



de Wijkkrant

Mei 2022

voor *Nijmegen-Oost.nl*



Weer
muziek in
't café!

Foto: Marc van Kempen

Van de redactie

Bij de voorpagina:

Na 2 jaar klonk er weer Jazz in Oost op Tweede Paasdag! Een zonovergoten, gezellige dag met volle terrassen en live jazzbands. Zoals bijvoorbeeld uitgelicht in café Jos: 'TML', Ton Scheepers, Monic Kersten en Liek Peters. *Tekst en fotografie: Marc van Kempen*

Van de redactie

We mogen weer!, hoor je nu vaak. En inderdaad: de festivals, de grote feesten en partijen, reizen, museumbezoek: het mag en kan allemaal weer nadat we veel twee jaar lang moesten missen. Toch lijkt er sindsdien ook iets veranderd: de 4Daagse heeft voor het eerst in jaren geen wachtlijst, de theaters waren niet direct afgeladen vol. Zijn we voorzichtiger geworden? Of is het een kwestie van andere keuzes maken? De Wijkkrant gaat gelukkig gewoon door: een stabiele factor in roerige tijden! Geniet van dit kersverse meinumner!

Verder o.a. in dit nummer:

- 5 Een boek over een foute vader
- 6 Het rijke leven van Anne Vollenbroek
- 13 Een kijkje achter de deuren van de Westerhelling
- 15 Een kunstenaar die van water houdt
- 17 Glas in lood in de prijsvraag
- 18 Wie is redactielid Simone?
- 23 De 'Vijf vragen' aan Christel Jansen
- 29 Een fietstocht voor de Hortus

Het korte leven van de elzenvlieg

Nederland telt maar liefst 17.000 soorten insecten. Helaas verdwijnt de insectenpopulatie in rap tempo. Hoewel insecten ons soms tot last zijn, zijn de positieve effecten veel groter en zijn ze een onmisbare schakel in onze voedselketen.

De insectenwereld is zeer kleur- en vormrijk. Geef je ogen de kost en ontdek deze fascinerende wereld gewoon in Nijmegen Oost.

Onlangs fotografeerde ik de paring van elzenvliegen in het bronnenbos bij Ubbergen. De elzenvlieg of slijkvlieg (*Sialis lutaria*) is een insect behorend tot de orde der grootvleugeligen. Ze zijn ± 2 cm groot.

In het voorjaar (april t/m juni) zie je ze soms in grotere aantallen bij stilstaand of lang-

zaam stromend water, zittend op een riet- of plantenstengel. Ze vliegen nauwelijks, niet meer dan een paar meter.

Ze leven maar kort, hooguit 1 week. In die tijd paren ze, waarbij het kleinere mannetje onder de vleugels van het vrouwtje kruipt. Na de bevruchting zet het vrouwtje een pakketje eitjes af op plantenstengels die over het water heen hangen. Na ongeveer een maand kruipen de larven uit hun ei, laten zich in het water vallen en zakken naar de bodem van de beek of sloot. Ze jagen op kleine waterdiertjes, zoals wormen en mug-larven.

Na zo'n 10 vervellingen komen ze na 2 jaar als 4 cm forse larven aan land, graven daar een holletje of verbergen zich tussen blad-

afval om te verpoppen. Na ± 3 weken sluipt dan de elzenvlieg uit en begint de cyclus opnieuw.



Frans Beulen, wijkbewoner en natuurliefhebber

Oost versus Dukenburg

Wij, Oosterlingen - ja, ik ook - vinden vaak dat we in het beste deel van Nijmegen wonen.

Gezellig & groen, heuvelig & historisch, kortom, wat wil je nog meer? Maar ik ben wel benieuwd of deze aanname ook te objectiveren is. Stel we vergelijken onszelf met een stadsdeel met ongeveer evenveel inwoners, hoe pakt dat dan uit? Dukenburg (inclusief Lindenholt) telt 36.000 inwoners, Oost 34.000. Hoe doorstaan wij zo'n vergelijking?

- Hoogteverschillen. Dukenburg is plat met hooguit 7 meter hoogteverschil. In Oost hebben we met hoogteverschillen te maken tot 60 meter, wat tot on-Nederlandse vergezichten leidt op de Kopse hof en bij Estel. Of veel middelbare scholieren die hier dagelijks tegenop moeten fietsen dit ook zo geweldig vinden, is maar de vraag. Toch een punt voor Oost.

- Horeca. Dukenburg telt wel enkele tientallen horecazaken en zelfs een McDonalds, maar haalt zeker niet de 100 café's, eetcafé's en



restaurantjes in Oost. Punt voor Oost

- Criminaliteit. Het verschil is kleiner dan je denkt. Tegen 1700 misdrijven in Oost staan er 2000 in Dukenburg. Kijken we naar ernstiger vormen als bedreiging en mishandeling, dan scoort Dukenburg twee keer zo goed. Of slecht, eigenlijk. Punt voor Oost.

- Monumenten, het aantal historische gebouwen in Dukenburg is klein, omdat het pas vanaf pas in 1966 gebouwd werd. Huize Doekenborg, een aantal voormalige boerderijen en een handvol huisjes in Neerbosch-West zijn van voor 1900, maar in Oost vinden we tien keer zoveel gebouwen van voor die eeuwwisseling. Punt voor Oost.

- Water. Dukenburg wordt dooraderd door sloten, vijvers en plassen. De geluiden van eenden, meerkoeten en kikkers zijn er gewoon, libellen helikopteren er rond boven rietkragen. Ons hooggelegen Oost daarentegen staat compleet droog. Punt voor Dukenburg.

- Kleurrijk straatbeeld. Ondanks de aanwezigheid van een AZC is Oost

Kor Goutbeek column

grotendeels blank. Slechts 8% van de bevolking bestaat uit niet-westerse allochtonen. In Dukenburg ligt dat drie keer zo hoog. Punt voor Dukenburg.

- Ruimte. Dukenburg beslaat 1550 hectare, Oost slechts 750. Meer ruimte voor groen, voor water, voor sportaccommodaties. Staddijk is een geweldig sportpark voor honkbal, korfbal, tennis, padel, voetbal, hondensport etc. Punt voor Dukenburg
- Variatie winkelaanbod. We hebben in Oost vijf supermarkten: één Albert Heijn en vier Coops. Dukenburg heeft een Jumbo, Spar, Lidl en een Albert Heijn XL en daarnaast ook vele andere winkels die wij ontberen zoals Hema, Action, Multivlaai en Intertoys. Punt voor Dukenburg.

De uitslag van deze stadsdelen-battle is dus gelijkspel. Mijn conclusie: wij mogen best blij zijn met ons stadsdeel, maar er is ook weer geen reden voor Oostelijk snobisme...

Reacties? k.goutbeek@gmail.com

Wijkkrant
50 jaar

JUBILEUMFEEST

SAVE THE DATE - 2 oktober!

Locatie: Canisius College Berg en Dalseweg 207.

Doe je mee met het Open Podium?

Nijmegen-Oost heeft veel mensen met talenten. Muzikanten, dansers, theatermakers, goochelaars, stand-up-comedians, theatersportgroepjes etc. Misschien is er wel een straatkoor, of buurtkoor in Nijmegen-Oost!

Wil je jouw talenten laten zien in een ontspannen sfeer, op een nazomerse zondagmiddag?

De feestlocatie beschikt over een mooi podium met sfeervolle tribune en heeft alles in huis op het gebied van licht en techniek. Dus schitter in je eigen wijk en neem je fans mee.

Het Open Podium is van 13.30 tot 15.30 uur.

We denken aan korte optredentjes van ongeveer 15 minuten.

Aanmelden kan via feestwijkkrant@gmail.com

Je kunt je ook nog aanmelden voor een kraam voor de (rommel)markt (tussen de 10 en 15 euro, alleen beschikbaar voor wijkbewoners en niet voor commerciële verkoop) of het aanbieden van een workshop.

1972

In september komt er een themanummer van de Wijkkrant uit over het jaar 1972, omdat wij dit jaar 50 jaar bestaan. Kun jij je 1972 in Nijmegen-Oost nog goed voor de geest halen? Zou je daarover iets willen schrijven of daarover geïnterviewd willen worden? Laat dat dan weten! k.goutbeek@gmail.com



Jouw oproep ook op deze pagina? Log in en plaats

zelf gratis! **Prikbordadvertenties**



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

Heb je nog oud **DOKA - fotopapier** of zwart-wit-negatieven van Nijmegen-Oost op zolder en weet je niet wat u er nog mee moet? Fotograaf van de Wijkkrant komt het graag bij je ophalen. 024-3236098.

Save the date! **Pop-Up expositie** op 15 mei. Alleen bij mooi weer, expositie van 12 kunstenaars op de Oude Ubbergseweg. Vlakbij het HD gemeentehuis. Op vrijdag de 13e zal het wel duidelijk zijn wat voor weer het zondag wordt. Dit is de 2e versie. Be-doeling is hier een jaarlijks terugkerend evenement van te maken. Onder en om de blauwe regen. In het groen en op straat. Welkom! Laatste update van wel of geen expo op: quintabuma.nl

Hooikist-info 9 mei: nog één plaats vrij! Uw warme maaltijd bereiden in de hooikist? Ik geef alle informatie die u nodig hebt! Doe mee en bespaar 49% van uw gasverbruik! Voor info mail naar JeanneS@chello.nl of bel eventjes: 0625533040

Tafeltennisvereniging De Ark heeft ruimte voor enkele nieuwe leden. Onze clubavond is op donderdagavond van 19.30 - 23.30 in wijkcentrum 'De Ark van Oost'. Nadere informatie: www.ttvdeark.nl

Hometrainer met hartslagmeter, merk Reebok: €50 06-27265340

Gaat u van ongeveer van 5 tot 26 juni op vakantie? Dan zou ik graag op uw huis passen. Voor 10 euro per dag hebt u iemand die uw huis netjes verzorgt en de plantjes water geeft en heb ik een woonplek in de weken dat ik in de buurt van Nijmegen moet werken. Belt u mij gerust om kennis te maken. Petie van Dinter. Telefoon: 0623936154

Bezoekers gezocht voor verspreiding **krant De Rozet** in Nijmegen-Oost. Uiteraard tegen betaling een paar of meer straten lopen om De Rozet 1 keer in de 2 weken op di. en wo. te bezorgen. 06-23502075

Zondag 15 mei in mooi dorpje Mehr (gem. Kranenburg) **muziekmiddag**: in 'Alte Schule', Querweg 6. Gratis entree, 14.00 - 17.00 uur. diverse optredens van veel Nijmeegse muzikanten. Mooi fietstochtje.

Door omstandigheden kan de bijeenkomst van het **Repareercafé Hengstdal**, met als thuisbasis De Kentering (Limoslaan10), op zaterdag 14 mei helaas geen doorgang vinden.

Na meer dan 30 jaar trouwe dienst mag mijn **zwaar uitgevoerde slaapbank** naar een nieuwe eigenaar. Gratis afhalen. Telefoon: 06-36267923

Professionele **vouwbare partytent** 3 x 3 te koop. 2 x gebruikt. Geen bouwmarkt kwaliteit. Inclusief 4 zij-kanten, 1 met doorkijk venster. Inclusief opbergkasten. 06-25062865

Fietsen voor mensen uit Oekraïne Wij van de Yalla Helpdesk zijn op zoek naar fietsen (dames-, heren-, kinderfietsen, kinderzitjes) voor de vluchtelingen uit Oekraïne. Ze hebben een fiets nodig om naar school, werk of andere afspraken te kunnen. Mail naar: fiets@yallaafoundation.nl.

Met hulp van de scoutinggroepen in Nijmegen-Oost is twee jaar geleden **Scoutinggroep Lent** gestart net aan de andere kant van de Waal. En met succes: elke zaterdag zijn er nu ook in Lent volop scouting-activiteiten. We zoeken nog vrijwilligers, die minimaal 1x per 2 weken ongeveer 2 uur leiding willen geven aan deze groep. Ben jij 17+, enthousiast en graag buiten? Kom gerust eens kijken op zaterdag, bel: 06-34528418 of mail: info@scoutinglent.nl.

Wie kan mijn bijna **50 jaar oude buizenradio** in een bakelieten kast van **Philips** repareren? Peter Gubbels, tel 06 21876806

Ouderenzorgorganisatie De Waal-boog is op zoek, voor verschillende locaties binnen Nijmegen, naar enthousiaste personen die het leuk vinden om overdag of 's avonds in de **huiskamer gezelschap** komen bieden. Denk aan een spelletje spelen, kopje koffie schenken of een praatje maken. Heb jij nog één of twee uurtjes over in de week en wil je wat betekenen voor je medemens, neem dan contact op via www.waalboog.nl (Ook zoeken wij 'Bezoekmaatjes' voor mensen aan huis).

Assistent-behanger? Vind je het leuk om soms met mij op pad te gaan om een helpende hand te bieden met mijn behangwerk? Ik ben Linda van Lanen, behanger van beroep. He-las kan ik door long-COVID niet meer alles in mijn eentje. Ik zou erg geholpen zijn met iemand die mij kan assisteren. Dingen aangeven, vasthouden, etc. Geen ervaring vereist. contact@lindavanlanen.nl

Ben jij 'digitaal kundig' en vind je het leuk om mensen op weg te helpen met de computer, tablet, smart-phone, e-reader? Wees dan welkom bij Seniorweb Nijmegen als **Medewerker Digitaal Café**, daar komen

tablet, smartphone of e-reader. Je probeert je de vragen zo goed mogelijk te beantwoorden en help je de bezoekers met het oplossen van hun problemen. www.seniorweb.nl

Mercedes-Benz, Uitvoering E 200 CGI Business Class Avantgarde, APK 2023, nieuw model (2011). Benzine, Automaat, Lederen bekleding, Afbr. trekhaak. Deze frâaie 'bolide' staat altijd in P-garage ('Estel') Vaste prijs: € 10.750,-. Hanlijn@hotmail.com

Supportgroep Depressie. Nee, je bent niet de enige. Ja, anderen kunnen je begrijpen en steunen. De groep komt tweewekelijks bijeen. Vooraf maken we kennis en kijken we wat we voor elkaar kunnen betekenen. De Kentering: 024 3249975

Wil jij iets groots betekenen door iets kleins te doen? Word dan **vrijwilliger bij Hulpdienst Nijmegen**. Veel mensen hebben weinig aan-

Prikbord

(oudere) bezoekers met al-lerhande vra-gen over het werken met hun computer of laptop, ta-blet, smartphone of e-reader. Je probeert je de vragen zo goed mogelijk te beantwoorden en help je de bezoekers met het oplossen van hun problemen. www.seniorweb.nl

spraak of kunnen niet meer zelfstandig de deur uit, vanwege fysieke proble-men, ouderdom of bijvoorbeeld de-mentie. Sommige mensen zijn een-zaam en hebben behoefte aan wat gezelschap. Samen thee drinken en een wandeling maken. Anderen heb-ben Heb jij wat tijd over? Neem dan contact op. Iedere dag bereikbaar van 09:00 tot 12:00 op 024-3228280. Of mail hulpdienst@hulpdienstnijmegen.nl.

Gezocht: **tenoren, bassen, baritons**. Popkoor the Anthony Singers vormt een enthousiaste, actieve club men-sen en repeteert elke vrijdagavond in wijkcentrum de Ark van Oost. Ben jij een man die wel wat zingen kan? Kom dan eens een keertje langs om de sfeer te proeven en te kijken of het je aanspreekt. Mail van tevoren even zodat we weten dat je komt of als je meer vragen hebt: popkoortas@gmail.com.

Te huur in de Bourgogne: 2 grote compleet ingerichte safaritenten op ruim terrein bij Nederlanders, elk geschikt voor 4 personen, 580 euro per week. Soignours.com

Officiële start nieuwe Pelgrimsroute 'Wegen met Zegen' op 15 mei

De wandelboekjes zijn af en gedrukt, evenals de Pelgrimsdagboeken. De wegwijsbordjes hangen op hun plek. Kortom: Wegen met Zegen is klaar om bewandeld te worden.

