

DE HATERTSE HEI GROOT STAL

WIJKBLAD VOOR DE HATERTSE HEI & GROOTSTAL



Evers Janssen tweewielers



- Verkoop van fietsen en accessoires
- Stadfietsen, Elektrische fietsen en Kinderfietsen
- Reparatie op afspraak, zelfde dag gereed
- Gratis haal- en brengservice
- Gratis leenfiets bij reparatie

Leverancier van onder andere:



Batavus



Cortina



Gazelle



Union



Loekie



Alpina



Bike Fun



Kanunnik van Osstraat 2A
6525TK Nijmegen www.ejtn.nl
Tel: 024-3552015 info@ejtn.nl

Dinsdag t/m Vrijdag: 09:00 - 18:00
Zaterdag: 09:00 - 16:00
Zondag t/m Maandag: Gesloten

BELASTINGAANGIFTE?

Voor u kan het leuker en makkelijker!



Kijk op www.schoutenfiscaal.nl
of bel 06 - 22 99 05 20

Jolanda Schouten – van Baarsen RB
Belastingconsulente
Heiweg 212
6533 PH Nijmegen

Karreman



WASSEN - STOMEN
...en nog veel meer!!!

Uw specialist in:

WASSEN * STOMEN * TAPIJTREINIGING
KLEDINGREPARATIES * SUEDE- EN LEDERREINIGING
NAAMLABELS * RECLAME BORDUURWERK

Als kwaliteit u nog iets zegt, dan komt u vanzelf bij ons terecht.

karremanwasserettes@chello.nl

St. Jacobslaan 430 Nijmegen 024 - 355 10 76

Advertentietarieven en -formaten 2023

Advertentiekosten per editie (excl. 21% BTW)

Pagina	Formaat hoogte	Formaat breedte	Kosten
1/1 pagina (staand)*	272 mm	190 mm	€ 252,00
1/2 pagina (staand)*	272 mm	92 mm	€ 126,00
1/2 pagina (liggend)*	134 mm	190 mm	€ 126,00
1/4 pagina (staand)*	134 mm	92 mm	€ 63,00
1/4 pagina (liggend)*	65 mm	190 mm	€ 63,00
1/8 pagina (staand)	65 mm	92 mm	€ 31,50
1/8 pagina (liggend)	30 mm	190 mm	€ 31,50
1/16 pagina (liggend)	30 mm	92 mm	€ 16,80

Enmalige opmaakkosten voor het, door ons, maken van de advertentie € 50,- (excl. 21% BTW)

* Bij een jaarcontract van minimaal 1/4 pagina 10% korting.

Het jaarcontract wordt automatisch verlengd. Opzegging één maand voor afloop van contract.



Colofon

Wijkblad De Heistal is een uitgave van de gelijknamige stichting, mede mogelijk gemaakt door subsidie van de gemeente Nijmegen, en wordt verspreid in de wijken Hatertse Hei & Grootstal, omsloten door de straten Grootstalselaan, Hatertseweg, Slotemaker de Bruineweg en Sint Annastraat.

Kopij voor Wijkblad De Heistal dient in Wordbestand aangeleverd te worden.

Foto's apart aanleveren in JPG-formaat minimaal 300 DPI.

Oplage: 4.100 exemplaren

Bestuur:

Jos van Gelder (voorzitter/fotograaf)

Caroline Roos (secretaris)

Erik Rutgers (penningmeester)

Wim Smitjes (acquisitie)

De redactie bestaat uit:

Carla Boves

Dorite Claassen (eindredacteur)

Fred uit het Broek

Joke Sniijders

Layout en website:

Bart van Munster

Aan dit nummer werkten mee:

Astrid Sanders, Bart Janssen, Basisschool De Kleine Wereld, Bettine Winters, Bindkracht10, Gemeente Nijmegen, Harrie Kamphuis, Hidaya, Joost Wanders, Kinderboerderij De Goffert, Jos van Vliet, Leo Venderbosch, Mandy Spoelتمان, Marije de Haan, Marriet van den Berg, Organisatie Lichtjes op Jonkerbos, Wijkcentrum De Schakel,

Aanleveren kopij:

redactie@deheistal.nl

Aanleveren advertenties:

advertenties@deheistal.nl

Klachten bezorging:

06 - 40337942

Deadline februarinummer:

maandag 8 januari 2024

De redactie behoudt zich het recht voor kopij aan te passen, in te korten of zonder opgave van reden te weigeren. Ingezonden kopij valt buiten de verantwoording van de redactie.

E-mail met kopij of een advertentie, waarvan wij het vermoeden hebben dat die een virus bevat, wordt niet geopend.

Drukwerk: Janssen Repro Nijmegen

IN DIT NUMMER:

Colofon e.d.	3
Lichtjes Militaire Begraafplaats	4
Even voorstellen... Caroline Roos	4
Halloween	5
Basisschool De Kleine Wereld	6
Column Joost Wanders	6
Kerstspreekje	7
Wijkraad Grootstal	9
Mandy Yoga	11
Waalbrugspeld Richard Hendriks	11
Nieuws uit de Stadstuin	12
Activiteiten Grootstal	13
Gemeente Nieuws	15
Filmmiddag en rommelmarkt	16
Voorlichting over kanker	16
Wat gaan we doen?	17
Lampionentocht	18
100 jaar OLV van Lourdeskerk	18
Huisartsenpraktijk "Het Bos"	21
Bart Janssen deelt herinneringen	22
Stip	24
Herdenking bombardement	25
Gezondheidscentrum	27
Parkeeracties Hidaya	28
Kinderpagina	29
Leergeld Nijmegen	31
Japanese Hair and Head Spa	31
Feest van licht Orientalis	32
Landgoed Grootstal	33
Biebpagina	35

Redactioneel



Beste lezer(es),

2023 Is alweer bijna voorbij. Er is dit jaar veel gebeurd, zowel in de wereld als in de wijk. Waar we inmiddels allemaal een beetje aan gewend zijn geraakt, zijn de extreem warme dagen maar ook de vele regen die we gratis mochten ontvangen. Helaas worden er ook niet eens zo ver hier vandaan oorlogen gevoerd in Oekraïne en Israël, die dagelijks het nieuws beheersen met vreselijke beelden.

De Heistal is overgegaan naar een andere drukker om de kosten te verlagen. Speciaal wil ik twee mensen bedanken: dat zijn onze acquisiteur en onze penningmeester. Zij hebben een belangrijke rol gespeeld om de coronaperiode financieel gezien goed door te komen.

Ook zijn we zeer verheugd dat we weer een secretaris voor in het bestuur gevonden hebben.

Mede dankzij onze adverteerders en de gemeente Nijmegen hebben wij er vertrouwen in dat wij ons mooie wijkblad weer 6 maal kunnen blijven uitbrengen in 2024.

Maar als het financieel geregeld is, moet het wijkblad natuurlijk ook gevuld worden.

De redactie, die overigens altijd mensen extra kan gebruiken, zal weer zorgen voor een gevarieerde invulling van ons wijkblad. Ook de bezorgers, die in weer en wind zorgen dat jullie De Heistal in de brievenbus vinden, mogen we zeker niet vergeten te benoemen en bedanken.

Tot slot wil ik iedereen fijne kerstdagen en een goed 2024 toewensen.

Namens het bestuur van wijkblad De Heistal,

Jos van Gelder

Planning De Heistal 2024

Uitgave	Deadline kopij	Bezorgen vanaf
Februari	maandag 8 januari	vr 9 februari
April	maandag 11 maart	vr 12 april

Op onderstaande locaties kunt u een exemplaar ophalen, mocht u geen exemplaar hebben ontvangen of niet in het bezorggebied woonachtig zijn.

- Wijkcentrum de Schakel, Archimedesstraat 9
- Bibliotheek Muntweg 207
- Bibliotheek Hatert Couwenbergstraat 20
- Restaurant bij de burens (Park Malderborgh)

Lichtjes op de Militaire Begraafplaats Jonkerbos

Op de Militaire Begraafplaats Jonkerbos, Burgemeester Daleslaan 35 in Nijmegen worden op kerstavond, zondag 24 december 2023 om 16:00, uur de herdenkingslichtjes aangestoken.

Militaire Begraafplaats Jonkerbos

Op 24 december willen we, voordat kerstavond begint, op de Militaire Begraafplaats Jonkerbos kaarsjes ontsteken bij de graven van de soldaten. Deze jonge mannen hebben bijna 80 jaar geleden hun leven gegeven waardoor wij nu nog in vrede kerst kunnen vieren met familie en vrienden. Deze bijzondere avond is bedoeld om de herinnering aan hen levend houden. Dit feest van het licht en herinnering kan voor vele nabestaanden niet worden gevierd met hun omgekomen zonen, broers, neven of andere familieleden. Het is om die reden dat dit initiatief is ontstaan: het herdenken van deze jonge mannen die ons de vrijheid hebben gebracht.

Een warm licht op de begraafplaats Jonkerbos

Het initiatief om de lichtjes te plaatsen wordt van harte ondersteund door de Gemeente Nijmegen. Burgemeester Bruls zal zelf aanwezig zijn om de kinderen van verschillende Nijmeegse basisscholen te verwelkomen en hen uit te nodigen om de kaarsjes te gaan plaatsen. Een grote groep vrijwilligers draagt zorg voor het aansteken van de lichtjes en als alle graven voorzien zijn van de kaarsjes en de gehele begraafplaats is verlicht, staan we met zijn allen even stil bij dat bijzondere moment.



Zelf een lichtje plaatsen?

Heeft uw kind interesse om op deze middag mee te doen met het plaatsen van de lichtjes dan is hij of zij van harte welkom. Het programma start om 15.30 die dag. Graag ontvangen wij uw aanmelding via de mail: lichtjesopjonkerbos@gmail.com

Kijk ook eens op onze Facebookpagina: www.facebook.com/LichtjesopJonkerbos

Graag willen wij als organisatie u uitnodigen om, voordat u zelf aan een gezellige kerstavond met uw familie begint, even stil te staan bij deze helden op de begraafplaats Jonkerbos. Iedereen is van harte welkom.

Organisatie Lichtjes op Jonkerbos

Even voorstellen... Caroline Roos

Beste lezer(es) van de Heistal,

Mijn naam is Caroline Roos en sinds september versterk ik De Heistal bestuur als secretaris. Binnenkort verhuis ik naar mijn appartement in de Hatertse Hei en het werk voor de Heistal leek mij een mooie manier om in de wijk te settelen en ook de wijk wat beter te leren kennen.

Ik ben opgegroeid in Maastricht en voor mijn studie Spaans naar Nijmegen gekomen. Inmiddels werk ik alweer enkele jaren in het Radboudumc waar ik mij inzet voor de duurzame inzetbaarheid van de medewerkers via mijn vakbondswerk. Ik houd van muziek en dans. In wijkcentrum de Schakel doe ik



al vele jaren mee met de volksdanslessen die daar worden gegeven. Het houdt mijn conditie op peil en het is vooral gezellig. Daarnaast houd ik mij graag bezig met plantjes en alles wat met groen te maken heeft. Hopelijk kan ik wat dat betreft ook nog mijn steentje bijdragen in de wijk.



Zaterdag 21 oktober was er voor de jongeren een Halloween Disco in wijkcentrum De Schakel georganiseerd door Chantal en Veronique, vrijwilligers van De Schakel.

De zaal was fraai aangekleed met o.a. Halloween poppen, zowel grote als kleine en met bewegingen en geluid en er waren nog veel meer leuke decoraties.

Ook was er een DJ aanwezig die leuke Halloween muziek draaide en ook de hits van deze tijd werden niet vergeten.

De kinderen werden verwend met een zakje snoep en een suikerspin. Limonade was er eveneens volop.

En wat waren de kinderen goed geschminkt en eng verkleed: superleuk!

Ondanks dat het niet heel druk was, hebben de kinderen alsnog een superleuke middag gehad!

Dank jullie wel kinderen voor deze leuke middag!

Chantal en Veronique





Open inloop bij Basisschool De Kleine Wereld

Op woensdag 17 januari 2024 organiseren wij weer een open inloop.

Mocht u geïnteresseerd zijn en nog op zoek naar een fijne school voor uw zoon/dochter, dan staat de koffie klaar en zijn de deuren open tussen 8.45 uur en 10.00 uur.

Mocht u deze ochtend niet kunnen, dan bent u natuurlijk altijd een ander moment van harte welkom voor een rondleiding.

Basisschool De Kleine Wereld
Newtonstraat 50
Tel. 024 - 3553139



Mad Science op De Kleine Wereld

De afgelopen weken heeft groep 3 & 4 op maandag meegedaan met Mad Science.

Tijdens deze middag waren de kinderen echte wetenschappers en professoren.

Bij de afsluiting was er een echte raketlancering. Wat een super ervaring!



