

de **Wijkkrant**

voor **Nijmegen-Oost**

Jaargang 41 - nr. 7/september 2013



Het plezier spat er vanaf in het
nieuwe zwembad in Oost!

Foto: Bert Hendrix



Knollen & Citroenen

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

Betrouwbare, **mooie Seat Toledo** 1.8 20V, 4-deurs, benzine, bj 1999. KM 233.991. Kleur Blauw. APK tot febr. 2014. Vele extra's zoals airco, elektrische ramen voor en achter en trekhaak. Gaat weg ivm gezinsuitbreiding. Bel 06-31246984 of mail: marekijikke@hotmail.com

Wij zoeken **ervaren zaalvoetballers**. Reactie graag naar Kasperhempem@hotmail.com.

Klusjesman Wie kan een buitenstopcontact plaatsen, de kabels liggen er al. Ook paar andere klusjes in huis o.a. kastdeurtje hangen: frans1310@versatel.nl, 0653787484

koorleden Jedid-Jah zoekt nog basen en tenoren! Zang/koorervaring gewenst. Repetitie: elke donderdagavond in het wijkgebouw 'de Daalsehof' Nijmegen-Oost. Info: 024-3220647, E-mail: adem_@fo.nl

Mijn naam is Thom de Graaf. Ik ben 12 jaar een **ik zoek een baantje**. Bijvoorbeeld folders bezorgen of klusjes doen of oppassen. E-mail: Heiano@hotmail.nl, 06 51569299

Te huur Mooi, ruim, licht, zelfstandig appartement op de 3e woonlaag in professorenbuurt, zijstraat archipelstraat. Woonkamer, 2 slk, ruime hal, keuken, badkamer, kl balkon. Huurprijs 875,- pm excl. saskia.vanheerde@gmail.com Telefoon: 06-83650325

Gezellig Bridgeclubje (50+) zoekt nog enkele nieuwe leden. Met of zonder partner. We bridgen iedere donderdag van 2 tot 5 uur in het Dorphuis Kerstendal in Berg en Dal. Tel: 024-360 81 44.

Te koop: **Vouwfiets** merk "Dahon", 7 versn. € 175,- 06-20892125

Gitaarles www.wimvanstiphout.nl Telefoon: 0655347387

Zin in **badminton en volleybal**? Wij spelen iedere vrijdag van 15.30 tot 17.00 uur recreatief in sportcentrum Bottendaal. Contactpersoon:

Jan Willem ten Doesschate: 024-3220912)

Hallo, ik heb nog een paar plekken vrij om **schoon te maken**. Ik ben per direct beschikbaar. Interesse: bloemen72@live.nl, 06-59640434

Wij zijn op zoek naar een student(e) die bij ons een paar uur per week wil **komen schoonmaken**, op maan- of dinsdagen. Ervaring of natuurtaent gewenst! E-mail: seasons@xs4all.nl

Te huur in verlichte parkeergarage: **parkeerplaats** hoek Tooropstraat/Dommer van Poldersveldweg 29B, huur 75 Euro per maand all in. Telefoon: 0611846493 E-mail: crwroelofs@gmail.com

Gitaarles, elektrisch en akoestisch. Individuele- en groepslessen op maat, voor beginners en gevorderden door ervaren en bevoegd gitaar docent. Telefoon: 024-3562783 marcelbroersma@glazenkamp.net

In de Groene Parel in de volksmond ook de Kuil genoemd, heb ik een **sleutelbos gevonden** met daaraan een stoffen hartje. T. 0243888061 E-mail: jjklomp@chello.nl

Ik ben al een tijdje (juni 13) **mijn jas kwijt**. Ondanks zoektochten via sociale media nog niet gevonden. Mocht u weten waar mijn jas is, dan verdient u een taart. E-mail: jjklomp@chello.nl Telefoon: 0243888061

Complete OZW Doka te koop met Durst M800 voor zwart/wit foto's incl vergroter voor 6x9 cm negatieven. Met schalen ontwikkeltanks etc etc. Doe een bod: 06-18538568 E-mail: quinta@studio104.nl

Te koop Mooie tv grootbeeld Sony 70 cm, geen flatcreen, ideaal voor student €20 izgs. Mooie fauteuil stoffen bekleding, licht bruin/geel €25. famcobussen@planet.nl Telefoon: 0243238172/0618016176

Overzetten Video op DVD Wie kan dat doen? Telefoon: 06-51492342 E-mail: fr.gerritsen@planet.nl

Hallo, ik ben op zoek naar een **lichtgewicht naaimachine**. wie heeft er thuis eentje staan en gebruikt deze niet meer? E-mail: e.boesten5@upcmail.nl Telefoon: 0653859559

Timmerman in prepensioen vraagt timmerwerk, b.v. aftimmerwerk, sloten plaatsen, deuren afhangen,

kozijnreparatie (vervangen van rotte delen), schuttingen enz. enz. E-mail: r.iedema@online.nl Telefoon: 0610572021

Paars opgerold **sportmatje gevonden** op de Postweg dinsdagavond 20 augustus, bij de joodse begraafplaats. Telefoon: 0610941342 cynthia@elevatorcompany.nl

Coupeuse gevraagd voor herstellen of vermaken van kleding voor een leuke prijs. Tel: 06-10941342 cynthia@elevatorcompany.nl

Fotoalbum maken Heeft u geen tijd om van uw foto's een mooi album te maken, geen probleem! U hoeft niet meer urenlang te ploeteren. Ik maak er een voor u. Meer info: kim_leenders@hotmail.nl

Atelier-/werkruimte te huur in Nijmegen-Oost. 3,50 m x 4,40 m (15,5 m2). Huurprijs in overleg. Wateraansluiting in naastgelegen badkamer. Telefoon: 0642372061 E-mail: r.janssen165@upcmail.nl

Woningruil Gezocht: woning met 3 slaapkamers, in of rond Nijmegen. Aangeboden: flat 1 slaapkamer met balkon en grote berging in Oost. wienpascal@hotmail.com

Ondergrondse parkeerplaats te huur nabij Centraal Station Nijmegen: paulinechew@hotmail.nl

Huis te koop in Nijmegen-Oost. Woonoppervlakte 90m² met riante tuin. Een huis met veel karakter! Op verzoek meer foto's. E-mail: cockydevaal@gmail.com Telefoon: 06-18781711

Te koop: 1 persoons Philips elektrisch deken, 3 standen instelbaar, zo goed als nieuw, wasbaar op 40 graden; € 15,-; anti-allergie matrashoes en kussensloopovercomplete: 1 anti-allergie matrashoes en 1 anti-allergie kussensloop; wasbaar op 95 graden, samen voor € 45; 06 48475283; cevees100@gmail.com

Garage in Altrade delen aan de Groesbeeksedwardsweg? E-mail: chiel@operamail.com

Aangeboden wegens verhuizing zeer luxe slaapkamer van leer, led verlichting, bankje achter het bed, merk Girroto (Ital.). Antieke Spaanse salontafel, langwerpig, Arabisch goudkl. met spiegelglas (vierkant) tel.: 06-34 31 59 14.

Ruimte gezocht in Oost waar een **dicht aanhangertje** kan staan voor rommelmarkt. 06-10534399

Hallo, wij zoeken voor onze zoon van 9 maanden een **oppas**, af en toe 's avonds en in het weekend.

Noortjevandewater@gmail.com
Telefoon: 0620758738

Even woonruimte nodig? **Tijdelijk te huur:** te koop staande woning in het stadspark Limos, geheel ingericht, alle comfort, voor 1 persoon! Hoger huursegment (geen huursubsidie). kunstpaviljoen@gmail.com. onderwijspedagoge@gmail.com

Wegens overlijden een warm, ervaren thuis gezocht voor een 8 maanden **jonge labrador, reu**. De hond is erg lief, maar ook onstuimig. Een ervaren baasje is gewenst. contact: Janine: 06 233 64 153 stenvormingdemoor@gmail.com

Gratis afhalen **8 stuks betonnen pationstenen**; 30-30-10cm. Zie als voorbeeld: Marktplaats Tuin en Terras, sierstenen en rotsen bij Hein Tilburg, joseverhofstad@gmail.com

Poes kwijt! Saartje is vanaf 26-8-2013 spoorloos. Het is een schuwe, gesteriliseerde poes van ongeveer 8 jaar met schildpadvachtje. Heeft u haar gezien? Bel 0629086556 surya_willemsz@hotmail.com

Appartement op Limos te koop. Wil je wonen bij het centrum maar ook bij de natuur? 3-kamer-appartement met mooi uitzicht. Kijk voor informatie op de speciale site www.wachterslaan73.nl of Jaap.nl met locatie Nijmegen. 0629731294 E-mail: contact@gbstudiekeuze.nl

Wijk Informatiepunt OBG zoekt **vrijwilligers**. Servicegericht? Goede sociale en communicatieve vaardigheden? handig met Outlook & Word en minimaal beschikbaar voor een middag? Bel of Mail! E-mail: p.braam@obg.nu Telefoon: 024-3279252

Koffie compleet! Twee koffiezetapparaten[duo]; Twee pakken snelfilterkoffie; Twee kilo pakken rietsuiker en 35 nieuwe koffiekopjes voor 10euro!! Telefoon: 06-51492342 E-mail: fr.gerritsen@planet.nl

Mijn schoonmaakster zoekt **meer werkhuizen**. Bel! Tel: 0610418213

Te koop: * Video, merk Deawoo, 10 euro * mooie grote eiken spiegel met geslepen glas en een plateau eraan, 40 euro * Diaprojector en een viewmaster, samen 10 euro. Tel. 06-13 58 25 80

Conifeer gratis af te halen/uit te graven. Als je nog een plekje over hebt in je tuin! Hij staat nu op een plaats, waar hij te groot geworden is. Weliswaar smal, maar 2 meter hoog. E-mail: hloete@gmail.com Telefoon: 0617485605

Vervolg op pag. 17

Vijf vragen aan de kleine ondernemer

Nijmegen-Oost barst ervan: er wonen en werken heel veel ondernemers in onze wijk. Elke maand stellen we aan een daarvan dezelfde vragen. Deze maand is dat 'DUO Interieur', een gezamenlijke onderneming van twee interieurontwerpers uit de wijk.

Door Anna Bakker
Foto: Cleem de Jong

De dames volgden de 4-jarige interieurvormgevingsopleiding Perk in Eindhoven. Sinds 7 jaar hebben ze gezamenlijk een bureau in de Van Slichtenhorststraat. Aan de basis van een goed ontwerp staan creativiteit, de wensen van de klant en vakkennis. Maar wat dacht je van een doorgewinterde vriendschap als toegevoegde waarde bij een ontwerp? Want Marianne Thissen en Margriet van Dijk zijn al 30 jaar bevriend. Een vriendschap die wat kan hebben, want samen een onderneming beginnen en dan ook nog het uiterste van jezelf en elkaar vragen, elkaar aanspreken en voortstuwen in originaliteit en vernieuwing levert extra kwaliteit op. Het duo staat bekend om hun uitgesproken kleurgebruik, het aansluiten bij wat er al is, en de praktische toepasbaarheid. Ze werken voor zowel particulieren als bedrijven.

Wat zijn jullie kwaliteiten? "Vakmanschap staat hoog in het vaandel; kennis van zaken, materialen en kleuren. Ook de kunst om goed te luisteren naar de wensen van de klant is belangrijk. Daar begint het ontwerpproces mee, om dan te vertalen naar een adequaat plan met lef."

Wat zeggen opgetogen klanten over jullie? "Een tijdje geleden, op een feestje, raakte Marianne met iemand aan de praat, en ook haar werkzaamheden als interieurontwerper kwamen ter sprake. 'Dan heb ik echt een goede tip voor je', zei haar gesprekspartner. 'Ik zal je introduceren, want je móet echt de inrichting van het HAN afdeling Verpleegkunde zien, die is zó geweldig!'" Laat dat nu net een



5 vragen

project van Marianne en Margriet zelf zijn! Buiten tevredenheid van opdrachtgevers vinden de dames het ook een opsteker dat, in de praktijk, projecten ook echt gebruikt worden zoals zij bedoelden met het ontwerp.

Wat vind je het leukste aan je werk? "Elke opdracht is weer een nieuwe uitdaging op zich. Het is nooit saai." Buiten inrichtingsvoorstellen maken ze, als dat gewenst is, ontwerpen voor de meubels daarin. Marianne en Margriet omschrijven zichzelf als behoorlijke veeleisende perfectionisten als het gaat om de uiteindelijke begeleiding bij de uitvoering van het ontwerp. Als er zaken worden opgeleverd die niet stroken met de eisen van de opdracht gaat het onverbiddelek retour. Die insteek komt ten goede aan het uiteindelijke resultaat.

Hoe ziet jullie werkdag eruit? De twee ontwerpsters werken op maandag en dinsdag samen. Op de andere dagen doen ze dat individueel vanuit hun eigen huis. Dat doen ze naast de andere banen die ze ook nog allebei hebben. Flexibele banen, in het verlengde van dit vakgebied, die hen de mogelijkheid bieden op tijden van grote drukte extra tijd te besteden aan de ontwerp opdrachten. Ideaal!

Wat doe je over vijf jaar? "Over vijf jaar bestaan we nog, zeker weten", lacht Margriet. "Een grotere naamsbekendheid, dat zou wel mooi zijn. En leuke opdrachten natuurlijk, waarin de uitdaging overeind blijft om vernieuwend te blijven en goed maatwerk te leveren." Desalniettemin, de crisis gaat ook aan hen niet voorbij. Dat biedt gelegenheid tot extra scholing, maar ook hebben de dames een interieurcoachingsessie bedacht. In anderhalf uur krijgen klanten thuis een veelzijdig advies zodat ze zelf met hun interieur aan de slag kunnen.

www.duo-interieur.nl, info@duo-interieur.nl

Voorbij die COL mooie zomer

Door Marjon Spoorenberg

Als u deze Wijkkrant in de brievenbus krijgt, loopt de zomer op zijn einde, hebben we Prinsjesdag en het buurtfeest in Groenewoud alweer gehad. Het begint al eerder te donkeren.

Het duurde lang voordat het zomer werd, maar toen de zomer eenmaal losbarstte kregen we zelfs een hittegolf. Veel mensen geloofden er niet meer in, hadden op de valreep toch nog snel een vakantie naar het Zuiden geboekt en achteraf was dat niet nodig geweest. Het werd stil in ons land en in Nijmegen kon je na de Vierdaagse een kanon afschieten. Op de buis was het komkommertijd, we moesten het doen met Knevel en van den Brink en met zes uitzendingen van Zomergasten waarin bekende Nederlanders hun zielenroerselen bloot gaven, uitgedaagd door Wilfried de Jong. Ook de Tweede Kamer was op reces en beslissingen werden over de zomer heen getild.

Maar nu zijn Pauw en Witteman en Rutte met zijn gevolg weer terug, zijn de kinderen naar school en fietsen de scholieren weer met zijn drieën naast elkaar door de straat. Er wordt weer gewichtig vergaderd en moeten we nu wel of niet ingrijpen in Syrië?

Voorbij zijn de kwetterende kinderstemmen op het pleintje achter ons huis en vergeten is de geur van de barbecue. Voorbij zijn de zwoele avonden waarop we nog lang buiten konden zitten, nippend aan een glas wijn en genietend van de gesprekken en muziek uit de buurt. Voorbij zijn de lege straten waardoor je 10 minuten later naar je werk kon gaan en toch nog op tijd was. Voorbij is de vakantie waarin we helemaal niets hoefden en onze agenda blanco was. En nu moeten we weer van alles, afspraken worden ingepland en we rennen van hot naar haar, jakkerend door het drukke verkeer. Collega's zijn blij om je te zien, horen je vakantie verhalen aan maar moeten toch snel door. "We moeten gauw eens afspreken", en spurten vervolgens naar de afdeling want de werkdruk is o zo hoog! We staan weer in de file en bij de kassa's in de rij. En winkeliers zijn al druk bezig met de voorbereidingen voor de feestdagen die komen gaan.

's Avonds mijmer ik over de zomer die toch zo slecht nog niet was, verheug me ook weer op de échte donkere dagen met een dik boek en mijn voeten op de verwarming en schuif de Kerstdagen nog ver voor me uit!



Margje Lubbers nieuwe directeur OBG

Sinds 1 september jongstleden is Margje Lubbers (zie foto) de nieuwe directeur-bestuurder van OBG. Zij volgt Gerard Verhulst op, die in juli dit jaar met pensioen is gegaan. In de volgende uitgave van de Wijkkrant laten wij u graag nader kennis maken met Margje Lubbers. Ook onder haar leiding bruist het dit najaar in het OBG-Dienstencentrum weer van de activiteiten voor oud en jong! De aftrap daarvoor werd gegeven op 14 september met het jaarlijkse Vijverconcert. Hieronder lees je wat er de komende tijd allemaal te beleven valt bij OBG.

OBG-Matinee

Iedere zondag is er het OBG-Matinee. Een kleurrijk programma op de zondagmiddag (vanaf 15:00 uur) waarin veel plaats voor muziek en zang, maar vaak ook andere culturele zaken. Uiteraard met de mogelijkheid om zelf mee te doen. Mocht je zelf eens iets willen doen bij OBG, neem dan met ons contact op via info@obg.nu. Jong en oud zijn meer dan welkom.