Op 15 mei wordt Wegen met Zegen officieel geopend. "Terwijl we in februari al een voorproefje hadden bij de inwijding en opening van de Pelgrimskapel in de Anthonius van Paduakerk in Nijmegen-Oost, kunnen we nu de route in zijn geheel openen. En daar bent u van harte voor uitgenodigd! Deze dag hebben we ingedeeld met bijzondere lezingen en vertellingen van mensen die hebben meegewerkt aan de route. Ook kunt u vandaag als een van de eersten uw wandelboekje en het Pelgrimsdagboek kopen."

Het programma op 15 mei:

13.30 uur: Inloop
14.00 uur: Openingslezing Paul Post-over wandelen en pelgrimeren
14.30 uur: Just Bennis over het maken van de route
15.00 uur: Uitreiking wandelboekje en Pelgrimsdagboek
15.30 uur: Andries Govaart: samen zingen
16.00 uur: Borrel en verkoop

De opening vindt plaats in de Antonius van Paduakerk, Groesbeekseweg 96, 6524 DJ Nijmegen-Oost.





Schrijvende roman over zoektocht naar foute vader

De achterflap van de roman 'Het nadeel van de twijfel' van Leon Goesman vermeldt: 'Een krachtig pleidooi om niet weg te kijken, hoe schurend het verleden ook is.'

Een citaat: "Ik voel me niet schuldig dat ik nooit van hem heb gehouden. Ik heb zelfs vaak naar zijn dood uitgezien, omdat ik dacht dan vrij te zijn. Eindelijk een eigen leven, los van een bezwarend verleden."

Leon Goesman woont al 25 jaar in een karakteristiek jarendertighuis, in een lommerrijke straat in Oost met glas-in-lood naast de voordeur. Hier ontmoet ik de vriendelijke zestiger voor een gesprek aan de eettafel.

In welke zin was je vader fout?

"Mijn vader was tijdens de oorlogsjaren lid van de NSB en van de Duitse SS. Hij kreeg als 17-jarige een opleiding in München, maar wat hij daarna precies deed in Schalkhaar, Amsterdam en Berlijn, daar bleef hij vaag over. Na zijn dood kwam eindelijk zijn dossier vrij en kon ik op jacht gaan naar de waarheid. Die zoektocht vormt de basis van deze roman, waarbij ik wel wat dichtertelijke vrijheden heb genomen: zo is onze achternaam veranderd, vooral voor mijn broer. Door het boek ben ik evenwichtiger gaan denken. Ik vind het nog steeds onmogelijk om te vergeven, maar ik begrijp wel meer."

Wanneer ontdekte je het verleden van je vader?

"Op de lagere school kwam ik er al achter dat mijn vader uit een fout nest stamde. Die waarheid zakte als lood in mijn schoenen en ik wist ook direct dat ik daarover moest zwijgen. In mijn jeugd in Stramproy vielen wij er buiten, we woonden in een nieuwbouwtukje, wij spraken geen Limburgs en waren daarom 'Hollanders', kale kak. Als we iets bij boeren aan de deur wilden kopen, dan weigerden sommigen aan ons te verkopen. Ik heb nooit geweten of ze wisten van mijn vaders verleden. Maar ik heb me een groot deel van mijn leven buitenstaander gevoeld, met een bezwaard gemoed. Ik durfde er pas na mijn 40e over te praten."

Een collega hoorde ik eens zeggen: 'ik zou nooit een zoon van een NSB'er helpen.' Dan blijf je wel in je schulp. Om meer en dus beter in het leven te staan, ging ik naar een zelfhulpgroep voor mensen met een onverwerkt verleden samenhangend met de oorlog, hier op het Radboud. Pas na mijn 50e is mijn buitenstaandergevoel weggesleten."

Hoe was je vader als vader?

"Ik had een atypische vader: een zachtaardige man, een einzelgänger, wars van conventies, helemaal niet iemand die je je voorstelt als je aan een nazi denkt. Hij was een kleine zelfstandige die in warenhuizen door het hele land nieuwe dingen aan de man bracht. Als demonstrateur legde hij dan bijvoorbeeld uit hoe een mixer werkte. Hij was niet de stoere vader die ik graag gewild had. Hij huilde snel bij iets zieligs op tv. Ook speelde hij veel met ons - wat vaders in die tijd zelden deden. Hij ging op de grond zitten bij ons spoorbaantje of op straat met ons badmintonnen. Mijn vader werd agressief of huilerig als het over de oorlog ging, hij kapte het onderwerp snel af. Hij had duidelijke

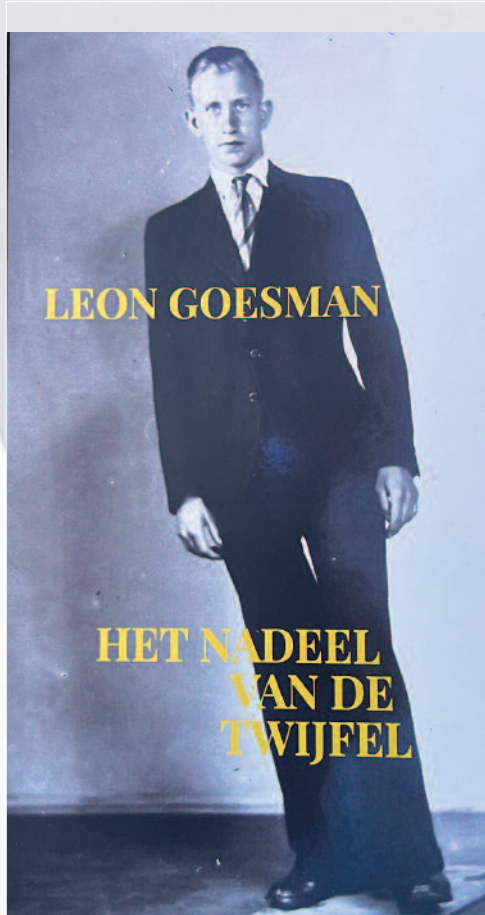
lijken een trauma. Hij kreeg het aan zijn hart rond zijn 60e en de cardioloog adviseerde hem, vergeefs, psychologische hulp te zoeken. Hij is uiteindelijk bijna 92 geworden."

Hoe kijken de andere kinderen naar hem?

"Ik heb alleen een jongere broer. Met hem heb ik helaas geen contact meer. Ik was als kind al wantrouwender dan hij tegenover mijn vader. Hij is milder over hem. Maar hij heeft ook hulp gezocht vanwege zijn struggle met het verleden, veel eerder dan ik. Hij vindt dat ik me te veel heb laten beheersen door de oorlog."

Was het een zware klus, dit boek?

"Ik vond het uitpluizen van de archieven heel interessant. Maar wat ik daar vond, dat was confronterend, dat kwam hard aan. Ik heb vijf jaar over het boek gedaan en het zelf uitgegeven. Er zijn geromantiseerde elementen, maar het deel over het onderzoek is non-fictie. Wat ik hoor van lezers, is dat zij het boek heel spannend geschreven vinden. Mijn overbuurvrouw heeft vaak gevraagd hoe ver het er mee stond en ze heeft het zelfs twee keer gelezen. Ik krijg eigenlijk alleen maar positieve reacties. Daar ben ik blij mee. Het is een belangrijk verhaal dat we minder vaak horen: het verleden verteld vanuit het perspectief van de dader, van het kwaad."



Het nadeel van de twijfel

Schrijver: Leon Goesman (pseudoniem) uit Nijmegen-Oost.

Verschenen: januari 2022

344 pagina's

ISBN 9789464484380

Verkrijgbaar bij de boekhandel of te bestellen via <https://leongoesman.wordpress.com>

Bewoners in
de wijk

Een waan-zinnig rijk mens

***“Ik rijd zó onder de
slagboom door van de
Maartenskliniek”***



Wilmy
Smeets

Anne Vollenbroek

Het zonlicht valt als prachtig stroo-licht binnen in de fleurige werk-kamer van Anne Vollenbroek. De aanleiding dat ik graag met haar wil praten zijn o.a. de bijzondere ligfietsen, velomobielen, waar zij en haar man Johan in rijden. Ze staan als een soort van twee gele reuzenklompen in de gang van hun huis.

Ze mogen op 80 km-wegen er mee, daarom heeft Anne naast een fietsbel ook een autoclaxon op haar fiets. “Elke velomobiel heeft een autoclaxon, je kunt niet zonder”, zegt ze. Heb je speciale kleding nodig en een helm, zoals op een motor, vraag ik haar. “Nee hoor, in onze fietsen zit je al helemaal ingepakt en mijn hoofd wordt beschermd door de hoofdsteen. De fiets is voor mij als een huisje, ik kan een muziekje aanzetten, heb gezellige verlichting en kan communiceren met Johan via de walkie-talkie”. Fotograaf en fietser Marc wil allerlei details weten, ik zie twee fietsfanaten bij elkaar! De fiets waar ze in rijdt is op maat gemaakt, heeft dertig versnellingen en is gemaakt van vederlicht carbon, ook gebruikt voor racefietsen. De fiets is 76 cm breed, precies breed genoeg om op de openbare weg te mogen rijden en kan tussen de 2 en ruim 100 km per uur. Je kunt er dus héél langzaam mee rijden zonder om te vallen. Je hebt klikpedalen om te duwen en trekken, net als bij een racefiets.

Honden met open monden

Anne vertelt over het fietsen in een velomobiel: “Je idee van afstanden verandert, je actieradius is groter dan op een racefiets, kunt in één dag op en neer naar bijvoorbeeld Antwerpen. 2% van de mensheid reageert vervelend, de reacties zijn voor 98 % heel positief, mensen lachen en staan te klappen en te juichen als we langs komen. Ik heb zelfs honden gezien waarvan de bek openviel van verbazing. Soms zijn er agenten die ons aanhouden omdat ze niet weten, net zoals veel andere automobilisten, dat we op de openbare weg mogen rijden. Daarom heb ik een sticker van het RVV (Regelement Verkeersregels en Verkeerstekens) op mijn fiets. De Guardia Civil in Spanje was heel aardig, en vooral nieuwsgierig, ze hebben zelfs eens ijsjes voor ons gehaald en ons onder begeleiding de weg gewezen!”

Nooit meer zadelpijn

Ze vertelt enthousiast verder. “Ze hebben een fantastische wegligging. Je zit heel anders, nooit meer zadelpijn! Daar waar een gewone fietser naar beneden kijkt, kijken wij om ons heen en naar boven. Je zit lager en je gaat sneller, maar het is niet gevaarlijk. Je moet wel heel goed letten op je zichtbaarheid en heel goed anticiperen op reacties van andere weggebruikers, je gedrag aan-

passen. Als er bijvoorbeeld een ruiter op de weg is, ga ik bij het passeren heel langzaam rijden of stilstaan, ga kalmerend praten zodat het paard niet schrikt. En je moet goed opletten als er heggen staan langs het fietspad, dat voelt als Russische roulette, dan ga ik op de openbare weg. Een vlaggetje werkt niet, dan denken mensen dat er een kleuter voorbijkomt. Maar ik vind het vooral leuk en handig dat ik onder slagbomen door kan rijden. Toch gebeurt er wel eens iets. Ik ben wel eens omgevallen en rondgetold in het begin toen ik de fiets nog moest leren kennen. Ik had niet in de gaten hoe windgevoelig die is, dus toen ik met veel vaart de bocht om kwam, pakte de wind me en rolde ik zijwaarts een droge sloot in. Kennelijk was ik helemaal rond geweest, ik stond gewoon met mijn fiets rechtop, zo snel ging het. Gelukkig was er uiteindelijk niets aan de hand met mij.”

Zo'n fiets lijkt me niet handig bij het boodschappen doen en inderdaad heeft Anne ook nog een gewone fiets. Maar verder vragen we ons af waarom niet méér mensen zo'n velomobiel aanschaffen. Je mag parkeren bij de fietsen en scooters, hij past in je huis of tuin en kan wedijveren met de auto qua snelheid, zeker in een stadse omgeving.

Na haar opleiding aan de TeHaTex is Anne begonnen als kunstenaar. “Op de lagere school verkocht ik al tekeningen aan klasgenoten”, vertelt ze. “Ook heb ik jarenlang als danseres gewerkt, ik trad op met oriëntaalse dansen in Nederland, Egypte en vaak in Tunesië, heb in die tijd ook Arabisch geleerd.” Haar veelzijdigheid uit zich in de verschillende dingen die ze doet. Naast yoga en meditatiedocent is ze stervensbegeleider, speelt ze harp in een verzorgingshuis, runt ze huiskamerrestaurant Viva Las Vegan, kan ze masseren én is ze onder artiestennaam Zeyna waarzegster en hennapainter, zowel thuis als op braderieën en markten en tijdens de Vierdaagse op de Kaaij.

Composttoilet

Anne en Johan zijn bevlogen mensen, ze willen met hun leefstijl de natuur zo min mogelijk belasten. In hun werk leven ze dit vóór en hopen zo anderen te enthousiasmeren. Daarom eten ze veganistisch, doen boodschappen bij winkels die geen of nauwelijks verpakkingen gebruiken, rijden ze geen auto en hebben ze – bijzonder - een composttoilet. Het ziet er uit als een gewoon toilet met een brede afvoer recht naar beneden. Je gebruikt geen water, wel zaagsel. Hun waterverbruik is daardoor heel laag. In de kelder staat een flinke ton waar de compost wordt gemaakt. “Er is geen stank, geen vliegen, we hebben genoeg ventilatie en luchtafvoer”, vertelt Anne. “En we kunnen de compost gebruiken voor onze tuin, twee, drie keer per jaar tappen we af en bemesten onze tuin, soms vullen we aan met paar-

denmest, dat gaat prima”, zegt ze. “De roos in de tuin gaat er heel erg goed op, is bijna een boom geworden!” Voor bezoekers hebben ze beneden een ‘gewoon’ toilet. Om een composttoilet te hebben hoeft je geen vegetariër of veganist te zijn, begrijp ik van Johan en Anne. Tenzij je zware medicijnen gebruikt kan iedereen de compost uit een composttoilet gebruiken. Over duurzaamheid gesproken: zo'n toilet is bijzonder circulair en milieuvriendelijk, denk ik. Waarom hebben niet meer mensen zo'n toilet?

Waanzinnig rijk

Ik vraag Anne naar haar levensmotto. “Ik vind het niet boeiend meer om iets in de wereld ‘neer te zetten’, zoals je juist zovaak hoort. Vroeger voerde ik actie voor dingen. Later zag ik in dat ik daardoor ook oordelend was, ik projecteerde en stoorde me aan gedrag van anderen dat in mijn ogen niet goed was. Nu ben ik activistisch op een positieve, liefdevolle manier, met de dingen die ik doe. Ik hoop zo anderen energie te geven en misschien te inspireren.”

Anne geeft energie en inspiratie door dus ik ben benieuwd waar ze die dan zélf opdoet. “Ik bewonder Green Evelien, die heeft slechts één vuilniszak per jaar nodig. Zij is voor mij een grote inspirator, net zoals mijn eigen yoga-docent Anandajay. Bij hem mocht ik ervaren dat mijn bron onvoorwaardelijke eeuwige liefde is, hij heeft mij geleerd en laten ervaren dat wat je zoekt je in jezelf kunt vinden. En dat alles waar je je mee verbindt, groeit.”

In ons gesprek valt me op dat Anne in de loop van de tijd steeds nieuwe dingen is gaan ontdekken en doen. Wat heeft ze voor toekomstplannen? “Ik zie erg uit naar de lessen meditatieve yoga die ik ga geven vanaf september dit jaar, in juni rond ik de opleiding af tot docent ‘light of being’. Ook volg ik nu een opleiding aan de Heksenacademie, dat klinkt misschien heel *weird*, maar je leert daar werken met het feit dat alles beziel is, iets wat ik al heel lang voel en weet, maar waar ik niet met iedereen over kan praten. Het is gewoon fijn je te verbinden met een groep mensen die dat ook weet en als familie voelt. Je leert er meer over het beïnvloeden/sturen van energie. En ik zie erg uit naar onze volgende fietsreis, die gaat waarschijnlijk naar Boedapest! Ik volg mijn hart en heb de vrijheid om dat te kunnen volgen, dat kan immers niet iedereen. Daarom ben een waanzinnig rijk mens.”

www.zeyna.nl

<https://www.greenevelien.com>

www.velomobiel.nl

www.lightofbeing.org

www.lunadea.nl



HET DUURZAME
WARENHUIS

BIOLOGISCH

FAIR TRADE

NATUURLIJK



LOKAAL

ZERO WASTE

DIERVRIENDELIJK

Burchtstraat 126 Nijmegen
Open: ma-vrij 10-18 uur, za 10-17 uur.

