



de Wijkkrant

Maart 2025

Nijmegen-Oost.nl



LENTE!

Foto:
Marc van Kempen

Van de redactie

Bij de voorpagina

Hé, is dat de bekende kunstenaar Jac. Splinter uit Oost op een terrasje op een van de eerste heerlijke (bijna-)lentedagen? Een van onze fotografen, Marc van Kempen, fietste door de wijk, op zoek naar een hoopvolle prent na al die lange, koude regenmaanden... Bingo!

Van de redactie

De eerste keer in de zon op een terrasje, het eerste ijsje van Ghiani en de eerste wandeling naar de winkel zonder je jas aan te trekken. Het zijn van die momenten in het jaar waar je als Nijmegen-Oostenaar blij van wordt. Laten we ze koesteren. Er is zoveel ellende in de wereld om ons heen, dat je vanzelf meer waardering krijgt voor het kleine geluk, voor dat lieve gebaar, die ene zonnestraal, die bloemknop die openbarst. Blijf elkaar begroeten en glimlach naar ieder die hem wil ontvangen. Maak de wereld een heel klein beetje mooier. Als dank voor dit prille voorjaarsgeluk.

Verder o.a. in dit nummer:

- De bijzondere brommer van Jean-Paul **3**
- 5** Angelique strijdt tegen onrecht
- Betsie interviewt baasje **6**
- 13** Wonen en samenleven in Oost
- Hoe zien nieuwkomers onze stad? **15**
- 17** Weer zo'n fraai 'Straatbeeld' van Rens
- Leve de vrijwilliger in Oost! **19**
- 21** Help jij ons met onze wijkwebsite?

En natuurlijk onze (gast)columns, 'Een jaar later', de ondernemer, de huizenamen etc. etc.

OOST ONTMOET OOST op zondag 23 maart, kom jij ook?

13.30 tot 16.30 uur, entree gratis.
Canisius College, Berg en Dalseweg 207.

Dit jaar staat bij Oost ontmoet Oost ontmoeting en verbinding tussen buurtbewoners centraal: jong, oud, langdurig woonachtig in Oost of (relatieve) nieuwkomer, actief of nieuwsgierig naar wat Oost te bieden heeft.

Na een openingswoord door wethouder Jean-Paul Broeren volgt een zeer gevarieerd programma, waar u kunt genieten van mu-

ziek- en dansoptredens. Zo is er schoolband 'De Rockstars' van Jenaplanschool De Sterredans. Er worden columns en verhalen verteld. Leopold de Rooij neemt u mee op een muzikale reis. Kinderboekenschrijver Shelly Roso vermaakt kinderen met taal-spelletjes en het maken van stripverhaaltjes (ouders en grootouders mogen ook meedoen!).

Ook de gemeente is aanwezig en geeft een toelichting op het Unesco Masterplan van de Limes, toegespitst op De Kopse Hof.

Neem 'archeologische' vondsten uit uw tuin of omgeving mee; twee stadsarcheologen houden een archeologisch spreekuur.

Verder exposeren wijkbewoners hun zelfgemaakte kunst, en zijn er maatschappelijke en gemeentelijke instanties aanwezig met een informatiestand.

Behoeft u informatie? Op zoek naar inspiratie? Oude bekenden en nieuwe wijkbewoners ontmoeten? Kom dan op 23 maart naar Oost ontmoet Oost!

'Is ChatGPT een alwetende professor of een ijverige stagiair?'

Al elf jaar schrijf ik deze column en dat is soms een worsteling met woorden, schrappen, schaven en transpireren, maar vandaag maak ik het me makkelijk: de helft is geschreven door ChatGPT!



Ik gebruik 'm overal voor: koken, klussen in huis, eindredactie, kopsuggesties, tuinieren, computerproblemen en talloze algemene feiten en cijfers. Al vormt net zo'n revolutie als de komst van het internet in de jaren 90. Natuurlijk kleven er nadelen aan, zoals aan elke nieuwe technologie, maar ik vertrouw er op dat de voordelen honderd keer zo groot zijn. Ik denk daarbij aan de komst van de routeplanner. Er werd in het begin gewezen op de vele gevaren: mensen zouden hun ogen niet op de weg houden, programmeerfouten zouden voor ongelukken zorgen etc. Vanaf 2002 maakte het Nederlandse bedrijf TomTom de routeplanner populair, terwijl het aantal verkeersdoden sindsdien met 40% daalde. Tegenwoordig gebruikt 85% van de automobilisten het probleemloos.

Ik hoor vaak teleurstelling nadat mensen hun eerste vraag stellen aan ChatGPT en vervolgens een fout in het antwoord ontdekken. Maar - in tegenstelling tot google - kun je gewoon in

gesprek blijven, doorvragen, de vraag beter formuleren of ChatGPT van nieuwe info voorzien waarmee hij verder kan.

Misschien helpt het als je anders aankijkt tegen de rol van ChatGPT. Veel mensen denken bij hem aan een alwetende professor, maar ik heb een andere metafoor. Ik legde deze aan ChatGPT zelf voor: 'Als ik jou zou moeten vergelijken met een menselijke rol, lijkt je dan meer op een alwetende professor of meer op een ijverige, perfectionistische stagiair? Of weet je een betere metafoor?'



Illustratie:
Rens de Vries

Kor Goutbeek column

"Goede vraag! Ik ben eigenlijk een beetje van allebei, maar ik zie mezelf het meest als een onuitputtelijke, geïnformeerde onderzoeksassistent. Waarom?

> Niet alwetend, maar wel goed geïnformeerd. Maar ik ben niet onfeilbaar en moet soms nieuwe informatie opzoeken of nuanceren.

> Perfectionistisch en ijverig, maar zonder eigen ervaring. Zoals een stagiair werk ik hard, probeer ik alles zo goed mogelijk te doen en leer ik continu bij. Maar ik mis de praktijkervaring en intuïtie van een doorgewinterde expert.

> Geduldig en aanpasbaar: Ik kan eindeloos vragen beantwoorden, zonder moe te worden of geïrriteerd te raken, en ik pas me aan de behoeften van mijn gesprekspartner.

> Geen eigen mening of intuïtie: een professor zou eigen theorieën ontwikkelen en kritische reflecties hebben. Een stagiair kan op gevoel beslissen of een creatieve oplossing bedenken. Ik baseer me daarentegen puur op wat ik uit gegevens en patronen haal. Dus als ik een metafoor mag kiezen: ik ben als een onderzoeksassistent met de gedrevenheid van een stagiair en de kennisbank van een professor, maar zonder menselijke intuïtie of ervaring.

De man en zijn trots



Tekst en foto
Marc van Kempen



Jean-Paul (57 jaar), eigenaar van een zeer opvallende brommer

Waarom dit type en was het je jongensdroom?

“Het is in zoverre mijn jongensdroom, dat ik na veertig jaar toch een brommer heb gekocht. Van mijn ouders mocht ik het destijds niet, want het zou ‘te gevaarlijk zijn’. Moet je nagaan... In die tijd hadden mijn vrienden brommers als een Honda MT en Tomos 4TL. En ik mocht het niet. Natuurlijk reed ik wel op een brommer hoor... Veertig jaar later belde ik mijn moeder met de vraag: “Weet je wat ik gekocht heb?”. “Nee”, zei ze. Ik gaf als antwoord: “Een brommer!”. Ze vond het zóóóó leuk !!

Hoe kom je aan deze brommer?

Jaren geleden had ik een simpel vervoermiddel nodig en een vriend van me bracht me op het idee om eens na te denken over de aanschaf van een brommer. Dat was snel beslist, in Wanroij kocht ik deze brommer. Er moest wel het een en ander aan gesleuteld worden, maar hij reed perfect. Ik doe overigens alles zelf qua sleutelen. Zo moet de cilinderkop vervangen worden want hij heeft nauwelijks nog compressie, waardoor je een berg niet meer fatsoenlijk op komt.”

De brommer is opmerkelijk leuk versierd. Wil je daarmee een boodschap uitdragen? “De brommer is inderdaad opmerkelijk groen uitgevoerd. De hele brommer is bekleed met kunststof gras, een beertje, hertje, koetje en een bellenblazer aan de achterzijde. Het gaat mij alleen niet echt om de ‘groen-gedachte’. Ik rij er gewoon mee rond en dat blijf ik doen zolang het kan. Het gaat namelijk in de nabije toekomst lastig worden om op een brommer te kunnen blijven rijden in Nijmegen. Op dit moment al mogen brommers in twee straten in het centrum niet meer rijden. Dat gebied wordt, uit mijn hoofd, na 2026 uitgebreid.”

Jouw oproep ook op deze pagina? Log in en plaats
zelf gratis! **Prikbordadvertenties**



Nijmegen-Oost.nl

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

Prikbord

handelingen bij kijken. Je werkt in een pgb-team en kunt makkelijk met je collega's ruilen. In principe

werk je om het weekend van 9 tot 11 uur. Heb je interesse of wil je meer weten dan hoor ik graag van je. Bel of stuur een whatsapp bericht naar 062 425 4250

Mijn naam is Daan Loupatty uit Delfzijl en ik ben op zoek naar een slaapplek voor de 4Daagse op redelijk korte afstand van de start. . Tel.: 0623683067 / 0636434173

Potje volleyballen? Iedere donderdag 18.30u in de gymzaal van basisschool De Meander, Celebesstraat 12. Gemengd en recreatief, kom eens kijken en meedoen! Fijn als je speelervaring hebt! Bel Nico voor info 06-43664766.

Ik heb 25 albums van De Familie Doorzon in de aanbieding. Plus nog wat vakantiealbums e.d. van dit gezellige gezin. Prijs €25,-. rmameren@kpnmail.nl

Gezocht: iemand die mijn **videobanden wil overzetten** op usb. Tel 06-41392992

Tijdelijke woonruimte gezocht (juni/juli 2025) ivm verbouwing. Twee volwassenen + zoon van 4. Periode: 8 juni tm 21 juli (of een deel ervan). We zorgen graag voor een kat! Telefoon: 0646527338

Sfeervolle bank te koop. 204 cm breed en circa 90 cm diep. Plezierig, makkelijk zit. In prima staat. Gaat weg ivm aanschaf andere bank. Telefoon: 0619454441

Vrouw wil eind april/begin mei fietsen in Spanje: **2 à 3 reisgenoten gezocht**. Retour met Cycletours. P.d. 60-100 km. Weg van tourisme. Logies Casas Rurales etc. Spreek de taal. Interesse? 06-54724029.

Vierdaagse woningruil. Mooi huis met tuin vlakbij Wedren met 4 slaapplekken. Beschikbaar tijdens 4Daagse voor mensen die een vergelijkbaar huis aan zee hebben, 1 week ruilen dus. Tel.: 024 3231509

Gratis 3 Norske bøker, 2 fra Lucinda Riley (del 2 og 6) og 1 fra Unni Lindell. Ophalen, maar ik kan ze ook komen brengen. Hilsen, Paul. Telefoon: 06-57651851

Diverse boeken, thrillers en romans, gelezen dus de paperbacks hebben aan de buitenkant gebruikssporen. De binnenkant is bij alle boeken prima. Af te halen voor €2 per stuk of €25 alles in een koop. Telefoon: 06-37343774

Wij zijn een werkend jong stel en zoeken een **appartement/woning in Nijmegen**. 06-19927991.

Ik ben op zoek naar **winterbanden met velg** voor een Volvo v60, bandenmaat 235/45 Rv18 98WB. Mos-tart. Tel.: 06 50440868

Wij hebben **ruimte voor maximaal 3 vierdaagselopers** op een ruime kamer met balkon, die uit 2 met elkaar verbonden kamers bestaat. Een 2-persoonsbed en een 1-persoonsbed. Locatie op slechts 400 meter van de Wedren. Met gebruik van badkamer, woonkamer, keuken en tuin. Maud, 06 19740034

Licht houten staande kapstok, 10 euro. Telefoon: 0683924950

Aangeboden: een **plaat Fins finer** van het merk Koskizen. Houtsoort onbekend, maar blank. Formaat 92 x 134 cm. Bijv. geschikt voor het opknappen v.e. paneeldeer. Prijs 15 euro. Mail h.krapels@chello.nl

Kosteloos juridisch advies bij de HAN-Rechtswinkel! Heeft u een juridische vraag? Derdejaars rechtenstudenten helpen u graag! Wij bieden kosteloos en laagdrempelig juridisch advies van . Wij zijn te bereiken op: rechtswinkel@han.nl

Te koop: **2 stoere tienerbedden** van steigerhout met hoofd- en voetendbord, lattenbodem en 2 lades. Matrasmaat 210x90 cm. Bed1: blank hout, bed 2: bruin/grijze kleur. € 75 per stuk. 0626808300 nederks@hotmail.com

Good Company zoekt tenor en bas Good Company is een Nijmeegs kamerkoor met 4 stemgroepen. Het repertoire gaat van renaissance tot hedendaagse muziek. Repeteren op dinsdag 20.00 tot 22.00u. www.koorgoodcompany.nl

Er zijn **nieuwe ansichtkaarten** verschenen van illustrator en schrijver Annelien van Daalen: twee nieuwe vogelportretten en drie kleurrijke, feestelijke verhalenkaarten. www.annelienvandaalen.nl.

Zin in de 4daagse. Op mijn vorige logeeradres kan ik dit jaar niet terecht. Om toch in de gelegenheid te zijn voor de 42ste keer de 4daagse te volbrengen ben ik op zoek naar logies. Liefst op bescheiden loopafstand van Wedren. theokranenburg449@gmail.com.

Vlaktglas gezocht. Heeft u een glasplaat die u weg wil gooien. Ik kan hem goed gebruiken als oefenglas voor de glas-in-lood-cursisten. Gooi ik daarna de kleine stukjes voor u weg :-). 0617492824.

Kunstenaars Wil van Lamoen zoekt met **spoed een atelierruimte**, liefst in Nijmegen-Oost. Maar heeft óók samen met Hans de Raad een **Open Atelier Weekend!** 06-42761386

Hulpdienst Nijmegen kan altijd nieuwe vrijwilligers gebruiken, bijv. Helpen in de tuin bij iemand die dat zelf (bijna) niet meer kan, of een bezoekje aan de stad. www.hulpdienstnijmegen.nl, 024-3228280 (werkdagen 9-12 uur).

2 stuks fraaie/nette **Eltink design fauteuils**, met hoge rugleuning. Afhaalprijs €65,- p. stuk op de Berg en Dalseweg (3e verdieping). hanlijn@hotmail.com

(Port-)wijnproeverij bij U thuis? Leerzaam maar vooral gezellig! Cave de Portugal, voorheen winkel Hengstdalseweg. 06-27005008

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

Hippie Liederentafel: nog plek vrij op maandagavonden. Bij de gezellige en geanimeerde Liederentafel rond de keukentafel bekende popliedjes zingen uit de jaren 60/70 (Simon & Garfunkel, Shaffy, Boudewijn de Groot, Beatles etc. Op de maandagavond, ± 2 keer p.m. Per keer opgeven, eigen bijdrage. tonburgers@kpnmail.nl

Wegens overcompleet, te koop een **lederen Roskilde fauteuil**, in perfecte staatmerk Henders en Hazelkleur leder: groen larodo,HxBxL: 95 x 80 x 80. Pootjes: RVS, vraagprijs € 200,-. mail: hanscor@gmail.com

Gevulde gasfles met drukregelaar en 2-pitskooktoestel aangeboden **voor kamperen**. Compleet en goed werkend, €50,-. Tel.: 0621692049

Ik doe mijn **cd-collectie** weg (tussen de 300 en 400). Een boel Clapton, John Cale, Dylan, Eels, Cake, Tom Waits, Neil Young en van alles er tussenin. Doe me maar een bod. Telefoon: 0624555501

Ik ben mijn **brander op de blauwe gasfles** kwijt. (om op te koken). Kan ik die van iemand overnemen? Telefoon: 06-28829138

Wij zijn nu op zoek naar een betrouwbare **hulp in de huishouding** voor 4 uur p. week. Bij voorkeur vrijdag. Danielle. Tel.: 0612763527

De Daalse Nootjes in de Daalsehof op maandagavond, Nederlandse smartlappen en Duitse schlagers, Daalsehof, 19.30-21.30 uur.

