



BEER

er weer

- Boomgaard
- Elten
- Nijland
- Grote Boel
- Zuiderveld

WIJKBLAD ■ NIJMEGEN-NOORD ■ OOSTERHOUT ■ JAARGANG 20 ■ NR 4 ■ SEPTEMBER 2020



Donker in het licht

Fotograaf: Toon de Vos

Beste lezers,

Voor de redactie van de BEN er weer is het in deze tijd zoeken naar een manier om te vergaderen waar iedereen zich prettig bij voelt. „Voor online vergaderen voelde men niets“. Op onderstaande foto kunt u zien hoe we het wél hebben gedaan: bij onze vormgever in de tuin. We zitten op afstand van elkaar en onder een grote parasol die de warmte van de warmtelamp een beetje vasthoudt. Want dit was begin september en dan worden de avonden – helaas – alweer korter én kouder. Maar zo was het goed vol te houden, dus wie weet zitten we er begin oktober weer zo bij!

In dit nummer kunt u lezen dat het theaterseizoen vooralsnog niet op gang komt en dat de kinderkledingbeurs is afgeblazen. Dat is natuurlijk jammer. Gelukkig zijn diverse sportclubs – voorzichtig – weer begonnen en de wijkraadvergaderingen vinden inmiddels ook weer in De Klif plaats. We hopen dat we in het volgende nummer wat meer activiteiten kunnen aankondigen!

Op blz. 14 wordt aan wijkbewoners gevraagd om mee te denken over de inrichting van het plein bij De Klif. Er komt een informatieavond met o.a. de wijkraad om hier met elkaar over van gedachten te wisselen. Is dit iets voor u? Let op: vanwege de coronamaatregelen is het aantal mensen dat kan aansluiten bij de vergadering beperkt!

Wilt u iets insturen voor BEN er weer nummer 5, dat rond 7 november verschijnt, dan ontvangen wij uw bijdrage graag vóór 11 oktober. Een foto (JPG) erbij is leuk, deze moet wel scherp genoeg zijn! (Minimaal 200Dpi)

Met vriendelijke groet, namens de redactie,

Marika Elmendorp
communicatie@wijkraad-oosterhout.nl



BEN er weer Redactie vergadering



Een veilige vergader-
ruimte is ook voor ons
even improviseren

We houden ons aan de regels met de anderhalve meter, en hebben in de buitenlucht op het terras met verwarming deze BEN er weer Nr. 4 2020 kunnen maken.

V.l.n.r.: Ellen von Holtz, Marika Elmendorp, Humphrey R. Ottenhoff, Hans Garritsen, Marloes Gielen en Wim Buil.
Hans Radenborg en Rob Janssen waren afwezig.

Fotograaf: Marian Fleuren

Wijkvergadering september 2020

Gelukkig weer een fysieke vergadering in De Klif Verschillende onderwerpen zijn de revue gepasseerd.

Verkeersveiligheid

- De overlast van motoren in met name het weekend vanaf de Oosterhoutsedijk naar de Oude Groenestraat. Er schijnt al een verkeersbesluit aanwezig te zijn om deze overlast te beperken, alleen de borden moeten kennelijk nog worden geplaatst.
- Het rijden met scooters door het park achter De Klif op plekken waar dit niet mag is besproken. De gemeente gaat onderzoeken of en zo ja op welke wijze dit kan worden tegengegaan, anders dan door handhaving.
- Terugkerend onderwerp blijft de oversteeksituatie op de Griftdijk ter hoogte van de Dick Brunastraat en Zegelringstraat. Ondanks aandringen van de wijkraad, diverse betrokken bewoners en de directie van De Uitdaging blijven vergaande veiligheidsmaatregelen tot op heden uit. Wel zijn de borden verduidelijkt en zijn er sinds enkele maanden zogenaamde bliksemschichten op de weg aangebracht, maar deze zorgen niet voor meer veiligheid merken we. Er moet nu eindelijk wat gebeuren voordat er daadwerkelijk ouders of kinderen worden aangereden. We kunnen niet wachten op de aangekondigde integrale verkeersaanpak van de Griftdijk in zijn geheel, nu hiervoor geen termijn is bepaald. Een aantal politieke partijen gaat hierover vragen stellen aan de verantwoordelijk wethouder. De wijkraad en De Uitdaging blijven de komende tijd verder druk uitoefenen. Voor verandering zijn (meer) concrete signalen van ouders richting gemeente nodig. Stuur daarom een e-mail met een concrete beschrijving van een geconstateerde onveilige situatie, liefst voorzien van een foto filmpje naar de gemeente (gemeente@nijmegen.nl) en naar ons (mail@wijkraad-oosterhout.nl).

Hangjongeren

Ook dit onderwerp blijft terugkeren tijdens onze vergaderingen. Onze kinderen groeien (gelukkig) op tot tieners en een aantal ervan vindt het "leuk" om in grotere groepen rond te lopen in de wijk of zich op bepaalde locaties te verzamelen. Dit gaat soms gepaard met lawaai, blowen, drugsgebruik, vernieling, wildplassen en/of het achterlaten van afval. De locaties zijn vaak in of rond het park achter De Klif bij de Annabellastraat, op het schoolplein van De Klif en rond VV OSC. In de gesprekken tussen wijkraad en gemeente en politie besteden hier veel aandacht aan. Veel aanwonenden hebben zelf geklaagd bij de politie en de gemeente. Voor de zomer resulteerde dit in een grote actie door de politie met inzet van meerdere eenheden tegen de overlast bij De Klif.

Ervaart u dergelijke overlast ook, maak hiervan dan direct melding bij de wijkagent (0900-8844) en laat ons ook weten waar en waarvan u overlast ervaart, zodat we dit tijdens onze besprekingen mee kunnen nemen. Spreek als ouder uw kind aan als u weet of vermoedt dat hij /zij veel op straat rondhangt.

Criminaliteit Jazeker, ook in onze rustig ogende wijk: alle vormen die u zich maar kunt bedenken. Steekpartijen, (hard)drugshandel, (zwaar) huiselijk geweld, bedreiging met de dood, mishandeling, van oplichting tot inbraak, beroving en diefstal. Dan heb ik het nog niet eens over de voortvluchtige die met inzet van politiehelikopter en veel politie op 18 juni jl. kon worden gearresteerd in Grote Boel. Veel (potentiële) criminelen zijn al wel in beeld bij politie en justitie. Ziet u verdachte situaties waarbij sprake kan zijn van strafbare feiten, aarzel dan niet en bel onmiddellijk 112. Anoniem melden van een ernstig misdrijf kan via 0800-7000.

De vergroening van het schoolplein bij De Klif wordt binnenkort met belanghebbenden en betrokkenen verder besproken.

Karakter van Nijmegen - Noord

Het karakter van onze wijk zal veranderen nu we als stadsdeel steeds groter en deels ouder worden. Dit betekent dat we als wijkraad -of we nu willen of niet- steeds meer aandacht moeten besteden aan onderwerpen als criminaliteit, zwerfafval, "verveling" van jongeren, sociaal gedrag, eenzaamheid en armoede.

Meepraten of meedoen?

Wilt u meepraten of nog liever als lid van de wijkraad initiatieven oppakken en begeleiden, dan kan dit tijdens wijkvergaderingen of door ons te berichten per e-mail.

Onze taak

Ondertussen zit de wijkraad niet stil. Als belangrijkste taak zie ik voor de wijkraad weggelegd om te luisteren naar onze bewoners en met anderen te zorgen dat we geconstateerde, reële wijkproblemen vertalen in concrete acties die door inwoners uit de wijk, de gemeente en/of de politie worden opgepakt.

Ben Bloemendal | Voorzitter



De volgende wijkvergadering is onder voorbehoud van eventuele nieuwe coronamaatregelen woensdag 28 oktober in De Klif, van 20.15-21.15 uur (inloop vanaf 20 uur)

BARTELSOSTEOPATHIE



Roel Bartels
DO-MRO
Osteopaat
Jonagoldstraat 9
6515 EM Nijmegen
T 06 839 022 86
E roel@bartelsosteopathie.nl
www.bartelsosteopathie.nl

De Helster
sportcentrum

Baby- en peuterzwemmen
Iedere dinsdag en woensdagochtend
Meer weten?
www.dehelster.nl
Schubertstraat 1 | 6661 AW | Elst | T 048 13 72 554

Elfferich Administratie & Belastingadvies

Voor ondernemers en particulieren

Bert Elfferich RB
Bellefleurstraat 14
6515 BJ Nijmegen
06 412 057 98
www.elfferich.eu
info@elfferich.eu

REGISTER BELASTING ADVISEURS

- Fiscale advisering
- Administraties en bedrijfsadvies
- Eigen woning
- Jaarrekeningen
- Fiscale aangiften
- Financiële planning

Home Facility
oog voor het schone geheel

Iedereen verdient meer vrije tijd, jij ook! Vind jouw betrouwbare huishoudelijke hulp.

PLAN EEN GRATIS INTAKEGESPREK € 14,95 / uur

www.homefacility.nl

studiekunst
huiswerk- en studiebegeleiding

Huiswerk – en studiebegeleiding
Grifdijk Zuid 131 Lent
06 1205 7059

www.studiekunst.nl

N.A. van Kleef
Bouwtechnische keuringen



Aankoop/opleveringskeuring
Monumentale keuring
Bouwbegeleiding
Bouwadvies

Dorpstraat 40
6678 BH Oosterhout
Tel: 06 55 16 58 70
www.navankleef.nl

Karin Herder
diëtist



Wil je je fitter en gezonder voelen?
Wil je afvallen en dit gewicht behouden?

Oude Groenestraat 6a
6678 MB Oosterhout (Gld)
06-29623485
www.karinherder.nl

Mr. B.J. (Ben) Bloemendal
advocaat en mediator



Knegtmans advocaten & Mediators BV
Terracottastraat 37, 6515 DD Nijmegen-Noord

T 024-3482469
M 06-53732837
E bbloemendal@knegtmansadvocaten.nl
www.knegtmansadvocaten.nl

Op afspraak, kosteloos kennismakingsgesprek, vaste prijsafpraak mogelijk.
Iedere dinsdag- en donderdagavond om 20.00 uur kosteloos spreekuur op afspraak in De Klif.

Voor met name:

- arbeidsrecht (ontslag, schorsing, ontslag op staande voet)
- burensrecht (hinder, erfgransgeschillen)
- bestuursrecht (wia, ww, bestemmingsplan, planschade, omgevingsvergunning)
- contractenrecht (verborgen gebreken, tekortkoming, wilsgebreken, algemene voorwaarden)
- mediation

BEN ONS GEZONDHEIDSERF

#medbikini of met bikini

ONS Gezondheidserf

Tim Olde Hartman, Huisartspraktijk Oosterhout

Ik ben net terug van vakantie. Een weekje Groesbeek, een weekje naar mijn studentenstad Rotterdam en een weekje Zeeland. Een weekje camping, een weekje hostel en een weekje in een vakantiehuisje. Vakantie in eigen land is me prima bevallen.

Maar het risico om met een flesje bier in de hand bekenden in zwemkleding tegen het lijf te lopen is natuurlijk groot en in Groesbeek bij camping 'Bij Ons' zelfs levensgroot. Ik denk dat ik daar nog nooit gekampeerd heb zonder patiënten van me tegen te zijn gekomen. Vroeger zou ik me er ongemakkelijk bij gevoeld hebben. Tegenwoordig vind ik dat eigenlijk gewoon hartstikke leuk. Even een gezellig praatje en je ziet elkaar eens in een heel andere setting. Niets mis mee, zou je denken!

