleet ingerichte Pössl buscampers voor vakantie
 Zie ook onze Fly & Drive service
 op airport Faro/Portugal in de wintermaanden
 Voor meer informatie of acties kijk op de website

CO-BUS.NL



stichting SOOS

Kinderdagverblijf **SOOSje**



- Kleinschalige opvang in huiselijke sfeer
- Alle dagen open van 7.00 – 18.30 uur
- KDV: Keuze voor buiten- of binnenslapen
- KDV groep van 0-4 jaar en twee BSO-groepen
- Gericht op de natuur
- Ontwikkelingsgericht werken

Locatie: Basisschool de Klokkenberg
 Kopseweg 7, 6522 KB Nijmegen
 info@stichtingsoos.nl
 Stichting SOOS: 024 - 3503874
 KDV SOOSje: 06 – 23271502

www.stichtingsoos.nl

25%

korting

Wat is ZLIM?

- Gratis en vrijblijvende Figuuranalyse
- Doelgericht bewegen in Warmtecabines
- Huidverbetering door Ozontherapie
- Voedingsadviezen



“De beste en leukste manier om af te vallen”

Marja(60)
- 6kilo
en -52cm

Tessa(24)
- 8kilo
en -65cm

Lucia(45)
- 33kilo
en -213cm

Karin(35)
- 7 kilo
en -72cm

Esther(42)
- 6 kilo
en -57cm

Aanbieding

4 weken
zomer
Zlimmen

- 2 x p/w trainen in warmtecabine, ozontherapie, voedingsbegeleiding, meten en wegen.
- Deze aanbieding is speciaal voor de zomermaanden juni/juli/aug 2017.



voel je slank, voel je goed!

024 6639441 / ooij@zlim.nl

Nest voor marmer en hout

Bij een wandeling door de buurt liep ik per ongeluk het terrein op bij Postweg 50. Daar zag ik een hele groep mensen aan het beeldhouwen en raakte ik in gesprek met buurtbewoner Ellis Schoonhoven. Samen met meubelmaker/interieurbouwer Ronald Suyker deelt ze hier sinds oktober 2016 een werkruimte/atelier.

Ik kom binnen in een grote loods met veel marmeren kunstwerken en een grote houtwerkplaats. Achterin de ruimte hebben Ellis en Ronald samen een prachtige, heel warm ingerichte keuken met grote eettafel (van hout en marmer)gemaakt.

Heel sfeervol. "Ja", beaamt Ellis, "Iedereen die hier komt vindt deze ruimte heel erg fijn. Het bedrijf van Ronald heet Drakennest en we willen graag een warm nest zijn."

Drakennest

Ronald: "Vanuit mijn oorspronkelijke werk als interieurbouwer voor de horeca ben ik indertijd omgeschoold tot ICT'er. En per 1 juli stop ik met mijn baan als ICT'er om me volledig op mijn houttimmerplaats te richten. Een baan in een kantoor is toch niet voor mij weggelegd. Mijn grote droom is om een 'draak' te bouwen. Dat is een type zeilboot. Ik heb onder andere een bootbouw-

cursus in Den Helder gedaan. Wist jij dat ze een boot op ware grootte tekenen voordat ze hem bouwen?"

Nee dus, daar heb ik nog nooit over nagedacht, maar het klinkt wel logisch, met al die spanten etc. De draak is zo'n negen meter lang. Moet passen hier!

Ronald vervolgt: "Momenteel geef ik drie soorten cursussen. Basis houtbewerking, waarbij mensen basisprincipes leren zoals slijpen en houtverbindingen maken. Tijdens de basiscursus maken de deelnemers een klein bijzettafeltje." Hij laat er eentje zien met heel mooie sierlijke pootjes. Knap.

"De tweede cursus heet 'Eigen projecten'. Daarin kunnen mensen leren iets te maken wat ze graag zelf willen maken. En sinds kort heb ik een houtdraaimachine in de werkplaats. Hier kunnen mensen leren houtdraaien." Ronald laat dit even zien. Spectaculair. Hij zit in enkele seconden helemaal onder de houtsnippers en het resultaat is prachtig. "Verder verkoop ik tafels en werk ik in opdracht voor kleine ontwerpen. Geen massaproductie. Maar unieke ontwerpen.

Miss Marble en de Nieuwe Creatieven

Het kunstenaarsbedrijf van Ellis heet Miss Marble en zij geeft al meer dan vijftien jaar beeldhouwcursussen. Ellis: "In 1997 heb ik het roer omgegooid. Ik werkte in het bedrijfsleven. Op een gegeven moment deed ik een beeldhouwcursus van een week en werd ik gegrepen door het beeldhouwen. Daarna heb ik in Italië veel beeldhouwlessen ge-

volgd en ben ik nog meer verliefd geworden op marmer. Vandaar de naam Miss Marble.

Ik heb eerst een atelier bij het Hollands-Duits gemaal gehad, daarna in Lent en nu ben ik heel blij om in Nijmegen-Oost te zijn.

Ik geef hier cursussen beeldhouwen in marmer en andere steensoorten. Daarnaast verkoop ik mijn vrije werk. En wat ik zeker wil noemen, is een verdiepingscursus, de 'Nieuwe Creatieven'."

Ellis vervolgt zeer gedreven: "Ik heb ooit een boek gelezen: 'The Artist's Way' van Julia Cameron. Dit is een heel speciaal zelfhulpboek, voor mij een soort bijbel, dat op mijn pad kwam in een pittige tijd van mijn leven. Ik ben



Simone Kiebosch

zo geïnspireerd geraakt door dit boek, dat ik er - samen met enkele andere collega's - een creatieve training omheen gebouwd heb. Het is een verdiepende jaartraining, waarbij je leert weer te spelen en in vrijheid verbinding te maken met je creativiteit en inspiratie. De gastdocenten hebben allen hun eigen discipline en ook werken we met een hypnotherapeut. Het zijn twaalf maandelijkse bijeenkomsten en in september starten we weer met een nieuwe groep. Enkele deelnemers die nu bezig zijn, willen gewoon door. We schrijven nu het verdiepingsjaar. Moet je kijken!" Ellis laat me prachtige kinderfoto's zien, die zijn bewerkt met een gelpen. Haar enthousiasme werkt aanstekelijk.

Bijzondere mensen: De één is kunstenaar, de ander technicus met een prachtige droom! Een goede combinatie.

Op 9 juli om 15.00 uur is voor de liefhebbers de opening van een tentoonstelling van beelden van de cursisten van Ellis. Te zien bij de Hortus.

www.missmarble.nl. Ronald is te bereiken per mail op: drakennest74@gmail.com.



Foto's: M. Ataya

Hou je van muziek?

Niet alleen luisteren,
maar ook
zelf leren spelen!



www.amajagu.nl

Guus Augenbroe - piano
06-10102481
infopiano@amajagu.nl

cello - Janneke Teunissen
024-3241103
infocello@amajagu.nl

 't Ploegkeldertje
demooisteraambekledingopmaat



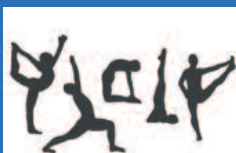
Van Broeckhuysenstraat 2-6
6511 PG Nijmegen
Tel. 024 - 32 393 00

www.ploegkeldertje.nl
info@ploegkeldertje.nl

* op geselecteerde stoffen.

DE OPSTAP

GOEDE en BETAALBARE cursussen altijd in de BUURT



BEWEGING



COMPUTER



CREATIVITEIT



ONTWIKKELING

DOCENTEN
GEZOCHT!



KENNIS, KUNST
EN CULTUUR

bonjour
guten Tag
hello
Selamat siang
hallo
ni hao

TALEN

Open Dag
3 sept. 2017
12.00-15.00 uur
de Ark van Oost
Cipresstraat 154
Nijmegen

www.deopstap-nijmegen.nl

5

vragen
aan de kleine
ondernemer



juiste geluid en de juiste muziek te kiezen om hun doelstellingen te bereiken. Dat kunnen commerciële doelstellingen zijn, maar ook andere, bijvoorbeeld mensen op hun gemak stellen. In onze studio ontwerpen, componeren en produceren we vervolgens dit geluid."

Waarom zijn jullie hiermee gestart? Olav: "We studeerden samen muziekmanagement en zijn beiden muzikanten. Ik drum al zo'n 15 jaar en Erwin speelt in een band. We zijn allebei enorm enthousiast over wat muziek kan betekenen en willen dat ook graag zakelijk toepassen. Er gaat heel veel aandacht naar video, terwijl de muziek eigenlijk net zo belangrijk is. Dat is iets dat wij willen bewijzen. We werken bijvoorbeeld voor Eindhoven Airport, waar we de merkbeleving bij de passagiers optimaliseren door muziek en geluid."

Wat zeggen opgetogen klanten over jullie? "Dat we ze goed aanvoelen en snel de vinger op de zere plek kunnen leggen", aldus Erwin. "We begrijpen hun vraag goed en vertellen dat naar de juiste oplossing, iets waarin onze klant dan ook zelf gelooft. Zelf vind ik het heel fijn als we daarna het vertrouwen en de ruimte krijgen om te doen wat wij het beste vinden."

Wanneer dachten jullie: 'YES, dit is wat we willen en kunnen'? Olav weet het direct: "We zijn nu zo'n achttien maanden bezig met ons bedrijf en in het begin hebben we behoorlijk geworsteld en gezocht naar wie we waren en wat we deden. Het kantelpunt kwam toen we verhuisden naar ons huidige, eigen kantoor aan de Van den Havestraat. Dit gaf ons heel veel energie en ondernemersdrang."

Hoe ziet in jullie droom je bedrijf er over vijf jaar uit? Erwin is heel duidelijk: "Dan zijn we dé muzikadviseur voor merk- en marketingstrategie. Er werken dan zo'n vijftien mensen voor ons bureau, we hebben een eigen geluidsstudio en werken voor bedrijven en organisaties die hun merk willen versterken door middel van muziek of geluid!"

Nijmegen-Oost barst van de kleine ondernemers. Elke maand stellen we hen een aantal vragen. Deze maand ontmoeten we Erwin de Boer en Olav Moes, jonge ondernemers van soundbranding en marketingbedrijf BOER 'N MOES, dat geluid en muziek inzet voor commerciële toepassingen.

Wat is dat, Soundbranding? Erwin licht toe: "Muziek en geluid is een onderschat middel in de communicatie. Het roept direct emoties op en het is véél sterker dan beelden. Je kunt je ogen sluiten, maar je oren nooit: die staan altijd open. Wij helpen bedrijven en merken om het



Tekst: Eric Hendriks

Foto: Marc van Kempen

17

Gaat u op vakantie, vergeet dan niet:

- reserve bril
- zonnebril
- voorhanger
- reservelenzen
- contactlensvloeistof



Dé opticien in de buurt

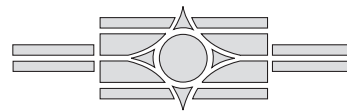
Daalseweg 9, Nijmegen

Tel. (024) 323 09 17

of surf naar:

www.geerlingoptiek.nl

Wij kunnen kijken of u nog recht heeft op vergoeding van u verzekering 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

“Je ziet de bewoners wakker worden”

Een paar keer per week is Eugenie Coppens te vinden bij Vlindertuin, een woongroep voor ouderen met dementie en alzheimer aan de rand van Berg en Dal. Veel mensen zullen het wooncomplex nog kennen als verzorgingshuis Vijverhof. Als vrijwilligster is Eugenie verbonden aan het project ‘dierenvriend op stap’.

