



de Wijkkrant

voor Nijmegen-Oost

September 2016



Foto: Marc van Kempen

Knollen & Citroenen

De meest vertrouwde manier om iets te kopen of te verkopen in de wijk is de rubriek Knollen & Citroenen. Advertenties kun je al heel lang opgeven via de website www.dewijkwebsite.nl. Toen de Wijkwinkel nog bestond, kon je ook daar je advertentie op papier aanleveren. Dat kan nog steeds, maar dan bij Stip Oost aan de Elzenstraat 4. Als wijkbewoner kun je per nummer één gratis advertentie plaatsen. Wil je elke week de nieuwste advertenties in je mail? Schrijf je dan in op www.dewijkwebsite.nl.

Heeft u nog oud DOKA-fotopapier op zolder en weet u niet wat u er nog mee moet? Fotograaf van de Wijkkrant komt het graag bij u ophalen 024-3236098. Dank!

Wie kan mij helpen aan een paar vierkante meters ruimte in bv. garage of schuur om af en toe enkele fietsen te stallen of om tijdelijk iets op te slaan. Omgeving Barbarossastraat. 06-23104381

Langspeelplaten gezocht. Heb jij een geliefde verzameling waar je niets meer mee doet? Maar ook geen afstand van kunt doen? Ik neem je collectie in beheer en zoek een nieuwe eigenaar voor je plaat. En zó, dat je er er meer aan verdient dan bij een alles in één verkoop. Telefoon: 06 17 45 67 31

Te koop: unieke door kunstenaar ontworpen eetkamertafel, 1.00 x 1.50 m. Onderstel RVS. Blad: meubelplaat waarvan de nerven in verschillende kleuren benadrukt zijn. Gelakt. €200,-. Tel 06-25064214

Te koop: Asus desktop, 250GB SSD, Windows 10, i3 processor. Richtprijs €250. Telefoon: 0627185616 silvijnvanpinxteren@outlook.com

Donkerbruin 1-persoons ledikant met matras. Elektrisch verstelbare lattenbodem, € 50,-. Bellen tussen 14.00 uur en 17.00 uur. Telefoon: 06 185 27 071

Te koop: CD Adele 25, wegens over compleet. Niet gesealed; niet gebruikt. Voor € 12,00 mag je hem hebben! m.rath@kgcnijmegen.nl

Te koop, mooie in uitstekende staat verkerende Holtkamper Astro vouwwagen bouwjaar 2000.

Zeer snel opzetbaar, geen losse stokken, ruime voortent. Evt met standplaats in Malden. €3500,-. Telefoon: 06-51492284

Gezocht: ouderwets schommelvoetenbankje. Reageer per mail: info.netwerk@versatel.nl

Klein maar handig tafeltje te koop wegens verhuizing. Superstevig. Vierkant blad van 64 bij 64 cm en 40 cm hoog. Prima te restylen naar eigen inzicht met een leuk kleedje. Ophalen voor een klein prijsje in de indische buurt. 06-21590904

Hallo buurtgenoot, ik zoek een ouderwetse verstelnaaister die voor mij een blouse en pantalons wil vermaken. Hartelijke groet, Marjke. Telefoon: 06-49753293

Op maandag 4 juli ben ik vlakbij het azc een hangertje in vorm van een hand verloren. Heeft voornamelijk emotionele waarde. Beloning voor terug bezorgen. Bij voorbaat bedankt. Peter 06-44352187

Houten papierladekast, A1 formaat, 6 lades. €80,-. Ook: grote hoeveelheid tekenpapier A1 en een variatie aan ander papier. €40,-. 024-3603028

Antiek eiken bureau wegens over compleet. 024-3562496

Gratis af te halen bordeauxrode luxaflex voor tuimel-dakraam. Maten: hoogte van de ruit (dus niet het volledige raam maar alleen de ruit zelf) 113cm, breedte 117cm. Telefoon: 06 496 08 201

Te koop aangeboden Leeuwenstein Lockmachine Telefoon: 024-3562496

Speciaal voor de 100e vierdaagse heeft kunstenaar Judith Smeets 100 lopers in beeld gebracht. Het zijn stuk voor stuk unieke beeldjes met de inscriptie '100e 4-daagse, Nijmegen'. Handgemaakt van keramiek en geglazuurd in verschillende kleuren. 06-19181831

Kleine sleutelbos, gevonden in het bos nabij Joachim en Anna. Bel 06 49928838 en beschrijf je de sleutelbos (aantal en ring) dan op te halen na afspraak!

Huiskamerproject Babylon zoekt dringend een elektrische oven, een stofzuiger en een diepvries. Verder kunnen we nog parasols gebruiken. Hartelijk dank! 06-53684322, Edith.

Gratis af te halen diverse maten bloempotten, Bergendalseweg 165 (Huygensflat), tel.: 024-3562496

Wij zoeken voor onze twee kinderen van twaalf en bijna negen jaar een lieve en niet-rokende oppas (v). Leeftijd vanaf 18 jaar. Geen vaste dag, maar wisselende momenten. Meestal 's avond of 's middags. Mail: c.driessen@hpcnet.nl

Aangeboden: blauw Yepp fietsstoeltje voor achterop. met twee bevestigingsbeugels voor de bagagedrager, een grote en een kleine. prijs € 50,-. 06-55812841

Gratis af te halen: 3 wandelstokken, bij OBG. Wie er één nodig heeft komt naar het Wijkinformatiepunt en kiest er eentje uit. Wie het eerst komt, wie het eerst maalt. Telefoon: 024-3279279

Te koop: *In uitstekende staat verkerende wandel/bergschoenen van Lowa, mt 47. Binnenwerk van leer, Vibram zool en stijjzergeschied. Slechts enkele keren gedragen. Nieuw prijs € 240,-. Nu € 115,-.

*Bijna nieuwe hardhouten tuinstoelen. Altijd binnen gestaan. FSC gekeurd. Nieuw prijs € 100,-. Nu € 65,-. *In perfecte staat verkerende full HD Mediaspeler Eminent EM8102. Incl. voeding, afstandsbediening en handleiding. Nieuw prijs € 127,-. Nu: € 60,-. *Goede digitale satellietontvanger, CMS 4300C. Incl. afstandsbediening, scartkabel en handleiding. Prijs € 20,-. Telefoon: 024-3241737

Te huur woonruimte Nijmegen-Oost voor 2 personen, € 900,- per maand, excl. GWE. Woonoppervlakte 86 m2. Voor meer informatie of een bezichtiging: 06-22975221 of mail naar wd@gmail.com

Te Koop: Disney Doeken 20, 30 of 100 euro. Zelf geschilderd. 06-22715349

Te koop: rieten stoel met armleuningen, naturel kleur. Rughoogte 80 cm., breed 55 cm, in prima staat. €25,-. Moderne tafellamp met kap, hoogte 85 cm., Ø 22 cm., plexie voet, metalen stang, kap ebru, € 15,-. Tel. 06-23104381

Ruime eengezinswoning aangeboden in Vlissingen (huur), vlak bij strand/in centrum, 3 slaapkamers en tuin. Ik zoek een kleine, zelfstandige woonruimte in Nijmegen-Oost, liefst met een buitenruimte. Max. huur 600,-. 06-41268687

Mijn naam is Esselina Disveld ik ben 54 jaar en op zoek naar een leuke betaalbare kamer van € 365 euro per maand waar ik langere tijd kan blijven wonen. Ik kom uit Nijmegen en wil terug naar Nijmegen. Graag serieuze reacties, Telefoon: 06-47208735

Hallo, ik ben op zoek naar een damesracefiets. Ik wil graag af en toe even fanatiek kunnen fietsen. Telefoon: 06-53859559

Mijn Tomtom is overbodig geworden nu ik een nieuwe auto heb met ingebouwde navigatie. Hij is ongeveer drie jaar oud, functioneert nog zoals in het begin, uitstekend dus. Telefoon: 06-48477311

Verloren: rode plastic tas met gekleurde haakwerk, verloren tussen Nijmegen-Oost en CWZ. Is dierbaar. Gevonden? Bel 06-30446213

Mijn naam is Felix Fennemann en vanaf september zal ik voor minimaal vier jaar als PhD in Nijmegen werken. Hiervoor ben ik op zoek naar een kamer/studio/appartement voor rond €600-700. Graag reacties: ffennemann@gmail.com

Inklapbare rolstoel, licht, makkelijk te hanteren, compleet met voetsteunen, zitkussen, warme en tevens regenbestendige mantel en afneembare boodschappentas. Rubberen banden, hoeft nooit opgepompt. €50 vraagprijs. Telefoon: 06-10773731

Verzamelaar is op zoek naar oude ansichtkaarten van Nijmegen (Oost). Telefoon: 0622619834

Ik ben op zoek naar een fijne werkplek in Nijmegen die ik kan huren voor Mindfulness. Huur max. 600 euro, minimaal 25 m2. Liefst een lichte plek met een tuin of park of iets dergelijks dichtbij. Contact: 06-12665565 / info@brendalelie.nl

Bridgeles voor beginners 12 september start bridgeles voor beginners met nieuwe lesmethode. Bridgeleerboek voor Iedereen, 06-51424234

Hallo, wij gaan binnenkort verhuizen en zoeken handige verhuisdozen, die wij een tijdje mogen lenen/huren. 06-44253975

Gratis op te halen: houten, zelfgemaakt 1-persoons bed met Ikea matras. Maten: 87x198 cm. Maten matras 80 x 195 cm. 06-44253975

We hebben 3 jonge kinderen (0, 2, 5 jr) en zoeken op flexibele dagen hulp van 17.00 tot 20.00 (koken, mee eten, opruimen en kinderen mee naar bed brengen). Leeftijd is onbelangrijk, als je maar kan aanpakken en van kinderen houdt. Telefoon: 06-26797364

Wie met groot poezenhart en geduld heeft plek voor poes, 5 jr. ze heeft last van spanning waardoor ze zich kaal vreet en ik heb te weinig tijd om haar voldoende aandacht te geven. Ze is lief, geen bangerd, gewend aan honden, zindelijk. Telefoon: 06-20693369

Wie heeft zin om af en toe een biologische maaltijd klaar te maken voor ouder echtpaar? Wij eten eenvoudig en gezond. 06-49753293

Te koop: houten kapstok €25, Art deco lamp €30, Keltum verzilverde kandelaar voor 5 kaarsen € 12,50 en metalen ronde stationsklok: €5. Telefoon: 06-24745374

Meer knollen op pag. 6

Misschien is het je inmiddels al opgevallen: de Wijkkrant heeft een nieuw uiterlijk gekregen. We vinden het tijd om het buurtblad een wat strakker, moderner jasje te geven: een mooi logo, frisse kleuren en een ruimere opzet. Zodat het lezen nóg aangenamer wordt.

Geleidelijk zal de hele krant in deze nieuwe opzet verschijnen. Ook de wijkwebsite krijgt deze stijl. We hopen dat het je bevalt. Zelf worden we er in elk geval heel blij van. Laat het ons weten via ons mailadres: redactie@dewijkwebsite.nl

Voorpagina

Schaapsherder Merijn Bakker en zijn fana-



Afhaalpunten de Wijkkrant

Op dit moment leest u de Wijkkrant, dat vinden wij, de makers, uiteraard fijn. Wij maken de krant om zo veel mogelijk lezers in Oost te bereiken. Heel soms wordt de Wijkkrant niet bezorgd. Als de krant uiterlijk de tweede vrijdag van de maand niet bij u in de bus ligt, kunt u 'm ook nog op veel plekken in de wijk gratis afhalen:

- Albert Heijn Daalseweg
- Altijd Zondag, Tooropstraat
- Art, Home & Living, Frans Halsstraat
- Bruna Daalseweg
- Cafetaria Tweety, Broerdijk
- City Hair Shop, Daalseweg
- Coop Walraven, Molukkenstraat 13
- Coop - Tooropstraat
- Coop Te Plate - Van 't Santstraat
- De Santenkraam, Pijnboomstraat/Broerdijk
- De Vijverhof aan de Kwakkenbergweg (hoofdgebouw)
- Family Corner, Van 't Santstraat
- Fysiotherapie MCNO/De Wedren, Waldeck Pyrmontsingel
- Lunchcafé Blixem op de Groesbeekseweg
- Oud Burgeren Gasthuis
- Thais restaurant Baan Isaan, Van 't Santstraat
- Stip Nijmegen Oost, Elzenstraat 4
- Wijkcentrum Ark van Oost, Cipresstraat
- Wijkcentrum Daalsehof

De Wijkkrant: vernieuwde lay-out

tieke border collie hebben hun handen vol aan deze mooie kudde. Merijn leidde op woensdag 27 juli zijn schapen door Nijmegen-Oost naar de volgende begrazingsplaats. Fotograaf Marc van Kempen liep met hen mee. Ze kregen veel bekijks.

Zomer

Terwijl het volop nazomert blikken wij nog even terug met wat mooie beelden die onze



fotografen vingen in de wijk. Zoals deze foto van Karin Veldkamp van het Moutfestival in het Julianapark. *Ikbenbaukje* heeft nog wat after-vakantie-tips in deze Wijkkrant...

Leemkuil

De speeltuin ligt al 70 jaar in het bos en vierde dat onlangs met een klein feestje. Marjon Spoorberg kwam er vroeger veel en gaat er nu weer eens kijken.



B&B

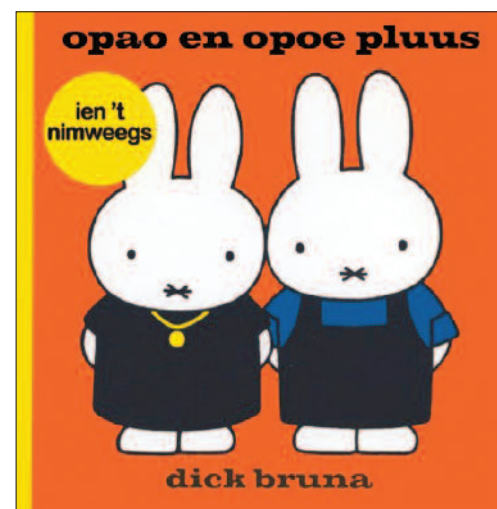
Maryse Castien start met een nieuwe serie over B&B's in onze wijk. Wat beweegt men-



sen om hun huis te willen delen met telkens weer andere gasten? Foto: Marc van Kempen.

Jan Roelofs

Jan tikte zijn laatste Blarenbode voor de



Vierdaagse vrijwilligers en gaf een Nijntjeboekje in 'Nimweegs dialect' uit.

Blik van buiten

Simone Kiekebosch sprak twee Syrische neven die nu drie maanden in Nijme-



gen-Oost wonen. Ze tekent hun verhaal op vraag ze hoe het hier bevalt. Foto: Mohanad Ataya

Minibiebs

In het slot van deze reeks laat Marjolijn Hovius zien hoe je zelf heel eenvoudig een eigen minibibliotheek kunt beginnen.

Richt uw woning mooier in met
Wennekers Nijmegen



WENNEKERS
NIJMEGEN

Gordijnen, zonwering, vloeren ...en meer

Groenestraat 2A Nijmegen
(hoek St. Annastraat)
T: (024) 356 01 04
E: info@wennekers-nijmegen.nl

www.wennekers-nijmegen.nl

Thais Isaan Restaurant
BAAN ISAAAN

2 PERS. GRATIS NAAR
Thailand

12 DAAGSE CULINAIRE
RONDREIS+HIGHLIGHTS

Ga naar baanisaan.com
voor de voorwaarden.

Baan Isaan van 't Santstr. 159 6523 BE Nijmegen
tel. 0243772444—www.baanisaan.com

Autoservice
Kuijpers

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



KAAIJ
advocatuur
mediation | coaching

Recht uit het hart

Personen- en familierecht
als advocaat of mediator

Nalatenschappen
als mediator

Arbeidsrecht
als mediator

Zakelijke geschillen
als mediator

Psychiatrisch patiëntenrecht
als advocaat

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

FYSIOTHERAPIE • MESSAGES • NLP COACHING • BUITENFIT • RETREATS

*Doet jouw lijf
niet meer wat jij wilt?*



KOM KENNISMAKEN!
GRATIS INTAKE
WWW.METJET.NL

Leef vrij.

Ontdek een andere aanpak...
Ontdek Fysiotherapie Praktijk MetJet.
Vol aandacht samen werken
aan duurzaam herstel.

metjet
BODY & MIND

FYSIOTHERAPIE PRAKTIJK METJET • BOTTENDAAL NIJMEGEN
TEL. (06) 50 40 55 69 | INFO@METJET.NL | WWW.METJET.NL

Wat is de ideale app voor Nijmegen-Oost?

Steeds meer mensen bezitten een smartphone en de techniek wordt steeds eenvoudiger om apps te ontwikkelen. Wij willen onderzoeken hoe de ideale app voor Nijmegen-Oost eruit ziet om deze ook te gaan ontwikkelen.

Door Eric Hendriks

Wat moet je ermee kunnen? Moet je makkelijk kunnen zien welke leuke dingen er te



doen zijn? Bladeren door het laatste nieuws uit de buurt? Of wil je juist makkelijker met je burens in contact komen? Zou je graag aanbiedingen van lokale winkels willen zien? Of zie je een soort van

'Pokemon'-spel voor je, maar dan anders?

Gratis apps maken ons armer

Natuurlijk zijn er al veel van deze apps, vaak 'gratis'. Maar deze zijn eigendom

van grote Amerikaanse advertentiebedrijven die heel graag onze gegevens en foto's willen hebben. Ze gebruiken deze om onze eigen lokale winkels flink te laten betalen om hun producten weer aan ons te laten zien. Het nadeel hiervan is dat dit geld uit onze wijkeconomie verdwijnt om nooit meer terug te keren: we worden er dus steeds 'armer' van! Wij willen liever dat dit geld in onze eigen wijk blijft, zodat wij er zelf beter van worden en niet een klein groepje rijke buitenlandse aandeelhouders.

We zijn benieuwd naar jouw mening en ideeën. We nodigen je dan uit voor een 'design' bijeenkomst die we later dit jaar organiseren.

Mail je idee of mening naar:
redactie@dewijkwebsite.nl

Gratis apps
maken ons
armer

Werkzaamheden Daalseweg begonnen

Veel buurtbewoners hebben het al gemerkt: de werkzaamheden aan de Daalseweg zijn op 29 augustus écht begonnen. Naar schatting zal dit zo'n drie maanden in beslag nemen.

Door Eric Stuart, foto: Marc van Kempen

Tijdens deze periode zal het deel van de rotonde Koolemans Beijnenstraat-Tooropstraat tot aan de Hobbemastraat een eenrichtingsweg worden. Ook parkeren op de Daalseweg is dan niet mogelijk. In eerste instantie blijft de rotonde vanaf de Tooropstraat open voor gemotoriseerd verkeer.

Inspraak

Wegwerkzaamheden aan de Daalseweg, zeker als het een periode van drie maanden betreft, heeft grote gevolgen voor veel bewoners uit Altrade. Natuurlijk moet je nog bij je woning kunnen komen, waar kun je je auto nog parkeren en hoe zit het met geluidsoverlast. Ook de winkeliers krijgen te maken met de gevolgen van de verminderde bereikbaarheid: welke invloed heeft de maandenlange, verminderde bereikbaarheid? Daarom heeft Gemeente Nijmegen gekozen voor heel veel overleg met zowel de bewoners van de middenstanders. Tijdens de inspraakrondes werd open gepraat over elk detail: van de breedte van de rijbaan tot de kleur van de klinkers van het voetpad.

Keuzes

De belangrijkste keuze die het overleg heeft opgeleverd is misschien de nieuw in te richten 'Flexibele functionele zone'. Dit is een ruimte die vrijkomt doordat de rijbaan voor gemotoriseerd verkeer smaller wordt. In dit deel van de beschikbare ruimte is plaats voor fietsenstallingen, zitjes, straatverlichting en bomen/groene aanplant.