Toch zijn er onderzoekers die daar anders tegenaan kijken. Al grasduinend op Twitter tijdens mijn vakantie (hè, leg die telefoon nou toch eens weg ...) kwam ik ineens internationale collega-onderzoekers in badpak of bikini tegen met daarbij de hashtag #medbikini. Dit bleek een protest tegen een recent verschenen wetenschappelijk artikel in een gerenommeerd chirurgisch tijdschrift. In dit artikel onderzochten drie mannelijke (!) onderzoekers het social mediagebruik van vaatchirurgen in opleiding. Dit deden ze door drie nep-accounts aan te maken om vervolgens ongevraagd en zonder toestemming in het sociale leven van deze jong vaatchirurgen te duiken. De onderzoekers waren vooral op zoek naar ongepast en onprofessioneel gedrag op social media. Ze vonden dit bij meer dan een kwart van de onderzochte jonge vaatchirurgen. Het ging hierbij vooral om foto's in badkleding en foto's van alcoholgebruik. Ik heb mijn collega's in de praktijk nog aangespoord om hun foto's te delen, maar daar kreeg ik de handen niet voor op elkaar. Inmiddels heeft het tijdschrift, naar aanleiding van de massale protesten op Twitter, het artikel teruggetrokken vanwege serieuze tekortkomingen in het onderzoek. De onderzoekers wordt ongepast en onprofessioneel gedrag verweten (hoe ironisch) omdat de onderzochte jonge vaatchirurgen niet om toestemming is gevraagd. Natuurlijk is professioneel gedrag en social mediagebruik een belangrijk onderwerp. Niet alleen voor dokters overigens. Uiteindelijk moet iedereen verstandig met social media omgaan. En mocht je me de komende tijd in zwembroek tegenkomen, let er dan vooral op om 1,5 meter afstand te houden.

ONS Gezondheidserf
Van Boetelaerstraat 8-16 | 6615 JD | Nijmegen-Noord
T 024-379 28 44 | Spoed: 024-3792844 en toets 1
In de avond of in het weekend: 0900-8880
E info@onsgezondheidserf.nl | www.huisartsenoosterhoutgld.nl

Jaarlijks Oogstfeest en Expeditie Tuinfruit

Kom genieten van het buitenleven. Er is eten, drinken en muziek.

De Betuwse Boomgaarden

Op vergeten plekken in Nijmegen-Noord en Lent liggen prachtige boomgaarden. Ze werden niet gebruikt en raakten vervallen. Stichting Co-bomen onderhoudt sinds 2014 de gaarden en plukt samen met de inmiddels 160 gezinsleden de vruchten. Elk jaar na de oogst, als afsluiting van het seizoen, volgt het oogstfeest. Op zondag 1 november alweer de zesde editie.

Expeditie Tuinfruit

Het Oogstfeest is dit jaar wederom het decor voor de uitgifte van 150 fruitboompjes aan bewoners van de Waalsprong. In de voorliggende maand hebben even zoveel bewoners hun voorkeur voor een specifiek fruitsoort op de website gereserveerd en betaald. De 150 stuks zijn van oude rassen die zo typerend zijn voor de Betuwe.

Meer info over het Oogstfeest en Expeditie Tuinfruit op www.cobomen.nl

Martine van Harten en Bas Broeder

Stichting Co-bomen

Afgelast: kinderkledingbeurs najaar 2020

Helaas hebben wij moeten besluiten om de kinderkledingbeurs van oktober af te gelasten. Met alle geldende maatregelen voor het coronavirus, kunnen wij ieders gezondheid en de verplichte afstand van 1,5 meter onvoldoende garanderen.

Wij hopen dat de volgende beurs op 6 maart weer doorgang kan vinden.

Met vriendelijke groet,
Team kinderkledingbeurs Nijmegen-Noord

Herfstkleuren 2020 oktober – december

In deze BEN presenteren we het programma van oktober 2020. Noteer de data alvast in uw agenda! De activiteiten daarna vermelden we nu kort onder voorbehoud. In de komende edities leest u hier meer over.

Van oktober tot en met december 2020 organiseert ONS Gezondheidserf in samenwerking met studenten van de Hogeschool Arnhem Nijmegen (HAN) en bewoners weer mooie activiteiten voor mensen die graag actief en fit willen blijven en het leuk vinden om dat samen met anderen te doen.

Dit voorjaar gingen vanwege het coronavirus de activiteiten van het Lentekriebels programma niet door. Nu kan het weer, maar in aangepaste vorm. Wij vinden het belangrijk dat u vitaal de winter doorkomt en daar willen wij, zorgverleners, docenten en studenten van ONS Gezondheidserf, graag een bijdrage aan leveren.

Veel van de activiteiten van het Lentekriebels programma hebben we door kunnen schuiven naar het najaar. We volgen daarbij de regels van het RIVM (handgel is aanwezig, 1,5 meter afstand etc). De activiteiten zijn uitsluitend georganiseerd in de buitenlucht onder leiding van een student en een professional. Per activiteit zijn er minder deelnemers (5 of 6). Sommige activiteiten bieden we daarom twee keer aan. Het halen en brengen is beperkt en in overleg mogelijk. Bij te slecht weer bellen we af; er is geen alternatief programma. Houd voor actuele infor-

matie: www.onsgezondheidserf.nl of de facebookpagina van ONS Gezondheidserf in de gaten. Opgeven kan vanaf woensdag 16 september, met een e-mail naar: Spark@onsgezondheidserf.nl of met de aanmeldstrook in het programmaboekje.

Deze kunt u vanaf de voorlaatste of laatste week van september vinden in de dorpshuizen **De Schakel (Honsvoet 2, Oosterhout)** en **Beatrix (Dorpsstraat 15, Slijk-Ewijk)** en bij **de zorgverleners van ONS Gezondheidserf (Van Boetzelaerstraat 16, Nijmegen)**.

Programma Herfstkleuren 2020 – oktober

Woensdag 7 oktober
10.00 – 11.30 uur

Bewegen aan de Waal

Benieuwd naar het beweegadvies van vitaalcoach Marlies? Fiets dan met ons mee naar het Lentse Waalstrandje. We doen daar afwisselende en makkelijke oefeningen om jouw spierkracht te vergroten (ook voor thuis). Na afloop blazen we uit met een gezond hapje en een drankje en fietsen we weer terug.

Verzamelen: ONS Gezondheidserf

Eigen bijdrage: €5,-

Maximaal 6 deelnemers

Denk aan sportkleding en -schoenen en een oude handdoek om op te zitten.

Dinsdag 13 oktober
10.30 – 12.00 uur

Biowalking (1)

Wil je een mooie en gezonde wandeling maken? Ga op stap in de buurt onder begeleiding van een IVN Natuurgids en een zorgverlener van ONS Gezondheidserf. We zijn ons ervan bewust dat er verschillende tempo's onder de deelnemers zijn. We sluiten af met een drankje.

Verzamelen: Parkeerplaats ONS Gezondheidserf

Eigen bijdrage: €5,-

Maximaal 6 deelnemers

Donderdag 15 oktober

10.00 – 12.30 uur of 13.30 – 16.00 uur

Kleur de Herfst!

Kunstenares Ineke van Druten laat u in de buitenlucht al schilderend intens genieten van de herfst. Stapsgewijs maakt u in de tinten geel, rood, bruin... hetzelfde schilderij op doek, maar ze zullen uiteindelijk toch allemaal verschillend zijn. Bij heel slecht weer is er voldoende ruimte in haar atelier.

Een student voorziet u van versnaperingen in stijl.

Locatie: Atelier Het Bakhuis, Waaldijk 30, Slijk-Ewijk

Eigen Bijdrage: € 3,50 (inclusief materiaal)

Maximaal 5 deelnemers per workshop

Woensdag 28 oktober

10.30 – 12.00 uur

De geheimen van het Landgoed

Altijd al eens de geheimen willen ontrafelen van het Landgoed Oosterhout van de familie Van Boetzelaer? Laat u verrassen tijdens een wandeling (2 km) over het landgoed en de bijbehorende prachtige tuinen die in privébezit zijn. U komt weer meer te weten over de bijzondere geschiedenis en er is tijd voor een hapje en een drankje tussendoor.

Verzamelen: parkeerplaats ONS Gezondheidserf

Eigen Bijdrage: € 2,50

Maximaal 5 deelnemers

En verder o.a.:

Woensdag 4 november nogmaals 'Bewegen aan de Waal'; **Dinsdag 10 november** 'Bij Ellie op de boerderij': informatie over de gezonde tuin; **Donderdag 26 november** 'Thanksgiving' – natuurbeleving en creativiteit in de tuin van Henriette van Bemoediging;

Dinsdag 17 november en donderdag 10 december (data onder voorbehoud): Biowalking onder leiding van een IVN natuurgids vanaf verschillende locaties; week 50 en/of 52: try-out Fit-de-winter-door beweegroute. Studenten ontwerpen een wandel- en/of fietsparcours met eenvoudige oefeningen bij u in de buurt waarbij ze gebruik maken van de bestaande omgeving (stoepen, lantaarnpalen, bomen). Onder begeleiding gaan we die routes uitproberen. Het idee is dat u de oefeningen ook zelfstandig kunt doen.

Andere activiteiten/projecten van ONS Gezondheidserf door studenten van de HAN

Vanaf de 9 september zijn er ruim 20 studenten in wisselende samenstelling actief op ONS Gezondheidserf. Het zijn vooral 2e jaars studenten die vanuit verschillende opleidingen met elkaar, bewoners en (zorg)professionals leren samenwerken door activiteiten te organiseren, projecten te ontwikkelen en uit te voeren.

Zo nemen bijvoorbeeld studenten in het kader van het project 'Op bezoek bij' op verzoek contact op met bewoners die iemand willen spreken, telefonisch of in levende lijven. Dat kan wekelijks zijn of af en toe. Als er behoefte aan is komen ze langs voor een wandeling of een boodschap o.i.d. Het kan ook zijn dat u ondersteuning nodig heeft bij het gebruik van een e-Health app, die een zorgverlener heeft aangeraden. Studenten onderzoeken dan de mogelijkheden. Wilt u stoppen met roken? Het komend half jaar ontwikkelen studenten ideeën in het kader van Stoptober, die voor u daarbij helpend kunnen zijn. Zo kunnen zij een positieve bijdrage leveren aan uw leven en hun eigen leerproces. We zien u graag bij één van de activiteiten. Tot dan!!

Studiebegeleiding Nijmegen

Misschien ben je werkzaam in het onderwijs en staat je onderwijshart en -mind meer dan ooit open voor alle creatieve onderwijsvormen die ontsproten zijn en nog steeds ontspruiten aan Coronatijd? Merk jij ook dat de onderwijservaringen, ideeën en tips die je via LinkedIn, Twitter, YouTube en Facebook tegenkomt, jou inspireren en aan het denken zetten? Inspiratie en nieuwe ideeën geven energie. Energie vraagt om een vorm en DOEN!



Je bent het nieuwe schooljaar begonnen. Er is veel gebeurd. De vakantie liet je reflecteren op alle aspecten van de tijd die achter je ligt. Wat kun jij in de

wereld van jouw school, de PO- en VO-raad, de onderwijsdenktank, het ministerie, in je eentje met die inspiratie, die nieuwe ideeën, die energie? En hoe dan, wanneer dan?

Soms zijn docenten afwijzend tegenover het woud van externe particulieren en instituties die zich komen bemoeien met "hun" leerling. Zorg en aandacht wil je nu juist zo graag zelf geven. Die buitenstaanders pakken je een mooi stuk van je beroep af en geven je het gevoel, dat jij het niet goed doet. Of ze bezorgen je nog meer werk...

Heb je wel eens ervaren, dat de hoeveelheid werk en verantwoordelijkheid, jouw onderwijshart en -mind in het nauw



WWW.STUDIEBEGELEIDINGNIJMEGEN.NL
Studiebegeleiding Nijmegen
Instituut voor leersucces

bracht? Laat dan de expertise van Studiebegeleiding Nijmegen doen, wat voor jou mogelijk maakt, de mentor, docent te zijn, die je wil zijn. Kijk eens op hun website.

ELEKTRO-TECHNISCH INSTALLATIE BURO



R. Giesen Elektro

- Licht- en Krachtinstallaties
- Renovaties/ Onderhoud /Nieuwbouw
- Storingen
- Computer aansluitingen

Dorpstraat 3 6678BD Oosterhout GLD
T 06 53 27 52 21 E giesenbv@gmail.com I www.giesenelektro.nl

Loop jij met ons mee?

Wil jij beginnen met hardlopen? Zoek je een gezellige groep om samen hard te lopen? Loop je hard en wil je jezelf verbeteren? Wil je gericht trainen voor de Marikenloop, Zevenheuvelenloop, Stevensloop? Of is de Klifloop je doel?

