

# DE HATERTSE HEI GROOT STAL

WIJKBLAD VOOR DE HATERTSE HEI & GROOTSTAL



**LENTE "HANGT IN DE LUCHT"**



# RONN|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.ronnrepair.nl](http://www.ronnrepair.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](http://www.bakkerij-holland.nl)




## Zonnepanelen Reiniging en Glasbewassing

Tel: 06 141 93 100

Glas X

# 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](mailto:karremanwasserettes@chello.nl)  
St. Jacobslaan 430 Nijmegen 024 - 355 10 76



## ... bij de buren

*Eten, drinken en ontmoeten*

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

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

Potje biljarten met uw buren!

**GEZELLIG**

**... bij de buren**  
Irene Vorrinkstraat 401 (Park Malderborgh),  
6535 NB Nijmegen | T. 024 - 890 91 33  
E. [bijdeburen@zzgzorggroep.nl](mailto:bijdeburen@zzgzorggroep.nl)  
I. [www.restaurantbijdeburen.nl](http://www.restaurantbijdeburen.nl)



## Eerste hulp bij juridische vragen

Ik ben ontslagen en nu? Wat kan ik doen tegen een verkeersboete? Mag mijn verhuurder zomaar de huurovereenkomst opzeggen? Herkent u zich in een van bovenstaande situaties? Of heeft u een andere juridische vraag? Blijf niet met uw vragen zitten en bel naar de HAN-Rechtswinkel of stel uw vraag per e-mail.

HBO-Rechten studenten verbonden aan de HAN-Rechtswinkel geven kosteloos juridisch advies.

### Inlooppreekuren

Wegens de huidige coronamaatregelen vinden er geen fysieke inlooppreekuren plaats.

### Meer weten?

De HAN-Rechtswinkel is op werkdagen telefonisch bereikbaar tussen 09.00 en 17.00 uur.

T 06 55 29 11 44

E [Rechtswinkel@han.nl](mailto:Rechtswinkel@han.nl)

W [www.han.nl/rechtswinkel](http://www.han.nl/rechtswinkel)

### Volg en like ons op:

F HAN Rechtswinkel

I hanrechtswinkel



## 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:** 4.250 exemplaren

### De redactie bestaat uit:

- Fred Penninx (*hoofdredacteur*)
- Carla Boves
- Dorite Claassen
- Jos van Gelder (*fotograaf*)
- Bart van Munster (*webmaster*)
- Fred uit het Broek
- Joke Sniijders

### Aan dit nummer werkten mee:

Andrea van der Leek  
Bart Janssen  
Belinda Limani  
Demy  
Djoeke  
Frans Sijben  
Harrie Kamphuis  
Jurgen Theunissen  
Marianne  
Myrthe Susan

### Aanleveren kopij:

redactie@deheistal.nl

### Aanleveren advertenties:

advertenties@deheistal.nl

### Klachten bezorging:

06 10 72 65 36

### Deadline juninummer:

maandag 10 mei

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:

Benda druk & print Nijmegen



deheistal.nl



deheistal

## In dit nummer:

Colofon e.d.	3
Van Tuin Tot Bord	5
Stadstuin De Groene Schakel	6
Soepie doen in De Ring	9
Wijkraad Grootstal	9
Fysiocentrum Nijmegen	11
Jongerencentrum de Mix	13
Voortgangsbrief	
Gemeente Nijmegen	14
Struinbulletin	16
Klimaatboerderij Bodemzicht	18
Overpeinzingen Djoeke	18
Kinderpagina	19
Uitslag Tevredenheidsonderzoek	20
Herinneringen Bart Janssen	22
Houtwerf	24
Wijkraad Hatertse Hei	25
Column Jurgen Theunissen	25
“Benut je mogelijkheden, ook als je blind bent”	26
De Heerlijke Bosgaard	27
Foto's Winter 2021	28
Kinderzwerfboekstation	29
Wie zijn wij?	29
Nacht van de Ommetjes	31
Column Marianne	31
Sterker Sociaal Werk	32
Oproep Tieners	33
Een heel jaar corona	33
Bindkracht10	33
BS De Akker	33
Belangrijke telefoonnummers	34
Wandelroute 'En Route'	34
Bieb	35

## Uitgelicht:



## Beste lezers



Wanneer u dit leest, is Pasen alweer voorbij en zijn wij een utopie armer. We hadden gehoopt dat we met z'n allen met Pasen een terrasje konden pakken maar dat kon helaas niet door gaan. Maar we blijven hopen op betere tijden.

Toen de vorige uitgave van februari bij u in de bus viel, hadden we te maken met een heuse winterse week met veel sneeuwen ijspret. Op pagina 28 hebben wij hiervan enkele sfeerfoto's geplaatst. Na die winterse week werden de bewoners van “De Ring” getraakteerd op een kopje soep (pagina 9).

Bij de uitgave van februari trof u ook een tevredenheidsonderzoek aan, waaraan u in grote getale heeft deelgenomen. De uitslag hiervan vindt u in deze uitgave op pagina 20.

Verder is er veel nieuws over stadstuin De Groene Schakel.

De bijdrage van Struinbulletin in dit nummer staat in het teken van een groene wandeling door Grootstal en de Hatertse Hei. Veel wandelplezier.

Al met al weer veel bijzonder nieuws uit onze wijken.

Wij wensen u dan ook veel leesplezier.

*Fred Penninx, hoofdredacteur*

### Rectificatie

Op de voorpagina van het decembernummer stond bij de foto's van de verkenners per abuis St. Waldrick.

Dit moet natuurlijk zijn St. Walrick.

### Planning De Heistal 2021

Uitgave	Deadline kopij	Bezorgen
Juni	ma 10-5	ma 7-6 t/m zo 13-6
Augustus	ma 12-7	ma 9-8 t/m zo 15-8
Oktober	ma 13-9	ma 11-10 t/m 17-10
December	ma 15-11	ma 13-12 t/m zo 19-12

Hierbij de punten in de wijk waar exemplaren van De Heistal opgehaald kunnen worden, zodra deze locaties weer geopend zijn, door degenen die onverhoopt de bezorging gemist hebben dan wel niet binnen het bezorgingsgebied woonachtig zijn:

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



# 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](mailto:fysiohomburg@hotmail.com)

**Hilleke Scherpbier**  
T: 024-3557023  
E: [info@hillekescherpbier.nl](mailto:info@hillekescherpbier.nl)

## Vergoedingen voor kinderen en ouders

Stichting Leergeld en de gemeente Nijmegen bieden 7 vergoedingen voor ouders en kinderen van 4 t/m 17 jaar.

- Leerlingenvervoer**  
Heb je een kind dat door ziekte of een handicap niet alleen naar school kan gaan? Dan heb je als ouder mogelijk recht op een vergoeding voor reiskosten of aangepast vervoer.
- Kinderopvangregeling**  
Deze vergoeding kun je aanvragen als je niet kunt werken door sociale of medische redenen, of als je een re-integratietraject of inburgeringscursus volgt.
- Schoolkosten**  
Je betaalt ieder jaar schoolkosten voor je kind. Daar komen vaak extra kosten bij, bijvoorbeeld voor een schoolreisje of kamp. Een deel van deze kosten wordt mogelijk vergoed. Om thuis extra te oefenen kun je een gratis jaarabonnement voor Squa aanvragen.
- Laptop**  
Vanaf groep 6 kun je voor je kind een laptop/Chromebook aanvragen, maximaal 1 per gezin. Gaat je kind naar de brugklas? Dan kun je voor hem/haar een laptop aanvragen.
- Sport- en cultuuractiviteiten**  
Per kind kan 1 sport- of cultuuractiviteit worden vergoed. Denk aan de kosten voor een sportclub of muziekles. Je kunt bovendien een vergoeding krijgen voor benodigdheden, zoals sportschoenen of een tennisracket. Ook kun je een vergoeding voor een zomeractiviteit aanvragen. En voor kinderen vanaf 6 jaar is een vergoeding mogelijk voor zwemdiploma A.
- Fiets**  
Heeft je kind geen fiets, maar heeft hij/zij die wel écht nodig? Kinderen die voor het eerst naar de middelbare school gaan, kunnen een nieuwe fiets krijgen. Voor andere kinderen zijn tweedehands fietsen beschikbaar.
- Verjaardagsbox**  
Is je kind jarig? Je kunt t/m de 12e verjaardag een verjaardagsbox aanvragen. In de box zitten een cadeautje, versieringen, iets lekkers voor thuis en een traktatie voor op school.

Vergoedingen 1 en 2 vraag je aan bij de gemeente Nijmegen  
Bel 14024 voor advies of ga naar [nijmegen.nl/geldzorgen](http://nijmegen.nl/geldzorgen)

Vergoedingen 3 t/m 7 vraag je aan bij Stichting Leergeld  
Meer informatie vind je op [leergeldnijmegen.nl](http://leergeldnijmegen.nl)  
Bel voor advies 024 323 7644 (ma/woe'vr 10 - 12 uur) of mail naar [info@leergeldnijmegen.nl](mailto:info@leergeldnijmegen.nl)

Deze vergoedingen gelden voor alle ouders met een laag inkomen, dus ook voor werkende ouders. Om in aanmerking te komen, kijken wij naar je inkomen en vermogen.




## ACTIE

# Woonhuisventilatie Itho CVE ECO FAN

## + Draadloze zender

### € 194,99








**\*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](mailto:info@vakhandeljanssen.nl)  
[www.vakhandeljanssen.nl](http://www.vakhandeljanssen.nl)



# kleine.

## ZWAAN

WONEN MET BLOEMEN

VAN PELTLAAN 148  
6533 ZR NIJMEGEN  
024 355 0304

[WWW.KLEINEZWAAN.NL](http://WWW.KLEINEZWAAN.NL)





# Van Tuin Tot Bord: samen de lente in!



*Buurtmaaltijd, de Groene Schakel, zomer 2020*

te organiseren? Neem dan even contact op en mail:

[info@vantuintotbord.nl](mailto:info@vantuintotbord.nl)

De Mobiele keuken van Bindkracht10 doet ook mee. We gaan er dan samen iets moois én lekkers van maken!

**Het is weer lente en onze moestuingroep is weer volop aan de slag in de moestuin. Gelukkig is onze moestuin groot genoeg om op ruime afstand van elkaar lekker in de grond te wroeten, elkaar weer te ontmoeten en bij te kletsen.**

In stadstuin de Groene Schakel zijn we ook begonnen met de aanleg van een bessenbosje of smulhoek voor jong en oud. We zijn nog op zoek naar laagstam fruitboompjes, bessenstruiken (stekken mag), frambozen en doornloze bramen. Heeft u nog iets in de tuin staan wat hierin past en wat u zelf wel kunt missen? Laat het ons dan weten: [info@vantuintotbord.nl](mailto:info@vantuintotbord.nl). We kunnen het eventueel zelf bij u uitgraven en ophalen.

## **Gezellig samen eten**

Wij kunnen niet wachten tot dat we weer echt met elkaar aan tafel mogen. Het kan nog even duren, maar zo gauw de coronamaatregelen het toelaten, gaat ons

buurtrestaurant bij de Schakel weer open.

We hebben gelukkig ook leuke plannen om elkaar buiten te ontmoeten. We willen de komende maanden samen met buurtbewoners weer gezellige etentjes in de buurt organiseren. Dat kan bijvoorbeeld zijn op een pleintje of parkje bij u in de buurt. Vindt u het leuk om dit samen met enkele buurtbewoners én met ons

## **Afhaalmaaltijden**

We blijven voorlopig lekkere afhaalmaaltijden koken, iedere dinsdag bij de Schakel. Voor €7,00 (kinderen tot 12 jaar €3,50) eet u al een heerlijke maaltijd. We hebben een aangepast tarief voor mensen met een kleine beurs. Reserveren via:

[deschakel@vantuintotbord.nl](mailto:deschakel@vantuintotbord.nl)

*Kookgroep de Schakel in stadstuin 2020*



# Bericht uit Stadstuin De Groene Schakel

**In dit stukje willen we de bewoners van Grootstal en Hatertse Hei op de hoogte brengen van werkzaamheden rondom Stadstuin De Groene Schakel.**

## Onderhoud van de tuin

In maart is het onderhoud van de stadstuin echt op gang gekomen, maar dat betekent niet dat we een echte winterslaap hebben gehad. Zo heeft een deel van de fruitbomen in deze periode hun eerste (vorm)snoeibeurt gekregen en hebben we om kleine dieren zoals insecten, vogels, amfibieën en egels een schuilplaats te geven een takkenril gemaakt waarin snoeihout wordt opgeslagen. En natuurlijk is ook in die periode de tuin geregeld gecontroleerd en is er zwerfafval opgeruimd. Een aantal vrijwilligers heeft het op zich genomen om regelmatig een "rondje tuin" te doen en daarbij meteen afval op te ruimen. Het is heel fijn dat zij op deze manier de tuin schoon houden.

Sinds begin maart werken we op volle kracht. De vaste werkdagen zijn zaterdag- én maandagochtend van 10.00 tot 12.00 uur. Wijkbewoners die graag in de tuin willen meewerken om te proberen of dit voor hem of haar een fijne bezigheid is, kunnen op deze vaste tijdstippen gewoon

eens instappen. Graag zelfs, want er is veel werk te doen en meer vrijwilligers voor het vaste onderhoud zijn zeer welkom. Als vrijwilliger ben je niet verplicht om op ieder tijdstip mee te helpen: je bent ook welkom als je bijvoorbeeld om de week zou willen helpen of een keer in de maand. Omdat de tuin zo groot is en er op verschillende plekken klussen zijn, kan er coronaproof gewerkt worden zolang dat nodig is.

De poel in de tuin zal in samenwerking met RAVON worden gemonitord op de aanwezigheid van amfibieën (kikkers, padden, salamanders). Hopelijk zal het in de loop van de tijd een echte "levendige" poel worden. Er worden geen vissen uitgezet omdat deze de poel vervuilen met hun uitwerpselen en ze de eitjes en larven van amfibieën opeten.

Op het grote informatiebord is een plattegrond waarop duidelijk is aangegeven hoe de tuin is ingedeeld en wat u in de verschillende delen aantreft. Als u een wandeling door de tuin maakt is het misschien leuk om dat eens te bekijken.

## Moestuin

Rondom de moestuin wordt binnenkort een Frans schapenhek geplaatst. Hierin komen hekken die makkelijk open gaan, dus de moestuin blijft toegankelijk voor iedereen die daar een kijkje wil nemen. Als daar behoefte aan is komen er in de loop van de tijd bordjes bij de verschillende plantvakken van de moestuin, waarop wordt beschreven wat er geplant is. De samenwerking met "Van Tuin Tot Bord" ver-

loopt heel fijn. De vrijwilligers in de moestuin telen met passie veel mooie groenten waarmee op dinsdagavond voor wijkbewoners wordt gekookt in De Schakel. Op woensdag wordt er door de vrijwilligers in de moestuin gewerkt tussen 10.00 en 12.00 uur. Zij willen graag vertellen waarmee ze bezig zijn en wat er zoal in de moestuin staat, dus als u informatie wil mag u hen zeker vragen stellen.