Alles voor een
duurzaam leven
onder één dak.

WWW.DUURZAMEWARENHUIS.NL



Genieten
in het
groen



Duivelsberg |
Berg en Dal
024 684 14 39
info@duivelsberg.nl

www.duivelsberg.nl

PANNENKOEKENRESTAURANT

De Duivelsberg

AUTOBEDRIJF STARFIT

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

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



Pontanusstraat 46-48
6524 HG Nijmegen

T: 024-3234448
F: 024-3601609

Openingstijden:
ma t/m vr: 08.00-17.00

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

... Dichter Bij Oost ...

De gedichtenrubriek van de Wijkkrant

DE BLOEMENKIOSK VAN OOST

De zwarte lobbes ligt tevreden zo te zien
tussen het groen en rood en geel en paars
van al die lentebloemen daar.

Is hij het tegenwicht misschien

tegen die levendige kleurenpracht
van groen en geel en rozerood,
een voorschijn van de stilte en de dood
die ietwat verder op ons wacht?

Nee, eerder hoeder van het onverbloemde vele,
het enthousiaste klimmen in het zand
van kinderen die bloeien en die spelen

als spiegel van het geurig bloemenland
dat zoveel jaren al en o zo toegewijd
de Daalse wandelaar en fietser begeleidt.

Gerard Kessels

Hoe verrassend kan het zijn als een gedicht je met andere ogen laat kijken naar een vertrouwde plek waar je dagelijks langs loopt. Het gedicht van Gerard Kessels over het bloemstalletje aan de Daalseweg is daar erg goed in geslaagd. Proficiat Gerard, voor jou het bosje bloemen.

Poëten, we nodigen jullie weer uit verder te dichten over een karakteristieke plek in de wijk. Voor deze maand is dat geworden: het kerkhof aan de Daalseweg. In mei gedenken we de oorlog en de bevrijding en deze keer tegen de achtergrond van de verschrikkingen van de oorlog in de Oekraïne. Ons oog is gevallen op de grafsteen van de oorlogsslachtoffers van het Rooms-katholieke Weeshuis in Nijmegen. De grafsteen ligt na 50 meter links aan het hoofdpad als je het kerkhof oploopt. We nodigen jullie uit over dit graf een gedicht te schrijven. In overleg met de dichter zal het gedicht aangeboden worden aan de nieuwsbrief van stichting In Paradisum, de beheerder van het kerkhof. En natuurlijk mag de winnaar een bundel komen uitzoeken op het Poëziecentrum op woensdagmiddag.



Zoals afgesproken plaatsen we voortaan alle binnengekomen gedichten in de rubriek nijmegen-oost.nl/pagina/dichter-bij-oost in de digitale Wijkkrant. In deze aparte rubriek kunnen we meer aandacht besteden aan wat er aan poëzie te beleven valt in Oost en in het Poëzie Centrum Nederland.

Mail je bijdrage vóór 24 mei naar dichterbijooost@gmail.com

Wijknieuws

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

Indische Literaire Salon met Lidy Nicolassen en Otto de Kat



Dit keer zijn twee schrijvers te gast die hun sporen in de literatuur hebben verdiend: Lidy Nicolassen en Otto de Kat. Beide auteurs ontdekten pas laat het onderwerp Indië. Dit rijpingsproces resulteerde in twee prachtige boeken: Een onverschrokken leven en Het uur van de olifant. Beide werken kregen goede recensies in de (dag)bladen. Zondag 29 mei, Oud Burgeren Gasthuis, Prof. Cornelissenstr. 2, 13:00-16:00 uur, entree: 5 euro. Aanmelden (verplicht): steunpunt nijmegen@pelita.nl

Ben jij die ondernemerr met dat maatschappelijke hart?

Stichting ANDERS verbindt lokale hulpvragen van kwetsbare mensen aan ondernemers die hier met hun eigen product, dienst en talent voor in actie komen. Voor hun start in Nijmegen zoeken ze een ondernemende Nijmegenaar met een maatschappelijk hart. Hij/zij bouwt aan een netwerk van betrokken ondernemers, werft een bestuur voor de nieuwe op te richten stichting, enthousiasmeert het lokale maatschappelijk veld, en coördineert de hulpvragen die worden gedeeld richting een succesvolle match met een ondernemer uit de regio.

Info via deze website:
stichtinganders.nl/nieuws/vacature-projectleider-nijmegen

Gratis rolstoelvaardigheids-training in Ark van Oost

Uniek Sporten regio Nijmegen geeft samen met Basketball Experience NL (BEN) een gratis Training Rolstoelvaardigheid en Sport. De training is bedoeld voor mensen die in het dagelijks leven en/of tijdens sportactiviteiten gebruik maken van de handbewogen rolstoel. Tijdens de trainingen wordt er samen volop geoefend om optimaal gebruik te maken van je ADL-rolstoel en/of sportrolstoel. Ook maak je kennis met verschillende rolstoelsporten/-activiteiten en enkele verenigingen - en natuurlijk ontmoet je mede-rolstoelers. Er vinden 5 trainingen plaats op donderdagavond vanaf 19 mei.

Info/aanmelden via
regionijmegen@unieksporten.nl



Plaats voor jeugdleden bij Wielvereniging RTC Groenewoud

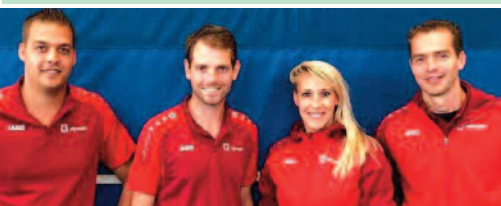


Ben jij tussen de 12 en 18 jaar? Vind jij het leuk om met meiden en jongens van jouw leeftijd te wielrennen? R&TC Groenewoud heeft drie mooie jongerengroepen die nog plaats hebben voor nieuwe enthousiaste leden. Fietservaring echt nog niet vereist. rtcgroenewoud.nl

Koffiepraat: elke twee weken op vrijdagmiddag

Bij Koffiepraat staat de koffie klaar, is er altijd wat lekkers te snoepen en is er tijd voor gesprek. Heb je zin in koffie, een gezellig praatje of een goed gesprek? Welkom om aan te schuiven! Elke oneven week op vrijdagmiddag van 14.00 – 17.00 uur. Adres: Prins Hendrikstraat 79, Nijmegen-Oost.

Zoek je een wandelmaatje?



Buurtportcoach Coen Merx (op de foto 2e van links) doet een oproep: "Voor mijn werk spreek ik regelmatig met inwoners van Nijmegen-Oost die op zoek zijn naar wandelmaatjes. Ben of ken jij iemand die graag wandelt en mij kan helpen? Neem contact op via c.merkx@nijmegen.nl / 06-25678803

De Messi van de Elzenstraat

Ingezonden door Jan van Doremalen

Vroeger las ik alle strips van Charles M. Schulz over Charlie Brown. Een van de opgevoerde kinderen heette Linus van Pelt en was de broer van Lucy van Pelt. Om zekerheid in het net begonnen leven te krijgen, had hij altijd een handdoek in de hand. Dit heb ik later bij een jongen van vergelijkbare leeftijd gezien, die altijd een clown vasthield.

Nu heb je een jongen in de Elzenstraat, die altijd een bal vasthoudt of ermee in de weer is. Hem noem ik de Messi van de Elzenstraat! Soms maakt hij schijnbewegingen met een denkbeeldige tegenstander. Het lijkt af en toe wel de beste linksbuiten aller tijden Coen Moulijn van Feyenoord (of was het toch het slangenmens Rob Rensenbrink?)

Nu is de huishoudschool uit 1959, Stip-Oost en het danscentrum weg op de Elzenstraat. Er ligt nu een gigantisch terrein waar een

flat voor demente bejaarden en een aantal woningen voor woongroepen komt. Maar burgemeester Bruls grijpt in. Er komt nu een spiksplinternieuw stadion waar NEC thuiswedstrijden kan spelen gefinancierd door Marcel Boekhoorn. Het ligt á la de Adelaarshorst van Go Ahead Eagles uit Deventer midden in een woonwijk. De flat voor demente bejaarden en de woningen voor woongroepen worden onderdeel van het stadion. "Die Ronaldo speelt toch wel goed bij NEC." "Dacht je nu werkelijk waar dat die hier komt voetballen! Geef mij maar Tiny van Reeken van SCH!! SCH betekent trouwens Sport Club Honolulu". "Lul toch niet zo dom SCH betekent Sport Club Hartert. Honolulu ligt achter Groningen." Heren heren, jullie hebben het beiden mis: SCH betekent Sport Club Heesch. In het stadion zullen ook concerten plaatsvinden en onze Messi kan door de hoofdingang aan de Elzenstraat schuin oversteken na zich thuis verkleed te hebben waarna hij het voorprogramma van NEC verzorgt onder de klanken van Survivor (Eye of the tiger) binnenkomend. Het stadion heet: het Elzenstadion.

Kennismakingsbijeenkomst Waalstappers

Waalstappers is een levendige en dynamische community voor ontmoetingen en activiteiten in de regio Nijmegen. Iedereen kan lid worden. Waalstappers is voor mensen in alle soorten en maten, van alle leeftijden. Ervaar hoe leuk het is om nieuwe mensen te ontmoeten door gezamenlijk iets te ondernemen! Inschrijven gaat gemakkelijk en direct, eerste half jaar gratis, daarna Meedoen-regeling van de gemeente Nijmegen mogelijk.

Op vakantie in je eigen buurt!



Buurtbewoners van Nijmegen-Oost kunnen dit jaar van 24 tot en met 26 juni weer kamperen in hun eigen buurt. In het Mariënbos (tegenover de Trekvogels en naast speeltuin de Leemkuil). De Buurtcamping is bedoeld voor buurtbewoners van alle leeftijden. Met het gezin de bossen in. Neem je oma en opa mee, pak je eenzame buurman bij de arm en schrijf je in. Het kampeerweekend zit vol leuke activiteiten voor jong en oud. Ook dit jaar kun je zelf meehelpen! Zo leer je de mensen nog beter kennen. Ga naar www.debuurtcamping.nl.

Waaltochten voor Oekraïne

Vaar met Oostenaar/gids Rob Jaspers mee met nijmegen.pannenkoekenboot.nl. Op het midden van de rivier zie je een oogwenk hoe snel de stad langs de Waal is gegroeid. Wie instapt op de pannenkoekenboot steunt het fonds Hoop voor Oekraïne.

Stip Oost

In gesprek

We hebben sinds enige tijd twee mooie, nieuwe spreekkamers gekregen. Hierin kun je in vertrouwen je verhaal vertellen en je vraag stellen.



We noteren geen persoonlijke gegevens. Stip werkt met vrijwilligers die goed op de hoogte zijn van allerlei (financiële) mogelijkheden en regelingen. Dat kan zijn

op het gebied van bijvoorbeeld wonen, werken, school of zorg. Hebt je een vraag? Wij denken met je mee en helpen het probleem op te lossen. Onze vrijwilligers worden ondersteund door professionals van de welzijnsorganisatie Bindkracht10. Mochten we er niet uitkomen dan is er op de achtergrond een team van experts waar we een beroep op kunnen doen. Of we brengen je rechtstreeks in contact met de juiste organisatie die je verder kan helpen met je vraag. De Stip is er voor de buurt. Schroom niet en kom gerust langs. Een kopje koffie of thee staat klaar.



Rob Hermens
Coördinator Stip Oost

Tot ziens op onze nieuwe locatie in PH7, Prins Hendrikstraat 7 in de oude school.

Stip Oost PH7: Prins Hendrikstraat 7
– ingang aan de zijkant
www.nijmegen-oost.nl/stip-oost



Informatie & Advies

Open inloop. Stip Oost is via de achterzijde rolstoel-toegankelijk.

Maandag 13.30 - 16.30 uur, woensdag 9.30-12.30 uur, donderdag 13.30 – 16.30 uur. Stiplijn: 024-3502000.

Buurtsoep Oost weer op laatste woensdag van de maand: 25 mei

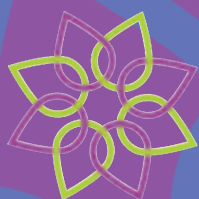
Kom een keertje proeven en neem gerust iemand mee. Het is altijd heel lekker en gezellig. Om 12.00 uur staat de pan met soep van Onder de Bomen klaar.

Onze oude Stip aan de Elzenstraat is er niet meer. De foto is genomen op 1 april (geen grap) in de sneeuw.



Gevraagd Huisbezoeker Buurt Energie Systeem

Wat doe je als Huisbezoeker? Met bewoners thuis vul je samen een rekenprogramma in dat laat zien wat het alternatief voor aardgas kan opleveren. www.besbuurthuis.nl/bomenbuurtoost. Er staat 'n vergoeding tegenover. Interesse? Neem contact op met judith.vanhout@woonwaarts.nl of Duurzaam Hengstdal: 06-53642880.



Het Molentje
Bloem & Tuin

**ZONDAG
MOEDERDAG**

Verras moeder

met een boeket,
terrasplant,
zomerbloeiers of...

Zaterdag van 8 - 17 uur geopend
Zondag van 9 - 17 uur geopend

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

VANNATURE
fair, biologisch, lokaal

Dé biologische specialzaak,
met de lekkerste seizoensproducten
van boeren en bakkers uit de omgeving...



**mét Gratis
Parkeer
Plaatsen**

Gerard Noodtstraat 135 - Nijmegen
mét Gratis parkeerplaatsen

www.VanNature-Nijmegen.nl

Gezicht van Oost

Ingezonden door Lia Maas

Wie kent hem eigenlijk niet in Nijmegen-Oost? Wiens kind heeft er geen zwemles van hem gehad, of kwam in aanmerking voor extra aandacht om via zijn kundige toverkunsten een stapje verder te komen? Guus de Bruijn heeft een ongelooflijke toverdoos en trukendoos om deze kleintjes te krijgen waar hij ze hebben wil. Altijd rustig, altijd gemoedelijk en relaxed. Kinderen voelen zich veilig en rustig bij hem. Dat is een grote kwaliteit.

Na 47 jaar gaat hij eind mei het zwembad verlaten. Lang heeft hij op het "Oude Oost" gewerkt en de laatste jaren op het Erica Terpstra-bad. Als jong broekje in de vorm van zwemleraar begonnen en later was hij de coördinator van de zwemlessen. Bovendien nog zo'n echte collega van het ouderwetse soort: een maatje die klaarstaat daar waar het nodig is. Kortom: toffe peer die Guus. Hij gaat gemist worden, maar een fijn pensioen wordt hem van harte toegewenst.

Guus houdt niet van tamtam en opgedirkte toestanden, daarom komt er geen receptie voor hem. Maar loop gerust de laatste weken van mei binnen, om een hand te schudden, of een anekdote achter te laten in een boek wat bij de receptie ligt.

Gouden kerel! Gouden toekomst gewenst voor jou!



Kunstwerk voor de Spoorbuurt



Het was een geslaagde middag in de Spoorbuurt. Het aluminium kunstwerk van Hans de Raad, waar we vorig jaar in de Wijkkrant uitgebreid aandacht aan hebben besteed, werd onthuld afgelopen 22 april. Lekkere hapjes en drankjes, gezellige muziek en een goede sfeer. Het kunstwerk is te bewonderen op de hoek van de Duncklerstraat met de Diepenbrockstraat. Foto's: Mohanad Ataya.



Ledenvergadering Buurtplatform Wedren-Julianapark met openbaar gedeelte over veiligheid en leefbaarheid in de wijk



Op woensdag 1 juni a.s. heeft het Buurtplatform Wedren-Julianapark om 19.00 uur zijn ledenvergadering met aansluitend om 20.15 uur een openbaar gedeelte over veiligheid en leefbaarheid in de wijk. De

ledenvergadering is alleen toegankelijk voor leden, het openbare gedeelte voor alle belangstellende buurtbewoners. De bijeenkomst vindt plaats in Wijkcentrum Daalsehof, Daalsehof 2.

