



de Wijkkrant

Mei 2019

voor Nijmegen-Oost



Foto:
Mohanad Ataya

Van de redactie

Bij de voorpagina

De wereldberoemde salsatrompettiste Maite Hontelé heeft zich verbonden aan de Music Meeting, het driedaagse muziekfestival dat dwars door stijlen, genres en culturen gaat. Maite heeft een doel: meer vrouwen in de muziek!

Van de redactie:

Soms ontstaan er toevalligheden in het leven. Ook onze redactie overkomt dat wel eens. Zo interviewde Karin Veldkamp voor deze Wijkkrant twee mensen die in dezelfde maand van Bottendaal naar Nijmegen-Oost bleken te zijn verhuisd. Bovendien hebben de twee hun hele lagere-schooltijd bij elkaar in de klas gezeten. Het gaat hier over Annigje de Winter en Sinan Can. Lees over deze twee wijkbewoners in deze Wijkkrant

Verder in deze Wijkkrant

Lotte bakt ze zoet

17 Proefkonijn ondergaat reading

Wat is er aan de hand in de Van Nispenstraat?

24 Loop deze wandeling... uit 1880

Wat gaat de Wijkkrant nu weer doen...?!

6 Journalist Sinan Can verse Oostbewoner



Boek over Sandor Joó: 'Een leven voor de kunsten'

Op 10 mei presenteerde onze eindredacteur, Loes Wijffels, in de Vereeniging haar boek over het leven van de Nijmeegse oud-schouwburgdirecteur Sandor Joó: 'Een leven voor de kunsten'. Sandor was van Hongaarse afkomst, werd in ons land cellist en dirigent en later schouwburgdirecteur in Enschede, Almelo en Nijmegen. Daarnaast gaf Sandor trainingen bij het Han Fortmann Centrum op het gebied van sjamanisme en intuïtieve ontwikkeling. Hij heeft veel betekend voor het herstel van de Vereeniging dat in de jaren 70 behoorlijk was aangeast en in verval dreigde te raken. Sandor Joó overleed vorig jaar op 78-jarige leeftijd.

Het boek is voor 18,50 euro te bestellen door een mail te sturen naar gvisser6tulp@gmail.com.



Hoeveel Eurovisie heb jij?

May I have your votes please? Nog een paar dagen en dan zijn de Europese verkiezingen. De opkomst bij de vorige verkiezingen was maar 37% in ons land - in België 90%. Nederland is Eurosceptisch geworden. Welk land verwierp de Europese grondwet het eerst? Waar werd het meest gezeurd over geld voor Griekenland? Ook het Oekraïne-referendum pakte uit als een stemming tegen Europa. Nederland is Europa kennelijk zat: onmachtig of té machtig, onbekend, bureaucratisch, ondemocratisch, geldverspillend, ver-van-mijn-bed...

Maar zo ver is Europa nou ook weer niet: 96 projecten in Nijmegen worden medefinancierd door de EU, waaronder vijf in Nijmegen-Oost; de meeste daarvan houden zich bezig met innovaties op medisch gebied.



De EU is gegrondvest op een groots ideaal. De economie vormt de kern van dat ideaal: als onze economieën vervlochten raken, zal de vijandschap afnemen, was de gedachte. Er is al 70 jaar geen oorlog meer tussen de lidstaten van de EU. Daarvoor ging het binnen 30 jaar twee keer heel stevig mis en dat kostte 70 miljoen mensen het leven. Oost-Europa zuchtte aansluitend 45 jaar onder een communistisch juk en kan nu eindelijk ook delen in de welvaart van een moderne, open samenleving. De EU heeft democratie en mensenrechten verbreed. En daarnaast gezorgd voor een strikte natuur-, milieu-, consumenten- en privacybescherming.

De as Duitsland-Frankrijk is sterk, maar kan niet aan 27 lidstaten zijn wil opleggen. Er moeten coalities worden gesmeed, waarbij juist vele kleine landen de doorslag geven. Inwoners van kleine

landen hebben overigens relatief meer te vertellen dan die van grote, bijvoorbeeld doordat elk land één commissaris levert, ongeacht zijn grootte (Nederland zelf is trouwens niet zo'n kleine lidstaat: wij zijn nummer 7 van de 27 qua inwonertal en nummer 4 qua economie) Laten we inspiratie halen uit het Eurovisie-Songfestival. Tussen 2005 en 2012 haalde Nederland niet één keer de finale. Met de inzending van de Toppers en stadsgenoot Sienke leken we het Songfestival zelfs niet meer serieus te nemen. Maar het roer ging om in 2013, toen weer een eersteklas zangeres werd gestuurd (Anouk): sindsdien haalde Nederland in vijf van de zes edities de finale. (Je weet zaterdag waar we dit jaar zijn geëindigd, ik nu nog niet!) Het songfestival wordt weer serieus genomen, nu Europa nog! *So, may I have your votes?*

Reacties? k.goutbeek@gmail.com

Kor Goutbeek column



Tekst: Marjon Spoorenberg

5

vragen
aan de kleine
ondernemer



Foto: Marc van Kempen

Nijmegen-Oost barst ervan: er wonen en werken heel veel ondernemers in onze wijk. Elke maand stellen we aan één daarvan een aantal vragen: deze maand aan Lotte Berntsen, eigenaresse van Zoet, een bakstudio aan de Broerdijk waar je taarten kunt bestellen.

Waarom ben je taartenbakker geworden? “Na mijn studie SPH ben ik gaan werken als pedagoo, maar in mijn werk miste ik creativiteit. Toen dacht ik: ik wil voor mezelf beginnen, maar weet niet wat. Ik hield me altijd al bezig met ‘foodstyling’, iets maken wat er mooi uitziet. Ik ben toen gaan werken in de keuken van een lunchroom en zo ben ik taartenbakker geworden. Ik begon met taarten bakken voor vrienden en familie, maar op een gegeven moment kon ik de taarten niet meer kwijt in mijn eigen koelkast en vroeg regelmatig aan vrienden of ik mijn taarten bij hen in de koelkast kwijt kon. En toen werd het dus tijd voor een eigen onderneming. Vorig jaar juli kwam dit pand vrij aan de Broerdijk en die kans heb ik met beide handen aangegrepen.”

Hoe ziet een werkdag er voor jou uit? “Op maandag en dinsdag doe ik de inkoop en houd ik de administratie en sociale media

bij. Dat doe ik thuis. Van woensdag tot en met zaterdag ben ik aan het bakken op de Broerdijk. Ik ben er woensdag, donderdag en vrijdag de hele dag en op zaterdag alleen de ochtend. Als het druk is, ben ik doordeweeks ook ’s avonds aan het bakken en het komt wel eens voor dat ik dan pas om 23.00 uur naar huis ga. Mensen kunnen op de dagen dat ik op de Broerdijk ben binnenlopen om hun bestellingen door te geven. Maar ze kunnen niet binnenlopen om meteen een taart mee naar huis te nemen. Ik heb geen winkel maar een productiebedrijf, een bakstudio. Een uitzondering hierop is de zaterdagochtend. In de vitrine heb ik dan wat taartpunten en cupcakes staan voor de verkoop.”

Wie zijn jouw klanten? “Mijn klanten zijn voornamelijk jonge mensen en gezinnen met kleine kinderen. Zij willen graag een speciale taart omdat ze gaan trouwen of voor een verjaardag. Maar ook komen er jonge meiden in mijn studio die iets te vieren hebben en daarvoor een speciale taart willen bestellen. Tot mijn klantenkring behoren ook een aantal lunchrooms waarvoor ik elke week taarten bak en ik heb cateringopdrachten voor bedrijven, zoals de Radbouduniversiteit. Een keer in de maand geef ik workshops op inschrijving. Deze workshops worden vaak gebruikt voor vrijgezellenfeestjes of voor bedrijfsuitjes.”

Wat is jouw specialiteit? “Ik heb geen vast assortiment, bak niet volgens een boekje. Mensen kiezen zelf het formaat en de smaak. Ze kunnen ook een thema kiezen. Ik ga er dan mee aan de slag en als ze de taart komen halen is het voor hen een verrassing. Ik werk niet met fondant en marsepein, dat is vaak veel te zoet en gaat ten koste van de kwaliteit. Als mensen voor een thema kiezen dan maak ik geen platte taart maar een driedimensionale. Voor kinderen zet ik er dan wat plastic figuurtjes bij. Als de taart op is, kunnen ze nog met die figuurtjes spelen. Mijn kwaliteit zit in de afwerking, ik wil dat het er allemaal heel mooi uitziet. Ik zie dat dit gewaardeerd wordt want mijn klantenkring wordt steeds groter.”

Wat zijn jouw toekomstplannen? “Voorlopig ben ik nog wel te vinden op de Broerdijk. Ik ben warm onthaald in de buurt en mensen kunnen hier gratis parkeren. Als het zo door blijft groeien zou ik misschien naar een groter pand kunnen verhuizen. Ook heb ik wel eens gedacht aan een foodtruck, maar dat is allemaal toekomstmuziek. Qua plek heb ik het hier reuze naar mijn zin.”

www.zoet-nijmegen.nl. Voor bestellingen kun je de Broerdijk op nummer 77a binnenlopen of een mailje sturen naar: zoet.nijmegen@gmail.com.

Goed zien en er goed *uit*zien!

Kom naar dé
opticien in uw buurt:



Dé opticien in de buurt
Daalseweg 9, Nijmegen
Tel. (024) 323 09 17
www.geerlingoptiek.nl

**i.v.m. onze vakantie zijn
wij gesloten van dinsdag
4 juni t/m zaterdag 8 juni**

Dit jaar kan de vergoeding van uw verzekering veranderen. Wij kunnen voor u nakijken of u dit jaar nog recht heeft op vergoeding van uw verzekering.

CAFETARIA *Tweety*



Biologische cafeteria: uniek voor Oost-Nederland

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

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

Nieuw bij ons verkrijgbaar:

Draadjeskroket Vega, Draadjesbitterballen Vega
Vegetarische Kipcorn, Vlammetjes Veggie

Wij hebben keuze uit 5 soorten Friet:

Verse friet, Franse friet, Vlaamse friet, Bio Friet en Ras Patat.
De saus mag natuurlijk niet ontbreken!
Fritessaas, Eivrije Mayo, Bio Mayonaise, Vlaamse Mayonaise
Proef ook eens onze echte ambachtelijke satésaus

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

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

www.cafetariatweety.nl / Broerdijk 154 / Tel: 024 360 08 01
7 dagen per week geopend van 12.00 tot 21.30u.

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



Karin
Veldkamp

Bevlogen, kwetsbaar en onsterfelijk

nog voor de keuze staan of ze het theatervak in willen, voor mij een mooie combinatie van mijn 'oude' werk en theater. Dat is genieten en waardevol en er is geen andere plek waar ik mijn liefde voor het vak zo kan promoten."

van het decor, heb ik met heel mijn zijn gekozen. En na afloop kunnen mensen zeggen: ik vond het niks. Dan vraag ik mij af welk stukje van mij niet mooi is.

Theatermaker Annigje de Winter speelt, regisseert, traint en geeft les. Ze is bevlogen en gepassioneerd over haar vak. Als kind wist ze al dat ze later toneelspeler wilde worden. Toch koos ze pas op haar 28ste voor de toneelacademie. "In vier jaar tijd werd ik tien jaar ouder. Ik moest echt met de billen bloot. Het was een fantastische opleiding, maar ik ging er ook half dood."

Annigje 'ruilde' Bottendaal in voor Nijmegen-Oost. "Ik vond Bottendaal toch wat dynamischer. Het wij-gevoel is daar groot. Dit is een fantastische wijk. Maar toch..." In 2011 nam ze ontslag als lerares in het basisonderwijs en begon voor zichzelf als theatermaker. Ze startte een soort werkveldoriëntatie als regie-assistente bij Rik Luymes, die indertijd betrokken was bij de Prateur in de Honigfabriek. "En eigenlijk ging het daarna vanzelf", vertelt Annigje met (nog steeds) een lichte verbazing. "Ik werd door improvisatiegroep Pit gevraagd hen te trainen. Er komen veel groepen bij Pit kijken die mij vervolgens ook benaderden. Ik heb dus nooit werk hoeven generen. Ik krijg altijd keileuke aanbiedingen. Daarnaast geef ik ook les aan jongeren rond de vijftien die

Annigje regisseerde afgelopen jaar theatergroep Blic, die op 19 mei voor de derde keer in de Lindenberg staat. "Ik maak voorstellingen over het onvermogen van de mens en dat kan ik alleen door heel mijn hart op tafel te leggen. De voorstelling van Blic gaat over zinloosheid of eigenlijk vieren we dat er geen zingeving bestaat, behalve dáár waar we zelf zingeving aan geven. Samen met spelers leg ik het 'menselijk struikelen' onder de loep. We verzamelen bakken met materiaal rondom dit thema. In de voorstelling die daaruit voortkomt gaat het vooral over mijn persoonlijke dilemma's. Als het af is, leg ik aan iedereen die het wil horen uit waarom ik bepaalde keuzes heb gemaakt. En dat kan pittig zijn omdat het ook over mij gaat. Dus ondertussen ga ik zeven keer dood. Ja, dat voelt echt zo. Want voor elk stukje tekst, elke beweging, de locatie of een onderdeel

"Bij jongeren kan ik mijn liefde voor het vak promoten"

Qua toekomst heeft Annigje ook wel wat dromen. "Ik zou zo graag een productie met professionals maken waaraan ik fulltime kan werken. Dat mis ik nu. Ik doe veel dingen maar ben vaak slechts twee uur per week betrokken bij een gezelschap. Op dat moment zit ik er helemaal in, maar dat raak ik gedurende de week kwijt. Tegen die tijd dat ik weer ga, moet het uit mijn tenen komen. Het lijkt me zalig de dag daarna gewoon verder te kunnen gaan, me helemaal onder te dompelen en pas weer adem te halen als het af is."

Op 25 mei staat Annigje met theatercollectief TG De Winter met 'Nu even wel/nu even niet', een stuk van Maria Goos, in Lux. Kaarten verkrijgbaar via de website van Lux.

Foto: Annigje (midden) tussen haar cursisten.



Programmamaker/journalist Sinan Can

Sinan Can werd landelijk bekend nadat hij in 2006 met Jos van Dongen de uitzending de Heilige Ayaan voor Zembla maakte. Series als 'In het spoor van IS', 'De verloren kinderen van het Kalifaat', 'De Arabische storm' en 'Bloedbroeders' kregen lovende kritieken. In 2016 ontving hij de prijs Journalist voor de vrede, uitgereikt door het Humanistisch Verbond. Hij verhuisde in januari naar Nijmegen-Oost.

Sinan Can is geboren en getogen in Bottendaal, maar maakte toch de keuze om zijn 'geliefde' wijk in te ruilen voor Nijmegen-Oost. "Bottendaal is zo'n wijk waar je eigenlijk niet weg wil", steekt Sinan van wal. Veel te vragen hoeft ik niet want hij praat wel. "Maar Oost is geen onbekend terrein. Net na de afronding van mijn studie woonde ik vier jaar in de Sweersstraat, maar ging daarna terug. Nu heb ik definitief gekozen voor Oost. We wilden wat groter wonen. We hebben op meerdere plekken gekeken en uiteindelijk bleken de woningen in Oost goedkoper dan in Bottendaal. En het is er rustiger. Dat laatste is belangrijk want ik heb genoeg gedoe gehad met bedreigingen. Naar aanleiding van de documentaire Bloedbroeders kwamen mensen naar Nijmegen in de hoop mij tegen te komen. Dat is niet gebeurd, maar het voelt niet fijn natuurlijk. In Oost ben ik toch wat lastiger te vinden. En ik zocht dezelfde geborgenheid die ik van Bottendaal ken. Daarmee bedoel ik dat ik me op mijn gemak voel en contact heb met de buurt. Een soort sociale controle, maar dan op de goede manier. En dat is gelukt. We zijn echt welkom geheten door de buurt. Het is er heerlijk wonen en qua sfeer heeft het wel iets van Bottendaal, alhoewel die wijk dynamischer is."