## Uitbreiding tuin

Met de beheerder van het wijkcentrum en de wijkregisseur van de Gemeente zijn we overeengekomen dat een stuk tuin aan de achterkant van De Schakel (kant Edisonstraat) ook door ons mag worden gevuld. De moestuin-groep is bezig met plannen daarvoor. We hebben al iets horen zoemen over een kindersmulplek met laagstam fruitboompjes, besenstruiken en bloeiende (inheemse) struiken en planten, die niet alleen mooi zijn om vanuit het raam naar te kijken voor de deelnemers van de ouderengroepen, maar ook bijen en vlinders zullen aantrekken. Omdat in deze hoek ook met kinderen zal worden getuinierd kan dat een







mooie interactie geven met de ouderen die aan deze kant in De Schakel hun dagbesteding hebben.

### Bakkentuin

Aan de zijkant van De Schakel gaat een bakkentuin vorm krijgen. Hier komen bakken waarin op hoogte getuiniert kan worden, bijvoorbeeld door mensen die niet kunnen bukken of in een rolstoel zitten. Deze bakken zijn vooral voor de deelnemers aan de verschillende ouderengroepen die hun activiteiten hebben in De Schakel en hun begeleiders. Ook de moestuin- en tuingroep

van de stadstuin kunnen bakken gebruiken om bijvoorbeeld te stekken/zaaien/opkweken.

De bakken zijn gemaakt door bewoners van Pluryn Groesbeek in hun dagbesteding. We hebben al een paar foto's ontvangen en het belooft een mooi geheel te worden. Bij de voorbereiding en aanleg van de bakkentuin zullen vrijwilligers uit de klusgroep veel werk verzetten. Deze klusgroep zal in de loop van het voorjaar hopelijk ook kunnen beginnen met de aanleg van de kinderspeelplek, die nog in ontwikkeling is.

### Oproep

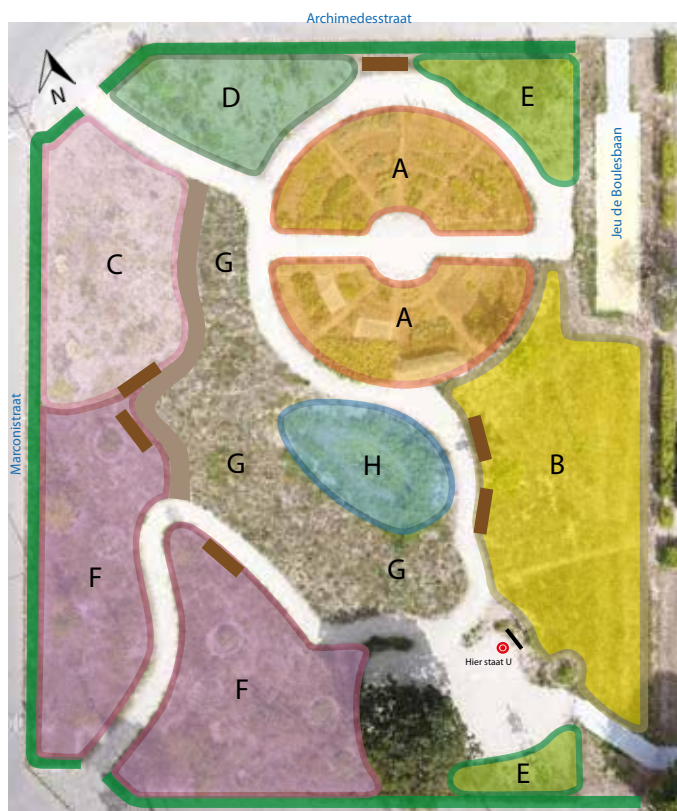
We hopen u zo een klein inkijkje te hebben gegeven in de werkzaamheden in Stadstuin De Groene Schakel. Mocht u zich willen aansluiten bij de groep enthousiaste vrijwilligers, neem dan contact met ons op. Zoals u

kunt lezen zijn er verschillende manieren om mee te helpen in de opbouw en het onderhoud in de tuin. Dat kan met schop en hark, maar ook op andere manieren. Er zijn klussen waarbij gegraven, getimmerd en gebouwd wordt, en daarnaast is het belangrijk sociale media te onderhouden, zoals onze Facebookpagina en de website, waarvan we het frame hebben staan, maar die nog helemaal ingevuld moet worden. Kortom we kunnen nog heel wat vrijwilligers gebruiken. U bent van harte welkom!

U kunt zich aanmelden als vrijwilliger of vragen stellen over Stadstuin De Groene Schakel via ons e-mailadres [bestuurdegroeneschakel@gmail.com](mailto:bestuurdegroeneschakel@gmail.com).

*Met vriendelijke groet,  
Allerd, Audrey, Geke, Marriet  
[www.facebook.com/degroeneschakel](http://www.facebook.com/degroeneschakel)*

## Plattegrond van Stadstuin de Groene Schakel



### Dit willen we u graag vertellen:

- Plukken in de kruidenborder (D) en de borders met eenjarige plukbloemen (E) alleen in overleg met de aanwezige vrijwilligers.
- In deze tuin staan 25 boom-soorten!
- In december, januari en februari rusten de tuin en de vrijwilligers uit. In de maanden maart tot en met november zijn er wekelijks vrijwilligers aan de slag in deze tuin. Spreek ze gerust aan als u vragen heeft.
- Honden, aangelijnd, kunnen drinken maar niet poedelen in de vijver.
- Nieuwe vrijwilligers welkom! Aanmelden via [bestuurdegroeneschakel@gmail.com](mailto:bestuurdegroeneschakel@gmail.com)

- A Moestuin. De opbrengst van de moestuin is bestemd voor het buurtrestaurant "van Tuin tot Bord", en de actie "Soepie doen" van Bindkracht 10. Eenjarige plukbloemen in de moestuin zijn bedoeld voor het buurtrestaurant
- B Speelplek met bessenhaag. Kinderen mogen snoep van de bessen!
- C Vlinder- en bijenborder. Plantensoorten zijn gekozen om hun aantrekkelijkheid voor vlinders en insecten.
- D Kruidenborder. Gevarieerde border met eetbare en medicinale kruiden en een lavendelhaag langs het pad.
- E Borders met eenjarige plukbloemen
- F Voedselbosje
- G Grasland met bloemen en kruiden, vrij plukken!
- H Vijver, omringd door oeverplanten en verwilderingsbolletjes
- Gemengde Gelderse haag, met eglantier, gelderse roos, meidoorn, hondsrös, witte kornoelje en krentenboompje

Plattegrond







## Elkaar een hart onder de riem steken met een bakkie soep

De lockdowns worden nog maar met mondjesmaat ietsje 'losser gemaakt'. De avondklok wordt telkens verlengd, nu met een uurtje later. En het is allemaal best te snappen. De COVID-varianten buitelen immers over elkaar heen: Braziliaanse, Engelse, Zuidafrikaanse en nu ook al Bretonse. En met elke variant dreigt een nieuwe piek in besmettingen. Het 'prikken' schiet niet op. We blijven op gepaste afstand. Op straat zijn steeds meer mondkapjes te vinden.

Het geeft mij een gevoel van 'de hele tijd maar doormodderen'. Want je zou zo graag eens.....

En dan zijn er ineens mensen die het initiatief nemen om buurtbewoners van, in dit geval, De Ring te verrassen met een bakkie warme soep met de lunch. Het is dinsdag 16 februari '21, half twaalf 's middags. Een zonnige dag. De sneeuw van de afgelopen week is al in rap tempo in drab aan het veranderen. Een ploegje van negen mensen, plus ondergetekende en Jos de fotograaf van De Heistal, verzamelt

zich bij een bankje in het midden van De Ring. De kok van 'van Tuin tot Bord', John Carrie, bouwt een kampvuurtje. Aan een driepoot komt een pan te hangen, waarin de soep warm gehouden wordt voordat die uitgedeeld wordt aan de bewoners van De Ring. John was 's ochtends nog in de moestuin geweest van 'de Groene Schakel' om de laatste restjes groenten te oogsten, die overwinterd hadden. Palmkool, boerenkool en postelein worden aangevuld met groenten uit de diepvries van De Schakel. Alles uit de groentetuin van de wijk! Dat is de basis van de vegetarische soep, die uitgedeeld wordt. Hannie van Bindkracht10 coördineert het zaakje wat. En dan is het op pad. De soep wordt uitgeschept in kartonnen bekertjes die restaurant Tati gesponsord heeft, omdat ze het een mooi initiatief vinden. En dan de voordeuren langs. Een ware verrassing voor de bewoners, omdat ze de actie niet meegekregen hadden van de posters in de traphuizen. Maar daar smaakte de soep niet minder om! Wie opendoet, neemt

graag een bakkie (of twee) aan. Een enkeling lepelt hem naar binnen staande in het zonnetje bij de balustrade.

Waarmee ik maar zeggen wil: let in tijden van 'doormodderen' op de initiatieven die in de wijk ont-plooid worden. En benut ze. Dan breekt zomaar even de zon door. Of in mijn geval houd je er nog een lekkere bak soep aan over.

*Tekst: Fred uit het Broek*

*Foto's: Jos van Gelder*

Enkele initiatieven: elke dinsdag 'van Tuin tot Bord' (nu nog afhalen), elke donderdag(middag) 'soepie doen' (wanneer het weer mag), de mobiele keukens van Bindkracht10, klussen in de (groente)tuin van 'de Groene Schakel' of meedoen in de boerderijen en de voedselbossen van de landgoederen aan de andere kant van de Grootstalselaan.

Weet u nog meer initiatieven?

Geef ze aan ons door:  
redactie@deheistal.nl

## Soepie doen in De Ring





## WIJKRAAD GROOTSTAL

Speelt er iets bij jou in de leefbaarheid van de woonomgeving? Heb je een mooi plannetje voor jouw omgeving? Heb je vragen hierover? Laat het ons weten.

Als Wijkraad Grootstal blijven we bereikbaar via het mailadres: [wijkraadgrootstal@hotmail.com](mailto:wijkraadgrootstal@hotmail.com)

Wat gebeurt er zoal in jouw wijk? Hieronder een paar voorbeelden:



Als eerste: woensdagmorgen 23 december was er iets aan de hand bij 'de voetbalkooi' aan de Daltonstraat. Bij het ochtendgloren werd er door de gemeente Nijmegen een tafeltennistafel geplaatst:

Deze tafel stond voor 'oud vuil' bij het voormalige gebouw van de Basisschool Brakkenstein. Na goed overleg tussen de Wijkraad Grootstal, de gemeente Nijmegen en de eigenaar van het voormalige gebouw van de Basisschool Brakkenstein, werd de tafeltennistafel op de werkplaats van de gemeente helemaal opgeknapt. Hulde aan de gemeente voor de fijne samenwerking!



Een andere zaak waarbij de aandacht van wijkbewoners resultaat had, was het opknappen van de stoep aan de Buijs Ballotstraat.

Wat vond er plaats? In 2019 renoveerde een aannemer in opdracht van woningbouwvereniging Talis de woningen. Hierbij werden

meer dan 300 stoeptegels beschadigd. Dit is bij de gemeente aangekaart via de site 'Meld en Herstel gemeente Nijmegen'. De site stelt: 'Is er iets kapot in uw buurt, ligt er afval of heeft u overlast? Meld het ons met het online formulier. Of gebruik de Meld & Herstelapp.'

Het duurde een hele tijd voordat

er duidelijk was wie er voor die beschadiging verantwoordelijk kon worden gesteld. De wijkraad heeft ervoor gezorgd dat er druk op de ketel bleef en afgelopen januari zijn de beschadigde tegels eindelijk vervangen.

Nog een voorbeeld van het nut van de site/app 'Meld en Herstel gemeente Nijmegen'. Aan de Fahrenheitstraat is een deel van de stoep lastig begaanbaar voor mensen die slecht ter been zijn (zie foto's). Na de melding is de gemeente nu van plan de stoep binnenkort op te knappen.



Namens de Wijkraad Grootstal,  
Harrie Kamphuis (secretaris)

# Stomerij Swagemakers

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



van Peltlaan 190 - Nijmegen  
024 355 19 48



Tevens overhemden strijkservice

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

## Verkoopstyling

*Ruim 25 jaar verkoop ervaring*

- Bereik van een grotere doelgroep
- Meer bezichtigingen
- Betere onderhandelingspositie
- Hogere opbrengst dan de vraagprijs
- Snelle verkoop

*Binnen 'n halve dag is uw woning verkoopklaar*

[www.dgvastgoedstyling.nl](http://www.dgvastgoedstyling.nl) [info@dgvastgoedstyling.nl](mailto:info@dgvastgoedstyling.nl)

Lid van **BOUW GARANT**

**AANNEMERSBEDRIJF W.G.M. SANDERS**  
Nieuwbouw Verbouw Onderhoud

Heiweg 171-171A T: 024 - 355 41 55 E: info@wgmsanders.nl  
6533 PB Nijmegen F: 024 - 355 82 72 I: www.wgmsanders.nl

# WILLEMSEN

## ✓ verzekeringen

Gaico Willemsen en Henk Janssen

Oude Molenweg 82, Nijmegen  
t 024 377 79 35 | 024 355 01 89  
www.willemsen-verzekeringen.nl

*Wij regelen het graag voor u*

# FYSIOCENTRUM NIJMEGEN

**A:** St Jacobslaan 345a, 6533 VD Nijmegen  
Groenestraat 217y, 6531 HH Nijmegen  
**E:** info@fysiocentrum-nijmegen.nl  
**W:** www.fysiocentrum-nijmegen.nl  
**T:** 024 354 04 04

**Openingstijden:**

- Maandag 8.00 - 20.00
- Dinsdag 8.00 - 21.00
- Woensdag 8.00 - 18.00
- Donderdag 8.00 - 20.00
- Vrijdag 8.00 - 18.00
- Zaterdag 9.00 - 12.00



A: St Jacobslaan 345a, 6533 VD Nijmegen | Groenestraat 217y, 6531 HH Nijmegen  
 E: info@fysiocentrum-nijmegen.nl | W: www.fysiocentrum-nijmegen.nl  
 T: 024 354 04 04

# FYSIOCENTRUM NIJMEGEN

Dit is de nieuwe naam van Fysiotherapie Jacobslaan, welke gehuisvest is in het Medisch Centrum Jacobslaan. Jolanda van 't Hof en Bas Tittse vertelden mij hoe een en ander tot stand is gekomen.

