

- Boomgaard
- Elten
- Nijland
- Grote Boel
- Zuiderveld
- Park Waaijstein

Ben er weer

WIJKBLAD • NIJMEGEN-NOORD • OOSTERHOUT • JAARGANG 21 • NR 6 • DECEMBER 2021



Kerstgevoelens in onze wijk

Fotograaf: Toon De Vos

Van de redactie

Bedrijfsmatig zijn mijn man en ik per 1 december even "dakloos": ons nieuwe pand in Elst is nog niet klaar om te betrekken en dus werken we net als vele anderen een tijdje vanuit huis. Ruim acht jaar hebben wij met veel plezier in Nijmegen vlakbij de A15 gezeten, aan de vijver in het rijtje met o.a. de Ultrasport met uitzicht op de afrit naar Elst en Oosterhout.

Een fijne plek vlakbij de schapen die daar in het voorjaar met hun lammeren naartoe worden gebracht, totdat de vorst of eerste flinke sneeuwbuï zijn intrede doet. De ganzen die daar in steeds grotere aantallen bivakkeren hebben het ook goed: er zijn weinig natuurlijke vijanden te bekennen en van het verkeer hebben ze ook geen last. Onze opvolgers in dit pand zijn jonge ondernemers: bierbrouwers.

Ze gaan daar niet alleen

bier brouwen maar creëren ook een winkel, een proeflokaal en ze gaan een heus terras aanleggen. Van binnen gaan ze flink verbouwen om dit alles mogelijk te maken. Het is de bedoeling dat ze in het vroege voorjaar van 2022 daadwerkelijk open gaan voor bezoekers. Met de eigenaren is afgesproken tegen die tijd een artikel in de BEN er weer te plaatsen om meer ruchtbaarheid te geven aan deze enthousiaste ondernemers, hun producten en idealen.

Nieuwsgierig geworden?

Kijk dan alvast op hun website:

www.nevel.org

Het volgende nummer van de BEN er weer verschijnt vanaf vrijdag 13 februari 2022, de deadline hiervoor is zondag 18 januari. Wilt u iets insturen?

Dan kan dat naar onderstaand e-mailadres. En heeft of wilt u

een NEE/NEE-sticker op uw brievenbus maar wilt u wel de BEN er weer ontvangen? Dan kunt u een e-mail sturen om een BEN/JA-sticker aan te vragen. De redactie wenst u onder toch weer bijzondere omstandigheden een fijne Kerst en een gezond en gelukkig nieuwjaar. Namens de redactie,

Marika Elmendorp

communicatie@wijkraad-oosterhout.nl



Kerst 2021: de actualiteit van het Meisje met de Zwavelstokjes

Ik merk dat ik, naarmate ik ouder word, ook sentimenteler aan het worden ben. Vandaag las ik mijn kleinkinderen van vijf en vier jaar het sprookje 'Het Meisje met de Zwavelstokjes' voor en ik moest gewoon hier en daar een pauze inlassen, om mijn stem niet te laten overslaan. Gelukkig merkten ze niets; ze gingen nog dieper op in het verhaal dan ik. Het is ook een aandoenlijk sprookje. Het gaat over armoede, over een kind, over verwaarlozing en over verbeelding. In het licht van de achterenvolgende zwavelstokjes - wat langer brandende lucifers, zou je kunnen zeggen - die het kind opsteekt (haar vader zou zeggen: verkwest), verbeeldt het meisje zich alles waar ze naar verlangt: van een beetje warmte en lekker eten tot aan haar overleden oma. Die laatstgenoemde neemt haar uiteindelijk, bij het laatste licht, mee naar de hemel. In de werkelijkheid, de tweede laag binnen het sprookje, is het meisje doodgevroren en wordt de volgende dag gevonden. Pas dan heeft men medelijden; het arme schaap. Toen ze nog leefde werd ze niet gezien, nu ze dood is wel.

Waarom word ik daar zo sentimenteel van?

Lastig te zeggen. Als het over kinderen gaat die onrecht wordt aangedaan, heb ik dat gauw.

Maar het sprookje staat ook in het kader van Kerstmis, of Oud en Nieuw, tijd van je terugtrekken in het gezin, intimiteit. Een sfeer van even dicht bij het ideaal zijn, een onschuldige wereld waarin niemand haast heeft, iedereen zich voorbeeldig gedraagt. Het ontroert. Het maakt je ook een beetje kwetsbaar, mij wel in ieder geval. De mooie wereld wenkt, in de persoon van een grootmoeder.

Het verdrietige in dit sprookje is dat die mooie intimiteit ook tegelijkertijd een zeepbel is; de intimiteit van de één sluit de ander uit. Terwijl wij, met een mooi kerstgevoel, aan tafel aanschuiven, moet het meisje het met haar verbeelding doen, of in medische termen: het delirium tijdens een bevroering. Even los van het sprookjeskarakter en zonder moralistisch te doen, lijkt het me duidelijk dat dit verhaal nog altijd een appèl doet aan ons. Natuurlijk is het fijn om even 'met elkaar' te zijn, voor zover we dit met de huidige lockdown al kunnen. Daar is ook niets op tegen. Maar onze intimiteit, met het gezin, met je vrienden of geliefden, mag anderen niet uitsluiten. Iedereen weet zelf wel hoe je dat kunt invullen. Niet in grote daden; soms is jezelf over negatieve gevoelens heenzetten en een hand uitsteken al voldoende.

Hans Garritsen

Nieuws van de Wijkraad

Wijkraad

BEN BETROKKEN

Beste mensen, alweer de laatste uitgave van de BEN er weer van dit jaar. Op dinsdag 7 december schrijf ik dit stukje: we zitten in een avond-lockdown en het aantal besmettingen daalt licht. Hopelijk gaat het nog meer de goede kant op als u dit stukje leest en is er licht aan het einde van de corona-tunnel.

Als wijkraad houden we ons bezig met verschillende belangrijke onderwerpen: bijvoorbeeld het aantal AED's in de wijk (op dit moment onvoldoende), de gevolgen voor de verkeersdoorstroming bij Knoop 38 na de mogelijke komst van een Railterminal bij Valburg (de rechter doet medio juni 2022 hierover een uitspraak), de verkeersveiligheid bij bepaalde oversteekpunten op de Griftdijk en de toekomstige verkeersontwikkeling op diverse doorgaande wegen, zoals de Keizer Hendrik VI-singel, de Oude Groenestraat en de Waaldijk.

Dit doen we door in gesprek te gaan en te blijven met de verantwoordelijke medewerkers van de gemeente en andere overheden en instanties, brieven te sturen en te proberen (politieke) invloed uit te oefenen op de besluitvorming die gunstig is voor onze wijk. Hierbij staat voor ons maar één belang voorop: uw veiligheid en een zo prettig mogelijk woon- en leefklimaat. Elke twee maanden is er een wijkraadvergadering in De Klif waarin wijkbewoners mee kunnen praten over onderwerpen die hun aan het hart gaan en waaraan gemeente en politie regelmatig deelnemen. Ook is er vaak een redactielid van de BEN er weer aanwezig om zo de lijntjes kort te houden.

Dit kunnen we alleen doen met de medewerking van vrijwilligers die zich voor wijkbelangen willen en kunnen inzetten. Door enkele uren per week of per maand te besteden aan een bepaalde taak of een bepaald project. Zonder vrijwilligers geen wijkraad en geen belangenbehartiging namens de wijk richting gemeente en andere overheden.

Als wijkraad houden wij ons ook bezig met de financiële werkzaamheden voor onder meer de BEN er weer en het Theater de Klif. Op dit moment zoekt de wijkraad met zeer grote spoed een penningmeester. Heeft u kennis van en ervaring met financiële administratie en heeft u mogelijk interesse om u aan te sluiten, meldt u zich dan zo spoedig mogelijk bij ondergetekende voor meer informatie. Verder zoekt de wijkraad een vrijwilliger (m/v) voor communicatie & voorlichting met affiniteit voor website en IT. Tevens zijn wij op zoek naar vrijwilligers die bereid zijn een bepaalde taak of bepaald project op zich te nemen.

U kunt hiervoor een mail sturen naar voorzitter@wijkraad-oosterhout.nl met uw contactgegevens en uw interesses. U kunt mij ook een WhatsApp-bericht sturen op 06-53732837.

Namens de gehele wijkraad wil ik mijn steun uitspreken voor al diegenen die het moeilijk hebben (of krijgen) en wil ik u liefdevolle en gezellige kerstdagen toewensen en een beter en gelukkig, gezond nieuwjaar 2022 met veel hoop, geloof en liefde.

Ben Bloemendal



De Wijkraad Oosterhout is een stichting die zich inzet voor het leefklimaat in de wijken Oosterhout, de Grote Boel, Zuiderveld en Park Waaijestein.

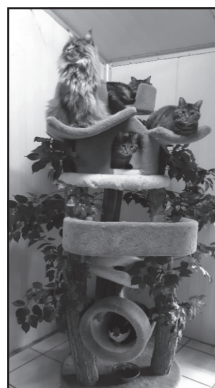
De volgende wijkraadvergadering is op woensdag 12 januari 2022, inloop vanaf 20.15 uur. Kijk voor alle informatie op: www.nijmegennoordonline.nl

Gitaarles in Oosterhout? Dat kan!

Gitaarschool
De Losse Snaar

verzorgt gitaarlessen op maat

Asdonksestraat 3 www.delossesnaar.nl
6515 CC Nijmegen Tel: 06-42475914



Kattenpension

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

☎ 0481 - 354 689

Bezoek op afspraak
Openingstijden zie onze website

www.dekattenboerderij-slijkewijk.nl

FRUITTEELTBEDRIJF VEENS

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

Heerlijk Betuws Fruit

Kom kijken kom proeven

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

*Wil je op de hoogte blijven van de belangrijkste en leukste
nieuwjes van ons bedrijf? LIKE ons dan even op Face-
book: "Fruiteeltbedrijf 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
TELEFOON 0481-482242

MILIEUBEWUST GETEELD FRUIT

de oefentherapeut
CESAR-MENSENDIECK

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 Thermion in Lent.

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 | www.giesenelektro.nl



Studiebegeleiding
Nijmegen



Huiswerk- of
studieproblemen?

Probeer één week kosteloze
studiebegeleiding op onze
locatie in Lent of Malden

**We zijn weer aanwezig
in Oosterhout**

In het Clubhuis van voetbalvereniging
OSC - Stationstraat 24-A | 6515AB
Nijmegen-Noord



Aanmelden op 024 - 24 48 728 of via
info@studiebegeleidingnijmegen.nl

GEZOCHT: ZAALVOETBALLERS VOOR DE VRIJDAGAVOND IN DE KLIF VAN 20.00-21.00 UUR

WE ZIJN EEN GROEPJE MANNEN VAN 40-50 JAAR EN SPELEN ONDERLING
VRIJBLIJVENDE POTJES ZAALVOETBAL.
WEES WELKOM OM EEN KEER MEE TE DOEN! BAS CEELLEN 06-53612161



KONINGS DAG 2022

Met ontzettend veel plezier hebben wij de afgelopen jaren Koningsdag georganiseerd. We hadden grootse plannen voor Koningsdag 2020 met een foodtruck, een band uit de wijk voor entertainment en natuurlijk de kledingmarkt. Door de coronamaatregelen kon Koningsdag de laatste twee jaar helaas niet doorgaan. We hopen dat er in het voorjaar 2022 weer meer mogelijk is. Daarom zijn wij op zoek naar minimaal vier mensen die het leuk vinden het stokje van ons als commissie over te nemen. Want zonder het werk van deze vrijwilligers kan Koningsdag niet meer doorgaan en dat zouden we ontzettend jammer vinden!