Brute werkelijkheid

Zijn leven als journalist is niet altijd vrolijk. Wie zijn documentaires kent, herinnert zich vast de puinhopen waar hij doorheen loopt en de strijders op de straat die selfies maken met lijken als 'decoratie'. Met een kogelvrij vest loopt hij rond, zichtbaar aangedaan door de brute werkelijkheid. Sinan ziet dit als onderdeel van het vak. "Mijn werk hoeft niet leuk te zijn. Ik vind het vak leuk, maar wat ik tegenkom, is niet leuk. Maar ik vind het belangrijk om die verhalen te vertellen, zodat mensen misschien iets minder hard oordelen en zich iets meer kunnen verplaatsen in het leed van anderen. Wij zijn makkelijk in het veroordelen van mensen zonder dat we de keuzes snappen. Als ik mensen over Syrië hoor spreken, vraag ik me wel eens af of men be-

seft waar deze mensen vandaan komen. Ik vind dat je mensen onrecht aandoet door over iedereen hetzelfde te denken. Bij 'De klas van Elias' zie je dat het betreffende gezin er echt wat van wil maken. Dat moeten we óók vasthouden. Veroordelen is namelijk best makkelijk, vooral als je de materiële zaken ziet die vluchtelingen bij zich hebben, zoals een mobieltje. Maar voor vluchtelingen is dat de enige manier om de route te bepalen en contact met het thuisfront te houden. Dus focus je daar niet op, maar verdiep je erin. En natuurlijk mag je ook streng

tje de voorste zijn met een schenking als het om een gebouw in Parijs gaat, zodat men internationale bekendheid krijgt. Gewoon een ordinaire PR-stunt."

Zijn liefde voor Nijmegen is groot. N.E.C. is zijn clubje, hij is bestuurslid van stichting Weiland, schrijft elke zaterdag 'de Ontmoeting' voor de Gelderlander en was ook zidelings betrokken bij Green Capital. "Toen mijn oude biologieleeraar dat hoorde, zei hij: Sinan denkt ook dat hij overal verstand van heeft."

"Wij zijn makkelijk in het veroordelen van mensen zonder dat we de keuzes snappen"

zijn. Als er honderd Albanezen naar Nederland komen, kan dit ten koste gaan van honderd andere mensen die uit een oorlogsgebied komen. Dan is de vraag 'doe je een ander te kort?' Dus we mogen daar best streng naar kijken zonder te generaliseren."

Kinderen de dupe

Sinans gevoel voor rechtvaardigheid gaat niet alleen over verre grenzen, maar ligt ook dicht bij huis. In eigen land voelt hij eveneens het onrecht. Vooral het lot van kinderen grijpt hem aan. "In Nederland bijvoorbeeld kopen mensen een tv op afbetaling en komen daardoor in de schulden. Ook dan wordt er meteen geoordeeld. Ja, er zijn mensen met onverantwoord gedrag, maar de kinderen zijn daar vaak de dupe van. Je kunt het als land laten zitten óf afspreken dat wij als samenleving de verantwoordelijkheid nemen voor mensen die slecht kunnen omgaan met geld. Ik vind het een schandvlek dat er kinderen in armoede leven in Nederland en mis daarin de solidariteit op zijn tijd."

Ordinaire PR-stunt

Sinan is bevlogen en heeft een heldere, kritische blik. Met passie vervolgt hij zijn kijk op het leven: "Neem nou de Notre Dame. Het doet mij pijn dat die is afgebrand en ik vind het hartstikke mooi dat er in één dag 700 miljoen is opgehaald voor de opbouw. Ook een Nederlander schonk zeven ton. Maar wat als ik dezelfde BN'er zou vragen om zeven ton te schenken voor de 300.00 kinderen die in Nederland op of onder de armoedegrens leven? Ik ben bang dat hij dat niet doet. Het stoort me dat mensen haan-

Burgervader

Sinan wil ook best wel, ooit, burgemeester van Nijmegen worden. Maar eerst mag er weer een vrouw aan het roer. "Nijmegen heeft een meerderheid aan vrouwelijke inwoners en dat maakt de stad toleranter en geeft het andere geuren en kleuren. Ik kom zelf uit een familie met sterke vrouwen en ben een beetje tussen hen grootgebracht. Mijn moeder was voorzitter van de Turkse vrouwenvereniging. Ik zag dat vrouwen met veel dingen moesten dealen, van huiselijk geweld tot analfabetisme en onderdrukking. Ik zie die strijd al 41 jaar. En niet alleen hier. Ik heb het ook in het Midden-Oosten gezien. Vrouwen die vechten of stelling nemen tegen IS of de Taliban. Dan krijg je wel respect. Maar ook in Nederland, waar alles zo goed is geregeld, zie ik de gebreken met betrekking tot vrouwenrechten. Met argumenten dat vrouwen niet kunnen onderhandelen over hun salaris en andere onzin, heb ik helemaal niks. Vrouwen moeten hetzelfde betaald krijgen als mannen. Daarvoor zijn er gewoon schalen en cao's."

Het was ooit als grap bedoeld maar Sinan staat duidelijk niet afwijzend tegenover dat burgervaderschap. "Maar alleen als ik gekozen word en zonder partij achter me", is zijn stellige overtuiging. "Ik heb het ooit gezegd als liefde en uit dankbaarheid voor deze stad. Mijn opa kwam in 1964 naar Nijmegen en hij voelde zich warm ontvangen. Hij sprak altijd liefdevol over Nijmegen en mijn vader ook".

Op de foto hiernaast geeft Sinan Can een bevlogen college over vrijheid, afgelopen zondag 5 mei, in de openbare bibliotheek Mariënborg.

Journalist van de vrede



Tekst: Karin Veldkamp
Foto: Bert Hendrix

VRI
JHE
IDSC
OLL
EGE
S7

leges over
Four Freedom
n Roosevelt

Jouw spullen ook op deze pagina? Plaats gratis!



Heeft u nog oud **DOKA** - **fotopapier** of zwart-wit-negatieven van Nijmegen-Oost 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 ben een man van 51 jaar en zoek een **wandelmaatje** voor zondagmiddag, om de 2-3 weken. Wandeling ca. 5 km in de omgeving. Vind je het leuk, stuur dan een Whatsapp-bericht 06-33738960

Unieke **design retro salontafel** op wielen met bergruimte. Formaat 120x41cm (incl wielen). In zeer goede staat. Nieuw 800,-. Bieden va.a 145,-. Tel. 06-29044309

Ik ben bezig met een **inzamelingsactie** voor de jeugd van 2 voetbalclubs in Nieuw-Guinea (Indonesië). Vorige maand is het gebied getroffen door watersnood. Het gaat om gebruikte voetbal-spullen als broekjes, schoenen, sokken en shirts. 06-52607651

Tijdelijk te huur **ruim appartement** voor één of twee personen met tuintje in Nijmegen-Oost, bo-menbuurt. 06-22666193

Oud speelgoedtreintje, ongeveer 1964, voor de liefhebber gratis af te halen. Ooit gekocht bij de Hema. Tel. 024-3230452.

De Hortus zoekt schaduwplanten, longkruid, walsteinia, vinca major monnikskapen. Mail graag via: contact@hortus-nijmegen.nl.

Gezocht: huurwoning met tuin waar onze zoon deze zomer zijn eerste stapjes kan zetten. Liefst in de buurt van de universiteit en/of centrum. 06-19415419, chris_kooloos@hotmail.com

In prima staat: **Yapp Mini fietszitje** voor voorop, zwart. Zonder adapter, maar deze is los te bestellen. Prijs €30,-. 06-22426242

Badmintonclub (40+ m/v) heeft ruimte voor nieuwe aanwas. We spelen vrijdags vanaf 18:30 in sporthal Bottendaal. 0653869980 of robvanwieringen@telfort.nl

Woningruil. Wij hebben een ruime huurwoning in Hengstal, met 4 slaapkamers (1 erg

groot en 3 kleinere) en een ruime achtertuin met veranda in een rustige (verkeers-luwe) straat. Aangezien we flink kleiner willen gaan wonen bieden wij ons fijne huis aan. Wij zoeken een klein appartement met 1 slaapkamer in Nijmegen oost (max huur 500 euro). We willen woningruil vanaf ongeveer september 2019. Voorwaarde is overname van o.a. de veranda achter het huis. Info: Marsha, 06-41241668

Te koop: **2 Tripp-trapps**, allebei veel gebruikt dus opknappers. Voor €15,- per stuk op te halen. ferrie.hanneke@gmail.com

Woningruil. Mijn fijne appartement op het Limosterrein is helaas te klein nu mijn kleinkinderen regelmatig komen logeren. Om die reden wil ik deze graag ruilen met een grotere woning, met minimaal 2 slaapkamers in Nijmegen Oost. Mijn comfortabele zeer rustig gelegen appartement is op de begane grond, schoon, zeer veilig en geschikt voor maximaal 2 personen. Omdat het appartement beneden de huurgrens ligt is huurtoeslag mogelijk. 06-52651633

Wij hebben nog ca. 200 donker-grijze **dakpannen**, origineel fabricaat Berg en Dal liggen. Gebruikte staat. Een paar zijn er beschadigd. Overnemen: €80,-. 06-54662950

Ruime **4-persoonstent** type Pyramide, beige katoen met donkergroene kleur. Met gastoestel en gaspot en 2 kastjes en 2 windschermen en tentzeil en tentmat. Prijs na overleg. tel. 024-3781005

Meubels gratis af te halen: salontafel 120 x 60 cm, een eenvoudige IKEA bureau, 06-44866522

Te koop: ***Donzen jas Esprit**, maat 38 en ook geschikt voor de winter. Prijs: €35. ***Antieke petroleum hanglamp**, €50,-. In goede staat. Interesse: jea.polman@gmail.com

Zoekt u een **oppas voor uw kinderen**? Ik ben een jongen van 14, woon in Nijmegen-Oost en vind het leuk om op kinderen te passen. Heb ook ervaring! Stuur me een berichtje op 06-44335592.

Aangeboden 1-persoons-bed voor **4Daagsewandeltocht** m/v met gebruik van douche/toilet, vol-pension 4 nachten, maandag tot en met vrijdag op eigen kamer €165 all-in. De woning is heel goed bereikbaar 10 minuten van het Centraal Station en de Wedren, in zeer rustige buurt! 06-34436836

Ik zoek een **sterk persoon**, die laminaat naar boven kan brengen (1 hoog). Mijzelf lukt het niet. Tegen betaling. 06-81655081

Namens mijn vriendin bied ik aan **ter overname een hond**. Wegens omstandigheden moet zij helaas afstand doen van haar hond en zoekt zij een geschikt en fijn adres voor Susi, 2.5 jaar jong en levendig en speels. niekedeling@gmail.com Telefoon: 024-3565660

Twee zwarte Chinese boekenkasten (hoogte 215 cm, breed 95, diep 40 cm) en een Chinees rood tv-meubel (breed 100 cm, diep 50 cm, hoogte 50 cm). In goede staat, € 125,- per kast. 06-29017166

Ik ben een man van 52 jaar en zoek aansluiting bij een bestaand of nieuw op te richten **eetclubje**. Om de circa 2/3 weken koken voor elkaar. Hoeft niet hoogstaand culinair te zijn: gaat me ook om de gezelligheid en nieuwe mensen leren kennen. Leeftijd tussen ca 40 en 55 jaar. a.meijrink66@gmail.com

Tegen kleine vergoeding aangeboden mooie **witte Duitse piano** uit de jaren 20/30. Is nog in goede staat, moet wel opnieuw gestemd

Prikbord

worden. 024-3227639 of 0625080462

Accuschroevendraaier 3,6 V met adapter, merk Bosch. Vraagprijs € 30,00. pelse052@planet.nl

Gratis op te halen: ongeveer 9 **'broodjes'** klei van 10 kg. De meeste zijn grove chamotte. Zonde om weg te gooien, hopelijk kan ik er iemand een plezier mee doen. ferrie.hanneke@gmail.com

Graag kom ik al uw **overtollige boeken** ophalen (geen tijdschriften). Voor de betere collecties geef ik uiteraard een vergoeding. Bel Filiep Manger 06-50446278

Gratis **betonnen hoekstenen**, voor rand van terras of om perk te maken. 46 stuks, 23 cm x 23 cm (korte zijden). Ook gratis **borderstenen**, ±10 meter. 06-29017166

Te koop: **Konijnenhok** (gebruikt) voor binnen, 57 x 95, 37 cm hoog. Met binnenhokje en ruif. Ophalen: €10,- ferrie.hanneke@gmail.com

Graag zou ik mensen ontmoeten die geïnspireerd zijn door: **De kracht van de gedachten!** Wordt meester over je gedachten! De kracht van gedachten maakt mensen bewuster en het kan mooie dingen te weeg brengen is mijn ervaring. De kracht van gedachten kan mensen steunen, stimuleren en inspireren! Ben je geïnspireerd, bel 024-3445030.

In Nijmegen-Oost, per direct een prachtig stuk achtertuin aangeboden waar een prachtige moestuin van gemaakt kan worden. Voor verdere info: 024-3558144. Tuin-gereedschap is aanwezig.



Wijkbeeld



Tekst & foto:
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?

De feestdagen volgen elkaar in een rap tempo op. Pasen, Koningsdag, 4-5 mei en dan op 12 mei Moederdag. En zo kom ik op het Mariabeeld van Albert Meertens. (Wageningen 1904 -Nijmegen 1971). Maria met kind staat op de Berg en Dalseweg 40 bij de Mariageboortekerk, een rooms-katholiek kerkgebouw aan het Mariaplein in neogotische stijl. Johannes en Jules Kayser waren de architecten. Het is nu een rijksmonument en maakt deel uit van de Parochie Heilige Stefanus met 7 andere kerken in Nijmegen. Op de sokkel van het beeld staat: - Ave Maria - Voor katholieken is Maria de belangrijkste heilige: Heilige Maria, Moeder van God.

Ik heb een protestantse moeder en een katholieke vader. Bij haar trouwen heeft mijn moeder moeten beloven dat zij hun kinderen katholiek zouden opvoeden. Wij zijn vrij en ruimdenkend opgevoed, maar toch schiet een zinnetje van het 'Weesgegroeit' door mijn hoofd bij het zien van dit beeld: 'Wees gegroeit, Maria, vol van genade'. Onlangs kreeg ik van mijn moeder de rozenkrans van mijn opa. Hij hangt boven mijn piano en heeft een hedendaags spiritueel effect van verzachting door de mantra van dat ene zinnetje: 'Wees gegroeit, Maria, vol van genade'. Hiermee groet ik eigenlijk mijn moeder en kleine ergernissen verdwijnen. Moederdag is voor mij heilig. PS: ooit van *Marialogie* gehoord?



Vitaliteit

Tips van diëtiste Daphne van den Berg

Het begint warmer te worden, heerlijk natuurlijk. Maar dat zorgt er ook voor dat het lichaam meer vocht nodig heeft. In het teken van vitaliteit is het daarom van belang dat er voldoende gedronken wordt. De nieren zijn één van de filtersystemen in ons lichaam en het is van belang dat wij deze doorspoelen. Dat wordt doormiddel van water drinken en uitplassen gedaan. Nu is het zo dat met de leeftijd de dorstprikkel afneemt. Hierdoor ben je minder geneigd om wat te drinken, terwijl je per dag zo'n 1,5 tot 2 liter wa-

ter moet binnen zien te krijgen. Daarom geven wij tips om er voor te zorgen dat met het prachtige weer op komst de vochtinname optimaal blijft.