## Uitbreiding

Behalve een nieuwe naam is er nog meer veranderd. Sinds 1 maart j.l. hebben Jolanda van 't Hof en Bas Tittse de praktijk Theunissen Fysiotherapeuten aan de Groenestraat Nijmegen overgenomen. Doordat de praktijkhouder besloot te stoppen werd de praktijk vorig jaar zomer diverse gedagindgen aangeboden. Jolanda en Bas waren direct enthousiast omdat deze overname een aanvulling op hun huidige praktijk zou betekenen middels een breder aanbod van diensten en een groter bereik. Er was al snel een klik omdat er veel overeenkomsten waren. Ook het nieuwe team leek goed te passen. Na enkele serieuze gesprekken was de kogel door de kerk. De twee praktijken gaan nu verder onder de nieuwe naam Fysiocentrum Nijmegen en men gaat gebruik maken van elkaars expertise. De kwaliteit van beide praktijken blijft uiteraard gewaarborgd. Medewerkers worden wisselend ingezet op beide locaties.

Daarnaast is er samenwerking met ergotherapie en diëtetiek en wordt er ook gewerkt in Medisch



Centrum Sint Anna en Avalon Fitcentre. Zo kunnen patiënten op verschillende locaties met elk hun eigen voordelen terecht.

## Leefstijlcoaching

Nieuw is de leefstijlcoach en de samenwerking met de buurtsportcoach. De leefstijlcoach kan worden ingezet bij mensen met overgewicht of bij degenen met een hoger risico op diabetes en hart-en vaatziekten. Zij volgen dan een 2-jarig programma, waarbij ze begeleid worden om gezonder te gaan leven en zo de kans op ziekten te voorkomen.

## Corona nazorg

Niet iedereen herstelt snel en goed na het coronavirus. Er zijn mensen die meer tijd nodig heb-

ben om te herstellen. Zij kampen bijvoorbeeld met ernstige vermoeidheidsklachten, ademhalingsklachten en/of kracht- en conditieverlies. Ook kunnen ze last hebben van geheugen- en gewichtsproblemen. Om deze klachten goed te kunnen behandelen zijn enkele therapeuten hiervoor extra geschoold en is Fysiocentrum Nijmegen aangesloten bij het netwerk longfysionacorona.

Meer informatie over de behandelingen en diensten vindt u op de website:

[www.fysiocentrum-nijmegen.nl](http://www.fysiocentrum-nijmegen.nl)  
 of bel naar 024 354 04 04.

*Tekst: Dorite Claassen*

*Foto: Fysiocentrum Nijmegen*

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](http://www.wennekers-nijmegen.nl)

Vrouwenrechtswinkel Nijmegen



GRATIS JURIDISCHADVIES  
voor vrouwen, door vrouwen

Spreekuren: Maandag 9:30 - 11:30 uur,  
Dinsdag 19:00 - 20:30 uur,  
Donderdag 19:00 - 20:30 uur



024-324 08 55



[vrouwenrechtswinkelnijmegen@gmail.com](mailto:vrouwenrechtswinkelnijmegen@gmail.com)



[www.vrouwenrechtswinkelnijmegen.nl](http://www.vrouwenrechtswinkelnijmegen.nl)

Pontanusstraat 20, 6524 HG Nijmegen

**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](http://www.peterskeukens.nl)

Anneke Postma  
Uitvaartverzorging



Met veel zorg en een goed gevoel heb ik  
afgelopen jaar mijn uitvaartonderneming  
overgedragen aan Claudia Rossen.  
Ik dank u allemaal voor het jarenlange gestelde  
vertrouwen in mij. - Anneke Postma

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



**Claudia Rossen**

UITVAARTVERZORGING



Dag & nacht bereikbaar: 06 - 223 824 04  
[www.rossenuitvaartverzorging.nl](http://www.rossenuitvaartverzorging.nl)

Persoonlijke uitvaartzorg, ongeacht waar en of u verzekerd bent.



**BELASTINGAANGIFTE?**

Voor u kan het leuker en makkelijker!



**schouten  
fiscaal**

Kijk op [www.schoutenfiscaal.nl](http://www.schoutenfiscaal.nl)  
of bel 06 - 22 99 05 20

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



## Jongerencentrum de Mix en wijkcentrum de Kampenaar krijgen nieuwe invulling

Al jaren loopt het gebruik van jongerencentrum de Mix en wijkcentrum de Kampenaar terug. Het college van B&W heeft nu besloten om de panden voor andere doeleinden in te zetten. Hiermee speelt de gemeente geld vrij om andere wijkcentra in de stad te verbeteren en activiteiten in de wijk te stimuleren.

### Jongerencentrum de Mix

Jongerencentrum de Mix aan de Krekelstraat wordt de afgelopen jaren steeds minder gebruikt. In het gebouw vinden nog maximaal 6 uur aan jongerenactiviteiten per week plaats; de rest van de week staat het jongerencentrum leeg. De jongerenactiviteiten gaan per 1 april 2021 naar het sportmedisch centrum aan de Kamerlingh Onnesstraat. In het pand van de Mix komen tijdelijk atelierruimtes voor kunstenaars. Buurtbewoners kunnen de moestuinen rondom het pand blijven gebruiken.

### Wijkcentrum de Kampenaar

Ook het gebruik van wijkcentrum de Kampenaar in stadsdeel Lindenholt is de afgelopen jaren flink teruggelopen. Het gebouw is te warm in de zomer en door de trappen ontoegankelijk. De



*Archiefphoto Jongerencentrum de Mix*

laatste activiteiten zijn in 2019 verplaatst naar een ander wijkcentrum in het stadsdeel. De Boekenboom, een gratis leenplek voor boeken, blijft voorlopig aanwezig. Op termijn gaat deze over naar ontmoetingsplek de Broederij of naar een van de andere twee wijkcentra in het stadsdeel. Wat er in de toekomst met het pand van de Kampenaar gebeurt is nog niet bekend.

### Vervolg

In het coalitieakkoord is afgesproken dat de wijkaccommodaties efficiënt worden gebruikt en dat wijkcentra moeten aansluiten bij behoeften van de wijk.

De gemeente gaat samen met bewoners een plan per stadsdeel maken voor de wijkcentra en wijkactiviteiten. Omdat de twee panden niet tot weinig door de wijk gebruikt worden en geld kosten om te beheren is vooruitlopend hierop besloten om deze twee accommodaties te sluiten. Het geld dat bespaard wordt met de sluiting van de twee locaties wil de gemeente reserveren voor deze stadsdeelbrede aanpak. Het streven is om per stadsdeel een goed aanbod van wijkcentra en activiteiten te hebben. Medio 2021 zijn stadsdelen Lindenholt en Zuid als eerste aan de beurt.

# Nijmegen in 2020

De Gemeente Nijmegen investeert ieder jaar in alle wijken die zij telt. Dit doet zij graag in samenwerking met bewoners.

Via [nijmegen.nl/mijnwijkplan](https://nijmegen.nl/mijnwijkplan) kunt u meedenken en meedoen om uw wijk nog mooier of fijner te maken. Op deze pagina's ziet u voorbeelden van projecten uit 2020. Waar gaan we in 2021 aan de slag? Praat mee op MijnWijkplan.



## Vlindertuin Limos

**Dommer van Poldersveldtweg, Hengstdal**

Bewoners uit Hengstdal (Dommer van Poldersveldtweg) die met hun tuin grenzen aan het Limos-terrein, hebben het kale grasveldje aan de Limoslaan omgevormd tot een Vlindertuin. Met dit participatieproject willen bewoners de biodiversiteit in de wijk bevorderen. De bewoners hebben contact gezocht met NL Bloeit! Deze Nijmeegse onderneming is specialist in het aanleggen van kruidenrijke, biodiverse bloemen en planten. Ze gebruiken daarbij uitsluitend oorspronkelijke inheemse soorten. Die zijn beter in staat om zich aan het veranderende klimaat aan te passen.

### John Shopper, bewoner

'Op twee zaterdagochtenden hebben de buurtbewoners de handen uit de mouwen gestoken en gezamenlijk een veelheid aan planten gepland. Het waren gezellige ochtenden, waar met een kopje koffie en een koek - op Corona afstand - ook even bijgekleet kon worden. De buurtbewoners zien uit naar een kleurig en geurig voorjaar met veel bloemen en vlinders en hopen dat iedereen hier volop van kan genieten.'

### Wijkregisseur

Ieder stadsdeel van Nijmegen heeft een eigen wijkregisseur. Deze wijkregisseur is het aanspreekpunt voor al uw ideeën, plannen of vragen over de openbare ruimte. Op [Nijmegen.nl](https://nijmegen.nl) kunt u kijken wie de wijkregisseur is voor het stadsdeel waar u woont!

### Meld en Herstel

Kleine ongemakken in de openbare ruimte zoals kapotte straatlantaarns en losliggende stoeptegels? Meld ze via de Meld&Herstel app, telefonisch via 14 024 of via de website [nijmegen.nl](https://nijmegen.nl).



## Speelplezier op schoolplein Aldenhove

**Aldenhof, Aldenhof**

Het hele schoolplein bij de school Aldenhove in Aldenhof is opgeknapt! Er is een groot nieuw speeltoestel gekomen, de voetbalplek is vernieuwd en er zijn speelaanleidingen geplaatst. Het is een openbaar toegankelijk plein waar alle kinderen in de wijk van kunnen genieten.



## Groenvak fleurt woonwijk op

**Reijershofstraat, Lent**

In de Reijershofstraat in Lent is een groenvak aangelegd van 43m<sup>2</sup> waar actieve buurtbewoners planten gaan inplanten en onderhouden. Zo maken bewoners de straat nog mooier en kleuriger.







## Speelplezier in natuurspeeltuin

Oude Azaleastraat,  
Nijmegen Oud-West

In Nijmegen Oud-West bij de Oude Azaleastraat is een natuurspeeltuin gecreëerd. Er is een glijbaan geplaatst, maar ook een (gebruikte) schommel.



## Stenig plein verandert in groene oase

Alligatorstraat, Hazenkamp

Begin maart hebben de bewoners van de Hazenkamp de handen uit de mouwen gestoken om ruim 8000 stoeptegels te verwijderen van het plein op de hoek van de Alligatorstraat - Karbouwstraat. Een grote wens van bewoners voor een groene ontmoetingsplek voor jong en oud is daarmee in vervulling gegaan. Bewoners onderhouden samen de groenvakken en inmiddels is de plek drie houtrillen, enkele vogelhuisjes en een bijenhotel rijker.



## Vriendschap krijgt kleur

Waalkade, Centrum

Om de vriendschapsband tussen Albany en Nijmegen in het jubileumjaar 2020 extra kleur te geven heeft Stichting FAN (Friendship Albany Nijmegen) een idee geplaatst voor het realiseren van een oranje tulpenbed. De rotonde aan de Waalkade, de plek waar het vrachtschip met hulpgoederen ooit aanmeerde, kleurde dit voorjaar oranje. Burgemeester Bruls onthulde een herdenkingsplaquette. De tulpen refereren aan het jaarlijkse tulpenfestival in Albany. Dit festival is ontstaan uit de tulpenbollen die door koningin Wilhelmina gestuurd zijn als dankjewel voor de hulpgoederen.



## Moestuin de Lankmoes beter beschermd tegen rondvliegende ballen

Lankforst 41e straat, Lankforst

Bij moestuin de Lankmoes zijn mooie houten poortjes geplaatst. Er was regelmatig overlast van voetballende jongeren naast de moestuin, daarom is het hek bij de voetbalplek aan één kant verhoogd en zijn er poortjes geplaatst bij de Lankmoes.

## Afwisselend groen zorgt voor meer contact

Neptunusstraat, Heseveld

Bewoners onderhouden gezamenlijk twee kleurrijke plantvakken op het grasveld in de Neptunusstraat. Het doel is meer afwisselend groen en meer contact in de buurt. Het grasveld is veranderd in een afwisselend buurtpark.





# Struinbulletin

uw gids door de natuur

<http://bit.ly/struinbulletin>

# Ervaar Groen in Grootstal en Hatertse Hei

Tekst en foto's: Frans Sijben

Dit artikel is om te DOEN; niet alleen om te lezen. Het is namelijk een wandelroute. Daarmee ervaar je hoe groen Grootstal en Hatertse Hei zijn.

Je begint de wandeling bij de Groene schakel. Daarna maak je een paar kilometer kennis met landgoed 'De Elshof'. Dan loop je een vierkantje door Hatertse Hei om daarna door Grootstal weer terug te lopen naar wijkcentrum De Schakel. Je hebt dan 7 kilometer groen meegemaakt.



