

44e jaargang
nummer 3
juni 2019

www.deheistal.nl  deheistal

DE HATERTSE HEI GROOTSTAL

WIJKBLAD VOOR DE HATERTSE HEI & GROOTSTAL



Ruilbeurs

'Nijmegen mijn stad'

een doorslaand succes !!!

RON'S | REPAIR

Voor goed en betaalbaar auto-onderhoud

Het adres voor algeheel onderhoud aan uw voertuig.
Gratis haal- en brengservice voor Grootstal, Hatert
en Hatertse Hei.
Bel vrijblijvend voor informatie of een afspraak:

0614902270

Of kijk op de website: www.ronsrepair.nl

APK KEURING | ONDERHOUD SERVICE | OCCASIONS



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



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



... bij de burens

Eten, drinken en ontmoeten

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

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

Potje bijlarten met uw burens!

GEZELLIG

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



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
- * Jos van Gelder
- * Bart van Munster
- * Gemma Pappot
- * Fred uit het Broek
- * Angelique van Donzel
- * Joke Snijders
- * Désiree Jansen (acquisitie)

Gastschrijvers:

Dieuwke van der Zee
Rogier Teerenstra
Bart Janssen
Frans Sijben
Ineke Brugman

Aanleveren kopij:

redactie@deheistal.nl

Aanleveren advertenties:

advertenties@deheistal.nl

Klachten bezorging:

06 51 40 23 41

Deadline augustusnummer:

maandag 8 juli

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

www.deheistal.nl  deheistal



REDACTIONEEL



Beste lezers,

De zomer -en daarmee de zomervakantie- staat weer voor de deur en volgens sommige voorspellingen wordt deze zomer nog warmer dan die van 2018.

Daarom hieronder een verkoelend recept van Djoeke's "Coupe Haagse Bluf".

Verder verheugt het ons u te kunnen melden dat wij twee nieuwe redactieleden hebben mogen verwelkomen, namelijk: Angelique van Donzel en Joke Snijders.

Ook hebben wij een nieuwe gastschrijver in ons midden, namelijk Ineke Brugman. In dit nummer kunt u een verslag lezen van haar voorbereidingen op de Nijmeegse Vierdaagse. Na deze Vierdaagse kunt u van haar een verslag verwachten in de uitgave van begin augustus.

Dat ons wijkblad populair is onder onze lezers en dus goed gelezen wordt, bewijzen de bijdragen van Allerd Peeters, Henny Fransen en A. Hoegen.

Heeft u ook zo'n hekel aan het piepschuim in de verpakkingen? Maar van de 'Piepschuim' in ons wijkblad kunt u alleen maar genieten!!!

In deze uitgave vindt u weer veel leesvoer om te kunnen genieten van ons mooie wijkblad dat wij met veel plezier en inzet voor u samenstellen.

Wij van de redactie wensen u allen veel zonplezier en een hele fijne zomervakantie.

Namens de redactie
Fred Penninx, hoofdredacteur

Coupe Haagse Bluf

Een recept uit de oorlogsjaren

Een toetje dat ik nu in 2019 nog geregeld maak als wij gasten te eten krijgen.

Benodigdheden nagerecht 4 pers.:

- eiwit van 2 verse eieren
- 200 ml. rode bessensap
- 100 gr. suiker
- 4 bollen roomijs
- 4 lange vingers
- aardbei of blauwe bessensap

Bereidingswijze:

Zorg bij het splitsen van de eieren dat in het eiwit geen greintje eigeel achterblijft. Klop de eiwitten met suiker

stijf in een vetvrije mengkom met een brandschone garde.

Je moet de kom op de kop kunnen houden zonder dat het schuim eruit valt. Voeg daarna in kleine beetjes het bessensap toe. Blijf kloppen tot een dikke, roze schuimmassa ontstaat. Vul glazen coupes met stukjes lange vinger, het fruit en het roomijs. En daarover de Haagse Bluf.

Smakelijk eten! Djoeke

Planning De Heistal 2019

Uitgave	Deadline kopij	Bezorgen
Augustus	ma 8-7	vr 2-8 t/m zo 11-8
Oktober	ma 9-9	vr 4-10 t/m 13-10
December	ma 11-11	vr 6-12 t/m zo 15-12

Nijmegen Mijn Stad



In de vorige Heistal maakte ik – voorzichtig – melding van het initiatief van De Heistal om samen met JUMBO en de ondersteuning van De Schakel op woensdag 17 april een ruilmiddag te organiseren in ons wijkcentrum. Enkele dagen daarvoor zou immers in de Stevenskerk een grote ruilbeurs zijn, en het was nog maar de vraag of daarna in onze eigen wijk nog voldoende belangstelling zou bestaan.

Ik kan u vertellen dat het een succes was! Al om half één meldden zich de eerste belangstellenden, lang nog voor de vrijwilligers die zouden komen helpen waren gearriveerd.

Binnen de kortste keren stond ook nu weer een lange rij voor de ingang van De Schakel. Geduldig wachtend, de tijd goed gebruikend door alvast met andere wachtenden aan de slag te gaan.

De JUMBO had voor koekjes en iets te drinken gezorgd en de beheerder van De Schakel voor extra hulp in de bediening. Maar de meeste aandacht ging toch echt uit naar dat ene plaatje dat in de verzameling ontbrak (soms wel die laatste veertig).

Noviumagus liet zich ook deze middag van zijn beste kant zien: niemand ging met een lege plek in zijn boek naar huis. Twee leden kwamen kort voor aanvang met een grote doos op nummer gesorteerde plaatjes. Op een 10-tal tafeltjes lagen de plaatjes – nummer 1 t/m 50, nummer 51 t/m 100, enz. enz. op stapeltjes klaar, voor al die mensen die ondanks eigen inspanningen via Facebook, Nextdoor, hulp van familie of buurtgenoten er niet in geslaagd waren om alle plaatjes te verzamelen. Maar de grootste uitdaging lag ook die middag in het onderling ruilen: ik zoek... en ik heb... dubbel.

Op deze plek willen wij Angelique en Simone en manager Dave Theunissen van de JUMBO nogmaals danken voor hun deskundige en enthousiaste bijdrage. Maar natuurlijk ook Hafida van De Schakel en alle mensen die bereid waren om te komen helpen, en zeker diegenen die zich die middag spontaan hebben aangemeld om een aandeel aan deze "Nijmegen Mijn Stad" te leveren.

Tekst : Carla Boves

Foto's : Jos van Gelder



Een plakboek vol geschiedenis



Hallo **JUMBO**



Bart Janssen deelt herinneringen met...

Annie en Wim Thoonen



In 1950, kort na de dood van haar echtgenoot, besloot de weduwe Anna de Voogd-Wolf haar huis op de Oude Molenweg 165 te verkopen en naar de St. Canisiussingel te verhuizen. Henk Thoonen, die met zijn vrouw Mina Derkse, de kinderen Bart, Henk, Annie en Wim en met oma Thoonen-van Vugt in een boerderij op de Broekstraat 114 in Neerbos woonde, had wel belangstelling voor deze mooie woning en nadat hij enkele malen was gaan kijken, hakte hij de knoop door. In 1951 trok Thoonen met zijn vrouw en kinderen en met zijn moeder in het pand met een groot stuk grond met enkele bijgebouwen, waar Bart en Wim later een kolen- en oliehandel begonnen. In de garage werd groente verkocht en op het zandpad, dat later de Hommelstraat zou worden, liet hij op zijn eigen grond door Shell een pomp plaatsen. Er kwam ook een diepvriesruimte waar o.a. ijstaarten en los ijs van Davino werd verkocht. Rond Kerstmis werden van Beuningen

tot Wijchen de ijstaarten bij de klanten thuis bezorgd. Het bezorgen van de ijstaarten was altijd een race tegen de klok. Annie kan zich nog kwaad maken om de klant op de Kwakkenberg, die haar terug stuurde, omdat de taart een half uur voor het afgesproken tijdstip werd bezorgd.

In de leegstaande loods werden stellingen geplaatst om "Doe het zelf"-artikelen te verkopen. Ook werd er een ruimte beschikbaar gesteld aan fietsenmaker Piet Goris, die door iedereen fietsenpiet werd genoemd en die voor de hele buurt fietsen repareerde. Bij de bouw van de eerste huizen op de Hatertse Hei werd de "groentehal" in de garage van Thoonen al gauw een begrip. Met de vele nieuwbouw in de wijk werd het zelfs zo druk, dat Thoonen besloot het pand Citroenvlinderstraat 45/47 van Balthussen te kopen om daar zelf, met assistentie van Henk jr. en Annie, een groente- en levensmiddelenzaak te beginnen. Ook trok Henk dagelijks met zijn "groente-

truck" door de ruime omgeving van Nijmegen om de gewenste levensmiddelen aan huis te verkopen.

De familie bleef op de Oude Molenweg wonen en verhuurde de etages boven de winkel aan verpleegsters van het Radboud en aan vrouwelijke agenten van de Gemeente Politie.

Elke week reed Thoonen naar de veiling in Tiel en als de nieuwe voorraad was ingekocht, gingen Henk en Wim de nieuwe spullen ophalen. Eenmaal was het zo ontzettend mistig, dat Wim voor de auto uit moest lopen om zijn broer Henk te wijzen waar hij moest rijden. De tijd van het voorbij razende verkeer was nog lang niet aangebroken.

Als overbuurman van de St. Jozefschool van de heer A. Kuipers kwamen elke dag leerlingen snoep of ijs kopen. Een van die jongens kwam eens met een briefje van f 25,-. Hij hield vol, dat het zijn spaargeld was, maar Annie zei dat ze zijn vader ging bellen. Zijn vader smeekte haar om hem vast te houden tot hij zelf gearriveerd was, want het geld had hij thuis gestolen. Hij had verkeerde vrienden. Vele jaren later, toen Annie al lang met Geert Jacobs getrouwd was, lagen beiden eens doodziek in bed en er moest een

< Annie met Henk jr. in 1966 in de gerenoveerde winkel

Henk jr. met zijn "groentetruck"





Oude Molenweg 165

< Annie voor de winkel met de school in de spiegelruit

arts komen. Tot haar grote verrassing herkende Annie de knul van de f 25,-. Het was toch nog goed gekomen, want hij was arts geworden.

In 1966 is de winkel uitgebreid. De begane grond onder buurman Timmermans was verhuurd aan bakkerij van Eldonk en toen deze vertrok, is de voorste helft van dat pand bij de winkel van Thoonen getrokken. De achterste helft werd door Jan Baeten in gebruik genomen. Om een ruimtelijk effect te krijgen, werd in de nieuwe aanbouw een grote spiegelwand geplaatst. Een van de eerste klanten was een man met een grote herdershond. De hond zag zichzelf in de spiegel en opende meteen de aanval. Het fruit vloog alle kanten op en de hond moest voor eeuwig de toegang ontzegd worden. De komst van de Miro begin jaren zeventig was de klap voor de kleine zelfstandigen en Henk had dit tijdig ingezien. Hij stapte over naar Van Gent en Loos. Ook Bart en Wim zochten een andere baan. Bart ging naar de Radboud en Wim werd uitvoerder in de bouw en na enige tijd werd besloten de winkel te verhuren aan fotozaak Courbois. Henk en Mina Thoonen-Derkse gingen het rustiger aan doen. Maar veel tijd was hen helaas niet

beschoren. Op 22 mei 1971, vijf dagen na haar 72e verjaardag, overleed Mina. Henk overleefde haar maar vijf jaar. Hij overleed op 11 mei 1976, 75 jaar oud. Henk jr. overleed, 72 jaar

oud, op 4 augustus 2012 en Bart overleed op 15 februari 2013. Hij werd 73 jaar.

Bart Janssen



Henk sr. en Mina Thoonen-Derkse trots in de winkel

Henk jr. achter de vleeswaren >

Het gezin Thoonen. V.l.n.r.: Wim, Annie, Henk sr., Bart, Mina, en Henk jr.



Pedicure Monique

Pedicure - Manicure - Reiki



**Ambulant aan huis
Behandeling op afspraak
Voor info 06 50 60 40 77**

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 Grootstal - Fahrenheitstraat 18

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

Richt uw woning mooier in met
Wennekers Nijmegen



WENNEKERS
NIJMEGEN

Groenestraat 2A Nijmegen
(hoek St. Annastraat)

T: (024) 356 01 04

E: info@wennekers-nijmegen.nl

Gordijnen, zonwering, vloeren ...en meer

www.wennekers-nijmegen.nl



Gaico Willemsen
en Henk Janssen

WILLEMSEN

✓ verzekeringen

Oude Molenweg 82, Nijmegen

t 024 377 79 35 | 024 355 01 89

www.willemsen-verzekeringen.nl

Wij regelen het graag voor u

HEEL GROOTSTAL BAKT

WIJKWONDER

Op 23 april vond de eerste editie plaats van 'Heel Grootstal bakt', georganiseerd door Wijkwonder. Namens De Heistal had ik de eer om in de jury plaats te nemen en om al dat lekkers te proeven en te beoordelen. En met mij nog zo'n 10 juryleden. Er waren 8 inzendingen van heerlijke taarten die allemaal verschillend waren van samenstelling; van snoepgoed tot noten. U ziet ze op deze pagina allemaal afgebeeld. De taarten moesten worden beoordeeld op Creatiefste - Lekkerste - Origineelste - Met meeste liefde gemaakt - Lekkerste vulling. Dat alle taarten met de meeste liefde zijn gemaakt, was voor de juryleden wel duidelijk. En lekker waren ze allemaal. Dus uiteindelijk werd er beoordeeld op origineelste creatie.

En de winnaar is:

RILANA

Zie hieronder de winnares en daaronder haar creatie.