Drink uit grote glazen Hierdoor zorg je ervoor dat het glas minder snel leeg is en drink je automatisch meer.

Zet het water in je gezichtsveld Hoe vaker je het ziet, hoe meer je de neiging hebt om ook daadwerkelijk te drinken. Anders kan het zo aan je voorbij gaan, zeker als de dorstprikkel ook niet optimaal is.

Zorg dat je altijd een flesje water bij de hand hebt Nu zit je nooit meer zonder. Ga je wandelen, fietsen of de stad in neem dan een flesje water mee. Kies voor een duurzame fles van glas of van gerecycled plastic. In Nijmegen hebben we genoeg waterpunten om je fles bij te vullen.

Hou bij hoeveel water je drinkt Zo weet je wat je al hebt gedronken en dus ook wat je tekort komt. Dit kun je doen door uit flesjes van een halve liter te drinken; schenk het water via een waterkan van één liter in je glas, als je dan anderhalf tot twee kannen op hebt weet je dat je voldoende hebt gedronken. Je kunt natuurlijk ook gewoon een maatbeker gebruiken. Dit hoeft je niet dagelijks te doen, maar zo krijg je inzicht in hoeveel je drinkt.

Maak het water smaakvoller Vind je water maar saai smaken? Geef het dan een smaakje. Niet met aanmaaklimonade, maar met vers fruit. Voeg er een schijfje citroen aan toe of een blaadje citroenmelisse of verse munt.

Drink meteen als je uit je bed komt Drink meteen nadat je bent opgestaan een glas water. Door de nacht heen heb je geen water gedronken en heb je het lichaam niet kunnen hydrateren, het heeft dus zeker wel behoefte aan vocht.

Stel het bijvullen niet uit Haal meteen nieuw water als je de laatste slok uit je glas neemt. Stel dit niet uit, want van uitstel komt afstel. Tussendoor toch even de krant lezen of nog even de was ophangen. Als het glas niet gevuld staat

Meer slokken tegelijk Verhoog je dosis vochtinname door elke keer als je een slokje neemt er meteen nog twee slokken achteraan te nemen. Dit helpt ook als het niet lukt om door de dag te drinken, dan is het niet erg als je in één keer een grote hoeveelheid drinkt.

Met deze tips kunnen we het lichaam goed hydrateren en zijn we wederom op weg naar het gezonde leven.



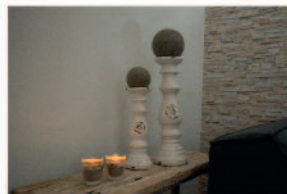


Dierencrematorium Nijmegen

| Voor een waardig afscheid van uw huisdier

*"Het is een verdrietig en emotioneel moment
als uw huisdier komt te overlijden."*

Wij begrijpen dat als geen ander en daarom doen wij er alles aan om samen met u tot een passend afscheid van uw geliefde huisdier te komen. Dierencrematorium Nijmegen besteedt alle aandacht aan de crematie. Een respectvol afscheid doet recht aan de liefde voor uw huisdier en de emoties die het verlies met zich meebrengt.



Bij Dierencrematorium Nijmegen kunt u in onze afscheidshuiskamer in alle rust en een aangename sfeer met een kopje koffie en/of kopje thee afscheid nemen van uw geliefde huisdier.

Wij zorgen voor een luisterend oor en een helpende hand

*"U beslist wat u wilt
en hoe u het wilt!"*



Dierencrematorium
Nijmegen



Dr. de Blécourtstraat 76
6541 DK Nijmegen
+31 (0)24 212 0996
+31 (0)6 2606 6563

info@dierencrematorium-nijmegen.nl
www.dierencrematorium-nijmegen.nl

FIT DE ZOMER TEGEMOET? DE SPECIALISTEN VAN FYSIOPLUS STAAN VOOR U KLAAR!

40 JAAR
1979-2019



Rozendaal/Nijmegen-Oost



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

024 - 323 04 24

WINNAAR 'TOEGANKELIJKHEIDSPRIJS'
VAN DE GEMEENTE NIJMEGEN

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

Wijknieuws

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

Expositie Nancy Kerkhofs



Zondag 2 juni wordt we in Stip Oost aan de Elzenstraat om 17.00u. de expositie geopend van Nancy Kerkhofs uit de Spoortbuurt in Hengstdal. Na haar opleiding docent beeldend vorming besloot ze om al het geleerde los te laten en als kunstenaar verder puur intuïtief te werk te gaan. Ze is mindful en intuïtief een aantal schilder- en tekenprogramma's gaan maken onder de naam PaintYourBliss. Ze richt zich daarmee op de meest voorkomende reactie van mensen: "Ik kan helemaal niet tekenen." Nancy toont op de expositie intuïtief geschilderde portretten, gewassen inktportretten en one-liners. Voor meer informatie kun je kijken op facebook.com/nancy.kerkhofs.14. De expositie duurt t/m 20 juni. Openingstijden ma. t/m do. 13.30-16.30u en wo. ook nog in de

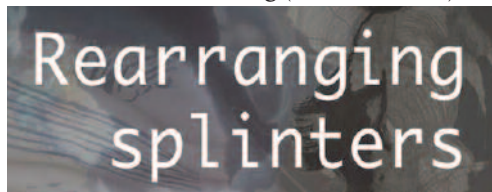
ochtend 09.30-12.00u. Tot en met do. 30 mei kun je in Stip Oost nog de expositie met grote kleurrijke schilderijen van Joke Poot.

16 juni festival "Hengstdal, wijk van de toekomst"

Op zondag 16 juni is er voor de bewoners van Hengstdal van 11- 18 uur een festival op het plein aan de voet van de Christus Koningstoren. Alle leeftijden kunnen hier op vrolijke wijze aan de slag met alternatieven voor aardgas, biodiversiteit, aanpassing aan klimaatverandering en andere thema's gericht op de toekomst. Het festival wordt georganiseerd door de wijkgroep Duurzaam Hengstdal. Op het programma staan onder andere muziek en lekkere hapjes, een pubquiz, een demonstratie koken met inductie, ruil de tegel uit je tuin voor een plantje, wedstrijd klimaatdrammen, welk Keurmerk kan ik vertrouwen? en knutsel je eigen zonnecollector. Meer informatie volgt in de volgende Wijkkrant en op <https://nijmegen-oost.nl/groep/duurzaam-hengstdal>

POPOP in mei en juni

Rearranging Splinters. Opening 18 mei 13:00 uur. Daarna 19, 25, 26 mei en 1, 2 juni 12-17u. Een tentoonstelling (Elzenstraat 4b) van



vijf beeldend kunstenaars met elk een eigen fascinatie, overtuiging en beeldtaal. De een gaat uit van puur zuiver materiaal, de ander combineert verschillende media tot een meerlaags, meer filosofisch werk. Ondanks, of misschien wel dankzij deze verscheidenheid ontstaat, een spannend geheel.

Nancy Beelen, Hannie Vonsee, Miek van Dongen, Patricia Smits, Mathanja Klop
www.popop.art/expo/rearranging-splinters/

Parkinson Café op 17 mei

Carla Verstappen (neuroloog CWZ) en Rianne Esselink (neuroloog Radboudumc) houden een presentatie over de drie geavanceerde behandelingen bij de ziekte van Parkinson. Dit betreft APO morfinepomp, Levodopa-pomp (duodopa) en Deep Brain Stimulation (DBS). Ze zullen de volgende thema's bespreken:

-> Wanneer kan een dergelijke therapie wel en niet overwogen worden

-> Wat moet er gebeuren alvorens een dergelijke behandeling wordt ingezet

-> Welke ingreep is nodig voor deze behandeling

-> Hoe is het leven met een dergelijke therapie

Bij de bijeenkomst zal zowel iemand met een Levodopa-pomp als iemand met een DBS-systeem aanwezig zijn en hun ervaringen met deze therapieën bespreken en vragen beantwoorden over het leven met deze therapieën. Vrijdag 17 mei, van 14.00-16.00u in de Ark van Oost, Cipresstraat 154, Nijmegen-Oost. www.parkinsoncafenijmegen.nl

Steungroep



Fred Martens

An de grote ovale tafel in De Kentering zat op dinsdagavond 23 april een groep van negen mensen bij elkaar. Bijengekomen voor een informatieavond van een op te richten steungroep voor naasten en/of familieleden van mensen met psychiatrische kwetsbaarheid.

Waarom werd deze avond georganiseerd? Hein van der Hulst, van huis uit socioloog en bestuurslid van Labyrint-in Perspectief, is initiatiefnemer voor het opstarten van deze steungroep voor naasten. Mariëtte van der Zwet (coördinator van de Kentering) heet iedereen welkom "Behalve belangenverenigingen voor naasten zoals Labyrint-In Perspectief (labyrint-in-perspectief.nl) en Ypsilon gebeurt er weinig voor familieleden en naasten in de provincie Gelderland. In gesprekken met instellingen zoals Mantelzorg Nijmegen, Sterker, Steunpunt, RIBW, Indigo,

We staan niet in de kou

Familie en Cliëntenraad Pro Persona, Zorgbelang Inclusief en de gemeente Nijmegen is gebleken dat er behoefte is bij verwanten aan gespreksgroepen waarbij naasten ervaringen kunnen uitwisselen waardoor zij zich én gesteund én minder alleen voelen."

Verwanten aan het woord

Na deze inleidende woorden vertelden ouders en familieleden van kinderen met psychische aandoeningen wat hen bezighoudt. De zorgen die zij al jaren hebben over hun kinderen met borderline, schizofrenie, autisme en/of depressies en hoe het verder met hen gaat als zij ouder worden en niet meer hun zoon of dochter kunnen opvangen. Wie moet de zorg dan overnemen? Ouders willen uiteraard hun kind gelukkig zien en wat als dat niet het geval is door de problemen die voortkomen als gevolg van de psychische aandoening? Ditzelfde kan gelden voor naasten van mensen met depressie en dergelijke.

Bij zorgorganisaties is door de nieuwe privacywetgeving minder contact met de naasten en zeker als cliënten en zorgverleners zich beroepen op privacybescherming. Naasten voelen zich hierdoor in de kou staan en buitenspel gezet.

Doel steungroep

De steungroep heeft als doel om naasten elkaar het gevoel te geven dat ze er niet alleen voor staan. De leemte vullen door er gewoon met elkaar over te praten en het delen van gevoelens, anders dan vanuit de begripvolle benadering van de professionele zorgverleners. Toch is het niet de bedoeling dat er alleen over problemen wordt gepraat, ook moet er 'luchtigheid' komen en zeker ook ruimte om positieve ervaringen uit te wisselen.

De steungroep zal bestaan uit acht à negen personen. Er is een gespreksleider om er structuur in aan te brengen en initiatieven om het gesprek aan te gaan. Als u zich wilt opgeven voor de steungroep kunt u contact opnemen met De Kentering of Hein van der Hulst (himhulst@hetnet.nl). Zijn er meer aanmeldingen, dan zal een tweede steungroep starten. Na twee à drie bijeenkomsten is er een evaluatie: Hoe loopt het en kan het eventueel anders? Met elkaar wordt afgesproken een commitment aan te gaan om driemaal bij elkaar te komen en dan te evalueren hoe het verder gaat.

De eerste bijeenkomst van de steungroep start op woensdag 15 mei om 19:30u in de Kentering (Limos).

*Ik vroeg aan de boom: "Hoe houd je het vol... een leven lang op dezelfde plek?"
"Daar sta ik nooit bij stil..", antwoordde hij.*

Bomen in Spoorbuurt ongerust!

Een dialoog tussen twee bedreigde bomen. Een paar dagen geleden, op een warme windstille avond, maakte ik een ommetje door de Spoorbuurt. Bij toeval ving ik het gesprek op tussen de grote oude Moseik in de Sweelinckstraat en de jongere Esdoorn die vlakbij hem staat. De Esdoorn was nogal opgewonden en zijn stem klonk ietwat hijgend...

*Ingezonden door Kitty Langenfeld
(ongeruste bewoner spoorbuurt)*

Esdoorn (S): Pschtt... overbuurman.. Zeg, heb je het al gehoord: we moeten hier weg!
Eik (E): Hoezo we moeten hier weg... waar heb je het over..?

S: Nou precies wat ik zeg; we moeten hier weg van de gemeente.

Eik: (fronst) ..ik weet niet hoe het met jou gesteld is.. maar ik sta stevig vast op mijn plek.. ik ben heel goed in de gemeente geworteld.

S: ja ja ik ook, maar dat is het hem juist.. wij veroorzaken wortelopdruk en dat schijnt niet goed te zijn.

E: ...Mij is ooit verteld dat ik een krachtige indruk achterlaat; maar van opdruk heb ik nog nooit gehoord..?!

S: he verdomme, ik snap het natuurlijk ook allemaal niet, maar dat is wat ze zeggen

E: ..En waarheen moeten wij dan gaan?

S: Niet ergens heen, alleen weg....wij worden gekapt, gewoon hupsakee, met motorzaag in een keer om..

E: (Houdt zijn adem in)

S: Wij worden een bankje of zo, waarschijnlijk erger nog: open haardhout of biobrandstof. Echt, er zijn al verschillende plattegronden gemaakt waarop ze hebben aangegeven: die boom mag blijven, die boom moet weg en die boom misschien.. In drie verschillende kleuren, je bent nu rood, groen of oranje...afhankelijk van je wortelopdruk. En trouwens jij Buurman, jij bent veel te groot; dat is ook niet meer van deze tijd ...landelijk worden er in de steden enkel nog bomen uit klasse 2 en 3 aangeplant.

E: (kijkt vertwijfeld om zich heen, hij is veruit de grootste in de straat)

S: ..(milder) Misschien heb je mazzel en mag je door je omvang en statige indruk juist wel blijven... Dat noemt de gemeente "boom met sfeerbepalende uitstraling"... dan denken ze nog even over je na...

E: ...maar die opdrukken, daar hebben wij ineens allemaal tegelijk last van? is het besmettelijk? hoezo wij allemaal tegelijk?

S: Goede vraag! Weet je, het riool moet in drie straten vervangen worden en als ze toch bezig zijn met graven dan

kun je net zo goed de hele wijk op de schop nemen... andere rijbaan met stoep, open zichtlijnen, nieuwe parkeerplaatsen. En dan wordt alles meteen milieuvriendelijk en duurzaam gemaakt... het is een 40-jarenplan... en dan ziet het er mooi uit als de Spoorbuurt volgend jaar haar 100ste verjaardag viert..

E: Ik ben 100% biologisch en milieuvriendelijk! Komkom nou toch... Zeker wij oudjes zijn zeer waardevol voor de natuur.

S: tja, ik snap wat je bedoelt... nieuwe inzichten? Je kunt nu voor de gemeente al het Sjakie zijn als je een holletje in je stam



hebt waar een steenuil in broed... dat gaat de boom op den duur toch uithollen zegt de gemeente. Dat is het probleem van de boom op de hoek... hij zit er echt mee.

E: (schudt zijn kroon) NEE stop... dat kan niet waar zijn! Weten ze wel dat alle vogels uit de buurt 's avonds in mijn kruin samenkomen?

Iedere dag is er een koor hoorbaar van mussen-gekrakeel en merelzang, en het roekoe-roekoe van de duiven terwijl de vleermuizen om mijn oren scheren... De sperwer uit het bos hier vlakbij, jaagt regelmatig in de Spoorbuurt en zijn dagelijkse duif komt hij dan tussen mijn bladeren verschalken?! En weet die gemeente wel dat ik bakken Co2 uit de lucht filter en evenzo veel bakken zuurstof ervoor in de plaats teruggeef? ...En hoe ik de wijk opfleurt met mijn prachtig groen ...ik sta hier al tig jaar te groeien en heel veel verliefde stellen uit Nijmegen-Oost gaven onder mijn kroon elkaar hun eerste kus... en als ik...