“Ik ben gekoppeld aan drie mensen. Die bezoek ik alle drie regelmatig. Naast het bieden van gezelschap is het de bedoeling dat ik met de ouderen naar het dierenpark ga”, vertelt Eugenie. Het dierenpark, een gebied van ongeveer 600 vierkante meter, heeft vijf dwergschapen, twee klimgeiten, twee ezels en zo’n twintig sierkippen.

Rond de twintig vrijwilligers zijn op een of andere manier actief betrokken bij dieren-

park de Vijverhof, grenzend aan de woonvleugel. André van de Water, beheerder van het park, schuift ook even aan. “We zijn in principe dagelijks geopend tussen 14.00 en 16.00 uur. Bewoners komen dan langs met familie of een vrijwilliger. Ook mensen uit de buurt zijn welkom. Sterker nog, we geven kinderfeestjes en organiseren activiteiten als paaseieren zoeken en ontvangen groepen van zorgorganisaties en buitenschoolse opvang.”

Genieten van de vogels en geuren in het bos
Eugenie is sinds februari actief. “Eigenlijk wilde ik dit al heel lang. Ik ben er ook echt vanuit mijn hart aan begonnen. Daarbij speelt mee dat ik zelf arbeidsongeschikt ben sinds een tijdje. Ik heb nu dus ook de tijd om dit te doen”. Het is de bedoeling dat Eugenie met ‘haar’ drie bewoners wandelingen maakt naar het dierenpark. Maar dat lukt nog niet altijd. “Een bewoonster wil graag naar buiten, maar niet naar het dierenpark en de twee anderen willen helemaal niet

naar buiten”. Toch krijgt ze steeds meer lol in dit werk. “Je merkt dat de mensen mij leren kennen en wat losser worden. Er komt vertrouwen. Dat is leuk. En roddelen dat ze kunnen”, komt er lachend achteraan. “Als ik vertel dat ik met een andere bewoner op stap ga, komen de opmerkingen: Die snapt toch niets meer. Wat heeft die daar nou aan. Maar dan zeg ik: Nee hoor, ze genieten volop van de vogeltjes en de geuren in het bos.”

Echte Hollandse nasi

Eugenie laat het niet bij deze wandelingen. Als ze er eenmaal is, helpt ze altijd een handje mee. “Ik doe van alles wat. Ik help met tafel dekken, blijf er dan ook bij zitten of werk mee in het dierenpark. En een keer per drie weken kook ik Indonesisch, samen met een andere vrijwilligster. De mensen genieten daar zó van. Ze herkennen de smaak. Veel van de bewoners hebben een link met dat land. Ze komen er vandaan, familie woont daar et cetera. Een van de bewoners riep laatst enthousiast: ‘Oh die nasi. Dat was zooo lekker. Echte Hollandse nasi.’ En ik heb het nog wel van mijn oma geleerd. Die komt ook uit Indonesië”, zegt Eugenie quasi verontwaardigd. “Dat soort dingen, daar moet je dus wel tegen kunnen”, vervolgt ze meteen wat serieuzer haar verhaal. “Maar dat maakt het ook bijzonder. Een andere bewoonster kwam net uit het ziekenhuis. Ze was best overstuurd. Dan ga je naast haar zitten en geef je een aai over haar bol.”

Persoonlijke missie

Maar heeft Eugenie nog wel een duidelijk doel? Haar bewoonsters meekrijgen naar dat dierenpark. Tenslotte is het daar allemaal om begonnen. In eerste instantie richt ze haar pijlen op de bewoonster die in ieder geval wil wandelen. Dat is een begin. “Ik merk ook dat ze steeds meer stapjes zet.” Voor Eugenie is het een uitdaging om deze vrouw mee naar het park te krijgen”, lacht André. “Haar persoonlijke missie.” Eugenie knikt bevestigend: “Ik hoop echt een keer met haar het park in te lopen. Het mooie daarvan is dat de beesten meteen op je af komen. Je ziet de bewoners dan wakker worden”.

Voor meer informatie: zzgzorggroep.nl/woonvormen/vlindertuin
Vrijwilliger worden?
Bel André op 06 4986 2990



Karin
Veldkamp



Foto: Marc van Kempen



Anna Bakker

“Een leuk en warm afscheid was het. Van een heel bijzondere club mensen.” Ter illustratie ligt op tafel een fraai houten doosje. Want daarin ligt ie, de Zilveren Waalbrugspeld. Door burgemeester Bruls opgespeld bij Carel Veldhoven bij zijn afscheid op 8 april als voorzitter van de VPTZ, de Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg.

De speld gaat weer terug in het doosje, bij de andere onderscheidingen, ook allemaal voor zijn bewezen diensten in de palliatieve zorg. De meeste lezers zullen deze mede-wijkbewoner toch vooral kennen als een van de huisartsen die in Berg en Dal gevestigd is.

Een aanloopje naar boven

Al was de feitelijke weg maar vijf kilometer lang, hij deed er de nodige jaren over om ‘daar boven op de berg’ terecht te komen. Geboren en getogen in het centrum van Nijmegen en geschoold in Oost aan het Canisiuscollege, vertrok hij als 18-jarige naar Wageningen om voedingsleer te studeren.

Geïnspireerd door de materie knoopte hij er een geneeskundestudie aan vast. Ondertussen liep hij zich als student in zijn vrije uren vast warm door in de praktijk in Berg en Dal mee te lopen. ‘Dit is mijn vak’, wist hij meteen. Aldus volgde de echte huisartsenopleiding. Het directe contact met mensen van allerlei pluimage en van alle leeftijden sprak hem aan. Maar ook het appel dat werd gedaan op het in praktijk brengen van kennis op vrijwel alle medische vakgebieden. Na ook nog eens een aantal periodes in Berg en Dal te hebben waargenomen vestigde hij zich daar vanaf 1998 definitief.

Het laatste stukje

Vooral oudere mensen wonen er, van meet af aan kreeg Carel daarom te maken met mensen ‘die in de laatste stukje van hun leven waren’. Het raakte hem, hij wilde meer weten over hoe voor zijn patiënten te zorgen op het moment dat genezen niet meer mogelijk bleek, maar er nog wel tijd van leven was, en hoe hij vanuit zijn vak kon bijdragen aan de kwaliteit van leven voor de tijd die

Over de kwaliteit van de laatste tijd

Interview met scheidend VPTZ-voorzitter Carel Veldhoven

restte. In 2001 en 2002 volgde hij daarom de kaderopleiding palliatieve zorg. Een specialisme dat in die tijd nog heel erg in de kinderschoenen stond, maar anno 2017 een vanzelfsprekendheid lijkt te zijn. De medisch technische kennis op dit gebied zag hij de afgelopen jaren flink vooruit gaan. Daarnaast is er ook meer oog voor de levensbeschouwelijke en de psychische kant, en de sociale omgeving van mantelzorgers, familie en vrienden.

VPTZ

De vrijwilligers van de VPTZ sluiten zich in deze materie aan en richten zich op de mensen die de laatste maanden van hun leven zijn ingegaan, graag thuis willen blijven en daar ook willen sterven. 's Nachts of overdag waken ze zodat diegene die voor de zieke zorgt eens even goed slaapt, boodschappen kan doen of eventjes op adem komt. Vaak melden de vrij-

willigers zich aan omdat ze het zelf van dichtbij meemaakten of vanwege een overtuiging. Die motivatie wordt wel onder de loep genomen voordat ze een basiscursus volgen en daadwerkelijk aan het bed plaats nemen. Ze krijgen begeleiding vanuit de VPTZ. Ook achteraf. Het had niet veel gescheeld of deze club had zelf het leven gelaten. In 2004, na een bestuurlijke crisis, was dat moment bijna daar. Ware het niet dat zes vrijwilligers het initiatief nieuw leven inbliezen. Dat was het moment dat de telefoon bij Carel overging. Of hij zich vanwege zijn kennis en ervaring als consulent aan de stichting wilde verbinden? Een half jaar later kreeg hij ook nog het voorzittersstokje in handen geschoven. Na een tijdje keerde de stabiliteit en het vertrouwen in de leden weer terug.

De jaren verstreken, het plaatselijke en regionale advieswerk van Carel aan vrijwilligers, verpleegkundigen, medici en tal van organisaties breidde zich uit. En hij verbond zich een dag per week als specialist palliatieve zorg aan het Radboudziekenhuis. Om ook landelijk zijn werk in dezen goed te doen viel de beslissing het bestuurswerk voor de VPTZ vaarwel te zeggen. Al blijft hij wel betrokken als adviseur.

De grenzen van maakbaarheid

Ik kan me zo voorstellen dat door jarenlang daadwerkelijk bij mensen aan het bed te zitten die gaan sterven, het zicht op de dood, of op het leven, misschien wel verandert? “Dat is wel zo. Meer dan ooit besef ik dat de dood een onlosmakelijk deel van het leven is. Wat soms botst met de cultuur dat alles maakbaar is. Deels gaat dat wel

op. Maar voor de wezenlijke dingen, als het leven zelf en het uiteindelijke lot al dan niet te kunnen genezen, heb je dat niet in de hand.” Zeker voor mensen die gewend zijn aan een leven waarin die maakbaarheid volop aanwezig is, ziet hij dat het soms moeilijk is de dingen te laten gebeuren zoals ze zijn. Maar hij ziet ook een andere kant. “Want juist te weten dat je niet meer beter wordt, nog maar kort te leven hebt, maakt alle franje onbelangrijk. Als zorgverlener moet je daarom zuiver en dicht bij jezelf kunnen blijven, want mensen die dicht bij het einde van hun leven verkeren, doorzien heel snel wat eigenlijk helemaal niet zo belangrijk is.”

Het wezenlijke dat overblijft is voor ieder mens weer anders. “Meestal helpt dat waar iemand altijd al kracht aan ontleende in het leven, ook in deze ultieme fase.” Carel noemt het de spirituele dimensie, zeker niet per se hetzelfde als de religieuze overtuiging in iemands leven. Bijvoorbeeld elementen uit kunst of natuur kunnen voor iemand veelbetekenend zijn. In het verleden gaf Carel wel eens lezingen over de kunst van afscheid nemen. “Een ander kan ik het niet leren, dat moet iemand zelf doen. Maar ik denk dat als je weet dat je niet meer beter wordt dan zal je toch afscheid moeten nemen van wat je dierbaar is. Zeker het afscheid van de mensen die je het liefst zijn is het allermoeilijkste in het leven. Dat ervaar ik persoonlijk ook wel. Als arts kan ik pijn verlichten, en psychische ondersteuning geven, maar dat afscheid is echt iets dat ik aan mijn patiënten moet overlaten. En dat doet iedereen op zijn eigen manier, ook dat past vaak bij de levensgeschiedenis.”

Vijf voor twaalf

Carel is blij dat in relatief korte tijd veel veranderde in over hoe we omgaan met die laatste levensfase. Toch blijft er nog wel wat te wensen. “Bij palliatieve zorg denken veel mensen nu nog, ‘oh, dan ga je snel dood’, en stappen daarmee al snel over de tijd heen die er wis en waarachtig nog wel is.” Wat is belangrijk in het leven nu en wat kunnen we doen om die kwaliteit van leven zo goed mogelijk te maken? Op tijd beginnen ook met een inschatting van het ziekteproces te maken en kijken wat je kunt doen om bepaalde verschijnselen op te vangen, te voorkomen of te verzachten.

Voor de naasten is het vaak een enorm zwaar proces. Ook al zou je het willen, je kunt het als naaste bijna nooit helemaal alleen tot het einde doen. Ook dat is een reden voor vroege inschakeling; een vrijwilliger helemaal op het einde plotseling voor het eerst aan je bed te

zien is erg wennen. Ook voor een partner of kind, die in veel gevallen ook moeten leren om los te laten. Nu gebeurt het nog vaak dat bij wijze van spreken het water bij mensen aan de lippen staat voor ze hulp van buiten vragen. Als je eerder hulp inschakelt krijg je eerder praktische ondersteuning bovendien en kun je het langer vol houden.