Column (W)anders

Joost Wanders schrijft columns over het leven met autisme.
Meer lezen of reageren? Kijk op www.joostwanders.nl

Het vuurwerkverbod

We zitten weer rond de winterperiode en dat wil zeggen dat we middenin het vuurwerkseizoen zitten. Nu hoor ik jullie denken: het vuurwerkseizoen? Vuurwerk is toch om oud & nieuwjaar te vieren? Ja, dat dacht ik vroeger ook. Maar helaas begint de overlast van vuurwerk (voor mij) al met het korter worden van de dagen.

Al vanaf september zijn de eerste knallen te horen, worden de eerste prullenbakken in parken kapot geschoten en schrik ik al regelmatig op van ware bommen in de straat. En nu valt het in Nijmegen nog mee vergeleken met bijvoorbeeld Den Haag. Maar ik ervaar het als overlast. Omdat ik er gevoelig voor ben. Maar ook omdat ik er niet tegen kan dat mensen weggomen met iets dat illegaal is. Iets dat strafbaar is. Ik vind het onbegrijpelijk dat we brievenbussen dicht moeten maken omdat ze anders kapot worden geschoten met vuurwerkbommen. En dat we huisdieren massaal moeten verdoven de laatste week van het jaar omdat groepen jongeren de straten onveilig maken.

Op zich heb ik niets tegen vuurwerk mits we het gewoon volgens de regels afsteken. Maar dat is blijkbaar te veel gevraagd. En omdat het nu zo mis gaat komen er steeds meer regio's met een vuurwerkverbod, iets dat absoluut niet te handhaven is. De burgemeester schreef begin dit jaar nog dat het een rustige jaarwisseling was. Ik snap niet waar de heer Bruls het over heeft. Is hij wel in Nijmegen geweest met de jaarwisseling?



Ook dit jaar verwacht ik weer tienduizenden Nijmegenaren die zich niets van de regels gaan aantrekken. Iets waar de gemeente en de politie niets tegen gaat doen. Maar leg mij eens uit: waar trekken we dan de grens? Accepteren we alle overtredingen op regels omdat we iets niet kunnen handhaven? Of moet er misschien iets veranderen aan de regels of de inzet van politie?

Kinderboerderij
De Goffert



Kerst
sprookje

Dinsdag 12 &
Woensdag 13
December

van 18:00
tot 20:00
uur

Entree €5,-
*Kinderen onder
de 12 jaar gratis*

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

PETERS
keukeninterieurs
est. 1985

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



St. Jacobslaan 90 Nijmegen
Tel. (024) 3552220
www.peterskeukens.nl

BAKKERIJ
HOLLAND

**BELANGRIJK
NIEUWS!!**



**Nu elke
zondag open!!**

van 08.30 tot 12.00 uur

Nijmegen Wijchen
Sint Jacobslaan 277 Lepelaarstraat 6a
Tel. (024) 355 07 08 Tel. (024) 641 26 90

www.bakkerij-holland.nl



**Stomerij
Swagemakers**

Wij reinigen voor u:
Kleding - Bruidskleding
Dekbedden/dekens
Gordijnen - Vloerkleden



van Peltlaan 190 - Nijmegen
024 355 19 48

Openingstijden:

ma 09:00-17:45 vr 09:00-17:45
di 09:00-17:45 za 09:00-12:00
wo 09:00-12:00 zo gesloten
do 09:00-17:45

in avond op afspraak

Tevens overhemden strijkservice



... bij de buren

Eten, drinken en ontmoeten

Een kop koffie met gebak? Een lunch of een driegangenu met gerechten uit de eigen streek? ... bij de buren is zeven dagen per week voor u geopend:

- Maandag t/m woensdag
van 10.00 uur tot 17.00 uur,
- Donderdag t/m zondag
van 10.00 uur tot 20.00 uur.

GEZELLIG

Potje biljarten met uw buren!

... bij de buren

Irene Vorrinkstraat 401 (Park Malderborgh),
6535 NB Nijmegen | T. 024 - 890 91 33
E. bijdeburen@zzgzorggroep.nl
I. www.restaurantbijdeburen.nl

ZZG zorggroep

WIJKRAAD GROOTSTAL

Het maandelijks spreekuur blijft op de eerste maandagavond van de maand, tussen 19:00 en 20:00 uur in het wijkgebouw De Schakel. Dus deze winter op 4 december 2023, 8 januari, 5 februari en 4 maart 2024.

Het eerste halve uur is er een vrije inloop. De koffie staat klaar!

Natuurlijk kun je je ook aanmelden via een mailtje naar wijkraadgrootstal@hotmail.com. Mail ons ook als je daadwerkelijk wilt helpen in de wijkraad of als je meer informatie wilt.

Eén van de zaken die de wijk raakte was de asielopvang aan de Sint Jacobsweg in Malden. Je zult vernomen hebben dat de gemeenteraad van Heumen heeft besloten het COA (Centraal Orgaan opvang asielzoekers) per 1 december geen toestemming meer te geven voor de opvang van asielzoekers op deze plek. Volgens De Gelderlander gaat Heumen op zoek naar een nieuwe locatie voor kleinschalige asielopvang.

De wijkraad was er blij mee dat het COA uiteindelijk een nieuwsbrief omtrent de asielopvang liet bezorgen in onze wijk.

Kijk je wel eens naar 'Mijn wijkplan Grootstal', oftewel <https://nijmegen.mijnwijkplan.nl/grootstal?>

- Nu staat bijvoorbeeld dat de bewoners van de Lili Bleekerstraat/het Toos Korvezepad pleiten voor een bankje met een speeltoestel om zo de buurtgenoten gemakkelijker te ontmoeten. Wat een mooi initiatief.
- Ook kun je er lezen, dat zowel de Daltonstraat, als de Marie Curiestraat een nieuwe speelplek krijgt. Vanuit 'de Gezonde Buurten Projecten' van Jantje Beton worden er in samenwerking



v.l.n.r.: Harrie, Gerard, Greet en Ton

met Jantje Beton, IVN en Speelplan passende nieuwe speelplekken voor iedereen gemaakt.



Nieuwe speelplek Marie Curiestraat

Graag wenst de Wijkraad Grootstal u fijne kerstdagen, een mooie jaarwisseling en een voorspoedig 2024!

Namens de wijkraad Grootstal,
Harrie Kamphuis (secretaris)



INTENS BLOEMEN

Openingstijden

Maandag t/m vrijdag
Van 9.00 tot 18.00 uur
Zaterdag
Van 9.00 tot 17.00 uur
Zondag
Gesloten



Contact

- Sint Jacobslaan 21
- 6533 BP Nijmegen

✉ info@intensbloemen.nl
 🌐 www.intensbloemen.nl
 ☎ 024-3503036

De bloemist met een ruim
assortiment aan bloemen en
planten, ook vazen.

Het adres voor diverse soorten
(gelegenheids)bloemwerk

Bij ons staat kwaliteit altijd hoog in het vaandel



yogadocent
Mandy Spoeltman

Elke maandag 19.00-20.15

10-rittenkaart: € 115
 proefles: € 8
 losse les: € 13

aanmelden:
 spoeltman1412@gmail.com

www.mandyyoganijmegen.nl
 insta: mandyyoganijmegenn

YOGA VINYASA YOGA FLOW

Va. ma 27 nov '23:
 Nieuwe locatie in
 Hatertse hei

Heidebloemstraat 201
 Nijmegen

BORREL ETEN POOLEN DARTEN BILJARTEN

OPENINGSTIJDEN

Maandag	17:00 - 00:00
Dinsdag	17:00 - 00:00
Woensdag	17:00 - 00:00
Donderdag	17:00 - 00:00
Vrijdag	17:00 - 02:00
Zaterdag	17:00 - 02:00
Zondag	Gesloten

Café

PIET HUISMAN

NIJMEGEN

Nieuw in de wijk: Mandy Yoga in de Heidebloemstraat 201

Vorig jaar stond Mandy ook in dit wijkblad omdat ze toen startte met het geven van yogales in Hatert. Mandy Yoga Nijmegen groeit en daarom is ze op 27 november 2023 verhuisd naar de gymzaal in de Heidebloemstraat 201.

Elke maandag wordt de gymzaal omgetoverd tot een sfeervolle yoga shala. Yoga flow is de yogavorm die ze geeft. Dit is een dynamische vorm van yoga, waarbij je beweegt op het ritme van je ademhaling "meditatie in beweging".

Het laatste deel van de les wordt afgesloten met rustige oefeningen en een heerlijke eindontspanning.

Beginners en ook meer ervaren yogi's zijn welkom; je kunt elk moment instromen. Mandy Yoga werkt laagdrempelig en eenvoudig: je zit niet vast aan

een abonnement. Je kunt eerst een proefles doen en daarna losse lessen volgen of een 10-rittenkaart kopen.

Elke maandag van 19.00 tot 20.15 uur (m.u.v. de schoolvakanties) geef ik les. Er staan meer lessen op de planning zoals: yin yoga en nog een yogaflow.

Ben je enthousiast geworden?
Kijk op www.mandyyoganijmegen.nl / info@mandyyoganijmegen.nl

Zie ik je binnenkort op de mat?

Mandy Spoeltman
Mandy Yoga Nijmegen

Waalbrugspeld voor Richard Hendriks

Op 18 november jl. werd Richard Hendriks met een smoesje naar de Militaire Begraafplaats Jonkerbos gelokt. Daar stond burgemeester Bruls hem met een aantal familieleden en vrienden op te wachten. Tot zijn grote verrassing kreeg hij door de burgemeester op dit voor hem zo bekende terrein de Zilveren Waalbrugspeld op zijn jas gespeld.

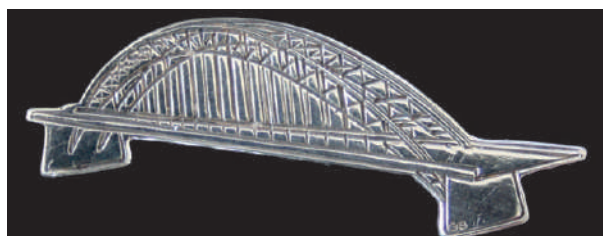
Al vanaf 2017 organiseert Richard hier elke kerstavond met een aantal vrijwilligers een lichtjesavond. Hierbij wordt op alle 1643 graven van omgekomen militairen een brandend kaarsje geplaatst om de jonge mannen te herdenken, die hun leven voor onze vrijheid hebben gegeven. Zie hiervoor het bericht elders in dit blad.

Daarnaast is Richard al vanaf 1990 actief met het organiseren van herdenkingen voor de veteranen uit de Tweede Wereldoorlog. Dat deed hij eerst voor de Royal British Legion Arnhem-Nijmegen Branche, maar sinds die opgeheven werd, gaat hij tot op de dag van vandaag door voor de Royal Canadian Legion Branch 005 Netherlands.



Richard, de lezers van De Heistal kennen je al door je grote belangstelling voor alles wat je geboortestad Nijmegen betreft. Ook namens de redactie en de lezers van ons blad willen wij je van harte feliciteren met deze zo verdiende onderscheiding.

Tekst: Bart Janssen



Zilveren Waalbrugspeld

Nieuws uit Stadstuin De Groene Schakel

Terugblik zomerseizoen

Het zomerseizoen ligt weer achter ons. Vanaf het voorjaar zijn we vooral de strijd aangegaan met het woekerende gras dat door de zachte winter in de grote border was door blijven groeien. En met in het geheugen de droge zomer van vorig jaar, waarvan de vaste planten ook veel te lijden hebben gehad, hadden we een nieuwe strategie gevonden om beide problemen aan te pakken: stukje bij beetje werden de vaste planten bevrijd van de graspolen en gaven we wolkorrels aan de voet van de plant (wolkorrels houden vocht vast en geven mineralen af aan de grond). De open plekken werden afgestrooid met houtsnippers om zo de bodem tegen uitdroging te beschermen en om meer bodeminsecten en goede schimmels in de grond te krijgen. Ook zijn er een paar kleine bomen in de border geplaatst om meer schaduw te geven. We zijn heel trots op het mooie resultaat: de vaste planten hebben zich prachtig én krachtig ontwikkeld waardoor de hele zomer lang alles mooi in bloei stond. Omdat het gras door de zachte winters te veel groeikracht houdt hebben we de keus gemaakt de komende winter door te werken om grassen en ongewenste planten weg te halen.

De poel was zo overwoekerd door de explosie van de waterplanten dat dit niet meer handmatig uit te dunnen was. Via de gemeente is de dikke plantenlaag verwijderd en is de poel weer mooi open geworden. Het ziet er nu nog wat minder fraai uit door de sporen van de graafmachine maar de beplanting herstelt zich weer in het voorjaar. We zagen zelfs wat groene kikkers wegspringen. Het is een goed teken dat er ook meer dierenleven begint te komen in de poel. In de zomer zagen we al mooie libellen en waterjuffers boven het water.