S: rustig maar.. ik wil je niet overstuur maken maar je moest het toch een keer horen..

E: (haalt diep adem en vervolgt) ...en zomaar bomenkappen kan al helemaal niet met de huidige opwarming van het klimaat! wij reguleren de waterhuishouding, wij brengen verkoeling zomers, het scheelt je wel vier graden hitte in je huis..., wij vangen het fijnstof weg, veel groen in de straat verhoogt ook het sociale klimaat en...

S: sorry.. wat is sociaal klimaat?

E: Nou mensen worden vriendelijker van ons, ...wij verbeteren het humeur van de burger ...veel minder burengedoe en zo

S: dat zal de gemeente dan toch ook moeten weten?

E: ...tuurlijk weten ze dat... Weet je, volgens mij draait het allemaal weer om het geld.

S: dat zou zo maar kunnen .. ik hoorde laatst een gemeenteman hardop zeggen dat die drie houtige scharminkels in de Dunklerstraat, weet je wel die sprieten, die mochten wel blijven staan... omdat daar vijf jaar geleden al geld in de grond was gestopt...

E: ...(zucht..) Ik word ineens heel erg moe...

S: We moeten de bewoners wakker schudden, dat ze voor ons opkomen, actievoeren of zo... misschien Spoorbuurt en Hengstdal samen met de handen ineens ...want alle bomen hangt natuurlijk de gemeentezaag boven het hoofd. Er zijn beslist genoeg mensen die van ons houden, dat weet ik zeker... maar hoe bereiken we die?

E: Ach gut, ik weet het niet ...genoeg gedacht voor vandaag... ik moet dit alles eerst laten bezinken.. laten we er een nacht over slapen

S: heerlijk, net als vroeger... we laten gewoon ons zaad vallen en vertrouwen dat er wat uit gaat groeien..

E: tja dat waren nog eens tijden... welterusten buurman

S: Welterusten, wordt vervolgd buurman...



René Pennock

Studentenhuis aan de Van Nispenstraat

Er gaat veel op de schop in Altrade. Na de herinrichting van de Daalseweg, het snelfietspad door de Dominicanenstraat, de verherbouwing van de NimCoop, de nieuwe rotonde rond het Mariaplein, de sloop op de Tooropstraat van de autoshowroom Van de Swart, de gloeilampenfabriek en de panden ernaast.

Nu is de zigzag-studentenflat op de van Nispenstraat, eigenlijk nog net op het randje van de Hunnerberg, aan de beurt. Het was mijn eerste huisje in Oost. De studentenhuusvestingsorganisatie SSHN beloofde ons een 'caravanwoning'. We fietsen de hele straat drie keer door, maar we vonden geen caravan op de drie lege velden, waar inmiddels allemaal 'nieuw'bouwwooningen staan. Het bleek om de flat op de hoek te gaan. Gestapelde caravans. Het was geen mooi gebouw, maar daar zag je niets van als je erin zat. De ruimtes zagen er inderdaad uit als een caravan: één kamer van drie en een halve meter breed, negen en een halve meter lang, met een keukenblokje en een wastafel/wc/douche-hokje in het midden. We waren de koning te rijk. Daarvóór zaten we negenhoog in de Meijhorst. Onze buurman, die er door zijn vrouw was uitgegooid, had net onze benedenbuurman doodgeschoten en een andere buurvrouw met haar visite twee dagen lang gegijzeld. Dat gebeurde een paar maanden na een steekpartij in de hal, dus we wilden daar wel weg. De studentenflat-voorstellen, twee-persoonshuishoudens en HAT'jes bestonden toen nog niet, was nog bijna nieuw. Het was vlakbij het centrum, vlakbij de universiteit en betaalbaar. Ideaal. Ruim genoeg voor ons tweeën, want we hadden niet veel en dus ook niet veel nodig. Misschien was het wat krap voor de stellen die er met kind woonden.

De afgelopen weken is het gebouw bijna helemaal gesloopt. Alleen het betonnen karakas blijft staan. Het kan goed hergebruikt worden, want de SSHN was streng. Je mocht er niet boren, geen spijkers in de muur slaan, geen vloerbedekking vastspijkeren.

Er worden nieuwe studentenwoningen in ingericht, volgens de nieuwste maatstaven. De SSH&, zoals de SSHN heet sinds ze ook in Arnhem opereren, wil alle studentenkamers, -huizen en -flatjes in 2045 CO₂-neutraal hebben. De Van Nispenstraatflat wordt een Bijna Energie Neutraal Gebouw en dat

mag je met hoofdletters schrijven. Van het gas af, helemaal elektrisch verwarmd en optimaal geïsoleerd, met meer dan tachtig zonnepanelen op het dak en warmte-terugwinning, zelfs uit het douchewater. De herbouw kost 5,1 miljoen euro, zo'n 92.000 euro per caravan. Er komen 55 éénpersoons appartementen in.

Ik heb er een geweldige tijd gehad, omringd door merkwaardige studerende stellen. De afgestudeerde werkloze student, want het was crisis, die de hele flat afging met een oliedruppelkannetje, om de piepende deuren te oliën, niemand anders hoorde het. Het stel dat luidruchtige de liefde bedreef, iedereen hoorde het. De corpsstudent en bestuurslid van de SSHN namens de flat, die met zijn vrouw de veel grotere huismeeesterswoning betrok, toen de huismeester eruit trok. Heftige actievergaderingen in het achterzaaltje van café Trianon volgden, want dat pikten we niet. Een gezin met kind en

een invalide moeder had ons inziens meer recht op die woning. Hij werd afgezet als flatvertegenwoordiger, maar bleef er wel wonen. Ze werden daarna gemeden als leprose afvallige amish. Op de derde etage woonden Bert en Marjo, het werden lifetime vrienden van me. Bij mij op de galerij woonde Eef, tandarts in opleiding, die een hit scoorde met de Janse Bagge Bend, en Marrij, Kopse Hof-studente, die jarenlang het Steigertheater leidde voor minimumloon. Ron werd legerpsycholoog en Frank leeft niet meer. Na ons woonden er nog honderden studenten, ieder met zijn of haar eigen verhaal.

Het gebouw wordt weer opnieuw opgebouwd voor weer nieuwe jongeren, die aan het begin van hun carrière staan. Ze zullen hun eigen verhalen beleven. Zeker voor de komende vijftig jaar, want zo lang verwacht de SSH& dat de nieuwe studentenflat mee zal gaan.



De Van Nispenstraat is tot medio oktober 2019 van 09.00 - 17.00 uur afgesloten.

Stip Oost

Een goed jaar!

Je zult wel denken: nu nog een goed jaar gewenst? Jawel!

In Frankrijk is het goed gebruik om elkaar op 1 mei Lelietjes der Dalen, ook wel meiklokjes, te geven. Het fris geurende bloemetje is het symbool van de lente en de vernieuwing. Men wenst elkaar geluk en voorspoed voor het komende jaar. En deze mooie maand mei is daar een uitermate geschikt moment voor.

We kijken weer vooruit. Ook met Stip Oost. Dit jaar willen we vooral inzetten op de thema's eenzaamheid en vitaliteit. Na de geslaagde wijkconferentie over eenzaamheid in maart zijn flink wat buurtbewoners in actie gekomen. Ik ben blij met de aandacht die dit thema krijgt. Verder gaan we in september wederom een vitaliteitsdag organiseren. Hoe kan ik gezond ouder worden? Conditie, bewegen, maar ook zingeving en voeding... met informatie over uiteenlopende onderwerpen.



Al dichter bij is de buurtcamping. Die wordt gehouden van 5 - 7 juli. Vorig jaar was het een groot succes. Het zou mooi zijn als dit jaar nieuwe buurtbewoners zich aansluiten. Kijk op de website: nijmegenoost.debuurtcamping.nl/

Een goed jaar gewenst!

Tot ziens bij Stip Oost,
Rob Hermens, coördinator

Stip Oost Elzenstraat 4
www.nijmegen-oost.nl/stip-oost

Informatie & Advies

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



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

Oproep!

Stip Oost zoekt vrijwilligers die bewoners willen helpen met het invullen van een aantal gemeentelijke formulieren zoals:

- Bijzondere Bijstand
- Individuele inkomenstoeslag
- Meedoen-regeling
- BSR kwijtschelding
- Mantelzorgcompliment

U krijgt hiervoor training en u wordt ondersteund door een andere vrijwilliger en de werkbegeleider van Stip Oost. Meer informatie via Rob Hermens (Stipcoördinator): rob.hermens@stipnijmegen.nl

Buurtsoep

Buurtsoep is er weer op woensdag 29 mei om 12.00 uur. Schuif aan en neem iemand mee. De soep wordt gemaakt door Onder de Bomen en is gratis.

Zlim Beek

De beste en leukste manier om af te vallen komt naar Beek!

Openings
aanbieding:

20% korting
op alle kuren
(Geldig tot 31 mei)

Wat is ZLIM?

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

Voor aanmelding of info kunt u bellen of mailen naar: 024 6639441 / beek@zlim.nl

Schellingshof 7 Beek-Ubbergen



Vind een vrijwilliger of bied je aan als maatje



Via 'Elkaar Helpen' bied je gratis hulp, diensten of onbetaald (vrijwilligers)werk aan. Of je vraagt juist hulp. Reageren? Ga dan naar nijmegen-oost.nl -> Log in of schrijf je in -> Elkaar helpen en zoek het bericht, klik vervolgens op 'Reageer'.

School's Cool zoekt mentoren! Wij zijn een vrijwilligersorganisatie die kinderen in de brugklas helpt met de overgang naar de middelbare school. Dit doen we via mentoren. schoolscoolnijmegen.nl

Voor onze cliënten, mensen met NAH (Niet Aangeboren Hersenletsel) zijn wij op zoek naar maatjes voor allerlei activiteiten: samen in de tuin werken, samen koken en te eten, samen een eindje fietsen op de prachtige duo-bike etc. Loop eens binnen om kennis te maken met onze bewoners of mail voor informatie: mvos01@pluryn.nl

PR-vrijwilliger gezocht voor Acteerlessen Nijmegen. Houd je er

van om op een creatieve en inventieve manier te promoten? Is het vak PR op je lijf geschreven? Heb je affiniteit met de wereld van het acteren/theater? Wij bieden je een uitdagende werkplek aan. Kijk op www.acteerlessennijmegen.nl voor informatie over wie wij zijn.

De Buurtcamping Nijmegen-Oost zoekt vrijwilligers. Van 5 tot en met 7 juli organiseren wij de 2e editie van De Buurtcamping in Nijmegen-Oost. Wij zoeken nog enthousiaste buurtbewoners in de voorbereiding of tijdens de camping. Van promotie tot het bedenken en organiseren van activiteiten. Meld je aan (of kom gezellig kamperen!). nijmegenoost.debuurtcamping.nl

Wij hebben wijkfoto's gemaakt en willen daarvan een digitaal fotoboekje maken. Het gaat om pakweg 30 foto's met tekst. Het digitaal fotoboekje moet digitaal te downloaden en te verzenden zijn.

daad voor de buurt! Mail maar op: buurtplatform.wedjul@gmail.com

Wie heeft er wat uurtjes over en vind het leuk om onze operagroep te helpen? Als je handig bent of iemand kent die met de naaimachine goed is of van schilderen houdt? In



Elkaar helpen

Wie heeft tijd, zin en deskundigheid om dit voor het Buurplatform Wedren-Julianapark te verzorgen. Een goede

ruil krijg je een gratis kaartje voor dit bijzondere evenement. Je ziet je werk terug in drie schouwburgen op het toneel. De opera is een samenwerking van amateurs en professionals die met weinig geld, maar met hart en ziel wordt gedaan. Kijk voor meer informatie op www.festivaldebarbi.nl.

Wij (2 personen) willen graag meer over Photoshop weten en ermee leuke dingen kunnen doen. Wij hebben Photoshop Elements op de computer. Wij dachten aan 3-5 uur in overleg. Bij interesse bel naar 0644746914.

Wij zoeken mensen die het leuk vinden om de agenda op nijmegen-oost.nl compleet te maken en te houden. Deze is nu niet up-to-date en we willen heel graag dat daar alles in staat wat er in onze wijk te doen is! Je zorgt ervoor dat mensen en organisaties de site kunnen vinden om hun activiteiten bij te werken, helpt ze hierbij en plaatst ook zelf activiteiten. redactie@nijmegen-oost.nl

Christus Koningschoolmeisjes

Gedrag en vlijt, de twee belangrijkste "vakken" op mijn schoolrapport in de zestiger jaren. Ze stonden onderaan het rapport, maar waren het belangrijkste om later als volwassen vrouw iets te bereiken in je leven.

Ingezonden door Lizette Heeren-Hermens

Het was het eerste waar mijn ouders naar keken als ik met mijn rapport thuis kwam. De rest van de cijfers geloofden ze wel. Als mijn ouders er maar blij mee waren, dan was ik het ook.

Op de rooms-katholieke Christus Koning meisjesschool in de Acaciastraat in Nijmegen-Oost leerde je vooral hoe je een keurig meisje werd. Nooit brutaal of opstandig en zeker niet te bijdehand! Beleefd, dienstbaar en een voorbeeld voor anderen, dat was onze taak. Als grote mensen spraken, hield je je mond. Contact zoeken of maken in de pauze met de jongens van de naburige St. Josephschool aan de andere kant van het hekwerk was, ondanks de aantrekkingskracht, niet de bedoeling. Touwtje springen, potten, elastieken, ballen en gezellig kwebbelen, dat mocht wel, maar niet op het gras! Ik was een toegewijd en voorbeeldig kind. Voor zowel gedrag als vlijt kreeg ik een acht!

Vandaag heb ik weer eens gezellig koffie gedronken met twee 'oude' eveneens voorbeeldig en vlijtige Christuskoningschoolvriendinnen. Alhoewel één van ons, de meest assertieve, voor gedrag ook wel eens een vijf scoorde. Ons samenzijn is altijd gezellig en warm. We kijken met een glimlach terug naar de basisschooltijd. We halen herinneringen op. Zoals aan de handwerklessen, waarin we voorbereid werden op een ijverige toekomst. We kunnen alle drie prachtig borduren, breien en haken. We zijn evenwichtige, oplettende en hard werkende vrouwen geworden met een groot verantwoordelijkheidsgevoel. Het is helemaal goed gekomen met ons.

Maar toch had ik best wel eens een dikke onvoldoende willen scoren voor gedrag!

Foto via RAN





Neerlandia dé parketspecialzaak in Nijmegen

- O.a. hout, laminaat en pvc
- Leveren en plaatsen door eigen parketteurs
- Persoonlijk advies
- Schuren, onderhoud en renovatie
- Schadeherstel
- Uitgebreid aanbod in onderhoudsmiddelen
- CBW-erkend

**Ambachtelijke
kijk op parket**



www.neerlandia-houtenvloeren.nl
Postweg 125 6523 KW Nijmegen | 024-3233111

**Richt uw woning mooier in met
Wennekers Nijmegen**



**WENNEKERS
NIJMEGEN**

Groenestraat 2A Nijmegen
(hoek St. Annastraat)

T: (024) 356 01 04
E: info@wennekers-nijmegen.nl

Gordijnen, zonwering, vloeren ...en meer

www.wennekers-nijmegen.nl

CONTOURA

Lees de
succesverhalen
van Els, Laura,
Stefanie & Aida op
www.contoura.nl



CONTOURA

v.d. Brugghenstraat 12 Nijmegen
06 16 96 42 00 • www.contoura.nl

Els	Laura	Stefanie	Aida
- 17 kilo	- 30 kilo	- 31 kilo	- 22 kilo
- 144 cm	- 198 cm	- 205 cm	- 130 cm

Foto: de verbeelding bv



Simone
Kiekebosch

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

Frido Bijl heeft in Bottendaal een intuïtieve coachingpraktijk aan huis. Ik ga voor één van zijn expertises: reading.