Als je interesse of vragen hebt, mail ons op:
koningsdagnijmegennoord@gmail.com

Groetjes van Saartje, Sylvia, Renske, Loes en Angelique



Een geslaagd sportief tennisweekend bij Tennisvereniging De Hoge Wick!

Eindelijk was het dan 19 november, de dag waar velen naar uit hadden gekeken: de start van het Open Jeugd Toernooi bij tennisvereniging De Hoge Wick. Op het laatst was het nog even spannend of het toernooi vanwege de strengere coronamaatregelen nog wel door kon gaan. Maar gelukkig was dat zo. Helaas zonder publiek maar wel in aanwezigheid van de rijdende ouders. Twee trainers en mede-organisatoren van het toernooi waren aanwezig om spelers succes te wensen en ze na de wedstrijd nog van tips te voorzien.

Het werd een prachtig weekend, waarin 136 jeugdspelers van 5 tot 17 jaar uitkwamen in de categorieën rood, oranje, groen, jongens 11-12 jaar, meisjes 11-12 jaar, jongens 13-17 jaar en meisjes 13-17 jaar. Spelers vanuit maar liefst 30 verschillende verenigingen streden om de winst.

Er waren dan ook leuke prijzen te winnen, zoals diverse bonnen, medailles en bekertjes. Tijdens het sportevenement viel vooral op met hoeveel plezier de spelers op de baan stonden, de mooie, soms lange rally's en de spannende finales.

Ook het weer werkte goed mee; het was soms een beetje fris, maar bijna de hele tijd droog. Al met al is het een prachtig sportief weekend geweest wat we zeker opnieuw gaan organiseren in 2022. Ook als je niet tennisist bent, je van harte welkom om straks, als het allemaal weer kan, op het tennispark van De Hoge Wick te komen kijken naar leuke wedstrijden en om het zelf misschien ook eens te proberen!

Namens de toernooicommissie
Open Jeugd TV De Hoge Wick
Stationsstraat 21 D
6678 AA Oosterhout (Gld)
E info@dehogewick.nl
T 481 353 511



BEN ER WEER – DE JAARG

20 jaar BEN

Eerder in deze twintigste jaargang maakte ik een impressie van de eerste tien jaargangen van dit wijkblad. De eerste vijf jaren (2002 tot en met 2006) toonden een ontwikkeling van een gestencil bulletin voor een pionierswijk naar een wijkmagazine. De jaren 2007 tot en met 2011 kenmerkten zich door een zoektocht naar een identiteit van het stukje Nijmegen aan de overkant van de Waal, dat niet bij Lent hoorde; maar waar dan wel bij?

Bouwen: van crisis naar stroomversnelling

Begin 2012 zitten we midden in een andere woningcrisis dan we nu kennen: een stop in het bouwen vanwege de economische crisis vanaf 2008. Huizen die niet verkocht worden en daarmee voor een nieuwbouwwijk zoals de onze een soort stilstand. Er gebeurde qua bouwen niet zoveel in de periode 2012 tot 2016. Het grootste en ook niet te missen evenement was de oplevering en opening van de nieuwe stadsbrug De Oversteek in november 2013. In datzelfde jaar werd ook Station Lent geopend en het Citadell College startte.

Dit was de tijd dat het eiland in de Waal, dat we nu kennen als Veur-Lent, ontwikkeld werd. Nummer 6 van 2012 toont een fotocollage van een 'boerderij op wielen': een boerderij die verplaatst werd om ruimte voor de rivier te maken. In dat jaar verscheen ook een artikel over de vondst van restanten van het Fort Knodsensburg, restanten die intussen te bewonderen zijn op het stadseiland.

Het jaar 2016 begon op de cover met de 'laatste rook' van de kolenergiecentrale aan de overkant van de Waal. Nummer 5 van 2016 had de bouw van de windmolens aan de A15 op de voorkant. In dat jaar werd de Cinemec (nu Pathé) opgeleverd. Langzaam maar zeker veranderde het gezicht van Nijmegen-Noord. Aan de Griftdijk, die na lang geseobat in de wijkraad en met de gemeente Nijmegen sinds 2016 een 'knip' kende – verboden voor doorrijdend verkeer in de spijtstijden – verschenen ook de slagbomen, die de vrachtwagens van de zandwinning voorrang moesten geven.

In de buurt Nijland (rondom de Kruidenstraat) werd in deze tijd gebouwd aan project BONapart, een stuk zelfbouw onder de noemer Collectief Particulier Opdrachtgeverschap. Wat betreft grote bouwprojecten lag het groten-deels stil: pas in 2016 benoemde de wijkraadvoorzitter dat in Grote Boel er 'steeds meer woningen uit de grond gestampt' werden. Ook de plannen voor de wijken Zuiderveld en Waaijestein werden toen besproken in de BEN. In het vooruitzicht van een groei van het aantal bewoners, was er sprake van een nieuwe basisschool en mogelijk een horeca-voorziening in de nieuwe wijk Grote Boel.

Wat gebeurde er in de wijk?

De verschillende wijkshouwen, debatten en 'arenabijeenkomsten' in deze tijd gaven een niet veranderend inzicht in wat er goed was aan en wat er gemist werd in de wijk. Het jongerendebat in 2012 had als voornaamste conclusies dat 'jongeren ongehoord werden', er niks was voor 15+ers, dat een café of terras welkom zou zijn en dat er wederzijds respect moest zijn tussen jongeren en volwassenen. Immers, aldus de jongeren, 'hangen is ook een activiteit' en verder was er niet veel te doen. In de wijk, zo bleek uit bewonersraadplegingen, waren de belangrijkste ergernissen het 'te vroeg aan de straat zetten van afval', 'voetballende kinderen in de wadi's' en 'verpuierende kinderen'. Een vooruitblik naar het magische jaar 2020 leek het vooruitzicht te bieden op een 'coole wijk voor jongeren' en een 'wijk waar je niet meer uit hoeft te komen' omdat alle voorzieningen er zouden zijn.



INGANGEN 11 TOT EN MET 15

De komst van een grote groep Eritrese jongemannen naar het AZC aan de Griftdijk, ten tijde van de vluchtelingencrisis van 2015, bracht veel vrijwilligers op de been. In de BEN werd hier begrijpelijk veel aandacht aan besteed. De aankondiging van de komst van Skaeve Huse, waar 'aldus sociale media' alcoholisten en overlastplegers' zouden komen wonen, hield de gemoederen in de wijkraad bezig.

In de BEN verschenen jaar in jaar uit aankondigingen én reportages over wijkactiviteiten, zoals de Klifloop, de avondvierdaagse en activiteiten rondom Koninginnedag (tot en met 2013). Voorzieningenhart 'De Klif' bestond in 2014 ook tien jaar. Een mooie gelegenheid om in de jaren daarvoor de verenigingen en clubs die van De Klif gebruikmaken, zich zelf te presenteren in de BEN. Van Club van Draadje (voor liefhebbers van elektrotechniek) en de Grls Meidenclub (voor meiden van 9 tot 14 jaar) naar zangverenigingen en koren. In 2015 bestond de wijk 15 jaar. Alle gelegenheid voor een initiatief genaamd NoorderSONG: om de bewoners bij elkaar te brengen en een lied te schrijven voor het grote '15 jaar Nijmegen-Noord-feest' met Koningsdag van dat jaar. Nummer 3 van 2016 kende een opmerkelijke roze coverpagina omdat de Giro D'Italia dat jaar Nijmegen aandeed en ook door onze wijk reed.

Ontwikkeling van de BEN

De eerste uitgave van BEN er weer als wijkblad had een oplage van 1000 stuks, de laatste uitgave van 2011 had een oplage van 1900 stuks per editie. Pas vanaf 2015 komt er weer een groei in de oplage. In dat jaar zoekt de BEN-redactie naar een passende oplage, tussen de 2000 en 2400 exemplaren per uitgave. Nummer 6 van 2016, met als coverfoto de wijk Grote Boel in aanbouw, telt een oplage van 2200. De groei van het verzorgingsgebied is net zo hard gegaan als in het voorgaande lustrum: 300 exemplaren erbij in vijf jaar tijd.

In de redactie van de BEN werd een grote verandering aangekondigd. Vormgever van het eerste uur, Wim Prakke, zou na 15 jaargangen gaan stoppen. Gelukkig werd met ingang van jaargang 2017 een opvolger gevonden, nog altijd de vormgever anno 2021: Humphrey R. Ottenhoff. Het gebruikelijke voorwoord van de wijkraadvoorzitter kreeg in 2014 ook een andere auteur: wijkraadvoorzitter Martin Schepers werd in 2014 opgevolgd door Robert 't Hoen.

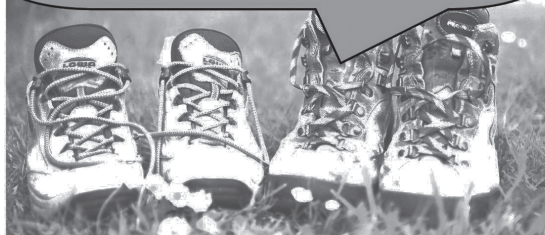
In het blad zetten al langer bestaande rubrieken zoals de kinderpagina Benjamin en columns als die van Piet Ooievaar zich voort. In verschillende nummers verschenen recepten, interviews met wijkbewoners – bijvoorbeeld met Maud Oudeman, die een rol in de musical Billy Elliot had bemachtigd - en opvallend veel artikelen over lichamelijk en geestelijk welzijn. Over gevarieerd eten en verantwoord afvallen, over levensvragen als 'te druk om echt te leven?' en 'help, mijn gezin is niet perfect' en van alles over moederschap, bevallen en jonge kinderen. Een duidelijk geval van inspelen op de demografie van onze wijk: de jongste van Nijmegen. Een nieuwe groeispruit is onvermijdelijk.

Tekst: Rob Janssen



WANDELPRAAJTJE

Met een welzijnswerker van Bindkracht10



Vind je het leuk om samen te wandelen en te praten?

Wij lopen graag een uurtje met je mee door de wijk. Wij zijn werkzaam als welzijnswerker bij Bindkracht10 in de wijk Nijmegen-Noord en vinden het leuk om op deze manier wijkbewoners te ontmoeten en in gesprek te gaan.

Vind je het leuk om een keer met een van ons op pad te gaan? Bel of mail ons, dan maken we een afspraak!

Paul Reuling: paul.reuling@bindkracht10.nl, 06-53329025

Gabi Verzuu: gabi.verzuu@bindkracht10.nl, 06-19136268



Mathieu de Bruijn

Advies en Realisatie

*"Natuurlijk spelen,
natuur- & tuinprojecten"*

Tel. 06 38 31 47 44 • www.natuurlijkgroen.com

Dringend warme (jongens) kinderkleding gezocht!

Iedereen gaat graag goed gekleed, dit is helaas financieel niet voor iedereen mogelijk.

De Kledingbank Nijmegen e.o. biedt voor deze groep uitkomst. Het hele gezin kan voor kleding bij ons terecht.

De kwalitatief goede gebruikte schone kleding ontvangen we van particulieren.

Ook bedrijven doneren regelmatig (nieuwe) kleding. We hebben kleding voor het hele gezin, behalve voor jongens. Daaraan is een schreeuwend tekort.