Juist omdat een vrijwilliger niet zo die emotionele betrokkenheid heeft kan hij of zij ook wat rust in die momenten brengen. De slogan van de VPTZ is dan ook niet voor niets: ‘Er zijn’.

Welkom

“Iedereen krijgt er ooit mee te maken, dat kan bijna niet anders; iedereen gaat een keer dood, en veruit de meeste mensen overlijden na een langdurige ziekte. De kans dus dat je met palliatieve zorg te maken krijgt is daarmee vrijwel 100%.” Aldus Carel.

Dat we het maar weten, en ook dat we dan weten waar we kunnen aankloppen. En dus liefst niet op het allerlaatste moment. Wij zijn allemaal welkom, uit Oost, of waar dan ook, ongeacht financiële status en verzekeringsperiodes. In principe kost het niets, een vrijwillige bijdrage mag. Dat is mogelijk door de inzet van vrijwilligers en donateurs. Ook voor hen staat de deur trouwens open. Met een klein beetje subsidie van de overheid, en het bijeenstellen van donaties en sponsorgelden redden ze het zo ver mogelijk.

Vlinder

We gaan weer even terug naar het afscheid van de club, zoals Carel de VPTZ zelf noemt. Het doosje heeft inmiddels plaats gemaakt voor een vlinder van mozaïek en een gedicht dat hij bij zijn afscheid aan de vrijwilligers gaf. Poëzie of een passende tekst was altijd al vaste prik ter afsluiting van een VPTZ-bijeenkomst voor hem. Om kracht bij te zetten aan wat je niet kunt verwoorden. Zo ook dus bij zijn afscheidsmiddag. Het was een tekst die hij vorig jaar ergens zag, het eerste gedeelte is van een geboortekaartje, de tweede toevoeging zag hij op een rouwkaart. Hij wist meteen dat hij die wilde gebruiken voor zijn afscheid bij de VPTZ.

*De vlinder is ontpopt,
vlieg maar op je kleurige vleugels
de zon hoopvol tegemoet.*

*De vlucht is nu voltooid,
en kleurrijk dat zij was.*

Vereniging VPTZ-Zuid Gelderland
www.vptzzuid gelderland.nl/vptz-nijmegen,
024 378 90 90
Bankrekening NL04 RABO 0167 8033 87

Ook geïnterviewd worden voor deze rubriek? Anna Bakker schrijft bewonersportretten voor deze Wijkkrant én, in opdracht, levensverhalen.
annabakker@levensverhalen.nu



Foto: Marc van Kempen

CITY HAIR SHOP

Dames-, heren-
en kidssalon
en pruikenkamer

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



Uitgeleide

Deskundige en persoonlijke
begeleiding na een overlijden

(ongeacht waar u verzekerd bent)

Margreet Mattijssen

Dag en nacht bereikbaar



06 - 486 91 416

www.uitgeleide.nl

CAFETARIA Tweety



Biologische cafetaria: uniek voor Oost-Nederland

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

**Nieuw bij ons de Nummer 1 uit de landelijke krokettestest
De Cas Spijkers Rundvleeskroket Culinaire voor slechts €1,95**

Ook nieuw: de heerlijke Porc Rib snack voor slechts €1,65

Ook een zeer groot assortiment vegetarische snacks, ook mini's.

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 mayo, Vlaamse mayonaise

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

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

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

Cafe Jos Bon

Café Jos
MEESTERSCHENKERIJ NIJMEGEN
SINCE 1977

Proeverijen op maat

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

☎ 024-3232001

Facebook: CafeJosMeesterschenkerij

http://www.cafejos.nl/

Info@CafeJos.nl

Cafe Jos Meesterschenkerij

Daalseweg 309

6523 CA Nijmegen

PROFILE Heister

DE FIETSSPECIALIST

...daar mag je méér van verwachten!

Groesbeekseweg 161, 6523 NP Nijmegen, 024 322 9765

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

Schoenmakerij Tweehuysen Erkend Gildemeester



Voor al uw reparaties
en onderhoudsmiddelen

In de Betouwstraat 42 Nijmegen
Tel.: 024-3233160

www.schoenmakerijtweehuysen.com

Windows 2017

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

Groenewoud is een rustige groene wijk. Ik bel bij verschillende woningen aan op een zonnige vrijdagmiddag. Het zijn vooral ge-zinnen die het druk hebben met verbou-wen of met de kinderen die net thuis-komen. Opeens zie ik een tafereel in de Schlatmaeckerstraat. In de voortuin van één van de huizen, zijn twee vrouwen aan het boren in houten planken. Achter hen veel groen voor het raam.

Welk verhaal zit er achter dit raam?

Wie wonen hier?

“Ik ben Marieke en woon hier met mijn man Wouter en twee kinderen, Simon en Anne. Sinds een jaar wonen wij weer in Nijmegen, daarvoor woonden wij tien jaar in de Randstad. Het is fijn om weer terug te zijn en onze familie en vrienden om ons heen te hebben.”

Wat houdt jullie bezig?

“Mijn zus is nu op bezoek. Zij heeft mij het boek ‘De makkelijke moestuin’ gegeven. Wij zijn samen aan het proberen om dit in de praktijk om te zetten, vandaar die planken in de voortuin. Ik ben enthousiast en hoop over twee maanden te kunnen oogsten. Vanwege Anne heb ik ouderschapsverlof en werk twee dagen in plaats van vier dagen in Den Haag. Ik werk aan de Hogeschool en geef onderzoek-, en communicatievaardig-

Hanneke Roelofsen



heden. Er is een inhoudelijke discussie over het onderscheid van onderzoeksvaardighe-den op Hogeschool en Universiteit. Dit volg

ik nu op afstand en kan weer iets meer tijd besteden aan hobby's, zoals zelf kleren maken.

Mijn man werkt aan de HAN en besteedt thuis veel tijd aan muziek en hij jongleert. Als student heeft hij er wel eens zijn avondeten mee verdiend. Later heeft hij in jeugdgevangenissen jongleertrainingen gegeven. En laatst ook nog een jongleerworkshop op zijn werk, op verzoek van collega's.”



Lelijke natuur

Het is best lastig om de schoonheid der natuur treffend te beschrijven. Want wat maakt mooi nu precies tot mooi? Je kunt letten op kleur, vorm, grootte, herinneringen, associaties en combinaties daarvan, maar voor het overige is het natte vingerwerk: magie of smaak. Ik ken de romantische natuurlyriek van dichters, natuurboeken en vvv-gidsjes maar al te goed. De lofzang op klaterende bergstroompjes die meanderen door kruidig geurende, bloeiende alpenweiden waarboven kleurrijke vlinders dartelen onder de dromerig blauwe hemel waarin witte schapenwolken drijven.

Gek genoeg heb ik nooit een boek of film gezien over lelijke natuur, terwijl die toch net zo algemeen is als de mooie. Maar op een of andere manier is het niet salonfähig om natuur lelijk te vinden. Moderne architectuur, die mag je hartgrondig vervloeken, maar moeder natuur is goed



en harmonieus en voor het overige doen wij er het zwijgen toe. Terwijl de natuur ook regelmatig dor, droog, eentonig, grauw of lelijk is. Ooit een maraboe gezien, een schol, een dromedaris, een wrattenzwijn, een kalkoen, een struisvogel, een uilskuiken, een naakte molrat? Of neem de ooievaar - steeds meer te zien in de Ooijpolder - met zijn eentonige zwart en wit, zijn schreeuwerige rood van poten en snavel. Alles aan hem is puberaal, klunzig lang - nek, poten, snavel en vleugels. En dan heb ik het nog niet eens over dat irritante snavelgeklepper. En wat dacht je van de griel, een zeer zeldzame soort die menig ornitholoog in extase brengt. Terwijl hij ongezond grote ogen heeft, een potsierlijke motoriek en een jammerlijke klaagzang. Ooit de gracieuze vormen van een kluut daarnaast gezien?

Hetzelfde geldt voor planten: ooit het fijnzinnige hemelse blauw en geel van een

ereprijs bewonderd? Kun je daarna nog genieten van de schreeuwerige knalkleuren en oppervlakkige vormgeving van dahlia's, geraniums, knolbegonia's en cyclamen? Zó goedkoop, zó vet, zó effectbelust, zó weinig subtiel. En wat te denken van het opdringerige donkerpaars van clematis niobe, gewoon walgelijk vulgair.

Ik probeer wel eens schietwilgen te fotograferen in de Ooij, maar dat wil maar niet lukken. Ik bedoel die opschietende bomen van zo'n tien tot twintig jaar oud, die je langs de rivieren welig ziet tieren. Zij hebben in de winter een onbestemde karakterloosheid met hun ondefinieerbare vaalbruin, hun nietszeggend warrige takken. Eigenlijk best lastig om lelijkheid treffend te beschrijven...

Reacties? k.goutbeek@gmail.com

Kor column



Ook met ons nieuwe logo blijven we in beweging & ontwikkeling!

Met trots introduceren wij ons nieuwe logo. We zullen dit de komende maanden op onze komende nieuwe website, mail en briefpapier gaan invoeren. Na de vakantie hopen we alles te kunnen introduceren.

Namens het team van het Fysiotherapeutisch Instituut Nijmegen: een fijne, inspirerende en hopelijk actieve zomervakantie!

Fysiotherapeutisch Instituut Nijmegen & Praktijk voor Haptotherapie

Kijk voor meer informatie op www.haptonomienijmegen.nl of bel voor een (gratis) intakegesprek tel. 024-3228418

Berg en Dalseweg 122a, 6522 BW Nijmegen.

E-mail: info@haptonomienijmegen.nl.

Fysiotherapeuten: Beate Schellekens, Lenneke Vermeulen en Denis Broeren.