Het Buurtplatform: "In een wijk als de onze staat de leefbaarheid soms onder druk. Denk aan de drugs-gerelateerde overlast, de verkamering waar geen grenzen aan wordt gesteld, de toenemende grootschalige evenementen op de Wedren/Julianapark etc. Op deze avond belichten we twee onderwerpen. Als eerste de resultaten van de aanpak drugs-gerelateerde overlast. Drie jaar terug heeft het Buurtplatform Wedren-Julianapark met buurtbewoners hard aan de bel getrokken in verband met de overlast in dit gebied, zoals dealen, prostitutie, openlijk gebruik, onveiligheid. Daarna is er voortdurend contact geweest met gemeentebambtenaren en Burgemeester & Wethouders. Er zijn veel maatregelen uitgezet sindsdien en mét resultaat. We beloofden in de vorige ledenvergadering een verslag hiervan. Die belofte lossen we nu in!

Vervolgens stellen de ambtenaren van de 'gebiedstafel' zich voor aan u, zodat u hen leert kennen en ze gemakkelijker te benaderen zijn door u. In de 'gebiedstafel' werken de diverse ambtenaren op het gebied van sociaal -, fysiek domein en veiligheid samen om problemen rond de leefbaarheid in onze buurt op te lossen. Verder zijn aanwezig de ambtenaar van handhaving en toezicht en de wijk-agent. Wij gaan met hen in gesprek om te horen welke initiatieven ze al hebben ondernomen om de leefbaarheid te vergroten. Welke ze nog willen ondernemen en zeker ook waarvan u vindt dat ze ondernomen moeten worden. U bent hierbij van harte uitgenodigd (even aanmelden: buurtplatform.wedjul@gmail.com). De afronding is om 21.30 uur.



Reflectie op de tijdgeest kenmerkt Leerhuis Westerhelling

Villa de Westerhelling, is het grote, statige pand aan de rand van de vil-
lawijk de Kwakkenberg. Mijn
nieuwsgierigheid naar dit pand was groot
en werd bevredigd. Ineke Tacq, zakelijk lei-
der van Leerhuis de Westerhelling, heette
ons welkom.

We worden ontvangen in de riante hal, met
opengaande deuren die uitkomen op de
bosrijke achtertuin. Tal van schilderijen vul-
len, naast de oude lambriserings, de hoge
muren. Opmerkelijk is de variëteit van oude
en nieuwe kunst, zeefdrukken, pentekenin-
gen en schilderwerken. Ineke vertelt ge-
amuseerd over de aanleiding: "Frater Jozef
Bossaert woonde hier, hij was graficus en
schilderde ook. Hij gaf workshops en lessen
in de villa. Sommige jonge kunstenaars ex-
poseerden hier en als tegenprestatie vroeg
frater Jozef dan een kunstwerk. Vandaar
deze rijke schakering." In de villa wonen
een paar fraters en verblijven gasten van
buiten voor een aantal dagen of soms langer.
Er komen groepen en individuen en dat
loopt (letterlijk) door elkaar heen. Koken
doen ze zelf en iedereen kan gebruik maken
van de huiskamer en de geweldige tuin. "Ve-
teranen kwamen hier een keer voor team-
building. Zij kwamen zonder doelstelling,

flipover of wat dan ook. Ze wilden elkaar op
een andere manier, op een dieper niveau le-
ren kennen,"

Puinhoppen van de Franse revolutie

Villa Westerhelling werd in 1912 gebouwd in
opdracht van kaashandelaar Klaas de Jong,
die er tot 1932 woonde, en kende daarna
een roerige geschiedenis. In de oorlogsjaren
werd het een kindertehuis voor de NSB van
de beweging van Anton Mussert. Na de be-
vrijding diende het als distributiepunt van
voedsel en in 1947 werd de villa met bijbe-
horende grond aangekocht door de Broe-
ders van Liefde. Vanaf 1952 is het een kloos-
ter van de Congregatie van de Fraters
Maristen. Die congregatie ontstond op de
'puinhopen' van de Franse revolutie met als
doel om onderwijs te geven. Voor het jon-
genspensionaat, dat werd gebouwd in 1955,
kwamen leerlingen uit het hele land, de Nij-
meegse jongens moesten verplicht intern:
"Dat was om concurrentie met andere scho-
len te voorkomen", vertelt Ineke. "Tot begin
jaren zeventig werd er onderwijs gegeven,
vooral aan kinderen van middenstanders die
weinig tijd hadden voor de opvoeding. In de
jaren zeventig veranderde dat, mensen kre-
gen meer tijd voor hun kinderen en namen
zelf de zorg op zich. De meeste internaten

werden gesloten in die tijd. Deze kanteling
vind ik een reflectie op het tijdsbeeld dat
ook de Westerhelling kenmerkt, aldus
Ineke." In het oude internaat wonen nu stu-
denten, eveneens een reflectie van deze tijd.

Stilteweekenden

Ineke is verantwoordelijk voor het reilen en
zeilen: "Van de inkoop van koekjes tot Ar-
bowetgeving, maar ik sta er niet alleen voor,
er zijn een paar medewerkers en vrijwilligers
of mensen die re-integreren op de arbeids-
markt. In de villa komen groepen en indivi-
duen voor rust of teamactiviteiten en in het
nabijgelegen gebouw van de bosrijke tuin
vinden stilteweekenden voor jongvolwasse-
nen plaats. Begin 2000 kwam een groepje
jongeren met de vraag om een stilte-ruimte
te creëren in het naastliggende gebouw. Ze
hadden verschillende achtergronden, van
natuurkundige tot verzorgende in de GGZ,
en hadden behoefte aan een stilteplek,
mede gericht op aandachtig leven, zowel
voor zichzelf als voor hun omgeving. Er is nu
bijna elk weekend een groep met een pro-
gramma met een lichte structuur, er wordt
drie keer per dag een meditatie aangeboden
en je kan in gesprek gaan met een begelei-
der, maar niks moet."

Maakbaarheid: rationeel en doelbewust

Van huis uit is Ineke psycholoog en heeft ze
af en toe gesprekken met jongeren. "De
meesten van hen zijn in de jaren negentig
geboren. Als rode draad bij deze jongeren
zie ik de kenmerken van de maatschappij
waarin ze opgroeiden, gericht op maak-
baarheid, rationeel en doelbewust. Ze stel-
len hoge eisen aan zichzelf en werken hard
alsof ze de maakbaarheid en rationaliteit
geïnternaliseerd hebben, maar ze lijken niet
te kunnen voldoen aan hun 'eigen' normen.
Ik vind het een heftige tijd voor jongeren.
Ook hier zie ik de reflectie van de tijdgeest
en dan heb ik het niet eens over perspec-
tieven als klimaat of woningnood, want daar
speelt ook nog van alles. Dat alles maakt dat
de belangstelling voor een stilteweekend
hier groot is. Het belang van dit huis is dan
ook het meenemen van verstillings in je
drukke leven - en daar zit geen leeftijds-
grens aan."

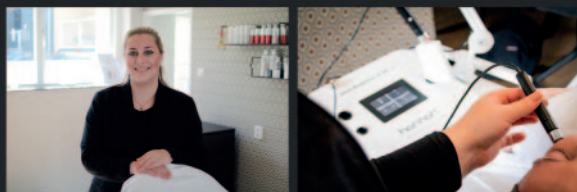




Boek snel een afspraak!

High end beauty treatments in **Nijmegen Centrum**

Gelegen in Nijmegen-centrum, aan het bruisende Faberplein is de salon van **ANNA Skincare & Beauty** te vinden. Kom helemaal tot rust in de stijlvol ingerichte ruimte. Er wordt uitsluitend gebruik gemaakt van High end producten, het resultaat is namelijk wat telt.



Lycon

hannah

RefectoCil

annaskincare.nl 0031 638 260 670
Van Broeckhuysenstraat 9, Nijmegen

**OP ZOEK NAAR EEN
NIEUWE OF GEBRUIKTE FIETS?**

BEKIJK ONLINE
ONS ASSORTIMENT



www.wheelstweewielers.nl

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



Klopper & Kramer
Uitvaartcentrum Oud-Mariënboom

Wij dragen u op handen

Wij zijn er voor iedereen, dus ook voor u.
En dat al bijna 100 jaar. Ons zeer ervaren team
luistert, adviseert en ondersteunt.

Zó wordt een uitvaart persoonlijk en bijzonder.



Groesbeekseweg 424 Nijmegen

Kijk voor informatie op: www.kk.nl of bel 024 - 323 4444

Marjon
Spoorenberg



Water favoriet van beeldend kunstenaar

Bij veel mensen in Nijmegen-Oost zal de naam van Noëlle Koppers bekend voorkomen. Zij is al bijna 40 jaar werkzaam als beeldend kunstenaar in Nijmegen en vele jaren had zij een atelier in Nijmegen-Oost, voor het laatst in de van Heutszstraat.

In 2013 verhuisde ze met haar atelier naar de Jan de Wittstraat in Bottendaal waar ze samen met Christine Elkhuisen TINT heeft opgericht: een praktijkschool voor schilderen en tekenlessen. Van de zomer verhuist TINT naar de Vasim in Nijmegen-West waar een kunstenaarskolonie zal verrijzen met een onderkomen voor vele Nijmeegse kunstenaars.

Tot 5 jaar terug woonde Noëlle ook in Nijmegen-Oost, maar door gezondheidsproblemen van haar man verhuisde ze naar Lent naar een huis dat van meer gemakken is voorzien. Omdat ze van de zomer gedeeltelijk met pensioen gaat, heeft ze in de maand mei een expositie georganiseerd in de Refter in Ubbergen waar werk te zien zal zijn van haarzelf en haar cursisten. Het idee voor dit interview voor de Wijkkrant kwam van mijn man, die al 4 jaar tekenlessen volgt bij Noëlle, en Noëlle wilde hier graag aan meedoen.

Limburgse roots

Noëlle is geboren in 1957 in Heerlen. Dat kun je nog wel horen aan haar zangerige tongval, die raak je nooit meer kwijt. Ze

groeide op in een harmonieus, creatief gezin. "Mijn moeder maakte altijd al kleren voor ons en voor onze poppen. Ik vond het ook leuk om zelf iets te maken, maar ik had een voorkeur voor tekenen", vertelt Noëlle. "Op een dag stuurde mijn moeder een tekening van mij naar de Okki in het kader van een tekenwedstrijd en hij werd ook nog geplaatst!" Noëlle is hier nog zichtbaar trots op. "Ik wilde na de middelbare school naar de kunstacademie, maar van meisjes in Zuid-Limburg werd toentertijd nog verwacht dat je een echt meisjesberoep zou kiezen, het werd dus de Pedagogische Academie (nu PABO). Eenmaal afgestudeerd was het lastig om werk te vinden in het onderwijs, iets wat je je nu niet meer kunt voorstellen. Dan maar verder studeren. Zo belandde ik in 1980 in Nijmegen, waar ik aan de TEHATEX (opleiding voor tekenen, handvaardigheid, en textiele werkvormen - red.) een 2e graads bevoegdheid docent beeldende vorming behaalde. Omdat het me na mijn afstuderen nog steeds niet lukte een baan in het onderwijs te vinden, ben ik een atelier gaan huren om als beeldend kunstenaar een bestaan op te bouwen."

Werken als kunstenaar in Nijmegen-Oost

"Ik heb op veel plaatsen in Nijmegen-Oost gewoond en op veel verschillende plekken in Nijmegen-Oost een atelier gehad, vaak samen met andere kunstenaars. In het begin viel het niet mee om als beeldend kunstenaar een boterham te verdienen. We deden mee aan de jaarlijkse Atelierverschijningen (nu Open Atelierdagen) om werk te verkopen en in het weekend organiseerden we workshops schilderlessen en modeltekenen. We zijn zelfs een kunstuitleen gestart in het

centrum van Nijmegen om zo een inkomen te verwerven. Na veel vallen en opstaan lukte het me uiteindelijk toch om van mijn kunstenaarschap te leven. Het publiek leerde mij kennen en ik ging steeds meer werk verkopen, maar daar heb ik wel heel hard voor moeten werken. Negen jaar geleden heb ik met schilder- en tekenschool TINT een nieuwe start gemaakt. Ik geef nu aan 7 groepen schilder- en tekenlessen, maar dat ga ik terugbrengen naar 3 groepen om zo wat meer tijd te hebben voor mijn eigen werk. Ik wil ook wat meer vrije tijd doorbrengen met mijn man die al een paar jaar met pensioen is."

Schilder- en tekenschool TINT

TINT teken- en schilderschool biedt een uitgebreid programma van teken- en schilderlessen voor beginners en gevorderden. Het lesprogramma wordt naast Noëlle en Christine verzorgd door een aantal andere docenten. Buiten de schilder- en tekencursussen worden met regelmaat ook andere activiteiten georganiseerd zoals workshops, exposities, lezingen en schilderen op locatie. In de tekenlessen wordt aan groepsopdrachten gewerkt waarbij de cursisten met verschillende materialen leren werken, zoals houtskool, pen, potlood allerlei soorten inkt, pastelkrijt en aquarel. De onderwerpen variëren van landschappen, stillevens tot portretten. Na afloop van de les is er nog een korte nabespreking van het werk waarbij de cursisten ook veel van elkaar leren. Bij de schilderlessen werken de cursisten aan vrij werk onder begeleiding.

Specialisatie

Noëlle is op haar 25e begonnen met olieverf, tegenwoordig werkt ze veel met pastelpotlood. "In mijn werk zie je veel vogels, planten, bloemen en landschappen, want ik ben een echt natuurmens. Ik heb me gespecialiseerd in fijnschilderen met een eigen onderwerp: 'water'. Uit vijvers, vennen en stilstaand water haal ik mijn inspiratie." Het is dan ook niet toevallig dat de expositie in de Refter aan de Rijksstraatweg 37 in Ubbergen als thema water heeft. Cursisten hebben werk ingeleverd met het onderwerp water en kregen ieder de beschikking over een vierkante meter. Naar keuze mocht dan een groot werk of een paar kleine werken ingeleverd worden. De expositie is te bezichtigen tot en met 22 mei en is vrij toegankelijk in het weekend van 13.00 - 17.00 uur.

www.noellekoppers.nl
Informatie over TINT: tint-nijmegen.nl



Weten wanneer wij jouw afval ophalen?

Check onze handige Dar app!

-  Bekijk jouw ophaaldagen op de afvalkalender.
-  Krijg een seintje wanneer wij jouw afval ophalen.
-  Zoek bij twijfel in de afvalwegwijzer in welke bak of zak jouw afval hoort.

Download ook de Dar app!



www.dar.nl | info@dar.nl | 024-3716000



Dar.



 **CHIROPRACTIE
& REVALIDATIE**

Nieuw!

Beter bewegen met Nikki

Team Chiropractie Revalidatie Nijmegen is blij!
Want, wij zijn uitgebreid: met Nikki!

Nikki helpt jong en oud om beter en weer pijnloos te bewegen. Zij focust zich als chiropractor niet alleen op die ene pijnlijke plek, maar op het gehele plaatje: jouw hele lichaam én de bijkomende fysieke levenskwaliteit.

Dankzij haar 11 jaar ervaring en beheersing van diverse behandeltechnieken kan Nikki iedereen helpen, van ouders met pasgeboren baby's, pubers en tieners tot 80+-ers. Samen zorgen we dat cliënten nog beter (en bovendien sneller!) geholpen kunnen worden.

Wil jij behandeld worden door Nikki of heb je een vraag?

Neem contact via info@chiropractierevalidatie.nl of bel 024 - 200 1200.

Groesbeekseweg 246b, Nijmegen || www.chiropractierevalidatie.nl

Prijsvraag in de wijk

Kor Goutbeek



Hoe goed ken jij onze wijk?

Glas-in-loodramen

Deze maand een ogenschijnlijk eenvoudige opgave, maar ik ben heel benieuwd: al deze glas-in-loodramen zijn te vinden in een en dezelfde straat. Welke? Iedereen met een goede inzending krijgt een pakje ansichtkaarten van Oost.