Teleurstellen is niet ons doel – voor jongenskleding nu moeten we dat echter dagelijks doen. Afschuwelijk.

Er hangt vast hier en daar nog wel warme jongenskleding ongebruikt in een kast... Je kunt tijdens openingstijden zonder afspraak maandag t/m donderdag tussen 09.30u en 16.00u kleding brengen.

Alvast dank namens velen!

Winkelsteegseweg 144 | 6534 AR | Nijmegen | 06 – 5586 5668 | info@kledingbanknijmegen.nl

ZINVOL VRIJWILLIGERSWERK SAMEN MET COLLEGA'S, JE GEZIN OF VRIENDEN

Samen voor elkaar in Nijmegen

Samen voor elkaar

Ik wil de Nederlandse taal beter leren spreken.

Ik wil graag andere mensen leren kennen in Nijmegen.

Ik vind het leuk om samen met anderen actief te zijn in Nijmegen.

WWW.PRESENTNIJMEGEN.NL

Samen actief in Nijmegen

Kindertherapie



Lichaam en geest zijn onlosmakelijk verbonden

Kindertherapie is een kortdurende vorm van individuele psychosociale begeleiding voor kinderen in de leeftijd van ongeveer 4 tot 18 jaar. Je kind wordt ondersteund en begeleid bij ongewenste, pijnlijke, ongemakkelijke of moeilijke situaties in het leven.

T 06 85 59 53 48

E info@kindertherapievlinder.nl

www.kindertherapievlinder.nl



Kom aan boord!

BEN IN DE BOOT

DE RIVIER DE WAAL
STROOMT LETTERLIJK
DOOR DE ACHTERTUIN
VAN NIJMEGEN-NOORD.

HET IS DAN OOK NIET
VREEMD DAT ONZE WIJK
NAUW VERBONDEN IS
MET DEZE WAAL EN HET
LEVEN DAAROMHEEN.

Vraagt u uzelf, al wandelend of fietsend langs de Waal, ook wel eens af wat er zich afspeelt op zo'n binnenvaartschip dat langs komt varen? Wat ze vervoeren, waar ze vandaan komen en waar die kinderen toch doordeweeks blijven als ze naar school moeten? Het antwoord op die laatste vraag vinden we heel dichtbij; namelijk op het schippersinternaat aan de Volsellastraat en Aquilastraat!

De kinderen worden door hun ouders op zondag naar dit internaat gebracht. En terwijl de ouders met hun hele hebben en houwen de rivier afvaren, gaan de schipperskinderen naar school, sport en andere activiteiten in onze wijk. Op vrijdag worden de kinderen weer opgehaald om in het weekend thuis, of eigenlijk "aan boord" bij hun ouders te zijn. Ziet u wel, onze wijk is nauwer verbonden met de Waal dan op het eerste gezicht lijkt.

Bent u nieuwsgierig geworden naar het leven op een binnenvaartschip?

Dan moet u ook zeker eens het binnenvaartmuseum in hartje stad Nijmegen, de Waalhaven, bezoeken. In het vooronder van de oude Jos Vranken komt de boeiende geschiedenis van de binnenvaart tot leven. Wat gebeurt er aan boord van die vele duizenden schepen die dag en nacht Nijmegen voorbij varen? Hoe ziet het leven aan boord er uit, wat zijn dat voor schepen, wat vervoeren ze in de buik of in de containers aan dek, waar vaart deze fascinerende bedrijfstak naartoe? Loop over de loopplank en geniet van modellen van oude en de uiterst moderne schepen, foto's, scheepsvoorwerpen, verhalen en maak kennis met het sociale leven van de schippers en hun familie. De Jos Vranken is de thuishaven van het KSCC, het Katholiek Sociaal Cultureel Centrum, waar schippers hun lief en leed delen en ook de families van de andere trekkende bevolking van de kermis en het circus hun 'thuis' hebben. Vrijwilligers, veelal (oud-)schippers staan klaar om de verhalen over hun leven aan boord te vertellen.

Het museum is dinsdag en zaterdag open van 12.00 tot 16.00 uur. Ervaren schippers geven een deskundige rondleiding vol verhalen over het leven op het water.

www.binnenvaartmuseumnijmegen.nl

Vincent Lentjes en Hans Jacobs



De Stuurhut van onze Wim..



ZWANGER?

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.

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

- **Hartjessprekkuur**
(vrije inloop op dinsdag Lent en vrijdag Elst 9.00-9.30)
- **Nieuwste echo apparatuur**
(Hello mom app: foto's en filmpjes digitaal)
- **Avondspreekuur** (2x per week locatie Lent en Elst)
- **Echocentrum in eigen pand** (Esperance)
- **5 dagen per week spreekuur in Lent en Elst**
Voorlichtingsavonden op de praktijk



ode
verloskundigen

Thermionpark 12 | 6663 MM Lent
Dorpstraat 29 E1 | 6661 EG Elst
Tel. 085-48 97 680

www.odeverloskundigen.nl

[DE SCHOONHEIDSSPECIALIST]

Het gezicht voor huidverbetering

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



VANNATURE

fair, biologisch, lokaal

Dé biologische speciaalzaak,
met de lekkerste seizoensproducten
van boeren en bakkers uit de omgeving...



**Studenten
krijgen 10%
korting!**

Gerard Noodtstraat 135 - Nijmegen
mét Gratis parkeerplaatsen

www.VanNature-Nijmegen.nl



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

Doodgewoon

Soms komt het onverwachts ter sprake, soms is er een aanleiding. Maar altijd valt me op dat kinderen anders reageren dan ik had gedacht.

Misschien omdat volwassenen denken dat kinderen de dood niet aankunnen of omdat we zelf de dood het liefst ver weg stoppen. Wat mij vooral is bijgebleven is de begrafenis van een veel te jong en plotseling overleden vriend. Iedereen zat terneergeslagen in de zaal. Iedereen, behalve zijn nichtje, toen zes jaar. Ze fladderde heen en weer en was druk met de bloemetjes en de kaarsjes (mooooo!). Haar moeder vertelde me dat ze in de dagen voor de uitvaart geregeld bij het lichaam was gaan kijken. Ze gaf haar oom dan kusjes op zijn neus, noemde hem bij z'n koosnaam, fluisterde wat in zijn oor. Bang was ze niet.

De oudste van ons (nu zes) heeft nog niet veel sterfgevallen van dichtbij meegemaakt.

De eerste was 'ouwe oma', een geuzennaam voor de oma van mijn partner. Een mooi mens en heel eigenwijs was ze, met 100 jaar ging ze gerust nog ramen lappen. Maar ze werd oud, ze hoorde en zag niet veel meer. Dus de uiteindelijke dood door ouderdom was te begrijpen.

We waren verdrietig, maar ouwe oma had een mooi leven gehad. 's Avonds bij het tandenpoetsen was de oudste ineens erg boos. Om oma? „Nee, ik vind het niet leuk. Dat jij en papa en ik zometeen dood zijn, en mijn broertje dan helemaal alleen moet wonen in dit huis! Want hij is het kleinst dus hij leeft nog het langst!”

Dat je niet alleen dood gaat als je oud bent, begreep hij toen mijn tante vertelde over haar broertje, mijn oom. Hij luisterde ademloos naar de mooie verhalen over de avonturier van de familie. Deze oom is jong overleden, ik heb hem nooit gekend. In de auto naar huis kwamen de vragen. „Waarom ging hij dan dood? Hoe kan dat nou? Heb jij hem echt nooit gezien?”

Een paar weken later op een doordeweekse dag bij het ontbijt - haast haast, niet te veel hagelslag, lik je mes nou niet af, u kent het wel - kwam ineens de vraag: „mama, als jullie nu doodgaan, waar gaan wij dan heen?” Oef. Ik moest mijn tranen bedwingen toen ik antwoord gaf.

Maar hij knikte goedkeurend. Ja hij zou het natuurlijk niet leuk vinden als we dood waren, maar die oom en tante waren prima.

En de school leek hem ook wel ok. „Mag ik de jam?”

Marloes Gielen

Generaties

Ik vind mijzelf als Oudere Jongere (Van Kooten en De Bie, jaren zeventig) van 69 jaren over het algemeen redelijk bij de tijd. Harry Mulisch voelde zich dertien toen hij al heel oud was, ik een jaar of veertig en ben nog lang niet zo oud als Mulisch toen. Maar iets van het Nu waar ik maar niet aan kan wennen, zijn mensen die mij tegemoet komen of voor mij uit lopen en hardop praten, schijnbaar tegen zichzelf. Toen ik dit voor het eerst meemaakte, ging bij mij het Stil Alarm af: pas op, schizofreen persoon, verward, bel 112, spreek de persoon niet aan, blijf kalm. Rustig een deuntje fluitend alsof er niets aan de hand was, liep ik door en merkte op dat de man of vrouw in kwestie oortjes droeg. Er gebeurde niets ernstigst maar er werd rustig doorgepraat. Geen rollende ogen, niets. Ik ving flarden op: „Ja, ik ben nu bijna thuis...” „Nee, moet je voorstellen, hij reageerde zó raar, idioot hè?” „Zal ik ook pannenkoekenmeel meenemen of...” (in de supermarkt). „Hele leuke jongen, ja... nee, ik val er niet op, maar hij heeft van die guitige ogen ..” (in de trein), enzovoort, enzovoort. Het leken toch heel normale opmerkingen... geen visioenen, geen onsamenhangende teksten... vreemd. De tweede keer keek ik iets nauwkeuriger en zag, behalve de oortjes, ook een telefoon in iemands hand. Aha, een telefoongesprek dus, geen teken van een razendsnel zich uitbreidende epidemie van schizofrenie. Gelukkig. Ik wiste het zweet van mijn voorhoofd. Maar: hoe vaak het ook vóórkomt, ik blijf het raar vinden. Als ik moet bellen, pak ik de telefoon en leg het ding aan mijn oor. Zoals vroeger, toen je nog een hoorn moest opnemen en daarin praten. Dan weet iedereen: hé, die man belt, vast een belangrijk telefoongesprek, ik zal hem niet storen. Misschien ben ik, in de houding die ik aanneem bij het bellen, nog wat ouderwets. Toch nog een beetje veertig (29 jaar geleden dus)!

Hans Garritsen



✓ **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



Zoekt u een ervaren dierenarts?

Persoonlijk, vertrouwd, vakkundig en ervaren.

**DIERENKLINIEK
LENT**

U bent van harte welkom in Lent!

Lauwikstraat 20 Lent
T. 024-3606422

www.dierenklinieklent.nl

**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



CWZ een
santeon
ziekenhuis



Koop nu je tickets

Theater de KLIF

WWW.THEATERDEKLIF.NL EMAIL: CONTACT@THEATERDEKLIF.NL

Theater seizoen 2022!

