

44e jaargang
nummer 4
augustus 2018

www.deheistal.nl  deheistal

DE HATERTSE GROOTSTAL

WIJKBLAD VOOR DE HATERTSE HEI & GROOTSTAL

4-DAAGSE 2018



De Nijmeegse Wandel Vierdaagse
3 dagen door de Van Peltlaan (6-7)



**Geef uw stoel
of bank een
2^e leven**

wimbert
MEUBELSTOFFEERDERIJ WIMBERT

Hatertseweg 469
6533 GH Nijmegen
024 - 356 47 55



... bij de burens
Eten, drinken en ontmoeten

Op ons terras genieten van de zomerse zon?
Met een speciaal voor ... bij de burens ontwikkeld
kop koffie, espresso, cappuccino of latte
macchiato van versgemalen bonen? Lekker
na een lunch, dagschotel of à la carte menu.
U bent welkom!

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

... bij de burens
Irene Vorrinkstraat 401 (Park Malderborgh),
6535 NB Nijmegen | T. 024 - 890 91 33
E. bijdeburens@zzgzorggroep.nl
I. www.restaurantbijdeburens.nl



Voor uw klussen in en rond het huis:

Onderhouds- en Klussenbedrijf
Frank de Haan

Kan. Pelstraat 22
6525 VX Nijmegen
06-54250684 / 024-3562269

- Electra
- Sanitair
- Timmer- en schilderwerk
- Tuinhout: pergola, poort, etc.



Gediplomeerd
coupeuse

Samira

Voor het (ver)maken
van nieuwe kleding
en reparatie.
Ook voor het
(ver)maken van uw
gordijnen en vitrage.

Aan bejaarden en tehuizen bied ik extra service!

Kleermakerij Samira
Watertorstraat 24, 6533 PV Nijmegen
tel. 024-3556400 / 06-41800380

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



Het opstarten van uw bedrijf begint met

A. van de Bund

belastingadvies  administratiebureau

A. v.d. Bund
Heidebloemstraat 49
6533 SL Nijmegen
Tel.: 024 - 388 29 12
Fax: 024 - 388 27 17

Wij behartigen al uw zaken op het gebied van;

- Samenstelling jaarrekening
- Belastingaangiften
- Loonadministratie
- Administraties
- Advies op Fiscaal- en bedrijfseconomische terrein

Tevens samenwerking met Verzekeringen voor uw;

- Hypotheken
- Pensioenen
- Verzekeringen
- Financial Planning
- Vermogensbeheer
- Bedrijfsopenen
- Financiering
- Beleggingen
- Lease producten

Het eerste kennismakingsgesprek is gratis en vrijblijvend.

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 St. Annastraat.

Oplage: 4.300 exemplaren

De redactie bestaat uit:

- * Fred Penninx (hoofdredacteur)
- * Carla Boves
- * Dorite Claassen
- * Marian Jansen
- * Jos van Gelder
- * Bart van Munster
- * Gemma Pappot
- * Fred uit het Broek
- * Désiree Jansen (acquisitie)

Gastschrijvers:

Dieuwke van der Zee
Lonneke Peters
Rogier Teerenstra
Bart Janssen
Frans Sijben

Aanleveren kopij:

redactie@deheistal.nl

Aanleveren advertenties:

advertenties@deheistal.nl

Klachten bezorging:

06 51 40 23 41

Deadline oktobernummer:

maandag 10 september

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:

Bookbuilders Nijmegen



REDACTIONEEL



Beste lezers,

Als u De Heistal op de deurmat krijgt, is de hete zomer nog in volle gang. En wat voor zomer hebben we dit jaar. 'De mussen vallen van het dak' bij wijze van spreken en de natuur kan wel wat regenwater gebruiken.

Ondanks dit weer heeft de redactie van 'uw' Heistal niet stilgezeten. Sterker nog... we hebben een extra dikke uitgave dit keer met veel nieuws uit de wijk en daarbuiten.

Zo kunt u onder andere lezen over de Vierdaagse die drie dagen door de Van Peltlaan is gekomen, een mooi artikel over de Verrijzeniskerk van een trouwe lezer, het Gebroeders van Limburg Festival, het jubileum van GVO de Klup, het jubileum van Kion, een oproep van Nathalie Verstegen, een mooi verhaal over 'nieuwkomers', en nog veel meer.

Geniet nog van de laatste weken van de zomervakantie en veel leesplezier.

Fred Penninx, hoofdredacteur.

Verbouwing wijkcentrum De Schakel

We gaan na de zomer beginnen met de verbouwing van het wijkcentrum. Tijdens het gebruikersoverleg begin dit jaar heeft Janne Hendrix de 3 mogelijke fases gepresenteerd. Na de zomer gaan we starten met fase 1. Dit betekent dat de ontmoetingsruimte, de rookruimte en toiletten aangepakt worden. Ook wordt er een zaal omgebouwd tot professionele keuken. Tijdens de verbouwing zijn wij gewoon geopend. We zullen de verbouwing in verschillende stappen uitvoeren om geluidsoverlast zoveel mogelijk te voorkomen. Maar u zult begrijpen dat er momenten zijn waarop dit even niet haalbaar is.

Voor de huurders

Uiteraard kunnen wij u vroegtijdig aangeven wanneer dit zal zijn, waarna u zelf kunt bekijken of u wel of niet de ruimte huurt. Maar we willen ook met u meedenken voor een tijdelijk andere oplossing.



Wanneer u geen enkele hinder wilt ondervinden adviseer ik u om contact op te nemen met de beheerders van het wijkcentrum. Zij kunnen met u meekijken naar een tijdelijk ander onderkomen.

Wij verwachten einde december klaar te zijn. Wat betekent dat u vanaf het nieuwe jaar 2019 weer van harte welkom bent!

*Met vriendelijke groet,
Marloes Peters, teamleider*

Planning De Heistal 2018

Maand	Deadline	Bezorgen
Oktober	ma 10-9	vr 5-10 t/m zo 14-10
December	ma 5-11	vr 7-12 t/m zo 16-12

De zomervakantie van... DE JACOBA'S

Na een turbulent schooljaar begint gelukkig voor ons ook eindelijk de zomervakantie. Dit betekent dat wij lekker gaan genieten van onze vrije tijd in Nijmegen.

De vakantie gaat al lekker van start met de Vierdaagsefeesten. Nijmegen is natuurlijk altijd gezellig, maar met de Vierdaagse is het nog weer nét iets gezelliger in de stad. Dit zorgt voor de nodige leuke avondjes uit. Vooral de foute hits van Qmusic aan de kade zijn favoriet. Een van die avonden was onze 'huisavond', die we samen als Jacoba's hebben gevierd. Dit hebben we gedaan omdat we voor het eerst samen konden stappen met onze nieuwe huisgenote. Er is namelijk groots nieuws vanuit de Sint Jacobslaan: Lena heeft ons huisje verlaten en daarom is Emelie ons komen vergezellen! Vanaf vrijdag 13 juli – nu natuurlijk geen pechdag – is Emelie officieel onze nieuwe huisgenote. Na vele gezichten te hebben gezien op onze hospiteeravond, sprong Emelie er bovenuit! Gelukkig

zag zij dit ook zitten en maakte ze zo ons huis weer compleet. Omdat Emelie natuurlijk ook jullie nieuwe buurtbewoonster is zal ze zich hieronder even voorstellen.

Hallo! Ik ben Emelie en ik maak sinds deze maand deel uit van de Jacoba's. Ik ben 20 jaar en ik studeer Bedrijfskunde. Afgelopen jaar heb ik dat een jaar geprobeerd aan de Radboud Universiteit, maar dat is wat anders verlopen dan gedacht. Daarom ga ik komend jaar verder aan de HAN en hoop ik daar over een aantal jaren mijn diploma te halen. Ik hoop dat ik nog lang onderdeel mag uitmaken van de Jacoba's en dat ik nog veel mee mag werken aan een stukje voor in de Heistal.

Wij hebben wél foto's van ons vier-tjes, maar die zijn genomen tijdens de 4Daagse-feesten en daardoor niet helemaal geschikt voor publicatie. Dus: een foto met ook Emelie erbij houden de lezers van De Heistal tegood.

Stekeligheden

Het staat in de krant: de gemeente wil statiegeld op de kleine flesjes!

Op de grote zit al statiegeld en die worden wél ingeleverd.

Maar dachten ze nou echt, dat de jeugd naar een super gaat om die dingen in te leveren en dat ze daar zolang mee in hun handen blijven lopen?

Ach toe nu, wees wijzer.....

Er is wel een oplossing: zet meer goede vuilnisbakken neer voor glas of plastic. Maar dan komt het commentaar: dan gooien ze alle huisvuil erin. Volwassen mensen dus.

Om dat te voorkomen: gewoon de huisvuilzakken weer voor de lage prijs van vroeger. Dan sjouwen de mensen niet meer met hun afval over straat om het bij een vuilnisbak of container te dumpen.

De gemeente weet wel hoe ze extra geld van de mensen kan binnenkrijgen.

Maar ouders, voed uw kinderen zo op, dat ze niets op straat gooien. Het kost moeite, ik weet het. En zit u in de auto leg dan een afvalzakje in de auto, en een extra zakje achterin voor de kinderen, dat u dan dáár weggooit waar het mag en niet stiekem voortijdig uit het raam.

Zo deden wij dat vroeger ook en hoopten daarmee het goede voorbeeld aan onze kinderen te geven.

Heel fijne zomer toegewenst,

Djoeke

Bedankt lieve mensen



In De Heistal van april 2018 stond een berichtje van Bart Janssen over mij en mijn 80e verjaardag.

Op 10 mei – mijn verjaardag – hadden mijn burens mijn tuin versierd, kreeg ik 31 kaarten van bekende en onbekende mensen en op straat werd ik aangesproken en gefeliciteerd! Alles bij elkaar werd het een onvergetelijke dag.

Dank aan Bart en aan De Heistal en aan iedereen die aan mij heeft gedacht.

STICHTING GROOTSTAL EVENEMENTEN

Medewerkers gevraagd voor de Kerstmarkt

Ook dit jaar hebben we weer
ondersteuning van de bewoners
nodig.

We kunnen op 15 december 2018
uw hulp zeer goed gebruiken.

Wilt u ons ondersteunen,
laat dit dan weten via:
grootstal.evenementen@gmail.com

Het Talentenhuis Buurtfestival in De Mix



Alle buurtbewoners van Grootstal en Hatertse Hei waren uitgenodigd om op 21 juni vanaf 17 tot 21 uur naar Buurtcentrum De Mix te komen.

Doel: samen het schooljaar af te sluiten en de zomer welkom te heten.

Op het programma stond: lekker eten, leuke activiteiten, gezelligheid en ontmoeting.



Veel bewoners gaven gehoor aan de uitnodiging en het was een gezellig gebeuren. Met name de workshop "het slijmlab" was een geweldig succes! Leuk om te zien hoe twee jonge meisjes een grote groep kinderen kunnen boeien en aan het werk krijgen. Aminata en Adema, voor mij zijn jullie geboren schooljuffen.



“Golden Girls”

Gaat dit artikel over de Amerikaanse televisieserie uit de jaren tachtig? Nee hoor, dit gaat over een heel ander onderwerp!

Als u dit leest is het omstreeks half augustus. Zijn de meeste mensen alweer begonnen aan hun “werkzame” leven. Kinderen nog actief bij de verschillende bouwdorpen. Basisscholen bezig met de voorbereiding op het nieuwe schooljaar, dat start op 20 augustus.

Toch ga ik even terug naar de 3e week van juli: de week van de Vierdaagse. Desiree Jansen, onze acquisiteur, heeft dan enkele vierdaagse lopers in huis. Voor de redactie van de Heistal een mooie gelegenheid om daar een artikel aan te wijden.

Ik ben door Desiree uitgenodigd om bij haar thuis enkele lopers te ontmoeten.

Wat mij direct opvalt in de Van Peltlaan is het grote aantal Vierdaagse vlaggen. Wat blijkt, Desiree is niet de enige in de straat die Vierdaagse lopers onderdak biedt. Meerdere buurtbewoners bieden een gastvrije opvang aan lopers.

Desiree heeft 4 lopers dit jaar in huis. Twee wandelaars uit Friesland en twee zussen, die al 8 jaar samen met heel veel plezier in juli naar Nijmegen ko-

men om, meestal zonder blaren, 4 dagen te wandelen! De beide dames, Elly en Marianne, geboren in Breda wonen nu respectievelijk in Ugchelen (Apeldoorn) en Biddinghuizen.

Elly liep in 2004 haar eerste Vierdaagse. Omdat haar zoon destijds in Nijmegen studeerde was dat een mooie gelegenheid om eens een keer mee te lopen voor de gezelligheid. Zogezegd, zo gedaan. Toen in 2006 2 schoonzonen en zwagers de Vierdaagse gingen lopen, besloot ze weer mee te gaan. Een zwager had het moeilijk de eerste dag. Hij werd geplaagd door blaren en het was nog maar de vraag of hij de tweede dag kon starten. Door de extreme hitte, twee wandelaars die overleden en de vele lopers die onwel werden, is besloten vanaf de tweede dag de Vierdaagse te cancelen. Kwam dat even goed uit voor de zwager.

Elly en Marianne genieten van de 4 wandeldagen. Het zijn de enthousiaste mensen aan de kant die de lopers aanmoedigen en ze zoveel energie en kracht geven om door te gaan. De kinderen die met bakjes lekkernijen de lopers verwennen. Dat zijn de dingen waar je een kick van krijgt, aldus de zussen. En dan de ochtenden met al die studenten die uitgefeest zijn en nog voor ze hun bed induiken de lopers uitzwaaien. Ook al is het hartje zomer sinterklaas en de kerstman zijn erbij!

Het is belangrijk om in je eigen tempo te blijven lopen. Voor de 30 km lopers zijn er twee starttijden: 6.45 uur en 7.30 uur. De dames starten samen, maar als onderweg blijkt dat het tempo onderling verandert, scheiden hun wegen en ontmoeten ze elkaar weer op een vast punt. Trainen doen ze nauwelijks. Ze hebben een keer het Pieterpad gelopen en blaren, die komen er niet zo gauw. Wat een zegen!

Ze stoppen twee keer om te rusten, voor koffie (de eerste koffie is de lekkerste...) en niet te vergeten die overheerlijke appelflappen. Vooral als je ouder wordt moet je niet te vaak stoppen. Op gang komen wordt dan steeds moeilijker. Elke dag is er een vast punt waar ze naar toe gaan. In Bemmelen drinken ze koffie bij hun zus;





de koffiestop in Groesbeek is bij een vriendin van een zus.

"Is de derde dag niet de zwaarste?" vroeg ik nog.

"Welnee, voor je het weet, ben je er doorheen" was het antwoord.

Er staat ook familie in Berg en Dal die de dames supporten, waardoor ze weer lekker de eindstreep halen. Men denkt i.v.m. de Zevenheuvelenweg dat de 3e dag zwaar is, maar de woensdag is veel zwaarder. De 4e dag is een feestje; man en kleinkinderen staan te wachten voor een superonthaal in Malden.

Er zijn natuurlijk ook momenten van ontroering. Vooral de laatste dag als ze worden toegejuicht door patiënten van het Radboudumc. Vaak ernstig zieke patiënten die vanuit hun bed nog de kracht hebben om lopers aan te moedigen en er wat plezier aan te beleven.

"Dat raakt je enorm" zegt Marianne. Die er tijdens ons gesprek weer emotioneel van wordt.

Verder geven ze de organisatie een groot compliment. Er zijn veel verzorgingsposten; helpers zijn vriendelijk; het is één grote familie!

De interacties onderweg, de sfeer tijdens de hele tocht en alles eromheen maakt dat ze ieder jaar weer naar Nijmegen komen om een week te feesten en oh ja, te wandelen!

En vooral niet te vergeten: de geweldige zorg van Desiree. Zij zorgt ervoor dat het de dames aan niets ontbreekt. Daar zijn ze heel dankbaar voor. Ze hebben het bijzonder goed getroffen met dit guesthouse!

Er is nog één ding wat ik niet weet. De leeftijd van die twee Bredase kanjers. Never mind, golden girls!!!!

*Tekst: Dorite Claassen
Foto's: Desiree Jansen*

Als ...

Marian van 't Hullenaar-Seegers niet onlangs was overleden, had haar zus - Wilma Seegers van de Van Peltlaan - de Nijmeegse 4Daagse zoals gewoonlijk weer samen met deze zus Marian gelopen. Dat zou natuurlijk geweldig zijn geweest, want beiden waren een in het oog springend koppel, waar menig kijker en loper met plezier naar uitkeek.

Dit jaar was er voor de lopers een andere trekpleister: 3 van de 4 dagen trok de bonte stoet door de Van Peltlaan, waar ze bij Wilma welkom waren voor een kopje koffie of thee, een praatje en een lach.

Menig loper is in de avonden teruggekomen om een foto te maken en De Heistal wil ook u dit beeld niet onthouden.



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



www.borgers-mode.nl
T. 024-3551983
St. Jacobslaan 202 Nijmegen

borgers mode

Dankzij u al 57 jaar, dichterbij dan u denkt..

Al onze zomer Katoenen en Wollen Heren broeken ruimen wij nu op voor € 75,- per stuk

PETERS
keukeninterieurs
est. 1985

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



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

WILLEMSEN
verzekeringen

Gaico Willemsen en Henk Janssen


Wij regelen het graag voor u

Oude Molenweg 82, Nijmegen
(liggende in het verlengde van de Houtlaan, hoek Van Peltlaan)

t 024 377 79 35 | 024 355 01 89
www.willemsen-verzekeringen.nl

verzekeringen hypotheek financiering

Richt uw woning mooier in met
Wennekers Nijmegen



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

WENNEKERS
NIJMEGEN

Gordijnen, zonwering, vloeren ...en meer

www.wennekers-nijmegen.nl

NIEUWKOMERS

In De Heistal wordt al volop gelegenheid geboden om kennis te maken met buurtbewoners en ondernemingen in de wijk. Voor de komende tijd willen we daar nog een rubriek aan toevoegen: NIEUWKOMERS.

Mensen die met een specifiek verhaal van ver komen en -al dan niet tijdelijk- de wijk verrijken. In deze aflevering laten we Bintu Maneh aan het woord.



De vakantie is net aangebroken en het is een beetje de zoete inval in het huis in de Copernicusstraat. Naast de drie kinderen van Bintu (twee meisjes en één jongen) is er een overbuurjongen en een dochter van een vriendin die op bezoek is. Alles zo'n beetje in de leertijd van 5 tot 9 jaar. De zon schijnt en de temperatuur heeft veel weg van wat Bintu gewend is van de streek waar ze geboren en getogen is. Dat is een dorp op het platteland van Sierra Leone, een land aan de Afrikaanse Westkust.

