



de Wijkkrant

Oktober 2019

voor Nijmegen-Oost



Foto: Marc van Kempen

Van de redactie

Bij de voorpagina

Thomas Hontelez maakte een tocht van Nijmegen naar Istanboel. Wat dat met zijn leven deed lees je in deze Wijkkrant.

Van de redactie:

Deze Wijkkrant vond je waarschijnlijk in je bus of je haalde hem op een van de afhaal-

punten, of je kreeg hem van iemand. Vorige maand overhandigden we er zo'n 1800 persoonlijk aan wijkgenoten. Een monsterklus, maar erg leuk om te doen. We hoorden veel positieve reacties, kregen tips en hier en daar werd zelfs een afspraak voor een interview gemaakt.

Ons doel is meer verbinding creëren in de wijk. Als dat gelukt is, al is het maar voor een paar mensen, dan is onze missie geslaagd!

Verder o.a. in deze Wijkkrant

3 Karin ondervroeg frituuroloog Devi van Snackbar Corry

Om geld in te zamelen voor een waterproject fietste Theo Bleeker naar Kenia. **7**

21 Tijs van Kemenade vertelt hoe hij van het gas af ging en een pelletkachel installeerde

Hoe twee kandidaten voor het nachtburgemeesterschap de handen ineenslaan. **25**

Belangstelling voor deelname aan het 'Harry van Mechelen-ommetje' in Nijmegen-Oost?

In de vorige Wijkkrant was te lezen dat de wieg van het beroemde Nijmeegse Vierdaagslied in 1932 in Nijmegen-Oost stond. In het huis Daalseweg 330, om precies te zijn. Componist Harry van Mechelen voltooide die wandelmars toen hij daar woonde. Veel over leven en werk van Van Mechelen is te lezen in het boek 'De avonturen van Daalseweg 328 en Daalseweg 330'. Samensteller Anton de Wildt wil bij voldoende interesse het 'Harry van Mechelen-ommetje' introduceren: een wandeling langs alle adressen in Oost waar Harry tijdens zijn Waalstadij woonde. Over details van het ommetje wordt momenteel nagedacht. Informatie over de stand van zaken van de eventuele lichte routewijziging op dag 3 van de Vierdaagse - langs Daalseweg 330, als eerbetoon aan Van Mechelen - hoopt De Wildt ons t.z.t. te verstrekken. Feit is dat velen hem lieten weten de oproep naar administratie@4daagse.nl te hebben gestuurd. Dat kan trouwens nog steeds. Ook zijn er voor liefhebbers nog exemplaren van bovengenoemd boek beschikbaar. Daarin ook informatie over melkhandel Faber, die hier van 1942-1968 was gevestigd. En persoonlijke verhalen van vijf generaties studenten over het wonen in dit huis. Want sinds 1971 wonen er louter kamerbewoners. Het boek is 92 pagina's dik, A4-formaat, in kleur en met veel foto's. Interesse? Mail naar adewildt@hetnet.nl.

Foto: Musicus Harry van Mechelen (1898-1972)



Wijkkrant Nijmegen-Oost wordt East-Connected

We hebben er vijf heidagen op zitten met de voltallige redactie, debatten gevoerd op het scherpst van de snede, maar we zijn er dan eindelijk uit. Wijkkrant Oost vinden we een stoffige, suffe naam die in de 21e eeuw geen jongeren meer boeit, dus heten we vanaf januari East-Connected. We willen immers de buurt verbinden, de jeugd aanspreken met Engels en meedoen met de trend. Die trend is immers: naamsverandering.

Ik wilde mijn vertrouwde woningbouwvereniging Standvast bellen. Heette opeens Woonwaarts. Alle onderwijsinstituten die ik heb doorlopen zijn inmiddels onherkenbaar van naam veranderd. Mijn christelijke CVO-school in Losser heet inmiddels Meester Snelschool, mijn havo genoot ik aan het Ichthus college in Enschede, inmiddels Bonhoeffer-college, mijn hbo-opleiding in Deventer was aan Nieuw Rollecate,

dat werd Rijkshogeschool IJsselland en heet inmiddels Saxion Hogeschool en de KUN ten slotte werd Radboud. Het maatschappelijk werk heet in Nijmegen inmiddels Sterker en de ggz Pro Persona. Zulke namen laten veel te raden over. Ik houd van namen als Christelijke scholengemeenschap

Buitenveldert: je weet precies waar ie staat, wat het is en van welke kleur. Maar tegenwoordig heten scholen liever Spangalis, Citadel of Olympus, waarmee net zo goed een ingenieursbureau bedoeld kan worden. De denkfout die gemaakt wordt is deze: dat een fancy naam het imago opkrikt. Maar het moet andersom werken: een imago kript de naam op. Voorbeeldje: Universiteit Leiden heeft een dijk van een reputatie dankzij de inhoud: de oudste van het land, verreweg de meeste Nobelprijswinnaars en een reeks koninklijke studenten. De naam veranderen zou het imago alleen maar



Kor Goutbeek column

schaden, omdat dan deze rijke historie wordt weggedrukt.

Namen zijn tegenwoordig ook gewoon te koop: de eerste divisie van het betaalde voetbal is veranderd in Keukenkampioen divisie. Dat praat lekker in de nabeschouwing! Naamsveranderingen zijn ook nog eens duur door nieuwe logo's, huisstijlen en campagnes om de nieuwe naam te lanceren. Het ministerie van Economische Zaken kreeg de toevoeging & Klimaat: kosten 1,3 miljoen. Het meest bizar is wel het omwisselen van de woorden 'Veiligheid' en 'Justitie'. Die kostte het ministerie van Justitie en Veiligheid ruim 2 miljoen euro.

Zullen we het maar gewoon bij Wijkkrant Oost houden?

Reacties? k.goutbeek@gmail.com



5 vragen aan de kleine ondernemer

**Tekst: Karin Veldkamp
Foto: Bert Hendrix**

Nijmegen-Oost barst ervan: kleine ondernemers die wonen en werken in de wijk. Elke maand stellen we een van hen een aantal vragen.

Het is bijna 25 jaar geleden dat de vader van Devi de friettent op de hoek van de Daalseweg en de Jacob Canisstraat overnam van Corry. Als Vedi op vakantie gaat of een avondje bij zijn kinderen wil zijn, neemt zijn 'papa' het nog steeds over. Maar de rest van de tijd staat Vedi er zelf. Altijd goedgemutst, een grapje en praatje met iedereen die daar zin in heeft. Tja, wie kent hem niet... deze kleine ondernemer.

Waarom heb je voor dit werk gekozen? "In 1982 woonde ik als kind boven Vieze Herman (cafeteria in Bottendaal), daarom ben ik frituuroloog geworden", komt er gekserend uit. "Nee, ik ben mijn vader gaan helpen. Hij is ruim 25 jaar geleden begonnen en had een compagnon. Toen die weg ging, ben ik gestopt met de hotelschool

in Maastricht en ben bij mijn vader gaan werken. We hebben toen de friettent weer Corry genoemd, want dat was een begrip onder studenten. Dus waarom zou ik het 't Hoekje of Ali Kebab noemen?"

Wie eten hier friet of een kroket? "Zeventig procent is student en de rest vooral passanten. En natuurlijk hebben Frank Boeijen en Pieter Derks hier ook wel eens een frietje gegeten. Ik heb veel klandizie van de studentenverenigingen. Vroeger ook veel uit het café. In de tijd dat Station Oost er nog was, bleef ik tot 05.00 uur open. Er waren toen ook minder friettentten in de stad. Gouden tijden dus. En ook van de school had ik veel klandizie, maar die is weg. Ik richt me nu meer op etenstijd en sluit om 00.00 uur."

Wat maakt dit werk leuk voor jou? "Ik was liever dokter of advocaat geworden", lacht Vedi. "Maar alles heeft zijn voor- en nadelen. Ik praat graag met klanten, gewoon gezellig praten. Ik vind al die verschillende mensen leuk en maak graag grapjes met ze. 'Inpakken of meenemen' vraag ik altijd. Ik weet bij welke mensen ik kan doorgaan

en bij wie niet en ik kan met iedereen omgaan. Soms geef ik een frietje weg aan een zwerver. En daar wordt natuurlijk ook misbruik van gemaakt, maar ach... En er gebeurt hier van alles. Laatst was er een huwelijksaanzoek. De hele zaak begon te klapen."

Heb je een specialiteit? "Ik heb al jarenlang dezelfde kaart. Ik bak geen pizza's en maak ook geen pasta. Ik heb een snackbar en doe waar ik goed in ben. Ik heb wel iets meer vegetarische gerechten. En zo lang het goed gaat, laat ik het ook zo."

Hoe lang ga je nog verder als frituuroloog? "Ik denk niet tot mijn 65ste. Ik word wat ouder en daardoor wordt het ook zwaarder. Het zijn lange dagen. En mijn kinderen gaan het niet overnemen. Mijn vader was van de eerste generatie gastarbeiders, ik de tweede en mijn kinderen gaan het anders aanpakken, hoop ik. Dus ik verwacht niet dat de cafeteria in de familie blijft. Maar ik ben wel heel blij dat ik gewaardeerd word door iedereen."

**Waarom de
wijk uit
voor een
nieuwe bril?**

Kom naar:



*Dé opticien in uw buurt
met een persoonlijke
behandeling*

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

Wij kunnen voor u nakijken of
recht heeft op vergoeding
van uw verzekering.



Uitgeleide

Margreet Mattijssen

Al ruim 20 jaar persoonlijke
begeleiding na overlijden

Zorgzaam, kleinschalig en nabij...

(ongeacht waar u verzekerd bent)

06 486 91 416

www.uitgeleide.nl



CAFETARIA
Tweety



Biologische cafeteria: uniek voor Oost-Nederland

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

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

Nieuw bij ons verkrijgbaar:

Draadjeskroket Vega, Draadjesbitterballen Vega
Vegetarische Kipcorn, Vlammetjes Veggie

Wij hebben keuze uit 5 soorten Friet:

Verse friet, Franse friet, Vlaamse friet, Bio Friet en Ras Patat.
De saus mag natuurlijk niet ontbreken!

Fritessaus, Eivrije Mayo, Bio Mayonaise, Vlaamse Mayonaise
Proef ook eens onze echte ambachtelijke satésaus

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

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

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

Schoenmakerij Tweehuysen



1933 - 2018
85 jaar

In de Betouwstraat 42 Nijmegen
Tel.: 024-3233160

www.schoenmakerijtweehuysen.com



Eric
Hendriks

Persoonlijke bezorging Wijkkrant groot succes in Hengstdal

Afgelopen maand verrasten vrijwilligers van de Wijkkrant zo'n 3.000 lezers in Hengstdal door daar de krant persoonlijk te overhandigen. Ook vroeg hij of zij: "Wat vind je nu het aller-mooiste aan onze wijk?" Zo ontstonden allerlei bijzondere gesprekken en lieten we de lezer achter met een goed gevoel.

Meer verbinding

Waarom deed de Wijkkrant dit? We vroegen het aan Niels Veen, bezorgcoördinator bij de Wijkkrant. "Als Wijkkrant voor Nijmegen-Oost streven we naar meer verbinding en ontmoetingen tussen mensen in de wijk en minder eenzaamheid. We vroegen ons af: wat kunnen we in de bezorging doen om dit te stimuleren? Zo ontstond het idee om véél meer mensen te betrekken bij het bezorgen van de krant. Samen bezorgen is ook veel leuker dan in je eentje! En ook nog goed voor je conditie. Ook leek het ons goed om de krant niet in de bus te doen maar gewoon eens aan te bellen en een praatje te maken, met een positieve vraag."

Pipowagen

De bezorgers nodigden mensen ook uit voor een bezoekje aan de Pipowagen van Bindkracht10. Dit is de welzijnsorganisatie in onze wijk die graag in gesprek gaat met wijkbewoners. Daar konden mensen op een ontspannen manier met elkaar kennis maken.

Mooie en nieuwe contacten

Tijdens de bezorging ontstonden allerlei mooie en nieuwe contacten tussen onze bezorgers en inwoners. Een paar voorbeelden:

Elzenstraat:

Jongen van 20 met oorbelletje: "Stop 'm gewoon hier in de brievenbus, veel gemakkelijker."

"Is dit een campagne tegen Nextdoor?"

Keurige, gedisciplineerde man alleen, van 75, blijkt al 66 jaar in dat huis te wonen en biedt de bezorger koffie aan en laat trots zijn hele huis zien.

Man van rond de 50, schrijft zelf ook graag: "Ja, ik heb jouw artikel over de Beekmansdalse weg gelezen, daar stonden allemaal dingen in die ik niet wist."

Broerdijk:

Nadat bezorger had aangebeld bij een Nee/Nee-sticker, verontschuldigde hij zich, maar de vrouw met rood haar, rond de 50, pakte gretig de Wijkkrant uit zijn handen en zei: "Ik krijg 'm nooit, maar ik wil 'm zo graag, ik haal 'm bij de Coop, maar daar ze ook best snel op."

Vrouw roept van de 2e verdieping naar beneden: "Wie daar?" "Ik kom de wijkkrant persoonlijk overhandigen." "O, dan kom ik snel even naar beneden!"

Minister Elandstraat:

"Ik ben in dit huis geboren", man bij vrijstaande villa uit 1923. "Was oorspronkelijk voor de officieren van de Kazerne. Mininis-

ter Eland was minister van oorlog."

"Bij ons ligt hij bovenop de stapel. We spelen 'm allemaal. t 'is zo'n leuke krant. Die Loes die schrijft ook leuke columns. En die Ton, die heb ik bij de Coop gezien. Zo voel je je wel een beetje onder elkaar in de buurt."

"O, in deze straat zijn we al close met elkaar. We hebben jaarlijks een barbecue, een spelletjesdag, we kennen elkaar, groeten elkaar, helpen elkaar."

"Wij lezen altijd de Wijkkrant helemaal. Ik zou er best wel iets voor willen betalen."

Afsluitend feest

Vrijdagmiddag 20 september kwamen de tientallen vrijwilligers bij elkaar om te vieren dat het experiment zeer geslaagd was. Meer dan zestig wijkkrantmedewerkers én betrokken wijkbewoners bezorgden de Wijkkrant in een groot deel van Hengstdal persoonlijk aan de deur.

Tevreden

Niels is inmiddels een tevreden man. "De overgrote meerderheid van de mensen die we thuis troffen bleken (fervente) lezers. We noteerden tips en vooral veel complimenten. Altijd mooi om te horen! In het praatje aan de deur bleek ook vaak dat mensen met veel plezier in Hengstdal wonen en er nooit meer weg willen. Ook de pipowagen van Bindkracht 10, die telkens in de buurt stond van waar men op dat moment de kranten bezorgde, werd door wijkbewoners goed bezocht. Binnenkort gaan we maar eens bespreken wat we nog meer op dit gebied kunnen betekenen."

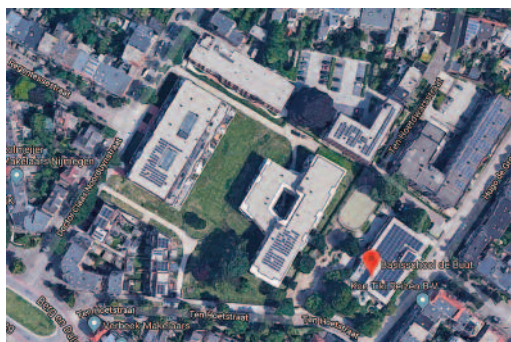


Foto:
Bert Hendrix

Wijknieuws

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

Speelveldje De Buut voor tweede keer uitgesteld



Het besluit over de toekomst van het veel-besproken sportveldje van basisschool De Buut in Nijmegen is wéér uitgesteld. Die knoop zou eerst half juli en toen half september doorgemaakt worden. Maar de termijn is gisteren opnieuw met twee maanden verlengd.