BINNENKORT
IN DIT
THEATER

DE KLIF

11
MRT
'22

Anne
& Lisa



Stefano Keizers

Voorstelling
UITVERKOCHT

11
FEB
'22



Rob Scheepers

18
MRT
'22



26
MRT
'22

Dirk Scheele



Hans Dorrestein

1
APR
'22

Theater
de KLIF

Pijlpuntstraat 1, 6515 DJ Nijmegen

Christel de Laat

8
APR
'22



13
MEI
'22

Andries
Tunru

Voorstelling
UITVERKOCHT

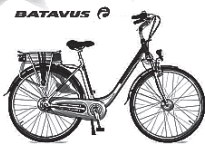


Uitslag Nationale Zonnebloemloterij 2021

Datum trekking maandag 8 november 2021 te Breda. Kijk voor meer informatie op zonnebloem.nl/loterij



Geldprijzen van € 15,- tot € 15.000,-



PHILIPS



Prijs-nummer	Prijs	Aantal prijzen	Gevallen op
1 ^e prijs	Geldprijs t.w.v. € 15.000,-	1	0475427
2 ^e prijs	Geldprijs t.w.v. € 7.000,-	1	0384052
3 ^e prijs	Geldprijs t.w.v. € 2.500,-	1	0240336
4 ^e prijs	Elektrische fiets à € 2.000,-	1	1059196
5 ^e prijs	Elektrische fiets à € 2.000,-	1	0556094
6 ^e prijs	Geldprijs t.w.v. € 1.000,-	1	0108544
7 ^e prijs	Geldprijs t.w.v. € 1.000,-	1	1026477
8 ^e prijs	Laptop t.w.v. € 750,-	1	0462515
9 ^e prijs	Vakantie Beekse Bergen t.w.v. € 750,-	1	0353215
10 ^e prijs	Vakantie Beekse Bergen t.w.v. € 750,-	1	0533390
11 ^e prijs	iPad t.w.v. € 445,-	1	0311119
12 ^e prijs	iPad t.w.v. € 445,-	1	0330071
13 ^e prijs	Weekendje weg Zuiderduin t.w.v. € 410,-	1	0235179
14 ^e prijs	Vakantie Landal t.w.v. € 350,-	1	0635268
15 ^e prijs	Vakantie Landal t.w.v. € 350,-	1	0359973
16 ^e prijs	Vakantie Landal t.w.v. € 350,-	1	0407959
17 ^e prijs	Philips Airfryer t.w.v. € 200,-	1	1005851
18 ^e prijs	Thermen Busloo arrangement t.w.v. € 185,-	1	0477249
19 ^e prijs	Thermen Busloo arrangement t.w.v. € 185,-	1	0532869
20 ^e prijs	Thermen Busloo arrangement t.w.v. € 185,-	1	0243479
21 ^e prijs	E-Reader Kobo t.w. € 180,-	1	0495970
22 ^e prijs	E-Reader Kobo t.w. € 180,-	1	0105360
23 ^e prijs	Geldprijs t.w.v. € 250,-	15	03260 (5 eindcijfers)
24 ^e prijs	Bol.com cadeaukaart t.w.v. € 50,-	15	38354 (5 eindcijfers)
25 ^e prijs	Hema cadeaukaart t.w.v. € 50,-	15	49079 (5 eindcijfers)
26 ^e prijs	Rituals pakket t.w.v. € 39,50	15	91991 (5 eindcijfers)
27 ^e prijs	Topbloemen Gift Card t.w.v. € 35,-	15	02667 (5 eindcijfers)
28 ^e prijs	Thermosfles zonnebloemen t.w.v. € 29,99	15	01398 (5 eindcijfers)
29 ^e prijs	Tuinen Appeltern voor 2 pers t.w.v. € 28,-	15	19803 (5 eindcijfers)
30 ^e prijs	Geldprijs t.w.v. € 100,-	150	1881 (4 eindcijfers)
31 ^e prijs	Geldprijs t.w.v. € 50,-	150	5665 (4 eindcijfers)
32 ^e prijs	Geldprijs t.w.v. € 50,-	150	7218 (4 eindcijfers)
33 ^e prijs	Geldprijs t.w.v. € 25,-	1500	244 (3 eindcijfers)
34 ^e prijs	Geldprijs t.w.v. € 15,-	1500	221 (3 eindcijfers)
35 ^e prijs	Geldprijs t.w.v. € 15,-	1500	602 (3 eindcijfers)
36 ^e prijs	Geldprijs t.w.v. € 15,-	1500	775 (3 eindcijfers)

Kansspelbelasting is voor rekening van de Zonnebloem. Het recht op prijs vervalt een jaar na de trekking. Prijzen worden alleen uitgekeerd indien u het winnende lot volledig invult en stuurt naar NSOF, t.a.v. Zonnebloemloterij, Postbus 440, 5000 AK in Tilburg. Maak altijd een kopie of foto voor uw eigen administratie. Voor de prijzen 1 t/m 22 geldt dat ze uniek zijn en worden toegekend aan winnende lotnummers waarvan alle 7 cijfers correct zijn. De prijzen 23 t/m 36 worden toegekend aan de loten waarvan 3, 4 of 5 eindcijfers correct zijn. Dat betekent dat deze prijzen voor meerdere loten kunnen gelden.

Onder voorbehoud van typfouten. Prijzen in natura zijn niet inwisselbaar voor geld. Versie 1. Waarde is gebaseerd op de geldende verkoopprijs van 19-02-2021.

Loterijvergunning verleend door de Kansspelautoriteit aan Stichting SNL/Zonnebloem 10293 d.d. 6 december 2016. Kijk op: ssnl.nl

18+ Speel bewust



Er kan zoveel meer dan je denkt

Speeltheek WonderLent

Een speeltheek is een plek waar je naartoe kan gaan met of zonder je kind. Het is een soort bibliotheek, maar dan voor speelgoed.

We zijn te vinden op:
facebook: @speeltheekwonderlent

Een speeltheek leent speelgoed voordelig uit. Zij biedt (jonge) kinderen (en ook ouders) de mogelijkheid om kennis te maken met allerlei soorten speelgoed. Vaak wordt er na enkele dagen/weken niet meer met het speelgoed gespeeld. Het geleende speelgoed breng je dan gewoon weer terug: opgeruimd staat netjes!

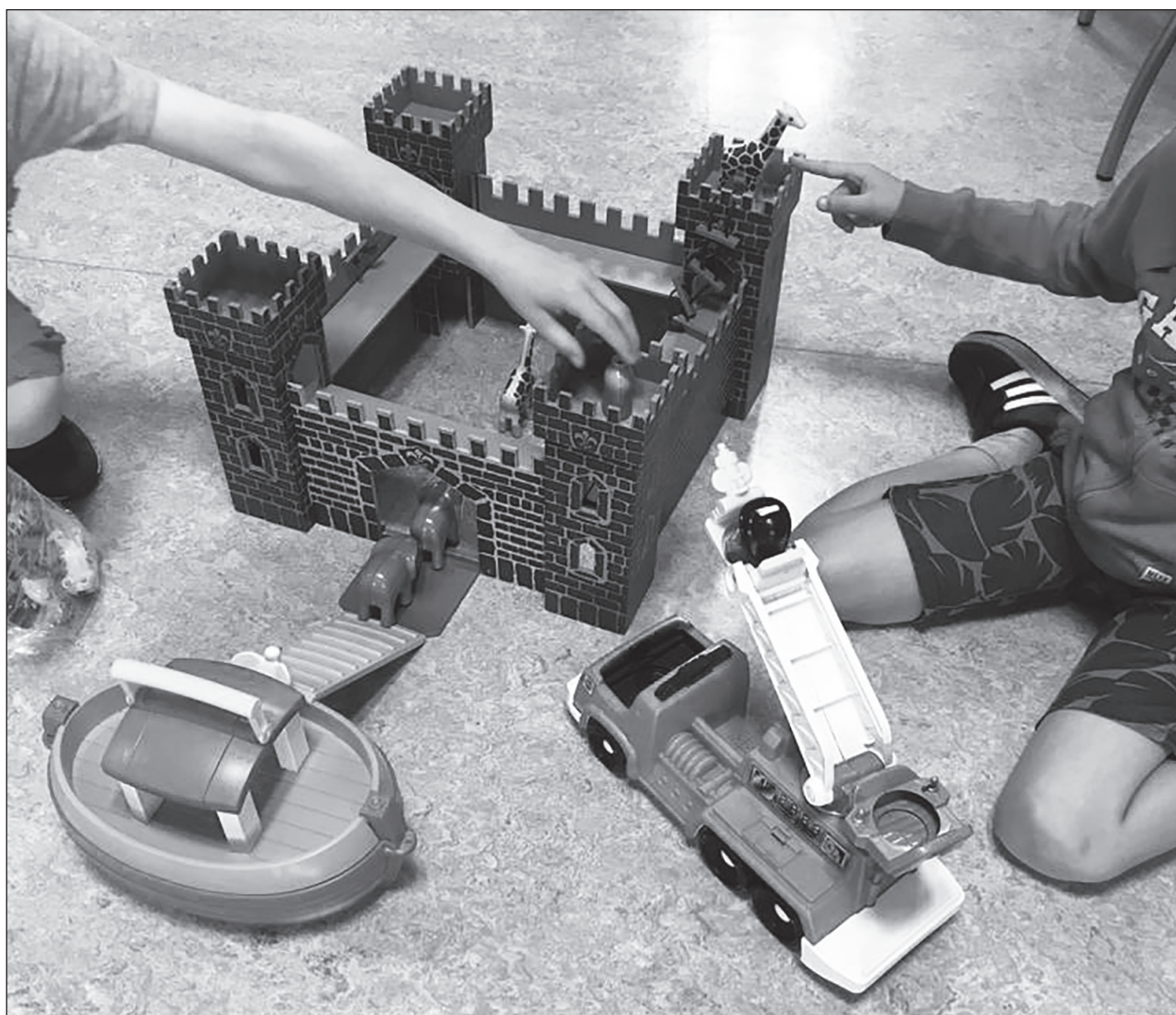
Speeltheek Wonderlent is een bewonersinitiatief in Lent. We zijn elke vrijdagochtend en één keer in de maand op zaterdagochtend open.

Bij ons mag je vrijblijvend komen spelen, onze speeltheek is namelijk ook een plek om samen met je kind te spelen. Maar je kunt ook lid worden, dan kun je speelgoed lenen. Op deze manier kun je uitproberen wat je kind echt leuk vindt, zodat je veel bewuster tot aanschaf over kunt gaan.

Zo bevorderen we tevens de duurzaamheid. Je kunt bij ons terecht voor advies over welk speelgoed past bij de ontwikkeling van je kind. Je ontmoet andere ouders en kinderen, je kunt dan met elkaar ervaringen en/of gedachten uitwisselen.

Informatie

- *Speeltheek Wonderlent is geschikt voor kinderen in de leeftijd van 0-9 jaar;*
- *Een abonnement kost €13,50 per jaar, een dubbel abonnement €25,00 per jaar;*
- *Iedere vrijdagochtend open van 09.00 uur tot 11.00 uur en één keer in de maand zijn we op zaterdag open van 10.00 uur tot 12.00 uur;*
- *Je vindt ons naast Voorzieningshart 'De Ster' in het jongeren centrum, adres: Queenstraat 37 in Lent.*





STRAATNAMEN in Oosterhout

Wolfsgat, Grote Boel, Op de Set, Park Waaienstein, Plautina Nellistraat...
Waar komen alle namen in onze wijk vandaan? Waarom zijn ze gekozen?
De BEN duikt erin in een nieuwe serie deze keer:

DE LIGULASTRAAT EN DE VERDWENEN HUISNUMMERS

De Ligulastraat ligt in De Elten, ten zuiden van de Terralaan.

De naam verwijst naar een bronzen Romeins toiletgerei. Het is één van de vondsten van een Bataafs dorpje dat op de plek van onze wijk stond, 0 - 250 na Christus.

Alle straten in De Elten hebben een naam die verwijst naar dit verleden, zoals de Denariusstraat, Volsellstraat, Tegulastraat, Imbrexstraat en Dolabrastraat.