Hij zit schuin tegenover me en vraagt me mijn naam en leeftijd te zeggen. Frido: "Ik heb je niet gegoogeld of zo, ik werk vanuit de energie die ik bij je zie."

Hij vraagt of hij de diepte in mag, wat ook confronterend kan zijn, of dat hij oppervlakkig moet blijven. Doe maar de diepte in, maar dat zet ik dan allemaal niet in de Wijkkrant natuurlijk, haha. Dan doet hij zijn ogen dicht en *tunet in* op mij. Hij opent zijn ogen en kijkt een beetje naar mij en een beetje naast me tegen de witte muur.

"Ik zie oranje bij jou. Dat is passie, enthousiasme. Als jij ergens enthousiast over bent, kun je mensen inspireren en meenemen in je enthousiasme. Ik zie warmte, gevoel en een liefdevol hart. Je hebt een open hart. Je bent nieuwsgierig, wil graag nieuwe dingen doen. Je hebt een goed leven, maar het kan nog veel rijker worden. Je hebt veel mensen om je heen, maar kunt ook heel goed alleen zijn. Mensen willen je graag om zich heen hebben en je kunt ook met heel veel soorten mensen opschieten. Je wil ook graag dat iedereen in een groep het naar zijn zin heeft." Ja, dat klopt, daarom ga ik bijvoorbeeld niet met groepsreizen mee. Dan ben ik veel te veel met die groep bezig.

Hij vertelt welke energie hij bij mij voelt: "Licht, positief. Maar ik zie ook een muur staan, je kunt je nog verder openstellen. Ik zie iets met je moeder. Ben je met je moeder bezig? Was je moeder streng? Begreep ze je wel?"

Na deze intro verdiept het consult zich en vertelt Frido verder, vooral op rustige toon, zonder waardeoordeel.

We gaan terug naar mijn jeugd en een reünie van de lagere school waar ik me opeens helemaal weer in het midden van de groep bevond. Kennelijk voelde ik me toen heel veilig.

Af en toe voel ik een brok in mijn keel. Waarschijnlijk raakt hij me daar op een gevoelig punt. Heel af en toe vraagt hij of ik iets herken in wat hij zegt. Ja, heel veel wel.

Verantwoordelijkheid nemen voor je leven

We praten door over de plaats in een groep. Dat ik vaak de observeerder ben, de analyse maak. Meer in hoofd dan in gevoel. Hij zegt enthousiast dat daar een groot groeipotentieel zit. Dat het leven door meer overgave nog mooier zal kunnen zijn. Dat ik rustig die groep in kan gaan, omdat het niet meer nodig is om aan de kant te blijven staan.

Tja, ik herken een patroon dat als een rode draad door mijn leven loopt. Ik begon met de muziektherapie-opleiding omdat ik graag non-verbaal wilde werken. Vervolgens ben ik enorm de verbale kant op gegaan. Daardoor is mijn contact met mensen veranderd. En dat heeft dan weer met mijn moeder te maken. Het grootste deel van zijn woorden herken ik wel.

Frido is als het ware de spiegel die me over mezelf vertelt. Fascinerend. Hij geeft me in feite handvatten aan waarmee ik zelf verder kan, of niet natuurlijk.

Wat ik ook prettig vind, is dat hij een rustige kamer heeft voor het gesprek; ik krijg sterk het gevoel dat hij betrouwbaar is en dat mijn woorden zijn kamer niet zullen verlaten.

Frido: "Ik ben een nuchter persoon en wil laten zien dat spiritualiteit niet zweverig hoeft te zijn. Ik vind het belangrijk dat mensen verantwoordelijkheid nemen voor hun eigen leven. Niet in een slachtofferrol gaan zitten en alles afschuiven. De dingen om je heen hebben betekenis, ze hebben je iets te zeggen."

Ik vraag hem welke mensen hij vooral in z'n praktijk krijgt. "Ik sta open voor iedereen die zich wil bezighouden met persoonlijke groei. Het kan zijn dat je in een moeilijke fase van je leven zit, maar het kan ook dat je een andere wending aan je leven wilt geven. Of gewoon wat inzichten wil in bepaalde issues of relaties. Er komen ook geregeld coaches bij me, voor hun eigen innerlijke proces. Maar ook opvallend veel 65-plussers." Huh? "Ja, kennelijk sta ik erg open voor ouderen." Lachend: "Maar dat is misschien ook omdat ik in een bejaardentehuis heb gewerkt."

Voor meer info: www.fridobijl.com

Frido is als het ware de spiegel die me over mezelf vertelt



Foto:
Mohanad
Ataya

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



Je zakelijke advertentie ook in de Wijkkrant?

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

Wilt u een speciaal feest geven in 2019? Kijk voor een **uniek feest**, gebaseerd op persoonlijke muziekfragmenten op www.muziquest.nl of bel Simone Kiebosch 06-15500129

Verwarmde **opslagruimte** beschikbaar/te huur in Oost-Nijmegen. Geschikt voor inboedel, camping-, wintersport- en overig materiaal. Informatie: 06-29044309

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

Zoek je natuurlijke hulp voor je **baby, peuter, kleuter** bij zijn/haar ontwikkeling? Vanuit kinderpraktijk Het Berenholwerk ondersteun ik je kind graag bij heel uiteenlopende vragen. Meer info? Vrijblijvend: Dorothee Helmert, 024-3607967; lid V.I.T.; www.het-berenhol.com

Leven als **god in Frankrijk**! Ruime vakantieboerderij te huur met groot eigen perceel. Rust en uitzicht op glooiende heuvels. Max. 6 personen €500,- www.gites.nl/168771 (naar beneden scrollen en klik op foto).

Puinruimen uit kruipruimte van tussen de 2m3 en 3m3, schoon puin

(stenen, planken) verspreid over de oppervlakte van de kruipruimte (14m x 4 m. En 1 meter hoog). Geen gevaarlijk afval. (De opening naar de kruipruimte zit op een meter hoogte en is 50 x 50 cm. De kruipruimte is vanuit de kelder bereikbaar. De afstand van de opening van de kruipruimte tot de keldertrap is 2 meter. De afstand van de kelderdeur tot de straat is 16 meter. Een container kan recht voor de voordeur. 20 euro per uur/p.p. solco@hetnet.nl

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

Timmerman met ruime ervaring in woningonderhoud heeft voldoende tijd voor al uw timmerwerk in en om uw huis, b.v. aftimmerwerk, dubbelglas, ramen en deuren plaatsen, parket schuren en leggen, hang en sluitwerk, schuttingen, nu de aannemers het druk hebben ben ik er voor u! Telefoon: 0610572021

Kleine groep: **trip op maat naar Puglia**, het onbekende Zuid-Italië, met gids/tolk. De eerste trip is vol maar 11 t/m 15 november gaan we ook en er is nog beperkt plaats. Hele programma op www.soprattutto.nl. Trip met en door locals. Puur en authentiek. Eerste olijvenooft, pluk en

pers. Excursies, eten onder de olijfbomen, pasta-workshop, bezoek trabucco, kunstenaarsatelier en heel veel meer. geschikt voor ouderen, stellen, alleenreizenden, clubjes. Week 23-30 september ook nog opties! facebook: Veni Vidi Vieste. Mail of bel voor info, Marlou Boelens info@soprattutto.nl 0648033099

Bijles in exacte vakken van Linde. Op zoek naar bijles wiskunde, natuurkunde, scheikunde of biologie? Mijn aanpak is persoonlijk en afgestemd op de behoeften van uw zoon of dochter. Kom samen langs voor een gratis kennismakingsles. www.bijlesvanlinde.nl Linde van Heeringen T. 06 53 88 75 21

Zomercursus Boetseren in Frankrijk in fraai landhuis in het hart van de Bourgogne van 14 tot 20 juli 2019. Les van ervaren Nijmeegse kunstenaars/docente in kleine groep van max. 8 personen (beginners en gevorderden). Boetseren met klei en gips in goed geoutilleerd atelier. Comfortabele kamers om te overnachten en voor eten en drinken wordt gezorgd. Aanmelden/info: 06-28880023 www.janniebenthem.nl

Relatietherapie & Opstellingen. Nergens worden we meer met onszelf geconfronteerd dan in relaties. Doorbreek vicieuze cirkels en investeer in jezelf en elkaar: meer vertrouwen, begrip en verbinding. Gratis kennismakingsgesprek. Mira Brouwer Relatietherapie - Familie & Systeem Opstellingen Partner & Individuele trajecten info@mirabrouwer.nl www.mirabrouwer.nl Telefoon: 0627193558

Schrijvers! Vind inspiratie in de maandelijkse bijeenkomsten onder bevlogen en deskundige begeleiding. Laat je werk lezen en bespreken in

Zakelijke advertenties

een vaste kleine schrijversgroep. Half juni begint een nieuwe groep. Ga naar www.schrijfschoolnijmegen.nl

Zaterdag 15 juni **Dagworkshop mozaïek** met mediterrane lunch bij Tegelwijs Mozaïekatelier; het mozaïekwerkstuk kan o.a. een schaal, vrije wandvorm (in overleg), bloempot of spiegel zijn. Om 17.00 u sluiten we de dag af en onder het genot van een wijntje met tapas bewonderen we de resultaten van de workshop. De workshop gaat door met een minimum aantal deelnemers van 3. Met mooi weer buiten! Kosten: €75,- p.p. Inschrijven? stuur een mailtje naar: tegelwijsmozaiek@gmail.com of kijk op www.tegelwijsmozaiek.nl.

Praktijk/Kantoor-ruimte te huur op de Groesbeekseweg: - spreek-/praktijk kamer (incidenteel of structureel) - kantoorruimte (structureel) Zeer rustige en representatieve locatie. Centraal gelegen en uitstekend bereikbaar. Kijk op: <http://www.kantoorpraktijk-ruimte-nijmegen-huren.nl> Bel voor info/overleg 0629044309

Graag kom ik al uw **overtollige boeken** ophalen (geen tijdschriften). Voor de betere collecties geef ik uiteraard een vergoeding. Bel Filiep Manger 06-50446278

De Relatiepraktijk is een expertisecentrum voor (partner-)relatie en gezin. Wij bieden therapeutische behandelingen aan bij problemen in de partnerrelatie, in gezin en familie. Tevens gespecialiseerd in scheidingsbegeleiding en bemiddeling. Voor meer informatie 0615198484/ info@derelatiepraktijk.nl

Schoenmakerij Tweehuysen



1933 - 2018
85 jaar

In de Betouwstraat 42 Nijmegen
Tel.: 024-3233160

www.schoenmakerijtweehuysen.com

Adverteren in de Wijkkrant?

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

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



Wijknieuws

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

Veel te doen bij de Ubb!

BUREN MUZIEKDAG



Zoals je vast wel gemerkt hebt is er van alles aan de hand rondom de tuin van de Ubb. Ubbergseveldweg 99 is een wooncomplex van Pluyn voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel (NAH) en jongeren met autisme. Inmiddels is er een prachtige voortuin. Ook wordt er al druk getuind. Maar er is meer... Zo is er een beweegtuintje geplaatst en worden er muziektredens gehouden in de voortuin waarbij ook buurtbewoners welkom zijn. Het begint op zondag 19 mei van 13-15 uur met De Larmoyantjes. Zondag 26 mei van 13-15 uur The Flyers. Zondag 2 juni van 13-15 uur Acoustic Journey. Woensdag 12 juni 19-20 uur, Nimweegs Smartlappenkoor en zondag 25 augustus van 13 tot 15 uur Quarto. Een muzikale zomer!

Welkom in nieuwe Buurtkas bij Hengstdalseweg 18

Vrijdag 12 april opende het bestuur van wijkclub Duurzaam Hengstdal in persoon van Helene Stafleu de nieuwe plantenkas in de Vlindertuin met een goed verhaal en een toepasselijk gedicht. Bijna alles groeit nu als kool. Daarom komt elke dag een van de tuiniers water geven. Meestal is dat tussen 18.00 en 20.00 uur. Wilt u eens een kijkje nemen in de kas dan is dit een goed moment. Welkom! Vaste werkdagen zijn de 1e en de 3e zaterdag tussen 10 en 13 uur. Dus 1 en 15 juni bent u in de ochtend welkom!. Toekijken en

Meewerken is altijd mogelijk. Traditiegetrouw zijn er in mei en juni enkele groene festiviteiten waarbij de Buurtkas ook van de par-



tij is. Zaterdag 25 mei 11.00- 15.00: Fete de la Nature: rondleiding en een kinderspeurtocht. Zondag 2 juni 12.30- 16.30: Traditionele plantenmarkt van de Groengroep bij de Muze op het Limosterrein: We verkopen daar voor een appel en een ei onze zelf gekweekte plantjes en geven gratis teeltadviezen. Zondag 16 juni 11.00-17.00: Groen Doen festival op het Dommerplein bij de Christus Koningkerk en jssalon Ghianni vanaf 11.00 uur: verkoop van onze eerste oogst! Tevens weer verkoop van plantjes. Graag tot ziens in onze kas of bij een van deze gelegenheden! We bieden regelmatig gratis plantjes aan op een tafel naast de ingang bij Hengstdalseweg 18. Daar staat ook een informatiebord met nieuws. Vrijwillige bijdrage altijd welkom.

Huwelijksaanzoek in de lucht

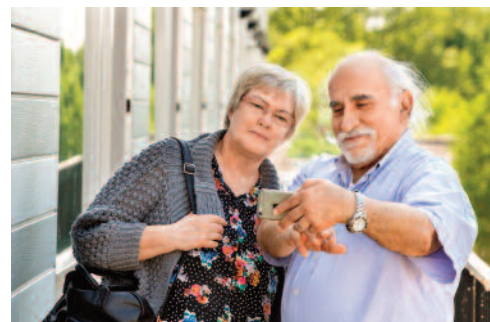
Onze wijkgenoot Wim Peters vroeg eind april zijn Anne-Marie ten huwelijk. Het vliegtuig cirkelde een tijdje boven Oost, daarna boven



de Waalbrug waar ze in de buurt op een terras zat. Overigens, natuurlijk zei ze ja!

Buurtmaatjesproject

Het is niet voor iedereen even makkelijk om contact te maken. Veel mensen kennen hun wijk niet goed of voelen zich eenzaam. Deze maand zijn woningcorporatie Talis en Bindkracht10 het Buurtmaatjesproject in Nijmegen begonnen. Buurtbewoners helpen iemand anders om mee te doen met activiteiten en andere buurtbewoners te ontmoeten. Want een fijne buur helpt je een stapje verder. Ze zoeken nog inwoners van



Nijmegen die vrijwillig een buurtgenoot willen helpen. Stuur bij interesse een mail naar buurtmaatjes@bindkracht10.nl of neem contact op met een Stip in de buurt: www.stipnijmegen.nl of T (024) 350 2000. Iedereen kan een buurtmaatje zijn; u hoeft dus niet bij Talis te huren.