Café Burgerlust

Onverminderd populair zijn nog steeds de dansavonden bij OBG. Deze worden al jaren met veel succes georganiseerd door een groep vrijwilligers onder de naam Burgerlust. Om de veertien dagen swingt het de pan uit in Grand Café De Borger. Dan is er volop beweging op de muzikale klanken van bekende artiesten als Frans Arntz, Tom Meuwese, Display, Jan Kersten en anderen. De toegang is gratis, dus loop ook eens binnen en geniet van de gezelligheid.

Flexwerkplekken

Gezelligheid die trouwens de hele week door kenmerkend is voor OBG. Het Grand Café is 7 dagen in de week geopend en je kunt er natuurlijk terecht voor een heerlijke kop koffie. Ook een eenvoudige lunch is mogelijk terwijl je aan het werk bent op een van de Flexwerkplekken. Makkelijk toch? En bovendien een zeer representatieve ruimte om eventueel iets af te spreken met je (zaken) relaties of gewoon met je vrienden of vriendinnen. Liever een ruimte huren? Vraag naar de mogelijkheden die OBG biedt bij het Wijkinformatiepunt in de hal van het dienstencentrum aan de Prof. Cornelissenstraat. Momenteel zijn er zelfs enkele kantoorruimtes beschikbaar voor meer permanent gebruik. Ben je daar naar op zoek? Dan horen we graag van je. Wie weet kunnen we iets voor je betekenen: info@obg.nu.

Nieuw restaurant geopend

Na een onfortuinlijke start in het begin van dit jaar is Kombuis De H'Eerlijkheid, gelegen op de begane grond onder woongebouw De Provenier (Prof. Cornelissenstraat 8) weer geopend. Ton Kocken staat daar met een nieuw team klaar om u weer een heerlijk diner voor te schotelen tegen alleszins acceptabele tarieven. Proef het zelf eens en reserveer een tafeltje via: (024) 324 55 66.

Zorg nodig?

Met al die vrolijke activiteiten in en rond het OBG-Dienstencentrum zou je haast vergeten dat OBG ook zorgdiensten levert. En die gewoon bij je thuis levert! Want als je prima woont en niet denkt aan vertrekken, maar wel behoefte hebt aan wat ondersteuning, dan haal je OBG in huis voor meer zekerheid en geruststelling. Bijvoorbeeld met een Alarmeringstoestel of vormen van persoonlijke verzorging. Onze dienstverleningsbemiddelaars vertellen je alle ins en outs hierover. Ook weten zij alles van de mogelijkheden die OBG heeft op het gebied van dagbesteding. Heb je zelf of je partner moeite structuur te geven aan je dag of word je wat vergeetachtiger, dan zijn onze dagbestedingsgroepen Gezel en Beijer misschien een oplossing. Informeer naar de mogelijkheden en beschikbaarheid via info@obg.nu of bel: 024-3279279.

Meer informatie?

Kijk op www.obg.nu voor specifieke productinformatie en prijzen. Gewoon binnenlopen aan de Prof. Cornelissenstraat 2 kan natuurlijk ook. Wil je graag op de hoogte blijven over nieuws en activiteiten van OBG, stuur jouw E-mailadres dan naar info@obg.nu en ontvang onze Digitale Nieuwsbrief. Wij zijn je graag van dienst én zien je graag bij OBG!

**OBG,
bij elkaar komen!**

Margje Lubbers, directeur-bestuurder OBG



Activiteiten

OBG-Matinee

Iedere zondag muziek of zang bij OBG tussen 15:00 – 16:30 uur, gratis toegang.

Café Burgerlust

Gezellige dansavonden met muziek van Tom Meuwese (24 september), 19:30-23:00 uur, gratis toegang.

Repair Café

Geef uw kapotte spullen een 2e kans. Zaterdag 21 september en 19 oktober, 11:00-14:00 uur, gratis toegang.

Meer activiteiten op www.obg.nu

Aangeboden

2 kantoorunits, 17 en 20 m², gestoffeerd met gebruik van kitchenette. Geïnteresseerd? Neem contact op via info@obg.nu

Professorenbuurt krijgt nieuw restaurant

Dineren in de keuken van een schip

Begin september opende Kombuis De H'eerlijkheid haar deuren. Een gewoon restaurant? Niet helemaal. Een concept waarbij ook speciale aandacht uitgaat naar ouderen. Het is dan ook te vinden op de begane grond van het woonzorgcentrum aan de prof. Cornelissenstraat.

Tekst en foto: Karin Veldkamp

Bij aankomst zie ik dat De H'eerlijkheid een enigszins ronde vorm heeft. Door de lengte en de grote ramen zijn er veel zitplaatsen aan het raam, met uitzicht op de ruime voortuin. Een 'heerlijk' plekje midden in de professorenbuurt, maar waar komt het woord Kombuis vandaan? "De voormalige directeur van het OBG kwam van de scheepvaart. Alles stond hier vol met scheepvaartartikelen. Een tweede link is dat men in de scheepskeuken altijd met houdbaar voedsel moest werken. Dit gebeurde o.a. door te vacumeren. Ook wij gebruiken deze techniek, omdat het de kwaliteit van het voedsel verhoogt", legt Ton Kocken uit.

Eenpersoonshuishoudens

Ton, sinds 1980 zelfstandig ondernemer, is de nieuwe uitbater. Eigenlijk vond hij het in 2006 welletjes na 35 jaar horeca. Met een collega richtte hij een stichting op voor projecten voor mensen met een beperking, waaronder een winkel met tweedehands spullen. Horeca zat niet meer in zijn planning. Totdat Ton werd benaderd door de voormalige directeur van het OBG met de vraag of hij het restaurant op een maatschappelijk verantwoorde wijze wilde exploiteren. "Daar moest ik wel even goed over nadenken. Maar ik ben

de uitdaging aangegaan. Ik ben begonnen met een buurtonderzoek. Hieruit bleek dat 79 procent van de huishoudens alleen woont in deze wijk, waaronder veel studenten en ouderen. Vervolgens heb ik enquêteformulieren verspreid om de behoeften te peilen én om te onderzoeken of mensen bereid zijn wat meer geld uit te geven aan biologisch eten. Daar kwamen positieve reacties op."

Proefdraaien

Ton begon met zes weken proefdraaien. In deze periode was de praktijk anders dan de antwoorden op de enquêteformulieren. In de praktijk bleek dat jong en oud toch niet helemaal samen gaat. "Nu hebben we de doelgroepen gesplitst en bieden we 's middags alleen een driegangig keuzemenu voor senioren aan. 's Avonds werken we met een klassieke menukaart en hebben elke twee

maanden een themamenu. Ook hebben we dagmenu's voor €9,75. Daarnaast bleek toch niet iedereen bereid om een hoger bedrag te betalen voor biologische maaltijden. Een aantal producten zijn nog wel biologisch en de rest is duurzaam."

Afstand tot de arbeidsmarkt

Het maatschappelijk verantwoord ondernemerschap had een tweeledig doel. Naast verantwoord voedsel wilde De H'eerlijkheid werken met mensen met een beperking. Helaas bleek dat niet haalbaar vanwege de afname van subsidies op dit terrein. "Nu bieden we mensen die een afstand hebben tot de arbeidsmarkt een participatiebaan aan. Dat doen we via de gemeente. Ik had laatst contact met een vrouw met vier kinderen, net gescheiden. Zij gaat hier een aantal dagen per week van 10.00 tot 14.00 uur werken. Op deze manier heeft ze een kans om te werken en wij begeleiden haar daarbij."

Golfkarretjes voor vervoer

"Mensen vinden het gezellig om elkaar te ontmoeten. Maar gezien de hoge leeftijd van sommigen is het soms moeilijk om hier te komen. Laatst kwam een dame met haar rollator hier eten. Ze woont in het gebouw hiernaast", wijst Ton naar achteren. "Maar na de maaltijd is ze zo moe dat het twintig minuten kost om thuis te komen. Daar moeten we nog wat op verzinnen. Misschien kunnen we van die karretjes inzetten die ook op golfterreinen worden gebruikt."

Ton wordt in een paar jaar tijd de vierde uitbater. Gaat het Ton wel lukken om er een goed lopend restaurant van te maken? "Ik heb een aantal dingen veranderd die wel essentieel zijn. De ingang bijvoorbeeld. Klanten moesten via het woonzorgcentrum naar binnen. Dat was niet aantrekkelijk. Daarnaast heb ik flink verbouwd en het is natuurlijk uniek dat we twee keer per dag voor verschillende doelgroepen menu's serveren."

Voor meer informatie:
www.kombuisdeheerlijkheid.nl



Uw lage rug- of nekklasten binnen seconden verholpen?

Het kan nu!



Krullaards[®]
PERFECT RESET

Snel, comfortabel en meer...

Dé revolutionaire behandeling voor o.a. rug- en nekklasten.

Stelt u zich eens voor: in het **Krullaards Perfect Reset**[®] behandelcentrum stapt u op een uniek behandelapparaat, **Krullaards Perfect Reset**[®] plate, gewoon op uw kousenvoeten. U maakt enkele lichte bewegingen met uw benen op het apparaat. Al na 30 seconden is dit deel van de behandeling ten einde. Het resultaat? Uw klachten zijn vrijwel direct verdwenen. U ontspant de spieren nog even met een warmte-element in uw rug of nek en u kunt zich vaak weer bewegen zoals u wilt. Het kan nu, exclusief bij **Krullaards Perfect Reset**[®].

De nieuwe behandeling pakt snel en comfortabel een belangrijke oorzaak van uw klachten aan, namelijk een scheefstand van het bekken. Door deze fundamentele aanpak ervoeren veel patiënten dat ook andere klachten verdwenen, zoals kuitkrampen, duizeligheid, hoofdpijn, regelmatig nachtelijk toiletbezoek of de bloeddruk normaliseerde.

Lees er meer over op www.krullaardsperfectreset.com.

**Ervaar ook de vernieuwende Krullaards Perfect Reset[®] behandeling.
Bel voor een afspraak (024) 820 09 90**

KPR behandelcentrum Nijmegen
Berg en Dalseweg 101, 6522 BC Nijmegen

Cursus "Omgaan met Alzheimer"

In het kader van Wereld Alzheimerdag op 21 september, start Home Instead Thuiservice Nijmegen met de cursus 'Omgaan met Alzheimer'. Het omgaan met gedragsveranderingen en het werken met een levensboek staan centraal. De cursus is bedoeld voor mantelzorgers van

mensen met dementie en is kosteloos.

Data: maandag 11 en 18 november van 19.30- 22.00 uur.
Locatie: Graafseweg 274, Nijmegen. Aanmelden via: info.nijmegen@homeinstead.nl of telefonisch 024-3730716 tot uiterlijk 4 november.



www.homeinstead.nl/nijmegen

Tel: 024-3730716

Graafseweg 274,
Nijmegen.



Eigenaren van Home Instead Thuiservice Nijmegen:
Leonie Baltussen en Sharon Tjon Eng Soe.

ZENGROEP OSHIDA

HERSTART NAMIDDAG-MEDITATIES

Stichting Zengroep Oshida biedt zes dagen per week gelegenheid om samen te mediteren. Haar namiddag-meditaties biedt ze nu aan in de stijlvolle zendo van zenleraar Dick Verstegen in de Heilig Landstichting, door eigen inleiders.

De meditaties bestaan uit twee keer 25 minuten zazen (zitmeditatie) onderbroken door 10 minuten kinhin (loopmeditatie). Iedereen is welkom, ook mensen die andere vormen van stille meditatie beoefenen. Aan mensen die niet eerder hebben gemediteerd kan een korte instructie gegeven worden als kennismaking met zen. Opgave is niet nodig. Op onze website vindt je verdere informatie over het meditatieprogramma's etc. zengroeposhida.nl

Plaats: Zendo van Dick Verstegen, **Petruslaan 1, 6564 AJ Heilig Landstichting**

Tijd: Iedere **maandag** en **dinsdag**, 17.30-18.30u., m.u.v. officiële feestdagen.

Tijdens kinhin (17.55-18.05u.) kan men binnenkomen of vertrekken

Kosten: De meditaties zijn vrij toegankelijk. Van mensen die regelmatig komen verwachten wij een vrije bijdrage om mee te dragen in de kosten van huur en organisatie (zie daarvoor onze website).



Community managers Wijkwebsite geslaagd!

Vlak voor de zomer ontvingen buurtgenoten Anna Bakker, Eva Jacobs en Eric Stuart hun welverdiende certificaat als 'Mijnbuurtje community manager'. In deze functie zorgen ze voor een goede informatievoorziening in onze wijk via de buurtsite dewijkwebsite.nl. Ook stimuleren ze buurtbewoners, bedrijven en organisaties om mee te doen.

Het beoogde effect van hun werk is dat buurtbewoners elkaar beter kennen, zo meer samen dingen gaan doen en eenvoudiger zélf zaken kunnen regelen in de wijk.

De certificatie maakt deel uit van de introductie van het mijnbuurtje-concept in heel Nijmegen. Nijmegen-Oost, Lindenholt en Nijmegen Oud-West fungeren als pilotwijken hiervoor.

Op de foto van links naar rechts: Eva Jacobs (Nijmegen-Oost), Dave van Brenk (Lindenholt), Eric Stuart (Nijmegen-Oost), Gerard van Bruggen (Nijmegen Oud-West), Anna Bakker (Nijmegen-Oost).



Iedere vrijdagavond 18 uur: Buurttafel in Oost!



Buurttafel Limos10 is een plek in het LIMOS-park waar buurtbewoners van alle leeftijden iedere vrijdag tegen een kleine vergoeding samen eten en elkaar op die manier beter leren kennen. Voor € 7 (kinderen tot 12 jaar halve prijs) geniet u van een heerlijk driegangenmenu: iedere week een ander thema. De koks zijn allemaal mensen uit de buurt. Na afloop wassen enkele gasten vrijwillig samen af.

Locatie: T-Huis, Limoslaan 10,
6523 RZ Nijmegen.

Tijdstip: iedere vrijdag om 18 uur,
behalve tijdens schoolvakanties.

Hoe inschrijven?

*Uiterlijk voor donderdag 17 uur via tel.nr.
024-3230200 (voicemail) of via e-mail:
buurttafellimos10@gmail.com.*

We zijn altijd op zoek naar nieuwe koks en gastheren/vrouwen, dus heb je interesse, laat het ons weten!

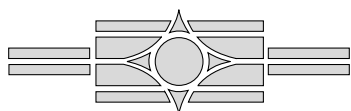
Tien redenen om naar de Buurttafel te komen:

1. Het is gezellig.
2. Je leert andere mensen kennen.
3. Je hoeft niet na te denken wat je gaat eten. Het wordt voor je geregeld.
4. Je kan hulpkok worden en kunstjes afkijken van de chef.
5. Je kan zelf chef worden en complimentjes van de gasten ontvangen.

tigen en zien dat de maaltijd zeker zeven euro en zelfs meer waard is.

7. De maaltijden zijn bewust en verantwoord samengesteld én met liefde bereid.
8. Er wordt rekening gehouden met je voorkeuren/wensen (vega, glutenvrij, etc.). Wel vooraf opgeven.
9. Je maakt kennis met verschillende wereldkeukens.
10. Er zijn al andere kookgroepjes voortgekomen uit dit project.

Dit wil je dus echt niet missen!



van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

mr. C.T.G. van Schie

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

mr. F.G.W.M. Huijbers

mr. S.T.W. Verhaagh

mr. D.W. Beemers

mw. mr. S. van Oers

mw. mr. H.M. Schurink-Smit

voor:

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

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

Uniek afscheidshuis

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



Klopper & Kramer
Uitvaartcentrum Oud-Mariënboom



Groesbeekseweg 424 | Nijmegen | www.kk.nl

(024) 323 44 44

Vraagprijs: 290.000,- k.k.



**Open Huis: 5 oktober van
11.00 – 15.00 uur**

Fagelstraat 40
6524 CE Nijmegen



KOLMEIJER
makelaars Nijmegen

Vraagprijs: € 237.500,- k.k.



Koolemans Beynenstraat 118
6521 EX Nijmegen

Mr. Franckenstraat 27
6522 AC Nijmegen
Tel. (024) 360 95 52
www.kolmeijernijmegen.nl
wonen@kolmeijernijmegen.nl

Vraagprijs: € 315.000,- k.k.



Van Beethovenstraat 26
6521 EN Nijmegen



Voor een **GRATIS** waardebepaling van uw woning: invullen/opsturen.

Naam

Adres

Postcode Tel.



Theaterschool Grote Broer

"Wij bereiken 40.000 kinderen op jaarbasis"

Sinds vijf jaar alweer zitten ze in het cultuur-verzamelgebouw aan de Prins Hendrikstraat: Grote Broer. Grote en kleine mensen kunnen er terecht voor circus, dans en theater. Tijd voor een blik achter de schermen.