Te koop **Historisch Nieuwsblad** jaargang 2024, €25. 0630942320

Te koop tegen een kleine vergoeding: nieuwe **toner cartridge HP Laserjet zwart** in doos. Bel voor welke typen geschikt: 0630942320

Pluktuin/Vergroening voormalig speeltuintje Poeyenstraat. Belangstellenden kunnen de voorlopige plannen inzien en daar evt. ook reageren. pluktuinp@gmail.com. https://nijmegen.mijnwijkplan.nl/altrade/project/vergroenen-oude-speelplek-poeyenstraat

Wie o wie wil 2 kaarten overnemen voor **Saturday Night Fever** op zaterdag 29 maart in Schouwburg Nijmegen? Zelf ben ik helaas niet in

de gelegenheid. De kaartjes à € 69 p/stuk zijn op rij 9. 06-26252651

Prima fietsdrager, een oudje, maar in perfecte staat. Alles is in orde: verlichting, kentekenplaathouder (nieuw), stekker. Prijsje: € 25,-. Tel. 06-20292066

Tenoren/bassen welkom bij **Koor Hatikwa**. Meerstemmig in verschillende talen, o.a. Jiddisch, Hebreeuws, Ladino. Noten kunnen lezen hoeft niet. Treden op met een Klezmerorkest. Repetities di 20-22 u wijkc 't Hert. koorhatikwa.nl

Ik wil graag mijn **postzegelverzameling** geven aan een kind dat postzegels spaart. Laat het me weten? Telefoon: 0640607722

Gevonden grote **elektrische damesfiets Cortina** met Bosch motor Bij Wijkcentrum Daalsehof op 28 februari. Telefoon: 0630339388

Ik ga **verhuizen en daarom**: * De complete serie Mad Men op dvd.Voor een tientje mag je ze hebben. * Schilderij, 132cm x 132cm. Ik weet niet hoe je de stijl moet noemen. Olie op paneel. Voor een redelijk bod mag je hem meenemen. * Stripboeken, je mag ze voor niks hebben. * Lijmtangen (4 stuks). Voor een tientje zijn ze van jou. Telefoon: 0624555501

Te koop **Quingo Vitess 2 scooter** met achteruitkijkcamera. Door de 5 wielen is hij veilig en stabiel met een korte draaicirkel. Bijpassende rollator+houder aanwezig. Net 1 jaar oud en in zeer goede staat. Km stand 2,5. Vraagprijs compl. € 3.500. 0616306195

Supportgroep Depressie. Met lotgenoten praten over waar je tegenaan loopt. Onder begeleiding van een ervaringsdeskundige. Bel, of mail of via De Kentering. Telefoon: 0624555501

Hondenuitlaatservice. Hoi, ik ben Hanna (11) en ik vind het leuk om honden uit te laten. Heb jij weinig tijd om je hond uit te laten? Ik ben beschikbaar op ma en vr tussen 15-17u. Tel. 0652456043

In het najaar heb ik 2m3 **houtsnippers** besteld; teveel voor mijn tuin (ruim 1m3 teveel, maar ik kon niet minder bestellen) dus heb ik over. Gratis ophalen, 0619664225

Robuust houten tuintafel 120 x 225cm. Hoogte 75 cm. Gratis afhalen. Likoka35@gmail.com

Word assistent en versterk mijn pgb-team! Hallo, Ik ben Joyce, een vlotte creatieve buurtgenoot die op zoek is naar een hulp die mij kan assisteren bij het opstaan (wassen, aankleden etc.) in het weekend. Ervaring is niet nodig er komen geen verpleegkundige

Karin Veldkamp

Foto: Hans Hendriks



Een strijdbaar leven

Angelique Hummel voert al haar hele leven strijd tegen onrecht. Inmiddels is ze de zeventig gepasseerd en gaat ze aan de slag om haar drieluik over seksueel misbruik binnen het gezin te voltooien. Een portret van een krachtige vrouw.

"In 1980 startte ik met grafische vormgeving aan de Kunstacademie in Arnhem en in diezelfde periode was ik actief met protesteren, bezetten, kraken en zette ik mij in voor de vrouwenbeweging. Het waren me een tijden", vertelt ze met een verholten glimlach. "Ook runde ik samen met drie mannen drukkerij de Stempel. Via de Stempel kwam ik in contact met STUG videoproducties, en die vroegen mij om hun huisstijl te ontwerpen. Dat wilde ik natuurlijk wel en in het verlengde daarvan heb ik mijn eerste video, een animatiefilm, gemaakt. Op de academie had ik al les gehad in het maken van video's, dus het was mij niet geheel onbekend. Ik vond het een erg leuk medium om mee te werken. In die tijd ging dat overigens allemaal zonder computer, dat stond toen nog helemaal in de kinderschoenen."

Ongeloof de overhand

Angelique wilde wel meer doen met video en kwam eigenlijk vanzelf uit op een thema voor een productie. "Eind jaren zeventig en begin jaren tachtig kwam seksueel misbruik in het gezin nauwelijks naar buiten. Als maakster van de producties weet ik wel zo'n beetje uit eigen ervaring hoe het voelt als het wordt doodgezwegen - en mocht je er al iets over horen, dan ging dat vaak in een 'samenzweerderige' sfeer.

Op tv zag ik een reportage over een meisje dat misbruikt was. Jolanda heette ze. Haar probleem werd in een hoek gedrukt en afgedaan als verzinsels. Ik werd daar zo kwaad over en wilde er iets aan doen. Met een groepje vrouwen zijn we aan de slag gegaan en we kwamen in aanraking met diverse vrouwen die hun verhaal wilden vertellen. Via fondsen haalden we een flink bedrag binnen en konden we zelfs actrices inhuren die de verhalen van de vrouwen konden vertellen, maar die wilden toen ook anoniem in beeld omdat het schadelijk was voor hun reputatie. Dat wilden wij echter niet. Ze werden er immers voor betaald.

Het heeft vijf jaar geduurd voordat de productie klaar was. We hebben hem in samenwerking met STUG gemaakt. De pre-

mière was in Lux en werd ook aangeboden aan hulpverleners, bij wie het ongeloof vaak de overhand had, zelfs na het zien van de video."

Geen applaus

Angelique had 'de smaak' te pakken en er volgde een tweede video met als thema 'herstel', dit keer in samenwerking met Stichting ARP. Ook hiervoor kregen de vrouwen weer veel subsidie, waaronder van de nonnen. "In eerste instantie wilden ze niks geven, omdat ze net geld geschonken hadden aan prostituees. Ik was woedend en ben er meteen naar toe gegaan, want incest en prostitutie ligt in elkaars verlengde en dat heb ik daar verteld. Het geld kwam alsnog, blijkbaar zijn de dames aan het denken gezet."

Deze keer vond de première plaats in het Badhuis en was er hoog bezoek uit Suriname. "Mijn familie van mijn moeders kant is Surinaams. Mijn oom heeft ervoor gezorgd dat de minister van Buitenlandse Zaken uit Suriname erbij was. Want daar speelde het natuurlijk ook. Ook de vrouwen zelf en de nodige hulpverleners waren aanwezig. Wat mij echter zo tegenviel was dat er helemaal geen applaus was voor de vrouwen."

Ondersteunen in plaats van verwerpen

Angelique is de zeventig inmiddels gepasseerd, maar weet van geen ophouden. Haar gezondheid laat haar behoorlijk in de steek, maar toch wil ze nog een derde productie maken.

"Als het drieluik af is, is mijn leven niet zinloos geweest. Deze keer wil ik een produc-

tie over mannen en vrouwen die terugkijken op hun leven: hoe is hun levenspad gelopen ondanks of dankzij het misbruik? Mijn doel is dat nooit meer iemand zegt dat je dingen verzint of het dramatiseert. Ik wil ook dat mensen ophouden om de schuld bij de slachtoffers neer te leggen. Ik hoop echt dat familie en andere mensen rond misbruikte personen hen meer gaan ondersteunen in plaats van hen verwerpen, want dat laatste gebeurt nog steeds en daar snap ik niks van. Wat ik vooral niet begrijp, is dat moeders die weten dat hun kind wordt misbruikt, het goedpraten. Blijkbaar is het huwelijk belangrijker dan je kind. Of bisschoppen die de hand boven het hoofd wordt gehouden, ook zoiets. Dat kan er bij mij niet in", oreert Angelique zichtbaar boos.

Voor de derde productie heeft Angelique vier mensen benaderd en ze zijn nu een stichting aan het oprichten om geld te werven. Er is deze keer geen productiebedrijf waar ze mee samenwerken, dus moeten ze veel zelf doen. "Ik wil zelf graag de hoofdverantwoordelijke zijn als vormgever, maar gezien mijn gezondheid heb ik niet veel energie." Op mijn vraag of haar inzet heeft geholpen, haalt Angelique haar schouders op en zegt: "Geen idee. Eerlijk gezegd merk ik geen verandering met veertig jaar geleden, maar misschien ben ik er niet alert op."

65-plussers die mee willen werken aan de derde productie door terug te blikken op hun levenspad, kunnen dit mailen aan redactie@nijmegen-oost.nl. De redactie stuurt de mails door naar Angelique.

Angelique blikt terug via haar strijdbare foto's.



Señoritas Rosie y Coco, twee Mexicaanse vriendinnen



Tekst: Betsie Vermeulen
Foto: Marc van Kempen



Na schooltijd bel ik aan bij Marijn Hol. Zij is 11 jaar en woont in Oost, samen met vader Arnoud, moeder Jikke, hond Rosie en poes Coco. Lachend doet Marijn open en Rosie komt me kwispelend tegemoet. Coco wordt rap van boven gehaald, een pikzwarte dame. Voorzichtig snuffelt ze aan me en zoekt dan een plekje voor het raam. Marijn en ik nestelen ons op de heerlijk zachte bank in de woonkamer, met iets te drinken en koekjes. Daar luister ik naar Marijns verhaal. Haar ouders komen er af en toe bijzitten.

Als grote dierenliefhebbers wilde de familie hun huisdieren adopteren vanuit een asiel. Vader Arnoud had hier al ervaring mee. Zo konden ze kwetsbare dieren 'van de straat' een tweede kans geven. Moeder Jikke: "We komen voor ze op, ze zijn heel welkom bij ons. Fijne bijkomstigheid is dat deze dieren het allerliefst en zo dankbaar zijn. Eerst zochten we in Nederlandse asiels, maar vonden geen echte 'familiehond'. Maar toen keken we op de website van het Belgische asiel Sos el Arca."

Marijn vertelt blij dat ze daar al snel Rosie en later Coco vonden. "Ze woonden ver weg in een asiel in Mexico. Ook al hadden we ze nog niet in het echt gezien, we waren direct verliefd. Op Rosie, een zwerfhond en op Coco die als kitten - samen met haar broertjes en zusjes - in een vuilnisbak was gevonden. Terwijl ik luister kijk ik naar Rosie met haar prachtige bruingrijze vacht. Ze zit tegen mijn benen aan en ik geef haar af en toe de knuffel die ze vraagt. Marijn wijst me erop dat ze vooral naar de koekjes op het tafeltje voor me kijkt.

Van Mexico naar Nijmegen

Het adopteren van zo ver weg gaf natuurlijk extra werk. Sos el Arca zorgde voor het vervoer van de twee dames naar Europa en vooral dat ze gezond waren, dat er paspoorten kwamen, ze een chip kregen en de juiste vaccinaties. Dat klinkt streng, maar het is maar goed dat het zo

gaat, vooral voor de dieren. Veel beter dan zelf stiekem een puppie mee naar Nederland nemen, vindt moeder Jikke. Door corona was er eind 2020 geen vliegverkeer tussen Mexico en Nederland, maar wel naar Frankrijk. "Dus vlogen Rosie en Coco naar Parijs. Daar hebben mijn ouders ze met de auto opgehaald", vervolgt Marijn. "Ik bleef bij een vriendinnetje, maar heb ze natuurlijk vol spanning opgewacht. Het was een erg lange reis voor ze, helemaal voor Rosie die al twee jaar in het asiel had gezeten. Toen ze thuis aankwamen was het groot feest. Ze waren wel wat bang, maar door ze rustig te lokken met eten en speeltjes raakten ze steeds meer gewend.

*"Ook al hadden we ze
nog niet in het echt gezien,
we waren direct verliefd"*

Tenias que hablar Español?

Gelukkig kon de nieuwe opvoeding gewoon in onze taal. Moederpoes of moederhond kunnen ze niet meer worden. Hiervoor zijn ze geopereerd. Dat zie je bij Coco aan het hapje uit haar linkeroor. Bij Rosie zie je dat op haar buik." Heel behendig draait Marijn Rosie op haar rug. Op haar onderbuik zie ik een kruisje, het bewijs.

Spelen, hollen en lui zijn

De Mexicaanse dames zijn heel verschillend, vindt Marijn. "Coco is eigenwijs en best lui. Ze heeft verlatingsangst en sproeide soms als ze 's nachts lang alleen was. Daarom slaapt ze boven in de buurt van ons en heeft ze een veilig plekje met een eigen mandje. Nu doet ze dat sproeien gelukkig niet meer. Vaak wil ze 's nachts lekker buiten blijven. Als het niet te koud is, want daar houden Mexicanen niet van. Beneden is ze gemakkelijk, vaak ligt ze bij me op de bank of loopt ze achter me langs en gaat mijn

hoofd en haren zitten likken. Lief hè?! Spelen doet ze met doosjes, hoe kleiner hoe liever. Ze kruipt er helemaal in. Ook stoelt ze met lampensnoeren, maar dat is best gevaarlijk. Muizen en vogels vangt ze niet. Ziet ze vogels dan maakt ze wel een raar geluid, zo apart. Kikkers vangt ze wel. Toen de vijver van de achterburen weg ging, stikte het ervan in onze tuin. En Coco had reuze lol, steeds sprong ze achter de kikkers aan, ook in huis, tot het toilet aan toe. Gelukkig sprong de kikker niet in de toiletpot."

"Rosie is een gemakkelijke knuffelhond. Zij slaapt gewoon beneden. Het enige wat ze niet fijn vindt, is als je onverwachts dicht bij haar hoofd komt.

Overdag gaat ze met mijn vader mee naar kantoor. Iedereen daar vindt haar leuk. Bij sneeuw wordt ze helemaal gek, dan rent ze blij vele rondjes. Ondeugend is ze ook. Mijn moeder maakte een keer een pizza, maar moest even naar de burens. Toen ze terugkwam had Rosie die van het aanrecht gestolen en opgegeten. Daar zal ze toch wel misselijk van zijn geworden."

