

de **Wijkkrant**

voor **Nijmegen-Oost**

Jaargang 42 - nr. 8/oktober 2014



Iedereen in Nijmegen Oost kent vast de grote levensmiddelen bus wel van "Leenders Levensmiddelen". De spontane, klantvriendelijke en aardige Joop Leenders die de scepter zwaait staat voor zijn klanten. En nieuwe medewerker Erik Schalkx gaat het zeker van Joop leren.

Foto: Marc van Kempen



Knollen & Citroenen

Als wijkbewoner kun je per nummer één gratis advertentie plaatsen. Je plaatst je advertentie op www.dewijkwebsite.nl (dus niet mailen!), dan komt ie automatisch in de wijkkrant. Geen internet? Lever je advertentie dan in bij de Wijkwinkel aan de Daalseweg 259a. Wil je elke week de nieuwste advertenties in je mail? Meld je dan aan voor de buurtmail op www.dewijkwebsite.nl.

In de Wijkkrant van september is per ongeluk een verkeerde telefoonnummer bij kapster 'Kortemette' geplaatst (Vijf vragen aan de kleine ondernemer); dit moet zijn: 06-46633664.

Gezocht: vrijwilligers voor het Wintertuinfestival zaterdagavond 29 november in het nieuwe Doornroosje. mail naar vrijwilligers@wintertuin.nl

Vind jij het leuk om eens in de 2 weken samen muziek te maken? Als amateur, maar onder deskundige leiding? Informeer dan eens bij de Vereniging van Huismuziek Nijmegen e/o. Speelgroepen voor verschillende instrumenten. 024-322995

Toneelcursussen kinderen

Ben jij tussen de 9-12 of 13-16 jaar en hou je van optreden? Zingen, dansen, vertellen en toneel spelen? Bij de Verspiegeling kun je al die dingen gaan doen in de kindertheatergroep. www.deverspiegeling.nl

Sony CD-speler. Doet het uitstekend. Met afstandsbediening. Wie biedt? 024 3606398

Ombouw Auping Aronde, geschikt voor 200 bij 160 cm. Complot met 2 tafeltjes. Kleur wit.

Een verfje en u hebt een schitterende slaapkamer! Prijs: in overleg. 024 3606398

Voor de vijver: waterpestplanten gratis af te halen, 0618016176

Gezellige wandelclub 48+, HBO/AC zoekt nieuwe leden. We lopen op zondag v.a. 10.30 1 keer per 14 dagen 10/15 km in omgeving Nijmegen met pauze. Welke mannen komen ons versterken? Vrouwen zijn ook welkom. mahm024@outlook.com

Te koop: 2 herenfietsen en 1 damesfiets Totale vraagprijs € 150,- 024-3609283

Pauline van der Lans schreef een mooi, grappig, persoonlijk en ont-



roerend boek over haar broertje, dat op 11-jarige leeftijd onverwacht overleed: 'Tommie, een vlinder achter glas'. Voor €18,50 te koop via haar website: www.touchthesky.nl

Computerhulp bij (basis)kennis, tegen vergoeding, ik kom bij U thuis. 06-26522388

Volleyballers gezocht, donderdags 18:30u tot 19:30u. gymzaal aan de Palembangstraat. Wie:

mannen en vrouwen. We spelen 3-4 sets. Mieke, 024-3235821

Improvisatietalent gezocht!

Theatersportgroep Binnenste Buiten organiseert drie meetrain-avonden. Wil jij ook drie keer meedoen en misschien wel lid worden van de leukste theater-sportgroep van Nijmegen? tsvbinnenstebuiten@yahoo.com

Per 1 januari ben ik (man, 59 jaar) op zoek naar een **zelfstandige woonruimte/appartement** (huur) in Nijmegen, het liefst in Nijmegen-Oost. Elk aanbod is welkom. 0642687734

Woningruil: eengezinswoning in Arnhem voor huis met tuin en 1 slaapkamer in Nijmegen-oost. Ik heb 'n knus huis met ruime tuin op het zuiden. Kelder en 3 slaapkamers en woonkamer en keuken. Winkels en school op loopafstand. 06-26465485

Cadeautip! Geef een 'Josje' cadeautje! <http://jocadeau.nl/freelancer/kunstdocent-josje>

Herenkapper zoekt modellen.

Gratis knip- of scheerbeurt. Kan bij mij thuis in Nijmegen-Oost of bij u thuis. 06-19687644

In mijn voortuintje (Berg en Dalseweg 229) staan twee uit de kluiten gewassen struiken **prachtriet** (*Miscanthus sinensis*). Ze moeten eruit. Wie wil ze komen uitgraven en er een bestemming aan geven? 06 21646126

Te koop: strakke **moderne eettafel**, 1.60 x 0.75, met mooi houten blad en metalen poten. Voor 50 euro op te halen in Hengstdal. 024-3238339

Vrijwilligers gezocht ter ondersteuning van de lessen AVO/ICT (basisvaardigheden) op de avondschool voor licht verstandelijk beperkte volwassenen. Lestijden: ma/di/do van 18.30-20.00. mahm024@outlook.com

Te koop: * z.g.a.n. keukenmachine 5 euro, * Printer en scanner in 1, merk Cannon, 20 euro, * Tennisracket ziet er prima uit, 5 euro. 06-13582580

Aangeboden: **schoonmaakhulp**. 06-19293412

Lectio Divina, Goddelijk Woord, Goddelijke les. De God van de bijbel ontmoeten door het lezen van Zijn Woord is iets dat uw leven enorm zal verrijken. Wilt u ervaren hoe God persoonlijk tot u spreekt, geef u dan op voor de Lectio Divina elke wo.-avond 1,5 uur. m.j.chirill@upcmail.nl. 06-27443023

Timmerman in vroegpensioen heeft tijd voor **al uw timmerwerk** in en om uw huis, b.v. aftimmerwerk, hang- en sluitwerk, deuren ahangen, aftimmerwerk, ruime ervaring in onderhoud van woningen (45 jaar). 06-10572021

Leren over de vorm, inhoud en functie van architectuur, theater, dans, muziek en beeldende kunst? OvalArt start in januari met de cursussen Massacultuur en Cultuur van het Moderne Informatie via www.ovalart.nl/nl 06-16942770

Vind je het ook leuk om af en toe te wandelen of fietsen (ongeveer 15 km)? Wij zijn rond 40-50 jaar en zoeken nog mensen. wandelenfietsen15@gmail.com

Gratis afhalen: tijdschriften **Voetbal International**. 06-40096099

Vervolg op pag. 14

Heeft uw kind schoolproblemen?

Is de motivatie weg? Nemen schoolprestaties af? Is huiswerk maken een crime? Is uw kind niet happy op school?



Vidya

kan u helpen. Kijk op www.vidya.eu of bel Saskia Ceulemans op 06-48490125.

VINTAGE FOR KIDS

Dé winkel in mooie tweedehands kindermerkleding

We verkopen o.a.

Bor*z, Bengh, Imps&Elfs, Scotch&Soda, Vingino, Retour.

Hertogstraat 50 Nijmegen - www.facebook.com/vkids.nl

Open: dinsdag-vrijdag 10.00-17.00 uur, zaterdag 10.30-16.00 uur

Vijf vragen aan de kleine ondernemer

Nijmegen-Oost barst ervan. Er wonen en werken heel wat ondernemers in onze wijk. Elke maand stellen we aan een van hen vijf vragen. Deze keer is het woord aan Désirée Farro, Alleskidscoach.



5 vragen

Door: Loes Wijffels

Foto: Marc van Kempen

In haar knusse praktijk aan huis, vertelt Désirée enthousiast over haar werk. Ze heeft een druk bestaan met een baan in het basisonderwijs, een gezin met vier kinderen en een eigen bedrijf. Daarnaast volgt ze nog steeds cursussen en werkt ze samen met een fysiotherapeute in 'Fynei'. Als coach helpt ze kinderen en volwassenen die niet lekker in hun vel zitten. Ze test ze eerst om te kijken waar de klachten vandaan komen. Daarna kiest Désirée uit verschillende technieken de meest geschikte om het probleem weg te halen. Ze combineert daarbij NEI met NLP, dramatherapie, RT, familie-opstellingen en natuurgeneeswijzen.

Waarom ben je met dit bedrijf begonnen?

"Toen ik naast mijn werk op school in aanraking kwam met NEI (neuro emotionele integratie) en daar de fantastische resultaten van zag, wilde ik het zelf ook kunnen toepassen. Het is zo mooi om te zien hoe kinderen en volwassenen weer meer in balans komen. Dat wil ik heel graag doorgeven."

Wat zijn je kwaliteiten?

"Door een goed inlevingsvermogen en mijn brede ervaring als leerkracht, dramathera-

peute en moeder, kom ik vaak snel tot de kern. Verder ben ik gewoon heel enthousiast en positief ingesteld. Maar ik blijf ook kritisch."

Hoe ziet een werkdag er voor jou uit?

"Twee dagen in de week sta ik voor de klas. De overige drie zijn voor mijn coachingswerk. Voor Fynei werk ik samen met Astrid Verweij in haar praktijk aan de Wedren. Als Alleskidscoach ontvang ik mensen meestal hier thuis. Zodra mijn man en kinderen de deur uit zijn, ga ik mezelf voorbereiden. Ik plan mijn coachafspraken altijd ruim in. Bij afspraken na schooltijd zorgen mijn kinderen dat ze me niet storen. Ik coach hen ook, als ze ergens mee zitten. Ze vragen er vaak zelf om en zijn altijd zo blij als het probleem is opgelost!"

Waar ben je trots op?

"Ik ben trots op het feit dat ik dit, met al mijn ervaring, heb kunnen neerzetten. Dat het lukt om mensen weer in balans te brengen. Maar je doet het in feite samen, hoor. Ik voel me vooral dankbaar dat het als vanzelf is ontstaan."

Waar sta je over vijf jaar?

"Dan hebben we Fynei en Alleskidscoach op de kaart gezet in Nijmegen en omgeving, waardoor steeds meer volwassenen en kinderen weer hun eigen kracht ervaren. Wat ik zou willen is dat deze technieken meer bereikbaar zijn voor iedereen en dat het ook op scholen meer geïntegreerd raakt. Voor iedereen weer alles kids!"

www.alleskidscoach.nl 06-239 932 49



Herfstige dromen

Door Kor Goutbeek

De bladeren vallen, de temperatuur daalt, de luchten worden grijs, de tuinen kaal, de dagen donker. Deprimerende gedachten liggen op de loer. Ik sliep van de week onrustig door het ge-gier van de wind om ons huis. Ik zag mezelf vliegen op die wind. Vanuit een zweefvliegtuig keek ik neer op Nijmegen-Oost en herkende ik de Limoskazerne, de Kopse Hof en de Maartens-kliniek. Vier buizerds zweefden mee. Ik voelde me machtig als een arend. Ik groeide, dwars door de cockpitkap, mijn haren wapperden in de wind. Even later landde ik vlekkeloos naast mijn fiets. Je bent een toppiloot of niet. Ik voelde in mijn rugzak en al mijn broekzakken. Fietssleutel kwijt. Nergens. Vast in het vliegtuig achtergebleven, maar die was alweer opgestegen. Wat nu? Ik zag mensen bij de hangars. Maar ik durfde geen hulp te vragen. Was ik een grote piloot als ik zelf mijn problemen niet kon oplossen? Ik belde naar huis, of iemand me kon komen helpen. Maar ze waren net een potje Dixit begonnen met vrienden. Ik hoorde op de achtergrond hoe gezellig het was. En voelde me ineens heel zielig. Ik kromp een halve meter, waardoor de tocht nog langer zou worden. Mijn benen deden zeer van het klem zitten in de cockpit, maar ik ging lopen, ondertussen het achterwiel van mijn fiets optillend. Ik hoopte heimelijk dat een voorbijganger zou stoppen met een ijzerzaagje in zijn achterzak. Maar niemand stopte, hoe mijn blik zich ook aan die van de tegenliggers vastklampte. De lucht betrok: wat zat er aan te komen? Storm, regen? Het werd steeds maar donkerder in mijn hoofd. Ik slonk verder totdat ik een enorme vliegenzwam zag, rood met witte stippen. Toen zag ik pas de herfst. Het glanzende rood van die vliegenzwam. Een dikke druppel die zich vastklampte aan de onderkant van een blad: een windflard brak zijn weerstand. De druppel viel, en maakte kringen in een plas. De grauwe oktoberluchten werden doorbroken door stralen gouden zonlicht. Wolken werden goud omrand. Zwiepend takken, opwaaiende bladeren. Kinderen in rode laarsjes zochten naar eikels en beukennotjes langs de Beukenlaan. De boombladeren kleurden zachtgeel, dieporanje, bruinrood. En ik was ongemerkt al op ons Esdoornplein, omzoomd door vlamvend rode suikeressdoorns. Ik zag licht branden vanuit ons huis in de hoek van het plein: een warme gloed straalde me tegemoet. Herfst: de bladeren vallen, de temperatuur daalt - de luchten worden grijs, de tuinen kaal, de dagen donker. Knus!

Reacties? k.goutbeek@gmail.com





ONTWERPBURO
gabriëlle thijsen

logo's • huisstijlen • illustraties • boekvormgeving • websites

www.gabriëllethijsen.nl

KAAIJ
advocatuur
mediation | coaching

Mr. Michaëla B.M. Kaaij
Mr. Drs. H.A.M. Schouten

Fransstraat 12
6524 JA Nijmegen
Tel: (024) 324 59 37
www.kaaijadvocaten.nl

Echtscheiding, alimentatie, omgangsregeling en andere
familiezaken, huur, arbeid en ontslag, uitkering, consument en incasso

PETERS
Keukeninterieurs

Vakkundig advies - Uitstekende service
Betaalbare prijzen - Eigen montagedienst
Alles in één hand



St. Jacobslaan 90 Nijmegen
Tel. (024) 355 22 20
www.peterskeukeninterieurs.nl

25 jaar
De juiste keuze

Bent u op zoek naar een makelaar?!



Iemand die u deskundig en persoonlijk begeleidt bij de aankoop, verkoop of taxatie van uw huis? Een makelaar die uw woonwens begrijpt? Dan bent u bij ons aan het juiste adres. Wij wonen en werken met plezier in uw en onze buurt. Ons motto is al jaren "een goed gevoel" en met onze service zult u dat zeker beleven. Wij bieden u een objectief, betrouwbaar en betrokken advies. Met persoonlijke aandacht, zorg en zekerheid worden uw belangen behartigd. Kom bij ons langs op de Pontanusstraat of bezoek ons op onze site. En, vrienden worden we graag met u, ook op Facebook.