Door Karin Veldkamp
Foto: Bert Hendrix

Wouter van Balveren, oprichter van Grote Broer, en Kris Roemers, artistiek leider, ontvangen ons in hun kleine, maar prachtige kantoor op de eerste verdieping van de oude St.Jorismavo. De hoge ronde boog, met uitzicht op het brede trappenhuis, is van glas-in-lood: "Dit is altijd de directeurskamer geweest. Vanuit hier kan je nog net de voordeur zien. Het verhaal gaat dan ook de ronde dat de directeur zo bijhield hoe laat zijn leraren arriveerden", lacht Wouter.

Kunst voor jong en oud

Wouter begon zo'n tien jaar geleden als zelfstandig ondernemer met het geven van circuslessen. Al snel richtte hij zijn eigen bedrijfje op: Circusdebuut. Gezien de vraag naar theater- en danslessen besloot hij de school een breder karakter te geven en het grote broertje was geboren. "We zijn een kunstbedrijf dat hier in huis cursussen aanbiedt aan ongeveer 250 leerlingen. Daarnaast geven we ook lessen op scholen. Op deze manier bereiken we 40.000 kinderen en jongeren op jaarbasis", vertelt Kris met enige trots. "Daarnaast doen we kunstprojecten in de wijken, samen met buurtbewoners. Zij leveren de input voor een theaterproductie.

Met elkaar werken we daar een aantal maanden aan en sluiten af met een voorstelling in de wijk. De reden voor een voorstelling is dat bewoners elkaar ontmoeten. Het gaat dan ook vooral om het proces en betrokkenheid bij de buurt", vult Wouter aan.

De theater-, circus- en musicalcursussen die op de Prins Hendrikstraat (PH7) plaatsvinden gaan altijd samen met één of meerdere voorstellingen. Op scholen werken we vaak met een 'leerlijn kunsteducatie', soms in combinatie met bijvoorbeeld taal of geschiedenis. Er zijn scholen die nauw samenwerken met Grote Broer door het afnemen van een aantrekkelijk drie-jarig familieabonnement. Een dergelijk abonnement is fijn voor beide partijen: herkenbare docenten voor de kinderen en een continuïteit in het aanbod.

Een nieuwe wind in cultuurland?

De circus- en theaterschool ontvangt geen structurele subsidie. Op projectbasis komt er wel geld vrij van o.a. de provincie. Vanuit de gesubsidieerde instellingen wordt hevig geprotesteerd tegen de bezuinigingen. Waar haalt Grote Broer zijn bestaansrecht vandaan? Zijn de protesten overtrokken? "Er is wel een verschil", legt Kris uit. "Wij richten ons voornamelijk op drie disciplines: dans, circus en theater, waarbij we werken met grotere groepen. Bovendien hebben we een andere organisatiestructuur: we zijn klein en flexibel. We hebben tien mensen in dienst en daarnaast stagiairs en freelancers. Grote instellingen hebben meer overhead en vaste contracten."

Is het dan, in het kader van de bezuinigingen,

niet logisch dat meer instellingen op een andere basis gaan werken, dat verwachten we toch ook van de zorg of het onderwijs? "Het is niet verkeerd dat er een nieuwe wind waait en er wat kritischer gekeken wordt. Maar het tempo waarin dingen veranderen gaat wel hard. En een consequentie is dat het aanbod verengt", aldus Wouter.

Prikkeling voor muziek

De toekomst voor Grote Broer wordt door bezuinigingen niet bedreigd. Maar gaat er met Kris, als nieuw artistiek leider met een muziekachtergrond, ook een nieuwe wind waaien? "We werken vraaggestuurd. Ik zet die lijn voort. Maar als het onderwijs om muzieklessen of projecten vraagt, zie ik wel kansen", zegt Kris toch enigszins glunderend. "Sponsoring via bedrijven biedt wel mogelijkheden. En dat is misschien een optie om met kinderen een orkest samen te stellen. Dat moet je vooral zien als een prikkeling om in aanraking te komen met muziek".

Tot slot is het goed om vast te weten dat 'Het Pepernotencircus' dit jaar een co-productie met De Lindenberg wordt. "Dat betekent dat we in een zaal de voorstellingen aanbieden. Dit geeft ook weer voordelen: niet koud, een drankje erbij en mooie lichteffecten!", zegt Wouter opgetogen. Klinkt aantrekkelijk, maar toch ook een beetje jammer. Want een voorstelling in een tent heeft toch ook zijn charme.

De lessen bij Grote Broer zijn net gestart. Maar je kan nog instromen.

Kijk op www.grotebroer.com



Kleine advertenties

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

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

Zoekt u een DJ voor uw feest? Iemand die de muziek draait die u mooi vindt? www.muziquest.nl of bel Simone Kiekebosch 06-15500129. info@muziquest.nl

Sollicitatietraining Kun jij wel wat hulp gebruiken bij solliciteren? Als ervaren recruiter help ik je met de juiste motivatie, het opstellen van een onweerstaanbaar CV en bereid je voor op een overtuigend gesprek. 06 24251694 E-mail: m.castien@chello.nl

Wijnproeverij rode wijnen 17 en 19 okt telkens 20 uur, euro 22,50 p.p. www.cavedeportugal.nl Telefoon: 024-3605080

Yoga en meditatie Donderdag van 12.30 tot 13.30 uur wordt er les gegeven in het Han Fortmanncentrum aan de Groesbeekseweg 428, verzorgd door Theo Dol en Ineke Teunissen. 024-3231077 E-mail: info@ineke-teunissen.nl

Workshop Energie & balans met voeding Wil jij weten wat voeding doet met je energie en balans? After lunch dip, een opgeblazen gevoel of prikkelbare darm? In september start weer de workshop volgens de Vijf elementen. www.cirkelvanbalans.nl/voedingworkshop.php Telefoon: 06 12189795

SamenDansen - dansen voor ouders en kinderen Hou je van dansen? En je kind(eren) ook? Van harte welkom bij SamenDansen: dansen voor ouders & kinderen, in een vaste groep, 1x per maand op zondagochtend. 06-16970009 facebook.com/samendansen

Binnenkort beginnen de nieuwe theatercursussen bij het **Vrijdagtheater**. Het hele programma is te lezen op www.vrijdagtheater.nl Bellen kan ook: 024-365 67 87.

Tandance Dansworkshop Sensitieve contactdans van overgave en expressie! Over Man-Vrouw / Man-Man / Vrouw-Vrouw energie Do. 12/9 26/9 10/10 24/10 7/11 21/11 12/12 19/12 20:00-22:00 / €15 Theo Berlie, tandance@tele2.nl 06-403.413.64

5-daagse cursus **vrouw-en-kracht** biedt een bijzondere gelegenheid om weer vanuit kracht, seksualiteit en plezier te gaan stralen. 8 t/m 12 november 2013 voor meer info: www.vrouw-en-kracht.nl Telefoon: 06-22210675

Ontspanningsmassage en sportmassage Kijk voor meer info op www.rosanreusken.webklik.nl Telefoon: 0615478739

Cursus DansTuin (vrije dans expressie), kom ook meedoen op 17 sept. 20.00 uur op de Van Hervelplaats 4 te Nijmegen! Deze proefles is gratis.

Vanaf 18 september geef ik weer **Bridgeles**. Ik gebruik het boek Brits in een Flits van Berry Westera. 2 series van 12 lessen + een afsluitende oefenavond. €90 (serie) www.bridgelesnijmegen.nl Telefoon: 024-3556454

In september start ik weer met **hobolessen**. Ik geef thuis les, of kan bij u aan huis komen. Voor info over de hobo, lestarieven en mogelijkheden, 0633028193, mail hvandergrinten@chello.nl of bel

Fluitstudio Oost voor **dwarsfluitlessen** aan zowel kinderen als volwassenen. Alle genres komen aan bod, van pop en folk tot klassiek en jazz. Bel 024-3600637 of kijk op www.fluitstudio-oost.nl

Kwaliteit handgeschilderd olie- en acrylverf op canvas, Reproductie van oude meesterschilders, Schilderij op maat, aanbod van 500 kunstenaars. www.MasterPaintings.eu Telefoon: 06-19687644

Sociale media voor senioren Wilt u ook gebruik maken van sociale media, maar bent u huiverig of weet niet goed hoe het werk. Als ervaren leerkracht ICT, geef ik u voor 35 Euro een cursus sociale media: www.digidelver.nl Telefoon: 0683172031

Wij organiseren weer een heerlijke **fotoweek in het Franse Bourgondië**! Van 19 t/m 27 oktober. www.bennoneeleman.com/fotovakantie-frankrijk.html Telefoon: 06-55117021

Omgaan met verandering? **Psychologische begeleiding** biedt inzicht en uitzicht. Vergoeding door zorgverzekeraars. Praktijk Annelien van Daalen 024-3601180 Telefoon: 024-3601180

JTO coaching/counseling "Anja Berlie heeft ons als coach begeleid in een forse relatiedip. Haar directheid en inzichten hebben ons hard aan het werk gezet en dat was zeker niet altijd gemakkelijk. Wel zeer doeltreffend! Fred" Coachcounseling@gmail.com Telefoon: 0630142328

Ervaren vakman biedt zich aan voor renovatie- en kluswerkzaamheden in en om het huis. 06-51227442 of 06-38747146

Heeft u problemen met uw computer? of zijn er kabels die niet mooi zijn aangelegd? wilt u uitleg over de ipad of iets anders in deze richting? mail mij, maak een afspraak en ik kom langs! E-mail: bas@jansenpost.nl

Afslankmassage of klachtgerichte massage "Niet lekker in je vel? Trek bij BalanceLife aan de bel" Last van je rug, hoofdpijn, pijnlijke voeten? Extra cm. op de bovenbenen, buik of heupen die er maar niet af willen? Daar kunnen we iets mee. 0622 63 88 77 E-mail: Jamunro@balancelife.eu

Cursus Muziekluisteren Aan de hand van verhalen, beelden en natuurlijk muziek voer ik u mee langs (on)toegankelijke muziek uit de laatste tien eeuwen. Om kennis en luisterervaring te verdiepen. Zie www.klankzaak.nl of bel 06 54674831

Schilderijen Aangeboden: Grote en kleine schilderijen abstract, Figuratief, pracht kleuren door bekende schilders geschilderd, redelijke prijzen Tel. 024-3227181

Stem / spreek / zang techniek training **Estill Voice Training** Nijmegen-Oost. Ontdek je stem, alles wat je ermee kunt doen en verbaas jezelf! Voor zowel mensen die alleen maar onder de douche zingen als professionals. www.anjakwakkestein.nl, E-mail:

Vergaderruimte & Cursusruimte **Nijmegen Bijleveld 34** biedt een prachtige en luxe vergaderruimte of cursusruimte aan in een authentiek pand in het centrum van Nijmegen. Ruimten zijn te huren per dagdeel zowel door de week

als in weekenden. 06-48177919 E-mail: m_arns@icloud.com

Praktijk Bodhi Op 23 oktober start ik met een nieuwe Mindfulness voor kinderenstraining (8t/m 12 jaar). Doe mee en vind rust in jezelf! Tijdstip 14.15 tot 15.00. Kosten 150 euro. Op 25 oktober start ik met een nieuwe Mindful Parenting (opvoeden in aandacht) training. 8 bijeenkomsten en 1 stiltedag. Tijdstip 10.45-13.15 uur. Kosten 330 euro. Ook: Aandacht/begeleiding voor senioren Graag bied ik mezelf aan voor een goed gesprek, een mooie wandeling, yoga oefeningen en meditatie, boodschap of klusje. Ik ben eerlijk en echt spreek Nederlands en Engels. Betaling naar waarde. www.praktijkbodhi.com

2 zondagmiddagen voor vrouwen met/na borstkanker "**in je kracht door je stem**" 22-9 en 17-11 Stem workshops voor vrouwen met/na borstkanker. Je stem gebruiken als creatief middel om tot jezelf te komen, en in je kracht. E-mail: stemvormingdemoor@gmail.com Telefoon: 06-22 43 76 02

Financiële dienstverlening Vragen over omzet- of inkomstenbelasting? Als zelfstandig ondernemer help ik graag anderen bij o.a. voering van financiële- of loonadministratie, het samenstellen van jaarrekeningen etc. Bel gerust! E-mail: fhpaberkers@hotmail.com Telefoon: 024-3227286

Computerhulp bij (basis) kennis met Uw computer tegen vergoeding, ik kom bij U thuis. Tel: 06-26522388 - E mail: loekdekok@gmail.com Vriendelijke groet, Loek.

Ondersteuning in thuissituatie/ontlasting van de mantelzorger eens lekker naar buiten, ondersteuning bij activiteiten in en rondom huis, begeleiding bij medisch consult, welkom thuis na ziekenhuisopname, theater of museumbezoek, ontlasting van de mantelzorger. www.welzijnthuis.nu Telefoon: 06 46165676

Scheidingsmediation Wilt u scheiden en een vechtscheiding voorkomen, dan is mediation de beste manier om uw scheiding te regelen. Neem contact op voor een gratis intakegesprek. mr. Anna Soedira NMI-geregistreerd mediator. 06-50 24 56 94 E-mail: a.soedira@live.nl

Vervolg op pag. 16

Pleinborrel Daalseplein- bewoners

Zondag 18 augustus hielden ruim 40 bewoners van het plein bij Café Jos hun jaarlijkse pleinborrel. Voor de 6e keer in successie. En voor de 4e keer met een door pleinbewoner Anton de Wildt samengesteld pleinboekje, dit keer over 35 jaar Café Jos.

Herstel, niet één boekje, nee... zes deeltjes. In de volgende Wijkkrant een interview met Anton de Wildt, samensteller en pleinbewoner, en Martien Evers, jubilerend kastelein van Café Jos.

Foto: Anton de Wildt



ZZG Wijkverpleging Nijmegen-Oost: midden in de wijk

Als (wijk)verpleegkundigen en verzorgenden van ZZG zorggroep werken wij al jaren met veel plezier in Nijmegen-Oost. Sinds kort doen we dat vanuit kleine vaste teams en leveren we apart thuiszorg voor de wijken Hengstdal/Groenewoud en Altrade/Hunnerberg.

Ingezonden door Bart Rijnbout

Door te werken vanuit deze kleine teams leren we de wijk nog beter kennen, wat ook voor u grote voordelen heeft. Zo leert u ons

ook persoonlijk kennen, en wij u. Dat vergroot het vertrouwen en verkleint de drempel om ons gewoon even op straat aan te spreken. Ook zijn de lijntjes tussen ons en de zorgverleners in de wijk korter, waardoor de zorg voor u efficiënter verloopt.

Sinds eind juli werken we vanuit ons nieuwe onderkomen, midden in de wijk! U vindt ons op Broerdijk 2 (op de hoek van de Berg en Dalseweg). U kunt bij ons terecht met vragen over zorg, wonen en welzijn. Binnenkort starten we met een spreekuur, zodat

er op vaste tijden iemand aanwezig is om u te woord te staan. Maar voor nu: loop gerust eens binnen of neem contact met ons op via onderstaand telefoonnummer.

Wilt u ons telefonisch bereiken? Bel dan naar de Zorgcentrale van ZZG zorggroep: 024-366 57 77. Vraag naar het team Hengstdal/Groenewoud of het team Altrade/Hunnerberg.

Wilt u meer informatie over het aanbod van ZZG zorggroep? Neem dan een kijkje op: www.zzgzorggroep.nl

Welkom op de kunstmarkt



De jaarlijks terugkerende kunstmarkt op basisschool Klein Heyendaal kent een decennialange traditie. Deze bruisende markt vindt zaterdag 5 oktober plaats. Buurtbewoners zijn van harte welkom.

Tekst en foto: Alex Holderbusch

Dit keer is de kunstmarkt de afsluiting van het onderwijsproject 'Indonesië'. De school vindt het belangrijk kinderen kennis te laten maken met andere culturen en hen te leren anderen te helpen. Elke twee jaar kiest de school een ander land. Opbrengsten van de kunstmarkt komen ten goede aan verbetering van leefomstandigheden van kinderen op het eiland Flores. Weet u waar dat eiland ligt?

De dag zal kleurrijk zijn met workshops, spelletjes voor jong en oud en verkoop van knuffels, boeken en zelfgemaakte creaties.

Kunstmarkt basisschool Klein Heyendaal, Prof. Huybersstraat 1. Zaterdag 5 oktober 13.30 – 16.00 uur.

winkelcentrum *Molukkenstraat*

"Kwaliteit, service en winkelgemak in de buurt" dat roepen de winkeliers met overtuiging en ze maken het waar. Al weer drie jaar is dit winkelcentrum het hart van de wijk.



Coop Walraven, met 1600m² winkelruimte (de grootste Coop van Nijmegen) in winkelcentrum Molukkenstraat, heeft heel veel verse producten met o.a. een sinaasappelpers voor vers sap. Streekproducten, natuurlijk seizoen gebonden, zijn er volop. Landelijk gezien een van de supermarkten met het grootste assortiment bio-, fairtrade-, vegetarische- en glutenvrije producten. Door de ambachtelijke bakker Derks uit Overasselt wordt dagelijks het verse brood geleverd. Het TNT-servicepunt heeft de zelfde openingstijden als de winkel.