Geen gebruikelijke namen die bewoners vaak moeten spellen. Ik spreek uit ervaring.

En mocht u zich nu afvragen waarom de even kant bij nummer 36 begint: de voordeur van Ligulastraat 2 t/m 34 is aan de Fruitlaan. Dat bleek nogal verwarrend. Daarom zijn deze adressen per 1 januari 2010 gewijzigd in Terralaan 69 t/m 101.

Marloes Gielen

Dingen die *ik* niet begrijp

De BEN er weer verschijnt zes keer per jaar en is daarom niet het geschikte medium om actueel nieuws te verspreiden.

Gelukkig hebben we daarvoor Nextdoor.

Dat wordt op internet als volgt beschreven: "Nextdoor is een sociaalnetwerksite speciaal voor buurtbewoners onderling met een app voor op de smartphone."

En onze buurtgenoten maken er op grote schaal gebruik van. Ik weet niet hoe het op dit moment is, maar een paar jaar geleden was Nijmegen-Noord de grootste Nextdoor community in Nederland.

Of ze het zien betwijfel ik, maar als boeventuig de wijk in rijdt, staat er een piepklein bordje met daarop de waarschuwing dat Nextdoor gebruikt wordt voor buurtpreventie.

Het is dus niet een medium dat uitsluitend als alternatieve Marktplaats gebruikt wordt. Overigens is het een sympathiek idee om je spulletjes eerst aan je buurtgenoten aan te bieden.

Nextdoor is ook niet alleen bedoeld om burenruzies in het openbaar uit te vechten.

Ook het voortdurend gekijf over de overlast door honden en katten en hun bezitters, hoe amusant ook, is niet het hoofddoel van Nextdoor.

Ik vind het leuk om te lezen dat er buurtinitiatieven en acties voor goede doelen gemeld worden.

Minder leuk, maar zeker iets waar Nextdoor voor bedoeld is, is het waarschuwen voor oplettingspraktijken en voor figuren die zich op een verdachte manier door de wijk bewegen. Alle bovenstaande zaken vallen wat mij betreft in meer of mindere mate onder het sociale doel van Nextdoor.

Wat ik niet begrijp, is dat zoveel mensen zich geroepen voelen om anderen aan te spreken op

berichten die hen niet aan staan. Ik zie ook wel eens berichten waarbij ik denk:

"Nou, nou. Is dit nu nodig?"

Maar ik ben niet verplicht dat soort berichten te lezen en voel dan ook geen behoefte om te reageren.

Maar wat ik helemaal niet snap: de lolbroeken.

Voorbeeldje: er is een periode geweest dat de bezorger mijn krant niet netjes in de bus deed, maar hem op de grond voor mijn deur neergooide.

Niet leuk als het regent.

Na klachten bij het dagblad veranderde er niets. En ik vroeg me af of ik iets gedaan had waardoor de bezorger boos op mij was of dat hij of zij dat bij iedereen op de ronde deed. Dus plaatste ik een bericht op Nextdoor waarin ik vertelde dat mijn krant elke dag op de stoep lag in plaats van in mijn brievenbus en dat ik me afvroeg of meer mensen daar last van hadden.

De enige reactie was van een lolbroek: "Nee Hans, ik heb er geen last van als jouw krant op de stoep ligt."

Dit soort hilarische reacties zie ik vaker onder serieus bedoelde berichten staan.

En ik vraag me echt af wat de lolbroeken bezielt om anderen zo af te zeiken.

Hebben we in onze wijk zoveel gemankeerde cabaretiërs?

Hebben ze zoveel behoefte aan aandacht?

Vinden ze zichzelf echt grappig? Waren ze op school ook al pestkoppen?

Moeten mensen die serieuze berichten plaatsen tegen een grapje kunnen? Hebben ze zelf geen leven? Wat is het nut? Dit snap ik echt niet!

Hans Radenborg



Ode aan de tijd

31 DECEMBER 2019

LEO MESMAN

EINDEJAARSGEDICHT

*Toen de tijd nog niet was uitgevonden
Uren, dagen, maanden, jaren niet
bestonden*

*Wisten we niet hoe oud of jong we
waren*

Niemand vreesde nog voor grijze haren

*Er was geen generatiekloof
En bij het kleuren van het loof
Ontbrak nog elk gevoel van spijt
Om het verglijden van de tijd*

*Agenda's waren overbodig
Er was ook nooit een wekker nodig
Ergens te laat komen kon je niet
Voor niets gold immers een limiet*

*Dat leidde dus tot oeverloos gezwam
Omdat nergens ooit een eind aan
kwam*

*Toen bedachten we de tijdelijkheid
Omwille van de leefbaarheid*

*Sindsdien kent alles tijd en duur
Worden we ouder uur na uur
En vieren met een lach en traan
Als weer een jaar heeft afgedaan*

*Ook dit jaar is nu bijna om
Dus roeren wij weer braaf de trom
En wensen u een goed nieuw jaar
Met TIJD voor uzelf en voor elkaar!*

**Geweldige
feestdagen**
hoeven niet
duur te zijn.



Riet van Alebeekstraat 4
Lent

aldi.nl/feest



Richard
Stevens **Techniek**

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

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

www.richardsteventechniek.nl

De fietsendokter

Voor al uw reparaties en onderhoud
aan uw fiets.
Goede en betrouwbare service
voor een eerlijk prijs.

Robbert Baggerman
Weverstraat 11, 6663 AV Lent

Ma, Woe, Vrij 09.00 tot 12.00
13.00 tot 17.00
Donderdag 18.00 tot 20.00
Zaterdag 09.00 tot 12.00
Dinsdag en zondag gesloten

Reparatie op afspraak!

06 18538212

www.defietsendokter-lent.nl



CHIROPRO

gezond in beweging met chiropractie

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

Rug- en nekpijn
Hoofdpijn
Hernia / ischias
Sportblessures

Wij staan voor zorg zoals we zelf behandeld wil-
len 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 Piafstraat 110c te Lent

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

Meesters in de rotheken

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

Wederom een Olympiër in de wijk?

Geurt van Renselaar

Het zijn spannende maanden voor wijkbewoner en freestyleskiester Isabelle Hanssen (27), want er staan belangrijke wedstrijden te wachten. Op de Worldcup wedstrijden in december en januari gaat zij zich proberen te plaatsen voor de Olympische Winterspelen in Peking, in februari 2022.

Isabelle was een jaar of twaalf toen zij voor het eerst op wintersport ging met haar familie. Drie jaar later koos ze ervoor om meer te gaan trainen en bezocht ze samen met haar zus geregeld de indoorhallen van Zoetermeer en Landgraaf. Ze specialiseerde zich op het freestyle skiën. Deze vorm van wintersport heeft drie verschillende disciplines die draaien om trucs en sprongen die je maakt op een parcours van schansen en rails of in de halfpipe. Het is een moeilijke weg, want freestyle skiën is een sport die in Nederland niet in de buitenlucht is te beoefenen. Daarnaast is het geen ondersteunde sport. Isabelle staat er grotendeels alleen voor, ze moet zelf trainingskampen en materialen regelen. Maar ze klinkt vol vertrouwen als ze spreekt over het programma van de komende weken. Denken aan de Spelen doet ze nog niet. Eerst de Worldcup wedstrijden. Samen met haar Belgische coach Katrien Aerts vertrok ze begin december voor totaal vier Worldcup wedstrijden in Amerika en Canada om haar droom te bereiken.

Olympisch Comité bekend maakte dat freestyle skiën een Olympische sport zou worden. Ze besloot zich volledig te richten op de halfpipe. In 2013 behaalde ze al nipt de internationale norm, maar helaas bleek de nationale norm dusdanig streng dat ze niet kon afreizen naar Sotchi in 2014.

Vier jaar later, in 2018, was wederom de strenge nationale norm het struikelblok. Deze keer wil Isabelle daar verandering in aanbrengen. De opdracht klinkt simpel: twee keer in de top 8 eindigen tijdens de Worldcup wedstrijden. Maar met concurrentie uit met name China, Amerika en Canada is dit geen eenvoudige opgave. Deze landen kennen veel betere faciliteiten en ondersteuning voor hun sporters. Vanuit Nederland is er geen concurrentie, in Europa komt de concurrentie uit Duitsland, Engeland en Estland.

De afgelopen periode heeft ze zich voorbereid op de Worldcup wedstrijden met trainingen in de Zwitserse plaats Saas-Fee en het Oostenrijkse Kaprun.

Nu lijkt ze helemaal klaar om op het juiste moment te gaan pieken. Ze is in Amerika en zal tussen 10 december en 8 januari haar resultaten moeten behalen.

Op haar eigen website, www.isabellehanssen.com, zijn haar resultaten te volgen. Er staan ook andere leuke weetjes.

Laten we hopen dat we na gewichtheffer Enzo Kuworge wederom een wijkbewoner op de Olympische Spelen hebben. Wij wensen Isabelle in ieder geval veel succes op weg naar Peking!

Instagram Isabelle Hanssen:



Haar droom ontstond in 2012 toen het Internationaal

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.

Kindercentrum Jump – Griftdijk
Kindercentrum Ondersteboven – Pijlpuntstraat
Kindercentrum De Uitdaging – Dick Brunastraat
Buitenschoolse opvang De Sprong 8+ – Stationsstraat

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



v.l.n.r.
Trui de Klein
Yvette van Oort
Marion Rossen

Altijd opvang. Altijd in de buurt.



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

FUNSPACE

LASERGAME NIJMEGEN

Indoor lasergamen bij jou in de buurt?
Kom lasergamen bij FunSpace
voor een unieke ervaring!

www.funspace.nl

Kinderfeestjes
Groepsarrangementen
Losse heats



(H)eerlijk snacken bij

SNACK SPACE

DELIVERY & TAKE OUT



ACTIE

20% korting op
online bestelde afhaalbestelling

www.snackspace.nl

VEGAN FRIENDLY

Carbatinastraat 11, 6515 GM Nijmegen



Huisartsen Oosterhout alleen huisarts?



BEN BIJ DE DOKTER

Terwijl ik naar buiten kijk op deze asgrijze maandag vraag ik me af hoe iedereen erbij zit. Voor het raam van mijn spreekkamer zie ik de ooien weer lopen. Mooie zwart/grijze ooien uit Zweden. Straks komen de rammen er bij zodat we volgend jaar weer de lammetjes zien die geboren worden. De bonte specht tikt elke ochtend tegen de boom in het weiland. De Vlaamse gaai zit brutaal, zoals het hoort, op het hekje voor het raam naar binnen te kijken. De natuur gaat gewoon lekker door. En dan realiseer ik me opeens: alweer een jaar voorbij. Het is voorbij gevlogen. Er is zoveel gebeurd in dit corona-jaar.

Maar hebben we dit jaar nog iets anders gedaan dan COVID? Jazeker, even een paar kleine highlights. Kent u de Herfstkleuren? Of de VR-bril met beelden van Oosterhout? Het stond zelfs in de krant. Het zijn producten van projecten van ONS Gezondheidsenf en van het SPARK-center, een samenwerkingsverband van studenten van de HAN University of Applied Sciences en het Radboudumc. Studenten fysiotherapie, ergotherapie en logopedie maar ook onze co-assistenten en patiënten werken hierin intensief samen aan innovaties in de wijk. Dit 'leren samenwerken' vormt de kern, want toekomstige zorgverleners moeten goed kunnen samenwerken om de steeds complexere problemen binnen de gezondheidszorg gezamenlijk het hoofd te kunnen bieden.