Natuurwerkdag 4 november

Elke eerste vrijdag én zaterdag van november organiseerde LandschappenNL samen met provinciale landschapsbeheerorganisaties de Natuurwerkdagen. Men kon een groen project aanmelden dat biodiversiteit ondersteunt wanneer er een klus was waarvoor extra handjes gebruikt kon gebruiken. Vrijwilligers konden via de website op zoek naar een eenmalige klus en zich inschrijven om een dagje mee te helpen. Hoe mooi is dat! Stadstuin De Groene Schakel was als project aangemeld en we mochten daardoor op deze zaterdag drie extra krachten uit de buurt verwelkomen. Met daarbij 10 van onze vaste vrijwilligers hadden we dus een mooi team om een aantal grotere klussen in de tuin aan te pakken.

Wat hebben we allemaal gedaan? Er was een aantal verschillende klussen te doen. Leuk was het om te zien dat zich bijna vanzelf groepjes vormden voor de verschillende taken.

Drie vrijwilligers gingen aan het werk met het pad langs de grote border. Wat vormden zij een superteam, alsof ze dagelijks gewend waren met elkaar samen te werken! Kanten afsteken, gras verwijderen, kruiwagens vol met houtsnippers aanvoeren en mooi over het pad verdelen. Twee anderen hielden zich bezig met het maken van een lage takkenril tussen de smalle border bij het Kastanjeplein en het grasland. Zo krijgt het gras minder kans om in de border te groeien en het biedt een mooie schuilplaats aan vogels, insecten en kleine veldieren.

Aan de kant van de Archimedesstraat is gras verwijderd om plaats te maken voor een nieuwe border, deze is opgevuld met vaste planten en daartussen zijn ook flink wat

bloembollen geplant. Dit belooft vanaf het komende voorjaar een mooi bloemrijk stuk te worden met veel voedsel voor vlinders en bijen.

De speelheuvel was te hoog geworden en er waren hier en daar hapen grond uit geschept waardoor het er niet zo fraai meer uitzag, maar vooral niet echt fijn meer was om op te spelen. De heuvel is goed aangepakt zodat deze nu weer geschikt is om op te klimmen. Twee anderen hebben zich beziggehouden met de haag: gesnoeid, dode stukken eruit gehaald en hier en daar wat nieuwe struiken geplaatst. Aan de kant van de Edisonstraat is de haag verlengd zodat deze nu aansluit op het hekwerk en kinderen niet zomaar de straat op kunnen lopen (waar overdag de bus 12 keer per uur langrijdt).

Dit geheel ondersteund door 2 vrijwilligers die zorgden voor de aanvoer van materialen, koffie, thee en soep maakte het tot een productieve dag. De bedoeling was om tot 15:00 uur te werken; helaas gooide de regen te veel nattigheid over ons uit waardoor we om 13:00 uur gestopt zijn. Maar wel met een mooi resultaat!

Wilt u ook deel uitmaken van ons gezellige team? Gedurende de wintermaanden werken we door op de zaterdagochtend tussen 10:00 uur en 12:30 uur (alleen bij heel slecht weer niet). Ook al zou u slechts af en toe eens willen helpen, dan bent u altijd welkom om aan te sluiten bij de vrijwilligers die op dat moment in de tuin aan het werk zijn. Informatie over de tuin kunt u navragen op: bestuurdegroeneschakel@gmail.com

Namens Vrijwilligers Stadstuin De Groene Schakel,
Marriet van den Berg

**Gezonde
Buurten**

Een project van Jantje Beton,
IVN Natuureducatie en JOGG

Gratis activiteiten in Grootstal

ma 4 december
14.30 - 15.30 uur

Kleuter pietengym

van 0 - 6 jaar

*sint in
zicht!*

▶ Speeltuin Marie Curiestraat

i Bianca.bolwerk@bindkracht10.nl

di 5 december
15.00 - 16.00 uur

Pietengym

Vanaf 6 jaar

▶ Daltonstraat, Multikooi

i Bianca.bolwerk@bindkracht10.nl

wo 13 december
17.00 - 19.00 uur

Winterwensboom

Sport- en spelactiviteiten
Iedereen welkom!

▶ Speeltuin Marie Curiestraat

i Bianca.bolwerk@bindkracht10.nl

wo 20 december
14.00 - 15.00 uur

Winterwensboom

Samen soepie doen
Iedereen welkom!

*LEKKER
BUITEN
ETEN!*

▶ Speeltuin Marie Curiestraat

i Bianca.bolwerk@bindkracht10.nl

wo 27 december
13.00 - 15.00 uur

Ouder-kind voetbaltoernooi

Iedereen welkom,
mét lekkere koffie!

▶ Daltonstraat, Multikooi

i Bianca.bolwerk@bindkracht10.nl

wo 3 januari
van 17.00 tot 19.00 uur

Winterwensboom

Gaat jouw wens in vervulling?
Iedereen welkom!

▶ Speeltuin Marie Curiestraat

i Bianca.bolwerk@bindkracht10.nl

do 11 januari
15.00 - 16.30 uur



3x3 basketbalclinic

Vanaf 10 jaar (laat je skills zien)

▶ Daltonstraat, Multikooi

i Bianca.bolwerk@bindkracht10.nl

do 25 januari
14.00 - 15.00 uur



Winterwandeling

Iedereen welkom!

*IK HEB
EEN POTJE
MET VET...*

▶ Verzamelen bij de Groene Schakel

i Bianca.bolwerk@bindkracht10.nl

za 27 januari
10.00 tot 15.00 uur

Schaatspret in Grootstal

Iedereen welkom!

▶ Speeltuin Marie Curiestraat

i Bianca.bolwerk@bindkracht10.nl

Tandheelkundig Centrum

St. Jacobslaan & de Waalsprong

Praktijk voor reguliere Tandheelkunde en Implantologie

✉ info@tcsw.nl ☎ 024-3222319

St. Jacobslaan 433, 6533 GV Nijmegen



Rob Disbergen Makelaars

- 👍 Waardebepaling
- 👍 Verkopen
- 👍 Aankopen
- 👍 Taxaties
- 👍 Hypotheekberekening

Samen even overleggen over de verkoop van uw woning of de aankoop van een nieuwe woning?

Ook voor taxaties en hypotheek bij alle grote banken kunt u op ons kantoor terecht.

Kies voor zekerheid, kies voor Rob Disbergen Makelaars

Hatertseweg 126 | 6533 AS Nijmegen

T 024 - 356 62 63

E info@robdisbergen.nl

W www.robdisbergen.nl



*Achter iedere traan van verdriet,
schuilt een glimlach van herinneringen...*



Claudia Rossen

UITVAARTVERZORGING

TEL. 06 - 223 824 04

Persoonlijke uitvaartzorg, ongeacht waar en of u verzekerd bent

Ook al heeft u elders een uitvaart- of begrafenisverzekering: u heeft altijd de vrije keuze voor uw uitvaartverzorger.

Een uitvaart zoals ú die wenst: leg het vast voor de nabestaanden in het gratis verkrijgbare "Laatste Wensenboekje"

claudia@rossenuitvaartzorging.nl
www.rossenuitvaartzorging.nl



DAG EN NACHT BEREIKBAAR

Gemeente Nijmegen komt met nieuwe aanpak voor energietoeslag 2023

Het college van burgemeester en wethouders heeft nieuwe beleidsregels – een nieuwe aanpak – voor de energietoeslag vastgesteld. De energietoeslag is voor inwoners met een laag inkomen om te helpen met de hogere energiekosten. De gemeenteraad neemt eind november een besluit over de benodigde middelen voor de uitvoering en de verstrekking van de toeslag. Als de gemeenteraad akkoord gaat krijgen inwoners die bekend zijn bij de gemeente nog dit jaar een automatische (na)betaling van de energietoeslag 2023.

Andere inwoners die recht hebben op energietoeslag kunnen deze dan vanaf 2 januari 2024 aanvragen. De nieuwe beleidsregels voor de energietoeslag 2023 zijn:

- Inwoners met een inkomen tot 130% van het sociaal minimum ontvangen de energietoeslag 2023 van in totaal € 1.300,-.
- Rechthebbenden die met meerdere meerderjarige inwoners op één adres wonen (bijvoorbeeld een woongroep), ontvangen in totaal € 650,- energietoeslag 2023 per persoon.
- De aanvraag blijft open staan tot 1 april 2024.

Extra hulp voor jongeren met financiële problemen

De gemeente Nijmegen wil jongeren met financiële problemen extra ondersteunen. Daarom start de gemeente in november met het Jongerenperspectieffonds (JPF). Samen met partners. Dit is een extra mogelijkheid binnen de schuldhulpverlening aan jongeren. Jongeren kunnen met het JPF na twee jaar weer aan de slag met een goed perspectief voor de toekomst. Naast het werken aan de schuldsituatie is er binnen deze landelijke

ontwikkelde methode ruimte voor persoonlijke ontwikkeling.

John Brom, wethouder Armoedebestrijding: “In het coalitieakkoord 2022 – 2026 hebben we de ambitie voor een Jongerenperspectieffonds opgenomen. Nu gaan we hiermee van start en kunnen we jongeren met financiële problemen nog beter helpen in Nijmegen. Het gaat hierbij om het bieden van perspectief. Dat gaat verder dan het aflossen van schulden en ook om bijvoorbeeld het volgen van een opleiding, vinden van een baan of het veranderen van woning.

Werkwijze Jongerenperspectieffonds (JPF)

Jongeren die deelnemen aan het JPF krijgen hulp van de gemeente Nijmegen (Team Geldzorgen), Bindkracht10 of R75. De hulpverleners kijken samen met de jongere welke hulp het best passend is. Vervolgens krijgt de jongere een trajectbegeleider die deze persoon begeleid, samen met de schuldregelaar van gemeente Nijmegen. Bindkracht10 en R75 gebruiken hun specifieke kennis over jongeren, die van groot belang is om de jongere zo goed mogelijk te helpen. Mocht er meer specialistische ondersteuning nodig zijn, wordt een beroep gedaan op het Nijmeegse professionele netwerk gericht op jongeren. Denk hierbij aan zorginstellingen, het Werkbedrijf en het ROC. Of iemand in de naaste omgeving van de jongere.

Aanspreekpunt voor jongeren

Jongeren met financiële problemen of geldzorgen kunnen terecht bij een Financieel Expert in de Wijk. Dit zijn hulpverleners die vrijblijvend helpen. Hiervoor kan iedereen binnenlopen bij een Stip, een ontmoetingsplek in de wijk waar inwoners met vragen en voor ad-

vies terecht kunnen. Voor meer informatie: www.nijmegen.nl/geldzorgen

Meedoenregeling

Heeft u de Meedoenregeling al aangevraagd? Met de Meedoenregeling kunnen Nijmegenaren met een laag inkomen voor maximaal € 150,- een cursus of activiteit doen. Denk aan een danscursus, rijlessen, een behandeling bij de schoonheidsspecialiste, naar de film of het theater. U kunt kiezen uit meer dan 100 aanbieders!

U mag het hele jaar door starten met uw activiteit, maar uiterlijk op 31 december 2023. De activiteit mag doorlopen in 2024.

Om de Meedoenregeling aan te vragen mag u inkomen niet hoger zijn dan deze bedragen:

- Alleenstaand: € 1.680,-
- Alleenstaande ouder: € 2.160,-
- Getrouwd/samenwonend: € 2.395,-

College bezoekt Hatert

Dinsdag 14 november was het college van burgemeester en wethouders op bezoek in Hatert. Hatert is de grootste wijk van Nijmegen met zo'n 10.000 inwoners en kenmerkt zich door de grote diversiteit aan culturen en achtergronden. De rode draad van de middag was dan ook 'verbinding'. Hoe weten inwoners elkaar, maar ook de professionals, te vinden? En andersom! Verschillende inwoners en professionals deelden inspirerende verhalen, initiatieven en ervaringen. En er was ruimte voor het college om in gesprek te gaan met de aanwezigen. Een mooie en waardevolle middag, waarin inwoners, professionals en het college letterlijk en figuurlijk in 'verbinding' stonden.

Bron: Nieuwsbrieven gemeente Nijmegen oktober/november 2023

FILMMIDDAG

Elke 3^e donderdag van de maand januari tot en met mei 2024. Films uit de oude doos.

De zaal is open vanaf 13:30 uur.
Aanvang film 14:00 uur.

Gratis entree.
Aanmelden is niet nodig.
Wijkcentrum de Schakel,
telefoon: 024 - 3566520.