Bereikbaarheid

Tijdens de 'make-over' van de Daalseweg garandeert de Gemeente:

- Woningen en bedrijven zijn altijd lopend vanaf één zijde te bereiken

- Bij het werkvlak kan uw auto niet bij huis op uw eigen terrein geparkeerd worden
- Na gereed werkvlak direct opengesteld
- Extra parkeerplaatsen
- Trottoir over een breedte van een meter tot het laatste moment intact
- Het bevoorraden van bedrijven blijft gewaarborgd
- Hulpdiensten kunnen altijd vanaf zijwegen in het werkvlak komen
- Vuilniszakken en containers kunnen op verzamellocaties geplaatst worden. De Gemeente zal u indien nodig helpen



Column: Dick Verstegen

Dick Verstegen (1940) leidt als zenleraar het Zen Centrum Nijmegen. Voordien was hij hoofdredacteur bij de VNU-Dagbladengroep.

Hij is als columnist betrokken bij het Boeddhistisch Dagblad, Stille Centrum Waerbeke in België en het Han Fortmann Centrum (HFC).

Bij het HFC is hij ook lid van het algemeen bestuur. Dick is voorts voorzitter van de Stichting Waterproject Nepal. Hij schreef drie door zen geïnspireerde boeken. Zijn laatste boek is *De tocht van het hart* (2011).

Oost-zuidoost

Wie heeft er toegehapt toen er een stuk uit de zuidoosthoek van Nijmegen werd gebeten? Kijk eens naar de kaart en verbaas je met mij over dat wonderlijke gemis waardoor Heilig Landstichting bij Groesbeek schijnt, oh nee, blijkt te horen. En och dat is waar ook: niet Groesbeek meer, maar Berg en Dal. Want dat is de nieuwe realiteit, waar vele Heiliglandstichters blij mee zijn, maar die toch niet de droefenis wegneemt niet bij Nijmegen-Oost te horen.

Welke kant je ook vanuit Heilig Landstichting op rijdt... over de Groesbeekseweg, Sophialaan, de d'Almarasweg, Sionsweg, Panovenlaan... je komt uit in... Nijmegen. Oké, de Meerwijkselaan en de Nijmeegse (sic!) Baan voeren ons richting Berg en Dal en Groesbeek, maar dat is toch een royale minderheid van de uitvalswegen. Laten we gewoon eerlijk zijn: Heilig Landstichting hoort bij Nijmegen. Bij Nijmegen-Oost wel te verstaan en een speling van het lot heeft anders beslist. De post denkt er ook zo over, want als je achter je postcode Nijmegen invult, dan komt een aldus geadresseerde brief feilloos aan op je Heiligland-adres.

Waarom maak ik me hier druk over? Omdat Nijmegen mijn hart ge-



stolen heeft. Geboren in Den Haag, ben ik regelmatig verhuisd en woonde achtereenvolgens in Leidschendam, Delft, Bleiswijk en Eersel. In dat laatste dorp was ik wel behoorlijk honkvast, ik heb er dertig jaar gewoond. Het woonde goed hoor, maar ik kreeg er geen band mee.

Toen mijn nieuwe leven me in 2006 verbond met Ellen, begon een periode van drie jaar reizen. Daarna kwam een nieuwe woonplaats aan de orde. Waar zouden we samen gaan wonen? We dachten aan Amsterdam en Den Haag en ook aan Bergen aan Zee. Maar het werd Nijmegen. Want ondanks al die wonderlijke plaatsen die we bezochten in Nepal en India - ik leerde ook Nijmegen tussendoor goed kennen en ik begon van die stad even veel te houden als van Ellen, nou ja, bij wijze van spreken dan.

Eigenlijk was het de eerste plek waar ik me echt thuis ging voelen. Er bruist iets, er is een beweging die me ontroert en inspireert. Ergeens doet de energie me denken aan San Francisco. Maar daar kom je bordjes tegen met de vraag of je al voorbereid bent op de grote aardbeving ('the big one').... Want Frisco ligt op een breuklijn van aardplaten. In Nijmegen hoef je daar niet bang voor te zijn. In Nijmegen-Oost is die prikkende energie van 'de tienduizend mogelijkheden' het meeste voelbaar. Dat we dan toch, samen met ons zencentrum, in Heilig Landstichting neerstreken? Ja sorry, maar...we hebben nu al voor elkaar dat de Wijkkrant Oost ook hier bezorgd wordt. En verder moet je die gemeentegrenzen niet te serieus nemen.



Weet je wat? We wonen gewoon in Oost-zuidoost.

Knollen & Citroenen

Vervolg van pag. 2

Wie heeft een deelnemerskaart over voor de IBD-dag Radboud UMC op 17 september over nieuwste inzichten over voeding en behandeling bij IBD. Langs deze weg probeer ik alsnog een deelname te bemachtigen. Je maakt mij hier erg blij mee. 06-28829138

Wegens opruiming: salontafel hout €10,-, secretaire kastje €10,-, heren racefiets Raleigh €30,-, gordijnen 3.90/2.60 lang €20,-, Ikea open kast zwart €15,-, matras, 130/190 half jaar oud €100,- en latex toppermatras 120/200 €100. Telefoon: 0243771031

2 leunstoelen design 'Avanti'. Zwart skai-leder, frame metalen met houten leuning. Prachtig retro-setje! Vraagprijs €350. 06-33922412

Hondenfietscar. Zo goed als nieuw! Telefoon: 024-3239229

Te koop: eindwoning centrum/Carmelhof 2. Alle voorzieningen om de hoek en kinde-

ren kunnen eindeloos buitenspeken in de autovrije Hessenberg. 4 slaapkamers, stadstuin. €489.000, 06-38742224

Overtollige functionele- en betaalbare damesfiets gezocht, voor beginnende stagiaire, dagelijks van Nijmegen naar Berg & Dal, dus graag minimaal 3 versnellingen... Aanbiedingen via hanlijn@hotmail.com

Wilt u ook bridgen of invallen bij een kleine bridgeclub in Oost? Dinsdagen - om de 14 dagen Telefoon: 024-3238845

Hallo, mijn naam is Mark, ik ben 18 jaar en ik ga wiskunde studeren aan de universiteit van Nijmegen. Ik zoek een kamer van ongeveer 300 euro per maand. Het mag ook iets tijdelijks zijn. 06-25659841

Te koop: 100 muziek-cd's in 1 koop. Alle stijlen vertegenwoordigd. Telefoon: 06-48033099

Boekenbon gevonden: Prof. Cornelissenstraat. Is hij van jou? Dan hoor ik graag welk bedrag erop

staat, wanneer je hem gekocht hebt en zie ik de aankoopbon. Telefoon: 06-27035621

Mijn naam is Koen, 28 jaar oud en werkzaam aan de Radboud Universiteit. Ik ben op zoek naar rustige, zelfstandige woonruimte van ong. 40 m2 of meer. Mijn maximale budget is €700 p/m. 06-52110924 koenvanzon@outlook.com /

Gezocht: opknapfiets(en). Mits nog in goede staat kleine vergoeding in overleg mogelijk. wiellie1980@hotmail.nl

Te koop: tenorsaxofoon, Borgani Macerata, ik schat hem 40 jaar oud, gereviseerd, serienummer 4776, lekkere jazzy klank, incl. koffer, mondstuk, 3 rieten. 06-15695144

Ik heb 2 nieuwe kampeertoeltjes die ik nog nooit gebruikt heb, witte lage kunststof stoeltjes, inklapbaar, handig voor mee in de auto. €15 samen. Telefoon: 06-23104381

Kraam huren burendag Vijverhof 25 september 2016. Wilt u tijdens burendag uw hobby of producten verkopen? Er is ook veel leuks te doen en te bekijken voor jong en oud. Bij ons dierenpark komt de manege met mooie viervoeters en

de muziekbuss draait liedjes. Genieten van drankjes en hapjes. Telefoon: 06-57876086

Chauffeurs gezocht! Wilt u op zinvolle wijze iets betekenen voor onze kwetsbare, vooral oudere cliënten? Wij zoeken namelijk gemotiveerde en geduldige chauffeurs. Interesse? Kijk eens bij www.werkenbijrijzorg.nl/vrijwilligerswerk

Herfstvakantie in de Bourgogne. Genieten in de Morvan. Week 15/10-22/10 en 22/10-29/10 nog te boeken: www.unebellehistoire.fr

Hardlooptgroep Snelle Vrouwen in Nijmegen (SVIN) heeft plaats voor nieuwe leden op maandagmorgen 9-10 uur. Enige hardlooperervaring is gewenst. 06-22858512 of lucyvannorel@gmail.com

Te koop: mooi ligbed van roestvrij gecoat staal. Verstelbaar en verrijdbaar. Rechtop staand op te bergen. Inclusief kussen. Prijs €40,-. Telefoon: 06-43727943

Auping Aaronde kersenhouten seniorenbed, 90x200x48, verstelbaar hoofd- en voeteneinde, i.g.st. €100,-. Ook: kindermeegegroebed, grenen, i.g.st. €35, 06-44612431

Jan Roelofs' laatste 'Blarenbode'

Officieel heet het 'dienst Communicatie', het kantoor bovenop de grote centrale bar op de Wedren. Hier gebeurde alles wat met de pers rond de Vierdaagse te maken heeft.

Tekst: Loes Wijffels

Foto: Bert Hendrix

Voor de 350 vrijwilligers wordt in de Vierdaagseweek elke dag een 'Blarenbode' gemaakt, een kleine krant vol wetenswaardigheden rond dit wandelfestijn.

Jan Roelofs (70) zat dit jaar voor de laatste keer in de redactie. Dagelijks tikte hij zijn stukjes in de warme tent. Roelofs: "Dit jaar



"Ondanks dat het lijf wat krakkemikkig begint te worden, geniet ik nog dagelijks"

voor de 17e keer. Het was tevens mijn laatste. Het is tijd om te stoppen. De honderdste editie is een mooi moment voor een laatste ronde. Dit jaar was bijzonder omdat we al vanaf januari maandelijks een 'Blarenbode' maakten."

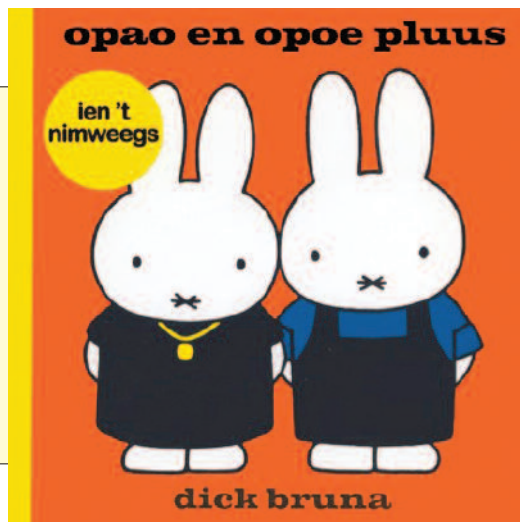
Na zijn studie Cultureel Werk aan de Sociale Academie in Eindhoven, is de geboren Nijmegenaar jeugdwerk gaan doen in de Kol-

pingwijk en werd hij actief bij de Scouting. Van '80 tot '93 was Roelofs ambtenaar bij de afdeling Cultuur van de gemeente Nijmegen. Later werd hij er Persvoorlichter en woordvoerder. Dat Nijmegen hem in het bloed zit blijkt ook uit het feit dat hij initiator van het Nijmeegs dictée is. Voor de vierdaagse was de immer opgewekte buurtgenoot lange tijd actief als speaker bij de

vlaggenparade en de intocht. Zijn verteltalent komt hem nog regelmatig van pas in zijn functie als trouwambtenaar.

Jan schreef en schrijft veel. Zo houdt hij nog dagelijks een blog bij over het leven in het algemeen, maar toch vooral over dat van hemzelf in het bijzonder. Te lezen via www.roeloefs.eu. "Het geeft me invulling aan mijn dag: iets om voor uit mijn bed te komen. Ondanks dat het lijf wat krakkemikkig begint te worden, geniet ik nog dagelijks. Ik heb altijd veel geschreven. Dat begon al bij de schoolkrant, waarin ik schreef onder de pseudoniem Emmanuel Popocatepetl."

Hij vindt de sfeer bij de Vierdaagse amicaal en geborgen. "s Morgens hadden we een redactievergadering en om 15.00 uur moest alles klaar zijn voor de drukker. Het was helaas wel een beetje afzien in die hitte, dit jaar".



'Opao en opoe Pluus ien 't Nimweegs' gepresenteerd

Op zondag 4 september werd bij Dekker van de Vegt om 13.00 uur het kinderboek Opao en opoe Pluus, ien 't Nimweegs gepresenteerd. Dit is de Nijmeegse vertaling van Opa en Oma Pluis van kinderboekenschrijver Dick Bruna. Wijkbewoner Jan Roelofs heeft de vertaling van Opa en Oma Pluis gemaakt met taalkundige ondersteuning van prof. Roeland van Hout. Beiden zijn buitengewone kenners van het Nimweegs dialect. Het boekje is te koop in alle boekhandels.

Nijmegen langs de internationale meetlat

In deze rubriek laten we mensen aan het woord die ver buiten Nijmegen-Oost zijn opgegroeid en hier wonen. Hoe kijken zij aan tegen het leven onder de stolp van Oost?

*Tekst: Simone Kiekebosch
Foto's: Mohanad Ataya*

Mohanad (42) en Mahmoud (22) Ataya, neven uit Syrië, wonen sinds een half jaar in Nederland en sinds drie maanden in Nijmegen-Oost. Ze deden er meer dan drie weken over om vanuit Syrië naar Nederland te komen.

Mohanad had een fotostudio in Damascus en fotografeerde allerlei bekende mensen in Syrië. Zijn studio is vernietigd door de oorlog in Syrië. Mahmoud studeerde Engelse literatuur, heeft zijn bachelor diploma behaald, maar moest daarna het leger in. Samen kwamen ze naar Nederland om de oorlog te ontvluchten.

Met een kopje thee en koffie nemen we plaats in de tuin en voeren in het Engels een gesprek.

Hoe zijn jullie in Nijmegen-Oost terecht gekomen?

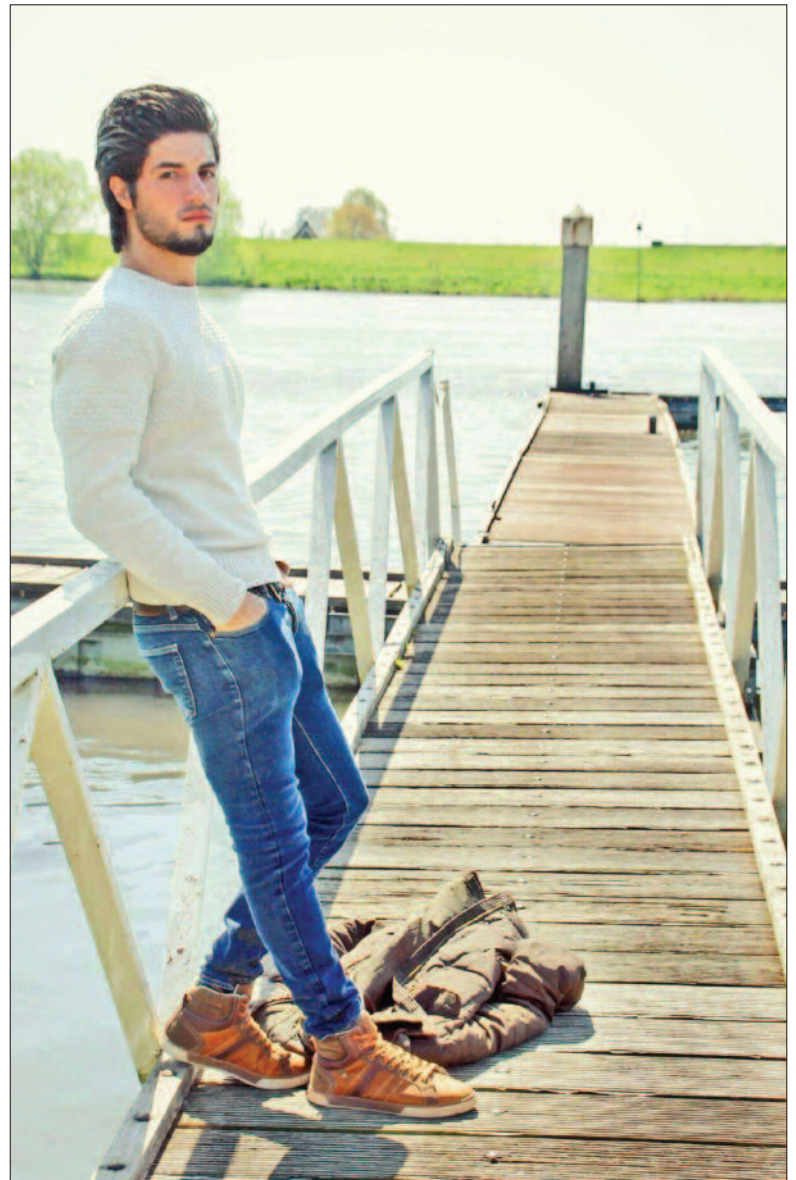
Mahmoud en Mohanad: Via de opvanglocatie in Ter Apel kwamen we in Heumensoord terecht. Vandaaruit werden we overgeplaatst naar Leusden en we kregen de gemeente Zoetermeer toegewezen om te gaan wonen. We wilden absoluut terug naar Nijmegen. We kenden hier inmiddels een heleboel mensen en gelukkig hebben we een kamer gevonden, hier in Nijmegen-Oost."

Nog een kopje thee, vraagt de huisbazin? Voordat ik antwoord kan geven, staat Mohanad al op en haalt voor iedereen thee en koffie. Ja, mannen van Nederland, geduchte

concurrentie hier. De Syrische mannen zijn galant voor vrouwen!

Hoe zou je dit deel van Nijmegen beschrijven?
Mohanad: "Heel mooi, mooie oude huizen.

Ik denk dat je die moet koesteren, die huizen van 100 jaar oud. Verder is het rustig, groen, een droom om hier te wonen. Mahmoud: Prima wonen hier, niet ver van de stad en veel bomen."



Mahmoud

**Syrische mannen
zijn galant
voor vrouwen!**

Heb je contact met de burens?

Samen: "Ja, met een aantal mensen in de straat. We hebben al eens een feestje gehad en de mensen zijn heel aardig hier. Mohanad vult aan: "ik heb hier de liefde gevonden. Ze woont enkele straten verderop en is de dochter van de huisbazin!"

Vervolg op volgende pagina.

Vervolg van vorige pagina.

Wat is jullie favoriete plek in Nijmegen-Oost?

Mohanad wijst lachend naar beneden: "Hier, in deze straat. Ik ben heel moe van het verhuizen iedere keer en ben hier gelukkig."

Mahmoud: "Ik vind het Limospark hier verderop heel mooi. Groot en groen."

Wat missen jullie hier?

Mohanad: "Een eigen huis in Nijmegen-Oost en goed weer! Ze lachen allebei! In Syrië zagen we op de kaart dat Nederland aan zee lag. Verder hoorden we goede verhalen over Nederlanders, dus kozen we voor Nederland. Ik heb ook anderhalf jaar in Libanon gewoond. Ik had daar een mooi huis en een

studio aan zee: en mooi weer. We hebben hier al wel al een aantal keren in de Waal gezwommen vanaf het waalstrandje."

Mahmoud: "Winkels die langer openblijven. Hier zijn winkels al rond half zes dicht. In Syrië zijn de meeste winkels 24 uur per dag geopend. Dat zou ik hier ook fijn vinden."



Mohanad

Wat zou je willen doen in de toekomst?

Mohanad: "Ik zou graag weer meer willen doen met fotografie, en ik speel ud." Hij pakt zijn ud, die in de huiskamer aan de muur hangt (een soort luit), erbij en zingt een melancholisch lied. Het klinkt prachtig en gaat - hoe anders - over de liefde. Dat is universeel.

Mahmoud gaat (net als Mohanad) in september beginnen met een inburgeringscursus en wil daarna weer studeren. Maar eerst de Nederlandse taal onder de knie krijgen.

Zou je hier willen blijven en oud willen worden?

Mohanad: "Ja, ik zou hier willen blijven."

Mahmoud: "Dat weet ik nog niet, ik ben pas 22 jaar..."

Beelden in Oost #5

We rijden en fietsen en lopen door Nijmegen-Oost en gaan recht op ons doel af of kijken om ons heen. Herkent u dit beeld?