Doorgaan met deze rubriek?

Ik krijg maar weinig inzendingen op deze rubriek - 0-3 mails per keer - en daarom wil er mee stoppen. Mocht het zo zijn dat u nooit instuurt, maar het wél een leuke rubriek vindt, stuur dan een mailtje met alleen 'ga door' naar k.goutbeek@gmail.com. Bij voldoende respons hervind ik vast mijn enthousiasme.

De oplossing van vorige maand:

1. Dominicuskerk, RK, in gebruik
2. Apostolische kerk, in gebruik
3. Remonstrantse en Doopsgezinde kerk, in gebruik
4. Stephanus kerk RK, voormalig
5. Lutherse kerk, in gebruik
6. Maria Geboortekerk, RK, in gebruik
7. Doopsgezinde kerk, voormalig
8. Anthoniuskerk, RK, in gebruik
9. Pniël, NH Kerk, gereformeerde bond, voormalig

Winnaars Annelies de Bont en Ruud van Mameren hebben de ansichtkaarten al binnen!



Onderweg zijn...

Wie is die vrouw die elke maand in deze fijne Wijkkrant een inwoner van Nijmegen-Oost in de spotlights zet? Haar naam is Simone Kiekebosc. Wat drijft haar? Wat zijn haar passies, haar dromen? Daar probeer ik deze middag achter te komen. Tijd dat er een licht op deze sympathieke, fijnzinnige, inspirerende dame wordt gericht.

Ingezonden door Lia Maas

Ik ontmoet haar in haar woning in hartje Oost, een woning die klopt bij haar. Kleurrijke paars-lavendel- en roodtinten vallen meteen op. Voorwerpen die een verhaal in zich dragen, een buitenlands sfeertje waarbij ik me direct thuis voel. De twee katten komen binnen. We kunnen beginnen.

Hoe lang schrijf jij voor de Wijkkrant en wat is je drive dit trouw iedere maand te doen?

"Ik schrijf mee aan de Wijkkrant sinds 2007. We bestaan uit een hechte, constante club. Één persoon is er zelfs al 25 jaar bij betrokken. Er zitten voor mij twee kanten aan die ik heel erg leuk vind. De ene kant is dat ik erg nieuwsgierig ben. Ik mag zomaar mensen interviewen en zomaar alles vragen. Ik vind dat zo'n voorrecht. Ik mag ze naar hun passies vragen, hun drijfveren. En sommigen verdienen echt even een spotlight."

Haar ogen beginnen te glanzen. Het is voor mij duidelijk dat ik hier met een mensen-mens te maken heb.

"De andere kant is samenwerken met de redactie. Het is een perfecte club, en iets waar ik heel erg van hou: nooit gedoe. Korte vergaderingen, veel ruimte voor iedereen, een divers clubje wat een mooi organisch geheel vormt. Iedereen laat elkaar in zijn of haar waarde. Eens per maand een borrel. Veel vrijheid en vrijblijvendheid en daardoor zijn we heel productief."

Het woord 'gedoe' valt nog vaker tijdens het interview. Het is duidelijk dat ze daar verre van blijft, een grondige hekel aan heeft, en als ik haar zo eens nauwkeurig bekijk, zie ik dat in haar luchtige uitstraling terug.

Simone, wat is jouw passie en drive in het leven?

"Ik ben zo ontzettend nieuwsgierig naar de wereld. Ik mag zo graag rondkijken, het is zo interessant te zien hoe anderen hun leven vorm geven. Voor mij draait alles wat ik doe om verbinding en verbondenheid. Daar gaat het om. Voorwaarden scheppen opdat

anderen zich ook weer met elkaar kunnen verbinden. Dat geeft mij een enorme levensvreugde, daar word ik echt gelukkig van."



Waar komt die gigadrive vandaan?

"Ik ben enig kind. Als kind dacht ik altijd dat het naar is om enig kind te zijn. Nu, achteraf, vind ik het ook wel gemakkelijk. Er zitten ook voordelen aan, weinig gedoe, bij begrafenissen regelen, de aandacht van mijn ouders niet hoeven te delen." (ha, daar heb je dat woord 'gedoe' weer). Ze moet er zelf om grinniken. "Maar toch is er iets uit ontstaan", vervolgt ze. "Doordat ik geen broers en zussen heb, is er wel een besef gegroeid dat ik andere mensen nodig heb."

"Ik verzamel mensen, in alle soorten, maten, kleuren, leeftijden. Ja, de een verzamelt postzegels, de ander mensen."

We proesten het allebei uit van het lachen. Mijn vraag aan haar is of ze dan ook redelijk

oordeellos is, maar dat vindt ze een veel te gemakkelijke conclusie.

"Maar ik zal wel altijd iedereen m'n vertrouwen geven, ik leef niet vanuit wantrouwen. Alle relaties die ik aanga krijgen het voordeel van de twijfel."

Mag ik dan wel concluderen dat deze stroom in jou aan de basis ligt van zoveel projecten die je in je leven hebt gedaan en doet?

Ze krijgt een zachte, speelse blik in haar ogen als ze verder van wal steekt. "Ik heb altijd mijn hobby's omgezet in werk. Ik hield van lezen en deed Bibliotheekacademie. Ik hield van muziek en werd muziektherapeute. Ik hield van reizen en kwam in de reiswereld terecht. Ik heb gedurende de twee jaar die ik in Amerika heb gewoond een reisopleiding gedaan en daar vervolgens zeven jaar in gewerkt. Reizen is een rode draad in mijn leven. Dat verlangen ontstond al in mijn jeugd. Ik wist als kind al dat ik wilde reizen. Op een gegeven moment hebben man Bert en ik ontslag genomen en zijn voor een half jaar op reis gegaan. Toen we terugkwamen was het duidelijk. Ik begin voor mezelf. Dat was een grote bevrijding in m'n leven, bevrijd van het keurslijf van een werkrelatie. Alles viel samen, m'n leven werd anders. Nieuwe mensen, nieuwe wegen. Na een aarzelende start begon mijn bedrijf: Muziquest te bloeien." (aardig om te vermelden Quest staat voor zoektocht).

Simone specialiseerde zich in originele muzikale spelvormen voor groepen, gebaseerd op persoonlijke muziekfragmenten. Werde muzikaal vormgever, en on top of the bill werd ze ook nog DJ. Ze raakte in die tijd betrokken als coördinator bij Music Meeting, werkte mee aan De Dag van het Levenslied, was medeorganisator van East of Eastern Jazz Festival en diverse andere festivals. Momenteel ook betrokken bij het Festival op 't Eiland. Raakt betrokken bij muzikale projecten met en voor vluchtelingen. Het begint me warempel bijna te duizelen. Wat heb ik hier met een actieve dame te maken. Uit alles blijkt de toewijding, de zorgvuldigheid en er 100% voor gaan. Half werk komt niet in haar woordenboek voor.

"Maar ik bleef tussendoor ook reizen. Reizen is zo essentieel. Ik wil er toch nog even op terugkomen," zegt ze, om vervolgens een prachtig versierd schrift tevoorschijn te toveren, zorgvuldig geschreven, beplakt en bewerkt tijdens haar reizen. "Nee, geen dagboek, dit is een reisschrift". benadrukt ze plechtig. "Ik heb er zoveel van. Ze zijn me zo dierbaar. Bij brand is dit het eerste wat ik uit m'n huis haal."

Vertel nog eens meer over wat dat reizen precies voor je betekent?

"Het fijnste van reizen is puur het onderweg zijn voor mij, of het nu met een boot, een bus, trein of een vliegtuig is. Het gaat niet om het doel maar om het onderweg zijn. Ik hou daarom ook van rivieren, ze zijn altijd onderweg, ze stromen eeuwig door, altijd. Ik heb mijn man Bert uitgekozen op z'n beweging en reislust. Hij beweegt, hij reist en dat doen we samen al 36 jaar. Het is het avontuur, de ontmoetingen, de onvoorspelbaarheid."

Toch ben ik nog niet helemaal tevreden met het antwoord en op het gevaar af wat drammerig over te komen vraag ik haar wat er uiteindelijk in haar

gevoed wordt, aangeraakt wordt door ontmoetingen, onderweg zijn en avontuur. "Ik ben altijd op zoek naar ontroering, verwondering en synergie. Daarom speel ik ook heel graag Canto Ostinato, met mijn twee ook pianospelende vriendinnen. Het geheel is groter dan de som der delen. Ja eigenlijk komt alles wat ik gedaan heb en wat ik doe uit deze drijfveren voort."

Wat doe je nu? Want in de lockdown lag je bedrijf stil.

Er volgt meteen een enthousiast en prachtig verhaal over haar Land van Ooij, waar ze 60 m² grond onder haar hoede heeft. "Ik heb me ontpopt tot groente- en kruidenvrouw. Ik ben boer geworden!", zegt ze trots. "Een totaal uit de hand gelopen project, mijn hele kelder staat vol. Van kruidenoliën tot smeewortel- en weegbreezalf tot rode bieten in zoetzuur. Je kunt het zo gek niet bedenken of het staat er in een potje. *Name it* en ik maak het. De Covidperiode maakte iets in mij los waardoor ik zelfvoorzienend wilde zijn. Ik heb zoveel geleerd dat ik bijna mezelf zou kunnen redden. Ik zou het liefst qua voeding helemaal onafhankelijk willen zijn van anderen."

Simone, deze vraag moet ik je tot slot nog stellen. Wat is je droom of heb je een toekomstplan?

"Ja ja!! "Juicht ze bijna, "Die heb ik zeker! Toe-

valligerwijs heb ik laatst met mijn man en een bevriende muzikant een middag verzorgd in woonzorgcentrum Boszicht. Daar heb ik zo van genoten, wat hebben die mensen mij geraakt. We hadden de middag helemaal muzikaal omlijst met nostalgische muziek, beeldfragmenten, van Pipo, Swiebertje tot aan Mies Bouwman. Foto's geprojecteerd uit lang vervlogen jaren. Er werd op oude liedjes gedanst van Engelse wals tot foxtrot. Wat een ontiegelijk dankbaar publiek, zo zinvol, zo bevredigend. Daar wil ik zeker meer mee gaan doen in de toekomst."

Dan is Mohanad daar. Haar trouwe Syrische fotograaf die haar altijd vergezelt bij haar reportages. Ook vandaag natuurlijk. Hij kent haar al jaren, dus een uitgelezen kans hem te vragen: "Mohanad, if you have to describe Simone in a few sentences, what would be your answer? Na enkele momenten van stilte zegt hij: "She is a good farmer." Stille volgt. Simone en ik kijken elkaar een beetje ongemakkelijk aan, maar gelukkig wordt het weergaloos vervolgt.

"Not only fot the plants. But she spreads everywhere her seeds and makes things to grow for people and between people."

Foto's: Mohanad Ataya



Waarom de wijk uit voor een nieuwe bril ?

Kom naar :



*Dé opticien in uw buurt
met een persoonlijke
behandeling*

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

Nijmeegse Rhea Koeblal vertelt op Radio 1 over
rechten voor mensen met een beperking'



Afgelopen 3 mei was er een interview op NPO Radio 1 met oud-Nijmegenaar van het jaar Rhea Elise Koeblal. Daarin vertelde ze hoe ze op alle mogelijke manieren aanloopt tegen problemen in onze maatschappij vanwege haar lichamelijke beperking. Veel basale rechten voor mensen met een beperking zijn nog altijd niet goed geregeld in ons land. Rhea Elise, die in een rolstoel zit, legde uit hoe zij tegen muren aanloopt, o.a. bij haar verhuizing. Directeur Ilya Soffer van koepelorganisatie Iederin vertelde hoe lokale overheden problemen nauwelijks nog kunnen oplossen. Rhea heeft voor haar moeizaam verlopende verhuizing naar Berg en Dal een crowdfundingactie opgezet: Vrijheid van vestiging: www.gofundme.com/ffreedom-of-movement-help-me-move

Daarin meldt de Nijmeegse, die ook bekend staat om haar acties voor openbare piano's in de stad: "Om mijn crowdfunding en het bredere maatschappelijke probleem onder de aandacht te brengen, heb ik met zeven musici van het Nederlands Blazers Ensemble een muzikale actie mogen houden op station Nijmegen en daar heb ik een video van gemaakt." Zoek op Youtube op het kanaal van Rhea Elise.

Schildersbedrijf Maria Engels

van Dulckenstraat 50

Nijmegen

Tel : 024 - 360 85 86

Mob : 06 - 181 799 04

E-mail: info@mariaengels.demon.nl



Schoenmakerij Tweehuysen **Erkend Gildemeester**



Voor al uw reparaties
en onderhoudsmiddelen

In de Betouwstraat 42 Nijmegen
Tel.: 024-3233160

www.schoenmakerijtweehuysen.com

Fan in beeld

Tekst: Loes Wijffels,
foto: Bert Hendrix

Gerard Zeegers (50) is kok op de Lindenberg, woont nog geen jaar in de wijk en heeft zich al aangemeld als fan. "Ik kreeg de Wijkkrant van mijn buurvrouw die hem bezorgt. Zij raadde me aan fan te worden, zodat ik een sticker krijg voor de brievenbus en de Wijkkrant ook ontvang. Ik zou me zonder Wijkkrant minder thuis voelen in mijn nieuwe huis en buurt. Het is leuk om te lezen wat er allemaal te doen is in de wijk."

Gerard woonde eerder in Oost en zocht vanuit Beek, na een scheiding, weer een woning in de stad. Dat het Oost werd, daar was hij heel blij om: "Het voelt hier knus en het is een beetje een dorp, toch is Oost best groot. Er zijn veel voorzieningen en je zit lekker dicht bij de stad."

Ook FAN van Oost worden?
nijmegen-oost.nl/fan

Voor 10 euro per jaar draag je bij aan de Wijkkrant én krijg je een Fan-sticker voor de brievenbus, zodat hij elke maand gegarandeerd in de bus valt. Ook als je een Nee/Nee-sticker hebt.



Begraafplaats in Oost

Nijmegen-Oost is niet alleen rijk aan cafés, restaurants en inventiviteit, maar ook aan... begraafplaatsen. Ga maar na: de van oorsprong katholieke begraafplaats aan de Daalseweg, de Stenenkruisstraat, de Joodse Begraafplaats Huis der Levenden (Beth Chajiem) aan de Postweg en de van oudsher protestantse begraafplaats Rustoord, eveneens aan de Postweg.

Ingezonden door Peter de Beukelaer

Van die vier bestaat begraafplaats Rustoord dit jaar 125 jaar. Over de geschiedenis van de begraafplaats en de mensen die er hun laatste rustplaats vonden, gaat het boek *Wie ligt hier?* Begraafplaats Rustoord Nijmegen 125 jaar / 1897-2022 dat in mei verschijnt. Schrijvers van het boek zijn Peter Altena en Peter de Beukelaer, oud-docenten van het Dominicus College.

In het boek wordt aandacht geschonken aan opvallende grafstenen, maar vooral aan mensen met een bijzonder levensverhaal. 65 foto's en 65 verhalen.

De Tweede Wereldoorlog is zeer present op Rustoord en ook in *Wie ligt hier?* Slachtoffers van het bombardement van 22 februari 1944, maar ook geëxecuteerde verzetsstrijders en ongelukkigen die op de vlucht de dood vonden. Ook Truus Mast, aan wie in Oost een

Boek Rustoord

park herinnert. Zij werd niet ouder dan vijftien jaar.

Minder opvallend aanwezig is de Eerste Wereldoorlog. Vier Britse oorlogsgraven op een rijtje, goed onderhouden, en alle vier militairen eind 1918 of begin 1919 gestorven op de weg naar huis. Na de bevrijding liepen zij de Spaanse griep op.

Aanvankelijk was Rustoord bedoeld als een begraafplaats voor de armen, maar in de eerste decennia waren het vooral de vooraanstaande en rijkere protestantse inwoners van de stad die Rustoord bevolkten. Vandaag de dag is de begraafplaats 'algemeen', dat wil zeggen dat er ruimte is voor iedereen: niet alleen andere gezindten, ook ongelovigen. Een van de bijzonderste graven is die van de 'paus' van de Mandaëers, 'Rishama' Abdulla Alsabti. Zijn levensverhaal is ook de geschiedenis van een klein volk, dat vormalen dreigde te worden ten tijde van de Golfoorlog.