Dat is een groot verschil met Nederland. Zelfs in de zomers kan het naar de mening van Bintu hier gewoon koud zijn. Laat staan de herfst en winters! Een ander verschil is het dorpsleven. Waar ze woonde, kent iedereen elkaar. Mensen komen makkelijk bij elkaar over de vloer. Er is een sterke norm dat je er bent voor de burens (en familie), als er wat nodig is. Hier in Nijmegen in het kleine straatje waar ze woont, vertelt Bintu, kent ze niet eens alle burens. Op een paar na en enkele goede kennissen. Dat is niet onoverkomelijk, maar wel anders dan in Sierra Leone.

Ze heeft nog een broer en een zus in het Westafrikaanse land. Lastig is momenteel dat haar broer een ongeluk heeft gehad, hulp nodig heeft en dat Bintu zo weinig voor hem kan betekenen. In haar achterhoofd speelt het idee dat ze in de toekomst misschien nog een keer naar Sierra Leone toe zou willen gaan, als vakantie, om de

sfeer te proeven en familie te zien. Maar voorlopig ligt het perspectief helemaal op Nijmegen: Nederlands leren, inburgeringsexamens doen, straks de kinderen naar de basisschool brengen.

Bintu is nu een kleine zes jaar in Nederland. Ze kan en wil niet veel vertellen van de achtergrond van haar komst naar dit land. Toen ze naar het eerste AZC ging, was dat in Assen en was ze nog -net- minderjarig. Toch had ze al haar dochttertje, Esther, achter moeten laten in Sierra Leone. Na 4 maanden werd het het AZC in Emmen. In vergelijking met de mensen in Nijmegen vindt Bintu de Drenthen wel ietsje stugger. Hier zijn de mensen opener, vriendelijker en hulpvaardig. Al heb je er soms een enkeling tussen zitten, die niks met je te maken wil hebben.

Kort daarop werd het al Nijmegen. In de tussentijd was Bintu zwanger geworden. En tot haar schrik bleek het een tweeling te zijn: Daniella en Daniel. Dit en het feit dat ze pas in 2016 haar verblijfsvergunning voor vijf jaar heeft gekregen, maakt dat ze sinds afgelopen jaar haar zaken op orde aan het krijgen is. Ze heeft nu haar huis. Sinds een jaar is Esther herenigd met haar moeder. Daniella en Daniel kregen er zo maar een oudere zus bij. En via Facebook heeft Bintu de vader van Esther, Samuel, achterhaald. Die was in de tussentijd in Italië verzeild geraakt. Hij zit midden in de procedure om de hereniging rond te maken. Hij moet 'm afwachten in het AZC in Dronten, maar is al wel regelmatig "thuis".

Net als haar kinderen gaat Bintu nog "naar school". Op mijn vraag of de kinderen dat niet gek vinden, kijkt Bintu me verbaasd aan. "Nee", zegt ze. Maar zij heeft nog maar een jaartje te gaan en het gaat goed met de examens Nederlands en inburgering. In huis wordt een mengeling van Engels, Krio en Nederlands gesproken. Ik vraag of het niet lastig is om Nederlands te leren met al die Nederlanders die zo snel overschakelen op Engels als ze doorhebben dat je Engels spreekt. Bintu vindt van niet. Ze komt genoeg Nederlanders tegen die geen Engels spreken. En wil je echt iets geregeld hebben, dan is beheersing van het Nederlands wel noodzakelijk. Zeker als je ook denkt aan betaald werk. Zowel zij als ook Samuel willen na de taalverwerving graag nog een opleiding doen om daarmee aan de slag te kunnen. In eerste instantie dacht Bintu aan het kappersvak. Maar haar is gezegd dat er daar al genoeg van zijn. Ze denkt ook aan kinderopvang, omdat ze dat heel leuk vindt. De toekomst zal het uitwijzen. Eerst moet het pleit beslecht worden welk land Samuel een verblijfsvergunning wil geven: Italië of Nederland. Advocatenwerk.

In de tussentijd roeren de kinderen zich. Er moeten ijsjes komen. Op de terugweg kom ik Esther op haar fiets tegen, terug van supermarkt met een nieuwe voorraad waterijsjes....

Tekst en foto: Fred uit het Broek

Bart Janssen deelt herinneringen met...

Chris van Kuppeveld



Jo van Kuppeveld (*1912), oprichter van de winkel "Het Woonhuis" aan de Van Peltlaan 188, werkte tot 1932 bij de gordijnen- en tapijtenwinkel Derks Lijn op de hoek Van Trieststraat en Stijn Buijsstraat. Gedurende de crisisjaren voor de oorlog werd hij tramconductor. In 1940 trouwde hij met Riek Loeffen en zoals het in die tijd gebruikelijk was, betekende het huwelijk tevens het einde van de werkzaamheden van Riek op het gordijnenatelier van V&D. Door hun beider arbeidsverleden bleek het huwelijk een ideale combinatie voor de start van een eigen bedrijf in behang, matrassen, stoffering van meubelen en gordijnen. In hun woning aan de Oude Molenweg 156 werd de woonkamer en suite in tweeën gedeeld. De voor-

kamer werd winkel en de achterkamer werd leefruimte voor het gezin van Jo en Riek, dat spoedig werd uitgebreid met de vijf kinderen Wim, Chris, Joop, Marian en Nellie. Achter bakker Derks aan de St. Jacobsaan 120 huurde Jo een magazijn voor fabricage en opslag.

Riek was naast de zorg voor haar gezin altijd druk met het maken van bestelde gordijnen op de trapnaaimachine, die op de bovenverdieping aan de Oude Molenweg stond.

Rond 1950 besloot Teloosen, een oom van Jo van Kuppeveld, zijn fietswinkel aan de Van Peltlaan 188 (hoek Oude Molenweg) te sluiten en Jo kon het pand betrekken. Gouden tijden braken aan, toen er in de jaren vijftig op de Hatertse Hei veel hofjes met etagewoningen van drie en vier verdiepingen en een hoge torenflat

verschenen. In latere jaren zou daar nog veel nieuwbouw in Brakkenstein en op Dukenburg bijkomen. Het werden vrijwel allemaal klanten.

Chris (*1942) groeide in de jaren van het rijke Roomse leven op in het hoekpand aan de Van Peltlaan 188. Zowel pastoor Loeff van de Lourdeskerk aan de Hatertseweg als pastoor Bary van de nieuwe Sint Franciscuskerk aan de Heiweg zochten misdienaars voor de dagelijkse missen. Ook Chris werd gevraagd, maar er ontstond een klein probleem. De grens van de beide parochies liep door het huis van de familie Van Kuppeveld. De voordeur aan de Van Peltlaan was Lourdesparochie en de veel gebruikte zijdeur aan de Oude Molenweg viel in de parochie van de St. Franciscuskerk. Chris koos voor deze laatste kerk en op 1 maart 1954 assisteerde hij pater Ruigt bij het

Jo en Riek van Kuppeveld-Loeffen



Huwelijksmis van Wil en Bep Zeller-Janssen. Misdienaar rechts is Chris van Kuppeveld





Jo en Riek van Kuppeveld op de Oude Molenweg 156 onder het bord: Jo van Kuppeveld, behanger, stoffeerder, woninginrichting.

inzegening van het huwelijk van het bruidspaar Wil en Bep Zeller-Janssen van de Oude Molenweg 129.

De tijd voor Pasen behoorde tot de drukste weken van het jaar. Tegenwoordig komt het nog nauwelijks voor, maar in de weken voor Pasen gingen overal de kachels uit en werd de grote voorjaars schoonmaak gehouden. In de meeste gezinnen betekende dat het leegmaken, boenen en opknappen van het hele huis en daar be-

hoorde dikwijls ook het behangen van een of meer kamers bij. Alle waslijnen hingen vol met gordijnen, dekens en ander beddengoed. Matrassen stonden tegen buitenmuren en het matten kloppen was in de hele buurt hoorbaar.

In 1968 trouwde Chris met Janneke Hartog. Kort voor dit huwelijk vertrokken Jo en Riek naar Aldenhof, waar Riek op 15 oktober 1972, 62 jaar oud, overleed. Chris en Janneke, die de zaak in 1974 overnamen, hebben nog drie jaar boven de winkel gewoond en zijn daarna verhuisd naar Milsbeek. De klandizie was in de loop der jaren zo groot geworden, dat de zaak moest worden uitgebreid. Op de begane grond kwamen, met zes rollen vloerbedekking in de kleuren bruin, beige en groen, alle attributen voor woninginrichting en op de bovenetage kon je voor matrassen en ander beddengoed terecht.

Het leggen van Balatum, een vloerbedekking opgebouwd uit met bitumen geïmpregneerd vilt, bracht in de winter altijd extra problemen met zich mee. Nieuwbouwhuizen hadden nog geen centrale verwarming en deze vloerbedekking moest in de winter altijd "warm" gelegd worden, omdat de onderkant niet mocht breken. Tot de standaarduitrusting van Chris behoorde daarom ook altijd een kachel die de betreffende kamers moest voorverwarmen. Bij de intrede van het vier meter brede kamerbreed tapijt in de jaren negentig verdwenen de rollen uit de winkel en werd er alleen nog met stalen en proefstroken gewerkt. Soms moesten halsbrekende toeren



Janneke in de winkel naast rollen zeil.

worden uitgehaald om de rollen in de kamers van de vele etagewoningen op zijn plaats te krijgen, omdat de meeste flats geen lift hadden of, als er wel een lift aanwezig was, de liftruimte te beperkt was. De rollen moesten dan via het trappenhuis.

Jo van Kuppeveld hertrouwde enkele jaren na de dood van Riek met Truus van der Linden. Hij overleed op 7 november 2003 op 91-jarige leeftijd. Chris en Janneke wonen nog steeds met veel plezier in Milsbeek. Elke week gaat Chris vanuit De Schakel in Nijmegen sporten en hij zal nooit vergeten daar de laatste Heistal mee te nemen. Zijn oude buurt blijft hem interesseren.

Bart Janssen

Reageren: bartal@mijns.nl

Het woonhuis



Reactie van een lezer:

Leuke artikelen van Bart Janssen over destijds karakteristieke bedrijven zoals Baeten en van den Heuvel's warenhuis.

Over van den Heuvel schoot mij nog een aardige ervaring te binnen. Begin zeventiger jaren toen wij net een paar jaar aan de Heiweg woonden, bezocht ik deze winkel om een droogmolen aan te schaffen. Jan van Heuvel liet me er 3 zien, pakte er één uit en zei "deze moet je hebben". Op mijn verbaasde vraag waarom, kreeg ik het antwoord: "die goedkoopste is een prul; de duurste is niet veel beter dan die ik je adviseer, die verkoop ik aan mensen met een Mercedes en ik zag dat jij met een Renaultje 4 voor kwam rijden, dus deze zou ik nemen!" vriendelijke groet, Kees van Wijck

Festiviteit voor burens



**Vitaal in de wijk,
laat u inspireren!**

Fit en vitaal ouder worden, kom naar onze belevingsmarkt en laat u informeren over wat uw wijk te bieden heeft. Daarnaast kunt u heerlijk rondstruinen op de rommelmarkt en genieten van live muziek en een hapje en drankje. Een dag in het teken van ontmoeting, vitaliteit en gezelligheid.

**2 Tot ziens op zondag
september 2018**

van 11.00 uur tot 17.00 uur in Park Malderborgh aan de Irene Vorrinkstraat.

FestiviTIJD voor burenen 2018



Hierover had ik een gesprek met twee zeer enthousiaste organisatoren van dit jaarlijkse festijn. Lynn van Hoften en Jurgen de Ruijter, zij vertelden waar het dit jaar om draait.

Gezelligheid, ontmoeten en vitaliteit staan centraal

Sinds 2012 organiseren wij samen het jaarlijkse evenement FestiviTIJD voor Buren; dit jaar is dat op zondag 2 september 2018. Van 11.00-17.00 (informatiemarkt tot 16.00 uur).

Park Maldenborgh ligt op de grens van de wijken Hatert en Grootstal. Het doel van FestiviTIJD voor Buren is om bewoners van het park en de wijken met elkaar te verbinden. Dit is een laagdrempelige, feestelijke dag. Iedereen is daarbij welkom. Het wordt weer een feestelijke Burendag met muziek, een hapje/drankje en ontmoeten.

Dit jaar is er speciale aandacht voor het thema Vitaliteit. Daarnaast is er een gezellige rommelmarkt met naast tweedehands spulletjes ook veel zelfgemaakte artikelen. Daar wordt klein zelfgemaakt goed verkocht (kaarten, sieraden, jam), 2e hands boeken en andere spullen die men zelf niet meer gebruikt.

Tijdens FestiviTIJD voor Buren 2018 is er naast muziek, gezelligheid en bewegen (Kwiekroute, beweeggames, rondje fietsen op de duo fiets) ook een rommel- en informatiemarkt. De belevingsmarkt heeft als thema Vitaliteit.

Doel van de BELEVINGSMARKT

Heel graag willen we de bezoekers op een leuke en positieve manier op ideeën brengen voor/ en inspireren op het thema Vitaliteit. En laten zien wat er in de wijken Hatert en Grootstal op dat vlak zoal te doen is.

We doen een greep uit alle mogelijkheden

Met de keuze voor de thema's en de organisaties die we erbij uitnodigen, doen we een greep uit alle ideeën/faciliteiten/organisaties/activiteiten op dit gebied.

Kenmerken van de kraampjes en de boodschap per kraampje

- Positief, leuk en gezellig.
- Wijkinitiatieven onder de aandacht brengen
- We presenteren ideeën en mogelijkheden uit de directe omgeving. Dat betekent: als iemand iets zou willen ondernemen, dan kan dat heel dicht in de buurt
- We willen graag een aantal voorbeelden geven, inspireren, op ideeën brengen. Hierbij aandacht voor: laten zien, zelf doen, erover horen/het bespreken; meemaken, op ideeën komen. Voorbeelden van themakramen: Bewegen, Body & Mind, Ontmoeten in de wijk, Groen in de wijk, Ontmoeten, Actief in de wijk en Lichaamsfuncties. Maar ook Veiligheid en buurtpreventie (wijkagent en straatcoaches) en zingeving.

Rommelmarkt: op dit moment zijn er nog kramen te huur. 12,50 euro.

Voor informatie hierover kunt u contact opnemen met Restaurant ...bij de burenen: (024) 890 91 33

Dit alles wordt georganiseerd in samen-

werking met GGD Zuid Gelderland, PORTAAL, PLURIJN, Sport en Ontwikkeling Nijmegen, 4-Wijkenfonds (gem. Nijmegen), Restaurant...bij de burenen (ZZG zorggroep).

Activiteiten waar aan gedacht kan worden (deelname is gratis):

- Smaakttestjes
- KWIEK route lopen onder begeleiding
- Wedstrijd fotoclub Digiana Fotoclub Digiana organiseert een fotowedstrijd voor wijkbewoners. Aftrap tijdens FestiviTIJD. Zij worden uitgedaagd de mooiste foto van hun wijk te maken. Met kans op mooie prijzen (fotocursus van Foto Roos, restaurantbon ...bij de burenen & professionele afdruk van de foto)
- Eenvoudige rollatorcheck Bezoekers kunnen hun rollator laten nakijken en advies krijgen over veilig gebruik van de rollator.
- Bloeddruk laten meten
- Tochtje met de DUO fiets
- Rondleiding bij de dagbehandeling & beschermd woonvorm Waterrijk

De muzikale begeleiding is weer van co-verband 2 -acoustic. Het Nijmeegs Mannenkoor verzorgt twee keer een optreden bij de rommelmarkt

*Tekst: Marianne Jansen
Foto's Jos van Gelder*

In deze rubriek komen bewoners uit onze buurt aan het woord met hun bijzonder verhaal, hun hobby, hun ideeën, of wat dan ook de moeite van het "delen" waard is.

Heeft uzelf iets te vertellen of kent u iemand die in deze rubriek past, laat het ons dan weten.

“Achter de voordeur van...”

Deze keer kwam ik via de achterdeur binnen, zelfs door de slaapkamer, maar daarover straks meer. Dat geeft al aan dat mijn gesprekspartner geen onbekende voor mij is: Huub Tegelaers, ónze penningmeester. Al bijna 30 jaar woont hij met zijn gezin - zijn vrouw Yvonne, dochter Brechje en zoon Sjoerd - op de Jacobslaan.

Na het lezen van een “zoekertje” in De Brug, waarin een huis te koop werd aangeboden, fietste Yvonne, nieuwsgierig geworden, langs en bij het zien van de voorkant met het kleine puntdakje, werd ze op slag verliefd. En dat gevoel werd nog versterkt toen zij en Huub voor het eerst binnenkwamen.

Niet dat de staat van het huis en de achterliggende tuin daar direct aanleiding toe gaven, integendeel!!! Het huis met al zijn aanbouwen (hutjes en schuurtjes) was in erbarmelijke staat; het was een puinzooi! Maar Huub en Yvonne keken daar doorheen en zagen de mogelijkheden, ook financieel. De eigenaar had al een aantal buurhuizen verkocht en in dit huis woonde en werkte hij zelf. Hij verkocht gaskachels, die hij zelf uitprobeerde. Hij had door het huis naar achteren toe een gasleiding gelegd, die hij aansloot op gaskachels die hij op de kop had weten te tikken. Als de kachels functioneerden, bood hij ze te koop aan. De enige verwarming in zijn eigen huis bestond uit één gaskachel in de woonkamer, waaromheen het gezinsleven zich afspeelde.

Dat alles werd te koop aangeboden voor een betaalbaar bedrag zowel in guldens als in euro's. Maar: de hele benedenverdieping

moest rolstoeltoegankelijk gemaakt worden en daar moesten zowel het GAK als de Gemeente Nijmegen toestemming voor geven. Het heeft aan een zijden draadje gehangen: de Gemeente Nijmegen had het hele project bijna afgekeurd, maar uiteindelijk kwam de toestemming voor de verbouwing/aanpassing. De oorspronkelijk geplande traplift verviel en daarvoor in de plaats werd achter de keuken een grote slaapkamer aangebouwd, die grenst aan de tuin, waar ik mijn fiets stalde toen ik bij Huub en Yvonne kwam praten voor dit artikel. Door die slaapkamer kwam ik hun huis binnen.

De familie Tegelaers woont dus al bijna 30 jaar met veel plezier in dit huis, dat ze zich helemaal “eigen” hebben gemaakt. Samen met hun katten en voorlopig nog zoon Sjoerd.

Dochter Brechje ging na haar studie (psychologie) 3 maanden backpacken in Zuid-Amerika en ontmoette daar Pedro uit Venezuela, waarmee ze inmiddels al 2,5 jaar samenwoont in Chili! Zo kan een leven lopen... In september wordt hun eerste kindje geboren.

Zoon Sjoerd, een ander verhaal, is kunstenaar: hij maakt etsen en hoopt

ooit in Griekenland te gaan wonen en werken. Voor wie iets van zijn werk wil zien: in museum Het Valkhof is momenteel de expositie “99 + 1 Nijmeegse kunstenaars” en op de billboards die daarnaar verwijzen staat Sjoerd met een van zijn werken afgebeeld. Zijn atelier is op het voormalige Honig-terrein.