Samenwerken in de chronische zorg doen we al sinds jaar en dag. Waar vroeger huisartspraktijken dat allemaal op eigen houtje een beetje regelden, is jaren geleden daar een speciale organisatie voor in het leven geroepen: de zogenaamde zorggroep. Recent heeft er een fusie plaatsgevonden van de zorggroepen in de regio waarmee de samenwerking in de chronische zorg een nieuwe impuls heeft gekregen. De nieuwe organisatie heet NEO, huisartsenzorg: samen

sterk in de eerste lijn. Mogelijk dat u deze naam in de toekomst nog eens langs ziet komen. Zorgverleners uit Nijmegen-Noord hebben binnen deze organisatie een prominente positie ingenomen. Zo ben ik zelf tot het bestuur toegetreden om er voor te zorgen dat de goede samenwerking met alle eerstelijnszorgverleners in Nijmegen-Noord behouden blijft. Ook huisarts Rob van Damme en Oefentherapeut Cesar Marja de Lint, beide uit Nijmegen-Noord, hebben zitting in het bestuur. Op deze wijze hopen wij de lijnen kort te houden, snel te kunnen overleggen met collega's en de belangen van onze patiënten in Nijmegen-Noord maximaal te kunnen behartigen.

Kortom, huisarts zijn is meer dan alleen spreekuur doen en visites rijden. Al blijft dat wel verreweg het leukste deel van ons werk. Besturen om zo tot een zo optimale samenwerking te komen hoort ook bij ons mooie vak. En zo hopen wij de kwaliteit van de gezondheidszorg voor de bewoners van Nijmegen-Noord verder te verbeteren.

Han Beekwilder, huisarts

VAN BOETZELAERSTRAAT 8-16 | 6615 JD | NIJMEGEN-NOORD | WWW.HUISARTSENOOSTERHOUTGLD.NL

ESPÉRANCE

ECHOCENTRUM



In het prachtige Thermion gebouw in Lent bevindt zich Echocentrum Espérance.
Al ruim 15 jaar specialist in medische echo's tijdens de zwangerschap
zoals de 20-weeken echo.

Ons adres: Thermionpark 11 in Lent
Verwijzing via verloskundige of gynaecoloog

www.echocentrum-esperance.nl



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



ROOS
Loopbaancoaching

Ben jij nog gelukkig in je werk?

Ontdek wat wel bij je past!

*Plan een gratis en vrijblijvend
kennismakingsgesprek!*

ROOS Loopbaancoaching
Griftdijk 15, Nijmegen

M: 06-51362977
E: rosalien@watisjowdroombaan.nl
W: www.watisjowdroombaan.nl

Praktijk voor Westerse & Chinese Voetreflexbehandelingen

De massages:

- Stimuleren de bloedsomloop.
- Heffen blokkades op zodat energie weer vrij kan circuleren.
- Activeert het zelfgenezend vermogen van lichaam en geest bij fysieke en mentale klachten.

Vraag ook naar mijn specialisatie rouwverwerking en
hooggevoeligheid.

Aandacht geeft levenskracht



Marie-José **PLUS**
Voetreflex

Marie-José Hermesen
06 462 26 631
Terracottastraat 46
6515 DE Nijmegen
info@mjvoetreflexplus.nl
www.mjvoetreflexplus.nl



voor al uw tuinplanten!

**bomen - hagen
heesters - vaste planten
klimplanten
bodembedekkers
grond - sierpotten
... etc**

Oosterhoutsestraat 87
6678 PG Oosterhout
Tel. 0481-482057

openingstijden
ma t/m vr 8:00 - 17:00 uur
za 8:00 - 17:00 uur

www.knuimantuinplanten.nl



December feestmaand, maar pas op voor brand

MAAR OOK EEN PERIODE VAN VEEL ONGELUKKEN MET OMVALLENDE KAARSEN, KERSTBOMEN DIE VLAM VATTEN, BRANDWONDEN BIJ GOURMETTEN EN FEESTKLEDING DIE VLAM VAT.

Jaarlijks krijgt de brandweer duizenden meldingen van brand in een woning en melden bijna 10.000 mensen zich met (ernstige) brandwonden bij de spoedeisende hulp. Sta daarom ook even stil bij de risico's op brand.

TIPS VOOR EEN VEILIGE DECEMBERMAAND

- Zorg voor moeilijk brandbare versiering en laat de versiering niet in aanraking komen met verlichting en warme apparaten;
- Gebruik alleen goedgekeurde verlichting met KEMA-keurmerk;
- Gebruik een onbeschadigd verlengsnoer en leg dat zo neer dat niemand erover kan struikelen;
- Plaats kaarsen in een stevige houder en niet bij een warmtebron waardoor ze week kunnen worden;
- Schakel de kerstverlichting altijd uit als je weggaat of gaat slapen.

DOE DE BRANDPROEF!

Weet je niet helemaal zeker of het materiaal dat je gebruikt brandveilig is? Doe dan de brandproef. De proef voer je uit door de volgende stappen te doorlopen:

1. Neem een stukje van het materiaal;
2. Houd het vijf seconden in een vlam;
3. Houd het materiaal daarbij vast met bijvoorbeeld een metalen tang;
4. Neem de vlam weg na vijf seconden

HET MATERIAAL IS BRANDVEILIG ALS ER:

- Geen druppels vrijkomen;
- Geen roetvlokken vrijkomen;
- Het niet meer dan vijftien seconden navlamt en 60 seconden nagloeit.

LET OP DOE DIT ALTIJD BUITENSHUIS

VOORKOM BRAND EN BRANDWONDEN BIJ KINDEREN

Een ongeluk zit in een klein hoekje, maar heeft soms grote gevolgen. Kinderen vormen een grote risicogroep voor het oplopen van brandwonden. Ze zijn speels en hun gedrag is onvoorspelbaar. Ze kunnen zich plotseling aan van alles vastgrijpen en optrekken waardoor een kaars of hete kop thee kan omvallen. Wil je weten wat je moet doen als het toch een keer misgaat? Doe de test van de Brandwondenstichting en bereid jezelf voor.

MEER BRANDVEILIGHEIDSTIPS

Ga voor meer tips over brandveiligheid naar de website van Brandweer Nederland. www.brandweer.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

Toon

Toon de Vos - Fotografie

- Bridsreportages
- Portretten
- Kinderen
- Gezinnen
- Baby's
- Zwangerschap
- Evenementen

voor foto's van je leven

Clavisstraat 29 - 6515 GA Nijmegen
www.toondevos-fotografie.nl



wijk  helden sponsored by Dar

Blokje om? Neem een zak mee!

Om gezond te blijven is het belangrijk dat je blijft bewegen. Maak daarom regelmatig een ommetje of korte wandeling.

Dit kan natuurlijk ook als Wijkheld!

Een Wijkheld ruimt tijdens het wandelen zwerfafval op. En helpt zo mee aan een schone en frisse buurt. Het is niet alleen leuk, maar dus ook goed om te doen. Voor jong en oud!

Meld je ook
aan op
wijk-helden.nl

Theater

De KIK

WWW.THEATERDEKIK.NL

Theater & Films | 2021/22

DORPSSTRAAT 39 | 6661 EG | ELST



ZA 15 JAN. | 20.30 UUR

HANDSOME POETS
Lieve Schatten



29 JAN. | 20.30 UUR

DANIEL BOISSEVAIN
De Schuldige



ZO 30 JAN. | 15.00 UUR

DICK VAN ALTENA QUINTET
V-ticket: Arm om je schouder



ZA 05 FEB. | 20.30 UUR

BAS BIRKER
BELG - Tegen wil en drank



ZA 12 FEB. | 20.30 UUR

JOCHEN OTTEN
Opgekropt staat netjes



ZA 19 FEB. | 20.30 UUR

VERA MANN
Goesting



ZA 26 FEB. | 20.30 UUR

MAX VAN DEN BURG
Cultureel Erfgoed - try out



ZO 6 MRT. | 15.00 UUR

BEATRICE VAN DER POEL & THOMAS VERBOGT
Montere weemoed



ZO 13 MRT. | 15.00 UUR

TRIO ANDRE HEUVELMAN
Cinema Paradiso



ZA 19 MRT. | 20.30 UUR

THEATERGROEP GREPPEL
Haan



ZA 26 MRT. | 20.30 UUR

LEON VAN DER ZANDEN
The Artist Academy



ZO 3 APR. | 15.00 UUR

KRULMUZIEK
Blub



ZA 09 APR. | 20.30 UUR

DE VRIENDENDIENST & HENK OVERDIJK
Finalisten Leids Cabaret & Cameretten



ZA 16 APR. | 20.30 UUR

IDA VAN DRIL EN FRED DELFGAAUW
King Lear



ZO 24 APR. | 15.00 UUR

BETH & FLO
Niet Wat Je Denkt!

Elke donderdagavond draaien we een arthouse film kijk op onze website!

PROGRAMMA ONDER VOORBEHOUD VAN ALLE RIVM REGELS!



goedrecht
advocaten

"Uw goed recht!"

Voor bijstand en advies bij:

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



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

WELKOM BIJ WAALSPORT

Fit worden doe je bij Waalsport

Hét 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



Brouwer

— Bike Store Lent —

E-bikes — Stadsfietsen — Reparatie

www.brouwerbikestore.nl

024-3243988



Therapie Nijmegen

Individuele, gezins- en relatietherapie

Samen **jezelf** leren kennen

"Het was eerst een noodzaak. Nu voelt het als een cadeau aan onszelf."

"Ik heb zoveel over mezelf geleerd. Had ik dit maar veel eerder gedaan!"

Themaweekends voor stellen

Nieuwsgierig?

Zie www.maakpositiefverschil.nl voor meer informatie

We werken met bewezen methodieken, zoals ACT en Verbindende Communicatie.