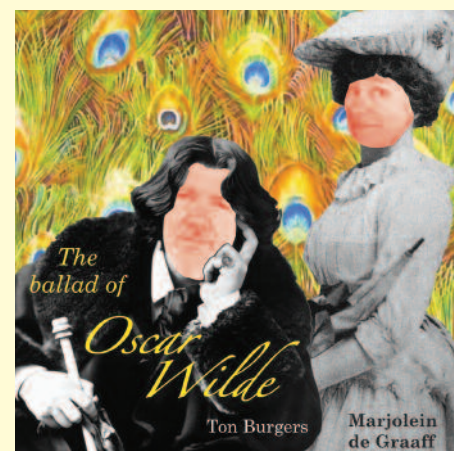
Wie ligt hier? is vanaf 21 mei te koop op de begraafplaats én in de boekhandels van Nijmegen en omgeving (€ 22,50). Op 27 mei

wordt het boek bij Dekker van de Vegt gepresenteerd (16.00-17.30u.) en op 29 mei in het Huis van de Nijmeegse Geschiedenis (16.00-16.45u.). Aanmelding vooraf gewenst. Belangstellenden kunnen ook intekenen op gratis rondleidingen op 22 mei (11.00-12.30 & 14.00-15.30 uur) en op 29 mei (11.00-12.30 & 13.30-15.00 uur). Max. 15 personen per groep, aanmelden: rustoord@monuta.nl.



Intiem liedjesconcert rond Oscar Wilde

Op 5 juni zal in de Thiemeloods in Bottendaal de cd 'The ballad of Oscar Wilde' gepresenteerd worden door Oostgenoot Ton Burgers en Marjolein de Graaff. 14 gedichten van de Ierse schrijver/dandy, op muziek gezet, teksten die vaak romantische, impressionistische schetsen vol uitbarstingen van kleuren en (natuur)geluiden zijn, maar waarin altijd wel een dramatische dreiging om de hoek komt kijken. Tussen de liederen door vertelt Ton wat over de gedichten én het leven van de flamboyante Oscar Wilde. Kom alvast in de stemming op YouTube via de link: bit.ly/3uUp7Ke Tickets (vol = voll!) te koop via: ticketkantoor.nl/shop/oscarwildethieme 5 juni, Leemptstraat 34, Thiemeloods, 15.30 - 16.30u, entree €5,-. Na afloop cd-verkoop voor €10,- (tegen contante betaling, evenals voor late beslissers aan de kassa).



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

MEESTERSCHENKERIJ
CAFÉ JOS
NIJMEGEN
ANNO 1877
PRESENTEERT
KWALITEIT & BUURT GEZELLIGHEID

BORRELEN	HAPPEN
PROEVERIJEN	PROEVERIJ OP MAAT
34 TAP KRANEN	600 DRANKEN
CAFÉ JOS BON	SPECIALISATIE

Café Jos Meesterschenkerij
Daalseweg 309
6523 CA Nijmegen

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

TANDARTSEN PRAKTIJK
VILLA WESTHOF

Leon Pennings
Annemieke de Grood



Tandartsen Praktijk Villa Westhof

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

WILLEMSEN
✓ verzekeringen

**Betrokken,
Betrouwbaar
en Bekwaam**

Daalseweg 236, Nijmegen
willemsen-verzekeringen.nl
t 024 377 79 35



Nijmegen-Oost kent talloze kleine ondernemers in de wijk. Grote kans dat u als lezer Christel Jansen, de ondernemer van deze maand, al kent: in haar hoedanigheid van schrijver en journalist of die van yogajuf.

Het was rustig op het journalistieke vlak de afgelopen tijd, de focus lag vooral bij het schrijven en - nog niet zo lang geleden - publiceren van het boek 'Mijn moeder wil mijn naam niet weten'. Ook yoga raakte wat op de achtergrond in de afgelopen twee jaar, schuld aan de bekende perikelen. In de tussentijd ontwikkelde Christel wel cursussen meditatief schrijven.

Hoe komt het dat je schrijver bent geworden? "Ik kan me niet anders herinneren dan dat ik altijd heb geschreven. Als kind al pende ik hele schriften vol, vond het zellig om in mijn fantasieën op te gaan. Blijkbaar ook overtuigend naar andere kinderen, met de spookverhalen die ik als klein meisje vertelde, kon ik ze aardig de stuipen op het lijf jagen. Toch ben ik niet meteen als fictieschrijver aan de slag gegaan, té eng. Bovendien: het journalistieke werk trok. Ik heb daar jarenlang met veel plezier in gewerkt voor onder andere Vluchtelingenwerk Nederland, de Trouw en Hapinezz. Die sociale insteek was er altijd wel. Gaandeweg ontdekte ik dat schrijven voor mezelf ook een medium was om de wereld te begrijpen. Mijn fantasie laten stromen bleef desalniettemin belangrijk. Vooral met het schrijven van kinderboeken kon ik, zeker toen ik zelf kinderen kreeg, daar nog steeds alle ruimte aan geven."

Hoe kwam dat meditatief schrijven op je pad? "Een paar jaar geleden liep ik vast met mijn schrijfwerk. Om daar weer schot in te krijgen, ben ik uitgekomen bij een oud en effectief principe, namelijk pen en papier ter hand nemen én vrij schrijven. Een veelgebruikte en beproefde methode waar ik voor mijn cursussen een eigen draai aan heb gegeven."

Waardoor laat jij je inspireren? "Buiten schrijver ben ik jarenlang werkzaam geweest als yoga- en meditatiedocent. Een aantal do's en don'ts uit die praktijk pas ik toe in de schrijftraining die ik ontwikkelde. Sowieso, het spirituele leven boeit me, ik laat graag mijn gedachten gaan over de regels uit verschillende wereldlijke godsdienstige stromingen. Om me daar als onafhankelijk denker verder in te verdiepen startte ik een aantal jaar geleden met de opleiding Religiestudies aan de Radboud Universiteit. Die invloed zie je terug in mijn cursussen."

Wat heeft die schrijfmethodek je zelf eigenlijk gebracht? "Ik ging me meer focussen. Ik kwam meer bij mijn gevoel. Want we leven toch steeds heel erg in die ratio. Zei ze tegen zichzelf, ha, ha, ha! Ik heb zelf zo ontdekt hoe belangrijk die ruimte, vrijheid en inspiratie voor mij is om echt lekker te kunnen schrijven. Anders dan de professionele schrijfp opdrachten waarin je aan allerlei eisen gebonden zit. Mijn eigen innerlijke corrector mag even wegblijven als ik zo aan het schrijven ben. Laat hij zich toch zien, dan neem ik hem mee in mijn verhaal: 'Zit niet zo te zeuren, jij!'"

En nu geef je er cursussen in. Hoe zien die eruit, wat doen je cursisten? "Aan de hand van een aantal van de universele waarden uit de yoga en andere spirituele stromingen – denk aan enthousiasme, zuiverheid, overgave of geweldloosheid – nodig ik mensen uit te gaan schrijven. Dat houdt in: de pen gaat naar het papier en blijft schrijven. Punten, komma's, fouten, dat is allemaal niet interessant, alles mag, het hoeft ook niet mooi te zijn. Wat je schrijft, is in principe alleen voor jou, al is delen met medecursisten van harte welkom. Door op die manier te schrijven, zonder te stoppen, zonder na te denken, vertraag je je gedachten, verrast je schrijvende hand je met nieuwe inzichten, brengt je naar je eigen bron. 'Oh, was ik daarmee bezig!' of 'Is dit mijn thema?' Die lessen geef ik al een tijdje, online, maar in september start ik met de beginnerscursus 'Schrijf je helder' op locatie in Nijmegen. Voor de mensen die al gevorderd zijn op dat vlak heb ik de vervolgcursus 'Intuitief schrijven' opgezet. Daarin komen wat meer narratieve technieken aan bod, zoals het werken met perspectief, uitvergroten en vertragen van onderwerpen, en het schrijven van dialogen. In een stap die daar weer op volgt, kun je aan de slag gaan met het werken aan je spirituele autobiografie."



Nieuwsgierig? 12 mei en 15 juni van 20.30 – 21.30 geeft Christel online een proefles meditatief schrijven. (gratis). Schrijf je in via: christeljansen.nl

Tekst: Anna bakker. Foto: Marc van Kempen

5
vragen
aan de kleine
ondernemer





Geen afstand te groot

FIJN-fietsen.nl

YOUR NEXT GEAR

Groesbeekseweg 161 • 6523 NP Nijmegen
024-3229765 • info@fijn-fietsen.nl
www.fijn-fietsen.nl

Heeft u ook behoefte aan wat meer stabiliteit tijdens het fietsen? Heeft u al een goede fiets? Laat uw tweewieler ombouwen tot driewieler met het unieke Tworby-systeem.



**Driewielfiets
Demodag**



Woensdag 11 mei kunt u vrijblijvend komen proeffietsen bij FIJN-fietsen in Nijmegen.

Voor informatie en professionele fietsbegeleiding bent u welkom tussen 11.00 en 15.00 uur.

Wilt u nu meer informatie over Tworby of FIJN-fietsen, neem dan contact met ons op:
Tworby 085-064 2009, FIJN-fietsen 024-3229765

Acta

advocaten en mediators

Dé advocaat in uw buurt voor:

- Mediation bij scheiding en in arbeidszaken
- Personen- en Familierecht
- Erfrecht
- Letselschade zaken
- Bijstand aan slachtoffers in het strafrecht

Acta advocaten en mediators

Graafseweg 51

6512 BR NIJMEGEN

024-3239016

info@acta-advocaten.nl

www.acta-advocaten.nl

Per direct: Vacature Pedagogisch medewerker, 24/28 uur

Ben jij op zoek naar een baan bij een antroposofische kinderopvang, een leuk en warm team, in de gezelligste buurt van Nijmegen, lees dan verder. Wij, kinderdagverblijf De Zonnestraaltjes, zoeken namelijk een fijne collega. Wij zijn een kleinschalige opvang in de Bottendaal. We hebben een baby- en een peutergroep ondergebracht in wijkcentrum De Burghardt met een diepe tuin. De sfeer is huiselijk en gemoedelijk. We bieden een jaar-contract voor 24 - 28 uur. Je werkt flexibel maar wel met de zekerheid van een vast inkomen.



Wat bieden we jou?

- Een jaarcontract van tenminste 24 uur per week, de mogelijkheid om op beide groepen te werken met een optie van een vast plekje op termijn.
- Een salaris conform de CAO kinderopvang, in schaal 6.
- Ruimte voor eigen inbreng en ontwikkeling.
- Ondersteuning door een pedagogisch coach.
- Een gemotiveerd en ervaren team.
- Inroostering conform de CAO Kinderopvang.
- (bij)Scholing EHBO, pedagogiek specifiek voor het jonge kind, verdieping in de antroposofie en BHV.

Wat kun jij ons bieden?

Je hebt een afgeronde opleiding waarmee je in de kinderopvang mag werken. (www.kinderopvang-werkt.nl/cao-kinderopvang/kwalificatie-eisen-kinderopvang)

- Je hebt eigenschappen die passen bij een baan als pedagogisch medewerker: je bent in staat om een veilige, vertrouwde omgeving te creëren voor kinderen.
- Vanzelfsprekend beschik je over goede communicatieve vaardigheden en beheers je de Nederlandse taal uitstekend. Je werkt graag in een team, maar je bent ook in staat om zelfstandig aan het werk te gaan.
- Je hebt een flexibele en actieve houding én kunt reflecteren op eigen handelen!

Geïnteresseerd? Stuur direct je motivatie en CV naar sollicitatieskorvn@gmail.com ter attentie van Inge de Werd.

Spectaculaire verfactie!



**VERF
ACTIE**

**Cadeaubon t.w.v. €25,- bij
besteding van €100,- aan verf!**
Keuze uit alle merken!



WANCO
doe-het-zelf
hartje oost - sedert 1937



Wijknieuws

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

Parkinson Café regio Nijmegen



Op vrijdag 13 mei 2022 is er weer een bijeenkomst van ons Parkinson Café. Het thema is: hoe om te gaan met de psychische en emotionele veranderingen bij de ziekte van Parkinson, een workshop voor mensen die lijden aan de ziekte van Parkinson en hun naasten. In deze workshop worden de gevolgen besproken en zullen enkele oefeningen aan bod komen die je kunt inzetten om de veerkracht te vergroten. Spreker Gabriël Roodbol is verpleegkundig specialist GGZ. Hij is hoofddocent voor de opleiding van verpleegkundig specialisten in Nijmegen. Er is plaats voor maximaal 75 personen. Toegang is gratis. Meer info: www.parkinsoncafenijmegen.nl.

Muur-kunst in de muziekbuurt

De muziekbuurt heeft gezamenlijk voor een muurschilderij gezorgd. Kunstenaar Remco W. Visser heeft het kunstwerk geplaatst op het - nu voormalig - lelijkste plekje van Oost, daar waar allerlei graffiti een blinde muur ontsierde, Mozartstraat, hoek Dalseweg. Prachtig zijn de componisten met een bijbehorende leus te aanschouwen. Dit klinkt toch als muziek in de oren?! Ik weet



nog wel een lege muur op de Hengstdalseweg om met een kunstwerk te versieren. De muziekbuurt is gesponsord door Wanco (de verf) en eveneens door de gemeente Nijmegen. *Tekst/foto: Hanne Roo.*

Kunst op de Kast - Expositie van Bas Geeraets

Nog t/m donderdag 21 mei bij Zaadel Makerij, Coehoornstraat 71. Voor deze Kunst op de Kast-tentoonstelling borduurt Bas Geeraets voort op een in 2021 gemaakt zelfportret (titel: eindelijk tevreden / vulpen op

papier / 50x65cm, zie afbeelding). Al Schetsend wil hij onderzoeken hoe elke losse gedachte die aan hem trekt, een plek kan krij-



gen en waar dit dan heen zou leiden. De expositie is gratis te bezoeken tijdens openingstijden Zaadel Makerij (zaadel.nl). Kunst op de Kast is een project waar maandelijks een andere kunstenaar wordt uitgenodigd om werk te exposeren op een kastwand midden in atelier / expositiewinkel.

Speeltheek Bottendaal



De Speeltheek heeft veel speelgoed te leen en themakisten om van kinderfeestjes een groot feest te maken. Elke even donderdagmiddag en elke oneven woensdagochtend open. Word tot de zomervakantie lid voor maar €7,50! speeltheekbottendaal.nl.

Banketbakkerij-Chocolaterie Looijenga www.lekkervanlooijenga.nl

Coole bijbaan: IJsteammedewerker



- Ben je 16 jaar of ouder?
- Wil jij onderdeel zijn van onze ijsteam?
- Heb je passie voor ijs en een vrolijke, positieve uitstraling?
- Houd je van secuur werken en wil je onze klanten graag verrassen met onze mooie smaken ijs?
- Meld je zo spoedig mogelijk aan voor deze heerlijke, coole bijbaan!