Huub is geboren in Geleen, in het katholieke zuiden. In die tijd, in de jaren 50, was in die streng katholieke omgeving scheiden een onbekend woord. Maar de moeder van Huub liet zich, in 1956, door niets of niemand tegenhouden en scheidde van haar man. Voor de 3 zonen een drama, maar voor Huub (de middelste van de 3 kinderen) een ramp: nog geen 2 jaar oud, in 1952, kreeg hij polio (kinderverlamming). Er bestond nog geen vaccinatie en het was afwachten wat de gevolgen voor de rest van het leven waren. Voor Huub heeft dat geleid tot een geleidelijke verslechtering, steeds verdere uitval van spieren, wegvallen van kracht en uiteindelijk volledig afhankelijk zijn van zijn rolstoel.

Een paar jaar na de scheiding kwamen hij en zijn broers in Maastricht in een kindbeschermings-internaat terecht, gerund door nonnen. Toen hij elf jaar was ging hij (alléén, zijn broers bleven





in Maastricht) naar Nijmegen, naar de Sint Maartenskliniek. In Nijmegen woonde hij en de andere kinderen in barakken. Op het terrein was een middelbare school, gelieerd aan het Dominicus College, waar zowel jongens als meisjes hun opleiding konden volgen (uiteraard strikt gescheiden). Ook externe leerlingen kwamen daar, maar allen waren gehandicapt.

Uiteindelijk deed Huub eindexamen HBS samen met nog 12 medeleerlingen!

Hij ging zelfstandig wonen in Elst, later in Bemmel. Hij ging werken en deed naast zijn baan vrijwilligerswerk bij een jongerensoos. Dáár werd hem duidelijk waar zijn hart naar uitging. Hij be-

sloot in Arnhem de Sociale Academie te gaan doen. Kwam eerst als vrijwilliger en na zijn afstuderen in dienst bij de Kinderbescherming, de baan waar hij vanaf 1978 tot 1990 zijn ziel en zaligheid in heeft gelegd.

Geleidelijk aan ging lopen steeds slechter en kwam bij de Kinderbescherming een Adviesbureau, zodat hij van daaruit kon blijven werken. Tot 1990, toen hij definitief werd afgekeurd.

Thuis liepen twee kleine kinderen rond en Yvonne werkte (nog steeds) in de zorg. Zij stimuleerde Huub niet bij de pakken neer te gaan zitten (iets wat zonder meer niet bij hem past). Zo kwam het dat hij MBA haalde, samen

met Yvonne, aan huis een administratiekantoor opzette, dat hij tot 2014 met veel plezier en met behulp van zijn Yvonne heeft gerund.

Toen was het goed geweest en kwam er tijd voor andere dingen: penningmeester van het koor El Mundo, boekhouder en vrijwilliger van de Voedselbank en... penningmeester van De Heistal, waarmee de cirkel rond is.

Een heel verhaal, een heel leven, verteld door een krachtige en positieve persoonlijkheid.

*Tekst: Carla Boves
Foto: Jos van Gelder*

Wereld Muziek Koor



VOEDSELBANKEN **DE HEISTAL**
voedselbanknijmegen.nl

KION in de Zon kinderfestival

GRATIS
festival voor
families met
kinderen t/m
13 jaar



Zondag 16 september

10.00 – 18.00 uur

Openluchttheater De Goffert

meer info kion.nl/kionindezon



FYSIOTHERAPIE HOMBURG

TRAINING

Voor een sterk en gezond lichaam

Waarom Fysiotherapie Homburg:

- Deskundige en ervaren fysiotherapeuten
- Zorg op maat
- Nu bellen betekent morgen behandeld worden
- Behandeling aan huis is mogelijk
- Fysiotherapie Homburg is goed bereikbaar; ook is er een bushalte voor de deur
- De praktijk is rolstoeltoegankelijk
- Onze fysiotherapeuten zijn betrokken en spelen een actieve rol in uw herstel

De praktijk

Onze praktijk is rolstoeltoegankelijk en beschikt over 2 grote behandelkamers/oefenzalen en 2 standaard behandelruimtes. We hebben alle apparaten in huis voor kracht- en balustraining en daarnaast beschikken we over meerdere hometrainers, een crosstrainer en een loopband. Er is ruimte genoeg voor looptrainingen en houdings- en bewegingsoefeningen.

Sinds 1 juni is Hilleke Scherpbier gevestigd in onze praktijk.

Zij is gecertificeerd specialist op het gebied van bekken en bekkenbodembodemproblematiek:

- Onderzoek en behandeling van patiënten met SI klachten
- De begeleiding door oefentherapie en mensendieck bij bekkeninstabiliteit als gevolg van zwangerschap of in de overgang
- Bekkenbodemcursus

Telefoon: 024-3557023

E-mail: info@hillekescherpbier.nl



Hilleke Scherpbier
Oefentherapie • Mensendieck

Fysiotherapie Homburg

Oude Molenweg 150

Ingang praktijk:

St. Jacobslaan 194A

6533 WR Nijmegen

Openingstijden:

Maandag 08:00-19:00

Dinsdag 08:00-19:00

Woensdag 08:00-13:00

Donderdag 08:00-19:00

Vrijdag 08:00-19:00

Bereikbaar via

T: 024-3540606

E: fysiohomburg@hotmail.com

Fysiotherapie Homburg

Het is een zonnige en warme dag als ik mijn afspraak heb met Fred Homburg in zijn praktijk op het hoekje van de St. Jacobslaan en Oude Molenweg. Hij ontvangt mij in de wachtkamer van zijn praktijk, een koele en prettige ruimte en we besluiten daar ook te blijven zitten.

Fred vertelt in het kort de "geschiedenis" van zijn praktijk: Hij is sinds 2007 eigenaar en werkte tot voor kort met 2 collega's, nl. Miriam Meyer en Lisette Wevers. Per 1 juni heeft Hilleke Scherpbier ook onderdak gevonden in het pand.

Op de pagina hiernaast staat een grote advertentie. Hierin kunt u lezen wat Fysiotherapie Homburg u te bieden heeft en wat de voordelen van deze praktijk zijn (wat ligging en bereikbaarheid betreft bijvoorbeeld). Wat ik tijdens mijn gesprek met Fred zelf kon ervaren, is het gemak om met hem in contact te komen. Dat gold voor mij, maar ook voor de mensen die tijdens ons gesprek binnenliepen met een vraag aan hem of een verzoek voor een afspraak. En het is niet zo, dat ik niet meer wil vertellen over wat hij en zijn collega's voor u kunnen betekenen, maar dan herhaal ik grotendeels de tekst van de advertentie. Terwijl er zoveel meer te vertellen is over de man achter die praktijk.

Fred woont in Zyfflich, is getrouwd, heeft vijf kinderen en vier honden, komt elke dag op zijn fiets naar zijn werk en is lid van de hondenclub in Grootstal.



Sport is een belangrijk item in zijn leven. Hockey speelde tijdens zijn jeugd een grote rol in zijn omgeving, maar geïnspireerd door een neef koos hij voor ijshockey. Een kleine zoektocht op internet levert een schat aan informatie op.

Als 17 jarige kwam Fred in 1977 bij het Nijmeegse ijshockeyteam en daar bleef hij tot 2000. Vanaf de 80er jaren was ijshockey "hot" in Nijmegen en het Nijmeegse team was drie decennia lang toonaangevend in Nederland. Onder verschillende namen werd Nijmegen negen keer landskampioen en de Nijmeegse ijshockeys waren jarenlang bepalend bij andere kampioenenploegen en binnen het Nederlandse team.

In november 2015 is in Het Triavium een eregalerij geopend met foto's van vedetten van weleer, waaronder Fred Homburg.

Uit een verslag in het NRC van maart 1993 van een wedstrijd tussen de ploegen van Geleen en Nijmegen wordt duidelijk, dat de spelers niet bepaald zachtzinnig met elkaar omgingen en Fred wordt in dat artikel een paar keer genoemd (gebroken neus, spoor van bloeddruppels, naar ziekenhuis, een half uur la-



ter terug. "Dokter zet maar snel recht, want ik wil het einde zien"! Neemt onder luid applaus plaats op spelersbank, met een masker van verband. Feestkapel speelt: "We will rock you".) Stoer!!

Maar daar is nu – bij een eerste kennismaking – niets van terug te vinden. Fred is een man met een heleboel levenservaring, die weet wat er leeft onder de mensen, bij ouderen, de eenzaamheid, de gevolgen van ziektes en aandoeningen.

Hij vertelt: alles wat ouderen hebben meegemaakt, maken ook wij mee.

En ook: je leefstijl is belangrijk. Sport is goed voor jezelf zorgen, zodat je ook iets voor anderen kunt betekenen.

Hij probeert de mensen die bij hem komen persoonlijk te benaderen en maatwerk te leveren en zo een aanzet te geven tot herstel. Kleine aanpassingen kunnen grote gevolgen hebben. Daarbij lopen hij en zijn collega's regelmatig aan tegen de eisen van de zorgverzekeraars, die zijn beroepsgroep door alle regels en verslaglegging in een dwangbuis duwen.

Maar praktijk Homburg blijft werken aan en meedenken over uw gezondheid.

Voor verdere informatie (openingstijden, adresgegevens en telefoon) verwijst ik nogmaals naar de pagina hiernaast.

Tekst: Carla Boves
Foto's: van website

Voor een sterk en gezond lichaam

Een kerk voor de nieuwe wijk Grootstal

Na de oorlog gaat Nijmegen snel aan de slag met de bouw van nieuwe woonwijken. Centraal in iedere wijk liggen een winkelcentrum(pje), een paar scholen en een kerk. Zeker in het katholieke Nijmegen is die kerk misschien nog wel belangrijker dan de rest: het geloof heeft nog veel invloed in de jaren '50.

In april 1958 wordt de parochie 'Verrijzenis van Christus' opgericht voor de nieuwe wijk Grootstal, die dan bijna af is. De man die de parochie mag gaan opbouwen is pastoor Piet Bardeel. Hij



Ontwerptekening Verrijzeniskerk ca 1960

Bouw staalskelet toren 1961



kan direct aan de slag in een houten noodgebouw aan de Marconistraat. Ondertussen heeft hij architect Pieter Dijkema gevraagd de nieuwe kerk te ontwerpen. Samen maken ze studiereizen naar moderne kerken in Duitsland om inspiratie op te doen.

Pieter Dijkema is van oorsprong een nuchtere, protestante Groninger. Dijkema leert tijdens zijn studie de katholieke architect Granpré Molière kennen. Zijn invloed is zo groot dat Dijkema zich laat bekeren tot het katholicisme. Dijkema komt uiteindelijk (via Molière) in Nijmegen terecht en bouwt daar het Radboudziekenhuis, het nieuwe stadhuis en de Titus Brandsmakapel. Hij woont zelfs een tijd in het kasteel Heijendaal, waar ook zijn bureau was.

Rond 1961 start de bouw van de Verrijzeniskerk. In krap twee jaar verschijnen er midden in de wijk een kerk met toren, een pastorie en een garage. De bouw kost ruim een half miljoen gulden maar pastoor Bardeel krijgt een pluim van het bisdom voor het uitstekend beheren van het bouwbudget. Op 9 juni 1962 komt de populaire bisschop Bekkers naar Nijmegen om de Verrijzeniskerk in te wijden. Er zijn 900 zitplaatsen maar in de eerste jaren moet pastoor Bardeel er regelmatig klapstoelen bij zetten.

De Verrijzeniskerk is een sobere kerk. Niet alleen omdat er weinig geld is. Dit is ook de filosofie van Dijkema, die misschien voortkomt uit zijn protestantse achtergrond. De sfeer is donker en mysterieus. Er zijn geen ramen, alleen een strook dakramen aan de beide zijanten, achterin de kerk. Een

klein daklicht verlicht een lege plek voor het altaar. Versieringen zijn er niet: de muren zijn van witte baksteen, het dak bestaat uit houten schroten en op de vloer liggen stoeptegels. Achter het altaar is een indrukwekkende schildering van Ted Felen te zien, in donkere paarstinten.

Vanaf de jaren '70 loopt het kerkbezoek in Nederland hard terug. Hoewel de Verrijzenisparochie lang standhoudt, gaat uiteindelijk ook hier het aantal kerkgangers achteruit. De kerk wordt te groot en te duur. Begin jaren '90 gaan de Franciscus- en Verrijzenisparochies weer samen, zoals het ooit in 1958 begon. Op 29 maart 1992 wordt de laatste mis gevierd en sluit de Verrijzeniskerk de deuren voor goed. Het gebouw krijgt geen nieuwe bestemming, maar wordt gesloopt. In mei 1992 beginnen de voorbereidingen, maar op zondagavond 24 mei wordt de kerk door vandalen in brand gestoken, en brandt volledig af. Op de plek van de kerk wordt een paar jaar later appartementencomplex De Ring gebouwd.

Inmiddels is de Verrijzeniskerk alweer bijna net zo lang verdwenen als hij er



Interieur Verrijzeniskerk

is geweest. Nu zou de kerk niet meer gesloopt worden; het is een waardevol voorbeeld van naoorlogse kerkenbouw. Gelukkig bestaat de Titus Brandsmakapel aan de Kroonstraat achter de Doddendaal nog. De kapel, die uit zijn oorspronkelijke functie is ontheven vanwege de overplaatsing van de Titus Brandsma gedachtenis naar de St. Jozefkerk aan het Keizer

Karelplein, is een kleine kopie van de Verrijzeniskerk, tot en met de toren aan toe. Nu je de geschiedenis van de Verrijzeniskerk kent, is het zeker de moeite waard om er eens langs te lopen!

Tekst: Maurice Franssen

Foto's: Regionaal Archief Nijmegen

Kerk na de brand in 1992



Persoonlijke en Stijlvolle uitvaartverzorging

Wat is de tijd in het leven?
Tijd is alles en tijd is niets.
Alles komt op z'n tijd.
Alles wat goed is, heeft tijd nodig.
Alles wat tijd krijgt, wordt goed.
Tijd geef je aan dingen die goed moeten worden.
Want tijd is meer.
Tijd is zorgzaamheid en aandacht geven in moeilijke tijden.

Anneke Postma
Uitvaartverzorging

Dag en nacht bereikbaar

Zowel voor particulieren als verzekerden!
U kunt ons rechtstreeks bellen!
Telefoon 024 - 356 39 29

Marie Curiestraat 45
6533 HV Nijmegen
www.postma-uitvaart.nl

Samen zorgen we voor een zorgzaam afscheid



hathayoga • yinyoga • zwangerschapsyoga • yoga vakanties



YOGA-STUDIO SUSUMNA

Newtonstraat 54
6533 JX Nijmegen
0654331093
info@susumna.nl
www.susumna.nl
www.susumna-yogavakanties.nl

Evers Janssen
tweewielers



Gratis haal en brengservice
Gratis leenfiets bij uw reparatie
Dé specialist in fietskarren
Groot assortiment aan kinder-, elektrische- en stadsfietsen

Evers Janssen Tweewielers
Kanunnik Pelsstraat 70
6525VZ NIJMEGEN
Tel.: 024-3552015

website: www.eversjanssentweewielers.nl
e-mail: info@eversjanssentweewielers.nl



(sport)fysiotherapie - manuele therapie - Oedeemtherapie - bekkenfysiotherapie - diabetes beweegprogramma - arbeidsgerelateerde klachten - longrevalidatie - valpreventie - graded activity - training bij etalage benen - Medical Taping Concept - (kinder) acupunctuur - medische fitness



024 354 04 04

www.fysiotherapiejacobsaan.nl

info@fysiotherapiejacobsaan.nl

Wat is yoga?

De yogascholen en -studio's schieten als paddenstoelen uit de grond. Iedereen doet, of kent wel iemand die yoga beoefent.

Maar wat is yoga nu eigenlijk?

Yoga is een eeuwenoude filosofie en levenswijze. Het is een uitgebalanceerd systeem om je leven zo goed, gezond en gelukkig mogelijk vorm te geven. Wat de meesten van ons als yoga kennen (namelijk al dan niet ingewikkelde houdingen op de yogamat) is eigenlijk maar een klein onderdeel van de rijke yogafilosofie. Naast de asana's, zoals deze houdingen genoemd worden, zijn er leefregels voor een harmonieuze samenleving en naar jezelf. Ook zijn pranayama (ademhalingsoefeningen) en meditatie een vast onderdeel van yoga. Hoewel yoga van oudsher alleen mondeling werd doorgegeven van meester op leerling, heeft Patanjali in de 2e eeuw voor Chr. de filosofie opgetekend en staat dit bekend als het 8-voudige pad van Yoga.



De populariteit van yoga is eenvoudig te verklaren. De effecten zijn soms al na het volgen van één enkele les voelbaar. Hoe langer je yoga beoefent, hoe meer deze effecten waarneembaar zijn; dan werken de houdingen tot ver buiten de yogamat door in je dagelijkse leven. Naast een gezond en soepel lichaam, ervaar je meer rust, leef je meer in het moment en voel je je steeds meer in balans.

Hoe vind je nu een yogaschool die bij je past?

Allereerst kun je op onderzoek uitgaan via internet; kijk wat het aanbod is; spreekt de website en het taalgebruik je aan.

Heel belangrijk: wie geeft er les. Is er een gedegen opleiding gevolgd. Hoeveel ervaring heeft de docent. Blijft de docent zich bijscholen?

Volg een aantal lessen bij een docent om te kijken of het klikt. Is er een goede opbouw van de les? Voel je je prettig in de ruimte? Zo niet, kijk dan verder. Zo ja: gefeliciteerd!



Els Klievink
Yoga studio Susumna
www.susumna.nl
info@susumna.nl
0654331093



Persoonlijk noodplan en “In geval van nood”-kaart

Verschillende gemeentes in Nederland én ook Het Rode Kruis ondernemen actie om bewoners te helpen met het opstellen van een persoonlijk noodplan of het invullen van een “In geval van nood”-kaart.

De Heistal heeft geprobeerd om met financiële hulp van Gemeente Nijmegen de “In geval van nood”-kaart ook in Nijmegen te verspreiden. Tot nu toe zonder succes, maar we blijven zoeken naar middelen.

U kunt zelf ook aan de slag: Op internet vindt u informatie bij Het Rode Kruis/persoonlijk noodplan en de “in geval van nood”-kaart kunt u downloaden.

Maar niet iedereen heeft een computer! Denk daarom ook aan burens of andere mensen waarvan u weet dat zij hierbij uw hulp goed kunnen gebruiken.

Het persoonlijk Noodplan:

Stelt u zich eens voor, er breekt brand uit in uw huis en u heeft maar één minuut de tijd om spullen bijeen te rapen die u denkt nodig te hebben. Grote kans dat u belangrijke zaken vergeet, of dat u zo snel niet denkt aan informatie als telefoonnummers of gegevens van de nutsvoorzieningen of verzekeringen.