Kerken voor Voedselbank

Oecumenische werkgroep diaconie van de Antonius van Paduakerk en de Maranathakerk organiseert al heel wat jaren met hulp van 15 kerken uit Nijmegen e.o. in het voorjaar een grote inzameling van voedsel voor klanten van de Voedselbank. Ook wil de Voedselbank meer accent leggen op het verbeteren van de inhoud van de pakketten naar meer gezonde voeding. Alle reden om ook dit jaar een grote inzamelactie te houden in de kerken op zondag 2, 9, en 16 juni 2019 voor en na de zondagsdienst. De Voedselbank verzorgt wekelijks een krat levensmiddelen voor meer dan 700 klanten, dat is voor zo'n 2000 mensen. Zij is afhankelijk van wat zij aangeboden krijgt. Het liefst wil de Voedselbank elke krat van dezelfde producten voorzien, maar met zoveel klanten lukt dat vaak niet. Breng op zaterdag 1 juni 2019 tenminste 12 weken houdbare producten naar de Antonius van Paduakerk,



Groesbeekseweg 94. Nijmegen, tussen 14.00 – 16.00 uur (Groenten en fruit in blik of glas, vis/vlees in blik of pot, thee/koffie, houdbare melk, rijst, macaroni, spaghetti, mie of andere pasta, chocopasta, appelstroop, jam. Meer info? 06-57677672, Oec.werkgroepdiaconie@gmail.com

Hoofd Kaak Nek Schouder
Fysiotherapie

Boris Drogts

Fysiotherapie, Manuele Therapie en
Kaakfysiotherapie

www.borisdrogtsfysio.nl

024-8441945
Sloetstraat 14
(achter de
Vereeniging)



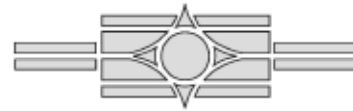
Thuis in het Rijk van Nijmegen

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



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

mr. H.E. Helmink

voor:

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

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

Hartman van Dinteren v.o.f. schilders

Inmiddels een begrip in Nijmegen-Oost

Gespecialiseerd in:

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

Tijdens de wintermaanden een aantrekkelijke korting op al uw binnenschilderwerk.

Bel voor een vrijblijvende offerte.

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

PROFILE Heister DE FIETSSPECIALIST

...daar mag je méér van verwachten!



Groesbeekseweg 161, 6523 NP Nijmegen, 024 322 9765

**MEESTERSCHENKERIJ
CAFÉ JOS
NIJMEGEN 1977**

PRESENTEERT
KWALITEIT & BUURT GEZELICHEID

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

Café Jos Meesterschenkerij
Daelenweg 309
6523 CA Nijmegen

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

TANDARTSEN PRAKTIJK VILLA WESTHOF

Stef de Grood
Leon Pennings
Annemieke de Grood



Tandartsen Praktijk

Villa Westhof

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

Wijknieuws

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

SUPERMOON in 't Haantje at Easterjazz !



Ook dit jaar was er weer een keur aan topers tijdens Easter Jazz. Zowel opvallende jonge bands om in de gaten te houden en gesettelde muzikanten. Buiten bloedheet en binnen bij 't Haantje: uit een ander sterrenstelsel gevlogen coole Moonstruck Future Funk door SUPERMOON. Vijf mannen uit Arnhem en omstreken spelen eigen stukken met vierstemmige zang. Bands als Crosby, Stills & Nash, Steely Dan, Blowbeat en The Meters zijn de muzikale bodem van de band, waaruit dansbare funky popsongs voortvloeien. www.supermoonfunk.com

Fotografie: Marc van Kempen

Tekst: Alice Wolterinck

Plantenmarkt in Limosparkje

Op zondag 2 juni van 12.30-16.30u. wordt in het Limosparkje (Limoslaan 10, bij het T-huis) in het kader van 'Vier de natuur' de jaarlijkse plantenmarkt gehouden, voor veel tuinliefhebbers een moment waarop ze tegen een aantrekkelijk prijsje hun eigen tuin van nieuwe planten kunnen voorzien of ze verkopen/ruilen. Het vindt allemaal plaats in een festival-achtige sfeer. Voor de kinderen worden in de schuilkelder verhalen verteld door 'Verteltheater Netty Gebbing'. Er is informatie over bijen en andere bewoners van de natuur in het park. In de tipi is een muziekprogramma met o.a. kinderkoor 'Smile' en Hans Hamers trio.

Women Shop For Women

Zin in een gezellige kledingmarkt waarvan de opbrengst geheel ten goede komt aan vrouwen die een extra steuntje in de rug kun-



nen gebruiken? Je kleding een duurzaam tweede leven geven? Een nieuwe garderobe voor jezelf? Kom dan shoppen voor het goede doel! Dit jaar gaat de opbrengst naar de ambachtsschool van Stichting Pani in het dorp Rajarat in Bangladesh. Een ambacht leren en economisch zelfstandig worden. Learn. Work. Shop. Zondagmiddag 19 mei wordt nog gezelliger gemaakt door o.a. onze vrouwelijke dj's Miss Marylane, Jenny Rose en DJ Vleertje, de duurzame en o zo lekkere taart van Trash'ure taarten, een veiling, een modeshow en nog veel meer... 13.00 - 18.00 uur, entree €5,-, Thiemeloods, Leemptstraat 34 in Bottendaal. Info: womenshopforwomen2019@gmail.com

'Lintje voor actief lid De Trekvogels Louis Fliervoet

Louis Fliervoet is vandaag Lid in de Orde van Oranje-Nassau geworden. Fliervoet (67) is actief bij voetbalvereniging De Trekvogels (Nijmegen-Oost). Louis is coach, leider, grensrechter, manuje-van-alles bij de jeugdteams en voorzitter van de jeugdcommissie. Hij ook actief binnen het bestuur en activiteiten van de vereniging. In 2018 is hij uitgeroepen tot clubheld van de amateursport in de Gemeente Nijmegen. Daarnaast is Louis Fliervoet de drijvende kracht achter een al 35 jaar bestaande vriendenkring en verzorgt hij de biologische moestuin van deze groep. Foto via website De Trekvogels.



De Gemeenschap 100 jaar: foto's gezocht!

Woningbouwstichting De Gemeenschap bestaat bijna 100 jaar. Dit eeuwfeest wordt volgend jaar gevierd, maar onder een andere naam, want De Gemeenschap gaat fuseren met Standvast tot 'Woonwaarts'.

Het eeuwfeest wordt o.a. gevierd met een boek over de geschiedenis van De Gemeenschap. Cultuurhistorica en schrijver Ingrid Jacobs duikt hiervoor de archieven en praat met veel mensen. En ze zou graag oude foto's (lieftst van voor 1970) willen hebben die iets te maken hebben met (huizen van) De Gemeenschap. Deel uw foto met Ingrid! U kunt met haar contact opnemen via 024-3224495 of via info@wbsg.nl.

Zeven voor Leven (26 mei) zoekt vrijwilligers



Zondag 26 mei 2019 start in Berg en Dal Zeven voor Leven, dé nieuwe fietsuitdaging van Nederland, het Nederlandse 'broertje' van Alpe d'HuZes. Met maar liefst 2.000 hoogtemeters die gemaakt worden in 7 rondes van 20 km, staan de deelnemers die geld ophalen voor stichting Kanker Zien voor een ware uitdaging. Doel van de stichting Kanker Zien is om kanker in een eerder stadium te kunnen diagnosticeren en tumoren daardoor gerichter te kunnen behandelen. Hierdoor vergroten overlevingskansen en wordt de kwaliteit van leven na behandeling sterk verbeterd. Voor de organisatie van dit evenement is Zeven voor Leven dringend op zoek naar vrijwilligers. Aanmelden kan via zevenvoorleven.nl

Groen Vlinderlint - vier de natuur!

In stadspark 'Groene perron' aan de Oude Groenewoudseweg en het verderop gelegen Vlinderparkje gaat er binnenkort een groot 'Groen Vlinderlint' voor de Stad Nijmegen gerealiseerd worden. De twee stadsparken worden met het bestaande en het aanvullend 'groen' speciaal aan elkaar gekoppeld. De gemeente Nijmegen gaat het totale plan financieren en de inrichting voor deze stadsparken zullen voor Bijen & Vlinders een paradijs op aarde worden. Ook is het de bedoeling dat het 'Groen Vlinderlint' een voorbeeldfunctie zal gaan hebben voor de Stad Nijmegen. 'Vier de Natuur' op 24-25-26 mei met het 'Groen Vlinderlint/ Vlinderportret

Winnaar van de OOST-kwis!

De antwoorden van de quiz in de vorige Wijkkrant in vet:

- 1) Er woonden of studeerden **4 premiers** in Oost
- 2) In **1972** verscheen de eerste Wijkkrant
- 3) In **1986** kreeg Nijmegen voor het eerst een linkse meerderheid en was het CDA niet langer de grootste
- 4) In Kwakkenberg is het **4x zo ver** lopen naar een supermarkt als in Bottendaal
- 5) De AH had **2000 gratis koekblikken** met zandringen in voorraad bij zijn opening in 1963

Gewonnen heeft Simone de Koning, die alle antwoorden goed had! Ze kan voor een lekkere fles wijn contact opnemen met Kor: k.goutbeek@gmail.com

Hulp

De deurbel ging. Buiten zag ik een jonge vrouw staan met oordopjes in. Het lot had haar voor onze deur laten stranden. Ze was van haar fiets gevallen door een plotsklaps geblokkeerd achterwiel. In tijden van hyper-emancipatie had ik respect voor haar onbevangingheid én durf zomaar hulp te vragen bij een wildvreemd huis.

Nadat ik een snelbinder uit een volledig vastgelopen fiets had gepeuterd, wilde ik nog even de ontwrichte kettingkast met duct-tape vastzetten. Hoewel het helemaal niets voorstelde, sputterde ze tegen. Dreigde mijn hulp bezwaarlijk te worden door ietwat te genereus te zijn?

Elkaar helpen is wel een dingetje in het sociale verkeer. Hoewel ik een gezonde aversie tegen de rol van hulpverlener heb, schiet ik soortgenoten al te graag tegemoet met praktische oplossingen. Erger, ik ben niet ongevoelig voor mijn eigen edele motieven, die ik soms ronduit wantrouwend aan een onderzoek onderwerp. Mijn goed bedoelde hulp is vaak op een sof uitgelopen. Dat lag aan mij natuurlijk. Maar dat maakt het niet

minder ingewikkeld. Worstel met mij mee door een gecompliceerd hulpverleningscircuit.

Goede bedoelingen

De wereld kan hieraan ten onder gaan. Bijvoorbeeld als de uitwerking niet helemaal naar wens is. Zoals blijkt uit de uiterst behulpzame medemens, die bij het afslepen van een auto dankzij een verkeerd gemonterde sleepkabel de hele bumper van de auto trekt. Sterker, wat de een in volle overtuiging goed bedoelt, ervaart de ander als moreel verwerpelijk.

Paarlen voor de zwijnen

De hulp wordt aanvaard maar helemaal niet herkend of erkend of gewoon verkwest. Schering en inslag.

Hulpweigeraars

De principiële zorgmijder is een bekende in de familie. Is niet gediend van bemoeizorg. Je meent echter dat de persoon met zijn koppigheid het eigen belang zou kunnen schaden. Verdient een voorzichtige poging tot verleiding en inzicht, maar ook om met rust gelaten te worden. Zelfs al zit iemand tot aan zijn nek in een dreigende schuldsanering.

Intensief rekenwerk

Jij doet wat voor mij, ik doe wat voor jou. Zo werkt het sociale verkeer. Dat mag niet te ver uit het lood slaan, want voor je het weet



is er sprake van een onuitgesproken schuldverhouding. En wie wil te boek staan als klaploper?

De gastheer of gastvrouw

Uiterst hulpvaardig, onberispelijk, maar wijst zelf een uitnodiging of hulp liever af. Kan een

aanbod bijkans als belediging opvatten. Is onzeker, verheven, onafhankelijk en ontleent hier eigenwaarde aan. Hoe subtiel ook, trap er niet in. Het blijkt uiteindelijk eenrichtingsverkeer, die jou als hulpeloze parasiet achterlaat.

De gulle gever

Royaal, belangeloos en hoeft niets terug te zien. De mens is wel altruïstisch. Beseft terdege dat ontvangen veel moeilijker is dan geven. Blijft derhalve het liefst anoniem. De laatste trede voor het nirwana.

Hulpverlening is vooral zo lastig door de volstrekt ongelijkwaardige relatie, die het ongewild creëert. Onafhankelijk versus afhankelijk. Kunde versus onkunde. Macht versus onmacht. Initiatieven als 'Durf te vragen!' zijn er omdat er genoeg legitieme redenen zijn geen hulp te willen vragen of te aanvaarden. Andersom denk ik steeds vaker: iedereen heeft het recht zichzelf tekort te doen. En dat zegt vooral wat over mijn eigen onvermogen.

Tweede Buurtcamping in juli

Buurtbewoners kamperen van 5 t/m 7 juli met elkaar op De Buurtcamping in Nijmegen-Oost. Na de succesvolle eerste editie willen de initiatiefnemers nog meer wijkgenoten laten genieten van een mini-vakantie in eigen buurt.

"We hebben echt gemerkt dat kamperen in eigen buurt de banden tussen buurtbewoners versterkt" vertelt Dolly van Kronenburg. "Je spreekt elkaar daarna ook makkelijker aan en uit de eerste Buurtcamping zijn mooie, nieuwe vriendschappen ontstaan." Het uitgangspunt is eenvoudig: Op een camping ben je de hele dag heerlijk buiten en is iedereen gelijk. Met die pleerol onder de arm zien we er per slot van rekening allemaal even knullig uit... Je groet de buurman, praat over koetjes en kalfjes en helpt elkaar een handje. Door samen de camping op te bouwen, activiteiten te organiseren, te eten of een potje te badmintonnen, leer je elkaar beter kennen.

Lenka en Benthe behoorlijk wat tijd, zweet en tranen. "Die eerste keer is alles nieuw" lacht Dolly. "Hoeveel tafels en banken hebben we nodig, hoe regelen we een vergunning, bij wie moeten we zijn voor sponsoring..." Veel uitzoek- en regelwerk dus, maar inmiddels is het team door de wol geverfd.

Foto: Eric van Haalen



"Nu hebben we de basis onder de knie en kunnen we meer aandacht besteden aan de 'details', zoals bijvoorbeeld uitbreiding van het programma. We kregen ook zoveel steun uit de buurt, van onze vrijwilligers tot supermarkten die ons van eten en drinken voorzagen tot heel veel winkels die sponsorden in de vorm van prijzen voor de karaoke en bingo. Echt hartverwarmend hoe er meegedacht en meegewerkt wordt."

Buurtcamping Nijmegen-Oost op een rijtje

Vrijdag 5 tot en met zondag 7 juli 2019

Mariënbos, tegenover VV De Trekvogels, Luciaweg, Nijmegen-Oost.

De kosten voor deze minivakantie (inclusief ontbijt en een barbecue) zijn:

- €15 per tent en €7,50 per persoon voor het hele weekend
- Vrijwilligers betalen €7,50 voor hun tentplek en €3,75 per persoon
- Mensen met een kleine portemonnee kamperen gratis.
- Kinderen t/m 18 jaar kamperen voor maar €1

<https://nijmegenoost.debuurtcamping.nl>

PREZO Gouden keurmerk voor Wijkverpleging **OBG**

Dat je bij Dienstencentrum OBG een beroep kunt doen op goede wijkverpleging voor ouderen, wist je misschien al. Wij doen dit voor cliënten die 'bij' OBG wonen, maar ook bij cliënten elders in Nijmegen. Het gaat om persoonlijke of verpleegkundige zorg, met als doel ouderen in staat stellen zo lang mogelijk zelfstandig te blijven wonen en hun eigen leven te leiden.