Tot ziens!

Meer weten? Neem
dan contact op met
Ben & Juliëtte van Anken

Pontanusstraat 1
6524 HA Nijmegen
Tel. 024 3223626

www.vananken.nl
E-mail:
info@vananken.nl



**Een goed gevoel in
Nijmegen-Oost**



Rechtshulp voor vrouwen

De Vrouwenrechtswinkel is midden jaren tachtig opgericht en neemt anno 2014 nog steeds een belangrijke plaats in binnen het Nijmeegse. Özlem Demirkor en Roos van der Waerden zitten in het bestuur en ontvangen me in hun 'winkel' aan de Pontanusstraat.

Door Karin Veldkamp

Foto: Bert Hendrix

De hoofdtak van de Vrouwenrechtswinkel is het, hoe kan het ook anders, geven van juridisch advies. En dat roept natuurlijk meteen de vraag op waarin dan het verschil zit met het advies van de 'gewone' rechtswinkel. "Wij zijn laagdrempeliger voor vrouwen en hebben meer een maatschappelijke functie", legt Özlem uit. "Elders in deze regio hadden

van toeslagen en sociale zekerheid."

Maar hoe zit het dan met kwesties waarin vrouwen het meest kwetsbaar zijn? Daarbij denk ik aan mishandeling, incest en andere traumatische ervaringen. Dat lijkt me iets waar je als vrouw voor naar de Vrouwenrechtswinkel gaat. Maar daarmee sla ik de plank toch enigszins mis. "Natuurlijk zijn we een luisterend oor als vrouwen met zulke verhalen komen. Maar wij doen geen strafzaken en kunnen alleen advies geven over bij wie ze wel terecht kunnen".

Aan vrijwilligers heeft de vrouwenrechtswinkel geen gebrek. "Voor rechtenstudenten is het een mooie manier om praktijkervaring op te doen", legt Özlem uit.

"We hebben zelfs een wachtlijst", vult Roos

Logisch dat je als rechtenstudent baat hebt bij praktijkervaring in een rechtswinkel. Het is een mooie combinatie. Maar wat is de persoonlijke drijfveer van de dames bij mij aan tafel?

Özlem steekt als eerste van wal: "Ik heb rechten gekozen om over voldoende kennis te beschikken om een steentje bij te dragen aan de maatschappij. Door dit werk doe ik dat al een beetje. En waar ik het echt voor doe? De blijheid van mensen. Dat geeft voldoening. Vooral als je later terughoort dat het goed gaat met een cliënt. Laatst hadden we een vrouw op het spreekuur die een arbeidscontract van zes maanden had. Haar werkgever wilde dat contract na drie maanden opzeggen. Na een actie van onze kant is het arbeidscontract niet verbroken. De vrouw mocht haar functie niet meer uitvoeren maar kreeg wel haar salaris uitbetaald de resterende drie maanden en daarna WW", vertelt Özlem glunderend.

"De tissues staan niet voor niets op tafel"

ze bij een rechtswinkel laatst een huilende vrouw aan tafel zitten. Ze wisten zich geen raad met de situatie. Bij ons is dat dagelijkse kost."

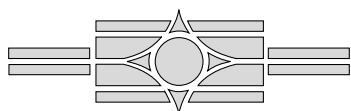
"De tissues staan niet voor niets op tafel", vult Roos lachend aan. "Die hebben we hier wel nodig. Bovendien vinden vrouwen het ook fijn dat ze hier hun verhaal kwijt kunnen. Het grote verschil met een 'gewone' rechtswinkel is dan ook dat wij meer aandacht geven aan de vrouwen en ze hier meer privacy krijgen".

"De vragen die de rechtswinkel krijgt, liggen vooral op het gebied van scheidingen en arbeidsrecht", gaat Roos verder. "Veel vrouwen zijn in gemeenschap van goederen getrouwd en weten dat zelf vaak niet of weten niet wat het inhoudt. Dat heeft ons vaak verbaasd. Ook verbaast het ons dat vrouwen vaak nog een andere positie dan mannen op de arbeidsmarkt hebben. Ze weten meestal niet goed waar ze aan toe zijn en komen met vragen op het gebied

aan. "We hebben twintig vrijwilligers. Het mooie is dat we ook diverse nationaliteiten in de groep hebben. Dat sluit goed aan bij onze clientèle. Want we krijgen steeds vaker, via via, verschillende nationaliteiten op het spreekuur."

De Vrouwenrechtswinkel Nijmegen heeft spreekuur op maandag van 09.30 tot 11.30 uur. Dinsdag en donderdag van 19.00 tot 20.30 uur. Meer info op: www.vrouwenrechtswinkelnijmegen.nl





van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

mr. C.T.G. van Schie

mr. R.G.H.M. de Glas

mr. F.G.W.M. Huijbers

mr. S.T.W. Verhaagh

mr. D.W. Beemers

mw. mr. S. van Oers

mw. mr. H.M. Schurink-Smit

mw. mr. B. de Wijk

voor:

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

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

Uniek afscheidshuis

In villa Oud-Mariënboom is het kleinschalige rouwcentrum van Klopper & Kramer Begrafenis- en Crematieverzorging gevestigd. De stijlvolle en informele omgeving van de villa biedt u alle rust en ruimte voor een waardig afscheid. Klopper & Kramer heeft de uitvaart en alle voorbereidingen daarvoor in eigen hand en neemt graag de tijd om uw wensen en ideeën te bespreken.



Klopper & Kramer
Uitvaartcentrum Oud-Mariënboom



Groesbeekseweg 424 | Nijmegen | www.kk.nl

(024) 323 44 44

Uw taxi in Nijmegen (Oost)

TAXI ALTRADE

024-3602737

06-21585960

Vaste klanten altijd
25% korting

taxialtrade@chello.nl



KOLMEIJER
makelaars Nijmegen

Tel. (024) 360 95 52
www.kolmeijernijmegen.nl

Mr. Franckenstraat 27
6522 AC Nijmegen
wonen@kolmeijernijmegen.nl



Oproep Kensingtonstraat

In het septembernummer kon u op pagina 13 het artikel 'Was de Gregoriusstraat of de Rembrandtstraat in 1945 de beoogde Kensingtonstraat?' lezen (nog altijd in te kijken op www.dewijkwebsite.nl). Hierin is een foutief mailadres vermeld. Schrijver Anton de Wildt kan nog steeds reacties gebruiken voor het te schrijven boekje. Dus reageren op zijn oproep kan nog steeds. Mail dan naar: adewildt@het-net.nl. Bellen (tot 21.00 uur) kan ook: 024-329.20.98. Het boekje is gratis voor hen die bruikbare interessante informatie levert. En betaalbaar voor andere geïnteresseerden.

Gezocht voor theatertour

Met een groep enthousiaste mensen zijn wij bezig met de voorbereidingen voor een theatertour door Nijmegen-Oost, in maart 2015.

Daarvoor zijn wij nog op zoek naar enkele enthousiaste spelers/muzikanten:

- Een ouder echtpaar dat voor publiek durft te bewegen
- Een mannelijke toneelspeeler van 30-50 jaar oud
- Enkele jonge acteurs (bv studenten)
- Een muzikant (wij denken aan saxofoon of accordeon)

Het belooft een bijzonder en ludiek gebeuren te worden, mede mogelijk gemaakt door:

- Woningbouwvereniging De Gemeenschap
- Woningbouwvereniging Standvast
- Gemeente Nijmegen (buurtbudget)
- Wijkkrant Nijmegen-Oost

Meld je aan bij Ilse Schaminee:
ilse_schaminee@hotmail.com

Horecagids Nijmegen-Oost in de maak!

Vorig jaar maakte de redactie van de wijkkrant samen met heel veel andere mensen uit de wijk een geweldige glossy ter gelegenheid van het 40-jarig bestaan van de Wijkkrant. Daarna vroegen lezers ons waarom er toch zo weinig over al die leuke cafés en restaurantjes in Nijmegen-Oost werd geschreven. En dat terwijl onze wijk dé plek is waar mensen uit de regio naar toe komen als ze gezellig uit willen eten, een terrasje willen pakken, of gewoon een frietje willen eten na het stappen.

Door Eric Hendriks

Supergezellige wijk met de leukste ontmoetingen

Zo ontstond het idee om een 'horecagids' voor Nijmegen-Oost te maken. Met de nadruk op gids want we willen mensen helpen het juiste café of restaurant te kiezen: waarnaar zoek je? Waarvoor ben je in de stemming? Wie wil je ontmoeten? Dan moet je vandaag gaan naar... Hiermee willen we ook het imago van Nijmegen-Oost als 'een supergezellige wijk met de leukste ontmoetingen' stimuleren.

Ons doel

Ons doel is om een stevige kleurrijke gids te maken waarin je alle zaken in de wijk vindt waar je kunt gaan zitten om iets te eten en/of te drinken. Als gebied nemen we Nijmegen-Oost (inclusief Bottendaal) en Berg en Dal, omdat daar ook nu de Wijkkrant wordt bezorgd. We telden al ruim 70 horecazaken! We gaan voor kwaliteit: zowel de teksten als de foto's worden gemaakt door ervaren redacteuren en fotografen. Er is een kritische eindredactie op tekst en beeld, de opmaak doet een professionele opmaker.

Omvang en oplage

Het wordt een stevige horecagids van ca. 50 pagina's (liggend A5) die een behoorlijke tijd mee kan. We bezorgen deze huis aan huis in onze wijk en de oplage is 20.000 stuks. We willen de gids in het begin van 2015 huis aan huis te verspreiden, ook in andere wijken. De kosten worden gedekt door de bijdragen van de horecazaken.

Stand van zaken

We zijn nu met een enthousiaste en gedreven groep een paar maanden bezig en we krijgen heel veel positieve reacties als we erover vertellen. Inmiddels hebben we bijna alle horecazaken gesproken en de meeste doen enthousiast mee! Maar waarom eigenlijk? Wat we zoal hoorden: "Ik krijg zo meer bekendheid, ook buiten Nijmegen-Oost". "Ik kan de eigenheid van mijn zaak naar voren brengen op een andere manier dan een advertentie." "Weer zo'n leuk project van de Wijkkrant, ik doe mee! Het is goed voor de wijk en dus ook goed voor mij als ondernemer."

Komende tijd

De komende tijd gaan we de verhalen schrijven en gaan de fotografen aan de slag.

Meer weten over de Nijmegen-Oost horecagids? Stuur dan je vraag aan redactie@dewijkwebsite.nl en we nemen contact met je op.

Buur(t)feest Limos weer groot succes

Voor de tweede keer op rij was er groot feest op het Limosterrein op 28 september. Ook dit jaar haalden de organisatoren weer alles uit de kast.

Het AZC opende haar deuren. Naast de roofvogelshow van Valkenvlucht, vertoonde ook magiër Charl Atan zijn wonderbaarlijke kunsten. Er waren ook workshops dans en theater en acrobatiek, Stigmatours, de ruil/rommelmarkt, de hondenshow, het creaplein, bamboe-bouwen, speurtocht voor kinderen. Het was prachtig weer, kortom: een geweldige dag!

Foto's: Eric Hendriks en Eric Stuart





pegasus

huisartsen + apotheek

SAMEN ONDER ÉÉN DAK
BETROKKEN EN BIJ U IN DE BUURT

Dommer van Poldersveldtweg 27+27a

Annemiek Hamers
Ellen Herberts
Radboud Meijerink
Huisartsen

www.pegasushuisartsen.nl

Emmy Keuper
Pascalie Kho
Apothekers

www.pegasusapotheek.nl

EEN LEKKERE HERFST

ROOKWORST, BALKENBRIJ, STAMPPOT, HACHEE,
SPEKLAPJES, VERSE WORST, ZUURKOOLSPEK EN
NOG VEEL MEER.....OUDERWETS LEKKER!

Al ons vlees, worsten, vleeswaren, maaltijden en
specialiteiten zijn afkomstig van scharreldieren.
Diervriendelijk gehouden vee, dat lekker buiten kan
scharrelen en uitsluitend schoon, zuiver plantaardig
voer krijgt. Het gebruik van antibiotica,
groeibevorderaars of medicijnen, is streng verboden.
Dit wordt extra gecontroleerd van boer tot slager.

Deze strenge controle geeft u de garantie dat u
met scharrelvlees schoon, zuiver en
diervriendelijk vlees op tafel heeft.

AANBIEDINGEN GELDIG T/M 30 OKTOBER

GELDERS STOOFPOTJE kant en klaar	500 gram	4,95
SLAGERS ROOKWORST ouderwets lekker	100 gram	1,29
BALKENBRIJ traditioneel familierecept	500 gram	2,95
KIP KERRIE SALADE met goud bekrond	100 gram	0,95
ITALIAANS GEHAKT lekker gekruid	500 gram	3,95

SCHARRELVLEES GOED VOOR U.....BETER VOOR DE DIEREN

WIM COENEN
Scharrelvlees-

Openingstijden: Woensdag t/m vrijdag: 8.30-18.00u.
Zaterdag: 8.30-15.30u. FRANSESTRAAT 39 - 6524 HT
Nijmegen. Tel. (024) 322 00 86 - Fax: (024) 365 63 50
www.scharrelvlees.nl

**IN NIJMEGEN-OOST,
OP DE COEHOORNSTRAAT,
DAAR ONDER DAT
TUNNELTJE DOOR...**

**CATSHOEK
HEEFT AL
ACCU'S
VANAF €39,-**

**GRATIS
ACCU-
EN AIRCO-
CONTROLE**

Catshoek, een leuk bedrijf in auto-
materialen en accessoires bij u in de buurt, waar je
makkelijk binnenstapt voor advies over bijvoorbeeld olie,
accu's, ruitenwissers, etcetera en natuurlijk voor airco-
controle (voor als het weer warmer wordt), bagagebox
verhuur en -verkoop en de opslag van zomer-/
winterbanden en bijbehorende bandenwissels.

CATSHOEK
DE AIRCO-SPECIALIST

Coehoornstraat 71
Nijmegen
(024) 3222415
www.catshoek.nl



Zarzuella. Een van de vele restaurants in Nijmegen-Oost. Vóór de grote drukte kun je bij mooie dagen het personeel nog even buiten zien zitten. Stilte voor de storm??