In een persoonlijk noodplan bewaart u al deze informatie overzichtelijk in één document. U kunt de informatie digitaal bewaren en een geprint exemplaar op een veilige plek neerleggen. Leg ook een exemplaar bij degene bij wie u tijdelijk wilt verblijven als u uw huis niet meer in kunt, eventueel met een kopie van andere documenten zoals uw paspoort. Bewaar het wel op een veilige plek! U kunt het document ook beveiligen met een wachtwoord. Dit persoonlijk noodplan is te downloaden bij Het Rode Kruis/ persoonlijk noodplan.

“In geval van nood”-kaart

Het is van belang dat hulpverleners bij calamiteiten snel de telefoonnummers van familieleden en de belangrijke medische gegevens kunnen vinden. Met de “In geval van nood”-kaart is deze informatie zo voorhanden.

De kaart kan opgehangen worden op een makkelijk vindbare plaats, bijvoorbeeld bij de voordeur of in de meterkast. Zo kunnen hulpverleners in noodgevallen snel familieleden op de hoogte brengen en de huisarts inzien. Met de noodkaart hoeven politiemensen, ambulancemedewerkers of brandweerlieden niet tussen persoonlijke spullen naar belangrijke gegevens te zoeken.

Tekst: Carla Boves

Jubileum GVO de Klup



Wat 40 jaar geleden begon als een enthousiast initiatief van oudervereniging VOGG en de SPD is in 40 jaar uitgegroeid tot een vereniging die bekendheid geniet in het Rijk van Nijmegen.

In 1978 werd de oprichting van de stichting voor Gespecialiseerd Vormings- en Ontspanningswerk een feit. De behoefte aan vrijetijdsbesteding en een ontmoetingsplaats voor mensen met een beperking was groot. Zonder geld maar mét visie creëerden de bevolgen initiatiefnemers een draagvlak binnen beleidsmakers van gemeente, zorginstellingen en bestuurders. Van een kleinschalige locatie aan de Muiderslotstraat naar een voormalige kleuterschool aan de Ds. Creutzbergweg, het GVO groeide gestaag naar



een stichting waar in de loop der jaren duizenden deelnemers hun hobby's uitoefenden. Begeleid door minstens

even zoveel vrijwilligers die beamen dat zij hun bijdrage als een verrijking van hun leven ervaren.

De ontwikkeling van GVO de Klup ging niet altijd over rozen. Bezuinigen van rijkswege, veranderingen in de wetgeving en de veroudering binnen het cliëntenbestand bedreigden het voortbestaan van het GVO. De stagnatie van aanwas van deelnemers en de terugloop van hun financiële mogelijkheden stelden het bestuur voor een fikse uitdaging. Maar gelukkig is de laatste jaren met hard werken en door de goede band met de omliggende gemeentes en de Driestroom, GVO de Klup de ergste crisis te boven en de gezellige, actieve ontmoetingsplaats waar deelnemers met veel plezier hun hobby uitoefenen gebleven. En of dat nu koken, knutselen, zwemmen, wandelen, fietsen, zingen of dansen is, er is voor ieder wat wils. In groepsverband bezoeken we graag concerten, musicals, toneelvoorstellingen en pretparken. Het ontmoeten en onderling plezier staan voorop, bij ons kun je zijn wie je bent!

Uiteraard kan dit alles niet zonder de belangeloze inzet van onze vrijwilligers, wat een kanjers, stuk voor stuk! Actief meedenkend met het bestuur om GVO de Klup nog meer bestendig te maken voor de toekomst. Zonder hun bijdrage hadden we nu zeker geen 40 jarig jubileum kunnen vieren.

Op 30 juni was het zover:

(oud) deelnemers, vrijwilligers, familieleden, en verzorgers waren naar de Eendracht gekomen, het supportershome van N.E.C. om onder het genot van live muziek, sport & spel en een hapje en drankje dit jubileum te vieren. Een zonnige dag, veel blije gezichten, een uitnodigende, hartelijke sfeer, er werd gedanst, gezongen, gelachen. Kortom: écht een FEESTJE!! De aanwezigheid van burgemeester Bruls en zijn felicitaties gaven hieraan nog extra glans.

Tekst: Kion en Carla Boves

Foto's: Carla Boves

Rommelmarkt

zondag 2 september 2018

11.00-16.00 uur

Waar? DS. Creutzbergweg 3, Nijmegen

Wat? GVO de Klup organiseert wegens haar 40 jarig jubileum een gezellige (rommel)markt op haar terrein.

Voor wie? Iedereen, die oude spulletjes wil verkopen of juist op zoek is naar leuke spulletjes óf gewoon gezellig langs wil komen, is welkom!

Wat nog meer? knutselen, spelletjes, buiten spelen en een kleine loterij.

Entree? GRATIS! koffie/thee/fris en wat kleine versnaperingen zijn deze dag te koop met consumptiebonnen (cash betalen).



Kom ook naar
deze gezellige dag!



Aanmelden kraamuur via
info@gvodeklup.nl vóór 1
augustus. Geld vooraf betalen
om zeker te zijn van je plek.

Verhuur:

Tafel (1,60m) = 5,-
Grondplaats (1,60m) = 2,50



Verkopers krijgen 2
consumptiebonnen per
plek voor koffie/thee/fris

Schakelmoment: vrouwen in gesprek

Even tijd voor jezelf. Een moment van rust, ruimte en verdieping om stil te staan bij wie en wat je bent en wat je nu bezighoudt. Sinds vorig jaar organiseer ik kleinschalige gesprekken (max. 8 deelnemers) voor vrouwen in wijkcentrum De Schakel. De naam is mede hierdoor ingegeven. Wellicht niet helemaal toevallig dat ik in De Schakel gestart ben, immers een ieder van ons is een schakel in een groter geheel, waar we onze eigen plek innemen.

Waarom deze gesprekken?

Onze welvaart en drukte van alledag, nodigt mij uit meer aandacht te geven aan welzijn. Het materiële geeft ons lang niet altijd de voldoening en tevredenheid waarnaar we op zoek zijn. Een moment van rust en waarnemen kan meer helderheid en contact met jezelf geven. Met name voor vrouwen kan dit prettig zijn. Van oudsher zijn vrouwen gewend te zorgen en te geven. Hierdoor kunnen ze aan zichzelf voorbij gaan. Aandacht voor jezelf, eigenwaarde en ruimte geven aan je uniciteit zijn essentieel voor meer welzijn en levensvreugde. Veel vrouwen kunnen hierbij wel wat steun en stimulans gebruiken.

Wat kan een gesprek je brengen?

Door middel van deze gesprekken (her)ontdekken vrouwen hun eigenwaarde, kwaliteiten en kracht en worden ze gestimuleerd die te gebruiken. Herkenning, bewustwording, aandacht en inspiratie leiden tot meer contact met zichzelf en van daaruit als vanzelf meer verbondenheid met anderen.

Deelnemers ervaren de aandacht, verdieping en het delen als prettig en zinvol. Het blijkt een fijne en liefdevolle manier te zijn om elkaar te bemoedigen en te versterken.

Hoe doen we het?

Het gesprek wordt gevoerd aan de hand van een thema. We beantwoorden een aantal vragen, waarbij we niet op elkaar reageren met vragen, tips, of adviezen. De sfeer van respect, openheid en vertrouwen zorgt dat vrouwen zich op hun gemak voe-

len. Als begeleidster ben ik tevens deelnemer. De organisatie ligt bij mij, maar wat er tijdens zo'n gesprek ontstaat doen we met zijn allen. Elke schakel is er een en we verbinden ons met elkaar. Telkens weer verwonder ik me over de mooie en bijzondere gesprekken, die zo ontstaan en voel ik me heel dankbaar hoe we dit gezamenlijk creëren. Het geeft mij veel voldoening en levensvreugde. Ik heb mooie ervaringen opgedaan (nog steeds) en dat gun ik andere vrouwen ook graag. Ik doe dit op non-profit basis en deelname is gratis.

Ik nodig vrouwen dan ook van harte uit een keer kennis te komen maken met het "Schakelmoment".

Waar komt mijn enthousiasme vandaan?

Mijn passie voor deze gesprekken heb ik ontdekt via "De Tafel van Een", een project opgezet door Women Inc (later overgenomen door de gemeente Nijmegen). Jarenlang heb ik als buddy met veel plezier mooie gesprekken mogen begeleiden. Sinds enkele jaren organiseer ik zelfstandig gesprekken en heb een eigen vorm ontwikkeld, wat geleid heeft tot het ontstaan van het "Schakelmoment". Ik nodig vrouwen dan ook van harte uit een keer kennis te komen maken met het "Schakelmoment".

Praktisch

Wanneer: 1ste dinsdag en 3e maandag van de maand van 10.00u-12.00u.

Je kiest zelf hoe vaak en wanneer (mits er plaats is) je mee wilt doen, open groepen.



Waar: wijkcentrum De Schakel

Aanmelding: Marjo Nelissen vrouwenpowernijmegen@gmail.com

Kosten: Koffie /thee

Vanaf september 2018 maandelijks op vrijdag een gesprek in "Open Slowcafé", Lange Hezelstraat 39. Voor data zie Events op hun website.

Ervaringen van deelnemers

Het voelt als een cadeautje om de ochtend te mogen vullen met gedachten en misschien onbedoelde inzichten die je van medeschakelgenoten mag meenemen in je leven. Je mag zijn wie je bent en wordt opgenomen in een warme omgeving. Genieten, warmte en positiviteit vind je voor twee uur. Je moet niet, je mag. Er zijn een aantal spelregels waaraan we ons houden.
Madeleine

Maandelijks ga ik met plezier naar deze ochtend om samen met vrouwen de verbinding te voelen met elkaar en met mezelf. Door de gestructureerde methode ontstaat er een veilige sfeer. Ik kom tot inzichten en kan (voor)oordelen loslaten.
S.H.

Tekst: Marjo Nelissen

Foto: Andrea

Gemakkelijker leven

'Mijn leven is gemakkelijker, minder stressvol geworden.', 'Ik kan en durf nu veel meer zelf te regelen', 'Er is een wereld voor me opengedaan.' vertellen Hans, Safa, Noor en Rob. Net als veel Nederlanders hadden ze jarenlang moeite met lezen, schrijven en de computer gebruiken. Ze gingen 'op les' bij ROC Nijmegen en merkten dat je nooit te oud bent om te leren. In een kleine groep, met goede docenten en in hun eigen tempo lukt het ze. Post lezen en begrijpen, of informatie bij medicijnen, een formulier invullen, een briefje schrijven voor de docent van je kind, iets regelen via internet... Je leven wordt gemakkelijker als je zulke dingen zelf kunt. Hans vertelt: 'Niet meer elke dag stress om oplossingen te vinden voor situaties waarin je iets moet lezen of opschrijven. De schaamte, de angst dat ze je geheim ontdekken. Het is haast niet te beschrijven hoe fijn het is dat dat nu niet meer hoeft.'

Rob kan nu informatie over zijn hobby lezen in tijdschriften of op internet. Noor leert solliciteren via de computer en Safa doet nu mee in de WhatsApp-groep van de voetbalclub van haar zoon.

Wil jij ook beter worden in taal en met de computer? Of ken je iemand? De cursus Taal en Computer van ROC Nijmegen kost maar € 45,- per jaar. De lessen starten weer rond 20 augustus, maar je kunt ook later beginnen. Kijk voor meer informatie op roc-nijmegen.nl/taal of bel: 024-890 4024.



De beugel



Er zijn tegenwoordig veel kinderen en volwassenen die een beugel dragen. Ik heb er zelf ook een gedragen in mijn kindertijd. Ik vond het vreselijk, dat rare ding in mijn mond. Maar er is veel veranderd en dat geldt ook voor beugels.

Wanneer krijg je een beugel?

Als je tanden en kiezen niet goed op elkaar passen of als er ruimte zit tussen de onder- en de boventanden of als ze strak tegen elkaar aanstaan. Ook als tanden en kiezen niet goed doorkomen zal de tandarts je verwijzen naar een orthodontist.

Orthodontist

Dat is iemand die na zijn opleiding voor tandarts nog 4 jaar moet studeren om orthodontist (beugeltandarts) te worden. Als je voor het eerst bij de orthodontist komt wordt een röntgenfoto van je tanden en kiezen gemaakt. Daarna wordt een afdruk van je gebit gemaakt. Daarvoor krijg je zacht spul in de mond, een soort kauwgum. Dat wordt hard en zo wordt jouw gebit nagemaakt. Op deze afdruk maakt de orthodontist de beugel op maat en kan hij zijn welk soort beugel je moet dragen.

Soorten beugels

Er zijn vijf soorten beugels: de buitenboordbeugel, de activator, de plaatbeugel, de vaste beugel en de retentiebeugel.

- De buitenboordbeugel is van ijzerdraad en zit met een band om je hoofd heen vast en zit met een ringetje aan je kiezen vast.
- De activator bestaat uit twee dunne plaatjes die aan elkaar vast zitten. Het ene stuk komt tegen de bovenkant en het andere stuk komt tegen de onderkant in je mond.
- De plaatbeugel is een plaat dat



tegen je gehemelte komt te zitten waar ijzerdraad aan zit dat om je tanden en kiezen heen komt te zitten waardoor je tanden rechter gaan staan.

- De vaste beugel. Op elke kies en tand wordt een stukje ijzer gelijmd.
- De retentiebeugel draag je alleen 's nachts.

Het dragen van een beugel duurt ongeveer twee tot drie jaar. Het is belangrijk dat je goed poetst als je een beugel hebt want tussen al die ijzertjes kan veel vuil blijven zitten. Je kunt voor beugels speciale borsteltjes kopen. Hiermee kun je goed tussen de slotjes en de ijzerdraadjes door poetsen. De eerste dagen voelt het vreemd om een beugel in te hebben, maar na een tijdje wen je er wel aan. Als de orthodontist de beugel heeft bijgesteld kan dat ook weer even een rot gevoel geven. Maar dat gaat weer over. Met een beugel in kan je niet alles eten. Kauwgom, drop een draadjesvlees kruipen graag tussen de slotjes.



Zoek je een leuk idee voor een traktatie op school?

Maak dan die leuke oranje mannetjes.

Je hebt nodig:

- mandarijntjes;
- dropprolletjes;
- honingdropjes;
- milottes (of andere kleine ronde dropjes);
- Kleine satéprikkers;
- watervaste stift.

Werkwijze:

Zie ook nevenstaande afbeeldingen.

1. Neem twee honingdropjes en prik in het midden van beide dropjes een satéprikkertje;
2. Prik de bovenkant van de twee prikkertjes in de onderkant van de mandarijn (plaats de prikkertjes met de dropjes een beetje uit elkaar zodat de mandarijn blijft staan);
3. Prik een kleine satéprikker midden in de bovenkant van de mandarijn, laat de prikker voor ongeveer de helft uitsteken;
4. Schuif het dropprolletje met het midden over het satéprikkertje;
5. Prik het kleine milottes-dropje op de punt van het satéprikkertje;
6. Teken met watervaste stift een gezichtje op de mandarijn.

Er lopen twee ballonnen in de woestijn. Zegt de ene ballon tegen de andere: "Kijk uit, een cactusssssssssssss." Roept de andere: "ik ben niet BANG!"



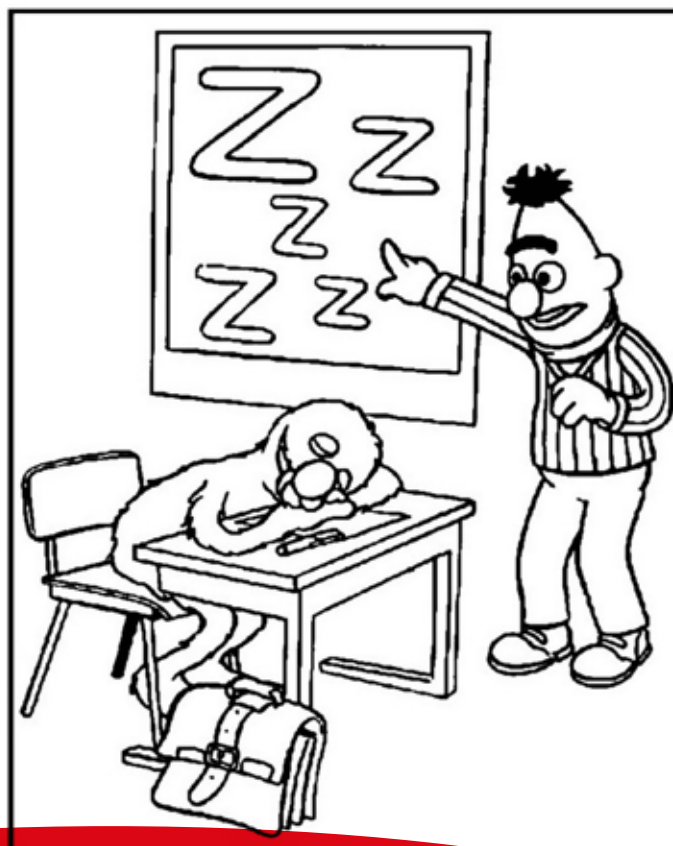


Twee borrelnootjes lopen over straat.
Zegt een tegen de ander: "Hoe gaat het met je?"
Zegt de ander: "Niet goed. Ik heb morgen een feestje!"



De vakantie is bijna afgelopen en de scholen gaan weer beginnen! Veel succes en plezier.

Veilig → School



Vind je het leuk om met mij samen de volgende
kinderpagina te maken?
Stuur dan een mail naar: 07classen@gmail.com

Fahrenheit | Fysiotherapie



Hulp nodig om van de volgende klachten af te komen?

- Hoofdpijn
- Nekpijn
- Lage rugpijn
- Achillespeesklachten
- Heupklachten
- Knieklachten
- Tenniselleboog/Golferselleboog

Maak nu een afspraak
bel 06-46610538
of mail manouk@gugelot.nl

www.fahrenheitfysiotherapie.nl

Uw fysiotherapeut in Grootsta - Fahrenheitstraat 18



Enkele recensies van klanten:

- *Prima vlees, voldoende keuze, ook oosterse producten, hartelijke bediening.*
- *Goede bediening, schone zaak, het vlees is supergoed en niet duur!*
- *Vers vlees en vriendelijke bediening. Gehakt wordt vaak ter plekke voor je gedraaid. Heerlijke lamsworstjes voor op de barbecue en je hebt al een kilo kippenvleugels voor een paar euro. Topslager!*

Einsteinstraat 155 - 6533 NK Nijmegen
06 34 56 26 37 - w.a.i.samak@hotmail.nl

Beautypoint Alma

Schoonheids- en pedicuresalon

- voor gezicht behandelingen
- Pedicure
- Cryolipolyse
- Microdermabrasie

Alma Cornelissen

Marconistraat 16 / 6533 KX Nijmegen

024 355 89 55 / 06 46 31 00 38

www.beautypoint-alma.nl

info@beautypoint-alma.nl

Lid van



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



MULTIDAG

Nijmegen - Oss - 's-Gravenhage
Arnhem - Utrecht - Nissewaard

CULTUURSENSITIEVE ZORG

VACATURE / GEVRAAGD

VRIJWILLIGERS



Hatertseweg 813 - 6535 ZS Nijmegen
Van Hogendorpstraat 132 - 6535 VC Nijmegen
t 024-7370104 / 6758715 / 7370069
e hatert@multidag.org - i www.multidag.org

gedurfd, lekker, gezellig, gevarieerd, vers...

gewoon goed!