Foto en tekst: Hanneke Roelofsen

Wie over de Waalbrug Nijmegen binnen komt rijden of Nijmegen verlaat, ziet op het Keizer Traianusplein het Jan van Hoofmonument. Het monument bestaat uit een bronzen mannenfiguur die richting de stad loopt, terwijl hij om kijkt naar de Waalbrug. De man draagt een gehavende vlag.

Het bronzen beeld is gemaakt door Marinus van Beek (1921-2003) die tijdens de Tweede Wereldoorlog in het gewapend verzet had gezeten. "Verzet" was een terugkerend thema in zijn werk.

Het beeld wordt ook het Verzetsmonument of De vaandeldrager genoemd. Het is gemaakt ter herinnering aan verzetsstrijder Jan van Hoof (1922-1944) en het Nijmeegse

verzet in het algemeen. Jan van Hoof is de 'redder van de Waalbrug'. Tijdens Operatie Market Garden maakte hij in 1944 explosieven onklaar die de Duitsers hadden aangebracht op de spoor- en Waalbrug. Een dag later werd Van Hoof opgepakt, mishandeld en om het leven gebracht.

Elk jaar worden er bloemen gelegd bij het monument tijdens de dodenherdenking op 4 mei. Doden, verzet, herdenken is dagelijkse realiteit voor nog steeds veel mensen op de wereld, kijk maar eens op de vol-



gende website:

<http://conflictbarometer.com/en/konfliktbarometer/index.html>

Wooneiland De Nielt Cuijkse Lagune, fase 2

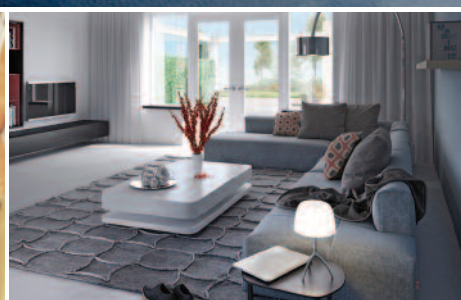
41 woningen aan binnenhaven en plas

9 prachtige kadewoningen en een wooncarré.
Blikvangers door hun ligging en uitwerking.
Vrijwel geen woning is hetzelfde, veel inhoud,
woongenot verzekerd! De kadewoningen zijn uniek
door hun zuidtuinen met verlaagd terras aan de kade.

Nu bereikbaar vanaf € 182.000 v.o.n.

Start verkoop

Wo 14 sept, 17.00 - 19.00 uur
Wijkaccommodatie
De Nielt,
Lavendel 250, Cuijk



www.cuijkselagune.nl

Makelaardij Twan Poels
T 0485 31 92 20
www.twanpoels.nl

Ans Mol Makelaardij
T 024 323 16 19
www.ansmolmakelaardij.nl

VAN WANROOIJ
PROJECTONTWIKKELING

TANDARTSEN PRAKTIJK VILLA WESTHOF

Stef de Grood

Leon Pennings

Annemieke de Grood

Berg en Dalseweg 172

6522CC Nijmegen

024 - 323 33 66

www.tandarts-villawesthof.nl



Tandartsen Praktijk Villa Westhof

HAPTOTHERAPIE NIJMEGEN

LEKKER IN JE VEL DOOR HAPTOTHERAPIE

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

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



Anita van Raak is haptotherapeut,
seksuoloog en relatietherapeut.

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

Speeltuin De Leemkuil: 70 jaar

*Afen toe gaan pa en moe
Met ons naar de speeltuin toe
Dat is voor ons kind'ren het fijnste dat bestaat
't Is een eind bij ons vandaan
Daarom gaat de karavaan
's Morgens vroeg op weg
dan zijn wij er niet zo laat*

Donderdag 11 augustus was het precies 70 jaar geleden dat De Leemkuil in Nijmegen-Oost werd geopend. Deze speeltuin is bij bijna iedereen in Nijmegen en verre omgeving een begrip. Hele generaties zijn er mee opgegroeid. Ouders die er zelf als kind kwamen, komen er nu met hun kleinkinderen. Zelf ben ik er ook vaak geweest met mijn kinderen (foto rechts, Pasen 1987). Mijn kleinkinderen zijn nu nog een beetje te jong maar over een paar jaar ga ik er zeker weer met ze naar toe.

Door Marjon Spoorenberg
Foto's: Kees Spoorenberg

Het hele jaar door is er al aandacht besteed aan het 70-jarig bestaan van de speeltuin met elke maand in de weekenden een speciale activiteit. Maar omdat het donderdag 11 augustus precies 70 jaar geleden was dat de speeltuin werd geopend, waren er op deze donderdag ook allerlei festiviteiten. Hoogtepunt was het samen met de pretkok Leo van 'Pret op Recept', een taart bakken. De taart werd om 3 uur opgegeten, vergezeld van een glaasje ranja van het 'groene ranjamannetje'.

Ron Hebben, beheerder van de speeltuin, kan op deze feestelijke dag toch even tijd maken voor mij. Ron werkt al vanaf 2001 bij de speeltuin. "Ik ben begonnen als uitzendkracht. Naast mijn studie orthopedagogiek zocht ik een bijbaantje. Ik wilde iets doen met kinderen. Ik ben er nooit meer weggegaan."

Geschiedenis in vogelvlucht

Na de Tweede Wereldoorlog lag Nijmegen in puin. De stad moest weer opgebouwd worden, maar er moest ook speelgelegenheid komen voor de jeugd om de verloedering tegen te gaan. De kinderen konden alleen maar spelen tussen het puin en zouden voor galg en rad opgroeien. Nijmeegse jeugdwerkers staken de koppen bij elkaar en wilden een speeltuin waar de kinderen veilig en naar hartenlust konden spelen. Al gauw kwamen toen terecht bij het Mariënbosch in Nijmegen-Oost. Daar lag een diepe kuil, een overblijfsel uit de Romeinse tijd. Door de hoogteverschillen in dit bosrijke gebied werd er al wel gespeeld, maar van een speeltuin was nog geen sprake. In de 19e eeuw haalde een pannenfabric uit Groesbeek leem uit deze kuil voor de dakpannen. Toen het leem op was, week deze fabriek voor het leem uit naar Duitsland en lag de kuil er verlaten bij. Dit was nu écht iets om een speeltuin te beginnen. En over de naam hoefde ook niet lang nagedacht te worden. De speeltuin 'De Leemkuil' was ge-

boren!

Grootste speeltuin in wijde omgeving

Met 3,2 hectare en ruim tachtig speeltoestellen is De Leemkuil de grootste speeltuin uit de wijde omgeving. Ook is de speeltuin een populaire bestemming voor schoolreises en verjaardagsfeestjes. "Als scholen eenmaal geweest zijn komen ze ook heel vaak weer terug," zegt Ron met gepaste trots. Kinderen van heinde en ver ravotten in het

zand, rennen van de wipkippen naar het speelfort en de Inca-tempel. En van de familieschommel gaan ze naar de glijbaan. "De glijbaan is nog steeds erg favoriet", vertelt Ron. "In het begin was deze van beton, kinderen liepen hier schaafwonden van op en toen werd de glijbaan vervangen door hout, maar deze gleed niet lekker en bij nat weer was die erg stroef." Vroeger lagen er ook kussentjes bij de glijbaan. De grote kin-



deren wreven de onderkant in met kaarsvet en dan roetsjten ze naar beneden. Later is de glijbaan vervangen door kunststof en aluminium. "In 1996 kreeg De Leemkuil een ondergrondse glijbuis, kinderen staan hiervoor in de rij," vervolgt Ron. "Ook erg geliefd is 'de Leemkuil-Express', het treintje dat sinds eind jaren 60 door de speeltuin loopt."

Toekomst

De toekomst ziet Ron rooskleurig tegemoet. "In het najaar, als de speeltuin gesloten is, worden de kapotte toestellen gerepareerd en waar nodig vervangen. Ook gaan we ons dan voorbereiden op het nieuwe seizoen. Zo hopen we in het voorjaar van 2017 achter in de speeltuin een terrein beschikbaar te hebben waarin we teruggrijpen op de Romeinen."

Ron is niet bang dat in dit computertijdperk speeltuinen straks tot het verleden zullen behoren. "Kinderen van nu zijn mondiger geworden en behendiger met computerspelletjes, maar ze vinden het ook heerlijk om - als ze een tijd achter een schermpje hebben gezeten - lekker te gaan spelen en ravotten in het zand. Kinderen, water en zand is van alle tijden en dat zal nooit verloren gaan."

Ik kan dit volmondig beamen, want wat is er nu heerlijker voor een kind dan 'modder maken'? Wilt u een keer naar deze mooie speeltuin, raadpleeg dan voor meer informatie: www.deleemkuil.nl.



Literair baken

Op zondag 28 augustus is in het Truus Mastpark in Nijmegen weer een 'literair baken' onthuld: het toepasselijke 'Een ster uit het oosten' van dichter Jaap van den Born. Dit gedicht, waarin jongens in hun zwembad plotseling een beroemde zangeres ontdekken, kreeg een plaats in het park waar het zwembad vele jaren te vinden was. Die zangeres is Ciska Peters. Zij is bekend van hits uit de jaren '60 en '70 en kwam naar haar geboortestad om samen met de dichter de plaque met het gedicht te onthullen. Het gedicht 'Een ster uit het oosten' is afkomstig uit 2000 jaren Nijmegenaren, de dichtbundel van Jaap van den Born (Nijmegen, 1951) die in 2005 bij het 2000-jarig bestaan van de Waalstad is verschenen. Ciska Peters toonde zich verrast door het gedicht en vindt het bijzonder dat het 'sportfondsenbad', waar zij



vroeger zo vaak gezwommen heeft, op deze manier in de herinnering blijft. Met het gedicht van Jaap van den Born realiseert de Werkgroep Literaire Bakens Nijmegen zijn twintigste baken. De werkgroep streeft ernaar teksten uit de Nederlandstalige literatuur die naar een Nijmeegse locatie verwijzen, een plaats te geven in die stad. Eerder dit jaar zijn teksten van Koos van Zomeren en Jan Wolkers in het straatbeeld opgenomen. Foto: Fien Kraanen.

Coop Te Plate samen met 'Afgeprijsd' tegen voedselverspilling

De app 'Afgeprijsd' van NoFoodWasted laat consumenten in één oogopslag zien welke producten in de buurt tegen de houdbaarheidsdatum aanlopen en daardoor met korting te koop zijn. Sinds kort is de app ook te gebruiken door klanten van Coop Te Plate aan de Van 't Santstraat. De gratis app staat hier: <http://nfdwstd.com/download>. Alleen al in Nederlandse supermarkten verdwijnt jaarlijks voor ruim €400 miljoen aan levensmiddelen in de vuilcontainer. Afgeprijsd is een concrete en rendabele oplossing waarbij klanten in de app hun eigen supermarkt kunnen selecteren waarna ze een overzicht krijgen van alle afgeprijsde producten.



Expositie Sjaak Kaashoek in Stip Oost, Elzenstaat 4 Nijmegen

Sinds 2010 woont kunstschilder en graficus Sjaak Kaashoek in Nijmegen. Vanaf die tijd is hij gegrepen door het natuurschoon in de omgeving. De schilderijen en pentekeningen die getoond worden zijn het resultaat van de vele balpentekeningen die Kaashoek buiten in de natuur maakt. Op de opening zondag 2 oktober is ook een aantal schetsboeken in te zien en krijgt u ook een beeld van het werkproces van de kunstenaar. Zie ook <http://sjaakkaashoek.tumblr.com>. Voor meer inlichtingen kunt u bellen naar: 06 40681910. U bent van harte uitgenodigd voor de opening van de expositie op zondag 2 oktober 17:00u. De tentoonstelling is te zien tot en met donderdag 3 november. Openingstijden: Ma + Do 13:30 – 17:00. Wo 9:30 – 12:30 + Rechtswinkeltijden, Ma en Wo- avond 19:00 – 20:00. Ook exposeren in Stip Oost of iemand voordragen voor exposeren aan Elzenstraat 4? Mail of bel henk.horstink@gmail.com 06 1498 5928

Meld een held!

Op woensdag 30 november 2016 onderscheidt de Nijmeegse burgemeester Bruls kinderen die iets bijzonders hebben gedaan met een Nijmeegs Kinderlintje. Maar... dan heeft de organisatie wel nominaties nodig! Kent u



een 4-12-jarig Nijmeegs kind dat volgens u een lintje verdient? Nomineer haar/hem dan vóór 4 november a.s. via de website www.nijmegen.nl/digitaal_loket (zoekterm kinderlintje) en wie weet kiest de jury, onder deskundige leiding van Jochem van Gelder, haar of hem uit als held van Nijmegen. En... het spreekt vanzelf: strikte geheimhouding alstublieft!

9e Daalsepleinfeest



Zondag 21 augustus vond het 9e Daalsepleinfeest nabij Café Jos plaats. Ruim zestig pleinbewoners, bijna-pleinbewoners en expleinbewoners in de leeftijd van 2 tot 87 jaar ontmoetten elkaar. En leerden elkaar (nog beter) kennen. Vooraf was met vereende krachten provisorisch een storm- en regenbestendige tent gebouwd. Als altijd bracht iedereen zelf drank en hapjes mee. En Café Jos zorgde als vanouds voor bitterballen. Een traditie - nu voor de 7e keer - is de presentatie van een boekje over het plein. Bewoner Anton de Wildt schreef nu over de historie van Foto Spanhoff. Dankzij de hulp van de familie Spanhoff en enige andere gasten. Foto Spanhoff is een zaak die tot 1974 aan het plein was gevestigd. Aanleiding voor het samenstellen van dit boekje was het overlijden van mevrouw Spanhoff, door de buurt Greet genoemd. Zij overleed dit jaar op 90-jarige leeftijd. En woonde méér dan zeventig jaar aan het plein. Het eerste exemplaar reikte Anton de Wildt uit aan zoon Ruud Spanhoff, die op die dag toevallig 70 jaar werd. Een mooi verjaardagscadeau dat alle aanwezigen overigens ook ontvingen. Ook interesse in het fotorige boekje Foto Spanhoff 1936-1974? Mail naar adewildt@hetnet.nl. En nu... óp naar het 10e Daalsepleinfeest!



Zoon Ruud Spanhoff reikt het boekje uit aan een van de nieuwe bewoners van de voormalige fotozaak.

De mooiste boom van Oost

Eigenlijk wilde ik het dit keer hebben over de oudste boom in onze wijk. Dat is tenminste objectieverbaar. Maar er bleken vele tientallen bomen in de wijk te zijn die rond 1900 zijn geplant, maar ik kon er geen vinden die er in 1900 al een tijdje was. Of weet u er een? Laat me dat dan weten, mijn dank zal groot zijn en ik zal er graag over schrijven!

Door Kor Goutbeek

Foto: Marc van Kempen

Waarom zijn er eigenlijk nauwelijks echt oude bomen in onze wijk? Tot 1880 was Nijmegen-Oost grotendeels een kale vlakte, omdat het het schootsveld vormde voor de verdedigingswerken rondom de toenmalige stad, het huidige centrum. Dit open landschap bestond uit heide, schrale graslanden en zandverstuivingen. Bomen stonden in de weg van de kanonnen en daar kon een naderende vijand zich achter verschuilen, dus die werden verwijderd. Net buiten Oost, in park Brakkenstein, is wel een beukenlaan te vinden met bomen van 250 jaar oud. Dit park - destijds een landgoed - lag net ten zuiden van het schootsveld.

Goed, niet de oudste dus, maar welke is de mooiste? Ik heb al heel lang een persoonlijke favoriet, zelfs al ver voordat ik in Oost kwam wonen. Het is een es van ongeveer 85, rond 1930 geplant op de begraafplaats Stenenkruisstraat. Deze ligt in het Julianapark en is gesloten, maar je kunt ook buiten het

hek van de boom genieten, op de hoek van het Athlonepad en de Van Gendtstraat.

Waarom vind ik 'm zo mooi? Hij oogt breed en sterk, maar tegelijkertijd licht; hij heeft een fijngegroeide stam met een wonderlijke lichtgele waas; de bladeren zijn regelmatig geveerd en elegant en laten voldoende zonlicht door. (De foto zegt natuurlijk niet alles, u moet 'm eigenlijk zelf even ondergaan.) Het is dus een es, een vrij zeldzame boom in Oost. Een es is namelijk een kieskeurige soort: hij wil vocht, voedingsstoffen en zuurstof in de bodem, maar ook weer niet te veel. Het is een snelle groeier die maximaal 300 jaar oud wordt. Het hout van de es is lichtgekleurd, taai en sterk. Vanwege de elasticiteit wordt dat hout gebruikt voor turntoestellen en voor stelen van bijlen en gereedschap, maar ook voor meubels, vloeren en trappen.

Yggdrasil is de naam van de 'wereldboom' in de Noordse mythologie. Dat was een reusachtige es, waarvan de wortels tot in de diepste diepten van de hel groeiden en de kroon tot in het hoogste van de hemel reikte, terwijl de stam ze verenigde. Een ziek kind dat door een spleet in een gescheurde es ging, zou genezen worden. De eerste mens werd door Odin gemaakt uit esenhout, zo wil de Germaanse mythe.



Nog even iets over de begraafplaats waar onze machtige es staat. Na de inlijving van ons land bij het Franse keizerrijk in 1810 kwam er een verbod op begraven binnen de stadsmuren. Daarop besloot het stadsbestuur een algemene begraafplaats aan te leggen buiten de stadsmuren, aan de Stenenkruisstraat. Kort daarna werd de begraafplaats opgesplitst in een protestants, een rooms-katholiek en een joods deel. Het gemeentebestuur besloot de begraafplaats een eeuw later te sluiten, omdat het inmiddels tussen de bebouwing lag. In 1925 werd het rooms-katholieke deel ontruimd om plaats te maken voor het Julianapark. Een jaar later werd ook het protestantse kerkhof geruimd en bij het park getrokken. Het resterende middendeel werd omheind. Hier liggen nu nog een aantal bekende Nijmeegse families. In 1962 veranderde de naam van het deel van de Stenenkruisstraat dat aan de begraafplaats grenst in de Prins Bernhardstraat. De Stenenkruisstraat bestaat nog wel; die voert nu in het verlengde van het Athlonepad naar de Staringstraat.

Student Carolin

Foto en tekst: Hanneke Roelofsen



Het nieuwe studentenjaar begint weer. In totaal betrekken 344 nieuwe studenten in Nijmegen-Oost SSHN (St. Studenten Huisvesting Nijmegen) wooneenheden. Deze complexen geven een thuis aan 925 studenten in Oost. Zij zijn niet alleen uit Nederland afkomstig. Carolin komt uit Munster (Duitsland). Zij gaat starten met een tweejarig business/masterprogramma Nederland-Duitsland-Studies. Dit is opgezet door de universiteiten van Munster en Nijmegen. Samen met andere internationale societystudenten, beleeft zij de introductieweek. Daarna zal zij hard studeren en genieten van het Nijmeegse (studenten)leven.

Nieuwe wijkbewoner

In TorremoLIMOS

Op zondag 25 september van 13.00 - 18.00 uur op het Limos-terrein viert de buurt weer feest. Waar er vorig jaar een ouderwetse camping ontstond zal er deze keer een heuse strandsfeer te voelen zijn. Ontmoet en begroet elkaar dit jaar op TorremoLIMOS Beach!

Het buurtfeest is het jaarlijkse ontmoetingsmoment voor de hele buurt. Buurtgenoten treffen elkaar hier, kletsen bij, eten een hapje met nieuwe burens, maken muziek, geven workshops en hebben samen een gezellige dag. Ook dit jaar zijn er weer tal van activiteiten voor jong en oud en voor elk wat wils.

Heerlijke hapjes zijn er ook genoeg, uit alle windstreken, bijvoorbeeld van de bewoners van het AZC. En natuurlijk is er muziek voor en door de buurt. Er hebben al heel wat buurmannen en buurvrouwen hun muziekinstrument opgepakt om de 25ste acte de presence te geven! Natuurlijk is er aan alle buurtkinderen gedacht. Hoepelen, frissebeeën, schminken. Kom maar langs. Er is genoeg te doen!

De Oogst van Oost plus een rommelmarkt staan ook weer op het programma. Meer info: www.facebook.com/Ontdekjebuurt

Leerproblemen?

A-RT biedt hulp bij o.a. spelling, rekenen, begrijpend lezen, Cito-training, leren plannen.