Vergoeding mogelijk met aanvullende verzekering

Fenno Meijer en Mieke de Wit

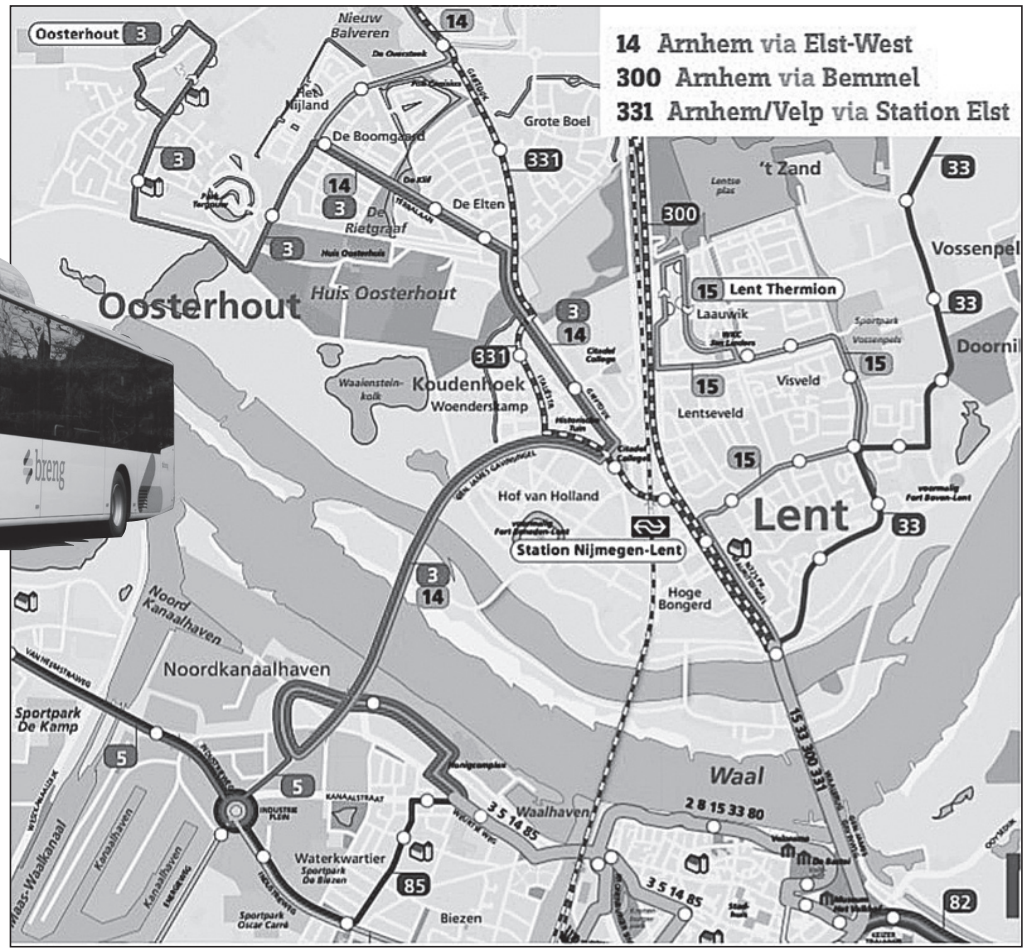
Voor individuele, gezins-, of relatietherapie

Maak een afspraak via fenno@maakpositiefverschil.nl, bel 06 - 336 761 65, of stuur een Whatsapp-bericht



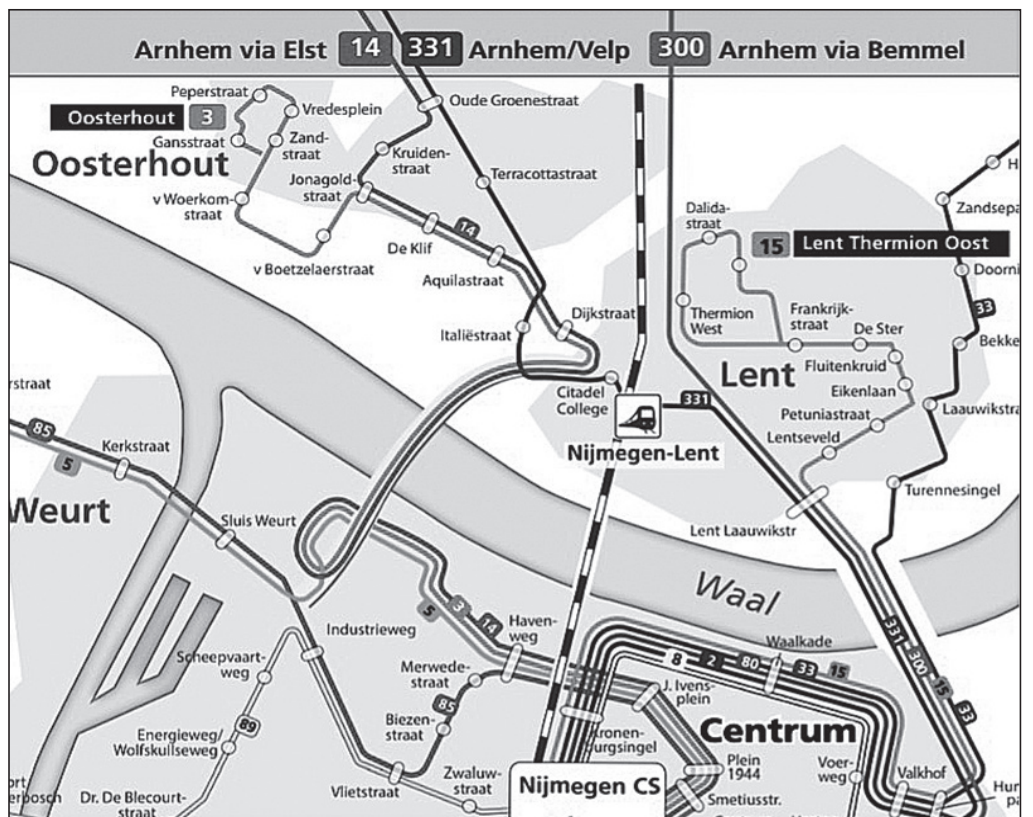
Nieuwe dienstregeling

OP ZONDAG 12 DECEMBER IS DE NIEUWE DIENSTREGELING VAN BRENG INGEGAAN



De dienstregeling 2022 kent deze keer geen grote veranderingen in onze wijk. Het conceptvervoerplan dat eerder dit jaar werd gepresenteerd, kende wel een verandering waarbij lijn 14 leek te verdwijnen, maar mede omdat het reizigersherstel in coronatijd sneller gaat dan verwacht, is deze lijn toch behouden.

De wijziging voor onze wijk bestaat uit een intensivering van lijn 331 Velp Zuid – Arnhem – Elst – Nijmegen Weezenhof/Aldenhof. Deze lijn gaat vaker rijden en zal daarnaast na de openstelling van de Italiëstraat ook de wijk Woenderskamp aandoen. Kijk voor meer informatie over de nieuwe dienstregeling ook op www.breng.nl



Voetjebal de kans om samen met papa of mama de eerste voetbalstapjes te gaan zetten.

I Voetjebal

• Bewegen op muziek • Kleuren herkennen

• Tellen • Scoren en juichen

• Stimulering motoriek

• Beweegprogramma specifiek gericht op kinderen in de leeftijdsfase 2 t/m 5 jaar



Start eind september op zaterdag in Gymzaal de Grote Boel in Nijmegen Noord.

Meer info: www.voetjebal.nl

Sanne Jansen

contextuele therapie



Bij Sanne Jansen, contextuele therapie kun je terecht wanneer je vastloopt in je relatie. In je relatie met jezelf, je partner, kind(eren) of familie.

www.sannejansentherapie.nl
info@sannejansentherapie.nl
06 - 23 84 24 04

„ZWERFAFVAL OPRUIJEN ALS EEN WIJKHELD
SAMEN HOUDEN WE DE WIJK SCHOON”

Weten wanneer wij jouw afval ophalen?

Check de afvalkalender in onze app!

 Bekijk jouw ophaaldagen op de afvalkalender.

 Krijg een seintje wanneer wij jouw afval ophalen.

 Zoek bij twijfel in de afvalwegwijzer in welke bak of zak jouw afval hoort.

Download ook de Dar app!



www.dar.nl | info@dar.nl | 024-3716000



Dar.

Maak Nijmegen de grootste *IkPas* gemeente van Nederland

Veel Nijmegenaren zetten in januari 2022 het alcoholgebruik weer een maand op pauze! Dat doen bijvoorbeeld burgemeester Bruls, kickbokser Perry Ubeda en Rizka Simons, student en voorzitter van de Universitaire Studentenraad. Doe ook mee en zorg dat Nijmegen de grootste *IkPas* gemeente van Nederland wordt: schrijf je in op www.ikpas.nl/nijmegen.

Na de glansrijk gewonnen battle tussen Nijmegen en Tilburg begin dit jaar, zijn de voorbereidingen voor een *IkPas* maand aankomende januari in volle gang.

Deze keer strijden we niet 1 op 1 tegen een andere stad; de strijd vindt nu op landelijk niveau plaats. De stad met in verhouding de meeste deelnemers die zich registreren voor *IkPas*, wint de battle. Nijmegen gaat uiteraard voor een nummer 1 positie.

Uitdaging levert gezondheidswinst op

De *IkPas* Battle is vooral een uitdaging aangaan met jezelf. Je doorbreekt vastgeroeste patronen en merkt wat het pauzeren van alcoholgebruik met je gezondheid doet. Uit onderzoek blijkt dat mensen die dit doen structureel minder drinken, beter slapen en zich lichamelijk en mentaal fitter voelen.

Ook kunnen ze makkelijker „nee” zeggen en besparen ze geld. Een derde van de deelnemers verliest ook gewicht. Benieuwd of je fitter wordt, beter slaapt of misschien zelfs je coronakilo's of aanstaande kerst-kilo's verliest? Doe dan mee!

Meedoen als team of individu

Er doen al heel wat organisaties mee: gemeente Nijmegen, Radboudumc, de HAN, de GGD, IrisZorg, ROC Nijmegen, ONS gezondheidserf en de Radboud Universiteit. Ook aanmelden als organisatie? Stuur een mail naar nijmegenpreventie@iriszorg.nl en je krijgt alle informatie voor het aanmaken van een gratis eigen aanmeldpagina op IkPas.nl, waar je medewerkers zich kunnen aanmelden.

Individuele deelnemers die wonen of werken in Nijmegen kunnen zich aanmelden via de aanmeldknop op www.ikpas.nl/nijmegen.

"ik doe mee, jij ook?"

IKPAS BATTLE

Perry Ubeda negenvoudig wereldkampioen kickboksen

ZET JE ALCOHOLGEBRUIK OP PAUZE EN MAAK NIJMEGEN DE GROOTSTE IKPAS-STAD VAN NEDERLAND

SCHRIJF JE VOOR 1 JANUARI IN OP WWW.IKPAS.NL/NIJMEGEN

Dus vraag je familie, je vrienden, de medebewoners in je studentenhuis, je creatieve clubje, je mede biljarters, bandleden of wie dan ook om samen de uitdaging aan te gaan en meld je aan voor *IkPas*!

Alcohol een bewuste keuze maken

Vanuit het Lokaal Preventieakkoord 'Wij zijn groen, gezond en in beweging Nijmegen' is het idee voor de *IkPas* Battle vorig jaar ontstaan. De battle sluit naadloos aan bij het thema 'Aanvaardbaar alcoholgebruik', één van de acht thema's van het Lokaal Preventieakkoord. Het doel: de keuze om alcohol te drinken is een meer bewuste keuze, waarbij mensen weten wat het effect op hun gezondheid is.

Wij zijn groen, gezond en in beweging Nijmegen

Sinds 2017 gaan Nijmeegse instellingen en bedrijven 10 jaar lang samen aan het werk om de stad groen, gezond en in beweging te krijgen. Ieder draagt zijn steentje bij vanuit eigen ervaring op de gebieden: voldoende beweging, gezonde voeding, minder roken en bewuster alcoholgebruik, mentale fitheid en een schone, rustige en groene leefomgeving. Het doel van deze beweging is: meer gezonde Nijmegenaren in een gezonde stad én gezonde keuzes makkelijk maken voor iedereen.

Bekijk ook onze website www.ggibnijmegen.nl.

Meedoen als organisatie?

Mail dan naar info@ggibnijmegen.nl. Bedrijfsleven, onderwijs, maatschappelijke organisaties, zorg, horeca; alle Nijmeegse organisaties kunnen aansluiten. Ruim 50 organisaties doen al mee.

Elke zondag open!

woonboulevard HUISSEN



Karstraat 95

Nijverheidsstraat 15

Trendhopper **th.**.com 1e etage

Jansen totaal wonen

Profijt Meubel

SK superkeukens ZO'N NAAM ZEGT ALLES

Pronto WONEN

✓ Karstraat 95 Huissen ✓ 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



Ontsluiting Park Waaijenstein

De kogel is door de kerk, park Waaijenstein wordt niet ontsloten via de Volsellastraat, maar via de Van Boetzelaerstraat.