Foto: Bert Hendriks



Op de Open Monumentendag Nijmegen opende Royal Haskoning haar deuren. Een tentoonstelling gaf de bezoekers een terugblik op de rijke historie van het gebouw en Royal Haskoning. Deze zal als laatste huurder de deuren van het gebouw definitief als kantoorpand achter zich sluiten. Het bedrijf zal intrek nemen in het gebouw 52.

Na de verhuizing gaat eigenaar Fiduvast direct een start maken met de verbouwing. Er zullen dure appartementen komen. Voor bedragen tussen € 450.000,- tot enkele miljoenen kunt u trotse eigenaar zijn van een prachtig onderkomen, met uitzicht over de Ooijpolder.

Tekst/foto: Marc van Kempen



eindelijkzon
uw groene investering

Zonnepanelen waren nog nooit zo voordelig

**Profiteer van de gemeentesubsidie
en de BTW-teruggave en verdien
uw investering in 6 jaar terug!**

eindelijkzon

- dé zonne-expert in uw buurt
- levert goede producten tegen een aantrekkelijke prijs
- garandeert de opbrengst van uw installatie
- geeft persoonlijk advies



**Maak een afspraak
of kom naar onze winkel
Van Goorstraat 13 Nijmegen**
(open op werkdagen 09.00 – 12.30 uur)

T 085 – 40 11 837 info@eindelijkzon.nl
www.eindelijkzon.nl



Neerlandia dé parket- speciaalzaak in Nijmegen- Oost

**Ambachtelijke
kijk op parket**

Natuurlijk ook voor al uw
onderhoudsproducten
voor de vloer.



**Neerlandia
houtenvloeren**

- Zekerheid van de vakman
- Aangesloten bij Parketgroep Nederland
- Unieke collecties
- Persoonlijk advies
- Perfecte installatie door eigen parketteurs
- Sterk in schuren, onderhoud en renovatie
- Uitgebreid assortiment onderhoudsmiddelen
- CBW
- Erkend schadeherstelbedrijf

Postweg 125, 6523 KW Nijmegen | 024 - 32 33 111 | www.neerlandia-houtenvloeren.nl



Op onze unieke locatie De Sterreschans in Nijmegen-Oost kunt u kleinschalig wonen in uw eigen ruime luxe woonzorgappartement, met zorg en aandacht voor de grote én kleine dingen die uw leven de moeite waard maken.

Permanente en tijdelijke bewoning, ook voor echtparen

Ook ouderen met een (acute) zorgbehoefte kunnen hier per direct worden opgevangen. Dit kan een uitkomst zijn bij herstel en zorg na een ziekenhuisopname, maar ook voor tijdelijke ondersteuning van de familie. Wij hebben hiervoor afspraken met zorgverzekeraars.

Voor meer informatie: De Sterreschans, Ubbergseveldweg 117-123, Nijmegen
sterreschans@domusmagnus.com, 024-32 39 380, www.domusmagnus.com



DOMUS MAGNUS

WONEN ZORG LEVEN

Bewoners in de wijk aan zet

Zorg en participatietaken op lokaal niveau

In Hengstdal hebben er vanaf oktober 2013 drie bewonersbijeenkomsten plaatsgevonden in het kader van 'Zorg en welzijn Hengstdal'. Rond de zestig bewoners bezochten deze bijeenkomsten en bespraken onderwerpen als zorg en hulp voor elkaar, zingeving en eigen kracht, educatie, bewegen of leefbaarheid.

Door Karin Veldkamp
Foto: Bert Hendrix

De aanleiding voor de bijeenkomsten heeft te maken met het overhevelen van een aantal rijkstaken naar de gemeente op het gebied van (jeugd)zorg en participatie. Van burgers

zamenlijke sneeuwschuifacties. Het scala is breed." Gaan jullie dit allemaal uitvoeren, vraag ik met verbazing? "Dat kan ik nog niet zeggen. Met de werkgroep zullen we bekijken wat haalbaar is. Afhankelijk van het plan en beschikbare mensen."

"Er zijn straten waar helemaal geen contact is tussen de burens"

Mensen in de wijk verbinden

Piet woont op de Broerdijk en is eigenaar van Incontro op de Daalseweg. Hij is samen met Miriam betrokken bij de werkgroep Stip. "Ik

viesfunctie, het ontmoeten ontwikkelen of vervoer verzorgen. Misschien gaan we ook wel naar ouderen toe. Van groot belang is dat we mensen in de wijk willen verbinden. We hebben nog niet precies voor ogen hoe we dat gaan doen. Maar dat zou onder andere

kunnen door het inrichten van een koffiehoeck. En dat is een uitdaging om aan te werken", zegt Piet uitdagend. "Want ik heb inmiddels wel begrepen dat er straten zijn waar helemaal geen contact is tussen de burens. Dat is zonde. Het zou mooi zijn als Stip daar een positieve bijdrage aan kan leveren. We beginnen klein en hopen over drie tot vijf jaar een goed lopend Stip neergezet te hebben. Het is een heel proces waar we de tijd voor moeten nemen".

Meedoen?

Een mooi initiatief. Goed voor de wijk. Ik ben heel benieuwd hoe het er concreet uit gaat zien. Maar dat is nog even afwachten. "De werkgroep komt al ruim een half jaar bij elkaar en het wordt nu tijd om concreter aan de slag te gaan", aldus Miriam.

Het is nog niet duidelijk wanneer en waar Stip haar deuren opent, maar Piet en Miriam hopen dat dit voor de zomervakantie een feit is. Wil je meedenken en organiseren

met het opzetten van buurtinitiatieven in Hengstdal of met Stip, neem dan contact op met Miriam Broekmaat: m.broekmaat@nijmegen.nl

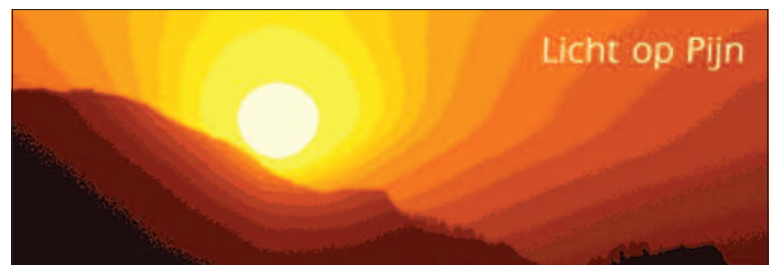


wordt er vanaf 2015 meer verwacht: dat zij meer zelf en samen gaan doen. Maar hoe denken de burgers daarover en wat willen en kunnen zij zelf doen? Blijft het bij mooie ideeën? Of staan er mensen op die de handen uit de mouwen gaan steken? Tijd om eens om tafel te gaan met twee betrokkenen. Piet Klein is bewoner en ondernemer in de wijk en Miriam Broekmaat is kwartiermaker.

Van alarmsystemen tot smoelenboek

"Pff", zucht ze enigszins als ik vraag wat dat inhoudt. "Het is zo veelzijdig. Ik help met het opzetten van het Stedelijk Informatiepunt (Stip) en ondersteun de werkgroep van Hengstdal. Deze werkgroep van bewoners en professionals gaan de ideeën uitwerken die zijn voortgekomen uit de bewonersavonden voor Hengstdal. En dat blijken er tientallen. Van onderlinge alarmsystemen tot een smoelenboek, een beweegtuin voor ouderen of ge-

vond en vind dat ik wel iets meer voor mijn wijk kan doen", steekt hij van wal. "Ik ben nu lid van de werkgroep die Stip ontwikkelt: een informatiepunt voor alle bewoners van Nijmegen-Oost. Men kan er terecht voor vragen en advies met betrekking tot zorg en welzijn, beschermd wonen, jeugdzorg maar ook over cursussen of als je een maatje zoekt. Het Stip gaat met een groep vrijwilligers werken die op verschillende taken ingezet kunnen worden, zoals gastheer/vrouw, ad-



Mieke van Dijck

natuurgeneeskundig therapeut
ayurveda massage / fysiotherapie

i: www.miekevandijck.nl e: info@miekevandijck.nl

Prof. Molkenboerstr. 30a
6524 RP Nijmegen
t: 06 - 338 76 335



Knollen & Citroenen



Vervolg van pag. 2

Te koop: kleuren tv'tje 35 cm en dvd-speler: samen €20.
06-24254250

Te koop: Leki Nordic Walkings-tokken, driedelig, vrijwel nieuw; 75 euro (nieuwprijs 130 euro).
Tel.: 06-10577215

Welke actieve 50-plusser heeft zin om op donderdag 14.00-17.00u.

onze tafeltennisgroep te versterken? We spelen in de Daalse Hof op twee tafels, zowel enkel als dubbelspel. Ons niveau ligt tussen enigszins gevorderd en (ex)competitiespelers. 024 3563979

Kast te koop, bieden maar!
0640524151

Uit-Je-Dans Kom even uit je hoofd en doe mee aan de korte cursus dansbeleving in Wijkcentrum Burghardt. Lekker dansen, fijne opdrachten, mooie muziek. Dinsdagochtend 10-11 uur. start 28 oktober. 8 lessen 44 euro.
www.deopstap-nijmegen.nl,
Loes Wijffels, 06-14317579

Boekenmarkt op zondag 30 november 2014 vanaf ca 12.15 - 14.30 uur in de Doopsgezinde-Re-monstrantse kerk, Prof. Cornelissenstr 306. Kunst, hobby, thrillers, romans, kinderboeken, etc. Absoluut de moeite waard. Info 024-3226821.

Gratis af te halen, na telefonisch overleg, een **skelter**. 024-3228066

Rouw- en verliesbegeleiding
Als verliesbegeleider begeleid ik je in dit ingrijpende proces.
www.ietjedeutz.nl. 06-22069029

Voor onze kinderen van 7 en 10 jaar zoeken wij een vaste, **lieve, niet-rokende oppas** op vrijdag tussen 15.00 en 17.00. Incidenteel op donderdagavond vanaf 17.30. Vergoeding in overleg Interesse? c.driessen@hpcnet.nl

Wij zijn voor onze **eetclub 50+** op zoek naar mannen die willen deelnemen. 06-22069029

Bezitters van een elektrische of plug in hybride auto; wonende in parkeergebied 2e ring Oost en wens voor **openbare elektrische laadpaal**. Mail naar: jokerigter@gmail.com

Leer een prachtig instrument bespelen: **hoboles** voor kinderen en volwassenen door vakbekwame, enthousiaste docente. Info: Hanneke v.d. Grinten 06-19524020
www.bevlogenhobo/webklik.nl.

Inspirerende **saxofoonlessen** voor kinderen en volwassenen. Aan volwassenen geef ik les in mijn studio in de benedenstad. Voor kinderen kom ik aan huis! Info: www.jazzimprovisatie.eu
06-26522388

Pedicure, lid v/d Provoet komt ook bij u thuis. Basis voet behandeling 22 euro, benen harsen 15 euro. Graag op afspraak. Tel. 06-45780068 of mail naar footcare4all@gmail.com.



Gedurende enkele weken wordt er op diverse plekken in de Nijmegen-Oost gewerkt aan de binnenwanden van de riolen. Door het aanbrengen van een soort kous en onder voortdurende toevoer van stoom worden de riolen voorzien van een nieuwe verstevigde binnenwand.

Tekst/foto: Marc van Kempen

"Hier spelen wij"

Een nieuwe serie over spelen in de buurt door Marjolijn Hovius



Wil je ook meedoen aan deze serie? Graag! Laat me weten waar jij het liefst speelt. Stuur me een mailtje: marjolijn@schrapfabriek.nl

Waar: Van Beethovenstraat

Wat: Park met speelkuil

Wie: Pleun (7), Jenna (5), Sverre (5) en Foske (8).

Waarom: Er zijn altijd andere kinderen. En het is lekker dichtbij.

kan al bijna los over een touw lopen."

Voor een acrobate als Foske biedt het klimrek weinig uitdaging. "Het is jammer dat hier geen goeie klimbomen zijn. Behalve die misschien..." Ze wijst naar een boom, een stuk achter de struiken. "Maar die staat in iemands tuin, dus daar heb je niks aan." Voor echt goeie klimbomen moet je in het Limospark zijn. Of in de speeltuin in de Acaciastraat, daar staat ook een supermooie boom. "Maar die

maar mee, dan laat

ik het geheime gan-

getje zien!" Samen met Jenna verdwijnt hij in de struiken aan de achterkant van het park.

Er bewegen wat takken en ineens steken er twee vrolijke hoofden boven de struiken uit:

"Zie je wel, in deze boom kun je veel hoger!"

Bij de speelkuil stijgt enthousiast gejoel op.

Het zusje van Sverre stuift met een loopau-tootje naar beneden. Een hele club kinderen

Pleun en haar zusje Jenna (7 en 5 jaar) zitten bovenin het klimrek en wijzen. Kijk, dat huis aan de overkant, daar wonen ze. Ze hoeven alleen de straat maar over te steken. En dat kunnen ze - natuurlijk - zelf. Jenna wijst naar de verkeersdrempel: "Bij die hoge stenen op de hoek. En uitkijken voor de auto's!"

Tot vorig jaar was op deze plek het oude zwembad Oost. "Daar gingen we heel vaak zwemmen", vertelt Pleun. "Ik zat toen nog in het peuterbadje. Met vleugeltjes. Nu is het nieuwe zwembad veel verder weg." Of ze dat jammer vindt? Pleun haalt haar schouders op: "Zwemles is niet zo vaak. Dus ik vind een speeltuintje voor de deur toch leuker. Want hier speel ik elke dag."

Voor Foske (8 jaar) is het iets verder lopen naar 'de kuil', zoals ze de speelplek bij het Truus Mastpark noemt. Vorig schooljaar moest haar oudere zus nog mee. Sinds kort mag ze ook alleen. Meestal zijn er dan wel andere kinderen met wie ze kan spelen, al zijn er niet altijd kinderen die ze kent. "Als ik me vervel, ga ik gewoon een beetje hangen. Kijk, zo!" Ze maakt een vogelnestje in de ringen. "Of ik ga wat rondlopen. Over die palen, bij de rand. Dat kan ik goed, want ik zit op circusles. Ik

"Papa en mama staan alleen maar te praten"

speeltuin is te ver weg. Daar kan ik niet zelf naar toe lopen."