Dat Wijkverpleging OBG voldoet aan alle wet- en regelgeving voor wijkverpleging is vanzelfsprekend. Dat de medewerkers van OBG ook heel goed luisteren naar wat cliënten nu eigenlijk zelf willen en daar ook naar handelen heeft geresulteerd in het PREZO Gouden Keurmerk dat sinds kort bij Dienstencentrum OBG aan de muur hangt.

PREZO focust niet op protocollen, systemen of richtlijnen. PREZO kijkt in de eerste plaats naar het daadwerkelijke resultaat van de zorgverlening aan haar cliënten. Voelen zij zich thuis? Voelen ze zich gehoord? Ervaren zij dat ze (met hulp) hun eigen keuzes kunnen maken? Vandaar de naam PREZO; PREstaties in de ZOrg. En dat zit bij Wijkverpleging OBG dus wel goed, "héél goed" zelfs, aldus het auditrapport.

Meer weten over de mogelijkheden van Wijkverpleging OBG? Bel of mail Dienstencentrum OBG en vraag naar één van onze Wijkverpleegkundigen of Casemanagers.

Meer over PREZO vind je op www.perspekt.nu/prezo.



Prof. Cornelissenstraat 2 • 6524 PJ Nijmegen
• 024 327 92 55
E-mail: info@obg.nu •
www.obg.nu

Wandelingen in de omgeving van Broerdijk, anno 1880

Als geboren en getogen Broerdijker vind ik de historie van dit gebied leuk. Deze keer een stukje uit de krant van 1880.

Wandelingen door de omstreken van Nijmegen.

Door B. ter Haar Bz.

XIV. DE QUACKENBERG EN ZIJN OMTREK.

Ingezonden door Alexander van de Zand

"Wij willen thans onze wandeling langs de Kleefsche baan in westelijke richting een weinig verder uitstrekken dan we tot dusver deden. Nadat wij een blik hebben geworpen op het Kerstendal, het valleitje aan de zuidzijde van den wen, onmiddellijk achter de villa van Jhr. Dommer van Poldersveldt gelegen, dat op den bodem echter meestal zeer drassig en daarom niet geschikt voor eene wandeling is, volgen wij de Kleefsche baan ongeveer een half uur tot aan den voet van den Hengstenberg. Hier ontwaren wij aan de rechterhand een rond gebouw van vreemd model. Het is het onderste gedeelte van een voor eenige jaren afgebroken witte molen (*dat moet de Olijmolen zijn op de plek waar nu St. Maartenskliniek staat - red.*), de laatste der drie, die vroeger op den Hunerberg tusschen Nijmegen en Bergen-Dal te zien waren en die niet slechts zoo geestig tegen de Nijmeegsche heuvelreeks afstaken, wanneer men daarop van de heuvelen van Veluwe-zoom den blik vestigde, maar die ook den wandelaar in onze streken van alle zijden in het oog vielen en hem niet alleen tot rustpunt voor dat oog, maar vaak tot herkenningsteeken strekten.

Gelukkig dat wij in dit opzicht eene kleine vergoeding hebben ontvangen. Aan de zuidzijde toch van den weg, vlak tegenover de overblijfselen van den molen, verrijst een sierlijk torentje. Bij den eersten aanblik zou men dat voor een Beldere houden, behorende tot het een of ander buitengoed. Dit is het evenwel niet. Het is een gebouw, waarin de telegraphische toestel is geplaatst, die het daar gelegen reservoir der waterleiding met het machinegebouw te Nijmegen verbindt, zoodat men hier steeds op de hoogte is van den stand van het water in het reservoir (*dit is bovenaan de Torenweg, nabij de Kwackenbergweg - red.*).

Wanneer men de hoogte beklimt, waarop het reservoir ligt, geniet men een zeer schoon vergezicht, dat echter op het plat van het torentje nog veel uitgestrekter is, ja, in dat opzicht in ons land zijne wedergade bijna niet heeft. In eene der woningen in de nabijheid berust de sleutel in handen eener vrouw, die den toren tegen eene kleine belooning gaarne voor de bezoekers ontsluit. Van de hoogte weer afgedaald, gaan wij een paar schreden verder en slaan een tweeden weg, insgelijks aan onze linkerhand, in, die ons naar twee huizen voert, op een heuvel voor ons uit gelegen. Dit is de Quackenberg, zoo geheeten naar een vroegeren eigenaar van dien naam. Keeren wij ons, bij die huizen gekomen, naar het Noorden en Noordoosten, dan zien wij over een golvende, met allerlei veldgewassen bezette vlakte Nijmegen voor ons liggen. Dat uitzicht is schoon genoeg om een gevoel van spijt bij ons op te wekken, wijl de Quackenberg niet meer, gelijk

voorheen, tot uitspanningsplaats dient. Achter de huisjes strekt zich een lindenlaan uit (*deze liep over het terrein van de Westerhelling richting de Broerdijk - red.*). Wanneer men die in westelijke richting ten einde toe volgt en dan rechtsom slaat, komt men uit op een zandweg, die den wandelaar zeer spoedig bij "Gelderschof", de schoone villa van den Heer Bahlmann, brengt. Tusschen dat buiten en het punt, waar de lindenlaan van den Quackenberg op den genoemden zandweg uitloopt, ziet men een anderen weg, die langs ene hoeve bet veld in voert. Een twintig schreden van dat kruispunt ligt aan den laatstgenoemden landweg een zeer diepe put, in de wandeling "de sprekende put" (*ongeveer ter hoogte van het huidige Rustoord, aan de overzijde van de Postweg - red.*) genaamd en bekend om zijn krachtige echo.

Deze buurt levert echter nog eene andere bijzonderheid op. Wanneer men uit de lindenallee van den Quackenberg op den zandweg komt, bespeurt men recht daartegenover een aarden dijk of wal, blijkbaar door menschenhanden opgeworpen, die de Broerdijk of in het volksdialekt van die streek »Bruurdiek« heet en den weg, waarop wij ons bevinden, met de Kleefsche baan verbindt.

Tot op den huidigen dag is die dijk een mysterie voor de oudheidkenners. Dat hij op zulk eene hoogte niet tot waterkeering kan gediend hebben, begrijpt een kind. Veeleer zou men daarbij aan een verdedigingswerk denken.

Lees verder op pag. 25



UNIEK sociaal project in Hengstdal, doe je ook mee?

Het doel en de kracht van de Wijkkrant voor Nijmegen-Oost is verbinding creëren tussen bewoners, ondernemers en instellingen in de wijk. Al jaren doen we projecten en ondernemen we acties om mensen elkaar te laten helpen. Maar nu gaan we wel iets HEEL bijzonders doen!

In september gaan wij de Wijkkrant aan iedere wijkbewoner persoonlijk overhandigen. Dus niet onpersoonlijk in de bus, maar aanbellen met een kort praatje. Op deze manier kom je (weer) in contact met je buurtgenoten of ontdek je misschien een ander deel van de wijk waarin je woont! We beginnen hiermee in de wijk Hengstdal, daarna volgen de andere wijken.

Dit kunnen we niet zonder jouw hulp. Er moet bezorgd worden, een feestje na afloop georganiseerd, planning gemaakt, sponsors gezocht, PR-campagne gedaan en nog veel meer.

Help je ook mee? Het wordt iets heel gaafs!

DUS, SAMENVATTEND

Wat: super gaaf sociaal project
Wanneer: week van 20 september
Waar: wijk Hengstdal
Wie: alle bewoners van Nijmegen-Oost zijn welkom om mee te helpen, ook buiten Hengstdal!

DOE JE MEE?

Meld je dan via redactie@nijmegen-oost.nl of laat een bericht achter via de site: nijmegen-oost.nl/contact en vermeld "project bezorging Hengstdal"



Wandelingen in de omgeving Broerdijk, anno 1880

Vervolg van pag. 24

Doch dan begrijpt men weer met recht, welk nut zulk een werk kan aangebracht hebben op eene plaats, waar zoovele wegen toch toegang tot de stad verleenden en de verdedigers dus alle gevaar liepen van omgetrokken te worden.

In welke betrekking die dijk verder tot de »broeders«, d.i. de Predikheeren of Dominikanen (men denke aan de Broerstraat, de Broerkerk, enz. te Nijmegen en elders) gestaan hebbe, valt evenmin uit te maken. Gelijk zoo menigmaal, heeft ook hier het volk zich zelf geholpen door middel eener legende. Het verhaalt, dat die dijk zijn naam zou hebben ontvangen van drie gebroeders, die ten gevolge van een familietwist dien dijk in een nacht zouden hebben opgeworpen, elk gewapend met een ... potlepel!

Eén ding staat evenwel vast: de naam van deze plek roept ons een roemvol wapenfeit der oude, kloeke Nijmegenaars voor den geest, in den strijd, door Karel van Egmond met evenveel arglist als volharding tegen het huis van Oostenrijk gevoerd, was Nijmegen meestal op de hand van den afstammeling der Geldersche hertogen. In het jaar 1492 o. a. hield Karel binnen die stad

verblijf. Nu rukte ten jare 1494 de Roomschoning Maximiliaan tegen Nijmegen op, verbrandde Hees en den Broerdijk en deed een aanval op Hunerpoort. Doch hier werd hij zoo krachtig ontvangen, dat hij met verlies niet alleen van een deel zijns volks, maar van verscheidene stukken zwaar geschut aftrekken moest.

Volgt men dien Broerdijk, dan kan men langs de Kleefsche Baan in eene drie kwartier het hotel weer bereiken.

Maar van dit punt biedt zich tevens de gelegenheid voor eene grootere en aangename wandeling aan. Men ga het »Geldersch Hof« voorbij, tot men den met prachtige lindeboomen omzoomden wegp Groesbeek heeft bereikt, waar men op den hoek in de uitspanning het Groenewoud — voorheen het Dorado der Nijmeegsche jeugd, die hier 's zomers allerprettigste kinderpartijen hield; — waarom wordt die goede gewoonte meer en meer afgeschaft? — een oogenblik kan rusten, met het oog op de bosschen der landgoederen het »Heijendaal« en »Brakkestein« en met het land van Kuijk en Brabant in 't verschiet. Dan volge men den weg in de richting van Groesbeek, voorbij enkele buitenverblijven, en

het landgoed Mariënboom tot de herberg de Ploeg (*thans Heilige Landstichting - red.*). Hier, bij die zware linde, dalen wij links af, om vervolgens rechts om te slaan; dit is de ingang van de Westermeerwijk, wij zijn dus spoedig weer op bekend terrein. Men kan ook zijne wandeling langs den Groesbeekschen weg voortzetten, totdat men, na een vrij steilen heuvel te hebben beklommen, aan den anderen kant ter linkerzijde een weg ontdekt, recht tegenover het reeds door ons bezochte landgoed de Bakkersberg of het Nieuwland; ook deze voert ons op den weg door de Meerwijk, die langs den koepel (*die lag tegenover het 'kasteeltje van Deus' in het bos - red.*), de Westermeerwijk en den Uilenput op den weg van Berg-en-Dal naar Groesbeek uitloopt en dien we reeds vroeger bewandeld hebben.

Vroeger kon men over de heuvelen en door de bosschen van Mariënboom en langs den Bakkersberg de Meerwijk bereiken. Thans evenwel is Mariënboom voor het publiek gesloten en bestaat er niet langer een pad, dat het achterge-deelte van den Bakkersberg met de Meerwijk verbindt.

Bron: *Het Nieuws van de Dag* N°. 3171.
Woensdag 30 Juni 1880

GRATIS INFORMATIE AVONDEN

Isoleren & Energie besparen

voor eigenaren van oudere huizen

16 april
14 mei
11 juni

- isoleren is stap één
- geen redenen voor paniek
- inzicht krijgen door te meten
- wonen is een werkwoord
- materiaalgebruik en prioriteiten
- constructie-condens / binnenklimaat
- zelfwerk, plan, kosten

Aanmelden: via mail naar kantoor@veerdonkbouw.nl
www.veerdonkbouw.nl/duurzaam-verbouwen

Thiemeloods
Aanvang 20:00
Foyer open 19:30
Leemptstraat 34
Nijmegen

THIEME
LOODS



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.

BLI*EM

eetcafé | catering | cadeaus



Groesbeekseweg 75 Nijmegen | 024 - 388 86 78

www.blixiemnijmegen.nl



Het Molentje
Bloem & Tuin

ALLES OM UW TUIN
GEZELLIG TE MAKEN!



Let op onze aanbiedingen

Bij besteding van €15.-
aan tuinplanten een fles
voeding van 1 liter cadeau
Geldig t/m 26 mei 2019

Elke zondag geopend tot juli: 11.00-17.00u

M.u.v 1e Pinksterdag

www.hetmolentje.com
Berg & Dalseweg 340 Nijmegen
024-3229279



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

Nimco aan de Tooropstraat



Kor Goutbeek

Fiets of wandel je wel eens door de Tooropstraat? Dan zal het je opgevallen zijn: de oude Nimcofabriek, waarin nu de Coop huist, wordt in oude luister hersteld.

Nimco, Swift, Wellen en Robinson zijn enkele van de nostalgische Nijmeegse schoenenmerken. Onze stad kende een bloeiende schoenenindustrie tussen 1930 en 1970: er werkten duizenden mensen. Op het hoogtepunt in de jaren 50 maakten 350 mensen 7000 schoenen per week bij Nimco. Nu werken er nog 25 mensen in Nijmegen: bij de fabriek in Portugal 180.

In 1904 maakt Johan Verschuur aan de Dommer van Poldersveldtweg zijn eerste kinderschoenen. In 1920 pakt hij de productie

groots op: de voormalige verbandwattenfabriek aan de Tooropstraat - uit 1916 - wordt gekocht. De Nijmeegse Combinatie wordt de eerste schoenenfabriek in Nederland met machines die door elektriciteit worden aangedreven (de meeste fabrieken werken in die tijd nog met stoommachines). Er worden vooral dames- en kinderschoenen gemaakt. En al in 1953 ontwikkelt Nimco aangepaste kinderschoenen in samenwerking met de Maartenskliniek.

In 1970 wordt de fabriek gesloten vanwege scherpe concurrentie uit Frankrijk en Italië, waar meer elegante en goedkopere schoenen worden gemaakt. Een deel van de fabriek wordt afgebroken, in een ander deel komt een winkelcentrum, Eurocenter geheten, later vervangen door een supermarkt. En Nimco houdt er zelf nog een schoenen-

winkel. Verder zitten er creatieve eenmanszaken in het pand.

Na de sluiting van de Nimco schoenfabriek dringen orthopedische chirurgen en revalidatieartsen aan op voortzetting van de productie van speciale schoenen. In 1984 richtten de broers Max, Jan en Ruud Krol een nieuwe vennootschap op. Inmiddels heeft Nimco 42 filialen onder de naam 'House of shoes' - waaronder eentje naast de Coop - en produceert het éénderde van alle orthopedische schoenen in ons land.

Nijmegenaar Jan Jansen is uitgegroeid tot een wereldvermaard schoenontwerper. Jans vader was verkoopleider bij Nimco, waar Jan Jansen als kind al hielp in de fabriek of het magazijn...



foto 1971:
via gemeente
Nijmegen
foto 2011:
Henk Hendriks
foto 2019:
Kor Goutbeek

Nieuwe huizen bomenbuurt Hengstdal

Het heeft 7 jaar met stevige discussies geduurd, maar aan de Ahorn- en Lijsterbesstraat staan nu 31 nieuwe woningen met tevreden huurders en is ook een mooi Zilverdenplantsoen erg dichtbij.