Tekst: Fred Penninx / Foto's: Wijkwonder en Fred Penninx



OVERPEINZINGEN VAN DJOEKE

Grote schoonmaak:

De ouderen onder ons weten het nog allemaal. Onze moeders kregen in de weken voor Pasen opeens een schoonmaakdrift. Als wij dan op Goede Vrijdag vrij van school waren, konden we mooi meehelpen. Wij begonnen op drie hoog, op de zolder. Daar stonden als reserve een tweepersoonsbed en een éénpersoonsbed. En dat was nog maar een derde deel van de zolder. Wanneer het weer een beetje meezat kwam alles op het grote platte dak op één hoog. Een heel groot plat dak, waar we in de zomer heerlijk zaten te zonnen. Die zolder, helemaal betimmerd, moest elk jaar helemaal worden uitgesopt. En alles wat er verder was werd van stof ontdaan. Ook die heel grote kist! Je kon hem als bank gebruiken en er gewoon op gaan zitten. Mijn moeder stopte er alles in wat ze even kwijt moest en niet wilde weggooien. De oorlogstijd had ons zuinig gemaakt, als we dat al niet waren. Maar ook toen zeiden we al: "wat heeft een mens toch een overbodige troep"! Jaar na jaar kwam je dat allemaal weer tegen. Ik wilde die kist graag hebben en ik kreeg hem mee. En nu, na 6 keer verhuizen en na de kinderen hun eigen spul te hebben meegegeven toen ze het ouderlijk huis verlieten, blijft er toch weer spul over wat weg moet. En die bank: ja die bank heeft alle verhuizingen overleefd en staat nu op mijn werkkamer. Het wordt tijd dat de grote schoonmaak ook hier in huis gebeurt. Maar voor geen goud zou ik die bank kwijt willen. Nu tenminste nog niet. Toch onze kinderen eens vragen wie er later ambitie voor heeft. Of een van de kleinkinderen, misschien.

Bijna zomer!!

Het groen dat bij het voorjaar hoort is ongeduldig geworden. "Niks niet wachten op de zomer, maar nu groen worden en staan bloeien" hebben ze gedacht en besloten. De planten in uw tuin. En wat doen wij na zo'n winter? Wij slaken een zucht van verrukking. Wij plukken onze eigen bieslook weer, lekker voor op de tomaat. Peterselie voor op de worteltjes en rozemarijn voor overal in. Maar toch, maar toch: "wat eten we vandaag" klinkt het elke dag. Alle restjes worst uit de vriezer gehaald. En een pak spliterwten uit de kast. Het laatste pak. En dan wat lekkere groentes en de nodige kruiden erbij en we hebben snert. Mijn moeder kon dat geweldig. Voor de donderdag, dat was marktdag bij ons in Friesland, kookte zij in de wintermaanden 20 of 25 liter erwtensoep. Vet met veel zwoerd, daar hielden de boeren van die bij ons in het café kwamen eten. Mijn maag kon er niet goed tegen, dus moe had dan nog wel een hapje over van de vorige dag. Een klikje zeiden wij. En wie nu in deze tijd erwtensoep wil eten? Niks geen moeite. Een blik uit de super en je bent klaar. Maar vandaag toch niet: het is nog mei en dus wordt het nog ouderwets SNERT.

Djoeke

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...”

Piepschuim

Nijmegen is een bijzondere stad. Het trekt creatieve mensen aan. Nina Simone heeft een aantal jaren hier gewoond. In het Belvédère schijnt. De Staat komt hier vandaan. En Robbert Koekoek leidt misschien voor de meeste wijkbewoners een onopvallend leven. Maar schijn bedriegt. Zoals gewoonlijk was ik weer aan de late kant en wilde mijn auto voor het interview voor de deur parkeren. Helaas. Een grote bus en een aanhanger vol lange palen bezette 'mijn' parkeerplek. Snel in de achteruit, bocht om en de auto staat. 'Waar in godsnaam heb je die lange palen voor nodig?' Aha. Zijkant van de bus was het antwoord. Voor Piepschuim natuurlijk. Ik vermoed voor een tent op een festival waar je Piepschuim ook vindt; op Oerol (Terschelling), Theater Boulevard (Den Bosch) of het Festival Op het Eiland in onze eigen stad.



Robbert Koekoek (l) en Cor Burger (r)



De eerste liefde was voor 8-jarig jochie Robbert de klarinet bij de Harmonie in zijn geboorteplaats Ottersum. Na een korte (puberale) stop kreeg een leraar hem later weer aan de muziek. Naast de klarinet nu ook de sax. Wat resulteerde in verschillende bigband(jazz) optredens in binnen- en buitenland. Het publiek keek raar op bij het zien van de 'jonkies'. Maar dat vergat men snel bij het horen van de muziek. Ook tijdens zijn studietijd bleef Robbert muziek maken.

Robbert is door zijn ex-vriendin geïntroduceerd bij Piepschuim. Zij was programmeur bij LUX toen. Hij zag hun optreden in LUX. Volle theaterzalen trok Piepschuim zelf later door het winnen van de Roos in 2002 in Nijmegen.

Een grotere doorbraak was een optreden in Den Bosch tijdens Theater Boulevard. Tijdens het optreden liep een oudere man heen en weer door het publiek. Het volgende optreden weer. Normaal spreken ze iedereen aan. Maar deze keer niet. Na afloop zocht de man toenadering. "Ik ben Jacques Senf en heb nog een plek voor jullie in mijn artiestenstal. Interesse?" Een im-

presario die vanaf zijn 17e betrokken was bij Golden Earrings en later met Toon Hermans, Tineke Schouten, Rob de Nijs o.a. werkte. Dit was in 2010.

Als het talent 'muziek maken' je gegeven is en je de kans krijgt om van je hobby je werk te maken is de stap snel gezet. En dat deed Robbert in 2010. Midden in de bankencrisis werd Robbert professioneel muzikant. Met 50 theateervoorstellingen, optredens op festivals en scholen en spelen op besloten feesten met zo'n 130 speeldagen per jaar is dat niet slecht. En deze creatieve wijkbewoner hebben wij in ons midden.

Recent heeft Piepschuim in De Lindenberg opgetreden. Ook in Wijchen, Druten en Bemmelen staan de heren van Piepschuim regelmatig op het podium

Voor speeldata en nog meer informatie over het duo Cor Burger en Robbert Koekoek van Piepschuim verwijst ik jullie graag naar hun website. <https://piepschuim.com/>

Tekst: Angelique van Donzel
Foto's: Piepschuim

PIEPSCHUIM
CORBURGER ROBERTKOEKOEK



In deze praktijk succesvol toegepast

Geen verwijzing nodig

eenvoudige toepassing

medicatie vrij!

Echte hulp bij

HOOIKOORTS

Binnen het medical taping concept is een tapetoepassing bekend die hooikoorts-klachten sterk kan verminderen of er zelfs voor kan zorgen dat u klachtenvrij het seizoen doorkomt. Vraag uw therapeut voor meer informatie. Ook vindt u meer informatie op www.fysiotape.nl/hooikoorts.

Contracten met alle
zorgverzekeraars

Geen wachtlijst!
U kunt binnen
48 uur bij ons terecht.
Ook zonder verwijzing

Ook 's avonds en in het
weekend geopend.
Dus u kunt direct na uw
werk bij ons terecht.

Fysiotherapie Fahrenheit

Adres
Fahrenheitstraat 18
6533 JP Nijmegen

Openingstijden
Ma t/m vrijdag 8.00 - 21.00
Zaterdag 8.00 - 16.00
Zondag gesloten

tel: 06-46610538
info@fahrenheitfysiotherapie.nl
www.fahrenheitfysiotherapie.nl



SCHILDERWERKEN
GEBR. RUTTEN

Het schildersbedrijf dat u graag verrast



Eerst denken, dan doen!

Gebr. Rutten Schilderwerken, Vondelstraat 79 6512 BD Nijmegen Tel.: 024-3238286 info@gebr-rutten.nl www.gebr-rutten.nl

De aanloop naar de Vierdaagse, "De Bosbesjechocht"

Na ruim 20 jaar ga ik de Vierdaagse weer lopen. Ik weet hoe belangrijk trainen is; eerder liep ik hem een keer getraind en een keer ongetraind en het verschil was erg groot.

Rond Pasen ben ik begonnen met lopen; 2 uur per dag. Dat ging prima. Ik zag op tegen de echte training, d.w.z. 30 km op één dag, wilde dit uitstellen maar middels verbaasde/ bezorgde reacties begreep ik dat het tijd werd om serieus te beginnen.

Zondag 5 mei liep ik de Bosbesjechocht. Er kon ingeschreven worden voor routes van 5 tot 40 km. Ik dacht eerst nog even aan de 25 km (want ineens 30 km is zo veel) maar gaf me uiteindelijk op voor de 30 km.

Vroeg in de ochtend van 5 mei vertrok ik met heel veel anderen vanuit Breedeweg richting het Reichswald; het immense bos (zeg maar "woud") net over de grens bij Groesbeek.

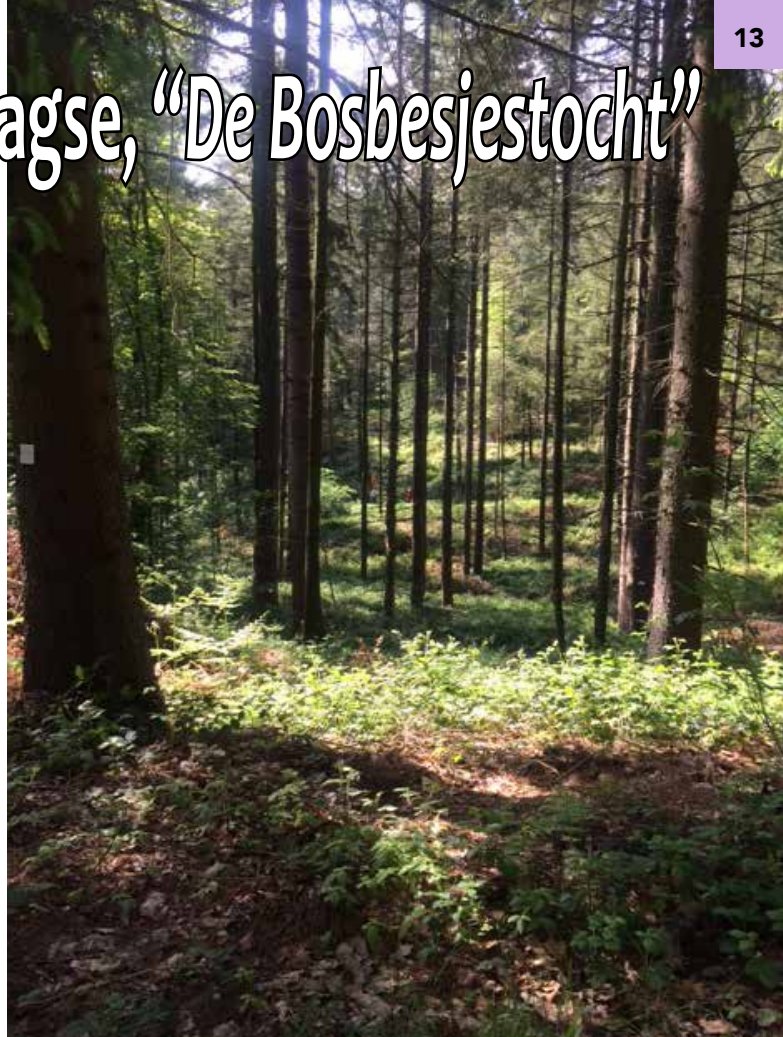
Het was er groen met prachtige hoge bomen, heuvelachtig en gezellig. Iedereen leek het naar zijn/haar zin te hebben en liep, met elkaar pratend, pittig door.

De route was zo goed aangegeven dat het onmogelijk was om te verdwalen en dat gaf me een veilig gevoel. Na het afsplitsen van de 5, 10, 15, 20 en 25 km werd het namelijk steeds stiller en zag ik soms niemand meer voor of achter me. Ik moest het van de rode, gele en witte plaatjes hebben die als wegwijzers aan de bomen waren bevestigd.

Na veel kilometers lopen, klimmen en dalen in het zeer dichte bos met een aantal rustplaatsen, kwam het eerste dorp in zicht. Schottheide ontving de lopers gastvrij met Kaffee und selbstgemachte herrliche Torte en genoeg stoelen en banken voor iedereen.

Inmiddels had ik het lopen wel gehad en hoopte na het dorp Frasselt en nog een aantal kilometers Reichswald weer in Breedeweg te zijn.

Verbaasd echter zag ik net na het Reichswald wéér een



rustpunt. Daar werd aangegeven dat het nog 5,3 km lopen was. Dat viel tegen. Zeker nog een uur onderweg. Pijn in mijn kuit en mijn schouders maakte dat het net iets minder mooi en leuk werd. Rond 16.00 uur, na een prachtig laatste stuk door de Groesbeekse Bruuk, was het eind echt in zicht. Bij De Sleutel in Breedeweg rustte ik uit en keek terug op een prachtige tocht. Maar: "het was heeeuuul ver"! Er volgen nog veel trainingen tot ik van 16 tot en met 19 juli 4 dagen achter elkaar 30 km kan lopen. De volgende tocht is de Kaloramamars. Ik kijk er al naar uit!

Tekst en foto's: Ineke Brugman



25 jarig bestaan “De Ring”



Op woensdag 22 mei 2019 werd in de binnentuin van het appartementencomplex "De Ring" aan het Blaise Pascalplein hun 5e Lustrum groots gevierd.

Vanaf 13.00 uur kwamen de meeste bewoners een plaatsje zoeken in één van de tenten, al of niet met een rol-lator of scootmobiel, waar ze voorzien werden van een kopje koffie of thee en een stukje appelgebak. Gelijktijdig speelde een combo bekende liedjes van vroeger en zat de stemming er al vlot in.

In het welkomstwoordje van de heer Scholten werd het programma nog even kort toegelicht en werden de sponsors die dit mede mogelijk gemaakt hebben benoemd. Dit waren naast Portaal en de Gemeente Nijmegen, De Enk, de Zuider Apotheek, Jumbo en Flora. Alle aanwezigen kregen een lootje voor de verloting aan het einde van de middag van alle prachtige bloemstukjes op de tafels.

Terwijl met de fantastische hulp van 4 leerlingen van OBS De Kleine Wereld iedereen de hele middag werd voorzien van een drankje, druppelde de leden van het zeemanskoor "Schip Ahoy" uit Angeren binnen om zich voor te bereiden op 2 optredens. Voor iedereen lag er een liederenbundel klaar met alle nummers, zowel van het combo als van het koor, zodat er uit volle borst kon worden meegezongen. Als laatste nummer zong het koor het speciaal voor dit optreden ingestudeerde " Al mot ik krupe ". Hiervoor kwamen zelfs enkele thuisblijvers naar buiten op de galerij.

Inmiddels had het cateringbedrijf een zeer uitgebreide BBQ maaltijd voorbereid en kon iedereen een heerlijk bordje met vlees en diverse salades zelf gaan halen of laten halen.

De organisatie en de bewoners kijken terug op een zeer geslaagde Lustrumviering met prachtig weer, goed voor de onderlinge contacten en zeker voor herhaling vatbaar.