De twee zijn Mexicaanse vriendinnen. Vooral poes Coco is gek op hond Rosie. "Het liefst wil ze bij haar in de mand liggen, maar dat laat Rosie niet toe. Wanneer mijn moeder en ik Rosie uitlaten, loopt Coco altijd mee. Zelfs langs de drukke Appie. Raakt ze ons kwijt, dan mi-aauwt ze heel hard totdat ze ons weer ziet. Rosie en Coco horen gewoon bij elkaar."

Voor meer informatie over het Belgisch asiel: <https://www.vzwsoselarca.be>

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

Wij zijn weer open!
"Produzione proprio"
Van 't Santstraat 145
www.ghiani.nl



Ysveld Fysio
beter bewegen

**GRATIS CHECK
BIJ
YSVELD FYSIO**
Locatie
Fysiotherapeutisch
Instituut Nijmegen

Afspraak maken of meer info?
024-348 05 51
info@ysveldfysio.nl
www.ysveldfysio.nl/gratis-check/
Berg en Dalseweg 122A, 6522 BW Nijmegen

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

BEKIJK ONLINE
ONS ASSORTIMENT

WHEELS

www.wheelstweewielers.nl

Betrouwbaar | Kwaliteit | Service

**Autoservice
Kuijpers**

Lid van:

BOVAG

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

CAMPER-van MENES
CAMPERBOUW OP MAAT!
Daalsedwarsweg 18G, Nijmegen



Camperverhuur | Plaatsen en leveren
van hefdaken, luiken en ramen
06-24208370 www.campers.menes.nl



PANNENKOEKENRESTAURANT
De Duivelsberg

kijk op
duivelsberg.nl





In hartje Oost staat de toren van de voormalige Christus Koningkerk nog overeind; deze dient op dit moment als hoge plek voor enkele zendmasten. Deze masten werden in februari vervangen.

Foto:
Marc van Kemp

Op natuursafari door Hengstdal!

Nijmegen-Oost zit vol verborgen leven. Wil je ontdekken welke dieren en planten in de buurt leven? Op zaterdag 12 april kun je gratis mee op wijk safari door Hengstdal.



Tijdens de wijk safari maak je een wandeling langs natuurplekken in de buurt. Onder leiding van een natuurgids ga je op ontdekkingsstocht in de wereld van de biodiversiteit. Want wat leeft er allemaal op straat, rondom bomen, en in de tuinen? En wat kun je doen om de natuur in de stad een handje te helpen?

De wijk safari start om 10.00 uur en duurt ongeveer 1,5 uur. Deelname is gratis en voor iedereen. Wil je meedoen? Meld je aan! Er zijn een beperkt aantal plekken beschikbaar, dus wees er snel bij.

Kijk voor meer informatie en aanmelden op www.debastei.nl/wijksafari.

De wandelingen worden mede mogelijk gemaakt door: gemeente Nijmegen, Lentekracht, Soortenrijk, en de Bastei.



Kerken blijven Oekraïne steunen met actie voor hulpgoederen

De oorlog in Oekraïne duurt nu al drie jaar. Er wordt nog altijd zwaar gevochten en er sneuvelen dagelijks veel mensen aan beide kanten. Vrede is helaas nog niet in zicht. Opnieuw zamelen kerken nog tot 30 maart artikelen in waaraan men grote behoefte heeft. Denk aan lang houdbare voedingsmiddelen, babyartikelen, verbandmiddelen, drogisterijartikelen.

Antonius van Paduakerk. Groesbeekseweg 94 in Oost, elke zondag van 11 -12 uur en elke woensdag 14-16 uur.

U kunt ook geld overmaken: NL96INGB0000940356 tnv RK Parochie St Stefanus locatie Antonius van Padua o.v.v. Humanitarian Aid Ukraine (derde gelden actie).

"Als individu kun je heel weinig doen, maar hopelijk kunnen we samen het leed in Oekraïne een beetje verzachten."

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



Met 'n paar klikken en iDeal ben je klaar!

De Grote Nostalgieshow: samen herinneringen ophalen door oude tv fragmenten. Van Pipó tot songfestival. Geschikt voor privéfeesten, buurthuizen of verzorgingstehuizen. Kijk op www.muziquest.nl of bel Simone 06-15500129

Erven en Nalaten. Ondersteuning bij afwikkelen van een erfenis of voorbereiden van je nalatenschap. Sparren over (levens)testament, hulp bij administratieve zaken bij een erfenis, etc. annet@bojang.nl www.bojang.nl

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

uniek en waardevol document. Anna Bakker schrijft bewonersportretten voor deze Wijkkrant én, in opdracht, levensverhalen. 06-22363599 / levensverhalen.nu

Hoe gaat het met je goede voornemens? Ben je goed van start gegaan maar merk je dat afvallen niet alleen gaat over minder eten? Kom kennismaken en ik laat je zien waarom diëten niet werkt. Het gaat over regie nemen over je eigen eetgedrag. voedingscoachnijmegen.nl, Marian de Munk, 0618954443

Websitebouw. Bent u uw eigen bedrijf gestart of wilt u meer met uw hobby doen en heeft u nog geen website? Neem de stap naar pro-

fessionalisering en laten we eens vrijblijvend uw wensen door-nemen. marcvankempenfotografie.nl Uw website wordt zo gebouwd dat klanten u snel gaan vinden.

Workshop 'Stoppen met piekeren' Wil je stoppen met piekeren? Kom naar de workshop op 16 april, 19:00 - 21:00 uur, Groesbeekseweg 246b Nijmegen. Entree €57. Aanmelden via 0614047700/praktijk@inbalanstrainingenenadvies.nl

Deze **Wijkkrant** is vormgegeven door A-Formaat, grafische vormgeving voor papier. Tijdschrift, boek, krant laten maken? Redactiewerk? tonburgers@kpnmail.nl

Huisgenoot gezocht. Er komt binnenkort een kamer vrij in ons gezinshuis aan de St. Annastraat. Anke en Bart wonen samen met 5 volw. huisgenoten met 'n verstan-

Zakelijke advertenties

delijke beperking. 0622512165. [Facebook.com/abhuisnijmegen](https://www.facebook.com/abhuisnijmegen)

Tijdelijke huurwoning gezocht i.v.m. verbouwing van ons huis, vanaf 01/04. Voor 6 tot 9 maanden. 2 slaapkamers zou wenselijk zijn, voor de rest zijn we niet veeleisend. Telefoon: 0650593445.

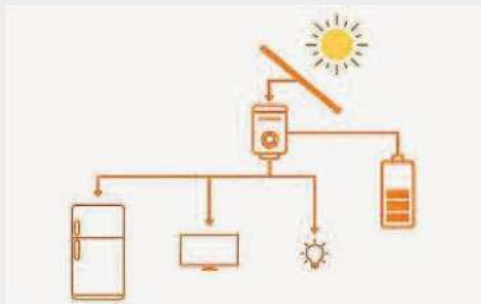
Hulp bij rekenproblemen en dyscalculie. Heeft jouw kind moeite met rekenen? Als ervaren remedial teacher help ik jouw kind graag verder. Kennismakingsgesprek is gratis. www.rekenmaarvanyes.com info@rekenmaarvanyes.com. Telefoon: 0640471777

Informatieavond over Thuisbatterijen

18 maart 2025 van 20:00 tot 21:30 uur, Grote zaal Wijkcentrum Daalsehof.

Het Steunpunt Energietransitie organiseert in samenwerking met Duurzaam Altrade een informatieavond over thuisbatterijen. Thuisbatterijen zijn veelvuldig in het nieuws. Is het zinvol om een thuisbatterij aan te schaffen als je zonnepanelen hebt, en je wilt meer van je eigen zonnestroom gebruiken? Wat heb je aan een thuisbatterij als je een elektrische auto zo goedkoop

mogelijk wilt opladen? Draag je met een thuisbatterij bij aan netcongestie? Wat is



handelen op de onbalans-markt? Welke financiële aspecten spelen een rol rondom de thuisbatterij?

Marcel Budding van 100% Zonnig vertelt over de mogelijkheden en het gebruik van thuisbatterijen. Harold van Ganzenwinkel van de gemeente Nijmegen vertelt over de consequenties in positieve en negatieve zin van thuisbatterijen op netcongestie. Graag vooraf aanmelden, dit kan via de link op nijmegen-oost.nl/agenda/120320/2025-03-18/informatieavond-over-thuisbatterijen

Soft

Op mijn lagere school waren onderwijzers echt meesters. Ze patrouilleerden door de gangpaden van het klaslokaal met de Lange Liniaal. Voor overtredingen bestonden twee straffen: een klap met de platte kant voor de lichtere vergrijpen en slaag met de scherpe kant voor zwaardere delicten. Nu denkt u misschien dat ik antiek ben, maar dat is niet de reden van mijn traditionele opvoeding. Die ligt vooral aan de streek waar ik opgroeide, waar vernieuwing altijd tien of twintig jaar later doordringt dan in de rest van het land. De orthodoxe onderwijsmethodiek pantserde ons tegen de tegenslagen van het latere leven. Het was dan ook geen toeval dat, in die tijd, een groot deel van de mariniers en commandotroepen uit de Achterhoek kwam.

Maar tijden veranderen, en het laatste halfjaar veranderen de tijden wel erg snel. "Nederland zich moet voorbereiden op een groot militair conflict de komende vijf tot tien jaar," roept Defensie. Het ministerie bracht in

kaart wat er allemaal bij komt kijken als we de dienstplicht weer zouden invoeren. Conclusie: het leger is daar nog lang niet klaar voor. "Er zijn grote investeringen nodig in personeel en materiaal, zoals trainers, kazernes, wapens en munitie," aldus het rapport.

Ik moet daar hartelijk om lachen. Ze mochten willen dat wapens en munitie het grootste probleem zijn; die kun je gewoon kopen. Maar waar halen we onze dienstplichtigen vandaan? Noah, Boaz en Juniper op de stormbaan? Van snowflake tot frontsoldaat? Onze curlingkids zijn, in bubbelpastic, met auto of bakfiets naar opvang en school gebracht. Tot op het bot getest op ADHD, ADD, PDD-NOS, Asperger of hoogfunctionerend autisme, zodat de onderwijsbelasting individueel kan worden aangepast. Vervolgens op een elektrische fiets of fatbike richting middelbare school geduwd, met trackingsoftware op de smartphone in hun kontzak. Eenmaal klaar met de middelbare school blijft de wereld onveilig. Universiteit en hogeschool signaleren een nieuw fenomeen in de collegebanken: studenten



Tuk Melissen column

krijgen liever geen vraag meer in de klas. "Ze vinden het onprettig om in zo'n vervelende, spannende situatie geplaatst te worden want daar kunnen ze niet goed mee omgaan."

Mocht de dienstplicht worden ingevoerd, dan wens ik de instructeurs veel sterkte. Naast elke drill-sergeant staat dan verplicht een vertrouwenspersoon, die de rekruten kan ruggeleunen bij ongewenst gedrag zoals intimidatie, agressie, geweld of onredelijke werkdruk. Ik heb zojuist €3.139,95 overgemaakt voor de basisopleiding Vertrouwenspersoon. Over tien weken ben ik klaar en kan de dienstplicht wat mij betreft beginnen.

Laten we hopen dat het geen oorlog wordt.

Stip Oost

Over Belastingen, BSR en ander ongemak

Beste wijkgenoten,

Het is weer maart en sommige mensen denken dan niet aan de lammetjes in de wei maar voelen (een beetje) stress: de belastingen!

In het verleden kwam je er misschien zelf uit en vulde je het aanslagformulier in en stuurde dat samen met fotokopietjes van je jaaropgave en dergelijke naar het belastingkantoor.

Nu gaat het allemaal digitaal en dan moet je met Digid inloggen, je wachtwoorden nog weten en ook nog alles online kunnen vinden.

Gelukkig kun je bij Stip al jaren terecht voor je belastingaangifte. We kunnen daarvoor een afspraak voor je maken met de belastingadviseurs van Stip Oud-West. Dit jaar werken er ook twee adviseurs op de locatie van Stip Oost. Zodat we hier op onze locatie in Oost ook een aantal cliënten kunnen helpen met het invullen van hun aangifte.



Openingstijden Informatie & Advies Stip Oost

PH7: Prins Hendrikstraat 7
ingang aan de zijkant

Maandag: 13.30 -16.00 uur

Woensdag: 9.30 -12.00 uur

Donderdag: 13.30 -16.00 uur

Of bel de **Stiplijn: 024-3502000**



Als je hulp nodig hebt met het invullen van je aangifte en je het inhuren van een adviseur niet kunt veroorloven ben je welkom bij Stip Oost.

Heb je nog geen Digid? Geen zorgen, daar helpen we je ook mee.

Nu we het toch over de belastingen hebben; de BSR is er weer! BSR staat voor BelastingSamenwerking Rivierenland en zorgt voor het heffen en invorderen van gemeentelijke- en waterschapsbelastingen.

Heb je een laag inkomen en wil je voor deze belasting kwijtschelding aanvragen, dan kunnen we je daar mee helpen. Over

wat de voorwaarden zijn en wat je allemaal moet meenemen naar Stip hebben we voor het gemak een stukje geplaatst op onze Facebook-pagina. Of bel met de Stiplijn.

Facebook.com/StipNijmegenOost

*Met hartelijke groet,
Het team van Stip Oost*

Wijknieuws

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

Lente voor vrouwenkoor Chablis



Op zondag 13 april geeft Vrouwenkoor Chablis, dat repeteert in de Ark van Oost, een matinee voorstelling in de Kapel Onder de Bogen in het hart van Park Dekkerswald, Parklaan 273 in Groesbeek. Het concert begint om 15 uur. Het programma heeft de titel 'Welcome the Spring'. Een breed scala van Britse componisten (van eind 19e eeuw tot heden) en een Fin vertellen over bloemen, kleuren, vogels, natuurschilderingen en zeetaferelen. Vrouwenkoor Chablis is opgericht in 2012 en staat sinds enige tijd onder de bevoegde leiding van Miriam Westgeest. Zij weet als geen ander de koorleden te inspireren en uit te dagen ook nieuwe paden in te slaan. Het koor wordt in een aantal werken op piano begeleid

door de bekende pianiste Kate Roberts.

De zaal is open vanaf 14.30 uur. De toegangsprijs voor het concert is €15 (incl. een consumptie) voor volwassenen en gratis voor kinderen tot 16 jaar. Aanmelding en betaling door overmaking tnv PMJ Aerts op NL58RAB00157848760 o.v.v. Chablis en vermelding van achternaam/namen.

'Drie Schilders rond 1900', een Ark-expositie van Phil Poffé



Phil Poffé heeft zich laten inspireren door drie schilders rond 1900, Cézanne, Matisse en Mondriaan. Het zijn eigenlijk drie afzonderlijke expo's die speciaal voor deze gelegenheid bij elkaar gezet zijn. Deze

meesterwerken heeft Poffé niet gekopieerd, maar allerlei versies bedacht, figuratief en abstract. **De Ark van Oost, Cipresstraat 154, Nijmegen-Oost: 4 april – 2 mei.**



't Ploegkeldertje

de mooiste raambekleding op maat

Van Broeckhuysenstraat 2-6 6511 PG Nijmegen
Tel. 024 - 32 393 00 www.ploegkeldertje.nl



Soap Studio FIORI



"Mijn naam is Susanne Steinberg, oprichter en eigenaar van Soap Studio Fiori. Ik maak prachtige, unieke handgemaakte zepen in verschillende geuren en kleuren voor handen, lichaam, gezicht en scheren, plus natuurlijke, veganistische shampoo- en conditionerbars, deodorantcrèmes en lip- en bodybalms. Alle producten zijn dierproefvrij, bevatten geen palmolie en zijn milieuvriendelijk. Gemaakt in Nijmegen volgens mijn eigen beproefde recepten met hoogwaardige ingrediënten - perfect voor dagelijks gebruik of als een attent cadeau."