Ingezonden door Henk Horstink

Naast veel tevredenheid is er ook de andere kant: dat acht woningen succesvol zijn gerenoveerd en een aantal buurtbewoners vanaf 2012 ijverde om meer woningen te renoveren in plaats van te vervangen, maar Standvast gesprekken daarover in 2016 eenzijdig stopte. Standvast heeft daarna haar eigen plannen doorgezet en een oneerlijke keuzemethode gehanteerd. Ze zag in het voorjaar van 2017 ook geen mogelijkheden voor een compromis en daarmee vrede. Dit

is na te lezen op nijmegen-oost.nl met de zoekterm "#dreigenddrama". Er zijn uiteindelijk naar mijn mening 46 goedkope en deels goed renoveerbare wooneenheden gesloopt.

Afgelopen januari zijn de eerste mensen verhuisd naar de nieuwe huizen. Die hebben door inspraak van buurtbewoners wel dezelfde boogjes en patrijspoorten als de oude huizen, maar zijn perfect geïsoleerd en zien er ook verder heel goed uit. De mevrouw die ik op 14 april als enige bezig zag met haar gazon, was in elk geval erg content. Ook bij de feestelijke opening 17 april was iedereen erg tevreden over de nieuwe huizen en de kinderen die er nu wonen.

Daarnaast hoorde ik over plannen om het Zilverdenplantsoen in te richten met meer groen en bloemen. Jan en nog een paar buurtbewoners zouden daarnaast graag zien

dat men daar regenwater van de daken de grond instuurt voor de bomen, in plaats van het riool in. De gemeente wil dit steunen door de aanleg plus de bloemen en planten te betalen. Jan en zijn buurvrouw gaan daarom op korte termijn alle buurtbewoners benaderen voor ideeën en medewerking. Daarna kan de gemeente de inrichting afmaken.

Op nijmegen-oost.nl reageerde Han Lijn op de eerste versie van dit artikel 'Feestje nieuwe huizen en mensen in Hengstdal en de andere kant' met de volgende tekst: "Ik verneem dat een van de nieuwbouwwoningen (Ahornstraat), wordt onttrokken aan 'woningzoekenden'. In de nieuwe woning worden door Standvast (& Entrea) 'randgroepjongeren' geplaatst, om zelfstandig te leren gaan wonen?!"

Ik heb daarop gereageerd met "Bedankt voor deze informatie en reactie. Ik weet dat corporaties met instanties samenwerken om woonruimte voor doelgroepen te vinden. Dat hebben 'we' in dit land zo geregeld. Ik ga ervan uit dat ze daarbij zorgvuldig te werk gaan. Als daar iets mis gaat moet je aan de bel trekken."

Op deze recente foto zie je vooraan een nog kaal Zilverdenplantsoen, daarachter nieuwe woningen en rechts vier gerenoveerde woningen.



SIARDUS is een trouwe bezoeker

door Frank Schijven





Simone Kiekebosch

Sinds enige maanden is het programmamteam van het International Music Meeting Festival uitgebreid met een speciale dame: de wereldberoemde salsa-trompettiste Maite Hontelé.

Maite is onder andere toegevoegd aan het programmamteam om meer vrouwen op het podium te krijgen. Maite: "Klopt, Music Meeting is sinds dit jaar aangesloten bij het Europese initiatief Keychange. Het streven is dat in 2022 in vijftig procent van de bands op de Europese festivalpodia minstens één vrouw zit. Voor een betere balans. Maar je moet niet op zoek naar bands met vrouwen. Je moet in de eerste plaats kwaliteit zoeken. Gelukkig heeft Music Meeting zeer hoge kwaliteit en een trouw publiek."

Je hebt tien jaar in Colombia gewoond, hoe kwam je daar terecht? "Ik speel al sinds mijn negende trompet en heb conservatorium jazz en latin gedaan in Rotterdam. Ook heb ik een minorstudie Kunst en Zaken gedaan in Leiden. Het idee was om daar iets mee te gaan doen. Voordat ik de keuze maakte voor een professionele carrière was ik programmeur bij Raza in Utrecht. Toen ik een salsa-album uitbracht, werd dat zo goed ontvangen in Colombia dat ik er uiteindelijk ben gaan wonen. De mensen zijn heel vriendelijk. En in Medellin zat ik in het epicentrum van de salsa. Iedere salsaspeler kwam voorbij en zo werd ik steeds bekender. Uiteindelijk was ik de leader van een salsaband."

Wat heeft die tijd in Colombia je gebracht? "Het was vooral een eyeopener. Het is ontzettend leerzaam om in een land te leven waar alles zó anders is en gaat. Daarnaast heb ik in Colombia echt carrière kunnen maken als latin-trompettiste. Dat was in Nederland niet gelukt, hier is te weinig publiek voor salsaconcerten."

Hoe was het qua vrouwen in Colombia? "In Colombia zijn ze nog op een heel ander punt. Daar is het al lastig om bijvoorbeeld trompet te spelen als meisje. Ik had een voorbeeldfunctie. Omdat ze me leerden kennen, was het voor mij niet zo moeilijk om hogerop te komen in de muziekwereld. Ik heb daar heel veel mensen kunnen inspireren. Bijvoorbeeld een meisje in Medellin dat trompet wilde spelen. Toen ze dat vroeg aan haar ouders was het antwoord 'nee'. Maar toen ze een video aan haar ouders liet zien met een

Music Meeting: meer vrouwen in de muziek

blonde vrouw als bandleader was het antwoord opeens 'ja'. Het moet wat gelijkwaardiger worden.

Waarom ben je teruggekomen naar Nederland? Ik miste mijn familie en was eigenlijk wel klaar met de trompet. Trompet spelen vereist enorme discipline. Je moet iedere dag spelen voor de lipspanning. Het is niet als een piano, waar je zo weer mee verder kunt. En toen ik eenmaal stopte met mijn trompet vroeg ik me af wat ik nog moest in Colombia. Bij trompet spelen ben je eigenlijk vrij beperkt bezig. Bij het werken als programmeur ben je veel meer met je hersens bezig, dat trok me wel weer aan. In november begon ik me te oriënteren op werk in de culturele wereld in Nederland en toevallig kwam deze vacature voorbij. En hier zit ik nu!"

Ze spreekt snel en nog steeds vlekkeloos Nederlands. Je kunt niet merken dat ze ruim tien jaar alleen maar Spaans heeft gesproken.

Ga je ooit nog trompet spelen? "Ik denk nu van niet. Mijn laatste album, Cuba Linda, is in feite een samenvatting van mijn hele carrière. Dit album is overigens opgenomen in dezelfde studio in Havana waar de Buena Vista Social Club ook is opgenomen."

Het festival komt er aan. Waar zie je zelf het meest naar uit? "Tja, dat is moeilijk. We hebben nu twee artiesten in Focus, beiden vrouwen. Eliane Correa (bandleider van Wara) en Bex Burch (bandleider van Vula Viel). Ik

wil ook graag aan de hand van deze Artists in Focus de verhalen gaan vertellen van deze muzikanten. En ik zie wel uit naar Wara. Zij komen uit Londen en er is momenteel zoveel moois te zien in Londen op muziekgebied. Wara biedt hiphop, jazz, Cubaans en salsa. Met allerlei invloeden uit Jamaica, Cuba, Uruguay en Londen.

Hoe heb jij in 2012 zelf het optreden op Music Meeting ervaren? "Ik vond het een heel warm festival, een warm onthaal en een goede connectie met het publiek. Het was indertijd in de Apollo-tent; het mooie is, dat Music Meeting een trouw publiek heeft dat echt luistert."

Je hebt zeker een groot internationaal netwerk? "Zeker, en dat komt nu zeer van pas. Ik kan bijvoorbeeld via social media zo een artiest vragen, rechtstreeks, zonder dat we de weg via het management hoeven te bewandelen. Dat is veel gemakkelijker."

Wie heb jij kunnen toevoegen aan de lijst van artiesten? "Wim Westerveld (een van de grondleggers van Music Meeting en tevens de programmeur vanaf de beginjaren - red.) had natuurlijk al een groot deel van het programma klaar. Maar ik heb onder andere El Tuyor Ilustrado ingebracht. Een duo uit Venezuela dat waarschijnlijk een heel mooi intiem concert gaat neerzetten."

Vrouwen? "Nee, twee mannen!" Ze lacht.

Ik voel het helemaal aankomen: het gaat een fantastische Music Meeting worden op 8, 9 en 10 juni!



Klaar met de trompet

Foto: Mohanad Ataya



Vraagprijs: € 450.000,- k.k.



Strijbosch Thunnissen
Makelaars

St. Canisiussingel 22, 6511 TJ Nijmegen
024 365 10 10 | info@s-t.nl | stmakelaars.nl



50% KORTING
op een
kennismakings-
massage
van 25 min.



Ayurveda Nijmegen

www.ayurvedanijmegen.nl

Met deze advertentie **korting:**
een **kennismaking** voor maar **€20,-**

Betrouwbaar | Kwaliteit | Service

**Autoservice
Kuijpers**

Lid van:



Onderhoud voor alle merken auto's
Reparatie, Airco, APK en Schade

024-3733795 / www.autoservicekuijpers.nl

Berg en Dalseweg 432, Nijmegen,
bij tankstation Tinq

Ramadan en medicijnen

De ramadan vindt dit jaar plaats van ongeveer
6 mei tot en met 4 juni*. Moslims vasten dan een
maand lang tussen zonsopgang en zonsondergang.

Ramadan en medicijnen

Veel moslims staken in deze periode hun medicijngebruik
overdag of verschuiven de innametijden. In sommige gevallen
leidt dit tot problemen. Gaat u meedoen aan de ramadan en
gebruikt u medicijnen? Neem dan vooraf contact op met uw
Service Apotheek!

Wat kan uw apotheek voor u doen?

Wijzig nooit zelf uw medicijngebruik. Dit kan uw gezondheid
schaden. Wij zoeken voor u uit of het nodig is de vorm, de dosis
of de innametijd van uw medicijnen aan te passen aan het
vasten. Dit is met name belangrijk bij medicijnen voor diabetes,
antibiotica, pijnstillers, plastabletten en inhalatiemiddelen.

* De data kunnen verschillen per islamitische gemeenschap.

Deskundig
advies van uw
Service Apotheek
over medicijnen.



Gedreven door gezondheid

Service Apotheek Pegasus

Dommer van Poldersveldweg 27a
6521 NC Nijmegen
T 024 329 70 60

Service Apotheek Beckers

Groesbeekseweg 118-b
6524 DL Nijmegen
T 024 322 1324

Service Apotheek Nijmegen-Oost

Berg en Dalseweg 61
6522 BB Nijmegen
T 024 360 6437

de Wijkkrant voor Nijmegen-Oost
Jaargang 47
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.

Lezersbereik: 30.000.
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 Kiekebosch, Marjon Spoorenberg, Karin Veldkamp

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:
Mohanad Ataya, Ton Burgers, Bert Hendrix, Marc van Kempen, René Pennock, Hanneke Roelofsen, Frank Schijven

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

OPMAAK
Ton Burgers, www.a-formaat.nl

DRUK
Janssen Pers, Gennep

BEZORGING
Axender verspreidingen, Cuijk
Coördinator: Niels Veen

REDACTIE
redactie@nijmegen-oost.nl

ADVERTEREN VOOR BEDRIJVEN
advertenties@nijmegen-oost.nl

DEADLINE VOLGENDE NUMMER
De uiterste datum om (prikbord)-berichten, advertenties en de agenda aan te leveren is donderdag 6 juni 2019. 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. Plaats het in elk geval op nijmegen-oost.nl.

BEZORGING VOLGENDE WIJKKRANT
Uiterlijk vrijdag 21 juni 2019, samen met De Brug. Geen Wijkkrant ontvangen? Meld online je klacht op nijmegen-oost.nl/geenkrant.

Loes Wijffels Column



Sloop

Achter mijn oude huisje wordt gesloopt. Inmiddels is er een heel gat geslagen in het compacte wijkje in Oost. Oude bedrijfspanden moeten ruimte maken voor nieuwe huizen. Want iedereen wil in Nijmegen-Oost wonen. Kleine, praktische flatjes worden het. Vier woonlagen vol duurzame oplossingen. Waarom eigenlijk geen ruime lofts in de oude lampenfabriek en studentenkamers in de autoshowroom, vraag ik me af. Met grote ruimtes om zelf in te delen, een gezamenlijk binnentuin met veel moes en groen en volop gezamenlijke voorzieningen? Mijn dochter woonde ooit in zo'n voormalige garage. Je kon er rolschaatsen door de woonkamer.

Maar ik dwaal af. Waar ik het over wilde hebben is die sloop. Vanuit mijn bovenraam bekijk ik de verrichtingen van de graafmachine. Of eigenlijk de verrichtingen van de bediener van die reusachtige grijper.

Met veel geweld trekt hij hele stukken muur omver en licht hij met gemak dikke ijzeren balken uit de daken. Het beton klettert op de grond. Mijn huisje schudt ervan. Na een tijdje kijken ontdek ik ook hoe nauwkeurig de sloper hier en daar te werk gaat. Om de tuinen achter de laatste muur niet te beschadigen en te vervuilen tilt hij met zijn grote ijzeren bek voorzichtig steentje voor steentje weg. Hij tikt zachtjes tegen een balkje totdat het omvalt en hij raapt dunne spaanders van de grond met de precisie van een tandarts. Lachend zit Dirk de sloper zichtbaar te genieten in zijn hoge cabine. Behendig sorteert hij hout, metaal, beton en stenen. Hij sleept de enorme containers over het terrein alsof het speelgoedautootjes zijn. Voor de burens houdt Dirk met zijn ijzeren tanden even een boom van bijna een meter doorsnee en twaalf meter hoog vast, zodat hij kan worden omgezaagd. De sloop is begonnen door een heel aardige man met ware passie voor zijn vak. Nu de explosieven-opruimers, archeologen, metselaars, timmerlui, elektriciens, loodgieters, tegelzetters en installateurs nog. Hopelijk hebben zij net zoveel hart voor hun werk als Dirk. Wat zal het een fijne zomer worden!

Nijmegen-Oost.nl wil nóg beter

Financiële bijdrage nodig voor onderhoud

Lezers waarderen alom onze wijkwebsite nijmegen-oost.nl. De positieve uitstraling, nieuws, verhalen en activiteiten uit onze wijk zorgen ervoor dat mensen de buurt beter kennen en zich er meer thuisvoelen. Nu willen wij deze site nóg beter maken: meer mooie verhalen en wijk-nieuws, noodzakelijk onderhoud, een betere vormgeving. Dat kost geld en daarom zoeken wij donateurs. Waardeer jij nijmegen-oost.nl ook en wil jij ook doneren? Ga dan naar

nijmegen-oost.nl/doneren

Elk bedrag is welkom, alvast bedankt!

De vrijwilligers van de Wijkkrant en wijkwebsite Nijmegen-Oost



WINKELCENTRUM MOLUKKENSTRAAT



"Kwaliteit, service en winkelgemak in de buurt"

coop

**Rudie Walraven,
gaat zelf de boer
op !**



Van alle Coops in Nederland is onze groente- en fruitafdeling de meest uitgebreide, van losse paddenstoelsoorten, vele soorten kruiden tot de verse streek- en seizoensproducten, zoals asperges, aardbeien en sinds vorig jaar ook biologisch geteelde pompoenen in het najaar. Nu in de tijd van de asperge hebben we ook geschild verpakte asperges en een heerlijke soep.

Gegrilde Asperges

Schil de asperges en kook ze beetgaar in water met wat zout, suiker en een stukje foelie. Spoel ze koud en laat ze verder afkoelen. Snijd de asperges in stukken en rol ze in rauwe ham of bacon. Grill de asperges op een hete barbecue. Heerlijk als snack bij een feestje of groente bij een barbecue.



Beter Horen



**ons
winkeltje**

**Brain
Wash®**
Jouw kapper

eyelove®
KWALITEITSBRILLEN



drankenspecialzaak 
van haastregt/lamers

Bloemenveld

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