VURRUKKULLUK

Zomer 2018!!!

Heerlijk dineren en borrelen in onze sfeervolle achtertuin of op ons gezellige voorterras.

Kijk op de site www.vurrukulluk.nl voor een impressie.

Tot ziens, Frank en Sandra Wolf

Reserveren via 024-3882434

of www.vurrukulluk.nl

Heyendaalseweg 243 - Nijmegen (Brakkenstein)



Halal Slagerij Walid Samak

Als u Walid kent, zal het u niet verbazen dat ik allervriendelijkst werd ontvangen!

In de ruimte achter de winkel stonden koffie, thee en koekjes te wachten en - ogenschijnlijk - had Walid alle tijd.

Zijn vrouwelijke collega nam de honneurs in de winkel waar, maar Walid werd diverse keren gevraagd even te komen voor deze of gene en ook via de telefoon werd hij een paar keer gestoord. Hij reageerde hierop met een vriendelijke lach en dito stem.

Walid is geboren in Egypte en 15 jaar geleden op 35-jarige leeftijd naar Nederland gekomen. Alleen; zijn familie leeft nog steeds in Egypte. Hij wilde meer van de wereld zien, kwam in Nederland en ging op zoek naar werk. Eerst in verschillende zaken (o.a. in Malvert), sinds ruim 5 jaar heeft hij zijn eigen zaak in het winkelcentrum aan de St. Jacobslaan.

Deze zaak is voor hem "als een gezin": hij doet echt alles zelf: inkoop, verkoop, schoonmaak, administratie. Dat betekent lange werkdagen, soms 7 dagen per week. Tot voor kort reed hij vóór opening van de winkel nog "even" naar de veiling om verse groenten en fruit te kopen, maar daarmee is hij kortgeleden gestopt.

Gelukkig heeft hij een vrouwelijke collega voor de winkel, afkomstig uit Marokko. Onderling spreken ze dezelfde taal: Arabisch. Ik leerde van Walid, dat in bijna alle landen waar moslims wonen, één taal wordt gesproken, met als onderscheid een ander dialect. Hierdoor kunnen de meeste klanten van zijn winkel probleemloos communiceren.

Hij is er trots op dat zoveel moslims zijn zaak weten te vinden, maar ook dat steeds meer niet-moslims kennis

maken met zijn producten en ervoor terugkomen! En op mijn vraag naar het prijsverschil tussen zijn producten en soortgelijke producten in andere winkels kreeg ik als antwoord, dat kwaliteit weliswaar voorop staat maar de winstmarge minder belangrijk is. Hij weet dat veel van zijn vaste klanten geld naar hun familie in hun voormalig thuisland sturen, waardoor ze wellicht minder in Nederland te besteden hebben.

Ik leerde meer van Walid:

Moslims eten alleen het vlees van dieren die halal geslacht zijn. Dit staat ook wel bekend als halal vlees. Iedereen in Nederland heeft weleens van halal slachten gehoord, maar wat is halal slachten precies? En wanneer kan men spreken van halal vlees?

Halal is het Arabische woord voor rein. Het is een islamitische term waarmee wordt aangegeven wat allemaal is toegestaan voor moslims. Indien iets niet is toegestaan heet dat haram.

De term halal kan gebruikt worden voor zowel producten als handelingen. Moslims mogen alleen voedsel eten dat halal is. Er is dus sprake van specifieke voorschriften en richtlijnen op het gebied van halal voedsel. Dit geldt echter niet alleen voor vlees. Deze richtlijnen zijn gebaseerd op de Koran, de Soenna en de islamitische rechtspraak. Met de Soenna wordt de manier van leven van de profeet Mohammed bedoeld.

Moslims mogen niet het vlees van alle diersoorten eten. Het bekendste voorbeeld hiervan is het varken. Maar ook insecten, dieren die gif produceren, dode dieren, zogende moederdieren en wilde dieren met klauwen of slag tanden zijn verboden. Daarnaast mogen moslims alleen het vlees eten van een dier dat gezond, goed behandeld en goed gevoed is. Bovendien moet het halal geslacht zijn.

De slager moet een praktiserende volwassen moslim zijn. Hij mag geen



amateur zijn, want het dier mag geen pijn lijden tijdens het proces van halal slachten. Het dier mag niet in dezelfde ruimte als andere dieren worden geslacht, want de dieren mogen elkaar niet zien. De keel, de luchtpijp, de slagaders en de slokdarm moeten in één keer gesneden worden. Dus het slachtmes moet scherp zijn. Ook is het belangrijk dat het dier het mes niet ziet.

Tijdens het snijden moet het slachtgebed gezegd worden door de slager: 'Bismillah Allahoe Akbar'. Dat betekent: "In naam van Allah, Allah is groot". Het is de bedoeling dat de kop van het dier na het halal slachten nog aan het lichaam van het dier vastzit. Die wordt pas verwijderd nadat alle ingewanden uit het dier zijn gehaald. Voordat de slager het kadaver verder kan verwerken, moet het geslachte dier eerst goed leegbloeden.

Voor en na het slachten wordt het dier door een dokter gekeurd en na goedkeuring krijgt het vlees een stempel. Als aan al deze voorwaarden is voldaan, kan men pas spreken van halal slachten.

Zoals gezegd is de winkel van Walid te vinden op het winkelplein van de St. Jacobslaan. Ik weet zeker dat u er alerhartelijkst wordt ontvangen.

Tekst: Carla Boves

Foto's: Fred Penninx



Gebroeders van Limburg Festival

Jaren geleden assisteerde ik regelmatig in het restaurant van het Valkhofmuseum, ook in 2005 toen daar de drukbezochte (91.000 bezoekers) en indrukwekkende tentoonstelling over het leven en het werk van de drie gebroeders van Limburg plaatsvond. Friedrich Gorissen, gemeentearchivaris in Kleef was de man die de geschiedenis van de gebroeders Van Limburg uit de archieven van Nijmegen opdiepte en de herkomst van de familie Van Limburg bekend maakte.

Na de herontdekking van het werk van de broers werden de afbeeldingen van hun hand wereldwijd bekend. Dankzij de tentoonstelling rond hun werk in hun geboorteplaats Nijmegen, ontstond er een middeleeuws festival: het Gebroeders van Limburgfestival. Ik wist toen nog niet dat ze geboren waren aan de Burchtstraat, daar grotendeels hun teken- en schildersopleiding kregen en later, vanwege hun talent, op jeugdige leeftijd, op uitnodiging van een oom die in Parijs en Dijon schilderde, naar het hof van de machtige hertog van Berry verhuisden waar ze het unieke en verfijnde Getijdenboek maakten, waarvan de bladen in de tentoonstelling destijds in vitrines werden geëxposeerd. Het waren niet de originelen: die mogen het museum van Chantilly niet verlaten: dit waren getrouwe kopieën waarvan bleek dat het maken ervan meer tijd had gekost dan de gebroeders nodig hadden gehad om de originelen te maken. Ze hadden de opdracht gekregen dit werk binnen 4 jaar te voltooien en die termijn haalden ze ruimschoots, gezien ook de extra beloningen die ze kregen. De drie broers, Paul, Herman en Johan, kregen hun eerste opleiding dus vooral bij hun vader die beelden sneed en wapenschilden en vlaggen maakte voor de hertog van Gelre. Ongeveer in het jaar 1400 haalt hun oom hen naar Parijs: de jongste broer is dan nog maar 10 jaar oud.

Er waren in de tentoonstelling ook vitrines waarin de diverse benodigdheden waren uitgestald die ze gebruikten om hun unieke kunstwerk tot stand te brengen: perkament, en de gereedschappen om dat te maken, ei, voor het mengen van de verf, en de poeders om de gewenste pigmenten te verkrijgen. Ook werkten ze met bladgoud en waren ze de eerste schilders die met perspectief werkten en de rijke randversieringen maakten: kortom, unieke vernieuwers en vanwege hun verfijning miniaturisten. In het vorige nummer van de Heistal op pag. 27 heeft u een voorbeeld kunnen zien van het schitterende blauw, vermoedelijk ontstaan uit gemalen lapis lazuli, dat ze ondermeer gebruikten. Boven aan deze bladzijde is een halve hemelboog geschilderd met dieren uit de dierenriem, voorstellende de maand april, tegen een achtergrond van sterren, daaronder een boog met een zon en een vage schildering van een boer op een kar waar, als ik me niet vergis, ossen voor gespannen zijn. Daaronder bevindt zich het landschap, heuvelachtig, met een groot Middeleeuws kasteel (Dourdan) met veel torens, water met bootjes erin; links een bos dat aangeplant lijkt en op de voorgrond zes voorname dames en heren waarvan er vier in gesprek met elkaar zijn, gezien hun gebaren. Helemaal rechts nog twee dames die ge-

hurkt zitten en wellicht bloemen plukken. Uiterst links staat nog een klein personage dat op een monnik lijkt: hij is de enige zonder hoofddekseel.

Hoever de hertog ging om zijn ouervriens te plezieren wordt treffend geïllustreerd door het verhaal van Gilette de la Mercière. In de herfst van 1408 was de hertog betrokken in een proces met een burgerfamilie uit Bourges. Hij hield namelijk op zijn kasteel in Etampes een meisje van ongeveer acht jaar oud vast dat hij wou uithuwelijken aan een peintre allemand (Paul van Limburg) tegen de wens van haar moeder en andere verwanten in. De hertog werd gesommeerd het meisje aan haar moeder terug te bezorgen op bevel van koning Karel VI zelf, op 7 januari 1409. Op 11 februari van dat jaar was het meisje terug bij haar moeder Marie du Breuil, weduwe van de rijke zakenman Giles le Mercier. Jean de Berry schonk in 1411 een van de mooiste huizen in Bourges in de rue Porte Jaune aan Paul van Limburg. Eenmaal gevestigd in Bourges huwde Paul alsnog de dan twaalfjarige Gilette. Na Pauls dood in 1416 hertrouwde Gilette met ene André Le Roy en het koppel bleef wonen



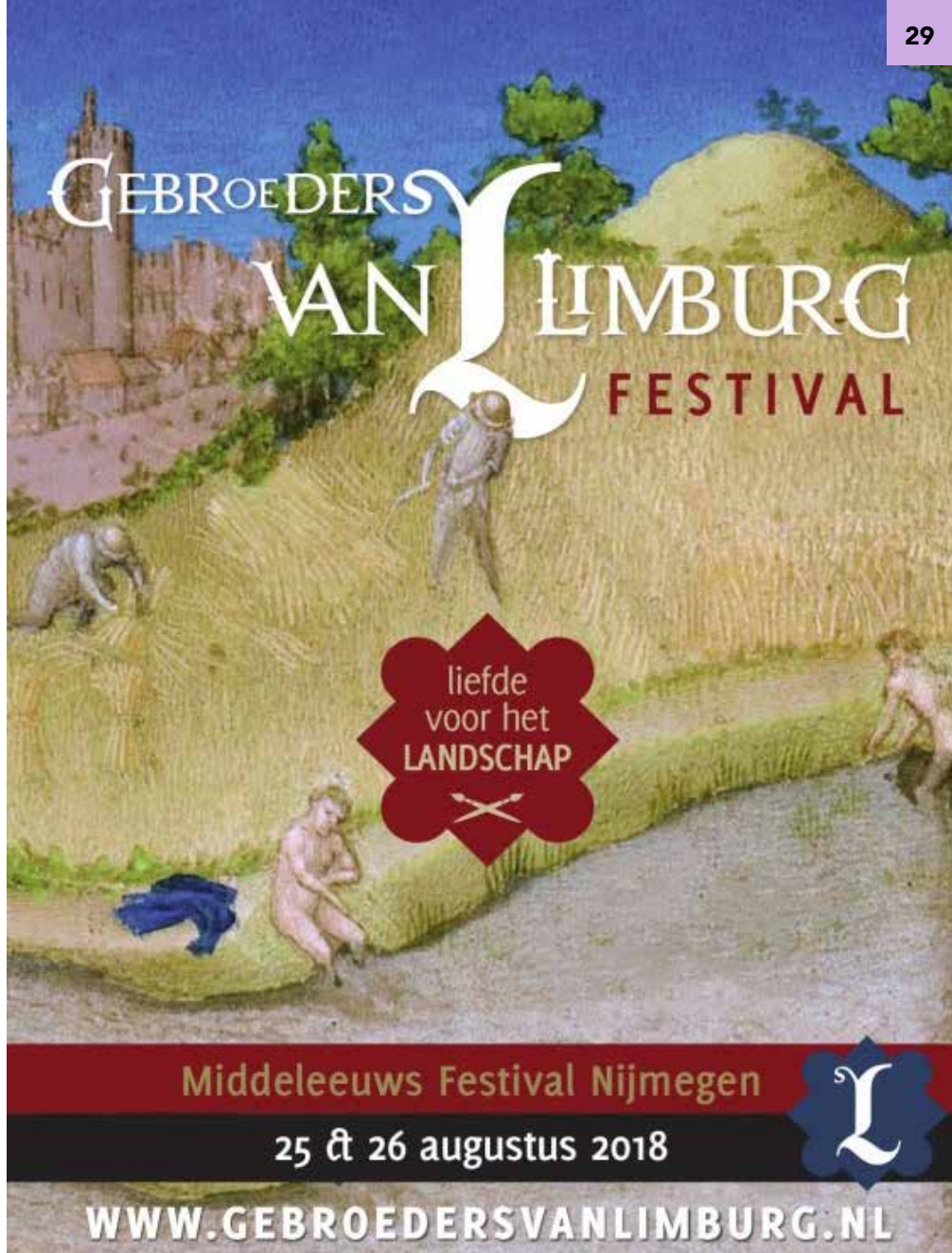
in het huis in Bourges, Paul en Gilette hadden geen kinderen.

Het is niet duidelijk hoe hun leven verloopt na de voltooiing van hun meesterwerk, dat bedoeld is als een geïllustreerde bijbel en gebedenboek. Wel weten we dat ze in 1416 in de stad Bourges overlijden, een stad in midden Frankrijk en de hoofdstad van het hertogdom van Berry. Wellicht door de Pest, die in die tijd regelmatig woedde? Eeuwenlang was er bijna niets over hen bekend, ook niet over hun leven en waren hun miniaturen ontoegankelijk. Nu komt daar langzamerhand verandering in.

Op 25 en 26 augustus vindt weer hier in Nijmegen het Gebroeders van Limburg Festival plaats. Met het thema 'Liefde voor het landschap' wordt dit jaar extra aandacht gegeven aan de diverse landschappen en prachtige natuurlijke kleuren die terugkomen in de miniaturen van de drie Nijmeegse kunstenaars. Daarnaast zijn er dit jaar een van de duurzame evenementen van 'Nijmegen Green Capital 2018'.

In de binnenstad van Nijmegen waan je je dan in de middeleeuwen met diverse kraampjes, ambachten, muziek, theater en kinderspelen. Ontdek de wereld van de Gebroeders van Limburg en hun schilderwerken. Van de prachtige elegante wereld van de adel tot de achterbuurt van de laagste stand van de middeleeuwse samenleving. Verken de diversiteit van het alledaagse leven in historisch Nijmegen.

Je krijgt het hele weekeind exclusieve toegang tot middeleeuwse locaties in de belevenisroute en kunt alvast een preview van de Maria van Gelre tentoonstelling bewonderen in de Stevenskerk! Op zondag kun je genieten van een Middeleeuwse



GEBROEDERS
VAN LIMBURG
FESTIVAL

liefde
voor het
LANDSCHAP

Middeleeuws Festival Nijmegen
25 & 26 augustus 2018

WWW.GEBROEDERSVANLIMBURG.NL

kerkdienst en een heerlijke middeleeuwse brunch. Het hoogtepunt is wederom de Blijde Incomste met historische en fantasiefiguren uit de unieke schilderwerken van de gebroeders met bekende en nieuwe prachtige handgemaakte kostuums!

Locatie: Rondom en in de Stevenskerk en op de Grote Markt te Nijmegen.

Meer info: <https://gebroedersvanlimburg.nl/activiteiten/festival/>

Tekst: Gemma Pappot

Foto's: website





Theo van Brenk

Cafetaria



van Pelstraat 197
6533 ZE Nijmegen
Tel. (024) 356 79 53
www.cafetariavanbrenk.nl

Openingstijden:
maandag gesloten
dinsdag 12:00 - 22:00
woensdag 12:00 - 22:00
donderdag 12:00 - 22:00
vrijdag 12:00 - 22:00
zaterdag 12:00 - 22:00
zondag 14:00 - 22:00

like ons op facebook



Pedicure Monique

Pedicure - Manicure - Reiki



Pieter Zeemanstraat 1a
Behandeling op afspraak
Voor info 06 50 60 40 77

ER IS MAAR ÉÉN
EERSTE INDRUK
DOEK NIJ DE HUIZEN-
MARKT AANTREKT



Désirée Jansen
06 1615 2382
Gérelle Driessen
06 3742 1936

WWW.DGVASTGOEDSTYLING.NL
INFO@DGVASTGOEDSTYLING.NL



VERKOOPSTYLING

WOONFOTOGRAFIE

MEUBELVERHUUR

Wil jij echt persoonlijke zorg / gezelschap bieden?
Wil jij onderdeel zijn van het team van onze cliënten?
Ben jij professioneel en representatief?
Dan zoeken we jou!



Wij zijn Hart voor Thuis, een thuiszorgorganisatie die gelooft dat wij onderdeel zijn van het team van de cliënt. Onze missie is 'kwaliteit van leven voor iedereen'. Samen met onze cliënten richten wij ons erop om hen zo lang mogelijk comfortabel thuis te laten wonen.

Wil jij hier je bijdrage aan leveren, ben je professioneel, representatief, ondernemend, sociaal en krijg je energie van het leveren van optimale zorg? Schrijf je dan nu in via team.hartvoorthuis.nl

Er zijn mogelijkheden voor in loondienst, maar ook als ZZP'er!

Bailey van Keeken,
Mob: 06 - 15548485

Team.hartvoorthuis.nl
Mail: info@hartvoorthuis.nl

In de Pieter Zeemanstraat 1A heeft Monique van den Berg sinds 1 juni 2018 een pedicuresalon. Per toeval zag zij deze ruimte te huur staan, nam ze contact op met de eigenaar en binnen no time was het huurcontract getekend. Het ging allemaal zo snel dat zij haar eerste klant al op 1 juni kon ontvangen!

De salon heeft ze ingericht in de kleuren zwart en wit. Die kleuren draagt ze ook als ze haar beroep uitoefent.

Monique vindt dat haar salon gezelligheid moet uitstralen en dat de klanten er zich thuis moeten voelen. Dat is volgens haar goed gelukt, gezien de complimenten die ze ontvangt.