Kom bij Loopvereniging Nijmegen-Noord!
Prettig lopen naar je eigen doel

www.loopverenigingnijmegennoord.nl
info@loopverenigingnijmegennoord.nl

FRUITTEELTBEDRIJF VEENS

Appels • peren • aardappels • uien
• vers appelsap • eieren

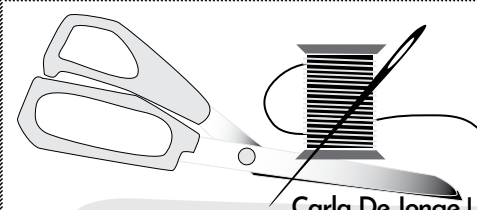
Wij zijn weer volop aan het oogsten!
Kom kijken... kom proeven!!
Heerlijk Betuws fruit

Vanaf 13 augustus NIEUWE OOGST.
Heerlijke "Delcorf"!!
Kom kijken... kom proeven!!

O.a. Elstar, Goudreinette, etc.
Conference, Gieser Wildeman etc.

Wil je op de hoogte blijven van de belangrijkste en leukste nieuwtjes van ons bedrijf? LIKE ons dan even op Facebook: "Fruitteltbedrijf Veens"

Donderdag- en vrijdagmiddag geopend van 13.30-17.30 uur.
Zaterdag geopend van 9.00-16.00 uur
Maandag, dinsdag en woensdag GESLOTEN.
OOSTERHOUTSESTRAAT 4
6677 PS SLIJK-EWIJK TEL. 0481-482242
MILIEUBEWUST GETEELD FRUIT



De Oplossing

Naaïen | Strijken | Reparaties aan kleding
Inkorten/uitleggen gordijnen

Carla De Jonge | Hofkersstraat 54 | 6515 CK | Nijmegen-Noord
T 024-34 43 001 | M (Whats App) 06-27 56 53 99 | E dejongecarla@upcmail.nl

BEN ER WEER IN 20/21



Voorzieningshart

THEATER DE KLIF OOSTERHOUT



PROGRAMMA 2020/21

Theater
de KLIF

Beste bezoekers van Theater De Klif,

De coronacrisis hakt er voor iedereen behoorlijk in. Ook voor theatermakers, producenten en kunstenaars is het op een houtje bijten om deze ingewikkelde tijd door te komen. Wat niet wil zeggen dat men stilzit. Ook wij, als vrijwilligers van Theater De Klif, zitten niet stil.

Het theaterseizoen van 2020 is helaas gestopt. Er zullen dit jaar geen voorstellingen meer gegeven worden. Wij zullen ons moeten beraden op de nieuwe 1,5 meter samenleving en hoe daar mee om te gaan met ons theater. We zijn een klein wijktheater met als voornaamste doel de wijk verbinden. Door de intieme sfeer en het napraten in het café, waar ook de artiest nog even aanschuift. Dit wordt allemaal op de helling gezet... als we voor slechts vijftig mensen een voorstelling kunnen organiseren. Vanaf 1 juli mochten er weer 100 mensen in de zaal ontvangen worden, maar in ons kleine theater kunnen we coronaproof toch maar die vijftig mensen kwijt. Anders kunnen we de 1,5 meter niet waarborgen.

Natuurlijk zijn er al gesprekken geweest over "hoe nu verder?" Er ligt al een plan om bijvoorbeeld een voorstelling bij -goed weer - buiten te organiseren. Ook zijn er plannen, in samenspraak met de theaterproducenten, om twee voorstellingen op één avond te geven, om zo de mensen te spreiden. Je ziet wel, wij zitten niet stil! Er volgen binnenkort ook gesprekken met de gemeente Nijmegen over de financiële voortgang.

Voor de komende decembermaand is het plan om weer een of twee Sinterklaasvoorstellingen te organiseren. Hiervoor hebben we Troef Kindertheater gevraagd en zij hebben daar heel veel zin in. Kortom, we bruisen van de ideeën, nu nog de praktische uitvoering hiervan. Er zijn wat voorstellingen van 2020 verplaatst naar 2021. Check hiervoor de website: www.theaterdeklif.nl

Je doet de artiesten een groot plezier als je je ticket bewaart voor de verplaatste voorstelling. Zij hebben het behoorlijk zwaar, zo zonder inkomsten. Dus: bewaar je ticket en geniet later. Het nieuwe theaterseizoen 2020-2021 zal voor Theater De Klif op 1 januari 2021 van start gaan. Heel stiekem hopen we dan dat de omstandigheden zodanig zijn veranderd dat we weer gezellig met velen kunnen genieten van mooie voorstellingen.

Blijf ons steunen en abonneer je op de Theater De Klif Nieuwsbrief om van alle nieuwtjes op de hoogte te blijven. Tot snel!

Hartelijke groet van **Inge, Roy, Pascal, Martijn, Jannie en Petro.**



www.theaterdeklif.nl | email: contact@theaterdeklif.nl

MOVINGMATTERS

Hiphopdansles van de kampioen "Iedereen kan bij ons lekker dansen"

Marthe Weijers (31) is een bekende naam in de wereld van de hiphopdans. Met haar dansschool MovingMatters biedt ze al meer dan tien jaar in Nijmegen-Oost hiphopdans voor kinderen én volwassenen. En sinds dit voorjaar ook in Nijmegen-Noord, in de sporthal naast basisschool de Uitdaging in Grote Boel.

Voor iedereen

Ik loop op een maandagmiddag, vlak voor vijf uur, de sporthal binnen. Uit de zaal komen de hiphopbeats en twaalf kinderen oefenen hun moves onder begeleiding van een danslerares. "Al onze dansleraren zijn professionals, die de dansacademie hebben gevolgd", vertelt Marthe. "Zo houden we de kwaliteit van wat we doen ook hoog." Marthe is zelf jarenlang Nederlands Kampioen hiphopdans geweest. Ze is gymdocent en eigenaar van dansschool MovingMatters, waar ze meer dan voltijds mee bezig is. "Ik was net de administratie aan het doen," lacht ze, "dat doe ik allemaal zelf."

MovingMatters is elke werk-/schooldag vanaf half drie in de sporthal bij de Uitdaging te vinden. Op maandag en vrijdag tot zeven uur, dinsdag tot en met donderdag tot negen uur 's avonds. Dat zijn veel lessen. Zijn er dan zoveel kinderen die dit doen, vraag ik me af? "We hebben nóg geen wachtlijst hier, maar in Oost wel. En het zijn niet alleen kinderen die hier dansen. Toen ouders zagen wat de kinderen leerden, zeiden sommigen van hen 'dit zou ik ook wel willen'. Vanaf dat moment zijn we ook volwassenengroepen gestart," aldus Marthe. "Het is voor alle leeftijden. Je kunt beginnen zodra je kunt bouncen."

Mooi om te dansen

Marthe: "Het is echt heel mooi om mensen te zien dansen. Bij kinderen is dat gemakkelijker, je zet muziek aan en ze gaan bewegen. In de hiphopdans zitten veel basispassen, die we onze cursisten leren. Die kun je aan elkaar passen en verder uitbouwen tot freestyle. Er is niets mooiers dan vrij dansen!" De gymdocent in Marthe vindt het belangrijk dat mensen bewegen en dat ze groeien in wat ze doen. "Je leert jezelf presenteren. Dansen doen we in een groep, maar je staat er toch zelf. Het is heel toegankelijk, voor jongens en meisjes. We hebben regelmatig groepen die helemaal uit jongens bestaan."

"Je kunt elk moment instappen en meedoen. Wat je wel ziet is dat de meeste mensen aan het begin van een nieuw schooljaar starten, vertelt Marthe. Het rooster van MovingMatters is zo flexibel dat er voor iedereen een mogelijkheid is. Aan het eind van het schooljaar worden er shows – voor bijvoorbeeld de opa's en oma's – georganiseerd, net als kijklessen. "De kinderen treden dan op en we doen een bewegings-challenge voor de ouders. Ook voor hen: MovingMatters!"

Fijne plek

Waarom een nieuwe locatie in Nijmegen-Noord dan? "We zochten een goed bereikbare locatie in Noord. Vanuit Lent is het toch makkelijker om naar hier te komen dan helemaal de Waalbrug over en dan nog de berg op. En ook vanuit Elst en Bemmelen komen cursisten." En natuurlijk, breng ik in, de hoeveelheid kinderen die in Grote Boel woont. "Ja het is hier natuurlijk heel leuk. We hebben ook workshops gegeven op de basisschool. Wat het mooie is van hier, het is net een dorp. Ouders brengen de kinderen, die daarna zelf weer naar huis kunnen lopen. Dat kan nu we hier zitten!"

Meer weten? www.movingmatters.nl

Tekst: **Rob Janssen**
Foto's: **Toon de Vos**

Stip Noord is weer open!

Na maanden gesloten te zijn geweest vanwege het coronavirus en de zomervakantie, is Stip Noord weer voor u geopend.

De Stip is er voor

- informatie en (financieel) advies: bijvoorbeeld als je vragen hebt over een brief, over opvoeding of hulp nodig hebt bij het invullen van formulieren of bij het doen van boodschappen.
- Hulp bij vragen over zorg voor jezelf, een familielid of buur. De Stip kan je verder helpen, bijvoorbeeld door je in contact te brengen met het Sociaal Wijkteam of een andere gespecialiseerde organisatie.
- ontmoeting en verbinding: bijvoorbeeld als je nieuw bent in de wijk en in contact wilt komen met andere mensen.
- Een luisterend oor.

Kom ook naar de Stip als je een goed idee hebt voor de wijk!

Stip Noord is te vinden in het Thermion in Lent (Thermionpark 16). We zijn nu geopend op dinsdagmiddag van 13.00 - 17.00 uur en donderdagochtend van 9.00 -13.00 uur. Om de week, op donderdagochtend, is onze financieel expert aanwezig om al je vragen op het gebied van financiën te beantwoorden. We werken uiteraard corona-proof.

Wil je langskomen bij de Stip?

Maak dan eerst een afspraak. Dat kan via de Stiplijn: dagelijks bereikbaar tussen 9.00 en 17.00 uur via **024-3502000**. Of kom langs in het Thermion om een afspraak te maken.

Zo weet je zeker dat we tijd hebben om je te helpen.

We hopen je te ontmoeten bij Stip Noord of in de buurt, want ook daar zijn we te vinden. Houdt onze Facebook-pagina in de gaten als je op de hoogte wilt blijven.
www.facebook.com/StipNijmegenNoord
E-mail: noord@stipnijmegen.nl

Het team van Stip Noord



Heb je een vraag of wil je praten?

Do you have a question or do you want to talk? Vous avez une question ou vous voulez parler? ¿Tienes una pregunta o quieres hablar? هل لديك سؤال؟ أريد التحدث؟

Bel de Stip-lijn
024-3502000

06-12433943 gratis

MAANDAG TOT EN MET VRIJDAG VAN NEGEN TOT VUF (9.00-17.00 UUR)

stip

van Schie advocaten
www.vanschieadvocaten.nl

mr. F.G.W.M. Huijbers
mr. S.T.W. Verhaagh
mr. D.W. Beemers
mr. S. van Oers
mr. H.M. Schurink - Smit
mr. B. Klomp - de Wijk
mr. L.I. Siers

voor:
- echtscheiding
- alimentatie
- arbeidsrecht en uitkeringen
- vreemdelingenrecht
- strafrecht
- jeugdrecht

Berg en Dalseweg 15
6515 JB Nijmegen
Tel 024 - 323 88 44

[DE SCHOONHEIDSSPECIALIST]
Het gezicht voor huidverbetering

Brigitte Janssen-Otten Oosterhoutsestraat 33, 6678 PB Oosterhout
[0481] 48 27 34 www.salondeschoonheidsspecialist.nl

ZWANGER?
LENT • WAALSPRONG • ELST • OOSTERHOUT • DRIEL • ZETTEN
• HERVELD • VALBURG • SLIJK-EWIJK • ANDELST

Ode verloskundigen is al jaren een begrip in de regio en streeft naar een natuurlijke en professionele benadering van zwangerschap, bevalling en kraambed. Hierbij staan de begrippen rust, tijd, laagdrempeligheid en aandacht voorop.