Sverre (5 jaar) mag nog niet alleen naar het Truus Mastpark lopen. Hij gaat meestal samen met zijn broertje en zusje. "En altijd met papa of mama. Maar die staan alleen maar te praten." Zelf komt Sverre niet om te kletsen; hij wil actie. Het klimrek is "best leuk", maar er is nog een veel beter plekje in dit park. "Kom

staat zich te verdringen om het autootje van haar over te nemen: "Ikke, ikke! Nu was ik eerst!" Even later gieren ook Sverre en Jenna schaterend de kuil in.

Het is duidelijk: van boven in de boom, tot onder in de kuil: in het Truus Mastpark vermaken de kinderen zich prima!

Foto: Marjolijn Hovius



HAPTOTHERAPIE NIJMEGEN

LEKKER IN JE VEL DOOR HAPTOTHERAPIE

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

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



Anita van Raak is haptotherapeut, seksuoloog en relatietherapeut.

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

TANDARTSEN PRAKTIJK VILLA WESTHOF

S.B.P. de Grood & L.W.J. Pennings

Berg en Dalseweg 172

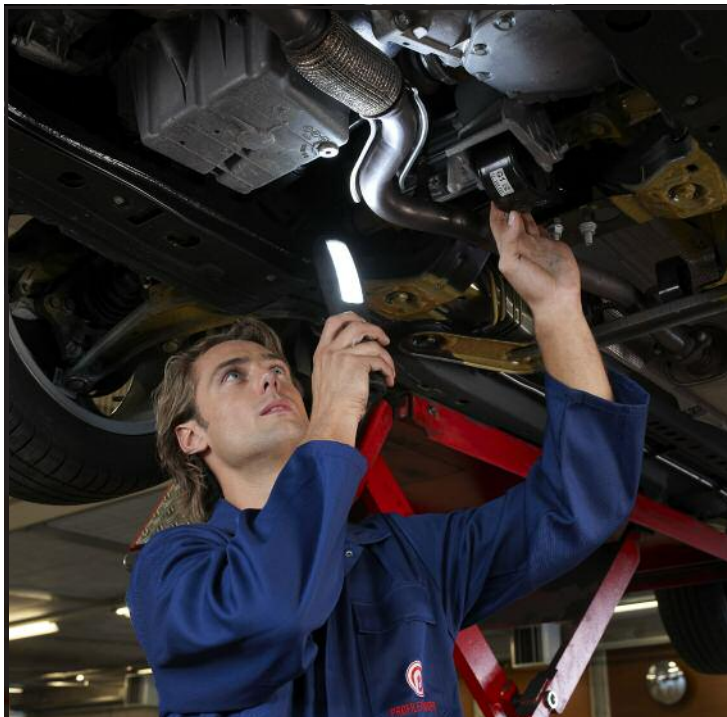
6522CC Nijmegen

024 - 323 33 66

www.tandarts-villawesthof.nl



Tandartsen Praktijk Villa Westhof



APK VOOR ALLE MERKEN

NU 19,95

*Excl. roetmeting voor diesels. Incl. Afmeldkosten en 4-gasmeting.

MAAR OOK VOOR BANDEN, AUTOREPARATIES EN AUTO-ONDERHOUD:

- Het grootste assortiment
- Altijd scherpe prijzen
- Het beste persoonlijke advies
- Altijd snelle service
- Ook voor leaserijders

+ NU GRATIS
'EXCELLENT' WASBEURT
 T.W.V. € 15,-
BIJ ELKE BESTEDING VA. € 50,-



PROFILE TYRECENTER

HEYENDAAL

Nijmegen, ydlaalseweg 96
 T 024 329 48 33

WWW.PROFITYRECENTER.NL/NIJMEGEN

WINTERBANDEN ZOMERBANDEN VELGEN APK ONDERHOUD • VOOR ALLE MERKEN AUTO'S

30 jaar makelaar in Oost

Al 30 jaar is Van Anken Makelaardij een opvallende naam in de wijk. Het felgekleurde bord prijkt in menig voortuin in de buurt. 1 oktober jongstleden vierden Juliëtte en Ben van Anken hun jubileum. De Wijkkrant sprak met Juliëtte over hun geheim, de veranderingen van het vak én Nijmegen-Oost.

Tekst & foto: Alex Holderbusch

Op hun tekoopbord staat een symbool dat misschien treffend de branche weerspiegelt. Het kan vriezen, het kan dooien. De kleine makelaar Van Anken heeft zich 30 jaar door roerige tijden geslagen en het vak zien veranderen. Maar Juliëtte wijst erop dat het logo eigenlijk de beginletters van de benaming voorstelt, tevens een dak en een goot.

Regionale huizenmarkt

Hoewel ze niet in Nijmegen-Oost zijn begonnen, hebben ze geen spijt van hun gekozen locatie op de Pontanusstraat. Integendeel, samen met hun drie medewerkers voelen ze zich verbonden met Nijmegen-Oost. De huizenmarkt is bij uitstek een regionale markt. Juliëtte is destijds in de voetsporen van haar man Ben getreden. Ze volgde de makelaarsopleiding en is nog wettelijk beëdigd. Ze betreurt de afschaffing van deze erkenning sinds 2001. Het was toch een kwa-

liteitskenmerk. Maar zoals met veel andere beroepen: het aanzien van weleer is er niet meer. Haar roots verloochent ze niet; ooit begonnen in de zorg, werkt ze nog steeds voor en met mensen. Het speciale voor haar zit in de ontmoeting. In de aandacht voor de mens.

Onvermijdelijk beginnen we over vroeger. Waarin niet alles beter was. Er waren geen brochures. Koopaktes bestonden uit twee velletjes. Juliëtte: "Juridisch is het veel ingewikkelder geworden." De faxmachine is niet meer. Symbolisch voor het veranderde contact met de klant. Vroeger kwamen mensen langs op kantoor. Nu sturen klanten berichten naar de mobiel van Juliëtte. Ze voelt zich veel dichter bij de klant staan. "Ik denk dat we veel toegankelijker zijn geworden", vertelt ze. De omgang is persoonlijker geworden. De klant mondiger. De openhuizendagen hebben aan belang ge-

Startersadvies

- "Overeet je niet". Koop niet te duur.
- Koop een courante woning.
- Weet wat een woning waard is.

wonnen, denkt Juliëtte. "Vroeger was een open huis eerder voor de huizen die een zetje nodig hadden in de verkoop." Nu kan het soms juist druk zetten op kopers, vooral als er meerdere gegadigden zijn.

Aandacht voor de klant

Tijdens het gesprek zegt Ben ook even gedag. Opvallend is de kritische blik op het eigen vakgebied van beiden. Ze zoeken onver-

"De klant is mondiger geworden"

moeibaar naar hun toegevoegde waarde. "In hoeverre geven wij de doorslag bij het besluit van een klant?" vragen ze zich hardop af. Belangrijkst voor hen: aandacht. Dat uit zich ook in kleine dingen. "Snel terugbellen vinden wij belangrijk", vergeet Juliëtte niet te vermelden, "Onze uitdaging is hoe we onze klanten bereiken. We nemen jong en oud bij de hand. Als het moet zijn we in het belang van de klant ook kritisch. De klant moet voelen, wij doen de rest", zoals ze het omschrijft.

Zelf wonen ze overigens lang in Nijmegen-Oost. Wat is zo kenmerkend aan de wijk? Juliëtte aarzelt niet: "De diversiteit aan mensen. Bewoners leven bewust. Ze denken na over hun omgeving en de rol die ze daarin innemen. De sfeer is ontspannen. En dat zo dicht bij het stadscentrum van Nijmegen."





Berg en Dalseweg bevrijd op 20 september 2014

Op 20 september 2014 leek het even of de tijd op de Berg en Dalseweg stil stond. Operatie Market Garden werd herdacht. Nu 70 jaar ge-

leden. Een impressie van een geslaagd ont-
vangst.

Fotocollage: Marc van Kempen

Wilt u deze mooie fotocollage als aandenken in uw bezit krijgen? Voor 30 euro ontvangt u een professionele afdruk (zonder lijst) voor aan

de muur. Neem hiertoe contact op met redactie@dewijkwebsite.nl of ga naar de Wijkwinkel aan de Daalseweg (t.o. de AH).

Kleine advertenties

Als ondernemende wijkbewoner kun je per nummer één gratis advertentie plaatsen. Je plaatst je advertentie (dus niet mailen!) op www.dewijkwebsite.nl. Dan komt dit automatisch in de Wijkkrant. Geen internet? Lever je advertentie dan in bij de Wijkwinkel aan de Daalseweg 259a. Wil je elke week de nieuwste advertenties in je mail? Meld je aan voor de buurtmail: www.dewijkwebsite.nl

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

Saharatrektocht Ontdek de Sahara en ga mee op trektocht tijdens de kerstvakantie. Met nomaden en kamelen, kok en wij, Erna en Aziz, wandelen we 8 dagen door de woestijn. Een veelzijdige, inspirerende en avontuurlijke tocht. www.labastravel-maroc.nl

Mindfulness trainingen Na de herfstvakantie start er weer een mindfulness training voor kinderen. Ben jij tussen 8 en 12 jaar, doe dan mee met Bodhi Kids! Start dinsdag 28 oktober, 15.30 uur. Op deze zelfde dag start ook een mindfulness training voor pubers (13 - 17 jaar). Ouder of student? Soms erg boos of verdrietig? Moeite met slapen? Lastige gedachten? Doe mee! Tijdstip: 16.30 tot 17.45. Lokatie Sarvata, Nijmegen. 06-19344754 www.praktijkbodhi.com

Cursus / les beeldhouwen in steen of hout begeleid door beeldend kunstenaar in eigen atelier. Voor zowel beginners als gevorderden. Informatie: 06-53596920 of www.beeldhouwen-nijmegen.nl

derden. Informatie: 06-53596920 of www.beeldhouwen-nijmegen.nl

Maak meer van uw interieur met een interieurworkshop. U borrelt van ideeën, leest woonbladen of u bent gewoon nieuwsgierig naar de mogelijkheden. We helpen u te kiezen. 024-3605553

Presentatietraining Leer (jezelf) presenteren: Kijk wat Nina Jilesen, te bieden heeft. 024-3244660 ninajilesen.nl/theater/presentatietraining.html

Begeleiding en coaching jongeren Heeft uw kind schoolproblemen? Is de motivatie weg? Nemen schoolprestaties af? Is huiswerk maken een crime? Is uw kind niet happy op school? Vidya kan u helpen. www.vidya.eu of bel Saskia Ceulemans: 06-48490125

Voor jongeren die een vraag over hun studiekeuze hebben en dit met een expert willen bespreken: **Speedcoaching Studiekeuze** is een 10 minuten gesprek. Kosten €10,00. Aanmelden via website www.speedcoachingstu.nl

Zaterdag 15 november van 13.00u tot 17.00u is er een **workshop Tai Chi** voor beginners en gevorderden. Je krijgt de gelegenheid om samen met andere deelnemers de 4 principes van de vorm aan te leren, te onderzoeken en in praktijk te brengen. 06-49878533

Gentle movement; zachte hatha yoga. Iedereen kan meedoen, ongeacht leeftijd of conditie. Woensdagochtend van 9.15-10.30 uur. Yogacentrum Oost, Dominica-

nenstraat 6H. Info of een keer vrijblijvend meedoen? Zie: www.yoga-aruna.nl 06-29058243

Voor het Feest van Licht dat komende decembermaand in het museumpark Oriëntalis wordt gehouden worden nog enkele **standhouders gezocht**. Geïnteresseerden kunnen zich via www.feestvanlicht.nl aanmelden.

Professionele en enthousiaste zangdocente, met veel ervaring, geeft **zangles** (klassiek) aan beginners t/m gevorderden. Voor een proefles of voor info mail naar infozangpraktijknijmegen@hotmail.com of 06-17072245.

Krachtsmens psychologische hulp: kleinschalig en laagdrempelig. Geen wachttijden, geen verwijzing huisarts nodig. Scherpe tarieven. Vergoed vanuit aanvullende verzekering! Meer info? Zie www.krachtsmens.nl 024-6420741

Gaat u scheiden en wilt u een **vechtscheiding voorkomen**, dan is mediation de beste manier om uw scheiding in gezamenlijkheid te regelen. Het intakegesprek is gratis. mr.dr. Anna Soedira, soedira-scheidingsmediation.nl 06-50 24 56 94

Zoek je een plekje voor je kindje, neem dan contact op met ons, het **leukste kinderdagverblijf**, want er is plaats. We doen veel creatieve activiteiten en het is voor kinderen een feestje bij ons te zijn. 0243243795

Proefles **diepe ontspanning Nidra**, een krachtige techniek. Effecten: betere slaap, meer energie, betere concentratie, acceptatie, meer in balans... lees meer op www.nidrayoga.eu

Ayurvedische massage voor diepe ontspanning, reiniging en vitaliteit. 024-3241737 www.ayurvedische-massage.eu.

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

Bij Fluitstudio Oost kunt u terecht voor **dwaarsfluitlessen** aan zowel kinderen als volwassenen. Alle genre's komen aan bod, van pop en folk tot klassiek en jazz. Bel 024-3600637 en kijk op www.fluitstudio-oost.nl

Beroepskeuze Kom je moe thuis na een dag werken? Wil je een switch maken in je loopbaan? Wil je de balans opmaken hoe je nu verder wilt met je leven? Maak een afspraak met Gertie Boleij. Meer informatie en aanmelden op www.gbberoepskeuzeadvies.nl Telefoon: 0623839822

Privéles/bijles Engels. Alle niveaus. Maatwerk! Inlichtingen: 0658853331 of willyschaap@kpnplanet.nl.

Kira Serova **Psycholoog/Life Coach** met zandspelmethode voor volwassenen en kinderen. Informatie: www.kira-lifecoaching.nl 06-27277893

Leren leren voor middelbare scholieren: vind je leren voor school nog niet zo gemakkelijk? Volg de training 'Ik leer leren' bij kindercoachpraktijk Op Weg! www.kindercoach-opweg.nl 06-37405790

Home Sweet Home Festival Huiskamerconcerten in Altrade

De *SingerSongwritersAcademy* en *Red Shoe Sessions* hebben de handen ineen geslagen en presenteren op zondagmiddag 26 oktober een selectie van de beste Nijmeegse singer-songwriters.