ZOMER IN CENTRUM NIJMEGEN



23 T/M 25 JUNI VALKHOF THEATER AVENUE

24 JUNI T/M 2 JULI ZOMER KERMIS

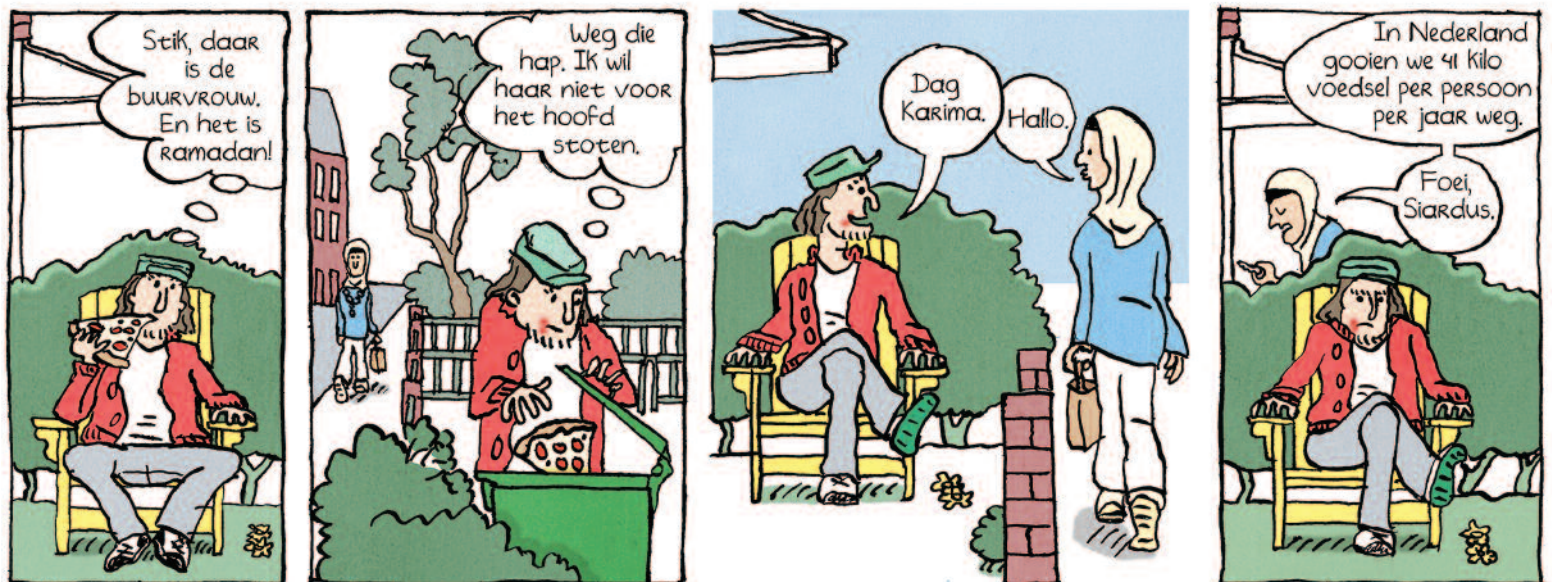
15 T/M 21 JULI VIERDAAGSEFEESTEN

18 T/M 21 JULI 4DAAGSE
AFSTANDSMARSEN

24 T/M 27 AUG FIETS 4DAAGSE

26 EN 27 AUG GEBROEDERS VAN
LIMBURG FESTIVAL

KIJK VOOR EEN COMPLEET OVERZICHT OP CENTRUMNIJMEGEN.NL



Column

Kamperen



Alex Holderbusch

Met Hemelvaart was het zover. Nogal impulsief besloten we met - en ook voor - de kinderen één nachtje te gaan kamperen. Opwinding alom. We gaan kamperen! En zo stuiterde het grut vol ongeduld om ons heen.

Nu zijn wij helemaal geen kampeerders, in de zin van: we hebben nogal een gebrek aan ervaring. Voor het opzetten van een tent schrikken we niet terug, maar er is meer. Dat begint al bij de spullen. We hebben nauwelijks iets dat je een kampeeruitrusting kunt noemen. Onze tent is vijftien jaar oud en biedt plaats aan niet meer dan twee mensen. En dan is hij echt vol. Voor de kinderen hadden we een piepklein speelgoedtentje voorhanden. Niet bestand tegen enige vorm van vocht. Verder nog slaapzakken, tandenborstels, handdoeken mee. En dat was het dan wel. En zo gingen we zingend op pad. Met een auto die desalniettemin bijna propvol was met kampeerspullen.

Niets leukers dan op de bonnefooi op pad. Maar in het dichtgeregelde Duitsland of Nederland kom je dan snel bedrogen uit. Op de eerste natuurscamping werden we vriendelijk ontvangen, meewarig bekeken en weggestuurd. Wij naïevelingen dachten wel ergens twee kleine tenten neer te kunnen planten. Gevolgd op een koude meivakantie betekende die prachtige Hemelvaart dat alles was gereserveerd. Na een lange, onbestemde zwerftocht, vol-vol-vol of kinderen niet welkom, bliezen we de aftocht. De kinderen beloofden we een kampeeravontuur in de achtertuin. Ontevreden over het resultaat, belde ik in een laatste wanhoopspoging om negen uur 's avonds een camping in Groesbeek: "Euh, één nacht, zegt u? Ja hoor dat kan wel." Ik vertwijfeld: "Ook met kinderen en zo laat nog?"

En daar stonden we ineens met onze speelgoedtent. Op een kwart voetbalveld aan ruimte. Met een magnifiek mooi uitzicht op het Reichswald. Tussen het groot geschut van caravans met Jut en Jul in hun voortent inclusief vloerbedekking, ledverlichting en blinkende bolides ernaast. Mijn moeizame verhouding met kamperen komt dan weer bovendrijven. Ik slaap graag en als een roos op een matje in een tent. Maar ik begrijp minder goed waarom je de thuissituatie zoveel mogelijk zou willen nabootsen en je pracht en praal zou willen uitstellen. Afijn, de kinderen mochten badmintonnen tot het donker was. We hebben nog lang gegiechel gehoord. En toen was het na een lange, bewogen dag stil.

Dick Verstegen Column

Het kindje is nauwelijks één jaar, een meisje, denk ik. Ze kan net lopen, draagt een grote plastic luierbroek, een blauw zonnehoedje en klemt een rood schepje in een handje. Stomverbaasd staart ze naar de zee die kilometers uitgestrekt voor haar ligt. Ze heft haar armpjes op alsof ze hem, die oneindige zee, op wil nemen in haar kleine handjes. Ze mompelt en pakt dan wat zand in haar schepje en gooit het naar de zee. Een eerste kennismaking, denk ik, tussen een mensenkind en die onmetelijke watervlakte waaruit het raadselachtige leven is voortgekomen.

Wij zijn er ook en zien het gebeuren. Aan een strandje in Cefalu, een schilderachtig stadje in het noorden van Sicilië. Zo tegen vijven zijn we er neergestreken met een picknickmand. De zon heeft zijn hitte verloren. En het baaitje biedt met links en rechts hoog oplopende klippen een warme geborgenheid. Het meisje pakt de

Klein geluk

hand van haar moeder die tussen de zee en het kind gaat lopen... Symbolisch?

Het kindje maakt deel uit van een Italiaans gezinnetje dat een universeel gedrag vertoont. Vader bemoeit zich vooral met de eerstgeborene, een meisje van drie. Een grote gele opblaas-zeeleeuw is het centrum van het gezinsheleal. En die gaat nu mee de zee in. De kleinste blijft met mama langs de branding scharrelen. Dan komt er een grote vlezige man in mijn vizier. Hij loopt in zee vlak voor een paar natuurlijke eilandjes die zich een meter of tien van de kustlijn bevinden. Oh, hij is niet alleen. Er zijn twee vrouwen bij hem: de ene heeft een buik die een zwangerschap van een maand of acht verraadt, de andere wringt zich in allerlei bochten om een foto van het tweetal te maken. Voor de fotoshoot staat de buik in het brandpunt, dat is wel duidelijk. En de man slaat zijn armen en handen van achter de rug van de zwangere vrouw liefkozend om de bakermat van nieuw leven. Foto voor later, maar dat moment komt

nooit meer terug.

Op één van de eilandjes heeft inmiddels een ander gezinnetje postgevat. Twee ouders, de een van Franse origine, de ander Duits. Twee kinderen. Ze maken deel uit van het peloton internationale gezinnen dat de aarde gaat omspannen. Een proces dat al veel eerder begonnen is en dat onstuitbaar door zal gaan, met of zonder EU.

De volgende dag liggen we bij het meticulous verzorgde zwembad dat zo vol staat met water dat je alleen een helderblauwe waterspiegel ziet. Op gepaste afstand - in de verte namelijk - zie je dan ook de zee nog. In deze artificiële omgeving komen we gezinnetje één weer tegen. Dit keer zeuren en zaniken de kinderen van drie en één jaar oud onophoudelijk. Maar de ouders glimlachen naar elkaar en is dat niet waar het leven echt vandaan komt?



Recept

Nog tot 24 juni, de feestdag van Sint Jan komen de liefhebbers van het "witte goud" weer volop aan hun trekken

Het zijn twee lekkere maanden voor de asperge-liefhebbers. In noord Limburg is het een drukte van jewelste op de uitgestrekte velden waar de asperges gestoken worden. De arme zandgronden zijn een prima voedingsbodem voor deze witte groente. De grond wordt opgehoogd waardoor de asperges in het donker groeien en daardoor wit blijven. Asperges worden traditioneel met gekookte achterham en ei gegeten, maar ze zijn met heel veel gerechten te combineren. Denk hierbij aan zalm, kalfsschnitzel, kabeljauw, varkenshaas en met een mooie biefstuk of entrecote maak je er ook een culinair feestje van.

Asperges traditioneel recept (4 personen)

Ingrediënten:

1,5 kilo middelgrote asperges
250 gram gekookte slagersachterham
4 hard gekookte en daarna fijngehakte eieren
1 eetlepel vers gehakte peterselie
25 gram bloem
25 gram roomboter
400 gram melk
100 gram bouillon
zout en peper uit de molen
nootmuskaat



Leg de asperges minimaal twee uur in een schaal met koud water. Snij ca. 1,5 centimeter van het dikke gedeelte van de asperges af omdat dit vaak hard blijft bij het garen. Van deze stukjes kun je prima aspergesoep maken.

Zet een steelpan op het vuur, smelt de boter boven hoog vuur maar laat deze niet bruinen. Roer de bloem met een garde beetje bij beetje door de boter en laat dit, terwijl je blijft roeren, ruim een minuutje garen zonder dat het bruin wordt. Schenk de bouillon bij de melk. Voeg dit beetje bij beetje toe aan de inhoud van de steelpan en blijf dit roeren tot een egale saus. Maak de saus op smaak met zout, peper en nootmuskaat.

Schil de asperges (met een dunschiller) vanaf 2 cm onder de kop naar beneden.

Zet de asperges in een kookpan met koud water, waar- aan 2 theelepeltjes



zout is toegevoegd op het vuur en breng dit aan de kook. Temper het vuur als het water kookt en laat de asperges 6-8 minuten bij matig vuur heel zachtjes doorkoken.

Zet het vuur uit, laat de asperges nog 15 minuten in het kooknat nagaren, schep ze vervolgens voorzichtig uit de pan en laat ze

op keukenpapier uitlekken.

Leg de asperges op een schaal, schenk een deel van de saus erover, garneer ze af met de plakjes ham, de fijngehakte eieren en bestrooi alles met de peterselie.

Smakelijk eten!

Kijk voor meet aspergerecepten op: kokenmetcoenen.nl

RIJBEWIJSKEURING B, BE voor €25,-

Zie: www.medischekeuring.info
Ook voor andere medische keuringen



Mevr. G. C. Gootjes, keuringsarts
Broerdijk 17 Nijmegen
Iedere werkdag

Bel, en u wordt snel en vriendelijk
geholpen: 024-3236553

De vrouw en haar oldtimer



Marc van Kempen



Inge Melchers

Woont op de Van Nispenstraat

Is van beroep Verpleegkundige met nieuwe plannen

1. Welk type auto en fabricagejaar?

Het is een Citroën HY bus van het jaar 1978

2. Waarom dit type en is het je meisjesdroom?

"Het is niet echt een meisjesdroom, maar mijn man Herman en ik zijn echte Citroëfien. Vroeger reden we een 2CV en op dit moment ook een Citroën DS. Onze trouwauto was ook een DS. Wij zijn nu een gezin met een oldtimercamper. Herman heeft trouwens het exterieur van de HY bus gerestaureerd; ik het interieur."

3. Hoe heb je deze auto verkregen?

"We hebben deze HY bus in Bemmelen gekocht van een oudere heer. Zelf was ik helemaal

verkocht toen ik hem zag staan. Herman is echter een echte technicus en hij vond dat er nogal wat verbeteringen aan de auto nodig waren. Dat heeft uiteindelijk geresulteerd in een volledige restauratie. Het resultaat mag er zijn toch? Het is een prachtige bus geworden en technisch in perfecte staat."