Monique was oorspronkelijk kraamverzorgster. Dit beroep heeft zij tot 1 maart 2018 parttime uitgeoefend. Daarnaast had zij de pedicurepraktijk en behaalde ze certificaten voor Reiki1 en manicure. Zij geeft nog steeds Reikibehandelingen, maar pedicuren is de eerste prioriteit.

21 Jaar geleden is zij gestart met pedicuren. Dat vond aanvankelijk plaats in haar berging en wat later in een tuinhuisje. Ze ging ook vaak naar de mensen thuis voor een behandeling. Doordat het klantenbestand bleef groeien is de huidige ruimte een schot in de roos. Momenteel werkt zij op maandag bij de klant aan huis. Dit is bedoeld voor klanten die niet zelfstandig naar haar salon kunnen komen wegens ouderdom of ziekte. Servicegerichtheid is voor haar heel belangrijk.



 PRIJSLIJST	
• Complete pedicure behandeling	€ 27,50
• Nagels knippen	€ 12,50
• Verwijderen van likdoorn, eeltpit of eksterroog	€ 10,-
• Ingegroeide nagels	€ 6,50
• Eelt verwijderen	€ 12,50
• Teennagels lakken	€ 7,50
• Vingernagels lakken	€ 7,50
• Behandeling schimmelnagels van handen en voeten	€ 20,-
• Manicure	€ 12,50
• Reiki1- 30 minuten	€ 25,-
• Kadobonnen vanaf:	€ 10,-

Zij is daarom altijd bereid om in geval van nood in de avonduren of in het weekend iemand te behandelen. Alle behandelingen gaan op afspraak. Haar werkdag begint om 9.00 uur. Een behandeling duurt in principe een half uur, maar sommige voeten vragen meer tijd. Geen probleem, want Monique werkt niet op de klok. En moet je even wachten, dan neem je een kop koffie of thee.

Hygiëne is in het pedicurevak heel belangrijk en daar wordt door haar ook veel aandacht aan besteed. Na iedere klant worden de instrumenten gereinigd; aan het eind van de dag gaan alle instrumenten op 120 graden in de sterilisator.

Toen zij meedeed met een social deal actie kreeg ze het even benauwd. Er waren maar liefst 95 aanmeldingen binnen twee weken. Hoe regel je zo iets? Natuurlijk is het allemaal goed gekomen. Nu zaten daar natuurlijk

een aantal koopjesjagers tussen. Maar toch heeft zij er vaste klanten aan overgehouden.

Het logo (vervaardigd door de firma Luux) op het raam is heel bijzonder en verdient enige uitleg. De voeten hebben de vorm van een hart (hart voor de zaak); de wimpers zijn van een vrouw; de twinkeling in de ogen (plezier in het werk).

Monique ziet de toekomst rooskleurig tegemoet en zit nog vol plannen. Bijvoorbeeld door uitbreiding met een nagelstyliste en iemand die wimperextensions kan zetten.

Nieuwsgierig geworden? **Op 25 augustus is er van 13.00-16.00 een open middag** met een hapje en drankje. U bent van harte welkom.

PS: Ik heb een korte reikibehandeling ondergaan. Dat was een heel aparte ervaring.

Tekst: Dorite Claassen
Foto's: Jos van Gelder

Nijmegen, in 2018 Dé Groene hoofdstad van Europa!

Nijmegen is in 2018 Dé Groene hoofdstad van Europa, een titel om trots op te zijn. We gaan dit zeker terug zien in allerlei activiteiten en initiatieven in de eigen wijk.

De Green Capital Challenges maken zich hard om iedereen van tips te voorzien om zelf duurzame stappen te kunnen zetten. Doe je ook mee?

2 SEPTEMBER: FESTIVAL FLOWLANDS

Van 11:00 – 17:00 uur kun je genieten van een combinatie van muziek, genieten, wandelen, bewegen, spelen. Gewoon even lekker niets moeten, en dus 'ont'moeten!

Activiteiten

Je kunt meedoen met beachvolleybal, roeien, drakenbootrace, wandeling langs de Spiegelwaal, SUP YOGA, gewone yoga, hoelahoep en een zwemclinic. Voor sommige activiteiten is de plek beperkt, dus is het advies je in te schrijven. Dat kan door je in te schrijven via de website www.flowlands-nijmegen.nl. Maar als je er spontaan bent, en er is nog plek, geen probleem natuurlijk!

Ook de kinderen komen volop aan hun trekken met de stormbaan, hoelahoepen en een glijbaan.

Locatie

De activiteiten vinden plaats op het Stadseiland Veur-Lent.

Eten, drinken en muziek

We zorgen voor (uiteraard) gezond en lekker eten en drinken en je kunt bier proeven dat gebrouwen is van hemelwater, de Parapluvius. Speciaal gebrouwen door brouwerij De Hemel uit Nijmegen. Nijmeegse singer songwriters pakken het podium en worden afgewisseld door een DJ.

Expositie

Tijdens de middag kun je een expositie bekijken waar de resultaten van de Challenges Zorg en Bewegen en Water gepresenteerd worden. Tevens is er de mogelijkheid om je gezondheid te meten met een zogenaamde 'impedantiemeter'.

Marikenhuis als goede doel

We vragen geen entree en geen prijs voor deelname aan de activiteiten. Wel vragen we een vrijwillige bijdrage voor het Marikenhuis. Het Marikenhuis is een plek waar patiënten met kanker en hun familie naartoe kunnen komen. Kijk voor meer informatie op www.marikenhuis.nl



U kunt er ook voor kiezen om uw vrijwillige bijdrage nu al over te maken. Dit kan op rekeningnummer NL12 RABO 0123 4850 10 t.n.v. Stichting Marikenhuis Nijmegen o.v.v. 'Vrijwillige bijdrage Flowlands'

Meer informatie over de activiteiten

Sup Yoga: <http://www.supensurf-nijmegen.nl/>, docente: Bodhi Yogashala (<http://www.bodhiyogashala.nl/>)
Hoelahoep: <https://www.facebook.com/lahoopnijmegen/>
Gewone yoga door Anne Kanters: www.yoga-movement.nl



Oproep voor deelnemers aan het project Mindset Wonen

De redactie van De Heistal kreeg van Nathalie Verstegen het verzoek om aandacht te besteden aan onderstaand initiatief. Een verzoek waar wij uiteraard graag gevolg aan geven. Maar... wij wilden graag meer weten, zowel over Nathalie als over haar project en zo kwam ik bij Nathalie terecht, op haar werkplek in Kerkenbos, voor een kennismaking.

Onderstaand het verzoek dat wij op de redactie binnenkregen:

*Geachte heer/mevrouw,
Graag stel ik mezelf even voor.*

Ik ben Nathalie Verstegen, geboren in 1988. Door een fysieke beperking zit ik in een rolstoel. Ik zit in een lichaam dat niet doet en zegt wat ik wil. Ik heb geen spraakvermogen, daarom communiceer ik met behulp van een spraakcomputer en door middel van oogbewegingen. Mijn lijf reageert op elke emotie die ik heb. Dit uit zich in het feit dat ik onwillekeurige bewegingen maak.

In 2014 besef ik dat ik mezelf niet in een standaard woonvorm vind passen. Sindsdien ben ik bezig geweest om het idee wat ik al lang had uit te werken. Het idee om met een aantal mensen een vorm van wonen op te zetten waarbij er appartementen worden gehuurd en via het persoonsgebonden budget gezamenlijk de zorg wordt ingekocht. Ik ben in gesprek gegaan met andere mensen wat de mogelijkheden zouden zijn.

Als initiatiefnemer van dit project wil ik samen met anderen, die ook deze woonwens hebben en binnen het bewonersprofiel van het initiatief passen, de kans grijpen om zelf te bouwen aan een geschikte vorm van wonen. Door met elkaar de persoonsgebonden budgetten te bundelen, kan er zelf assistentie ingekocht worden en zorgkosten besparen waar mogelijk. Kortom anders denken, een mindset, ofwel Mindset Wonen is in ontwikkeling!

Het doel van Mindset Wonen is om in Nijmegen een innovatief en creatief woonconcept te creëren voor volwassenen met een fysieke beperking. Iedere

bewoner heeft assistentie nodig. Er wordt door de bewoners zelf professionele assistentie ingeschakeld, zodat er zorg op maat aangeboden kan geboden worden.

Het is de bedoeling dat er voor dit project acht tot twaalf zelfstandige appartementen worden gebouwd met daarnaast een lounge ruimte. De appartementen maken deel uit van een groter appartementencomplex met meerdere huurwoningen. Mindset wonen is nog op zoek naar mensen die passen binnen het bewonersprofiel en geïnteresseerd zijn om hier te komen wonen.

De doelgroep die ik hoop te bereiken is:

- *Minimaal 22 jaar.*
- *Heeft alleen een fysieke beperking.*
- *In bezit van zorgzwaartepakket 5 of hoger.*
- *In bezit van een persoonsgebonden budget.*
- *Heeft bezigheden buitenshuis zoals werk, dagbesteding of studie.*
- *Heeft zelf een huurcontract met de desbetreffende woningbouwcorporatie.*
- *Heeft een aangepaste woning nodig in verband met zorgafhankelijkheid.*
- *Voert eigen huishouding, deelt alleen de zorg met anderen.*

(Zij voegde tijdens ons gesprek eraan toe, dat samenwonen – waarbij een van beiden een fysieke beperking heeft – ook mogelijk is!

Tevens belangrijk om te vermelden: het project valt binnen de normen



*voor huursubsidie).
Is het mogelijk om dit project onder de aandacht te brengen?*

*Met vriendelijke groet,
Nathalie Verstegen*

Hier valt weinig aan toe te voegen; het is volkomen duidelijk wat Nathalie hoopt te bereiken. Toch was het goed om persoonlijk kennis te maken, om te zien hoe en wie ze is en haar kracht en positiviteit te voelen. Ik vind haar een kei, en dat heb ik haar bij het afscheid ook gezegd. Wij als redactie hopen via deze oproep een steentje bij te dragen om haar droom te verwezenlijken. Belangrijk is om te vermelden dat:

- *er vergaande samenwerking is met een instantie die dit plan wil ontwikkelen*
- *dat er buiten Nathalie al 3 mensen op de lijst staan*

Eigenlijk is "het bedje gespreid" en is het wachten op voldoende deelnemers!!

Op: www.mindsetwonen.nl of www.nathalieverstegen.nl vindt u meer informatie over Nathalie; hier leest u over de lange en moeizame weg die zij tot nu toe heeft bewandeld om haar doel te bereiken (zelfs via minister de Jonge!!).

*Aanvullende tekst: Carla Boves
Foto: door Nathalie aangeleverd*

Fotografeer een bijzondere stukje van uw wijk en win een fotografiecursus!

Fotoclub Digiana, Foto Roos en Restaurant ...bij de burens organiseren in september de fotowedstrijd 'Een andere kijk op uw wijk'. Wijkbewoners krijgen een maand de tijd om een voor hen bijzondere blik op de wijk vast te leggen. De mooiste foto wordt beloond met een fotografiecursus van Foto Roos (t.w.v. 99 euro).

De tweede prijs is een cadeaubon te besteden in Restaurant ...bij de burens (t.w.v. 25 euro).

Van de derde gekozen foto zal een

professionele afdruk worden gemaakt voor diegene die de foto heeft gemaakt.

Op zondag 2 september vindt de aftrap van deze wedstrijd plaats tijdens FestiviTIJD voor burens 2018. Vanaf dat moment start ook de foto-expositie 'Een andere kijk op Nijmegen' in Restaurant ...bij de burens. Deze foto's zijn tot eind november te zien en dienen als inspiratie voor deelnemers aan de fotowedstrijd.

Tot 30 september is het mogelijk om

uw foto in te sturen (minimale bestandsgrootte 1 MB).

U kunt uw deelnemende foto mailen naar: fcdigiana@hetnet.nl. Ook is het mogelijk om een afdruk van uw foto in te leveren (minimaal 20 x 30 cm, met naamsvermelding) bij Restaurant ... bij de burens aan de Irene Vorrinkstraat 401 op Park Malderborgh.

Leden van de fotoclub jureren samen met Foto Roos welke foto's in de prijzen vallen.

BELASTINGAANGIFTE?

Voor u kan het leuker en makkelijker!



**Schouten
fiscaal**

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

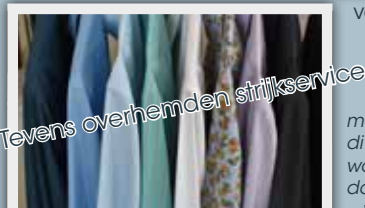
Jolanda Schouten – van Baarsen RB
Belastingconsulente
Heiweg 212
6533 PH Nijmegen

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
's avonds op afspraak mogelijk



Zuider Apotheek Jacobslaan/Hazenkamp: automatische herhaalservice!

Wij maken het u graag gemakkelijk. Gebruikt u chronisch medicatie? Met onze gratis herhaalservice heeft u altijd voldoende medicijnen in huis.

- Automatische service: u hoeft zelf niet meer te bellen om een herhaalrecept aan te vragen.
- E-mail: u ontvangt een e-mail wanneer uw medicatie klaar ligt.
- Gratis bezorgservice!

Interesse in onze herhaalservice? Kom langs in onze apotheek of stuur een e-mail naar: herhaalrecepten@zuiderapotheek.nl



Zuider Service Apotheek
St. Jacobslaan 339, 6533 VD NIJMEGEN
T 024-3550300

ACTIE
Woonhuisventilatie
Itho CVE ECO FAN
+
Draadloze zender
€ 194,99



Janssen
sanitair • c.v. • elektro



itho daalderop
Climate for Life

*Bespaar € 45,- tot € 65,- per jaar aan energiekosten

Oude Molenweg 137
6533 WH Nijmegen

Tel: 024 – 350 28 30
Fax: 024 – 350 28 31

info@vakhandeljanssen.nl
www.vakhandeljanssen.nl

In 1992 is de studio begonnen toen nog onder de naam Studio Touché. Nu inmiddels 26 jaar verder heet het DeMuziekstudio.nl. Deze is altijd gevestigd geweest op de Citroenvlinderstraat, ik denk dat weinig mensen weten dat er überhaupt een studio in onze wijk was gevestigd!

Maar toch hebben er enkele bekende Nijmeegse artiesten hier hun opnames en montages gedaan. Denk hierbij aan Ron Link en De Sjonnie's aan het begin van hun carrière.

De studio werkte in de breedste zin van het woord m.b.t. muziek en geluidsoptname. Van Nederlandstalig tot metal en van klassiek tot R&B.

De carnavalsperiode, die voor deze muziek al in oktober begon, was een drukke periode voor diverse opnames van carnavalskrakers. Maar ook spraakopname voor bijvoorbeeld rondleidingen in div. musea werden door deze heren opgenomen in diverse talen. Leuk om te weten is dat bij het promoveren van NEC rond 1994 het lied 'Olé super NEC' in nog geen half uur was opgenomen waarbij deze avonds al te horen was in het stadion.

In de begin jaren maakte de eigenaren, Koos Otte en Ron Schipperheijn zelf de muziek en zang opname. Toen de jaren verstreken werden de ruimtes vooral langdurig verhuurd aan zelfstandige producers, artiesten en rappers om zelf hun product te maken. Veel semi-professionelen artiesten die zelf een demo wilde maken konden hier terecht door laagdrempelig, professionele apparatuur en deskundig advies van beide heren.

Tegenwoordig hebben de mannen een ander doel met de studio voor

Muziek is voor iedereen!



ogen. Ze willen muzikanten, zanggroepen, muziek docenten enz. de kans geven om de opnamestudio en evt. montagekamer te huren voor eigen gebruik. Zo kan je als soloartiest of bandje ongestoord je gang gaan omdat de studio volledig geluids dicht is. Ook voor muziek docenten de perfecte plek om in een relaxte omgeving zang of muzikles te geven.

Misschien kan je best aardig zingen of speel je een instrument en wil je dit een keer professioneel als demo opnemen of als verrassing voor familie of geliefde, ook dat kan bij DeMuziekstudio.nl!

Huren kan per uur, maar denk ook aan vaste dagdelen zoals een vrijdagavond of zaterdagmiddag voor langere tijd. Men kan zijn instrumenten indien nodig veilig opbergen en voor bezoekers is er een gezellig barretje buiten de opname ruimte waar men kan vertoe-

ven. "Zo heeft een zangkoor verdeeld in 3 groepen stemmen opgenomen die daarna feilloos in elkaar gemixt werden voor diverse kerstliederen. En zijn er kinderfeestjes geweest waarbij een DJ samen met hun demo maakte" aldus Ron.

Daarnaast verhuurt DeMuziekstudio.nl ook professionele geluidsapparatuur voor grote en kleine bedrijfsfeesten, sinterklaasfeesten, bruiloften en partijen. Indien gewenst worden deze ondersteund met een professionele DJ. DeMuziekstudio.nl verhuurt bijvoorbeeld geluidsapparatuur aan (lokale) artiesten zoals Nijmeegse Annie en verzorgde ze een aantal avonden de muziek bij Café Samson tijdens de Vierdaagse feesten.

Wil je meer informatie over de mogelijkheden, bel 024 3 555 222 of mail info@demuziekstudio.nl

Tekst en foto's: Desiree Janssen

MUZIEK OPNAME
 OEFENRUIMTE
 ZANG STUDIO
 APPARATUUR-
 VERHUUR
 024-3 555 222
 info@demuziekstudio.nl



DeMuziekstudio.nl



STICHTING GROOTSTAL EVENEMENTEN

Kerstmarkt



Ik zie al vele wenkbrauwen fronsen; hoogzomer en men heeft het over een Kerstmarkt. Nee, het is geen vergissing en we zijn niet door de hitte bevangen.

Wij; Yvonne, Greet, Henry, Silvia, Gerdie, Marlies, Peter en Jos, het organisatie team van Grootstal Evenementen, willen na-

melijk dat 15 december van 12.00 tot 17.00 uur alvast bij jullie in de agenda staat. Het zal dit jaar gehouden worden op het winkelplein aan de St. Jacobslaan. Het belooft een gezellige intieme dag te worden met uiteraard veel Kerstsfeer. Zoals al elders vermeldt in deze De Heistal, zijn we dringend op zoek naar hulp op die dag en er kunnen ook weer kramen gehoord worden. Meld je via grootstal.evenementen@gmail.com Ook voor andere vragen kun je er terecht.



Feiten en Fabels (3)

Onze manier van eten speelt een belangrijke rol bij gezondheidsproblemen als overgewicht, hart- en vaatziekten en het ontstaan van kanker. Er is steeds meer bekend over gezonde en minder gezonde voeding. Maar er worden ook een heleboel fabels verzonnen. Wat is gezond en wat niet?

Feit: Groenten uit blik of de diepvries zijn net zo gezond als verse groenten:

Groenten uit blik en diepvriesgroenten zijn, in tegenstelling tot wat vaak wordt gedacht, bijna even gezond als verse groenten, soms zelfs gezonder! Dat ligt aan de bereidingswijze. Diepvriesgroenten worden kort verhit, daardoor blijven de vitamines beter behouden. Verse groenten kunnen ook het beste kort worden gekookt met zo min mogelijk kookvocht, bij voorkeur in de magnetron of stoomoven.