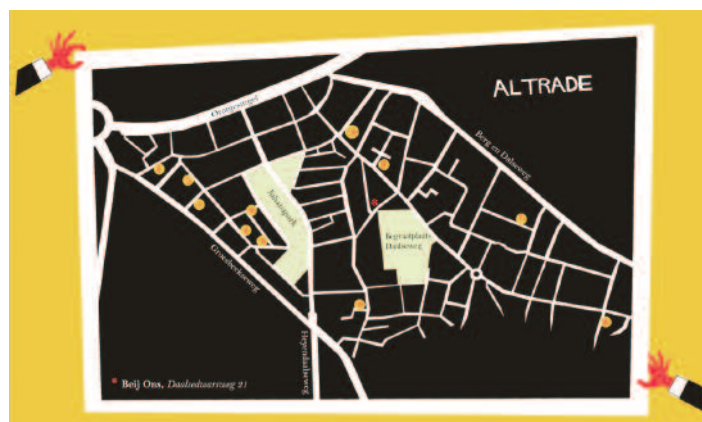
Op 10 adressen in de wijk Altrade word je van 13.30 tot 17.00 uur welkom geheten door de bewoners die hun huiskamer openstellen en een podium bieden aan tien Nijmeegse singer-songwriters met zeer diverse acts. Ieder jaar vindt Home Sweet Home plaats in een andere Nijmeegse wijk.

Om 12.30 uur begint de muziek al in wijkcentrum Daalsehof met een optreden van Ryan O'Reilly. Bekijk het programma en bestel je passe-partouts via: www.redshoesessions.nl/hsh/tickets.html

Hoe werkt het? Voor 7,50 euro koop je een passe-partout. Hiermee kies je de hele middag zelf welke optredens je wil zien op de verschillende adressen. Bovendien kan je de opening in wijkcentrum Daalsehof bijwonen en krijg je korting op een hapje/drankje bij proeflokaal Beij Ons!

De 10 Deze singer-songwriters zullen op 'hun' adres deze middag drie keer een half uur optreden: Lea (Vermeerstr. 13), Merijn van Ha-

ren (Fort Kijk in de Potstr. 40), In Orbit (Joh. Vijghstr. 69), Aesun (Athlonestr. 20), Einfach Kurt (Wilhelminasingel 36), Niek Pronk (D. van Poldersveldweg 41), Iris Verhagen (Jacob Canisstr. 97), These People (Guyotstr. 7), Hans Hamers (Groesbeeksedwarsweg 274) en Oscar Rasco (Sloetstr. 3).



RIBW trekt in bij OBG!

Door RIBW Nijmegen & Rivierenland is hard gewerkt om hun nieuwe dagbestedinglocatie in het OBG-Dienstencentrum gereed te maken voor gebruik. Gevestigd aan de Prof. Cornelissenstraat 8, begeleidt RIBW volwassenen die vanwege een psychiatrische aandoening voor langere tijd ondersteuning nodig hebben bij wonen, dagbesteding en werk. RIBW wil haar cliënten in staat stellen een zo gewoon mogelijk bestaan als burger in de samenleving te leiden. In de begeleiding gaan zij uit van de kracht en de zelfredzaamheid van de cliënt. Voor OBG betekent de komst van RIBW een welkome aanvulling op de verschillende soorten dienstverlening die al vanuit het OBG-Dienstencentrum worden geboden.

Zorg thuis: OBG

Uiteraard biedt OBG zorg thuis. In overleg met onze dienstverleningsbemiddelaars, Erica, Jacqueline en Annet, bekijken wij wat er mogelijk is om je de gewenste zorg te leveren. Of het nu gaat om iets eenvoudigs of meer complexe zorg, OBG biedt het. Ben je nog niet toe aan thuiszorg, maar vind je het wel fijn om alarmering van OBG achter de hand te hebben, dan kan dat ook. OBG-Thuiservice biedt de mogelijkheid van telefonische bemiddeling. Handig als je er zelf niet helemaal uitkomt om bijvoorbeeld een schilder, klusjesman of pedicure te regelen. Een abonnement sluit je makkelijk af via onze website www.obg.nu. Eerst meer informatie? Neem contact op via 024-3279279.

Fysiotherapie voor iedereen

Verder huist in het OBG-Dienstencentrum Fysiotherapiepraktijk Pelgrim en Van Nugteren. Deze praktijk is er voor alle leeftijden, van jonge topsporters tot ernstig invalide patiënten. Naast vier behandelruimtes beschikt deze praktijk over een fitnessruimte voor revalidatie en voor het geven van 'ouderfitness' onder begeleiding. Het team bestaat uit specialisten op het gebied van onder meer claudicatio intermittens (etalage-

benen), Parkinson, CVA (hersenbloeding/infarct), geriatrie (fysiotherapie voor ouderen), handrevalidatie en oedeemfysiotherapie. Bijzondere expertise is er op gebied van orthopedie. Veelzeggend is dat Irma en Koos orthopedische vakboeken schrijven voor collega fysiotherapeuten in Nederland en België. Meer info via 024-3606260 of op www.pelgrimenvannugteren.nl.

Laat je portretteren door de UNIT Academie

Schilders van de Stichting UNIT Academie exposeren hun werk in het OBG-Dienstencentrum tot eind 2014. Eén van hen is winnaar van het UWV kunstcongres 2014 in het Cobramuseum en is daardoor doorgedrongen tot de Dutch Art Fair in Amsterdam. Ook jij kunt je nu geheel kosteloos laten portretteren door deze schilders! Iedere donderdag van 16:00 tot 18:00 uur zijn ze te vinden in het OBG-Dienstencentrum, waar zij graag in contact komen met buurtbewoners. Wij nodigen je dan ook van harte uit eens binnen te lopen.

Digitale Nieuwsbrief OBG ontvangen? Wil je regelmatig op de hoogte blijven over nieuws en activiteiten van OBG, stuur dan een E-mail naar info@obg.nu en ontvang onze Digitale Nieuwsbrief. Voor meer informatie over OBG of onze diensten en service, neem je contact op met het Wijk-informatiepunt, 024-3279279 of info@obg.nu. Volgen via Facebook en Twitter kan ook: @OBGnijmegen

OBG, bij elkaar komen!

Activiteiten

COIL gespreksgroep

Op 28 oktober aanstaande kun je meepraten met de COIL gespreksgroep. Vanaf 15:00 uur ben je welkom met je levensvragen. Toegang gratis.

Dansavonden bij OBG

Om de dinsdagavond heerlijk dansen bij OBG. Tom Meuwese (28 okt.), Jan Kersten (11 nov.) en Lejo Entertainment (25 nov.) verzorgen de muziek vanaf 19:30 uur. Entree gratis.

Meer activiteiten op www.obg.nu

2e kopje koffie gratis!

Tegen inlevering van deze bon ontvang je tot 1 december 2014 het tweede kopje koffie/thee gratis in ons Grand Café. Iedere dag geopend vanaf 9:30 uur.



Kunstenaars van de UNIT-Academie exposeren tot eind 2014 bij OBG.



WIM COENEN

Koken met Coenen

Koken met Coenen staat al jarenlang bekend om haar gezellige, informele en leerzame kookworkshops.

Bij onze kookworkshops draait het in eerste instantie om het verzorgen van een gezellige, leerzame en lekkere avond. Onze gasten genieten van een heerlijke maaltijd die men zelf heeft bereid onder leiding van een enthousiast team. Er valt wat te leren en er valt veel te genieten. Wat is er nou mooier dan met een drankje in de hand samen met collega's, relaties, vrienden of mensen die gewoon een gezellige avond willen hebben je eigen culinaire feestje te verzorgen. U kunt zich individueel opgeven, maar de kookworkshops zijn ook erg leuk als afdelingsuitje, voor een vrijgezellenavond, zomaar met een groep vrienden of als familieëunie.

Locatie: Pro-College, Celebesstraat 12 Nijmegen.

Woensdagavond en vrijdagavond, inloop vanaf

18.45 uur, start om 19.00 uur tot ca. 22.00 uur.

Informatie en reserveren op: www.kokenmetcoenen.nl

Koken met Coenen

Kookworkshops, recepteninformatie, kookadviezen, begeleiden van (top)sporters, organiseren van barbecues, buffetten, buurtfeesten en bedrijfsfeesten of gewoon voor uw feestje thuis.

Romik Fietsreparatie

Liefde voor het vak!

Romik de fietsspecialist doet alle reparaties en servicebeurten. Met de grootste zorg en vakmanschap, voor een betaalbare prijs.

Mijn specialiteit is een grote opknappbeurt voor de fiets.

Je oude fiets rijdt hierna weer als nieuw! Kom langs voor een prijsopgave.

Openingstijden: dinsdag t/m zaterdag 09.00 – 17.00 uur

Romik Fietsreparatie, Pontanusstraat 20, 6524 HG Nijmegen, 06 - 22 72 15 28 Je vindt Romik Fietsreparatie ook op Facebook.



Met ons uitgebreide assortiment en dito kennis van onze dranken maken wij graag uw middag of avond compleet.

Café Jos
MEESTERSCHENKERIJ

KWALITEIT EN BUURTGEZELLIGHEID

Daalseweg 309 Nijmegen (024) 323 20 01

Cadeautip: de 'Café Jos Bon', te bestellen via www.cafejos.nl

Maandag 15.00-00.00 uur

Dinsdag en woensdag

15.00-01.00 uur

Donderdag

15.00-02.00 uur

Vrijdag en zaterdag

14.00 tot 02.00 uur

Zondag 14.00 tot 00.00 uur



Jan-Erik
Rozendaal

Sander
de Haan

Lars
Oude Nijhuis

Boris
Drogt

Stanneke
Scheepens

Marie-Louise
van Esch

Thomas
Dunkerbeck

Saskia
Degen



Willeke
Stuij

Laura
Stoop



Rianne
van der Ploeg

Elsemieke
Kin

**De specialisten
van FysioPlus
staan voor u klaar!**

Fysiotherapie
Manuele therapie
Sportfysiotherapie
Bekkenfysiotherapie
Geriatricfysiotherapie
Lymfe-oedeemtherapie
Neurologie: Parkinson/CVA
Orthopedie
Oncologie
Longrevalidatie



Rozendaal/Nijmegen-Oost

WINNAAR 'TOEGANKELIJKHEIDSPRIJS'
VAN DE GEMEENTE NIJMEGEN

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

024 - 323 04 24

Woon je met plezier in Nijmegen-Oost?

Doe dan ook mee op dewijkwebsite.nl
en schrijf je gratis in.

Winkelcentrum Molukkenstraat

"Kwaliteit, service en winkelgemak in de buurt"



en natuurlijk
een uur
vrij parkeren

Foodservice Royale



Geniet dagelijks van vers handgesneden goudgele friet. Natuurlijk bent u ook welkom voor een belegd broodje of koffie met gebak.

Foodservice Royale Tel.: 024 300 0611

Kijk eens op:
www.lederhoek.nl

Protector Anti-rain
water en vuil afstotend
nu voor **€ 5,-**



 **ons
winkeltje**

Molukkenstraat 5 - 6524 NA Nijmegen - Tel. 06 418 601 84

*Pompoenen:
dagelijks verse aanvoer
van onze biologische teler
uit Stevensbeek !*



coop
Walraven Molukkenstraat

maandag t/m zaterdag
8.00- tot 20.00 uur
zondag 12.00- tot 20.00 uur

Gemengde heide-
planten € 1.50 p.st.
3 voor € 4.00

Bloemenveld



Molukkenstraat 11
024 324 324 8

Brain Wash®
Jouw kapper

€ 16,50
wassen,
knippen & stylen

BrainWash Nijmegen
Molukkenstraat 23

Ma - vr 09.00 - 20.00u
Za 09.00 - 18.00u

zonder afspraak · vaste lage prijzen · www.brainwash-kappers.nl

eyelove®
KWALITEITSBRILLEN

**Complete bril op iedere
sterkte inclusief gratis
oogmeting!**



Eyelove® bril op sterkte
(voor veraf of dichtbij)

- + Incl. montuur naar keuze
- + Incl. beide glazen op iedere sterkte (ook met iedere cilinder mogelijk)
- + Incl. niet goed = geld terug garantie
- + Gratis ontspiegeling
- + Gratis kraswerende laag
- + Gratis dunner geslepen
- + Gratis luxe brillenkoker
- + Gratis oogmeting

Met deze coupon:
€ 39,-

Deze kortingsactie loopt t/m 30 november 2013
en uitsluitend bij inlevering van deze coupon.
KORTINGSCODE: 82471

Complete multifocale bril voor € 99,-

DA van Marwijk · Molukkenstraat 15 · Nijmegen · tel. 024-324 5819

M mitra van Haastregt / Lamers

Een (hernieuwde) kennismaking voor wie ons al kent of nog niet. Wij zijn Mitra van Haastregt/Lamers, sinds enkele maanden zijn wij geen Mitra filiaal meer maar zelfstandige ondernemers onder de naam Mitra. Nu denkt u natuurlijk, wat maakt dat uit? Welnu, we kunnen ons nu echt specialisten noemen, omdat we ons assortiment nog beter op uw wensen kunnen afstemmen.

Zo hebben we inmiddels meer dan 250 soorten

speciaal bier en nu in het najaar zijn er de verschillende bokbieren, ook in de aanbieding. Najaarsbieren hebben in Nederland een lange traditie, maar het moderne bokbier is pas vanaf de jaren tachtig en negentig meer geliefd geworden. In 1982 kwam het eerste bovengistende bokbier op de markt, gebrouwen door de Arcense Bierbrouwerij. In 1983 was Amstel Bokbier het eerste bokbier dat op vat verkrijgbaar was. Tegenwoordig zijn er meer dan 50 bokbieren op de markt. Dus keuze genoeg.



Natuurlijk hebben we ook fantastische wijnen en aan de Molenweg hebben we een grote wijnkelder waar we proeverijen gaan organiseren.



Graag presenteren we u en zeker niet in de laatste plaats onze trots de zelf geïmporteerde "Bubbels" uit de Saumur, een smakelijk alternatief voor de duurdere champagnes. In Saumur liggen de wijngaarden op een ondergrond van krijt. Saumur biedt voornamelijk droge witte wijnen, waarvan een groot deel mousserend wordt gemaakt. Prettige, vriendelijke wijnen, die veel drinkplezier bieden. Nieuwsgierig geworden? Deze Le Moulin à l'Horizon (aan de Molen-



weg) is verkrijgbaar in 4 varianten voor de prijs van € 12,99 per fles.