Groenewoud 'gecrowdfunde' wielrenfiets van Eritrese Gebremeskel al na één ritje gestolen

De uit Eritrea afkomstige vluchteling Mehari Gebremeskel (18) kreeg twee weken geleden een nieuwe fiets na een crowdfunding-actie van clubgenoten bij R&TC Groenewoud.



Maar Gebremeskel kon slechts één ritje genieten van zijn rijwiel. Zondag werd hij voor zijn huis gestolen. R&TC Groenewoud doet een moreel appel op de dief.

Gezellig wandelen met wijkgenoten

Elke eerste dinsdag van de maand om 10.00 uur wandelen zes tot tien mensen vanaf Stip Oost aan Elzensstraat 4 om elkaar te ontmoeten (Annemieke, Bart, Elly, Henk,

Henriette, Irna, Jan, Jelly, Jose, Maija, Marij, Marieta, Nathalie, Tiny, en anderen) en een stuk omgeving of Nijmegen te leren kennen.

"Standaard nemen we eerst een bus om aan de andere kant of buiten de stad uit te komen (naar station, CWZ ziekenhuis, Groesbeek, Hatert, Ooijpolder of Wolfskuil). Van daaruit wandelen we dan in 2 tot 2,5 uur door bos, park en wijk rustig (ca. 5 km per uur) met af en toe een verhaaltje terug naar Elzenstraat 4.

OP WEG NAAR 5 MEI

Tot 5 mei 2020 zal redacteur Kor Goutbeek in de Wijkkrant de gebeurtenissen van 75 jaar geleden in Nijmegen-Oost beschrijven aan de hand van een foto van de Tweede Wereldoorlog.

Oktober 1944: Schuilkelders in de granatentijd

Nijmegen-Oost kreeg het meest te verduren na de bevrijding. Van september 1944 tot en met maart 1945 werd ons stadsdeel geregeld bestookt met granaten vanuit de Ooijpolder en het Reichswald, die nog in handen van de Nazi's waren. Daardoor werden 800 Nijmegenaren gedood. Toen Vermeerstraat nummer 4 in oktober 1944 door een granaat werd getroffen, raakte gelukkig niemand gewond. Want aan de overkant van deze huizen lag - en ligt - Bonaventura, het studiehuis van de minderbroeders-Franciscanen. In hun kapel sloeg ook een granaat in. Meer dan honderd buurtbewoners schuilden in de kelder. Veel Oosterlingen zochten in die tijd een veilig heenkomen in deze schuilkelders of die op het Limos-terrein of onder het Canisiuscollege. Op de foto is de bouw van een openbare schuilkelder in Nijmegen-Oost te zien. Deze foto is gemaakt langs de tegenwoordige Prins Bernardstraat om precies te zijn, je ziet links begraafplaats Stenenkruis en recht door het Julianapark. Tijdens de oorlog heette deze straat overigens Van Schevichavenstraat, omdat alle verwijzingen naar het Oranjehuis uit het straatbeeld werden verbannen. In totaal zouden 1200 meter van dit type schuilkelders worden aangelegd in Nijmegen. Kelders boden niet altijd voldoende veiligheid: bij een inslag in de Vondelstraat kwamen dertien mensen om in een wijkkelder.



Vind een vrijwilliger of bied je aan als maatje



Elkaar helpen

Nijmegen-Oost.nl

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

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

"Schooltuin de Wielewaal bestaat al bijna tien jaar en we hopen volgend jaar het tweeduizendste kind uit Nijmegen-Oost moestuinsles te

geven. Voor het onderhoud zoeken we uitbreiding van de beheersgroep op maandag. De komende wintermaanden is dat vooral haagonderhoud. Snoeien, zagen, slepen... Lekker stevig werk in de buitenlucht op ons mooie terrein aan het randje van de Ooijpolder. Wie komt er helpen? Meld je aan via wielewaal@fo.nl, of kom op een maandag langs op de Wielewaal. schooltuindewielewaal.nl

repeteren voor zang. Uurloon/betaling in overleg. Graag contact opnemen met S. Lammers 0629008710

Gratis coaching voor vrouwen door vrouwen. "We hebben weer ruimte! Je woont in Nijmegen-Oost en bent een vrouw met een inkomen op of onder het sociaal minimum. Je wilt jezelf verder ontwikkelen, jezelf beter leren kennen,

Elkaar helpen

Ik ben op zoek naar een klusser die het isoleren van mijn zolder kan afmaken. Ik wil mijn zolder gebruiken om te

iets veranderen in je leven én je bent bereid je daar volledig voor in te zetten? Dan kunnen wij van Bep & Fatima iets voor je betekenen. Wij zijn een groep vrouwelijke professionele coaches, loopbaanadviseurs en/ of trainers die, op vrijwillige basis, coaching bieden aan vrouwen met een minimum aan inkomen. Zonder kosten. Om elkaar te kunnen begrijpen is het belangrijk dat je verstaanbaar Nederlands spreekt. Informatie: www.bepenfatiama.weebly.com of bel met Willemijn Scheeren: 06-19361245

Theo Bleeker uit Nijmegen-Oost heeft in september meegedaan aan een fietstocht in Kenia om geld in te zamelen voor een waterproject om de watervoorziening in het dorpje Maai Mahiu, twee scholen, een ziekenhuis en een kindertehuis te verbeteren. De fietstocht werd georganiseerd door Stichting Kenyakinderen (SKK) uit Epe. Theo is pas een paar dagen terug uit Kenia als ik een gesprek met hem heb.

Stichting Kenyakinderen

Stichting Kenyakinderen is in 2007 opgezet door drie Epenaren die na een bezoek aan de Riftvallei in Kenia onder de indruk waren van de armoede die in dit gebied heerst. De stichting zet zich in om de leefomstandigheden van kinderen in de Riftvallei te verbeteren.

Watervoorziening.

Regenseizoenen zijn voor ons heel normaal. Maar voor het dorp Maai Mahiu, in de Riftvallei is dit niet zo vanzelfsprekend. De ligging van het dorp aan de rand van een bergkam zorgt voor weinig regen. Er was nauwelijks voldoende veilig en schoon drinkwater om in de dagelijkse levensbehoefte te voorzien, wat vaak slechte hygiënische omstandigheden met allerlei ziektes en sterfgevallen tot gevolg had.

Fietstocht

Voor de tweede keer organiseerde SKK daarom een fietstocht 'Epe fietst voor water' om met haar achterban schoon drinkwater te realiseren voor kinderen in dit gebied. "Want kinderen moeten zich niet hoeven te bekommeren of er wel voldoende schoon water is. Zij moeten gewoon kind kunnen zijn." Samen met 32 deelnemers trotseerde Theo ruim 500 kilometer over wegen die je bijna geen wegen kunt noemen.

Fietsen voor water

"Erwin van Andel, een van de initiatiefnemers van de SKK, heeft mij benaderd om mee te fietsen. Ik kende hem omdat ik trainingen en supervisie heb verzorgd voor zijn Jumbozaak in Epe", begint Theo zijn verhaal. "Ik kon moeilijk nee zeggen op zijn verzoek, want het enthousiasme straalde er vanaf en het idee dat we ervoor kunnen zorgen dat kinderen veilig en schoon drinkwater kunnen krijgen sprak mij enorm aan. De gezondheid en het plezier van kinderen moet immers voorop staan. Sinds ik vier kleinkinderen heb ben ik mij daar nog meer van bewust."

Sponsoractiviteiten

In Nijmegen benaderde Theo met succes buurtbewoners, vrienden en zakenrelaties om hem te sponsoren. Ook het huiskamerconcert met Hilde Vos leverde veel geld op. "De fietswinkel 'Trek' op de Hatertseweg stelde een mountainbike ter beschikking waarop ik eerst een jaar lang geoeft heb



Marjon Spoorenberg

en deze fiets heb ik daar achtergelaten voor de medewerkers van het kindertehuis", gaat Theo verder. "Het resultaat mag er wezen: er is in totaal 103.000 euro binnengehaald door de 32 deelnemers. Hiervoor is een waterput geslagen waardoor er waterleidingen gelegd worden naar het dorp, ziekenhuis en scholen. Ook is er een waterleiding gelegd naar het weeshuis Boresha."

Waterleiding officieel geopend in weeshuis.

Na een emotioneel onthaal op de laatste dag van de fietstocht door de kinderen van het weeshuis en de buurtbewoners, werd de waterleiding in het weeshuis Boresha officieel geopend. Theo is nog ontroerd als hij hierover vertelt. "De kinderen die zomaar naar de kraan liepen om een bekertje schoon water te tappen. Het enthousiasme van die kinderen vergeet ik nooit. Het was een geweldige tocht over soms onherbergzame wegen, maar met al die blije gezichten had ik het er graag voor over", besluit Theo zijn verhaal.

Voor meer informatie zie:
www.stichtingkenyakinderen.nl



Foto: eigen foto

Jouw spullen ook op deze pagina? Plaats gratis!



Prikbord

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

Wie wil mij **ukelele-les** geven, individueel of groepsgewijs? Mijn ervaring is minimaal en ook nog eens van 50 jaar geleden. Graag reageren via 06-23226847

Ik ben op zoek naar een betrouwbare **huishoudelijke hulp**, voor 2,5/3 uur in de even weken. Bij voorkeur op de donderdag of vrijdag. Geen student. Reacties naar demoeitewaard@upcmail.nl

Te koop: wegens Overcompleet **Dyson stofzuiger**, zonder stofzak, € 40,-. Tel. 06-23406085

Complete set **Pirelli winterbanden** 185/65/R15 in prima staat plus wioldoppen. €200. Telefoon: 06-53425716

Te koop **Fiat Pössl 2Win buscamper**. APK april 2020. Garage onderhoudsfacturen ter inzage. 2.3 liter Multijet Dieselmotor. 120pk, zes versnellingsbak. Schadevrij (in nieuwstaat). Vast bed. Vier zitplaatsen/gordel. 06-49119396

Zeer goed onderhouden **basblokfluit** te koop! 06-25533040 of mail JeanneS@chello.nl

Is er misschien iemand die nog **Ekoplaza spaarzegels** (Box 2019) over heeft? Tel.nr: 0636540423

Ik ben op zoek naar een **kledingrek** op wieltjes. Deze moet stevig zijn en aardig wat kleren kunnen dragen. 06=53859559

Tegen kleine vergoeding tijdelijk **te leen gevraagd**: lange schoenlepel, grijptang, loopkrukken, opvouwbare rollator. 06-10577215

Goedendag allemaal, ik ben Nadia, 42 jaar en ben op zoek naar **opaswerk** en/of werk als **huishoudelijke hulp**. Ben zeer ervaren en netjes zeer betrouwbaar met eventueel reverenties. Mvg. Nadia
Telefoon: 06-40029202

Heb je **planten** die te groot worden voor de huiskamer? U doet mij er een groot plezier mee! 06-25533040 of JeanneS@chello.nl

Kat vermist? Sinds enige maanden zwerft in Thiemepark Bottendaal een rode kat(er) rond. De kat is zeer aanhankelijk en duidelijk gewend aan mensen. Wie weet waar deze kat thuishoort?
Telefoon: 06-36540423

Schoonmaakhulp aangeboden, mevrouw is Engelstalig, maar verstaat en spreekt een beetje Nederlands. Bel 024-6791198 of 06-49724683

Te koop: * Goede stevige veilige en heerlijk rollende kinderskealers, verstelbaar in de maat 31-34, met 3 stevige sluitingen. €10,-.

* Salontafel doorsnee 1.00 m hoogte 0.45 cm hout met glas, stevig en stabiel, goede staat, €35,-.* Nieuwe inbouw gasplaat, inbouw, met wokbrander en elektrische ontsteking, met een set extra afdekplaten, nieuwprijs €199 nu voor €100,-. 06-22437602

Aquarium 60 L met lichtbak, incl. filter, thermometer, netje, voer etc. €25,-. Inge: 06-38240073

Rol Amstel bierviltjes in originele folie. "Internationale Zomerfeesten 16 t/m 22 juli 1994". "Nijmegen 'n rijk aan evenementen". €25,-. 064-0222762

Gratis of te halen mooie, **antieke dakpannen** (minimaal 250 stuks) voor een tuinhuisje 024-8200735 of 06-53920033.

Te koop: **teakhouten tuintafel** van 1.89 x 1.04 cm. Prijsindicatie: €50,00. 06-20366997

Te koop plus/minus 100 boeken z.g.a.n. In één koop €75,-. Telefoon: 024-3234601

Op woensdag 18 september ben ik mijn **sleutelbos verloren** ergens tussen Fagelstraat en Tooropstraat (bij Coop)? Er zitten ongeveer 6 sleutels aan. Wie o wie weet waar ze zijn? Een taartje voor de vinder!
Telefoon: 06-51959666

Wie heeft nog een acculader voor de **Fujifilm Finepix F10**? U doet mij er een groot plezier mee!

Jeanne Stoop 0625533040, JeanneS@chello.nl

Zoek je een **oppas** voor je kinderen? Ik ben een jongen van 15, woon in Nijmegen-Oost en vind het leuk om op kinderen te passen. Heb ook ervaring! Stuur me een berichtje op 06-44335592

Hallo, Zijn er mensen die bekend zijn met de **programmeertaal Python**? En zou e mij kunnen ondersteunen of les kunnen geven? Stuur me een berichtje!

Mijn dochter+gezin (nu nog wonend in de Randstad) zoeken een **koophuis** in Nijmegen (niet in Duenburg) of oud-Lent. Wie weet of er binnenkort ergens iets vrij komt? Ze zoeken een klushuis met tuin en grote schuur, max 325.00 euro. Telefoon: 0633833625

Aangeboden: **hoekbank** rood leer. Deze bank moet je in de ruimte in zijn geheel zien. Driezitsgedeelte 2.60m. met armleuning 22 cm breed. Hoekgedeelte zit rechts, met chaise longue 2.15m. Vraagprijs € 900,00. Tel.: 06 44656163

Ik ben opzoek naar iemand die mij **pianos** kan geven. Ik ben 19 jaar en beginnend. 06-18114106

Twee Bruynzeel **pannenrekjes** 'Piet Zwart'. Blauw geverfd. Samen voor € 10,- Tel.: 06-81447646

Schoonmaakhulp gezocht! Ben jij rustig, zorgvuldig en precies? Kun je op maandag-, dinsdag- of donderdagochtend? Bel me dan even! Telefoon: 06-24164858

Gebruik je Nextdoor? Doe dan mee aan ons onderzoek

In onze wijk wordt de buurtapp Nextdoor veel gebruikt. Dit jaar raakte de app in opspraak vanwege een beveiligingslek en een agressieve werving van nieuwe leden.

Commercieel Amerikaans bedrijf
Nextdoor is een commercieel Amerikaans bedrijf. In ruil voor aandelen staken investeerders er 400 miljoen euro in. Het bedrijf is op die basis 1,9 miljard euro waard. Het maakt geen winst, maar hoopt geld te verdienen aan advertenties van lokale ondernemers.

Als Wijkkrant zijn we nieuwsgierig naar de populariteit van deze buurtapp, maar ook naar de sociale en economische effecten op onze wijk. Verbeter het onze sociale cohesie? Verdwijnen straks de advertentiegeden van 'onze' ondernemers en gemeente uit onze lokale economie naar de Amerikaanse eigenaren? Of maken we ons druk om niets?

Gebruik jij Nextdoor?

Gebruik je Nextdoor en wil je ons helpen? Vul dan anoniem de vragenlijst in op www.nijmegen-oost.nl/nd

In de volgende Wijkkrant schrijven we er een artikel over. Alvast bedankt!