Ontdek onze producten online op: www.soapstudiofiori.com

Ook verkrijgbaar in Nijmegen bij "Ieder Z'n Vak" op de Lange Hezelstraat.



Products may contain traces of bliss!









Oeps.. foutje!

Dit zijn de gft-containers missers



Kattengrid



&

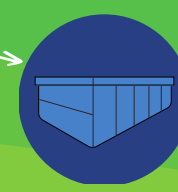
Uitwerpselen van dieren



Restafval



Hout



Grof afval



www.dar.nl/gft








Karin Veldkamp
Foto: Bas Timmen



Samenleven in Nijmegen-Oost

Op 20 februari kwamen inwoners, gemeente en diverse maatschappelijke organisaties in de Ark bij elkaar om door te praten over de aanpak van mogelijkheden en uitdagingen voor Nijmegen-Oost.

Hoewel veel mensen tevreden zijn over het samenleven en wonen in Oost, is er ook het besef dat er wel knelpunten zijn en zeker ook mogelijkheden om het leven en wonen (nog) fijner en prettiger te maken, bijvoorbeeld door ontmoetingsplekken te creëren, eenzaamheid aan te pakken en meer bewoners te betrekken bij de wijk.

Hoe? Dat stond centraal op 20 februari. In de grote zaal van de Ark van Oost stonden drie grote tafels opgesteld waar iedereen plaatsnam en genoot van een, voor mij niet te definiëren maar wel lekker soepje, en broodjes naar keuze. Na deze informele kennismaking en met een gevulde maag, zitten de pakweg 25 mensen klaar voor de aftrap van de avond, die start met een korte terugblik op de inwonersbijeenkomst van november jl. Daar kwamen drie thema's naar voren: samenleven in de buurt, voel je goed en fijn wonen. Bea de Ruijter legt aan inwoners het doel van de avond en het belang voor een sterke sociale basis uit; een infrastructuur van sociale verbanden (buurtgroepen en verenigingen) aangevuld en ondersteund vanuit lokale overheid en maatschappelijke organisaties.

Aan de slag!

De drie subgroepen kregen de opdracht om plannen te maken, gekoppeld aan het door hen gekozen thema en ze moesten zoeken naar mogelijkheden om meer bewoners te betrekken voor input. Bij dat laatste kun je bijvoorbeeld denken aan een keer meelopen met een wandelclubje. Op het eind van de avond werden de ideeën van de werkgroepen teruggekoppeld en die gaan nu op korte termijn van start met een projectplan, waar ze op eigen wijze invulling aan kunnen geven. En dat kan van alles zijn. Ter sprake kwam onder andere 'huiskamer(s) van de wijk'. De volgende plenaire bijeenkomst vindt medio mei plaats, de werkgroepen presenteren dan hun plannen, waarna er een keuze wordt gemaakt, getoetst op (financiële) haalbaarheid en met elkaar samengestelde criteria.



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 voor haptotherapie, seksuologische hulpverlening en relatietherapie.

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

VANNATURE

fair, biologisch, lokaal

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



**mét Gratis
Parkeer
Plaatsen**

Gerard Noodtstraat 135 - Nijmegen
mét Gratis parkeerplaatsen

www.VanNature-Nijmegen.nl

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
- Snel service voor accu's, banden en uitlaten tegen zeer scherpe prijzen
- Autoruiten vervangen of repareren
- Verkoop van occasions



Pontanusstraat 46-48
6524 HG Nijmegen

T: 024-3234448
F: 024-3601609

Openingstijden:
ma t/m vr: 08.00-17.00

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

Hoe zien nieuwkomers onze stad? *'Verhaal aan de Waal'*

Bureau Wijland organiseert een serie verhalenvertelavonden onder de titel 'Verhaal aan de Waal'. De voorstelling staat onder andere in de Lutherse Kerk op de hoek van de Prins Hendrikstraat en de Jacob Canisstraat. 'Verhaal aan de Waal' is een multidisciplinaire avond met bijdragen van vijftien vertellers, schrijvers, dichters, musici, dansers en beeldend kunstenaars die als nieuwkomer naar Nijmegen kwamen en inmiddels Nijmegenaar zijn geworden.

Tekst: René Pennock



Met de opdracht: 'Hoe zag je de Waal en de stad aan de Waal voor het eerst?' delen zij op het podium hun eerste indrukken van de stad en haar bewoners. Artistieke vergelijkingen met rivieren en steden in het land van herkomst krijgen een plek. Ondertussen werkt elke avond een andere beeldend kun-

stenaar aan een kunstwerk. De voorstellingen nodigen uit tot interactie en dialoog tussen het publiek en de makers. Daarvoor is later op de avond gelegenheid bij een nazit.

Om een divers publiek te bereiken staan de voorstellingen, behalve in Lutherse Kerk, ook in wijkcentra en in de Ontmoetingskerk in de Meijhorst. De première is in Lindenberg-Aldenhof, de laatste voorstelling is in de Lindenberg-Centrum. Producent Bureau Wijland wil met 'Verhaal aan de Waal' een kunstzinnig compliment geven aan Nijmegen en haar inwoners die diversiteit en inclusie als vanzelfsprekend omarmen. Bureau Wijland is een advies- en projectbureau dat staat voor duurzame verbinding van mensen en organisaties. Het is gehuisvest in PH7, de oude Sint Jorisschool op de Prins Hendrikstraat.

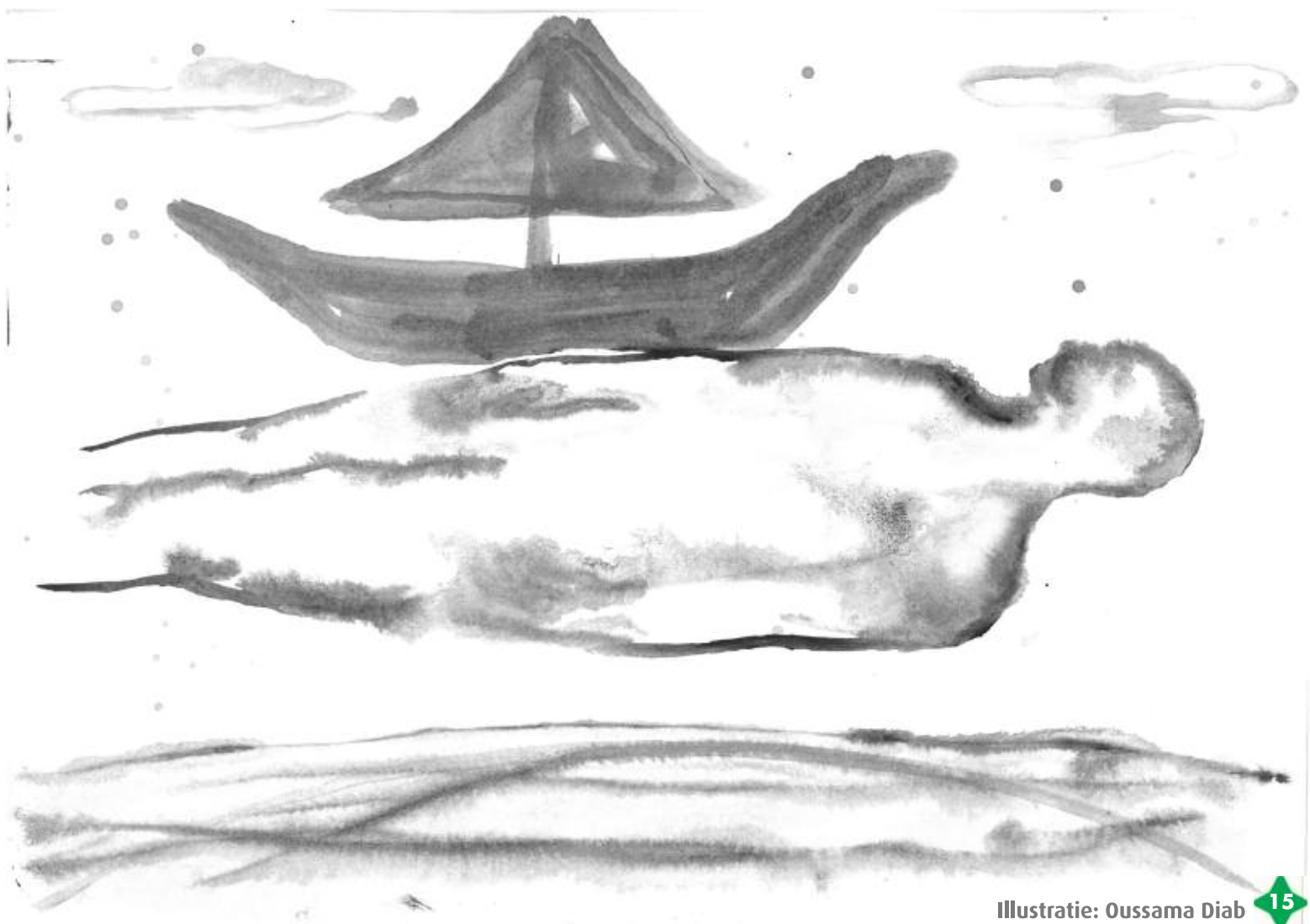
De voorstelling staat zondag 6 april in de Lutherse Kerk aan de Prins Hendrikstraat 70 en verder op de volgende podia:

- Zaterdag 5 april is de première in de Aldenhofzaal in Lindenberg-Aldenhof
- Maandag 7 april in de Ontmoetingskerk in de Meijhorst
- Dinsdag 8 april in Wijkcentrum De Biezantijn in het Waterkwartier
- Woensdag 9 april in Wijkcentrum Hatert
- Donderdag 10 april in Wijkcentrum Theater De Klif
- Zaterdag 12 april is de afsluiting in de Steigerzaal in Lindenberg-Centrum

De voorstellingen beginnen om 20.00 uur, kaarten kosten 10 euro.

De kaartverkoop voor de première in Lindenberg-Aldenhof en de laatste voorstelling in Lindenberg-Centrum loopt via delindenberg.com/theater.

De kaartverkoop voor de andere voorstellingen (ook dus die in de Lutherse kerk) via verhaal-aan-de-waal.weticket.io en via bureauwijland.nl





Met een beetje hulp langer zelfstandig.

Wilt u nog veel zelf ondernemen?

Wij ondersteunen u hierbij met praktische hulp en advies.
Voor 65-plussers in Nijmegen.

Neem gerust contact op:

Telefoon: 088 - 00 171 21

E-mail: ouderenwerk@sterker.nl

Website: www.sterkerouderenwerk.nl

Samen staan we Sterker

Richt uw woning mooier in met Wennekers Nijmegen



WENNEKERS
NIJMEGEN

Groenestraat 2A Nijmegen
(hoek St. Annastraat)

T: (024) 356 01 04

E: info@wennekers-nijmegen.nl

Gordijnen, zonwering, vloeren ...en meer

www.wennekers-nijmegen.nl

Conclusies evaluatie bekend over stilgelegd project

Kleinschalig warmtenet in de Bomenbuurt-Oost

De afgelopen jaren werkten bewoners van de Bomenbuurt-Oost, burgerinitiatief Duurzaam Hengstdal, initiatiefgroep Pegasus, de gemeente Nijmegen, Alliander en woningcorporatie Woonwaarts aan een onderzoek naar een kleinschalig warmtenet met een grote buurtwarmtepomp. Dit systeem heet een Buurt Energie Systeem (BES).

De bedoeling was dat dit systeem van de bewoners zelf zou gaan worden, via een buurtcoöperatie. De buurt zou met een buurtenergiesysteem BES veel minder aardgas verbruiken voor de verwarming van hun huizen en warm water voor het douchen. Anderhalf jaar geleden kregen de plannen om verder te gaan met het Buurt Energie Systeem (BES) niet genoeg steun. Het project kwam toen stil te liggen. Omdat alle betrokken partijen graag wilden weten hoe dat kwam, is het project afgelopen najaar geëvalueerd.

De resultaten van de evaluatie zijn nu bekend en te vinden op de website aardgasvrij.nijmegen.nl/bes.

Daarvan kunnen alle partijen leren in het vervolg.

Ga voor de evaluatie naar:
aardgasvrij.nijmegen.nl/bes
of scan de QR-code



Oude stad, nieuwe warmte

Nijmegen heeft tot doel dat alle inwoners in 2050 nieuwe warmte hebben, zonder aardgas. Wilt u weten welke stappen u het beste kunt zetten op weg naar nieuwe warmte? Kijk dan op

nijmegen.nl/warmtevisie2024.

Op de interactieve kaart en in de samenvatting, staat wat voor uw buurt het advies is.

Meer informatie, acties en advies op maat?

Kijk dan op nijmegen.nl/energieloket.



Nijmegen

Straatbeeld in Oost



Illustratie:
Rens de Vries

Kruispunt
Paulus Potterstraat,
Fortstraat en
Dommer van
Poldersveldtweg.



Wilt u
scherp *kijken*?
En wilt u er
goed uit *zien*?

Kom naar



*Dé opticien in uw buurt
met een persoonlijke
behandeling*

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

LAAT UW ROLLUIKEN WEER SOEPEL WERKEN MET EEN ONDERHOUDSBEURT

Heeft u problemen met een stroef rolluik? Met een grondige onderhoudsbeurt zorgen wij ervoor dat uw rolluik weer soepel functioneert. Wij reinigen, smeren en repareren uw rolluik.

Heeft u een versleten band of bandopwinder? Of overweegt u uw rolluiken om te bouwen naar een duurzame solar-oplossing?

Neem contact met ons op voor een vrijblijvende prijslijst en om een afspraak te maken. U kunt ons bereiken via telefoon of WhatsApp op 06 23 808 570. Meer informatie vindt u op onze website: wwhs.nl.

WORLDWIDE
Home Solutions

Adverteren in de Wijkkrant?

1. De Wijkkrant is het meest gelezen maandblad in Nijmegen-Oost. Maandelijks bereiken we zo'n 30.000 wijkbewoners. En meer dan 10.000 wijkbewoners bezoeken elke maand de wijkwebsite: www.nijmegen-oost.nl.

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



Schoenmakerij Tweehuysen **Erkend Gildemeester**



Voor al uw reparaties
en onderhoudsmiddelen

In de Betouwstraat 42 Nijmegen
Tel.: 024-3233160

www.schoenmakerijtweehuysen.com

Leve de VRIJWILLIGER in Oost!



Tekst: Marjon Spoorenberg
Foto: Marc van Kempen

Nijmegen-Oost herbergt veel mensen die zich vrijwillig inzetten; van het voetbalveld tot de luistertelefoon. De redactie is benieuwd naar hun motivatie, passie of is het zingeving? Deze maand is Wilma van Kempen uit Groenewoud aan de beurt. Wilma is vrijwilliger bij de afdeling thuisadministratie van vrijwilligersorganisatie Humanitas Nijmegen.

Bij de thuisadministratie ondersteunen ze mensen bij het op orde krijgen van hun financiële situatie. Je moet dan denken aan het ordenen en bijhouden van de administratie, afspraken maken met de schuldhulpverlening, met de belastingdienst, banken en gemeentelijke instanties. De mensen worden maximaal een jaar lang begeleid tot ze het zelf kunnen. "Geen gesprekken op kantoor, maar we gaan naar de mensen thuis, als het kan op de fiets", opent Wilma het gesprek.