Na start door Groene Schakel



Zicht op Hatert



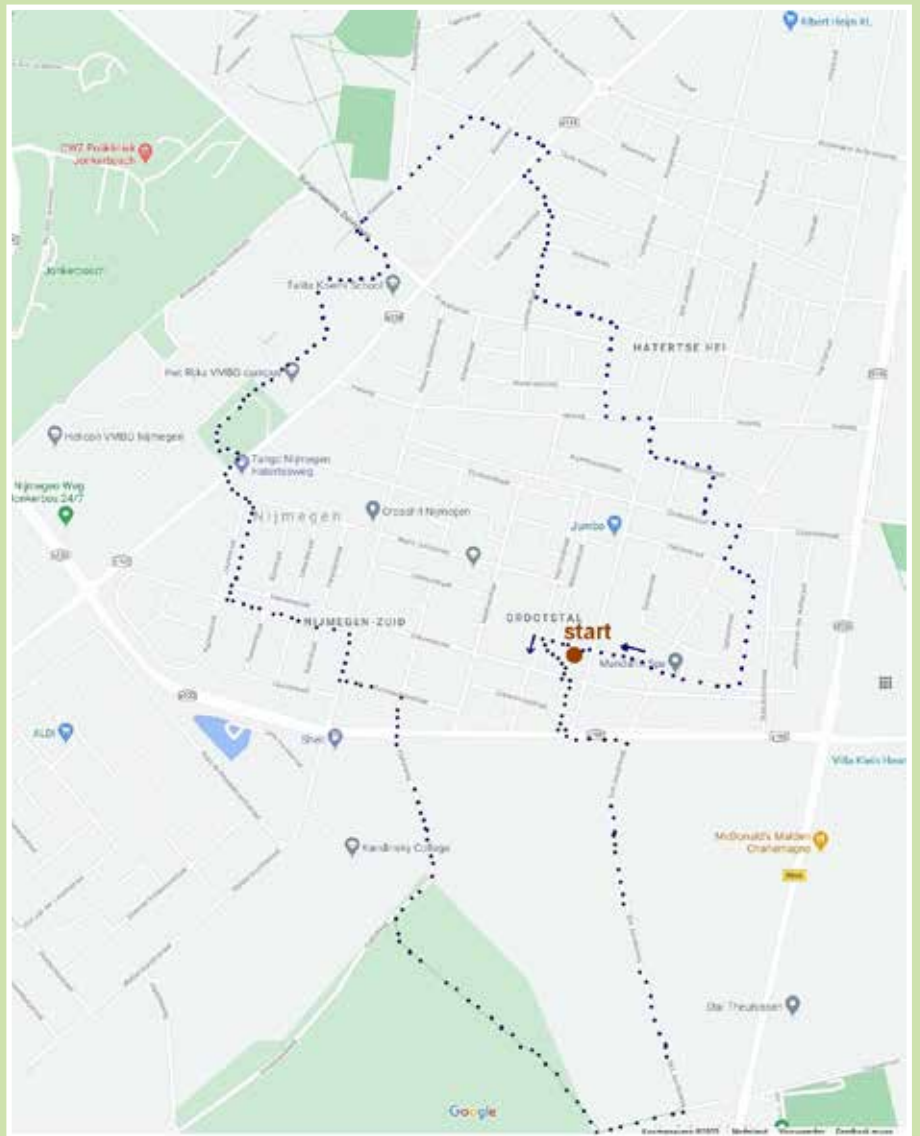
Stukje landgoed Elshof



Wonen inclusief groene ontspanning



Paadje door het groen



### Meer Wandelroutes? Reageren?

Zoek je meer wandelingen door de groene natuur in Nijmegen of er-buiten? Ga naar <http://bit.ly/struinbulletin> Wil je reageren of heb je een vraag? Dat kan op [struinbulletin@outlook.com](mailto:struinbulletin@outlook.com)



Kijkend op 'Broeder Koenraadpark'



Achter de oude MTS



# De routebeschrijving

## Betekenis codes in routebeschrijving

RA = rechtsaf	RE = rechts	LA = linksaf	LI = links	RD = rechtdoor
T = T-splitsing	Y = Y-splitsing	3 = 3-sprong	4 = 4-sprong	BO = bocht

### Start

Je begint bij wijkcentrum De Schakel aan de Marconistraat. De afstand van deze route is 7 kilometer.

Met rug naar ingang van wijkcentrum De Schakel RD: over parkeerplaats. Op voetpad LA: Marconistraat. Op hoek met Blaise Percelplein LA: door poort GROENE Schakel. Volg pad. Op 3 RA. Dan BO LI en BO RE. Op 3 RD: door uitgang.

RD: steek Edisonstraat over. Overkant LA: voetpad langs flat (RE). Meteen achter flat RA: paadje. RD: steek kruisende zijstraat over. Overkant RD: paadje achter flat. Bij kruisende Grootstalselaan LA: voetpad naar verkeerslichten. RA: steek zebrapad over.

Overkant LA: rood fietspad langs transitiewinkel Grootstalletje. Meteen daarna RA: grindweg St. Jacobsweg langs bord 'Einde Nijmegen'. Einde op T RA: asfaltweg met apart fietspad. Bij infobord op 3 RA: asfaltweg Kandinskypad. Tegenover uitgang Kandinsky College op T RA: asfaltweg. Verderop BO LI langs politiehondenterrein.

Op kruisende weg RD: steek Grootstalselaan over. Overkant RD: voetpad (LI) Fahrenheitstraat.

Bij kruising LA: voetpad Réamurstraat. Bij kruisende weg RD: steek Nieuwe Mollenhutseweg over. RA: voetpad N. Mollenhutseweg.

Bij zijweg LA: paadje aan linkerkant park Galvanistraat. Bij einde van de graskuil (RE) van het park RA: tegelpad langs graskuil (RE). Einde RD: steek Galvanistraat over. Overkant RD: grindpaadje in grasstrook.

Einde paadje LA: tegelpad langs groene haag. RD: steek kruisende Joulestraat over. Overkant RD: linker voetpad van Marie Curiestraat. RD: steek fietspaden en Hatertseweg over. Overkant RA: voetpad Hatertseweg. RA: asfaltweg Broeder Koenraadpark. Op T LA: asfaltpad. Na BO RE op 3 RA: parkpad langs graskuil.

Op 3 LA: tegelpad. Meteen RA: paadje bos in. RD: bospad tussen huizen (LI) en school (RE). Bij einde op 3 RA: paadje omlaag in kuil. Overkant RD: omhoog uit kuil. Boven RD: paadje langs school (RE).

Bij kruisende weg RA: voetpad Burgemeester Daleslaan.

Vóór zijweg – Niek Engelschmanlaan – RA: voetgangersoversteekplaats. Overkant RD: voetpad Vossenlaan. RD tot kruisende Oude Molenweg. RA: voetpad Oude Molenweg omlaag. RD: steek Hatertseweg en fietspaden over. Overkant RA: voetpad (LI) Hatertse weg.

Bij 1e zijweg LA: Heidevenstraat omhoog. Bij 1e zijweg RA: parkpaadje aan linker kant van Gouden Torrenstraat. RD: parkpaadje tot einde. RD: voetpad Libellenstraat. Op 3 LA: Heidebloemstraat. Op 3 RA: Hommelstraat. Op 3 RD: Hommelstraat. Op 4 RD: Hommelstraat.

Op T LA: Heiweg. Op kruisende straat RD: steek St. Jacobslaan over. RA: voetpad St. Jacobslaan.

LA: Snelliusstraat. Bij 2e zijweg RA: Mussenbroekstraat. Op T LA: Einsteinstraat. Dan op 4 RA: van Peltlaan. Op 4 LA: Daltonlaan. Op 4 Ra: Buys Ballotstraat. Op T RA: Archimedesstraat.

Op kruisende St. Jacobslaan RD: oversteken. Overkant RD: Archimedesstraat. Aan linker kant komt wijkcentrum De Schakel: eindpunt van deze korte struinctocht 'Heistal'.



Door de kuil



Hoog in het groen



Groen wonen aan de van Peltweg



Parkje Libellenstraat



Heiweg in schaduw van boomlaan



Kunst langs de Archimedesstraat

## Nijmeegse klimaatboerderij Bodemzicht bezorgt groentepakketten en eieren

Wil je iedere vrijdagmiddag gezonde, regeneratieve groenten, kruiden en klimaatieren aan huis geleverd krijgen? Vanaf nu kun je een abonnement nemen op de verse groenten en eieren van Klimaatboerderij Bodemzicht in Nijmegen. Je kunt kiezen voor een klein (2 personen) of groot (3 of meer personen) pakket, mét of zonder klimaatieren, dat van mei tot november aan huis wordt geleverd. Duurzaam, lokaal, gezond én lekker. Prijzen vanaf €9,65 per week. Bekijk de abonnementen op [bodemzicht.nl](http://bodemzicht.nl).

Het hele seizoen door zijn Bodemzicht groenten, kruiden en klimaatieren te koop in landgoedwinkel Het Grootstalletje (Grootstalselaan).

### Verkoop eieren

Het is nu mogelijk de heerlijk verse klimaatieren te bestellen



van Vredelinger kippen die het hele jaar buiten vers gras grazen en insecten eten. Tot mei kun je iedere donderdag of vrijdag klimaatieren afhalen in Hatertse Hei, Grootstal of Galgenveld. Je kunt de eieren bestellen via de website van Bodemzicht.

### Over Bodemzicht

Bodemzicht is de regeneratieve boerderij en leerplek van Anne van Leeuwen en Ricardo Cano Mateo, gevestigd op Landgoed Grootstal. Zij zijn klimaatboeren voor het leven: ze vergroten de biodiversiteit en brengen CO2 en leven in de grond. De kippen leven het hele jaar buiten en grazen vers gras en insecten. En dat is te merken aan de kwaliteit van de oogst: Bodemzicht werkt samen met Nijmeegse toprestaurants als De Nieuwe Winkel, Vesters, De Vereniging en De Meesterproef.

### Bodemzicht

Landgoed Grootstal  
Sint Jacobsweg 13a,  
Malden

Tekst en foto's:  
Bodemzicht



## Overpeinzingen

“Alles is veel voor wie niet veel verwacht”

“Wat op liefde is gebouwd kent geen vergeten”

“Het leven is een krijgsbanier door goede en kwade dagen gescheurd, gevlekt, ontvallen schier

kloekmoedig voorwaarts dragen!

Het leven is: de krijgsbanier tot in Gods handen dragen”

Het leven gaat veel te snel! Dat denken wij dus.

Voor de wintermaanden. Je staat wat later op en de tv heeft soms 's avonds laat de leukste programma's.

En dan krijg je viooltjes, gele viooltjes. Zo maar kado. Zo leuk.

En later nog eens een doos donkerblauw met geel. Een paasgevoel is geboren.

En die viooltjes moeten allemaal de grond in, zo langzamerhand, of in potten. Vorig jaar blauwe er in gezet.

We hebben 40 jaar in een flat gewoond en nu al heel veel jaren in een huis met een tuin. Toen wij het huis kochten, stond er in die tuin met een lengte van 25 meter 1 boom! Verder niets. En nu...

Gele viooltjes zijn het dus geworden. De blauwe in de potten van vorig jaar, beginnen nu uit te komen. En, met mooi weer, is er altijd een zonnig plekje om met een kopje koffie buiten te genieten.

Maar het echte groen overall in de tuin is er pas over een maand, in mei.

Djoeke





## Het Knutsellab

**Deze vrolijke vlinders en vliegjes zijn heel leuk en makkelijk om te maken. Probeer het maar.**



Per vleugel heb je één chenilledraad nodig waaraan je strijkkralen rijgt. Daarna buig je ze in de juiste vorm. Als je eenmaal twee vleugels hebt, draai je ze aan elkaar en klem je ze in een knijper. Met een ander stukje chenilledraad en een paar pompoms of strijkkralen aan het uiteinde maak je voelsprietten.



De vliegjes maak je door een wc rolletje te omwikkelen met verschillende kleuren wol. Dan vouw je er aan de voor- en achterkant een pijpenrager omheen voor de poten van de vlieg. Van een papieren cirkel maak je de vleugels die je op de rug plakt, een paar (wiebel)ogen erbij en je vlieg is klaar!



De wc rollen kun je inpakken met papier of groen verven. En dan plak je er een paar blaadjes op en knip je hem in, zodat je er een bloem in kunt steken.



Om dit schattige lammetje te maken plak je een wc rol vol met watjes. Satéprikkers worden de pootjes. Als laatste maak je een gezichtje van zwart papier met 2 kleine oogjes en klaar is je lammetje.



Het bijtje maak je van een wc rol, zwart, geel, en blauw papier. Leuke kraaltjes voor de oogjes en zzzzzzzzzzo weer een bijtje klaar!

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

## Reacties op het tevredenheidsonderzoek van twee maanden geleden

Om te beginnen: we zijn echt verrast door én blij met al uw reacties! Dit hadden we echt niet durven hopen. Niet alleen de hoeveelheid: schriftelijk 118 en via de website 40. Ook de inhoud van al die reacties. Natuurlijk op de eerste plaats alle aanmoedigingen, positiviteit, schouderklopjes, en ook de aangedragen ideeën, suggesties, op- en aanmerkingen.

Van 14 lezers kregen wij een e-mailadres, omdat ze willen meedenken over of meehelpen met ons wijkblad. Onnodig om te vermelden dat wij daar als redactie op zullen reageren.

### De website:

Van de 118 lezers die schriftelijk hebben gereageerd tot vandaag 13 maart, geven 116 lezers aan geen gebruik te maken van de website. Om uiteenlopende redenen, zoals: geen behoefte aan, niet weten dat er een website is, geen ervaring met computers te hebben, of geen computer te hebben.

Ook vinden onze lezers het vaak prettiger om van papier te lezen.

### Frequentie, aantal pagina's en hoeveelheid tekst:

Het merendeel van de "reageerders" is tevreden over het aantal wijkbladen per jaar (6 x), het aantal pagina's per uitgave (varieert tussen 36 en 50) én de tekst per pagina.

Ook hier uiteraard afwijkende meningen, zoals: rondom de feestdagen en onder bijzondere omstandigheden een extra blad, en ook: 4/5 keer per jaar is voldoende. Maar het merendeel van de reacties was: prima, houden zo. Wat de tekst per pagina betreft werd geopperd om niet teveel tekst (bv. 2 pagina's over 1 onderwerp) te plaatsen, om de tekst te breken door middel van kopjes, of foto's. Door (te) lange stukken tekst verdwijnt de interesse.

### De layout:

Hier begonnen de reacties uiteen te lopen.

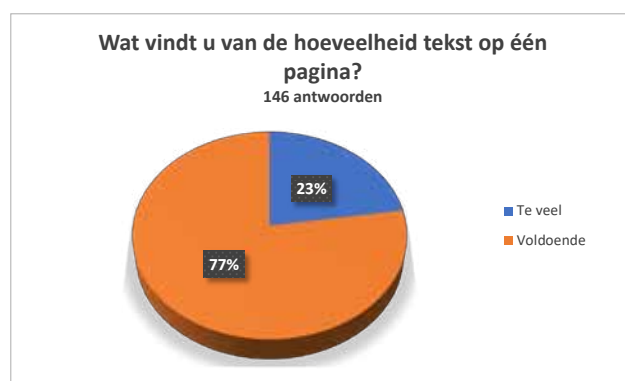
Van: mooi, rustig, kleurrijk, goed verzorgd, mooi gedaan, goed leesbaar lettertype .....

Tot: pompeus, te glossy, niet alle veranderingen zijn verbeteringen, papier/drukinkt stinkt, kwaliteit van het papier mag best minder, kost veel geld!

### Geeft het wijkblad voldoende informatie:

Hier valt nog veel te doen.

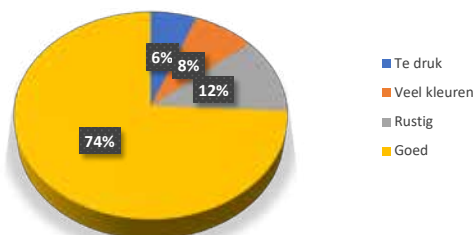
Ideeën: advertenties voor particulieren (alternatief voor marktplaats), huizen te koop/te huur, meer aandacht voor activiteiten, advies in brede zin, activiteiten voor ouderen, het ontstaan van de wijken (winkels/flats) en meer over Toen-Nu, onderlinge





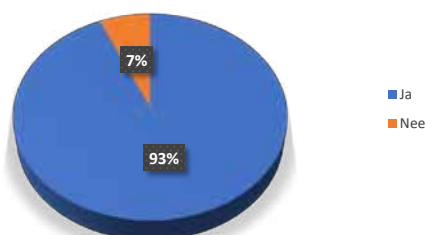
### Wat vindt u van de lay-out van het wijkblad? (Hoe het blad eruit ziet)

151 antwoorden



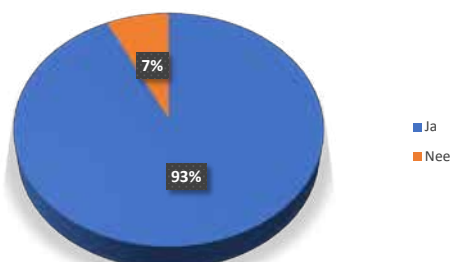
### Geef het wijkblad voldoende informatie over wat er in onze wijk te doen is?