CO-BUS deelt de passie van het reizen



Loes
Wijffels

Van je hobby je beroep maken. Velen dromen ervan. Heleen Ariëns en Arnold van Wissen deden het met hun buscamper verhuurbedrijf CO-BUS.

Avontuur

Heleen: "Wij hebben naast ons werk altijd veel gereisd. In de winter zorgden we dat we drie maanden vrij hadden en trokken dan met een terreinwagen door West Afrika. We houden erg van het avontuur, de bijzondere ontmoetingen met andere mensen en de vrijheid. Dagenlang door de woestijn rijden en niemand zien. Praten met handen en voeten. De stilte, het licht en de enorme sterrenhemel. Het blijft bijzonder." Maar de twee nemen geen risico's en gaan altijd goed voorbereid op pad, want zegt Arnold, 'avontuur is leuk, maar je moet het wel kunnen navertellen.'

Camperbus

Na een aantal jaren kocht het stel een buscamper en ging Europa ontdekken. Heleen: "We wilden naar Syrië en Jordanië, maar de huidige situatie in de wereld maakt verre reizen steeds lastiger. Anderen vroegen toen wel eens of ze onze bus konden lenen. Na een tijdje zijn we hem maar gaan verhuren." En van het een kwam het ander. Zeven jaar geleden begonnen Arnold en Heleen, naast hun werk het verhuurbedrijf CO-BUS. Arnold: "Aankankelijk bij ons huis aan de Hengstdalseweg, maar toen het meerdere busjes werden, zijn we een hal gaan huren in Ooij."

Ik heb altijd een installatiebedrijf gehad en ben dus thuis in de techniek van alle apparatuur in de buscampers. Het zijn overigens geen campers, hè, die vinden we veel te groot. Een buscamper is eigenlijk gewoon een busje met een schuifdeur, waarin heel compact alle voorzieningen zijn gebouwd die je op reis nodig hebt. Een tafel, een bed, een keukentje met warm en koud water en een gasstel, een toilet, elektriciteit en ver-

warming. En toch is hij niet te groot en heel wendbaar."

Overwinteren

Arnold doet het onderhoud en Heleen de administratie. De vier buscampers die ze nu hebben verhuren ze de hele zomer vanuit Nederland. In de winter gaan de twee zelf overwinteren in Spanje en Portugal en verlenen ter plekke service aan klanten die dat ook doen. Heleen: "Zij rijden vaak zelf met een van onze bussen naar het zuiden of we leveren hem af op het vliegveld. Een fly&drive-constructie, dus."

Omdat ze zoveel ervaring hebben geven de ervaren reizigers hun klanten graag tips, houden onderweg zo nodig contact met ze en beoordelen in de winter zelf campings en camperplaatsen. Ook doet Arnold op verzoek checks en aanpassingen aan buscampers van particulieren: "De hele dag ben je bezig met zaken die te maken hebben met vakantie en reizen: heerlijk! Dit is echt onze droom."



Foto: Marc van Kempen

Contoura brengt lijn in je lijf en in je leven met **SLIMMING ARRANGEMENT**

Het arrangement bestaat uit:



ozon therapie



sporten in warmte



energiemeting
& voedingsadvies

**Gezond en
blijvend afvallen!**

Het resultaat:

- Een strakker lijf met gewenste plaatselijke afname in centimeters
- Een gewicht dat bij je past (of je nu 3 of 30 kilo wilt minderen)
- Een vitale uitstraling en meer zelfvertrouwen

Maak vandaag nog een afspraak voor een gratis figuuranalyse!

CONTOURA
FIGUURBEHEERSING

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

DE SPECIALISTEN VAN **FYSIOPLUS** AL **40 JAAR** EEN BEGRIP IN OOST

40 JAAR
1979-2019



Rozendaal/Nijmegen-Oost

Fysiotherapie

Manuele therapie

Sportfysiotherapie

Bekkenfysiotherapie

Geriatricfysiotherapie

Lymfe-oedeemtherapie

Dry needling

Orofaciale (kaak)therapie*

Duizeligheidsklachten*

*NIEUW

Oefengroep onder begeleiding

Revalidatie op het gebied van:

+ Neurologie: Parkinson/CVA

+ Orthopedie:

schouder, heup, knie en rug

+ Oncologie

+ Longen: COPD

024 - 323 04 24

WINNAAR 'TOEGANKELIJKHEIDSPRIJS'
VAN DE GEMEENTE NIJMEGEN

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

De Wijkkrant wil jonge redacteurs in aanraking laten komen met het medium krant. Daarvoor bieden wij leerlingen van basisschool De Buut een pagina om samen met de leerkracht naar eigen inzicht te vullen. Voor de lezer werpt dit hopelijk een interessante blik op de belevingswereld en creativiteit van leerlingen op een basisschool. Voor de kinderen vormt dit een kans betrokken te raken bij het maken van een krant, dat mede een aanvulling vormt op het taalonderwijs. Met dank aan alle leerlingen en juf Sylvia. Deze pagina is geschreven door kinderen van leerplein 2 (groep 4 – 5 – 6).



Schaken

Tijdens het eten mogen wij schaken. Dat doen wij dan ook vaak. Het doel van schaken is om de koning van de tegenstander te pakken.



Een schaakbord heeft 64 vakjes en verschillende pionnen. Daarmee moet je de koning verslaan. Je hebt bijvoorbeeld de pion, die staat altijd op de tweede rij. Daarnaast heb je nog twee torens, twee paarden, twee lopers, een koningin, een koning en in totaal acht pionnen. Het is best wel een lastig spel, maar super leuk als je weet hoe je het moet spelen. Als je eenmaal weet hoe het werkt, kun je zelfs met tactieken spelen. Wanneer je dit kan, word je steeds beter. Om nog meer kinderen kennis te laten maken met schaken, hebben wij elke vrijdag schaakles gegeven aan andere kinderen van leerplein 2. Met schaken moet je veel nadenken. Sommige mensen verwarren schaken met dammen, maar het is heel anders. Je hebt twee versies van schaken. Snelschaken is met een timer. Dan heb je ook nog normaal schaken. Hier mag je zo lang over doen als je wilt. Charles en Ray-Jayden kunnen er zelfs langer dan een uur over doen. Wij spelen dan het liefst ook de normale versie. Dus wil je graag leren schaken? Vraag ons gerust om hulp!

Door Ray-Jayden, 8 jaar en Charles, 9 jaar

Operation Market Garden

Ben je op zondag 22 september ook bij de optocht geweest? Wij zijn zijn wezen kijken en de bevrijde stad nagebouwd. Zo willen we laten zien wat er 75 jaar geleden is gebeurd. De stad Nijmegen was net bevrijd door de geallieerden. Ze kwamen met vliegtuigen. Er is maar één deel van de stad verwoest. Dat was een geluk bij een ongeluk. In het echt was er ongeveer een derde deel gesloopt. Ik heb twee dagen over het bouwen gedaan. Op mijn eigen weektaak had ik er ook twee dagen voor gepland. Het is ons gelukt. *Door Roemer, 8 jaar*



Pruttels en tanks

Ik lees graag informatieboekjes over soldaten, zodat ik meer te weten kom. Ik heb namelijk ook al veel geleerd over Pruttels. Pruttels zijn tanks met twee lopen. En gewone tanks hebben één loop. Pruttels zijn gigantisch groot en kunnen zelfs hun loop naar boven richten, zodat ze helikopters, straaljagers en vliegtuigen kunnen beschieten. Ken jij de optocht operatie Market Garden? Ken jij hem niet? Ik zal je het eens uitleggen. Market Garden is een operatie waarmee ze Nederland en België gingen bevrijden. Dichtbij de Oversteek staat er een kazemat. Deze is vier keer bekogeld door een tank, maar hij staat er nog steeds. In de kazemat stond namelijk een anti-tank kanon en een mitrailleur. De mitrailleur moest je mee op de fiets nemen als je wilde vluchten. Amerika, Canada en Engeland hielpen met de operatie van Market Garden. Helaas lukte het niet helemaal. Hun doel was om alle belangrijke bruggen te veroveren. Maar het was niet gelukt om brug van Arnhem te veroveren. Dit noemde ze ook wel de slag om Arnhem. *Door Lorenzo, 8 jaar*

Schoolreisje

Wij zijn op schoolreisje geweest naar Toverland. In groepjes mochten wij, samen met een begeleider, door het pretpark lopen. We hebben veel leuke dingen gezien en hadden veel plezier. Vooral de Fenix was populair, maar voor sommige kinderen was dit nog spannend. Ook mochten sommigen er niet in, omdat ze te klein waren. Wanneer dit het geval was, zijn we maar gaan spelen bij een brug dichtbij. We gingen de hele tijd rondjes rennen en toen we midden op de brug zaten, ging het water steeds hoger. We hebben veel leuke dingen gezien, zoals watervallen en rotsen. In één van de rotsen zat een zwaard. Over dat zwaard was ook een verhaal, daar zijn we nog wel benieuwd naar. We vragen ons af, waarom dat zwaard nou in die rots steekt. De volgende keer gaan we dat maar eens uitzoeken. We hebben erg genoten en willen graag weer terug.



Door Sem 8 jaar, Levin 7 jaar, en Faas 7 jaar, op ontdekkingsstocht.

Werken op het leerplein

Werken op leerpleinen is anders dan in een vast lokaal. Zo heb je geen vaste werkplekken op het leerplein en mag je overal zitten waar je wilt. Met instructies zitten we wel in vaste lokalen en in het taalatelier hebben we vaste plekken. Het leerplein is heel groot en heeft verschillende leesplekken. Zo hebben we een huisje met zitzakken en een bank. Verder maken we nog gebruik van het taalatelier, het rekenatelier, het maakatelier en het stilte-lokaal. Om de dag hebben we een bordsessie. Hierbij vertellen we hoe je je voelt en bespreken we successen, doelen en acties. Op het leerplein wordt er ook gebruik gemaakt van chromebooks en tablets. Hier wordt vooral veel Rekentuin en Math op gedaan. Ook werken we met een weekplanning. Op maandag plannen we de hele week in, zodat je precies weet wat je elke dag gaat doen. Elke week wordt het rooster aangepast, zodat wij weten wat we moeten inplannen. Het leerplein ziet er gezellig uit en is versierd met onze zelfgemaakte kunstwerken. Het fijne aan een leerplein is de ruimte om te lopen en de verschillende werkplekken. Ieder kind heeft zijn eigen laasje met zijn of haar eigen werk + een klapper. Wij zijn in ieder geval heel blij met een leerplein!

Door Cato, Suus en Linne, alledrie 9 jaar

17-20 september 1944: de slag om Nijmegen

René Pennock



Er zijn de afgelopen maand veel herdenkingen geweest. Het is 75 jaar geleden dat een groot deel van Zuid-Nederland bevrijd werd. Voor steden als Maastricht, Den Bosch en Breda betekende dat feest en vrijheid. Voor Nijmegen was het het begin van een vijf maanden durende nachtmerrie.

Nijmegen frontstad

De Amerikanen kwamen uit Groesbeek en Grave om de stad en de bruggen te veroveren.

Er werd huis-aan-huis gevochten. Om de Waalbrug te verdedigen brandden de Duitsers hele straten op de Hunnerberg plat, zodat de Amerikanen ze niet vanuit die huizen zouden kunnen beschieten en om zelf een vrij schootsveld te krijgen. De Batavierenweg en de Reinaldstraat werden helemaal platgebrand, de Barbarossastraat deels. De helft van de Jan van Goyenstraat, de Museum Kamstraat, de Pater Brugmanstraat, de Graadt van Roggenstraat en de van Rosendaalstraat (nu de Hugo de Grootstraat) gingen met inboedel en al in vlammen op. Sommige bewoners konden het vege lijf te redden door via de stuwwal richting de Ooij te vluchten. Anderen werden bij hun vlucht neergeschoten of kwamen, schuilend in hun kelders, om in de vlammenzee. De Hitlerjugend stak daarnaast uit wraak ook nog eens huizen in brand in andere straten in Oost, onder andere op de Heydenrijkstraat. Vanwege het blusverbod sloegen de branden over naar belendende percelen. In de Ten Hoetstraat, de Ten Hoetdwarstraat, de Regentessestraat, de Doctor Claas Noorduystraat en de Meester Franckenstraat werden

veel panden getroffen bij de maandenlange beschietingen door de Duitsers vanaf de andere kant van de Waal.

De schade is nu nog duidelijk te zien: op bijna alle plekken waar nu nieuwbouw staat zijn toen huizen, villa's, winkels en bedrijven afgebrand of verwoest bij granaatinslagen.



Oorlogsbeeld op de Hunnerberg

Nijmegen een van zwaarst getroffen steden van Nederland

Nijmegen werd bij de invasie al na 45 minuten als eerste Nederlandse stad door de Duitsers bezet. Vooral het laatste oorlogsjaar was desastreus. Jodendeportaties, het bombardement van het centrum, de strijd om de Waalbrug en de maandenlange beschietingen daarna maakten Nijmegen de zwaarst getroffen stad van Nederland.

Van de 512 Joden werden er 445 afgevoerd. 432 Van hen werden vermoord in concentratiekampen. Slechts 13 keerden levend terug. Er vielen in Nijmegen ruim 2200 burgerslachtoffers. Ofschoon hier maar 1% van de Nederlandse bevolking woonde, viel hier 7% van alle Nederlandse burgerslachtoffers. Er vielen 10.000 gewonden, waarvan er 5500 blijvend invalide werden. Om het in

verhouding te zien: in 1938 werden 18 mensen in Nijmegen bij gewelddadigheden gewond of gedood. 60 straten verdwenen in het oorlogsgeweld, 5000 huizen werden volledig verwoest, een kwart van alle huizen van de stad! 13.000 huizen werden beschadigd, slechts 10% kwam ongeschonden uit de strijd. 400 winkels, 7 kerken, waaronder de monumentale Sint Stevenskerk, de al even imposante Sint Augustinuskerk en de middeleeuwse Sint Canisiuskerk werden weggevaagd. 50 horecapanden, alle bioscopen, het station, het stadhuis, alles ging plat. Van de universiteit, al gesloten in 1943 vanwege de Arbeits Einzats, bleef niets over.

Enkele gebouwen bleven op wonderbaarlijke wijze gespaard. De Mariënburghkapel in de stad kwam ongeschonden uit het bombardement. In Oost werd de Maria Geboortekerk getroffen door een granaat, waarbij één van de steunpilaren werd opgeblazen, maar de kerk bleef overeind. Bij de Vereniging schoot een granaat vanuit het noordoosten door het dak naar binnen, schampte een dakspant (de krassen zijn nog zichtbaar), vloog aan de zuidwestkant door een ruit weer naar buiten en bleef onontploft op de Groesbeekseweg liggen.

Onze verwoeste stad telde na De Slag 12.000 daklozen. Daarnaast nog eens 3.000 evacués uit de Betuwe, dat door de Duitsers als waterlinie onder water was gezet. Ook waren hier vele duizenden militairen gelegerd. Het moet een chaotische tijd geweest zijn.

Er zijn de afgelopen maand veel herdenkingen geweest. Het kunnen er nooit genoeg zijn. Opdat wij nooit vergeten!

Wijknieuws

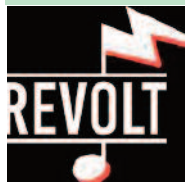
Heb je interessant wijknieuws? Zet het op nijmegen-oost.nl en we plaatsen het hier!

Lezing over Mariënboom



Op woensdag 20 november presenteert Klaas Bouwer, lid van de Heemkundewerkgroep Heilig Landstichting, een lezing over de buitenplaats Oud-Mariënboom, het voormalige hotel Mariënboom en het Mariënbosch. De lezing vindt plaats in dorps-huis 't Zaalte, Carmelweg 2 in Heilig Landstichting. Aanvang: 20.00 uur, toegang € 4,- incl. koffie of thee.