4. Hoe gebruik je deze auto?

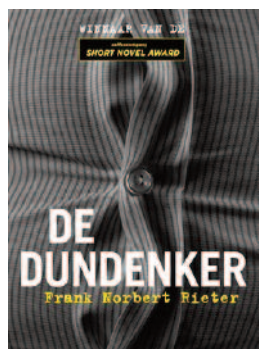
"Op dit moment werk ik nog in de verpleging, maar de plannen zijn om een verhuurbedrijf te beginnen voor oldtimercaravans en campers. Daarvoor heb ik een klein jaartje sabbatical opgenomen om onze plannen uit te werken. Hoe de bedrijfsnaam gaat worden weet ik nog niet. Dat is iets wat ik dit jaar zal gaan bedenken; naast het opzetten van het bedrijf. En dit jaar gaan we ook gebruiken om nog een paar caravans en campers te restaureren. De campers worden overigens

alleen verhuurd voor gebruik in Nederland. Denk daarbij aan weekenden en midweeken kamperen in Nederland."

5. Tips voor liefhebbers van dit type?

"Als mensen hetzelfde gevoel willen ervaren zoals wij dat doen bij het kamperen in een oldtimercamper of caravan, dan zijn ze vanaf volgend jaar van harte welkom bij ons. ingemelchers@gmail.com

Frank Norbert Rieter wint 'Short Novel Award'



Wijkbewoner Frank Norbert Rieter heeft met zijn boek 'De Dundenker' de landelijke 'Short Novel Award' gewonnen. Op 15 juli wordt het boek gepresenteerd bij boekhandel Dekker van de Vegt. Frank Norbert Rieter (1973) studeerde literatuurwetenschap en volgde diverse schrijfcursussen. Hij publiceerde eerder korte verhalen, is actief als theatermaker en als organisator van literaire events. 'De dundenker' is zijn eerste roman. De Jury schreef over het boek: "Het meest pakkende en oorspronkelijkste debuut, unaniem gekozen."

Welke dame redde deze teckel?

"Welke lieve dame heeft op 31 mei onze langharige teckel gered van de Berg en Dalseweg? Wij zouden haar zo graag willen bedanken!"



Deze mevrouw had haar opgepakt en was onderweg naar de Kopse Hof, in de hoop daar haar baasje te vinden! Mevrouw, u verdient een warme douche! En... een heel warm dankuwel van haar baasjes. Ik zou graag met u in contact komen. Mijn telefoonnummer is 06-20292020"

Slapen als een roos



Na vijf jaar met plezier actief te zijn geweest te zijn met Slapen als een roos is het nu tijd voor andere dingen. Over een jaar willen de slaapcoaches van 'slapen als een roos' ermee stoppen. Mocht er iemand zijn die verder wil met dit concept: laat het hen dan weten. Slapenalseenroos.nl

Pelgrimeren langs kerken

Op 23 juni vindt de traditionele tweejaarlijkse kerkennacht plaats. Ook Nijmegen is van de partij. Bijzonder is, dat een drietal pelgrimageroutes is opgesteld, die elk langs vier kerken voeren. Eén wandel- en twee fietsroutes. Deelnemers kunnen zich tussen 20.15 en 20.30 uur melden bij één van de drie startpunten. Daarna begint het programma. Kerkennacht heeft als thema 'meer dan een dak'. Elke kerk van de pelgrimsroute geeft in vijftien minuten een korte presentatie over wat deze kerk tot "meer dan een dak" maakt. De drie pelgrimsroutes kennen elk 'n eigen startpunt. raadvankerkennijmegen.nl/

Dansen met Parkinson

Dansen met Parkinson kan in een wekelijkse Dance for Health-les op woensdagochtend van 11.00 tot 12.15 uur in Balletstudio Daniëlle, Molenveldlaan 80 (achterzijde van de Kazerne). Iedereen wie wil ervaren wat dansen kan betekenen is welkom om de eerste maand gratis mee te dansen. Dance for Health biedt danslessen aan voor mensen met Parkinson, reuma en MS. De bewegingsprogramma's bieden iedereen de mogelijkheid om zich gezonder en fitter te voelen. Het programma combineert kennis en ervaring uit de moderne dans, klassiek ballet en fysiotherapie. balletstudio-danielle.com

Witte Wolven speelt Canterbury Tales

De Nijmeegse theatergroep Witte Wolven speelt deze zomer haar groots opgezette voorstelling The Canterbury Tales in de Sint-Stephanuskerk (Berg en Dalseweg 203) in Nijmegen-Oost. Op 23 en 24 juni kunnen toeschouwers deze humoristische en ei-



gentijdse bewerking van Chaucers middeleeuwse klassieker aanschouwen, begeleid door livemuziek. De avonden beginnen om 20.00 en kaarten à 10 euro (7,50 euro voor studenten/CJP) zijn te reserveren door een mail te sturen naar theatergroepwittewolven@gmail.com. Bijzonder is het feit dat de Stephanuskerk voor het laatst te bewonderen zal zijn in haar oorspronkelijke staat vóór de enorme verbouwing tot kantoorpand. Foto: Silvia van Uden

80-Plussers weer naar school

Op zaterdag 13 mei waren maar liefst 130 80-plussers te gast op het NSG Groenewoud. Het initiatief was afkomstig van Rotary Nijmegen en had als thema 'ouderen



ontmoeten jongeren op school'. "Vereenzaming is een serieus probleem van onze maatschappij en op deze manier willen we daar wat aan doen", vertelt Helmy Schellens, van Rotary Nijmegen. De ouderen zijn ontvangen door 14 leerlingen van NSG Groenewoud met een hapje en een drankje.

UNICEF actief bij Vierdaagse

Een aantal 4daagse-lopers kiest ervoor om met hun prestatie geld op te halen voor UNICEF. Met dat geld zorgt UNICEF ervoor dat er meer dan 500.000 kinderen (weer) naar school kunnen in Syrië, waar nog altijd oorlog heerst. Dit jaar zullen vrijwilligers van het project Vierdaagse voor UNICEF de UNICEF-lopers bijstaan tijdens hun tocht. Geïnteresseerden kunnen een eigen actie starten via de helpmee.unicef.nl.



Muurschildering

Rij je over de Heyendaalseweg dan zie je bij basisschool Klein Heyendaal een muurschildering van een grote kleurrijke boom. Vanaf de Professor Huijbersstraat kun je bij de school ook een beeld zien, maar dan moet je wel naar het dak kijken. In en rond de school ontdekt Will Tromp in de jaren dat zijn zonen er leerling zijn meer kunst. Alle werken staan centraal in 'Spelende kinderen - De kunst van Klein Heyendaal'. Dankzij bijdragen van Oudercommissie, Medezeggenschapsraad en Stichting Vrienden van Klein Heyendaal ontvangen leerlingen en medewerkers een gratis exemplaar. Oud-leerlingen en andere belangstellenden kunnen een exemplaar reserveren en ophalen door € 10,- over te schrijven op rekeningnummer NL73 ABNA 0415 5606 32 van Stichting St. Josephscholen o.v.v. Kunst Klein Heyendaal en 06-nummer.





EZA VASTGOED
M A K E L A A R D I J

www.ezavastgoed.nl
Daalseweg 30, Nijmegen
024-6793201

HUIS VERKOPEN MET DE SERVICE DIE BIJ JE PAST!



BRONS

DIENTEN DOOR EZA VASTGOED MAKELAARDIJ

- Woningopname
- Professioneel verkoop- en vraagprijs advies
- Presentatie op Funda
- Onderhandelingen en opstellen koopakte
- Je verzorgt zelf de bezichtigingen

€ 1.195,-



ZILVER

- **Pakket Brons plus:**
- Professionele foto-opname
- HD-video en 360°-foto's
- Digitale plattegronden
- Hogere ranking op Funda

€ 1.695,-

Kies voor de persoonlijke begeleiding,
lokale marktkennis en het regionale netwerk
van EZA Vastgoed Makelaardij.



GOUD

- Je kiest voor service en gemak. Wij nemen alles uit handen en zorgen van begin tot het einde voor de verkoop.

Prijs op aanvraag

Bel voor een vrijblijvend advies 024-6793201

GRATIS WAARDEBEPALING

**BENIEUWD WAT
JOUW WONING
WAARD IS?**

BEL 024-6793201

Vraag naar onze voorwaarden

Verstand van wonen, gevoel voor mensen!



Ideeënworkshop Buurtmoestuinen Oo(g)st

Op woensdagavond 5 juli is er een ideeënworkshop voor en door initiatiefnemers, vrijwilligers en bewoners die graag actief zijn met moestuinen en stadslandbouw. De workshop vindt plaats in STIP Oost aan de Elzenstraat 4 van 19.30 tot 21.00 uur. Inlopen kan vanaf 19.20 uur.

Waarom een ideeënworkshop? Er zijn diverse lopende en startende initiatieven rondom buurtmoestuinen. Zij zien mogelijkheden om een aanvraag in te dienen voor de Provinciale leefbaarheidssubsidie. Zo willen zij het mogelijk maken dat er geza-

menlijk evenementen en activiteiten rondom de moestuinen plaats gaan vinden de komende twee jaar en daarna. Denk daarbij aan een terugkerende oogstmarkt, een mobiele winterkasmoestuin of als wijk aanhaken bij het feit dat Nijmegen in 2018 Green Capital is. Wellicht heeft u ook een goed idee dat mensen met elkaar verbindt door moestuinieren. Graag horen de organisatoren deze ideeën aan het begin van de workshop om vervolgens in de tweede helft van de workshop vast te stellen waar het

meeste draagvlak voor is, welke ideeën in de aanvraag komen en wie daar aan meedoen. Iedereen is welkom op deze avond om een actieve bijdrage te leveren. Vooraf aanmelden is niet verplicht, maar wel fijn voor de organisatie om in beeld te hebben wat de opkomst ongeveer wordt.

Dit kun je doen door een e-mail te sturen naar robhermens@stipnijmegen.nl.

Ondernemersavond Nijmegen-Oost 20 juni

Met sprekers Geert Poort en Pieter de Wildt.

De Wijkkrant en nijmegen-oost.nl nodigen je graag weer uit voor een inspirerende én gezellige gratis ondernemersavond op dinsdag 20 juni. Als inspirerende buurtgenoot én spreker ontmoet je Geert Poort. Hij geeft al jarenlang training op het gebied van online communicatie en is auteur van het 'Handboek webredactie'. Geert geeft een inleiding op 'Hoe schrijf je aantrekkelijke teksten op je website die vindbaar én verkoopgericht zijn?'. En daarna ben je misschien wel zo enthousiast dat je nog meer wilt weten! Levert iets weggeven wat op? Hoeveel moet ik aan reclame uitgeven? Hoe belangrijk is de prijs? Moet ik verkopen of luisteren? Gepokt en gemazeld marketing- en communicatieman Pieter de Wildt geeft de antwoorden op deze vragen en laat zien hoe je je product of dienst nog beter in de markt zet.

Wanneer: dinsdagavond 20 juni van 19.45 tot 22.00 uur, we starten om 20.00 uur.

Waar: Dienstencentrum OBG, Professor Cornelissenstraat 2. Veel ondernemers komen, ben jij er ook bij? Reserveer dan snel je plek via advertenties@nijmegen-oost.nl en we zien je op 20 juni!

Voor al uw feesten en (dans-) partijen, promoties en adviezen, boekingen & bemiddeling en last but not least fotoreportages: o.a. artiesten, danspartijen, sport-, portret-/modelfotografie, kunt u contact opnemen met:

JOHN TJITNTJELAAR

**John
Tjintjelaar**

**amusement
dans
muziek
fotografie**

Daalderstraat 21, 6532 RA Nijmegen, 024-3540806
06-54713125, Postbus 658, 6500 AR Nijmegen



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

Samen!