152 antwoorden



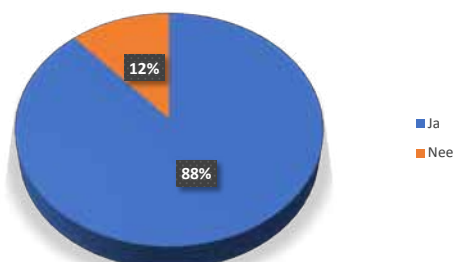
### Vindt u de website overzichtelijk?

28 antwoorden



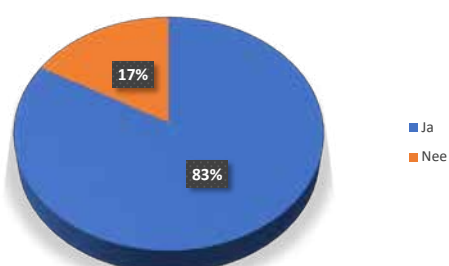
### Vindt u de website informatief genoeg?

26 antwoorden



### Vindt u de website actueel genoeg?

24 antwoorden



hulp in de wijk, meer samenwerken met woningbouwverenigingen, bekende gezichten in de stad, het gaat te veel over activiteiten, instituten en te weinig over mensen, overzicht weekactiviteiten hobby, sport, cultuur.

Punt van aandacht: adres én telefoonnummer blijven vermelden, aangezien lang niet iedereen gebruik maakt van / beschikt over computer.

*Opmerking van de redactie: onder de noemer HEIstalletjes kunnen particulieren gratis iets te koop aanbieden/vragen.*

*Wat het overzicht weekactiviteiten betreft: zodra in De Schakel de gangbare activiteiten weer worden opgestart, wordt als vanouds in elk blad de weekagenda van de daar georganiseerde activiteiten opgenomen.*

### De suggesties voor onderwerpen:

Heel uiteenlopend:

Nijmeegse en regiobands uit jaren 50/60, restaurant/café in de buurt, leuke natuur om te wandelen, voeding/scholen/energiebesparing, nieuwkomers in de wijk, ook asielzoekers en statushouders, nieuwbouwplannen achter het Gofferthuis, interview met kinderen over online-les of huisdieren, kinderen zelf laten schrijven, opvallende plekjes/kunstobjecten/gevelstenen, leuke gesprekken tussen bewoners, info over naaste wijken, bv. Hatert of Malden, politieke opvattingen over onze wijken.

### Wilt u nog iets anders kwijt?

- Dankzij tips of advertenties heb ik bruikbare adressen gevonden in de wijk.
- Is het een idee om een markante, invloedrijke, betrokken buurtbewoners in het zonnetje te zetten? Met gebak van Holland, of een bloemetje van Kleine Zwaan.
- Elkaar kennen als je elkaar tegenkomt! Elkaar groeten! Een "goedendag" wensen zit er niet in (een 93 jarige lezer).
- Ik vind het blad wel wat saai!

Tot zover wat wij mochten ontvangen. Als redactie gaan we aan de slag met de kritische noten, suggesties en aanbevelingen. Niet alleen zullen we in het volgende nummer van De Heistal verslag doen van onze eigen bevindingen en discussie binnen de redactie, maar hopelijk vindt u het successievelijk terug in de artikelen in de komende Heistallen. Op het gebied van b.v. de kwaliteit van papier, naar welke specifieke doelgroepen we zouden kunnen/moeten kijken, (hoe) meer mensen/buurtbewoners aan het woord te laten, een andere/betere agenda van activiteiten in en rond de wijk.

*Tekst: Carla Boves en Fred uit het Broek*

*Diagrammen: Bart van Munster*

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

## Bart Janssen deelt herinneringen Jan Coenraad de Lange



Na de biografie van Trijntje Plet in de laatste drie afleveringen van "De Heistal", vond ik in mijn archief nog documentatie van een andere beroemde wijkbewoner:

Jan Coenraad de Lange, de huisarts op de Oude Molenweg, die ook nog altijd bij veel oudere buurtgenoten in de herinnering voortleeft.

Jan de Lange werd op 13-03-1902 in Rotterdam geboren. In 1923 trouwde hij met Hansje van Hulten en verhuisde naar Gendringen, waar hij huisarts werd. Er werden in Gendringen twee zonen geboren: Leo, ook Tom genoemd, (1924) en Jan Lucas (1925). Anderhalf jaar na de geboorte van Jan Lucas werd het huwelijk van zijn ouders ontbonden.

In 1929, het jaar waarin hij promoveerde en als Dr. Jan Coenraad de Lange door het leven mocht, trouwde hij met Corrie Hopster, die hij altijd liefkozend "kat" noemde, en verhuisde met haar en de kinderen naar Nijmegen. Eerst naar de Houtlaan 3 en op 11-03-1930 naar hun

praktijkwoning met apotheek aan de Oude Molenweg 205, waar naast de voordeur nog altijd een geglazuurde tegel van een "kat" zichtbaar is. Er werden nog vier kinderen geboren.

In Nijmegen raakte Jan de Lange al gauw bevriend met de bekende kinderarts Dr. Frits Peljak, die met zijn gezin op de Kronenburgersingel woonde en die net als hij graag bergen beklom. Jaarlijks trokken zij naar Oostenrijk om de geliefde bergsport te beoefenen. Zo ook in augustus 1939. Zoon Tom moest aan zijn voet geopereerd worden. De behandelende chirurg had Jan de Lange verzekerd, dat hij gerust kon vertrekken, want de ingreep was echt zonder gevaar en het tweetal vertrok naar de bergen, waar zij onbereikbaar waren. Tijdens de operatie ontstond een probleem met de beademing en Tom overleed op de operatietafel. Hij was pas 15 jaar.

In de oorlog was De Lange voor velen een redder in nood. Op de Hazenkampseweg zaten vier joden on-

dergedoken en een van hen kwam te overlijden \*). Grote paniek, want wat moest men met de dode doen? De Lange werd erbij gehaald. Hij heeft de dode aangekleed en in de nacht tijdens zware sneeuwval op zijn schouder naar de Quicktribune achter de huizen gedragen. Daar is hij de volgende dag gevonden door de Duitse Wehrmacht, die er elke ochtend kwam sporten.

Bij het bombardement van Nijmegen op 22-02-1944 \*\*) zag De Lange de gigantische rookzuil uit de stad opstijgen. Zijn dochters Truike en Teuna zaten op de Nutsschool aan het Hertogplein. Hij sprong direct in zijn auto, een DKW met drie gasflessen achterop, en reed zo snel mogelijk naar de stad. De school was niet getroffen en zijn dochters mankeerden niets. Op weg naar huis zag hij dat de woning van Peljak was getroffen. Hij bedacht zich geen moment. Voor het huis hoorde hij hard geschreeuw. Sigrid Peljak, die met griep op bed had gelegen en vanuit haar bed de torens van de Petrus Canisiuskerk had zien bewegen, lag tussen de brandende brokstukken. Met bovenmenselijke kracht, waarbij hij zijn schoenen en voeten verbrandde, lukte het hem haar uit het ingestorte huis te halen. Ze had een 30 cm. lange splinter van een deurpost door haar bovenbeen. Hij realiseerde zich, dat in het ziekenhuis het been in de hectische omstandigheden direct geamputeerd zou worden en hij besloot haar mee te nemen naar zijn praktijk en haar zelf te verplegen. Een half jaar duurde het herstel, maar Sigrid heeft haar been mogen behouden. Het echtpaar Peljak, vijf van de zeven kinderen, het personeel en de mensen in



Jan de Lange,  
vermoedelijk in militaire dienst.



de wachtkamer zijn bij het bombardement omgekomen. Voor zijn patiënten stond de arts letterlijk dag en nacht klaar. Het is voorgekomen, dat hij midden in de nacht bij een spoedgeval werd geroepen en dat hij met de jas over zijn pyjama aan het bed verscheen. Patiënten gingen altijd voor.



*Echtgenote en kinderen van zoon Jan Lucas de Lange*

Op 04-09-1961 stopte Jan de Lange tot groot verdriet van zijn patiënten met zijn Nijmeegse praktijk en verhuisde met zijn vrouw en de vier jongste kinderen naar Ermelo. Jan de Lange besloot zijn laatste werkzame jaren als scheepsarts op de "Grote Vaart" te slijten. In 1964 begon hij erg te sukkel en 8 december van dat jaar overleed hij op 62-jarige leeftijd in Heereveen. Hij werd begraven bij zijn zoon Tom op de begraafplaats Rustoord in Nijmegen, waar in 1981 ook zijn vrouw Corrie werd bijgezet. Jan de Lange maakte het grote drama van zijn zoon Jan Lucas, die ook op de Oude Molenweg opgroeide, niet meer mee.

Jan Lucas, werkzaam bij Philips, moest voor een congres naar Amerika. Vanuit zijn Amerikaanse hotelkamer belde hij op 08-10-1970 naar zijn vrouw Marijke Smit (47) om te zeggen, dat hij daags daarna met een

Boeing 747, die voor het eerst vanuit Amerika Nederland zou aandoen, op Schiphol zou landen. Marijke besloot hem met de kinderen Jan Frido (13), Tommy (11) en Marc (9) op te halen. In zeer dichte mist raakte haar Peugeot bij een kettingbotsing betrokken en Marijke en de drie kinderen kwamen in de vlammen om. Zij zijn op Rustoord in het familiegraf van haar familie Thijs Plet, drogist op de Ganzenheuvel, bijgezet.

Een oud-patiënt van dr. Jan de Lange liet mij in 2018 weten:

"Dr. Jan de Lange was een arts met dolle, dwaze streken, maar geen arts kon aan zijn kundigheid tippen. Hij werd door velen de "eeuwige student" genoemd. Soms zat hij vol jongensachtige streken, maar je wist wat je aan hem had. Hij nam nooit een blad voor de mond en vertelde iedereen wat hij of zij mankeerde,



*Als scheepsarts bij zijn nicht in Canada.*

ook als zijn patiënt de dood tegemoet ging. Nabestaanden bleef hij lang ondersteunen. Hij was een zeer humaan mens met één groot levensdoel: zijn geneeskundige kennis te gebruiken voor iedereen, die hulp nodig had en arm of rijk maakte voor hem geen verschil.

Dr. Jan Coenraad de Lange is onsterfelijk voor iedereen, die hem gekend heeft."

*Bart Janssen*

\*) uit "Het verdriet van Nijmegen"

\*\*) uit "De pijn die blijft"

Beide boeken zijn ook, zo lang de voorraad strekt, te koop bij ondergetekende.

**Reageren:**

bartaltmjanssen@planet.nl



*Grafmonument met esculaap op de begraafplaats Rustoord*



**U kent dat wel: soms komen in een korte tijd een paar dingen samen:**

Ik ging op de thee bij een vriendin (één op één mag gelukkig nog wel) en als verwennerij had zij heerlijke, bijzondere "taartjes". Een paar dagen later nodigde een andere vriendin zichzelf uit op de koffie, en omdat het lunchtijd was, bracht zij overheerlijke, kleine broodjes mee. Beide producten waren gekocht bij Dé Bakkerij, te vinden op de Houtwerf op de Hatertseweg.

**Voor alle duidelijkheid: ik schrijf dit niet om reclame te maken voor iets of iemand. Maar als tip voor iedereen die net als ik niet weet wat daar allemaal te zien is.**

Natuurlijk schrijven wij graag in het wijkblad over winkels en zelfstandigen met hun eigen activiteit of bedrijf, maar dat is dan meestal op verzoek van de betreffende persoon. De afspraak is, dat daar een kleine vergoeding in de vorm van een advertentie tegenover staat. Inkomsten uit advertenties zijn voor het wijkblad van levensbelang, omdat ze – naast de gemeentelijke subsidie – onze enige bron van inkomsten zijn.

Maar in dit geval moest ik denken aan de suggestie van een van onze lezers in het Teverdensheids-onderzoek, namelijk om eens wat verder te kijken dan de grenzen van onze eigen wijken! Dat was dus de volgende hint waardoor ik tot het schrijven van dit artikel kwam.

## Over de Houtwerf dus

**Op mooie dagen per fiets of lopend goed te bereiken vanuit Grootstal of Hatertse Hei. Toen ik onlangs op een mooie voorjaarsdag naar de Houtwerf liep, had ik al op internet gelezen:**

"De Houtwerf is een nieuwe hotspot in Nijmegen, waar ondernemers verbinding zoeken met elkaar, de wijk en de stad. Creativiteit, kunst, design, ambacht, innovatie, maatschappelijke betrokkenheid en duurzaamheid, daar draait het om. In een open en toegankelijke sfeer ontwikkelt deze dynamische plek zich tot een platform voor creatief en innovatief talent." Zo'n tekst maakt extra nieuwsgierig. En terecht, bleek al snel!

Niet alle bedrijven/bedrijfjes waren open. In hoeverre dat als gevolg van Corona is, kan ik niet beoordelen. Gelukkig was de bakker wél open.

**"Hét Bakkerscafé"** heet die zaak.

Hier krijgen mensen met een beperking of tijdelijke uitval op lichamelijk, verstandelijk of psychiatrisch gebied de mogelijkheid krijgen zich op hun eigen niveau en tempo te ontwikkelen. Binnen de bakkerij, de horeca, administratie en koerierswerk. Een mooi streven! Om zo samen een (biologische) bakkerij én lunchroom te runnen, 7 dagen per week geopend. Met overheerlijke producten, weet ik inmiddels uit eigen bevinding. En lekker koffie, ook om mee naar buiten te nemen.

Maar er is meer ..... veel meer

**"I am recycled"**

Hier worden van ruwe materialen de meest creatieve en bijzondere gebruiksvoorwerpen worden gemaakt en verkocht. Zo maken ze onder de noemer "I am Recycled" bijvoorbeeld van oude beschuitbussen hippe lampen en onder de noemer Funktrunk van oude koffers toffe speakers. Dat doen ze allemaal samen met jongeren die een afstand hebben tot de arbeidsmarkt. Geweldig!