Tekst en foto's: Bewonersvereniging "De Ring"



Monkey Moves

Sinds de oprichting in 2015 zijn er in elf plaatsen vestigingen van Monkey Moves. Ook in Nijmegen vindt u Monkey Moves op drie locaties: Nijmegen-Lent, Nijmegen-Oost en Nijmegen-Zuid. Misschien vraagt u zich af: wat is Monkey Moves? Vrij vertaald: "apen bewegingen". Iets met apen misschien? Nee. Iets met bewegen dan? Ja hoor; het is een (multi) sportschool. Maar met een unieke methode; speciaal voor kinderen en zelfs hele jonge kinderen. Dat werd mij duidelijk toen ik een gesprek had met Klien Peters. Zij is franchiser van Monkey Moves Nijmegen.

Bij Monkey Moves Nijmegen leren kinderen tussen de 1,5 en 9 jaar een leven lang gezond en met plezier bewegen. Kinderen leren iedere drie weken een andere sport en hebben zo een fijne, brede basis om vervolgens de keuze te maken voor de sport die bij ze past. En dat met iedere les een apenkooiparcours waar zelfs de allerkleinsten zich uitstekend kunnen uitleven.

Historie

Bij haar thuis begint ze enthousiast haar verhaal.

Juni 2018 startte zij een clubje buitencatootjergym voor kinderen van 2 tot 4 jaar. Samen met een van hun ouders zijn de kinderen actief buiten in beweging. Zo ontstond haar bedrijf Dex & Catootjes GYM. De aanleiding van deze club was haar zoon, die voor zijn leeftijd (toen net 3) vooral "in zijn hoofd" zit, zoals Klien dat zegt. Dan is lichamelijke beweging een prima uitdaging, goede uitlaatklep en een stimulans voor het zelfvertrouwen. Dat heeft gewerkt, want de zoon van Klien sport inmiddels ook bij Monkey Moves en vindt het geweldig.



Nieuwe start

Haar nieuwsgierigheid naar eventuele concurrentie bracht haar in contact met Monkey Moves. Zij waren op zoek naar iemand die als franchiser Monkey Moves in Nijmegen wilde opzetten. Daar heeft ze toch wel even over nagedacht, want dat is best spannend. Toen ze eenmaal haar besluit had genomen, is zij direct gestart met een opleiding tot Monkey Moves sportdocent. En vanaf januari 2019 is Klien officieel franchiser van Monkey Moves. Ze geeft les in gymzalen, die ze van de gemeente huurt.

Soorten multisport

Kinderen in de leeftijd van 1,5 tot 3 jaar kunnen deelnemen aan dreumesgym; peutersgym is voor 3 en 4-jarigen; kleutersgym voor de leeftijdscategorie van 4 tot 6 jaar en voor de leeftijdsgroep van 6 tot 9 jaar is er multisport voor basisschoolkinderen.

Lesinhoud

Voor de les wordt de gymzaal omgebouwd tot een ware jungle. Iedere les kent een vaste opbouw. Dat zorgt voor structuur en herkenbaarheid voor de allerkleinsten en duidelijkheid voor de grotere "apenkoppies". De les start met het namenrondje, dan een warming-up, een liedje en daarna klimmen en klauteren!

Bij inschrijving krijgt ieder kind een sticker-jungleposter passend bij de leeftijd. Er zijn 11 sporten; dus 11 (apen)stickers. Om de 3 weken start een nieuwe sport. Na afronding van iedere sport krijg je een sticker. Als je

na een jaar alle aapjes hebt verdiend is de poster vol.

Deze manier van sporten levert een bredere motorische basis. En wat ook belangrijk is: er zijn geen verliezers; ze zijn allemaal winnaars! Om daarvoor te zorgen, past Klien de oefeningen

in de les zodanig aan dat iedereen de les als succes ervaart.

En dan nog even dit: de lessen

zijn ontwikkeld door docenten, bewegingswetenschappers, psychologen en ouders. Waar vind je verder nog één club met 11 sporten?

De dichtstbijzijnde gymzaal is in onze wijk, gymzaal Marie Curiestraat.

Bent u nieuwsgierig geworden en wilt u uw kind laten kennis maken met deze "apeleuke" vorm van multisport, plan dan een gratis proefles. Ga hiervoor naar: www.monkeymoves.nl.

Wij wensen Klien veel succes met haar sportieve job!

Tekst: Dorite Claassen

Foto's: privébezit Klien Peters



De naamkeuze van deze sportschool is nu wel duidelijk geworden!

Wijkheld trekt ten strijde!



Ik laat me niet weerhouden door uitlaatgassen, noch door ronkende motoren of andere rakelings langs scherende vehikels. Nee, ik ben een wijkheld! Senior weliswaar, maar heldhaftigheid is niet gebonden aan leeftijd, toch?

Dus ten aanval! Meestal elke week die lange laan op, door mij uitgekozen om bevrijd te worden. Geen hond die mij verplicht, nee, gewoon naar buiten zodra ik voel dat mijn heldhaftigheid een update nodig heeft. Hopelijk met behulp van vitamine D ... als de zon schijnt.

Eerst bereid ik me voor op de strijd. Maak de afvalzak klaar aan de speciaal daarvoor bestemde ring met handvat. Alsof het een schild is. Zet mijn grijpstok klaar, alsof het een zwaard is. En voltooi de uitrusting met het aantrekken van de "gele hes", alsof het een harnas is. Een gele hes die inmiddels meer betekenis heeft gekregen sinds de acties in Frankrijk. Dat helpt om indruk te maken, getuige enkele reacties van weggebruikers. Alleen moet er volgens mijn buurman op de rug van het hesje niet: "Wijkhelden" staan gedrukt, maar "Herkansing". Een idee dat inderdaad lijkt aan te sluiten op de opmerkingen die ik soms op straat te horen krijg, in de geest van taakstraf. Maar de meesten hebben waarschijnlijk geen idee van de heldhaftigheid die ervoor nodig is om de drukbevolkte weg op te gaan ter bestrijding van je weet wel.

OKÉ, ik ben er klaar voor, dankzij die aan mij door de gemeente verstrekte uitrusting. Buiten aangetreden staan de eerste uitdagingen – of eigenlijk liggen die – klaar om geconfronteerd te worden met de onverbidde klaptanden van mijn grijpstok. Soepel zwaaiend gehanteerd door een ervaren krijgsman, dat zie je direct. Om te pakken te nemen wat al dan niet geplet op de weg, maar vooral in de berm ligt. Blikjes van een ongezond merk energiedrank, blikjes van bekende en minder bekende bieren, sigaretten-doosjes, cellofaantjes van die doosjes, stukjes en stukken plastic, kauwgomverpakkingen, croissant-zakjes, reli-

kwieën van meeneem-koffie, frietbakjes, rietjes, lepeltjes, vorkjes, tieribs, wieldeksels, zakdoekjes, batterijen, aanstekers, een verloren handschoen, fietsonderdelen, een doordrenkte luier, de resten van een ogenschijnlijk gezamenlijk snackfestijn. Steevast op een vaste plek een lege wijnfles. Steevast rond de uitgang van parkeergebied liggen uitrijkaartjes. Steevast ligt in de berm die blijkbaar periodiek vanuit een auto gezwiepte zwarte zak afval, herkenbaar aan geel plastic dichtknoopdraad.

Met zo'n zak ga ik de strijd liever niet aan, ontwijk 'm dan ook geroutineerd in de hoop dat hulptroepen iets kunnen uitrichten.

Op een geijkte plaats als een bushalte ligt meestal een concentratie van de opgesomde vijandelijke doelen. Soms mig drinkgerei nog gedeeltelijk gevuld. Bij de aanval daarop is ervaring vereist, om niet het risico te lopen dat het lijkt of je in de broek hebt gepiest. In dat geval hebben passerende weggebruikers natuurlijk wel wat te lachen, wat weer goed is voor een vrolijke samenleving.

En wat de kauwgompakjes betreft: ze zeggen dat kauwen de werkzaamheid van de hersenen aanspoort, maar ik vrees dat deze kauwers daar dan pas mee zijn begonnen.

Veel van het vijandelijke spul ligt verschoolen onder bladeren. Of achter en in, soms doornige, struiken. Of zo ver mogelijk weggegooid de berm in. Zodat ik mij een weg moet banen door misschien wel een slagorde van teken! Je weet wel, die enge, zich vastzuijgende zwarte beestjes.

Maar het vaakst word ik geconfronteerd met sigarettenpeukjes, misschien ook wel omdat ik ze niet oppak. Er is namelijk geen beginnen aan, ze winnen door het aantal en de geringe omvang. Ik kan ze niet aan en heb me daarbij neergelegd. Onverslaanbaar tuig. Bij voorbaat verloren strijd. Daar zal de natuur zelf haar best moeten doen. Maar ze waarschijnlijk aan de mens teruggeven in andere gedaante, ingepakt in wormen en torren of ander ongedierte. Want dat gaan we vast



in de toekomst opeten als alternatief voor broeikasgas-schijtend vee. Toch?

In mijn strijd word ik nogal eens gesteund door aansporende, opbeurende opmerkingen, gebaren, hoorn-geschal. "Bedankt", "Goed werk", een auto-claxon met een opgestoken duim van een bestuurder.

En die keer dat ik even uitrustte tijdens een pauze in het strijdgewoel en ik pruttelde "Waar doe ik het eigenlijk voor" op een moment dat een jongedame mij voorbijloopt. Waarop zij stopt en het woord bezwerend tot mij richt, zeggend: "U doet geweldig werk meneer!!" Nou, als dat geen oppikker is?!

Ach, ik kom tot de conclusie, dat het maar een klein percentage is van de vele voorbijgangers die genoemde vijanden van de natuur al dan niet bewust achterlaten. Maar ja, een klein percentage van heel veel mensen is toch heel veel troep, niet?!

En het zijn volgens mij echt niet de voetbalfans die, zoals af en toe gezegd, en masse restanten zouden achterlaten van de lavingen de hun energievretende inspanningen moeten compenseren.

Op een gegeven moment, na zo'n anderhalf uur, ben ik uitgestreden. En dat komt meestal goed uit, omdat de zak dan ook vol is. Het "schild" begint te drukken in mijn zij. Waar ik de ring ervan tegenaan houd omdat die zak anders over de grond sleept. Het blijft vermoeiender dan je op het eerste gezicht zou denken, het opruimen van het strijdtoneel. Al bestaat dat uit vooral lichtgewicht materiaal. Ik zeg maar zo: je kunt nu eenmaal niet ongeschonden uit de strijd komen. Maar een held houdt zich staande.

Terug marcherend zie ik zie ik het goed? Of heb ik het eerder over het hoofd gezien?! Er ligt hier en daar Nu al weer?!

A. Hoegen
Nijmegen

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

AMORE HAIRSTYLING

SINDY KERSTEN 0642114746

KEPLERSTRAAT 4
6533DE NIJMEGEN

DAMES HEREN EN KINDEREN
ZIJN VAN HARTE WELKOM!
MAAK GERUST EEN AFSPRAAK.




Openingstijden:
maandag t/m zaterdag 12.00 tot
22.00 u / zondag 13.00 tot 22.00 u
St. Jacobslaan 432, Nijmegen

024 351 05 78

knip deze advertentie uit en ga er mee
naar Alfood.

Hiermee kunt u in de hele maand juni een
broodje kip döner halen voor maar
€ 4,00 per persoon.

Geef uw stoel
of bank een
2^e leven



wimbert
MEUBELSTOFFEERDERIJ WIMBERT

Hatertseweg 469
6533 GH Nijmegen
024 - 356 47 55




**Dierencrematorium
Nijmegen**

| Voor een waardig afscheid van uw huisdier

*"Het is een verdrietig en emotioneel moment
als uw huisdier komt te overlijden."*

Wij begrijpen dat als geen ander en daarom doen wij er alles aan
om samen met u tot een passend afscheid van uw geliefde huisdier te komen.
Dierencrematorium Nijmegen besteedt alle aandacht aan de crematie.
Een respectvol afscheid doet recht aan de liefde voor uw huisdier
en de emoties die het verlies met zich meebrengt.







Bij Dierencrematorium Nijmegen
kunt u in onze afscheidshuiskamer in
alle rust en een aangename sfeer
met een kopje koffie en/of kopje
thee afscheid nemen van uw
geliefde huisdier.

Wij zorgen voor een luisterend oor
en een helpende hand.

*"U beslist wat u wilt
en hoe u het wilt!"*

**Dierencrematorium
Nijmegen**

Dr. de Blécourtstraat 76
6541 DK Nijmegen
+31 (0)24 212 0996
+31 (0)6 2606 6563
info@dierencrematorium-nijmegen.nl
www.dierencrematorium-nijmegen.nl



In de spiegel bij

AMORE HAIRSTYLING

Sindy Kersten heeft sinds 1 oktober 2018 in de Keplerstraat haar eigen kapsalon!

Het leek haar een goed idee om via De Heistal hier wat breder bekendheid aan te geven en wij als redactie werken daar graag aan mee, omdat we ervan uitgaan dat zowel de ondernemer als de wijkbewoners daar baat bij hebben.

Een bord aan de buitenkant van het huis vermeldt, dat er een administratiekantoor is gevestigd. Dat er nog meer activiteiten plaats vinden is nergens aan te zien. Maar als de deur opengaat word ik hartelijk ontvangen door Sindy en zijn alle twijfels over wel of niet het juiste adres snel verdwenen. Trots gaat zij mij voor naar de eerste etage, waar haar man inderdaad een administratiekantoor heeft, en verder door naar de tweede etage waar haar spiksplinternieuwe kapsalon is gevestigd. Van alle gemakken voorzien!

Ik hoop dat iedereen die wat minder goed ter been is nu niet afhaakt, want mocht u opzien tegen traplopen, blijft u gewoon gelijkvloers en zorgt Sindy dat uw haar dáár gewassen, geknipt, gekruld en geföhnd wordt.

Maar voor we daar aan toe zijn in haar verhaal, vertelt ze hoe het allemaal zo gekomen is.

Sindy is van Indonesische afkomst. Haar doopnaam is Amore, vandaar de naam van haar salon. In 1957 zijn haar ouders naar Nederland gekomen en na enige tussenstops in Brakkenstein komen wonen, waar Sindy geboren is en een heerlijke, vrije en blijde jeugd heeft gehad.

Na de middelbare school was het haar wens om de politie-opleiding te volgen, maar ze werd niet aangenomen omdat ze te klein is. Toen werd het een opleiding als tandartsassistente, en bij het Radboud ziekenhuis heeft ze 12 jaar lang met veel plezier gewerkt. De wens om met mensen te werken bracht haar bij de crisisopvang en aansluitend bij de verslavingszorg.