Data:
18 januari
15 februari
21 maart
18 april
16 mei

ROMMELMARKT



21 januari

10.00-13.00 uur

Gratis entree

in wijkcentrum De Schakel

Info tafelverhuur:

Tel. 024 - 3567671

Bellen tussen 20:00 - 20:30 uur

Rommelmarkt 21 januari, 18 februari en 17 maart

Voorlichting over kanker
Wijkcentrum de Schakel
2 februari 2024
Van 19:00 - 21:00 uur



MARIKENHUIS

Stichting Omnya

Scouting Jan van Hoof

Slotenmaker de Bruineweg 161



Gratis bezorging in de buurt



Olie-/krentenbollen € 1,-

10 voor € 9,-

Appelbeignets

5 voor € 10,-

oliebollenactie

Onze winkel is open:

30 dec: 11.00 -16.00 uur

31 dec: 9.00 -15.00 uur OP = OP

bestel op: www.scoutingjanvanhoof.nl



Tijd	Activiteit	Locatie
December		
10	14.00-18.00u Familie Sfeermarkt	Wijkcentrum De Schakel
	20.00-21.30u Lezing: Bandung aan de Waal	Mariënburghkapel, info@hvdng.nl
12	14.45-17.00u Butcher's Crossing drama – western	Senioren Cinema, Cinetwins Kerkplein 2, Malden, tel. 024-6221346
15	13.00-16.00u Repaircafé	Wijkcentrum De Schakel
16	12.00-16.00u Kerstmarkt	De Industrie, Weurtseweg 105 6541 AP Nijmegen
17	16.00-20.00u Kerstmarkt Villa Klein Heumen	Scheidingsweg 111, 6525 TD Nijmegen
21	14.00-16.00u Film	Wijkcentrum De Schakel
22	20.00-22.00u Christmas in de Stevenskerk met The Choir of St. John's College of Cambridge	Stevenskerk www.stevensconcerten.nl
Januari 2024		
13	16.00-18.00u Muziel Ligconcert Mindfulness &	Stevenskerk, www.stevenskerk.nl/agenda
	20.00-22.00u Klassieke Muziek	of www.muziel.nl
24	12.30-13.15u Gratis lunchconcert, klassieke muziek	De Vereeniging, tel.024-3221100
26	20.00-22.30u Night of the Psalms	de Boskapel, Graafseweg 276, 6532 ZV Nijmegen, tel. 06-57866196
28	10.00-10.35u Peuterpret met Tessa Zoutendijk:	De Lindenberg, Ridderstraat 23,
	11.00-11.35u muzikale, speelse belevenis voor kids	6511 TM Nijmegen, tel. 024-3273911
	van 2 – 4 jaar	
Februari 2024		
6	19.30-21.00 Lezing: Het heelal gezien door de James Webb Space	Bibliotheek Muntweg, Muntweg 207 6532 TH Nijmegen, tel. 024-3274911
18	10.00-10.35u Peuterpret met Tessa Zoutendijk:	De Lindenberg, Ridderstraat 23,
	11.00-11.35u muzikale, speelse belevenis voor kids	6511 TM Nijmegen, tel. 024-3273911
	van 2 – 4 jaar	
Maart 2024		
13	20.00-21.30u Lezing: de Hohenstaufen en Nijmegen	Mariënburghkapel, info@hvdng.nl
22	14.00-16.00u Thé Dansant	Wijkcentrum De Schakel

Lampionenoptocht



Meer dan twintig kinderen liepen zaterdag 11 november jl. mee in de lampionoptocht van Hatertse Hei. In een vrolijke stoet liepen peuters, kleuters, schoolkinderen en hun (groot)ouders van de waterpomp in de Hommelstraat naar het Gofferthuis aan de Libellenstraat. Daar liepen ze een rondje om het huis om naar de bewoners te zwaaien en kregen ze een mandarijn. Daarna ging de optocht naar de Heiweg om weer terug te keren naar de

waterpomp. Daar werd de tocht afgesloten met een ballon en een zakje snoep. De kinderen vonden het leuk om in het donker met een lichtje te lopen. Hopelijk krijgt de optocht volgend jaar een vervolg!

De lampionoptocht werd georganiseerd door de Wijkraad Hatertse Hei.

Tekst en foto's: Bettine Winters



100 jaar OLV van Lourdeskerk

In 2025 bestaat de OLV van Lourdeskerk aan de Hatertseweg 100 jaar. Een jubileumjaar met een dubbel gevoel want het betekent ook dat de Lourdeskerk dan gesloten wordt. Voor mij een reden om dieper in de geschiedenis van deze kerk en parochie te duiken met het doel hierover een boek te schrijven.

Voor mij is dit een interessante ontdekkingstocht door de (kerkelijke) geschiedenis van Nijmegen en met name de ontwikkeling van het gebied ten zuiden van de spoorlijn tot aan Hatert.

De vestingstad Nijmegen die al jaren uit zijn voegen dreigde te barsten, kreeg in 1874 eindelijk toestemming om de stadsmuren af te breken en de stad uit te breiden. De stad bereidde zich daarna zo snel uit dat het niet lang duurde voordat de nieuwe St. Antoniuskerk aan de Groenestraat te klein werd.

In 1923 werd daarom besloten aan de Hatertseweg een nieuwe parochie op te richten die gewijd zou worden aan Onze Lieve Vrouw van Lourdes. Als bouwpastoor werd de Nijmegenaar G.M. de Grood benoemd die toen kapelaan in Rosmalen was. Met veel geestdrift zette hij zich in om voldoende geld

bij elkaar te brengen om de bouw te kunnen starten. Datzelfde jaar ontving hij bij zijn bedevaart naar Lourdes van de bisschop van Tarbes, waar Lourdes onder valt, een relikwie: een rotsfragment uit de holte waar Maria aan Bernadette verscheen.



De R.K. O.L. Vrouw van Lourdeskerk (uit 1925); van de kerk is hier alleen nog maar het achterste gedeelte met koepel en de voorlopige voorgevel gebouwd; het schip en de definitieve voorgevel zouden gerealiseerd worden in 1948

In september 1924 kon de eerste steen worden gelegd en op 29 juni 1925 kwam Mgr. Diepen naar Nijmegen om de nieuwe kerk in te wijden. De koeplkerk die ontworpen was door ir. H. Theunissen was op dat moment nog maar half afgebouwd. De Nijmeegse jeugd bracht met kleine bijdragen het geld bij elkaar voor de massieve grot van Frans natuursteen die naast de kerk werd gebouwd. De relikwie uit Lourdes werd in de grot ingemetseld.



Eerste steenlegging

Pastoor De Grood was een groot Mariavereerder. Dit bracht hem er toe om de Middeleeuwse Maria Omdracht die vanaf de inwijding van de St. Stevenskerk tot aan de reformatie in Nijmegen had plaatsgevonden, nieuw leven in te blazen. Het eindpunt van deze processie werd de Lourdesgrot naast de Lourdeskerk. Voor de kinderen was er een aparte Maria Omdracht die vanuit de verschillende katholieke scholen naar de Lourdesgrot ging waar dan ter afsluiting een plechtigheid plaatsvond. Daarnaast zette hij zich in om voor zieken, die geen reis naar Lourdes konden betalen, geld in te zamelen zodat zij toch deze bedevaart konden maken. Ofschoon hiervoor een aparte vereniging werd opgericht, bleven de pastoors van de Lourdeskerk hier lange tijd voorzitter van.

In die tijd ontstonden ook vele katholieke verenigingen die aan de parochies verbonden waren. Zo was er in de Lourdesparochie bijvoorbeeld de Mariacongregatie waarvan de Mariacongregatieclub (MCC) onderdeel was. MCC kende verschillende activiteiten waaronder de voetbalclub MCC. Hiervan kon je alleen lid worden als je ook lid was van de Mariacongregatie.

Pastoor De Grood heeft nog de eerste steen gelegd voor de Lourdesschool maar hij mocht niet meer meemaken dat de school in gebruik werd genomen. Eind 1927 overleed hij na een ongelukkige val op 42-jarige leeftijd.

Zijn opvolger pastoor A.J. Schots heeft ervoor gezorgd dat de Akkerlaan en Veldstraat werden aangelegd zodat hier voor de kleuters de Montessori-school en voor de meisjes de Bernadetteschool kon worden gebouwd. Ook kwam er het parochiehuis aan de Akkerlaan dat aan veel jeugdverenigingen en de bibliotheek onderdak bood.

Verder hebben een behoorlijk aantal jonge priesters uit de parochie in de Lourdeskerk hun eerste mis opgedragen. Vaak werden zij door bruidjes en belangstellenden van huis naar de kerk begeleid en werd er feestelijk gevlagd langs de route.



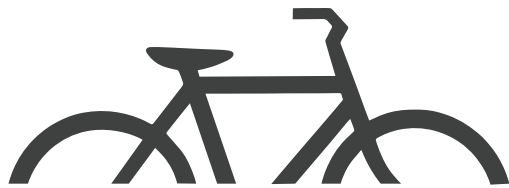
Misdienaars van de Lourdeskerk voor de Lourdesgrot

Hoewel het Regionaal Archief Nijmegen veel materiaal over de Lourdeskerk beschikbaar heeft, ben ik toch op zoek naar nieuw materiaal en vooral ook naar de herinneringen van de parochianen en kerkbezoekers: wat zijn gebeurtenissen die zijn bijgebleven, de veranderingen in de kerk, verhalen over de activiteiten van de verschillende verenigingen en congregaties, het vrijwilligerswerk of gewoon de indruk van de kerkbezoeker. Kun u mij hiermee helpen?

U kunt mij bereiken via astrid.sanders@hotmail.com of 06-44189008

Tekst: Astrid Sanders

Foto's: Regionaal Archief Nijmegen (RAN)



FIETSENMAKER GROOTSTAL

reparatie - onderhoud - verkoop - service

- Verkoop fietsen
- Reparaties
- Verkoop accessoires
- Haal & Breng service
- 400M2 Fietsplezier



Wij zijn o.a dealer van:



HATERTSEWEG 469

Maandag
Dinsdag
Woensdag
Donderdag
Vrijdag
Zaterdag
Zondag

13:00 tot 18:00
09:00 tot 18:00
09:00 tot 18:00
09:00 tot 18:00
09:00 tot 18:00
09:00 tot 17:00
Gesloten

024-7633792

www.fietsenmakergrootstal.nl

info@fietsenmakergrootstal.nl



FYSIOCENTRUM NIJMEGEN

Wij bieden u:

- Hoogwaardige patiëntenzorg met een tevredenheid van **8,9!**
- Alle fysiotherapeutische specialismen in huis
- Nauwe contacten met zorgmedewerkers in de wijk
- Actieve samenwerking met uw huisarts en verwijzers

U bent van harte welkom op één van onze volgende adressen:

St Jacobslaan 345A
Groenestraat 217y

www.fysiocentrumnijmegen.nl
info@fysiocentrum-nijmegen.nl

T 024 3540404

TAEKWONDO DA'S KICKEN!



Lekker sporten, werken aan je weerbaarheid en nieuwe mensen ontmoeten? Bij deze gezellige club in Nijmegen kan je al meer dan 45 jaar terecht!

Ben je tussen de 5 en 50+?
Kom eens langs voor
een gratis proefles!



Kijk voor trainingstijden en info op www.yoosin.nl



AANNEMERSBEDRIJF

W.G.M SANDERS

Nieuwbouw Verbouw Onderhoud

Heiweg 171-171A
6533 PB Nijmegen

T: 024 - 355 41 55
F: 024 - 355 82 72

E: info@wgmsanders.nl
I: www.wgmsanders.nl

Laat uw dierbare video opnames digitaliseren!



Videobanden hebben niet het eeuwige leven. Na verloop van tijd zal de kwaliteit slechter worden.

Laat ze daarom tijdig op DVD en/of USB overzetten.

Af te spelen op dvd-speler, computer, TV met USB, etc.

Wij digitaliseren: VHS, VHS-C, SVHS, SVHS-C, Video 8, Digi 8, Hi-8, Mini DV en DV.

Marconistraat 16, Nijmegen (Bezoek alleen na afspraak)
Tel: 06-13955630



huisartsenpraktijk
HET BOS

Huisartsenpraktijk “Het Bos” in Medisch Centrum, St. Jacobslaan in Nijmegen

Naast de nieuwe naam van de huisartsenpraktijk – voorheen Bijleveld, Huurman & Hennekam – nu “Het Bos” – is ook de nieuwe samenstelling van het doktersteam aanleiding om in gesprek te gaan met huisarts en praktijkhouder, Mattijs Hennekam.

Er is veel gebeurd in korte tijd. Dokter Willem Bijleveld ging met pensioen en zijn beoogde opvolger besloot op het laatste moment een andere richting op te gaan. Vervolgens nam ook dokter Marike Huurman per 1 oktober afscheid om zich op onderwijs te richten, wat een extra uitdaging vormde voor het reeds uitgedunde artsenteam.

Voorop stond: de zorg waarborgen voor alle patiënten en het bij elkaar brengen van nieuwe huisartsen. De praktijk steunt op assistenten en praktijkondersteuners, op hun ervaring en kennis. Zij zijn onmisbaar voor een goede en betrouwbare gang van zaken.

Dokter Anne Asselbergs en dokter Michiel Van Rens zijn in dienst gekomen van de huisartsenpraktijk. Zij nemen de zorg voor de patiënten van respectievelijk dokter Huurman en dokter Bijleveld over.