- Wekelijks avondsprekkuur
- Echoscopie v.a. 7 weken zwangerschap
- Twee spreekuurlocatie's; Lent en Elst
- Hartjes spreekuur; vrije inloop om het hartje te horen
- Keuze in de vorm van zwangerschapsbegeleiding waaronder Centering Pregnancy
- Preconceptiesprekkuur bij zwangerschapswens

ode verloskundigen
Thermionpark 12 | 6663 MM Lent
Dorpstraat 29 E1 | 6661 EG Elst
Tel. 085-48 97 680
www.odeverloskundigen.nl

Avondvierdaagse Home Edition en 2021

Marieke van Raaij | organisatie Avondvierdaagse

Wat was het jammer dat de avondvierdaagse Nijmegen-Noord, Lent en Oosterhout dit jaar niet door kon gaan vanwege het corona-virus

Gelukkig was daar een alternatief!

De avondvierdaagse Home Edition. Deelnemers konden met een app vier routes genereren. Deze routes moesten binnen twee weken gelopen worden om een medaille te verdienen. Helaas kon de geplande medaille-uitreiking niet doorgaan, maar gelukkig heeft het kernteam tussen 7 en 20 september alle medailles thuis gebracht.

In oktober start het kernteam weer met de voorbereidingen voor het avondvierdaagse in 2021. Vooralsnog gaan wij er vanuit dat deze weer op de normale wijze georganiseerd kan worden. Natuurlijk nemen wij ook het scenario mee dat dat niet kan en gaan we de alternatieven bespreken. Heb je nog ideeën of tips? Laat het ons weten.



Wij nog hard op zoek naar kernteamleden

Inmiddels hebben drie toppers van het kernteam laten weten dat zij willen stoppen. Daarom zijn wij op zoek naar nieuwe vrijwilligers. Het kernteam komt tussen oktober en juni ongeveer een keer per maand bij elkaar om te vergaderen. We zoeken nog kernteamleden voor het coördineren van de vrijwilligers of voor het startbureau.

Wil je liever wat anders doen? Laat het ons weten!

Zonder volledig kernteam is het onmogelijk om een avondvierdaagse voor drie wijken te organiseren. Het zou ontzettend jammer zijn als we de avondvierdaagse niet meer kunnen organiseren omdat er geen vrijwilligers zijn. Dus heb je nog een avond per maand over in je agenda? Denk dan aan ons en meld je aan via: info@avondvierdaagsenijmegennoord.com



Nadenken over het aantrekkelijk maken van het plein bij De Klif

Blijft het plein zoals het nu is? Of dromen we van iets anders? De uitkomst is volledig open. Hoe de toekomst van het plein er ook uitziet, wij geloven dat er voor goede plannen middelen zijn te vinden.

Wij nodigen u graag uit voor een bijeenkomst op 13 oktober om 19.30 in De Klif

Toekomst

De inrichting van het plein bij De Klif is sterk versteend met enkele speeltoestellen en bomen. De afgelopen jaren is met regelmaat een wens gehoord, met name vanuit de wijk, om met elkaar na te denken over het aantrekkelijk maken van dit plein. Aantrekkelijk voor iedereen, zowel omwonenden, schoolkinderen, jongeren, wijkbezoekers van De Klif en gemeente.

Wanneer je naar een toekomst voor het plein kijkt, probeer je zoveel mogelijk andere onderwerpen die betrekking hebben op het plein mee te nemen, zoals speel- en verkeersveiligheid, sociale overlast en geluidsoverlast.

Vanuit de Wijkraad hebben we het initiatief genomen om hiervoor een proces op te starten. Een proces in samenwerking met onder meer gemeente, school, omwonenden, Bindkracht10 (o.a. jongerenwerk en jongeren), ouders van leerlingen (o.a. oudervereniging) en De Bastei. We hebben gemerkt dat iedereen graag mee wil denken en doen.

Wij nodigen u graag uit Voor een bijeenkomst op 13 oktober om 19.30 in De Klif. Vanwege Corona is aanmelden vooraf verplicht en is er een maximum aantal deelnemers. Stuur voor aanmelden een bericht naar: mail@wijkraad-oosterhout.nl

Tijdens de bijeenkomst willen we inspireren met voorbeelden van andere pleinen en vervolgens met elkaar bekijken welke wensen we hebben en hoe het vervolgproces loopt. We hopen op uw inbreng. Mocht u niet aanwezig kunnen zijn, is het ook mogelijk om uw ideeën te mailen naar mail@wijkraad-oosterhout.nl.

Met vriendelijke groet,

Mede namens Gemeente Nijmegen, Bindkracht10, Basisschool De Oversteek, Oudervereniging, gemeente Nijmegen en De Bastei,

Wijkraad Oosterhout
www.nijmegennoordonline.nl/wijkraad/



Stichting Wijkraad Oosterhout
werkt voor de wijk

Wil jij fit en energiek blijven tijdens de zwangerschap of weer fit worden na je zwangerschap?



Aanstaande moeders en moeders opgelet!

Heb je vragen rondom je zwangerschap of over hoe je bijvoorbeeld omgaat met je diastase en de opbouw van je conditie, kijk dan gauw op www.fitmam.nl om te zien wat de mogelijkheden voor jou zijn.

Op maandagavond geven we bij Waalsport lessen voor zowel moeders als aanstaande moeders. De les wordt gegeven door (sport)fysiotherapeut en zwangerfit-trainer Rosalien van Elp.

Wil je je aanmelden of wil je eerst nog wat meer informatie dan kun je haar bellen of appen op nummer **06-46324654**.

Fitmam.nl
Locatie Sportcentrum Waalsport
Oude Groenestraat 6a
6678 MB Oosterhout (Nijmegen-Noord)



VOLLEYBALNIEUWS

Volamie zoekt trainers voor diverse jeugdgroepen! iets voor jou misschien?

Info: **Jan Willemsen** M 06 24 28 79 93

Het zijn roerige tijden, maar toch is een nieuw volleybal-seizoen voor Volamie van start gegaan. De trainingen lopen al een tijdje en de eerste wedstrijden zitten er al weer op. Het kostte heel wat werk en regel, maar het is uiteindelijk wel gelukt. Na een abrupt einde half maart, dus eindelijk weer volleybal!!! Ondanks dat ze zich geen kampioen mochten noemen zijn zowel Dames 1 als Heren 2 als eerste geeindigd en dus ook gepromoveerd. Hulde, hulde!

Dit betekent dat Volamie nu met drie seniorenteamen in de tweede klasse gaat spelen. De onzekerheid wat betreft corona ten spijt kijken alle teams hier erg naar uit.

Benieuwd wat het gaat worden... handhaven zou al mooi zijn, maar wie weet zit er wel meer in.

Ook zitten er dit jaar drie competitieteamen bij de aspiranten. Een A-, een B- en een C team. Zij zullen zoals altijd met hun enthousiasme en inzet veel wedstrijden gaan winnen!! Uiteraard zijn er ook weer diverse CMV groepen die op zondagen hun wedstrijden in toernooiverband gaan spelen. Minimaal drie teams gaan hier aan meedoen. Mocht je volleybal nou toevallig ook echt een gave sport vinden... kom dan gerust eens kijken of het iets voor je is.

Volamie is een gezellige vereniging waar iedereen welkom is!!
Meer info is te vinden op onze site: www.volamie.nl

Goed, gezellig & gezond hardlopen in onze wijk bij Loopvereniging Nijmegen-Noord

De hardlopers in Nijmegen-Noord, en specifiek de wijken Oosterhout, Grote Boel en Nijland, kunnen nu al tien jaar terecht bij Loopvereniging Nijmegen-Noord (LNN). En al deze jaren organiseren wij met plezier de Klifloop.

Ooit begonnen door vijf enthousiaste wijkbewoners, uitgegroeid tot een vast baken in de wijk (met 70 actieve leden), daar zijn we trots op. Vooral door de combinatie van het plezier, het gemak en de ongedwongenheid van hardlopen, met de gedegen kwaliteit van onze trainingen (ondersteund door de Atletiekunie).

Het tienjarige bestaan hadden we dit jaar willen vieren met een bijzondere editie van de jaarlijkse Klifloop en een lustrumfeest. Door het Coronatijdperk kon dat helaas niet doorgaan.

Wat door Corona wel positief opviel is dat we sinds half maart extra veel wijkbewoners in onze mooie omgeving zien hardlopen.

Door de coronamaatregelen zie je dat men graag actief wil bezig zijn. En hoe makkelijk kan dat om vanuit je huis te starten. Wat onze leden uit ervaring weten is dat lopen in een groep nóg leuker en motiverender is.

We zien ook dat de behoefte van hardlopers verandert: we willen goede training, we willen gezellig, we willen trailen, we willen soms snel en soms langzaam, we willen combineren met krachttraining. En we willen maatwerk: gaan voor de wedstrijd, of juist vooral fit zijn. Iedereen kan op de eigen manier vooruit.

Daarvoor kun je nu allemaal bij LNN terecht!

Dus wil jij samen lopen? Kom er gezellig bij!

Van onze trainers leer je hoe je een goede loophouding en looptechniek opbouwt waardoor je makkelijker en sneller loopt (en komen blessures minder vaak voor). Vele leden lopen ook jaarlijks de Klifloop, de Marikenloop, de Stevensloop of de

Zevenheuvelenloop en/of trails.

Naar deze loopevents trainen we toe.

Dat motiveert en het resulteert in mooie prestaties en ervaringen.

Op dit moment hebben we drie trainingsmomenten per week (en naar verwachting worden dat er weer vier). We kennen verschillende trainingen met een eigen doel, altijd met een warming-up, loopscholing en cooling down:

1. een training voor lopers die als doel hebben sportief zijn en gezellig samen lopen
2. een training voor lopers die al wat langer hardlopen, fit zijn en dat graag willen blijven
3. een training voor lopers die gericht hun hardlooptechniek willen verbeteren

Het doel van LNN is dat ieder op zijn of haar niveau samen sportief en gezellig bezig kan zijn: ontspanning door inspanning.

Wij bieden:

- veilig en gezellig lopen in groepsverband
- trainingen door professionele trainers (gediplomeerd via de Atletiekunie) die oog hebben voor de lopers
- verbinding en betrokkenheid in de wijk

Wil jij ook deel uitmaken van onze sportieve vereniging?

Meld je nu aan voor een gratis proeftraining via: www.loopverenigingnijmegennoord.nl/inschrijven/ of mail naar info@loopverenigingnijmegennoord.nl.

Hopelijk tot ziens,
Team LNN

Ben jij nog gelukkig in je werk?

Ontdek wat wel bij je past!

Plan een gratis en vrijblijvend kennismakingsgesprek!

ROOS
Loopbaancoaching

ROOS Loopbaancoaching
Griftijk 15, Nijmegen

M: 06-51362977
E: rosallen@watisjoudroombaan.nl
W: www.watisjoudroombaan.nl

De Fietsendokter

Voor al uw reparaties en onderhoud van uw fiets.

Goede en betrouwbare service voor een eerlijke prijs.

ROBERT BAGGERMAN
WEVERSTRAAT 11 - 6663 AV LENT
REPARATIE OP AFSpraak 06-185 382 12



Kapper de Krul

Laauwikstraat 16a Lent
024 - 324 09 03
www.kapperdekrul.nl

Openingstijden:
Ma. Gesloten
Di. 8.30 t/m 18.00
Wo. 9.00 t/m 18.00
Do. 9.00 t/m 20.00
Vr. 8.30 t/m 18.00
Za. 8.30 t/m 13.00

MEEDOENREGELING EN STICHTING LEERGELD

Voor kinderen van 4 tot en met 17 jaar is er stichting leergeld. Hier kunnen ouders met een lager inkomen voor diverse zaken een bijdrage aanvragen. Denk aan een sportclub, een laptop voor een brugklasser of een bijdrage in de schoolkosten.

De medewerkers van de Stip (Stedelijk Informatie Punt) kunnen je helpen bij de aanvraag voor de meedoen-regeling of de aanvraag voor stichting Leergeld.

