

**Fijne
kerstdagen
en een
voorspoedig
2023**

Fotograaf Toon de Vos



BEP er weer

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

Redactie



Van de redactie

De mensen die achter de schermen (letterlijk) elke keer weer samen de BEN er weer maken, zijn allemaal verschillend en dat is maar goed ook. Los van wat iemands voorkeuren of sterke kanten zijn, proberen we rekening te houden met privé-gebeurtenissen die natuurlijk invloed op iemands functioneren hebben. Is iemand door persoonlijke omstandigheden niet in staat om er op dat moment "vol" voor te gaan, dan lopen de anderen even wat harder. Zo zijn we een flexibel en sociaal team – vinden we zelf. Maar we hebben het vooral ook gewoon gezellig met elkaar. Vindt u het leuk om (af en toe) een interview te doen of ergens in te duiken wat te maken heeft met onze wijk en hierover te schrijven? En wilt u een bijdrage leveren aan de BEN er weer? Dan kunt u contact met ons opnemen! Helaas nemen we na dit nummer afscheid van onze vormgever Humphrey. We zijn dankbaar dat hij de afgelopen zes jaar de BEN er weer met veel passie en toewijding heeft willen maken. We zijn allemaal mensen die "vrijwillig-maar-niet-vrijblijvend" hun energie hierin stoppen. Het vormgeven van de BEN was niet altijd even makkelijk: als je met deadlines werkt, moet er op een vooraf bepaald moment ook daadwerkelijk iets af zijn. Dit nummer is dus de laatste van zijn hand. Hartelijk dank voor je inzet de afgelopen zes jaar, Humphrey!

De BEN er weer gaat in 2023 "gewoon" verder. Wilt u iets insturen voor het eerstvolgende nummer, dan kan dat naar onderstaand e-mailadres. Nummer 1 van het nieuwe jaar verschijnt vanaf vrijdag 10 februari, de deadline hiervoor is zondag 15 januari.

Wij wensen iedereen een fijne, gezellige en gezonde afsluiting van 2022 en hopen u als lezer weer terug te zien in 2023!

Met vriendelijke groet, namens de redactie,

Marika Elmendorp

communicatie.wijkraadoosterhout@gmail.com

Nieuws van de wijkraad

Vuurwerkoverlast Nijmegen-Noord

Al vanaf oktober knalt het volop in onze wijk, dit tot ergernis van veel buurtbewoners. Veel huisdieren zijn al vanaf oktober doodsbang waardoor het uitlaten van je hond een hele uitdaging wordt. Soms lopen honden en poezen weg van hun baasje en verdwalen. Het lijkt ieder jaar erger te worden. Tijdens de wijkraadvergadering van 23 november werd de wijkraad door de aanwezige wijkagenten Desiree en Koen erop gewezen dat vanuit onze wijk opvallend veel meldingen komen van overlast door hard en illegaal knalvuurwerk. Al met diverse ouders zijn opvoedkundige gesprekken gehouden en zo mogelijk worden boetes uitgedeeld. Politie, toezicht en jeugdprofessionals hebben overlastlocaties in beeld en zijn met elkaar in gesprek over de juiste aanpak. In Nijmegen geldt al sinds 2020 een algeheel vuurwerkverbod, dus ook tijdens oud en nieuw. Behalve dat je de wet overtreedt is het ergerlijk en asociaal gedrag richting je wijkbewoners, ook in het geval jouw kind knalvuurwerk afsteekt. Ik roep ouders dan ook met klem op hun kinderen erop aan te spreken indien deze knalvuurwerk afsteken en passende opvoedkundige maatregelen te treffen. Spreek ook buurtbewoners die de wet overtreden erop aan. Het is echt onacceptabel gedrag om een oogje of oortje dicht te knijpen.

Geluidsoverlast De Vasim

Iets van heel andere orde dan verboden vuurwerk. We mogen trots zijn op De Vasim en het NYMA-terrein, hemelsbreed op korte afstand gelegen. Er is daar ruimte voor een mix van cultuur, evenementen en horeca. Op 25 en 26 november vond het Herfstdrift festival plaats. Door de windrichting was de muziek hier in de wijk goed te horen en sommige wijkbewoners hadden hier last van. De wijkraad gaat met de gemeente in overleg of het ging om een incident en over het toezicht en de geluidsnormstelling.