Patiënten hechten veel waarde aan een bekend gezicht; het is prettig om zoveel mogelijk dezelfde dokter in de spreekkamer te zien. Het doel van de praktijk is dan ook om op termijn aan iedere patiënt twee dokters te koppelen. Zo kan iedereen de dokters kiezen waar hij of zij zich prettig bij voelt en die ze goed kunnen leren kennen. Om dit te bereiken wordt het team nog verder uitgebreid met twee vaste huisartsen. Zo zijn er dagelijks drie huisartsen beschikbaar om een afspraak mee te maken. Het wordt een praktijk met vijf huisartsen, ondersteund door een team bestaande uit zeven assistenten, een praktijkondersteuner somatiek, twee praktijkondersteuners GGZ en een praktijkondersteuner jeugd. Een groot team, waarin toch het persoonlijke contact tussen de praktijk en de patiënten centraal staat.

Dan de naam “Het Bos”. Mattijs Hennekam vertelt graag in het bos te komen, samen met zijn hond om te wandelen, of om te sporten. In de natuur zijn

geeft rust en tijd om na te denken. Hij zocht een naam die los staat van de wijk en ook anders is dan de standaardnamen voor een huisartsenpraktijk.

Bij “Het Bos” heeft hij bepaalde associaties die passen bij de kernwaarden waar de praktijk voor staat: groei, gezondheid, vernieuwing, samenwerking en balans. Naast deze kernwaarden is duurzaamheid belangrijk voor de praktijk. Zo gaan ze bewust om met afval, gaan ze de CO₂-afdruk van de praktijk compenseren en maken ze waar mogelijk duurzame keuzes. Wees dus niet verbaasd als u bezoek krijgt van uw arts op de fiets.

De nieuwe naam en de nieuwe stijl wordt de komende tijd verder doorgevoerd binnen de praktijk.

Een ander belangrijk thema is “positieve gezondheid”, een benadering van gezondheid die verder kijkt dan enkel de afwezigheid van ziekten. Het richt zich op het versterken het vermogen van mensen om zelf de leiding te nemen over hun leven, met aandacht voor zowel lichamelijke als geestelijke gezondheid zodat ze keuzes kunnen maken die bij hun passen. Dit wordt stap voor stap ingevoerd in de werkzaamheden van de praktijk, door medewerkers hierin te trainen het toe te passen bij gesprekken.

Ter afsluiting: in het medisch centrum zijn naast “Het Bos” andere huisartsen gevestigd. Ook de apotheek, fysiotherapie en een psychologenpraktijk maken onderdeel uit van dit medisch centrum. De ZZG-zorggroep stuurt vanaf de bovenste etage de teams aan voor de thuiszorg in de wijken Hartertse Hei, Grootstal en Hazenkamp.

In de nabije toekomst gaat de redactie van ons wijkblad ook deze bewoners van Jacobslaan 345 aandacht geven.

Tekst: Carla Boves

©Niets uit dit artikel mag worden verveelvoudigd, door middel van druk, fotokopieën, geautomatiseerde gegevensbestanden of op welke andere wijze zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Bart Janssen deelt herinneringen Willy Busser en Annie Arntz-Busser



Traditiegetrouw naar de kerk

Willy en Annie Busser woonden met hun ouders en twee broertjes op de Mollenhutseweg 231. Het gezin Bal woonde Mollenhutseweg 235. Jaren later werden de huizen vernummerd naar resp. 33 en 37.

Zondag, de 24e augustus 1952, begon als alle andere zondagen in de zomervakantie. Eerst met het gezin naar de H. Mis in de nog zo nieuwe St. Franciscuskerk aan de St. Jacobslaan hoek Heiweg. Pas na de H. Mis mocht je ontbijten, want volgens de katholieke traditie diende je toen nog tot na de Communie nuchter te blijven.

Willy Busser (9 jaar) had niets met de kerk. Voor een kind van 9 jaar was het volgen van een H. Mis, die in het Latijn gelezen werd, een uiterst saai, maar wettelijk verplicht nummer. Hij verheugde zich gedurende de hele mis op de middag!

Motorsport in de Goffert

In het Goffertstadion zou de Rooms Katholieke Zuid-Nederlandse Motorsport Bond in de volksmond de "RKZNMB" motorwedstrijden gaan houden en hij mocht er met zijn vier jaar oudere zus Annie naar toe.

Annie, die haar nieuwe witte jurk met rode rozen voor het eerst aan mocht, had haar vriendin en buurmeisje Brennie Bal gevraagd of ze meeging, maar dat mocht niet van haar moeder. Daarop is

Annie met Willy nogmaals naar mevrouw Bal gegaan om het opnieuw te vragen, omdat er zoveel kinderen van de Mollenhutseweg mee naar de wedstrijd mochten. Moeder Bal zwichtte en Brennie volgde de vriendjes en vriendinnetjes uit de buurt naar het stadion.

Ze waren erg vroeg vertrokken, want Annie en Brennie wilden vooraan in het sta-vak naast de hoofdtribune zien te komen. Je had daar vanuit de verte een prachtig overzicht op de aanstormende motoren en bovendien kon je daar als je geluk had, op de stangen vóór de betonnen rand zitten. Dat mocht wel niet, maar veel kinderen deden het toch. Ze hadden geluk. De stangen waren nog niet bezet. Willie zocht een plaats in de volgende bocht.

Langzaam vulde het stadion zich achter hen en zittend op de stangen met de voeten op de betonnen rand wachtten Annie en Brennie op de start van het gebeuren.

De vlaggenman zwaaide met zijn grote wit-zwart geblokte vlag en met een ontzettend geluid knetterden de motoren de baan op. Wat een sensatie. Het publiek joelde als de motoren in golvende bewegingen over de wielersbaan voorbij scheurden.

In de pauze zocht Willy zijn zus even op om te zeggen dat hij zo enorm genoot. Annie vroeg hem bij hen te komen zitten, maar

daar voelde hij niets voor. Hij zei, dat hij een bocht verder veel meer kon zien en hij vertrok weer naar zijn plaats. De tweede helft begon. De 24-jarige coureur Tinus van den Akker uit Beek en Donk verscheen met coureur Jos van Ooyen uit Elst en een aantal andere coureurs uit Nijmegen, Brabant en Limburg aan de start. Ze waren aan elkaar gewaagd.

In het begin van de tweede helft had de speaker de kinderen met de voeten op de betonnen rand opgemerkt en door de luidsprekers schalde de waarschuwing, dat zij achter de stangen moesten gaan staan. Niemand deed het. Het uitzicht was daar veel te mooi om op te geven en ze bleven zitten.

En toen gebeurde het...

In de laatste ronde zag Willy de motoren weer aankomen. Hij zag dat coureur van Ooyen, die voor de Hazenkamptribune was afgevlagd, met dezelfde snelheid doorreed. Dat werd spannend, want Van den Akker, die voor de hoofdtribune was afgevlagd en nog moest uitrijden, kwam wel héél dicht bij hem in de buurt. De volgende seconden zou hij zijn leven lang niet meer vergeten. De twee coureurs raakten elkaar en verloren beiden de macht over het stuur. In volle vaart vlogen de motoren mét de coureurs door de lucht en Tinus van den Akker kwam tussen de kinderen op de tribune terecht, precies op de

plaats waar Annie en Brennie zaten. In een flits zag Willy dat de coureur met de benen omhoog tussen de stangen en de betonnen rand in elkaar zakte.



Stangen bij de betonnen rand

Ook zag hij dat Brennie en Annie vol door de motor waren geraakt en over de betonnen rand naar beneden waren geslagen.

Hij rende naar de rand en zag dat de vlaggenman zich over Brennie bukte en vervolgens zijn grote wit-zwarte vlag over haar heen legde. Willy keek om zich heen en zag overal bebloede mensen op de tribune. Hij moest wèg. Hij moest naar huis en hij begon naar de uitgang te rennen. Eenmaal buiten het stadion rende hij door tot op de Mollenhutseweg. Mevrouw Bal stond buiten en vroeg hem wat die sirenes op de Goffert te betekenen hadden. Hij negeerde haar vraag, want hij besepte, dat de ziekenauto's voor Brennie en voor zijn zusje bedoeld waren. Binnen vroeg zijn moeder ook naar de herrie van de sirenes. Willy kon alleen maar uitbrengen dat hij naar het Lof in de St. Franciscuskerk wilde en hij vroeg hoe laat dat begon.

Zijn moeder besepte meteen dat er iets ernstigs aan de hand moest zijn, want Willy wilde nooit naar het lof. Vader Busser besloot met buurman Bal naar de Goffert te gaan en daar hoorden zij van het vreselijke ongeluk. Brennie en Annie waren al door de twee beschikbare ambulances naar het

ziekenhuis gebracht. Annie bleek alleen een zware hersenschudding te hebben, maar Brennie, enig kind van het echtpaar Bal, bezweek diezelfde avond nog aan de opgelopen verwondingen. Ook coureur Tinus van den Akker overleed die avond.

Door een zeer noodlottig ongeval verloren wij onze enige lieveling

BRENNIE

op de leeftijd van 12 jaar

„Eeuwig blijft zij leven in haar diepbetroefde ouders”

K. G. BAL
B. F. BAL-Harms

Nijmegen, 24 Aug. '52
Mollenhutseweg 235

De begrafenis zal plaats hebben op de begraafplaats „Rustoord” Donderdag 28 Aug. a.s. te 14.00 uur. Vertrek van het St. Canisius Ziekenhuis te circa 13.15 uur.

Gelegenheid tot bezoek in de De Profundiskapel van het St. Canisius Ziekenhuis van 3-4 en van 5-6.30 uur.

39

Ter gedachtenis aan

Martinus Klasianus van den Akker

Echtgenoot van
Leonie van Oosterwijck

Geboren te Beek en Donk 27 Juli 1915, overleden; na het H. Oliesel te hebben ontvangen, door een ongelukkige val met zijn motor in het Goffert-Stadion te Nijmegen, in het St. Canisius-Ziekenhuis aldaar, op Zondag 24 Augustus 1952. Hij werd begraven op het R.K. Kerkhof te Donk Donderdag 28 Augustus d.a.v.

Hij was uitgegaan om een vergankelijke prijs te winnen; God heeft hem toegekend de onvergankelijke prijs van de eeuwige glorie. Plotseling sterven is niet vreeswekkend voor een Christen want hij weet van zijn jeugd af dat hij leeft om te sterven en sterft om zalig te worden. Hiernaar is zijn leven ingericht en het zal hem voordeel brengen als het einde daar is. Gods liefde en Barmhartigheid zijn grenzeloos. Zij die de hardheid van het leven ondervonden mogen in het bijzonder op Hem hopen. Dat sterkt ons in de gedachte dat achter het harde leven de poorten van de eeuwige vreugde zich voor hem zullen ontsluiten.

Mijn lieve Vrouw, ik was uw eenig bezit. God heeft dit offer van U gevraagd; ik weet dat uw godsdienstig hart zal weten te bidden: Uw wil geschiede!

Blijf bij mij met uw voortdurend gebed.
Mijn Jezus Barmhartigheid!

F. DE REIJDT-SIMONS, HELMOND

Paul Wolf (9) was die middag vanuit de Pontanusstraat 41, waar zijn vader in het souterrain een schoenmakerij had, met zijn broer Jan naar de Goffert gefietst. Bij het wegrijden had hij nog uitbundig naar zijn moeder gezwaaid, want hij verheugde zich enorm op de middag. Elke dag was hij even naar overbuurman melkboer Kuijpers op Pontanusstraat 34 gelopen om de grote foto's van de stoere motorcoureurs in de etalage te bekijken. Het kon niet anders of het moest een fantastische middag worden.



Paul Wolf

Frans Wolf, de oudere broer van Jan en Paul, was juist uit Duitsland gekomen waar hij het vak van schoenmaker leerde. Hij besloot ook naar de wedstrijd te gaan en misschien zou hij daar zijn broers nog treffen. Door de enorme mensenmassa was dat echter onmogelijk en hij moest genoeg nemen met een plaatsje helemaal bovenin.

Op grote afstand was hij getuige van het vreselijke ongeluk en van de paniek, die er meteen uitbrak. Het leek hem het beste om maar naar huis te gaan. Jan en Paul zouden dan ook wel gauw naar huis komen. Maar laat in de avond waren zij er nog niet. Pas de volgende dag, toen zijn vader overal wanhopig naar zijn zoons

Lees verder op bladzijde 24

vervolg van bladzijde 23

had geïnformeerd, hoorde hij dat beiden zeer ernstig gewond in het ziekenhuis lagen en dat de toestand van Paul zelfs kritiek was. Het laat zich raden hoe dit bericht thuis werd ontvangen.