A-RT

Remedial Teaching en Leerlingbegeleiding

Anita Janssen
Fretstraat 7
6531 JE Nijmegen
Telefoon: 06 11430886

E-mail: anita.janssen@a-rt.nl

Voor verdere info zie: www.a-rt.nl





TICKETS
€ 16,-
(VOORVERKOOP)

ZATERDAG
15 OKTOBER
19.45 UUR, DE LINDENBERG NIJMEGEN

**BJÖRN VAN DER DOELN**

**BOO BOO DAVIS (USA)**

**DETONICS**

VOORVERKOOPADRESSEN:
Online: www.theblues nijmegen.nl
Nijmegen-Centrum: Café Van Rijn, Molenstraat 103
Nijmegen-Centrum: De Lindenberg, Ridderstraat 23
Nijmegen-Oost: Café De Kroon, Daalseweg 361
Nijmegen-Zuid: Autobedrijf De Baaij, Aldenhof 11-01
Beek-Elbergen: Primera, Waterstraat 64

WWW.THEBLUESNIJMEGEN.NL



Advertentie Lindenberg Blues 2016.indd 118-08-16 14:29

Al 30 jaar
de makelaar
die met u
meedenkt!



Een goed gevoel is altijd belangrijk, ook bij het kopen of verkopen van een huis. Bij Van Anken Makelaardij begrijpen we dat. Als geen ander beseffen wij dat een makelaar objectief moet zijn, maar ook betrokken. Het gaat om het gevoel: u thuis voelen in een huis, u op uw gemak voelen bij een adviseur die u begrijpt en dezelfde denkbeelden en overtuigingen heeft als u. Wij doen er alles aan om u dat goede gevoel te geven en helpen u graag bij de aankoop, verkoop of taxatie van uw huis.

Van Anken

MAKELAARDIJ
onroerend goed

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

Pontanusstraat 1, 6524 HA Nijmegen • Tel.: (024) 322 36 26

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





5

vragen
aan de
ondernemer

Nijmegen-Oost barst ervan: er wonen en werken heel veel ondernemers in onze wijk. In elke Wijkkrant stellen we aan een van hen vijf vragen. Deze maand is de beurt aan yogadocente Corla van Stuyvenberg.

Door Loes Wijffels. Foto: Marc van Kempen

Wat doe je? "Ik geef yogalessen in een zaal op de Van de Havestraat Nr. 60. Na een opleiding in de ziekenverzorging ben ik sociologie gaan studeren. Ik was gefascineerd door Max Weber en zijn 'waardevrij observeren'. Mediteren deed ik al langer en later kwam yoga daarbij. Het heeft er een heel goed effect op. Langzaam ben ik in het lesgeven gerold. Ik vind het vooral heel gezellig om yoga met anderen samen te doen."

Hoe pak je het aan? "Ik geef Hatha-yoga, een rustige vorm, waarbij veel aandacht is voor de ademhaling. In de basis gaat het om het zoeken naar balans. In mijn les begin ik met rustige oefeningen om het lichaam los te maken, daarna doen we verschillende yoga-houdingen en voelen we steeds na."

Ik sluit af met een meditatie. Hatha-Yoga is kracht opbouwen maar vooral ook spanning loslaten. Door je te focussen op het lichaam en de ademhaling ga je minder in je hoofd zitten en kom je steeds dieper in een houding. Fysieke ontspanning geeft ook een mentale ontspanning, waardoor je meer een toeschouwer wordt van jezelf."

Wat zijn je kwaliteiten? "Ik heb een heel persoonlijke benadering. Ik geef veel ruimte aan ieder individu en stimuleer om verder te gaan als iemand meer kan of bied alternatieven als iets niet gaat. Wat ik belangrijk vind is dat mijn cursisten de aandacht bij zichzelf houden en afleren om iets te willen bereiken, maar accepteren wat nú mogelijk is. Ik stimuleer ze voor zichzelf te zorgen als een moeder voor haar kind. Het maakt het voor mij leuk als ik een echte verbinding heb met iemand. Ik geef les zoals ik het zelf fijn vind."

Wat zeggen tevreden mensen over jou? "Ik hoor dat mensen het waarderen dat ik oprecht geïnteresseerd in ze ben en dat ik oog heb voor alle mogelijkheden en beperkingen. Cursisten ervaren na verloop van tijd meer zelfvertrouwen, zitten lekkerder in hun vel, voelen zich meer ontspannen en soms is er zelfs een vorm van genezing ontstaan."

Heb je een droom? "Ik zou willen dat yoga meer onderdeel wordt van onze samenleving. Het zou geweldig zijn als kinderen op school dagelijks yogales krijgen. Ik ben ervan overtuigd dat dat een enorm positief effect zou hebben. Op dit moment werk ik ook met demente bejaarden. Voor mij een bijzondere doelgroep!"

www.ruimte-in-zijn.nl

“Het moet allemaal kloppen. Puur en eerlijk”

Hoe zouden jullie de sfeer van de B&B het beste kunnen omschrijven en wat zijn jullie tips?

“Rust en ruimte midden in de stad! En wat

via de Nijmeegse en Olympische topatlete Susan Kuijken met wie we nauw samenwerken.”

Vanaf dit nummer starten we een nieuwe rubriek in de Wijkkrant: ‘Logeren in Oost’, over bewoners die een Bed & Breakfast zijn gestart in onze buurt. Deze maand: B&B de Stadsoase.

Door Maryse Castien

Foto: Marc van Kempen

Naam: Henk Stevens en Tea Bodewes

Naam B&B: Stadsoase

Adres: Dommer van Poldersveldtweg 210

Dit zijn van die plekken in de buurt die je verrassen! Aan het einde van deze karakteristieke Nijmegen-Ooststraat ligt de voormalige Hofstede Malienstein uit 1895 verscholen in het groen. Achter een indrukwekkend entree ontdek ik een oase van rust, zo midden in de stad. Ik krijg een gastvrij onthaal en word door Tea en Henk rondgeleid door het gastenverblijf. Wat een goed gekozen naam voor een bijzondere B&B, denk ik.

Hoe zijn jullie hier terecht gekomen?

“Vijf jaar geleden zijn we hiernaartoe verhuisd. Wij woonden toen aan de Holleweg, ook in Oost. We waren op zoek naar een bijzonder object om te gaan wonen met onze kinderen. Maar bijna was het aan onze neus voorbij gegaan en hadden Amsterdammers het gekocht. Gelukkig liep het anders en hebben wij inmiddels een deel van de woning verbouwd tot een comfortabel appartement dat plaats biedt aan vier tot acht personen.”

Wanneer zijn jullie op het idee gekomen een Bed & Breakfast te beginnen?

Tea: “Toen de kinderen het huis uit gingen, hadden wij opeens heel veel ruimte over. Henk heeft vijftientwintig jaar lang de Zevenheuvelenloop en de Marikenloop georganiseerd. En toen ontstond het idee om een B&B te starten met als doelgroep sporters en andere gasten die graag sportief bezig zijn. Henk heeft een website gemaakt en we zijn gelinkt aan Airbnb. Ongelooflijk hoe het vanaf het begin, nu ruim een jaar geleden, meteen zo goed liep. We hebben al 35 tot 40 groepen mogen verwelkomen het afgelopen jaar”, vertelt Henk trots.



de tip betreft: Je moet nakomen wat je belooft en onderscheidend zijn in wat je aanbiedt. Wij hebben verschillende faciliteiten ter beschikking: een volleybalveldje, een tafeltennistafel en er staan via ‘Jasper fietsenverhuur’ fietsen ter beschikking voor de gasten. Een buitenkeuken kan in sommige gevallen voor groepen een uitkomst bieden. Onze producten die we serveren zijn biologisch en soms uit eigen moestuin. Het moet allemaal kloppen. Puur en eerlijk.”

Wat voor een soort gasten krijgen jullie en welke gasten hebben voor een bijzondere ontmoeting gezorgd?

“Wij richten ons vooral op sportieve groepen tussen de vier en acht personen en bijvoorbeeld vriendinnengroepen die elkaar na een studie uit het oog zijn verloren en hier komen voor een reünie. Of andere clubjes die iets te vieren hebben. Er is veel te doen in de omgeving op sportief gebied en deze gasten zijn geen nachtbrakers. Ook hebben we al tweemaal Australische en Ierse topatleten ontvangen vanwege de goede trainingsmogelijkheden in buurt. Toen kwam onze sjoelbak regelmatig tevoorschijn. Daar waren deze atleten gek op! En er werd internationaal gekookt in de buitenkeuken, een gezellige boel! Zij weten ons te vinden

Zijn er zaken die jullie hebben onderschat?

“Eigenlijk niet. In het begin ben je bang dat je de verkeerde mensen aantrekt. Maar we weten nu waar we ons op willen richten en het houden van een B&B vinden we een verrijking van ons leven. Wel lever je af en toe wat privacy in, maar onze nachtrust leidt er niet onder. Onze B&B is overigens niet ingericht op kinderen. Voor de rest zijn we heel tevreden met de praktische indeling.”

Omdat Tea docent tekenen en schilderen is, worden er ook regelmatig workshops schilderen gehouden. Naast dit is Tea nog werkzaam in de zorg bij Pluryn. Henk is organisator geweest van verschillende sportieve evenementen en houdt zich nu vooral bezig met het runnen van de B&B en het verzorgen van de enorme tuin. “Groene vingers had ik nooit, maar die krijg je vanzelf. En ik heb er lol in!”, vertelt hij.

Groene vingers of niet, het geheel, zowel het huis aan buiten- en binnenkant als de tuin, zien er prachtig uit. Eenmaal hier krijg je direct een heerlijk vakantiegevoel. Met recht een stadsoase!

AFTER-VAKANTIE-dip

(jawel, dit woord bestaat echt! het is
zoiets als TERUG VERLANGEN naar je vakantie,
het ont-wennen en weer WENNEN aan thuis
zijn. weer gaan werken, of terug naar school.)
→ EN DAT DOET SOMS EEN BEETJE PYN → AUW!

neeeeeeeeeeeeeeeee
IK WIL NIET NAAR HUIS!!



maar: hoe ga je ERMEE om?

(HIER VOLGEN ENKELE TIPS)

door IK BEN BAKKE.NL

1 KAMPEER OP JE WERK
of SCHOOL
of THUIS



2 MAAK 'N BERG WAS GOED-
WANDELING:



3 GA MET 'N TOILETROL ONDER JE ARM NAAR DE WC:



4 GA NIET MEER OP VAKANTIE
= GEEN AFTER-VAKANTIE-
dip!



(zo00000.. hōppa,
opgelost!)



specialisten
in fysiotherapie



Rozendaal/Nijmegen-Oost

Mirjam Jacobs

- + Fysiotherapeut + Manueel therapeut
- + MSc Musculoskeetaal + Schouderrevalidatie

Met haar ruime ervaring bij de Sint Maartenskliniek versterkt Mirjam sinds mei 2016 het team van FysioPlus. Mirjam is gespecialiseerd in schouderrevalidatie, nek- en rugklachten en musculoskeletale klachten. Mirjam werkt op dinsdag, donderdag en vrijdag.



NIEUW GEZICHT BIJ FYSIOPLUS: MANUEEL THERAPEUT MIRJAM JACOBS

Tooropstraat 212 6521 NZ Nijmegen (tegenover eetcafé de Grut)
www.fysioplusnijmegen.nl + info@fysioplusnijmegen.nl

024 - 323 04 24

WINNAAR 'TOEGANKELIJKHEIDSPRIJS'
 VAN DE GEMEENTE NIJMEGEN



APK VOOR ALLE MERKEN NU 19,95

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

MAAR OOK VOOR BANDEN, AUTOREPARATIES EN AUTO-ONDERHOUD:

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

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



HEYENDAAL

Nijmegen, Heyendaalseweg 96
 T 024 329 48 33

WWW.PROFILETYRECENTER.NL/NIJMEGEN

PROFILE TYRECENTER

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

**Zomer
in
Nijmegen-Oost!**

Het was een mooie zomer in Oost, met festivals, terrasjes, de Vierdaagse...
Onze fotografen brengen op deze pagina en op pagina 27 het 'Nijmegen-Oost-gevoel'.

Foto's: Bert Hendrix, Karin Veldkamp en Marc van Kempen.



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 een van de buurtverbinders bij Stip Oost – Elzenstraat 4. Wil je elke week de nieuwste advertenties in je mail? Meld je aan voor de buurtmail: dewijkwebsite.nl

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

Uw levensverhaal, van beknopt tot gedetailleerd, teken ik op tijdens enkele interviews, en breng ik uit als een mooi boek in kleine oplage voor uw eigen kring. Een uniek en waardevol document voor uzelf, uw (klein)kinderen of uw omgeving. Anna Bakker, www.levensverhalen.nu 06 22363599

Muziquest organiseert voor jouw feest een **persoonlijke muzikale quiz** met jou als Special Guest. Een mooi feest voor jezelf, maar ook voor je gasten. Kijk op www.muziquest.nl of bel Simone Kiebekosch 06-15500129

A29 heeft een divers aanbod van cursussen en workshops op het gebied van zeefdruk. De basiscursussen starten op dinsdagavond 13 en woensdagochtend 14 september. Kijk op a29-nijmegen.nl/zeefdruk.html of stuur een mail naar verbruggenjeanne@gmail.com.

Opruimen geeft energie en lukt beter als je het samen met de opruimcoach doet. 06-25115871 of www.zaken-op-orde.nl.

Voor onze kleinschalige woonzorglocatie De Sterreschans zijn wij op zoek naar een flexibel inzetbare huishoudelijke hulp als oproepkracht. Nancy Leenders, tel.: 024-3239380 n.leenders@domusmagnus.com

Te huur bedrijfsunit (up to date/turn-key) voor klein bedrijf of ZZP'er(s) op centrale ligging in Oost. Prijs op aanvraag, ingangsdatum in overleg. 06-29044309

Snorkel & duiktraining vanaf 11 jaar. Houd je van een actieve vereniging waarin je zelf ook je energie kwijt kan? www.kaaiman.nl

Praktijkruimte te huur Nijmegen Wij zijn op zoek naar een collega die parttime bij ons de praktijk-

ruimte wil huren. De lichte ruimte is 28m2, bevindt zich aan de Heidenstraat. Meer info: info@ryannemassagetherapie.nl

www.bijlesvanlinde.nl in exacte vakken. Kom langs voor een gratis kennismakingsles. 06-53887521

Workshop 'vouwboek 1' op 10 september bij A29 Nijmegen. www.a29-nijmegen.nl of mooiboekwerk@gmail.com. Telefoon: 06-21995133

Start cursus Tarotkaarten leggen - voor inzicht en inspiratie. In 13 lessen leer je de betekenis van de 78 kaarten kennen, oefent verschillende leggingen en krijgt inzicht in psychologische levensprocessen. €10 p. les. 024-3243737

Vanaf 6-9 start ik (gediplomeerd coupeuse) op dinsdagavonden met naailessen. 18:30-20:00 of 20:00-21:30. €25 p. maand. Ieder op eigen niveau, naaimachines aanwezig. 06-38515321, www.modevakschoolMiranda.nl

Gezocht: 5 ZZP'ers die mee willen helpen een nieuw administratieprogramma te testen. Vereist: eigen website, tijd voor installatie en overleg. Beloning: het administratie programma. 06-42821270

Pedicure aan huis, lid van de Provoet. Graag op afspraak. 06-45780068/footcare4all@yamaail.com

Gezocht: dansexpressieliefhebbers, voor een serie van 8 lessen of een eenmalig workshop van 2 uur. Eenvoudige opdrachten. Geen ervaring nodig. deopstap-nijmegen.nl

Klusrvrouw voor al uw kleine klusjes in en om uw huis. Ik richt mij op alleenstaande vrouwen die een helpende hand nodig hebben. Bel gerust: 06 127 128 23

Cursus de Tao in Systemisch werk/familieopstellingen, 18/9, 16/10, 19/11 en 11/12 www.roosfikenscher.nl

Je schrijft. Kom schrijven! Leer de ambachtelijkheid van het vak en ontwikkel je persoonlijke stijl. www.schrijfschoolnijmegen.nl

Gitaarles Pop en Jazz. Intropakket gitaarles: 5 lessen voor € 50,00 (eerste les vrijblijvende proefles), 06-10378092/p-harbers@hetnet.nl

Hulp bij verlies. In Balans Therapie biedt professionele begeleiding, steun en een luisterend oor. www.inbalanstherapie.nl Telefoon: 06-28237808

Kennismakingsaanbod zangles. Nagaan wat de mogelijkheden van je stem zijn, als je in een koor wil leren zingen, bied ik 5 zanglessen aan voor €15 per les; daarna €20. Jack Verburgt, 06-15695144

Ganesh-instrumenten bespelen. kennis van het notenschrift of verdere muzikale ervaring niet vereist. Individueel. Half uur. €8 per keer. Op afspraak. 06-10773731

Zit je niet lekker in je vel? Energie-dip? Neem jezelf serieus en gun je een voetreflexmassage! Vergoeding veelal mogelijk. Kennismakingskorting 25 euro! Bel of mail g.delahaije@gmail.com Telefoon: 024- 8453136

Heb je behoefte aan tijd voor jezelf? Kom dan naar yogales op zondagmorgen van 10:30 tot 11:45 uur. Dominicanenstraat 6H, Nijmegen, www.yogarette.nl

Computerhulp bij (basis)kennis tegen kleine vergoeding, ik kom bij u thuis. Geen voorrijd/fietskosten Tel: 06-26522388 E-mail: loekdekok@gmail.com

Dirk's Dance Dynamics. Pittige conditietraining, swingende muziek, zaterdag 10.00 - 11.00 uur start 10 september. €6.50 per les, student MBO/HBO dans, Holleweg 15 Nijmegen, souterrain, graag opgave vooraf. Proefles! 024-8454106 of 06-20431302

Beautysalon lotus, aan huis. Verschillende schoonheidsbehandelingen. www.facebook.com/Beautysalonlotusnijmegen/ Telefoon: 06-11596376

Hatha Yoga start nieuwe cursus Telefoon: 06-21590904

Per direct een mooie kantoor- of atelierruimte te huur, 35m2 groot, veel daglicht en netjes onderhouden. Keuken + wc/douche. € 350,- inclusief per maand. Telefoon: 06-45213678

Gezinstherapie bij u thuis. www.gezinstherapienijmegen.nl

Vanaf 1 september komt er werkruimte/kantoor/atelier vrij bij Werkplaats de Witt (zie wdew.nl). Telefoon: 06-44253975

Heeft u softwareproblemen met uw PC, laptop of ipad? Ik kan u helpen. 024-3562496

Fotografie voor al uw feesten en (dans)partijen, fotoreportages, modelfotografie, etc: John Tjintelaar, 06 547 131 25

Damtafels te koop, € 237,50 per stuk. 06-22715349 agtdoekbrijder@hotmail.com

www.fluitstudio-oost.nl: dwarsfluitlessen, 024-3600637 voor gratis proefles.

Yoga-les in een kleine groep, op je eigen niveau, individuele begeleiding. Gratis proefles! Start: vr. 9/9, 11-12.00 u. Locatie: Joanneslaan, HLS. gemmafanos@gmail.com. Telefoon: 024-3229466

Rustige yoga op Limosterrein voor meer souplesse, balans, kracht, rust en ontspanning. Maandag 17.45 - 18.45 uur, Hof-kamer Limosterrein, door Lucienne van Geene, Gewoon Yoga Telefoon: 06-12619175

Te huur: garage aan de Coehoornstraat 71, € 300 per kwartaal frans.hoevell@t-online.de Telefoon: 0049 171 1725753

Japanse taallessen door professioneel Japans speecher met hoogste niveau diploma Japans. Alle niveaus welkom. Contact via floris.de.graaf@hotmail.nl

Paul & Emma, chocoladeverkoopers, van over de hele wereld. chocoladeverkoopers.nl

Te koop: prachtige, originele industriële meubels en objecten! Zorgcafé Looppunt, Tooropstraat 18 (naast de COOP).