De eerste gezamenlijke Stipsoep op 10 mei was een succes. Een geurige, echte tomatensoep gemaakt door Tanja en Wietske van Onder de Bomen. Aan een lange tafel genoten we samen van de soep met een stukje stokbrood erbij.



En eind mei was het al weer gezellig in Stip Oost. Een middag over de cultuur van de Ramadan vergeleken met de vastentijd in de christelijke cultuur. Er blijken veel overeenkomsten te zijn. Het was een heel geslaagde middag met een kleine vijftig deelnemers, buurtbewoners, Syriërs, jong en oud, bekenden en onbekenden. Samen luisterden we naar live Arabische muziek. Er waren heerlijke zelfgemaakte hapjes, want dat hoort erbij! Iedereen had wat meegebracht. Wat ik zelf heel leuk vond: de figuur van Al Hakawati, een verhalenverteller. Alleen de naam al! Onze stadsdichteres Amal Karam vervulde de rol met verve en vertelde een verhaal, of liever drie in elkaar gevlochten verhalen, die haar opa haar vroeger vertelde. Het is deels een magisch verhaal over een man met een lange baard die het water in de rivier tegen kan houden.

Water dat ook nodig is voor onze moestuin "Groene Stip onder de Bomen". Overbuurman Roy heeft hiervoor een ton geplaatst om regenwater op te vangen. We hebben al slaplantjes en courgettes gekregen. Mocht u nog groenteplantjes of kruiden over hebben: allemaal welkom.



Samen maken we het,
Rob Hermens

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

maandag 13.30-16.30u, dinsdag: 13.30-16.30u*
woensdag 9.30-16.30u*, donderdag 13.30-16.30u
* Op dinsdag- en woensdagmiddag zijn er geen medewerkers voor Informatie & Advies aanwezig



Bijna vakantie

Ook de medewerkers van Stip Oost hebben recht op vakantie. Van 17 juli tot 25 augustus zijn wij gesloten. Voor vragen kunt u dan bellen naar: 088 – 00 11 300

Mantelzorgcompliment en meedoenregeling

Voor veel burgers stelt de gemeente Nijmegen subsidies beschikbaar. De aanvraag voor twee van deze regelingen sluit op 1 juli.

Het Mantelzorgcompliment kan worden aangevraagd voor familieleden, vrienden of kennissen die u structureel helpen om het dagelijks leven leefbaar te houden. Het mantelzorgcompliment bedraagt € 200,-. Meer informatie: www.nijmegen-oost.nl/stip-oost

Meedoenregeling

Ook met weinig inkomen helpt de Gemeente Nijmegen kunt u deelnemen aan de samenleving. Voor € 150,- kunt u kiezen uit aangeboden cursussen, sportactiviteiten en culturele activiteiten, aangeboden door de Gemeente. Meer informatie in Stip Oost

Expo: KinderKunstWerkPlaats en Wolfgang Päsche

KinderKunstWerkPlaats is opgezet door Monique van Gelder en Wilma Carbaat. Zij bieden 6- tot 12-jarigen kunstzinnige workshops aan. Lees op pagina XX van deze Wijkkrant een interview met hen over hun werkwijze. Nu hebben we alle werelddelen bezocht en gaan ze het werk tentoonstellen, de schilderijen en driedimensionale werken zijn van 2 tot 12 juli te zien bij Stip Oost. De feestelijke opening is op zondag 2 juli van 16.00-18.00 uur. Op de website www.kinderkunstwerkplaats.nl kun je alle activiteiten van de jonge kunstenaars alvast bewonderen. Je vindt ook informatie op Facebook.



Na de zomer: Wolfgang Päsche

Op 3 september opent Stip tussen 16.00 en 18.00 uur een expositie van raskunstenaar én markant figuur in en rond Bottendaal, Wolfgang Päsche (Krefeld 1951-2003). In cafés in de buurt kon je hem altijd wel aantreffen en meestal volgde er dan een langdurige discussie over de wereld en andere zaken. Eindigend in nog flink wat drankjes bij hem thuis. Hij schilderde en tekende heel erg veel en maakte ook driedimensionaal werk. Hij gebruikte veel kleuren en zijn werk vertoonde figuratieve maar ook non-figuratieve kenmerken. Zijn inspiratie ontsproot o.a. uit de vele reizen die hij maakte (Saba, Thailand, Zuid-Amerika, Niger). Hij gebruikte zijn leven om te zien, te leren en vooral voor

de kunst. Zie ook facebook Mappaart. De hele maand september kunt u een proeve van zijn omvangrijke oeuvre zien in Stip Post aan de Elzenstraat 4.

Openingstijden: maandag t/m donderdag 13.30-16.30 en woensdagmorgen. Plus op tijden van de Rechtswinkel: maandag en woensdag van 19-20 uur. Ook exposeren in Stip Oost of iemand voordragen? Mail henk.horstink@gmail.com of bel 06-14985928.

Lekkere soep in Stip Oost

Op 21 juni is het weer zover! Stip Oost biedt gratis een bordje soep aan iedere buurtbewoner die binnen komt lopen. De soep wordt aangeboden door Onder de Bomen.



NIET ZOMAAR EEN OPTIEK!

Wij zijn de...

SPECIALISTEN VAN NIJMEGEN!

met geduld, kennis van zaken,
oog voor detail en een neus
voor kwaliteit

Hertogstraat 128
6511 SG Nijmegen
T 024 329 52 00

F 024 329 41 93
E info@hartingnijmegen.nl
I www.hartingnijmegen.nl



Het aanmeten gebeurt
uitsluitend op afspraak.
Dit kan via email of telefonisch.



Bij aankoop van een montuur met Hoya Lifestyle of Mystyle multifocale glazen heeft u keuze uit:

- > **Gratis workstyle glazen** (beeldscherm)
- > Of een paar **Multifocale zonneglazen** (exclusief montuur)

Aanmeetlocatie

Voor het meten van uw elastische arm- of beenkousen, sportbandages kunt u terecht bij:

- > Van Broeckhuysenstraat 9 - **Nijmegen**
- > Geeresteinstraat 32 - **Nijmegen**
- > Heerbaan 115 - **Millingen**
- > Groesbeekseweg 4 - **Malden**



Hertogstraat 128
6511 SG Nijmegen
T 024-3295200

F 024-3294193
E info@hartingbandages.nl
I www.hartingbandages.nl

Rubriek van de Wijkkrant waarbij kennisgemaakt wordt met onbekende behandelingsmethoden in Nijmegen-Oost.

Op plaatjes in Sri Lanka zag ik afgelopen winter een behandeling met een kaars waarbij iemand iets in zijn oor krijgt. Ik durf het daar niet aan, maar hier in Nijmegen-Oost, bij huisartsenpraktijk Hypericon, is ook iemand gevestigd die dit doet. Mirre van Zanten. Zij heeft een praktijk voor Ayurveda en Natuurlijke geneeskunde.

Mirre heet me welkom in haar heerlijk warme ruimte met allerlei geurtjes en we beginnen met een zelfgemaakt theetje van onder andere gember. We praten een beetje voor en ze vraagt me om iets over mezelf te vertellen. Daarna voelt ze mijn pols en bekijkt mijn tong. Allerlei exotische termen vliegen rondom mijn hoofd. Ze zegt dat ik een mix ben van Pitta (vuur) en Vata (lucht). En iets teveel Pitta kennelijk.

Behandeling

Op het matras op de rug. Met mijn broek aan en een hemdje. Ze gooit een grote handdoek over me heen en pakt mijn schouders vast. Dan masseert ze met warme olie haar en hoofd. Heel relaxed. Dan ook mijn gezicht, en een aantal keren tussen mijn wenkbrauwen en langs mijn neus. Heerlijk. Ik heb een droge huid, dus die olie is weldadig. Ik voel me ontspannen. Na een tijdje zegt ze zacht: nu ga ik de oorkaarsen doen.

Heel voorzichtig draait ze mijn hoofd naar één kant en begint met de oorkaarsessie. Mijn hart begint hard te kloppen en even ben ik bang dat er iets heel heets in mijn oor zal worden gegoten. Ik zie niets, maar er brandt een vlam en ik voel iets in mijn oor. Dat is dus (zie ik achteraf) een soort opgerold katoenen trechtertje met bijenwas. Ze steekt het katoenen trechtertje aan en daarvoor komt er rook vrij in het oor. Deze rook circuleert tot diep in de gehoorgang en geeft daarbij warmte af. Het is een natuurlijke methode voor reiniging van het oor en ontspanning van lichaam en geest.

Wat ik hoor is een soort zacht knisperend haardvuurtje. Ik voel verder niet zoveel.

Mirre laat de oorkaars ongeveer vijf minuten branden, dan draait ze mijn hoofd voorzichtig om en doet ze hetzelfde met mijn andere oor. Daarna vouwt ze de handen bij elkaar en zegt met een lichte buiging 'Namasté'. Een Hindoe-begroeting.



Simone Kiekebosch

Oorkaarsenbehandeling

Holistisch werken

De oorkaarsenmethodiek is afkomstig van de Hopi Indianen uit Zuid-Amerika. Ze werken in op de diep in het oor liggende acupunctuurpunten, het trommelvlies, het middenoor en het evenwichtsorgaan. De behandeling is geschikt voor oorpijn, oorsuizen en oortinteling. Maar ook bijvoorbeeld voor hoofdpijn of KNO-klachten.

Dit is maar een klein onderdeel van wat Mirre aanbiedt. Ze geeft bijvoorbeeld al zestien jaar Ayurvedische massage. Mirre: "Ik pas mijn behandelvorm altijd ter plekke aan aan de persoon die op consult komt. Er wordt weinig gepraat, omdat het om voelen gaat.

Toen ik zwanger was, kwam ik in aanraking met Ayurvedische yoga en vanaf dat moment ben ik me erg met bewustwording bezig gaan houden. Het zijn, zonder oordeel." Deze gedachte spreekt mij erg aan, maar is best lastig in de praktijk. Toch maar eens meer op letten! Mirre vervolgt: "Met yoga leg je je gedachten stil, waardoor die tot bedaren komen. Bewust leven, bewust voelen en bewust zien, iedere dag, ieder moment opnieuw en daar naar handelen. In mijn praktijk komen bijvoorbeeld veel mensen met burnoutklachten.

Mijn passie ligt bij de Ayurvedische levenswijze. Volgens Ayurveda is de voorwaarde voor een goede leefwijze blij te zijn. Indien je niet blij bent, mag er een verandering komen. Er is dan een verstoring van het lichaam." Ayurveda is een holistisch systeem en betekent: kennis (veda) van het leven (ayus) en komt uit India. Mirre voelt zich ook diep verbonden met het Hindoeïsme. "Gezondheid betekent onder andere dat de drie dosha's Vata (ether, lucht), Pitta (vuur) en Kapha (water, aarde) in balans zijn.

"Aangezien voeding ook een belangrijke component is bij een goede balans (uitscheidingsproducten dienen ook goed te zijn), adviseer ik ook bij juiste voeding. Denk aan ontslakken en ontgiften."

Wat doe je het liefst?

"Ik vind zelf de Shirodhara (olie-opgieting) heel fijn om te doen. Daarbij giet je een continue stroom van warme kruidenolie, water of melk op het hoofd (op het derde oog, tussen de wenkbrauwen) met behulp van een speciale pot. Goed tegen veel neurologische klachten, stress en slaapstoornissen. En ik geef graag (Raja)yogalessen en meditatie-avonden."