Leuke cadeaus, de mooiste whisk(e)y's en voor de verschillende Nederlandse en buitenlandse dranken geven we u graag een passend advies. Kom eens kijken u bent van harte welkom.



Jos is aan de Molukkenstraat 21
024-324 92 37



en Yvon aan de Molenweg 104.
024-377 11 00



En natuurlijk een uur vrij parkeren

Winkelcentrum Molukkenstraat

"Kwaliteit, service en winkelgemak in de buurt"

Activiteiten in Oost

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

22 oktober

Workshop: meubels restylen. U kunt zelf uw klein meubelstuk meebrengen. U leert werken met krijtverf (chalkpaint), sjablonen, decoupage en meer; 4 personen per workshop. Begint om 09:00. E-mail: contact@pepnijmegen.nl

23 oktober

Geschilderd worden in het OBG. Elke donderdagmiddag van 16 uur tot 18 uur komen jonge kunstenaars van de stichting UNIT Academie tekenen en/of schilderen in de gang van het OBG. Zij hopen daarmee in contact te komen met bewoners van het OBG en met mensen uit de buurt. Een ieder die het leuk vindt, mag model zitten om nageschilderd te worden.

25 oktober

Wintertijd Challenge voor Spieren voor Spieren
In de nacht van 25 op 26 oktober vindt de 4e editie van de Wintertijd Challenge plaats. Tijdens het teruggaan van de klok van zomertijd naar wintertijd wordt er op meer dan 100 locaties in Nederland gesport om geld in te zamelen voor Spieren voor Spieren. N.V. Sportfondsen Nijmegen doet mee! sportfondsennijmegen.nl

Workshops Peuterdans (ook op 8 en 22 november). 9.30u. tot 10.15u. Kinderdagverblijf 'Poepsas' Dommer van Poldersveldtweg 71- A. Kosten: €5 per les voor ouder en kind. €2,50 voor ieder tweede kind. kinderdagverblijfpoeaspas.nl

Workshop Intuïtief werken met klankschalen. Leer eenvoudige technieken om de klankschalen te bespelen, voor jezelf en anderen. www.praktijkmeander.nl. Begint om 10:00u.

Expositie verstilde schilderijen en grafiek van Loet de Wolf in Studio 104, t.o. het Hollands-Duits gemeentehuis in Nijmegen, exposeert op zaterdag 25 + 26 oktober. Vanaf 11:00. www.studio104.nl

Expositie Frans Drummen & Yvonne Halfens, laatste dag. Kapel Onder de Bogen op Park Dekkerswald in Groesbeek.

26 oktober

Home Sweet Home festival in Altrade. Tien Nijmeegse singer-songwriters zullen van 13:30 tot 17:00 uur in 10 woonkamers hun mooiste liedjes spelen. Om 12:30 uur begint de muziek al in Wijkcentrum Daalsehof. Bekijk het



programma en bestel je passe-partouts via www.redshoesessions.nl/hsh/

27 oktober

Kennismakingsworkshop 'Talentenspel', 20.00u. 06-22858512 www.lucyvannorel.nl

Eerste meetrainingavond bij theater-sportgroep Binnenste Buiten. 20u. Wil jij ook meedoen en misschien lid worden van de leukste Nijmeegse theatersportgroep? tsvbinnenstebuiten@yahoo.com!

28 oktober

Tijd genoeg? Training Timemanagement. Je hebt een eigen bedrijf en vindt het best lastig om je tijd goed in te delen. Datum: 28 oktober & 18 november (terugkomdag). Tijd: 09:30 – 17.00 uur. Trainer: Rob Marreeve. Kosten: de training kost €209,- per persoon. (ex btw). www.coencultuur.nl/agenda/tijd-genoeg/

Eerste les Uit-Je-Dans, dansbeleving, fijne opdrachten op mooie muziek. 8 lessen 44 euro. 10u. Plaats: wijkcentrum Burghardt. Info: 06-14317579. Inschrijven: www.deopstap-nijmegen.nl

Vanaf vandaag cursus T'ai Chi Chuan op maat, speciaal voor mensen met kanker of die kanker hebben gehad. Begint om 14:00. t.messelink@chello.nl

Zangstudio Anja Kwakkestein, cursusprogramma winter 2014. Estill Voice Training System. Wil je krachtiger spreken? Hoger/lager/harder/zachter zingen en je ademtechniek beheersen. Begint 19:45u. www.anjakwakkestein.nl/

Atelier De Clou - Elke maandagochtend om 08.45 uur en woensdagavond om 19.00 uur meditatie met Evert vd Ven, Atelier de Clou, vrije inloop, Prins Hendrikstraat 7, www.declou.com.

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

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

29 oktober

Gratis rollatorkeuring. Werken de remmen van uw rollator goed? Is hij goed afgesteld? Voorkom vallen en laat uw rollator keuren. Amrath Hotel Belvoir, Graadt van Roggenstraat 101. Begint om 14:30u. www.voorzorgthuis.nl

Workshop PMT. Ixta Noa-avond: PMT. nijmegen@ixtanoa.nl of bel 024-3822290. Begint om 19:00u. www.ixtanoa.nl

30 oktober

Judolessen in de Ark van Oost, Cijpruistraat 154. Kom langs in de dojo en doe gelijk mee als je wil. Trainingstijden op donderdag 16:30 - 17:30 uur | Groep 1, vanaf 4 jaar. 17:30 - 18:30 uur | Groep 2, vanaf 7 jaar. 18:45 - 20:15 uur | Groep Senioren, vanaf 16 jaar. Begint om 16:30. judoryuichidai.com/

Matrix-oefenavond. Heb je de Matrix-workshop gedaan, kom dan naar de (of één van de) Matrix-oefenavonden om je kennis te verdiepen en samen met anderen te oefenen. Begint om 19:30. contact@pepnijmegen.nl

Zingeving en keuzes maken. In de moderne samenleving valt steeds meer te kiezen. Bij levensvragen op het gebied van werk en gezin wordt het steeds moeilijker. 20:00u. Antonius van Paduagemeente: avpnijmegen.nl

31 oktober

Kookworkshop waarin wij met verschillende noten en zaden heerlijke gerechten gaan klaarmaken en opeten. Voor meer info: www.kokenmetdominique.nl of bel 06-13079008. 18:00u.

1 november

Hoogsensitief: een prachtig talent! Het accent ligt deze 2-daagse workshop (1+8 november) op het onderzoeken en leren omgaan met je sensitieve aanleg. 06-22858512. Begint om 09:30u. www.lucyvannorel.nl/

Expositie Han de Vries: Vorm en kleur in landschappen en abstracties. Studio 104 exposeert nieuw werk. www.studio104.nl

Mis Allerheiligen. Feestelijke mis met een kijkje in de hemel: er zijn zoveel mensen die het eeuwige geluk bij God bereikt hebben! Voor de kinderen is er kinderwoorddienst. Begint om 19:00u. www.mariageboorte.nl

2 november

Mis Allerzielen. Gezongen mis om speciaal te bidden voor alle overledenen. Voor de parochianen die in het afgelopen jaar gestorven zijn, wordt een kaarsje ontstoken. Begint om 10:30u. www.mariageboorte.nl

Klankritueel herdenking overledenen. Dit ritueel geeft opnieuw vorm aan de traditie van Allerzielen, maar is niet gebonden aan een religie. Begint om 16:00u. avpnijmegen.nl

5 november

Informatie PGB voor Senioren. Vanaf januari 2015 blijft de mogelijkheid bestaan om te kiezen voor Zorg in Natura (ZIN, door de gemeente gecontracteerde zorg) of voor een Persoonsgebonden budget PGB. Info in Amrath Belvoir Nijmegen Graadt van Roggenstraat 101. U kunt ook bellen voor een afspraak Maryl Cremers 06 46 16 56 76 en Marlies van Kerkhof 06 54 75 76 45. www.voorzorgthuis.nl. 14:30u.

Kookworkshop Italiaanse vegetarische keuken waarin we diverse chutney's zonder suiker maken. www.kokenmetdominique.nl

Kunst, cultuur en euro's. Cultuur en commercie bijten niet. En laat dat nu het thema zijn van deze workshop! 20.00u. www.coencultuur.nl/agenda/kunst-cultuur-en-financien/

6 november

Lezing Albertinumgenootschap In de cyclus 'Op eigen kracht' houdt Prof. dr. Jan Bransen, hoogleraar filosofie van de gedragswetenschappen, RU Nijmegen, de eerste lezing met de titel Samen op eigen kracht. Begint om 20:00. ca.geraedts@hetnet.nl

Vervolg op pag. 33



Rechtswinkel
Nijmegen-Oost

Ontbinding van de huwelijksgemeenschap

Stel u bent getrouwd, maar uw relatie staat er niet goed voor. Steeds vaker denkt u dat scheiden uiteindelijk toch de beste oplossing zal zijn. Maar scheiden doe je niet zomaar; er komt veel bij kijken en de gevolgen zijn niet alleen emotioneel zwaar, maar ook financieel vaak ingrijpend. De verdeling van een huwelijksgemeenschap is in de praktijk dan ook een van de grootste problemen bij een echtscheiding. Wat valt in de huwelijksgemeenschap en hoe wordt deze verdeeld bij echtscheiding?

Ingezonden door Eugene Schenk

Allereerst is het van belang om te beoordelen hoe het huwelijk is geregeld. Zo kan men getrouwd zijn onder huwelijkse voorwaarden die opgemaakt zijn door een notaris. De huwelijkse voorwaarden bepalen wat al dan niet in de eventueel aanwezige huwelijksgemeenschap valt. Dat kan van geval tot geval anders zijn, mede afhankelijk van wat men heeft vastgelegd. Hier zijn dan ook geen algemene uitspraken over te doen. Indien men geen huwelijkse voorwaarden heeft laten opmaken – en dat is bij driekwart van de huwelijken het geval – ontstaat op het moment van het sluiten van het huwelijk automatisch een wettelijke huwelijksgemeenschap.

Deze wettelijke gemeenschap van goederen houdt in dat in beginsel alle goederen en schulden van de echtgenoten in de huwelijksgemeenschap vallen: wat eerst van u alleen was, is vanaf dat moment van u samen.

U bent dus niet, zoals vaak wordt gezegd, beiden voor de helft eigenaar. De vermogens van de partners smelten juridisch gezien samen tot een nieuw vermogen: de huwelijksgemeenschap. Dat geldt voor alle eigendommen, maar ook voor schulden; zelfs als deze zijn verzwegen door een van de partners.

gemeenschap wordt ontbonden op het moment dat het verzoek tot echtscheiding wordt ingediend bij de rechtbank en is vanaf dat moment klaar voor de verdeling. Dit maakt verdeling van de huwelijksgemeenschap dus al mogelijk voordat de rechter de scheiding uitspreekt. In beginsel is ieder tot

“Deze wettelijke gemeenschap van goederen houdt in dat in beginsel alle goederen en schulden van de echtgenoten in de huwelijksgemeenschap vallen”

Uitzonderingen

Op de hoofdregel dat de huwelijksgemeenschap alomvattend is, bestaan wel enkele uitzonderingen. Zo staat in de wet bijvoorbeeld dat bepaalde goederen die men erft of geschonken krijgt niet in de huwelijksgemeenschap vallen. Aan deze zaken moet dan een uitsluitingsclausule gekoppeld zijn. Die clausule zorgt ervoor dat hetgeen geërfd of geschonken wordt niet in de huwelijksgemeenschap kan vallen en daardoor privévermogen blijft. Ook bepaalt de wet dat bepaalde goederen of schulden dermate persoonlijk zijn dat deze persoonlijke band – in de wet verknochtheid genoemd – voorkomt dat deze goederen of schulden in de huwelijksgemeenschap vallen. Er is echter niet snel sprake van verknochtheid. Verknochte goederen of schulden blijven ook privé(vermogen). Een voorbeeld van een verknochte schuld is de strafrechtelijke geldboete die een man opgelegd heeft gekregen voor een misdrijf dat hij jegens zijn vrouw heeft gepleegd.

de helft van de ontbonden huwelijksgemeenschap gerechtigd; voor schulden uit de huwelijksgemeenschap blijft men beiden aansprakelijk. Over de verdeling van goederen uit de huwelijksgemeenschap kunnen onderling afspraken gemaakt worden. Indien men er samen niet uitkomt, verdeelt de rechter de ontbonden huwelijksgemeenschap.

Heeft u vragen over het huwelijksvermogensrecht en/of echtscheiding of een andere juridische vraag? Komt u dan gerust naar ons spreekuur, zodat wij uw specifieke situatie kunnen beoordelen en u van advies kunnen voorzien.

Gratis advies

Heeft u ook een juridisch probleem? De medewerkers van Rechtswinkel Nijmegen-Oost staan voor u klaar! Wij geven gratis juridisch advies en zoeken uw zaak tot op de bodem uit. Daarnaast kunnen wij u helpen bij het opstellen van brieven of contact opnemen met de instantie waarmee u moeilijkheden ervaart. U bent van harte welkom op een van onze spreekuren. Een afspraak is niet nodig en iedereen die op tijd in de wachtkamer plaatsneemt, wordt geholpen. Aarzel niet, maar leg uw vragen voor aan onze juridische adviseurs! Meer informatie kunt u vinden op: www.rechtswinkelnijmegen.nl.

Voordat de rechter uitspreekt

Zodra vast staat wat in de huwelijksgemeenschap valt, kan de ontbinding ervan bekeken worden. De huwelijks-

Spreekuren:

Maandagavond	19.00-20.00 uur
Woensdagavond	19.00-20.00 uur
Zaterdagochtend	10.30-12.00 uur

Bezoekadres: Daalseweg 259a Nijmegen.

Twee redenen om in de Wijkkrant te adverteren!

1

De Wijkkrant is het meest gelezen maandblad in Nijmegen-Oost. Maandelijks bereiken we zo'n 30.000 wijkbewoners.

En meer dan 6.000 wijkbewoners bezoeken elke maand de wijkwebsite:

2

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



www.dewijkwebsite.nl.



Bloemisterij Het Molentje

Op de Berg en Dalseweg 340 heeft Bloemisterij Het Molentje onlangs een verbouwing gerealiseerd. Eigenaren Lindsey Zuidgeest en echt-

genoot Richard zijn trots op de nieuwe uitstraling van het bedrijf. Zij hebben gekozen voor een lichte uitstraling met witte muren en veel glas in de nieuwe uitbouw. De bloemenzee komt hier tot z'n recht en dat willen ze u graag op de foto laten zien. *Tekst/foto: Marc van Kempen*

GARAGE HENGSTDAL

BERG ENDALSEWEG 432
NIJMEGEN 024-373 37 95



GARAGE HENGSTDAL IS AL VANAF 2002

ACTIEF IN NIJMEGEN-OOST MET REPARATIE EN ONDERHOUD AAN ALLE MERKEN AUTO'S.