Cursus beeldhouwen in de Krayenhoff-kazerne. Start :29 - 30 september en 1 okt. 06-13482432 www.tajddinozen.com/

Voor al uw computerproblemen: Bel W.A. van Genugten! Laag tarief, snel en betrouwbaar en service aan huis. Tel. 06-16057969

Wil je vrijer worden in je stem? Heb je zin in zingen? Kom voor een proefzangles! 024-3236553 www.gradazingt.nl, Broerdijk 17

Beeldhouwen in de bloementuin van de Hortus, in steen of hout www.beeldhouwen-nijmegen.nl Telefoon: 06-535496920

Te koop: Antieke knoppen sierknoppen kastknoppen, handgedraaid, en helemaal in orde. Ook allerlei sloten, sleutels, onderhoudsmaterialen meubels en allerlei soorten/maten fotolijsten. Ook voor advies. Atelier Restauratie & Decoratie, 06-25590886

Tijdens de workshop Zeefdrukken leert u een zeefdruk maken aan de hand van een zelfgekozen foto. Tijd: een dagdeel. Datum in overleg. Voor 1 -3 personen. v.a. 125,-. Ontwerp op T-shirt drukken ook mogelijk. 024-3608628

Minibieb in Oost #slot

De minibieb is een concept dat aanslaat in Nijmegen-Oost. De Wijkkrant telde al minstens tien van deze openbare boekenkastjes in onze wijk. Maar er kunnen er natuurlijk altijd meer bij. Daarom in deze laatste aflevering: tips om zelf een minibieb te beginnen.

Foto en tekst: Marjolijn Hovius

Men neme: wat boeken en een kastje

Boeken en een kastje is alles wat je nodig hebt voor een minibieb. Als je handig bent, kun je dat kastje zelf maken (er staat een bouwtekening op www.minibieb.nl). Maar je kunt ook een keukenkastje, kweekkastje of krat ombouwen tot boekenkastje. Twee linkerhanden? Dan kan je ook nog een kant-en-klare minibieb kopen.

Kijk de kunst af

Inspiratie nodig? Fiets eens door de wijk, en kijk hoe anderen het hebben aangepakt. Vraag een ervaren minibiebhouder; ze vertellen graag over hun kastje. Of google op afbeeldingen van 'little free library' voor nog veel meer voorbeelden.

Maak duidelijk wat de bedoeling is

'Mag ik echt zomaar gratis een boek pakken?' Mensen moeten vaak even over een drempel heen voor ze de minibieb durven te gebruiken. Hang een briefje op waarin je uitlegt wat de bedoeling is. De regels van de minibieb? Die bepaal je zelf!

Zorg voor een wisselend aanbod

Als er steeds weer andere boeken in je minibieb staan, komen mensen vaker even kijken. Zorg dus voor omloop. Boeken die niemand meer wil hebben, haal je er na een week of twee uit en vervang je. Sommige mensen dumpen hun oude meuk in minibiebs. Aarzel niet om die eruit te gooien. Je minibieb is geen oudpapierbak.

Maak er een straatbieb van

Je kunt de minibieb ook samen met je burens maken. De minibieb in de Jacob Canisstraat is hiervan een mooi voorbeeld. Dit mooie kastje is ooit gezamenlijk tijdens een straatfeest gemaakt.



Minibieb aan de Ubbergseweg, gemaakt van een krat, een stukje golfplaat en een deurtje

Onderzoek HAN:

Wijkkrant zorgt voor veel nieuwe ontmoetingen in de wijk

Een groep van zeven eerstejaars HAN communicatie-studenten deed afgelopen voorjaar een kwantitatief onderzoek naar de sociale effecten van de Wijkkrant bij haar lezers.

Ruim 250 inwoners vulden de enquêteformulieren in en er ligt een mooi onderzoeksrapport.

Conclusie: de Wijkkrant zorgt voor veel nieuwe ontmoetingen en verbindingen in de wijk en versterkt de ondernemers die erin adverteren. Jongeren zijn echter een achtergebleven groep. Hun belangrijkste advies is dan ook om jongeren meer te binden door nog meer in te zetten op online kana-

len en het zorgen voor een complete agenda van activiteiten in de wijk.

Meest opmerkelijke cijfers:

- Bijna de helft van de lezers ontmoet nieuwe mensen dankzij de Wijkkrant
- Eén op de vijf lezers reageert op een oproep in de krant
- Eén op de drie lezers bezoekt daadwerkelijk een activiteit in de wijkagenda
- Eén op de drie lezers heeft minimaal twee nieuwe wijkbewoners leren kennen dankzij de Wijkkrant

Waardevolle ervaring

De studenten ontdekten dat dit onderzoek iets heel anders was, dan ze in de periode daarvoor gedaan hadden. Opeens hadden ze te maken met een échte organisatie, kregen ze een briefing waarin we alles helder moesten hebben, werd er gewerkt met spijkerharde deadlines en moest er wekelijks verslag uitgebracht worden aan de opdrachtgever. Soms frustrerend als het even niet lukte, maar achteraf vonden ze het één van de meest waardevolle ervaringen van het propedeuse-jaar.

Aan de slag

Wij van de Wijkkrant gaan aan de slag met de adviezen. Ook willen we de inhoud van de krant nog aantrekkelijker maken voor de lezer, o.a. door meer ruimte te geven aan foto's en een nog prettiger leesbaar layout. Dankjewel voor jullie inzet en adviezen!

OBG, daar doe je mee!

Dit is een bericht van onze adverteerder

11e OBG-Vijverconcert

Op zondag 25 september vindt de 11e editie van het OBG-Vijverconcert plaats. Om 11:00 uur opent de Thomson Bridge Band waarna u kunt genieten van verrassende optredens van de Waldolala's en de Waalzangers. Rond 16:00 uur sluiten Die Schlagerbrüder swingend af! Vanaf 12:00 uur zijn er diverse warme en koude hapjes te verkrijgen en natuurlijk is de entree weer gratis. Net als vorig jaar vinden de optredens plaats in Grand-Café De Borger. Kom ook!

Huishoudelijke Hulp van OBG

In Nijmegen wordt gewerkt volgens het principe van een 'Schoon en leefbaar huis'. Dit betekent dat ook OBG in overleg met u bepaalt wat gedaan wordt om uw huis schoon en leefbaar te houden, binnen de kaders van de gemeenteregels. Dat is schoonmaak op maat. Nieuw is dat u van deze OBG-diensten ook gebruik kunt maken wanneer u buiten de direct aan het OBG-Dienstencentrum grenzende flats woont. Geïnteresseerd? Neem dan contact op met OBG via info@obg.nu of bel 024-3279279.

Zorg en welzijn

Uiteraard levert OBG van oudsher zorg aan huis, ook in Nijmegen-Oost. Of het nu gaat om iets eenvoudigs, meer complexe zorg of dagbesteding, OBG biedt het. In overleg met onze dienstverleningsbemiddelaars, Claire Dielissen en Annemiek van Zandbrink, bekijken wij wat er mogelijk is om u de gewenste zorg te leveren. Bent u nog vitaal en wilt u dat graag blijven, dan zijn meedoen en actief blijven belangrijk. Bij OBG doen we er alles aan om juist het welzijn van met name ouderen te bevorderen. In ons dienstencentrum aan de Prof. Cornelissenstraat kunt u dan ook iedere dag meedoen aan tal van activiteiten. Voor en door ouderen en vrijwilligers van OBG georganiseerd. Meestal gratis en soms tegen een geringe vergoeding, variërend van tafeltennis tot schaken en van zingen tot filosoferen. OBG heeft het allemaal in huis. Informeer ernaar bij ons Wijkinformatiepunt of surf naar www.obg.nu voor de complete en actuele agenda.

OBG-Thuisservice

Bent u nog niet toe aan zorg thuis, maar is wat hulp en ondersteuning soms wel makkelijk? Dan is OBG-Thuisservice zeker iets voor u. OBG-Thuisservice biedt de mogelijkheid van telefonische bemiddeling. Handig als u er zelf niet helemaal uitkomt om bijvoorbeeld een schilder, klusjesman of pedicure te regelen. Wel zo gemakkelijk. Een abonnement sluit u eenvoudig zelf af via onze website www.obg.nu. Daar vindt u ook de (inkomensafhankelijke) tarieven en meer informatie. Of neem contact op met Jacqueline Jacobs: 024-3812363. Doen!

Nieuwsbrief OBG ontvangen?

Blijf op de hoogte van alle activiteiten bij OBG en neem dan een abonnement op OBG Contact voor slechts € 19,95 per jaar. Volg OBG op Facebook en Twitter via @OBGNijmegen

Activiteiten

Dansavonden

Vrijwilligers van Seniorencafé Burgerlust organiseren gezellige dansavonden met live muziek bij OBG. Leo Entertainment (13-9), Cor Kersten (27-9), Jersey (11-10) 19:30-22:30 uur, gratis toegang.

Bewegen bij OBG

Iedere dinsdag kun je onder professionele begeleiding bewegen. Binnen of buiten in de OBG-Bewegtuin. Donderdag is er bewegen op muziek. Deelname is gratis. Probeer het eens.

OBG-Matinee

Zondag 11 september: koor de Bronzen Stemmen, 2 oktober: het Nijmeegs Vrouwenkoor. Aanvang 14:30 uur. Gratis toegang.

Bingo

Voor slechts € 10,- heb je al een bingokaart, incl. drankje/hapje. Bijna altijd prijs. Donderdag 15 september. Aanvang 19:00 uur.

www.obg.nu

Spreek je de werkwijze van OBG aan en wil je zelf wel aan de slag bij OBG? Informeer dan naar de mogelijkheden. Wij zijn dringend op zoek naar Verzorgenden Niveau 3. Lees meer op www.obg.nu of stuur je sollicitatie naar coordinatorzorg@obg.nu



Jeu de Boules baan bij OBG voor iedereen open! Materiaal te leen bij OBG.



Kinderpagina van Oost!

door Marjolijn Hovius & Tineke Honingh

Heeft jullie straat of buurt ook elk jaar een feestje? Gezellig! Spelletjes, springkussen, lekkere hapjes. Sommige straten gaan op zo'n dag ook creatief aan de slag. Leuk en slim, want zo kun je nog lang nagenieten van het feestje. Kijk maar eens goed in deze straten...

Heb je een tip voor de kinderpagina? Mail naar kinderpaginavanoost@gmail.com

Mop van de maand



Waarom strooit een oen peper op zijn tv? Dan krijgt hij scherper beeld!

Joachim (7 jaar)

Vogeltjes

Fiets je wel eens door de Dommer van Poldersveldtweg? Kijk dan eens in de bomen! Daarin zitten wel heel bijzondere vogeltjes, zoals deze. Gemaakt door kunstenaar Diederik Grootjans, geschilderd en opgehangen door de inwoners van de straat.



Nestkastjes

Ook in de Sleedoornstraat hangt straatkunst in de bomen! De vrolijk gekleurde nestkastjes werden een paar jaar geleden tijdens een



straatfeest gemaakt. Eva (11 jaar): "We hebben ze samen getimmerd, en ik heb mijn huisje daarna zelf geverfd." Eva weet niet of er al eens een vogelnestje in gezeten heeft. "Maar dat geeft niet. Het ziet er gewoon leuk uit, en het was heel leuk om te doen."



WAAR in de wijk?

Weet je waar de foto rechts genomen is?



Mail de oplossing naar: kinderpaginavanoost@gmail.com

Oplossing vorige fotopuzzel

En? Wist je het? Dit – trouwens ook prachtig versierde – elektriciteitskastje staat op de stoep van de Valkenburgseweg, ter hoogte van de Van den Boenhoffstraat. Dat is vlakbij de ingang van speelpark Groenewoud.



Straatmozaïek

In de Jacob Canisstraat moet je juist naar beneden kijken. Want daar is de grijze stoep opgevrolijkt met mozaïektegels. Ook deze versiering hebben bewoners zelf gemaakt tijdens een straatfeest. Iedereen heeft zijn eigen tegel voor de deur.



Nijmegen van boven loven



Vanuit een luchtballon boven Veenendaal - op 1300 meter hoogte - zag ik aan de horizon een stad glinsteren. Een stad aan een breed slingerende rivier met vier bruggen op een rij, een blauwige waas van heuvels en de Stevenstoren. Was ik ooit zo trots op mijn stad?

O ja, er is ook genoeg om *ontrots* op te zijn qua Nijmegen. Op een mistroostige dag in november kan Nijmegen er kleurloos en niksig bij liggen als je vanaf de Grote markt naar de Hema en de voormalige V&D kijkt. Je staat dan met je rug naar het mooiste deel van het centrum: de Waag, de Latijnse school, de Stevenskerk. Maar dat historische deel van onze Keizerstad is heel klein. Nijmegen telt dan ook maar 250 rijksmonumenten. Vergelijk dat eens met andere grote steden aan de grote rivieren: Den Bosch telt er ongeveer 500, Dordrecht 900 en Maastricht zelfs 1600! Verder heeft Nijmegen zo'n beetje het meest sfeerloze carnaval van Nederland. Ok, genoeg *genuild*.

Onze heuvels zijn buiten Zuid-Limburg de spectaculairste van het land. Weggetjes hebben hier soms een stijgingspercentage

van 10%, steiler dan Alpe d'Huez. Onze omgeving is ongekend gevarieerd. Je fietst zo de Ooijpolder in of naar de Betuwe, over de dijken langs Maas en Waal, of door het donkere Reichswald in Duitsland, naar pittoreske Brabantse stadjes als Ravenstein en Grave of langs het befaamde Maasheggenlandschap in Limburg. De rijkdom aan natuur is trouwens op de drempel van de stad al fenomenaal: de Oude Waal telt zelfs het grootste aantal rodelijstvogelsoorten van heel Nederland!

De gezondheidszorg is hier sterk met CWZ, St Maartenskliniek, Radboud en Dekkerswald, samen goed voor meer dan 10.000 arbeidsplaatsen. Het hoger onderwijs telt evenveel personeel bij Roc, Han en Radboud Universiteit op een totaal van ruim 30.000 studenten.

Er is ook altijd wel wat te doen: Rockin' Park, Marikenloop, Music Meeting, Van Limburg-festival, Zevenheuvelenloop: de Vierdaagse is zelfs het grootste evenement van Nederland. Nijmegen werd uitgeroepen tot zomer- en fietsstad van Nederland en zelfs tot *green capital* van Europa!

Sinds 1982 is er een stevige linkse meerderheid in de Nijmeegse gemeenteraad. We worden niet voor niets "Havana aan de Waal" genoemd. Die idealen leiden tot allerlei interessante initiatieven voor basisinkomen, zonne-energie, een vluchtelingenkamp, nesten voor gierzwaluwen, windmolens, deelauto's en buurtmoestuinen. Never a dull moment.

Ten slotte kan ik niet heen om onze rijke geschiedenis. Denk aan de komst van het Romeinse 10e legioen (17), het Valkhof (777) de gebroeders van Limburg (1366) de Vrede van Nijmegen (1678) Stadhouder Willen V woont op Valkhof (1786), sloop van de vesting (1880) N.E.C. (1900), de koloniale reserve van de KNIL (1905), de Vierdaagse (1925), het Maas-Waalkanaal (1927), de Waalbrug (1936), Market Garden (1944), de Piersonrellen (1981) en het Rivierenpark (2016).

Om bij de laatste aan te sluiten: Nijmegen was al geweldig, maar wordt zelfs steeds mooier!

Reacties? k.goutbeek@gmail.com

Kleine advertenties

Vervolg van pag. 20

Te huur garagebox Bankastraat, vlakbij Molukkenstraat en Archipelstraat, met elektriciteitsaansluiting, rustig gelegen aan een kleine binnenplaats met andere garageboxen. 06-38705573

Haarstukken voor toneel: 25 pruiken en haarstukken voor particulier, toneel, mode. 024-3238845

studioruimte te huur
In Nijmegen-Oost, de wijk Hunnenberg aan de Hugo de Grootstraat 39 is studio-, trainings- of lesruimte te huur. Per uur, dagdeel of deelhuur. Vraag naar de mogelijkheden. neighbourhoet.nl

Superleuk kinderdagverblijf Poespas heeft per direct plaats. We organiseren heel leuke activiteiten en bezorgen uw kindje een fijne vertrouwde plek.
Maak een kijkafpraak: 024-3243795

Probeer je je dag rustig te beginnen maar raak je direct verzeild in hectiek, mail of social media? Doe lekker op woensdag- en vrijdagochtend van 7.30 tot 8.00 mee met een begeleide buitenmeditatie in het bos in Berg en Dal. €3,00 p. keer, 06-46156838

Femme Vitale 40plus gym, lessen: di. 20.30 tot 21.30 en wo. 20.15 tot 21.15 do. ochtend 10.15 tot 11.15 uur hebben wij nog plaats. www.femme-vitale.nl 024-8454106 of 06-20431302

www.krachtmens.nl psycholoog is er voor jou! Er zijn genoeg dingen in het leven die best ingewikkeld zijn. Kom eens langs en vertel erover! Vergoeding mogelijk via aanvull. verz. 06- 44424861

Wij zijn op zoek naar 65-plussers om ons te kunnen helpen bij het maken van ons promotiefilmpje en foto's. Bent u of kent u zo iemand laat het ons dan weten via info@ejvo.nl (Eerlijke Jongeren Voor Ouderen)

Acteerlessen Nijmegen biedt, naast het reguliere cursusaanbod voor volwassenen, iets speciaals aan vanaf september! Namelijk de combi-cursus Jongereneditie (op donderdag), 06-41475452

Introductieworkshop stresstypes op zaterdag 17 september van 9.00-13.00 uur, kom erachter wat voor jou wel en niet werkt om te doen bij stress. Nieuwsgierig? Telefoon: 06-46156838, www.sprengerworks.nl/

Vakantiehuis in Frankrijk Heerlijk nazomer in de Bourgogne. Prachtig gelegen verbouwde boerderij. €550 pw max 6 personen. www.gites.nl/168771

Op zoek naar een (nieuw) koor? Kamerkoor www.sottovoce.nl is een ambitieus en leuk koor. A capella én werken voor koor en orkest, 024-3221471

www.het-berenhof.com biedt uitkomst bij driftbuien, drukte,

slaapproblemen bij je kind. Ook ondersteuning voor je hooggevoelige kind of als je kind zich moeilijk kan uiten. Dorothee Helmer, 024-3607967;.

www.taichichuannijmegen.nl: start cursussen Tai Chi en Qi Gong met Resi Messelink. Vanaf 19/9, met alle doelgroepen. In Cordium aan de Ruyterstraat 65, de PV v.d. RUN, a.d. Hazenkampseweg 26, in het OBG en de Vijverhof. Geef jezelf ontspanning, een cursus Tai Chi cadeau! 024-3234534

Mindfulness Stress Reductie Training. Op werk, thuis of als mantelzorger. Start wo. 14 september, 19.30-22 uur. 8 bijeenkomsten. www.praktijkbodhi.com

Vakantie met een buscamper van www.co-bus.nl in hoog- en naseizoen. Hier blijven of verder gaan? Deze keuze wordt nu nog gemakkelijker! Ook: winter buscamper-service, Fly & Drive: op airport Faro Algarve-Portugal staat een volledig ingerichte buscamper voor u klaar, u heeft meteen vakantie. 06-12403209

Out of the box: opening 'Vrolijk Brein'

Er is een nieuwe werkplek voor zowel beroeps- als amateurkunstenaars in Nijmegen-Oost. 'Vrolijk Brein', een maatschappelijk *out-of-the-box-denken*, biedt een werkplek waar mensen hun creatieve brein weer kunnen en mogen laten zegenen.

Ingezonden door Therry Maté

Expertisecentrum en dagbesteding 'Welzien-creatief denken mag weer!' voor o.a. vastgelopen scholieren en hun ouders is neergestreken in Nijmegen-Oost na een eerdere start in de Betuwe vorig jaar. In september start Welzien met een nieuw onderdeel, de nieuwe werkplek genaamd Vrolijk Brein.

In het voormalig Montessori-VMBO-gebouw aan de Berg en Dalseweg 295 in Nijmegen opent Welzien haar kersverse project middels een expositie waarin ze haar doel en mogelijkheden zal demonstreren en tentoonstellen.

Welzien gaat met Vrolijk Brein, ontstaan door een team van vier kunstenaars, in september starten om creatieve denkers en doeners een plek te bieden die een ongedwongen sfeer met een open mind zal gaan uitstralen.