Vooraf toen Paul op 27 augustus overleed. In de dagen na de begrafenis op Jonkerbos ging mevrouw Wolf naar melkboer Kuijpers om te vragen of zij toch alsjeblieft de foto's van de coureurs uit de etalage wilde halen, want als overbuur kon ze die dagelijkse aanblik niet langer verdragen.

Jantje Hendriks (14) was die middag vanuit de Mollenhutseweg 309 met zijn jongere broers Theo en Willy over de Hatertse Hei naar het Goffertstadion gelopen om te wedstrijd te zien. Hij kwam uit een gezin van twaalf

kinderen. Zijn moeder, die vrijwel nooit uitging, was die middag bij haar man achter op de fiets naar haar broer in Heumen gegaan. Daar werden zij overvallen door het bericht van het vreselijke ongeluk. Haar broer heeft haar toen op zijn bromfiets, gevolgd door haar man op de fiets, naar de Mollenhutseweg teruggebracht.



Jantje Hendriks

Met een taxi zijn ze vervolgens naar het ziekenhuis gegaan. Jantje lag in coma en Theo en Willy waren ernstig gewond elders in het ziekenhuis opgenomen. Een buitenlandse arts heeft nog geprobeerd door het boren van een gaatje in de schedel de druk in de hoofd van Jantje op te heffen, maar het mocht niet baten. Op 27 augustus stierf ook Jantje.

Veel oudere buurtbewoners zullen zich dit vreselijke drama, waar in onze wijk nog jaren over werd gesproken, waarschijnlijk nog wel kunnen herinneren.

Met dank aan Richard Hendriks (neef) en Frans Wolf (broer) en Guido Klessens van de Heemkundekring Beek en Donk.

Bart Janssen

Reageren: bartaltmjanssen@planet.nl

Binnenlopen voor hulp en advies doe je bij de Stip

Waar iedereen -jong en oud- welkom is met vragen. Of het nu gaat over wonen, opvoeding, zorg, een onduidelijke brief van de gemeente, problemen met digitale post of financiële aangelegenheden (om er enkele te noemen); vrijwilligers van de Stip helpen u graag om een oplossing te bieden of u door te verwijzen. U wordt vriendelijk ontvangen door de gastvrouw, die graag een drankje voor u inschenkt. Een afspraak maken is niet nodig, dat betekent wel dat u bij drukte even moet wachten. Maar daarna nemen de vrijwilligers alle tijd voor u om uw vraag/vragen te beantwoorden. Ze werken in groepjes van twee om u zo goed mogelijk te kunnen helpen en om van elkaar te leren. Hebben ze niet direct een oplossing voor uw vraag dan nemen ze contact op met beroepskrachten of de betreffende instantie.

Vrijwilligers

De kern van de Stip zijn de vrijwilligers (of het hart van de Stip). Zij worden goed begeleid en tweemaal per jaar getraind om nieuwe kennis op te doen, bijvoorbeeld rondom financiële regelingen. Is er specifieke kennis over een bepaald onderwerp nodig dan verzorgt Stip zelf of een externe partij hiervoor een extra training. Zo bent u verzekerd van de beste hulp.

Stip is er niet alleen voor uw vragen; ze zorgt ook voor ontmoeting en verbinding. Bijvoorbeeld als u nieuw bent in de wijk en in contact wilt komen met andere mensen en op zoek bent naar leuke activiteiten. Heeft u zelf een leuk idee; ga er mee naar de Stip!

Marjo Scheffer, coördinator van Stip Zuid, waar de wijken Hatertse Hei, Grootstal en Brakkenstein onder vallen, vertelt mij o.a. over het ontstaan

van de Stips.

Eerste Stip

Jaren geleden waren er voor allerlei zaken aparte informatieloketten in Nijmegen en in de wijken, bijvoorbeeld voor nieuwkomers, ouderen en jeugd. De gemeente wilde deze loketten gaan bundelen en met meer instanties gaan samenwerken om het voor de burger makkelijker te maken en hulp dichtbij te bieden op één punt. Dat is zo'n 10 jaar geleden realiteit geworden. De eerste Stip voor heel Nijmegen Zuid werd gehuisvest in Hatert. Maar al snel groeide Stip Hatert uit z'n jasje. Het werd er veel te druk en voor de bewoners van de Hatertse Hei en Grootstal was het niet echt dichtbij.

Nieuwe Stip

Het was oktober 2019 toen er een nieuwe Stip in de Schakel werd

geopend. Helaas gooide corona vrij snel roet in het eten en werd gevreesd voor een kort bestaan van deze Stip. Maar de Stip kwam door de moeilijke periode heen en is een schot in de roos. Drie dagdelen per week is er spreekuur dat goed bezocht wordt.



Ik noem ze nog even: Maandag van 9:30 – 12:00 uur; dinsdag van 13:30 – 16:00 uur en vrijdag van 9:30 – 12:00 uur.

Op die dagen zijn er 4 vrijwilligers, een gastvrouw en twee beroepskrachten aanwezig om de bewoners

te helpen. Er is duidelijk behoefte aan een vraagbaak, dat bleek uit de rij voor de balie van de Stip in de Schakel op vrijdagmorgen rond 10:30u op het moment dat ik daar was.

Bindkracht10

Stip is onderdeel van Bindkracht10. De lijntjes zijn kort en er is veel contact met collega's van de andere afdelingen van Bindkracht10 en in de wijk, zoals met de buurtteams. Twee keer per week sluit er iemand van de buurtteams aan bij de Stip. Ook de financieel expert voor hulp bij geldzaken zit wekelijks bij de Stip.

Buiten de spreekuren organiseert Stip ook, vaak in samenwerking met partners in de wijk allerlei activiteiten, bijvoorbeeld de "Cultuurcarrousel" en "Zuid gaat gezond". Het wekelijkse taalcafé is eveneens een initiatief van Stip.

Op mijn vraag of er meer ouderen (zoals misschien vaak gedacht wordt) dan jongeren gebruik maken van de Stip kreeg ik als antwoord:

Jong en oud komt er voor vragen, de oudere generatie en mensen met een buitenlandse achtergrond zijn wat meer vertegenwoordigd. De laatste tijd ziet Marjo dat ook steeds meer jongvolwassenen de weg naar de Stip weten te vinden.

Ik sprak nog even met 2 enthousiaste vrijwilligers die vertelden hoe blij ze zijn met dit werk en er zo veel voldoening uithalen. "Je ziet iemand met een bezorgde blik binnenkomen en met een glimlach weer vertrekken. Daar doe je het voor", aldus een van hen.

Marjo heeft aan het eind van ons gesprek nog een belangrijke boodschap voor de lezers van de Heistal. "Iedereen is welkom, maakt niet uit met welke vraag. Wij zoeken samen een oplossing en kan Stip het zelf niet dan gaat zij in contact met instanties."

Tekst: Dorite Claassen

Foto: Stip

Herdenking bombardement 1944 met plaatsing tijdcapsule

Op 22 februari 2024 is het tachtig jaar geleden dat het centrum van Nijmegen werd gebombardeerd. Bijna 800 doden, duizenden gewonden.

Stadshart in een paar minuten weggevaagd.

Bij die pijn, bij de verwoeste dromen staan we komende februari zeker weer stil.

Een breed comité met het 4 & 5 mei Comité, Brandgrens024, stichting Nijmegen in Beeld en diverse gidsen is druk met het opzetten van een bijzonder programma.

Er komt een expositie in het Huis van de Geschiedenis, op 21 februari 2024 weer zang van koren op straat op de avond voor de herdenking van de stadspijn en er komen lichtbeelden op straat van

de oude stad.

Bovendien wordt er een tijdcapsule geplaatst in de nieuwbouw die nu opgetrokken wordt op de hoek van de Bloemerstraat in het centrum.

In die tijdcapsule komen bijdragen van Nijmegenaren, jong en oud met hun toekomstdromen over hun hoop op een mooie toekomst (zoals destijds ook de Nijmegenaren in 1944 hadden. Ze hoopten al op de bevrijding, maar werden door bommen verrast).

Een reeks schrijvers levert ook verhalen aan, zoals o.a. Tessa de Loo, Annemarie Haverkamp, Steffie van den Oord, Willem Claassen, Marcel Rözer, Qader

Shafiq en Sinan Can. Ook enkele politici en bestuurders doen mee. Intussen hebben ook al enkele basisscholen en middelbare scholen laten weten dat talloze leerlingen hun dromen over de toekomst zullen aanleveren.

Iedereen in de stad mag een verhaal aanleveren, zijn of haar dromen verwoorden in maximaal 200 tot 300 woorden.

De tijdcapsule wordt pas over enkele decennia weer geopend.

Wie mee wil doen kan vanaf nu al een tekst aanleveren, sluiting inlevering begin februari 2024.

Bijdragen sturen naar:

Rob Jaspers: Jaspers.Gelderlander@gmail.com

Zet ook de Dar-app op je telefoon!

Tips over afval scheiden, de ophaaldagen van 2024 en meer.



Download hem hier

www.dar.nl/dar-app



Dar[®]
...en 't is weer fris!

**Fijne feestdagen
en een gelukkig 2024**

Loop eens binnen bij:
Assurantiekantoor Peters
Kloosterstraat 9
6581 XW Malden
T 024-3580558
E info@petersmalden.nl
W www.petersmalden.nl

PETERS
VERZEKERINGEN & HYPOTHEKEN

RegioBank
De buurtzame bank

St Jacobslaan 431
6533 VG Nijmegen
☎ 024 3552470

✉ Info@podotheraiedriessen.nl

🏠 www.podotherapiedriessen.nl

NVvP **NVvSP**
Lid van de NVvP Lid van de NVvSP

Onze therapeuten zijn Kwaliteits geregistreerd

Onze betalingsvoorwaarden zijn gadeponeerd bij de Kamer van Koophandel te Rotterdam. Lid van NVvP. KvK-nummer: 50009036

Gezondheidscentrum Newtonstraat



OSTEOPAAT NIJMEGEN

Maaïke Jenniskens



YOGA-STUDIO
SUSUMNA

PsyExperts



JOS VAN VLIET: MESOLOGIE & ACUPUNCTUUR - MAAIKE JENNISKENS: OSTEOPATHIE - ELS KLIEVINK: YOGA STUDIO
GIEL DIETZENBACHER: PSY EXPERTS - HART VOOR THUIS: THUISZORG OP MAAT

Deze keer ga ik het hebben over weerstand.

We hebben al echt herfstweer gehad met wind, regen en veel vallende blaadjes. De winter staat voor de deur.

De ene mens wordt al ziek bij een kuchje van een ander en de andere mens is bijna nooit ziek.

Daar zijn vele redenen voor te bedenken. Ik zal er een paar noemen:

Belangrijk is je kindertijd. Beginnend bij de borstvoeding.

Moedermelk bevat niet alleen alle nodige vitamines en mineralen maar ook stoffen die het immuunsysteem programmeren, het darmslijmvlies doen groeien, antivirale stoffen zoals interferon, anti bacteriële stoffen en stoffen die de goed flora in de darm in stand houden.

Zoals we inmiddels weten zijn de darmen voor een groot deel verantwoordelijk voor een goede weerstand.

Door ons slechte eetgedrag kunnen we de darmflora flink verstoren en kan daardoor de weerstand onder druk komen te staan. Ook veelvuldig gebruik van antibiotica kan de darmflora blijvend verstoren.

Ook te veel korte stresspieken of langdurige lage stress verlagen de afweer (ook dit is inmiddels wel bekend).

Slaaptekort en oververmoeidheid is ook weerstand verlagend. Een andere belangrijke reden is als je het virus dat jou het laatst heeft ziekgemaakt niet goed hebt overwonnen. We zien dat bij covid, maar ook bij de ziekte van Pfeiffer en andere virale ziektebeelden. Het immuunsysteem is dan overbelast

met zogenaamde endotoxinen en kan niet meer normaal functioneren met als gevolg blijvend moe, spierzwakte en allerlei andere mogelijke symptomen.

Wat kunt u hier zelf aan doen?

Gezond eten! Let wel: minimaal 2/3 deel van wat er in de supermarkt ligt is ongezond.

Eet in ieder geval voldoende vetten want dat magere is nergens voor nodig. Maar eet wel minder suikers (alle snelle koolhydraten) want die zijn veel ongezonder en dikmakend.

Gebruik minimaal 25 microgram vitamine D3 per dag en bij weerstandsvermindering 500-1000 mgr Vitamine C voor een korte periode.

Echinacea kan echt helpen, niet bij iedereen, maar het is verstandig om dat te proberen.

Ook in de winter blijven bewegen (ook al is het minder uitnodigend) en vermijd zo veel als het kan langdurige stress.

Blijkt u nu om de haverklap griepigerig te zijn, zoek dan eens een therapeut op die dit probleem kan aanpakken.

Hopelijk wat minder regen en een lekkere winterkou gewenst.