Meer info: e-mail: noord@stipnijmegen.nl
www.stipnijmegen.nl

Pedicure Nijmegen-Noord

Terracottastraat 45
06-29 22 13 42 | info@pedicure-nijmegen-noord.nl
www.pedicure-nijmegen-noord.nl

✓ **APK KEURINGEN**
VOOR ALLE AUTOMERKEN

✓ **ONDERHOUD EN REPARATIE**
VOOR ALLE AUTO'S

✓ **MOBILITEITSGARANTIE**
MEER DAN PECHHULP

✓ **UW ONDERHOUDSBOEKJE**
IN DE AUTOFIRST APP

AutoFirst Hoogsteder
UW AUTO OP DE 1^e PLAATS

Dorpsstraat 31
6678 BE Oosterhout (GLD)

0481 48 10 80
info@garagehoogsteder.nl
www.autofirst-hoogsteder.nl



Anti hardrijden Groep

BEN VEILIG IN GROTE BOEL

30 km per uur-actie in Grote Boel

Misschien heb je het al eens gezien. Daar waar de straat Grote Boel een bocht maakt bij het binnenkort te openen café Brass, staat een actief groepje buurtbewoners. Bewoners die de snelheid van de naderende automobilisten meten en je daarmee oproepen tot langzamer rijden. Zelf kwam ik er - per fiets - bij uit. Sven en Pieter, beiden met hun gezin aan de Grote Boel wonend, zijn de initiatiefnemers.

„We vonden al langer in deze straat, waar auto's te gast zijn, veel te hard gereden wordt. Je ziet hier al dat de drempels afgesleten zijn, er wordt echt vaak te hard gereden. In dit deel van de wijk zijn veel jonge kinderen, dan moet je oppassen. En de meeste mensen die hier rijden, wonen natuurlijk ook gewoon in de buurt, dus die zouden beter moeten weten,” zegt Sven. De hele wijk is een 30 km zone, uitgezonderd de invalswegen. „Via Veilig Verkeer Nederland hebben we een pakket aangevraagd, met een werkende snelheidsmeter en een aantal borden met 'U rijdt te hard' of 'Goede snelheid'. We staan hier regelmatig met een paar buurtbewoners om de aandacht te trekken.

Sven en Pieter merken dat hun actie bewustwording bij automobilisten oproept. „We proberen de mensen die te hard rijden te laten stoppen. Dan maken we een praatje en geven ze een flyer met een uitleg over hoe lang de remweg is bij 30 en bij 50 kilometer per uur.

Dat zet sommigen toch wel aan het denken.” En wat is het effect, denken de buurtgenoten? „We hebben er intussen al een paar keer gestaan en je herkent wel sommige auto's. Die rijden dan rustiger,” zegt Sven. „Maar heel hard kunnen we dat natuurlijk niet aantonen.”

Er zijn nog meer middelen om de aandacht op 30 kilometer per uur te krijgen. In de wijk staan er verschillende gft- en oud papierklo's met een 30 km/u-sticker erop. Deze zijn ook bij Veilig Verkeer Nederland te bestellen via participatiepunt.vvn.nl, waar Sven en buurtgenoten ook de snelheidsmeter hebben besteld.

En vergeet niet, een veiliger verkeer begint ook bij jezelf in je eigen buurt, beste automobilist!

Tekst: **Rob Janssen**
Foto: **Toon de Vos**



Oefentherapie Cesar De Lint

Van Boetzelaerstraat 10 - 6515 JD Nijmegen-Noord
024-3483329 / 3094504

info@cesartherapiedelint.nl - www.cesartherapiedelint.nl

U kunt bij ons terecht voor rug-, nek- en schouderklachten, houding- en bewegingsproblemen, baby- & kinderoefentherapie, psychosomatische oefentherapie, spanningsklachten & burnout, bekkenklachten rondom zwangerschap, urine-incontinentie, Mindfulness, Medical Kinetics, zwangerschap(groeps)begeleiding, bedrijfs-oefentherapie.

Wij zijn ook werkzaam in het Academisch Gezondheidscentrum Thermen in Lent.

Café bij Tante is de ideale plek voor:

het geven van een feest, vieren van
• recepties • kraamborrels
• jubileum
personeelsbijeenkomsten etc.

7 dagen per week mogelijk!
Neem gerust vrijblijvend contact op.

Verder hebben we een gevarieerd
aanbod van activiteiten, kijk voor de
actuele agenda en verdere informatie
op: www.cafebijtante.nl



Stationsstraat 5
Elst (Gld) - 06-41576664



Kapsalon Haarbalans een biologische
kapsalon in een hoger segment.

Haarbalans gespecialiseerd in o.a.:

- Krullenspecialist Eco en CG proof
- Kleurspecialist (Guy Tang)
- Olaplex specialist
- Haar en hoofdhuid aandoeningen
- Anko haarwerk specialist
- Make-overs

Er wordt gewerkt met natuurlijke producten
van PUUR JO, Botanea, Guy Tang.

Kapsalon Haarbalans

Kapsalon Haarbalans

Kweldam 17

6678 DK Oosterhout (gld)

06-81 03 47 46

www.haarbalans.nl

De Zonnebloem zet alles op alles om mensen met een lichamelijke beperking onvergetelijke momenten te bezorgen

De afdeling Oosterhout, Slijk Ewijk, Nijmegen-Noord:

Met een team van enthousiaste vrijwilligers bezoeken we regelmatig onze gasten

De afdeling organiseert elke maand een gezellige, soms verrassende middag

Na vele jaren zullen Fieke en Ineke terugtreden als bestuurslid van onze actieve afdeling.

Zij willen het stokje overdragen... Wie voelt zich uitgedaagd?

Neem voor informatie contact op met een van onze bestuurders:

Fieke van Dam, voorzitter 0481 452200 | Ineke Degen, secretaris 0481 481976 | Jos Verploegen, penningmeester 06 44784408

Corry Buil, hoofd bezoekwerk 024 8457584 | Cor Batterink, activiteiten 0481 482402

Goed gezien!

Wij declareren uw parkeerkosten

Bij Specsavers Nijmegen bent u altijd verzekerd van een professionele oogmeting en een passende aanbidding. Afgestemd op uw behoeften en voorkeuren. En om uw parkeerkosten (gedeeltelijk) te compenseren ontvangt u met de coupon €10 korting op het totaalbedrag.

Nijmegen Centrum
Burchtstraat 49
Tel. 024 388 9486

€10 coupon

Bij aanschaf van een bril met een montuur vanaf €79 ontvangt u bij inlevering van deze coupon €10 korting op het totaalbedrag.

Deze coupon is geldig bij Specsavers Nijmegen Centrum. Niet geldig op al eerder gedane aankopen. 1 coupon per persoon. © Specsavers 2020. Specsavers en het Specsavers-logo zijn merken van Specsavers.

Specsavers

Knip uit en neem mee!

BEN OP DE CAMPING

De herfst is de mooiste tijd om te kamperen!

Door: *Marloes Gielen*

Foto: *Kampeermeneer*

Een artikel over kamperen? Ik hoor u denken: dat komt nou net te laat. De zomervakantie is voorbij, alle kampeerspullen zijn net weer netjes opgeruimd. Maar heeft u wel eens gedacht aan een kampeervakantie in de herfst?

Dat is eigenlijk perfect volgens wijkbewoner Tjerk, alias de kampeermeneer. "In de herfst is het niet te heet of druk op de camping, de natuur is op haar mooist. Helemaal als we weer zo'n Indian Summer hebben. En voor kou hoeft je niet bang te zijn: blijf bewegen, zorg voor een kampvuur en een goede slaapmat en -zak, en genieten maar."

Typisch de kampeermeneer: enthousiast over kamperen en genoeg tips en ervaring om al je kampeertwijfels overboord te zetten. Tjerk kampeert dan ook al zijn hele leven. In 2016 begon hij met bloggen op www.kampeermeneer.nl Eigenlijk als geintje. Maar het bleek een schot in de roos.



Natuurlijk kamperen

Wat vind je op deze site? Alles over kamperen. En daarin is Tjerk niet de enige. Wel is hij één van de weinige kampeerbloggers die focust op de natuurlijke campings. "Het gaat vooral om de vrijheid, buiten zijn, lekker onder je tentdoek slapen." Er staan campingtips, reviews van kampeerspullen en allerlei kampeertips. Alles eerlijk en positief. "Als het niks is, dan komt het niet op de site." En Tjerk houdt alles actueel. Deze zomer kregen nieuwsbrieflezers bijvoorbeeld tips om de tent of caravan koel te houden. En toen bekend werd dat we weer mochten kamperen, maakte hij meteen een overzicht van alle Nederlandse campings met privé-sanitair.

Uitbreiding

Inmiddels gaat er behoorlijk wat tijd in de website zitten. Sinds een jaar heeft Tjerk daarom zes mede-bloggers die ook hun ervaringen delen. Eén van die bloggers woont toevallig ook in onze wijk. "Hij reageerde op mijn Facebook-oproep, pas later kwamen we erachter dat we bijna buuren zijn, grappig toch?" Zelf is Tjerk hier twee jaar geleden komen wonen, mede vanwege het kamperen. "We komen uit een idyllische maar niet zo ruime jaren 30-woning in de Hazenkamp. Hier hebben we meer ruimte én een garage en oprit waar de vouwwagen kan staan. Zo zijn we het hele jaar door klaar voor vertrek!"

Trendwatcher

De kampeermeneer is inmiddels ook trendwatcher. De afgelopen jaren deelde hij op de Kampeer- en Caravan jaarbeurs zijn visie op de kampeertrends. Een aantal van zijn voorspellingen zijn al uitgekomen, zoals glamping, op aparte plekken kamperen, winterkamperen en de doorbraak van campsplaces.

Tip: grote tent

Tot slot een tip voor mensen die nu denken: ik wil het toch wel een keer proberen dat kamperen, misschien wel deze herfst: "koop een tent die groot genoeg is. Ga je met z'n vieren, neem dan een 5-persoonstent. Tel er gewoon altijd één persoon bij, dat scheelt een hoop ruimte. Kamperen in de herfst moet je gewoon doen om te weten hoe fijn dat is."

En of je nu een doorgewinterde kampeerder bent of nieuw in het kampeergebeuren: heb je tips of vragen voor de kampeermeneer, neem gerust contact op.

www.kampeermeneer.nl

Pinterest, Instagram Facebook & Twitter: [kampeermeneer](https://www.instagram.com/kampeermeneer)





Nijmegen

Wijksport Nijmegen-Noord

Beste ouder(s)/verzorger(s)

Vanuit Sportbedrijf, gemeente Nijmegen is in Nijmegen-Noord een gebiedsteam actief dat zich richt op sport-/beweegstimulering onder de wijkbewoners. Gezien de ontwikkeling en de samenstelling van de wijk is de jeugd, zijn de jongeren een belangrijke doelgroep voor ons. Vanuit ons gebiedsteam (en uw school) willen wij sport en beweging mogelijk maken voor iedereen, juist binnen deze turbulente tijden!! Wij geven dan ook een vervolg aan de interventie "wijksport" in Nijmegen-Noord. Met dit initiatief willen wij een brug slaan tussen school en het sport-/beweegaanbod vanuit de wijk-het verenigingsleven. Het wijksporten is dan ook zo georganiseerd dat kinderen op zoek kunnen gaan naar een passend sport-/beweegaanbod en met andere kinderen uit de wijk actief bezig kunnen zijn.

Uiteraard volgen wij hierbinnen de richtlijnen vanuit de rijksoverheid/RIVM.

WEEKROOSTER WIJKSPORT NIJMEGEN-NOORD

Maandagen	16.15 – 17.15 uur Sportzaal de Spil Lent Groep 5 t/m 8			
Woensdagen	13.00 – 14.00 uur Sportzaal de Klif Oosterhout Groep 1 & 2	14.00 – 15.00 uur Sportzaal de Klif Oosterhout Groep 3 & 4	16.00 – 17.00 uur Sportzaal de Ster Lent Groep 1 & 2	17.00 – 18.00 uur Sportzaal de Ster Lent Groep 3 & 4
Vrijdagen	14.30 – 15.30 uur Sportzaal de Grote Boel Groep 1 & 2	15.30 – 16.30 uur Sportzaal de grote Boel Groep 3 & 4		

* Het aanbod heeft een structureel karakter!