Om het een en ander op de kaart te zetten en om de mogelijkheden kenbaar te maken

organiseert men een driedaagse expositie. Vijftien bekende en minder bekende kunstenaars, waaronder ook enkele scholieren,

zullen hieraan deelne-

men met de meest uiteenlopende

projecten zoals design, toege-

paste kunst, stenen en

bronzen beelden, schilderijen, glas in

lood, houtbewerking, mozaïeken, foto-

grafie, een zandperformance en installatie in beeld en geluid.

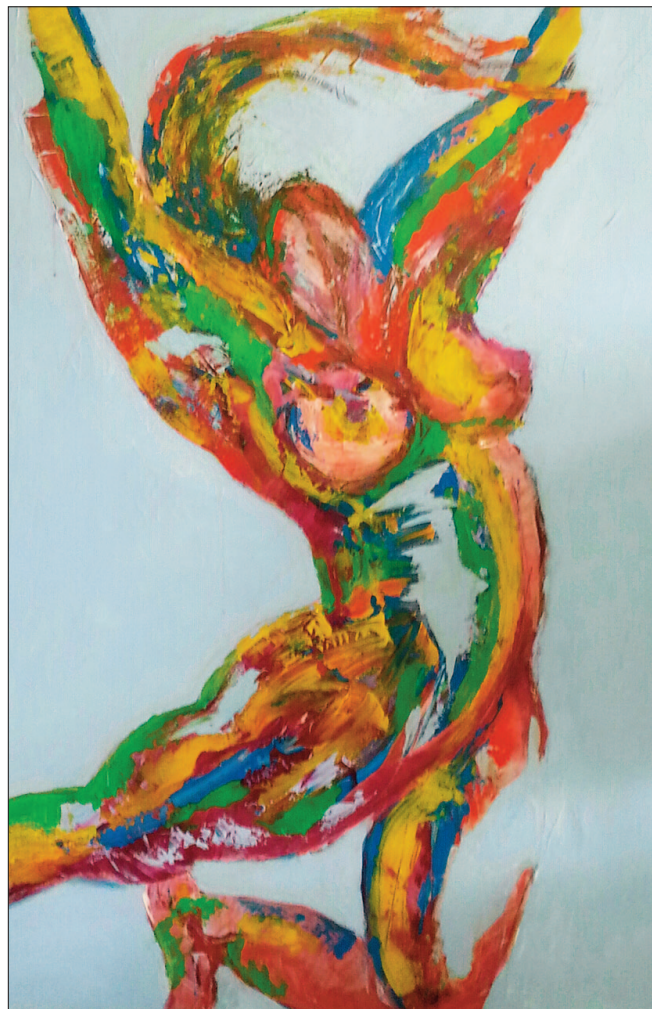
Een aantal van deze kunstenaars zijn momenteel in het zelfde gebouw actief met hun eigen project en zetten tijdens dit weekend de deuren van hun eigen atelier ook open voor de bezoekers.

Een van de vier oprichters van het 'Vrolijk Brein-team', de doorgewinterde kunstenares Therry Maté uit Elst: "We hebben vanuit Welzien het team Vrolijk Brein onder meer in het leven geroepen om een verbinding te leggen tussen kunstenaars en andere *out-of-the-box-denkers* van de huidige maatschappij. In het voormalige Montessori-schoolgebouw hebben we

een prachtlocatie. Ruimte genoeg om de diversiteit aan kunstvormen te herbergen.

Vrolijk Brein, dat gelieerd is aan Welzien, op-

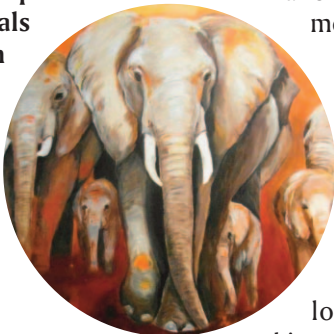
gericht door Annette Daams (docent, therapeut, zandtekenaar en talentbegeleider), heeft als motto:



'Creatief denken mag weer!'. We verbinden, motiveren, stimuleren en bevestigen elkaar waar nodig."

Vanaf 13 september kan men terecht op locatie Berg en Dalseweg 295 op dinsdag- en donderdagen van 10.00-14.00 uur. Men kan er werken met of zonder begeleiding. Je werkt met meegebrachte materialen of wanneer op voorraad met materialen uit de aanwezige winkel.

De Expositie van Welziens 'Vrolijk Brein' is op 23 t/m 25 september 2016 van 11.00 uur tot 17.00 uur. De opening is op vrijdagavond 23 september om 19.30 uur. Op de expositie zullen aluminium sokkels te koop zijn. Tijdens de expositie is er gelegenheid om met de docenten kennis te maken. Tevens zijn er inschrijfformulieren voor de cursussen aanwezig, deze zijn ook op de webstie van Welzien te vinden: www.welzien.nl of stuur een e-mail naar info@welzien.nl, ook voor vragen of suggesties kunt u gebruik maken van dit e-mailadres.



Op zoek naar een evenwichtig bestaan?

Het Han Fortmann Centrum biedt een gevarieerd aanbod aan cursussen voor persoonlijke ontwikkeling.

Met gekwalificeerde en levenswijze trainers en coaches.

Diverse locaties in Nijmegen en omgeving.

www.hanfortmanncentrum.nl



Han Fortmann Centrum
persoonlijke groei & bewust zijn

JA!

**Wij willen
ons huis
snel verkopen**

- ✓ Tegen de beste prijs
- ✓ Door een vakkundige makelaar
- ✓ Met een zeer uitgebreid mediapakket
- ✓ Op basis van no cure no pay!



Bel nu voor een GRATIS verkoopadvies! 024-6793201



EZA VASTGOED
M A K E L A A R D I J



Daalseweg 30
Nijmegen
www.ezavastgoed.nl

Verstand van wonen, gevoel voor mensen

Slank, fit en gezond...

IN 5 STAPPEN

1. Bodycheck
2. Bewegingsplan
3. Voedingsplan
4. Huidverbetering
5. Coaching

met als resultaat: een platte buik,
slanke benen, strakke billen
en voor altijd slank

Energy Balance:
Blijvend slank



Ozon-zuurstof therapie
Soepele gladde huid



Compressie therapie:
Slanke gladde benen



Ladyline,
v.d. Bruggenstraat 12,
Nijmegen.

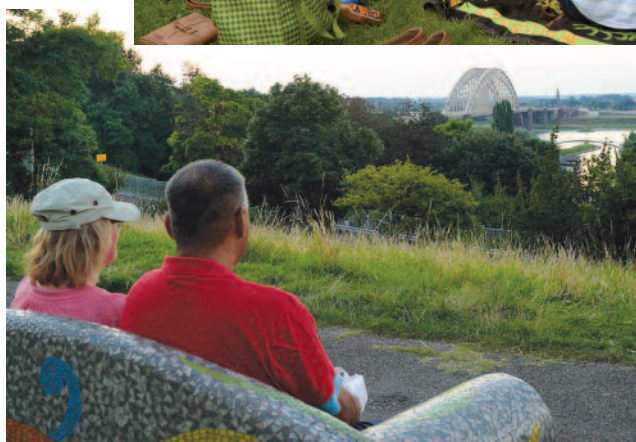
T. 06 - 16 96 42 00

www.ladyline.nl

**Lady
LINE**
THE SLIMMING COMPANY

Zomer in Nijmegen-Oost!

Het was een mooie zomer in Oost, met festivals, terrasjes, de Vierdaagse...
Onze fotografen brengen op deze pagina en op pagina 19 het 'Nijmegen-Oost-gevoel'.
Foto's: Bert Hendrix en Marc van Kempen.



SCHEIDEN..... en de kinderen dan?

Bel voor een gratis adviesgesprek

Scheidingspraktijk Apart Verder ontzorgt!

- ~ Scheidingsbemiddeling op maat
- ~ Kinderbegeleiding & ouderschapsplan
- ~ Fiscaal & juridisch advies incl. convenant
- ~ Alimentatie advies & berekening
- ~ Mediation door MfN register familie mediator



Partner van:



St. Canisiusweg 19H
6511 TE Nijmegen



Bel: 06-21449991 www.apartverder.nl

NEE!

Wij willen
ons huis
niet verkopen

'Maar wij weten wel iemand!'



Tip ons en verdien een dinerbon! 024-6793201



EZA VASTGOED
M A K E L A A R D I J



Daalseweg 30
Nijmegen
www.ezavastgoed.nl

Verstand van wonen, gevoel voor mensen

ZEN CENTRUM



NIJMEGEN

www.zennijmegen.nl - 024 - 785 01 03

Zen uit het hart
Meditatie die werkt

Petruslaan 1 Heilig Landstichting

De kracht van zen

Zen Centrum Nijmegen gaat zijn zesde jaar in. Meer dan honderd mensen hebben de afgelopen vijf jaar de weg naar ons centrum gevonden. We gaan de komende vijf jaar dus opgewekt tegemoet. Omdat we ervan overtuigd zijn dat we in een behoefte voorzien. Niet de behoefte aan een zelfhulp- of verbeterprogramma, maar aan vertrouwen in wat jouw leven ten diepste is.

Zenmeditatie is namelijk de moed en de kracht leren kennen van de 'zoheid', noem het aanvaarding. Van daaruit kun je opgewekt het avontuur van de onbeperkte mogelijkheden in je leven aangaan. Zen is daarvoor open doen. Dat kun je leren...

Op dit moment beoefenen circa dertig mensen, jong en oud, wekelijks in onze mooie zendo zenmeditatie op maandag-, dinsdag- en woensdagavond. Samen vormen zij onze Kwan Yin Sangha. Jaarlijks zijn er langere oefenperiodes in Kloosterhotel Zin in Vught.

Zen is werkelijk zijn waar je bent, zodat je kunt doen of laten wat de situatie van dit moment vergt. Ontdaan van alle franje is dat waar het in zen om gaat. In de praktijk is dat niet eenvoudig, omdat er altijd zoveel is wat je er juist van weerhoudt volledig in het moment te zijn.

Wil je leren hiermee om te gaan, schrijf je dan in voor onze nieuwe introductiecursus die op woensdagavond 21 september begint en/of kom naar de

gratis open les op zondag 11 september
www.zennijmegen.nl



Sloop en nieuwbouw Lijsterbesstraat en Ahornstraat binnenkort van start?

Tekst en foto: Karin Veldkamp

De afgelopen maanden zag ik ze in de Lijsterbesstraat en Ahornstraat voor de ramen hangen: posters met 'Geen sloop'. Behoud onze mooie wijk! StandvastWonen is voornemens om in deze straten zes woonblokken te slopen, waarvan er vijf in de Lijsterbesstraat staan. In de Ahornstraat wordt één blok gesloopt en daarnaast worden de duplexwoningen samengevoegd tot eengezinswoningen, met het doel jonge gezinnen hier een kans te geven. De vernieuwingsopgave resulteert hierdoor in minder woningen. Standvast heeft samen met bewoners een stedenbouwkundig plan opgesteld. In drie bijeenkomsten is gesproken over de nieuwbouw en de openbare ruimte. De bewoners hebben aangegeven het huidige stedenbouwkundige karakter te willen behouden. De redactie is benieuwd naar de planontwikkeling. Wat heeft Standvast voor ogen, wat willen de bewoners en wat wordt daarvan gerealiseerd? En wat zijn de argumenten tegen sloop? In de Wijkkrant van oktober komt een uitgebreid artikel waarin we de verschillende kanten belichten. Ben je tegen sloop? Neem dan contact op met karinprivé@gmail.com. Hieronder een ingezonden brief omtrent de sloopplannen van Standvast.

Groeiende weerstand sloopplannen Standvast in Hengstdal

Standvast koerst rechtdoor met haar plannen voor sloop in Hengstdal. Dit ondanks groeiende weerstand, die nu ook de gemeentepolitiek heeft bereikt.

Ingezonden door Rob van Wieringen

Volgens de geldende regels moet 70% van de huurders het sloopplan steunen wil Standvast kunnen beginnen. Standvast telt daarbij de huurders mee die de wijk verlaten. Huurders krijgen een aantrekkelijke woning aangeboden en volgens het Sociaal Plan een verhuispremie, echter alléén als ze ook tekenen voor het sloopplan van Standvast.

Deze koppeling is onjuist en kwalijk en zet bewoners onder druk. Bewoners die wél voor het Sociaal Plan wilden tekenen (waar ze gewoon wettelijk recht op hebben), maar níet voor het sloopplan van Standvast waren konden dit niet aangeven. Ik heb gehoord van bewoners dat een medewerker van Standvast liet weten dat het niet tekenen voor het sloopplan, maar alleen voor het Sociaal Plan, juridisch moeilijk lag en consequenties zou hebben voor de verhuispremie.

Raadslid Bart van Berkel (SP) is zeer recent nog de wijk in gegaan en heeft vastgesteld dat 75% tégen sloop is. Nog steeds! En dit terwijl Standvast beweert bijna al de 70% handtekeningen van huurders te hebben vóór hun sloopplannen. Het lijkt me duidelijk dat hier iets helemaal niet klopt. Dit is het resultaat van het combineren van twee vragen in één vraag. Een onzuivere en dwingende manier van doen van Standvast.

De bewonerscommissie besloot in

het voorjaar affiches op te hangen in de wijk tegen het sloopplan. Ook informeerde ze in een bewonersronde de gemeenteraad. De SP vroeg om een uitspraak van de hele raad en die nam met 20 tegen 14 een motie aan om wethouder Bert Velthuis nog een keer bij Standvast te laten aandringen op renovatie i.p.v. sloop. Daartoe heeft een onafhankelijke aannemer, Van de Veerdonk, een onderzoek gedaan naar een 40-jaar renovatie van de duplex-woningen. Daaruit bleek dat ze in goede technische staat verkeerden en prima te renoveren zijn. Ook bleek dat Standvast de kosten voor renovatie buitensporig hoog had opgevoerd en daar blijkbaar ook geen cijfermatige onderbouwing voor kon geven.

Standvast is echter een zelfstandige organisatie die niet naar de politiek hoeft te luisteren. De wethouder gaf aan dat hij dat ook

niet verwacht en weinig in de motie zag. Nu de raad de motie heeft aangenomen zal hij er toch mee aan de slag moeten.

De vraag is of Standvast er verstandig aan doet gewoon door te gaan met haar eigen plannen. Tenslotte betreft het hier niet een projectontwikkelaar, maar een woningcorporatie in de sociale huursector, waar als vanzelf een maatschappelijke verantwoordelijkheid bij hoort.

Hopelijk gaat Standvast eens luisteren naar bewoners, politiek en onafhankelijke deskundigen: met zoveel brede maatschappelijke weerstand wordt het misschien tijd voor een herijking van prioriteiten bij Standvast Wonen voor de wijk Hengstdal.

Meer lezen hierover?

Ga naar www.dewijkwebsite.nl en tik in het zoekvenster: #sloophengstdal





WINKELCENTRUM MOLUKKENSTRAAT

HET BROODHUIS
— OOK VOOR UW GEBAK —

Foodservice

Royale



De hoorspecialist

Bloemenveld

coop

Brain
Wash®
Jouw kapper

eyelove®
KWALITEITSBRILLEN



ons
winkelkje



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

“Kwaliteit, service en winkelgemak in de buurt”

Wijknieuws

Syrisch eten in Vijverhof

U kunt iedere vrijdag vanaf 17 uur een Syrische maaltijd krijgen in het huiskamerrestaurant Babylon (het restaurant van voormalig woonzorg-centrum Vijverhof) op de grens van Nijmegen en Berg en Dal. Een groep van zo'n 15 vrijwilligers houdt dit restaurant dagelijks open van 11 tot 18.30 uur voor bewoners en bezoekers. Het is een uitgebreid Syrisch buffet voor € 10,- p.p. (zonder de drankjes). De Syrische kok Rami is per 1 september op het terrein komen wonen en gaat iedere vrijdag koken. Babylon is een initiatief van een groepje vrijwilligers die op de voormalige locatie Vijverhof een woon- en werkgemeenschap willen oprichten voor zo'n 60 huishoudens en een groot aantal voorzieningen. Informatie is te vinden op de website: www.woonwerkbabylon.nl. Aanmelden voor deze maaltijd is noodzakelijk, dat kan via de



mail (ecammol@gmail.com) of per telefoon (024-3601480 en 06-53684322). Graag cash betalen bij binnenkomst.

Koken is kunst

Angela Winterink opent het seizoen 2016-2017. Geheel in de traditie van de huiskamer organiseert zij een driegangendiner of een uitgebreid buffet in combinatie met lezingen, op 18 september over Edouard Manet.



Kunsthistorica Maria Driessen voert u dan mee naar Parijs waar zich in de tweede helft van de 19e eeuw een omwenteling voltrok in de schilderkunst. Een kleine groep kunstenaars was daarvoor verantwoordelijk en tot hen behoorde Edouard Manet (1832-1883). In 1863 werd zijn *Le déjeuner sur l'herbe*

be getoond aan het grote publiek. Het relaas over Manet en zijn tijd wordt u in woord en beeld gepresenteerd. Zondag 18 september, vanaf 14.30u. Kosten € 39,50 voor welkomstdrankje, lezing, buffet/diner. Aanmelding en informatie bij Angela Winterink, tel. 06-194 93 692 of dewinter5556@gmail.com

Vinylmarkt in de Thiemeloods: op zoek naar je favoriete LP!

Op zondag 4 september is er van 10.00 - 16.00u. in www.thiemeloods.nl Bottendaal weer een Vinylmarkt, de perfecte plek voor vinylverkopers en vinylleefhebbers! € 1,50



Zangers gezocht voor de aanstaande kerstconcerten

In de periode voor kerstmis geeft de Koninklijke Zangvereniging Nijmeegs Mannenkoor drie concerten in de regio Nijmegen met de sopranen Carla Maffioletti/Deirdre Angenent en de tenor Henk Poort. Het koor nodigt geofende en ongeofende zangers van harte uit als zogenaamde projectzangers hieraan deel te nemen. De repetitieperiode van 7 à 9 weken wordt dan afgesloten op verschillende fantastische podia. Indien u belangstelling heeft om samen met het koor het kerstrepertoire in te studeren, neem dan contact op met Ferdy Kokke. De dirigent, Dion Ritten, zal na een stemtest bepalen bij wel-



ke stemgroep u wordt ingedeeld. Een koorcoach zal u verder op weg helpen. Na de Kerst neemt u weer afscheid van de vereniging. De kosten bedragen € 55,00. Mocht u evenwel besluiten zich te willen aansluiten bij de vereniging, dan worden deze kosten verrekend met de verschuldigde jaarcontributie. Op maandag 10 oktober om 19.30 uur start het repeteren voor de kerstconcerten

2016. Uitgebreidere informatie via Ferdy: 0485 750 665 / f.kokke@ziggo.nl of kijk op www.nijmeegsmannenkoor.nl.

Rare jongens, die Romeinen

In augustus stond Museum Orientalis in het teken van het 'Laat Romeins festival'. In de Romeinse straat werd het dagelijks leven uit de laat Romeinse tijd waarheidsgetrouw nabootst en uiteraard met bijpassende kleding. Op het Plein van Pilatus werd uitleg



gegeven over de uniformen en het gebruik van de wapens die men toen had. Tijdens de verdedigingsdemonstraties kon de moderne jeugd ervaren hoe het was om pijlen te gooien tegen een overmacht aan stoere Romeinse militairen. En wie wonnen er...? Orientalis is de moeite waard om ook eens buiten dit festival te bezoeken. Meer info: www.museumparkorientalis.nl/nl/
Tekst en fotografie: Marc van Kempen

Vijverconcert bij OBG

Zondag 25 september, van 11.00 - 15.30 uur, entree gratis. Prof. Cornelissenstraat 2. www.obg.nu





DJ Swinging Maria

Disco - Soul - World Music - Salsa
06-18179904 | info@mariaengels.demon.nl

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

Café Jos



Ma. 16.00 tot 00.00 uur
Di. 16.00 tot 01.00 uur
Wo. 16.00 tot 01.00 uur
Do. 16.00 tot 02.00 uur
Vrij. 15.00 tot 02.00 uur
Za. 14.00 tot 02.00 uur
Zo. 14.00 tot 00.00 uur

MEESTERSCHENKERIJ

KWALITEIT EN BUURTGEZELLIGHEID

Daalseweg 309 Nijmegen (024) 323 20 01

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

Schoenmakerij Tweehuysen

Erkend Gildemeester

Voor al uw reparaties
en onderhoudsmiddelen

In de Betouwstraat 42 Nijmegen
Tel.: 024-3233160

www.schoenmakerijtweehuysen.com



YOGA MET EEN PLUS – NIEUW IN NIJMEGEN OOST

Yoga & Meditatie & Yogafilosofie

Op verzoek van velen een les van anderhalf uur op donderdagavond op Daalse hof, met naast praktische oefeningen en meditatie ook uitleg en duiding van diverse yogabegrippen. Daarnaast hatha yogalessen van een uur, ook op de Hazenkampseweg.