Fabel: Zoetstoffen zijn kankerverwekkend:

Er zijn natuurlijke zoetstoffen, bijvoorbeeld uit bessen of citrusvruchten, en synthetische zoetstoffen. Voor de gezondheid maakt het niet uit of zoetstoffen natuurlijk of synthetisch zijn. Ze zijn allebei even veilig. De zoetstof Aspartaam wordt regelmatig in verband gebracht met het ontstaan van ernstige aandoeningen zoals tumoren, of hoofdpijn. Daar is echter nooit iets van aangetoond. Zoetstoffen, bijvoorbeeld in light producten, zijn een goed middel voor mensen om wat minder calorieën binnen te krijgen.

Een volgende keer meer Fabels en Feiten.

Creatief schildersclubje De Mix

Mijn naam is Sylvia en ik heb nu voor het derde jaar de regie over een laag drempelig schildersclubje in buurthuis De Mix in de krekelstraat 12 te Nijmegen. Faier44@hotmail.com of 0619746337.

Op dit clubje komen mensen uit de buurt samen om samen gezellig te schilderen en met elkaar ideeën uit te wisselen en zo tot een leuke en goede samenwerking te komen.

Omdat het zo leuk en gezellig is heb ik aan een paar kandidaten gevraagd iets te schrijven over het creatieve schildersclubje de Mix om zo aan jullie een idee te geven hoe het is om u bij ons aan te sluiten.

Hallo lezers heistal,

Inmiddels is Sylvia al voor het derde jaar met haar creatief schildersclubje De Mix bezig. Gezellig voor mij elke dinsdagavond tussen de dames schilderen, wat kletsen en een kopje koffie drinken. Als iemand iets niet weet dan helpen we elkaar hier in en zo leer je altijd weer wat bij.

Hoop nog jaren met veel plezier mee te schilderen.

Hans.

Het bestaan van de creatief schildersclubje De Mix was voor mij een heerlijke verrassing, een grote ruimte vlak in de buurt. Een plek waar je samen met anderen wekelijks kunt schilderen op jouw eigen manier, inspiratie en advies werken wederzijds. Je leert van elkaar als je dat wilt, maar je bent vrij in wat je wilt doen, beginneling of ervaren schilder, iedereen is welkom en dat vind ik een mooi initiatief van Sylvia.

Marianne.

Hallo allemaal ,

Ik wil graag iets vertellen over de schilderclub de Mix. Ik zat bij de fysio in de wachtkamer en zag er een folder hangen over de Mix. Ik dacht ik ga even kijken en ik was gelijk overstag. Ik vind het een hele gezellige groep, hier kan ik mijn hoofd even leeg maken. Zelf vind ik dat ik niet zo een goede schilder ben. Dat geeft in deze groep niet. Het is toegankelijk voor iedereen en iedereen helpt elkaar, dat maakt het zo gezellig.

Dus kom erbij we kunnen nog wat kandidaten gebruiken.

Hennie.

Schilderen is een vorm van meditatie. Het stelt je in de gelegenheid de aandacht van de alledaags beslommeringen eventjes opzij te zetten en je weer met jouw eigen creativiteit bezig te houden. Ik kijk dus snel weer uit naar de volgende dinsdag.

Kurt.

Ik wilde als hobby altijd al schilderen. Jarenlang bood mijn leven niet genoeg ruimte. Werk, familie, vrienden en reizen vulden de agenda. Vele andere, tijdrovende dagelijkse bezigheden zoals bijvoorbeeld sociale media, verplaatsen de focus en maken van ons netvlies een Bühne voor een snelle dans van vluchtige beelden, die vaak door derden werden choreografeerd. Nu eindelijk in het creatief schildersclubje de Mix waar nieuw doek valt, hier vindt ik de lang gezochte achtergrond en tijd voor mijn eigen choreografie van kleur en vorm.

Aardige medeschilders inspireren en leren mij hier gelijktijdig nieuwe omgang met verf en kwast.

Wid.

Dus mensen kom er gezellig bij de eerste keer is gratis en de info krijgt u als u komt.

Tekst: Sylvia Visch

Foto: Jos van Gelder



Wijkraad Hatertse Hei

De wijk tussen de Slotemaker de Bruineweg, St. Annastraat, Heiweg en Hatertseweg heet de Hatertse Hei. De wijkraad vergadert een aantal keren per jaar. De wijkraad heeft momenteel 7 leden.

De eerstvolgende vergadering is op dinsdag 11 september, om 19.30 uur in de Schakel.

Deze vergaderingen zijn gedeeltelijk openbaar. Dat betekent dat een deel van de vergadering ook toegankelijk is voor bewoners van de Hatertse Hei die niet in de wijkraad zitten. Aanmelding vooraf bij het secretariaat is noodzakelijk.

Het e-mailadres is info@hatertsehei.nl. Vermeld ook uw adres (verplicht) en telefoonnummer (facultatief), zodat wij u kunnen laten weten wanneer het openbare gedeelte begint en/of wanneer de datum van vergaderen verandert.

Inbreng van alle bewoners van de Hatertse Hei stelt de wijkraad in staat de algemene belangen van de wijk in de ruimste zin van het woord te behartigen bij de daartoe in aanmerking komende overheidsinstanties en andere betrokken organisaties.

Andrea van der Leek, secretaris



Mis je in je tuin het drukke gezoem van bij, hommels, zweefvlieg en andere insecten? Of op je balkon? Open dan een nectarbar. Mij is het dit jaar gelukt. Op mijn balkon. Weliswaar een piepklein nectarbarretje van wilde bloemen. Doorlopend hommels en zweefvliegen op bezoek. Ik heb mijn doel bereikt: méér eten voor bijen, hommels en andere bestuivende insecten. Volg jij mijn voorbeeld in 2019?



Bijenbrood



Kaasjeskruid

Al jaren stimuleert 'Operatie Steenbreek' tot vergroening van stad en dorp. Meer bloeiende planten in plaats van tegel en steen. Meer planten geven een grotere biodiversiteit: méér natuurlijk leven. Minder tegels zorgen voor een grotere waterdoorlatendheid van de bodem. Daardoor minder overstromingen en wateroverlast door stortbuien. Daarnaast roepen 'NL Bloeit' en 'NL Zoemt' op tot actie om met meer wilde bloemen in stad en dorp iets te doen aan het enorme uitsterven van insecten. Meer wilde bloemen geven meer voedsel aan bijen, hommels en andere zoemers.

Je eigen nectarbar

Heb je een tuin? Zaai dan april/mei enkele vlakken in met wilde kruiden. Een zakje bij de supermarkt is al goed voor 10 vierkante meter. Voor nog geen 2 euro. Zeker de speciale zadenmix voor bijen en vlinders. Heb je geen tuin: zaai dan 1 zakje gespreid over 2 of 3 grote bakken. Dan heb jij misschien net zo veel succes als ik dit jaar.

Kruidenveld op balkon

Geïnspireerd door NL Bloeit en NL Zoemt heb ik voor het 2e jaar op rij wilde bloemkruiden gezaaid. Op mijn balkonnetje van 3 bij 1,20 meter twee hoog. In drie bloembakken van 80 bij 15 cm. Alleen maar wilde bloemen: Gele mosterd <Sinapis alba>, Bijenbrood <Phacelia tanacetifolia>, Slangenkruid <Echium vulgare>, Groot Kaasjeskruid <Malva sylvestris>, Bolderik <Agrestemma githago>, Korenbloem <Centaurea cyanus>, Ganzenbloem Chrysanthemum segetum> en nog veel meer. Gezaaid half april: meteen na Pasen. Half mei de eerste bloemen: het geel van de Gele Mosterd. Gevolgd door het paars van het Bijenbrood: ook bekend als Bijenvoer of Bijenvriend. Helaas knalde tijdens de hittegolf van april/mei alles uit de grond. Daardoor is er begin juli al veel uitgebloeid. Heel anders dan in 2017 toen mijn plantenbakken tot in oktober in bloei stonden. Later gezaaid, later in bloei, en latere hitte.

Aard- Steenhommel en Koekoekshommel

Na de zaai komen al binnen 2 weken kiemplantjes boven de grond. Ze groeien heel snel. Zolang er alleen blaadjes zijn: geen insecten te zien. Af en toe een verdwaalde vlieg of kever. Als eerste bloeit de Gele Mosterd. De eerste dagen dat ze bloeien, komen er geen zoemers op af. Pas na een dikke week landen Aardhommel en Steenhommel op de gele bloemetjes. Misschien zelfs ongemerkt ook de koekoeksvariant van deze hommelsoorten. Deze zijn namelijk niet te onderscheiden van de echte hommelsoort. De nectar trekt ook model 'zweefvliegers': van mini tot maxi. Bijen, vliegen, zweefvliegen en kevers komen hun honger stillen in mijn 'nectar-snackbar'.

Hoeveel bezoekers?

Net als bij de grote tuinvogeltelling - ieder jaar in januari - kun je alleen iets zeggen over het maximaal aantal

Wilde kruidentuin



Gele Mosterd



Bolderik



bezoekende insecten van één soort per telmoment. Er zijn maar 3 hommels tegelijkertijd op mijn bloemen geweest. Daarvan 2 steenhommels en 1 aardhommel. Nooit 2 aardhommels tegelijkertijd. Daarnaast ook hooguit 2 zweefvliegen per keer. Op mooie zonnige dagen komen hommels doorlopend op de bloemen af. Omdat ik de individuele hommels niet kan herkennen, kan ik niet zeggen of steeds dezelfde of verschillende hommel-individueen op bezoek komen. Misschien wel individuen van verschillende hommelvolken.

Wat doet de tuin?

Eind april heb ik dezelfde wilde bloemen in de volle grond van de tuin gezaaid. Begin mei zijn de ontkiemende Gele Mosterd en Bijenbrood overgoten door de zon van de extreem vroege hittegolf van die maand. Vergeleken met de planten op het balkon blijven ze in de tuin miezerig klein. Het valt mij wel op dat de Gele Mosterd onder een grote struik wel flink hoog is. Een verschil door schaduw en vochtigheid?

Ook in de tuin trekken opgroeiende Gele Mosterd en Bijenbrood zonder bloemen geen insecten. Ook hier komen deze pas als ze in bloei staan. Daarnaast trekken bloeiend Muskuskaasjeskruid, Bieslook, Vrouwenmantel en Theerozen de bijen en hommels. Enkele weken daarvoor – eind april tot half mei – deed de Spaanse boshyacint dat. Naast Aardhommel zoeken vooral bijen nectar in de tuin.

Meer lezen?

Ben je geïnteresseerd in algemene beschouwingen over de natuur in Nederland? Ga dan naar <http://bit.ly/leesnatuur> Heb je een vraag of wil je reageren? Ga dan naar 'Contact' op website Struinbulletin.

Nectarbar 2018



Ga op ontdekkingsreis door de wijk en ontdek wat hier is afgebeeld.

Diegene doe ons kan vertellen:

- wat dit is
- waar dit staat
- en wat er over te vertellen is

wint een Slagroomschnitt, beschikbaar gesteld door Bakkerij Holland

Stuur uw inzending naar:
redactie@deheistal.nl

Uw inzending wordt beoordeeld door de redactie van De Heistal.

(redactieleden en bestuursleden van De Heistal zijn derhalve uitgesloten van deelname)

In de volgende uitgave wordt de winnaar bekend gemaakt met foto van de overhandiging van de slagroomschnitt.



Thuis blijven wonen op uw voorwaarden?
Behoeftte aan echt persoonlijke zorg/gezelschap?
De regie in eigen handen nemen en houden?
Het kan echt! Neem contact op met ons.



Wij zijn Hart voor Thuis, een thuiszorgorganisatie die gelooft dat wij onderdeel zijn van uw team. U heeft de regie in handen en wij zullen onze dienstverlening aanpassen aan uw wensen.

Onze missie is 'Kwaliteit van leven voor iedereen'. Samen met u richten wij ons erop om u zo lang mogelijk comfortabel thuis te laten wonen.

Wilt u meer informatie of een vrijblijvende afspraak plannen om te bekijken of wij in uw team passen neem dan contact op met Bailey van Keeken of Richard Abrahams op nummer 024 - 21 20 927 of als u het fijner vindt om te mailen dat kan naar info@hartvoorthuis.nl of kijk op www.hartvoorthuis.nl

Bailey van Keeken,
Mob: 06 - 15548485

Richard Abrahams,
Mob: 06 - 15117799

024 - 21 20 927
www.hartvoorthuis.nl



Fietsenmaker Grootstal

WWW.FIETSENMAKERGROOTSTAL.NL

Heidebloemstraat 53
 6533SL Nijmegen
 024-7633792 06-31681176
info@fietsenmakergrootstal.nl
 gratis haal & breng service

**GRATIS HAAL & BRENG SERVICE
 IN NIJMEGEN**

**PLAN UW REPARATIE IN OP
WWW.FIETSENMAKERGROOTSTAL.NL**

Tegen inlevering van deze bon

**MAAK UW FIETS ONTPLATBAAR
 NOOIT MEER EEN LEKKE BAND!**

**Buitenband
 Ontplatbaar
 €39,50 + Gratis
 Binnenband
 (exclusief montage a €15,00)**

Tegen inlevering van deze bon



**Studenten aktie
 Buitenband + binnenband
 geen €36,00 maar €32,50
 all-in!**

Tegen inlevering van deze bon

**Nieuw slot
 nodig?
 10% korting op
 alle sloten!**



25 jaar

KION BESTAAT 25 JAAR

Alle reden voor een feest!



Dit werd bij KION GROOTSTAL gevierd met de opening van een tentoonstelling.

Daarvoor waren papa's, mama's, opa's en oma's uitgenodigd.

Een tentoonstelling van Kunst, door de kinderen van het kinderdagverblijf, de peutergroepen en de buitenschoolse opvang zelf gemaakt!

Het werd feestelijk geopend met het doorknippen van een lint door leidster Koning Willem en leidster Maxima. Er viel veel te bewonderen, zoals portretten van de kinderen door hen zelf ingekleurd, prachtige tekeningen, bouwsels van dozen, versierde visjes enzovoort.

Er waren ook leuke activiteiten zoals blikgooien, schminken, eendjes vangen, fruitspiesjes maken en koekhapen. En er was een enorm springkussen waarop de kinderen zich uit konden leven. Het was een hartstikke leuke middag waar zowel de kinderen als de ouders het naar hun zin hadden.

Kion heeft een mooie functie in de wijk. Dat het er nog maar lang mag blijven.

Tekst: Marianne Jansen

Foto's: Kion

Een praktische dag voor senioren die van fietsen houden & willen blijven fietsen.

Op woensdag 19 september organiseert de Fietsersbond in samenwerking met de gemeente Nijmegen een fietsinformatiedag voor senioren. Senioren zijn steeds langer mobiel, echter neemt ook het aantal ongevallen onder deze groep toe. Tijdens de fietsinformatiedag worden tips en tricks gedeeld om nog lang veilig en met plezier te kunnen blijven fietsen. Tijdens deze dag komt o.a. verkeersveiligheid aan bod, worden de afstellingen van de fiets gecontroleerd, is er fietsgymnastiek, een fietsparcours en wordt een lokale route gereden.

De dag wordt gehouden in het Goffertstadion, op 19 september tussen 09:00-15:30 uur. Deelname bedraagt € 5 en dit is inclusief koffie/thee en lunch. Opgeven kan eenvoudig via www.fietsersbond.nl of stuur een mail naar fietschool@fietsersbond.nl met uw gegevens.

Deelname aan de dag is geschikt voor zowel e-bike als gewoner fiets. En neem gerust een buurman, buurvrouw of bekende mee!

Tekst en foto: Emmy Donkers, gem. Nijmegen

Fietsinformatiedag



19
September

Meld
u aan!

Leerlingen NSG Groenewoud dragen bij aan duurzaam en gezond Nijmegen: 'Roze Olifant' wint wedstrijd Tap-Art



GROENEWOUD

Ontwerp een kleurrijk en opvallend watertappunt: dit was de inzet van de creatieve samenwerking die veertien leerlingen van middelbare school NSG Groenewoud zijn aangegaan met Marianna Bakker. In het kader van de Green Capital Challenge Water is zij Tap-Art gestart. De wedstrijd voor het aantrekkelijkste ontwerp is een onderdeel van Tap-Art. Het watertappunt de 'Roze Olifant' van Janneke, Bonnie en

Marcia uit 5 vwo kwam als winnaar uit de bus.

Minder plastic afval en water drinken gezond

Met Tap-Art wil Marianna Bakker vanuit de Green Capital Challenge Water de verschillende watertappunten in Nijmegen laten opvallen, zodat meer mensen water gaan tappen liefst met een hervulbare fles. Dan helpt water tappen bij het verminderen van plastic afval. Bovendien is water drinken gratis en gezond. De inzet is dat de watertappunten op jaarbasis misschien wel leiden tot 100.000 minder plastic wegwerpflesjes: re-use en reduce in plaats van recycle.

Draag bij en doe mee

In Nijmegen zijn maar liefst 21 tappunten. Gekeken wordt nu hoe de Roze Olifant bij welk tappunt kan worden gemaakt in augustus (themamaand Water in de Challenges). Ook voor twee andere ontwerpen van leerlingen van NSG Groenewoud worden de mogelijkheden tot realisatie onderzocht. Aangezien de Green Capital Chal-



lenges burgerinitiatieven zijn zonder budget, wordt gezocht naar zowel verfmateriaal als naar schilders en kunstenaars die groot in openbare ruimte kunnen verven. Ook leveranciers van stickers kunnen de realisatie dichterbij brengen.

Meer over Tap-Art?

Op de site van Green Capital Challenges vind je meer informatie over Tap-Art. Heb je een idee, wil je helpen of bijdragen? Stuur dan een mail naar Marianna Bakker marianna.bakker@gmail.com.

Tekst: NSG Groenewoud

Foto: Mika Kraft





Avondmensen en nachtdieren gezocht die graag iets voor een ander betekenen!

Stel je eens voor dat er iemand in je nabije omgeving ernstig ziek is. Dat je dag en nacht aan het zorgen bent, omdat je wilt dat de laatste dagen van het leven voor diegene zo goed en prettig mogelijk verlopen. In zijn of haar eigen vertrouwde thuissituatie. Je kunt je vast voorstellen dat dat ontzettend zwaar is. Vooral ook omdat je naast de praktische verzorging ook nog moet omgaan met je eigen emoties rondom een naderend afscheid.

Hoe fijn is het dan als er iemand komt om jou als mantelzorger te ontzorgen? Iemand die heeft besloten in zijn vrije tijd er te zijn voor een ander. Zodat jij tijd hebt om even op te laden...Prachtig toch, dat dat kan! En het is mooie is, die persoon, die vrijwilliger, dat kan jij zijn!

VPTZ Thuis Sterven Rijk van Nijmegen is op zoek naar vrijwilligers voor de nacht.