Openstellen wijkcentra

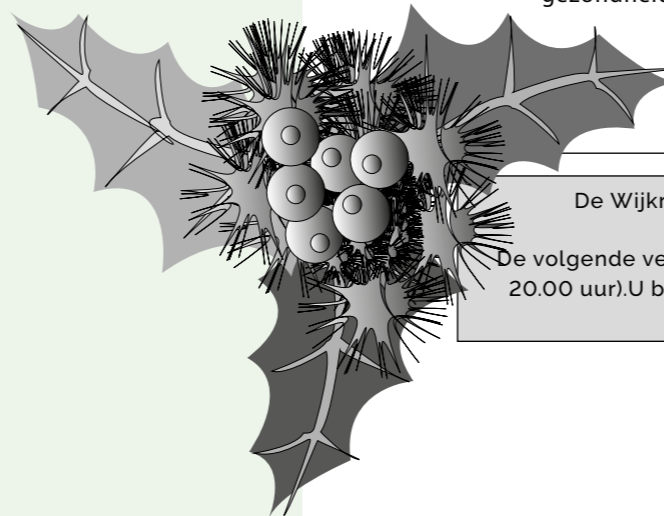
De gemeente Nijmegen komt met een plan om Nijmegenaren die het financieel moeilijk hebben vanwege de energiecrisis de winter door te helpen. Een van de ideeën is om openbare gebouwen, zoals wijkcentra, open te houden voor inwoners die er thuis koud bijzitten. Met een vragenlijst wil de gemeente een beter beeld krijgen van de behoefte hieraan. Vul deze dus in! De vragenlijst is te vinden op www.facebook.com/PaulReulingOpbw, [Nextdoor](http://Nextdoor.com), Nijmegennoordonline.nl en Lentselucht.nl. Neem bij vragen contact op met Paul Reuling van de Stip via [noord@stipnijmegen.nl](mailto: noord@stipnijmegen.nl) of [024-350 2000](tel:024-3502000).

Namens het bestuur, Anja Lucassen, Oscar Papenhoven, Imogen Van Koperen, Henry de Bruijn en Martin Dekker wens ik u gezellige kerstdagen toe, een goede jaarwisseling en alvast veel geluk en gezondheid in 2023!

Ben Bloemendal
Voorzitter wijkraad
benbloem@hotmail.com



De Wijkraad Oosterhout is een stichting die zich inzet voor het leefklimaat in de wijken: Oosterhout, Grote Boel, Zuiderveld en Park Waaijenstein. De volgende vergadering is op woensdag Wo. 18 januari 2023 (WPO), start om 20.15 uur (inloop vanaf 20.00 uur). U bent welkom in Voorzieningshart De Klif, de vergaderruimte is op de 2e etage in zaal 2.16/2.17. informatie op www.nijmegennoordonline.nl





(Bijna geen) Kunst op straat?

Door: Hans Garritsen

Ik ben een liefhebber van kunst. Als ik iemand de weg moet wijzen, doe ik dat aan de hand van kunstwerken: "bij dat standbeeld rechtsaf, dan loop je door tot dat gebouw met die mooie voorgevel..." enzovoort. Mijn vrouw oriënteert zich aan de hand van kledingzaken: "je weet toch wel waar dat is, naast Hennes & Mauritz (of een willekeurige andere zaak, HG)!" Nee, ik weet dus niet waar dat is. Weer anderen hebben cafés als herkenningspunten. Ieder het zijne. In een stad als Rotterdam, Den Haag, Nijmegen zijn er genoeg kunstwerken voor mij om iemand de weg te wijzen. Maar in onze wijk heb ik daar grote moeite mee. Zie de foto die hierbij staat: pijltjes waar kunst op straat te vinden is. Openbare kunst is er in Nijmegen - Oosterhout en omstreken nauwelijks. Ja, je hebt de triomfpoort die op het plein voor De Klif staat. Die poort heet trouwens: De Ark (zie kadertje). Ik vind het een leuk ding.