Wanneer ben je begonnen met dit vrijwilligerswerk?

"drie à vier jaar geleden ben ik met vervroegd pensioen gegaan. Ik had veel tijd over en omdat ik een financiële achtergrond heb, wilde ik met die ervaring iets gaan doen. Ik wilde ook graag iets betekenen voor andere mensen. Zo kwam ik uit bij de thuisadministratie van Humanitas."

Wat voor taken heb je bij Humanitas?

"Ik ben begonnen als uitvoerend vrijwilliger, nu ben ik coördinerend vrijwilliger. Een coördinator is het aanspreekpunt voor de uitvoerende vrijwilligers. Ik werk in een team van vier coördinatoren. De hulpvragen komen bij mij binnen via de mail of per telefoon, ik bekijk of Humanitas iets voor de betreffende persoon kan betekenen en anders verwijs ik door. Als de vraag op ons werkteerrein ligt, ga ik op huisbezoek en heb een intakegesprek. Wat voor hulp is er precies nodig? Vervolgens zoek ik daar een vrijwilliger bij en ga met de vrijwilliger weer naar de hulpvrager om te kijken of er een goede match is. Meestal is dat het geval en anders zoek ik er een andere vrijwilliger bij. Daarnaast organiseer ik vrijwilligersavonden en onderhoud ik contact met buurtteams en hulpverleningsinstanties."

Wat is het verschil met betaald werk? "Het verschil zit hem in flexibiliteit; in mijn betaalde baan was ik gebonden aan vaste werktijden. Nu kan ik mijn tijd zelf indelen. Ik werk veel thuis en het maakt niet uit wanneer ik mijn mails beantwoord. Dat geeft een gevoel van vrijheid. Je ervaart minder stress."

Wat voor kwaliteiten heb je nodig voor dit werk? "Je moet empathisch zijn, je in kunnen leven in mensen, een luisterend oor bieden en een vertrouwensband opbouwen. Daarnaast moet je over coachende eigenschappen beschikken en structuur aan kunnen brengen."

Wat vind je leuk aan dit werk? "Het contact met verschillende soorten mensen vind ik erg interessant. Je komt bij allerlei mensen over de vloer, je komt uit je eigen bubbel, het opent je ogen. Niet iedereen heeft het even goed als jij."

Terugkoppeling van een verwijzer die een bewoner had doorverwezen naar Humanitas: "De begeleiding vanuit Humanitas is afgerond en de bewoner is heel tevreden. Hij vertelde dat hij niet had gedacht zelfstandig zijn administratie te kunnen gaan runnen. Hoe mooi... dat dit met de inzet van de vrijwilliger gelukt is, wat een prachtig werk verrichten jullie, de mens in zijn kracht zetten!"

Contact: www.humanitas.nl/nijmegen-eo



PERSONAL TRAINING

HEB JIJ OOK EEN STOK
ACHTER DE DEUR NODIG?



DOE JE MEE?!

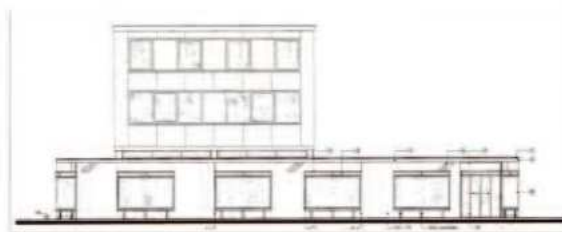
- STERKER WORDEN
- AFVALLEN
- BETERE CONDITIE
- MEER ENERGIE
- MINDER STRESS

Interesse?

Stuur een bericht naar
Imre (06-30571795) en kijk
op www.imnovation.nu
wat er mogelijk is.
Proeftraining GRATIS

Imnovation | Waldeck Pyramontsingel 12 | Nijmegen

TP JP TANDARTSENPRAKTIJK
J. PEIJS



ARCHIPELSTRAAT 21 NIJMEGEN

Bent u op zoek naar een goede tandarts bij u in de buurt?

Tandartspraktijk J. Peijs bestaat sinds 2009.
In 2020 is de praktijk verhuisd van de Oranjesingel 61
naar de Archipelstraat 21.

De patiënt staat bij ons op de eerste plaats;
een persoonlijke benadering is dan ook vanzelfsprekend.
De praktijk is uitgerust met de modernste technieken.
Belangrijk om te weten: de praktijk is rolstoeltoegankelijk.

U bent van harte welkom!

www.tpjp.nl

024-3220296



Klopper & Kramer
Uitvaartcentrum Oud-Mariënboom

Wij dragen u op handen

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

Zó wordt een uitvaart persoonlijk en bijzonder.



Groesbeekseweg 424 Nijmegen

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

Wat vind jij?

Hoe kan de wijkwebsite nóg beter?

Naast de Wijkkrant is onze wijkwebsite Nijmegen-Oost.nl een belangrijke plek om mensen in onze wijk met elkaar te verbinden. We streven ernaar om de site zo gebruiksvriendelijk mogelijk te maken voor iedereen.

Als redactie zijn we benieuwd naar jouw ervaring met Nijmegen-Oost.nl! Waar loop je tegenaan? Wat kan handiger of duidelijker? Of wat waardeer je juist? Jouw mening is goud waard. Daarom hebben we een korte vragenlijst opgesteld, zodat je vrijblijvend en anoniem jouw mening over Nijmegen-Oost.nl kan delen. Deze bevat maar 5 vragen en je hoeft niet alles in te vullen – alle feedback is welkom! Klik op de volgende link om de vragenlijst in te vullen:
<https://nijmegen-oost.nl/vragenlijst>

Alvast enorm bedankt voor je tijd en hulp!



Klein groen, groot geluk

Deze rubriek gaat over groene initiatieven van wijkbewoners. Kleine projecten, die met elkaar toch bijdragen aan de biodiversiteit van de stad. Ik heb al aanmeldingen voor vier groene projecten, maar schroom niet als je ook iets moois weet: kor.goutbeek@gmail.com.



Tekst & foto: Kor Goutbeek

Op een zonovergoten middag wandel ik met Marij Smits en Ingrid van Geffen over het Bandoengplantsoen. De doodlopende Bandoengstraat, een zijstraat van de Archipelstraat, komt uit op dit plantsoen. Die straat wordt omzoomd door grote nieuwbouwwoningen in een klassieke stijl, met veel variatie in de gevels. Marij en Ingrid zijn omwonenden en lid van de Klooster-

Het Bandoengplantsoen

tuingroep, die zich ontfermt over het plantsoen. “We houden onderling contact via de buurtapp, waar iedereen in zit. Zes jaar geleden werden deze woningen opgeleverd”, vertelt Marij: “In het begin was deze plek nog een trieste bedoening, het pad raakte overwoekerd, een aangeplante berk ging dood, er was alleen veel gras. Via MijnWijkplan hebben we voorstellen gedaan. Het eerste idee behelsde houten picknicktafels die nu dienen voor ontmoeting, knutselen, een boterham, drankje of taartje. Ook wilden we meer bomen en twee jaar geleden werden een zomereik, robinia, honingboom en esdoorn aangeplant. De grote Noorse esdoorn die hier al stond is deels afgetakeld en telt de nodige dode takken.”

Er worden nu pogingen gedaan om de boom te redden door het verbeteren van de grond en bewatering van de wortels. En dood hout trekt weer eigen flora en fauna aan, zoals spechten. De variatie aan boom-

soorten kan voor meer biodiversiteit zorgen, maar ook het veranderde maairegime. “Eerst werd al het gras elke maand gemaaid”, vertelt Ingrid: “Nu worden de randen nog maar twee keer per jaar gemaaid”. Dat zorgt weer voor meer bloemen en daarmee bijen, vlinders en andere nectarliefhebbers. Marij: “Dit komt door de groenbeheerder van het wijkteam, Maarten de Kam, die goed meedenkt. We hopen op nog twee of drie grotere bomen voor het komende plantseizoen. Al is daar geen financiering meer voor in het kader van MijnWijkplan.”

Ingrid van Geffen vult aan: “Maar menig Kloostertuinlid wil daarvoor ook wel zelf de portemonnee trekken. We hebben nu al een zomereik en een robinia. Stel je voor: twee robinia's en twee zomereiken geplaatst in symmetrie, zou dat niet een mooie oplossing zijn? Esthetisch en ecologisch de moeite waard, toch. Het kan hier heel mooi worden”.



Een jaar later

Een rubriek in de Wijkkrant waarin Gottfried Erdtsieck, samen met fotograaf Marc van Kempen, onderzoekt wat er een jaar na een oproep in de Wijkkrant en op nijmegen-oost.nl is gebeurd.

Flyers

Nina en Yousara



Tekst: Gottfried Erdtsieck
Foto: Marc van Kempen

Uit de wijkkrantrubriek 'Prikbordadvertenties' van een jaar geleden: "Gezocht: een jongere (13-18 jr) die 4 x per jaar flyers tegen vergoeding van 'Acteerlessen Nijmegen' op goedgekeurde plekken (cafés, bibliotheek, etc.) wil neerleggen. www.acteerlessennijmegen.nl"

We weten allemaal dat het doel van de Wijkkrant o.a. is om bewoners te verbinden en ons blad vormt natuurlijk een graag gelezen communicatiekanaal in onze prachtige wijk. Over verbinding gesproken, wat is dan een jaar later de 'opbrengst' van zo'n verzoekje?

In een stijlvolle theaterzaal in Nijmegen-Oost, voorheen de vrijmetselaarsloge (en dáárvoor 'Het Steigertheater') aan de Fortstraat, spreek ik met Nina Jilesen (35) over haar acteurschool 'Acteerlessen Nijmegen'. Zij is twaalf jaar geleden afgestudeerd aan de Academie voor Theater in Tilburg als actrice, én als docent theater. Na haar afstuderen kwam ze terecht in de wereld waar je met audities en 'casten' moet concurreren om die ene plaats in een theater- of filmproductie te verwerven.

Nina: "Ik wilde niet afwachten, wanneer krijg ik nou een rolletje? Dan ben je onder de pannen voor één productie en dan begint het weer opnieuw. Ik heb ondernemersbloed, dus ik ben in Nijmegen - ik kom uit Boxmeer, maar Nijmegen is mijn stad! - op zoek gegaan naar een geschikte ruimte, maakte een website, heb flyers (!) laten drukken en kreeg al snel mijn eerste cursusgroep bij 'Acteerlessen Nijmegen'. Nou, dat is gegroeid. Ik werk nu samen met enkele acteercoaches, allemaal academisch geschoold, met wie ik verschillende groepen draai. Totaal zo'n tachtig cursisten per seizoen. Leuke, fijne groepen. We werken met

heel gemengde groepen, in leeftijd, en in vaardigheden. We hebben cursisten die toeneel en acteren als hobby zien: wie wil nou niet goed worden in zijn hobby? Maar ook groepen van semi-professionals die nog meer inhoud aan hun acteerprestatie willen geven, bijvoorbeeld voor een aanstaande auditie. Daarnaast bied ik training in 'presenteren' aan. Individueel, maar ook aan groepen werknemers van één organisatie: hoe sta je voor de groep of de camera, hoe is jouw non-verbale communicatie? Dat is wel anders dan acteren, maar het heeft natuurlijk ook veel raakvlakken: hoe kun je boeiend en krachtig je verhaal overbrengen en houd je je publiek erbij."

Als ik een opmerking maak over de sfeervolle ruimte, dan moet Nina met spijt bekennen dat ze met zakelijke beslommeringen zit: ze moet op korte termijn uit dit pand. Het gaat verbouwd worden en zal een andere bestemming krijgen. Dus Nina is druk bezig om, liefst in Nijmegen-Oost, een andere zaal te vinden. Ze is in onderhandeling over een andere ruimte en "trekt de champagne open" als die door zou kunnen gaan. Want wat doet een actrice zonder podium?

Yousra

Ondertussen komt Yousra Leijdekker (14) binnen. Ze heeft, getipt door haar ouders, op de advertentie gereageerd en brengt nu al een jaar met regelmaat flyers van Nina's acteurschool op ongeveer veertig plekken in de stad rond. Met nog een bijbaantje als vakkenvuller is dit werk een mooie aanvulling op haar zakgeld, want ze is druk aan het sparen voor een iPhone. Yousra zit in 3 havo op het Montessori College, ("Ja, een leuke school!") en ik leer Yousra al snel kennen als een meisje dat

vrijuit praat en vastbesloten is om veel van de wereld te zien. Met een uitwisseling van school is ze anderhalf jaar geleden al in Mexico geweest en in april a.s. is ze in het kader van deze uitwisseling voor een week gastgezin voor Gabriëlle, een scholier uit Marokko. Via de app heeft ze al regelmatig voorpret met haar nieuwe vriendin voor wie het de eerste keer is dat ze naar Nederland komt.

In de zomervakantie staat de volgende reis op stapel: drie weken naar India! Alsof de uitwisselingen met school nog niet genoeg zijn, heeft ze zich aangemeld bij de jongerenorganisatie 'Global Exploration', een stichting die zich als doel stelt om jongeren over de hele wereld met elkaar in contact te brengen. Het is duidelijk: daar heeft Yousra wel oren naar!

Boksen

Als ik vraag of ze ook nog een sport beoefent, steekt Yousra enthousiast van wal: "Ik heb eerder op turnen en atletiek gezeten, maar dat vond ik toch niet zo leuk. Toen heb ik om mij heen gekeken, en kwam ik bij boksen uit. Ik ben al vijf jaar lid van 'De Boksfabriek'. We hebben een mooie ruimte in de Vasim, en twee keer per week, op dinsdagavond en vrijdagmiddag, trainen we. Het is heel leuk, veel met elkaar sparren en trainen. Ik heb ook al twee keer een wedstrijd gehad. Maar het is nu vooral goed met elkaar leren sparren. Allemaal met strikte regels: niet onder de gordel slaan of op het hoofd. We spelen altijd met een hoofdkap. Ik moet nu vooral werken aan mijn conditie, die moet beter worden.", vult ze nog aan. Nina en Yousra, iedere met hun eigen 'performance' op het podium, gaan na de foto weer hun eigen weg, totdat een nieuwe stapel flyers voor Yousra klaar ligt...

Vrijmetselarij? Wat is dat nou wérkelijk, naast al die verhalen?

Vrijmetselaars? Wat is dat nou werkelijk? Ja, ik heb wel een beeld: rare verhalen vooral. Mistig en geheimzinnig, oude mannen in pakken met tielantijnen. Maar wat is het nou werkelijk?

Ingezonden door Henny Gunther

Eigenlijk zijn er twee dingen, die de essentie weergeven:

1. We houden presentaties voor elkaar, over tal van mogelijke onderwerpen, meestal filosofisch of humanistisch van aard. Het kan ook een tekst van Rammstein zijn. Daarna gaan we daarover in gesprek, volgens een bepaalde vorm. Het belangrijkste daarbij is: vooral navragen, verduidelijken, nieuwsgierig zijn. Niet de ander gaan overtuigen, niet je mening doordrukken.

2. We gebruiken symbolen om de complexe wereld om ons heen te kunnen duiden met handvatten en beelden. Die ontleen we aan de wereld van het gilde van vroeger: de hogere ambachtslieden die van stenen



uit de groeve kathedralen bouwen. Je bewerkt de ruwe onbewerkte steen die je bent tot een beter en ontwikkeld mens, die samen met anderen iets hogers als een symbolische kathedraal kan vormen. Daarnaast gebruiken we rituelen: stel dat je voor, zoals een huwelijk of oudejaarsavond ook rituelen zijn, om samen iets daarbij te voelen.