**"The Kettlebell-Club"**

Volgens internet:

"De snelstgroeïende sportschool, waarbij persoonlijke aandacht en kleinschalige trainingen centraal staan". Een team van 12 instructeurs geeft trainingen met namen als Barbel training, Bokszak training, Bootcamp of Kettlebell. Op het moment van schrijven nog gesloten wegens corona, hopelijk snel weer toegankelijk.

**"Plek Nijmegen"**

Ook weer volgens internet: een kijkrestaurant!

"Er is zoveel te zien, dat je in eerste instantie niet begrijpt wat de verschillende items met elkaar gemeen hebben. Papagaaien- en piranhabehang, een trotse pauw, een gouden panter, pingpongbatjes. Een immense cartoon-tekening aan de muur met afbeeldingen variërend van Popeye, Pikachu, Pinokkio, peer, planeet en paard.

Een zoekplaatje naar ..... alles met de beginletter P.

En natuurlijk – als alles weer mag – lekker eten, drinken en gezelligheid.

**"Plek shop"**

Verkoopt woonartikelen en cadeaus. Veel kleur, veel sfeer, en veel items die beginnen met een P!

**"Black & Blue - events"**

Voor BBQs, BBQ gear (benodigdheden), houtskool, sauzen en rubs. Ze geven BBQ workshops en verzorgen catering maar geven bijvoorbeeld ook workshop-leerwerking, of organiseren – zowel zakelijk als privé – in teams een Pubquiz (minimale groepsgrootte 20 personen). Midden in de zaak is een grote Vuurplaats, die uitnodigt om mee te doen.

**"Pedaalkracht"**

De naam verwijst naar de krachtoverbrenging op de pedalen (van de fiets). Een bedrijf waar elke fietsliefhebber alles voor die hobby kan vinden: wielrenners, mountainbikers en triatleten.

**"HAN University of Applied Sciences"**

Waar een groep 4de-jaars studenten Bouwkunde en Werktuigbouwkunde van de HAN onderzoek doet. Als ze aanwezig zijn kunt u gerust even binnenlopen.

**"Studio Laurien Renckens"**

Beeldend kunstenaar, waar ik verder geen informatie over heb gevonden.

**"M-home"**

Een nieuw bedrijf op De Houtwerf, waar volgens een van de mensen die ik sprak, zogenaamde "tiny houses" worden bedacht/gemaakt. (Dat zijn piepkleine woningen die in een paar uur worden gebouwd en ook zo weer te verplaatsen zijn).

*En dat allemaal in dat zijstraatje van de Hatertseweg, op nummer 23, waar je langs loopt of fietst, zonder te weten hoeveel zich daar afspeelt. Dus als het lentezonnetje schijnt zeker een leuk doel voor een wandeling of fietstocht.*

Tekst: Carla Boves



## WIJKRAAD HATERTSE HEI

We zijn al weer iets doorgeschoven in 2021, richting het voorjaar. Een steeds groter deel van onze bewoners heeft een oproep ontvangen voor een coronavaccinatie. Het einde van dit tijdperk is helaas nog niet in zicht, maar we hopen natuurlijk allemaal op het versoepelen van de maatregelen zodra het kan. Voorlopig zitten wijkraadvergaderingen er nog niet in.

Ik kan wel een belangrijke mededeling doen over de Mix.

De Mix houdt op een jongeren-centrum te zijn. De activiteiten worden verplaatst naar het sport medisch centrum aan de Kamerlingh Onnesstraat 37-39.

In februari heeft de gemeente dit via een brief aan een beperkt aantal directe buurtbewoners medegedeeld. Het merendeel van de adressen in de Hatertse Hei heeft dit bericht echter niet gehad.

Er komt vanaf 1 april voor 5 jaar een tijdelijke nieuwe invulling van de Mix middels het verhuren van de Mix als atelier aan kunstenaars.

De moestuinen bij de Mix blijven voor inwoners beschikbaar zolang de ateliers verhuurd worden.

De Schakel in Grootstal wordt ook het wijkcentrum voor alle inwoners van de Hatertse Hei.

De gemeente verwacht op deze wijze geld op de Mix te kunnen besparen. De gemeente wil dat vrijgekomen geld gebruiken om andere wijkcentra in de stad te verbeteren. De bedoeling van de gemeente is om per stadsdeel samen met de bewoners een goed pakket aan wijkactiviteiten te organiseren. Medio 2021 is ons stadsdeel Zuid aan de beurt.

Voor vragen zijn wij bereikbaar op [info@hatertsehei.nl](mailto:info@hatertsehei.nl)

Andrea van der Leek

secretaris wijkraad Hatertse Hei



## Column

### Bewust een uitvaartondernemer kiezen: 'op zoek naar de klik'

**"Ik weet zeker dat jij Maartje's wensen waar kunt maken."**



*Letwat nerveus bel ik aan. Ik ben uitgenodigd om kennis te maken met de familie Hendriksen. Het vreemde aan deze kennismaking is, dat ik niet zeker*

*weet of ik de uitvaart ook daadwerkelijk ga verzorgen. Voetstappen komen dichterbij. Krakend gaat de oude houten deur open. "Goedemorgen meneer Theunissen, fijn dat u er bent. Ik ben de vader van Maartje." Hij steekt zijn hand uit. Een warme, stevige handdruk van een vader die het goed wil regelen voor zijn dochter.*

### Het eerste gesprek

"Gaat u maar zitten, wilt u een kopje koffie?" De eettafel is druk bezet: vader, moeder, partner en kinderen kijken me met hun ogen indringend, maar vriendelijk aan. "U bent de vierde en laatste in de rij, dus we zijn benieuwd." En anders ik wel, want deze vorm van een uitvaart regelen heb ik niet eerder meegemaakt. De familie nodigt een aantal uitvaartverzorgers uit om langs te komen. Daarna kiezen ze zelf wie de uitvaart gaat verzorgen.

### De tijd vliegt

Ik stel mijzelf voor, vertel waar ik voor sta en wat ik te bieden heb. De familie stelt belangstellende vragen en kletst ronduit over de zieke jonge vrouw, die in de kamer ernaast ligt. Ze weten goed wat ze willen. De tijd vliegt en voor ik het weet zit ik weer in de auto op weg naar huis en denk nog eens na over deze bijzondere ontmoeting.

### Mijn vermoeden wordt bevestigd

De volgende morgen schijnt de lentedon al vroeg door mijn gordijnen. Genietend van een kop koffie check ik mijn mail. Terwijl ik een eerste slok neem, zie ik een nieuwe mail. Familie Hendriksen: verstuurd om 4 uur 's nachts. Ik voel een naar gevoel opkomen en slik mijn koffie door. Ik klik het bericht open en mijn vermoeden wordt bevestigd. 'We hadden zo'n fijn gesprek gister. Ik weet zeker dat jij alle wensen van Maartje's afscheid waar kunt maken. Helaas sneller dan gedacht, want ze is vannacht overleden'. Ik bel direct met meneer Hendriksen, kleeft me aan en stap in de auto onderweg naar dit gezin.

Meer columns kunt u lezen op: [www.jurgentheunissenuitvaartzorg.nl](http://www.jurgentheunissenuitvaartzorg.nl)

Bezoek de website voor o.a. reacties

van nabestaanden en een videoportret.

Ook als u niet of elders verzekerd bent.

Regio Nijmegen 024 - 22 101 22



In het voorjaar van 2020 zijn de gemeenten in de regio Gelderland-Zuid gestart met het project #oogvoorelkaar. In dit project delen we portretten van mensen met een bijzonder verhaal. Een verhaal dat gaat over leven met psychische klachten, beperking, aandoening of met een ziekte. En het gaat ook over hoe belangrijk de mensen om je heen zijn en hoe je ondanks je situatie tóch doorgaat. Lees het verhaal van Bianca van Raaij.



## “Benut je mogelijkheden, ook als je blind bent”

*“Mensen op straat willen mij vaak helpen. Dat is in de meeste gevallen echt niet nodig”, vertelt Bianca van Raaij (52), coördinator Onderwijs en Inzet Eigen Ervaring bij het Zelfregiecentrum in Nijmegen. “Mijn blindheid is het eerste dat andere mensen zien. Maar wat ze niet weten is dat ik werk, zing in een koor, kook, een relatie heb, lieve vrienden en familie om mij heen heb. Ik ben veel meer dan alleen blind. Dát laat ik graag aan iedereen zien.”*

### Durf hulp te vragen

Bianca leert in haar werk andere mensen hoe ze het beste kunnen omgaan met mensen met een beperking. “Ik geef en coördineer gastlessen op scholen en opleidingen. Dit sluit aan bij mijn studie onderwijskunde. Daarnaast verzorg ik coaching en presentatiecursussen. Deelnemers komen soms binnen met faalangst, maar per bijeenkomst zie ik ze zelfverzekerder worden. Zelf was ik vroeger ook verlegen. Daarom vind ik het leuk om aan anderen te laten zien hoe je die onzekerheid bij jezelf kunt wegnemen. Zelfregie is hierbij het uitgangspunt. Ik bespreek samen met hen wat zij willen, wat ze al kunnen en waar ze hulp bij nodig hebben. Bijvoorbeeld bij zelfstandig wonen of het leren kennen nieuwe mensen. Het is belangrijk dat we allemaal om hulp durven te vragen, en ons bewust te zijn van wat we wel en niet kunnen. Juist dat is zelfregie, want je geeft zélf aan wat voor jou belangrijk is en waar je hulp bij nodig hebt. Ik kan veel zelf, maar voor het zetten van een handtekening op een

brief of bij het gebruik van een ontoegankelijke website, vraag ik zeker hulp.”

### Wandelvriendinnen

Naast haar werk besteedt Bianca veel tijd aan haar gezondheid én de mensen om haar heen. “Ik ga drie keer per week lopend naar de sportschool. Ook zwem ik wekelijks in het zwembad in Dukenburg. Ik vind het fijn dat ik met het openbaar vervoer naar het zwembad en andere plekken reis.



Dat geeft mij veel vrijheid. Daarnaast wandel ik graag. Dit doe ik alleen, met vriendinnen of met een vrouw van Turkse afkomst. Zij begeleidt mij in het bos, terwijl ik haar de Nederlandse taal beter leer spreken. Ik vind het een leuke uitdaging om dingen goed aan haar uit te leggen. Als ik bijvoorbeeld zeg: “wat ruikt het in dit bos lekker naar dennenappels”, leg dan maar eens aan haar uit wat dat zijn, want ik kan ze zelf niet aanwijzen. In deze coronatijd houden wij ieder een kant van mijn blindenstok vast, zodat we anderhalve meter afstand kunnen houden.”

### Luisteren naar een ander

Ook de mensen op straat hebben oog voor Bianca. Alleen werken

hun goede bedoelingen soms juist averechts. “In het openbaar vervoer maak ik het regelmatig mee dat mensen mij zomaar stevig bij mijn arm pakken en zeggen welke kant ik op moet. Op een perron zeggen ze bijvoorbeeld waar de lift is, terwijl ik met de trap wil. Ze doen dit om te helpen, maar bekijken de situatie daarbij volledig vanuit zichzelf. Vaak hoor ik ze zeggen: “goh, wat lijkt het mij erg om blind te zijn.” Zij missen de ervaring die ik al mijn hele leven heb. Met elkaar communiceren is daarom heel belangrijk. Vraag de persoon die je wilt helpen of deze ook echt hulp nodig heeft en zo ja, op welke manier. Ik vind het wel fijn als mensen mij helpen in een voor mij nieuwe of onverwachte situatie, zoals bij wegwerkzaamheden. Daarnaast wil ik graag aan andere mensen met een beperking meegeven: benut de mogelijkheden die je hebt. Want alleen dan kun je ze uitbreiden. Doordat ik met het openbaar vervoer ben gaan reizen, kan ik naar het zwembad gaan en met mijn vriendinnen wandelen. Zonder deze activiteiten was ik pas écht beperkt in mijn leven.”

Voor meer informatie over Onderwijs en Inzet Eigen Ervaring bij het Zelfregiecentrum in Nijmegen: zie [www.zrcn.nl](http://www.zrcn.nl)

### Over #oogvoorelkaar

Volg #oogvoorelkaar op social media voor meer interviews en videoportretten.



Opnieuw een nieuw initiatief in de 'Wondere Wereld' aan de andere kant van de Grootstalselaan

## De Heerlijke Bosgaard: Landbouw in een nieuw jasje

Als je door de Sint-Jacobsweg richting Malden loopt, zie je aan de linkerkant een nieuw aangeplante haag in pril voorjaarsblad. De weg ademt de sfeer van een laantje. Op de landbouwgrond daarachter staan nieuwe bomen en struiken. Wat is er gaande? We gaan een kijkje nemen.

We treffen teler Frank de Gram, die er aan het werk is met een aantal mensen. Hij nodigt ons uit om op het land te komen en vertelt enthousiast: "We gaan hier een nieuw soort landbouw ontwikkelen: voedsel uit een bosgaard, waar ruimte is voor vlinders en bijen. We planten noten- en fruitbomen, fruitstruiken, vaste groenten en kruiden.

De boomgaard is zo ontworpen dat het systeem voor zichzelf gaat zorgen. Net als de andere telers op landgoed Grootstal werken we zonder kunstmest en chemicaliën. We gaan nog een stap verder en gebruiken zelfs geen dierlijke mest. Dat levert uiteindelijk voedzame, gezonde voeding op



en een klimaatbestendige teelt."

Zijn collega Joke Feenstra vult aan: "We willen hier laten zien dat deze nieuwe vorm van landbouw vele doelen tegelijk dient. Daarom is het project opgezet met betrokkenheid vanuit de stad. Mensen kunnen zich aansluiten bij dit initiatief als vrijwilliger, oogstdeelnemer, als coöperatie lid of voor een werkervaringsplek. Samen willen we laten zien dat de landbouw anders kan: gezonde en gevarieerde voeding van dichtbij, met ruimte voor de natuur en de betrokkenheid van omwonenden. We vinden op landgoed Grootstal hiervoor een vruchtbaar klimaat en voelen ons thuis tussen de andere natuurinclusieve telers."

Ze vervolgt: "Belangrijk is dat de nieuwe aanplant rust krijgt om aan te slaan. Over het perceel, dat eerder door Staatsbosbeheer werd beheerd, zijn zomaar informele paadjes ontstaan dwars over het veld. Dat willen we gaan stroomlijnen, want het is en blijft landbouwgrond. We realiseren ons dat dat even wennen is voor wandelaars in dat gebied."