Aanmelden

In deze turbulente tijden willen wij vragen uw zoon/dochter vooraf aan te melden

via: Noordsport@nijmegen.nl onder vermelding van "aanmelding wijksport" en:

Naam, Leeftijd/Groep, School, Gewenste tijd/Locatie.

Na aanmelding zullen wij u een bevestigingsmail versturen met daarin meer concrete informatie.

Mocht u verdere vragen/opmerkingen hebben over wijksport, neem dan gerust contact op met ons gebiedsteam, eveneens via Noordsport@nijmegen.nl.

Hopelijk tot ziens in een van de sportzalen in Noord, heel veel sport- en beweegplezier toegewenst!

Sportieve groet namens team Nijmegen-Noord,

Linda Mekkelholt, Freek Hofland, Coen Merckx, Ron Janshen

KUNST IN DE WIJK

BEN CREATIEF IN DE WIJK

Margriet Monks

"Fantasievogels schilderen is echt mijn ding"

Interview: **Hans Garritsen**

Er zijn veel dingen op te schrijven over een stadswijk: hoeveel mensen er wonen, of ze zich gelukkig voelen, wat het gemiddeld inkomen is. Een vraag die niet veel gesteld wordt, is: hoe creatief is een wijk? Wonen er kunstenaars, zijn ze actief, zijn ze zichtbaar in de wijk? BEN besloot er enkele op te zoeken in onze wijk. We deden een oproep op Nextdoor en de eerste die zich meldde was Margriet Monks. Dat ze schildert, is vanaf het begin duidelijk als je het huis binnengaat.

Wie ben je?

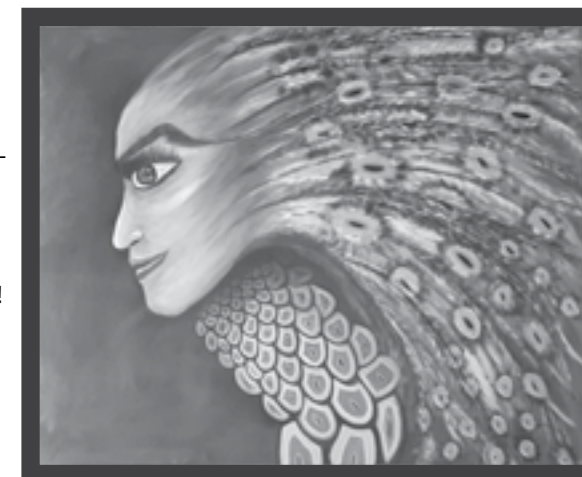
Ik ben geboren en getogen in Nijmegen. Ik ben 56 jaar oud, en woon al sinds 2000 in de wijk. Ik heb een tijdje in München gestudeerd om het hotelvak te leren, maar dat bleek het toch niet te zijn voor mij. Daarna ben ik Schoevers gaan doen; de bekende secretaresse-opleiding. Ik heb lang in die functie gewerkt op meerdere plekken. Tenslotte ben ik terechtgekomen in de debiteurenadministratie een bedrijf met diensten en producten op het terrein van gezondheid en welzijn. Op dit moment is dat, vanwege corona, veel thuiswerk. Ik leerde mijn man kennen in 1985. We gingen samenwonen in het centrum van Nijmegen, drie hoog. Leuk, maar midden in de stad wonen heeft ook zijn nadelen! Tot hier in 2000 gebouwd werd en we dit huis konden krijgen. We waren één van de eerste pioniers. Overal was het een modderboel destijds. Maar het is een heerlijk huis.

Hoe kwam je ertoe om te gaan schilderen?

Het heeft al heel lang zitten kriebelen bij mij. Als kind speelde ik piano; ook een creatieve vaardigheid maar anders. Ik was er best goed in, had er in dóór gekund, maar ik wilde op een gegeven moment niet verder. Edelsmeden heb ik ook een aantal jaren fanatiek gedaan. Pakweg dertig jaar geleden heb ik schilderles genomen bij De Lindenberg, en dat jaren achter elkaar, bij meerdere kunstenaars. Soms moet je ook van docent veranderen om een nieuwe stimulans te krijgen.



En op een bepaald moment begin je voor jezelf. Ik hoef er niet van te leven maar vind het wel erg leuk. Ik werk parttime dus heb er tijd voor. Ik maak ook deel uit van een schildergroep SUNN (Schilders uit Nijmegen-Noord) die wekelijks in De Klif bij elkaar komt. Zo kunnen we elkaar stimuleren. Door corona heeft het lang stilgelegen, maar we zijn nu weer begonnen.



Ik zie heel veel vogels op doek geschilderd. Heel kleurrijk! Waarom vogels?

Tja.. waarom vogels? Ik ben ooit begonnen met schilderen in de stijl van Gustav Klimt (Oostenrijkse schilder, 1862-1918, HG) met vrouwenportretten en gebruik van (blad-)goud. Dat vond en vind ik erg mooi. Van daaruit zijn langzaam vogels het hoofdthema geworden; fantasievogels, allemaal kleurrijk.

Dat is echt mijn ding! Ik word daar vrolijk van; het heeft ook iets van mijzelf, dat wil zeggen, ik herken dingen van mijzelf hierin: de associatie van vrijheid, dromerigheid.

Het is fijn om te doen. Ik werk hoofdzakelijk met olieverf (soms ook in combinatie met acryl verf, wat glittersjes en een echt veertje erop); olieverf droogt langzaam en stelt je in staat om meerdere werken tegelijk op doek te hebben. Dan kun je er lang over doen en steeds een nieuwe laag, een nieuwe nuance toevoegen. Zo krijgt het schilderij ook meer diepte en levendigheid.

Kinderfeestjes
Groepen
Losse heats

FUN SPACE

LASERGAME NIJMEGEN

vega(n) proof!



+31 (0)24 4200040

www.funspace.nl

info@funspace.nl • Carbatinastraat 11, 6515 GM Nijmegen • @Funspace.Nijmegen



Brouwer

— Bike Store Lent —

E-bikes — Stadfietsen — Reparatie

www.brouwerbikestore.nl

024-3243988

Nijmegen-Noord biedt alles... ... en KION heel veel!

Nijmegen-Noord, Oosterhout biedt haar bewoners een scala aan woonplezier en natuurlijk ook kinderopvang. KION biedt verschillende soorten kinderopvang onder één dak met enkele basisscholen en bij OSC, dus altijd dichtbij. We werken met het online Ouderportaal waardoor je op de hoogte bent van praktische informatie, activiteiten en waar je leuke foto's van je kind(eren) kunt zien. Bij Jump en Ondersteboven kun je zelfs verse maaltijden afhalen voor thuis.

Kindercentrum Jump - Griftdijk
Kindercentrum Ondersteboven - Pijlpuntstraat
Kindercentrum De Uitdaging - Dick Brunastraat
Buitenschoolse opvang De Sprong 8+ - Stationstraat

Je bent van harte welkom voor een rondleiding op afspraak.
 Kijk op www.kion.nl



v.l.n.r.
 Trui de Klein (Jump)
 Iris van Dinteren
 (Ondersteboven)
 Marion Rossen
 (De Uitdaging)

Altijd opvang. Altijd in de buurt. **KION**

BEN BIJ DE WARMOES

Warmoes

Historische Tuinderij

...in de herfst



Hopelijk volgt er een mooie nazomer en kan er nog lang genoten in de boomgaard van de Warmoes. Mocht het kouder worden, dan kan uitgeweken worden naar het tuincafé dat deze herfst en winter is vergroot. Ook het najaar biedt nog veel heerlijke verse oogst die gekocht (winkel) en geproefd (tuincafé) kan worden.

Vanaf eind september hangt er een kleine expositie over de kersenpluk in Lent in de Warmoes.

De Betuwe was eeuwenlang de fruitregio van Nederland. De vruchtbare grond leverde veel en goed fruit op waaronder kersen uit hoogstambomen. Tegen het einde van de oogsttijd, meestal begin juli, werden in tientallen dorpen kersenfeesten gehouden om het einde van de pluk te vieren.

Ook in Lent werd sinds het begin van de 19e eeuw een kersenfeest gevierd.

Het geplande kersenfeest kon deze zomer niet doorgaan, maar de expositie is de komende weken te bewonderen.

www.dewarmoes.nl

Open (bij mooi weer) op woensdag, donderdag en vrijdag van 11-17 uur en in het weekend van 10-17 uur.

Zelf plukken of de verse oogst op de kraam kopen kan op woensdag, vrijdag en zaterdag van 11-14 uur.

Kersenplukkers (regionaal archief Nijmegen)



CHIROPRO
gezond in beweging met chiropractie

Expert in de diagnose, behandeling en preventie van klachten die gerelateerd zijn aan het bewegingsstelsel zoals:

**Rug- en nekpijn
Hoofdpijn
Hernia / ischias
Sportblessures**

Wij staan voor zorg zoals we zelf behandeld willen worden. Met onze unieke behandelmethode dringen we door tot de kern van uw klachten.

Kijk voor meer informatie op www.chiropro.nl of bel naar 024 - 737 03 24.

Edith Plesthoed TIOCC te Lant

Dé hypotheekspecialist in Nijmegen-Noord!

- Volledig onafhankelijk hypotheekadvies
- Keuze uit alle geldverstrekkers
- U bepaalt de afspraaklocatie
- Een oriënterend gesprek is kosteloos
- Complete begeleiding t/m de notaris

Bel, mail of app:

**T: 06 309 299 06
E: floris@financielemeesters.nl**

FINANCIËLE MEESTERS
Financieel in de praktijk

Floris de Nooij | Financiële Meesters |
Grifdijk 19 Nijmegen | www.financielemeesters.nl

Steun bewust onze ondernemers, zij zijn de parels in onze wijk!

Gitaarles in Oosterhout? Dat kan!

Gitaarschool **De Losse Snaar** verzorgt gitaarlessen op maat

Asdonksestraat 3
6515 CC Nijmegen

www.delossesnaar.nl
Tel: 06-42475914

Word de mooiste versie van jezelf

Bel Marion van Diemen op 06 13397954 of mail naar info@mooitalent.nl

Praktijk: Annabellstraat 26
6515 CH Nijmegen
www.mooitalent.nl

Mooi talent

Coaching voor kinderen, jongeren en volwassenen voor:

- gelukkiger leven;
- wijsheid en plezier in opvoeding;
- een passende studie en beroepskeuze;
- passie in je werk en liefdevolle relaties.

Richard Stevens **Techniek**

Waldijk 27 • 6677 MB • Slijk Ewijk • Tel 06 300 709 17

Airconditioning voor particulier en bedrijf verkoop, montage, service en onderhoud

www.richardstevensstechniek.nl

Kattenpension

De Kattenboerderij Slijk-Ewijk
Waldijk 21
6677MB Slijk -Ewijk

0481 - 354 689

Bezoek op afspraak
Openingstijden zie onze website

www.dekattenboerderij-slijkewijk.nl

BEN PEUTERPROF

FC PEUTER PROFS: NU OOK IN NOORD!

'Je kan niet vroeg genoeg beginnen met voetballen' Voetballen voor kinderen tussen 2 en 7 jaar

FC Social Work* biedt al enige tijd onder de noemer FC Peuter Profs in Nijmegen-West voetbalactiviteiten en voetbaltrainingen aan voor kinderen tussen 2 en 7 jaar. Vanaf dit schooljaar zal FC Peuter Profs ook in Nijmegen-Noord van start gaan.

Oud-NEC'er Lorenzo Davids en Saïd Achouitar van FC Social Work zagen dat er genoeg voetbaltrainingen zijn voor jongeren ouder dan 7 jaar. Zij kunnen terecht bij vele voetbalverenigingen. Dit in tegenstelling tot de kinderen onder de 7 jaar.

De kinderen gaan in drie leeftijdsgroepen (2-3, 4-5 en 6-7 jaar) op hun eigen niveau aan de slag met de basale voetbalskills. Zij zullen door de ervaren trainers geholpen worden met de eerste stapjes op het voetbalveld.

De organisatie achter FC Peuter Profs is al vele jaren actief binnen het zaalvoetbalonderwijs onder de noemer Futsal Chabbab.