1 April gaan we weer starten met de verkoop van ons ambachtelijk bereid ijs, vanuit ons Looijenga-ijsloket aan de Berg en Dalseweg 90 in Nijmegen én onze Looijenga-ijssalon in Beuningen aan het Thorbeckeplein 8. Dagelijks tussen 12.00 en 19.00 uur in april en september en van 12.00 tot 21.00 uur van mei t/m augustus, zullen we operationeel zijn. Solliciteren via e-mail:

mjm@lekkervanlooijenga.nl

Gouden lof voor Teun



Niet zilver, maar goud vind ik Teun waard. In het Zilverdenplantsoen is hij in weer en wind aan het ploegen, mesten en zaaien. Als hij niet bezig is, mis ik hem al. Menigeen maakt een praatje met hem en zo is hij een vaste factor van de Zilverden geworden. Men grapt al dat het participatieproject voor één is, maar er is een denkende kracht en zeker ook een handige buur bij betrokken. Soms op een zaterdag nog enkele mensen voor vooral de gezelligheid. Maar Teun heeft het plantsoen omgetoverd tot een mooi uitziend geheel. Dank Teun, alle lof voor jou! *Tekst/foto: Hanne Roo*

Lentefair en Lenteconcert in de Antonius van Paduakerk

Zaterdag 21 en zondag 22 mei 2022
Lentemarkt in en voor de ingang van de Antonius van Paduakerk aan de Groesbeekseweg. Na het succes van de Kerst Fair start

het Expositieteam een nieuw initiatief: De Lentefair. "In kraampjes verkopen we allerlei verzamelde spullen die huis en tuin de komende zomer gezellig maken. We zijn dus op zoek naar plantenstekjes, vazen, tuinspullen, tuingereedschap, tuinverlichting, tuinkunst, tuinpotten, tuinkleedjes, tuinservies, tuinboeken, kortom alles wat tuin of balkon gezellig kan maken. Verder hopen we voor het Café op eigengebakken Lente cakejes, koekjes en andere lekkernijen bij thee, koffie of limonade. Heeft u iets in de aanbieding? Bel Addy (06 28284700). Zondagmiddag sluiten we de Lentefair af met een Lenteconcert van muzikanten uit onze eigen gemeenschap."

Marjan Willems is zorgtrajectbegeleider dementie in Nijmegen-Oost, kortweg ZTB genaamd. Zij staat mensen met dementie en hun familie met raad en daad bij tijdens het ziekteproces, zij is hun vaste aanspreekpunt.

Tekst en foto: Anne-Mieke Penders

“Ik kijk mee met iemand met dementie en zijn netwerk om te zien hoe die persoon zo lang mogelijk op een veilige manier thuis, in de eigen vertrouwde omgeving, kan blijven wonen. Het kan bijvoorbeeld zijn dat er te weinig hulp is ingezet voor het huishoudelijk werk of om voor het eten te zorgen. Lukt het nog om de boodschappen te doen of wie zou dat kunnen doen? Hoe gaat het met koken en eten? Dementie is een ziekte die niet te genezen is, maar ik kan als ZTB wel helpen om het leven met dementie zo comfortabel mogelijk te maken.”

Samenwerken in de wijk

“Ik zoek veel samenwerking in de wijk, bijvoorbeeld met de wijkverpleging, ergotherapeut, diëtiste of fysiotherapeut. En natuurlijk de huisarts. Ik weet welke ergotherapeuten speciaal geschoold zijn in het omgaan met mensen met dementie. Zij kunnen tips geven voor de algemene dagelijkse dingen. Zoals bijvoorbeeld het aan-

kleden, hoe voorkom je dat iemand eerst zijn schoenen aantrekt en dan zijn sokken? Zo'n kleine crisis komt iedere dag terug, de mantelzorger kan daar gek van worden. Iemand heeft zelf vaak niet in de gaten dat dingen fout gaan, dat levert veel frustratie op. De ergotherapeut zet de persoon met dementie dan in zijn kracht, kiest zo'n aanpak dat de cliënt dingen kan doen die wel goed gaan. En als de dagelijkse dingen zoals wassen en aankleden te veel energie gaan kosten, kan ik de wijkverpleging inzetten, zodat niet alle energie na de ochtend al op is.”

De cliënt is degene die beslist

De ZTB gaat meestal bij de cliënt op bezoek zodra de diagnose dementie gesteld is. “Maar soms kom ik al eerder. Je kunt er beter vroeg bij zijn, dan heb je meer ingangen om het vertrouwen van de cliënt te winnen. Bij een nieuwe aanmelding begin ik met een afspraak met de cliënt en mantelzorger samen. Om elkaar te leren kennen. Ik kijk dan wat de cliënt vindt dat er nodig is. Vaak vindt iemand met dementie dat alles goed gaat. Dan kan de mantelzorger aangeven waarvoor hulp toch handig zou zijn. De cliënt is degene die uiteindelijk beslist of er hulp komt of niet. Maar soms onderhandelen we een beetje. Als ik bijvoorbeeld iemand wil stimuleren om met een vrijwilliger te gaan wandelen dan stel ik voor om het een keertje te proberen. ‘Dan kunt u zelf kijken of het bevalt. U zit nergens aan vast.’”

Vertrouwen winnen

Marjan bezoekt haar cliënten één keer per zes of acht weken. “In het begin kom ik vaker om vertrouwen te winnen. Dan probeer ik zicht te krijgen op hoe het gaat: wie doet de boodschappen, de was en de administratie? Zijn er rekeningen blijven liggen en afspraken die vergeten worden? Als het nodig is ga ik vaker op huisbezoek. Soms kan dagbesteding zinvol zijn. Dat zorgt voor voldoende prikkels voor de cliënt en zorgt dat deze weer actief wordt en meer structuur krijgt. En, ook niet onbelangrijk, de dagbesteding is gezellig en kan ervoor zorgen dat iemand het gevoel krijgt er weer toe te doen. Bovendien krijgt de mantelzorger hierdoor wat tijd om even bij te tanken. Ik kan met de cliënt uitzoeken welke vorm van ontmoeting, dagbesteding of dagbehandeling het beste bij hem of haar past.”

Zo lang mogelijk in eigen omgeving

“Ik probeer twee keer per jaar een gesprek te hebben met de cliënt en de familie samen. Ik vraag de familie dan wat heb je nodig? Soms moet ik een beetje bemiddelen, dan probeer ik ze allemaal op één lijn te krijgen. Dat is wel eens lastig, maar we willen allemaal het beste voor de cliënt. Ik overleg veel met de huisarts, bijvoorbeeld over verwijzingen. Als een deel van de familie denkt dat een opname nodig is, moet ik ook bemiddelen. Wat is het risico bij thuis blijven? Wat is de meerwaarde van opname? Het doel is om de cliënt zo lang mogelijk met allerlei hulp thuis te laten blijven. Als je het toewerken naar opname tot een goed eind kunt brengen, kan iedereen het mooi afsluiten, en ik zelf ook.”

Het is een mooi vak

“Ik kom wel vier of vijf jaar bij een cliënt, soms vanaf een vroeg stadium tot aan de opname. Daarna heb ik nog een afsluitend gesprek met de partner. Dan bespreek ik of hij of zij hulp nodig heeft en dan verwijs ik soms naar de wijkverpleging. Nijmegen-Oost heeft een gevarieerd publiek, ik kom er allerlei mensen tegen. Dat vind ik erg mooi. Ik kom ook bij oudere migranten thuis. De familie doet daar heel veel, maar soms willen ze toch wat hulp. We hebben een ZTB in ons team die deskundig is op het gebied van oudere migranten, die kunnen we inzetten als we zien dat dat meerwaarde heeft. Het is mooi dat je mensen kunt begeleiden om zo lang mogelijk thuis te blijven. En het is leuk als ze zeggen: het was weer gezellig dat je er was.”



OBG is jarig!

24 mei is de Stichtingsdag van OBG. We vieren dan de verjaardag van OBG. Dit jaar wordt OBG alweer 430 jaar. Dat gaan we groots vieren met medewerkers, vrijwilligers en klanten. Zo is er bijvoorbeeld dit jaar een speciale tentoonstelling in het Huis van de Nijmeegse Geschiedenis en is er een herintroductie van het erkennen van het (Oud) Burgerrecht Nijmegen.

Een stukje geschiedenis

OBG kent een rijke geschiedenis. Op 24 mei 1592 ontstond OBG door het samengaan van het Sint Nicolaas Gasthuis en het Sint Jacobs Gasthuis. Wanneer de naam Oud Burgeren Gasthuis precies is ontstaan, weten we niet. Wel weten we dat die naam, samen met het jaartal 1645, pronkt op de oude toegangspoort die nog steeds voor het gebouw staat. OBG zat vroeger in de Molenstraat, in een oud klooster. Als gevolg van veranderde opvattingen over de ouderenzorg was na de Tweede Wereldoorlog een nieuw gebouw nodig. In 1967 verhuisde het Oud Burgeren Gasthuis daarom naar de Professor Cornelissenstraat waar het nu nog altijd zit.

OBG.nu

Om goede en moderne ouderenzorg te kunnen blijven leveren, veranderde in 2001 de manier waarop OBG haar diensten verleent. Sindsdien biedt OBG wijkverpleging, huishoudelijke hulp, welzijnsactiviteiten, dagbesteding en kleinschalig wonen voor ouderen. OBG is een ontmoetingsplek waar iedereen gezien wordt en iets voor anderen kan betekenen. In 2012 maakt de naam Oud Burgeren Gasthuis plaats voor OBG. Gasthuis plaats voor OBG.

Tentoonstelling

Ook u kunt meegenieten van onze rijke historie. Ter gelegenheid van ons 430 jarige bestaan is er een tentoonstelling in het Huis van de Nijmeegse Geschiedenis aan de Mariënborg 26 in Nijmegen. Deze tentoonstelling met de naam "OBG 430 jaar - Eigentijds door de eeuwen heen" is van zaterdag 21 mei tot en met 24 juni gratis te bezichtigen. U bent van harte uitgenodigd om de tentoonstelling te bekijken in het Huis van de Nijmeegse Geschiedenis.

Vanaf 1 juli is de tentoonstelling in het dienstencentrum van OBG te bewonderen. Kom gerust een keer OBG bezoeken om meer te lezen en te zien van onze rijke historie. Deze permanente tentoonstelling is vrij toegankelijk.

Herintroductie erkennen (Oud) Burgerrecht Nijmegen

Sinds 1739 konden oudere, alleenstaande Nijmegenaren met het burgerrecht hun laatste dagen slijten in OBG. Vanaf 1811 werden aanvragen van het burgerrecht behandeld door OBG. Genealogische gegevens moesten aantonen dat een aanvrager afstamt van een eerder door de stad Nijmegen erkende burger. OBG erkende vervolgens de aanvrager als 'Oudburger'. Vanaf 1868 mochten ook behoeftige burgers zonder burgerrecht een beroep doen op het Oud Burgeren Gasthuis. Het werd daarmee een gemeente-instelling van liefdadigheid. De mogelijkheid om als Nijmeegse Oudburger erkend te worden is in 1990 afgeschaft. Door een samenwerking tussen de afdeling Kwartier van Nijmegen van de Nederlandse Genealogische Vereniging (NGV) en Stichting Dienstencentrum OBG is het nu weer mogelijk om als Nijmeegse Oudburger erkend te worden. Deze samenwerking markeert tevens respectievelijk een 50 jarig (NGV) en een 430 jarig jubileum (OBG).

Op 14 mei aanstaande vindt in OBG de uitreiking van de aan de erkenning verbonden oorkondes plaats. Voor meer informatie over het burgerrecht en literatuurverwijzing gaat u naar www.oudburgersnijmegen.nl of kom op 21 mei naar het Huis van de Nijmeegse Geschiedenis.



Foto:
Marc van Kempen

Jouw zakelijke aanbod ook hier? Voor €12,50 incl. btw



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

Je zakelijke advertentie ook in de Wijkkrant?

Plaats gemakkelijk en snel je zakelijke advertentie op nijmegen-oost.nl/prikbord. Met een paar klikken en iDeal ben je klaar!

Je bereikt een speciale leeftijd, maar weet absoluut niet wat te doen met een feest? Kijk op www.muziquest.nl voor een **daverend feest** waar iedereen blij van wordt.

Per 1-5-'22 te huur in Nijmegen Oost **verwarde opslagruimte**. Afmeting 6,3m2/14,5m3. Ideaal voor huisraad, tuinmeubilair, ski-, vakantie spullen, winter-/zomer banden etc. Info 0629044309

Uw levensverhaal, beknopt of gedetailleerd, via interviews uitgebracht als mooi boek, in kleine oplage voor uw ei-

gen kring. Een uniek en waardevol document. Anna Bakker schrijft bewonersportretten voor deze Wijkkrant én, in opdracht, levensverhalen.

06-22363599. www.levensverhalen.nu
annabakker@levensverhalen.nu

Portret/Profielfoto laten maken (website, social media, LinkedIn)? Wijkkrantfotograaf Marc van Kempen ontvangt je graag voor 'jouw moment'! NIEUW: Marc maakt ook je **professionele website** voor jouw bedrijf of hobby! Neem contact op via: www.marcvankempenfotografie.nl

Webshop-, spreek-, werkkamer met opslagruimte te huur in Nijmegen -Oost. Nette ruimte met naastgelegen opslagruimte te huur. Te gebruiken als ruimte voor webshop, therapie etc. 12m2 en 8m2 opslagruimte. In representatief praktijkpand met goede voorzieningen. Info 0629044309

Fotograaf! Mohanad is al meer dan 20 jaar fotograaf en maakt al jaren mooie foto's voor de Wijkkrant. Hij heeft nu een eigen foto/video-studio en fotografeert alles wat u wilt. Van bijzondere familiemomenten, portretten op posterformaat tot pasfoto's of dinermenu's. Zowel binnen als buiten. Zelf zegt hij: "Together we create your Dreams." 06-85454080 / www.mohanadataya.nl

Vrijstaande vakantiewoning te huur! Dicht bij de mooie stranden in Zeeland vindt u onze vakantiewoning met grote kindvriendelijke tuin. Heerlijk fiets- en wandelgebied; nabij Cadzand, Sluis en Brugge. www.huisjeinschoondijke.nl
Telefoon: 0642899522

Zakelijke advertenties

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

Spreek-/praktijk-, werkruimte te huur in Nijmegen-Oost. Te huur nette ruimte in representatief praktijk verzamelpand met, airco, intercom, wachtkamer, pantry, etc.. Per 1-7 afmeting 6m2. Geschikt voor therapeut, nagelstylist etc. Bel voor info. 0629044309

Native speaker geeft Engelse les

Native speaker, gekwalificeerd en ervaren trainer geeft Engels les. Wil je je Engels verbeteren voor je werk, opleiding of hobby? Neem contact via info@sarahkingsenglish.nl
www.sarahkingsenglish.nl

Een wandeling... en wat daarin zoal gebeuren kan!

Het was een uitzondering die ochtend! Niet zoals heel vaak een stralende zon, maar een druilerig regentje aan het begin van onze wandeling. Maar zoals iedere woensdag, we gingen op pad. Met ons vijftienen deze week.

Ingezonden door Agnes Thijsses

De Postweg af, en richting Albertinum. Op weg er naar toe werden we, van achter de ramen van verzorgingshuis Nijveelt, enthousiast toegezwaaid door een groepje bewoners. We zwaaiden even enthousiast terug na dit leuke en vooral lieve gebaar.

We sloegen linksaf het Albertinum-terrein op en liepen geruime tijd langs het Albertinum-gebouw en verbaasden ons over de lengte ervan en waren onder de indruk van de rust die het enorme gebouw uitstraalde. We waanden ons in een andere tijd. Zo'n gebouw, zo mooi en zo groot. Het verkeer van de nog geen tweehonderd meter verder liggende Heyendaalseweg was niet te horen.

Er werd wat heen en weer gepraat: Okee, dus vroeger woonden hier monniken en tegenwoordig werd het voornamelijk gebruikt door de H.A.N. (Hogeschool Arnhem - Nijmegen)

Natasja zei dat ze er wel eens binnen geweest was, en plotseling ontstond bij haar het idee om gewoon te vragen of we met ons vijftienen eens door de

enorm lange hallen mochten lopen. De hele groep, waarvan de meesten nog nooit binnen de muren van het Albertinum waren geweest, stemde er mee in.

Eerst maar eens kijken of de deur überhaupt wel open ging.

Ja, de zware deur gaf mee en we konden naar binnen. Natasja sprak een dame aan de balie aan, en ja, we mochten blijven en door de gangen lopen en ze bekijken.

Het was prachtig. Links keken we een enorm lange gang in en daarachter bleek de gang nog verder te gaan en daarachter nog verder... Ik zei het al, het was prachtig. Mooie boogvormen, het plafond inclusief, van fraai metselwerk. Links van ons ramen met heel mooi glas in lood. Aan de zijanten stonden zo ver als het oog reikte rijen houten bankjes. Ze leken een beetje op kerkbankjes en stonden allemaal knus tegen elkaar aan, met mooi uitgesneden armleuningen en boogjes

en krullen.