*Jos van Vliet,
mesoloog en acupuncturist,
info@mesologie-nijmegen.nl*

Parkeeracties door leerlingen van basisschool Hidaya

Leerling groep 8 vertelt

Inleiding

*Maandag 13 november was het zo-
ver. Ik ging kaarten uitdelen met de
handhaving, omdat ik in de leerlin-
genraad zit en ik ben mediator.*

Hoe hebben we dat gedaan?

Ik heb met de handhaving kaarten {een soorten van bekeuring} gege-
ven aan ouders. Er waren twee ver-
schillende kaarten. Een rode waarop
staat u hebt fout geparkeerd. Eigen-
lijk een soort van afbreker. De an-
dere was juist het tegenovergestelde,
namelijk een opsteker. Zo zijn we
bijna alle ouders langs gegaan om te
vragen waar ze geparkeerd stonden.
Als het goed was mochten ze blijven
staan en geven we het kaartje en als
het slecht was dan moesten ze weg
en kregen ze ook een kaartje. We
droegen hesjes, zodat ze ons kon-
den herkennen. We deden het on-
geveer een kwartier voor schooltijd
in de ochtend. En 10 minuten later
nadat iedereen naar binnen ging. In
de middag deden we dat 10 minuten
voor en 10 minuten na schooltijd.

Hoe was het voor mij?

Het was spannend om met de hand-
having samen te werken, maar het
waren gewoon lieve en aardige men-
sen net als iedereen. Het was best ge-
meen en een beetje spannend om de
kaarten aan mensen te geven die je
niet kent. Bij de mensen die ik kende
deed ik heel enthousiast, maar bij de
andere was het een beetje spannend
om te zeggen. Uiteindelijk heb ik het
wel gedaan.

Hoeveel kaarten heb ik uitgedeeld?

Ongeveer twintig kaarten. Het was
meer rood dan groen. Dat had ik niet
verwacht. Het is een school en er lo-
pen kinderen rond dus je kan niet zo-
maar parkeren waar je wilt. Je moet
rekening houden met de mensen om
je heen. Maakt niet uit wie dat is.
Om een veilige omgeving voor ons {

de kinderen} te creëren moet ieder-
een meewerken.

Een grappig momentje

Een man was verkeerd geparkeerd
dus ik ging naar hem toe. Hij wilde
wegrijden. Ik zei: "Meneer, je stond
verkeerd geparkeerd, je krijgt een
rode kaart." Hij zei een beetje op een
grappige toon: "Ja ja geef maar." Ik
moest hard lachen.

Het was een leuke ervaring!

Nog een leerling uit groep 8 vertelt

Maandag 13 november gingen de
mediatoren en de leerlingenraad
meehelpen met de handhaving om te
kijken of er goed geparkeerd werd.
Als iemand goed geparkeerd had
kreeg diegene een groene kaart en
niet een rode kaart. Eerst was het
een beetje spannend, maar toen we
de eerste kaarten uitdeelden zaten
we er lekker in.



De eerste paar kaarten waren geluk-
kig groen, maar toen stond er een
auto niet goed. Het was best moei-
lijk om de rode kaart te geven, maar
gelukkig hebben we meer groene
kaarten uitgedeeld dan rode.

In de ochtend was het erg druk, dus
we hadden veel te doen.

Toen moesten we naar binnen. We
legden de kaarten op de verwar-
ming, want ze waren kletsnat. We
gingen weer naar buiten, want de
ouders kwamen de leerlingen op-
halen. Eerst hadden we niet veel te
doen, maar toen kwamen er meer
mensen. Dit keer moesten we helaas

meer rode kaarten uitdelen. Er wa-
ren ook auto's die goed stonden. Het
was hartstikke leuk om dit te doen.

De handhavers hebben ons goed ge-
holpen.

Kortom het was een leuke ervaring.

Einde

Leerling uit groep 7 vertelt

Het was leuk om groene kaartjes uit
te delen met de handhaving, maar
als ik rode kaartjes gaf leek het alsof
ik iets slechts gaf. Dus bij de rode
kaartjes was het minder leuk, maar
soms kreeg ik zelfs complimenten
van de meneer/mevrouw die goed
geparkeerd hadden. Het was ook
heel gezellig met de andere kinderen.
Soms moesten wij zelf opletten voor
het verkeer, want als je niet oplet is
de kans groot om zomaar aangere-
den te worden door een fiets. Door
de handhaving wist ik of mensen zo
goed zijn geparkeerd, want vroeger
wist ik helemaal niet als mijn vader
of moeder goed geparkeerd hadden
of anderen, maar nu wel.

Handhaving en team Hidaya

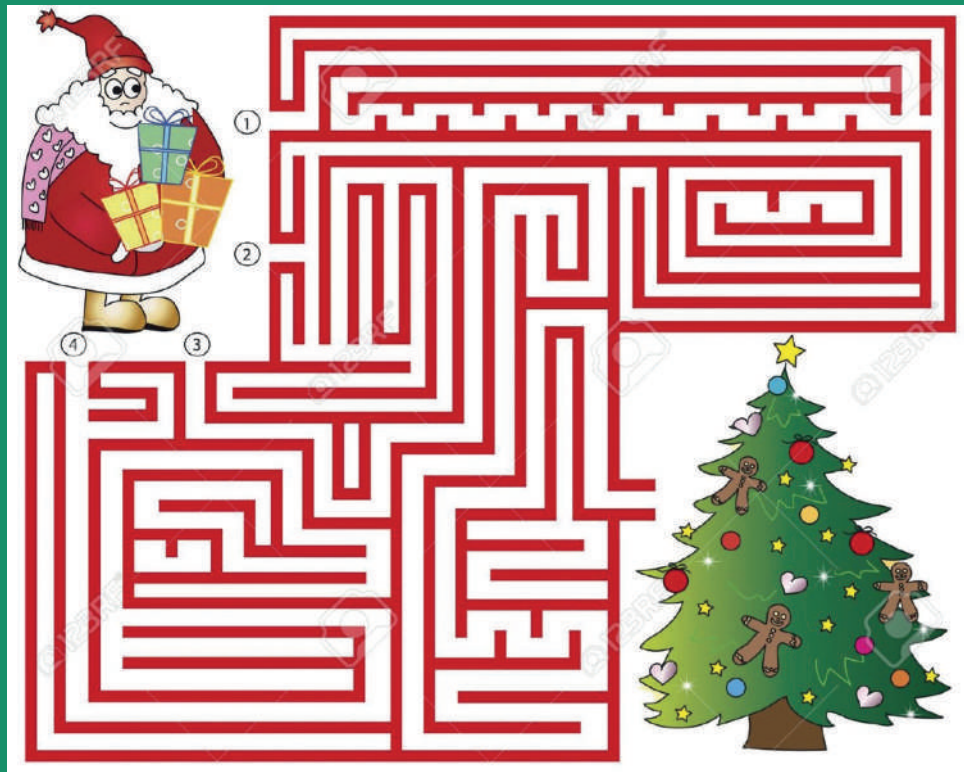
Wij hopen met deze actie de ver-
keersveiligheid op een leuke manier
onder de aandacht te hebben ge-
bracht. Samen zorgen we ervoor dat
onze leerlingen veilig naar school
en naar huis kunnen. En als ieder-
een zich aan de regels houdt hebben
onze burens ook zo min mogelijk last
van de verkeersdruk.

Het is mogelijk dat handhaving op
een later moment in dit schooljaar
serieus komt controleren en eventueel
boetes uitdeelt. Wij hopen dat dit
niet nodig is!

Bedankt voor uw medewerking en
begrip!



De kerstman wil cadeautjes onder de kerstboom leggen. Maar hoe komt hij bij de boom?



Heb je een leuke hobby of een ander onderwerp voor de kinderpagina, laat het ons weten.
Of wil je een keer met mij samen de kinderpagina maken, ook dan kun je mailen naar: 07classen@gmail.com.

Leergeld Nijmegen laat ieder kind meedoen!

Voetbal
Paardrijden
Judo
Zwemles
Hockey
Zangles
Fitness
Typecursus
Babyzwemmen
Scouting
Gitaarles
Boksen
Turnen
Peutergym



Voor
Nijmeegse
kinderen van
0 t/m 17 jaar

Heb je te weinig geld om voor je kind kosten voor school, sport, cultuur, zwemles of de speeltuin te betalen? Dan is Leergeld er voor jou!

Het netto maandinkomen van jouw gezin mag niet hoger zijn dan:

- €2160,- voor een 1-oudergezin
- €2395,- voor een 2-oudergezin



Leergeld
Nijmegen

Meld je aan via www.leergeldnijmegen.nl

OPENINGSTIJDEN

Maandag	Gesloten
Dinsdag	11:00 - 18:00
Woensdag	11:00 - 18:00
Donderdag	11:00 - 18:00
Vrijdag	11:00 - 18:00
Zaterdag	11:00 - 18:00
Zondag	Gesloten



JAPANESE HEAD SPA JAPANDI

De eerste Japanse Head Spa in Nijmegen is sinds 1 oktober geopend! Tijdens een Japanse Head Spa Treatment wordt uw hoofdhuid diep en intensief gereinigd en krijgt u een ontspannende hoofd-, nek- en schoudermassage.

Heeft u last van roos, dunner wordend haar, haaruitval, eczeem, psoriasis of gewoon de behoefte aan een ontspannend momentje voor uzelf? Dan bent u van harte welkom bij Japandi Hair and Head Spa aan de Van Peltlaan 144 in Nijmegen!

De voordelen

- Verlichting van hoofdpijn en migraine
- Bevordering van de haargroei
- Verbeterde bloedcirculatie
- Stress verminderend

Boek nu!

+31611646869

@hairandheadspa.japandi

www.japandiheadspa.nl

Leergeld Nijmegen nu ook voor kinderen van 0 tot 4 jaar

Sinds september van dit jaar is Leergeld Nijmegen er ook voor de allerkleinsten. Ouders met kinderen in de leeftijd 4 tot en met 17 jaar konden eerder al bij Leergeld terecht, wanneer ze moeite hebben om de kosten voor (sport)clubs, verenigingen, school, muziek, dans of andere activiteiten te betalen. En vanaf heden kunnen ook ouders met baby's en peuters van Leergeld gebruikmaken. Denk hierbij aan babyzwemmen of peutergym, maar bijvoorbeeld ook dansles of voetbal voor de allerjongsten.

Leergeld Nijmegen wil dat alle kinderen mee kunnen doen met sport, cultuur en (school)activiteiten, zonder dat geld een belemmering is. Voor Nijmeegse gezinnen met een laag inkomen betaalt Leergeld de

kosten. Op deze manier kan elk kind zich aanmelden voor een club, les of activiteit naar keuze.

De aanvraagmogelijkheden bij Leergeld zijn zeer divers. Van schoolkosten voor bijvoorbeeld een laptop, fiets of schoolkamp tot sportclubs en benodigdheden. Maar denk ook aan cultuurlessen en -cursussen zoals muziek, theater of dans en buitenschoolse activiteiten, bijvoorbeeld bezoek aan speeltuin of zwembad. En dus voor kinderen van alle leeftijden, ook van 0 tot 4 jaar.

Om te bepalen wie in aanmerking komt, kijkt Leergeld naar het netto maandinkomen per gezin. Als dit inkomen niet hoger is dan € 2.395,- (voor een 2-oudergezin) of € 2.160,- (voor een 1-oudergezin),

betaalt Leergeld Nijmegen de kosten voor de club, les of activiteiten van je kind. Het is een veelvoorkomend misverstand dat Leergeld er alleen zou zijn voor ouders die in loondienst werken. Leergeld Nijmegen wil benadrukken dat ook zelfstandig ondernemers of mensen met een uitkering zich gewoon kunnen aanmelden. Daarin maakt Leergeld Nijmegen geen onderscheid.

Voor meer informatie of aanmelden kun je terecht op de website van Stichting Leergeld Nijmegen: www.leergeldnijmegen.nl Als je liever een medewerker spreekt, dan kun je bellen naar het telefonisch spreekuur. Dit is op maandag, woensdag en vrijdag van 10.00 tot 12.00 uur. E-mailen kan naar info@leergeldnijmegen.nl.

Japanese Hair and Head Spa Japandi, een hoofdzaak aan de van Peltlaan

Aan de van Peltlaan 144 is sinds 1 oktober jl. "Japanese Head Spa Japandi" gevestigd.

Op een zonnige herfstmiddag parkeer ik mijn fiets voor het verzorgd ogende pand aan de betreffende laan.

Eigenaresse Tamara Louisa opent vriendelijk de deur en laat me binnen in haar mooie domeintje.

Onder het genot van een kopje koffie hebben we een prettig gesprek.

Om eerlijk te zijn had ik nog nooit van de term "Japanese Spa" gehoord. Tamara vertelt me dat e.e.a. vanuit Azië via Tik Tok is komen overwaaien naar Nederland en andere landen in Europa. In Japan is dit concept een traditie. In Nederland zijn dergelijke salons nog vooral gevestigd in de Randstad. Hier in Nijmegen is Tamara vooralsnog de enige, een gat in de markt dus!