DA drogisterij en parfumerie is niet voor niets uitgeroepen tot beste drogist van Nederland in 2013. En ook een bril kopen bij DA is eenvoudig en snel. U kiest in alle rust een leuk montuur. Is de keuze gemaakt, dan zal de Eyelove-deskundige ofwel een gratis oogmeting uitvoeren ofwel uw bestaande bril doormeten. De bril wordt vervolgens op maat gemaakt en ligt na twee weken klaar in de DA vestiging.

Bij de Mitra drankenspecialzaak kunnen ze meer dan 1500 verschillende dranken aanbieden. De gediplomeerde slijter heeft een uitstekende kennis van dranken met alles wat daarbij hoort. Denk bijvoorbeeld ook aan de juiste combinatie met gerechten of tips omtrent een feestelijke gebeurtenis. De slijter adviseert je graag!

Bij BrainWash kappers staan prijs en kwaliteit centraal, want een tevreden klant is goud waard. Zo betaalt iedereen bij Brain Wash dezelfde prijs en kunnen klanten zonder afspraak terecht, ook op maandag en in de avonden. Kwaliteit voor een lage prijs, dat is waar BrainWash kappers voor staat.

Schoenmaker en sleutelservice Ons Winkeltje. Daar zorgen ze ervoor dat u schoenen een nieuwe hak of zool krijgen en dat u er weer lang prettig mee kunt lopen. Een extra sleutel nodig? in Ons Winkeltje hebben ze die in de meest gangbare soorten en maten of ze maken de sleutel. Maandag 9 september j.l. openden ze de nieuwe winkel.

Al jarenlang verzorgt Catering Royale de culinaire ondersteuning voor kleine en grote bedrijven, instellingen, scholen en particulieren in de wijde regio. Enthousiast en professioneel worden kwalitatief hoogstaande gerechten bereid en dat vindt u terug in de excellente smaak en de perfecte presentatie. In het winkelcentrum Molukkenstraat geniet u bij ons van koffie met gebak, een smakelijk broodje of een ander hapje.

Bloemenveld Nijmegen is een klasse bloemist die met veel plezier, creativiteit en flair de mooiste boeketten bindt. In onze winkel vindt u een zeer groot assortiment verse bloemen en planten voor binnen en buiten. Wekelijks gaan wij een aantal malen naar de veiling en tevens kopen wij rechtstreeks bij kwekers. Hierdoor is de kwaliteit altijd vers. Er zal zeker ook iets voor u bij zijn.

Met altijd vrij parkeren (en er is plaats!) vindt u deze winkels voor uw dagelijkse boodschappen aan de Molukkenstraat.



Voor actuele informatie kijkt u op: www.winkelcentrummolukkenstraat.nl



Bijzonder water op hoog niveau

Het nieuw geopende Erica Terpstrazwembad is groot, schoon, licht en groen. Bezoekers laten zich echter niet meteen verblinden door uiterlijke schijn. Hebt u al een baantje gezwommen?

Door Alex Holderbusch
Foto: Marc van Kempen

Er is nogal wat te doen over het nieuwe Erica Terpstra Sportfondsenbad op de Kwakenberg. Onwillekeurig vergelijkt de trouwe bezoeker het nieuwe waterpaleis met het oude Sportfondsenbad Oost. Dat is misschien niet de bedoeling, het contrast is echter groot. Mensen houden niet van veranderingen. En toch, we zullen aan het nieuwe bad wennen.

Het zal van voorbijgaande aard zijn, bij sommigen knaagt het. De naamgeving leek wat vergezocht en vond een enkeling niet helemaal passen bij een lokaal bad. Overigens, het sportfondsenbad heeft geen internationale zwempretenties. Terpstra heeft de eer uit Nijmegen ongetwijfeld gewoon verdiend. Het grootste deel van fietsend Nijmegen mag nu de berg op. Goed voor de conditie. Na afloop wacht de beloning en werkt de zwaartekracht in uw voordeel.

Het ontwerpen van een zwembad zal geen sinecure zijn. Wat opvalt is het vele glaswerk en de ruimhartige lichtinval. De ramen zijn flink beduimd met al dat kinderbezoek. Door de gereguleerde toelatingstijden voor zwemlessen ontstaat er rijvorming aan de kassa waarvoor weinig ruimte lijkt. Wat moeten we verwachten van de komst van toegangspoortjes? De kluisjes zijn benepen en vooral ondiep. Een volwassen derrière past niet op het bankje in het kleedhokje. Als alle kleedhokjes bezet zijn, hoe ontvlucht je dan het zwembad? Dat vergt een beroep op je oriëntatievermogen. De tribune bij het wedstrijdbad is goed toegankelijk en dicht bij het water. Broeierig warm is het er nog steeds. Nergens zijn overigens de klassieke reddingsboeien te zien. Dat schijnt niet meer van deze tijd te zijn.

Zwemouders moeten erg wennen. Waar blijft hun kroost zonder zwembandjes? De nabijheid is weg. Het contact met de zweminstructeurs minimaal. Dat is een gemis. Heeft het ook met efficiency te maken? Ook het sportfondsenbad moet bezuinigen. Het aankomend digitale leerlingvolgsysteem volgend jaar lijkt ook geënt op minder contactmomenten zodat er meer tijd is voor zwemles. De wisseling van zwemlessen verloopt vooralsnog moeizaam. Bij de douche met zijn felgroene tegeltjes is het door ruimtegebrek dringen geblazen. Door ge-

pantserd glas is een glimp van het instructiebad te zien. De deuren zijn wel erg zwaar voor kinderen. Een wc-bezoek is voor hen een hachelijke zaak. Inmiddels mogen ouders door de doucheruimte mee voor een fatsoenlijke overdracht. Vergeet niet uw badslippers en kijk uit voor ondeugende blagen. Kinderen, neem heimelijk een bekertje mee. Hier gaan we nog mooie momenten beleven.

De gemeente eiste een groen bad. Dat mag ook als je naast een bescheiden lening een investeringssubsidie van 6,7 miljoen euro ter beschikking stelt. Dus energiebesparing staat voorop met een warmtekrachtkoppeling en een voortreffelijke isolatie. Tenzij u misschien verdrietig bent, rode ogen zijn verleden tijd. Dankzij zoutelektrolyse is de waterkwaliteit uitstekend. Het bevat minder chloor en het gesleep hiermee is verleden tijd. Dat is fantastisch. Weest u gerust, het water staat niet onder stroom.

Het aantal verschillende zwemactiviteiten en gebruikersgroepen is te veel om op te noemen. Baantjeszwemmers zijn te spreken over het grote 25 meter bad. Het gezinszwemmen op zondag is populair. Nieuw is het abonnementszwemmen, u bent zo niet meer gebonden aan vaste zwemtijden. Voor velen onmisbaar en welhaast vanzelfsprekend: gratis WiFi zit in de pijplijn.

Laten we het bad zijn opstartperi-

kelen gunnen en van de grandeur en het natte water genieten. Alle begin is moeilijk en snel vergeten. Aan de staf ligt het niet. Zij doen hun uiterste best de drukte goed in te regelen.

Erica Terpstra-feiten

Instructiebad met beweegbare bodem
Afmetingen: 20x12 meter
Diepte: 0 - 2,0 meter
Watertemperatuur: 32°C

Wedstrijdbad
Alleen toegankelijk met zwemdiploma A
Afmetingen: 25x20 meter
Diepte: 2,6 - 4,0 meter
Watertemperatuur: 28°C

Investeringskosten: 7,5 miljoen euro
Hoogte boven NAP: circa 58 meter



Groot buurtfeest op het Limosterrein

Ontdek je buur(t)

Op zondag 22 september is het Nationale Burendag. Maar liefst zes buurtgerichte organisaties, allemaal actief in de Spoorbuurt en de directe omgeving, vonden dat een prima reden om een groot feest op poten te zetten. Tandem Welzijn, WBSG, Huiskamer Jasmijn, De Vrolijkheid, Stichting WHAA en het COA staken de koppen bij elkaar. Het organisatie-team vroeg vond van alle kanten medewerking. Na elke vergadering werd het groter en groter. Kom dus allemaal naar het spetterende buurtfeest dat als thema heeft "ontdek je buur(t)" en bekijk wat je buurt allemaal te bieden heeft.

Wat is er te doen:

- Wijkagent Eric Jansen regelde een spectaculaire demonstratie met politiehonden. Beleef mee hoe honden boeven vangen.
- De jeugd kan zich uitleven op een heuse stormbaan.
- Larger than Life: Steve Pasveer begeleidt jongeren met het bamboebouwen.
- Spellen en competities.
- Diverse workshops.
- Muziek door artiesten uit de buurt.
- Een puzzel/speurtocht.

- Bijzondere hapjes en drankjes te krijgen verzorgd door koks uit de buurt.
- De Pagode: een compleet ingerichte Oriëntaalse tent.
- Nog veel meer...

Plaats: Het Limosterrein

Datum/tijd:

zondag 22 september vanaf 13.00 uur.



Vele sponsors maken het Spoorbuurtfeest mogelijk. Met dank aan o.a.:



PAUL CHARDON

Praktijk voor coaching en gestaltpsychotherapie

Voor mannen die:

- zich moe voelen
- snel geïrriteerd zijn
- vastlopen in hun werk
- niet tevreden zijn in hun relatie
- niet lekker in hun vel zitten

...en dit willen veranderen

ir. Paul Chardon - Lentse Schoolstraat 10 - Lent
tel: 06 41 16 02 70 - email: info@paulchardon.nl
www.paulchardon.nl - www.relatietherapienijmegen.nl

MEUBELMAKERIJ MENES

Keuken Renovatie

Nieuwe deurtjes in uw keuken, een nieuw werkblad, nieuwe apparatuur, een andere wasbak etc., en zelfs een andere indeling is mogelijk.

Wel een nieuwe keuken, maar niet de prijs betalen van een nieuwe keuken?

Dat kan. Laat Menes voorrekenen wat uw zo goed als nieuwe keuken gaat kosten. Neem de maten van uw keuken mee, de maten van de deurtjes en het werkblad, dan bekijken we samen de mogelijkheden voor uw keuken. Een afspraak maken kan ook, wij komen dan bij u langs. Bespreek met ons de mogelijkheden en kies het soort front, apparatuur en werkblad wat u graag zou willen. Levering van alle merken.

Er is meer mogelijk dan u denkt. Een andere indeling, laden in plaats van deurtjes in de onderkasten etc.

Voordelen: Meestal geen hak en breekwerk. Levering vaak in 2 tot 3 weken. Werkzaamheden beperkt tot een paar dagen. Gebruik van bestaand leidingwerk. Niet de kosten van een nieuwe, maar wel de voordelen van een nieuwe keuken.

Bel 024-3792314 of 06 24208370 voor een afspraak
Daalsedwarsweg 18-g, Nijmegen.



Buurtfeest nabij Patersbosje 'gezellig druk'

De omgeving van de Ubbergseveldweg is meestal erg rustig. Maar schijn bedriegt. Op 24 augustus jongstleden gonsde het hier van de activiteit, door fanatiekelingen in een zeskamp, een swingend en zingend buurtkoor, een 'petje op-petje af-quiz', een olijke tap, een feesttent en een liveband: dé ingrediënten voor een goed buurtfeest.

Ingezonden door Edger Gubbels

Wat eens als 'het straatfeest' van de Ubbergseveldweg begon, is de afgelopen jaren uitgegroeid tot een behoorlijk buurtfeest. Tegenwoordig zijn de Praetoriumstraat, Pater Blommaert- en Jezuïtenlaan, Pater Ruth- en Brusselerstraat en een stukje Ottostraat erbij betrokken.

We lopen de buurt in. Het feestterrein op de Ubbergseveldweg is afgezet met dranghekken vanaf de Jezuïtenlaan tot en met de Praetoriumstraat. We zien wapperende vlaggen, een feesttent met podium, kraampjes voor de koffie met toebehoren overdag en 's avonds voor het gezamenlijke eten. Er staat een felgekleurd springkussen voor de kids en er klinkt muziek. De tap wordt opgepoetst: "Als de vijf in de klok is, mag ie open", verzekert buurtbewoner Piet, die ook in de horeca werkt. Pal voor zijn deur vindt alles plaats; nog niet zo lang bewoner in de wijk, maar met-

een enthousiast en betrokken in de organisatie. Natuurlijk van de bar in dit geval.

"Wat vind je van het buurtfeest?," vragen we aan Nathalie, 6 jaar, en met vlindergezicht: "Heel leuk, en ze hebben er ook koekjes." Voor de kleintjes is er in het ochtendprogramma een schminktafel opgetuigd waar enkele ouders zich van hun creatiefste kant tonen. Met de felgekleurde gezichtjes wordt het al snel vrolijk. Mannen lopen druk heen en weer met spullen te sjouwen, om de zeskamp klaar te zetten.

Joost Boer en Astrid Arntz-Ratering hebben dit jaar het voorzitterschap van de organisatie overgenomen, een hoop deelgroepen helpen hun bij de realisatie. Het thema is dit jaar honden, petten en sjaals. Iedereen loopt er 'goedgemutst' bij en we zien de prachtigste uitdossingen. Astrid: "Het ziet er zo mooi uit met al die mensen die meedoen, je wordt daar vrolijk van. En hopelijk houden we het droog vandaag." Er dreigt regen, maar de opbouw, koffie met taart, de kidsknutsel en in de middag de zeskamp verlopen bij droog en warm weer.

Joost begeleidt ook een spelonderdeel waarbij met wc borstels en echte verf een schilderij samengespat kan worden: "Geweldig, wat een creativiteit en samenwerking." En Arno en Ronald die ook spellen begeleiden: "Leuk om jong en oud juist samen in die

teams te zien sporten!" De buurt heeft dit jaar zelf gekookt, er staan twee marktkramen vol met de mooiste salades en lekkerste zelfgemaakte taarten. Menig eetcafé zou hier ja-loers op zijn. Maar dan gaat het regenen. Toch nog pech. De bewoners kruipen al etend met elkaar dichtbij onder de diverse partytenten. "Eigenlijk wel zo gezellig", zegt Simone, ook een van de organisatoren. "Het heeft wel wat."

Om middernacht staat de tent nog vol en swingt iedereen voor de liveband; ik tel met kluitjes mensen buiten nog circa 100 buurtbewoners. Dan moet het geluid uit. Het feest zit er op en iedereen lijkt tevreden. Nu begint het opruimen van de troep, tja, dat hoort er ook bij.

Waar het eigenlijk om gaat is toch: samen iets organiseren, elkaar beter leren kennen, samen lol hebben en de dingen bespreken met je 'buur' die je bezighouden, tijdens de koffie, na het spel, voor de quiz of later, in de tent bij de tap.

Als je de wijk in komt gefietst, is het fijn om mensen te herkennen. 'Dag' zeggen tegen elkaar. Elkaar waarschuwen bij een knelpunt. Gaat het niet gewoon om de drie V's? Je vertrouwd en veilig voelen in je woonomgeving? Een buurtfeest helpt daarbij zeker. Een aanrader.



Tribune onder de mooie bomen

door Marjon Spoorenberg
foto Kees Spoorenberg

In de vierdaagseweek is een nieuwe tribune in gebruik genomen bij de tennisvereniging Avanti in de Van Haapsstraat.

Voorgeschiedenis

Op de plaats van de tribune stond een hut van de waterscouts. De waterscouts zijn hier al zo'n 20 jaar weg maar de hut die stond er nog. In het voorjaar is deze hut gesloopt en Avanti heeft op deze plek nu een mooie tribune gemaakt zodat het publiek ook aan deze zijde - in de schaduw van mooie bomen - van het tennisspel kan genieten.