Vocal Group Revolt



Het allereerste seizoen van Vocal Group Revolt heeft net een succesvolle start gemaakt! We zijn een enthousiaste groep mannen en vrouwen die wekelijks werken aan een vernieuwend repertoire. We zingen voornamelijk popmuziek met uitstapjes naar wereldmuziek, musical en andere genres. De repetities zijn elke maandag van 19.30 tot 21.00 in café

The Shuffle (Berg en Dalseweg 200 in Nijmegen-Oost). Heb je interesse? Mail dan naar vocalgrouprevolt@hotmail.com.

Het 'mooiste huis van Nijmegen' staat in Oost

Het pand op Wilhelminasingel 40 werd de winnaar van de verkiezing die historische vereniging Numaga in samenwerking met de Gelderlander had uitgeroepen. De verkiezing werd voor het eerst gehouden. De eigenaren van het winnende huis kregen een plaquette uitgereikt.

Theatergroep Kwatta: Gouden Krekel voor Jibbe Willems

Schrijver Jibbe Willems heeft een Gouden Krekel gewonnen voor het libretto dat hij schreef voor de voorstelling Jabber van de jeugdtheatergroep Kwatta die zetelt aan het Badhuis in Nijmegen-Oost.

Op bezoek bij Thomas Hontelez: hij heeft als pelgrim een voet/fiets-tocht gemaakt van Nijmegen-Oost naar Istanbul. Bij een pelgrim verwacht ik eigenlijk niet de jonge verschijning die Thomas is, ten tijde van zijn tocht in 2014 was hij pas 25.

Keerpunt

Aanleiding voor zijn tocht naar Istanbul is dat hij in 2014 op een keerpunt in zijn leven staat: net afgestudeerd in religiestudies maar nog geen baan, zijn relatie is net beëindigd. "Wat moet ik gaan doen", vraagt hij zich af. Dan herinnert hij zich de wandelstok die hij een hele tijd geleden van een hazelaar heeft gemaakt en die wacht op avontuur! Het plan wordt geboren om te gaan wandelen. Maar waarheen?

De gebruikelijke doelen als Santiago de Compostela en Rome spreken hem niet zo aan. Hij kijkt op de wereldkaart en zijn blik valt op Istanbul, een stad waar hij dubbele gevoelens bij heeft: hij heeft de prachtige stad bezocht met zijn ex-vriendin maar haar ook verloren aan die stad. Daarom is Thomas boos op de stad, die heeft zijn vriendin 'afgepakt'. Tegelijkertijd beseft hij dat het wel gek is om boos te zijn op een stad. Hij wil niet kwaad blijven en kiest juist Istanbul daarom als doel. Daarmee heeft hij een tocht van ongeveer 4000 kilometer voor de boeg.

Hij gaat op pad met een tentje, wat spaargeld, veel tijd en natuurlijk zijn wandelstok. Ter voorbereiding heeft hij twee boeken gelezen van mensen die ook naar Istanbul zijn gelopen. Het eerste stuk lopen zijn ouders en een vriendin mee, maar vanaf Kranenburg gaat hij alleen verder om via Oostenrijk, Hongarije en Bulgarije naar Turkije te trekken.

Wandelen is niet overal genieten van de natuur

Wij zijn gewend aan goed onderhouden wandelpaden, maar dat is op een groot deel van zijn traject niet het geval. In landen als Bulgarije snappen mensen niet dat je zomaar een eind gaat wandelen, wandelen wordt daar gezien als een teken van armoede omdat je geen andere vervoermiddelen hebt. Wandelpaden worden niet onderhouden en dat maakt het voor Thomas soms wel lastig om de route te vinden.

Onderweg doet hij bijzondere ervaringen op. Zo ontmoet hij een jongen die ook onderweg is, zonder geld. Thomas maakt zich juist zorgen over geld op dat moment. Doordat de twee een tijdje samen optrekken, krijgt hij vertrouwen erin dat reizen ook lukt zonder geld: ze komen veel goodwill en vrijgevigheid tegen.



Foto: Marc van Kempen

Wat is pelgrimeren?

Pelgrimeren is voor Thomas het laten samenvallen van de uiterlijke reis én de innerlijke reis die hij maakt. Het doel van de pelgrims-tocht is voor hem verdieping en bezieling vinden, maar niet gekoppeld aan een bepaalde religie. Onderweg is hij tot het besef gekomen dat een pelgrim slechts twee essentiële deugden nodig heeft om te (over)leven: eenvoud en openheid. "Openheid naar zowel de mensen die je tegenkomt als naar wat er gebeurt op je weg", licht hij toe. "Een pelgrim is onderweg en daardoor is er ruimte om na te denken. Je hoeft echter niet per se te lopen om een pelgrim te zijn, het gaat uiteindelijk om de innerlijke reis die je maakt."

Waarom een boek?

Thomas is verdrietig en boos op weg gegaan maar eenmaal aangekomen in Istanbul merkt hij dat hij op een andere manier naar het verleden kan kijken en wijzer is geworden. De reden voor het boek is dat hij de twee deugden 'eenvoud + openheid' in de maatschappij onder de aandacht wil brengen en mensen wil aansporen om deze in te bouwen in het dagelijks leven. 'Wandelen naar wijsheid' is de titel van het boek dat hij heeft geschreven over pelgrimeren. Het boek bevat levenslessen voor iedereen en is in de boekhandel verkrijgbaar (Uitgeverij Kok Boekencentrum).

Thomas is momenteel docent Levensbeschouwing in Arnhem en bestuursvoorzitter van Walk of Wisdom. Tevens begeleidt hij wandeltochten in Italië rondom Assisi.



Wilmy Smeets

SIARDUS vindt het zonde om weg te gooien

door Frank Schijven



BLIXEM
eetcafé | catering | cadeaus



Groesbeekseweg 75 Nijmegen | 024 - 388 86 78
www.blixiemnijmegen.nl

f i t



KAAIJ
advocatuur
mediation | coaching

Recht uit het hart

Personen- en familierecht
als advocaat of mediator

Nalatenschappen
als mediator

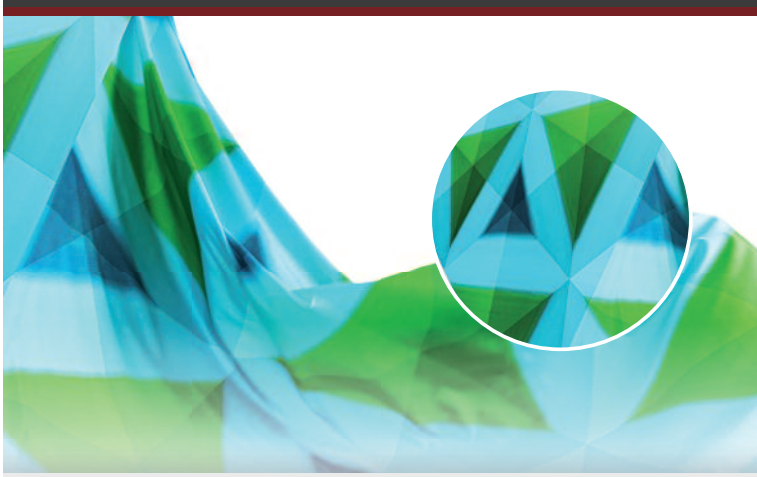
Arbeidsrecht
als mediator

Zakelijke geschillen
als mediator

Psychiatrisch patiëntenrecht
als advocaat

St. Annastraat 198 G | (024) 324 59 37
6525 GX Nijmegen | www.kaaijadvocaten.nl

Richt uw woning mooier in met
Wennekers Nijmegen



WENNEKERS
NIJMEGEN

Groenestraat 2A Nijmegen
(hoek St. Annastraat)

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

Gordijnen, zonwering, vloeren ...en meer

www.wennekers-nijmegen.nl

Mieke de Wit
miekedewit7@gmail.com
06 - 144 988 07
f @miekedewitcoaching

Relatietherapie
in **Nijmegen**

Fenno Meijer
fenno@maakpositiefverschil.nl
06 - 336 761 65
www.maakpositiefverschil.nl



Als stel geven wij relatietherapie
Soms loopt het samen niet meer vanzelf. Het is lastig dit patroon te doorbreken. Wij helpen jullie met inzicht, communicatie en kennis om jullie probleemoplossend vermogen te vergroten.

Bij ieder van ons kun je ook individueel terecht
Ook alleen kun je vastlopen. Je wilt snappen wat er speelt, je wilt inzicht in hoe het bij je werkt en dat veranderen, zodat je nieuwe opties leert kennen en toepassen. En dat onder betrouwbare, prettige en kundige begeleiding. Wees welkom!

Bel, app of mail voor een vrijblijvende kennismaking



Gespreksruimte in Lent
Lentschoolstraat 25
6663 CP Lent



fenno meijer
coaching & therapie



mieke de wit
coaching
bewustwording
en persoonlijke
ontwikkeling

Informatie & Advies

maandag t/m donderdag 13.30 – 16.30 uur
woensdag ook 09.30 – 12.30 uur

Buurtsoep

Herken je dat? Je komt thuis en de geur van een mooie, ouderwetse bouillon komt je tegemoet. Mmmmmmm. Lekker zelfgemaakt met verse groenten en kruiden. Dat geeft je kracht en energie.

Iedere laatste woensdag van de maand maakt Onder de Bomen zo'n heerlijke soep. Twee grote pannen worden dan vol trots Stip Oost binnen gedragen. Onder de Bomen geeft een werkplek aan mensen met een beperking. Elke keer is de soep weer anders. Bekende tomaat- of groentesoep, maar ook verrassende pinda- of paprikasoep. Vegetarisch en altijd heel gezond.

Vorige maand waren er weinig wijkbewoners bij de buurtsoep aanwezig, vond ik. Misschien nog even wennen na de vakantie. Ik hoop in oktober weer veel oude en nieuwe "soepliefhebbers" te mogen begroeten. Kom op de laatste woensdag van de maand om 12.00 uur en neem een buurt-

vrouw of -man mee. Het is gratis en altijd heel gezellig. Al zin in zo'n geurige soep? Tot ziens bij Stip Oost,

Rob Hermens
coördinator



Buurtsoep

Kom op woensdag 30 oktober om 12.00 uur voor die heerlijke soep in Stip Oost. Geurig, Gratis en Gezellig!

Repaircafé

We willen in Stip Oost regelmatig een repaircafé gaan organiseren. Wie wil meehelpen? Ben je handig, kun je repareren, organiseren of iets anders? Doe mee en laat het weten bij Stip Oost.

Pompoensnijden

Ook dit jaar weer pompoen snijden voor kinderen in de basisschoolleeftijd. Op woensdagmiddag 30 oktober om 14.30 uur. Opgeven bij Stip Oost. Vol=vol.

Expo Hannie Roosengarten bij Stip Oost

Op zondag 3 november openen we in Stip Oost aan Elzenstraat 4 om 17.00 uur de expositie van Hannie Roosengarten. Ze begon in 2004 serieus met schilderen. Ze heeft daarbij duidelijk plezier ontwikkeld om op verschillende manieren met kleur en vormen bezig te zijn. Vooral de verrassende effecten van kleur stimuleren haar. Meer info op h.roosengarten@hetnet.nl. De expositie is te zien tot en met donderdag 28 november op openingstijden van Stip Oost.

Tot en met donderdag 31 oktober kunt u op die tijden in Stip Oost nog de grote foto's zien van Frans Eppink over armoede in Nijmegen. Van zwervers in schamele schuilplekken tot kinderen die gelukkig nog wel met een schoolreisje mee mogen.

Wil u ook een keer exposeren met foto's of kaarten of schilderijen, of iemands voordragen? Dat kan! Mail naar oost@stipnijmegen.nl of Bel John op 06 3313 0574



Muzikaal luisterspel 'Benedictusoratorium'

Op zaterdag 26 oktober vindt er om 17.00 uur een bijzondere uitvoering plaats in de Dominicuskerk aan de Prof. Molkenboerstraat 7 in Oost. Dan wordt daar het Benedictusoratorium ten gehore gebracht, een muzikaal luisterspel over het leven van de monnikenvader Benedictus van Nursia, 'man van vrede'. Het is gecomponeerd door Peter Pieters, organist van de kathedraal van Mechelen (België) op een tekst van pater Dirk Hanssens osb, prior van de Abdij Keizersberg in Leuven. Dirk Hanssens is tevens hoofdredacteur van het tijdschrift De Kovel, een tijdschrift over het monastieke leven in Nederland en Vlaanderen. De uitvoering vindt plaats bij gelegenheid van het koperen jubileum



van dit (nog jonge) tijdschrift.

De rode draad door het oratorium vormt het levensverhaal van Benedictus, de vader van het westerse kloosterleven. Citaten uit zijn kloosterregel zijn in het oratorium verwerkt en in aria's komen belangrijke kenmerken van het monnikenleven aan bod.

De uitvoering in de Dominicuskerk is uniek want de enige uitvoering in Nederland. De

zangers zijn afkomstig uit koren in Mechelen (o.a. het Mechels Kathedraalkoor) en Leuven (o.a. het Lemmensinstituut), met vier solisten, en zij worden begeleid door een kamerorkest. Het geheel staat onder muzikale leiding van Johan van Bouwelen.

Toegangskarten voor het oratorium kosten €18,-.

Voor studenten en abonnees op het tijdschrift De Kovel geldt een gereduceerd tarief van €15,-. Inschrijven kan via het digitale formulier op de website van De Kovel: www.dekovel.org.

Voorafgaand aan de uitvoering van het oratorium is er vanaf 15 uur in de dagkapel van de kerk een minisymposium over Het leven als liturgie: de kunst van het monnik zijn. Dit symposium vindt plaats vanuit het Benedictijns Centrum voor Liturgische Studies, dat aan de Radboud Universiteit is verbonden (meer info op www.ru.nl). Bezoekers van het oratorium kunnen gratis aan het symposium deelnemen. Wie alleen het symposium wil bezoeken, betaalt een bijdrage van €8,-. Aanmelden voor het symposium kan via e-mail: t.quartier@ftr.ru.nl.



Wij zijn verhuisd

Na 20 jaar waren we eindelijk zelf aan de beurt en zijn we verhuisd naar de Tooropstraat 11 in Nijmegen.

Een schitterende locatie, verbouwd met duurzame materialen en voldoende ruimte om u te ontvangen.

Komt u een keer langs? De koffie staat klaar.

Kolmeijer Nijmegen
makelaars & taxateurs

Tooropstraat 11, Nijmegen
024 - 360 95 52
wonen@kolmeijernijmegen.nl
www.kolmeijernijmegen.nl

Bij Dienstencentrum OBG

kun je permanent kantoor-/werkruimtes huren

Per direct: 48 m2 kantoor/werkruimte

De kantoren liggen op de 1e etage en zijn rolstoeltoegankelijk.

- 2 kantoor-/werkruimtes (2x 18m2);
- halletje met pantry en eigen toilet (12 m2) .

Huurprijs per maand € 520,- (€ 6.240,- per jaar/€ 130,- per m2).

Bij de huurprijs zijn inbegrepen:

- gebruik algemene ruimte en voorzieningen OBG zoals; lift tot 1e etage, trap; receptie- wacht- en toiletvoorziening voor klanten/gasten in entree; • wekelijks schoonmaken van de etage en periodiek reinigen ramen;
- kosten gas, water en elektra; • wifi (bandbreedte in overleg)

Per 1 maart 2020: 183 m2 kantoor/werkruimte

Gesitueerd op de benedenverdieping van de Provenier (naast Dienstencentrum OBG)

- kantoor-/werkruimte (splitlevel), incl. barretje, keuken, 3 toiletten (waaronder minder validen toilet)

Huurprijs per maand € 1.750,- (€ 21.000,- per jaar/€ 114,75 per m2)

Meer weten of interesse in een van beide ruimtes?