Nog weer later ging ze meehelpen in het administratiekantoor van haar man, maar toen ze na een voetoperatie tijdelijk gedwongen was om stil



te zitten, stak de wens om iets met en voor mensen te doen toch weer de kop op. Ze besloot de eerder afgebroken kappersopleiding weer op te pakken en dat resulteerde in deze salon, waar ze sinds afgelopen oktober aan de slag is. Maar ook dit is een vak waar je nooit uitgeleerd raakt: Sindy volgt nu een cursus voor aanvullende technieken zoals snijden, opscheren en verdere verfijning van het vak.

Dat alles doet ze met veel plezier én tegen een zeer vriendelijke prijs!!

Als laatste opmerking: mocht het door omstandigheden niet lukken om tot bij haar te komen, Sindy komt eventueel ook tot bij u thuis.

Niets staat u dus in de weg om contact met haar op te nemen.

U kunt haar bellen op 06-42114746 voor informatie of een afspraak.

*Tekst: Carla Boves
Foto: privébeziit*



**KEPLERSTRAAT 4
6533DE NIJMEGEN**

Stomerij Swagemakers

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

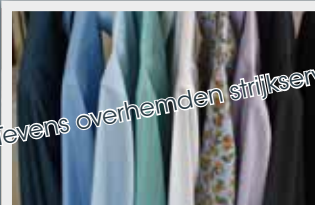


van Peltlaan 190 - Nijmegen
024 355 19 48

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



Tevens overhemden strijkservice

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

BELASTINGAANGIFTE?

Voor u kan het leuker en makkelijker!



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

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



't Hoen Therapie

Nijmegen
Elst

T.
W.
E.

Leeuwstraat 1
Bachstraat 1a

06-28895489
www.thoentherapie.nl
welkom@thoentherapie.nl



Fysio-, oedeemfysio- en meridiaantherapie

Op 2 januari 2019 open ik mijn praktijk.

Meridiaantherapie is nog relatief onbekend in Nederland. In het buitenland worden met deze therapie al langer goede resultaten behaald bij o.a. vermoeidheidsklachten, slapeloosheid en koude voeten. Neemt u gerust contact met mij op voor een vrijblijvend consult.

DeMuziekstudio.nl

- Muziek opname
- Zangstudio
- Oefenruimte
- Apparatuur verhuur



Oefenruimte
te huur
vanaf 12,50

Info@demuziekstudio.nl 024-3555222/ 06-21880380
Citroenvlinderstraat 43 6533SW Nijmegen

F

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

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

Hilleke Scherpbier

T: 024-3557023

E: info@hillekescherpbier.nl



3e riksja in Nijmegen, voor Brakkenstein, Hatertse Hei en Grootstal

Op zaterdag 11 mei was het zover; de 3e riksja van Fietsen Alle Jaren Nijmegen ging eindelijk in bedrijf. Symbolisch werd het startschot hiervoor gegeven door wethouder Bert Velthuis, die een lege fietsband mocht oppompen bij Wijkplaats BUUR in Brakkenstein.

Het is namelijk sinds een paar jaren voor oudere en minder mobiele mensen mogelijk om een gratis ritje met de riksja door Nijmegen te maken; lekker de wind door je haren voelen! Voor instellingen, dagbestedingen en particulieren zijn al vele ritjes gemaakt, vooral vanuit het Centrum, West en Oost.

Met de komst van deze 3e riksja wordt het fietsgebied naar het Zuiden van Nijmegen uitgebreid. Deze fiets zal vooral voor mensen uit Brakkenstein, Grootstal en Hatertse Hei ingezet gaan worden.

Na de officiële opening gingen de 3 riksja's met passagiers uit de wijk op stap voor een proefritje in de buurt. Ook de wethouder ging graag op deze uitnodiging in. Door de vele promotie van de afgelopen tijd rijden er nu ongeveer 40 piloten (bestuurders van de riksja) door Nijmegen (Centrum, West, Oost en nu ook Nijmegen Zuid).



Ouders geven Jeugdgezondheidszorg GGD een 8,3

Ouders van kinderen tot 8 weken zijn heel tevreden over het contact met medewerkers van de Jeugdgezondheidszorg. Zij geven gemiddeld een 8,3. De Jeugdgezondheidszorg is blij dat deze ouders tevreden zijn. Want heb je net een baby gekregen? Dan is het belangrijk dat er naar je geluisterd wordt en dat je goede informatie krijgt.

Onderzoek

Het onderzoek was van augustus t/m december 2018. In totaal vulden 502 'jonge' ouders een vragenlijst in. De GGD vroeg naar de ervaringen met de screener (voor hiel prik en gehoorscreening), de jeugdverpleegkundige die op huisbezoek komt en de jeugdarts die ze zien bij de eerste afspraak op het consultatiebureau.

Resultaat

Van de ouders vindt 99% dat medewerkers goed luisteren.



Gelderland-Zuid

Ook is 97% van de ouders tevreden over het zelf vragen kunnen stellen. En bijna 100% vindt dat medewerkers goede uitleg en informatie geven.

Er zijn ook verbeterpunten genoemd. Deze gingen over de telefonische bereikbaarheid, de wachttijden, de adviezen en de inrichting of toegankelijkheid van het gebouw.

16 juni Vaderdag



Wil je papa verrassen met een leuk zelfgemaakt cadeau? Kijk dan naar de voorbeelden op deze pagina.

EEN HANDJE HELPEN

Je hebt nodig:

- Grote plastic doorzichtige handschoen.
- Lint.
- Label.
- Popcorn.

Neem een plastic doorzichtige handschoen en vul deze met popcorn. Dan met een lintje een kaartje eraan maken met daarop de tekst:

IK WIL PAPA EEN HANDJE HELPEN



Een leuk Vaderdagcadeau is een windlicht voor op balkon of in de tuin. Neem het blik en maak gaatjes in de zijkant. Dit kun je gewoon rondom doen, maar het is ook leuk om er een patroon in te maken. Neem hiervoor een hamer met een spijker. Let op, want een blik kan erg scherp zijn. Daarna kun je hem helemaal kleuren in een voor jou mooie kleur.

Het ijzerdraad maak je bovenin vast zodat je het windlicht kunt ophangen. De buitenkant kun je nog versieren met plaksteentjes of er bijvoorbeeld een kralenketting omheen maken. Leuk voor bij de barbecue!

WINDLICHT

Je hebt nodig:

- Blik.
- IJzerdraad.
- Plaksteentjes.
- Spijker.
- Hamer.
- Verf.
- Kwast.
- Waxinelichtje.

Op Koningsdag 2019, was de stoomtrein Rollocate voor het eerst weer in het Goffertpark te bewonderen.

De trein stond opgesteld in de weide van kinderboerderij de Goffert. Met behulp van rook en geluidssimulatie werd een rijdend treintje nabootst.

Het laatste nieuws is, dat hij volgend jaar zomer waarschijnlijk weer gaat rijden in het Goffertpark. Hoe leuk is dat!

Ik hou jullie op de hoogte.

Foto: Stoomgroep de Goffert



Grazende koe

Tekenleraar vraagt aan Joep:

"Wat heb je getekend?"

Joep antwoordt: "Deze tekening stelt een grazende koe voor, meneer."

Tekenleraar: "Waar is het gras dan?"

"Dat heeft de koe opgegeten, meneer."

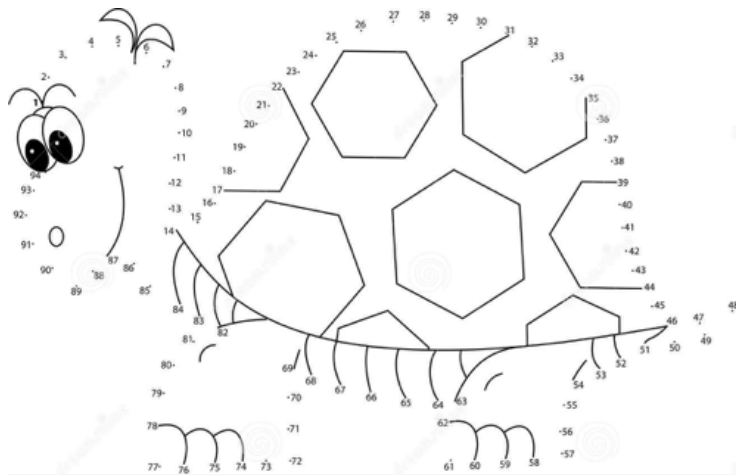
"En waar is de koe dan?"

"Denkt u nou echt dat een koe in een wei blijft staan waar helemaal geen gras meer is?"





Begin met het trekken van de lijn bij nummer 1 en ga door tot nummer 94. Dan verschijnt er een



Kun jij lezen wat de piraat schrijft?



! @ # \$ % ^ & * () - = +
 a b c d e f g h i j k l m
 ; > ? @ : " / () ∞ x € ¢ z

∞ (% \$ (/ = % % " /

∞ % % / + € ; & % * % (+

) % + ! & (% / "

= % - - % : " * ! = % ;

@ € \$ %) { ^



Om uit te knippen



Over ruim een maand begint de zomervakantie, maar de redactie van De Heistal wenst jullie alvast een



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

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



FYSIOTHERAPIE JACOBSLAAN

(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

De weg die van de Meerwijk door de hei naar Hatert afdaalde, heette oorspronkelijk Steenkuilendal en vormde in vroegere tijden de scheiding tussen de heiderechten van Nijmegen en Malden. Aan deze scheidingsweg lagen op Maldens grondgebied de boerderijen Grootte Stal en Kleine Stal. Toen deze boerderijen werden afgebroken, werd er aan het begin van de twintigste eeuw op de plek van de hoeve Grootte Stal een fraai landhuis gebouwd, dat toebehoort aan de familie van Hövell tot Westerfliet. De woonwijk Grootstal is naar de voormalige middeleeuwse hoeve Grootte Stal vernoemd.

Grootstal: een woonwijk in het groen



Grootstalselaan 2018

Tijdens de Tweede Wereldoorlog is Nijmegen zwaar getroffen. Het grote tekort aan woningen dat daardoor ontstaat, heeft grootschalige inwoning tot gevolg. Om de ergste nood te lenigen worden er vanaf 1946 noodwoningen aan de Spadestraat, Kopse Hof, Driehuizerweg en door Zweden geschonken noodwoningen, aan de Hatertseweg, Beverweg en Bosweg gebouwd. Geleidelijk vinden in het westen de eerste grote stadsuitbreidingen in Heseveld en het Waterkwartier plaats, waar het puin van het bombardement van 22 februari 1944 is vormalen om er woningen van korrelbeton in het Waterkwartier mee te bouwen.

In die jaren wordt in het zuiden op de Hatertse Hei de Hofjesbuurt gebouwd. Een wijk met laagbouw- en etagewoningen en zelfs een 12 verdiepingen hoge sterflat aan de Heidebloemstraat, een unicum in die tijd.

Voor het gebied ten zuiden van de Hatertse Hei dat grenst aan de Grootstalselaan, Nieuwe Mollenhutseweg, Einsteinstraat en Sint Jacobslaan zijn intussen door Woningvereniging Nijmegen 726 huurwoningen gepland. Op 31 juli 1957 vindt de openbare aanbesteding van 452 laagbouwwoningen, 4 winkels, 4 bedrijfsruimten en 40 garages plaats. Deze zullen samen met de te bouwen flatwoningen worden voorzien van gemeenschappelijke voortuinen met gazons en beplanting. De kapitaalschaarste in 1957 is er echter de oorzaak van dat van de 452 woningen slechts een vergunning voor

de bouw van 156 woningen wordt afgegeven, zodat de overige 296 woningen moeten wachten op een nadere beschikking van het Rijk, die gelukkig in maart 1958 afkomt. De moderne doorzonwoningen met platte daken en gevelbrede glasoppervlakken trekken veel bekijks in stad en wijde omgeving. De gevarieerde wijkopzet met verschillende bouwhoogten en verspringende bouwblokken biedt ruimte voor alle leeftijdsgroepen in een omgeving met veel groen en speelruimte voor de kinderen.

De Rotterdamse architect Ernest Groosman kan zijn plannen in de Hatertse Hei dan ook naar hartelust uitvoeren omdat er in tegenstelling tot het westen in Nijmegen, veel meer en goedkopere bouwgrond beschikbaar is. De eerste woonblokken tussen de Einsteinstraat en Marie Curiestraat krijgen een warme uitstraling door de teakhouten gevelschroten tussen de begane grond en verdieping. Naast de diverse typen eengezinswoningen met 3 of 4 slaapkamers worden flatwoningen vanaf 2 tot en met 5 slaapkamers gerealiseerd. De tweede bouwfasen met 224 woningen richting Grootstalselaan wordt in 1959 voltooid. De huizen, die nog door kolenkachels worden verwarmd, bezitten een rookkanaal in de woonkamer en een ouderslaapkamer. De gemetselde kolenberging is in de schuur ondergebracht. De keuken met Bruynzeel aanrechtfront heeft een doorgeefkast naar de woonkamer. De gazons van

de voortuinen die voorzien zijn van rozenperkjes, worden in opdracht van de woningvereniging regelmatig door een tuinbedrijf onderhouden. De gelukkigen, die door verhuurfunctionaris Marinus van Goethem een nieuwe woning krijgen toegewezen, moeten zich in de directieket bij hoofdopzichter Jan Simons melden om de sleutels in ontvangst te nemen. Volgens Simons hielden sommigen van geluk omdat zij na lang wachten eindelijk hun begeerde woning kregen toegewezen. Maar er worden niet alleen tranen van geluk gestort want de huren zijn hoog en niet iedereen komt in aanmerking voor een woning in Grootstal. Een arbeidersgezin met een weekinkomen vanaf f 70,- kan niet meer dan f 12,50 per week aan huur opbrengen en pas in 1970 wordt de huursubsidie ingesteld. Zo moet er voor een bejaardenwoning f 48,50 per maand worden betaald. De eengezinswoningen en flats variëren van f 63,75 tot f 82,25 in de maand en een garage kost f 19,60 aan maandhuur. Bij die huur is wel het onderhoud van de gemeenschappelijke tuinen, het schoonhouden van de trappenhuizen, het gebruik van het centraal antennesysteem en de installatie van een gasgeiser inbegrepen voor warm water bij de afwas en de douche. Een ongekende luxe voor hen die nog vooroorlogse woningen gewend zijn, waar een douche of badkamer ontbreekt.