Kleine advertenties

Vervolg van pag. 16

De natuur als spiegel voor innerlijke groei. **Individuele coaching voor vrouwen** die op een omslagpunt in hun leven staan. Hooggevoeligheid, tweede generatie, contact maken met je lijf en je gevoel. vrouw en kracht.
www.zo-binnen-zo-buiten.nl
E-mail: cosmea77@hotmail.com

Werk/Praktijkkamer en/of opslagruimte te huur Fijne werkruimte (20m2 en/of 12m2) in kleinschalig kantoorgebouw aan Groesbeekseweg. Rustig in groen gelegen, met gebruik van tuin en pantry. Inclusief glasvezel internet. Tevens opslagruimte 12m2. E-mail: martien@mooren.nl
Telefoon: 0629044309

Hulp bij studiekeuze Weet jij het al? Of zoek je hulp bij je studiekeuze! Voor een inspiratie en motivatie bij je keuze voor je toekomst help ik je. Bel of mail voor gratis intake. Gertie Boleij, E-mail: contact@gbstudiekeuze.nl
Telefoon: 06 23839822

Bijles Wilt u dat uw kind deskundig wordt bijgespijkerd op het gebied van rekenen, taal, lezen en/of schrijven? Voor info neem contact op met Gonda: 06-54 69 34 78

Open info-avond: Gezond afslanken. Vrijdag 27 september om 19.30u. Lezingen, workshops, voedingsadvies, goodiebag. Entree 5 euro (gedoneerd aan diabetesfonds) Graag aanmelden: www.gewichtsconsulentennijmegen.nl, info@eetbeweging.nl

Kinderfeestje? Vrijgezellenfeest? Bedrijfsuitje? Kom **modeltekenen** in het atelier van Mieke Koenen. Paulus Potterstraat 8, 024-3224631. www.miekekoeenen.nl

Nu te zien bij Satijnvogel: Reflecties en wonderland, expositie van Van Lieshout VI en Marie Louise Fransen Digitale grafiek met oliepastel, amuseglasjes en kasten. Satijnvogel galerie en atelier, www.satijnvogel.nl

Hobbymaterialen gevraagd We gaan starten met een tweedehands winkeltje met hobbymaterialen, bijv. handwerkspullen, krallen, 3d kaarten. De opbrengst is voor het goede doel: het hobbycentrum. Wie heeft er hobbymaterialen over? E-mail: info@hobbycentrumnijmegenoost.nl
Telefoon: 024-3812381

Counselling helpt! Krachtmens counselling voor mensen die problemen ervaren bij relaties, communicatie, vermoeidheid, stress. Gratis kennismakingsgesprek! Vergoed via aanvull. verzekering. Meer info? www.krachtmens.nl
Telefoon: 024-6420741

Open Atelierlessen Een plek voor mensen die het fijn vinden om te tekenen of te schilderen. Je werkt individueel in de groep aan je eigen schilderij of tekening en wordt begeleid in je eigen tempo. 8 lessen 105 euro, 06-26804358 www.atelierrohde.nl

Hebt u steun nodig bij uw alledaagse activiteiten? **WELzijnTHUIS** kan senioren hierbij ondersteunen. Ondersteuning kan praktische hulp in en om het

huis zijn, maar ook uit activiteiten die het zelfstandig wonen en leven leuk maken. 06 46 16 56 76, www.welzijnthuis.nu

Kinderdagverblijf Poespas (0 tot 4 jaar) heeft vrije plaatsen. Heeft u een baby of peuter vanaf anderhalf / twee jaar en zoekt u nog kinderopvang? Poespas heeft een zeer leuk en hecht team met een warm hart voor kinderen. www.kinderdagverblijfpoespas.nl, Facebook of 024-3243795

Informatieavond Toe aan een uitdaging? Kom naar onze informatieavond op maandag 26 augustus om kom meer te weten over **School's cool Nijmegen**. Start 19.00 Bedrijvenscentrum Groenestraat 294 6531 JC Nijmegen. www.schoolscoolnijmegen.nl

Interieuradvies Er is één manier om uw interieur in een handomdraai naar uw wensen te veranderen. Vraag ons voor een deskundig advies. We geven u in 1,5 - 2 uur ter plekke ideeën en adviezen. U heeft daarmee iets in handen om uw interieur zelf te veranderen. www.duo-interieur.nl
Telefoon: 0243605553

Kindertherapie Valeska Hoon-dert. Begeleiding voor jou en je kind. 06-31504963. www.valeska.nl

Yoga op maandagavond, 18.45-20 uur & 20.15-21.30 uur. (Gelderse- laan) De lessen zijn geschikt voor iedereen, ongeacht je leeftijd, conditie of ervaring met yoga! Gratis proefles www.yoga-aruna.nl
Telefoon: 06-29058243

Natuurgeneeskunde Ayurveda Omdat wij uitleggen dat onze klachten van binnenuit komen is een type-onderzoek van uw persoonlijkheid nodig. Binnen de Ayurveda doen we dat via een interessant polsonderzoek. www.ayurveda-center.com, Telefoon: 024-6450316

Yoga en tai chi/cheng hsin Met behulp van houdingen, adem en ontspanning. Ervaar meer rust, bewustwording. Yoga aangepast aan de behoefte van de leerling, met respect voor leeftijd en gezondheid. www.maitri-yoga.nl. Telefoon: 024 3222272

Diepe ontspanning: Nidra Yoga is een liggende vorm van meditatie, een krachtige techniek voor het bereiken van o.a. een diepe ontspanning, inzichten, stress release, betere concentratie. Meer info: www.nidrayoga.eu. Telefoon: 0639898759

Cursus beeldhouwen in steen of hout in Nijmegen-Oost, begeleid door beeldend kunstenaar in eigen atelier. Geschikt voor zowel beginners als gevorderden. Inspringen kan op elk moment en gemiste lessen kunnen worden ingehaald. Telefoon: 06 53596920 www.beeldhouwen-nijmegen.nl

Exclusieve kunst Grote diversiteit aan 22 jaar exclusieve kunst tegen bodemprijzen wegens atelieropruiming!! Open dagen: 21+22 sept, 28+29 sept, 5+6 okt, 12+13 okt. van 12-18:00 tel. 024-3226436 op afspraak kan ook.

Kinderfeestje vieren? dat kan in de stadsboerderij t/o 'het molentje'. **Keramiekatelier Lesinkunst** van Lotte van Campen heeft plek voor feestjes van 3 uur van ma /m zon. www.lesinkunst.nl of kom langs! 06-42828689



Knollen & Citroenen



Vervolg van pag. 2

Zes **puntgave thermoskannen** [1,5 liter] voor 10 euro. Per stuk 2 euro. E-mail: fr.gerritsen@planet.nl
Telefoon: 06-51492342

Te huur: **helft van atelier**. Wie wil mijn atelier met mij delen? Het is licht en 40m2 groot. Gelegen in pand hoek Groesbeekseweg/Heyendaalseweg. Prijs € 90,- p.p. per maand: 06 33 922 443

Wie wil er een **woning delen**. Ik beschik over een woonhuis

(100m2) met ruime woonkamer, keuken, 3 slaapkamers, toilet en badkamer met toilet en douche, tuin en balkon. Prijs in overleg. E-mail: r.janssen165@upcmail.nl
Telefoon: 0642372061

Te huur: **garagebox in de Bankstraat** in Oost/Altrade. 6 bij 3 meter, met verlichting. Huur € 110 p.m. 06-44 790967 / 06-44184289

Gezocht: **gratis gebruikt speelgoed**, dit wordt hergebruikt voor en door kinderen, alvast hartelijk dank. algemeen111@gmail.com

Moeite met wiskunde? Wiskundecent geeft bijles aan middelbare scholieren. Alle niveaus, alle profielen. Berg en Dalseweg 142; wiskundepraktijk.nl, 024-3604466

Wie kan mij helpen aan **gratis postzegels&ansichtkaarten** vanaf 1900 tot nu, ik wil een begin maken om een databank op te zetten, heeft u iets liggen, ik ben er erg blij mee, alvast hartelijk dank, mvg Edwin
E-mail: algemeen111@gmail.com

Autosleutel kwijt? Bij de Wijkwinkel is in de vakantie een sleutel afgegeven. De Wijkwinkel is geopend van ma t/m vr van 13.30 -17.00 uur. Telefoon: 3228312

Wie o wie heeft er voor het Hobbycentrum **restjes verf of lak?** Het liefst vrolijke kleuren. Hobbyisten gebruiken dit om houten werkstukken op te vrolijken of kleine meubeltjes op te pimpen. Ook zijn we op zoek naar **stompjes kaarsen/kaarsvet**. Kaarsen branden vaak niet helemaal op en deze restjes kaarsvet gebruiken wij om nieuwe kaarsen te maken. T.: 024-3812381
info@hobbycentrumnijmegenoost.nl

Nazomer

Een nat en koud voorjaar beloofde een mooie zomer. En dat is gelukt. Het was warm, broeierig en er kwam weinig nattigheid van boven.

Wat konden we weer lekker klagen over het weer. Over de hitte, over het teveel van het goede. Wat konden we weer lekker genieten van de vakantietijd. Uit of thuis, ook thuis had je de beleving van uit. Want genieten van alles wat onze stad te bieden heeft met zulk heerlijk weer, is echt vakantie hoor. De Ooijpolder, de bossen en onze Waalstrandjes zorgden voor prachtig vertier. Met een afzakkertje op een van de terrasjes van Oost was het lekker onthaasten.

Nu is iedereen weer volop aan de slag. De kinderen zijn naar school, de zomerisjes worden sportief weggetraind, de projecten zijn opgestart. Na een Zeeuwse rust ben ook ik weer echt begonnen met frisse zin! Niet dat ik ons bedrijf geestelijk in de steek heb gelaten hoor. Op vaste uren las en beantwoordde ik mijn mail. Met de mobiele telefoon heb ik dagelijks contact gehad met klanten en kantoor. En zo af en toe kwam ik

een dagje van het westen naar het oosten om de dringende zaken af te handelen. Ons team kent een uitstekende samenwerking en daardoor kon ik best goed loslaten en uitrusten.

Ondertussen hebben we nog heel wat huizen verkocht. En nu: wat gaat de komende periode ons brengen? Herstel op de markt wordt beloofd door wijze economen. Het rommelt gelukkig weer. Het aantal transacties neemt toe, maar de prijzen staan nog steeds onder druk. Dat is best lastig voor onze verkopers. Die moeten soms een zware beslissing nemen en hun huis verkopen met een knoop in de maag. Doelgericht denken is hun leidraad. Een verkochtstrook op het bord in de tuin zien ze toch graag.

Vrienden van ons gaan ook verhuizen. Het huis waar zij naar toe gaan heeft dus zo'n bord in de tuin. Hun zoontje van zeven vond de term 'Verkocht' wat vreemd. Een kind wil dan boter bij de vis en direct genieten van het nieuwe. 'Verkocht' be-



tekt immers gekocht, iets meteen in handen hebben' als koper. Dat moest even worden uitgelegd aan het ongeduldige ventje. 'Verkocht' betekent in de makelaardij dat het pand is beloofd aan een koper, die beloofd heeft te betalen op een door partijen afgesproken moment. Dat begreep hij gelukkig. Nu wacht hij geduldig af. Maar wij wachten niet geduldig af en gaan er weer flink tegenaan. Nieuwe panden worden gefotografeerd, van tekst voorzien en aangemeld. Aan de andere kant adviseren wij kopers met het vinden van een huis naar hun wensen. Ook voor de taxatie ten behoeve van een financiering maakt het bij ons niet uit wat voor weer het is.

Ja, het zomert na! Op het moment dat ik dit schrijf dondert het, regent het en de zon laat zich haast elke dag zien. Ook in ons vak. De herfst brengt hartverwarmende kleuren. Ik hoop voor iedereen dat zich dat zal uiten in onze economie! Warme tinten vervullen ons met hoop, niet van grijs naar zwart, maar van groen naar de regenboog!

Juliëtte van Anken is makelaar. Zij schrijft over haar boeiende werk in de Wijkkrant.

Ondernemende studente geeft massages!

Deze ondernemende studente gaat van start met haar eigen bijbaantje. Vanaf september zijn alle inwoners van Nijmegen die gespannen zijn, klachten hebben of gewoon even helemaal willen ontspannen en genieten, welkom in haar studentenkamer aan de Groesbeekseweg voor een ontspanningsmassage of sportmassage. Willen mensen liever thuis gemasseerd worden, dan is dat ook mogelijk, ze geeft ook massages aan huis. Als masseuse bij een sauna, beauty- en wellnessresort heeft ze veel ervaring opgedaan, ook heeft ze haar propedeuse fysiotherapie.

Het begin is er: ze heeft een behandelbank gekocht en een website gemaakt. Nu nog handdoeken en olie en de start is officieel! Voor een massage betaal je niet zoveel: een ontspanningsmassage aan huis van 30 minuten kost maar €17,50

www.rosanreusken.webklik.nl
rosanreusken@live.nl



Geerling optiek

50 JAAR

kwaliteit voor ogen

“De opticiens in uw buurt”

GEERLING OPTIEK : 50 JAAR EEN GOUDEN KEUS

Op 1 juli 1963 begonnen Paul en Leny Geerling hun optiekzaak op de Daalseweg 9 in Nijmegen. Sinds die tijd is er veel veranderd, brilmodes kwamen en gingen, contactlenzen namen een steeds belangrijker plaats in en niet alleen het interieur van de zaak maar ook de vakkennis en de apparatuur werden steeds up-to-date gehouden. Sinds 2001 is dit familiebedrijf overgenomen door Paul Geerling Jr. en zijn koperen jubileum valt samen met het gouden jubileum van Geerling Optiek!

Tijd voor een feestje waarbij wij trakteren! Als u in onze actieperiode (van 2 september t/m 31 december 2013) een complete bril aanschaft, verwennen wij u met een dinerbon, te besteden bij onze burens ‘# BRUUT’ om daar de aanschaf van uw nieuwe bril te vieren. Een heerlijk driegangenmenu met een consumptie en een kopje koffie toe. Bij aanschaf van een complete multifocale bril (vanaf 700euro) mag u ook uw partner op dit dinertje uitnodigen!

Als gediplomeerd opticien kunnen wij met de modernste apparatuur uw ogen opmeten en u adviseren over de keus van een bril of een van de vele soorten contactlenzen. Uit de oogstrelende collectie monturen is het moeilijk een keus te maken, maar door een deskundig advies kunt u er zeker van zijn dat u de deur uitgaat met een bril of zonnebril die niet alleen goed staat, maar ook lekker zit en bij uw budget past. Naast modieuze dames- en herenbrillen is er ook een ruime keus kinderbrillen.

Stelt u prijs op de persoonlijke benadering van een kleinschalig bedrijf, op service en eerlijk advies, komt u dan eens langs! Gedurende de actieperiode hebben wij een hapje en een drankje klaarstaan en hebben wij een praktische verrassing voor u. (zolang de voorraad strekt!)

*Met vriendelijke groet,
Paul Geerling jr.*

Geerling Optiek, Daalseweg 9 Nijmegen, (024) 323 09 17, www.geerlingoptiek.nl, paul@geerlingoptiek.nl



FEMME VITALE
Bewegen op mooie muziek voor 40+

GRATIS PROEFLESSEN

Dinsdag 24 september:
19.15 - 20.15 uur en 20.30 - 21.30 uur

**Woensdag 25, donderdag 26 en
vrijdag 27 september: 9.00-10.00 uur**

Donderdag 26 september: 10.15-11.15 uur

Graag van tevoren opgeven

**Meer info en opgave: www.femme-vitale.nl
of tel. 024 - 845 41 06 (Irene)**



PIANOLES

*Voor jong en oud,
beginnend en gevorderd.*

René Wolf
Paulus Potterstraat 24
tel.: 024-3441926
e-mail: majeur7@gmail.com



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

Inmiddels een begrip in Nijmegen-Oost

Gespecialiseerd in:

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

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

Bel voor een vrijblijvende offerte.

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

Taşınıyoruz سوف نتحول Waan guuraynaa

Het Inter-lokaal gaat verhuizen!

19 september 2013

**Van Sint Annastraat 67 naar
wijkcentrum Titus Brandsma**

**Tweede Oude Heselaan 386
Nijmegen (Bus lijn 6)**

Ons spreekuur blijft elke maandag
en donderdag van 09:30 – 12:00 uur
U blijft ook welkom op onze andere locaties.

www.inter-lokaal.nl
Telefoon 024 322 22 27
www.facebook.com/HetInterlokaal

HET Inter-lokaal
KLEURRIJK IN ZORG EN WELZIJN



Reünie 75-jarig SV Orion

Ingezonden door Tjits Tummers

Tientallen jaren lang speelde Orion - tussen 1940 en 1970 Orion Boys – op de Kwakkenberg, maar in 2006 verhuisden de oranje-witten naar het nieuwe Sportpark Mariënbosch aan de Nijmeegse Baan 143. Daar groeide de club uit tot de bloeiende vereniging met 1400 leden die het vandaag de dag is.

Vanaf 19 september a.s. zal Orion met allerlei activiteiten een jaar lang stilstaan bij dit 75-jarig jubileum. Na de jubileum-receptie op donderdag de 19de, staat zondag 22 september in het teken van een grootse reünie voor oud-leden. Vanaf 11.00 uur zijn alle oud-Orionners van harte welkom voor een brunch in ons clubhuis. Meld jezelf aan bij jubileum@sv-orion.nl en maak ook je oud-

teamgenoten enthousiast voor dit grootse weerzien. Vanaf 14.00 uur is er bovendien gelegenheid om de thuiswedstrijd Orion 1 – Beuningse Boys 1 te bekijken. Daarna zal onze DJ ervoor zorgen dat het nog lang gezellig blijft in ons clubhuis. Meldt u vandaag nog aan voor de Orion reünie-lunch op het email-adres jubileum@sv-orion.nl. Blijf op de hoogte van alle jubileumactiviteiten via www.facebook.com/sv-orion en onze website www.sv-orion.nl.



OPROEP

Ik vind het geweldig om met mensen te praten met een bijzondere woon- of gezinssituatie. Graag wil ik hier over schrijven in de Wijkkrant Nijmegen-Oost. Geen huisje-beestje-boompje-situatie, maar bijvoorbeeld twee zussen die al 40 jaar samen in een huis wonen, iemand die 14 kinderen heeft of iemand die in een piepklein tuinhuisje of spectaculaire torenkamer woont.



Mag ik u interviewen?

Bel Simone Kiekebosch van de Wijkkrant: 06-15500129

ZwembadOost Festival

Foto: Bert Hendrix

Na meer dan 75 jaar trouwe dienst sloot het Sportfondsenbad Oost de deuren van de oude

locatie. Enthousiaste buurtbewoners lieten dit vertrek niet ongemerkt voorbij gaan en koppelden hun jaarlijkse kunstenaars initiatief 'Dicht in de Buurt' aan deze gebeurtenis. Stichting Grote Broer, de Wintertuin en vele andere lokale ondernemers ondersteunden

deze buurtbewoners bij dit eenmalige ZwembadOost Festival.