SINDS MEI 2014 IS HET BEDRIJF GEHEEL GERENOVEERD EN AANGEPAST AAN DE NIEUWSTE APK-EISEN VAN DEZE TIJD

U KUNT BIJ ONS TERECHT VOOR ALLE VOORKOMENDE WERKZAAMHEDEN, ZOALS APK-KEURING ZONDER AFSpraak, AIRCOSERVICE, BANDEN, UITLATEN EN COMPLEET ONDERHOUD. OOK KUNT U BIJ ONS AANHANGERS HUREN.

ONS TEAM STAAT GARANT VOOR KWALITEIT. SAMEN MET TING TANKSTATION, BLIJFT U BETAALBAAR MOBIEL.

Passie voor keramiek

Het buurtfeest in Groenewoud van afgelopen augustus stond in het teken van kunst. In een overdekte ruimte konden buurtbewoners hun zelfgemaakte kunst exposeren. En het was daar dat ik kennis maakte met keramiek van Jos van Lith uit de Wijntgensstraat. Ik was zo onder de indruk van wat hij zoal maakt dat ik dacht: hier wil ik wel een artikel aan wijden voor de Wijkkrant. Toen ik hem vroeg voor een interview, reageerde hij aanvankelijk wat aarzelend: "Ik hoef niet zo in de schijnwerpers te staan." Uiteindelijk stemde hij toch toe, als ik hem maar geen 'kunstenaar' noemde.

Door Marjon Spoorenberg
Foto: Thea Steeghs

Geboren en getogen in Nijmegen

Jos is geboren in de Krayenhofflaan, als jongste kind uit een gezin van tien kinderen. Zijn vader had een graanhandel op de Weurtseweg, 'Van Lith & Zonen'. De zaak is later door een paar oudere broers van Jos overgenomen en eind jaren zeventig van de vorige eeuw opgeheven. Het pand aan de Weurtseweg is afgebroken. Hiervoor zijn woningen en flats in de plaats gekomen (de panden aan de huidige Nina Simonestraat). Jos laat mij een groot, door hemzelf gemaakt tegeltableau zien, en een soort maquette van klei waarop de oude situatie aan de Weurtseweg is afbeeldt zoals die vanuit zijn geboortehuis aan de Krayenhofflaan te zien was: met het bedrijfspand van zijn familie en de kenmerkende graansilo, maar ook met de

beroep en heeft jarenlang bij het installatiebedrijf van Kropman gewerkt. In 2004 ging hij met vroegpensioen. Hij was dus altijd al wel met bouwkundige tekeningen en het ontwerpen van installaties bezig. Het technische en 'rationele' aspect van zijn beroep is in zijn keramisch werk duidelijk terug te vinden. In 1995 kwam hij voor het eerst met keramiek in aanraking door het volgen van een cursus pottenbakken in het atelier van Toon Thijs aan de Krayenhofflaan. Daar maakte hij kennis met de verschillende mogelijkheden en technieken van het werken met klei: draaien, boetsen, opbouwen uit platen. Die laatste techniek ligt hem het beste. In 2009 verhuisde Toon Thijs naar Frankrijk en vanaf die tijd werkt Jos twee dagen in de week in het Hobbycentrum Nijmegen (HcN) aan de St. Hubertusstraat, waar vroeger de Gamma stond. Voor hem is het daar ideaal: het is vijf dagen in de week open, er is veel ruimte en er zijn allerlei faciliteiten aanwezig. Je kunt er je eigen gang gaan maar ook van gedachten wisselen en ervaringen delen met anderen.

"Bij de woorden 'kunst' en 'kunstenaar' voel ik mij ongemakkelijk"

Op een dinsdagavond in september bel ik bij hem aan. Bij binnenkomst vallen mij meteen de mooie keramische objecten op die in de kasten en op de vensterbank staan en valt mijn oog op een paar aparte schilderijen die, naar ik later hoor, door een zus van Jos geschilderd zijn.

oude hijskraan op de havenpier. Zelfs het kerkje van Lent is erop te zien! Het woonhuis van de familie van Lith aan de Krayenhofflaan staat er nog steeds, maar werd uiteindelijk te groot en te bewerkelijk in onderhoud en in 2006 zijn Jos en zijn partner Thea verhuisd naar Groenewoud. Ze houden

Werkwijze en inspiratie

Het werk van Jos bestaat uit vazen, schalen, 'schilderijen' van klei en abstractere objecten, vaak gebaseerd op architectonische vormen. Hij houdt van strakke lijnen en probeert door te spelen met lijnen, licht- en schaduwwerking, tot spannende objecten te komen. Zijn ideeën haalt hij overal vandaan: foto's, gebouwen, of schilderijen die hij ziet, musea die hij bezoekt, alles kan een inspiratie of uitdaging worden.

"Als ik een idee heb, ga ik dat eerst verder uitdenken en dan uittekenen op ruitjespapier. Die tekeningen zijn mijn mallen. Op het Hobbycentrum rol ik kleiplaten en die snijd ik op maat met behulp van die mallen. Daarna vorm ik de kleiplaten of bouw ik ze samen tot het object dat ik in gedachten had."

Er gaan vaak weken of zelfs wel een paar maanden overheen voor een object af is. Toch heeft Jos intussen ongeveer 150 voorwerpen gemaakt, voor zichzelf of als cadeau voor familie en vrienden. Verkopen doet hij normaal gesproken niet. Vorig jaar heeft hij wel meegedaan aan een familie-expositie in Zetten. "Twee van mijn zussen exposeerden daar schilderijen en een zwager stelde zijn beeldhouwwerk tentoon. Daar heb ik toen wel een aantal werken verkocht. Ik doe ook bijna ieder jaar mee aan de tentoonstelling voor amateurkunstenaars in de Schouwburg. In 2007 heb ik daar de derde prijs gewonnen met een object gebaseerd op een flatgebouw. Dat was leuk. Maar bij de woorden 'kunst' en 'kunstenaar' voel ik mij ongemakkelijk. Keramiek is voor mij een passie maar uiteindelijk ook pure liefhebberij, en zo wil ik het graag houden."

van het groen en de rust in de wijk, maar missen soms nog wel de drukte en gezelligheid van de stad. "Vroeger liepen we vaker op de bonnefooi door het centrum, waar van alles gebeurde, en nu moeten we daar toch écht de fiets voor pakken. De kaas van De Wit, het vlees van Sjek Floor, de zaterdagmarkt, de bibliotheek, vooral Thea vindt het jammer dat ze dat allemaal niet meer op loopafstand heeft."

Keramische kunst

Jos was vroeger cv-technicus van



Waarom de wijk uit voor een nieuwe BRIL?

kom naar:



Dé opticien in uw buurt

*De vergoeding van uw verzekering
kan veranderd zijn in 2014.*

*Wij kunnen nakijken of U dit jaar
nog recht heeft op vergoeding.*

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

RIJBEWIJSKEURING B, BE voor €25,-

Zie: **www.medischekeuring.info**

Ook voor andere medische keuringen



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

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

T 06-22210675 www.praktijktinekenauta.nl

*Praktijk
Tineke Nauta*

Haptotherapie

CranioSacraal Therapie

Vrouw en kracht

Astrilde
SALON ESTHETIQUE

Astrid Ratering Arntz
Schoonheidsspecialiste

Alleen op afspraak
(06) 44 52 83 26
astrid@rateringarntz.nl
www.astrilde-schoonheidssalon.nl

✂
haar-style
hem & haarverzorging

Nicole Ruijs

Bij voorkeur op afspraak
(06) 53 83 75 85
di 18.30-21.00, do 9.00-17.30,
vr 9.00-13.00, za 8.30-14.00
nicole-ruijs@kpnmail.nl

BERG EN DALSEWEG 75 | 6522 BB | NIJMEGEN

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

Inmiddels een begrip in Nijmegen-Oost

Gespecialiseerd in:

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

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

Bel voor een vrijblijvende offerte.

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

Berg en Dalseweg 122A: het geboortehuis van de haptonomie

De auteur en de geïnterviewde zitten op een herfstdag aan de thee op het adres uit de kop van dit stuk. Het is de praktijk van het Fysiotherapeutisch Instituut Nijmegen en staat schuin tegenover het Canisius-college, recht tegenover de antroposofische huis-artsenpraktijk Hypericon.

Door Kor Goutbeek

Foto: Marc van Kempen

Denis Broeren geeft met Esther Goossens leiding aan deze praktijk: "In 1955 begon Frans Veldman in dit gebouw een fysiotherapiepraktijk. Ja, we bestaan dus volgend jaar 60 jaar, een bijzonder jubileum en dat vieren we graag groot! Veldman begon in de jaren '60 geleidelijk het belang van voelen - in zowel de zin van aanraking als emotie - in te zien, het herstellen van de balans tussen gevoel en verstand. Dat verwerkte hij in een nieuwe vorm van fysiotherapie, die hij haptonomie noemde en later haptotherapie werd. Niet alleen in Nederland, ook in Frankrijk schoot de haptonomie wortel: daar deed Frans dan ook veel evangelisatiewerk. Hij schreef enkele boeken in het Frans en doceerde aan een universiteit in Parijs."

Succesvolle topsporters

In 1985 krijgt de haptonomie ineens landelijke bekendheid doordat tweevoudig wereldkampioen schaatsen Hein Vergeer zich in Studio Sport lovend uitlaat over Ted Troost, een leerling van Frans Veldman. Er volgen vele succesvolle topsporters, waaronder Yvonne van Gennip, de drie van Milaan - Van Basten, Gullit, Rijkaard - en Richard Krajicek. Denis: "Frans was een intellectueel en vrij precies in de leer, Ted zocht de publiciteit op." Het kwam tot een botsing tussen die twee. Ted ging zijn eigen weg: hij heeft - inmiddels 70 - een praktijk in Rotterdam en Frans is inmiddels, in 2010, overleden, 90 jaar oud. Troost reist nog heel Europa af naar topvoetballers met hulpvragen, waaronder Wesley Sneijder.

Relatietherapeut

Denis blijkt een veelzijdig man: hij is niet alleen haptotherapeut en geeft leiding aan een team van zeven fysiotherapeuten in de praktijk, hij geeft daarnaast les op de Han en op de Academie voor haptonomie in Doorn. Ook is hij relatietherapeut. "Mijn relatietherapie is anders omdat ik het voelen erbij betrek. Ik analyseer niet, ik laat mensen wat doen. Zo geef ik al opdracht om samen op een bal te gaan zitten. Je ziet dan ook hoe ze gewend zijn met elkaar om te gaan, hoe ingesleten patronen eruitzien, die de partners zelf niet meer door hebben. Maar ik ben in de eerste

plaats gespecialiseerd in arbeidsgerelateerde klachten. Daar geef ik ook workshops in. Dat doe ik bijvoorbeeld voor managementteams van grote bedrijven als Achmea. Hoe ga je om met stress, met veel ballen hoog houden en toch in balans blijven. Ik heb geen toverstafje om problemen weg te nemen, maar wil mensen bewust maken. Hoe sta je in je kracht, zodat je die stijve nek of zere rug in de toekomst kunt voorkomen? Hoe kun je je souplesse, je vitaliteit verbeteren? Dat hoeft niet alleen te verbeteren door fysieke oefeningen, het kan ook met koken, tekenen of muziek, iets wat je graag doet, waarvan je opbloeit. De gangbare fysiotherapie heeft ook elementen van de haptonomie overgenomen. Niet de klacht staat meer centraal, maar heel de mens. Dat is winst. Haptonomie wordt tegenwoordig gedeeltelijk vergoed door de meeste verzekeraars: het gaat om zo'n 45 tot 50 euro van een sessie die zo'n 95 euro kost."

Verweven met Oost

Denis Broeren woont sinds 1993 in Oost, preciezer: in Hengstdal of nog preciezer: in de Lijsterbesstraat. Zijn leven is sindsdien op allerlei manieren verweven met Nijmegen-Oost. "Mijn drie kinderen gingen naar de Meander basisschool, de vrije school aan de Groesbeekse weg. Een dochter is leidster bij de Scoutinggroep Paul Krüger, naast de Monuta-begraafplaats, mijn andere dochter voetbalt bij Orion en mijn zoon is hier pizzakoerier. Mijn vrouw is rector aan het Karel de Grote college, de middelbare school op antroposofische grondslag, vlakbij de Wed-

ren. Door de Vlindertuin bij de rotonde in de Broerdijk raakte ik geïnspireerd om met het groen in eigen buurt aan de slag te gaan. Al jaren wordt daardoor het ooit verrommelde Moerbeiplantsoen elke maand een keer schoon- en

bijgehouden door mensen uit de buurt. Ik werkte ook geregeld mee aan de jaarlijkse straatspeeldag voor de kinderen. Een recente ontdekking in de wijk is Voldaan, het nieuwe restaurant aan de Van 't Santstraat. Op dit moment werk ik mee aan het zoeken van een locatie voor de Stip, het Stedelijk Informatie Punt. Dat is er in de meeste Nijmeegse wijken al, maar nog niet in Oost: dat wordt een soort vraagbaak in de wijk over alle gemeentelijke- en hulpverleningsinstanties.

Iedere klap raak

Ik loop verder regelmatig hard in de wijk en doe dit jaar ook weer mee met de Zevenheuvelenloop. Ik ben niet zo prestatiegericht, mijn tijd interesseert mij niet. Maar als ik hardloop kom ik weer uit mijn hoofd en in mijn lijf. Daarover gaat ook de haptonomie; ik begeleid bijvoorbeeld een schaatser uit Nijmegen die inmiddels de alternatieve elfstedentocht op de Weissensee heeft gewonnen. Hem leerde ik ook om niet te veel in het hoofd te zitten, maar bij de beweging te zijn, bij het ijzer op het ijs. Zodat iedere klap raak is."