Kijk voor meer informatie op: www.mirre-natuurlijke-geneeskunde.nl

"De voorwaarde voor een goede leefwijze is blij te zijn"



Foto: M. Ataya

Onderhuids vet ijskoud verdwenen

In slechts 3 behandelingen
Cryolipolyse reken je definitief af
met die storende rolletjes.

Cryolipolyse,
voor **Vrouwen** én **Mannen**

**Lady
Line**
THE SLIMMING COMPANY

www.ladyline.nl

Bel voor meer informatie
of een afspraak voor een
gratis 'Advies op Maat'

T. 06 - 16 96 42 00

v.d. Bruggenstraat 12, Nijmegen

SCHEIDEN..... en de kinderen dan?

Bel voor een gratis adviesgesprek

Scheidingspraktijk Apart Verder ontzorgt!

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

 **Apart Verder**
Scheidingspraktijk

Partner van:

 **HET
SCHEIDINGS
COLLECTIEF**

St. Canisiussingel 19H
6511 TE Nijmegen



Bel: 06-21449991 www.apartverder.nl

Bistro Wilde Zwijnen "STOER ETEN"

bistrowildezwijnen.nl

zomermenu

Salade niçoise met makreel

Kip gestoofd in witte wijn en peterselie

Aardbeientaart met aardbeiensorbet

à €24,50 per couvert

BISTRO

WILDE ZWIJNEN
STOER ETEN

 **DOMMER VAN POLDERSVELDTWEG 71
6523 CW NIJMEGEN**

**T 024 - 32 44 004
INFO@BISTROWILDEZWIJNEN.NL**

Leven in de brouwerij

Een jaar geleden alweer startten Jan-Peter van Amerongen en Patrick Vermeulen met nog een aantal mensen 'Leven in de Brouwerij' met als hart de Karakter Bierbrouwerij: een divers bedrijfje in het voormalige Montessori College.

Voor beide heren een uitgegroeide hobby die toch serieuze vormen aanneemt. Leven in de Brouwerij doet zijn naam eer aan. Het biedt trainingen aan bedrijven, workshops, proeverijen en ze verhuren hun ruimte voor besloten feestjes. En natuurlijk brouwen ze bier. Ze timmeren daarmee al flink aan de weg met hun Nijmegen-Oost-biertjes op maat!

Het oude schoolgebouw ligt er verlaten bij als ik in de avond aanbel. Jan Peter heeft zich gehaast. Naast zijn baan op de Universiteit en de brouwerij, vraagt zijn gezin ook tijd en aandacht. Maar aan energie en ideeën geen gebrek. Hij steekt al snel

van wal. "Ik brouw een dag in de week. De avonden ben ik vaak druk met administratie en andere klussen die er ook bij horen. Onze basisopzet is het maken van jouw bier door te brouwen op maat, zowel voor verenigingen, bedrijven, als horecagelegenheden." En dat gaat goed. Ook al schieten de brouwerijen als paddenstoelen uit de grond, Nijmegen telt er ondertussen veertien, er is nog genoeg vraag. "We zijn ook geen echte concurrenten van elkaar. Bij ons gaat het vooral op maat. Als een afnemer 'weizenbier' wil, bepaalt hij zelf het smaak karakter. Veel fruitsmaak, wat minder: het kan allemaal. Jouw karakter, jouw bier. Natuurlijk ontwikkelen we ook onze eigen lijn. We hebben nu drie bieren voor de markt en er komen er nog drie bij. In de naamgeving combineren we karaktereigenschappen met karakters uit

"We combineren het brouwen met karaktereigenschappen van bepaalde typetjes"



Foto: Marc van Kempen



Karin Veldkamp

een boek, zoals Milde Mathilda van Roald Dahl.

In polonaise naar buiten

Maar het begon allemaal in Australië. Jan-Peter woonde daar twee jaar en elke wijk had zijn eigen brouwerij. "Je kon daar lekker een eigen biertje drinken en dat vond ik erg leuk en dacht toen: Dat wil ik ook." De brouwerij is er, maar een biertje drinken zit er (nog) niet in. Helaas is dat er niet van gekomen, want een horecavergunning geeft de gemeente niet af. "Gelukkig weten mensen ons te vinden en komen ze op vrijdag langs om wat te kletsen of biertjes mee te nemen. De reacties zijn tot dusver zeer positief en dat is hartstikke leuk."

Patrick geeft trainingen aan bedrijven over de identiteit van hun organisatie. "Wat voor type organisatie zijn we en hoe moeten we hier mee omgaan. Serieuze trainingen die we luchtiger maken door de identiteit van het bedrijf op die dag samen met de medewerkers te 'brouwen'. Patrick verzorgt de theorie en ik brouw, samen met hen, hun eigen bier. In het begin is men nog wat sceptisch maar ze gaan bijna in polonaise naar buiten", komt er toch met enige trots uit. "Men is zeer enthousiast. Uiteraard moeten ze wel twee maanden wachten op het resultaat. Maar dan hebben ze hun eigen bier in een mooie fles met eigen etiket. Altijd leuk als relatiegeschenk."

Nog puur een hobby

Dat Leven in de Brouwerij veelzijdig is kan ik niet ontkennen. Want naast al het aanbod, werken ze ook samen met de mensen van 'I am Recycled'. Ook zij zitten in de oude school en bieden dagbesteding aan. "We kenden elkaar niet van tevoren maar we werken nu samen. Zij maken onze kratjes en helpen met bottelen en etiketteren. Dat is hier ontstaan." Echter baart de toekomst toch wat zorgen. Want het pand staat op de nominatie voor sloop. Tot eind van het kalenderjaar kan iedereen blijven zitten. Hoe het daarna verder gaat is afwachten. Dat is nooit van tevoren te zeggen. Jan-Peter hoopt natuurlijk dat ze nog een lange tijd is gegund zodat zij de kans krijgen hun naam op te bouwen. "Het is nu nog puur een hobby maar we hopen dat het meer wordt dan dat."

zonnewinst
pure winst

**Met zonnepanelen
spaart u het klimaat en
uw portemonnee.**

**Bel of mail voor een
vrijblijvend informatief
offertegesprek.**

**06-3081-5810
info@zonnewinst.com**

Team
zorg

Thuis in thuiszorg

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

Wij als Teamzorg zijn u behulpzaam in de volgende thuiszorgdiensten:

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



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

Tarweweg 7S | 6534 AM Nijmegen | info@teamzorg.eu | www.teamzorg.eu

TANDARTSEN PRAKTIJK VILLA WESTHOF

**Stef de Grood
Leon Pennings
Annemieke de Grood**

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



Tandartsen Praktijk Villa Westhof

HAPTOTHERAPIE NIJMEGEN

LEKKER IN JE VEL DOOR HAPTOTHERAPIE

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

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



Anita van Raak is haptotherapeut, seksuoloog en relatietherapeut.

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

Zwemmen voor sterkere spieren!

Kor Goutbeek



Barbara Coljee heeft reuma en epilepsie, maar zwemt zondag 18 juni door een Utrechtse gracht om geld op te halen voor een andere aandoening: de spierziekte FSHD. Nynke de Waard heeft deze invaliderende ziekte en is dus blij met Barbara's bijdrage om FSHD de wereld uit te helpen. Ze wonen beiden in Nijmegen-Oost en hebben beiden een hulp-hond.

Barbara (links op de foto) sport graag en veel: "Ik denk dat ik nu zo'n vijf tot zes keer in de week zwem in het Goffertbad en de Spiegelwaal als training voor de Singelswim. Vanwege mijn epilepsie mag ik niet alleen zwemmen. Ik heb daarom een handvol buddies die afwisselend met mij trainen. Ik weet nog niet welke slag ik zwem, ik hoop rug-crawl, dat zou het mooiste zijn, maar dan moet het niet te druk zijn. Het is hartverwarmend, de medewerking van alle kanten. Je moet bijvoorbeeld verplicht een wetsuit aan en duikvereniging de Kaaiman heeft die mij gratis verstrekt. Verder heeft de organisatie mij het inschrijfgeld kwijtgescholden en kreeg ik een sponsoretalage bij portwinkel Cave du Portugal aan de Hengstdalseweg. Leraren gaven me een onvoldoende voor

gym, terwijl ik zo mijn best deed. Ik wist ook niet waarom ik slechter bewoog dan andere kinderen en gepest werd. Toen heeft mijn vader gezorgd dat ik op judo ging. Dat bleek een gouden greep. Ik heb dat gedaan totdat het niet meer kon vanwege de epilepsie. Ben toen veel gaan wandelen, ook enkele etappes naar Santiago de Compostella. Ik fietste ook erg graag, al werd dat steeds gevaarlijker. Ik heb daarna van alles geprobeerd en gedaan waaronder fitness, yoga, aquarobics, tai-chi, tafeltennis en dansen. Sport geeft me een supergoed gevoel. Het geeft me een beetje grip op mijn onvoorspelbare aandoeningen."

Nynke de Waard: "Eigenlijk wist mijn moeder al voordat ik vier was, dat er iets vreemds aan de hand was. Ze voelde bij het haren wassen al minder tegendruk dan normaal. Al snel bleek mijn geringe mimiek, mijn slappe gezichtsuitdrukkingen. Ik ben wel de enige in de familie, hoewel het vaak bij meer mensen in een familie voorkomt, omdat het genetisch is. De ziekte zorgt meestal niet voor een kortere levensverwachting, maar is wel progressief, ik ga geleidelijk en sluipend steeds verder achteruit. Twintig jaar geleden kon ik nog lopen, nu maar een paar seconden staan, met hulp. Maar gelukkig zijn er meer dagen met een lach dan met een traan."

Wil je Barbara & Nynke financieel steunen? Klik dan op Barbara's pagina: <http://tinyurl.com/kj4zv2y>

In 2015 werd voor het eerst in de Utrechtse gracht gesprongen voor FSHD, voluit facioscapulohumerale dystrofie, een spierziekte waaraan 2000 mensen in ons land lijden en waarvan de oorzaak schuilt in een fout gen in het DNA. Vaak worden na de spieren in gezicht, schouders en bovenarmen ook de buik- en beenspieren zwakker. Uiteindelijk belandt een vijfde in een rolstoel, waaronder Nynke. De Singelswim is 1,2 of 2 km lang en voert langs de oostkant van het Utrechtse centrum: het water is dan vrijgemaakt van grote obstakels als fietsen en winkelwagentjes. BN'ers als Anita Witzier en Sofie van den Enk zwommen al eens mee. Het doel van de organisatie is om 150.000 euro op te halen voor een medicijn dat het ontspoorde gen op 'uit' kan zetten. Men doet daaraan onderzoek op het Hubrecht Instituut in Utrecht, het gerenommeerde laboratorium waaraan minister Plasterk lang leiding gaf. www.singelswimutrecht.nl



Foto: Marc van Kempen



Schrijf je in

Nijmegen-Oost.nl

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

16 juni

11:00u. Elke vrijdag, de hele zomer SeniorFit (sport en beweging voor ouderen). Fysio-Evident.nl

13:00u. Indische Eettafel. Opgave verplicht. € 10. p.van.riel@pelita.nl

18:00u. Italiaanse Vegetarische kookles, Dennenstraat 21, Nijmegen. kokenmetdominique.nl.

16 en 30 juni

10:00u. Nia, fijn voor je soepelheid, conditie, coördinatie! Balletstudio op Limosterrein. niasusan.nl

17 juni

10:00u. Gezellig met buren tuinieren in vlindertuin Hengstdalseweg. Elke 3e zaterdag Hengstdalseweg 18. Vandaag ook jaarlijkse buurtten met muziek tussen 18-22 uur.