De stoppen zijn uit de baden getrokken en het voormalige zwembad is leeggelopen. Het water maakt plaats voor beeldende kunst, muziek, film en theater.





eindelijk zon

uw groene investering

Installeer nu zonnepanelen van Eindelijk Zon

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

Er is nog
subsidie in
Nijmegen!

eindelijk zon

- levert goede producten tegen een aantrekkelijke prijs
- verzamelt subsidieaanvragen in uw buurt
- geeft persoonlijk advies
- regelt alles voor u



eindelijk zon

Onze installatiepartner in de regio Nijmegen:

JWR

elektrotechniek



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

STABIEL FIETSEN DANKZIJ DE KRACHTIGE MIDDEN-MOTOR

powered by  **BOSCH**

- ✓ Standaard hoge actieradius tot wel 135 km
- ✓ Stabiele wegligging
- ✓ Natuurlijke ondersteuning
- ✓ Multifunctioneel LCD-display met veilige stuurbediening
- ✓ Diverse uitvoeringen

vanaf € 2.399





Kijk, daar is over nagedacht.

Verkrijgbaar bij uw Sparta-dealer



SPARTA

Something Special

Fietswereld Tunnessen, 024-3229765
Groesbeekseweg 161 6523NP NIJMEGEN
www.tunnessen.nl www.sparta.nl



APK

VOOR ALLE MERKEN
NU **19.95***

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

MAAR OOK VOOR BANDEN, AUTOREPARATIES EN AUTO-ONDERHOUD:

- HET GROOTSTE ASSORTIMENT
- ALTIJD SCHERPE PRIJZEN
- HET BESTE PERSOONLIJKE ADVIES
- ALTIJD SNELLE SERVICE
- OOK VOOR LEASERIJERS



HEYENDAAL

Nijmegen, Heyendaalseweg 96
T 024 329 48 33
www.profietyrecenter.nl

NIEUW IN NIJMEGEN-OOST!

PROFILE TYRECENTER

BANDEN, VELGEN EN AUTOSERVICE

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



Rechtswinkel
Nijmegen-Oost

De schuldsanering als redding in nood?

Uw rekeningen stapelen zich op en u bent bang om uw post te openen. U bent prikkelbaar, slapeloos en u schaamt zich voor uw schulden. Kortom: u ziet door de bomen het bos niet meer. Op een verjaardag heeft u eens iets gehoord over de schuldsanering. U ving toen op dat u na het doorlopen van een schuldsaneringstraject helemaal verlost zou zijn van uw schulden.

Ingezonden door Marloes Frencken

Het enige wat u hiervoor zou hoeven doen is een poosje zuinig leven terwijl u tegelijkertijd een gedeelte van uw schulden aflost. Dit klinkt u natuurlijk als muziek in de oren. Maar hoe gaat dit traject in zijn werk? En is de schuldsanering zo mooi als het klinkt, of kleven er misschien toch grote nadelen aan?

Wat zegt het recht?

U komt pas in aanmerking voor de schuldsanering, indien u eerst zelf heeft geprobeerd uw schulden af te lossen. U moet daarom eerst een schuldhelpverleningstraject doorlopen bij het Bureau Schuldhelpverlening. Dit wordt het 'minnelijke traject' genoemd. Wanneer dit traject niet het gewenste resultaat oplevert, kunt u een verzoek bij de rechtbank indienen om te worden toegelaten tot de schuldsaneringsregeling. U heeft hiervoor geen advocaat nodig.

Indien de rechtbank u toelaat tot de schuldsanering, dan benoemt zij een bewindvoerder. Uw spaargeld, inkomsten en bijvoorbeeld erfenissen moeten aan deze bewindvoerder worden

afgedragen. Van de bewindvoerder ontvangt u 'zakgeld' om van te leven. Dit bedrag ligt meestal rond het bijstandsniveau. Ook kan de bewindvoerder bepaalde bezittingen, die niet noodzakelijk zijn voor uw levensonderhoud, verkopen. Denk bijvoorbeeld aan een auto of een caravan. De bewindvoerder stort al dit geld op een aparte rekening. Op deze manier wordt er gespaard om uw schulden af te lossen.

Tijdens de schuldsaneringsregeling bent u verplicht om te werken, of te solliciteren naar werk. Verder geldt er tijdens de eerste dertien maanden van de schuldsaneringsregeling een postblokkade. Dit houdt in dat al uw post eerst naar uw bewindvoerder wordt gestuurd zodat hij kan controleren of u de regels naleeft. Vervolgens stuurt de bewindvoerder de post naar u.

Is de schuldsanering zo mooi als het klinkt?

De schuldsaneringsregeling kan op verschillende manieren eindigen. Meestal eindigt de schuldsanering na een periode van drie jaar. Met het gespaarde bedrag worden de schulden zoveel mogelijk afgelost. De rechtbank bepaalt vervolgens of u zich heeft gehouden aan alle verplichtingen van de schuldsaneringsregeling. Indien dit het geval is, dan verstrekt de rechtbank u een schone lei. Dit betekent dat uw schuldeisers hun resterende vorderingen niet meer bij u kunnen innen.

Het is natuurlijk ook mogelijk dat u genoeg bij elkaar heeft gespaard om alle schulden af te lossen, een schone lei is in dat geval niet nodig. Ten slotte is het mogelijk dat de schuldsane-

ringsregeling tussentijds beëindigd wordt, indien u zich niet aan de regels houdt. U verkrijgt dan geen schone lei, en u moet dus nog steeds zelf al uw schulden aflossen.

Het grote voordeel van de schuldsaneringsregeling is het verkrijgen van de bovengenoemde schone lei. Hier staat echter tegenover dat u drie jaar op minimumniveau moet leven. De periode waarin u het schuldsaneringstraject doorloopt, is vaak erg zwaar.

Heeft u vragen over de schuldsaneringsregeling? Komt u dan gerust naar ons spreekuur, zodat wij uw specifieke situatie kunnen beoordelen en u van advies kunnen voorzien.

Gratis advies

Heeft u ook een juridisch probleem? De medewerkers van Rechtswinkel Nijmegen-Oost staan voor u klaar! Wij geven gratis juridisch advies en zoeken uw zaak tot op de bodem uit. Daarnaast kunnen wij u helpen bij het

opstellen van brieven of contact opnemen met de instantie waarmee u moeilijkhedenervaart. U bent van harte welkom op een van onze spreekuren. Een afspraak is niet nodig en iedereen die op tijd in de wachtkamer plaatsneemt, wordt geholpen. Aarzel niet, maar leg uw vragen voor aan onze juridische adviseurs! Meer informatie kunt u vinden op: www.rechtswinkelnijmegen.nl.

Spreekuren:

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

Bezoekadres: Daalseweg 259a Nijmegen.
www.rechtswinkelnijmegen.nl

MIK
www.studiomik.nl



pegasus

huisartsen + apotheek

SAMEN ONDER ÉÉN DAK
BETROKKEN EN BIJ U IN DE BUURT

Dommer van Poldersveldtweg 27+27a

Annemiek Hamers
Ellen Herberts
Radboud Meijerink
Huisartsen

www.pegasushuisartsen.nl

Emmy Keuper
Pascalie Kho
Apothekers

www.pegasusapotheek.nl



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

Stanneke Scheepens

bekkenfysiotherapeut

Saskia Degen

geriatricfysiotherapeut

Emmy van Loon

neurologisch fysiotherapeut

Marie-Louise van Esch

oedeem- en Parkinsontherapeut



Rozendaal/Nijmegen-Oost

*specialisten
in fysiotherapie*



OÓK 50-PLUSSERS GAAN NAAR FYSIOPLUS

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

024 - 323 04 24

WINNAAR 'TOEGANKELIJKHEIDSPRIJS'
VAN DE GEMEENTE NIJMEGEN

Beestachtig vet zomerfeest

Zaterdag 31 augustus was het weer zover: voor de 12e keer vond in Groenewoud het buurtfeest plaats. Het thema was dit jaar: Beestenbende. Kinderen konden zich thuis verkleeden als leeuw, giraffe, tijger of zebra en met een bijbehorend masker naar het zomerfeest komen.

Door Marjon Spoorenberg
foto's: Kees Spoorenberg

Er was weer van alles te doen en te beleven. Kinderen konden zich laten schminken, er was een springkussen, er kon pony gereden worden, gevoetbald en er was natuurlijk weer een poppenkastvoorstelling. Dit jaar stond er ook een stand van scouting Brakkenstein: zij zijn dringend op zoek naar nieuwe leden. Hier konden de kleine kinderen marshmallows bakken en voor de grotere kinderen was er een stormbaan waarop zij zich konden uitleven in moeilijke oefeningen. Het geheel werd opgeluisterd door muzikale buurtgenoten.

Woutertje Groenewoudprijs

Deze wisselprijs was dit jaar voor Marion Brouwer uit de Van Haapsstraat. Zij was jarenlang een actief lid van het buurtcomité en speelt nu nog altijd de poppenkastvoorstelling op het buurtfeest. Ook is zij de motor achter de



wandelgroep in Groenewoud. Want zoals ze het zelf zegt: "ik kan het niet laten om dingetjes te organiseren in de buurt!"

Samen eten

Om kwart voor zes konden de kinderen gaan eten en daarna konden buurtbewoners van el-

kaars gerechten proeven die ze thuis klaarge-maakt hadden. En tijdens het eten - gezeten aan lange tafels - raakten buurtbewoners met elkaar in gesprek en sommigen maakten ook voor het eerst kennis met elkaar.

Het was weer een mooi buurtfeest waar we nog lang op terug kunnen kijken.



Geboeid door het beroep van haar vader die onderwijzer was, wist Dorite al op jonge leeftijd dat zij kleuterjuf wilde worden. Uiteindelijk koos zij voor de gezondheidszorg. De belevingswereld van kinderen bleef haar echter fascineren. Zo heeft ze in een wijkkrant de kinderpagina opgezet. Met de uitgave van haar eerste kinderboek is een grote droom van Dorite uitgekomen. Haar motto luidt: schrijven is spelen met taal.

Zonnestraal



Leef mee met de gevoelswereld van zes kinderen en hun eigentijdse avonturen. Schrik jij wel eens wakker, zoals Bas? Wat doe je dan? En wie zijn de bijzondere gasten op Lons feestje? Geloof de meester de smoesjes van Joost als hij te laat komt? Noek heeft geen vader meer en natuurlijk is hij bang dat hij ook zijn zusje zal verliezen als zij naar het ziekenhuis moet. Of neem Anne, die bij haar oma woont. Dat gaat goed, totdat oma een vriend krijgt. De sfeer tussen Ruuds ouders is om te snijden. Hoe reageren zij als hij weer een onvoldoende heeft gehaald?

Aantal pagina's: 44. Prijs: €12,50. Auteur: Dorite Claassen
Dit leuke boekje kun je bestellen via e-mail: claassen07@glazenkamp.net
Ik bezorg het boekje bij u thuis en bij contante betaling.

KAAIJ ADVOCATEN

1^e CONSULT (20 min.) GRATIS

**Algemene
rechtspraak
& mediation**

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

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

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

PETERS Keukeninterieurs

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



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

25 jaar
De juiste keuze

YOGA en MEDITATIE



September t/m december 2013
op maandag of donderdag
van 12.30 – 13.30 uur
instroom hele jaar mogelijk

Han Fortmann Centrum
Vaste locatie bij 'De Appel'
Groesbeekseweg 428,
6523 PP Nijmegen
Info: 024 3231077 / 024 3789280
www.hanfortmanncentrum.nl

Uitgeleide

Deskundige en persoonlijke
begeleiding na een overlijden
(ook indien u elders verzekerd bent)

Margreet Mattijssen
Dag en nacht bereikbaar



06 - 486 91 416

www.uitgeleide.nl

LEKKER STEVIGE KOST

ROOKWORST, BALKENBRIJ, STAMPPOTJES,
HACHEE, KANT-EN-KLAAR MAALTIJDEN,
OVENSCHOTELS EN... NATUURLIJK ONZE MET
GOUD BEKROONDE STOOFPOTJES. GEMAAKT
VOLGENS TRADITIONEEL FAMILIERECEPT.
OUDERWETS LEKKER!

Al ons vlees, worsten, vleeswaren, maaltijden en specialiteiten zijn afkomstig van
scharreldieren. Diervriendelijk gehouden vee, dat lekker buiten kan scharrelen en uitsluitend
schoon, zuiver plantaardig voer krijgt. Het gebruik van antibiotica, groeibevorderaars of
medicijnen is streng verboden. Dit wordt extra gecontroleerd van boer tot slager. Deze strenge
controle geeft u de garantie dat u met scharrelvlees schoon, zuiver en diervriendelijk vlees op
tafel heeft. Scharrelvlees, goed voor u... beter voor de dieren!

SCHARRELVLEES.....GEGARANDEERD ANTIBIOTICA-VRIJ

AANBIEDINGEN GELDIG T/M ZATERDAG 28 SEPTEMBER

GROOTMOEDERS HACHEE kant en klaar	500 gram	4,95
SLAGERSROOKWORST ouderwets lekker	100 gram	1,29
BALKENBRIJ traditioneel familierecept	500 gram	2,95
ERWTENSOEP Nederlands Kampioen, halve liter		2,95
BOEREN GEHAKT lekker gekruid	500 gram	3,95

INTERNATIONAAL KAMPIOEN

WIM COENEN
Scharrelvlees-

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

www.scharrelvlees.nl

Activiteiten in Oost

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

18 september

Chi-Kung in de Ark van Oost. Eenvoudige, diep werkende bewegingen kenmerken de Chi-Kung, een bewegingsleer uit China. We gaan dit seizoen ook werken met de 6 Helende Klanken. De lessen vinden plaats in de Ark van Oost. Begint om 10:00u. E-mail: a.hart12@upcmail.nl

Wijkschouw Groenewoud, van 16.00 - 18.00 uur. Verzamelen in café Groenewoud, Groesbeekseweg 227. We gaan op de fiets, bekijken samen uw wijk en bespreken ter plekke uw ideeën. U kunt zich aanmelden voor de wijkschouw op tel.nr. 024-3293277 of via wijkbeheer@nijmegen.nl.

Alphacursus (start) Een vrijblijvende kennismaking met het christelijk geloof. Tien weken samen eten en uitwisselen over thema's als Wie is Jezus? Bidden: waarom en hoe? Hoe relevant is de bijbel? Hoe zit het met de kerk? De cursus is gratis, vrijwillige bijdrage voor de maaltijden. Begint om 18:30u, Berg en Dalseweg 40, www.mariageboorte.nl

Avondmeditatie met Evert vd Ven, Atelier de Clou, vrije inloop. Meditatie is voor ieder mens; als je de dag eindigt met meditatie, heeft dit een gunstige invloed op je lichaam, je ademhaling, je rust en je slaap. Je leert je gedachten te laten voor wat ze zijn en je aandacht te richten op wat er nu is. Welkom bij Atelier de Clou, PH7, Prins Hendrikstraat 7. Begint om 19:00u. www.declou.com

Creatieve cursussen. Vanaf september gaat het Hobbycentrum Nijmegen-Oost ook op woensdagavond 19.30u. open! De volgende activiteiten staan dan gepland: keramiek, glas-in-lood en kleding naaien. De cursussen worden begeleid door vrijwilligers. Kosten zijn van sept t/m dec a € 40,- (exclusief materiaalkosten) Voor meer info: 024-3812381 www.hobbycentrumnijmegenoost.nl

Open proefles Cheng Hsin the Art of Effortless Power. 17 - 20 september Open Week bij Cheng Hsin Nijmegen met gratis proeflessen voor jongeren (12-16), (jong) volwassenen en ouderen in Nijmegen-Oost. Cheng Hsin is een unieke combinatie van lichaamswerk, zelfonderzoek, bewegingsleer en vechtkunsten. Mindfulness in houding, beweging, handeling en interactie. www.chenghsin.nl. Fagelstr. 1

19 september

Computerles voor anderstaligen Het IVC start op 19 september met een cursus basisvaardigheden op de computer voor anderstaligen. In 12 bijeenkomsten kunnen anderstaligen in eigen tempo leren emailen, internet gebruiken en werken met Windows. Begint om 13:00u, Dominicanenstraat 91, www.ivc-nijmegen.nl

Lezing Albertinumgenootschap: Europa en zijn geschiedenis, door Prof. dr. Peter Rietbergen. Begint om 20:00, Professor Molkenboerstraat 5, E-mail: ca.geraedts@hetnet.nl

21 september

Expositie jonge Nijmeegse kunstenaars in Studio 104, tegenover het Hollands-Duits gemeentehuis in Nijmegen. Op zaterdag 21 en zondag 22 september werk van beginnend fotografe Megan Wever (24) en beeldend werk van Isa de Bors (23) rond het thema Weerspiegeling. Vanaf 11:00u. www.studio104.nl

Op Burendag (zaterdag 21 september) houdt de **Professorenbuurt Buurtborrel**. Op het veldje aan de Professor de Lange Wendelsstraat kan iedereen gezellig komen bijpraten met buurtgenoten. Neem zelf ook iets lekkers mee! We beginnen met een buurt-volleybaltoernooi. Alle buurtbewoners kunnen zich (met een team) aanmelden bij Atie: 024-3609415. Begint om 16:00u.