We zijn ongeveer 40 actieve leden, tussen de 25 en 85 jaar, de meerderheid 40 à 50 jaar. Ons logegebouw is aan de Fortstraat 7 in Nijmegen-Oost (ook te huur voor bijeenkomsten). Mistig en geheimzinnig? Het is vooral oude beeldvorming; je kunt bijna alles vinden op internet. Leg eens contact, kom eens babbelen, en ontdekken wie en wat wij werkelijk zijn.

Zie ook sintlodewijk.nl.



Haarbalans Grey beleving

Ben jij het ook zat om steeds je grijze uitgroei te moeten laten kleuren?

Wil jij ook graag een mooie blending met je grijze haren?

Is je antwoord een JA, maak dan kennis met deze kleurbeleving Grey Blending behandeling.

Kapsalon Haarbalans
Kweldam 17 | 6678 DK |
Oosterhout (gld)
06-81034746
www.haarbalans.nl



BAZUIN ZONWERING

ADVIES OP MAAT: 024-3541413

Scherpste in prijs voor kwaliteit!

Showroom:
Nijmeegsebaan 88b, Heilig Landstichting
Op afspraak van te voren bellen of mailen
info@bazuinzonwering.nl
www.bazuinzonwering.nl

Rob Bazuin
06 - 2297 9931

- Rolluiken
- Zonneschermen
- Zip-screens
- Markiezen
- Jaloezieën
- Lamellen
- Rolgordijnen
- Shutters
- Plissees
- Horren
- Terrasoverkapping



DUURZAAM hengstdal

voor de buurt, door de buurt

Zoek je Zinvol en uitdagend vrijwilligerswerk?

Duurzaam Hengstdal zoekt een mede-coördinator voor 2 tot 4 uur per week.

- Je werkt samen met de huidige coördinator
- Je onderhoudt contact met gemeente, buurt en andere duurzaamheidsgroepen
- Je ondersteunt diensten die anderen uitvoeren, zoals warmtescan en nieuwsbrief
- Je draait mee in het team van het wekelijkse spreekuur
- Je kunt zelf verder invulling geven aan deze functie

Voor meer informatie, bel met
Noël Spauwen: 06 53642880
www.duurzaamhengstdal.nl

Praktijk voor Systeem / EFT relatietherapie

Ervaar je onbegrip, irritatie en/of zwijgen in de relatie? Zijn jullie vastgelopen en weet je niet hoe je elkaar weer kunt bereiken? Dan kan systeemtherapie helpen.

- * liefdesrelaties
- * familierelaties
- * vriendschappen

Website: www.sasjagradussen.nl
Telefoon: 06-21603472
Groesbeeksedwarsweg 88




Mijn naam is Emile Visser en ik ben een zelfstandig meubelmaker in Nijmegen. Met mijn bedrijf **Studio Visser** maak ik unieke maatwerk meubels die jouw woning een eigen karakter geven.

Of het nou boekenkasten, wasmachine-kasten, tafels of blind opgehangen schappen zijn, bij **Studio Visser** ben je aan het juiste adres. Neem contact op voor meer informatie (06-51581905) of kijk op www.studiovisser.nl.




wenz uitvaart



voor een passend afscheid
Sabine van Andel

wenz-uitvaart.nl 06 - 46 95 19 39

Nijmegen-Oost barst van de kleine zelfstandigen. Elke maand stellen we aan een van hen vijf vragen. Deze keer gaan we in gesprek met huisschilder Frans Louwers.

Hoe ben je begonnen als kleine ondernemer? "Ik ben 27 jaar geleden, met een compagnon, voor mezelf begonnen met een IT-bedrijf netwerkbeheer. Tussendoor schilderden we wel eens samen een huis. Ik ben langzamerhand overstapt naar professioneel schilder. Dat begon toen we samen, op mijn toenmalige woonadres, met alle huisgenoten het huis moesten schilderen. Iedereen riep 'enthousiast' dat gaan we doen, maar puntje bij paaltje hebben we met twee mensen, onder begeleiding van een professionele schilder, het hele huis geschilderd, terwijl ik er zelf ondertussen niet meer woonde. Ik leerde toen de kneepjes van het vak en dat vond ik leuk."

Wat was je drive om de stap naar huisschilder te maken? "Het IT-werk werd steeds minder, ik ging de pabo doen, maar moest ook stage lopen waardoor ik te weinig inkomen had. Ik ben me toen volledig gaan richten op schilderen en ben inmiddels achttien jaar professioneel schilder voor zowel binnen- als buitenwerk. Ik ben echter geen typische bouwvakker", komt er meteen achteraan. "Ik sta niet om 08.00 uur aan de deur en daar zijn de meeste klanten blij mee."

Hoe is je relatie met je klanten? "Ik wil niet het onderste uit de kan halen, omdat ik mensen in de ogen wil blijven kijken. De relatie staat voor mij altijd bovenaan. Mede daardoor heb ik een leuke klantenkring opgebouwd. Zo heb ik een paar huizen verderop een gezellig gezin met drie kinderen en via hen kom ik dan weer bij ma of oma terecht, waar wellicht weer een opdracht uit komt."

Heb je een opleiding gevolgd of het in de praktijk geleerd? "Schilderen is een vaardigheid waar je wel een beetje talent voor moet hebben, maar het is vooral een kwestie van doen en doen. Er zijn opleidingen, ik heb diverse cursussen gevolgd, bijvoorbeeld over het verschil in behandeling van oud of nieuw hout. Het is dan leuk om het daarna weer toe passen."

Wat geeft je voldoening? "Wat het mooi maakt, is dat er altijd een eind aan zit. Op een gegeven moment is het gewoon af en ik breng graag vaardigheden over. Soms werk ik met mensen of de klant zelf samen en dan kan ik dat toepassen. Misschien dat ik in de toekomst stagiairs onder mijn hoede neem of wie weet ga ook ooit nog lesgeven. Het leukste aan dit werk is toch het contact met de mensen en dat ik altijd weer nieuwe dingen leer door te doen, maar ook door cursussen te volgen. En ik ben vaak ook wel trots op mijn werk. Als ik bij vrienden heb geschilderd en ik ben daar op bezoek, dan denk ik: het ziet er goed uit en dan realiseer ik me dat ik het zelf heb geschilderd", komt er lachend achteraan. "Ik heb inmiddels ook geleerd dat ik een vaste hand van schilderen heb en dat is wel een beetje mijn beroepseer", voegt Frans nog toe bij het afscheid in de deuropening.

info@schilderfrans.nl

Tekst: Karin Veldkamp.
Foto: Hans Hendriks



Wijknieuws

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

Bingo! Nijmegen weer in beeld



Hoewel in de komende filmvoorstelling van Nijmegen In Beeld het bingspel zelf niet gespeeld gaat worden, proberen men u wel in bingo-sferen te brengen. "En we sluiten het programma af met een film van een echte Nijmeegse BINGO met bekend presentator. Nog meer vrolijkheid kunt u in het filmprogramma verwachten, bijvoorbeeld de kermis, Sinterklaas, midgetgolf en sneeuwpret. Maar ook aan serieuzer zaken wordt aandacht besteed. Al met al wordt het weer een gevarieerd programma. Ons jaarlijkse filmprogramma is dit jaar op dinsdag 25 maart. Als gebruikelijk zijn er twee voorstellingen in de grote zaal van Concertgebouw De Vereniging, een om 14.00 uur en een om 20.00 uur. De voorstellingen duren ruim twee uur. Kaartjes kopen of voor donateurs gratis afhalen in het Infocentrum WO2, Ridderstraat 27 (ma. t/m za. 10-17u. Digitaal zijn kaartjes (12 euro) te koop via de website van De Vereniging. Bezoekers met een rolstoel wordt gevraagd dat aan te geven bij het afhalen, zodat voor hen plaatsen in de zaal kunnen worden vrijgemaakt.

Hobbycentrum Nijmegen-Oost zoekt bestuurslid

Wil je bijdragen aan het goed functioneren van het hobbycentrum? Wil je op een pro-actieve manier samenwerken met bestuursleden? Reageer dan voor 21 maart naar de voorzitter Gemma Koomen. "Ontmoeten, leren en inspireren, dat willen wij bereiken voor deelnemers en vrijwilligers. Je kunt bij het hobbycentrum technieken leren, creatieve of kunstzinnige vaardigheden oefenen in kleine groepjes. Vaak met een werkstuk als resultaat. Om ervoor te zorgen dat iedereen lekker zijn hobby kan beoefenen moet er achter de schermen veel gebeuren. Het bestuur zorgt voor de (praktische) sturing, de twee coördinatoren zorgen voor de uitvoering. Door het reguliere vertrek in de afgelopen periode van leden zoekt het bestuur van het Hobbycentrum Nijmegen Oost nieuwe bestuursleden. "We leggen de nadruk op bestuurlijke duurzaamheid. Daarom vragen we nu om 2 nieuwe leden. Wij vragen: 1. Een persoon met een financiële achtergrond. Het daadwerkelijke administratieve werk doet een administratiekantoor, in afstemming met een van de twee coördina-

toren. 2. Een persoon met een maatschappelijke achtergrond: je weet wat er speelt in de samenleving, kunt die kennis omzetten in nieuwe lijnen van activiteiten voor het hobbycentrum. Voor beide leden geldt: je bent in staat strategisch en praktisch te denken en handelen. Wie je bent: • Samenwerken zit in je DNA, je bent pro-actief. • Communicatief sterk. • Je weet van jezelf welke (bestuurs)stijl je zelf het liefst hanteert. Je kunt daarin ook variëren. Wat je krijgt: Met een rol als bestuurslid zorg je er mede voor dat ruim 300 mensen hun activiteiten kunnen doen. Je biedt ze een nuttig en leuk samenzijn. Je bent als bestuur een team, waarin je gezamenlijk besluiten neemt na een meer individuele voorbereiding. Elke maand is er een bestuursoverleg van 2 uur. Je individuele rol als bestuurslid kost je zo'n dagdeel per week. Er is geen vergoeding voor dit werk, wel waardering voor je inbreng en inzet. Je start formeel na de goedkeuring over het jaarverslag en jaarrekening door het huidige bestuur.



Interesse? Mail je brief en cv uiterlijk 20 maart naar voorzitter Gemma Koomen (gemma.koomen@upcmail.nl). Bij haar (telefoon: 0651314187) kun je terecht voor extra informatie 's avonds tussen 18.30 en 19.30u. Gesprek vindt plaats in week van 24 maart in onderling overleg.

Muziekproject voor kinderen tot 14 jaar in de zomervakantie

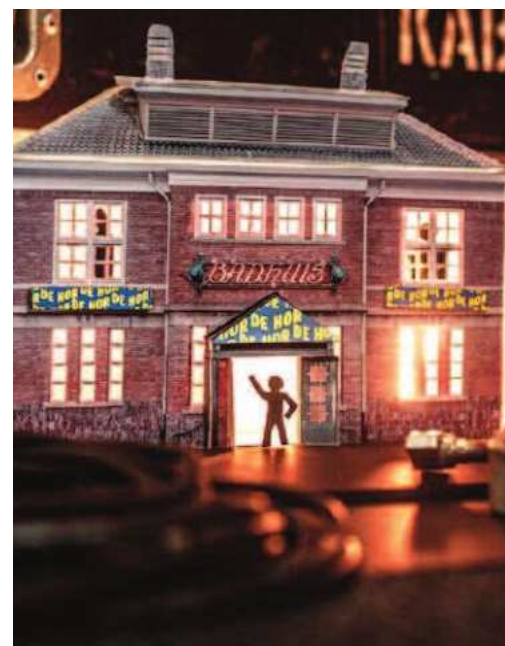


Maak je al plannen voor de zomer? In de laatste week van de zomervakantie is er in de Lutherse kerk in Nijmegen Oost een zang-driedaagse voor kinderen tot 14 jaar. Je kunt je nu al opgeven, want het aantal plaatsen is beperkt. Onder begeleiding van een dirigent ontdekken de kinderen hoe leuk het is om samen te zingen, te spelen en muziek te maken. Ze leren om zich creatief uit te drukken. Zingen brengt je in contact met je eigen lichaam en je zelfvertrouwen groeit erdoor. Door samen te bewegen en op te treden voor elkaar, durven kinderen meer en stralen ze van trots. Enthousiaste begeleiders zorgen voor een veilige en stimulerende sfeer waarin ieder kind zich welkom voelt. De kinde-

ren zijn de hele dag verzorgd, inclusief theepauzes en lunch. Aan het eind van de middag kunnen ze worden opgehaald. Dit muziekproject is laagdrempelig en toegankelijk voor iedereen. Het draait om plezier, ontdekken en samen muziek maken! Van maandag 11 tot en met woensdag 13 augustus in de Lutherse Kerk aan de Prins Hendrikstraat 79 te Nijmegen. De kinderen kunnen worden gebracht tussen 8.15 en 8.30 uur en opgehaald tussen 17.00 en 17.30 uur. Kosten? Slechts €10 per dag! Kan dat niet? Geen probleem, we vinden samen een oplossing. Schrijf je wel snel in, want het aantal plaatsen is beperkt. Stuur een berichtje naar aanmelden@luthersekerknijmegen.nl of bel met 06-49932157.

De Horde in Het Badhuis zorgt voor ontmoeting in Oost!

Theatergroep De Horde opent op zaterdag 29 maart de deuren van Het Badhuis voor de buurtgenoten uit Nijmegen-Oost. Een middag vol ontmoeting, gesprekken en gezelligheid. "Wij geloven in de kracht van de ontmoeting en verdieping in de ander. Elkaar in de ogen kijken en naar elkaar luisteren. Zo ontstaat echte verbinding. Een voor de hand liggende, maar ook uitstekende manier daartoe is om met elkaar aan tafel in gesprek te gaan, onder het genot van een hapje en een drankje", zegt Harry Hummels, filosoof en bestuurslid bij Stichting Theatergroep De Horde". Ben je nieuwsgierig naar Het Badhuis? Wil je nieuwe buurtgenoten leren kennen of gewoon even binnenlopen? Iedereen is welkom - jong, oud en alles daartussenin. Voor de kleinste buurtgenoten is er genoeg te beleven. Schuif aan, ontmoet je burens en geniet van een lekkere lunch en iets te drinken. Wil je iets bijdragen? Bijvoorbeeld door iets lekkers mee te nemen? Laat het weten via pr@theatergroepdehorde.nl.



Het Badhuis, Daalseweg 262 Nijmegen
Zaterdag 29 maart, 12.00 - 15.00 uur
Voor wie: Alle buurtgenoten, jong en ouder



Afl. 24: DE WESTERHELLING

Slenterend door heuvelachtig Oost zie ik immense villa's zwijgzaam op glooiende hellingen staan. Een van hen is De Westerhelling, Sophiaweg 4, een villa met een dubbele nationaliteit. De bouw ervan is onder de vlag van Groesbeek voltooid in 1913. Pas in 1915 werd ze Nijmeegse.