Als nachtwaker (zo noemen we onze nachtvrijwilligers) ga je om elf uur 's avonds naar iemand toe die terminaal is en je blijft daar tot de volgende ochtend zeven uur. Je belangrijkste taak tijdens zo'n nacht is 'er zijn'. Dat betekent dat je kijkt, luistert, en afstemt op de ander. Soms maak je een praatje, maar soms ook juist niet. Of je helpt iemand om naar het toilet te gaan, of zorgt ervoor dat iemand comfortabel ligt in bed. Het betekent ook dat je oog hebt voor de mantelzorger. Dit vrijwilligerswerk vraagt flexibiliteit. Wij vragen minimaal 1 nacht per week beschikbaar te zijn, maar we kunnen niet garanderen dat je ook 1 nacht per week ingezet wordt. Soms vragen we weken achter elkaar je hulp, maar er zijn ook rustigere periodes waarin er weinig vraag is en je niet ingezet wordt. Je hoeft niet elke nacht beschikbaar te zijn, je kunt aangeven welke nacht(en) in de week je ingezet kan worden.

Daarnaast vraagt het ook veel zelfstandigheid. Tijdens de nacht ben je vaak alleen met de cliënt en is er niet altijd iemand in de buurt met wie je iets kunt overleggen. Er is wel altijd professionele zorg achter de hand, die je kunt

inschakelen als er zich iets voordoet waarbij je hulp of advies nodig hebt of wanneer er een medische handeling verricht moet worden.

We sturen je natuurlijk niet zomaar op pad. Voordat je echt aan de slag kan als vrijwilliger volg je eerst een opleiding. Tijdens de opleiding word je niet alleen mentaal, maar ook praktisch voorbereid op het werk. Daarna loop je mee met een ervaren vrijwilliger. En pas dan, als je het gevoel hebt dat je het aankunt, ga je zelf waken.

"Als vrijwilliger moet je jezelf als het ware uit kunnen zetten. De focus ligt volledig op de cliënt en zijn mantelzorger. Dat ik er voor hen kan zijn geeft mij zo veel voldoening," vertelt Herman Geurts, nachtwaker bij VPTZ Thuis Sterven Rijk van Nijmegen. "Je weet nooit waar je terecht komt. Elke keer is het weer anders. Het bijzondere van de nacht is de rust. Daardoor heb je vaak een heel intens contact met een cliënt. Dat is wat dit werk ook zo mooi maakt."

Werken als nachtwaker bij VPTZ Thuis Sterven Rijk van Nijmegen geeft veel voldoening, verdieping en vaak mooie gesprekken. Je bent betrokken bij mensen in een hele bijzondere levensfase.

Aanmelden als nieuwe vrijwilliger of meer informatie?

Ben jij nieuwsgierig geworden en zou je ons graag mee willen helpen om cliënten en mantelzorgers te ondersteunen? Neem dan contact met ons op. Bel naar 06-13210731 of mail naar info@vptzthuisstervenrijkvannijmegen.nl Kijk voor meer informatie ook eens op www.vptzthuisstervenrijkvannijmegen.nl

Breng uw vakantie, uitstapje of feest weer tot leven...

Er zijn in West-Europa inmiddels meer apparaten waarmee je foto's kunt maken dan mensen... Vrijwel iedereen fotografeert: op vakantie, op uitstapjes, op familiefeestjes, tijdens wandelingetjes, of als hobby. Al die meestal digitale beelden vinden min of meer systematisch een plekje op een harde schijf.

Dan worden ze (regelmatig) bekeken op het scherm, soms wordt er van een aantal een fotoboek gemaakt, soms wordt er in een fotoprogramma een diashow van gemaakt al dan niet met muziek. Maar heel vaak staan ze er... net als vroeger de fotoafdrukken in een schoendoos ergens stonden.

De AV-groep Nijmegen is een groep amateurs uit de wijk en uit Nijmegen en omgeving die meer doen met hun beelden. Ze maken audiovisuele presentaties waarin ze door het tot op de tweede nauwkeurig combineren van beelden, van muziek, van geluiden en soms ook van gesproken tekst er een verhaal van maken. Twee avonden per maand komen we bij elkaar in het wijkcentrum De Schakel om elkaars werk te bekijken en te bespreken. We helpen elkaar verder in het maken van steeds mooiere verhalen.

We willen u graag laten zien wat er allemaal kan en dat het allemaal niet zo ingewikkeld is als het lijkt. We maken gebruik van speciale software, maar ook in het omgaan daarmee leren we van elkaar en ondersteunen we elkaar. De AV-groep Nijmegen nodigt u uit voor een open-avond op vrijdag 28 september in de grote zaal van De Schakel (Archimedeslaan). U laten een aantal voorbeelden van korte series zien. Heel verschillend van onderwerp en vormgeving. We geven u een beeld van een programma waarmee deze series gemaakt worden.

De toegang is gratis en u kunt vanaf 19.30 binnen lopen. Het programma begint om 20.00 uur en zal duren tot ongeveer 22.00 uur, met een pauze. En uiteraard is er gelegenheid om met leden van de AV-Groep in gesprek te gaan.

Voor meer informatie:
Jos Hagens - jjpmhagens@home.nl

Welkom in de bieb

Feestelijke opening van het Hatertse Taalcafé

Nederlands oefenen in de bibliotheek

Ken of ben je iemand die de Nederlandse taal wil oefenen? In Bibliotheek Hatert ben je vanaf 11 oktober van harte welkom bij het wekelijkse Taalcafé om samen Nederlands te praten.

Praat in het Taalcafé met andere mensen die de Nederlandse taal willen leren. In het Taalcafé zijn ook vrijwilligers om je te helpen oefenen. Het zijn gezellige ontmoetingen, met

elke keer een ander onderwerp om over te praten. Bijvoorbeeld vervoer of een Nederlands feest zoals Koningsdag.

Op donderdag 11 oktober ben je van harte welkom bij de feestelijke opening van het allereerste Taalcafé in Bibliotheek Hatert van 10.00 tot 12.00 uur. Het thema is 'feest' en er zijn lekkere hapjes. Ook wijkmanager Edwin van Haveren neemt tijdens de opening het woord.

Benieuwd hoe het Taalcafé in zijn werk gaat? Het is geen les of cursus. Je mag per keer besluiten of je mee wil doen. Aanmelden is niet nodig. Het Taalcafé is gratis. Het Taalcafé wordt in Hatert georganiseerd door de Bibliotheek Gelderland Zuid. Kijk op www.obgz.nl/taalvaardig voor meer informatie.



Do you want to practice Dutch? In the Language Café you can talk to other people who are learning Dutch and native speakers who like to help you practice. Each informal meeting has a particular topic. Starting from October, there is a Language Café in the Hatert library every Thursday from 10 a.m. till 12 a.m. You are always welcome and you do not have to register beforehand. More information? Check out www.obgz.nl/welcome.

Gratis hulp op digitaal gebied

Kom langs bij het Digitaal Café in Bibliotheek Hatert

Vragen over laptop, tablet, e-reader of smartphone? Met deze vragen kun je maandelijks gratis terecht in de Bibliotheek Hatert. SeniorWeb Nijmegen verzorgt dit 'Digitaal Café' voor ouderen en probeert al je vragen te beantwoorden. Hoe kun je bijvoorbeeld foto's bewerken en versturen met je computer, videobellen met je kleinkinderen via WhatsApp of hoe leen je een e-book bij de bibliotheek?

Het Digitaal Café start vanaf september weer op elke eerste maandag van de maand, van 13.00 tot 15.00 uur. Zet 3 september, 1 oktober en 5 november vast in je agenda.

Op zoek naar meer activiteiten om digitaal vaardiger te worden? Vraag ernaar in de bibliotheek of (laat iemand kijken) op www.obgz.nl/digitaalvaardig.



Heb je al kaartjes voor de zomercolleges?

Zoals eerder aangekondigd: op 15 en 22 augustus zijn er twee zomercolleges over de wonderen van het menselijk lichaam in Bibliotheek Muntweg.

De verkoop van de kaartjes gaat snel, dus heb je nog geen kaartje?

Koop ze vooraf in de bibliotheek of via www.obgz.nl/agenda-muntweg.

Samen met Jorian Leerling, 3e-jaars student geneeskunde, maak je een reis door je lichaam via je bloedsomloop, de longen en het verteringsstelsel. Hoe gaat dat allemaal in zijn werk? Als uitstekend reisleider, wijst hij je op bijzonderheden en wetenswaardigheden.

Op 15 augustus is het onderwerp 'Het (over)leven van onze organen' en op 22 augustus vertelt Jorian over het bewegen van ons lichaam.

Deze colleges kunnen ook afzonderlijk van elkaar gevolgd worden.



Volg online cursussen van de bieb

Ben je lid van de bibliotheek in Hatert of Muntweg? Als bibliotheeklid kun je gebruik maken van de gratis online cursussen van de 'Online Bibliotheek', waar en wanneer je wilt.

Kies bijvoorbeeld uit een cursus blind typen, een cursus solliciteren, online gitaarles of een cursus Engels, Duits of Frans. Neem een kijkje op de website voor het complete aanbod.

De cursussen bestaan uit een aantrekkelijke mix van tekst en veel videomateriaal.

Met een geldig bibliotheeklidmaatschap kun je per jaar twee online cursussen kiezen. Als bonus krijg je iedere maand een korte cursus cadeau.

Na het inloggen en aanmelden kom je in jouw persoonlijke cursusomgeving waar de cursus voor je klaarstaat. Hier vind je ook altijd de cursus van de maand.

Kijk voor meer informatie op www.obgz.nl/onlinecursussen.



In je eigen tijd en tempo

Openingstijden

de Bibliotheek Hatert

maandag	13.00 - 17.00 uur
dinsdag	gesloten
woensdag	11.00 - 17.00 uur
donderdag	13.00 - 17.00 uur
vrijdag	13.00 - 17.00 uur
zaterdag	gesloten
zondag	gesloten

Couwenbergstraat 20
6535 RZ Nijmegen
E hatert@obgz.nl

de Bibliotheek Muntweg

maandag	14.00 - 18.00 uur
dinsdag	14.00 - 18.00 uur
woensdag	14.00 - 18.00 uur
donderdag	14.00 - 18.00 uur
vrijdag	14.00 - 18.00 uur
zaterdag	11.00 - 16.00 uur
zondag	gesloten

Muntweg 207
6532 TH Nijmegen
E muntweg@obgz.nl

T 024 - 327 49 11 • [bieb024](https://twitter.com/bieb024) • [bibliotheekgelderlandzuid](https://www.facebook.com/bibliotheekgelderlandzuid)

Je bibliotheek in de zomervakantie

Bibliotheek Hatert is gesloten van 20 juli t/m 12 augustus 2018 (reserveringen kun je ophalen in Bibliotheek Muntweg).



Lourdeskerk

Hatertseweg 111
6533 AD Nijmegen
024 355 36 30
email:

parochiecentrum@h3eenheid.nl
secretariaat: Hatertseweg 111
6533 AD Nijmegen 024 355 36 30
ma. t/m vrij. van 9:00 tot 12:30 uur.
In dringende gevallen: 06 221 867 45

Diensten in het weekend:

Zondag 11.30 uur.

Op zaterdag is de viering om 17.30 uur
in de Kruispuntkerk aan de van Hogen-
dorpstraat.

Diensten doordeweeks:

In de Groenestraatkerk: op maandag,
dinsdag en vrijdag om 9.00 uur.

In de H. Antonius Abt-kerk in Malden:
op woensdag om 9.00 uur met aanslui-
tend aanbidding.



Protestante Gemeente

Sectie Stad
Maranathakerk
tel. 024 355 45 20
Mobiel 06 38 83 99 93

Kerk: Steenbokstraat 86, Nijmegen

Kerkdienst:

zondag 9.30 uur.

Pastores: Ds Peter van der Vange,

tel. 024 324 15 96

Ds Henk Gols, tel. 024 324 23 75

Ds P. Oosterhoff

Diensten:

Na de diensten is er gelegenheid tot
koffiedrinken. U bent van harte welkom!

Pinkstergemeente Jozua

Erediensten: Zondag 10:30

Zaal : Aula Het Rijks voor-
heen Kandinsky college
Hatertseweg 404
Nijmegen

Info : Nick Selders
0485 540891

Tevens crèche en kinderveendien-
sten t/m 12 jaar

Website : www.jozua.info



Ontmoeten ...bij de burens

MAANDAG

09.30-12.00 u Digitale beweeggames
10.30-11.30 u KWIEK beweegroute
10.30-12.00 u Huiswinkel open
13.30-16.30 u Competitie biljarten
14.00-16.00 u Schilderclub
17.00-21.30 u Indonesische avond (1e maandag v/d maand)
19.30-23.00 u Burenavond (2x per maand)

DINSDAG

13.15-14.15 u KWIEK beweegroute
14.00-16.00 u Breicafé
14.30-16.00 u Tabletcafé
19.30-21.00 u Liederentafel

WOENSDAG

10.00-12.00 u Maak kennis met biljarten
10.30-12.00 u Huiswinkel open
13.30-16.00 u Competitie biljarten
14.00-17.00 u Indonesisch Koken met Grace
19.30-21.30 u Bingo

DONDERDAG

09.30-12.00 u Digitale beweeggames
14.00-16.00 u Sjoelen
20.00-22.30 u Fotoclub Digiana
(2x per maand)

VRIJDAG

10.30-12.00 u Huiswinkel

In de vakantieperiode houden enkele
activiteiten een korte zomerstop. Voor
meer informatie hierover kunt u con-
tact opnemen met het restaurant.



Indonesisch koken met Grace

"We beginnen de middag met een
uitleg over de Indonesische keuken
en de kruiden die we gebruiken. tij-
dens de cursusmiddag maken we 3
à 4 gerechtjes waar we op het eind
van de middag samen van genie-
ten."

Schrijf u nu in voor de cursussen die
starten in augustus, november en
februari! Kosten bedragen 45 euro
voor drie middagen. (incl. eten)
Voor meer informatie kunt u contact
opnemen met Grace Stuiting:
T. 06-49742650 of
E. gracenijsmegen@gmail.com

Eten, drinken en ontmoeten

Krekelstraat 12
Openingstijden:

alleen tijdens
activiteiten

Beheerder:

Nick Jansen

E-mail:

demix@nijmegen.nl



Open inloop Tandem Talentenhuis:

maandag en donderdag van 18.00 - 21.00.

Er vinden tijdens de inloop regelmatig workshops plaats gericht op interesseontdekking en talentontwikkeling
18.00-19.30 inloop leeftijd 13-
19.30-21.00 inloop leeftijd 13+

Jongerenwerkers Niels en Anouk

e-mail: n.goezinne@tandemwelzijn.nl 06-20223277

e-mail: a.menlibar@tandemwelzijn.nl 06-19136289

Ambulant Kinderwerker Bianca

e-mail: b.bolwerk@tandemwelzijn.nl 06-30612243

Daarnaast zijn er een aantal moestuinen. Meer informatie hierover? Mail naar: gftdemix@gmail.com

Activiteitenagenda:

Ma:

11.30-12.30 sportservice - Body Shape
14.30-16.00 meidenclub groep 6, 7 en 8
18.00-21.00 Open inloop Tandem Talentenhuis

Di:

19.00-22.00 Creatief Schilderclub de Mix

Wo:

19.00-21.00 Baraden Percussie Djembé

Do:

18.00-21.00 Open inloop Tandem Talentenhuis



Archimedesstraat 9,

tel. 024 356 65 20

E-mail:

deschakel@nijmegen.nl

Clustermanager:

Marloes Peters

E-mail:

m17.peters@nijmegen.nl

Senior beheerder:

Dick Speijdel

E-mail: d.speijdel@nijmegen.nl

Beheer: Hafida Benhaddi, Marije de Haan, Nick Jansen en Lizette Hock

Openingstijden "De Schakel":

Maandag t/m donderdag: 08.30 - 17.00 uur / 18.30 - 23.00 uur

Vrijdag: 08.30 - 13.00 uur / 18.30 - 23.00 uur

Maandag

12.00 u. Tai Ji
13.30 u. Gym 55 + S. & R.
13.30 u. Bridgeclub
19.00 u. AV. groep Nijmegen (2x per maand)
19.00 u. Biljartver. 'De Schakels'
19.30 u. Sjoelver. SIOS

Dinsdag

09.00 u. Trimclub 'NS'
13.00 u. Burenclub nooit gedacht (1 x per maand)
13.30 u. Bridgeclub Moenen
14.00 u. Schildersgroep De Schakel
19.00 u. Stichting wereldkinderen
19.30 u. V.N.F
20.00 u. Gemengd koor Cantemus

Woensdag

08.45 u. Trombosedienst
09.00 u. HOJO Trimclub dames
10.30 u. Nijmeegs Senioren Orkest
13.30 u. Hobbyclub Creatief '92
13.30 u. Bridgeclub Woan
14.00 u. Dansoefening
19.00 u. Sjoelvereniging H.H.G.
19.30 u. Smartlappenkoor De Waalzangers
20.00 u. Koor Cantrij Brakkenstein
20.30 u. Volksdans VGN 1 x per 14 dagen

Donderdag

09.30 u. Bewust Bewegen
10.00 u. Tekenen / Schilderen
10.30 u. Radboudkoor
11.00 u. EGA Afslankclub
13.00 u. Genealogische Vereniging
13.30 u. Bridgeclub De Schakel
13.00 u. Jazzgym 55 + S. & R.
14.30 u. Scholengroep Rijk v. Nijmegen
19.30 u. Huismuziek
19.00 u. Bonsai (1 x per maand)
19.30 u. Biljartvereniging De Kets
19.30 u. Tekenen / Schilderen 'Het Portret'
19.30 u. Volksdans VGN 1 (elke week) o.l.v. Hanneke Meijer
20.30 u. Volksdans VGN 2 (elke week) o.l.v. Anke Meijer

Vrijdag

09.00 u. Alliance Française
19.00 u. Jokerclub De Schakel
19.30 u. Klaverjasclub De Schakel

Zondag

09.00 u. Trimclub 'Nooit Stoppen'

Niet wekelijkse activiteiten:

- Fotografenclub; elke 3e dinsdag van de maand 19.30 u
- Toonbeeldclub Nijmegen; elke 3e maandag 19.00 u
- Wijkblad De Heistal; 6 x per jaar redactievergadering.
- Genealogische Vereniging afd. Kwartier van Nijmegen; 3e dinsdag v/d maand

**GOED
BETER
BEBBER**

Bebber Autoshop
het adres voor **verkoop**
van **automaterialen** aan
particulieren en bedrijven

Autoshop Goed Beter Bebber

HET ADRES VOOR AL UW AUTO-ONDERDELEN

Van Peltlaan 188 6533 ZS Nijmegen

T: 024 322 61 61 www.bebberautoshop.nl



DeMuziekstudio.nl



- Muziekopname
- Oefenruimte
- Zangstudio
- Apparatuurverhuur

vanaf 12,50 is er al een oefenruimte te huur!

info@demuziekstudio.nl

Citroenvlinderstraat 43

6533SW Nijmegen

024-3555 222 / 06-21880380