Er waren drie van die gangen met elkaar verbonden door twee maal een ronde ruimte. In die ruimtes hingen prachtige religieuze afbeeldingen.

Tot slot werden we ook nog door een conciërge uitgenodigd om de kapel van binnen te bekijken. Ook de kapel was erg mooi. Opvallend was het contrast tussen de oude kapel en de nieuwe aanpassingen. Duidelijk aanwezig, maar toch harmonieus.

Toen we samen buiten de trappen van het gebouw weer afliepen, verzuchtte iemand: "ik ga weer studeren en wel bij de HAN". "Ja, dat vind ik ook", zei ik.

En velen van ons dachten het.

Klein stukje geschiedenis

Het klooster is in 1930 gebouwd en werd vernoemd naar de middeleeuwse Dominicaanse theoloog Albertus Magnus. Vandaar dus de naam "Albertinum"

Het werd een Dominicaans studiehuis en het werd toen bewoond door zo'n 140 monniken.

Helaas (?) wordt Albertinum nu niet meer gebruikt door de monniken. Sinds 1995 is het pand van vastgoed beheerder Wibeco en die verhuurt een groot gedeelte aan de HAN (Hogeschool Arnhem - Nijmegen) en verder verschillende appartementen aan particulieren.

Mocht u behoefte hebben, een kamer van 11 vierkante meter, met gebruik van alles wat u nodig heeft kost 350 euro /maand.



Kor
Goutbeek



Jeroen van Zuylen is 61 en een jongensachtige, enthousiaste bewoner van de Cipresstraat met een brede belangstelling.

Hij houdt zich niet alleen bezig met onze wijk, maar ook met natuur, milieu, geschiedenis en actievoeren. Hij werkt al meer dan 25 jaar bij Sovon, hét instituut voor Vogelonderzoek in Nederland, dat gevestigd is op de universiteit. Jeroen wil geld ophalen voor Natuurtuin de Hortus, de semi-natuurlijke tuin in Park Brakkenstein. Dat doet hij door 1000 km door Nederland te fietsen. Waarom? "De Hortus bestaat 50 jaar en heeft altijd geld nodig, nu bijvoorbeeld om de knuppelpaden door het moeras te restaureren. Ik loop er elke dag mijn lunchrondje. Het is heel gevarieerd qua landschap en plantengroei; je kunt er zitten en genieten en in alle rust de seizoenen meemaken. En dankzij de heuvel van stenen, kun je je zelfs in de Alpen wanen, met dat klaterende bergbeekje. Een oase in de stad."

"Op 27 mei 8.00u vertrekken we, vanaf de Hortus. Eerst fietsend in een rustig tempo naar Linden bij Cuijk waar ons koffie en thee

Jeroen fietst voor de Hortus

wacht. Daarna in een hoger tempo naar Zuid-Limburg. Op 9 juni zijn we terug weer in de Hortus, waar dan een speciale editie van het Hortuscafé wordt gehouden. Die dag wordt de beukenlaan naar de Hortus officieel omgedoopt tot Victor Westhofflaan." De etappes variëren van 80 tot 120 kilometer per dag. De tocht is een eerbetoon aan Victor Westhoff, natuurbeschermer en oprichter van de Hortus. Jeroen fietst langs alle zeven (identieke) Westhoff-beeldjes die verspreid over heel Nederland in natuurgebieden staan en waar Westhoff veel voor heeft betekend: voeren langs:

1. Het Geuldal, Zuid-Limburg
2. Meijendel, duinen bij Den Haag
3. De Verbrande pan, Bergen aan Zee
4. Badhuiskuil, Terschelling
5. Springendal, Ootmarsum, Twente
6. Korenburgerveen, Achterhoek
7. Hortus Botanicus, Nijmegen

Bij alle beelden staat de tekst: 'Hij observeert - hij beschrijft de natuur - in al haar verscheidenheid - telkens weer - hij volgt de natuur. - Ter gedachtenis aan Victor Westhoff (1916 - 2001).'

"Onderweg wil ik aandacht besteden aan natuur, milieu, klimaat en: aan mooie, inspirerende initiatieven. Er staan daarom de nodige extra activiteiten op het programma: in Helmond gaan we op bezoek bij Willem van der Velde, de beeldhouwer van de beeldjes, in het Geuldal is er een excursie van het IVN, in Drenthe bezoeken we de Hobbitstee,

de oudste nog bestaande woongroep van Nederland, in het Springendal is er een lezing over Victor Westhoff en in het Limburgse Sterrebosch zien we waar actievoerders gestreden hebben tegen de uitbreiding van autofabriek Nedcar." Wie een bedrag sponsort, kan gezellig meefietsen. Meefietsen kost niks, maar kom liever niet met een e-bike. Zorg wel zelf voor eten en drinken en eventueel voor overnachtingen onderweg. Je kunt een klein stukje, een hele etappe of de hele tocht meefietsen. Geef je op bij jeroenvanzuylen@gmail.com.

Wie was Victor Westhoff?

Plantensocioloog en hoogleraar Vegetatiekunde aan de Katholieke Universiteit Nijmegen van 1967 tot 1981. Hij was ook boeddhist. Tussen 1970 en 1973 verscheen het driedelig werk *Wilde Planten*, dat een uitvoerige beschrijving geeft van vegetaties en planten in Nederlandse landschappen. Van dit werk werden er meer dan 100.000 verkocht, een ongekende bestseller voor een natuurboek in die tijd. Hij had grote invloed op het natuurbeheer: door te maaien wilde hij bijvoorbeeld oud agrarisch gebruik in ere herstellen dat de voorwaarden schept voor grotere variatie aan planten, zo was zijn overtuiging.

Sponsor Jeroens fietstocht en de Hortus! Dat kan via de qr-code of met een bijdrage op NL 24 RABO 0360 9616 49 t.a.v. Hortus Nijmegen, o.v.v. 'sponsortocht Jeroen'



Foto:
Marc van Kempen 29

Touch at Work

Coaching Loopbaan & Vitaliteit

Op zoek naar passend werk?

Wil je meer ontspannen in je werk?

Zoek je een betere balans tussen werk en privé?



Hoe zou het zijn dat
de realisatie van
jouw wens
dichterbij is dan je
denkt...

Touch at Work
verheldert
en vitaliseert

Josephine Heinsius
touchatwork.nl • 06 20 35 1005

Ubb HiLL, zondag 29 mei

Combineert klassieke & eigentijdse
concerten én kunst op iconische,
monumentale locaties (oa De Refter,
huize Wylerberg, Bartholomeuskerkje,
Supplement en alle cafés in Beek...'

Van Nijmegen naar Duitsland, van west
naar oost, van Ubbergen naar Beek...

www.ubbhill.nl

**ubb
hill.**

**zondagmiddag 29 mei - kunstroute met concerten
tussen ubbergen en beek** (onder de rook van nijmegen)

werk en installaties van oa. Oscar Peters,
Deltatune, Riette Wanders, Wannes Leconte,
Laura Klinkenberg, Liv Kaya, Eva van der Zand,
Magna Postma, Esther Leuvenink, Fons
Uytdehaag, Rob Plattel, Joost Doornik,
Marein Konijn e.v.a.

curatoren werk en installaties oa
Galerie Marzee, Expo Bart, Singular-Art,
Zeven Zomers, Extrapool,
Stadsgalerie Groningen.

**ubb
hill.**

www.ubbhill.nl

Op zoek naar zinvol vrijwilligerswerk?
Duurzaam Hengstdal groeit
en heeft plaats voor:

Verslaggever/
redacteur
nieuwsbrief en
website

Mensen voor een
burenhulp /
klusteam

Coördinator en
uitvoerders
blowerdoortest

Beheerder
Facebook en
Instagram

Mail: info@duurzaamhengstdal.nl
of bel: 06 53642880

www.duurzaamhengstdal.nl

 **DUURZAAM**
hengstdal
voor de buurt, door de buurt



Gratis proeftraining?
Je bent van harte welkom!

IMMOVATION
PERSONAL TRAINING
& COACHING

Roggeweg 28P
6534 AJ Nijmegen

Meer info contact Imre:
06-30571795
imre@innovation.nu



Wil jij ook in beweging komen?
Start energiek en sportief aan
je zomer en voel je fit!

Met Innovation **help ik jou:**

- Je **plezier** in sporten terug te vinden.
- Je **persoonlijke doelen** te behalen.

Innovation staat voor:

- **Sportieve** begeleiding & **fun**
- **Mind & body**
- **Eerlijk & down to earth**
- **1-op-1** training & **maatwerk**

de Wijkkrant voor Nijmegen-Oost
Jaargang 50
Verschijnt maandelijks in: Altrade,
Galgenveld, Groenewoud, Hengstdal,
Hunnerberg, Kwakkenberg,
Ooijse Schependom, Berg en Dal
en Heilig Landstichting.

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

Lezersbereik: 30.000 buurtbewoners.
Uitgave: **Stichting De Wijkkrant Nijmegen-Oost**, 024-2022258

EINDREDACTIE
Loes Wijffels

REDACTIE
Anna Bakker, Kor Goutbeek,
Eric Hendriks, Simone Kiebosch,
Wilmy Smeets, Marjon Spoorenberg,
Karin Veldkamp

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:
Mohanad Ataya, Hans Hendriks,
Bert Hendrix, Marc van Kempen,
Lia Maas, René Pennock

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

OPMAAK
Ton Burgers, www.a-formaat.nl

DRUK
Janssen Pers, Gennep

BEZORGING
Door de bewoners van Oost!
Coördinator: Karin Veldkamp

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 26 mei 2022. Elke maand bepalen we twee 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 zondag 5 juni 2022, uitgezonderd Nee/Nee-stickers (natuurlijk wel die met FAN-sticker).

Geen Wijkkrant ontvangen?
Meld online je klacht op nijmegen-oost.nl/geenkrant. Er liggen veel exemplaren op gratis afhaalpunten, check via nijmegen-oost.nl -> bezorging

Loes Wijffels Column



Muziek

Hoewel ik dol ben op muziek, kan ik me er ook enorm aan ergeren. Of je 't gelooft of niet: op de dansvloer kan ik op een goeie plaat helemaal uit mijn plaat gaan. Die dansvloer bevindt zich sinds corona overigens regelmatig in mijn eigen bescheiden huiskamer. Boxen luid of oortjes in op het maximaal verdraagbare volume. Lange tijd vroeg ik me af waarom het me dan toch zo kan storen wanneer burens hun buitenactiviteiten en -feestjes met muziek opluisteren. Zit je net lekker in je

tuin een boek te lezen.... klinkt er plots ergens een of andere populaire pop- of hiphoptune.

Nou, ik ben eruit, hoor. Heb namelijk ook een Buurman die FANTASTISCHE muziek draait: gave jazz, coole blues, swingende reggae, heerlijke grooves: ik kan zijn muzieksmaak enorm waarderen en geniet er echt van, al staat het nog zo hard. Buurman doseert het een beetje en gaat niet door tot diep in de nacht: dat scheelt natuurlijk. Nu spring ik op als ik een basdreun door de muren voel dringen en open de deur om te checken wat er wordt gedraaid. Is het Buurman, dan nestel ik me acuut met een krant in de tuin, weer of geen weer. Hier moet ik van genieten. Binnen in mij wervelt alweer een meisje over de dansvloer.

Muziek bij de burens

Dansers wervelden over de reuzendansvloer in de discotheek waar ik werkte en gingen op elke goeie plaat helemaal uit hun plaat. Een ongeëvenaarde lichtshow met een onverdraagbaar volume. Ik kwam om een uur of drie 's nachts thuis. Nog even chillen (al bestond dat woord toen nog niet) voor het slapen gaan. Glas Duvel en draaien maar: Beatles, altijd goed, Rabih Abou-Khalil, Eric Burdon en War. De stemming komt erin. Meer Duvel en meer muziek: En harder, vooral. Gave jazz van Dizzie Gillespie, Coole blues van Dana Gillespie, Maz Romeo's swingende reggae en de vette grooves van Maceo Parker. Het is vier uur, dus zet ik m'n koptelefoon op en de stereo op 10. Voluit nu de grande finale: Pink Floyd. Ik verbaas me over de surround sound en de enorme diepte in mijn bescheiden huiskamer, maar ja Pink Floyd, hè!

Tegelijkertijd hoor ik mijn vriendin de trap af stampen en de voordeurbel dringend rinkelen.

René Pennock Column



Mijn vriendin schreeuwt: "ben je nou helemaal #@%\$ ^&!" Ik doe mijn koptelefoon af en hoor Pink Floyd op volle sterkte door de kamer knallen. Oeps, vergeten de boxen uit te zetten. Nog even de Buurman aangehoord: "#*&! %\$#@ ^%!! @#*& ^(*???"

Daar sta je dan de volgende dag met je bosjes bloemen. "Sorry Buurman, sorry Buurvrouw, sorry vriendin ..."
Maar het was wel FANTASTISCHE muziek. Daar kun je je toch niet aan ergeren?

Plantenfestival zondag 15 mei in Limospark

Limoslaan 10, Nijmegen,
van 13.00 uur tot 16.00 uur

- * Tuinliefhebbers vinden de juiste planten.
- * Met optredens in de grote Tipi-tent van koor en muzikanten
- * Knutselen voor kinderen
- * Voorlezen in de vleermuizenkelder
- * Een gezellig terras

De Kleurfabriek zoekt voor kindergroep op AZC een vrijwilliger



De sympathieke stichting De Kleurfabriek deed deze oproep: "Voor de kindergroep op het AZC zoeken wij een vrijwilliger op de vrijdagmiddag van 15.00 tot 17.00. Liefst met creatieve kwaliteiten." Interesse? Vul dit formulier in: kleurfabrieknijmegen.nl/contact



WINKELCENTRUM MOLUKKENSTRAAT



"Kwaliteit, service en winkelgemak in de buurt"

drankenspecialzaak

van haastregt/Lamers

Een vriendelijke, verrassende Hongaar. Bleekgeel van kleur en met vrolijke, fris-opwekkende fruitsmaken van sappige peren, frisse appel en verse Galiameloen. Met een zacht toegankelijk mondgevoel. De perfecte huiswijn.

Spijs & moment

Deze Pinot Blanc met zijn zachtheid en frisheid is een echte allemansvriend. Ideaal dus voor feestjes en partijen en heerlijk op een zonnige (lente) dag. Gewoon zo. Wil je erbij eten, denk dan vooral ongecompliceerd. Probeer het eens met asperges en een mooi stukje vis.



Danubiana werd in 1990 opgericht door de Duitse familie Binderer. Vanaf het allereerste begin was hun doel om hoogwaardige, onberispelijke en beminnelijke wijnen te produceren. Aan het begin van de jaren 90 begon het werk in Gyöngyös en vanaf het midden van de jaren negentig in Bonyhád, dat ze nog steeds op een hoog professioneel niveau uitvoeren, met dezelfde passie en toewijding. De grootste kracht ligt in de productie van frisse, karakteristieke, frisse witte en rosé wijnen, maar ook de rode wijnen hebben de laatste jaren veel fans gekregen.

Asperges met een stukje vis (kabeljauw)

Spoel de asperges in koud water. Leg de asperges plat op een werkblad en schil de stengels met een dunschiller of een speciale aspergeschiller van onder de kop naar beneden. Schil royaal en twee keer geheel rond zodat er geen vezelige stukjes schil achterblijven. Snijd nog ongeveer 1,5 cm van de onderzijde af.

Leg de asperges in ruim koud water met een klontje boter, een stukje foelie en een snufje zout. Breng het water met de asperges aan de kook. Laat de asperges 3 tot 4 minuten zachtjes koken. Neem daarna de asperges van het vuur en laat ze 10 minuten met gesloten deksel doorgaren. Haal ze met een schuimspaan of twee vorken voorzichtig uit het kookvocht en laat goed uitlekken.

Ondertussen bak je een smakelijk stukje vis in ruim boter met wat peper en zout. Serveer bij de vis met asperges een gekookte aardappel en nog wat extra gesmolten boter. Zo geniet je van pure producten. Smakelijk!



ons
winkeltje



Beter Horen



Brain
Wash®
Jouw kapper



www.winkelcentrummolukkenstraat.nl