Het voedselbos wordt gerealiseerd door landgoed Grootstal in samenwerking met coöperatie Arbres, die werken met mensen met een afstand tot de arbeids-

markt. Joke: "Met deze manier van samenwerken ondersteunen we de missie van het landgoed om meervoudige waarde te creëren: de Heerlijke Bosgaard zal in de toekomst een inkomen leveren voor de bosboer, er is veel ruimte voor biodiversiteit en daarnaast voor betrokkenheid van mensen uit de stad, die lid kunnen worden en zelf kunnen komen oogsten. Eigenlijk net als bij het Heerlijke land, de zelf-oogstmoestuin op het landgoed."

Meedoen kan nu al door je aan te melden via de website [www.arbres.nl](http://www.arbres.nl).

We verheugen ons erop om deze nieuwe vorm van landbouw tot ontwikkeling te zien komen in de komende jaren. En vanuit de wijk genieten we mee van de ontwikkeling van een wandelaan - de Sint Jacobsweg -door het voedsellandschap van de 21ste eeuw. Voor vragen over dit artikel: Joke Feenstra T 06 10 94 66 05 of [joke.feenstra@arbres.nl](mailto:joke.feenstra@arbres.nl)

Fotografie: Levien Lockefeer











## NIEUW IN DE SCHAKEL!



Wijkcentrum De Schakel heeft een kinderzwerfboekstation. Je kunt hier gratis een leesboek mee naar huis nemen. Als je het boek hebt gelezen, dan kun je het weer terug brengen naar het station. Maar het is nog leuker om het ergens anders neer te leggen, bijvoorbeeld in de klas, de speeltuin, in de bus of in een andere stad. Een nichtje of neefje is er ook vast blij mee. Zo gaat het boek "zwerven". Het boek met een sticker kan je volgen. Je moet je dan wel even aanmelden op de website van kinderzwerfboek en een code opvragen. Het is natuurlijk hartstikke leuk om een mailtje te krijgen als een ander kind 'jouw' boek heeft gevonden.

### Meer weten?

Ga voor het aanvragen van een code om een zwerfboek te volgen naar [www.kinderzwerfboek.nl](http://www.kinderzwerfboek.nl).

Dorite Claassen is stationschef en contactpersoon van kinderzwerfboekstation wijkcentrum De Schakel, [07claassen@gmail.com](mailto:07claassen@gmail.com)

**Heb je boeken in je boekenkast staan die je niet meer leest, breng ze naar het "station".  
Laat ze zwerven!**

## Wie zijn wij?



Reactie op onze oproep in nummer 1 - 2021

Vrnl. staande: Gerard de Baaij, Ronny Davies, Tonny van Winsen, Jan Peters.

Vrnl. zittend: --- van Oss (?), Ron Spee, Hennie Klaassen, Noud de Groot.

### Herken een CO-vergiftiging

Koolmonoxide (CO) is een gevaarlijk gas dat ontstaat bij onvolledige verbranding. Door een CO-vergiftiging kun je misselijk worden, hoofdpijn krijgen, duizelig en slaperig worden en uiteindelijk bewusteloos raken of overlijden.



#### Wat moet je doen?



#### Hoe voorkom je een CO-vergiftiging?

##### Plaats een CO-melder

Zo weet je tijdig wanneer er een gevaarlijke concentratie koolmonoxide vrijkomt.

##### Ventileer je huis altijd

Zorg dat er 24 uur per dag, 7 dagen per week een rooster of raam openstaat.

##### Controleer het verwarmingstoestel regelmatig

Laat je CV-ketel, geiser of ander verwarmingstoestel tenminste één keer per jaar controleren door een gecertificeerd vakman.



Meer weten? Ga naar <https://www.co-wijzer.nl>

# Op de hoogte blijven van ophaaldagen en belangrijk nieuws?

## Zet meldingen aan in onze app!

- 🔔 Stel pushmeldingen in voor belangrijk nieuws. Je krijgt bijvoorbeeld een melding bij veranderingen door het weer of als het druk is op de milieustraat.
- 💡 Weet wanneer jouw ophaaldagen zijn en krijg een melding wanneer wij jouw afval ophalen.
- 📱 Twijfel je welk afval waar hoort? Ook dit vind je in onze app in de afvalwegwijzer.



[www.dar.nl](http://www.dar.nl) | [info@dar.nl](mailto:info@dar.nl) | 024-3716000



**Dar.**<sup>®</sup>

Wij verzorgen de uitvaart voor iedereen: met en zonder verzekering.

**"UITVAARTWENSEN  
BESPREKEN GEEFT RUST,  
bij u en bij uw dierbaren."**



Voor meer informatie, ons videoportret en referenties van nabestaanden, zie [www.jurgentheunissenuitvaartzorg.nl](http://www.jurgentheunissenuitvaartzorg.nl)

Regio's

Nijmegen

024 - 22 101 22

Arnhem

026 - 84 83 148

's-Hertogenbosch

073 - 22 100 82

Wageningen

0317 - 703 017

24 uur per dag bereikbaar, ook in het weekend



# ZATERDAG 29 MEI 2021 van 19:45 tot 22:30 uur



Met een schuin oog op de derde coronagolf trekken we de stoute schoenen weer aan en organiseren op zaterdagavond 29 mei aanstaande opnieuw het Ommetje in de wijk. Voorzichtigheids-halve stellen we het maximum aantal deelnemers op 40. En gaan voor een stevige wandeling door de wijk, met optredens en verhalen op een drietal plekken. Zo eind mei is het al langer licht en rekenen we op goed weer om een en ander buiten te kunnen laten plaatsvinden.

De ideeën borrelen al, de contouren van het Ommetje hebben we vastgelegd en hier en daar zijn contacten gelegd om een bijdrage

## Even los van het Ommetje in de eigen wijk een oproep van de stedelijke coördinatie van de nacht van de Ommetjes, Nijmegen

Nacht van de Ommetjes, het jaarlijks terugkerende wandelevenement van Nijmeegse wijken, bestaat sinds 2020 tien jaar. Kort voor het evenement in oktober 2020 zou plaatsvinden, is de stekker eruit getrokken. Een nieuwe golf aan besmettingen gooide roet in het eten. Na het turbulente jaar van '20 keert de Nacht van de Ommetjes terug op 29 mei 2021. En vieren wij alsnog het tienjarig jubileum.

Als onderdeel van ons programma hebben we dit jaar het project Mo(nu)mentjes gestart: een online podium voor oude en nieuwe verhalen van Nijmeegse wijkbewoners. Van oprichtster Doro Krol hebben we vernomen dat de wijkkranten van Nijmegen ieder jaar verslag deden van deze Ommetjes. Aan jou, de lezer, bij deze de vraag:

- Heb je berichten bewaard over de Nacht(en) van de Ommetjes?

te leveren. Het -losse- thema dit keer is: VEERKRACHT.

Geen flyer in de bus dit keer. Let op de website van De Heistal: [www.deheistal.nl](http://www.deheistal.nl) voor de laatste berichten en de posters die je hier en daar ziet hangen. Interesse? Geef je dan op bij de website van de ommetjes Nijmegen: [www.denachtvandeommetjes.nl](http://www.denachtvandeommetjes.nl) onder het kopje 'Doe mee!!'. Is dat te omslachtig? Dan kun je je ook aanmelden bij Fred: 06 535 44476. (De mensen die zich vorige keer al hebben opgegeven, mailen we apart).

*We gaan je zien!*

*Fred, Carla, Marianne*

- Heb je foto's en/of video's van de Nacht(en) van de Ommetjes?
- Zo ja, kunnen deze gebruikt worden voor de website [www.denachtvandeommetjes.nl](http://www.denachtvandeommetjes.nl) en het jubileumboek '10 Jaar Nacht van de Ommetjes', dat eind 2021 zal verschijnen? Stuur berichten, foto's en video's s.v.p. door naar de website.

Daarnaast willen we iedereen die betrokken is (geweest) uitnodigen om via de website herinneringen en mooie momenten van de afgelopen jaren en van dit jaar 2021 met ons te delen.

We horen graag van jullie.

*Hartelijke groet,*

*Belinda Limani*

*PR-Coördinatie,*

*[www.denachtvandeommetjes.nl](http://www.denachtvandeommetjes.nl)*

## Column

### Even stilstaan

Ondanks en dankzij Corona

Het is nog steeds een lockdown en dus veel gelegenheid voor mij om thuis te lezen en geïnspireerd door wat ik lees in het boek *Life Changing Foods*, recepten uit te proberen.

Ik heb gekozen voor bleekselderij.

Bleekselderij is een van de krachtigste, ontstekingsremmende voedingsmiddelen. Omdat het schadelijke bacteriën, gist, schimmels en virussen die in het lichaam aanwezig zijn uithongert. Dat moeten we hebben in deze tijd, dacht ik! Bovendien heeft bleekselderij een kalmerend effect als je bang, paniekerig, geschokt of onrustig bent.

Bleekselderij leert ons evenwicht te brengen tussen het eenvoudige en het complexe in het leven. Het drinken van bleekselderijsap is een zeer eenvoudige maatregel om je beter te gaan voelen. Vandaar dit recept voor makkelijk groensap. De perfecte manier om je dag mee te beginnen!

1 stronk bleekselderij, de

stengels los van elkaar

1 grote appel in plakjes

1 citroen

1/2 bosje peterselie of koriander

4 verse munttakjes

Verwerk alle ingrediënten met een sapcentrifuge. Giet het in een groot glas en drink het op.

Proost! Op uw gezondheid!

Een nieuwe lente, een nieuw begin.

*Marianne*

# sterker

sociaal werk  
Swon en NIM zijn samen

## 'Deel de Dag' dagbesteding opent unieke locatie in Nijmegen-Oost

'Deel de Dag' van Langer Thuis in Nijmegen (voorheen Swon) is al jaren een begrip als het gaat om dagbesteding voor Nijmeegse ouderen die op zoek zijn naar gezelligheid en structuur. Met locaties door de hele stad kunnen ouderen overal terecht. Sinds een aantal weken heeft zich een nieuwe locatie geopend in Nijmegen-Oost. Deze unieke locatie aan de Prins Hendrikstraat nummer 7 heeft niet één, maar drie activiteitenruimtes waar deelnemers voor een groot deel - binnen de coronamaatregelen - hun eigen 'menu' kunnen samenstellen. Het is echt een 'doe-locatie' waar eigen inbreng en initiatief van de deelnemers zeer wordt gewaardeerd.

Via de zij-ingang van het oude schoolgebouw loop je naar binnen via een imposante gang. De namen van de aanwezige begeleiders staan links op het bord geschreven. De eerste deur rechts leidt tot 'de orangerie', een ruimte die zijn naam te danken heeft aan de leuke planten en stekjes die er verpot worden. Deelnemers

kunnen hier rustig zitten, een spelletje spelen of natuurlijk de planten verzorgen. De volgende ruimte is een zaal waar meer beweeglijke activiteiten worden uitgevoerd. Sport en spel, les via het digibord of een nieuwe wereld ontdekken met de VR-bril. Niets is er te gek!

### Alles is mogelijk

Als je verder de hal inloopt, vind je aan de overkant het atelier. Hier kunnen deelnemers hun creativiteit de vrije loop laten. Er is volop schilder- en ander materiaal aanwezig en grote ramen laten veel daglicht naar binnen vallen. Verschillende kunst- en cultuuractiviteiten worden hier aangeboden. Ieder kan hier zijn talenten (her-)ontdekken. In de naastgelegen keuken komt iedereen samen om koffie te drinken en te lunchen. Soms is het eten wat de pot schaft, maar andere keren vinden deelnemers het leuk om mee te helpen met het bereiden van de lunch. "Laatst zijn we met een paar deelnemers naar de markt gelopen om verse groenten te halen. We hebben

toen een heerlijke stampot gegeten", vertelt een van de begeleiders.

### Hoe meer zielen, hoe meer vreugd!

Ondanks de gesloten winkels zijn de begeleiders van de locatie fanatiek aan de slag gegaan om alles zo leuk mogelijk in te richten en aan te kleden. De slingers aan het plafond en de gekleurde stoelen creëren een gezellige, huiselijke sfeer. De eerste deelnemers hebben zich aangemeld en komen er dagelijks, maar er is plek voor veel meer deelnemers! Dus bent of kent u iemand die hier goed op zijn of haar plek zou zitten? Neem dan gerust contact op met de organisatie! Een dagje meelopen behoort ook tot de mogelijkheden.

### Contactgegevens

Telefoonnummer:

088 - 001 13 33

E-mailadres:

[nijmegenoost@deelledag.nl](mailto:nijmegenoost@deelledag.nl)

Locatie:

Prins Hendrikstraat 7

>> Advertenties <<

**Contact Clown Toedeloë**

Voor jong en oud, gezond en ziek, schoolgroepen, (straat)feesten & evenementen

Creatief bezig zijn  
Improviseren  
Muziek maken  
Verkleedkist  
GPS spoortocht en spel  
Schmink & Tattoos

Daniëlle van Maanen  
• [info@clowntoedeloë.nl](mailto:info@clowntoedeloë.nl)  
• [www.clowntoedeloë.nl](http://www.clowntoedeloë.nl)  
• 0649824013  
• [ContactClownToedeloë](https://www.facebook.com/ContactClownToedeloë)

**Energie Coach Daniëlle**  
Psycho-Energetisch Therapeut

Healing  
Reading  
Ademyoga  
Meditatie  
Counseling  
Toegepaste  
Imagatie

Daniëlle van Maanen  
06-49824013  
[info@energiecoachdanielle.nl](mailto:info@energiecoachdanielle.nl)  
[www.energiecoachdanielle.nl](http://www.energiecoachdanielle.nl)  
Aangesloten bij OPET



## WIE ZOEKEN WIJ?

**JE BENT CREATIEF, MISSCHIE EEN TIKKIE REBELS EN JE VERTELT ALTIJD DE TOFSTE VERHALEN. OF JE NU OP SCHOOL BENT, THUIS, OP PAD MET VRIENDEN OF OP DE (VOETBAL) CLUB; JOUW VOELSPRIETEN STAAN ALTIJD AAN. JE DURFT ZOWEL DE LEUKE ALS MINDER LEUKE KANTEN VAN HET LEVEN ALS TIENER TE BESCHRIJVEN. DAT MAG JE ALLEEN DOEN, MAAR OOK SAMEN MET JE VRIENDEN. DE REDACTIE IS ALTIJD BEREID TE HELPEN. HEB JE INTERESSE, STUUR DAN EEN MAIL NAAR [redactie@deheistal.nl](mailto:redactie@deheistal.nl)**

### Een heel jaar Corona

Wie had dat gedacht? Ik in ieder geval niet. Maar ik moet zeggen dat het erg goed met me gaat. In september 2020 ben ik in Nijmegen gaan studeren. Alle lessen zijn online en ik ben zelfs nog geen één keer op de universiteit geweest. Best gek. Me eenzaam voelen doe ik echter niet. Ik woon in een huis met 3 andere christelijke meiden. We hebben samen veel plezier en vervelen ons (bijna) nooit. Bakwedstrijden, wandelingetjes in het bos, tennissen, spelletjes spelen, kletsen en zelf knutselen. Het gebeurt allemaal in Villa Syno. Daarnaast zit ik bij de christelijke studentenvereniging Navigators. Hoewel de meeste activiteiten niet doorgaan, mogen we nog wel in tweetallen bij elkaar komen. Tenslotte heb ik mij bij de Hanzekerk aangesloten die op dit moment online bij elkaar komt via ZOOM. Ook hier heb ik veel mensen leren kennen.