22 september

Buurtfeest Spoorbuurt: Ontdek je Buur(t) - m.m.v. Tandem Welzijn, COA, Huiskamer Jasmin, Stichting WHAA, De Vrolijkheid, WBS De Gemeenschap en De Wijkkrant/Wijkwebsite voor Nijmegen-Oost. Begint om 12:00u.

Open Ateliers in Nijmegen-Oost Acht beeldend kunstenaars in de schildersbuurt stellen hun atelier open om hun nieuwste werk te laten zien. De open atelierdagen worden voor de 13e keer gehouden op de zondagmiddagen 22 en 29 september, 13:00 tot 17:00 uur. In de etalage van De Wijkwinkel, Daalseweg 259 A, is een overzichtsexpositie ingericht. Organisatie en inlichtingen: Mieke Koenen, 024 322 46 31, miekekoeenen@versatel.nl

24 september

Start cursus Persoonlijke kracht en effectiviteit. Al vele jaren een TOP-cursus. Hoe maak je je eigen ware kracht vrij? En hoe kun je die effectiever aanwenden, in je werk en privé? 7 di-avonden bij het Han Fortmann Centrum, bij de Appel, Groesbeekseweg 428. Meer info: Peter Kooij, 06 3392 2412. Begint om 19:30, E-mail: p.kooy@worldonline.nl

25 september

Wijkfeest Elzenstraat Vorig jaar hebben we een wijkfeest georganiseerd in de voormalige

Atelier De Clou

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

OBG

In het OBG zijn bijna dagelijks allerlei activiteiten zoals grand café, vrijdagavondsoos of rommelmarkt. Kijk in de agenda op de wijkwebsite voor het programma van vandaag. Meer info: www.obg.nu.

Hobbycentrum Nijmegen-Oost

In het Hobbycentrum Nijmegen-Oost kun je elke dag terecht voor zaken als edelsmeden, glas-in-lood, houtbewerken etc. Kijk in de agenda op de wijkwebsite voor het programma van vandaag. Meer informatie vindt u op: www.hobbycentrumnijmegenoost.nl.

Bieb in de Elzenstraat. We hebben gezegd dat wij dit jaar ook weer zouden realiseren; dat lukt dit jaar niet maar we zouden het leuk vinden om een barbecue te houden. Het gaat om de straten rond de Elzenstraat. Reacties: rietmulders1953@gmail.com

Alphacursus (2e avond)

Zie 18 september

De **Zwangerschapscursus** staat stil bij het zwanger zijn, een moment van aandacht hebben voor jezelf en je kind. Het groeien en activeren van je vertrouwen in je lichaam is hierbij het hoofddoel. Ook als je al moeder bent kun je de cursus volgen. De cursus biedt een combinatie van ontspanning, informatie en diverse ademhalings-yoga- en meditatie-oefeningen. Begint om 20:30, Csardasstraat 46, www.beleefjezwangerschap.nl

26 september

Toning: zingen van medeklinkers. Je eigen stem is een krachtig instrument om te ontspannen. Het maken van lange klinkergeluiden, stimuleert de energiebanen in je lichaam en verdiept je ademhaling. Geen zangervaring nodig! Toegang gratis, vrijwillige bijdrage. Begint om 20:00u. Info en aanmelden zie www.praktijkmeander.nl

Lezing Albertinumgenootschap: Europa, beeldvorming en beleid, door drs. Lambert van Nistelrooij. Begint om 20:00u, Professor Molkenboerstraat 5, ca.geraedts@hetnet.nl

28 september

Buurtfeest Witsenburgselaan Voor alle bewoners van de Antillenweg, Curacaoweg, Surinameweg en Witsenburgselaan wordt er weer een buurtfeest georganiseerd. Alle bewoners van deze straten zijn van harte welkom bij het pleintje aan de witsenburgselaan. Begint om 15:00u. E-mail: b.kougianos@stichtingmaat.nl

Vervolg op pag. 32



PROFESSIONELE MAATSCHAPPELIJKE
DIENSTVERLENING EN GEZELSHAP
OP MAAT

T 024 357 3468 | E info@grandcare.nl **GRANDCARE.NL**

Zorg-voor-organisatie

**ZORG VOOR GOEDE ORGANISATIE
IS EEN ZORG MINDER**

Zzp'er
- Advies en ondersteuning bij 't opzetten van uw bedrijf en administratie

Particulier, ik help u bij:

- * het bundelen van belangrijke zaken over uzelf en uw zaken
- * administratieve & organisatorische afhandeling nalatenschappen
- * ordenen van foto's/bestanden op de computer en thuiswerkplek
- * ondersteuning en ontzorging waar administratie even niet loopt

Bedrijf of instelling - zie informatie op de website

Heleen Ariëns www.zorg-voor-organisatie.nl
(m) 06 12403209 Zie mijn profiel
(e) hee-ariens@live.nl op LinkedIn




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

Café Jos

MEESTERSCHENKERIJ
KWALITEIT EN BUURTGEZELLIGHEID

Daalseweg 309 Nijmegen (024) 323 20 01

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

Maandag gesloten
m.u.v. feestdagen
Dinsdag t/m zaterdag
15.00 tot 02.00 uur
Zondag 14.00
tot 20.00 uur

Tandartsen Praktijk Villa Westhof
www.tandartsnijmegenoost.nl
Berg en Dalseweg 172
6522 CC Nijmegen
024-3233366





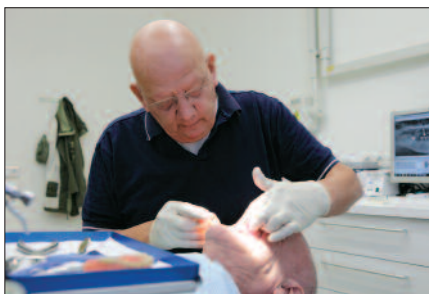
Tandartsen Praktijk Villa Westhof

Al meer dan dertig jaar een vertrouwd gezicht voor het hele gezin in Nijmegen-Oost. Door de vrije en eigen keuze van één van onze tandartsen, mondhygiënist en/of assistenten, zorgen wij ervoor dat onze patiënten zich altijd in een vertrouwde omgeving begeven. Bij pijnklachten kunnen zij dezelfde dag nog terecht.



Seniorenmondzorg

Wij zijn ook perfect bereikbaar voor senioren met onze nieuwe behandelkamer op de begane grond. De toegankelijkheid is zo enorm verbeterd voor patiënten met een rolstoel, rollator en verminderde mobiliteit. Tandarts Stef de Grood zal hier met veel zorg onze seniorenpatiënten gaan behandelen.



High Tech tandheelkunde

Als een van de eerste tandartsen in Nederland gebruiken wij de digitale afdruktechniek voor kroon en brugwerk. Deze is voor onze patiënt vriendelijker en nauwkeuriger dan de traditionele afdruktechnieken. Geen verstikkend gevoel dus bij afdrukken van kronen en bruggen.

Gezocht: hulpvaardige buurtverbinders met internetaffiniteit

'Mijnbuurtje' zorgt ervoor dat buurtbewoners elkaar meer leren kennen en weten wat er allemaal in de buurt te doen is. Zo voelen mensen zich meer thuis in de buurt en kunnen ze makkelijk dingen zelf regelen. Mijnbuurtje faciliteert dit door buurtbewoners in een uitkeringssituatie op te leiden tot community manager. Als community manager leer je hoe je een proces in je buurt op gang brengt waarin steeds meer mensen en organisaties in de buurt elkaar kennen en met elkaar samenwerken. Omdat het gebruik van internet meer en meer gemeengoed is, ondersteunt mijnbuurtje dit met een interactief online buurtcommunicatieplatform. Voorbeelden hiervan zie je op www.dewijkwebsite.nl (Nijmegen-Oost) of www.dewester.info (Nijmegen-West).

In Nijmegen-Oost is er ruimte voor een extra community manager.

Als community manager stimuleert je wijkbewoners en organisaties enthousiast om ac-

tief mee te doen en het platform maximaal te gebruiken. Je onderhoudt goede relaties met ze en boort nieuwe bronnen van buurtinformatie aan. Je helpt wijkbewoners bij het gebruik van het platform en verbindt mensen met elkaar. Je zorgt ervoor dat vragen van bewoners bij de juiste persoon of organisatie terecht komen. Je werkt nauw samen met andere mensen en organisaties in de wijk.

Opleiding

Mijnbuurtje verzorgt hiertoe een vijfdaagse opleiding tot community manager. Om succesvol deze opleiding af te kunnen ronden, zoeken we de volgende mensen:

- HBO denkniveau
- je hebt een bijstandsuitkering
- je bent betrokken bij de wijk waar je woont en wil deze nog beter maken
- je legt makkelijk contact en hebt goede mondelinge vaardigheden

mijn buurtje

- je hebt affiniteit met internet, nieuwe media en het schrijven van teksten
- Je bent leergierig, hulpvaardig, ondernemend, verantwoordelijk en een doorzetter.

Na een succesvolle intake volg je de opleiding tot community manager die je afrondt met een examen. Tijdens de opleiding ga je als community manager in opleiding aan de slag in je wijk. Hiermee ben je minimaal 20 uur per week bezig.

Geïnteresseerd?

Ben je geïnteresseerd en voldoe je aan de bovenstaande eisen? Mail dan je motivatie en CV naar hanneke@mijnbuurtje.nl. We nodigen je uit voor een kennismakingsgesprek. Meer informatie: www.mijnbuurtje.nl.

Buurtfeest in het Julianapark

Buurtvereniging Altrade organiseerde op 18 augustus een zeer geslaagd buurtfeest in het Julianapark.

Er kon gedanst worden, kinderen leefden zich uit op de vrijmarkt of op het springkussen en er waren verrassende natuur-historische rondleidingen door het park. Mensen brachten zelf hapjes mee

en er klonk sfeervolle muziek. Er ontstond collectief kippenvel toen een klein meisje (zie foto) vanuit het niets een fantastische Italiaanse aria ten gehore bracht. De Schotse huisvrouw Susan Boyle uit Britain's Got Talent was er niets bij! Foto's: Shelly Rosso



AANBIEDING

**GEHELE
WEEKEND
CITROËN C1
HUREN!**

NIEUW
in
Nijmegen Oost

**VOOR SLECHTS
€ 29,95**

met 150 km per dag vrij
afkoop eigen risico € 350,-
inzittende verzekering
overige km € 0,10



AutoRent EUROPA
SERVICE
Midden Gelderland

AutoRent Midden Gelderland
Heyendaalseweg 96 | 6525 AK Nijmegen
T 088 - 202 22 22 | info@autorentmiddengelderland.nl
www.autorentmiddengelderland.nl/nijmegen

CITY HAIR SHOP

Dames-, heren,-
kidssalon en
pruikenkamer

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



Dagelijks geopend
van 12 tot 22 uur

"Produzione
proprio"

Van 't Santstraat 145
www.ghiani.nl

Bent u op zoek naar een makelaar?!



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

Tot ziens!

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

Pontanusstraat 1
6524 HA Nijmegen
Tel. 024 3223626

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



**Een goed gevoel in
Nijmegen-Oost**



Køken



Wie verzorgt het eten?

Vier keer per week: Cees.

Een keer per week: frietje "Kapsalon" bij Het Eethuis in Nijmegen.

Een keer per week:
Pizza halen.

Elke week bezoek ik mijn ouders in Malden en eet dan mee.

Vis-Vlees-Vega?

Vis & Vega: bijna nooit.

Vlees: bijna elke dag.

Culinair erfgoed?

Zelfgemaakte frites van mijn moeder en sperziebonen met spek.

Boodschappen?

Coop.

Vind je het leuk om het volgende portret voor Køken zijn? Laat het ons weten via: harenz@icloud.com

Køken is een bijdrage van Helen Arenz (redactie), Nicolette Schuurman (tekst) en Eugene (beeld). Ze zijn nieuwsgierig naar en gepassioneerd voor alles wat met eten, drinken en gedrag te maken heeft. Zoals wat? Nou, alledaagse dingen: hoe klein geluk groot geluk is, hoe eten verbindt en natuurlijk hoe andermans keuken eruitziet!

Wat als geld niet meetelt?

"Wat als geld geen rol speelt in je leven. Wat zou je dan willen doen?" Dat is de vraag die Cees de Beer (22) zichzelf stelde na een half jaar zielloos studeren aan de Faculteit der Sociale Wetenschappen van de Radboud Universiteit Nijmegen. Cees maakte een overstap naar de studie Maatschappelijk werk en Dienstverlening en zo veranderde ook zijn leven. Kiezen wat je leuk vindt, trouw blijven aan jezelf en verantwoordelijk zijn voor je eigen geluk. Ontroerd door zijn puurheid beginnen we met een openhartig en mooi gesprek over de basiswaarden van het leven en sluiten we Cees in ons hart!

Cees woont aan het randje van Nijmegen-Oost in een authentiek studentenhuus. "De oudste bewoner is 73 en verder alleen maar studenten", vertelt Cees. "Ik voel me thuis in dit huis en in Nijmegen."

Cees groeide op in een traditioneel gezin in Malden. Moeder kookte maandag tot en met vrijdag vooral aardappelen, groenten en vlees. Vader in het weekend experimenteel vanuit de Indische keuken.

"Tijdens mijn middelbare schooltijd wilde ik graag in de politiek. Kansen realiseren door een open geest. Nu denk ik via maatschappelijk werk mijn ideeën en visies tot misschien in Den Haag te ontwikkelen en ventileren. Deze meer betekenisvolle weg bewandel ik veel liever, dan ergens vanuit een functie in de politiek top-down te beïnvloeden", legt Cees uit.

Onder de indruk van zijn inzichten op deze jonge leeftijd zijn we nieuwsgierig naar wat een student eet. Cees kookt vier keer per week zelf. Een keer eet hij bij zijn ouders, hij haalt een keer pizza en zijn wekelijkse bezoek aan "Het Eethuis" voor frites-Kapsalon wordt niet overgeslagen! Als hij kookt is dit een bijna intieme handeling voor en met zichzelf. "Ik wil het helemaal op mijn manier en naar mijn smaak maken." Geïnspireerd door de smaken vanuit Azië kookt hij

kruidig met vlees in de hoofdrol. "Mijn favoriete gerecht is: gebakken aardappelschijfjes met shoarmapoeder, spek, kipfilet en kruiden, samen met tauge en woksaus uit Azië."

Deze zomer maakte Cees een bijzondere reis door Thailand, samen met zijn ouders, broer en zus. De reis die eigenlijk op zijn 14e was gepland. "Mijn moeder kreeg toen borstkanker en de reis werd afgezegd", zegt Cees. In Thailand is ons gezin, na een moeilijke periode, weer herenigd. De smaak van Azië is hiermee meer dan alleen een herinnering aan de kookreizen van zijn vader in het weekend. Ik heb ervaren hoe belangrijk familieband is. Om dit te bezegelen heeft Cees een tatoeage laten zetten, waarin de liefde voor zijn ouders, broer en zus gesymboliseerd wordt met vier harten.

Met een traan en lach nemen we afscheid van Cees en ik denk alleen: "wat is het leven mooi!"



Volg en like ons op Facebook: 'Køken'.



Activiteiten in Oost

Vervolg van pag. 27

29 september

Dansen wijkcentrum Daalsehof tussen 14.00-17.00 uur met "live-muziek". Entree €2,50.

Open Ateliers in Nijmegen-Oost Acht beeldend kunstenaars in de schildersbuurt stellen hun atelier open om hun nieuwste werk te laten zien. De open atelierdagen worden voor de 13e keer gehouden op de zondagmiddagen 22 en 29 september, 13:00 tot 17:00 uur. In de etalage van De Wijkwinkel, Daalseweg 259 A, is een overzichtsexpositie ingericht. Organisatie en inlichtingen: Mieke Koenen, 024 322 46 31, miekekoenen@versatel.nl

1 oktober

Wandelen voor balans! Elke eerste dinsdag van de maand gaan we gezellig een stukje wandelen in de schitterende omgeving. Het gaat niet om sportieve prestaties, maar om het ontmoeten van elkaar en het genieten van de natuur. Het aanbod is gratis, maar het zou fijn zijn als je je van tevoren zou willen aanmelden: info@kathrinsprenger.nl. Begint om 10:00 uur.

3 oktober

Cursus Muziekluisteren Eerste avond van 8 avonden muziekluisteren: Aan de hand van verhalen, beelden en natuurlijk veel muziek voert Jeroen Swarte u mee langs (on)toegankelijke muziek uit de laatste tien eeuwen. Om uw kennis te verrijken en luisterervaringen te verdiepen. En om steeds een beetje meer, maar uiteindelijk nooit helemaal, te begrijpen waarom muziek ons zo kan raken. Zie www.klankzaak.nl.