De villa is te koop. Nieuwsgierig geworden raadpleeg ik niet Funda, maar grijp het laatste boek van Klaas Bouwer. Waarom heet de villa DE WESTERHELLING? 'De naam is te verklaren doordat het huis ten opzichte van de oostelijker gelegen Hengstberg aan de westelijke helling van de stuwwal ligt.' De paragraaf over deze villa meldt vele weetjes. Maar niet deze:

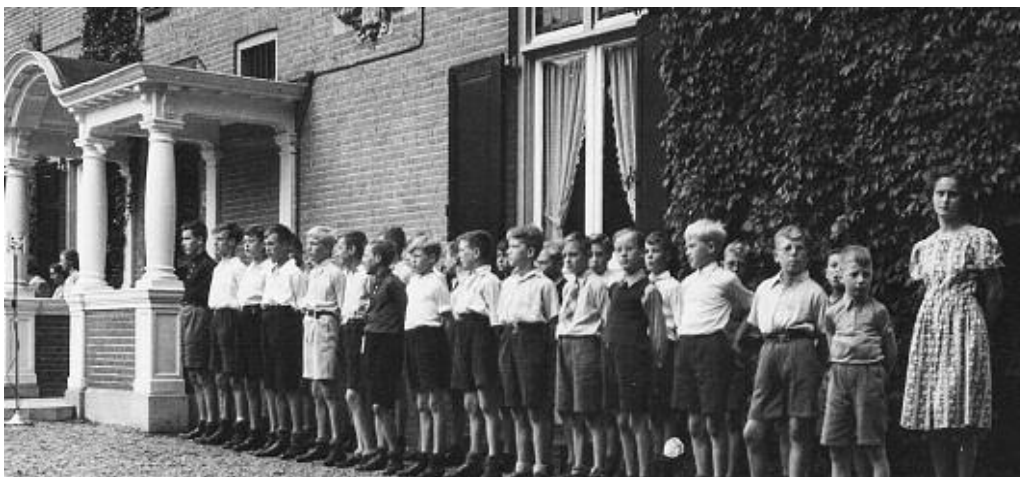
Eerder dan 1913 stond hier al een boerderij met de naam WESTERHELLING.

Boerderij Westerhelling te Groesbeek in 1909. Fotoalbum Jan van den Berg.



De aannemer die de villa bouwde moet W.J. Maurits zijn. Hij vroeg in 1911 namens eerste bewoner Klaas de Jong hiervoor vergunning aan in Groesbeek. Het gezin neemt voorjaar 1913 zijn intrek in de villa. De naam DE WESTERHELLING is zowel te zien op hekpijlers bij de twee toegangen als op een gevelsteen. Saillant: die laatste steen was ooit rechts van de voordeur gemetseld. In 1941 zit de naam nog rechts van de voor-

deur. Nu zit hij links van die deur. Ga ter plekke maar eens kijken. *Foto: RAN.*



Behalve de villa stonden er sinds 1912 ook twee dienstwoningen. Een daarvan - nu Kwakkenbergweg 29 - was die van de tuinman. De Jong versleet er drie:

- Jan Timmer in dienst 1913-1915
- Gerrit Zemmeling in dienst 1915-1921
- Cornelis Evers in dienst 1921-1932

Niet alleen de villa, ook de tuin was er eentje uit het hogere segment, ontworpen door L.A. Springer.

Jan van den Berg, directeur van de latere school op het terrein, bewoonde de tuinmanswoning ook. Van 1952-2008. Van een dochter van tuinman Evers had

hij gehoord: 'Mijn vader wilde eens opslag. Vol ontzag benaderde hij De Jong en begon schoorvoetend te vertellen over de gestegen prijzen. Zo was het rookgerei ook al duurder geworden. 'En hoeveel duurder is dat rookgerei dan wel geworden?', vroeg De Jong. - 'Een dubbeltje, meneer', antwoordde Evers. - 'Dan krijg jij een dubbeltje opslag'. En ook dit: 'Bij de tuinmanswoning stonden twee kassen. De heer De Jong viel

Als je er goed op let, vallen ze op: huisnamen. Meer dan 5000 stuks sierden tot nu toe de gevels van huizen in de gemeente Nijmegen.

Anton de Wildt inventariseert sinds begin 2000 al die namen. In alle soorten en maten: van villa's tot kraakpanden. Ook van allang verdwenen huizen. Waarom juist een Nijmeegse versie van een rubriek over huisnamen de naam WAALGELEGEN draagt? Dat laat zich eenvoudig raden. Maar vele huisnamen zijn wel echte raadsels. In de Wijkkrant bespreekt Anton namen uit Nijmegen-Oost, het verspreidingsgebied van deze krant.

plots in een daarvan voorover. Dat was tevens zijn laatste daad. Hij was dood. Men tilde hem op een ladder en zo is hij naar zijn huis gedragen.'

De Jong viel dus met zijn neus in een bloemenbed. Of zijn val gebroken werd door cyclamen en pelargoniums weet ik niet. Carcinoma ventriculi en degeneratio cordi waren het in ieder geval niet. Dat waren namelijk de doodsoorzaken van twee hoofdrolspelers in deze aflevering: tuinman Cornelis Evers en Klaas de Jong. Zij stierven in 1932. Kort na elkaar.

De opvolger van tuinman Evers? Geen idee. Nu onderhouden groene vingers van cliënten van de Regionale instelling voor beschermd en begeleid wonen (RIBW) de fraaie tuin.



Tuin van De Westerhelling. Foto RIBW

Zo ongeveer moet de vork in de steel zitten. Klopt er iets niet of heb je een interessante aanvulling? Mail adewildt@hetnet.nl

Wijknieuws

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

Toonkunstkoor Nijmegen: concert en open repetitie



Vrijdag 21 maart (19.30u) voert Toonkunstkoor Nijmegen, dat repeteert in Oost, het oratorium *Die Jahreszeiten* van Joseph Haydn uit, waarin de natuur in de vier seizoenen en het leven op het boerenland uitgebeeld wordt. Het is een enthousiaste verklanking van de harmonie tussen mens en natuur. Concertgebouw De Vereeniging. Kaarten €38,50, jongeren tot 26 jaar €20,00. www.toonkunstkoornijmegen.nl Kennismaken met Toonkunstkoor Nijmegen? Zing mee op 31 maart, 7 en 14 april in de Ark van Oost van 19.30-22.00. "We beginnen dan met het repeteren van ons kerstconcert en andere werken." Als je je van tevoren meldt via 06-22879578 of ledenadministratie@toonkunstkoornijmegen.nl, ligt er een partituur voor je klaar.

Hoop in actie



Hoe geef je handen en voeten aan je hoop? Welke keuzes maak je dan? Wat doe je en wat laat je? Daarover gaat het tijdens de komende Dominicaanse Ontmoeting op woensdag 9 april van 15.30 tot 18.30 in de Dominicuskerk (ingang Groenewoudseweg). Nikki Apeldoorn zal aan de hand van haar eigen levensweg vertellen over wat hoop-inactie betekent in ons leven van alledag. Na de inleiding en het gesprek daarover kan men deelnemen aan het avondgebed en is er een gezamenlijke maaltijd. Iedereen is van harte welkom! Men kan zich tot 1 april aanmelden door een e-mail te sturen aan dominicanen024@gmail.com. De entree bedraagt € 15,00, maar dit bedrag mag voor niemand een belemmering zijn om deel te nemen. Studenten betalen € 7,50.

Vrijwilligers gezocht voor schooltuin de Wielewaal



In het voorjaar komen schoolkinderen van diverse basisscholen uit groep 6 met hun klas groenten verbouwen op De Wielewaal. Dat is het prachtige schooltuinencomplex aan het begin van de Ooijpolder. Het is een vrolijk gebeuren, en op allerlei manieren gezond en leuk voor zowel de kinderen als de begeleiders. "Voor het komend seizoen zoeken we vrijwilligers om de schoolkinderen te helpen. Het gaat om een dagdeel (3 uur) op de dinsdagochtend- en middag, woensdagmiddag en/of donderdagochtend van april tot juli. Vrijwilligers worden begeleid door de lesgevers. Op 23 maart van 13.00-15.00 uur is er een informatiemiddag in het tuinhuis van de Wielewaal." Voor aanmelden en meer info: 06-23086866 (Carmen) of carmand@xs4all.nl www.schooltuindewielewaal.nl

Nicole & Berry: Ouderenadviseurs bij Sterker Ouderenwerk



Op de foto zie je Nicole (links) en Berry (rechts), ouderenadviseurs bij Sterker Ouderenwerk. Hun missie? Ouderen ondersteunen bij het zelfstandig blijven wonen en het behouden of vergroten van hun zelfredzaamheid. "We zijn maatschappelijk werkers voor mensen van 65 jaar en ouder", vertelt Nicole. "We hebben kennis over ouderdomsproblematiek en weten precies welke voorzieningen er in de wijk beschikbaar zijn." Berry vult aan: "Het bijzondere aan ons werk is dat je echt achter de voordeur komt. Je krijgt een compleet beeld van iemands situatie, wat helpt om te begrijpen wat nodig is en hoe wij kunnen ondersteunen." Nicole en Berry vinden huisbezoeken een van de meest waardevolle aspecten van hun werk. "Huisbezoeken laten echt zien hoe het met iemand gaat. Je stemt telkens

af op de persoon tegenover je. Sterker geeft ons de ruimte om signalen op te pakken en ideeën uit te werken, zoals het Thuisomarrangement, dat zorg en welzijn beter verbindt. De afwisseling houdt hun werk boeiend. Vaak maken kleine successen het werk waardevol. Berry hielp een oudere dame die na een val niet meer zelfstandig kon wonen volgens artsen. Met de juiste hulp kon ze toch nog anderhalf jaar thuis wonen. "Dat zijn de momenten waarop je echt het verschil maakt." Nicole voegt toe: "Ook het opleiden van een stagiaire tot collega ouderenadviseur is iets waar ik trots op ben." Volgens Nicole en Berry is Sterker onmisbaar voor ouderen in Nijmegen. "Sterker zet het welzijn van Nijmeegse ouderen op de kaart", zegt Berry. Nicole voegt toe: "We zijn een belangrijke schakel voor deze doelgroep. Met onze kennis, ervaring en betrokkenheid zorgen we ervoor dat ouderen zich gehoord en geholpen voelen. Dat maakt ons werk zo waardevol."

www.sterkerouderenwerk.nl

Verwelkom de lente met Kamerkoor Sequentus



Het kamerkoor viert zaterdag 5 april de lente met het Concert 'Oerlicht'. Kaarten: €15. Kom luisteren in de Antonius van Paduakerk aan de Groesbeekseweg in Nijmegen. Reserveer alvast een kaartje op kamerkoorsequentus.nl. Alle stukken worden door Sequentus a capella uitgevoerd onder leiding van dirigent Peter-Paul van Beekum. Het koor heeft al een mooie samenstelling, maar om wat verder te groeien zijn er nog extra stemmen welkom.

Meer leven in de tuin - doe mee met de bomenactie!

Heb jij al een boom in je tuin? Je kunt nog net meedoen met de bomenactie van Duurzaam Hengstdal. Goed nieuws: je krijgt nu niet 50 maar 75% vergoed van de aanschaf van een boom. Wil je nog meedoen? Stuur dan een mail: info@duurzaamhengstdal.nl.

Fietsen in Afrika kost enige moeite maar levert veel

Bekende Oostgenoot Henk Horstink begon in januari 2019 aan een bijzondere tocht om een geëmigreerde vriend in Durban. Zuid-Afrika, fietsend op te zoeken. Dat jaar kwam hij in drie maanden via de Sahara tot Douala in Kameroen, maar moest toen terug om een jaar later zijn fietstocht voort te zetten. Lees op shorturl.at/APTPA over zijn reisavonturen, zijn contact met de lokale bevolking én de sympathieke crowdfunding die hij is gestart.

Wijknieuws

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

Wiardi Beckman, wie helpt?



Op nijmegen-oost.nl vind je een preview van het boek dat Roel Winter aan het schrijven is. Wie heeft voor hem meer input over Wiardi Beckman? Over zijn jeugd, zijn zijn, zijn nazaten, zijn nalatenschap? Roel: "Ik hou me aanbevolen om een gesprek aan te gaan en uw getuigenis op te nemen in mijn boek." <https://shorturl.at/LULHM>. Op de foto (van Hanneke Roelofs) de herdenkingsbank voor Wiardi Beckman op de stuwwal, Hunnerberg.

Reünie 125-jarig bestaan Canisius College

Het Canisius College bestaat 125 jaar en dat gaat groots gevierd worden met een reünie voor alle oud-leerlingen en (oud-)medewerkers van de school. Op zaterdag 24 mei 2025 komt iedereen weer samen in het prachtige schoolgebouw aan de Berg en Dalseweg 207. Herinneringen ophalen met oud-klasgenoten, samen op de foto en terug in de schoolbanken tijdens een les van een favoriete oud-docent: het kan allemaal. De organisatie: "We willen deze dag onvergetelijk maken, en jouw aanwezigheid maakt het compleet!" Ben je oud-leerling of oud-medewerker en wil je deze reünie bijwonen? Voor meer informatie en kaartverkoop kun je terecht op www.canisius125.nl.



Muziek op Schoot in Oost



Speciaal voor kinderen van 9 maanden t/m 4 jaar elke donderdag in de Ark van Oost aan de Cipresstraat 154, van 09.00-09.45 uur. Op een speelse manier gaan we met muziek aan de slag. Super voor de cognitieve, sociaal/emotionele, spraak en motorische ontwikkeling. En bovenal: heel erg leuk! Schrijf je in om samen met je kind mee te doen: <https://shorturl.at/d4Uyv>

Nijmeegse begraafplaatsen: een en al rijke cultuurhistorie!

Wil je je onderdompelen in de rijke Nijmeegse geschiedenis? Doe dan mee met Stichting In Paradisum. Word lid van het bestuur of word vrijwilliger! In Paradisum zet zich in voor het behoud van monumentale Begraafplaatsen, o.a. in Oost. Zij geeft rondleidingen en organiseert klusdagen. Interesse of nog vragen: neem contact op via stichtinginparadisum@kpnmail.nl.

'Excuses voor een DAF-bumper' deel 1

Excuses maken is helemaal hip tegenwoordig. Minister-president Mark Rutte bood namens de Nederlandse regering aan alle tot slaaf gemaakten postuum excuses aan voor het handelen van de Nederlandse staat in het verleden. Om met zijn woorden te spreken: "Awe mi ta pidi diskulpa. Tide mi wani taki pardon." Ook Koning Willem-Alexander bood excuses aan voor het Nederlandse slavernijverleden en vroeg zelfs om vergiffenis.

De organisatie van het Ommetje Oost had me vorig jaar gevraagd om een column uit de Wijkkrant voor te lezen. Ik wilde een waargebeurd verhaal vertellen en, in de geest van deze tijd, excuses aanbieden, maar dat verhaal had nog niet in de Wijkkrant gestaan. Dus eerst verteld en nu pas op papier. Sorry daarvoor.

Het thema van het Ommetje was 'Jan en alleman'. En daarbij kan ik alleen maar denken aan de auto voor Jan en alleman, de DAF. En als ik aan DAF denk, denk ik meteen aan mijn vroegere schoonvader en excuses. Excuses die ik al heel lang verschuldigd ben. Maar niet aan hem. Mijn toenmalige schoonvader had een DAF. Hij had er in 15 jaar nog geen 100.000 kilometer mee gereden en hij maakte hem na elke rit schoon. De buitenkant werd dan opnieuw in de was gezet, de binnenkant gezogen, de ramen gelapt en zelfs het motorblok werd elke keer



schoongespoten. De wagen zag er na vijftien jaar nog uit alsof hij rechtstreeks uit de fabriek kwam. Het was zijn grootste trots.