Fysiotherapeutisch Instituut Nijmegen heeft als missie om mensen met klachten hun eigen kracht en mogelijkheden te laten voelen en deze te leren inzetten. Steeds staat hierbij niet de klacht maar de mens als geheel centraal.

www.haptonomienijmegen.nl



FYSIOTHERAPEUTISCH INSTITUUT NIJMEGEN

therapie op haptonomische basis



FYSIOTHERAPIE

- Psychosomatische fysiotherapie
- Oedeemtherapie
- Manuele therapie
- Fysiotherapie in de Thuiszorg
- Dry needling
- Medcial taping

HAPTOTHERAPIE

en

CRANIOSACRAALTHERAPIE

www.HaptonomieNijmegen.nl, tel. 024 - 3228418
Berg en Dalseweg 122A, 6522 BW Nijmegen

CITY HAIR SHOP

Dames-, heren,-
kidssalon en
pruikenkamer

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



VOORKOM EEN VECHTSCHIEDING!

SOEDIRA SCHEIDINGSMEDIATION



Gaat u scheiden en wilt u een vechtscheiding voorkomen, dan is mediation de beste manier om uw scheiding in gezamenlijkheid te regelen. Neem contact met mij op voor een gratis intakegesprek.

mr.dr. Anna Soedira www.soedira-scheidingsmediation.nl
NMI-geregistreerd mediator info@soedira-scheidingsmediation.nl
Prins Hendrikstraat 7 6521 AV Nijmegen tel. 06 - 50 24 56 94

Uitgeleide

Deskundige en persoonlijke
begeleiding na een overlijden
(ongeacht waar u verzekerd bent)

Margreet Mattijssen
Dag en nacht bereikbaar

06 - 486 91 416



www.uitgeleide.nl

Praktijk voor resonantie therapie

Energy Balance

**Alles is energie!
Genees jezelf met én
door energie!**

06 4354 6383
info@energybalancecenter.nl
www.energybalancecenter.nl

Lichaamscellen hebben een bepaalde trillingsfrequentie. Bij ziekte wordt de trilling van cellen lager. Speciale apparatuur genereert een breed scala trillingsfrequenties. De zieke cel pakt de juiste trilling weer op en herstelt het lichaam. De therapie kan voor vele aandoeningen gebruikt worden.

**"De behandelingen zijn
heel krachtig waardoor
ik na de eerste keer al
resultaat had."**

Meescheppers voor Neptunusring gezocht

Hengstdal koos in april 2013 voor de Neptunusring om te vieren dat de Broerdijk heel speciaal is. U en anderen in de buurt steunden het aquaduct-idee door aankoop van speciale wijn, benefietmaaltijden en donaties. Kunstenaar Alphons ter Avest sneed in tussen de Romeinse letters uit grote blokken piepschuim. De blokken met lettergaten gebruikt hij als mallen om de metergrote letters te vormen van wit beton.

Ingezonden door Henk Horstink

Vrijdag 26 september mocht een grote piepschuim S even



naast de betonnen R op de rotonde staan en op 6 oktober begon Fons Snelder bij betonfabriek de Aam met het aanbrengen van sterk gebogen betonijzer in de mallen. Een priegel, erg delicaat werkje in piepend schuim, nodig voor de wapening van de betonnen letters.

De initiatiefgroep wil deze heuglijke start op vrijdag 31 oktober om 16 uur gaan vieren door met 'Romeinse' buurtbewoners de rotonde klaar te maken voor de Neptunusring.

We zoeken nog mensen die het leuk

vinden om mee te werken, gezellig zand te scheppen of te kruien. Ook kijkers zijn welkom! Er worden ook gepofte Romeinse kastanjes geserveerd. De week daarna kan Alphons de fundering gaan storten en daarop de grote witte letters tot een zes meter grote ring aaneenrijgen. Nog voor de winter zal de buurt grote woorden op de rotonde zien ontstaan. Op de kop, maar bij regen leesbaar in de donkere rand: AQVA CASTRORVM NOVIOMAGI

Wilt u vrijdag 31 oktober meescheppen? Kijk dan op dewijkwebsite.nl, zoek op aquaduct en meld je aan!

WWW.STUDIOMIK.NL



Activiteiten in Oost

Vervolg van pag. 26

7 november

Try-out Theatervoorstelling 'De zoete geur van wrange liefde', theatergroep Augustus combineert in deze muziektheater voorstelling een fonkelnieuwe theatertekst met bekende muziekstukken. Loge St Lodewijk, Fortstraat 7, 20u. theatergroep-augustus.wordpress.com

8 november

Zen contemplatie-ochtend. Locatie: Maitri, Broerdijk 35. www.chenghsin.nl

Opstellen van je verlangen met paarden. Deze workshop met Godelieve ten Kortenaar en Nathalie van der Knaap laat je middels het paard onderzoeken waar belem-

meringen zijn die je ondervindt bij het vervullen van een voor jou wezenlijk verlangen. Begint om 13:00. www.chenghsin.nl

9 november

Dagworkshop Tai Chi Chuan & Zen Body Being. Voor beginners en gevorderden, Tai Chi-vormen en onderliggende principes in houding, aandacht en beweging. 10:00. www.chenghsin.nl

11 november

Klankontspanning. Wist je dat klank ruimte en diepe ontspanning geeft, kan helpen bij beter slapen en het zelfgenezend vermogen van het lichaam kan versterken? www.praktijkmeander.nl

13 november

Leven-Dood: een vreemde tegen-

stelling. Inleiding en gesprek draaien rond: 'Misschien kan iemand niet volledig volwassen worden, voordat de dood wordt erkend als een authentieke levensgezel'. Door Tjeu van Knippenberg. avpnijmegen.nl/activiteiten/paduahuis.html. 20:00u.

Lezing Albertinumgenootschap In de cyclus Op eigen kracht? houdt Drs. Paul Oosterhoff, diaconaal predikant, verantwoordelijk voor diverse sociale projecten in Nijmegen, de 2e lezing 'Elk naar eigen gave en mogelijkheden'. 20u. ca.geraedts@hetnet.nl

14 november

Energy Trancedans in het Corodium. Een reinigend en helend ritueel. A.u.b. vooraf aanmelden bij Ingrid ter Horst, 06-12276333. www.innersigns.nl

2-daagse workshop Talentenspel. Voluit je talenten leven! In 2 dagen (14 + 21 november) krijg je spelenderwijs meer inzicht in je-

zelf en de manier waarop jij jouw leven met meer bezieling kunt voortzetten! www.lucyvannorel.nl / 0243243647/0622858512.

Kookworkshop Chinese Vegetarische Keuken. 06-13079008 www.kokenmetdominique.nl

Twee bekende theatersportteams, Binnenste Buiten uit Nijmegen en Joepie! uit Utrecht dagen elkaar uit om de mooiste, grappigste en meest ontroerende scènes te improviseren. Entree: 5,- (incl. drankje). Theaterzaal Wintertuin, Van Beethovenstraat 4, Nijmegen. 20:00u. Facebook: tsvbinnenstebuiten.nijmegen

15 november

Workshop Tai Chi met Resi Messelink. 13u. t.messelink@chello.nl

19 november

Bezorging Wijkkrant november 2014. Bezorgklachten: redactie@dewijkwebsite.nl



Koop nu je agenda & kalender voor 2015!
De ruimste keuze vind je bij Bruna



Bruna Daalseweg
Daalseweg 263
6521 GL Nijmegen

blij met bruna

Emmy Indonesisch Specialiteiten Eethuis



Prins Hendrikstraat 20A

024-323 01 02 / 06-427 455 69

emmyeethuis@gmail.com

Facebook: Emmy Indonesisch Specialiteiten Eethuis

Voor heerlijk Indonesisch eten, bereid uit verse kwaliteitsproducten, kom je naar ons Eethuis.

Veel groenten, lekker vlees en ook vegetarisch.

Bereid met verse kruiden en specerijen.

Voor eten ter plaatse, catering en afhalen.

Nu geopend

Alle dagen: 17.00 uur tot 22.00 uur
dinsdags gesloten



Vista Projectmanagement B.V.

levert topkwaliteit aan particulieren en bedrijven

Vista Schilderwerk

Voor al uw binnen- en buitenschilderwerk

ACTIE!! Profiteer nu van de Winterschilder:

15% KORTING!

Vista Timmerwerk

Voor alle timmerwerkzaamheden

Vista Dienstverlening

Service op maat

*Slechts 6% BTW
op schilder- en timmerwerk
(vraag naar de voorwaarden)*

Profiteer van de voordelen van drie disciplines
onder één dak!

T 024-2040200 Postweg 50, Nijmegen

E g.luijten@vistaprojectmanagement.nl

I www.vistaprojectmanagement.nl

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

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

Oplage: 14.000. Uitgave:
Stichting De Wijkkrant Nijmegen-Oost, Hengstdalseweg 78, 6523 EM Nijmegen. www.dewijkwebsite.nl
E-mail: redactie@dewijkwebsite.nl

EINDREDACTIE
Eric Hendriks

REDACTIE
Anna Bakker, Alex Holderbusch,
Simone Kiekebosch,
Marjon Spoorenberg,
Karin Veldkamp, Loes Wijffels

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:
Bert Hendrix
Kor Goutbeek
Henk Horstink
Marjolijn Hovius
Marc van Kempen
Maikel Verkoelen
Eugene Schenk

WIJKWEBSITE
www.dewijkwebsite.nl

OPMAAK
Ton Burgers, www.a-formaat.nl

DRUK
Janssen Pers, Gennep

BEZORGING
Axender verspreidingen, Cuijk

ADVERTEREN VOOR BEDRIJVEN
Loes Wijffels, E-mail:
advertenties@dewijkwebsite.nl

DEADLINE
De uiterste datum om knollen/citroenen en advertenties aan te leveren is donderdag 6 november. Elke maand bepalen we drie weken vóór het uitkomen de inhoud van de krant. Ruimte voor actueel nieuws is beperkt. We verwelkomen je artikel maar garanderen geen plaatsing. Wil je zeker zijn van bekendheid in de wijk? Benut dan ook www.dewijkwebsite.nl.

BEZORGING VOLGEND NUMMER
Woensdag 19 november samen met De Brug. Geen Wijkkrant ontvangen? Meld online uw bezorgklacht op www.dewijkwebsite.nl of mail naar redactie@dewijkkrant.nl.

Haperen

Het ging eigenlijk best goed met mij. Mijn vorige column leverde veel reacties op en aandacht is altijd lekker. Vooral als ze positief is. Ik was al aardig over mijn liefdesverdriet heen en voelde me zelfs weer een beetje gelukkig. Bovendien rolde ik van het ene leuke gesprek in de volgende uitnodiging, zag mooie voorstellingen, maakte heerlijke wandelingen en had gezellige etentjes. Mijn iPhone kreeg ik zomaar kado van een vriendin, mijn nieuwste laptop via mijn werk. Nadat ik maanden op zoek was geweest, vielen ze beide zomaar in mijn schoot. De zon scheen, iedereen lachte en alles lukte. Ook beleefde ik van die bijzondere momenten als aan iemand denken die dan prompt opbelt of voor je deur staat. Ik zat dus zoals dat heet in een flow.

Maar nu hapert er iets. Als een cd die blijft hangen in een mooi stuk muziek. Opeens gaat het niet meer verder. Niemand lijkt nog tijd voor me te hebben, ik ben verkouden, het lukt maar niet iets op papier te zetten en leuke afspraakjes gaan opeens niet meer door. Zelfs de aanmeldingen voor mijn danslessen bij 'De Opstap' stokken; ik voel me eenzaam en alleen in mijn eigen huisje.



Waarom lopen de dingen soms voor geen meter en gaat het op andere momenten als vanzelf? Waarom weet ik soms niet waarover ik moet schrijven, terwijl op andere dagen de woorden als vanzelf op het papier glijden? Wat is dat ongrijpbare?

Ik zit me ernstig af te vragen of ik het eigenlijk niet zelf ben die in de weg zit. Of ik misschien iets moet loslaten of juist aanpakken. Dat ik ergens een knoop moet doorhakken, een stap zetten, een horde nemen, een brug of drempel over of een lint doorknippen. Ik weet dat ik juist nu erop uit moet trekken en initiatieven nemen, maar ik doe het niet. Ik blijf stilstaan. Alsof ik me nog even wil wentelen in deze ellende. Ik voel me als een spin die verstrikt is geraakt in haar eigen web.

Maar ik troost me met de gedachte dat het tijdelijk is. En dat het waarschijnlijk wel ergens goed voor zal zijn. Voor iets dat ik nu nog niet kan zien. Binnenkort zal alles weer gaan stromen, dat weet ik zeker. En zal ik weer een kleine stap verder zijn. Een minuscule stukje wijzer. Wat dat betreft blijf je altijd bezig. En dat is goed. Als alles meteen helder en duidelijk zou zijn en het geluksgevoel geen keerzijde had, was het leven waarschijnlijk lang zo boeiend niet.

Loes Wijffels

loeswijffels@gmail.com

OPEN ATELIERDAGEN IN DE KRAYENHOFF KAZERNE

Het is weer tijd om kunst te komen kijken in de Krayenhoff Kazerne.

33 kunstenaars stellen hun atelier open voor publiek.

Ieder jaar is er gelegenheid het nieuwe werk te zien. U kunt persoonlijk kennismaken met de kunstenaar en zijn werk. Een ieder die de kazerne kunstenaars volgt komt weer vol verrassingen te staan. In sommige ateliers zijn nieuwe kunstenaars gekomen.

Er is veel te zien en te beleven. De diversiteit en het aanbod is groot, veel wat de beeldende kunst te bieden heeft is aanwezig. Deze diversiteit zal de bezoeker verrassen.

Vrijdag 31 oktober
van 20.00u – 22.00u,
zaterdag 1 – zondag 2 november
van 12.00u – 17.00u
zaterdag 8 - zondag 9 november
van 12.00u – 17.00u
Adres: Molenveldlaan 12-144, Nijmegen

U bent ook van harte uitgenodigd op de opening vrijdag 31 oktober om 20.00 uur in de Binnentuin. Ad Lansink, voormalig lid van de Tweede Kamer, kunstliefhebber en auteur, opent de Open Atelierdagen en Jeroen Kurpershoek, bassist en singer-song writer treedt op. Website: www.kunstindekazerne.nl.



Schilderij van Vasily Tryndyk



AUTOBEDRIJF STARFIT

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

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

adres:

Pontanusstraat 46-48
6524 HG Nijmegen

T: 024-3234448**F:** 024-3601609**E:** info@starfit-nijmegen.nl**openingstijden:**

ma t/m vr: 08.00-17.00

www.starfit-nijmegen.nl