De activiteiten zijn gestart op zondagmiddag 19 september 2020 en vinden plaats in de Sportzaal 'De Grote Boel' in Nijmegen-Noord.

Lorenzo Davids: "Het is goed dat kinderen al op deze hele jonge leeftijd in een veilige omgeving gaan bewegen. Het bewegen zal de ontwikkeling van de motorische vaardigheden stimuleren. Wij hopen dat de kinderen van FC Peuter Profs door zullen stromen in de jeugdopleidingen van reguliere sportverenigingen en nog vele decennia zullen genieten van sport."

Saïd Achouitar beaamt deze wens en hij, Lorenzo Davids en Remco Dekker zullen hier hier met vereende krachten aan gaan werken.

Meer informatie en aanmelden kan via www.fcpeuterprofs.nl.

* FC Social Work in Nijmegen bestaat uit drie pijlers: welzijnswerk voor jongeren van 8 tot en met 18 jaar, activeringstrajecten voor jongvolwassenen van 16 tot en met 35 jaar en peutervoetbal voor kinderen van 2 tot en met 7 jaar. Sinds 2001 werken zij aan het welzijn van jongeren in de stad.

Zie: www.fcsocialwork.nl

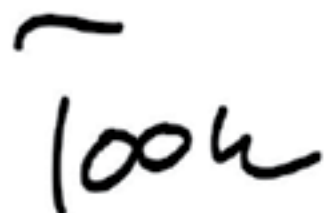




Nu ook in Lent in het prachtige Thermion gebouw
Espérance al ruim 12,5 jaar specialisten in medische echo's tijdens de zwangerschap,
o.a. de 20 weken echo en groeiecho's.

Verwijsformulier kunt u bij uw verloskundige of gynaecoloog krijgen
Thermionpark 11 in Lent (1e verdieping in Thermion, route 5)

www.esperance-arnhem.nl



Toon de Vos - Fotografie

Bruidsreportages
Portretten
Kinderen
Gezinnen
Baby's
Zwangerschap
Evenementen

voor foto's van je leven

Clavisstraat 29 - 6515 GA Nijmegen
www.toondevos-fotografie.nl
024-84 51 757 of 06-111 882 46

Eindeloos genieten
in de winter.

Kom tijdens de wintermaanden bij Brasserie De Altena genieten van de lekkerste kleine gerechten. Van 1 oktober t/m 31 maart* kan je voor € 29,95 p.p. de hele avond door genieten van alle gerechten op de kaart. We hebben een leuke kinderhoek en kinderen tot 3 jaar kunnen gratis mee eten. Daarna is het € 1,- per levensjaar, vanaf 12 jaar is het € 29,95.

Eindeloos genieten: kan van woensdag t/m vrijdag vanaf 17:00 uur. Zaterdag en zondag kan er gereserveerd worden voor de shift van 17:00 - 19:00 uur of de shift van 19:15 uur tot sluiting. Er kan uiteraard ook gewoon à la carte worden besteld.

Nieuw bij De Altena.

Geen behoefte om te eten bij de Brasserie? Vanaf oktober is het mogelijk om via www.brasseriealtna.nl eten te bestellen. Wij bezorgen thuis of het kan opgehaald worden bij de Brasserie. De bestelling kan online betaald worden.

* Uitgezonderd feestdagen. Alleen per tafel te bestellen. Keuken sluit om 21:30 uur.

Brasserie
De Altena

Woudijk 39
6678 MC Oosterhout (Gld)
0481 - 48 21 95
www.brasseriealtna.nl
info@brasseriealtna.nl

Openingstijden:
Zomerseizoen april t/m september:
Maandag - vrijdag vanaf 12:00 uur
Zaterdag - zondag vanaf 10:00 uur
Winterseizoen oktober t/m maart:
Woensdag - zondag vanaf 12:00 uur



VANNATURE
NIJMEGEN

Duurzaam, biologisch en
fairtrade winkelen op twee
locaties in Nijmegen

Van Nature | Hét duurzame warenhuis
Burchtstraat 126 Nijmegen

Van Nature | Dé biologische speciaalzaak
Gerard Noodtstraat 135-137 Nijmegen

www.vannature-nijmegen.nl

ZATERDAG 31 OKTOBER: HAPPY HALLOWEEN BERENJACHT

BEN OP BERENJACHT

Wilde plannen, leuke plannen, buurtplannen, bergen met ideeën en nu?

Dit jaar is een jaar van net alles even anders. Anders door het oh zo bekende coronavirus. Met dit woord uitgesproken te hebben willen we maar meteen met de deur in huis vallen. Dit jaar gaat Halloween in Nijmegen-Noord er anders uitzien. We vieren het wel, met een halloween-berenjacht op zaterdag 31 oktober.

Halloween-beren zoeken

Alle kinderen uit de wijk (Oosterhout, Grote Boel en Zuiderveld) kunnen op 31 oktober op zoek gaan naar Halloween-beren. In navolging van de alom bekende 'berenjacht' nodigen we je uit om in je tuin of voor het raam een 'halloween-beer' te zetten, dat wil zeggen een knuffelbeer met kleding of een item in het halloween-thema. Kinderen kunnen dan tijdens de wandeling zo veel mogelijk beren spotten en bijvoorbeeld met hun eigen groepje er een wedstrijdje van maken wie de meeste beren ziet of wie 'm het eerste heeft gespot. Wij raden ten zeerste af om snoep uit te delen, handcontact moeten we vermijden.

Versieren

Misschien ben je heel erg creatief ingesteld en kun je je huis, tuin en/of straat leuk versieren. Hiermee maken we het voor de kinderen een leuke belevenis. Zorg er dan wel voor dat er geen opstopping plaatsvindt. Dit alles kan op eigen initiatief en hoeft natuurlijk niet!

Houd in elk geval in gedachten:

- De beer kan natuurlijk de gehele dag er al staan, maar zorg ervoor dat deze ook 's avonds te zien is. Vanaf 18.00 uur gaan de kinderen rondlopen. Mocht je willen stoppen, haal dan de versiering weg.
- Bedenk dat het kindvriendelijk moet blijven en maak het dus niet té griezelig. Er lopen ook echt heel kleine kinderen mee.
- Het is niet de bedoeling dat de kinderen een tuin of huis ingaan. Verzin dus geen activiteiten in huis. Een klein - coronaproof! - spelletje kan altijd.
- Bewaar tijdens het wandelen 1,5 m afstand.
- Zorg ervoor dat er één ouder per gezin meegaat.
- Heb je klachten, blijf dan thuis.

Op de Facebookpagina HalloweenNijmegenOosterhout en op Nextdoor vind je een paar weken voor Halloween meer informatie.

Laten we er dit jaar samen met de buurt er weer een beregriezelige dag van maken.

goedrecht
advocaten

"Uw goed recht!"

Voor bijstand en advies bij:

- ✓ Huur / koop
- ✓ Bouw
- ✓ Vergunningen
- ✓ Familie / echtscheiding / alimentatie
- ✓ Contracten / incasso
- ✓ MKB / ondernemers
- ✓ Strafzaken
- ✓ Ontslag
- ✓ Schade

Laauijkstraat 8a | 6663 CJ Nijmegen-Lent
024 - 73 70 017 | www.goedrechtadvocaten.nl

WELKOM BIJ WAALSPORT

Fit worden doe je bij Waalsport

Het sportcentrum van Oosterhout en Nijmegen Noord. Fitness, functionele training en groepslessen voor iedereen. Je bent van harte welkom!

OUDE GROENESTRAAT 6A NIJMEGEN NOORD

WWW.WAALSPORT.COM



Zoekt u een ervaren dierenarts?
Persoonlijk, vertrouwd, vakkundig en ervaren.

DIERENKLINIEK LENT

U bent van harte welkom in Lent!

Laauijkstraat 20 Lent
T. 024-3606422

www.dierenkliniekLent.nl

Mieke de Wit
miekedewit7@gmail.com
06 - 144 988 07
[@miekedewitcoaching](https://www.facebook.com/miekedewitcoaching)

Relatietherapie
in **Nijmegen**

Fenno Meijer
fenno@maakpositiefverschil.nl
06 - 336 761 65
www.maakpositiefverschil.nl

Als stel geven wij relatietherapie
Soms loopt het samen niet meer vanzelf. Het is lastig dit patroon te doorbreken. Wij helpen jullie met inzicht, communicatie en kennis om jullie probleemoplossend vermogen te vergroten.

Bij ieder van ons kun je ook individueel terecht
Ook alleen kun je vastlopen. Je wilt snappen wat er speelt, je wilt inzicht in hoe het bij je werkt en dat veranderen, zodat je nieuwe opties leert kennen en toepassen. En dat onder betrouwbare, prettige en kundige begeleiding. Wees welkom!

Bel, app of mail voor een vrijblijvende kennismaking

Gespreksruimte in Lent
Lentschoolstraat 25
6663 CP Lent

mieke de wit
coaching

fenno meijer
coaching & therapie

BEN OPEN & SPORTIEF

Gymgroepen van ONA in Slijk-Ewijk zijn weer gestart

De volwassenen waren buiten al begonnen voor de zomer, nu starten ook de kindergroepen weer op.

Voor de kinderen hebben we een leuk luchtkussen. Dit was ook het afscheid van de trainster Afra, zij heeft een nieuwe baan en kan dit er niet meer bij doen. De kinderen hadden allemaal tekeningen gemaakt voor haar waar ze heel blij mee was!

De nieuwe trainster Amber Peperkamp neemt de 3 kindergroepen over, samen met assistenten Teun en Tibbe.

Kindergym weer op zaterdag OCHTEND

Bij de gym staat PLEZIER IN BEWEGEN voorop. Onze gymzaal is klein, wat voor jonge kinderen een veilig gevoel geeft. Omdat de zaal niet zo groot is, voelen kinderen zich al snel veilig.

De eerste groep voor de hele kleintjes, van 2,5 tot 4 jaar. Dit is van 9 - 10 uur. De les is erg vrij en spelenderwijs. Er is ook tijd voor een liedje, limonade en een koekje.

De tweede groep is van ongeveer 5 jaar tot 8 jaar. Ook hier staat plezier voorop. Er worden turnactiviteiten aangeboden, en ook teamsport en spel. Dit is tussen 10.00-11.00 uur

De derde groep, van 11 - 12 uur, is voor kinderen van 9 - 15 jaar. Er wordt van alles gedaan; van op de tumblingmat salto's maken, freerunactiviteiten tot gewoon blokjesvoetbal.

Er is naast Amber, de trainster, ook altijd een assistent-trainer zodat de kinderen goed aandacht en hulp krijgen.

De kleinste groep is ook klein, onder de 10 kinderen. Je kunt altijd een paar lessen meedoen om te kijken of je het leuk vindt. Je kunt gewoon komen op de lestijd en even melden bij de trainster.

Dansgroep

Op dinsdagavond is er een dansgroep voor jonge meiden van 7 tot 14 jaar. Deze wordt geleid door Herma en Anouk. Er wordt altijd toegewerkt naar optredens. Je kunt ook hier een keer komen kijken.

Volwassenen

Voor volwassenen zijn er drie groepen op maandagavond. Van half 7 tot half 8 een damesgroep waar met de gym de nadruk ligt op lenigheid. De tweede groep voor dames, van half 8 tot half 9 is de nadruk op conditie en lenigheid. Deze groep gaat ook altijd een kwartiertje volleyballen. Daarna, is er een herengroep die gaan volleyballen. De volwassengroepen worden getraind door Cor Fransen, die zeer ervaren is, en altijd weer stimuleert.

Als je belangstelling hebt, kom dan gerust op de tijd van de gym een keertje kijken, of meld je aan via onze website: www.gymverenigingONA.nl

Elke zondag open!

woonboulevard
HUISSEN

Karstraat 95 Nijverheidsstraat 15

Trendhopper 1e etage Zanssen totaal wonen Profijt Meubel Superkeukens Pronto

✓ Karstraat 95 Huisen ✓ 7 dagen per week open! ✓ 15.000 m² wooninspiratie ✓ 026-326 99 00

Bast & Van Damme huisartsen

Nieuwe bewoners van de Grote Boel, Zuiderveld, Koudenhoek,
Woenderskamp en Hof van Holland zijn welkom!
T 024 20 42 480 E info@bastenvandamme.nl I www.bastenvandamme.nl

Dierenkliniek de Waalsprong

Voor kwaliteit, zorg en aandacht



Openingstijden

Ma: 8.30 - 19.30
Di: 8.30 - 18.00
Wo: 8.30 - 19.30
Do: 8.30 - 18.00
Vr: 8.30 - 19.30
Zat: 9.00 - 11.00

Om dit te bereiken beschikken we over de nieuwste technieken en kennis.