Tekst en foto: Henny Fransen

Afscheid van...

DE JACOBA'S



Lieve lezers,

We wonen inmiddels al twee jaar met veel plezier aan de Jacobslaan, waarvan we ook al weer een jaar regelmatig een update geven over ons bruisende studentenleven. Helaas komt aan alle leuke dingen een eind en delen wij jullie mede dat dit onze afscheidscolumn is! Na een jaar schrijven leek ons dit een geschikt moment om het stokje aan een andere groep over te dragen. Maar, wees niet getreurd: we zullen jullie nog met plezier vertellen hoe we ons bruisende studentenleven voort zullen gaan zetten.

Laurien heeft ervoor gekozen om het behalen van haar bachelor-diploma een jaartje uit te stellen, zodat ze wat praktijkervaring op kan doen bij verschillende instellingen. Zo werkt ze sinds kort als vrijwilliger bij de Kindertelefoon, waar ze kinderen tot en met 18 jaar helpt met verschillende problemen. Denk aan verliefdheid, gescheiden ouders maar ook depressie en zelfdoding. Erg leerzaam, leuk maar soms ook heftig. Volgend jaar zal Laurien dit blijven doen en daarnaast ook (weer) huiswerkbegeleiding gaan geven. Daarnaast zal ze de laatste vakken van haar Bachelor gaan halen

om daarna haar master Pedagogische Wetenschappen te gaan starten!

Iris hoopt in juli haar bachelordiploma Pedagogische Wetenschappen te hebben behaald. Ze is nu dan ook druk bezig met het afronden van de laatste vakken en stages. Als Iris haar diploma eenmaal in the pocket heeft, wil ze weer terug naar het mooie Twente. Hier wil ze met haar vriend (en katten) gaan samenwonen en haar afstudeerstage doen. Ook kan Iris stiekem moeilijk afstand doen van de Twentse nuchterheid. Als alles volgens planning blijft gaan, zou het dus zomaar kunnen zijn dat jullie buurtbewoners in augustus worden vergezeld van een nieuwe buurtbewoonster. Met pijn in Iris' hart zal ze dan ook afscheid gaan nemen van het mooie Nijmegen en bovenal van de Jacoba-familie.

Als alles volgens plan loopt behaalt Fay-Lynn net als Iris haar bachelordiploma Pedagogische Wetenschappen in juli. Zij zal na een welverdiende vakantie waarschijnlijk haar master gaan volgen. De zoektocht naar een leuke en uitdagende stageplek is in volle gang. Fay-Lynn wil de specialisatie 'Speciale Leerbehoeften' gaan volgen binnen de master en zal daarom iets

meer richting de onderwijskant van de pedagogiek gaan. Ze zal blijven korfbal bij studentenkorfbal vereniging SkunK en gaat ook door met haar bijbaan als orthopedagogisch begeleider. Ze zal jullie buurtbewoners vast nog wel een keer tegenkomen, aangezien ze gewoon in Nijmegen blijft wonen!

Voor Emelie is het leven in Nijmegen pas net begonnen. Alles verloopt goed en redelijk soepel, dus zij gaat nog even door! In de weekenden werkt zij nog bij een lunchroom in haar oude woonplaats Ede, om daar haar sociale contacten te onderhouden. Als alles verloopt zoals gepland behaalt Emelie dit jaar haar propedeuse en daarna mag ze nog 3 jaar verder op de HAN. In de zomer is ze van plan om met vriendinnen op vakantie naar Kos te gaan en verder vooral veel te werken. Na de vakantie zal ze beginnen in het tweede leerjaar. Jullie zullen haar voorlopig dus nog wel rond zien lopen in de buurt. Mocht u haar herkennen, schroom dan niet om haar even aan te spreken en een praatje te maken zodat u toch nog op de hoogte blijft van alle gebeurtenissen bij de Jacoba's!

Dus, lieve buurtbewoners, dat was hem dan! We hopen dat jullie altijd met veel plezier onze updates hebben gelezen. Wij vonden het in ieder geval erg leuk om jullie een kijkje te geven in ons leven!

*Liefs en tot ziens,
De Jacoba's*

Naschrift redactie:

*Lieve Jacoba's,
De redactie en lezers van De Heistal willen jullie heel hartelijk bedanken voor jullie bijdragen het afgelopen jaar. Wij hebben zo een kijkje mogen nemen in jullie dagelijkse leven aan de St. Jacobslaan en de opleiding. Hartelijk dank daarvoor!!!*



ZomerOndernemer Rijk van Nijmegen 2019

Voor wie is ZomerOndernemer

ZomerOndernemer is er voor jongeren van 15 – 23 jaar in het Rijk van Nijmegen: scholieren, studenten (MBO, HBO en Universitair), werkzoekenden en niet-werkzoekenden. Nijmegen telt 16.000 scholieren en meer dan 50.000 studenten (MBO, HBO en universitair). En in de leeftijdscategorie 15- 25 jaar: 20.000 werkenden en 1.500 werkzoekenden. In totaal dus 87.500 jongeren.



Voor studenten en scholieren wordt het steeds moeilijker om op het juiste moment de beste keuze te maken. 1/3 van de arbeidsmarkt is inmiddels flexwerker. We moeten voortdurend ontwikkelen en steeds ondernemender worden: proactief, vindingrijk, flexibel, daadkrachtig, doorzetten en zelfredzaam zijn. Om maar een paar competenties te noemen. In het project ZomerOndernemer staat het vergroten van ondernemende vaardigheden centraal.

The proof

ZomerOndernemer is een beproefde methodiek afkomstig uit Zweden en door Canadese wetenschappers onderbouwd. Het project ZomerOndernemer heeft in 2015 de Nationale en Europese 'European Enterprise Promotion Award' gewonnen. Het project ZomerOndernemer wordt al sinds 2010 in Nederland uitgevoerd, in 2018 deden 14 regio's mee.

De ambitie

In 2019 willen we minimaal met één groep starten in het Rijk van Nijmegen, vervolgens verder uitrollen over

de provincie, hierover loopt overleg met de Provincie Gelderland. In de regio Stedendriehoek (Apeldoorn, Brummen, Deventer, Epe, Heerde, Lochem, Voorst en Zutphen) en de regio Food Valley (Wageningen, Ede, Veenendaal, Barneveld, Rhenen, Scherpenzeel en Renswoude) starten al Zomerondernemertrajecten in 2019.

De inhoud

programma ZomerOndernemer

Gedurende zes weken in de zomervakantie starten en runnen jongeren hun eigen onderneming.

Te beginnen met drie intensieve trainingsdagen, waarin: de basis van guerrillamarketing, de 'entrepreneurs pyramide', je eigen idee presenteren, het 14 miljoen bekertjes spel, marketingtools toepassen, problemen analyseren en oplossingen vinden.

De volgende vijf weken werken de jongeren hun bedrijfsidee verder uit. Elke week is er een terugkomdag, dit onder professionele begeleiding. Elke jongere krijgt zijn eigen 'zakenvriend'. Een ervaren ondernemer die de jongere met raad en daad bijstaat en met zijn netwerk ondersteunt.

Het project wordt afgesloten met een ondernemersmarkt, aan het eind van het jaar is er de landelijke finale van de ZomerOndernemer tot slot de Europese finale te Riga in Letland.

Professionals/methodiek

De trainers en coaches zijn professionals en hebben een speciale training gevolgd. Het leren in deze training is



gebaseerd op het opdoen van persoonlijke ervaringen en daar lering uit trekken, dit op basis van het Experimental Educational Learning Model (ELM). Andere methodische technieken die in de training worden toegepast zijn: learning bij doing, reflecteren en concluderen, outside the box denken en het energy model. Verder: netwerken, netwerken en netwerken. Kortom: doen, doen, doen. Leren door vallen en opstaan in een veilige omgeving om zo steeds ondernemender te worden en misschien zelfs wel ondernemer. Zie <https://www.zomerondernemer.nl/rijkvannijmegen/> ook voor de data!

Doet U mee als zakenvriend, facilitator, sponsor, netwerker, supporter, trainer, coach?

Wie gingen U al voor in het Rijk van Nijmegen? TaskForce OndernemersFonds, The Economic Board, RvN@LAB, Studiekunst, Werkbedrijf RvN, Rabobank RvN, StartUp Nijmegen, Stichting RUIS, Stichting Warmoes en Oersoep.

*drs. Cees van Diemen coördinator/
coach/trainer
sociaal-economisch en politiek geograaf*

*drs Gijs van Dinther coach/trainer
master of artificial intelligence*





Theo van Brenk

Cafetaria



van Peltdaan 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



Woning verkopen?!

Begint bij een goede presentatie,
er is maar één eerste indruk!

- méér kijkers
- snelle verkoop
- hogere verkoopprijs



Vastgoedstyling
vanaf 395 euro

bel 06-16152382 of 06-37421936 mail: info@dgvastgoedstyling.nl

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!

Willem-Jan de Bloois
Mob: 06 - 155 484 85

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

Tel: 024 - 21 20 927
www.hartvoorthuis.nl



BOUWDORP Hazenkamp 2019 – SAVE THE DATE!!!!

Ook dit jaar zal in de laatste week van de zomervakantie Bouwdorp Hazenkamp neerstrijken in het Gofertpark.

Tijdens de bouwdoorweek kunnen kinderen zagen en timmeren aan hun zelfverzonnen hutten van pallets. Rond de 500 kinderen bouwen al vele jaren fanatiek en kijken uit naar deze week vol activiteiten. Het thema dit jaar is 'de Romeinen'.

Van zondag 11 augustus tot en met donderdag 15 augustus zijn kinderen van 4 tot en met 12 jaar welkom. Op zondag 11 augustus wordt bouwdoor Hazenkamp op een spectaculaire wijze geopend. Onder begeleiding van een heleboel vrijwilligers kunnen de kinderen de hele week actief gaan bouwen, spelen en sporten. Voor iedereen is er wat te doen met als hoogtepunt op de woensdag een hele dag plezier met de een stormbaan of waterbaan.

De kinderen genieten van de buitenlucht en worden goed verzorgd met voldoende ranja en fruit. Vrijdagavond 16 augustus is het afsluitende feest in de Stedelijke Scholengemeenschap Nijmegen (SSGN). Er wordt dan nagepraat, gelachen, gedanst en opgetreden door de kinderen zelf.

Opgeven kan via de website: www.bouwdorp.nl

Inspraakbijeenkomst Zomernota: Praat mee over de plannen voor Nijmegen



Woensdag 12 juni organiseert de gemeenteraad een inspraakbijeenkomst voor inwoners en organisaties over de Zomernota. Iedereen is van harte welkom om mee te praten over de plannen voor Nijmegen.

In de Zomernota schetst het college de brede opgaven voor de komende jaren. Wat is het college van plan? Wat zijn de prioriteiten en hoe wordt het geld verdeeld? Voordat de gemeenteraad hier op 3 juli een besluit over neemt, wil de raad eerst in gesprek met de stad over de plannen. De bijeenkomst is van 20.00-22.00 uur in het Stadhuis.

Aanmelden voor deze bijeenkomst kan t/m dinsdag 11 juni via griffie@nijmegen.nl of (024) 3299030. De Zomernota met bijbehorende thema's is vanaf 29 mei te lezen via nijmegen.nl/gemeenteraad. U kunt bij uw aanmelding aangeven over welk thema u wilt meepraten.

Praat mee!
Inspraakavond zomernota



St. Jacobslaan 222a 6533 VP Nijmegen

T : 024-3559199
E : info@chengming.nl
W : www.chengming.nl
Openingstijden:
ma: 13.00 - 18.00 u
di en do: 09.00 - 18.00 u

Hoe jouw woonomgeving mooier en gezelliger wordt

Het idee

Mijn oudste zoon woont met zijn vrouw en 2 kleine kinderen in Utrecht. Ondanks het feit dat ze in het centrum wonen hebben ze op loopafstand 2 wijktuinen. Als ik in Utrecht ben om op te passen brengen we daar heel wat tijd door. Er maken mensen van allerlei leeftijden gebruik van de tuinen. Er spelen kinderen en ouders en grootouders ontmoeten elkaar. Mensen die in de buurt werken maken er een wandelingetje en lunchen er. De tuinen leveren een belangrijke bijdrage aan de sfeer in de wijk, ook omdat de bewoners ze zelf onderhouden. De tuinen zien er eigenlijk altijd verzorgd uit en schijnen geen overlast te geven. Zoiets wilde ik in mijn eigen woonomgeving ook wel.

Mijn Wijkplan

Ik woon op de grens van Grootstal en Hatertse Hei, op de Heiweg dus. Deze wijken delen een wijkcentrum en een wijkblad, dus waarom niet een wijktuin? Omdat de gemeente wil dat bewoners participeren en zelf met ideeën over hun wijk komen, heb ik het idee voor een wijktuin eind mei 2018 op Mijn Wijkplan geplaatst. In de wijk Grootstal wel te verstaan want daar hoort onze kant van de straat bij. Om het plan ook in de Hatertse Hei geplaatst te krijgen moest ik op zoek naar een tuinliefhebber in die wijk. Daarom ben ik naar buurtmoestuin GFT De Mix aan de Krekelsestraat gewandeld en daar trof ik Janny Bijlsma. Zij ondersteunde het idee van de wijktuin meteen en heeft geregeld dat het op 2 juni 2018 ook in de Hatertse Hei op Mijn Wijkplan kwam te staan. Belangrijker was dat ze ongelooflijk veel van planten weet en dat ze weet hoe je een tuin moet ontwerpen. Ook de gemeente stond achter het plan en toen er zowel in Grootstal als in de Hatertse Hei meteen veel 'likes' kwamen, promoveerde de wijktuin binnen enkele dagen van de categorie 'Wensen en Ideeën' naar de categorie 'Uitwerking en Planning'.



Schetsplan van de wijktuin, getekend door Janny Bijlsma. Dit ontwerp is zeker nog niet definitief maar het geeft wel aan welke

sfeer de wijktuin zal hebben. De paden zijn halfverhard en goed toegankelijk voor iedereen, in de tuin zijn hoogteverschillen en er is een moestuin waarvan de oogst wordt gebruikt voor maaltijden in het wijkrestaurant.