Op mijn vraag naar haar afkomst, ik dacht dat ook zij wellicht uit die regionen afkomstig was, vertelt ze dat haar vader Javaans Surinaams is en haar moeder Nederlands. Tamara is geboren in Nijmegen en ze woont met haar man, die in Curaçao geboren is, haar zoon van 22 en dochter van 14 in Lindenholt.

Behandeling

Tijdens een Japanese Head Spa Treatment wordt de hoofdhuid diep en intensief gereinigd. Gedurende

de reiniging wordt er gebruik gemaakt van diverse tools, stoom en een watercircularende hoofddouche.

Bij die diepe hoofdhuidreiniging wordt er gewerkt met de biologische producten van Oway.

Men krijgt tevens een ontspannende hoofd-, nek- en schoudermassage. Een dergelijke massage wordt ook gebruikt bij problemen met de hoofdhuid zoals b.v.: haaruitval, psoriasis, eczeem, bij hoofdpijn, stress en bij dunner wordend haar, maar natuurlijk ook gewoon bij behoefte aan een lekker verwenmomentje.



Lees verder op bladzijde 32

Vervolg van bladzijde 31

Bij problemen met de hoofdhuid wordt voorafgaand aan de behandeling eerst een hoofdscaan gemaakt. Dit ter nadere analyse, om gericht te behandelen en vervolgens te kijken welke specifieke producten er nodig zijn.

Geschiedenis

Toen Tamara de zaak aan de van Peltlaan startte was ze al ca. 8 jaar werkzaam in de thuiszorg, iets wat ze nu nog deels doet.

Omdat ze in dit werk niet al haar creativiteit kwijt kon is ze op zoek gegaan naar nog een andere uitdaging.

Ze had in het verleden al eens kennis gemaakt met de Japanse Head Spa i.v.m. hoofdpijnlachten en tijdens een vakantie op Bali heeft ze ook meerdere massages gehad. Dit beviel zo goed dat ze bij thuiskomst zich verder is gaan verdiepen in e.e.a.

Ze heeft inmiddels verschillende cursussen op dit gebied gevolgd.

Tegen haar verwachting in was het pand aan de van Peltlaan vrij snel gevonden en ondanks het feit dat de zaak pas sinds 1 oktober open is loopt het al erg goed. Ze heeft inmiddels zelfs al klanten uit Duitsland!

Op dit moment is het een solopraktijk maar op termijn zal er wellicht uitbreiding komen. Men kan er terecht op werkdagen van 10.00 tot 19.00 uur en op zaterdag van 10.00 tot 15.00. Wel is het nodig om een afspraak te maken.

Dus, zit je met je handen in je haar, letterlijk of figuurlijk en/of wil je a happy head, neem contact op met Tamara en maak een afspraak!

Na ca. 45 minuten gezellig, informatief en informeel gepraat te hebben nemen we afscheid.

Tekst en foto: Joke Snijders

Feest van licht in Museumpark Orientalis

Ook dit jaar viert Museumpark Orientalis het Feest van Licht.

Van 16 december 2023 t/m 7 januari 2024 is het museumpark een magische plek en staat het weer in de schijnwerpers – het perfecte decor voor een heel bijzondere (avond)wandeling. Bovendien kun je onderweg veel activiteiten ontdekken die kerstmis in een nieuw perspectief zetten.

Dit jaar presenteert Orientalis een vernieuwde lichtroute, aangevuld met theater, ambachtenmarkt, speurtochten en een mediatieve wandeling door het lichtlabrynt.

Feest van Licht is inmiddels een traditie. Een belevenis voor jong en oud.

Het Feest van Licht beleef je natuurlijk het beste als het al wat donker is, maar ook overdag valt

er in Museumpark Orientalis genoeg te zien en te beleven. Bezoek bij een wandeling in de kerstperiode ook de jaarlijks terugkerende tentoonstelling uit de indrukwekkende collectie kerststallen die het museum in het bezit heeft. Dit jaar is het thema GROOTS. Laat je dus verrassen door grootse kerstallen van alle tijden en vanuit de hele wereld.

Voor individuele bezoekers is het museumpark tijdens het Feest van Licht geopend van 16 december t/m 6 januari, dagelijks van 14 tot 21 uur. Op 24, 25 en 31 december tot 18 uur.

Voor scholen en groepen is het museumpark op afspraak altijd geopend.

Bron: Orientalis - tekstbewerking Carla Boves

Foto: internet



Nieuwe burens bij Landgoed Grootstal (derde aflevering en slot?)

Na drieënhalf maand gaat het opvangkamp voor asielzoekers aan de St. Jacobsweg weer dicht. Acht-hondervijftig mensen hebben er vertoefd. Het is een kortere tijd open geweest dan het COA (Centraal Orgaan Asielopvang) bedacht had. Het COA heeft nog geprobeerd deze opvang langer open te houden dan de afgesproken termijn van 1 december dit jaar. Waar dat met de opvang in de Winkelsteeg wel gebeurd is, hield in Heumen de gemeenteraad de poot stijf: afspraak is afspraak. Het betreft een ecologisch beschermd gebied en de afspraken lopen tot en met november 2023.

Ik heb nog geen idee hoe deze ervaring met (nood) opvang aan de St. Jacobsweg beoordeeld kan/moet worden. Veel dingen lopen nog door elkaar. Is het handig zoveel geld uit te geven voor dergelijke opvang? Er zit toch al gauw een paar miljoen in het optuigen van het kamp zoals het er nu staat. En dat voor zo'n korte tijd?! Welke schade blijft er nog voor de ecologische infrastructuur? Zijn de dassen er nog of hebben ze de vijftig jaar oude burcht verlaten? Wanneer zullen dieren de natuurlijke passage die het terrein altijd geweest is, weer gaan benutten? Het komend halfjaar zullen we het gaan zien.

Hebben de tijdelijke burens het er goed gehad? Ik weet het niet. Ik heb de asielzoekers niet gesproken. Het kamp ligt/lag op een mooie plek: bos aan de ene kant, het winkelcentrum van de St. Jacobslaan op loopafstand. En voor vier kilometer doorlopen naar het centrum van Nijmegen draait een gemiddelde asielzoeker de hand niet om.

Is het COA in staat geweest om activiteiten te ontwikkelen tegen de verveling? Aan de direct omwonenden zal het niet gelegen hebben. Het buurtje van de St. Jacobsweg heeft van de nood een deugd gemaakt. En na onderhandelen met het COA heeft deze een aantal zaken ook financieel ondersteund. Het valt daarbij op dat alles staat of valt met de initiatieven van particulieren en dan vooral de netwerken die deze weten aan te spreken.

- De B&B is voor dit seizoen dicht gegaan. Met de groene hekken van het opvangkamp pal naast je, was het niet mogelijk om een 'rustieke en natuurlijke' plek aan gasten aan te bieden. In plaats daarvan is in één van de huisjes een kleding'winkel' ingericht, waar asielzoekers op vaste tijden kleding uit konden zoeken en gratis mee konden nemen. De winkel is door vrijwillige kledinggiften vanuit Malden en omgeving gevuld en overeind gehouden.



'Pop-up' kledingzaak in de B&B St. Jacobsweg

- De zelfoogsttuin van het Heerlijke Land heeft de mogelijkheid geboden aan een dertigtal vrijwilligers uit het kamp om samen te werken in de tuin. Ook zijn er activiteiten voor kinderen geweest. Er is een gezamenlijke maaltijd geweest in De Schakel, waar groenten van de tuin-eigen oogst centraal stonden.



Maaltijd van de zelfoogsttuin

- Landgoed Grootstal stelde de dinsdag het LandbouwLab ter beschikking waar activiteiten voor vrouwen werden georganiseerd, een enkele Bingo is gehouden en waar ook taallessen gegeven werden.



Taalles in het LandbouwLab

- Er zijn uitstapjes georganiseerd zoals onder andere naar Orientalis. Er zijn fietsen ter beschikking gesteld, waarop geleerd werd te fietsen.



Maaltijd in het Wijkcentrum De Schakel

Wat mij bijblijft, is het gegeven dat de noodopvang voor het buurtje aan de St. Jacobsweg een opgelegde zaak was. En desondanks de energie en moed opgebracht is om het principe dat het om mensen gaat, gestalte te geven. Dat de netwerken van de mensen die initiatieven nemen, ook werken.

Een bijkomend effect is dat de het buurtje nooit zo hecht is geweest als nu, aldus een bewoner aan de St. Jacobsweg.

Wat onze wijk betreft, heb ik de indruk dat het hele opvangkamp van weinig invloed en betekenis is geweest. In De Gelderlander heeft een kritisch artikel gestaan, dat vooral betrekking had op de vraag welke gemeente nou verantwoordelijk was voor de veiligheid op straat (die hete aardappel gooide Heumen lekker naar Nijmegen) en op wat spanningen binnen de Jumbo. Maar in overleg met het COA en het mannetje/vrouwtje van de beveiliging 's middags in de winkel is dat met een sissers afgelopen.

En dat was het dan weer. Over op de orde van de dag van 2024?!

Nabranders: De noodopvang kan en gaat nog niet dicht per 1 december. Het is onbekend wanneer de sluiting definitief is.

Tekst: Fred uit het Broek

Foto's: Buurtinitiatief



Mariabasiliek Kevelaer, foto: Joke Snijders

BIEBNIEUWS



foto © Marcel Krijgsman

Locatie: Bibliotheek Hatert

Datum: maandag 11 december 2023 &
maandag 8 januari 2024

Tijd: 13.00 tot 15.00 uur

Prijs: gratis inloop

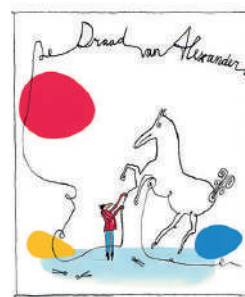
Digitaal Café

Loop eens binnen bij het Digitaal Café in Bibliotheek Hatert, om de twee weken op maandag van 13.00 tot 15.00 uur (behalve op Eerste Kerstdag). Hier kun je terecht met vragen over de computer, telefoon of tablet. Vrijwilligers zijn aanwezig om je te helpen en je vragen te beantwoorden.

Wel even je eigen tablet, smartphone of laptop meenemen. Je hoeft je niet aan te melden voor het Digitaal Café, maar kunt gewoon binnenlopen.

Kindercollege: De draad van Alexander Calder (6+)

Wat kun je tekenen met één enkele lijn? Wat kun je maken van één enkele draad? De Amerikaanse kunstenaar Alexander Calder maakte veel bijzondere bewegende kunstwerken, maar ook een circus van draad! Zijn kunstwerken staan op pleinen over de hele wereld. Rianne leest kinderen een verhaal voor over Calder en ze ontdekken wat er gebeurt als je de draad kwijtraakt... Natuurlijk gaan alle kinderen met een zelfgemaakt kunstwerk naar huis!



Locatie: Bibliotheek Muntweg

Datum: donderdag 14 december 2023

Tijd: 15.30 uur tot 16.30 uur

Prijs: gratis, aanmelden via www.obgz.nl/agenda



foto © Marcel Krijgsman

Locatie: Bibliotheek Muntweg

Datum: donderdag 4 januari 2024

(elke eerste donderdag van de maand)

Voorleespret voor peuters

Laat je verrassen door vrolijke, spannende en grappige verhalen en illustraties samen met je (klein)kind. Na het voorlezen mogen de kinderen knutselen of een spelletje doen in het thema van het voorleesboek. Een fijn uitje voor (groot)ouder en kind. De toegang is gratis. Meld je vooraf aan, zodat je zeker bent van een plek.

Tijd: 15.15 uur tot 15.45 uur

Prijs: gratis, aanmelden via www.obgz.nl/agenda

Het team van de
Zuider Apotheek Nijmegen
 wenst u fijne feestdagen
 en een gezond 2024!



**Zuider Apotheek
 Nijmegen**

St. Jacobslaan 339
 6533 VD Nijmegen
 T 024 - 3550300

**Zuider Apotheek
 Hazenkamp**

Vossenlaan 90
 6531 SP Nijmegen
 T 024 - 3592535

**Zuider Apotheek
 Malvert**

Malvert 5133
 6538 DG Nijmegen
 T 024 - 3443738

**Zuider Apotheek
 Brakkenstein**

Heyendaalseweg 288
 6525 SM Nijmegen
 T 024 - 2082288

**Emma
 Apotheek**

Groenestraat 209 A
 6531 HG Nijmegen
 T 024 - 3557006

**Service Apotheek
 Hatert**

Couwenbergstraat 28
 6535 RZ Nijmegen
 T 024 - 3554362

Winkelplein St Jacobslaan



**Winkeliers - Jumbo supermarkt - Slagerij Walid
 Kapperij Einstein - DA Drogisterij Theil
 Cafetaria Alfood - Wasserettes Karreman**