Bel of mail Paul Braam (p.braam@obg.nu/024-3279 252)



*Vijverconcert zondag 29 sept. jl:
één groot feest!*

Drie nieuwe groepen van start bij Dagbesteding

Sinds kort heeft Dagbesteding OBG drie nieuwe groepen met een eigen specifiek activiteiten aanbod.

Zo is er op de maandagochtend de Creatieve ochtend gestart, waarbij bezoekers onder begeleiding met diverse materialen diverse technieken uitproberen.

Op maandagmiddag is er een extra groep Meebewegen, met een aanbod aan afwisselende bewegingsactiviteiten. Op de donderdagnamiddag is er nog plaats aan tafel bij Kookcafé, waarbij studenten van het ROC Nijmegen gezamenlijk koken én eten met ouderen.

Bel Dagbesteding OBG voor meer informatie: 024-3279 255

En verder de komende weken bij Dienstencentrum OBG:

Zondag 20 oktober: OBG Matinee: Rhea Elise (piano) 14:30-16:00u

Dinsdag 22 oktober: Dansavond Café Burgerlust (met Duo Rentree) 19:30-22:30u

Zondag 27 oktober: OBG Matinee: de Weesgegroetjes 14:30-16:00u

Dinsdag 29 oktober: Dansavond Café Burgerlust (met Jan Kersten) 19:30-22:30u

Zondag 10 november: OBG Matinee: Okido Senioren Entertainment 14:30-16:00u

Dinsdag 12 november: Senioren College 14:00-16:00u.

Een halve eeuw medische wetenschap – wat hebben we bereikt?

Door Alessandra Cambi (hoogleraar celbiologie Radboudumc), entree gratis

Donderdag 21 november: OBG Bingo-avond 19:00-22:00u

Meer activiteiten: www.obg.nu/events/lijt



Prof. Cornelissenstr. 2 • Nijmegen
024 327 92 55
info@obg.nu • www.obg.nu

Duurzaam

Duurzaam Hengstdal

Sinds 2 september kun je na een jaar wachten weer 20% subsidie krijgen voor isolatiemaatregelen door deskundige aannemers. zie rijksoverheid.nl/onderwerpen/energie-thuis/vraag-en-antwoord/subsidie-isolatie-huis

Spreekuur en uitleenbasis in Stip Oost

De mensen van Duurzaam Hengstdal kunnen je op het gebied van energie of regenwateropvang adviseren of doorverwijzen naar een betrouwbare bron. Elke woensdagmiddag tussen 13.30u. en 16.30u. zijn daarvoor een paar mensen aanwezig in Stip Oost aan de Elzenstraat 4. Daar kun je je ook aanmelden voor CV-tuning, warmtescans of het lenen van duurzame spullen, waarmee je een week lang LED-lampen of inductiekookplaten kunt uitproberen.

Opties aardgasvrij

Noël en Peter overleggen namens Duurzaam Hengstdal met de gemeente, de woningcorporatie en de netbeheerder, over de opties als na 2030 de levering van aardgas ophoudt. Wordt het in elk huis een

warmtepomp of krijgt iedereen een aansluiting op een collectief warmtenet met heetwater van 70 graden. Duurzaam Hengstdal komt daarbij op voor een oplossing, die niet alleen duurzaam, maar vooral voor iedereen betaalbaar is.



Meedenken en meedoen

Wilt u meedenken en meewerken? Dat kan! U kunt iets betekenen! We kunnen ieders hulp en expertise gebruiken om 'voor en door de buurt' te werken aan onze wijk van de toekomst. Aanmelden kan woensdagmiddags in Stip Oost of door een bericht naar duurzaamhengstdal@gmail.com.

Word jij het 'straatcontact' van jouw straat?

"We hebben al heel veel buurtgenoten bereikt in ons streven naar een duurzame wijk. Wat betreft de overheidsplannen om van aardgas af te gaan, willen we één helder en gedragen standpunt kunnen innemen. We streven ernaar het belang van de wijkbewoners te vertegenwoordigen en daar wordt echt rekening mee gehouden bij de ge-

meente en andere partijen. Er zijn 3.500 woningen in Hengstdal. Wij vinden het belangrijk om zo veel mogelijk wijkgenoten te informeren, te horen en te kunnen helpen. Daarom hebben we een plan gemaakt om iedereen in Hengstdal te benaderen. Niet per brief, maar persoonlijk. Omdat onze kleine actieve kerngroep van buurtbewoners natuurlijk onmogelijk 3.500 adressen kan bezoeken, willen we graag een netwerk opzetten van 'straatcontacten'. Lijkt het u wat om in uw straat kort in gesprek met uw burens te gaan over duurzaamheid en alles wat we daarin zelf al kunnen doen?

We krijgen we op deze manier snel een zo goed mogelijk beeld van de opvattingen van onze wijk in geheel, waardoor we de wijk nog beter kunnen vertegenwoordigen. U kunt zich aanmelden door een mailtje met naam (telefoonnummer en adres!) naar ons te mailen. Wanneer u 'ambassadeur' van Duurzaam Hengstdal gaat worden, wordt u daar natuurlijk goed bij begeleid en ondersteund met informatiemateriaal. Meld je hier aan: info@duurzaamhengstdal.nl.

Aanmelden voor (gratis) nieuwsbrief

Sinds mei publiceren we bijna elke maand een digitale nieuwsbrief. Een mailbericht met 'nieuwsbrief' naar duurzaamhengstdal@gmail.com is voldoende.

Vitaliteit

Tips van diëtiste Daphne van den Berg. Dit keer over Stoptober.

Stoptober is samen 28 dagen niet roken in oktober. Meedoen aan Stoptober is een van de beste beslissingen die je kunt nemen. En dit is het moment. Uit onderzoek blijkt dat 28 dagen net lang genoeg is om te ervaren wat de positieve effecten zijn van stoppen met roken. De meeste ontwenningsverschijnselen zijn dan achter de rug. Bovendien is een periode van 28 dagen goed te overzien. Ook is de kans om blijvend te stoppen met roken maar liefst vijf keer groter als je het 28 dagen volhoudt dan wanneer je die 28 dagen niet haalt.



Dat het een verslavend effect heeft komt o.a. door de nicotine die in de tabak zit. Nicotine stimuleert de afgifte van adrenaline aan het bloed. Adrenaline verhoogt de hartslag, bloeddruk en bloedglucose en versnelt de ademhaling. De gebruiker voelt dit als een 'kick'. Wat de grootste reden is om niet te roken is voor meeste mensen het effect dat roken heeft op de gezondheid. Zo kan teer o.a. leiden tot bronchitis, longemfyseem en diverse soorten kanker. Koolmonoxide leidt o.a. tot een verminderde conditie, aderverkalking en hartklachten.

Stoppen

Stoppen met roken heeft altijd zin, ook voor een korte tijd. Al na 20 minuten zijn er effecten merkbaar in je lichaam, want dan daalt je bloeddruk en je hartslag al. Na 48 uur ruik en proef je al meer. En na 72 uur heb je merkbaar meer energie en gaat ademen makkelijker. Dat klinkt mooi, toch? Het is fijn dat je het verschil direct gaat merken, dit helpt bij de motivatie om gestopt te blijven met roken.

Ondanks dat er veel negatieve effecten zijn aan roken heeft stoppen eigenlijk maar één nadeel: het kan zijn dat je in gewicht gaat aankomen nadat je stopt met roken. Roken versnelt namelijk je stofwisseling en het vermindert je hongergevoel. Dit is natuurlijk niet leuk en zelfs voor veel mensen een reden om, ondanks de nadelen, toch te blijven roken. Echter is er altijd een gezonde manier

om de gevolgen van stoppen te beperken en hier kunnen we je zeker bij helpen.

Tips

- Wen jezelf een nieuwe gewoonte aan op de momenten die voor jou echt bij roken horen. Bijvoorbeeld: neem na een maaltijd een lekkere kop thee of ga iets doen waar je blij van wordt.
- Ga bij zin in een sigaret even iets anders doen, bijvoorbeeld een rondje lopen. Het helpt als je dit niet alleen doet. Ga gezellig met iemand een ommetje maken, zo heb je vaak een gesprek en wordt je afgeleid van het feit dat je eigenlijk wilde roken.
- Zet het geld dat je normaal aan sigaretten zou uitgeven apart. Zo kun je duidelijk zien hoe groot de financiële winst is van niet roken en wanneer je ook nog eens een doel hebt waar je voor spaart geeft het extra motivatie om te blijven stoppen.
- Stop samen. Gedrag veranderen is niet makkelijk, maar het helpt als je het niet alleen hoeft te doen. Wanneer je niet iemand in de buurt hebt die samen met je wil stoppen, dan kun je bijvoorbeeld met behulp van een app stoppen. Hier heb je vaak een forum waar je vragen kunt stellen en wordt je dagelijks gemotiveerd en geholpen bij het stoppen.
- Schakel hulp in van bijvoorbeeld je huisarts om samen te bespreken hoe je het beste kan stoppen.



WINKELCENTRUM MOLUKKENSTRAAT



"Kwaliteit, service en winkelgemak in de buurt"

drankenspecialzaak



van haastregt/Lamers

Het is weer vroeg donker en de avonden worden langer. Het geeft dat gevoel van het langzaam kouder worden buiten en we binnen weer meer genieten van de huiselijke warmte. Heerlijk de herfst die al weer begonnen is en dat warme gevoel geeft.

In die lange donkere avonden kun je weer volop van het heerlijke bobbier genieten. Met prachtige donkere diep rode kleuren die zo mooi bij de herfst passen. De geuren en smaken van karamel met een vleugje hop geven karakter aan bobbier om er extra lang van te genieten. Bij Drankenspecialzaak van Haastregt-Lamers aan de Molukkenstraat hebben ze een ruime keuze en met regelmaat ook nog leuke aanbiedingen.

Deze donkere dagen geven je ook de tijd om al vooruit te kijken naar de Kerstdagen. Gaan we het gezellig maken met het gezin of nodigen we nog vrienden uit. Wat wordt het menu? Wordt het koken of laten we het brengen en zeker zo belangrijk wat drinken we erbij?

Kom alvast inspiratie opdoen! Welke wijnen of bieren passen bij het menu. Drinken we nog bubbels voor het diner en een fijne cognac of ander mooi distillaat na het diner.

Wil je advies, vraag het bij Drankenspecialzaak van Haastregt-Lamers zij helpen je graag.



Geniet van herfst en winter met een passend drankje.
www.drankenspecialzaaknijmegen.nl



ons
winkeltje

SOL LOUNGE

Brain
Wash

coop

eyelove

Bloemenveld

Beter Horen

da

Foodservice
Rogale

www.winkelcentrummolukkenstraat.nl

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



Je zakelijke advertentie ook in de Wijkkrant?

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

Zoek je een DJ die wel van Donna Summer heeft gehoord, maar ook muziek van nu draait? Bel Simone Kiebosch 06-15500129 of kijk op www.muzikquest.nl.

Relatietherapie. Nergens worden we meer geconfronteerd dan in relaties. Doorbreek vicieuze cirkels voor meer helderheid, begrip en verbinding. Gratis kennismaking. 0627193558 [mirabrouwer.nl/info@mirabrouwer.nl](http://www.mirabrouwer.nl/info@mirabrouwer.nl)

Bewegen op muziek. Kom en doe donderdag 24 oktober een GRATIS proefles mee met de dames 50+ BOM-GROEP. Afwisselend wordt er gewerkt aan conditie, vetverbranding en spieroefeningen. Donderdagavond 18.30-19.30 uur, gymzaal Klein Heyendaal. Info: José 0647773975

Kom lekker bewegen! **Nia-lessen** zijn weer gestart. Hou jezelf soepel, krachtig en in balans met Nia! Dansvormen, vechtsportbewegingen, yoga, met verrassende muziek en vooral met veel plezier! Kijk voor meer informatie op www.niasusan.nl Telefoon: 06-50854424

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

Anna Bakker, 06 22363599, www.levensverhalen.nl

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

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

Moeite met wiskunde? Wiskundeleraar geeft bijles aan middelbare scholieren. Alle niveaus. Groesbeekseweg 246b; tel: 024-3604466 of 06-53181722; site:wiskundepraktijk.nl; mail: winkens-frans@gmail.com

Therapiegroep voor jongeren (VO), psychische problemen, bv. stress, angst, depressie, onzekerheid. Inta-

ke, 6x groep, 3x ind. sessie. Kunstzinnig therapie Femke Klein. Start op 7 november 2019. 024-8480319 www.therapieweek.nl

Omzien naar elkaar is een bundel korte, mooie teksten en wat langere verhalen die geschikt zijn om even voor te dragen, aan het begin of het eind van een filosofische, spirituele of zinnvolle bijeenkomst. Telefoon: 06-48391146

Individuele Familie- en Systeem-Opstellingen. In relaties worden gevoelige knoppen ingedrukt die oude patronen activeren. We onderzoeken die relatiepatronen. Wat zijn verlangens? Creëer ruimte voor acceptatie en mogelijkheden. www.mirabrouwer.nl, 0627193558

Geweldloze- of Verbindende Communicatie-Training, 1 en 2 nov., ontwapenend, doeltreffend, verbindend. Monique Hoogakker (gecert.) M. 06 41310921. Ino en aanmelden: www.fortmanncentrum.nl Telefoon: 0641310921

Kunstzinnige Therapie Beeldend voor kinderen en volwassenen. Gesprekken en eenvoudige oefeningen helpen je om gezonder en gelukkiger te worden. Hulp nodig? Femke Klein, Groenewoud, www.therapieweek.nl Telefoon: 024-8480319

Mindfulness voor kinderen. Is uw kind snel afgeleid, vaak moe of slaapt het slecht? Praat uw kind moeilijk over gevoelens? Mindfulness voor kinderen van 5 t/m 11 jaar, door Ria Palm; www.mindfulnesskids.org, tel: 06-33953099

Zakelijke advertenties

Altijd al willen schrijven? **Kom schrijven!** Sluit je aan bij een kleine vaste groep. Laat je werk lezen en bespreken. Vind inspiratie onder bevoegen en deskundige begeleiding. 06 42049798.

Sint en Pieten huren? Sint en 2 pieten €40,- per half uur. Alleen pieten €25,- 20 minuten. Zat. 23 nov. Zo. 24 nov. Laat. 30 nov. Zo. 1 dec. Info: Karel van Hees tel. 024-3235229

Garagebox te huur In Nijmegen-Oost nabij Van Heutszstraat/Groesbeeksedwarsweg. Afm. 6.70 x 3.00 Ingang breed 2.40 m. Onderdoorrijhoogte ingang 1.95 m. Tel. 024 3225817 of 0615388289

In de Krayenhoffkazerne startte za 5 oktober **Traject Blikopener**, een inspiratie en verdiepingstraject voor kunstenaars, docenten, serieuze autodidacten en andere beeldmakers. trajectblikopener.nl/0634725266

Op woensdag 23 oktober is er van 18 tot 21 uur een **vegetarische biologische kookworkshop** in Pro College, Dennenstraat 21, Nijmegen, samen koken en samen eten www.koken-metdomini-que.nl of 06-13079008.

Timmerman bekend met totaalonderhoud van woningen heeft tijd voor al je timmerwerk in en om huis, aftimmeren, dubbelglas, schuttingen, hang- en sluitwerk, afhangen ramen+deuren, kozijnreparatie. 0610572021

Uniek afscheidshuis

In villa Oud-Mariënboom is het kleinschalige rouwcentrum van Klopper & Kramer Begraaf- 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

Laaghangend auto-CO2

Bij 'Duurzaam Hengstdal' tref ik niets aan over de verduurzaming van het autogebruik.