Christel Jansen is een ervaren yogadocent en auteur van tal van publicaties over yoga.



Meer weten? www.terrayoga.nl

RAAF

A D V O C A T E N

Letselschade door een ongeval? Of een geschil over uw verzekering?

**Uw zaak is bij RAAF advocaten in vertrouwde
en ervaren handen!**

RAAF advocaten is gespecialiseerd in letselschade,
aansprakelijkheidsrecht en verzekeringsrecht

Neem voor een vrijblijvend eerste gesprek contact met
ons op en wij vertellen u hoe wij u verder kunnen helpen

RAAF advocaten
St. Annastraat 61
6524 EH NIJMEGEN
T: 024 - 679 37 47

info@raafadvocaten.nl
www.raafadvocaten.nl

Susan Amoraal geeft aftrap voor nieuw seizoen op Themadag Han Fortmann Centrum

Als je levensvreugde als motto kiest, wie kan daar dan beter een lezing over houden dan Susan Amoraal? Zij schreef immers een boek met de titel 'Elke dag feest'. En bovendien is zij een jonge ondernemer die De Lachcentrale uitvond en belichaamt. Welnu om die reden komt Susan Amoraal op zaterdag 10 september bij het Han Fortmann Centrum (HFC) om 10.30 uur op de Themadag de aftrap geven voor het nieuwe cursusseizoen. Volgens Susan is er reden genoeg om van ons bestaan een feest te maken. Dat kan met haar 7 stappenplan dat inzicht geeft in de feestelijke dimensies van ons bestaan en praktische tips bevat voor meer energie, plezier en succes. Met humor laat



zij je ontdekken hoe elke dag op je werk, in je gezin met je vrienden en familie een feest kan worden. Natuurlijk moet je er zelf wel iets voor doen: de ballonnen opblazen en de slingers op-

hangen. Meer info en aanmelden: www.hanfortmanncentrum.nl

Heeft u een complexe vraag over ondersteuning?

Het RPE (Regionaal Platform Ervaringskennis) is op zoek naar mensen, die te maken hebben met meerdere wetten. U kunt dan denken aan de Wet maatschappelijke onder-

steuning (Wmo), de Zorgverzekeringswet, de Participatiewet of de Jeugdwet. Het RPE is erg geïnteresseerd in uw ervaringen. Op grond van uw ervaringen schrijft zij adviezen voor de desbetreffende gemeenten hoe zij de ondersteuning beter kunnen regelen.

Misschien heeft u door diverse beperkingen meerdere vormen van ondersteuning nodig. Het kan gaan om lichamelijke, psychische, verstandelijke beperkingen of een combinatie daarvan. U maakt bijvoorbeeld gebruik van vervoer en dagbesteding. Of u heeft een Persoons Gebonden Budget (PGB) op grond van meerdere wetten. Of u heeft hulp van de wijkverpleegkundige en huishoudelijke hulp. Of een jongere maakt eerst gebruik van jeugdhulp en maakt de overstap naar de Wmo.

Zit u in een dergelijke situatie, dan is het RPE erg geïnteresseerd in uw verhaal. Het RPE maakt adviezen, die gebaseerd zijn op ervaringen in de praktijk. Eerder hebben we adviezen geschreven over de dagbesteding en het keukentafelgesprek. Uw verhaal is anoniem. Gemeenten weten dus niet wie wat heeft verteld. We willen ook kijken hoe onafhankelijke cliëntondersteuning voor deze doelgroep goed geregeld kan worden.

Wilt u ons helpen om gemeenten goede tips en adviezen te geven, doe dan mee. Uw verhaal wordt dan opgetekend. Het is belangrijk dat u in één van de volgende gemeenten woont: Nijmegen, Wijchen, Heumen, Druten, Beuningen, Berg en Dal, Mook en Middelaar. Dat is namelijk de regio, waarin het RPE werkt. U kunt zich aanmelden tot eind september 2016 bij evdploeg@online.nl.

Nieuwe ontwikkelingen Vijverhof

Door Eric Stuart

In de Wijkkrant van april schreef ik al over een lopend conflict tussen leiding en een aan-

tal bewoners van Woonzorgcentrum Vijverhof. Kern van het conflict is dat ZZG Zorggroep – nu nog eigenaar van het woonzorgcentrum – een deel van de huurovereenkomst met een groot deel van de bewoners wil wijzigen. Zij wil de Algemene Diensten Overeenkomst (ADO) geschrapt wordt uit de huurovereenkomst. In deze huurovereenkomst staat dat deze ADO een “onlosmakelijk onderdeel” zijn van de overeenkomst. Het betreft de beveiliging van het terrein en de afvoer van het huisafval. Hiervoor betaalden bewoners € 10 per maand.

Vrijwillig afstand

De weg die ZZG Zorggroep heeft gekozen is, om bewoners ertoe te bewegen vrijwillig afstand te doen van de ADO. In eerste instantie probeerde het ZZG bewoners per brief te overtuigen. Later met huisbezoeken. Een onbekend aantal bewoners deed inderdaad afstand van de ADO, een ander deel bleef ZZG houden aan de ongewijzigde huurovereenkomst.

Zwerfvuil

Inmiddels had ZZG Zorggroep de facilitaire dienst – die de taken tot dan toe uitvoerde – ontslagen.

Hierdoor ontstond met name wat betreft de afvoer van het huisvuil voor veel bewoners een onduidelijke situatie. Gevolg: rondslingerende vuilniszakken, verspreid over het terrein. Inmiddels lijkt dit weer onder controle te zijn door de inzet van zogenaamde “woonmaatjes”, jongere bewoners op de Vijverhof.

Brief en gesprek

Een aantal “weigerachtige” bewoners heeft nu de koppen bij elkaar gestoken en per brief gevraagd om een gesprek met de Raad van Bestuur. Inmiddels is er een gesprek toegezegd.

SIARDUS heeft erover nagedacht

door Frank Schijven



Activiteiten in Oost

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

5 september

Start lessen Yoga Aplomb en Hatha Yoga, 024-3222754 of www.mcno-fysiodewedren.nl.

Start training 'Liever bewegen dan moe', voor 50-plussers 026-3124483

Rustige Yoga, Limosterrein 17.45-18.45 uur, 06-43533117

Yoga, 18.45 + 20.15. bewegerij.nl

6 september

Cursus beeldhouwen steen of hout in Oost, ook 7, 8 en 9 sept. www.beeldhouwen-nijmegen.nl

Dynamische yoga met aandacht onder leiding van Vincent Paes, iedere dinsdag- en vrijdagavond geschikt voor alle leeftijden 19:30 www.centrumdeappel.nl

Tegenlicht Meet up Nijmegen - Het Einde van de manager, 20u De Villa Nijmegen (gratis). [facebook.com/TegenlichtMeetUpNijmegen/](https://www.facebook.com/TegenlichtMeetUpNijmegen/), locatie: Villa Lux.

Denk eens mee met de ree! Lezing/debat in Natuurmuseum Nijmegen, 20u. 024 - 3297070 www.natuurmuseum.nl

8 september

Zingen voor je Leven Koor - donderdagmorgen om de week, o.l.v. dirigenten Anadya Wouters en Frohmüt Knie, Centrum de Appel zingenvoorjeleven-nijmegen.nl

Rondleiding voor blinden en slechtzienden in het Bevrijdingsmuseum Groesbeek. Inschrijving noodzakelijk: 024-3974404 of www.bevrijdingsmuseum.nl.

Bollyfoods foodtruck staat elke donderdag op de hoek Van 't Santstraat - Dommer van Poldersveldtweeg, 17.00 - 20.00 uur

8, 15, 19, 22, 29 september Hatha-Yoga in wijkcentrum De Ark van Oost. 06-21590904, www.yogahengstdal.nl.

9, 16, 30 september Met plezier bewegen? Kennismaking met Nia. www.niasusan.nl

10 september

HFC Themadag Levensvreugde www.fortmanncentrum.nl/ 10:30

Proefles Qigong in De Ark van Oost, 024-3232318 10:30 www.taichicentrumnijmegen.nl

10 en 11 september

Open monumentendag - Botten-daal in Iconen en Symbolen Thiemeloods 12:30-14:00 en 15:30-17:00. Zondag 14:00-15:30.

11 september

Zondagochtendviering in samenwerking met Han Fortmann Centrum, Centrum de Appel 11:00

12 september

Proefles taiji, Van den Havestraat 60, taichicentrumnijmegen.nl

13 september

Huiskamerlezing: geneeskraft uit de natuur van Nijmegen-Oost: de Berenholremedies, 19.30 uur. www.het-berenhol.com

13, 22 september, 1 oktober Mini-workshop Talentenspel lucyvannorel.nl, 06-22858512

14 september

Ouder-Kind-wandeling door natuurgebied Hengstdal (gratis) www.het-berenhol.com. 16:00u

16 september

Start Acteerlessen in Nijmegen www.ninajilesen.nl

www.bevrijdingsmuseum.nl de lucht in!, 10:00u., Groesbeek

Cursus 'Accordeon spelen gevorderden', Wijkcentrum de Ark. www.deopstap-nijmegen.nl

Norwegian Wood - JW Roy Thiemeloods 20:30

17 september

2e Voorproefdag pelgrimsroute Walk of Wisdom www.fortmanncentrum.nl

Introductieworkshop Stresstypes 09u. marieke@sprengerworks.nl

Oriëntatiecursus 'Toneel spelen' www.deopstap-nijmegen.nl 10:00

start qigong cursus Tai Chi Centrum Nijmegen, 10.30 uur. Ark van Oost. taichicentrumnijmegen.nl

Fit en Vitaal met het Go4Fit-programma! Informatiebijeenkomst. 10.30 uur bij Fysiotherapie MCNO-De Wedren, Waldeck-Pyrmontsingel 69. 024-3222754

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

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

Kerknieuws en agenda van activiteiten:

Antonius van Padua Gemeenschap Nijmegen: www.apvnijmegen.nl
Maria Geboorte Kerk: www.mariageboorte.nl
Effata - Dominicuskerk: www.effataparochie.nl

40 jaar www.inter-lokaal.nl, minifestival in Thiemeloods, 12-19u. www.inter-lokaal.nl



Do-in Stap, verdiepingcursus in De Ark van Oost, 13.00u. www.deopstap-nijmegen.nl

Vredesmarathon Valkhofkapel www.walkofwisdom.org. 19:30

18 september

Bevrijdingsfestival & Kindervrijmarkt, v.a. 10.30 uur. www.bevrijdingsmuseum.nl

Cultureel Culinaire Festival Common Ground, vanaf 11.00 uur, www.museumparkorientalis.nl

VictorieVestijn in Thiemeloods jubileum-festival www.victoriev.nl

Klankontspanning Jeanine van Weert, www.praktijmeander.nl

19 september

Start cursussen Tai Chi voor alle doelgroepen met Resi Messelink www.taichichuannijmegen.nl

Cursus Portugees, niveau 1 Wijkcentrum de Ark van Oost. www.deopstap-nijmegen.nl 10:00

Cursus Do-in yoga www.deopstap-nijmegen.nl 10:00

Cursus Pilates www.deopstap-nijmegen.nl 15:00

Cursus Arabisch, niveau 1 www.deopstap-nijmegen.nl 15:30

Meiden in de Techniek: vervolg! Nieuwe club + vervolg bestaande club, alleen voor meiden..., www.tccn.info 16:00

Proefles Tango 19 en 20 september Thiemeloods, Tango Entero

Cursus Energetische Meditatie www.deopstap-nijmegen.nl 19:30

Podiumgesprek: Vrede verbindt vredesweeknijmegen.nl 20:00

Taiji voor beginners, 20.30u. www.taichicentrumnijmegen.nl

22 september

Luistertafel Sensor in Week tegen Eenzaamheid. Bibliotheek Mariënborg Nijmegen, www.sensor.nl, 10:00u.

23 september

Overlevenskunsten, 20.30 uur in www.thiemeloods.nl 20:30

24 september

Workshop dansexpressie Ark van Oost, www.deopstap-nijmegen.nl

vanaf 25 september

Bio-release massagecursus 25 sept, 9 okt. en 13 en 27 nov. www.elsbethazewinkel.nl 10:00

28 september

Satsang in Thiemeloods 19:30

29 september

Laatste kans om je 'Knollen & Citroenen', je 'Kleine advertentie' of je 'Agendapunt' door te geven via www.dewijkwebsite.nl. Dit zal dan in het oktobernummer van deze Wijkkrant worden geplaatst. Ook voor adverteerders is dit de laatste dag om je advertentie te reserveren: advertenties@dewijkwebsite.nl

30 september

Wijn en Muziek in Thiemeloods 17:00-19:00 + Sticky T. + Heartbeats & Lake Superiour 20:00

1 oktober

Jubileum www.fidesco.nl, hulp aan allerarmsten wereldwijd

2 oktober

Battlefield Fietstour 'De Bevrijding van Nijmegen', 13.00 uur. www.bevrijdingsmuseum.nl.

Opening expositie Sjaak Kaas-hoek in Stip Oost, Elzenstraat4 17.00 uur.

5 oktober

Maak je eigen website met Word-Press - les 1, 19:30 <http://samenwebsitemaken.nl/>

Marga Verbruggen 50 jaar

Foto: Marc van Kempen

Marga Verbruggen van Verbruggen Reformvoeding aan de Daalseweg werd op vrijdag 26 augustus 50 jaar. Man en kinderen maakten voor haar dit opvallende bord met toepasselijk gedicht.

Marga zelf blijft er nogal nuchter onder. De orthomoleculair voedingstherapeute heeft de zaak inmiddels al 29 jaar. Haar klanten komen vanuit de wijde omtrek.



Willy 40 jaar bij Wanco

Door Loes Wijffels

Foto: Marc van Kempen

Zaterdag 20 augustus was er een klein feestje bij Wanco Doe Het Zelf aan de Daalseweg. Willy Janssen (55) vierde zijn 40ste jaar bij de zaak.



De kunst van het leven zonder horen en zien

Op zondag 4 juli vond in Café Frowijn de presentatie plaats van het boek over het leven van Frans Punselie uit Nijmegen. Frans is een volledig doofblinde man, op 18 juli werd hij 70 jaar.

Foto: Marc van Kempen

Hij woont al ongeveer 30 jaar zelfstandig in Nijmegen, en met wat hulp kan hij nog altijd zelfstandig wonen.

In het boek 'De kunst van het leven zonder horen en zien' staan vele verhalen uit zijn bewogen leven door hemzelf verteld en vele anderen hebben over hem geschreven. Op de presentatie werd voorgelezen uit het boek.

"Ergens in Nijmegen woont een doofblinde man. Vanuit zijn eenvoudige woning bezoekt hij de markt, gaat naar de kroeg en uit eten met vrienden en begeleiders, en houdt van achter zijn computer contact met de buitenwereld. Wie is deze man, die vanuit Rotterdam richting Nijmegen kwam, nadat hij op zijn 36e naast zijn aangeboren doofheid ook volledig blind was geworden? Een man met een verre van braaf verleden, zo blijkt. Een vrouwencharmeur, een nozem die met zijn vrienden op brommers rondhing en in vechtpartijen verzeild raakte. Een man die vele landen heeft gezien met het avontuurlijk gezin waar hij vandaan komt, die hem leerde een zo gewoon mogelijk leven te leiden ondanks het syndroom van Usher. Veel raakte hij kwijt in de loop van zijn leven. Vrienden en familieleden stierfen op jonge leeftijd. Maar hij is er nog. Heeft alles doorstaan en zijn levensvreugde behouden. Dit is het uitzonderlijke verhaal van de nu 69-jarige Frans Punselie."

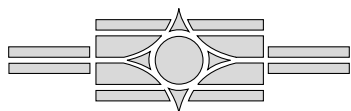


Inderdaad, al op zijn 15e is hij voor de oude heer Wanders gaan werken en hij is er nooit meer weggegaan. Willy: "Ik begon als parttime hulpje in de zaak. Ik heb daarna alles in de praktijk geleerd: sanitair, verf, inkoop, hout zagen. Dat we hier van alle markten thuis zijn, maakt het zo leuk. Het is meer en meer een buurtwinkel geworden, inclusief tuin- en huishoudelijke materialen." Willy is al jaren heer en meester over de houtafdeling. Iedereen kent hem. "Er zijn vaste klanten die speciaal voor mij terugkomen. Ze krijgen dan ook altijd persoonlijk advies. Ik denk dat ik dit fysiek zware werk nog een jaar of vijf kan doen. Daarna ga ik wel de winkel in."

Volgens eigenaar Marcel Migchels is de nog altijd vrijgezelle medewerker een groot muzikkliefhebber en heeft hij een indrukwekkende verzameling platen en cd's in zijn bezit. Marcel is trots op zijn trouwe collega. Hij is zich ervan bewust dat het succes van zijn zaak mede aan hem te danken is.

Volgens Willy zelf is de kracht van Wanco de service en het persoonlijke contact. Nu de Daalseweg weer eens wordt aangepakt is hij benieuwd hoe het deze keer zal uitpakken.

Maar dat Willy blijft staat vast.



van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

mr. C.T.G. van Schie

mr. F.G.W.M. Huijbers

mr. S.T.W. Verhaagh

mr. D.W. Beemers

mr. S. van Oers

mr. H. M. Schurink - Smit

mr. B. Klomp - de Wijk

mr. L.I. Siers

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

pegasus

huisartsen + apotheek

SAMEN ONDER ÉÉN DAK
BETROKKEN EN BIJ U IN DE BUURT

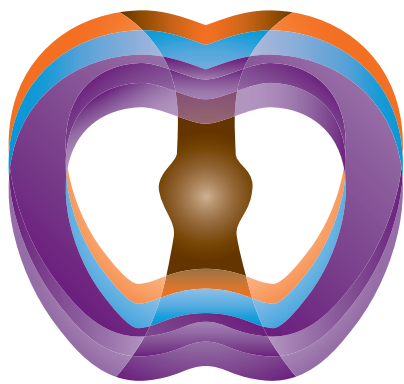
Dommer van Poldersveldtweg 27+27a

Annemiek Hamers
Ellen Herberts
Radboud Meijerink
Huisartsen

www.pegasushuisartsen.nl

Emmy Keuper
Pascalie Kho
Apothekers

www.pegasusapotheek.nl



centrum de appel

Creatief en spiritueel centrum
Groesbeekseweg 428
6523 PP Nijmegen
t. +31 (0)24 360 96 75
m. +31 (0)65 157 75 91
w. www.centrumdeappel.nl



Coaching bij het maken van jouw website met WordPress

"Aangenaam, mijn naam is Anette van Haren,
website-coach & WordPress-specialist."

Ik help je bij het realiseren van jouw professionele
website, een website die hoog scoort in Google en
goed leesbaar is op alle schermformaten.
Een website die je zelf kunt beheren omdat je van
mij leert hoe WordPress werkt. Ik focus me op
jouw business, jouw doel en jouw website-wens.
Samen maken we een website die doet-wat-ie-
doen-moet. Kennismaken? Koffie?"

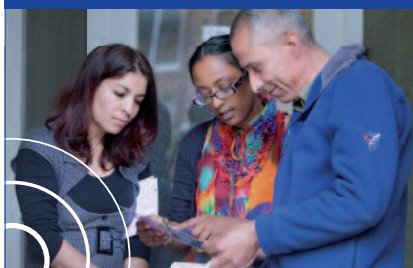


samenwebbitemaken.nl



Vragen over regels en papieren?
EEN GOED IDEE VOOR DE BUURT?
NIEUWE MENSEN ONTMOETEN?
ANDERE MENSEN HELPEN?
ZORG OF HULP NODIG?