Lezing Albertinumgenootschap: Verantwoordelijk burgerschap in Europa, door prof. dr. Paul van Tongeren. Begint om 20:00u, Professor Molkenboerstraat 5, E-mail: ca.geraedts@hetnet.nl

4 oktober

Indische eettafel Kom gezellig Indisch eten in het OBG aan de Professor Cornelissenstraat 2! Om 13:00 uur serveren onze Indische kokke en haar vrijwilligers in de Borgerzaal van het OBG een echte Indische maaltijd. Voor slechts 9,50 euro bent u onze gast. U krijgt een complete maaltijd en nagerecht en bovendien veel Indische gezelligheid. E-mail: steunpuntnijmegen@pelita.nl

6 oktober

Dansen wijkcentrum Daalsehof tussen 14.00-17.00 uur met "live-muziek". Entree 2,50.

9 oktober

Creatieve cursussen De volgende activiteiten staan dan gepland: keramiek, glas-in-lood en kleding naaien. De cursussen worden begeleid door vrijwilligers. Kosten zijn van sept t/m dec € 40,- (exclusief materiaalkosten). Begint om 19:30u. Tel: 024-3812381 www.hobbycentrumnijmegenoost.nl

10 oktober

Lezing Albertinumgenootschap: Europa en de Europese Unie, door prof. dr. Anna van der Vleuten. Begint om 20:00u, Professor Molkenboerstraat 5, ca.geraedts@hetnet.nl

17 oktober

Cursus Muziekluisteren Tweede avond van 8 avonden muziekluisteren. Zie 3 oktober.

17 en 19 oktober

Wijnproeverij rode wijnen Gezellig en leerzaam: rode wijnen proeven bij Cave de Portugal entree: euro 22,50 p.p. Bij vooruitbetaling korting euro 2,50. Bezoek onze website: www.cavedeportugal.nl. Begint om 20:00u

T 06-22210675 www.praktijktinekenauta.nl

Praktijk Tineke Nauta

Haptotherapie

CranioSacraal Therapie

Vrouw en kracht

Twee redenen om in de Wijkkrant te adverteren!

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

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

Authentiek Thais Restaurant



Nieuw op woensdag

Voortaan net zoals op dinsdag
Thais lopend buffet€ 15,00

Tevens Thuisbuffet, kies twee gerechten van het buffet, inclusief gebakken mie/rijst of witte rijst.
Genoeg voor twee personen..€ 9,50

Keuze uit de menukaart gerechten en afhaal-service ook op woensdag

Van 't Santstr. 159 - 024-3772444

Het idee achter Kombuis De H'eerlijkheid

*H'eerlijk
duurzaam
ontmoeten*

Kombuis De H'eerlijkheid is een themarestaurant waarbij lekker, duurzaam koken en het ontmoeten van diverse generaties centraal staan. Tevens is het een leerwerkproject voor mensen met afstand tot de arbeidsmarkt.

Themamenu in september en oktober: Spanje

Aperitivo € 7,00
* Gazpacho * Calamaris y azafrán
* Albondigas * Gambas al ajillo
* Red Eléctrica

Hoofdgerechten € 15,00
* Pincho de solomito con chorizo
* Musclos de pato en salsa de albaricoque y pasa * Zarzuela
* Huevas Andalucía con espinacas

Postres € 6,00
* Crema catalana * Tocino de cielo
* Helado de vainilla con aceite de oliva y piñones

2-gangenmenu € 19,50
3-gangen menu € 25,50

Anderszins

Dagschotel Elke dag maken wij een vis-, vlees- of vegamaaltijd voor een vaste prijs van € 9,75 Als u voor 14.00 uur reserveert, staat de maaltijd op het door u gewenste tijdstip voor u gereed.

Studenten-Special Voor deze bevolkingsgroep serveren wij op woensdag t/m vrijdag voor de dagschotel voor slechts € 7,50, inclusief een biologisch bier- of wijntje.

Pasta € 7,50 Elke dag is er een verse pasta waarbij u de keuze heeft uit een vlees-, vis- of vegetarische variant. Met de daarbij geserveerde salade is ook deze keuze een volwaardige gezonde maaltijd.

3-gangen seniorenkeuzemenu € 7,50 Van 11.30 - 13.30 uur

Menu Klassiek

Voorgerechten € 6,00 * Rundercarpaccio met balsamicosirop, pestodressing en parmezaan
* Ceasarsalade met gebakken kippendij
* Gebakken kippenlevertjes, toast, champignons en spekjes * Wijngaardslakken in kruidenroom
* Tomatensoep met crème fraîche

Hoofdgerechten € 15,00 * Varkenshaasmedaillons met champignonroomsaus * Eendenborst met sinaasappelsaus * Langzaam gegaarde sukade met groene kruiden * Biefstuk Rossini, met eendenlever * Op de huid gebakken zalmfilet met diilecrème * Sliptongetjes gebakken in roomboter

Nagerechten € 6,00 * Coupe vanille-ijs met warme chocoladesaus en naar keuze in wodka gemarineerd seizoensfruit of advocaat * Hemelse modder (chocolademousse) * Crème brûlée * Kaasplankje

2-gangenmenu € 18,50 3-gangenmenu € 24,50

Heerlijk én eerlijk ontmoeten

Kombuis De H'eerlijkheid

Geopend van woensdag t/m zondag 11.30-13.30 en vanaf 17.00 uur

www.kombuisdeheerlijkheid.nl

Prof. Cornelissenstraat 8 - (024) 3245566



Ambachtelijke
kijk op parket

Neerlandia dé parketspecialzaak in Nijmegen Oost.

Natuurlijk ook voor al u onderhoudsproducten voor de vloer.



Neerlandia is aangesloten bij ParketGroep Nederland

Neerlandia
houten vloeren

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

FYSIOTHERAPEUTISCH INSTITUUT NIJMEGEN

therapie op haptonomische basis

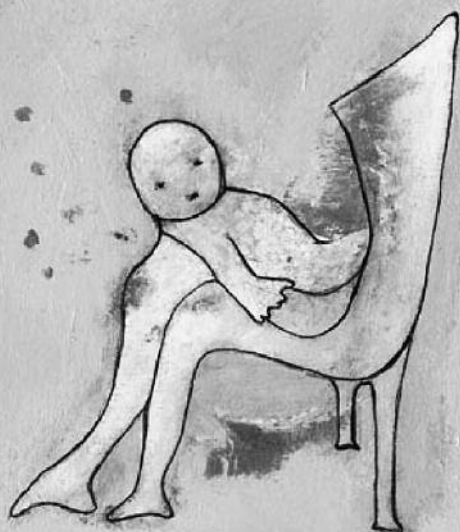
Shantala Babymassage

Vrijdag 1 november start onze nieuwe cursus Shantala Babymassage. In 5 opeenvolgende vrijdagochtenden leer je hoe je je nog verfijnder op je kind kunt afstemmen door gevoelsmatig contact te maken. De cursus is van 9.30 uur tot 11.00 uur

Zie voor meer informatie:
www.haptonomienijmegen.nl

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

FYSIOTHERAPIE EN MANUELE THERAPIE
HAPTOTHERAPIE
CRANIOSACRAALTHERAPIE



Rijbewijskeuring € 25,-

Elke donderdag op afspraak tussen 15.00 en 17.00 uur
 (andere dagen in overleg mogelijk)



Wat moet u meenemen:

- *Eigen verklaring met Geneeskundig verslag
 (te verkrijgen op het gemeentehuis, thuis alvast invullen)
- *Schoon potje met urine
- *Medicatielijst
- *Eventueel bril of contactlenzen
- *Uw huidige rijbewijs

P.J.T. Pulles, huisarts - Kanunnik Boenenstraat 8, Nijmegen
 024-3552339 www.mcbrakkenstein.nl info@mcbrakkenstein.nl

Schildersbedrijf Maria Engels

van Dulckenstraat 50
 Nijmegen
 Tel : 024 - 360 85 86
 Mob : 06 - 181 799 04



E-mail: info@mariaengels.demon.nl

**ZONDER
 ZORGEN
 OP REIS!**

**GRATIS
 ACCU-
 CONTROLE**

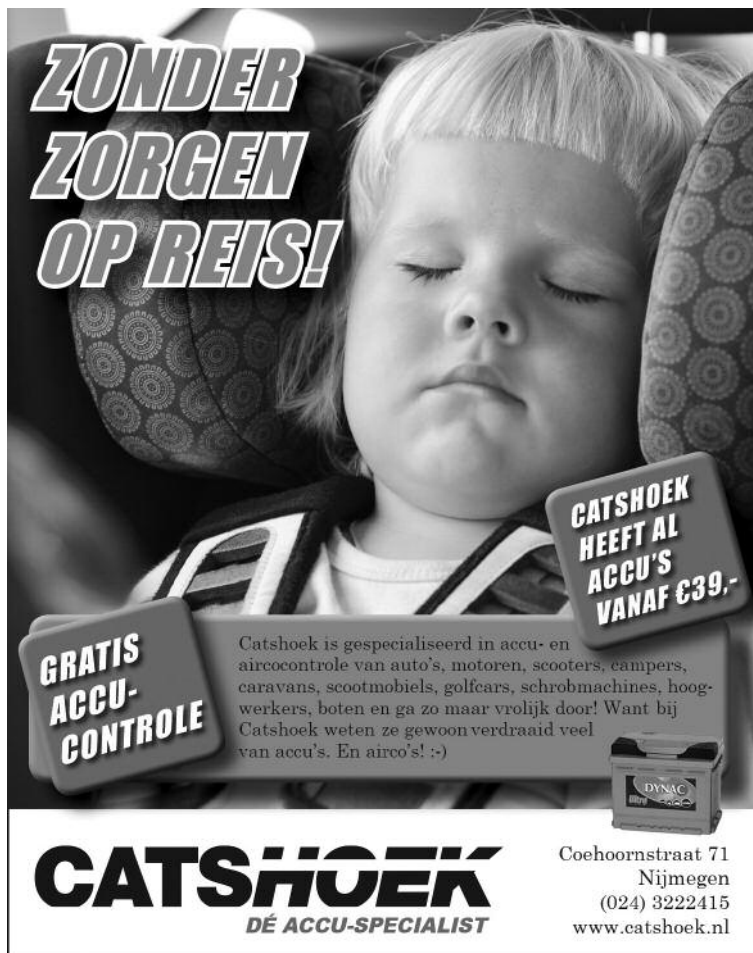
**CATSHOEK
 HEEFT AL
 ACCU'S
 VANAF €39,-**

Catshoek is gespecialiseerd in accu- en aircocontrole van auto's, motoren, scooters, campers, caravans, scootmobiele, golfcars, schrobmachines, hoogwerkers, boten en ga zo maar vrolijk door! Want bij Catshoek weten ze gewoon verdraaid veel van accu's. En airco's! :-)



CATSHOEK
 DÉ ACCU-SPECIALIST

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



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

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

Oplage: 12.300 Uitgave:
Stichting De Wijkkrant Nijmegen-Oost, Hengstdalseweg 78, 6523 EM Nijmegen. www.dewijkwebsite.nl
E-mail: redactie@dewijkwebsite.nl

EINDREDACTIE
Eric Hendriks

REDACTIE
Anna Bakker, Alex Holderbusch, Marleen de Jong, Simone Kiekbosch, Marjon Spoorenberg, Karin Veldkamp, Loes Wijffels

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:
Juil van Anken, Helen Arenz, Marlous Frencken, Edger Gubbels, Bert Hendrix, Marc van Kempen, Maikel Verkoelen, Anton de Wildt

WIJKWEBSITE
www.dewijkwebsite.nl

OPMAAK
Ton Burgers, www.a-formaat.nl

DRUK
Janssen Pers, Gennep

BEZORGING
Axender verspreidingen, Cuijk

ADVERTEREN VOOR BEDRIJVEN
Jikke Marek, E-mail:
advertenties@dewijkwebsite.nl

DEADLINE
De uiterste datum om knollen/citroenen en advertenties aan te leveren is 4 oktober. Elke maand bepalen we drie weken vóór het uitkomen de inhoud van de krant. Ruimte voor actueel nieuws is beperkt. We verwelkomen je artikel, maar garanderen geen plaatsing. Wil je zeker zijn van bekendheid in de wijk? Benut dan ook www.dewijkwebsite.nl

BEZORGING
Woensdag 16 oktober 2013, samen met De Brug.

GEEN WIJKKRANT ONTVANGEN?
Meld online uw bezorgklacht op www.dewijkwebsite.nl of mail: redactie@dewijkwebsite.nl.



Ruimte

Glooiende velden, ruisende bomen, zonnende hagedissen en luidruchtige krekels. Warme loomte in een oneindige ruimte van lucht en groene vergezichten. In Bourgondië ademde ik een maand lang de landelijke natuur en leefde er met de traagheid van de Fransen. Ik was er gelukkig zonder internet, telefoon of tv. Maar met verse croissantjes, stapels boeken, een scrabblespel en lange gesprekken bij een glas rode wijn en een stukje kaas. Verveling bestond niet, uren niets doen wel. Mijn tempo was verlaagd tot een absoluut minimum en mijn behoeften teruggebracht tot wat voedsel en een bed. Van de kleine koffer met kleren die ik bij me had, heb ik maar de helft gedragen. Een dag leek oneindig en weken werden maanden. Geluk zit in de beperking. Mijn vakantiegevoel ten top. Ik ontmoette er verschillende Nederlanders die de drukte in eigen land zat waren en voor langere tijd of zelfs permanent het Franse leven boven het Hollandse verkozen. Ze zagen er enigszins verwilderd maar intens tevreden uit.

Hoe anders is het in mijn eigen Nijmegen-Oost. De ruimte die ik op mijn vakantieadres had, moet ik hier delen met tenminste 500 anderen.



Daar komt nog bij dat ik deze zomer in mijn piepkleine huisje achtereenvolgens drie vierdaagselopers, een introductiestudent en mijn dochter te logeren had. Allemaal sliepen ze in

de warme kamertjes onder het platte dak. We verdeelden de schaarse vierkante meters zo goed mogelijk onder elkaar. En vonden het nog gezellig ook. Voor even dan.

Gelukkig huist mijn vriendje in de polder een stuk ruimer dan ik. Als het nodig was, rolde ik met mijn fiets de heuvelrug af om wat ruimte te snuiven.

Inmiddels is mijn dochter vertrokken naar haar grote liefde en vriendlief naar zijn eigen woning. Zoete herinneringen vullen de leeggevallen gaten. Buiten nemen grote spinnen met hun kunstige webben de nazomerse ruimte in. Ik verheug me al op herfstige regenbuien, gezellige avondjes bij Lux en het kopen van een nieuwe winterjas. De komende tijd ga ik in eigen land doorbrengen. Ik wil genieten van de levendige drukte van de stad. Voorlopig heb ik meer dan genoeg ruimte. In mijn hoofd.

Loes Wijffels

Reacties: Loes@avatar.nl

Bijdragen en eters gezocht voor monument aquaduct op Broerdijk

Bijna 300 wijkbewoners kwamen maandag 8 april naar onze Ark. Ze wilden een monument en kozen voor de witte Neptunusring met Romeinse letters.

Ingezonden door Henk Horstink

Ze zijn leesbaar als er regen valt op de gladde rand eromheen. Ontwerper Alphons ter Avest gaat binnenkort met leerlingen van het Canisiuscollege een passende tekst componeren. Ze informeren u als er een definitieve tekst is met AQUA en NOVIO of VITA.

Er zijn ook tegenvallers. Fondsen als VSB en Cultuurfonds beslisten om de vraag om steun niet te honoreren. Ze krijgen veel aanvragen en kozen andere projecten om te ondersteunen. Hopelijk kan het Prins Bernardfonds wel steunen met euro's.

Met het geld van de gemeente kan Alphons de ring realiseren, maar we hebben nog zo'n tienduizend euro nodig om ook het spiegelende vlak eromheen te kunnen construeren.

Dat betekent dat de initiatiefnemers aan de bak moeten, de wijk in zullen gaan met Romeinse producten en ook u zullen vragen om te kopen en bij te dragen. Ze denken dat dat met goede mooie spullen gaat lukken en niet met collecteren.

Ze gaan op vrijdag 20 september beginnen met een informatiebord en een Romeinse maaltijd in de vlindertuin vlak naast de rotonde. Deze tuin is in beheer bij de vlindergroep die opnieuw is opgericht met vrijwilligers. Ze gaan Romeins koken voor 20 of 40 liefhebbers die tien euro betalen voor heerlijk Romeins eten en 3 euro voor wijn. In het geval het kan gaan regenen, plaatsen ze twee partytenten. U kunt reserveren door 13 euro over te maken op ING nummer 5448200 van onze stichting.SIVAQN. Dan krijgt u er ook een mooie placemat bij.

Om voldoende geld binnen te krijgen zullen ze nog veel meer moeten doen. Bijvoorbeeld mooie Romeinse munten verkopen, waarmee je een ijsje kunt kopen of bij twee munten een pilsje bij een café dat meewerkt. Genoeg leuke ideeën, maar ze moeten het nog wel organiseren. Vind je het leuk om te koken of anderszins mee te werken, mail dan: henk.horstink@gmail.com



AUTOBEDRIJF STARFIT

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

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

adres:

Pontanusstraat 46-48
6524 HG Nijmegen

T: 024-3234448

F: 024-3601609

E: info@starfit-nijmegen.nl

openingstijden:

ma t/m vr: 08.00-17.00

www.starfit-nijmegen.nl