De gemeente had besloten dat als je Park Waaijenstein wilde verlaten je met je auto via de Volsellastraat naar de Griftdijk moest. De Volsellastraat kruist met de busbaan en is een vrij smalle en kromme straat waar aan beide zijden auto's geparkeerd staan.

Bij de aansluiting naar de Griftdijk gaat de weg omhoog, de Griftdijk heet niet voor niets dijk, en kruist een fietspad.

's Morgens is het druk op de Griftdijk en kom je vanuit de Volsellastraat maar moeilijk op de Griftdijk. Er ontstaat al snel een file en auto's versperren het fietspad. Er ontstaan dagelijks gevaarlijke situaties en bijna-ongelukken. Het afgelopen jaar is er zelfs twee keer een botsing geweest waarbij iemand letsel opliep.

Genoeg reden voor de aanwonenden om in het geweer te komen. Gemeenteraadsleden werden uitgenodigd om de situatie persoonlijk te komen bekijken en waren er snel van overtuigd dat de situatie uitermate onwenselijk was.

De gemeenteraad heeft daarop besloten om de ontsluiting van Park Waaijenstein via de Van Boetzelaerstraat te laten lopen.

Zoals altijd zijn hier ook verliezers.

De bewoners van de huizen aan de Van Boetzelaerstraat, die er al stonden voordat er ook maar één nieuwbouwhuis in Nijmegen-Oosterhout gebouwd was, krijgen opeens veel meer verkeer langs hun huis.

Het ooit rustige landweggetje waar ze aan woonden is niet geschikt voor nog meer autoverkeer en zal aangepast moeten worden voor fietsers, wandelaars en vooral de uitritten van de bewoners. Er worden plannen gemaakt maar daar is nog niets over bekend.

Hans Radenborg



Winter 2021/2022

laat de kerstverlichting dit jaar wat langer hangen, voor wat meer warmte en een gezamenlijk lichtpuntje in deze dagen... Fijne feestdagen allemaal.

Tijdens het schrijven van deze column worden de eerste weersverwachtingen voor de komende winter afgegeven: het gaat de koudste winter worden in 100 jaar. Het zou waar kunnen zijn, want vanochtend (7 december) lag er al een dun laagje ijs in de tuin, wat was overgebleven van de lichte sneeuwval gisteravond. Ook de avond-lockdown die sinds een paar weken is afgekondigd, zorgt voor een kil gevoel. Niet kunnen opwarmen door te sporten in de avond of minder warmte om je heen door de gezelligheid van vrienden en familie over de vloer. Bij de gedachte aan de stijgende energieprijzen, lopen er koude rillingen over mijn rug en toch zit ik er nog steeds warmpjes bij. Hopelijk komt dat niet door het snaaien van het strooigoed van Sinterklaas, want dat zorgt bij mij al snel voor een extra 'warmtelaagje'.

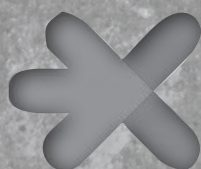
De toenemende polarisatie en tweedeling in de maatschappij zorgt ook al niet voor een warm gevoel en dat ondanks de opwarming van de aarde. Iedereen wordt meer en meer op zichzelf teruggeworpen in plaats van dat we de samenwerking opzoeken. Verschillen tussen elkaar worden uitvergroot en benadrukt, maar wat wij overeenkomen wordt voor het gemak of door een overlevings-modus even vergeten.

We staan op voor onszelf, vergeten de mensen om ons heen die het minder hebben. We vergeten dat we onderdeel zijn van een groter iets en dat we dus niet alleen op de wereld staan...

Je mag me een idealist vinden, maar ik geloof echt in de kracht van mensen, een groep of de samenleving en dat we samen meer voor elkaar krijgen. Geluk, aandacht en liefde kan je vermenigvuldigen door het te delen!

Een van de warme lichtpuntjes die mij onlangs wel is opgevallen, is dat men vroeger dan normaal de kerstverlichting al buiten heeft opgehangen, alsof men elkaar toch wat warmte en licht wil bieden. Daarom mijn oproep: Laat de kerstverlichting wat langer hangen!

Paul Reuling
Opbouwwerker Nijmegen-Noord
Bindkracht10



BINDKRACHT10

Laag inkomen?

Dan is er de Collectieve Aanvullende Zorgverzekering

Met een laag inkomen of hoge kosten is het leven niet altijd makkelijk. Ook in Nijmegen zijn er mensen die maar moeilijk rond kunnen komen. Sommigen leven al lang op deze manier, anderen hebben er recentelijk mee te maken gekregen, bijvoorbeeld doordat iemand zijn baan is kwijtgeraakt door corona. Een onvoorziene uitgave als een kapotte koelkast of een ziekenhuisbezoek kan een flinke deuk slaan in je budget. Of wanneer de kinderen weer nieuwe kleding of een laptop nodig hebben.

Hulp in Nijmegen

In Nijmegen zijn gelukkig veel regelingen om mensen met een laag inkomen te helpen. Veel informatie over deze regelingen, zoals bijvoorbeeld bijzondere bijstand, de meedoen-regeling of de bus-voordeelpas vind je op de website van de gemeente Nijmegen: www.nijmegen.nl. Een van de regelingen waarvan je misschien gebruik kunt gaan maken is de Collectieve Aanvullende Zorgverzekering. Deze kan voordeliger voor je zijn als je veel zorgkosten hebt.

Collectieve Aanvullende Zorgverzekering

In december is het weer tijd om je zorgverzekering

goed te bekijken. De gemeente heeft voor mensen met een laag inkomen de Collectieve Aanvullende Zorgverzekering (CAZ).

Deze zorgverzekering bestaat uit een basisverzekering en eventueel een aanvullende verzekering.

De aanvullende verzekering is vaak uitgebreid met extra vergoedingen voor bijvoorbeeld brillen, fysiotherapie en medicijnen. De gemeente betaalt mee aan de premie bij VGZ en CZ. Ook is het eigen risico meeverzekerd. Hierdoor krijg je dus niet achteraf nog allemaal rekeningen die betaald moeten worden.

Wil je weten of je voor de CAZ in aanmerking kan komen? Kijk dan op de website: www.gezondverzekerd.nl

Kom je er niet uit? Maak dan een afspraak bij Stip Noord. Wij kunnen met je meekijken en helpen je graag verder, zodat je gezond verzekerd het nieuwe jaar in gaat.

Stip Noord

Stip Noord is te vinden in het Thermionpark 16 in Lent. Geopend op dinsdag van Dinsdag 13.30 – 16.30 uur en op donderdag van 9.30 – 12.30 uur. Loop gerust binnen!

Heeft u een idee voor het Initiatievenfonds?

Bijna 18.000 huishoudens in Nijmegen moeten rondkomen met weinig geld. Dat is niet gemakkelijk en kan veel stress opleveren. Voor het Initiatievenfonds zoeken we jaar nieuwe ideeën en plannen waar mensen met geldzorgen iets aan kunnen hebben.

De gemeente heeft per plan maximaal € 5.000,- beschikbaar voor de uitvoering.

Mooie projecten

De afgelopen jaren zijn er al prachtige projecten geweest. Bijvoorbeeld het lesprogramma Smart met Geld voor middelbare scholieren: om hen te leren slim om te gaan met geld. Of een Zomerprogramma voor alleenstaande moeders waar zij nieuwe vriendinnen maakten en hun zorgen samen konden bespreken. Maar ook de beweegactiviteiten van de Vincentiusvereniging, het kappers- en herstelcafé in Dukenburg en de 'zelfoogstmoestuin' van het Huis van Compassie konden met subsidie uit het Initiatievenfonds van start gaan.

Heeft u een idee en wilt u meedoen? Kijk dan op: www.nijmegen.nl/diensten/subsidies/subsidie-uit-initiatievenfonds-armoede-en-schulden/

We zijn benieuwd naar uw bijdragen.

Lijkt het je leuk om bij de Zonnebloem als vrijwilliger aan de slag te gaan, dan ben je zeer welkom

Je kunt contact opnemen met:
Vz. Monique Heijnis | monique@fam-heijnis.nl
Mw. Corry Buil | corry.buil@gmail.com
Sercr. I nanniethomson@gmail.com



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

www.studiekunst.nl



Huiswerk- en studiebegeleiding

Griftdijk Zuid 131 Lent

06 1205 7059



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



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)
- burenrrecht (hinder, erfgrsgeschillen)
- bestuursrecht (wia, ww, bestemmingsplan, planschade, omgevingsvergunning)
- contractenrecht (verborgen gebreken, tekortkoming, wilsgebreken, algemene voorwaarden)
- mediation

www.knegtmansadvocaten.nl



BARTELSOSTEOPATHIE

Roel Bartels
DO-MRO
Osteopaat

Jonagoldstraat 9
6515 EM Nijmegen

T 06 839 022 86
E roel@bartelsosteopathie.nl

www.bartelsosteopathie.nl



Opgeven voor zwemles? Kan vanaf 3,5 jaar
Meer weten?



www.dehelster.nl



volg ons op facebook en Instagram

Schubertstraat 1 | 6661 AW | Elst | T 0481 372554

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



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 verschijnt 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.

Oplage: 2900 stuks

Redactie:

Wim Buil, Marike Elmendorp, Hans Garritsen, Marloes Gielen, Ellen von Holtz, Rob Janssen, Humphrey R. Ottenhoff, Hans Radenborg, Geurt van Renselaar.

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 deze 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-/zetsfouten of onjuistheden bevat. Storende onjuistheden kunt u melden bij de redactie via communicatie@wijkraad-oosterhout.nl

Abonnementen:

Woonst 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

© 2021 Stichting Wijkraad Oosterhout

AGENDA NIJMEGEN-NOORD



*Fijne Feestdagen
en een gezond en
voorspoedig 2022*

UITGAVE BEN ER WEER 2022

NR.	DEADLINE KOPIJ AANLEVEREN	VERSCIJNINGSDATUM
1	zondag 16 januari 2022	vrijdag 11 februari
2	zondag 20 maart 2022	vrijdag 15 april
3	zondag 29 mei 2022	vrijdag 24 juni
4	zondag 28 augustus 2022	vrijdag 23 september
5	zondag 9 oktober 2022	vrijdag 4 november
6	zondag 20 november 2022	vrijdag 16 december

Schoolvakanties Nijmegen 2021

Kerstvakantie 25 december - 9 januari 2022

Wijkblad BEN er weer IN DE BRIEVENBUS?

PLAK DE **JA** STICKER NAAST DE **NEE/NEE**-STICKER
STICKERS BESTELLEN?

mail: communicatie@wijkraad-oosterhout.nl



KINDERDAGVERBLIJF KINOP GRIFTDIJK IS GEOPEND!



Wij zijn KINOP Kinderopvang. Een familiebedrijf gevestigd in Nijmegen gerund door twee zussen en een broer. Wij organiseren de kinderopvang zoals wij die wensen voor onze eigen kinderen. Kleinschalig, huiselijk en professioneel.



Babygroep - Verticale groep - Buitenschoolse opvang



**Reserveer een plekje bij onze BSO,
de leukste plek voor je kind na school!**

- Kleine groep
- Huiselijk en gezellige speelruimtes
- Met een echte airhockey
- Grote tuin
- Ook vakantieopvang

Het aantal plekjes is beperkt.

WWW.KINOPGRIFTDIJK.NL - INFO@KINOP.NL - @KINOP_GRIFTDIJK