Kom naar
de Stip!
Samen maken
we de wijk



Stip Oost
Elzenstraat 4, oost@stipnijmegen.nl
Maandag van 13:30 - 16:30 uur
Woensdag van 09:30 - 12:30 uur
Donderdag van 13:30 - 16:30 uur

Ouder dan 50 en de Argentijnse Tango leren dansen?



Op maandag 19 en
dinsdag 20 september
van 20.00 tot 21.00 uur
organiseert **TangoPuls**
twee **gratis proeflessen** in
Nijmegen. Info en aanmelden via
guilherne@tangopuls.nl of **06-81474575**

Doe mee aan *De tafel van één*

Ben jij een vrouw die graag (weer) aan de slag wil? Maar heb je geen idee
hoe te beginnen? Begin dan makkelijk en doe mee aan *De tafel van één*!

Tafel

De tafel van één bestaat uit zeven
bijeenkomsten waarin je met an-
dere vrouwen samenkomt en waar
je - onder begeleiding - kunt na-
denken en praten over je toekomst. Er zijn ook workshops waar je bijvoor-
beeld leert hoe je moet netwerken. Kortom: je ontdekt wat jij echt wilt en
kunt en je maakt voor jezelf een plan hoe je verder gaat. Als je het wilt, kan
de gemeente Nijmegen je daarna ook ondersteunen en begeleiden bij het
vinden van een baan.



Doe je mee?

Je kunt vanaf dinsdag 27 september 2016 meedoen van 9.30 tot 11.30 uur in
wijkcentrum 't Hert, Thijmstraat 40, Nijmegen. De vervolgbijeenkomsten
zijn op 4, 11 en 18 oktober en 1, 8 en 15 november 2016.

Deelname is helemaal GRATIS!

Aanmelden

Aanmelden voor *De tafel van één*: mail naar: tafelvaneen@nijmegen.nl.
Zet in het mailtje je mailadres en telefoonnummer. Je kunt ook bellen met
06-52169318 of met 06-15589394. Hier kun je ook
terecht voor meer informa-
tie.



De tafel van één is een ini-
tiatief van WOMEN Inc. om
de participatie van vrouwen
in gemeenten te stimuleren.
Dit wordt ondersteund door
het ministerie van OCW en
door de gemeente Nijmegen.

De beste tip voor het kopen van een huis: kom even langs.

Voor de tien beste tips voor het kopen van een woning hoeft u alleen maar even op internet te kijken. Tip! Bespreek ze met een vertrouwenspersoon die verstand van zaken heeft. Iemand die de huizenmarkt overziet, de markt kent en rekening houdt met uw persoonlijke situatie. Kortom: bespreek ze met Jacobs Makelaardij. In plaats van algemene tips krijgt u dan persoonlijke tips waar u echt wat aan heeft.

Verzamel dus alle tips die u kunt krijgen: van de buurman, een vriend of van het internet. Maar kom wel even langs.

Jacobs Makelaardij is een vertrouwensmakelaar pur sang die uw woongenot en uw financiële belangen altijd voorop stelt.

Vragen over de aan- of verkoop van uw woning, nieuwbouwprojecten of financieringen, neem dan contact op via www.jacobsmakelaardij.nl of bel **024-3606060**.

Jacobs Makelaardij: alles draait om de eenvoud.

Hertogstraat 58, 6511 SC Nijmegen
024-3606060, www.jacobs-makelaardij.nl



Foto Roos

www.fotoroos.nl

Hazenkampseweg 12
6531NJ Nijmegen
024-3551069
algemeen@fotoroos.nl



**GOEDGEKEURDE
PASFOTO'S**

3.50 korting
na inleveren van deze bon
geldig in 2016

**Lekker dichtbij en
gratis parkeren**



Flexibel en betrokken

Al 25 jaar het adres voor alle zorg en begeleiding die thuis gegeven kan worden.

Van een enkel moment per dag tot 24-uurs zorg.

St. Annastraat 198C • 6525 GX Nijmegen

Tel. 024-354 06 08

info@tvnzorgt.nl • www.tvnzorgt.nl

TECHNIKA



10

de Technieklabriek

Technika 10 & de Technieklabriek

**Hoe werkt een 3d-printer?
Zagen, timmeren en solderen?
Hou je van experimenteren?**

Doe mee met...

Technika 10 & de Technieklabriek!

Een cursus voor meiden van 10-12 jaar

Tijdens deze cursus ga je met een gezellige groep meiden van jouw leeftijd aan de slag om techniek te leren kennen en met verschillende gereedschappen jouw eigen werkstukjes te maken.

Wanneer?

19 september t/m 31 oktober (6 lessen)

Maandagmiddag, 16.00-17.30 uur

€ 25,- voor de hele cursus

Waar?

TCCN in het Technovium,
Heyendaalseweg 98, Nijmegen
024-8904303

www.TCCN.info | contact@tccn.info

Gloednieuwe brochure voor ondernemers!

Afgelopen week viel bij ondernemers in Nijmegen-Oost die nog niet adverteren in de wijkkrant, onze gloednieuwe brochure in de bus.

Door Eric Hendriks

In deze brochure lees je hoe je als ondernemer of organisatie gemakkelijk via de Wijkkrant en de wijkwebsite in contact komt met buurtbewoners en je boodschap succesvol overbrengt bij je doelgroep in Nijmegen-Oost.

De Wijkkrant voor Nijmegen-Oost en online platform dewijkwebsite.nl zijn sinds jaar en dag diep verankerd in de haarvaten



van Nijmegen-Oost. Ze verbinden bewoners, organisaties en ondernemers en vormen hét communicatiekanaal in onze prachtige wijk.

Bijna 30.000 lezers in Nijmegen-Oost maar ook in Berg en Dal en Heilig Landstichting spellen dan ook letterlijk onze krant en wijkwebsite. Profiteer mee als ondernemer van deze populariteit en benut deze ideale plek om onze betrokken lezers te bereiken met je advertentie of boodschap. Maandelijks via de krant of meerdere keren per dag via de wijkwebsite.

Ook de brochure ontvangen?

Stuur een mailtje naar Loes Wijffels: advertenties@dewijkwebsite.nl

Windows 2016 #7

We hebben allemaal ramen in ons huis waardoor wij naar buiten kijken. Bij andere kijken wij erdoor naar binnen. Soms zijn de uitstallingen of versieringen opvallend. De Hollandse nieuwsgierigheid wordt met deze (mini)reeks bevredigd.

Tekst en foto:
Hanneke Roelofsen

De Van Heutszstraat is prachtig met alle bloeiende bloemen in de gemeente perkjes. Het

is een genot om hier doorheen te fietsen als snelle route naar de Groesbeekseweg. Aan de linkerkant hebben de huizen halfronde deuren. Omhoog kijkend zie ik een raam met een prachtige sleepboot. Welk verhaal zit er achter dit raam?

Wie woont hier?

"Ik ben Cor en woon hier alleen. Enkele jaren geleden is mijn vrouw overleden. Wij hebben hier 54 jaar samen gewoond. Nu doe ik niets meer. Ik ben op mijn 16e begonnen als matroos en op mijn 67e ben ik gestopt als kapitein."

Wat houdt u bezig?

"Ik heb van alles gedaan, de wilde vaart, de grote vaart. Soms ging je naar Rotterdam om

te laden en daarna wist je pas waar de tocht naar toe ging, bijvoorbeeld (Zuid-)Amerika of Zuid-Afrika. Ik heb bij de Koninklijke Marine gediend tijdens mijn dienstplicht. Er was de mogelijkheid om vrijstelling te krijgen, door vijf jaar onder Nederlandse vlag te varen. Maar ik was benieuwd naar de Marine. Ik heb veel stormen meegemaakt op zee, dat went.

De avonden alleen thuis zijn lastiger. Ik ben nu secretaris van de AVOM in Nijmegen (Algemene Vereniging van Oud-personeel van de Koninklijke Marine). Wij hebben 122 leden en ontmoeten elkaar elke vrijdagavond. Elk jaar wordt er iets georganiseerd om naar toe te gaan, zoals dit jaar Elburg waar wij onder andere een rondvaart kregen. Verder interesseert mij de Koninklijke Nederlandse Redding Maatschappij, ik ben sponsor."



Groene handjes gezocht

Sinds 1995 is er een bewonersgroep actief met het Limosspark, dat ligt tussen de Dommer van Poldersveldtweg, Limoslaan en Gelderselaan. Vlak achter het achthoekige gebouwtje van de Kentering en Buurttafel. Ik praat met drie van de buurtbewoners die al vanaf het eerste uur bij de ontwikkeling van het park zijn betrokken: Ineke van Middelkoop, Jeroen de Wijs en Hans de Raad.

*Door Simone Kiekebosch
Foto: Mahmoud Ataya*

Hoe zijn jullie begonnen?

Hans: "We zijn als actiegroepje in 1995 gestart toen de Koninklijke Luchtmacht hier vertrok. Het idee was om hier huizen te bouwen, maar dat hebben we kunnen voorkomen indertijd. We hebben een rapport uitgebracht onder de titel: 'Het Limosterrein van blauw naar groen'. In 2000 hebben de buurtbewoners het beheer en het onderhoud van het park toegewezen gekregen door de gemeente. Buurtbewoners zijn verantwoordelijk en wij hebben als Stichting Groengroep Limos de verantwoordelijkheid gekregen om dit in goede banen te leiden."

Hoe gaat de groengroep te werk?

"We komen iedere laatste zaterdag van de maand van 11.00 tot maximaal 14.00 uur bij elkaar om gezamenlijk in het park te werken. Snoeien en zagen, rommel opruimen, maaisel afvoeren, nieuwe planten potten, paden repareren, gezellig koffie drinken, en kijken hoe alles groeit en bloeit. Verder organiseren we losse bijeenkomsten, bijvoorbeeld met de schoolkinderen van Jeroen om onderhoud te doen. En er zijn gelukkig ook bezoekers van het park die af en toe een handje uitsteken door bijvoorbeeld blikjes en ander vuil op te ruimen."

Het wordt tijd voor een rondje door het park. Ik ken dit parkje alleen van de jaarlijkse plantendag in mei/juni. Dan worden er allerlei plantjes verkocht en geruild en is er bedrijvigheid met kraampjes, eten en muziek. Al snel zien we een van de vijf schuilkelders met begroeiing eroverheen.

"Hier zitten 's winters vleermuizen", vertelt Jeroen. "Het gaat hier om grootoorvleermuizen, een speciale soort. Zij overwinteren in de schuilkelders". Hans vult aan: "Eerst zaten hier houten deuren in, maar nu een metalen deur met een gleuf, daar kunnen de

vleermuizen doorheen. Binnen moet er een bepaalde vochtigheid zijn, daarvoor hebben we een aantal deuren en luchtkokers dichtgemaakt."

Ontdekkingen

We lopen verder en Ineke vertelt dat hier vroeger een tennisveld was. Nu is het één en

er dan nog niet aanzitten. Nu groeit er niets, want het bladerdek is zeer dicht en valt als een parasol over het land. Ineke geeft biologies en heeft met haar klas eens een boom gevolgd in zijn verval. Enthousiast vertelt ze: "Ik ben ieder jaar terug geweest voor de boom die gekapt was en heb de boom in vier jaar zien verdwijnen. We zien



al begroeiing, maar je kunt nog wel aan de beplanting zien dat er iets andere planten staan dan in de rest van het bos. En dat geldt ook voor de plek waar het militaire hospitaal stond. Je ziet restanten van de tuin van het voormalige hospitaal. Bijvoorbeeld een aantal rozenstruiken.

Ik weet nauwelijks een margriet van een roos te onderscheiden, maar die vergane glorie spreekt zeer tot mijn verbeelding. Hoe verder we door het park lopen, hoe meer de groengroepleden zich ontpoppen tot echte kenners van bomen en planten. We lopen door het beukenbosje. Onze fotograaf ontdekt nog een interessante inkerving in een boom. Hij leest in het Arabisch de naam 'Ahmed' in de boom. Ik dacht dat het een geheime tuin was, nou, mooi niet dus! "Natuurlijk is het niet de bedoeling om in de bast van de boom te kerven, je maakt eigenlijk een wond die weer moet genezen", zegt Ineke.

Jeroen vertelt dat onder beuken alleen in het voorjaar van alles groeit omdat de bladeren

hier een prachtig exemplaar dat nu een jaar of drie in het bos ligt." Fotomomentje! Dit is überhaupt een uniek stukje op de helling van de stuwwal van Nijmegen.

Hulp nodig

Ik word gewezen op een rapunzelklokje. Vanwege dit schaars voorkomende bloemetje wordt er pas aan het eind van het seizoen gemaaid. Het lindebomenbosje is indertijd door deze groep aangeplant. Twintig jaar later staat het er goed bij. Ook goed voor de bijen en vogeltjes. Nou, ik ben zeer verrast door de diversiteit van dit bosje.

De groengroep kan nog wel een paar vaste mensen gebruiken. Dus lijkt het je een leuk idee om mee te helpen: meld je aan bij www.StichtinggroengroepLimos.nl of ga gewoon kennis maken op een vaste werkdag, op iedere laatste zaterdag van de maand.



**Aankoop
Verkoop
Taxatie**

Gemiddelde
van 51
beoordelingen

8.6

**Je huis (ver)koop
je met aandacht.**

Persoonlijk en betrokken
in Nijmegen e.o.



Staringstraat 11 Nijmegen
024 373 63 62 / 06 1061 6922
www.fonteinmakelaardij.nl



CO-BUS buscamperverhuur Nijmegen



(m) 06 12403209
(e) info@co-bus.nl
(i) co-bus.nl



Winteractie: november 2016 t/m februari 2017
Fly & drive met een buscamper
CO-BUS buscamper service airport Faro (Algarve – Portugal).
Voor meer informatie zie de website co-bus.nl.

EETCAFÉ CATERING
Blixem
CADEAUWINKEL WEBSHOP

De kracht zit in onze mensen!

Kijk voor het weekmenu of om te reserveren op
www.blixemnijmegen.nl

Groesbeekseweg 75 Nijmegen 024 - 388 86 78

Nijmeegse experts in zonne- energie

zonnepanelen en zonneboilers



085 - 40 11 837 | Kerkenbos 10-115 | www.eindeijkzon.nl

Goed zien en er goed uitzien

Kom naar:

Geerling
50 JAAR
kwaliteit voor ogen
optiek

Dé opticien in uw buurt

*Dit jaar kan de vergoeding van uw
verzekering veranderd zijn.*

*Wij kunnen voor u nakijken of u dit
jaar nog recht heeft op vergoeding
van uw verzekering.*

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

Hartman van Dinteren v.o.f. schilders

Inmiddels een begrip in Nijmegen-Oost

Gespecialiseerd in:

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

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

Bel voor een vrijblijvende offerte.

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

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

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

**GRATIS
ACCU-
EN AIRCO-
CONTROLE**

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

CATSHOEK
DE AIRCO-SPECIALIST

Coehoornstraat 71
Nijmegen
(024) 322415
www.catshoek.nl

**CITY
HAIR
SHOP**

Dames-, heren-
en kidssalon
en pruikenkamer

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



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

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

Oplage: 16.000. Uitgave:
Stichting De Wijkkrant
Nijmegen-Oost, Hengstdalseweg 78,
6523 EM Nijmegen.

EINDREDACTIE
Loes Wijffels

REDACTIE
Anna Bakker, Kor Goutbeek,
Eric Hendriks, Alex Holderbusch,
Simone Kiebosch,
Marjon Spoorenberg, Eric Stuart,
Karin Veldkamp

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:
Bert Hendrix, Tineke Honingh,
Marjolijn Hovius, Fien Kraanen,
Marc van Kempen, Frank Schijven,
Kees Spoorenberg,
Hanneke Roelofsen, Dick Verstegen

ONLINE KANALEN
dewijkwebsite.nl
twitter.com/wijkwebsite
facebook.com/nijmegenoost
redactie@dewijkwebsite.nl

OPMAAK
Ton Burgers, www.a-formaat.nl

DRUK
Janssen Pers, Gennep

BEZORGING
Coördinator: Eric Stuart
Axender verspreidingen, Cuijk

ADVERTEREN VOOR BEDRIJVEN
Loes Wijffels, 024 - 20 22 258
advertenties@dewijkwebsite.nl

DEADLINE VOLGENDE NUMMER
De uiterste datum om knollen & citroenen, advertenties en de agenda aan te leveren is donderdag 29 september 2016. 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 VOLGENDE WIJKKRANT
Uiterlijk vrijdag 14 oktober 2016, samen met De Brug. Geen Wijkkrant ontvangen? Meld online uw bezorgklacht: www.dewijkwebsite.nl of via redactie@dewijkwebsite.nl. Op pag. 3 staan adressen waar u de Wijkkrant gratis kunt afhalen.

Column: Loes Wijffels



Riool

“Spoel je wc eens door”, roept mijn buurman, “Dan kan ik zien of ik goed zit!” Hij bedoelt dat hij dan kan zien via welke buis mijn dagelijkse grote en kleine boodschappen het riool instromen. Het is een enorm gepuzzel. Lang hebben we er tegenaan gehikt maar nu we besluiten het oude systeem van gresbuizen en gemetselde putten in de geschakelde tuinen van onze woningen te vervangen, slaat de paniek pas echt goed toe. Er schijnt hier in de afgelopen honderd jaar aan het riool regelmatig en op diverse manieren aan geknutseld te zijn. Niets staat op kaart, ook niet bij de gemeente, en wij zijn als eigenaren zelf verantwoordelijk ‘tot aan de straat’.

Verschillende verstoppingen dwongen mijn vier burens en mij ertoe dan eindelijk maar een professionele loodgieter in de arm te nemen zou dat vanzelf goedkomen... Het begint al met het graafmachientje dat is gehuurd. Dat blijkt te hoog voor de pergola van het eerste huis. Voortvarend als we zijn grijpen we, ondanks de hitte, met zijn allen naar de schep en beginnen te graven. In vroeger tijden was het blijkbaar de gewoonste zaak van de wereld om kuilen vol te storten met overtollige stenen en beton. Handschoenen komen er dus aan te pas en

een paar kruiwagens, later zelfs een grote groene laadbak voor minstens zes kuub aan puin. De grespijpen liggen diep en op diverse plekken duiken putten vol boomwortels op. En alles moet eruit van onze

rioolman, inclusief de aansluitpunten. Zwetend en vele liters water drinkend bedienen we hem op zijn wenken. We kleuren langzaam zwart van het zand. De geur van aarde zou nog lang in mijn neus blijven hangen. “En draai nu de kraan van de douche eens open!” Buurman ziet buiten een klein stroompje uit een van de buizen verschijnen. Gelukkig, ik ben getraceerd. De plek waar mijn overtollig huidvet, vermengd met haren, zweet en (nu ook heel wat) zand mijn huis verlaat, is gevonden. Als een van ons het niet langer kan ophouden, worden we even letterlijk met onze neus op de ‘feiten’ gedrukt. Het maakt me akelig bewust van al die liters water en rommel die wij dagelijks en met het grootste gemak laten wegstromen. Ik verbaas me over het prachtige systeem van licht hellende pvc-buizen en leer over aansluitstukken, sokken, ontstoppingsputten en aan- en afwateren. We scheppen vele kuubs zand weg en later weer terug, lachen om alle gekke dingen die we tegenkomen, genieten van de gezamenlijke lunch, maken nieuwe plannen voor onze inmiddels danig overhoop liggende tuinen en sluiten af met een borrel. Een gezelliger buurtfeestje kan ik mij niet voorstellen.

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

SEPTEMBERACTIE!

15% KORTING

Op een selectie van onze gordijnstoffen



15% KORTING

Op selectie van onze collectie vloerbedekking



Van Broeckhuysenstraat 2-6 Nijmegen | Tel: 024 3239300 | Email: info@ploegkeldertje.nl



AUTOBEDRIJF STARFIT

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

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

adres:

Pontanusstraat 46-48
6524 HG Nijmegen

T: 024-3234448

F: 024-3601609

E: info@starfit-nijmegen.nl

openingstijden:

ma t/m vr: 08.00-17.00

www.starfit-nijmegen.nl