Ingezonden op nijmegen-oost.nl door wijkbewoner Hans

Natuurlijk kan er niets op tegen de CO2-reductie van de vervanging van je auto door fietsvervoer. Maar ook als je de auto niet meteen de deur uitdoet - hoewel de meeste auto's toch al buiten staan - dan nog kun je aanzienlijk besparen op de CO2-uitstoot van die machine.

Een auto op diesel stoot namelijk per liter 3,2 kg CO2 uit. Een auto op benzine (E95) 2,8 kg per liter. Vervang je die brandstof door LPG, dan heb je nog maar 1,8 kg CO2 uitstoot per liter. Ook de stikstofuitstoot van LPG is veel lager dan van diesel en benzine.

In percentages: vervang je diesel door LPG, dan realiseer je een CO2-reductie van -44%, bij benzine is dat -36%. De CO2-uitstoot (voor de productie van elektriciteit) van elektrische auto's is zelfs hoger dan die van een auto op LPG.

Ik ben benieuwd hoeveel mensen er in Hengstdal 'op LPG' rijden.

Waarom 'Duurzaam Hengstdal' hieraan geen aandacht besteedt en wel aan inductiekoken, waardoor je CO2-uitstoot 3 keer groter wordt dan met koken op aardgas, is me een raadsel.

De CO2-uitstootgegevens kun je hier vinden: <https://www.co2emissiefactoren.nl/lijs-emissiefactoren/>



Pionieren met gasloos wonen



Tekst & foto
Alex Holderbusch

Concreet is het nog lang niet, maar de gemeente heeft in Nijmegen-Oost de wijk Hengstdal aangegeven om per 2030 aardgasvrij te zijn. Uit een wijkwarmteplan moet straks blijken wat de beste alternatieve manier van verwarmen zou moeten zijn en wie dat gaat betalen. *Lees verder op pagina 4*

Tijs van Kemenade - woonachtig in Oost maar niet in Hengstdal - nam het heft in eigen hand met de vervanging van zijn cv-ketel door een pelletkachel. Dit is een slimme houtkachel, die samengeperste houtkorrels - pellets - verbrandt. Vooral bij de ingebruikname kwam heel wat kijken voordat hij er warmpjes bijzat.

Hoewel het stookseizoen voor de deur staat, is het buiten nog niet koud. Toch vraag ik Tijs of hij wil laten zien hoe hij zijn pelletkachel bijvult en ontsteekt. Met een zak van 15 kilo houtkorrels op de schouders komt hij de woonkamer binnenlopen. Achter een luikje boven de kachel, verscholen achter een bescheiden schilderij, zit een opening waarin Tijs de houtpellets direct uit de zak stort. Een enkele verdwaalde korrel belandt op de grond. De stofvorming is opvallend gering. De opstarttijd van de houtkachel bedraagt tussen de vijf en tien minuten. Dankzij een gloeispiraal laaien er ineens goudgele vlammen op achter het smetteloos schoon-gemaakte glas. Vuur blijft een fascinerend schouwspel om naar te kijken.

Dat zichtbare vuur blijkt een kleine twee jaar geleden één van de beweegredenen van Tijs te zijn geweest een inbouwpelletkachel aan te schaffen: "Nu heb ik een soort open haard in mijn kamer en dat vind ik wel gezellig." Al pratende blijkt hij een pionier in verduurzaming te zijn. Zijn ideeën ontleende hij aan zijn zwager, die een grote verbouwing en enkele duurzaamheidsprojecten doorvoerde. "Mijn doel was om van het aardgas af te komen. Een pelletkachel is interessant omdat er subsidie voor wordt verleend. Ik was bereid voor de lange termijn te investeren en ik hoop de kachel terug te verdienen." De installatie was redelijk ingrijpend met het nodige hak- en breekwerk. De pelletkachel is daarbij aangesloten op zowel de bestaande centrale verwarming als een warmwatervoorziening, bestaande uit een buffervat van 350 liter en een warmwatertank van gelijke inhoud. Naast zestien op het zuiden gelegen zonnepanelen zijn op het dak nog drie zonneboilers te vinden, die de buffervaten ook van warm water voorzien.

Van de installateur hoefde Tijs geen begeleiding te verwachten. Die beperkte zich tot het technisch aansluiten. Voor het bedienen, inregelen en het bedenken van aanpassingen was hij op zichzelf aangewezen. Tijs: "Met de cv-ketel hadden we een werkend product, met de pelletkachel functioneerde de verwarming niet meer goed. Ik heb uren achter de boilers gezeten om te weten hoe het allemaal werkt. Je moet het echt zelf uitvogelen, maar het bedienen en optimaliseren voor ons leefpatroon vind ik leuk om te doen." De verandering in comfortbeleving is lastig te omschrijven. De pelletkachel reageert trager dan de cv-ketel en krijgt het huis minder snel warm. De kachel vertoont zogenaamd aan-uitgedrag met de nodige intervallen en temperatuurschommelingen waardoor de comfortbeleving veranderde. De stralingswarmte in de woonkamer was daarentegen juist heel behaaglijk.



Van het gesjouw met zakken houtkorrels krijg je het ook warm. In de winter is dagelijks bijvullen wel nodig. Tijs en zijn vrouw vinden dat best aardig om te doen: "Het vullen van de kachel vergt weliswaar een extra handeling, soms ook door de regen, maar het kost ons weinig moeite." Ze weten wel te vertellen dat het gezin één keer zonder warm water zat omdat de voorraad houtpellets niet was aangevuld.

Uiteraard vraagt de pelletkachel om een periodieke schoonmaakbeurt. De aslade zuigt Tijs uit met een speciale as-stofzuiger. In de winter elke twee tot drie dagen. Drie keer per jaar reinigt hij eigenhandig de kanalen van de warmtewisselaar. Elke twee jaar volgt een onderhoudsbeurt door een installateur.

Voor de opslag van de zakken met houtkorrels is behoorlijk wat ruimte nodig. Het jaarverbruik ligt op ongeveer drieduizend kilo. Dat zijn drie pallets met manshoog opgestapelde zakken. Bij de aflevering van zo'n pallet was de auto een keer geblokkeerd, waardoor 's avonds onverwachts met veende krachten de handen uit de mouwen moesten worden gestoken. De kosten van een ton houtpellets liggen tussen de 300 en 350 euro. Om de warmte-afgifte te verbeteren en daarmee het verbruik te reduceren, zijn recentelijk de radiatoren in de woonkamer en oud leidingwerk vervangen inclusief nieuwe, digitale radiatorcransen, die Tijs met de 'evohome' van Honeywell bedient. Daarmee is wel duidelijk dat hij er een sport van maakt om het maximale rendement uit zijn installatie te halen. "Komend stookseizoen gaat de installatie zich echt bewijzen", aldus Tijs.

De zestien zonnepanelen leveren ruim meer elektriciteit op dan het huishouden jaarlijks verbruikt. Met de hele installatie inclusief zonneboilers hoopt Tijs per saldo zo'n 500 euro per jaar op de energierekening te besparen. Daar staat een investering, inclusief spouwmuurisolatie, van ongeveer 25 duizend euro tegenover.

Na een lang gesprek komen we uit bij een ingewikkeld en omvangrijk onderwerp, het milieu. Noch Tijs, noch zijn vrouw, noch de burens hebben de afgelopen twee jaar rook- of stankoverlast ervaren. Tijs toont zich nuchter: "Als ik een zak houtpellets in de kachel gooi heb ik niet de illusie dat dat beter zou zijn voor het milieu dan het gebruik van aardgas. Ik weet het niet."

Nacht van de Ommetjes

Tijdens de Nacht van de Ommetjes, zaterdag 5 oktober, liepen zeventien groepen in Nijmegen ommetjes door hun wijk. Zes daarvan liepen (deels) door Nijmegen-Oost: een Rondje op Rolletjes voor rolstoelers en rollatorrijders in Heyendaal, een Ommetje in Galgenveld, Stadsdaal en Ooijse Schependom, Bottenaal en één in Hengstdal (zie elders op deze pagina).

Ommetje Altrade en Hunnerberg

Door René Pennock

Maar liefst een paar honderd buurtgenoten liepen onder aanvoering van oud-nachtburgemeester en initiatiefneemster Doro Krol het Ommetje van Oost door Altrade en over de Hunnerberg. Het programma was gevarieerd. Thema: 'Welkom in het vrije Oosten. Er werd muziek gemaakt in de Lutherse kerk en in de Maria Geboortekerk, in de Roothaanstraat en in de Regentessestraat, in het Estelgebouw en op de Begraafplaats Daalseweg. Blueszanger Henk Hendriks vertelde over Nina Simone, die in het Belvoircomplex woonde, een bewoonster vertelde over de bijzondere architectuur van het Estelgebouw. Jeroen van Zuylen vertelde over de SP van vroeger en probeerde met een socialistisch strijdlid de Revolutie alsnog aan de praat te krijgen.

Thema 75 jaar bevrijding

Het thema 75 jaar bevrijding werd uitgediept door Joop Puijn, die vertelde over zijn café in oorlogstijd. Bert Eggelaar herdacht de hon-

derden bombardementsslachtoffers op de Begraafplaats Daalseweg. Van Zuylen las voor uit het aangrijpende oorlogsdagboek van Ida van Marwijk, die op de Regentessestraat woonde. Pastoor Eskes liet in de Maria Geboorte de gerestaureerde pilaar zien, die door een granaat weggeblazen was. Henk Rullmann en ik vertelden over de vreselijke verwoestingen die de Duitsers aanrichtten op de Hunnerberg tijdens de Slag om Nijmegen en over de frontstad-beschietingen in de maanden daarna. Bij de afsluitingsborrel zong Miriam de Vroome crooners op het biljart in een afgeladen Haantje.



Foto: Gerard Verschooten

Het Ommetje is een mooie gelegenheid om hier en daar eens binnen te kijken, wat over je wijk te horen of je buurtgenoten te ontmoeten. De enorme belangstelling heeft dit jaar opnieuw het bestaansrecht bevestigd.

Ommetje Hengstdal

Door Kor Goutbeek

De jaarlijkse Nacht van de Ommetjes is nu al bijna legendarisch. Thema van de editie van 2019 was de oorlog omdat nu ruim acht

maanden lang 75 jaar bevrijding wordt herdacht. Andere ommetjes in Nijmegen-Oost waren 'Bommen op Bottendaal'. "Welkom in het vrije Oosten" (Altrade en Hunnerberg), "Ommetjes op Rolletjes" (Heijendaal) en het "Dak eraf" (Stadsdaal, Ooijse schependom.) Henk Horstink woont al 40 jaar in Hengstdal en is een van de meest actieve buurtbewoners. Hij werkt ook bij Stip Oost, de vroegere bibliotheek, en dat was het vertrekpunt voor ons ommetje. Gewapend met fluorescerend hesje en fluitje voerde Henk onze kudde van zo'n 60 buurtbewoners aan. Hij ervoer enige tijdsdruk, waardoor het tempo hoog was en het Rode Dorp werd overgeslagen. Door de weinige stops hadden we gelegenheid bij te praten met bekende en onbekende buurtgenoten. Bij het T-huis op het Limosterrein was er muziek van de Mix met klassiekers als California Dreamin' dat voor het grootste deel van het 50+publiek prima mee te zingen was. We hoorden daar ook een verhaal over 18 september 1944, de dag nadat de parachutisten bij Groesbeek landden. We wandelden verder naar het moerbeiplantsoen dat volledig door buurtbewoners wordt onderhouden en waar twee indrukwekkende moerbeien de naam volledig rechtvaardigen. Hannefloor de Roos wachtte ons op bij het beeld van het vliegende paard Pegasus, tegenover het tankstation aan de Berg en Dalseweg. Ze vertelde de mythe van Bellephoron met zoveel uitbeeldingskracht dat ik meegenomen werd in het verhaal. Ik zag de magische pool gewoon voor me! Veel verder, in de Rembrandtstraat, hoorden we over een Romeinse amfitheater dat hier heeft gestaan en wel 10.000 man publiek kon herbergen.

Volgend jaar zijn de routes weer anders. Meer informatie op nachtvandeommetjes.nl.

Wijknieuws

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

Wie verdient een Kinderlintje?



Het kinderlintje is een officiële beloning voor een kind dat iets bijzonders heeft gedaan. Dat kan van alles zijn: van een zieke buurvrouw helpen tot geld inzamelen voor een goed doel, van opruimen in de wijk tot een belangrijke sportprijs winnen. De gemeente zoekt weer Nijmeegse Superhelden (4-12 jaar). Aanmelden kan tot 1 november via nijmegen.nl/kinderlintjes. Op woensdag 20 november, de Internationale dag van het kind reikt de burgemeester de lintjes uit.

Wijkwandelen, elke woensdagavond 19.30 - 21.00 uur

Een paar buurtbewoners willen liever wijkwandelen dan 's avonds op de bank zitten. Jij ook? Wandel mee! Elke woensdagavond van 19.30 tot 21.00 uur. Verzamelen hoek prof. Cornelissenstraat en prof. Schrijnenstraat. Aan- of afmelden niet nodig, geen kosten. Gewoon komen aanwandelen.

Operation Market Garden



Het is dit jaar precies 75 jaar geleden dat Operation Market Garden plaatsvond. Ook in Nijmegen-Oost werd enorm gevochten.

Om dit te herdenken was één van de highlights de komst van een grote stoet met historische legervoertuigen naar onze stad. Ze passeerden o.a. de Berg en Dalseweg.

Nijmeegse vrouwen-kunsttocht

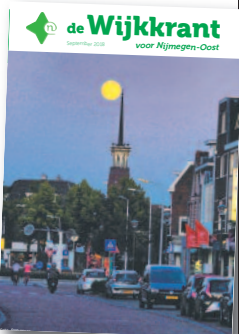
Wandel mee met deze historische kunstwandeling op zondag 20 oktober, langs Nijmeegse monumentale historische, beruchte of alledaagse plekken waar vrouwen geschiedenis schrijven of schreven. Start en eindpunt: Grote Markt Nijmegen. Verzamelen bij het Mariken van Nimwegen-standbeeld midden op de Grote Markt. 13:00 uur., duur: 1,5 uur. Aanmelden verplicht: hanneke@zininbeweging.nl. Kosten €2,50



Adverteren in de Wijkkrant?

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

2. De Wijkkrant en Wijkwebsite voor Nijmegen-Oost zorgen voor een leukere buurt en bestaan dankzij advertentie-inkomsten. Draag ook bij aan een prettige wijk! Doe jezelf en de wijk een plezier en adverteer in de Wijkkrant, al vanaf €65,-. advertenties@nijmegen-oost.nl.



Herstel & Balans Nijmegen

Start begin 2020 weer een nazorg groepsprogramma na kanker



Informatieavond
op 26 november
in het
Marikenhuis
Nijmegen
Aanvang
19.00 uur

Voor meer info:

www.herstelenbalansnijmegen.nl

Nieuw bij Ons winkeltje in Nijmegen

Demonstratie dynamische steunveren

**HULP VOOR ALLE MENSEN
MET VOET-, KNIE-, RUG- & HOOFDPIJNKLACHTEN**



Vrijdag 25 oktober aanstaande hebben wij de hele dag gereserveerd voor mensen met klachten. Een voetdeskundige maakt uw voetafdruk, geeft advies en demonstreert u de dynamische verende zolen van Fußelastik, een Duits maatwerk product. In tegenstelling tot de bekende statische podologische steunzolen, is de Fußelastik een verende zool. Deze activeert uw spieren en bloedomloop, corrigeert uw voetstand en zorgt ervoor dat u weer dagelijks zonder vermoeidheid of pijnlijke voeten op natuurlijke wijze kan lopen. De verende zolen van Fußelastik zijn in bijna alle schoenen te dragen, zelfs in open schoenen.