Op zoek naar een locatie

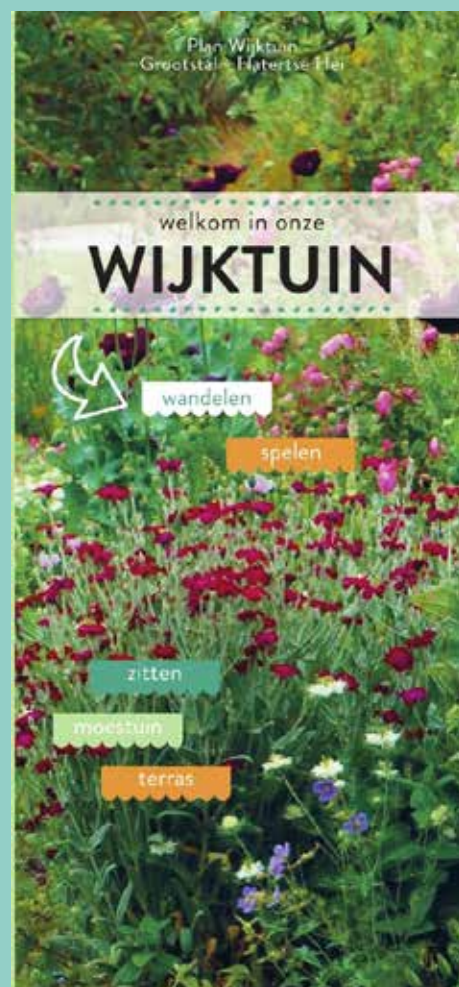
De volgende vraag was waar de wijktuin moest komen. Sommige voor de hand liggende plekken bleken niet beschikbaar. Uiteindelijk viel de keus op het terrein naast De Schakel. Los van een aantal praktische voordelen, (er zijn toiletten, je kunt een drankje halen) levert dit allerlei mogelijkheden, zoals het project Van Tuin Tot Bord (zie het april-nummer van de Heistal). Bij een proefavond van dit project op 15 februari is in de nieuwe keuken van het wijkcentrum door vrijwilligers gekookt voor bewoners van Grootstal en de Hatertse Hei. Deze keer nog met groente van de supermarkt, in de toekomst hopelijk met de opbrengst van de moestuin die in de wijktuin is opgenomen. De proefavond was een groot succes. Een van de aanwezige wijkbewoners op deze avond was Anne de Schouwer, die niet alleen enthousiast was over de maaltijd maar ook over het idee van de wijktuin. Zij sloot zich aan bij het tweetal dat de wijktuin probeert te ontwikkelen.



Anne de Schouwer, die altijd al veel vrijwilligerswerk gedaan heeft, ziet de wijktuin als een manier om de wijk gezelliger te maken. Met hulp van haar dochter Tessa Benders van reclamebureau Studio Bont is ze bezig een folder te maken over de wijktuin, waarin de bewoners worden opgeroepen om mee te werken aan dit project.

Direct omwonenden

De projectgroep had wel een locatie gekozen maar de gemeente stelde terecht de eis dat ook de direct omwonenden zich in het plan konden vinden. Zoals gemeld in het vorige nummer van De Heistal hebben de direct omwonenden van het grasveld naast wijkcentrum De Schakel tijdens een bijeenkomst op 11 maart het voorstel omarmd. Een van de omwonenden, Willem Delgijer, is toegetreden tot de projectgroep en 2 anderen hebben laten weten dat ze mee willen helpen bij de aanleg en het onderhoud van de tuin.



Tijdens een bijeenkomst van de projectgroep waarin het eerste ontwerp van de wijktuin werd besproken maakte Willem Delgijer uit enthousiasme deze tekening op de achterkant van een A4-tje. Zo zal de wijktuin er niet uit gaan zien maar hopelijk wel even mooi!

Hoe verder?

Ondertussen staat het plan nog steeds in de categorie 'Uitwerking en Planning'. Wat is er nodig om het project de status 'In Uitvoering' te geven? De gemeente staat nog steeds achter het plan en beslist begin juli of de tuin er

komt. Een volgende belangrijke voorwaarde is dat minstens 15 bewoners van Grootstal of de Hatertse Hei willen meewerken. Daar zijn we nog lang niet want met de 4 personen van de projectgroep en de 2 omwonenden die willen meewerken bij het aanleggen en onderhouden van de wijktuin, zitten we nog maar op 6. Als genoeg mensen willen meewerken kan de tuin in oktober aangelegd worden en kan er in het voorjaar volop getuinierd worden. Het gaat onder meer om zaaien, planten en het verwijderen van onkruid dat niet in de tuin past. De werkzaamheden zullen in de periode maart-oktober wekelijks op een vaste middag of ochtend worden uitgevoerd. Vind je het belangrijk dat de tuin er komt en vind je het leuk om



een paar uur per week mee te werken, neem dan contact op met de projectgroep! We hebben nog 9 mensen nodig die de handen uit de mouwen willen steken.

Een passende naam voor een mooie tuin

Voorlopig hebben we het over 'Wijktuin De Schakel', maar om verwarring met het wijkcentrum te voorkomen zoeken we naar een andere naam die goed in het gehoor ligt. Ideeën zijn welkom! Op de bijeenkomst van 11 juni kiezen de aanwezigen uit alle inzendingen 3 namen. Op een later moment krijgen alle wijkbewoners de kans om uit deze 3 namen de meest passende te kiezen.

We zijn aanwezig bij de excursie "Natuurlijk groenbeheer" op 5 juni

Elders in dit nummer is te lezen dat de grasvelden in Grootstal voortaan op een meer natuurlijke manier onderhouden worden. Op veel plekken zal het gras voortaan maar 1 of 2 keer per jaar gemaaid worden in plaats van 24 keer. Daardoor krijgen andere plan-



ten de gelegenheid tussen het gras te groeien en neemt de biodiversiteit toe. Op woensdag 5 juni start om 16.30 bij De Schakel een wandeling van ongeveer 1 uur, waarbij groenexperts van de gemeente laten zien wat er in het groen nu al aan biodiversiteit te zien is en wat er voor de toekomst verwacht wordt.

Toen ik een jaar geleden met het idee van de wijktuin kwam, zag ik deze als een soort oase in verder saai groen. Nu zal de wijktuin het centrum vormen van een groengebied dat op een meer natuurlijke manier onderhouden wordt. Wij zijn natuurlijk ook aanwezig bij die excursie en delen de door Anne en Tessa gemaakte folders uit aan de aanwezige groenliefhebbers.

Andere geïnteresseerden ontmoeten? Vragen? Ideeën?

Op dinsdag 11 juni is er van 19.30 tot 21.00 een bijeenkomst in zaal 4 van De Schakel. Deze is op de eerste plaats bedoeld voor mensen die mee willen werken in de wijktuin. Echter, als je op een andere manier een bijdrage wilt leveren aan de wijktuin, als je vragen of suggesties hebt, of als je wilt mee beslissen over de naam van de wijktuin, ben je welkom!

Contact

Overweeg je om mee te werken in de tuin? Heb je een naam voor de wijktuin verzonnen? Stuur dan een bericht naar wijktuindeschakel@gmail.com. Een briefje in de bus kan ook: projectgroep Wijktuin De Schakel, Heiweg 301, 6533 PD Nijmegen.

Tekst en afbeeldingen: Allerd Peeters

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

Hier had uw advertentie kunnen staan!
Interesse?

Voor prijzen en formaten neemt u contact op met:
advertenties@deheistal.nl

AUTOMOBIELBEDRIJF *eef heijmink*

Specialist in
Franse auto's
sinds 1969



De liefde voor de Franse automobiel is ons met de paplepel ingegoten. U bent vanzelfsprekend ook van harte welkom met een Duits of Japans merk. Wij blijven constant op de hoogte de laatste ontwikkelingen in autoland en onze monteurs volgen regelmatig update cursussen.

van Peltlaan 10
6533 ZM Nijmegen
024 355 20 36
info@eefheijmink.nl
www.eefheijmink.nl

OPENINGSTIJDEN:
Ma t/m vrijdag 8.00 - 17.30 u
Zaterdag 9.00 - 13.00 u
(niet in zomervakantie)



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 Willem-Jan de Bloois 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

Willem-Jan de Bloois
Mob: 06 - 155 484 85

Tel: 024 - 21 20 927
www.hartvoorthuis.nl

Vooraankondiging Kunstraffinaderij 2019 Multidisciplinair kunstspektakel op 8, 9 en 10 november Stevenskerk Nijmegen

Het duurt nog even, maar tijdens het tweede weekend van november is het weer zover: in de monumentale Stevenskerk barst de 8e editie van Kunstraffinaderij los. Dit inmiddels befaamde multidisciplinair kunstspektakel vindt plaats op 8, 9 en 10 november 2019. Een sprankelend en hedendaags evenement, waar ongeveer 70 kunstenaars, uit de regio van Nijmegen en het Duitse grensgebied, hun nieuwste werken presenteren en waar de bezoeker verrast wordt door diverse bijzondere kunstuitingen als klankperformances, poëzie en theatrale popups. De inschrijving is inmiddels gestart. Kunstenaars kunnen zich aanmelden via de website van Kunstraffinaderij www.kunstraffinaderij.nl.

Het thema van deze editie is Buiten Beeld. Kunstenaars worden creatief uitgedaagd een vrije interpretatie te geven aan dit thema. De voorbereidingen zijn inmiddels in volle gang, maar een tipje van de sluier kunnen we al oplichten. Leerlingen van Karel de Grote College hebben zich laten inspireren door het thema Buiten Beeld en zijn aan de slag gegaan met een ontwerpwedstrijd voor de 'Kunstrafposter'. Wat betekent Buiten Beeld voor hen? Het winnende ontwerp van Blanche Madeleyn vormt de basis voor de poster van dit jaar.

Eetcafé BliXem verzorgt het sfeervolle binnenterras, waar bezoekers en deelnemers terecht kunnen voor een hapje en een drankje.

Kunstraffinaderij vindt plaats in de Stevenskerk. Een bijzondere locatie in het historische hart van Nijmegen. Deze imposante kerk bepaalt al bijna acht eeuwen de skyline van de stad. De ambiance van de kerk leent zich perfect voor een art fair als Kunstraffinaderij. Voorgaande jaren wisten per editie ruim 2500 bezoekers de weg naar Kunstraffinaderij te vinden.

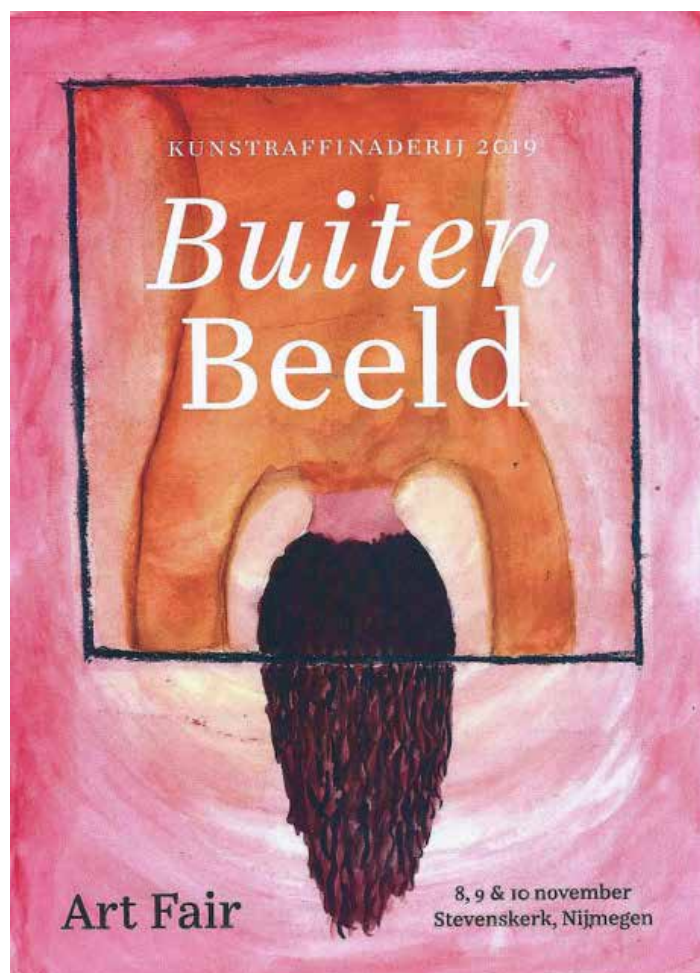
Schrijf je in voor Kunstraffinaderij en save the date!

Kijk voor meer informatie en de aanmeldingsformulieren op www.kunstraffinaderij.nl of neem contact op via info@kunstraffinaderij.nl Marie-Louise Fransen (06 – 41 46 20 70).

KUNSTRAFFINADERIJ 2019 - Buiten Beeld

Stevenskerk – Sint Stevenskerkhof 62 – 6511 VZ Nijmegen
Openingstijden:

vrijdag 8 november	12.00u - 18.00u
zaterdag 9 november	12.00u - 18.00u
zondag 10 november	12.00u - 17.00u



Tennissen + les voor een prikkie bij TV Union

NIJMEGEN. Wilde je altijd al leren tennissen of wil je je oude racket weer ter hand nemen? Dan heeft Tennisvereniging Union voor jou een niet te missen aanbieding! Voor slechts 65 euro ben je tot 2020 lid van de vereniging, ontvang je 10 trainingslessen en heb je de mogelijkheid tot competitie spelen op meerdere locaties in de regio.

De trainingen zijn telkens op zondag van 10.00 tot 11.00 uur en worden verzorgd door Dirk Prinssen.

Data: 9/6, 16/6, 23/6, 30/6, 1/9, 8/9, 15/9, 22/9, 29/9 en 6/10.

Informatie/inschrijven:

Yvonne Stolwijk y.stolwijk@home.nl.

Tennisvereniging Union bevindt zich achter het Union hockey- en voetbalcomplex aan de Rijksweg tussen Nijmegen en Malden (adres: Sportweg 50, 6581 EW Malden). De vereniging beschikt over 5 kunstgrasbanen zodat je het hele jaar door kunt spelen. Er is een goed ingericht clubhuis dat open is bij wedstrijden, evenementen, lessen en tossavonden. Ruime gratis parkeergelegenheid aanwezig. TV Union is een vereniging voor iedereen: beginners, gevorderden, wedstrijdspelers en recreanten.

Kijk ook op www.uniontennis.nl.