17 juni en 22 juli

10:00u. Training Contact en Interactie met Paard en Tai Chi. Locatie: Malden. paardenwijs.nl

18 juni

11:00u. Sponsoractie. Van Oost naar Utrecht voor het goede doel www.singelswimutrecht.nl/actie/barbara-coljee.

18 juni, 9 en 23 juli

11:00u. Workshops Boogschieten Meer informatie chenghsin.nl

19 juni

17.00-17.30 uur. Elke maandag, de hele zomer, gratis inlooppreekuur bij Fysio-evident.nl

19 en 26 juni, 3 en 10 juli

20:00u. Dansexpressieles zomer-cursus. Info: wijzijn.dance

20 en 27 juni

20:00u. Nia, verrassende muziek, dans, bewegingen uit vechtsport. Danszaal D 0.22, HAN. niasusan.nl

21 juni

14:00u. Breicafé - "Steekje los". Elke woensdagmiddag, hele zomer, biedt Stip Oost een zoete inval. Geen handwerker? Ook dan is er gratis koffie/thee en een goed gesprek. Elzenstaat 4.

18:00u. Elke woensdag, hele zomer, zaalvoetballen. Meer informatie: eric.hendriks1@gmail.com

19:30u. Cursus Boetseren, zelfstandig aan zijn eigen werkstuk. € 120 elke woensdag tot en met 12 juli hobbycentrumnijmegenoost.nl

19:30u. Cursus Glas-in-lood, € 120 per jaar, elke woensdag t/m 12 juli hobbycentrumnijmegenoost.nl

21 juni en 5 en 12 juli

18:00u. Zomers koken in

voedselbos van Kiemkracht64 in Malden. kokenmetdominique.nl .

22 juni

09:00u. Inlooppochtend bij kinderdagverblijf Poespas, 024-3243795

13:30-15.00u. Spreekuur Wijkagent in Stip Oost. Heeft u een vraag over uw wijk, informatie voor ons of zelf advies nodig, dan kunt u rustig aan tafel komen zitten.

23 en 24 juni

20:00u. Theatergroep Witte Wolven speelt The Canterbury Tales, met live muziek, Sint-Stephanuskerk, Berg en Dalseweg 203). Face-book: theatergroepwittewolven

25 juni

13:00u. Rondleiding begraafplaats Dalseweg, vrijwillige bijdrage wordt zeer op prijs gesteld.

1 juli

Gezamenlijke Open Dag "De Oude School" (voormalige Montessori College, Berg en Dalseweg 295). Elke 1e zaterdag, 12:00-17:00u.

2 juli

16:00u. opening expositie KinderKunstWerkPlaats in Stip Oost, Elzenstaat 4, info: 06 1498 5928.

3 juli

Iedere 2e en 4e maandag v.d. maand, 19:30-21:30u. Gezelligheidskoor "De valsenootjes". Geen repetities. Wijkcentrum "Daalsehof". Info: Marinus, 0610748973.

4 juli / 5 september

10:00u. Elke 1e dinsdag van de maand wandelen zes tot tien mensen vanaf Stip Oost aan Elzenstraat 4 om elkaar te ontmoeten en een stuk omgeving van Nijmegen te leren kennen. Aanmelden niet nodig

7 juli

10:00u. Vrouw-en-Kracht, introductiedag als opmaat voor een jaarcyclus die in september start. Info en aanmelden lucyvannorel.nl

8 en 9 juli

12:00u. Open dagen Zaadel. Make-rij met Zomer-expo, Coehoornstraat. www.zaadel.nl

10 juli

21:00u. Altrade-buurtborrel, Proeflokaal Beij Ons, Daalsedwarsweg.

18 juli

12:00u. Welkom, tijdens de 101e Nijmeegse vierdaagse, bij de 1e editie van IMPALA bij Zaadel. Makerij, een festijn om de Vierdaagse te ontlopen. www.zaadel.nl

14:00u. Historische High Tea in prachtige stadskruidtuin. Je maakt kennis met eeuwenoude kruiden en proeft deze in bijzondere zoete en hartige hapjes en drankjes uit 2000 jaar culinaire geschiedenis. Javastraat 44, €35 per persoon Reserveren: eetverleden.nl/reserveren

23 augustus

11:00u. Reisje voor ouderen, Kermismuseum met ledenorganisatie 123Comfort/ZZG zorggroep. Meer informatie, 09006667778.

27 augustus en 6 september

19:30u. Buitengewoonzijn.NU Tijdens deze introductieavond maak je kosteloos en vrijblijvend kennis met de training die niet helpt en wel werkt. Je ideale leven, niet als een goed idee op papier, maar in het echt, doen! Voor meer informatie en aanmelding voor de introductieavond via buitengewoonzijn.nu

31 augustus

Deadline voor het aanleveren van persberichten en advertenties voor de Wijkkrant van september (verschijnt uiterlijk 15 september)

3 september

16:00u. Opening expositie Wolfgang Päsche (Krefeld 1951-2003), raskunstenaar én markant figuur in en rond Bottendaal, Stip Elzenstraat 4. Openingstijden maandag t/m donderdag 13.30-16.30 en woensdagmorgen, maandag en woensdag van 19-20 uur. Ook exposeren in Stip Oost? Mail henk.horstink@gmail.com of bel 06 1498 5928.

20:00u. Je veux de l'amour, verdomme! Geniet van Ellen ten Damme en Het Gelders Orkest met Franse chansons en Duitse klassiekers uit haar theatertour van 'Berlin tot Parijs'. Openluchttheater De Golfert, georganiseerd door Stadsschouwburg/Vereeniging

11 september

15:00-15.50 uur. Start Cursus Pilates, stabiliteitsoefeningen waar romp, bekken en schouders centraal staan. Door regelmatig Pilates te beoefenen worden o.a. lichaamshouding, spijsvertering en ademhaling verbeterd. Locatie: Wijkcentrum Hatert; deopstap-nijmegen.nl

Bevrijdingsmuseum - In dit museum zijn altijd veel exposities, films, rondleidingen en kindermiddagen. bevrijdingsmuseum.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 elke dag terecht voor zaken als edelsmeden, glas in lood, houtbewerken etc. Meer info: www.hobbycentrumnijmegenoost.nl.

Kerknieuws en agenda van activiteiten:

Antonius van Padua Gemeenschap Nijmegen: www.apvniijmegen.nl
Maria Geboorte Kerk: www.mariageboorte.nl
Effata - Dominicuskerk: www.effataparochie.nl
Cenakelkerk H. Landstichting: www.parochie-heiligedrie-eenheid.nl
Doopsgezinde-Remonstrantse gemeente e.o.: dorenijmegen.nl

Zoek je vrijwilligers?

Schrijf je in



Nijmegen-Oost.nl

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

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

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

Oplage: 16.000. Uitgave:
Stichting De Wijkkrant
Nijmegen-Oost, Hengstdalseweg 78,
6523 EM Nijmegen. 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:
Ellis Andriessen, Mahmoud Ataya,
Mohanad Ataya, Marc van Kempen,
Hanneke Roelofsen,
Kees Spoorenberg, Frank Schijven,
Eric Stuart, Dick Verstegen

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

OPMAAK
Ton Burgers, www.a-formaat.nl

DRUK
Janssen Pers, Gennep

BEZORGING
Coördinator: Eric Stuart
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 31 augustus 2017. Elke maand bepalen we drie weken vóór het uitkomen de inhoud van de krant. Ruimte voor actueel nieuws is beperkt. We verwelkomen je artikel maar garanderen geen plaatsing. Wil je zeker zijn van bekendheid in de wijk? Benut dan ook nijmegen-oost.nl.

BEZORGING VOLGENDE WIJKKRANT
Uiterlijk vrijdag 15 september 2017, samen met De Brug. Geen Wijkkrant ontvangen? Meld online je bezorgklacht: nijmegen-oost.nl.

Loes Wijffels Column

Een schot in de lucht

Na afloop van een interview met Sonja Barend bij Dekker van de Vegt, waarvan ik verslag had zitten schrijven voor de Gelderlander, kwam er een man naar me toe. Hij liet me twee foto's op zijn camera zien die hij van mij had geschoten terwijl ik bezig was. 'Loes in actie', zou mijn vader onder de foto's in het album schrijven.

De man vertelde dat hij het een mooi beeld vond en bood aan de foto's naar me toe te sturen. Toen ik mijn mailadres noemde herkende hij mijn naam. Hij kende me nog van het Jeroen Bosch College in Den Bosch, waar ik in de jaren zeventig de havo deed en werd er helemaal enthousiast van. Maar ik herkende hem niet. Ook zijn naam kwam me niet bekend voor. Hij ging echter geduldig verder en vertelde dat hij had ingevallen voor mijn leraar Nederlands.

Net toen ik het een beetje een vreemd verhaal begon te vinden, legde de oud-docent me uit dat hij mijn naam om een speciale reden had onthouden. Ik had hem, zo zei hij, destijds een boekje uitgeleend en dat hij was kwijtgeraakt in de trein naar huis. Het boekje stond namelijk op mijn literatuurlijst voor het



eindexamen, maar hij kende het niet en wilde het graag lezen. Dat 'Een schot in de lucht' het boekenweekgeschenk uit 1962, geschreven door Anton Koolhaas op mijn lijst had gestaan, verbaasde mij echter niets. Mijn zeer

belesen moeder had het me toen vast gegeven omdat het niet al te moeilijk was. Ik las in die tijd voornamelijk kinderboeken en was eigenlijk nog niet toe aan zware kost. De oudleraar vond het boekje later op een rommelmarkt terug en besloot het voor me te bewaren.

In '98 zag hij mijn naam bij een vriend van hem op de verjaardagskalender staan. De vriend was de vader van een aangetrouwde neef van mij. Zijn vrouw, mijn nicht, kon bevestigen dat ik inderdaad de Loes Wijffels uit Den Bosch was. Ze gaven mijn toenmalige woonadres door aan de oudleraar Nederlands. Het kwam niet tot een contact en beiden verhuisden we meermaals. Toen hij mijn naam in Nijmegen-Oost weer tegenkwam, deed hem dat opnieuw aan het boekje denken. En na de foto's bij Sonja Barend maakten we een afspraak. Mijn oudleraar viste uit een doos het nauwelijks versleten boekje én de brief uit '98. Het ontroert me nog dat het 40 jaar op me heeft liggen wachten. Van de zomer ga ik het (weer) lezen. Een schot in de roos.

Heb jij ook zo genoten van deze krant?

Wijkkrantprofessionals nu ook beschikbaar

Elke maand tonen de betrokken communicatieprofessionals van onze redactie hun vakmanschap. Ze schrijven vrijwillig mooie verhalen, ontwerpen wervende advertenties en maken prachtige foto's. Ook zorgen ze voor een aantrekkelijk vormgegeven krant die iedereen leest, een eindredactie binnen de deadline en een drukbezochte website en social media.

We hebben goed nieuws!

Onze zelfstandige professionals zijn nu ook voor jou beschikbaar.

- Dus wil je mooie foto's? Portretfoto's of bijzondere reportages.
- Een mooi opgemaakte flyer, poster, of advertentie?
- Iemand die een goed verhaal schrijft of je helpt bij je online vindbaarheid en socialmediastategie?
- Of gewoon eens sparren over hoe je het beste kunt communiceren met je doelgroep?

advertenties@nijmegen-oost.nl/024-2022258

Anna Bakker, tekstschrijver en levensverhalenschrijver,
06-22363599, www.levensverhalen.nu

Loes Wijffels, verslaggeving, interviews, columns,
eindredactie, 06-14317579

Ton Burgers, vormgeving, tekstcorrectie,
024-3603383, www.a-formaat.nl



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