Kijk op www.fitfwd.com voor meer info.

*Maak daarom,
voor een gratis
deskundig advies,
even een afspraak
via 06-418 601 84
of kom langs.*

Molukkenstraat 5
6524 NA Nijmegen
06 - 418 601 84

Kijk op www.fitfwd.com
voor meer info.



GRATIS INFORMATIE AVONDEN

Isoleren & Energie besparen voor eigenaren van oudere huizen

10 sept
15 okt
12 nov

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

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



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

**THIEME
LOODS**

- Waarom werkt isoleren en verwarmen voor iedereen anders?
- Hoeveel bespaar je door bewuster te wonen?
- Waarom is alleen een open raam in de douche niet goed genoeg om te ventileren?
- Wat zijn de nadelen van spouwmuurisolatie?
- Hoe voorkom je condensatie in de constructie?
- Wat is luchtdicht en damp-open bouwen?
- Hoe meet je waar de meeste kou vandaan komt in de woning?
- Wat zijn de beste isolatiematerialen en hun toepassingen?
- Waarom heeft het vaak geen zin om het hele huis te isoleren en te verwarmen?
- Moet de gang ook altijd verwarmd worden?
- Hoeveel gas verstoekt je en hoeveel gas verkoopt je?
- Wat is een lage temperatuurverwarming?
- Kunnen bestaande radiatoren gebruikt worden voor lage temperatuurverwarming?
- Hoe isoleer je monumentale schuiframen en stolpdeuren?
- Hoe regel je de bestaande c.v. installatie in?
- Wat is tripel-glas en monumenten-glas?
- Wat is een koude-brug en hoe meet je die?
- Wat is een damp-dichte, damp-open en vochtvariabele folie en hun toepassing?
- Hoe werkt een balans-ventilatie-systeem?
- Kan er een vloerverwarming op een houten balklaag?
- Wat zijn de verschillende mogelijkheden van verwarmen?



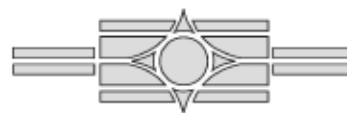
Thuis in het Rijk van Nijmegen

Met meer dan 30 jaar ervaring in het Rijk van Nijmegen kennen we zo'n beetje iedere straat, steegje en laan. Uw garantie voor een zorgvuldig advies over welke woning aansluit bij uw persoonlijke woonwens. Door lokale markt- en mediakennis weten wij precies hoe wij uw woning bij verkoop in het juiste daglicht moeten zetten.

Meer weten? Neem dan contact op met Juliëtte van Anken of Onno Disveld.



Pontanusstraat 1 | 6524 HA Nijmegen | 024 - 322 36 26
info@vananken.nl | www.vananken.nl



van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

mr. F.G.W.M. Huijbers

mr. S.T.W. Verhaagh

mr. D.W. Beemers

mr. S. van Oers

mr. H.M. Schurink - Smit

mr. B. Klomp - de Wijk

mr. L.I. Siers

mr. H.E. Helmink

voor:

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

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

Hartman van Dinteren v.o.f. schilders

Inmiddels een begrip in Nijmegen-Oost

Gespecialiseerd in:

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

Tijdens de wintermaanden een aantrekkelijke korting op al uw binnenschilderwerk.

Bel voor een vrijblijvende offerte.

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

PROFILE Heister DE FIETSSPECIALIST

...daar mag je méér van verwachten!



Groesbeekseweg 161, 6523 NP Nijmegen, 024 322 9765

**MEESTERSCHENKERIJ
CAFÉ JOS
NIJMEGEN 1977**

PRESENTEERT
Kwaliteit & buurt gezelligheid

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

Café Jos Meesterschenkerij
Deelenweg 309
6523 CA Nijmegen

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

TANDARTSEN PRAKTIJK VILLA WESTHOF

Stef de Grood
Leon Pennings
Annemieke de Grood



Tandartsen Praktijk

Villa Westhof

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

Karin Veldkamp



Dezelfde intentie met verschillende accenten

Cees de Beer, geboren en getogen Nijmegenaar, is vanuit zijn huisje in Bottendaal druk met de voorbereidingen voor de verkiezingen voor nachtburgemeester. Deze jonge kandidaat gaat de 'strijd' aan met Patrick aan de Kerk. Voor deze vervroegde verkiezingen gaven ze al vier andere kandidaten het nakijken. In gesprek met twee nachtvinders met idealen ga ik op zoek naar de verschillen.

Maar eerst, wat doet een nachtburgemeester ook alweer? Op de eerste plaats is hij of zij ambassadeur van de Nijmeegse nacht, aanspreekpunt voor iedereen en verbinder tussen gemeente, ondernemers en bewoners. De nachtburgemeester geeft gevraagd en ongevraagd advies aan en over alle nachtelijke stakeholders. En natuurlijk is het aan hem of haar om het nachtleven nog mooier, diverser, uitnodigender, inclusiever, veiliger en verrassender te maken. Ga er maar aan staan. Maar gelukkig doet de burgemeester het niet in zijn uppie, hij wordt bijgestaan door wethouders. Cees en Patrick hebben ieder hun eigen team en met zijn allen gaan ze ervoor.

Zoekt en gij zult vinden?

En dan de verschillen. Het eerste verschil is makkelijk. Cees (links op de foto) is eind twintig en Patrick begin vijftig. En nummer twee: Patrick is dj en partyorganisator, Cees is de oprichter van 'Mensen Zeggen Dingen' en werkt bij Cultuur Oost, een expertisecentrum. Patrick woont en werkt in de stad en is een echte nachtman. Cees vindt zichzelf meer maatschappelijk betrokken. "Ik ga op vrijdagavond niet per definitie naar een feestje, maar net zo lief met 'n kennis met een beperking naar NEC."

Dan wordt het moeilijker. Ze willen allebei de stad mooier maken, er zijn voor alle wijken, werken aan veiligheid en omgangsvormen en Nijmegen landelijk promoten. Cees legt wat meer nadruk op inclusiviteit. Zijn team bestaat uit mensen die verschillende groepen vertegenwoordigen zoals de LHBT-community en mensen met een beperking of met een andere kleur. "Iedereen moet zich prettig voe-

len in de stad."

Patrick gaat meer voor een team met specifieke kwaliteiten om bepaalde doelen te bereiken: "Ik ben veel te vinden in het nachtleven en neem altijd tijd voor mensen die extra aandacht nodig hebben. Ik vind het belangrijk dat mensen elkaar een beetje in de gaten houden door bijvoorbeeld te checken of iemand goed thuis komt. Daarnaast wil ik extra waardering voor alle mensen die 's nachts werken en het nachtleven mede mogelijk maken, voortbordurend op de nachtbloem - voor mensen die niet zo'n fijne nacht hebben - van Doro Krol."

Cees: "Ook voor mij is het breder. Ik wil alle partijen samenbrengen, maar als ik het straks mag zeggen, dan gaat het mij op de eerste plaats om de mensen. En daarmee bedoel ik vooral de zwervjongeren die zich 's nachts niet veilig voelen. En wat dacht je van al die mensen die juist overlast ervaren van alle festivals? Ook belangrijk."

Patrick: "Ik wil meer veiligheid op grote evenementen en het publiek meer betrekken door het idee van een nachtkloet verder uit te werken, zodat ik signalen van de mensen kan koppelen aan de juiste contactperso-

nen. Het loket moet steeds op een andere plek zitten."

Voortborduren en verfijnen

Als ik vraag wanneer die nacht eigenlijk begint, gooit Cees zijn handen in de lucht en zegt: "Ik weet het ook niet. De nacht is officieel van 00.00 tot 06.00 maar het meeste werk wordt overdag gedaan en het resultaat zie je terug in de nacht."

Is het haalbaar, al die plannen? "Het is een uitgangspunt", geeft Cees aan. "Je hebt drie jaar en uiteraard streef je ernaar om zoveel mogelijk te realiseren. Maar er is ook al veel voorwerk gedaan door andere nachtburgemeesters. Je borduurt daar op voort en wil het beter maken."

En dan even iets heel anders. Een blik in de toekomst. Wat gaat er gebeuren als er niet meer gerookt mag worden op de terrassen. Wil de nachtburgemeester daar iets mee? Verbaasde blikken. Daar hebben de kandidaten nog niet over nagedacht, maar ze hebben wel een mening. Alhoewel Patrick toch wel hoopt dat een mogelijke wet en uitvoering over die drie jaar wordt heen getild.

Ook Cees staat niet te springen bij de gedachte dat roken op een terras niet meer mag. Ze zijn het wederom eens: "Niet roken staat centraal maar laten we geen rokerij pester worden."

Verloofd!

Nog steeds op zoek naar de verschillen vraag ik wat ze van elkaar waarderen. Patrick waardeert de openheid en creativiteit van zijn tegenkandidaat. Cees als geboren en getogen Nijmegenaar: "Ik wil wel winnen, maar Patrick heeft ook een hart voor Nijmegen en daar ben ik blij mee." Ze zijn het er roerend over eens dat ze direct een goed contact hadden met elkaar en het goed kunnen vinden samen. Aan tweestrijd hebben beide geen behoefte. De heren gaan zelfs een stapje verder door elkaar een plek aan te bieden binnen hun college. Een mooie gedachte. Daar worden handen voor geschud. Dus wie er ook wint, de verloving staat!

De verkiezingen vinden plaats op vrijdag 25 oktober vanaf 20.30 uur in Brebl aan de Waalbandijk 14 E/F in Nijmegen.



Foto: Marc van Kempen

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.

Wanco parket

Wij van Wanco Parket
kunnen u mooie
najaarsaanbiedingen doen!

- * Een eiken visgraatvloer, geleverd en gelegd, geheel compleet vanaf € 99,- per m²
- * Het schuren en oliën of hardwaxen van de vloer voor € 19,- per m²
- * Een laminaatvloer inclusief het leggen en de ondervloer, inclusief de randafwerking voor € 35,- per m²
- * Een eiken lamelplank 18 of 19 cm breed noestarm inclusief de ondervloer, het leggen en de plinten voor € 72,50 per m²
- * Ook voor het bekleden van de trap kunt u bij ons terecht

Wij zijn 7 dagen per week en ook de avonden geopend, maar wel OP afspraak.
Bel 06-54234673 of mail info@wancoparket.nl
voor een afspraak in de showroom aan de Mortelweg 14 A in Weurt of bij u thuis met de mobiele showroom

 **'t Ploegkeldertje**
de mooiste raambekleding op maat

Oktober WOONMAAND ACTIE

TOT 15% KORTING
Op een selectie van
onze gordijnstoffen

Acties geldig t/m
31 oktober 2019

TOT 15% KORTING
op een selectie rolgordijnen,
binnenzonwering, jaloezieën,
en plissé/duette-systemen



www.ploegkeldertje.nl

Van Broeckhuysenstraat 2-6 Nijmegen

Tel: 024 3239300 | Email: info@ploegkeldertje.nl



ALS JE EEN BLOEMETJE
GEEFT, WIL JE TOCH
EEN KAARTJE KUNNEN
SCHRIJVEN?

BETER LEZEN EN SCHRIJVEN?
DAARHEBJERECHTOP.NL 0800 - 023 4444

Leer zelf een kaartje schrijven

1 op de 10 Nederlanders kan niet zo goed lezen en schrijven. Misschien vind jij dit ook lastig. Wil jij zelf beter leren schrijven? Bijvoorbeeld een kaartje? Bel 0800 023 4444. Of kijk op daarhebjerechtop.nl.

Stichting lezen en schrijven helpt jou een cursus te vinden. Ook kan je advies vragen. De lessen kosten niet veel geld of zijn gratis.



Simone
Kiekebosch

Bij binnenkomst valt me op dat je nauwelijks ziet dat het een coffeeshop is. Er is alleen een computerdisplay op de balie waar de soorten wiet en hasj staan.

Een vriendelijke jongedame vraagt of ze me kan helpen. Er hangt een plaatje van een motor aan de muur en er staan tafeltjes waar je aan kunt zitten. Verder een menukaart met koffiesoorten, tosti's, panini-kip, bapao. Geen wietplanten of plaatjes van wietplanten, Bob Marley-reggaemuziek of vage sfeer. Jaren geleden ben ik wel eens binnen geweest in een coffeeshop in de Vlaamse Gas, maar die had een totaal andere sfeer, schimmiger en zeker geen ramen.

Eigenaar Baki Ozbay beaamt dat: "Ja, dit is een coffeeshop met veel ramen en licht. Dat kan als je niets te verbergen hebt. De mensen die hier komen zijn meestal geen hangjongeren: die willen echt niet dat hun ouders ze zien, dus die gaan, net als toeristen, naar de coffeeshops in het centrum. Wij daarentegen krijgen allerlei mensen, net iets meer mannen dan vrouwen, van ongeveer 25 tot 85 jaar. Veel uit de buurt, maar ook van verder weg. Ik schat ongeveer 90% Nederlandse klanten en uit alle lagen van de bevolking. En ze kopen bijna allemaal wiet. Hasj verkoop ik bijna niet. Sommige klanten komen omdat ze pijn hebben, maar ik krijg hier ook veel leraren, doktoren en bekende Nijmegenaren", zegt hij lachend.

Ik ben verbaasd dat de coffeeshop 's ochtends om 9.00 uur al open gaat. Baki: "Sommige mensen komen even wat wiet halen voordat ze naar hun werk gaan. Tussen 17.00 en 19.00 uur is het heel druk, dan komen mensen vanuit hun werk even langs. Ik heb twaalf mensen in dienst."

Gewoon café

Ik ben bij de coffeeshop rond 11.00 uur, niet bepaald spitsuur, maar ik denk dat het gemiddelde café in Nijmegen jaloers zou zijn op zo'n aanloop. Het is een voortdurend in- en uitlopen van mensen. Ze halen wat wiet bij de balie en vertrekken weer. Ik zie jonge mensen, een oudere man in een rolstoel, maar ook een zeer verzorgde oudere dame

Coffeeshop De Wedren

"De koffie staat klaar!"

die ik zeker 75 jaar schat. Grappig, dat had ik ook niet bedacht.

De sfeer aan de tafeltjes is relaxed. Een man zit te werken achter zijn Apple-laptop, jongens die een bordspelletje spelen, een stel dat cappuccino zit te drinken aan de bar. Het lijkt eigenlijk een beetje op een gewoon café. "Ja", vervolgt Baki: "Dat vind ik het allerleukst, soms komen er oudere mensen binnen die een koffie bestellen en als ze weer weggaan, weet ik zeker dat ze niet beseffen dat dit een coffeeshop is. Ik zie het ook als een soort huiskamer waar mensen zich op hun gemak kunnen voelen. Het enige verschil is, dat je hier joints mag roken. Geen gewone sigaretten, maar wel wiet en hasj."

Nijmegen is uitgekozen als legale wietteeltstad vanaf 2022. Dit zal een test van vier jaar

zijn. De kranten staan er vol van. Baki: "Ik heb al heel veel kranten aan de telefoon gehad over de legale wietteelt. Ik doe er verder geen uitspraken over. We zullen het wel zien tegen die tijd. Sowieso word ik vaker gebeld als coffeeshop, ook voor films, documentaires etc. Waarschijnlijk ook vanwege de ramen."

Hoe kom je momenteel aan de wiet?