Struinbulletin

uw gids door de natuur

Tekst en foto's:

Frans Sijben Nijmegen



Van Danielsplein Hees tot parkje



Veel gras; weinig wilde bloemen



Wilde bloemen perken in Goffert

Insectensterfte op hoogste politieke agenda

Een regering die in problemen komt door de 'Insectensterfte'. Iets wat bij ons in Nederland nauwelijks denkbaar is. Maar werkelijkheid in Beieren. Inwoners van Beieren hebben in januari een eigen regeringsvoorstel (een Volksbegehrten) gedaan met de titel "Red de Bijen". Daarin stellen ze maatregelen voor die niet alleen bijen redden maar ook de soortendiversiteit in Beieren vergroten. Daarmee treffen ze vaak vooral de landbouw. Daarom steunt de CSU-regering van Beieren dit programma niet. Zij zijn bang voor de impact (en macht) van de boeren. Daarom heeft de regering een eigen (afgezwakt) tegenvoorstel gemaakt: minder zwaar voor de boeren. Daardoor voelen de burgers zich gepasseerd in hun ernst en gevoel van noodzaak. Hoe gaat dat verder?

Groene revolutie in Nijmegen?

In Nederland mogen we al blij zijn als provincies, gemeenten en burgers zich inzetten voor méér soortendiversiteit door vergroeningsmaatregelen. Want onze regering houdt zich daar niet écht mee bezig. Al 5 jaar stimuleert 'Stichting Operatie Steenbreek' burgers en lagere overheden tot ver-

groening van hun omgeving. Met de pakkende leuze: 'tegels eruit, groen erin'. Deze komt langzaam aan. Zo ook in Nijmegen: Operatie Steenbreek ondersteunt samen met de gemeente projecten voor meer groen. Door subsidie aan Stichting Bastei en Operatie Steenbreek. Hiermee vervangen zij tegels door plantjes in de tuin van burgers die zich daarvoor aanmelden. In 2018 een enorm succes: 177.000 tegels vervangen door plantjes. Daarnaast scheppen wijkplannen met gemeentegeld groene hoeken in straten en pleinen. Is dit de start van een groene revolutie in onze stad? Bron: website debastei.nl en operatiesteenbreek.nl

Tiny Forests

Nijmegen heeft 4 gebieden aangewezen voor het aanleggen van een 'klein bosje': een zogenoemd 'tiny forest'. Zo'n mini-bosje vult het weinige groen in de stad een beetje aan. Goed voor biodiversiteit, klimaat, luchtkwaliteit, gezondheid en leefbaarheid. Een plek waar kinderen en volwassenen 'natuur' kunnen beleven. Maar ook een leefgebied voor allerlei vliegende insecten. De eerste 2 bosjes komen in 2019. In Oud West. Maar er moeten er meer komen. Vooral in de wijken met wei-

nig groen. Zoals in Nijmegen-West en Lent. Bron: website ivn.nl/afdeling/nijmegen-rijk-van/ivn-rijk-van-nijmegen

Mijn groene wijk

In 2018 was Nijmegen de Europese 'Green Capital'. Als groene hoofdstad heeft Nijmegen via projecten gewerkt aan duurzaamheid en vergroening. Nu – in 2019 – is Nijmegen officieel geen 'Green Capital' meer. Maar de groene uitdagingen gaan door. Met het project 'Mijn groene wijk' onder de slogan '9 initiatieven in 9 wijken in 2019'. Streefdoel: in 9 wijken gaan de bewoners zelf een groene uitdaging bedenken en uitvoeren. En dat in 9 maanden tijd. Denk bijvoorbeeld aan het gezamenlijk aanleggen van een moestuin. Of door het inrichten van een groene hoek op een plek waar eerst alleen stenen waren. Zo maakt de wijk een stap naar duurzaamheid. Het 1e project is gestart: in Weezenhof. Daar vinden de bewoners hun wijk mooi maar eentonig in het groen. Dus vervangen ze groene grasvelden door bloemrijke planten: goed voor bijen en andere insecten. Wat de 8 andere projecten in de andere wijken zijn? Dat is nog niet bekend!

Bron: mijn-groenewijk.nl



Kaasjeskruid kleurt je tuin



Wilde bloemen in de perken



Tiny tuintje in Malvert

Rectificatie

In mijn artikel 'Élke vogel telt' (in het aprilnummer) zijn de bronvermeldingen in de tekst weggefallen. Vandaar nu hieronder deze aanvulling.

- Top10 tuinvogels. Bron: website tuinvogeltelling.nl uit 2016 en 2019.
- Wetlands. Bron: Vogelbalans 2014, thema Wetlands; Sovon, Nijmegen
- Boerenlandvogels verdwijnen. Bron: website boerenlandvogelsnederland.nl

Paradijselijk wit

Elk jaar kun je een sprookje aanschouwen: hoe de bloesems bomen bedekken met een prachtige sneeuwwitte deken. Twintig jaar geleden jaarlijks te zien in het begin van de maand mei. Tegenwoordig vaker al te bewonderen in april. In elk geval voorbij als dit wijkblad in de brievenbus valt.

De witte bloesempracht geeft het landschap iets 'paradijselijks'. Een paradijs dat écht bestaat... We beleven die witte pracht zo omdat de kleur 'wit' in het christelijke westen symbool staat voor reinheid en onschuld.

Landschap als paradijs

Vaak gebeurt het zomaar: van de ene dag op de andere. Zo zijn takken nog kaal vol met dikke zwangere bloemknoppen. De volgende dag barsten knoppen open. Ze laten witte of roze bloemblaadjes zien. Een witte deken vult de bomen. Het landschap is verblindend wit. De geur bedwelmt. Je komt in een heerlijke roes. Je voelt je in een paradijs.



Sneeuwwitte deken over bomen

Wit: symboolkleur

Niet vreemd dat deze witte pracht ons bedwelmt. In het christelijke westen is de kleur 'wit' al eeuwenlang het symbool van opperste reinheid, onschuldige maagdelijkheid of heiligheid. Denk aan witte bloemblaadjes, witte bruidsmeisjes, de traditioneel witte bruidsjurk of trouwboeket. Al die reine onschuld brengt ons in een roes. We beseffen daardoor dat ons dagelijks leven lang niet zo onschuldig is. De christelijke cultuur heeft ons opgevoed met het beeld van het 'hagelwitte hemelse paradijs' vol met 'sneeuwwitte engelen'. Daardoor ervaren we die witte pracht als een paradijs op aarde.



April-mei: sprookje in roze

Bedreigd paradijs

De roes van het 'paradijselijke' duurt maar kort. We komen snel weer terug in de 'alledag'. Ook het sneeuwwitte kleed ligt maar kort op de bomen. Maar gelukkig is er nog méér natuur. Dat andere eeuwigdurende paradijs op aarde. Het ligt vaak om de hoek. Maar weinig mensen kennen het. Ook al kennen veel mensen het niet; het is wel bedreigd. En wel door ons: de mensheid.



Paradijselijk landschap

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 vóór maandag 8 juli 2019 naar:
redactie@deheistal.nl

Uw inzending wordt beoordeeld door de redactie van De Heistal.

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

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

Oplossing vorig zoekplaatje:

Bokspringende kinderen uit 1962.



Het staat in het plantsoen Archimedesstraat/van Peltlaan. Een bronzen beeldhouwwerk van Nic Jonk (1928 – 1994). Hij is vooral bekend geworden om zijn voluptueuze beelden van mythologische voorstellingen, vrouwen en dieren.

In dit beeld van twee bokspringende meisjes staat het ene meisje voorover gebogen, terwijl het andere vanachter op haar rug

springt. De vaart van de sprong zit er als het ware nog in.

De gelukkige winnaar van de slagroomschnitt is Jacqueline Corstiaensen (links)

Proficiat !!!



Vooraankondiging FestiviTIJD voor buren 2019



Op zondag 8 september 2019 vindt FestiviTIJD voor buren weer plaats op Park Malderborgh. Voor deze editie is er een 50-tal kraamen te huur om uw zelfgemaakte of andere spullen te verkopen. De rommelmarkt zal tussen 11.00 – 16.00 uur plaatsvinden. Kosten voor de huur van een kraam bedragen € 12.50 (kraam 3 meter).

Heeft u interesse om een kraam te huren tijdens FestiviTIJD voor buren?

U kunt een kraam reserveren in restaurant ...bij de buren bij Jurgen de Ruijter of Lynn van Hoften (betaling huur kraam contant te voldoen bij inschrijving)

Foto's: Ger Neijenhuyzen



Invallen Vallen

“Kun jij a.s. donderdag invallen”? vroeg een speler van bridgeclub De Schakel aan mij.

Dat kan ik en zo kom ik jl. 2 mei in gebouw De Schakel in de Archimedesstraat. Het is mijn eerste bezoek aldaar sinds de vernieuwing. In de theepauze verruilen we het speelzaaltje voor de centrale hal.

Voordat de pauze om is, sta ik op om naar het toilet te gaan. Ik loop tussen twee rugleuningen door, van een stoeltje aan mijn én een stoeltje aan het naast gesitueerde tafeltje. En dan val ik voluit voorover, richting biljart. Daar klap ik met de vingers van beide handen op de rand van het biljart. Waarschijnlijk heeft dit valbrekend gewerkt. Mijn hoofd zoekt rakelings langs de rand van het biljart. Knieën en ellebogen raken het eerst de grond. Ik kan u vertellen, er ligt geen hoogpolig tapijt.

Van schrik en pijn blijf ik enkele minuten liggen. Hoor dan over mij heen: “O ja vorige week struikelde ik ook over zo’n stoelpoot en laatst is die gevallen; het zijn levensgevaarlijke stoe-

len”, et cetera! Beter had ik dit vóór de pauze als waarschuwing gehoord!

Dagen later heb ik de van Gispen stoeltjes aan een nader onderzoek onderworpen. Ze ogen kek.

Het formaat zitting bedraagt 80 bij 40 cm. en is daarmee aan de geringe kant. De rugleuning is daar recht op aangesloten en kraagt niet uit. Helaas steken beide achterpoten wel uit: ca. 5 cm. naar de zijkant en 9 cm. naar achteren. Meestal lopen stoelpoten recht naar beneden; ze blijven binnen de rugleuning, zodat je veilig achterlangs de stoel kunt gaan. De buispoot van de stoel heeft een diameter van 17 mm. en haakt je letterlijk pootje. Gebeurt dat bij een lege stoel, dan is die licht genoeg om wat mee te geven en blijft het in een gunstig geval bij een struikel-effect.

Zit er een persoon op de stoel en blijf je haken, dan word je voluit gevloerd. Mijn conclusie is, dat ik het onverantwoord vind dat een meubelfabrikant, van Gispen inzake deze, een dergelijk ontwerp in productie neemt én op de markt brengt.

Voorts dat ik het onvoorstelbaar vind dat degene(n) die verantwoordelijk is/zijn voor het inrichten van deze publieke ruimte, dit met zo weinig visie doet. Het is te (voor)zien dat dit model stoeltjes gevaren in zich draagt.

Mochten er meer bezoekers zijn die in de verstreken weken van 2019 nare ervaringen hebben met struikelen/vallen, dan verzoek ik u dit via de redactie van dit blad aan mij te melden. Samengebundeld kan ik dan een verzoek om veiligheid richting De Schakel laten gaan.

Hoe het met mij is afgelopen: gelukkig niets gebroken. Geradbraakt gevoel, dat wel. Een dag of wat aan de paracetamol voor aanhoudende hoofdpijn. En Arniflor-gel op alle beurse/blauwe plekken.

Tot slot: wees op uw hoede bij bezoek aan De Schakel. Vallen is niet fijn.

*Marianne de Bekker
mei 2019*

Afbeelding ter illustratie



Ruïnetheater Batenburg



Het bestuur van Stichting Ruïnetheater Batenburg stuurde ons een bericht over het toneelstuk dat in het laatste weekend van juni en het eerste van juli op de ruïne in Batenburg wordt opgevoerd. Met het verzoek hier in De Heistal aandacht aan te schenken.

Dat doe ik maar al te graag!


Mijn schoonouders hebben vanaf 1977 tot aan hun dood in het mooie Batenburg gewoond en hebben daar op het kerkhof hun laatste rustplaats gevonden. Begrijpelijk dus dat ik regelmatig dit bijzondere dorp aan de Maas bezoek. En het jaarlijks door Jan van de Bovenkamp geschreven en geregisseerd toneelstuk, in nauwe samenwerking met componist en dirigent Huub van Sprang, staat elk jaar weer met vette letters genoteerd in mijn agenda.

Misschien dat ik u dit jaar daar tegenkom.

Carla Boves



SLOPEND



EEN AUTOBIOGRAFIE

Een voorstelling van Jan van de Bovenkamp en Huub Sprang	2019	Kasteelruïne, Batenburg
Ruïnetheater Batenburg speelt SLOPEND een autobiografie	vr. 28 juni 20.00 u.	vr. 5 juli 20.00 u.
	za. 29 juni 20.00 u.	za. 6 juli 20.00 u.
Toegang: volwassenen € 15,00 via website € 16,50 aan de kassa (incl. consumptie vooraf)	zo. 30 juni 14.30 u.	zo. 7 juli 14.30 u.
kinderen € 3,00		

Reserveren: www.ruïnetheaterbatenburg.nl

Recept



Asperges met Lauwwarme zalm en witte wijnsaus voor 4 personen

- Bereiding: 20 minuten
- Voorgerecht
- Hollands
- Vis

Ingrediënten

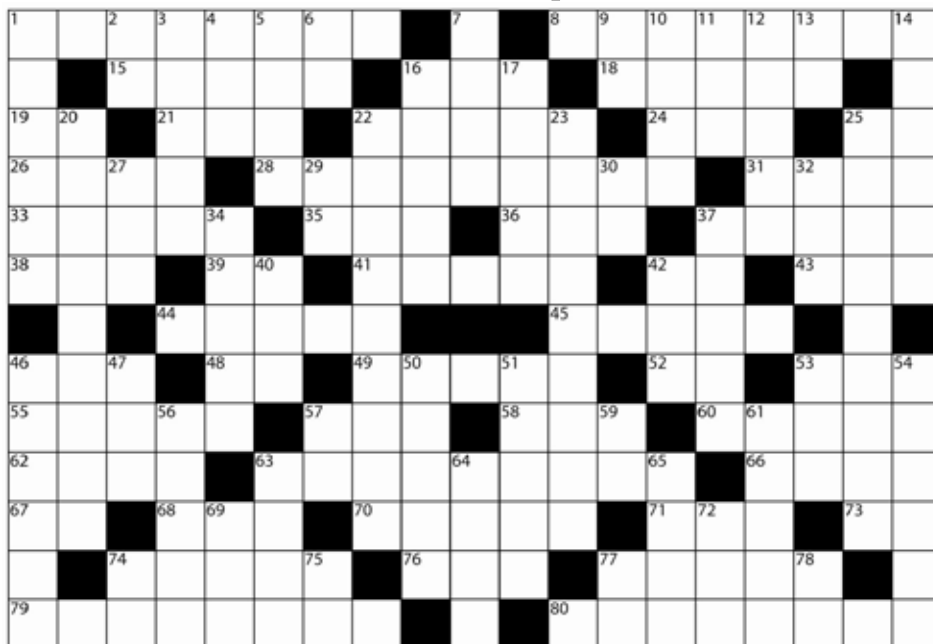
- 3 eetlepels koksroom
- 1 eetlepel witte wijn
- 3 eetlepels bouillon
- 14 asperges, beetgaar gekookt
- 200 g verse zalm, in dunne plakjes
- ½ bosje bieslook, fijngesneden

Bereiden

Kook voor de saus de room, wijn en bouillon in een pannetje tot de helft in. Snijd 2 asperges in kleine stukken en voeg ze bij de ingekookte saus. Maak de saus met de staafmixer fijn en breng op smaak met zout.