Hoewel soms de reislust toeslaat (ik heb eerder een heel jaar gereisd), gaat het erg goed met me en voel ik me nooit eenzaam.

Mijn hoop voor andere studenten is dat ook zij community (gemeenschap) om zich heen zullen hebben. Mensen zijn nou eenmaal gemaakt om onder andere mensen te zijn.

*Myrthe Susan, 21 jaar*

Deze tijd is voor mij erg lastig. Ik mis veel dingen enorm waaronder mijn opa en oma knuffelen. Ook vind ik het lastig de afstand te bewaren met mijn vrienden. Je bent toch blij om iemand een knuffel te geven.

Wat ik wel fijn vind is, dat de school weer doorgaat en ik gewoon weer naar mij stageplek kan.

En het uitslapen voor de onlineles is ook heel fijn.

*Demy, 17 jaar*

## Nieuws van BINDKRACHT 10

Je mag Bindkracht 10 als jongere altijd appen of bellen als je wilt kletsen of vragen hebt. Niels (tel. 06 19 13 62 89, Anouk (tel. 06 20 22 32 77) of Dushanthi (tel. 06 82 56 39 43).

Deze week zijn we verhuisd naar een nieuw jongeren centrum! Van de Mix naar de nieuwe locatie in het Sport Medisch centrum. We zijn nog op zoek naar een nieuwe naam, dus jongeren mogen een suggestie indienen bij ons ☺.

Op de nieuwe locatie mag je individueel langskomen op afspraak (even een van ons appen voor een afspraak).

Er is een meidenclub (leeftijd 9-15) op de dinsdagen om 15:00 uur. App Anouk Menlibar als je wilt aansluiten 06 20 22 32 77. I.v.m. de coronamaatregelen is dat alleen buiten op dit moment.

En hopelijk is het binnenkort mogelijk om weer activiteiten te doen op onze nieuwe locatie!



De Akker is een leuke basisschool met bijna 400 kinderen en een stenen schoolplein. Dit schoolplein wordt intensief gebruikt door onze kinderen, door de buitenschoolse opvang en, last but not least, door kinderen uit de wijk die er na schooltijd en in het weekend komen spelen.

Een stenen schoolplein nodigt niet echt uit tot creatief, sociaal en veilig spelen. Dat is wél wat we willen. Dus hebben we het plan opgevat om een groene speelplaats aan te laten leggen.

Een groene speelplaats die beter past in deze tijd, waarin we ernaar streven om kinderen meer naar buiten te halen en hen in contact te brengen met de natuur én die voorzien blijft van veldjes om bijvoorbeeld te kunnen voetballen.

Het aanleggen van een groene speelplaats kost veel geld. Er zijn subsidies beschikbaar. Verder gaan we een beroep doen op het wijkbudget van de Gemeente Nijmegen. Daarnaast moeten we ook zelf een aanzienlijk bedrag op tafel leggen. Aanstaande dinsdag 13 april, op de Nationale Buitenlesdag, wordt het startschot gegeven voor een grote sponsoractie door de leerlingen van De Akker. Daarnaast start ook een crowdfundingactie waarbij we bedrijven gaan benaderen met de vraag om een financiële ondersteuning.

Iedereen uit de wijk wordt van harte uitgenodigd voor een bijdrage om dit project mogelijk te maken. Dit kan via de site: [Gofundme https://gofund.me/7724ee35](https://gofund.me/7724ee35)

*Namens de werkgroep Groene Speelplaats*

*Hester Keurentjes, Sandra Veerman, Marieke den Biesen*

## Belangrijke telefoonnummers

- Advies- en Steunpunt huiselijk geweld: bel met Veilig Thuis op 0800-2000
- Alarmnummer: 112
- Apotheek: Zuider Apotheek, (024) 355 03 00
- Bel- en Herstellijn van de gemeente Nijmegen: 14 024
- Brandweer: (024) 329 75 99
- Breng Klantenservice: 0900 266 63 99; Bureau Toezicht: 14 024
- Canisius Wilhelmina Ziekenhuis: (024) 365 76 57
- Dar Klantenservice: ook Grofvuil-service: (024) 371 60 00
- De Lindenberg: (024) 327 39 11
- Dierenambulance: (024) 355 02 22
- Discriminatie, Ieder1Gelijk: (024) 324 04 00
- Edwin van Haveren, wijkmanager, via secretariaat wijkmanagement: (024) 329 96 75
- Gemeente Nijmegen: 14 024
- GGD: 088-1447144
- Huisartsenpost Nijmegen en omstreken: 0900 88 80
- Kindertelefoon: 0800 04 32
- Langer Thuis in Nijmegen (voorheen Swon) 088 - 00 171 21
- Lux: 0900 589 46 36
- Mantelzorg Nijmegen 088 - 00 11 333
- Meld Misdaad Anoniem: 0800 - 7000
- Meldpunt Kindermishandeling: 0800 - 2000
- Milieupolitie: 14 024
- Politie: 0900 88 44  
Marcel Rutten (wijkagent)
- Radboudumc: (024) 361 11 11
- Sint Maartenskliniek: (024) 365 99 11
- Slachtofferhulp: (024) 323 33 22, 0900 0101
- Sociaal Wijkteam Zuid: 088 00 11 300
- Stadsschouwburg en Vereniging: (024) 322 11 00
- Sterker sociaal werk 088 - 00 11 333
- STIP Zuid Info en advieslijn: (024) 350 20 00. in Wijkcentrum De Schakel Openingsstijden: maandag 9.30-12.30, dinsdag 13.30 tot 16.30 en vrijdag 9.30 tot 12.30.
- Talis: 06-50 69 60 54
- Wijkcentrum De Schakel: (024) 355 65 20
- Zelfmoordpreventie: 113
- ZZG-zorggroep: (024) 366 57 77

## Parochie Heilige Drie-eenheid

Parochiecentrum, Hatertseweg 111  
6533 AD Nijmegen, 024-3553630  
ma.t/m vrij. van 09:00 - 12:30 uur  
Email: parochiecentrum@h3eenheid.nl  
www.parochie-heiligedrie-eenheid.nl  
**In dringende gevallen 06-12723921**

**J. Grubben**, pastoor  
j.grubben@h3eenheid.nl  
**E.Y. Awaysu**, kapelaan  
Eugene.yayra@h3eenheid.nl  
**P. Menting**, diaken  
p.menting@h3eenheid.nl  
**H. Welling**, diaken  
h.welling@h3eenheid.nl

Door de algehele lockdown zijn er vanaf december 2020 geen vieringen. Onder normale omstandigheden zijn de vieringen als volgt:

### Diensten in het weekend:

Zaterdag 17:00 uur Cenakelkerk  
Zaterdag 17:30 uur Kruispuntkerk  
Zaterdag 19:00 uur Antonius Abtkerk, Malden  
Zondag 10:00 uur Groenestraatkerk  
Zondag 10:30 uur O.L.V van het Heilig Hartkerk Berg en Dal  
Zondag 11:00 uur Cenakelkerk  
Zondag 11:30 uur Lourdeskerk

### Diensten doordeweeks:

Maandag 09:00 uur Groenestraatkerk  
Dinsdag 09:00 uur Kruispuntkerk  
Woensdag 09:00 uur Antonius Abtkerk Malden  
Donderdag 09:00 uur O.L.V. van het Heilig Hartkerk Berg en Dal  
Vrijdag 09:00 uur Groenestraatkerk

## Protestante Gemeente

Sectie Stad - Maranathakerk  
tel. 024 355 45 20  
www.maranathakerk-nijmegen.nl

**Kerk:** Steenbokstraat 86, Nijmegen  
**Kerkdienst:** zondag 9.30 uur.  
**Koster:** Willem van Tilburg  
tel: 024 3554520,  
e-mail: koster@maranathakerk-nijmegen.nl  
**ds. Henk Gols**, tel: 06-51999262  
e-mail: hengkols@planet.nl  
**ds. Paul Oosterhoff**, tel: 06-22994450  
e-mail: oosterhoff@kerkinactie-nijmegen.nl  
**ds. Rainer Wahl** (interim predikant)  
tel: 06-27222693  
e-mail: rama.wahl@gmail.com  
werkdagen: woensdag en donderdag  
**Kerkelijk werker Marije Klijnsma**, tel: 06-19047440, e-mail: m.klijnsma@pkn.nl, werkdagen: maandag en woensdag  
**Diensten:**  
Na de diensten is er gelegenheid tot koffie-drinken. U bent van harte welkom!

## Pinkstergemeente Jozua

Erediensten : Zondag 10:00  
Zaal : kerkgebouw aan de Zijpendaalstraat 5A, 6535 PS Nijmegen  
Info : Nick Selders, 0485 540891  
Tevens crèche en kindernevendiensten t/m 12 jaar  
Website : www.pgjozua.nl

## Wandelgroep 'En Route'

Wandelgroep 'En Route' is een wandelgroep die in 2017 is opgericht. Wij lopen in het weekend, óf op zaterdag, óf op zondag en soms, met feestdagen, op maandag. De wandelingen starten in najaar en winter om 13.00 uur, vanaf april om 11.00 uur. Afstanden: 7,5-10 km, met of zonder moeilijkheidsgraad. Vanaf mei plan ik er af en toe een langere (13+) wandeling tussen, voor de liefhebber. Niveau: gemiddeld en gevorderd, niet voor beginners. Honden zijn welkom bij de wandelingen. Locaties: Rijk van Nijmegen, Duitse Reichswald, Lingewaard, Ooijpolder. Ruim veertig leden, momenteel max. twaalf per wandeling (i.v.m. corona), in zes groepjes van twee, met afstand. Groepsleden zijn ook welkom om een wandeling in hun eigen omgeving te gidsen. Na inschrijving word je op de hoogte gehouden via de e-mail. Het inleggeld voor een wandeling is 2 euro, deze kun je na deelname doorschuiven naar een volgende wandeling. Eenmalig meedoen is ook mogelijk, kosten 2,50 euro p.p.

Voor foto's en meer info: [wandelenenroute.blogspot.com](http://wandelenenroute.blogspot.com).





# De bibliotheek vergroot je wereld!



## Move in 1 Dag (8+)

*Zit je in groep 6, 7 of 8 en wil je iets leuks doen voor de mensen bij jou in de buurt? Doe dan mee met 'Move in 1 Dag' op 29 april in Bibliotheek Muntweg!*

Samen met twee studenten uit Nijmegen doe je 's ochtends een leuke quiz en ga je op onderzoek uit in de wijk. 's Middags ga je samen de actie voorbereiden en daarna meteen uitvoeren. Je kunt bijvoorbeeld mensen in de buurt complimenten geven. Of organiseer een opruimactie als er veel viezigheid in de buurt ligt. Je kunt vast nog meer leuke acties bedenken! Aan het einde van de dag krijg je een mooi diploma, zodat je aan iedereen kunt laten zien dat jij iets goeds hebt gedaan voor andere mensen in jouw wijk.

## AANMELDEN

Het programma begint om 10.00 uur en duurt tot 15.00 uur. Je kunt je eigen lunch opeten in de bibliotheek aan de Muntweg 207, de bieb zorgt voor drinken. Meedoen? Meld je aan door een mailtje te sturen naar [muntweg@obgz.nl](mailto:muntweg@obgz.nl).



## Hulplijn voor vragen over computer, telefoon of tablet

*Sinds de coronacrisis maken veel mensen meer gebruik van online communicatiemiddelen zoals WhatsApp, videobellen en e-mail. Er worden meer e-books gelezen en vaker producten online besteld. Maar wat als je tegen digitale problemen aanloopt? Via de hulplijn van de Bibliotheek Gelderland Zuid ontvang je antwoorden op al je digitale vragen.*

Wil je graag e-books lezen of luisterboeken luisteren? Of een app downloaden? Een deskundige legt je precies uit hoe dit werkt. De hulplijn is van maandag tot en met donderdag

bereikbaar tussen 10.00 en 16.00 uur via telefoonnummer **024 - 327 49 99**.

### ONLINE BIBLIOTHEEK

Met wat voor vragen bellen mensen zoal de digitale hulplijn? Gert Jupijn van SeniorWeb Nijmegen: "Veel vragen gaan over het downloaden van e-books en luisterboeken in combinatie met het gebruik van de nieuwe Online Bibliotheek-app. Daarnaast krijgen we veel vragen over beeldbellen via Skype, WhatsApp of Zoom. Er bellen trouwens niet alleen ouderen, ook jonge mensen weten de hulplijn te vinden."



Kijk voor het laatste nieuws over het programma van de Bibliotheek Gelderland Zuid op [www.obgz.nl](http://www.obgz.nl)

De Zuider Apotheek maakt het u graag gemakkelijk. Lees alles over de **MedGemak** app. Eenvoudig en snel herhaalrecepten aanvragen wanneer het u uitkomt.

Ga hiervoor naar de website en download de app.

[www.mijngezondheid.net](http://www.mijngezondheid.net)

Heeft u nog vragen? Bel uw apotheek of mail naar [herhaalrecepten@zuiderapotheek.nl](mailto:herhaalrecepten@zuiderapotheek.nl)



**Zuider Apotheek Nijmegen**  
St. Jacobslaan 339  
6533 VD Nijmegen  
T 024 - 3550300

**Zuider Apotheek Hazenkamp**  
Vossenlaan 90  
6531 SP Nijmegen  
T 024 - 3592535

**Zuider Apotheek Malvert**  
Malvert 5133  
6538 DG Nijmegen  
T 024 - 3443738

**Zuider Apotheek Brakkenstein**  
Heyendaalseweg 288  
6525 SM Nijmegen  
T 024 - 2082288



**Gratis haal- en brengservice**  
**Gratis leenfiets bij uw reparatie**  
**Groot assortiment aan kinder-, elektrische- en stadsfietsen**

**Leverancier van onder andere:**



**Batavus**



**Cortina**



**Gazelle**



**Union**



**Vogue**



**Victoria**



**Loekie**



**Alpina**

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

website: [www.ejtn.nl](http://www.ejtn.nl)  
e-mail: [info@ejtn.nl](mailto:info@ejtn.nl)