Om wachttijden te voorkomen werken wij uitsluitend op afspraak (online 24/7 in te plannen). Meestal kunt u bij ons dezelfde dag nog terecht. Tijdens het consult wordt uitgebreid de tijd voor u en uw huisdier genomen zodat u zich beiden thuis voelt.

We bieden ruime openingstijden en door de centrale ligging kunt u ons makkelijk bereiken. Tot snel!

T 024 - 3031101

Carbatinastraat 13, 6515 GM Nijmegen



De Waalsprong
DIERENKLINIEK

BEN IN DE BIEB



Stap tijdens de Kinderboekenweek in de Kinderboeken Carrousel

Maak tijdens de Kinderboekenweek in Bibliotheek Oosterhout-De Klif een ritje vol plezier! Kinderen vanaf zes jaar kunnen op woensdag 30 september van 14.30 tot 17.15 uur meedoen met de Kinderboeken Carrousel.

Samen met kinderen en hun ouders viert de bibliotheek in oktober de Kinderboekenweek. Tijdens deze week gaat de bieb terug in de tijd. Na een warm welkom volgen kinderen in kleine groepjes een uitgestippelde route. Ze gaan aan de slag met een creatieve workshop, hangen aan de lippen van een verhalenverteller en lopen de deur uit met een paar hele toffe boekentips op zak. Ook is er een Kinderboekenquiz met leuke prijzen! Een supertof programma bomvol boeken en verhalen.

Nog nog meer leuke dingen doen? Pak het nieuwe BIEBblad voor de jeugd in de bibliotheek mee. Of kijk voor een overzicht van alle activiteiten op www.obgz.nl/agenda.

BEN EENZAAM

Themaavond over eenzaamheid Dinsdag 10 november

Herken jij jezelf hierin?

We kennen allemaal wel eens dat nare gevoel van alleen zijn. Heb jij dat ook, of heb jij daar vaker last van dan je zou willen? Heb je wel eens het gevoel overal alleen voor te staan, op welke manier dan ook? Vind je het lastig om contacten te maken, of denk je: is dit het nou? Heb je behoefte om mensen te ontmoeten die dit ook ervaren, kom dan naar onze thema-avond om met elkaar in gesprek te gaan. Wij organiseren een thema-avond „alleen zijn“.

Het doel van deze avond is om een stukje herkenning te vinden bij elkaar. Wie weet kom je zo een stapje verder in het zoeken naar wat meer contacten of activiteiten. Door erover te praten met anderen kun je ervaringen delen. Wie weet helpt het jou een stap verder naar een minder „alleen“-gevoel.

Deze avond wordt ondersteund door Stip Noord en www.praktijkopwaarde.nl

Wees welkom en meld je aan:

Dinsdag 10 november in De Klif

Aanmelden: info@praktijkopwaarde.nl

Inloop 19.45 uur, start 20.00 tot 22.00 uur

Er zijn max. 13 plaatsen beschikbaar i.v.m. corona

Koffie en thee staan klaar, de avond is gratis.

Tot dan!

Madelon Gerrits-Eikhout

Esther Gidding-Peters

NIEUW UITGIFTEPUNT VOEDSELBANK NIJMEGEN – OVERBETUWE

Op 22 juli opende de Voedselbank Nijmegen-Overbetuwe een negende uitgiftepunt 'Noord', in Voorzieningshart De Klif.

In een welvarend land als Nederland zijn er nog steeds mensen die (tijdelijk) minder besteedbaar inkomen hebben waardoor ze niet genoeg voedsel kunnen kopen om voor zichzelf of hun gezin dagelijks een gezonde maaltijd te bereiden. Met ruim 150 vrijwilligers deelt Voedselbank Nijmegen-Overbetuwe wekelijks een zo gevarieerd en gezond mogelijk voedselpakket uit aan inmiddels bijna 800 huishoudens.

De afgelopen paar jaar ziet de Voedselbank een gestage groei van het aantal klanten op alle uitgiftepunten in Nijmegen. In 2019 is uitgiftepunt 'Goffert' geopend en een jaar later opende de Voedselbank weer een nieuw uitgiftepunt. Met de opening van dit nieuwe uitgiftepunt maakt de Voedselbank dankbaar gebruik van de gastvrijheid van en samenwerking met het wijkcentrumbeheer van De Klif.

Het moment van uitgifte voor deze nieuwe locatie is woensdagmiddag na werktijd.

Meer informatie op: www.voedselbanknijmegen.nl.

Hiermee komt de Voedselbank tegemoet aan de wens om een uitgiftemogelijkheid te hebben voor klanten die een baan hebben en na werktijd het pakket willen ophalen.

Extra donaties noodzakelijk

Een nieuw uitgiftepunt betekent ook extra kosten, bijvoorbeeld voor transport. Ook zijn extra giften noodzakelijk om elke week een voldoende vers en gezond pakket te kunnen uitreiken aan alle ruim 800 huishoudens.

Met een maandelijkse bijdrage van €10 kunnen we een gezin wekelijks een voldoende gezond voedselpakket geven.

Wilt u zo ook een handje helpen?

Ga naar www.voedselbanknijmegen.nl/wat-u-kunt-doen/steun-de-voedselbank/ of maak rechtstreeks uw donatie over op ons banknummer **NL61RABO0104083255** t.n.v. Voedselbank Nijmegen.

C O L O F O N

BEN er weer, het informatieblad voor Nijmegen-Noord Oosterhout, is een uitgave van Stichting Wijkraad Oosterhout.

BEN er weer versijnt zes keer per jaar en wordt huis-aan-huis verspreid in Nijmegen-Noord Oosterhout. Heeft u een NEE/NEE sticker maar wilt u wel de BEN er weer ontvangen? Vraag dan een BEN/JA sticker aan bij ons correspondentieadres

Oplage: 2900 stuks

Redactie:

Wim Buil, Marika Elmendorp, Hans Garritsen, Marloes Gielen, Ellen von Holtz, Humphrey R. Ottenhoff, Hans Radenborg, Rob Janssen.

Correspondentieadres redactie

communicatie@wijkraad-oosterhout.nl

Advertenties

Wim Buil; advertenties@wijkraad-oosterhout.nl

Layout & Vormgeving

Humphrey R. Ottenhoff

Fotograaf

Toon de Vos - mail: toondevos@gmail.com
www.toondevos-fotografie.nl

Drukwerk:

Drukkerij Van der Weerd | Nijmegen-Noord

Berichten, brieven en artikelen inbrengen?

Ingezonden brieven, berichten en artikelen (foto's met hoge resolutie, min. 180dpi) zijn welkom op het e-mailadres van de redactie: communicatie@wijkraad-oosterhout.nl

Belangrijk! Als u tekst overneemt of een foto meestuurt, zorg er dan voor dat ze rechtenvrij zijn.

De redactie behoudt zich het recht voor om artikelen in te korten of plaatsing ervan te weigeren. Op verzoek kunnen we anoniem publiceren. Plaatsing betekent niet dat de wijkraad of de redactie het standpunt deelt. De redactie is niet aansprakelijk voor de inhoud van geplaatste advertenties of voor de inhoud van websites waarnaar wordt verwezen. Ondanks de zorg van de redactie voor de inhoud, is het mogelijk dat de gepubliceerde informatie onvolledig, druk-/zetfouten of onjuistheden bevat. Storende onjuistheden kunt u melden bij de redactie via communicatie@wijkraad-oosterhout.nl

Abonnementen:

Woon u buiten Nijmegen-Noord Oosterhout en wilt u de BEN er weer ontvangen? Dan kunt u een betaald abonnement nemen. Na overmaking van €18,00 op ons bankrekeningnummer o.v.v. 'Abonnement wijkkrant' krijgt u zes nummers toegezonden. (Verzending alleen binnen Nederland.)

Rekeningnummer: NL75INGB0004886791 t.n.v. Stichting Wijkraad Oosterhout, Oosterhout-Nijmegen. Neem contact op als u een factuur wenst.

Website wijkraad:

www.nijmegennoordonline.nl

Correspondentieadres wijkraad:

Stichting Wijkraad Oosterhout
Pijlpuntstraat 1 6515 DJ Nijmegen
mail@wijkraad-oosterhout.nl

© 2020 Stichting Wijkraad Oosterhout

AGENDA NIJMEGEN-NOORD

Onder voorbehoud

Kinderboekenweek in Bibliotheek Oosterhout-De Klif
woensdag 30 september | 14.30 tot 17.15 uur

Kleine expositie over de kersenpluk in Lent
Vanaf eind september in de Warmoes

Bewegen aan de Waal | 10.00 – 11.30 uur
Woensdag 7 oktober overal Verzamelen: ONS Gezondheidserf

Nadenken over het plein bij De Klif
Dinsdag 13 oktober | bijeenkomst in De Klif | Aanvang 19.30

Biowalking | 10.30 – 12.00 uur
Dinsdag 13 oktober Verzamelen: ONS Gezondheidserf

Herfstkleuren Schilderles
10.00 – 12.30 uur of 13.30 – 16.00 uur
Donderdag 15 oktober Atelier Het Bakhuis, Waaldijk 30, Slijk-Ewijk

De geheimen van het Landgoed | 10.30 – 12.00 uur
Woensdag 28 oktober Verzamelen: ONS Gezondheidserf

Halloween-berenjacht
Zaterdag 31 oktober Alle kinderen uit de wijk (Oosterhout, Grote Boel en Zuiderveld)

Jaarlijkse Oogstfeest Stichting Co-bomen
Zondagmiddag 1 november Warmoes Historische Tuin

Wijkheld Kinderlintjes
Woensdag 18 november Uitreiking Kinderlintje door burgemeester Bruls

Wijkblad BEN er weer IN DE BRIEVENBUS?
Plak de JA sticker naast de NEE/NEE-sticker Sticker bestellen?
mail: communicatie@wijkraad-oosterhout.nl



BEN ER WEER UITGAVEN 2020

UITGAVE	KOPIJ AANLEVEREN	VERSPREIDING
Nr. 5	uiterlijk 11 okt.	weekend van 7 nov.
Nr. 6	uiterlijk 22 nov.	weekend van 19 dec.

KINDERLINTJES 2020

DE GEMEENTE ZOEKT NIJMEEGSE SUPERHELDEN (4-12 JAAR)



Kent u het kinderlintje?

Dit speciale lintje is een officiële beloning voor een kind dat iets bijzonders heeft gedaan.

Dat kan van alles zijn: denk bijvoorbeeld aan een zieke buurvrouw helpen, geld inzamelen voor een goed doel, opruimen in de wijk of een belangrijke sportprijs winnen.

Kent u een kind dat een lintje verdient?

Meld hem/haar dan aan voor 1 november aan via: nijmegen.nl/kinderlintjes

Een jury bepaalt of het genomineerde kind een lintje krijgt. Op woensdag 18 november, twee dagen voor de internationale dag van de rechten van het kind, reikt burgemeester Bruls de lintjes uit.

Apotheek in polikliniek CWZ Waalsprong

voor al uw medicijnen

Openingstijden
elke werkdag
van 8.00-17.00 uur.
Carbatinastraat 3, Nijmegen
www.cwz.nl/waalsprong



GROTE BOEL - ZUIDERVELD - OOSTERHOUT - WOENDERSKAMP - WAIJENSTEIN

Wijkblad BEN er weer komt zes keer per jaar uit in de Waalsprong
Helpt u ons bezorgers team in de Wijken?

e-mail: advertenties@wijkraad-oosterhout.nl



- Fitness
- Groepslessen
- Personal Training
- Fysiotherapie
- Voedingsdeskundige
- Kinderopvang
- Sauna en Zonnebank



Stationsstraat 21a 6678AA Oosterhout E: info@ffeelgood.nl T: 0481-481109 W: www.ffeelgood.nl