Ze gingen met een bejaardenbus op vakantie naar Oostenrijk en er gebeurden op het parkeerterrein bij hun flat wel eens vervelende dingen, dus de vraag was of wij de DAF bij ons, we woonden toen op een boerderij, wilden wegzetten. Ik zeg tegen mijn vriendin: "Dat is goed, maar ik rij er geen meter in, want ik weet hoe belangrijk deze auto voor hem is".

We reden allebei motor, maar op een dag was het heel slecht weer en we moesten met onze goede kleren naar een feestje. We besloten met de DAF te gaan. Zij zou rijden.

Alles duurde wat langer dan gepland, dus ik zeg: "ik zet 'm vast buiten." Nou had die schuur een opstaande pin in de grond tussen de twee deuren, waar je vooral niet met je band overheen moest rijden, want dan was-ie kapot. Dus ik rij om die pin



René vertelt

heen. Wat ik niet wist was dat dat oude DAFje aan de voorkant een plastic bumper had die aan de zijkanten meer dan 10 centimeter uitstak. Ik geef een klein beetje gas, rij heel voorzichtig achteruit, raak de deurpost, het zijstuk blijft erachter haken en ik SCHEUR DE HELE BUMPER VAN DE VOORKANT AF! Paniek! Ik kijk eens goed en zie dat de voorkant vrij makkelijk weer terug te vouwen is, maar het zijstuk, een los deel, was echt helemaal verkreukeld. De volgende dag bel ik met slopers van Alkmaar tot Osnabrück. "Nee meneer", zegt de een na de ander, "bij DAFs zijn die hoekstukken allemaal weg en nergens tweedehands te krijgen". Dan maar bellen met de dealer, maar ook daar geen resultaat. Het model werd al tien jaar niet meer gemaakt en de hoekstukken waren zo gewild, dat de hele voorraad al jaren was uitverkocht. Wat nu? We konden de DAF zo natuurlijk niet teruggeven.

In de dagen daarna zag ik overal DAFjes staan. Maar die hadden allemaal geen hoekstukken. Behalve één. Die stond in het Rode Dorp onder een hele donkere boom. Ik denk: "als het niet anders is, dan moet het maar." Zo gezegd, zo gedaan. Daags voordat mijn schoonouders weer van vakantie thuis zouden komen had ik nog steeds geen zijbumpertje, dus ging ik in het holst van de nacht op pad. Om een bumperhoekje te jatten.

Volgende maand: hoe dat afliep...

Seniorencollege: Kloosterleven in de moderne tijd

Wat maakt het kloosterleven tegenwoordig zo aantrekkelijk? Waar kerken leegstroomden, lijkt het klooster juist een groeiende belangstelling te trekken. Boeken over kloosterspiritualiteit vliegen van de planken en zelfs een Kloosterglossy heeft zijn weg gevonden naar het grote publiek. Waar kloosters lange tijd als verouderd werden beschouwd, lijken ze nu een hip imago te hebben, en er is zelfs weer sprake van nieuwe intredingen.

Marga Zwiggelaar, dominicanes van de Heilige Familie, biedt een boeiend inkijkje in de huidige ontwikkelingen binnen het kloosterleven. In 2019 trad zij in bij de Dominicanessen van de Heilige Familie in Neerbosch, waar ze in 2023 haar professie voor het leven aflegde. Voor haar intrede werkte Marga in de volwasseneneducatie, het jongeren- en opbouwwerk, en in de culturele sector. In dit college deelt zij haar persoonlijke ervaringen als zuster, een leven dat enerzijds sterk verschilt van dat van de zusters van vroeger, maar anderzijds verrassend veel overeenkomsten vertoont. Marga reflecteert op de aantrekkingskracht van het kloosterleven in onze moderne tijd en hoe dit aansluit bij de verlangens van de huidige samenleving.



Dinsdag 8 april, Nicolaaskapel OBG, aanvang: 14 uur, entree: € 5,00 incl. koffie/thee, met OBG-voordeelpas € 3,-. Inschrijven bij Informatiepunt via info@obg.nu of telefonisch: 024-3279 279. Toegangskaart kunt u op de dag zelf bij het Informatiepunt afrekenen.

Buurtbewoners delen ideeën voor 'De Vlier'

Op 17 februari jl. werd in de Nicolaaskapel OBG een bijeenkomst gehouden over de nieuwe woonzorglocatie "De Vlier" aan de Vliestraat in Nijmegen-Oost, waar 36 zorgappartementen voor ouderen met dementie komen. Het doel was om ideeën en wensen uit de wijk te verzamelen voor de multifunctionele ruimtes in het gebouw.

Buurtbewoners, professionals en familie van huidige bewoners brainstormden over activiteiten die sociale cohesie bevorderen, zoals gezamenlijke dierv verzorging, creatieve workshops, beweegactiviteiten, en interactie met de buurt via bijvoorbeeld laagdrempelige koffie-ochtenden. Ook werden ideeën geopperd voor samenwerking met lokale scholen, hulp bij mantelzorg en evenementen zoals kunstexposities en voorstellingen. De wijk toonde veel betrokkenheid en de invulling van de locatie zal zich verder ontwikkelen in samenwerking met de buurt.

In mei 2025 wordt "De Vlier" opgeleverd. Rond de opening wordt een "Gluren bij de burens"-evenement georganiseerd, waarbij buurtbewoners het complex kunnen verkennen. Daarnaast is er een plan om een GOED-training aan te bieden in samenwerking met Dementievriendelijk Nijmegen-Oost.

AGENDA

Zondag 16 maart, 14:30 - 16:00 uur, **Lente PubQuiz**

Dinsdag 18 maart, 10:30 - 12:30 uur, **Oma's Soep**

Vrijdag 21 maart, 18:00 - 20:00 uur, **Syrisch eten met Mawteni**

Zondag 23 maart, 14:30 - 16:00 uur, **OBG Matinee: Thea Tralala**

Dinsdag 25 maart, 19:30 - 22:30 uur, **Dansavond Seniorencafé Burgerlust met Frans Arntz**

Zondag 30 maart, 14:30 - 16:00 uur, **OBG Matinee: Marie Christien**

Vrijdag 4 april, 18:00 - 20:00 uur, **Syrisch eten met Mawteni**

Dinsdag 8 april, 14:00 - 16:00 uur, **Seniorencollege: Kloosterleven in de moderne tijd**

Dinsdag 8 april, 19:30 - 22:30 uur, **Dansavond Seniorencafé Burgerlust met Jan Kersten**

Zondag 13 april, 14:30 - 16:00 uur, **OBG Matinee: Duo de Hamtons**

Elke donderdag, 10:00 - 12:00 uur, **OBG Markt**

Voor sommige activiteiten moet je je inschrijven. Kijk voor alle voorwaarden en meer activiteiten op www.obg.nu.

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

De Wijkkrant verschijnt dankzij bijdragen van Fans en adverteerders en de inzet van vrijwilligers. Gemaakt met liefde voor de buurt.

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

EINDREDACTIE

Loes Wijffels

REDACTIE

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

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE

Gottfried Erdsieck, Hans Hendriks, Marc van Kempen, Tuk Melissen, René Pennock, Betsie Vermeulen, Rens de Vries, Anton de Wildt

ONLINE KANALEN

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

OPMAAK

Ton Burgers, www.a-formaat.nl

DRUK

Janssen Pers, Gennep

BEZORGING

Door de bewoners van Oost!
Coördinator: Karin Veldkamp

REDACTIE

redactie@nijmegen-oost.nl

ADVERTEREN VOOR BEDRIJVEN

advertenties@nijmegen-oost.nl

DEADLINE VOLGENDE NUMMER

De uiterste datum om (prikbord-) berichten, advertenties en de agenda aan te leveren is donderdag 3 april 2025. Elke maand bepalen we twee weken vóór het uitkomen de inhoud van de krant. Ruimte voor actueel nieuws is beperkt. We verwelkomen je artikel maar garanderen geen plaatsing. Plaats het zelf in elk geval op nijmegen-oost.nl.

BEZORGING VOLGENDE WIJKKRANT

Vanaf vrijdag 11 april 2025, uitgezonderd Nee/Nee-stickers (natuurlijk wel die met FAN-sticker!).

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

Betsie Vermeulen column



Paarse gladiolen maken me blij

Het is er weer, dat speciale gevoel van de Nijmeegse Vierdaagse. Vier dagen heerlijk lopen, saamhorigheid voelen en afzien. Met aansluitend de euforie op de Via Gladiola. Vandaag om tien uur start online de inschrijving voor dit jaar.

'The Walk of the World' behoort al jarenlang tot mijn levensritme. Als start van mijn zomer-vakantie zorgt ze voor pure ontspanning. Genietend van de vele mensen die vredelievend met elkaar oplopen. Of in koel wandelweer of in de hitte soms spurtend van de ene naar de andere watersproeier langs de kant van de weg. Bij een wolkbreek schuilen te veel mensen onder een te kleine parasol. Onderweg mijmer ik over leven&werk en

smeed creatieve plannen. De doorkomst door Oost op wandeldag drie is uniek. Op de Kwakkenbergweg denk ik bijna thuis te zijn, toch duurt dat nog even. Verderop geeft de fraai wit getinte sfeer van de Dommer en de rode op de Daalsedarsweg me een laatste stoot energie richting de Wedren.

Enfin, ik zit op deze maandagmorgen stevig te romantiseren. De criticus in me haalt me uit mijn droom en laat twijfels boven borrelen. Waarom zou ik nog een keertje meedoen? Is mijn zere been er wel aan toe? Vorig jaar langs de kant was toch ook leuk. Blij deelde ik toen mijn paarse gladiolen uit en van balorigheid nam ik de laatste zelf mee naar huis.

Het is bijna tien uur. Ik log in op de Vierdaagse-site en kom in een digitale wachtrij terecht. Er staan 3.174 wachtenden voor me. Ik schenk me nog eens een kop koffie in en wacht rustig af. Om twintig over tien ben ik aan de beurt, ik vul mijn gegevens in en druk quasinonchalant op 'versturen'. Glimlachend en tevreden ga ik verder mijn dag in.

Herdenking 28 Joodse slachtoffers '40-'45

Op zondag 6 april 2025 worden in de Indische buurt (Nijmegen-Oost) Stolpersteine gelegd ter nagedachtenis aan 28 Joodse inwoners die tijdens de Tweede Wereldoorlog door het naziregime werden vermoord. De kleine, messing gedenkstenen worden gelegd voor de huizen waar de slachtoffers voor het laatst hebben gewoond.

HIER WOONDE...

Stolpersteine, oftewel struikelstenen, zijn klinkers van 10 bij 10 centimeter. Het zijn kleine monumenten die de herinnering aan de slachtoffers levend houden. In het trottoir verzonken, dragen ze een messing plaatje met de naam en gegevens van het slachtoffer. Ze beginnen allemaal met 'HIER WOONDE', een confronterende herinnering aan het leven dat hier ooit was. Achter elke steen schuilt een aangrijpend verhaal, zoals dat van de familie De Wijze aan de Pontanusstraat 27 (foto). Jaap en Saar de Wijze-Katan woonden hier met hun drie kinderen Elly, Louis, Kitty en Inge Meierhof, een Duits vluchtelingkind. Tijdens de razzia in de nacht van 2 op 3 oktober 1942 werd het gezin opgepakt en gedeporteerd naar Westerbork. Elly ont-snapte omdat ze die avond met haar man Paul



Vyth bij haar schoonouders was. Jaap, Saar en Inge werden op 19 februari 1943 in Auschwitz vermoord. De drie kinderen overleefden de Holocaust en keerden terug naar Nijmegen. Het huis van familie De Wijze werd na hun deportatie geconfisqueerd en aan NSB'ers verkocht. Na de oorlog kwam het huis via een rechtsherstelprocedure terug in bezit van de familie. Meer over de slachtoffers is te vinden op www.oorloginnijmegen.nl.

Informatiebijeenkomst op 29 maart in Blixem

Wie meer wil weten, kan op zaterdag 29 maart terecht bij een informatiebijeenkomst in Eetcafé Blixem. Onderzoekers vertellen de levensverhalen van de slachtoffers en de impact van de razzia's in Nijmegen.

Locatie: Eetcafé Blixem, Groesbeekseweg 75
Tijd: 16.00 – 17.30 uur. Gratis entree

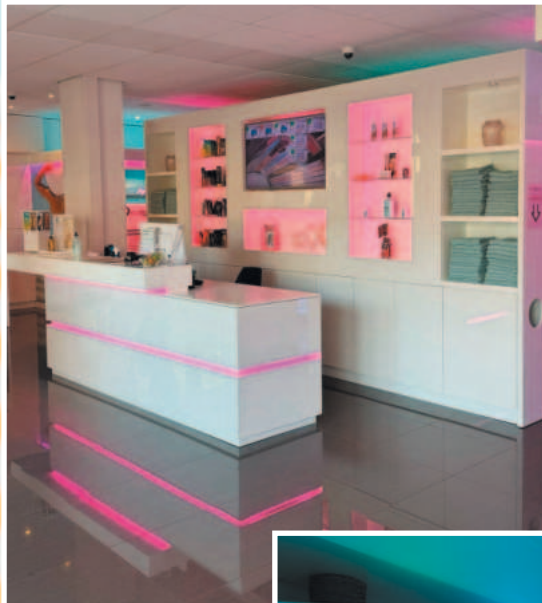
De steenlegging op 6 april

De plaatsing van de 28 Stolpersteine begint om 13.00 uur bij Pontanusstraat 27. Daar worden stenen gelegd voor familie De Wijze-Katan, Paul Vyth en Inge Meierhof. Daarna worden stenen gelegd bij nog zes andere adressen in de wijk: Pontanusstraat 33, Pontanusstraat 35, Pontanusstraat 42, Fransestraat 40 en Van Spaenstraat 23.

Om voor alle vermoorde Joden en andere Nijmeegse slachtoffers van het naziregime Stolpersteine te plaatsen, is veel geld nodig. Doneer via www.stolpersteine-nijmegen.nl of maak een bedrag over naar NL88TRIO0320405362 o.v.v. 'Bijdrage Stolpersteine Nijmegen'.

RRSPECIAL

ZONNESTUDIO



Zonnen geeft een zomers gevoel, je voelt je fitter en je humeur wordt beter.

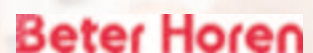
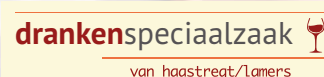
Met dat druilerige Hollandse weer kun je flink opknappen van de zonnebank. Bovendien krijg je er een lekker gezond kleurtje van.

Twintig minuten in een zonnebank kunnen gelijk staan aan ongeveer 1-2 uur in de directe middagzon, natuurlijk wel afhankelijk van de kracht van de zonnebank. Maar overdrijf het niet.

Ga in overleg met ons wat het beste bij jou en je huid past. Wij raden je aan om geduldig te zijn en te beginnen met wekelijkse sessies van 10-15 minuten. Na verloop van tijd zul je merken dat je een mooie kleur ontwikkelt. Kijk niet naar je huidkleur om te weten wanneer je onder de zonnebank vandaan moet komen. Onder een krachtige zonnebank kun je snel verbranden en daar kom je uren later pas achter als je zo rood wordt als een kreeft. Begin rustig en bouw het op.

Hoe kan ik het vakantiebruin langer behouden? Kom daarvoor 1x per week naar onze zonnestudio en een bezoek van enkele minuten kan al volstaat om je vakantiekleur te houden. Een kleurtje maakt je niet immuun voor zonnebrand dus blijf zonnebrandcrème gebruiken.

Molukkenstraat 17 Nijmegen
Tel: 024 6635870



www.winkelcentrummolukkenstraat.nl