Baki: "Van particuliere mensen en grotere wiettelers. Ik heb liever de kleinere wiettelers, die verzorgen de planten met aandacht. Als er een spin in zit, verwijderen ze die. De grotere verkopers beginnen dan met chemische troep te spuiten. Het zal wel anders worden als de wietteelt legaal wordt in Nijmegen. Ik hoop dat we dezelfde kwaliteit houden."

Lees verder op pag. 28



Foto:
Mohanad
Ataya 27

Coffeeshop De Wedren

Vervolg van pag. 28

Rook je zelf ook?

“Als puber zat ik altijd in de Vlaamse Gas. Mijn ouders vonden dit heel moeilijk. Dat hun jongste zoon zo leek te ontsporen. Mijn ouders kwamen toen ik acht was vanuit Turkije (Cappadocië) naar Nijmegen-Oost. Mijn vader gaf les en samen met mijn moeder runde hij Pizza Bergama.”

Ik herinner me de pizzeria nog wel. Indertijd woonde ik op de studentenflat in Galgenveld, had een vriendje en bij ons eerste restaurantbezoek gingen we naar Pizzeria Bergama!

Baki: “Ik ben opgegroeid in Nijmegen-Oost. Toen de pizzeria afbrandde, heeft het pand twee jaar leeggestaan. Ik heb toen veel gesprekken gevoerd met mijn ouders en in 1992 hebben we het pand opgeknapt en kon ik zo beginnen. Ze hadden me liever in de buurt dan in de Vlaamse Gas. Sinds 15 jaar rook ik alleen nog gewone sigaretten. Ik ben van de één op de andere dag gestopt. Misschien ook wel omdat mijn broer toen is overleden. Mijn kinderen roken en blowen allebei niet.”

Vervolgens laat Baki me een prachtige foto op zijn mobiel zien van een snoezig klein

meisje: “mijn kleinkind” zegt hij trots!

Springkussen voor kinderen

Hoe kijkt de buurt tegen de coffeeshop aan? “Ik ben goed met de buurt. Ik heb ook nog nooit een waarschuwing gehad van de politie, daarmee ben ik een van de weinigen in Nijmegen. Ik hou me aan alle regels. Ik verkoop alleen softdrugs. Zeker geen harddrugs. Maximaal 5 gram wiet of hasj per dag aan één persoon en heb maximaal een halve kilo in huis. Ik betaal gewoon belasting. Ik heb even een terras gehad, dan gingen daar klanten hun joints zitten draaien, dat vond ik maar niks, dus ik heb het weer weggehaald.

Ik loop ook geregeld door het Julianapark om te zorgen dat jongeren geen last veroorzaken. Mochten ze lastig zijn, dan zeg ik dat ze er bij mij niet meer inkomen als ze zo door gaan. Dan luisteren ze wel hoor!

Ik wil niet dat de buurt last ondervindt van de coffeeshop. En als mensen uit de buurt ergens problemen mee hebben, dan ga ik graag met ze in gesprek.

Ik merk wel dat mensen ons toch als criminelen zien. Als er iets georganiseerd wordt in de buurt, dan word ik nooit benaderd. Ik zou heel graag een keer mee willen betalen aan bijvoorbeeld zo'n springkussen voor de kinderen tijdens een feest of iets dergelijks. En mochten mensen uit de buurt benieuwd zijn naar de coffeeshop: iedereen is van harte welkom, de koffie staat klaar!”



Foto: Mohanad Ataya

Wijknieuws

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

Herdenking Truus Mast



Op 10 november a.s. is het precies 75 jaar geleden dat in de v. Beethovenstraat voor de ingang van het toenmalige Sportfondsenbad de kassa medewerkster Truus Mast en twee Amerikaanse bevrijders door een granaatslag om het leven kwamen. Ambassadeur Hoekstra van de U.S.A. en burgemeester Bruls zullen aanwezig zijn. Na afloop wordt er een bezoek gebracht aan het vliegtuigmuseum R'Evolution aan de Griegstraat. Het volledige programma vind u op de website: www.infocentrumwo2.nl.

St. Michaël en de aartsengelen en Allerzielen

Elke maand op komt de kerngroep van de Oud-Katholieke kerk Nijmegen samen in de dagkapel van de Do-



minicuskerk aan de Professor Molenboerstraat 7 bij de Groenewoudseweg in Nijmegen-Oost. Op zaterdag 2 november, Allerzielen, gedenken ze in intieme kring onze geliefden. Gedichten worden voorgedragen en er klinkt een enkel lied. Troost in elkaars nabijheid. De viering begint om 19.00 uur. Na afloop ontmoeting bij koffie en thee. nijmegen.okkn.nl.

Crowdfunding voor aangepaste rolstoelbus



Joyce Houtzager woont 38 jaar met veel plezier in Nijmegen-Oost. Om zich buiten hssr buurtje te begeven is ze afhankelijk van een aangepaste rolstoelbus, ze heeft een agressieve vorm van jeugdtrauma. Omdat de gemeente geen vergoeding geeft is ze een inzamelactie gestart om haar oude Ford Transit te kunnen vervangen. Zoek help-joyce-aan-een-auto op gofundme.com

Kees Raemaekers bij POPOP



Expositie van Kees Raemaekers: 'Die Unvollkommene Haut', bij POPOP, Elzenstraat 4b, Nijmegen-Oost, nog op 19 en 20 oktober 13:00-17:00 uur. In zijn transparante schilderijen was Kees vooral op zoek naar eenvoud in voorstelling en inhoud.



Foto:
Marc van Kempen

De duurzame makelaar

Eind september opende Kolmeijer Nijmegen haar nieuwe pand aan Tooropstraat 11, vlak naast het Shell-station. Een lichte ruimte met verschillende niveaus, vol glas en een hippe inrichting van stoere meubelen en veel groen.

Eigenaren Patrick van Haandel en Rolf Zegger zijn blij met de nieuwe locatie: “Dit past helemaal bij ons. Geen groot chique pand, maar een beetje anders. Wij treden niet graag op de voorgrond, maar zochten wel naar iets unieks. Het oude pand aan de Mr. Franckenstraat was te klein geworden. Hier zitten we mooi in hartje Oost, op de begane grond en met veel parkeer-ruimte.

De compagnons hebben het pand van voorganger Roelofs Auto-verhuur zo duurzaam mogelijk verbouwd. Er liggen twaalf zonnepanelen op het dak, voor de isolatie zijn duurzame materialen gebruikt en ze hebben vloerverwarming laten aanleggen. De

CV-ketel was nog nieuw, dus vervingen ze die nog niet. “Dat is natuurlijk weer duurzamer dan wegdoen. Maar ooit gaan we van het gas af en dan kunnen we heel gemakkelijk omschakelen.”

Van Haandel en Zegger vonden de verbouwing een goede leer-schoon: “Nu kunnen we onze klanten nog beter adviseren op het gebied van duurzaamheid. Ook weten we wat het betekent om te verhuizen. We ondervonden dat dat eigenlijk een heel emotioneel gebeuren is. We begrijpen nu nog beter waar kopers en verkopers mee te maken krijgen.”

Om in de toekomst een stapje verder te gaan met de energie-transitie, gaan de tien medewerkers van Kolmeijer op korte termijn met elektrische auto's rijden en komen er twee laadpalen bij het pand. “De buurt mag daar natuurlijk ook van meeprofi-teren. We weten dat in sommige straten geen laadpalen mogelijk zijn. Die bewoners kunnen 's avonds met hun auto bij ons terecht. Daarnaast schaffen we voor ons en onze medewerkers enkele elektrische fietsen aan.”



De HuidZorgpraktijk

coaching, oedeem- huid- & lasertherapie

**Beauty, Wellness,
huidverbetering &
huidverjonging bij
De HuidZorgpraktijk**

Wil je een mooiere en meer
gezonde en mooiere huid?
En wil je je huid de aandacht
geven die zij verdient? Maak dan
snel een afspraak voor
een huidverbeterende
gezichtsbehandeling!

**Tijdelijk €49,95 ipv €56,95
voor 45 minuten
(inc. bindweefselmassage,
lymfedrainage en LED-masker)**



Daarnaast kun je bij ons terecht voor:

- Acnetherapie (wij behandelen alle vormen van acne en acnelittekens)
- Bindweefselmassage & cupping
- Cryotherapie (weghalen wratten, fibromen, moedervlekken, ouderdomsvlekken)
- Cryolipolyse (body contouring & reshaping d.m.v. vetbevriezing)
- Huidverbeterende en huidverjongende behandelingen (diverse peelings, Micro Needling, LED)
- Litteken therapie
- Oedeemtherapie

www.dehuidzorgpraktijk.nl

E-mail: info@dehuidzorgpraktijk.nl. Tel: 06-83626489

Betrouwbaar | Kwaliteit | Service

**Autoservice
Kuijpers**

Lid van:



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

Hoofd Kaak Nek Schouder
Fysiotherapie

Boris Drog

Fysiotherapie, Manuele Therapie en
Kaakfysiotherapie

www.borisdrogtfysio.nl
024-8441945
Sloetstraat 14
(achter de
Vereeniging)



**Neerlandia dé
parketspecialzaak
in Nijmegen**

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



www.neerlandia-houtenvloeren.nl

Postweg 125 6523 KW Nijmegen | 024-3233111



tax tigers

- * Fluitend je papierloze administratie bijwerken, online of via de app
- * Alle belastingaangiftes altijd op tijd ingediend
- * Deskundig advies bij je ondernemersvraagstukken
- * Klantvriendelijk, informeel en dichtbij

tax tigers

JE KANTOOR VOOR BTW, IB, VPB,
LOONADMINISTRATIES EN MEER!

Sint Annastraat 48, 6524 GE Nijmegen, www.taxtigers.nl

de Wijkkrant voor Nijmegen-Oost

Jaargang 47

Versijnt maandelijks in: Altrade, Galgenveld, Groenewoud, Hengstdal, Hunnerberg, Kwakkenberg, Ooijse Schependom, Berg en Dal en Heilig Landstichting.

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

Lezersbereik: 30.000.

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

EINDREDACTIE

Loes Wijffels

REDACTIE

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

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:

Mohanad Ataya, De Buut, Bert Hendrix, Marc van Kempen, René Pennock, Frank Schijven, Wilmy Smeets

ONLINE KANALEN

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

OPMAAK

Ton Burgers, www.a-formaat.nl

DRUK

Janssen Pers, Gennep

BEZORGING

Axender verspreidingen, Cuijk
Coördinator: Niels Veen

REDACTIE

redactie@nijmegen-oost.nl

ADVERTEREN VOOR BEDRIJVEN

advertenties@nijmegen-oost.nl

DEADLINE VOLGENDE NUMMER

De uiterste datum om (prikbord-)berichten, advertenties en de agenda aan te leveren is donderdag 31 oktober 2019. Elke maand bepalen we drie weken vóór het uitkomen de inhoud van de krant. Ruimte voor actueel nieuws is beperkt. We verwelkomen je artikel maar garanderen geen plaatsing. Plaats het in elk geval op nijmegen-oost.nl.

BEZORGING VOLGENDE WIJKKRANT

Uiterlijk vrijdag 15 november 2019, samen met De Brug. Geen Wijkkrant ontvangen? Meld online je klacht op nijmegen-oost.nl/geenkrant.

Loes Wijffels Column



Bouwplaats

Eerder schreef ik al over de sloopwerkzaamheden vlakbij mijn huis. Inmiddels hebben de slopers plaats gemaakt voor bouwvakkers met helmen, containers voor opslag en kantoor, graafmachines, walsen en een enorme hijskraan. Dagelijks worden prefab-delen aangevoerd en op zijn plaats getild. Motoren draaien, mannen roepen, er gaan harde belen, ik hoor radio's en voel doffe dreunen. De gigantische kraan staat tegen de schutting van mijn tuin en zwaait vervaarlijk met zijn lange arm over de daken.

Ik woon midden op een bouwplaats en volg dagelijks de vorderingen van het karwei. Of ik nou wil of niet. Tien jaar geleden vroeg de makelaar al of ik het geen bezwaar zou vinden om in een tijdelijke bouwput te wonen. Eindelijk is het dan zover. Ik kijk uit naar de

tijd dat het klaar is en onze straat na heel veel jaren een fraai uiterlijk heeft. Maar ik vrees ook met grote vreze de vele achterburen op vier woonlagen, pal achter mijn tuin. En hun balkons en duurzaam zomende warmtepompen. En de schade aan mijn oude huisje. Maar we gaan het zien.

Vooralsnog is het grappig elke ochtend het mannetje dat de kraan bedient, te zien zitten in zijn hokje hoog boven de bouw, wachtend op een sein dat er weer iets gehesen moet worden. Wat zal het daar mooi zijn en saai ook en koud. En om de vrolijke collega te horen die luid zingend zijn zoveelste regendag op de bouw opfleurt. Maar ik hoop ook dat het snel is voorbij is en weer stil. Want mijn werkdagen beginnen noodgedwongen wel erg vroeg, het glaswerk trilt in de kast terwijl ik schrijf, de herrie haalt me uit mijn concentratie, de vensterbanken liggen elke dag vol stof en s nachts schijnen felle lampen mijn slaapkamer in. Ik denk dat ik maar een leuke werkplek ga zoeken in een van de cafés in de wijk. Wellicht kan ik ook ergens een dutje doen.

Adviescommissie: maximum spreeknelheid nodig om uitstoot stikstof te beperken

Het Adviescollege Stikstofproblematiek adviseert inwoners van Nijmegen-Oost de maximum spreeknelheid in het contact met kwetsbare ouderen te verlagen.

Op die manier wordt minder stikstof uitgestoten en kunnen stilgelegde communitybuilding-projecten worden hervat, staat in tijdens de week van de eenzaamheid gepubliceerde advies.



Volgens de commissie zorgt het langzamer praten voor minder stikstofuitstoot. Mensen die minder dan 100 woorden per minuut praten, stoten 14 procent minder stikstof uit dan mensen die 130 woorden per minuut praten. Daarnaast leiden lagere spreeknelheden tot een betere doorstroming van andere meningen en

ideeën en ook neemt ook daardoor de verstikking af. "En voor alle critici: wat langzamer praten scheelt in een wijk als Nijmegen-Oost echt maar heel weinig", zegt oud-minister Johan Remkes, voorzitter van het adviescollege. "Er zijn nu echt andere keuzes nodig. Maken we die niet, dan lopen we vast in onze gesprekken met kwetsbare ouderen."

De adviescommissie heeft aanbevelingen voor de korte termijn gedaan. Concrete adviezen, zoals wat de maximum praatsnelheid in bepaalde buurten van de wijk moeten worden, ontbreken in het rapport.

Discussiegroepen op schonere manier in gesprek

De commissie adviseert ook om discussiegroepen in de wijk met "leden met relatief grote ego's of verouderde dialoogsysteem" te verwijderen uit de omgeving van kwetsbare ouderen. Groepen die op een schone manier met elkaar communiceren en geen oude koeien

meer uit de sloot halen, moeten van de commissie meer ruimte krijgen. Een algehele inkringing van het aantal vergaderingen is volgens Remkes geen optie, omdat daarvoor de verschillen in uitstoot te groot zijn.



SCAN ME

Uw huis verdient
het mooiste bord!



DYNAMIS

**Strijbosch
Thunnissen**
Makelaars

VERKOCHT
TOEGEPAST

024 365 10 10

stmakelaars.nl



NVM

Prof. Terlingenstraat 2 te Nijmegen



Harry van Loon



Elles Verheul



Bert Knulman



Leonie Rutgers



Sophie van Loon



Sinyo van Duin



Cindy Jansen



Ruben Hooij



DYNAMIS

Strijbosch Thunnissen
Makelaars



St. Canisiussingel 22, 6511 TJ Nijmegen

024 365 10 10 | info@s-t.nl | stmakelaars.nl