Verdeel de asperges over vier borden. Leg de plakken zalm over de onderste helft van de asperges. Zet dit even onder de grill, zodat de zalm warm wordt, maar van binnen rosé blijft. Schep er wat saus naast en garneer met bieslook.

Kruiswoordpuzzel



Als de kruiswoordpuzzel goed is ingevuld, kan de slagzin worden opgelost door de letters te zoeken die in de overeenkomstige genummerde hokjes staan. Succes!

70	1	67	60	13	36	39	41	59	31	7	57	26	68
----	---	----	----	----	----	----	----	----	----	---	----	----	----

Horizontaal

1 Exploiteren; 8 woning; 15 waterpartij; 16 graad in vechtsport; 18 wielervedstrijd; 19 geen bijzonderheden (afk.); 21 meertje; 22 fabeldier; 24 klapje; 25 scheikundig element; 26 meisjesnaam; 28 vogelspin; 31 broer van Jakob; 33 naaigerei; 35 sterrenbeeld; 36 Internationaal Standaardisatie Organisatie (afk.); 37 kleur; 38 soort springstof; 39 getij; 41 slijpvlak op edelsteen; 42 wiskundig getal; 43 pluspunt; 44 schoonmaakgerei; 45 toorn; 46 droog; 48 gecasteerde stier; 49 uitstekend; 52 bokstern; 53 halt!; 55 ruzie; 57 soort slang; 58 uitroep; 60 nimmer; 62 graansoort; 63 korte aardbeving; 66 jongen; 67 voorzetsel; 68 tv-zender; 70 gebak; 71 troefkaart; 73 scheikundig element; 74 strijkinstrument; 76 Radio Filharmonisch Orkest (afk.); 77 christelijk feest; 79 blunder; 80 helemaal.

Vertikaal

1 Dringend; 2 televisie (afk.); 3 instemming; 4 groet; 5 onderkomen; 6 bijwoord; 7 betrekking; 9 klein kind; 10 rekening; 11 soort scheepstouw; 12 plaats in Zuid-Holland; 13 lectori salutem (afk.) 14 vrouw wiens man is overleden; 16 treurspel; 17 staat; 20 alcoholische drank; 22 paardensport; 23 reddingsorganisatie; 25 eiland in de Indische oceaan; 27 vochtig; 29 voertuig; 30 lichamelijke oefening (afk.) 32 vruchtvocht; 34 opslagplaats; 37 drinkfles; 40 woud; 42 teer; 46 kwetsuur; 47 verhoogde noot; 50 militair detectiesysteem; 51 overdreven mannelijk; 53 plaats in Noord-Brabant; 54 sporter; 56 val; 57 scheikundig element; 59 stop!; 61 armholte; 63 soort vetplant; 64 kluis; 65 zuivelproduct; 69 speelgoed; 72 hufter; 74 Verenigde Staten (afk.); 75 scheikundig element; 77 scheikundig element; 78 direct.

BUURTAED.NL

PHILIPS



Hartstichting

De actie is te volgen via:

<https://www.buurtaed.nl/project/buurtaed-voor-van-peltlaan-6533-nijmegen>

De actie loopt nog 28 dagen en wordt mogelijk gemaakt door Hartstichting en Philips.



Welkom in de bieb

Blog - De Nieuwkomer

Ik ben verdwaald in Hatert. Mijn telefoon met daarin het nummer en het adres van de vriendin bij wie ik een half uur geleden zou aanbellen voor koffie, ligt thuis op de keukentafel. Ik dacht dat ik het uit mijn hoofd ook wel wist maar als ik voor de derde keer langs het Wijkcentrum kom, parkeer ik de auto maar. Zo vroeg op de ochtend zonder koffie is te veel gevraagd.

De vriendelijke man achter de bar schenkt me een pikzwarte koffie in en verwijst me naar de bibliotheek in hetzelfde gebouw voor een beschikbare computer met internet. Ik wil mijn vriendin via Facebook een berichtje sturen om haar om het adres te vragen.

Het is een kleine bieb maar met een grote leestafel bij binnenkomst. Hij zit helemaal vol met mensen, ik maak een voorzichtige inschatting van vier verschillende nationaliteiten waarvan één Nederlandse. Er wordt een mooie combinatie van talen gesproken, inclusief handen- en voetenwerk.

Ik luister het gesprek af terwijl ik op de computer inlog.

'Mijn- hond-is-weg,' leest een man hardop voor.

'Nee,' een dame schudt haar hoofd. Ze wijst naar buiten waar een hond aan een lantaarnpaal gebonden, zit te wachten. 'Hij is daar.' Iedereen lacht.

Ik typ: 'Hoi, ik ben in je buurt in de bieb maar ben je adres én mijn telefoon vergeten. Wil je me even laten weten waar ik moet zijn. Sorry!!' Ik wacht op een vinkje maar er gebeurt niks. Ze is niet online. Natuurlijk is ze niet online. Het is een prachtige dag. Ze zit waarschijnlijk in de achtertuin met koffie en appeltaart op mij te wachten. Ik hang achterover in mijn stoel.

Dan klinkt er een verlossend bliepje en verschijnt het adres in mijn scherm. De straatnaam zegt me niks. Ik sluit de computer af en pak een stadskaart uit het schap. Met mijn vinger over het papier mompel ik de straatnaam.

'Jij zoekt?' vraagt de man naast me.

'Ja,' ik knik. 'Ik ben de weg kwijt.'

'De weg? Kwijt? Wie is de weg?'

Er ontstaat rumoer in de groep. De weg is weg. Iedereen kijkt vragend naar de begeleidster van de groep.

Snel roep ik de gezochte straatnaam.

'Oooh,' zegt de man naast me.

Hij steekt zijn voeten in zijn sandalen die hij kennelijk onder de tafel heeft uitgeschopt en neemt me bij de arm mee naar de voordeur van de bibliotheek. Hij wijst naar de straat achter het sportveldje. 'Daar is jouw weg,' zegt hij. Ik tuur langs het voetbaldoel naar de overkant en herken ineens de bouw weer. Oja. Daar is mijn weg.

'Jouw weg is niet weg,' zegt hij nog en grijnst. Nee schud ik en draai me om om hem een hand te geven, maar hij is al weg.



Dit blog is tot stand gekomen in samenwerking met schrijver en dichter Heidi Koren.

De bibliotheek is tegenwoordig veel meer dan alleen een plek om te lezen, te leren en informatie op te zoeken. In de bieb wordt koffie gedronken, bijgepraat, muziek geluisterd, gegrastuind, ontdekt, gewerkt, gezocht en gevonden. Door jong en oud, door lang en kort, door dik en dun en in alle talen van de wereld. Bekijk de bieb door de ogen van onze bezoekers.

**Taalcafé in Bibliotheek Hatert.
Elke donderdag | 10.00 - 12.00 uur
Aanmelden is niet nodig.**

Zomercolleges in Bibliotheek Muntweg

De overheid als beschermer, of als dader?



In augustus vinden er twee hoorcolleges plaats in Bibliotheek Muntweg over de rol van de overheid bij misdrijven. Het eerste college gaat in op cold cases en justitiële dwalingen. Cold cases zijn strafrechtelijke zaken die na vele jaren nog niet zijn opgelost. De Deventer Moordzaak is zo'n zaak. Belastingadviseur Ernst Louwes werd veroordeeld voor de moord op de weduwe Wittenberg. Maar is hij wel de dader? Samen met andere andere mysterieuze misdrijven en veroordelingen komt de Deventer Moordzaak uitgebreid aan bod. Het tweede zomercollege gaat over mensenrechten, waaronder het recht op leven. Wanneer is euthanasie aanvaardbaar? Ook het recht op privacy komt aan de orde. In hoeverre mag de overheid inbreuk maken op het recht op privacy, om mensen te beschermen?

Datum woensdag 7 augustus en woensdag 14 augustus

Tijd 10.00 tot 12.00 uur

Locatie Nijmegen, Bibliotheek Muntweg

Prijs € 5,- per college (Zeker zijn van een plekje? Koop van te voren een kaartje in de bibliotheek of via www.obgz.nl/zomercolleges)

Klik & Tik-cursus in Bibliotheek Hatert

Leer met de computer werken in de bibliotheek

Wil je kennismaken met de mogelijkheden van een computer? De Bibliotheek Gelderland Zuid kan je hierbij helpen. In Bibliotheek Hatert verzorgt de bieb gratis Klik & Tik-cursussen. Stapje voor stapje en onder individuele begeleiding ga je aan de slag. Tijdens de Klik & Tik-cursus helpen geduldige begeleiders je in kleine groepjes op weg. Je leert de basis die je nodig hebt om met een computer te kunnen omgaan. Ook maak je kennis met internet, waardoor je wereld letterlijk groter wordt.

Ria van Onna nam deel aan een Klik & Tik-cursus bij de bieb: "Ik vond de cursus geweldig interessant, leerzaam en ook heel gezellig vanwege de gezamenlijke koffiepauze. De cursus is heel geschikt voor mensen die, net als ik, weinig kennis hebben van de computer."

De Klik & Tik-cursus bestaat uit 10 lessen. Alleen in de vakantieperiodes en in de maanden juli en augustus zijn er geen Klik & Tik-lessen.



Meer informatie of inschrijven voor de Klik & Tik-cursus? Ga naar de balie van Bibliotheek Hatert. Je kunt je ook (laten) aanmelden via www.obgz.nl/digitaalvaardig. Hier staan ook de Klik & Tik-cursussen in Bibliotheek De Mariënborg, Bibliotheek De Biezantijn en Bibliotheek Zwanenveld vermeld.

Datum vanaf donderdag 12 september

Tijd 13.00 tot 15.00 uur

Locatie Nijmegen, Bibliotheek Hatert

Prijs gratis

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



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 Hogendorpstraat.

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 aansluitend 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 voorgeen Kandinsky college
Hatertseweg 404
Nijmegen

Info : Nick Selders
0485 540891

Tevens crèche en kinderveendiensten t/m 12 jaar

Website : www.jozua.info



... bij de buren Restaurant

MAANDAG

- 09.30-12.00 u Digitale beweeggames
- 10.00-12.00 u Maak kennis met biljarten
- 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 open
- 14.00-16.00 u Kaartclub



Biljarddemonstratie Jos Bongers

Op maandag 8 juli komt oud-wereldkampioen Jos Bongers een biljarddemonstratie verzorgen in restaurant ...bij de burens. Deze demonstratie start om 19.30 uur. Tevens wordt u uitgenodigd om mee te spelen. De toegang is gratis.

BBQ ...bij de burens

Op vrijdag 28 juni vindt dit jaar de eerste gezellige BBQ avond plaats op het terras van restaurant ...bij de burens. Onze kok ontvangt u vanaf 17.00 uur achter de barbecue. U kunt onbeperkt komen eten voor € 20,00 per persoon. Noteer alvast in uw agenda en reserveer tijdig!



... bij de burens

... bij de burens

Is zeven dagen per week geopend.

De keuken van restaurant ... bij de burens is geopend op:

Maandag t/m zondag van 12.00 tot 13.30 uur.

Donderdag t/m zondag 17.00 tot 19.30 uur.

... bij de burens

Irene Vorrinkstraat 401 | Park Malderborgh

6535 NB Nijmegen | T. 024 - 890 91 33

E. bijdeburen@zzgzorggroep.nl

I. www.restaurantbijdeburen.nl

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



Koor en orkest Flos Campi

Koor en orkest Flos Campi is altijd op zoek naar nieuwe leden. We repeteren elke woensdagavond in het schoolgebouw van de SSGN aan de IJsbeerstraat.

Het koor staat onder leiding van Fiona Ellis en het orkest onder leiding van Dick Bolt.

Zondag 7 juli geven we gezamenlijk een concert in de Hortus, aanvang 14.30 uur.

Op het programma o.a. tango muziek!

Meer informatie op onze website: www.floscampi.nl

De Schakel



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

14.00 u. Buurtclub NooitgedaGt (1 x per maand)

19.00 u. AV. groep Nijmegen (1e en 3e week v.d. maand)

19.00 u. Biljartver. 'De Schakels'

19.30 u. Sjoelver. SIOS

Dinsdag

09.00 u. Trimclub 'NS'

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. Volksdansgroep Nijmegen 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. Volksdansgroep Nijmegen halfgevorderden

20.30 u. Volksdansgroep Nijmegen gevorderden

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
- Wijkblad De Heistal; 6 x per jaar redactievergadering.
- Genealogische Vereniging afd. Kwartier van Nijmegen; 3e dinsdag v/d maand

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

gewoon goed!

VURRUKKULLUK

Proef de Zomer bij Vurrukkulluk!!!

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

Tot ziens, Frank en Sandra Wolf

Reserveren via 024-3882434

of www.vurrukkulluk.nl

Heyendaalseweg 243 - Nijmegen (Brakkenstein)



Op reis deze zomer?



Zorg dat u goed voorbereid bent en neem een reisset mee. Dit voorkomt ongemakken in het buitenland. **Vragen? Wij helpen u graag!**



Gedreven door gezondheid

Zuider Apotheek Nijmegen
St. Jacobslaan 339
6533 VD Nijmegen

Zuider Apotheek Hazenkamp
Vossenlaan 90
6531 SP Nijmegen

Zuider Apotheek Malvert
Malvert 5133
6538 DG Nijmegen

Zuider Apotheek Brakkenstein
Heyendaalseweg 288
6525 SM Nijmegen

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



vakhandel
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