Er valt van alles aan te zien. Je kunt er in staan, je verstoppen, naar de details kijken, er ballen doorheen schoppen. Niets lelijks daarover. Maar verder is het op dit gebied nogal saai. Bij de dijk is er nog het herdenkingsmonument, en het boerderijtje langs de Snelbinder. Maar dat valt buiten onze wijk. In Lent waren ze iets alerter; kijk maar eens op de site nijmegen.nl onder de zoekterm 'kunst op straat'. Nu zullen een aantal mensen denken: nou en? Het is toch prima zo, mooie, gevarieerde woningbouw, veel speeltuintjes en groen, de geneugten van de stad en toch dicht bij de natuur; waar is dan die kunst voor nodig? Nou, die kunst is nodig om (de bewoners van) een wijk zelfbewust te maken (trots op je eigen wijk: dit is mijn wijk!) én om mensen even op het verkeerde been te zetten; een soort ironische spiegel van het dagelijks bestaan. Een vraag die ik veel gehoord heb over De Ark is: wat doet dat ding hier? Nou, je haalt een klein beetje de grote wereld (de Arc de Triomphe in Parijs) hier binnen en daar maak je een kinderparadijsje van; zoals we hopen dat De Klif dat ook is voor kinderen.

Dat is de pretentie van kunst op straat. Maar buiten De Ark is er specifiek in onze wijk niets te vinden. Kennelijk zijn de opdrachtgevers voor kunstprojecten, meestal de overheid of bouwbedrijven, toch besmet met het idee dat kunst een luxe zou zijn die we ons niet of maar beperkt kunnen veroorloven. Nou, dat is een raar idee! Ik pleit voor meer kunst op straat. Kunstenaars zijn er genoeg in de wijk; volgend jaar krijgen we weer een kunstroute. Maar nu de straat op, gemeente, bouwers, (nieuwe) bewoners!

Van verre zie je hem al staan: de vierkante triomfpoort van Studio Job met zijn vier ingangen. Het is een 3.70 meter hoge poort, die in aluminium werd gegoten. De poort is een verkleinde versie van de voorbeelden die we kennen uit de Romeinse oudheid en het classicisme (in Rome en Parijs). De maatvoering en de decoratie van deze triomfboog zijn afgestemd op de hoofdgebruikers van het voorzieningshart: de leerlingen van de basisschool.

Aan de binnenkant is een cassettenplafond te zien. Zowel de binnen- als de buitenkant zijn gevuld met decoraties die verwijzen naar de belevingswereld van kinderen. Diervormen zoals vlinders, spinnen en reptieltjes, maar ook speelgoedonderdeeltjes, engeltjes, barbies, robotjes en hemellichamen zijn over het object verspreid. De titel heeft iets eigenaardigs. Deze klinkt begrijpelijk, vanwege bijvoorbeeld de gelijkenis met de Arc de Triomphe. Maar de schrijfwijze spoort daarmee niet. Misschien is deze opzettelijk aangepast om tegelijkertijd de samenhang met het gebouw De Klif tot uitdrukking te brengen, dat wel eens wordt vergeleken met een schip! Job Smeets studeerde aan de Design Academy in Eindhoven. Hij studeerde in 1996 af. In 1998 richtte hij met Nynke Tynagel Studio Job in Antwerpen op. Zij studeerde in 2000 af in grafische vormgeving aan dezelfde academie. Hun ontwerpen kenmerken zich in veel gevallen door gematerialiseerde, uitvergroete stripachtige tekeningen.



kunstenaar: Studio Job (Job Smeets/Nynke Tynagel)

titel: De Ark

jaartal: 2006

locatie: Pijlpuntstraat (voorterrein De Klif, Oosterhout-Nijmegen)

eigendom van: gemeente Nijmegen

Van verre zie je hem al staan: de vierkante triomfpoort van Studio Job met zijn vier ingangen. Het is een 3.70 meter hoge poort, die in aluminium werd gegoten. De poort is een verkleinde versie van de voorbeelden die we kennen uit de Romeinse oudheid en het classicisme (in Rome en Parijs).

De maatvoering en de decoratie van deze triomfboog zijn afgestemd op de hoofdgebruikers van het voorzieningshart: de leerlingen van de basisschool. Aan de binnenkant is een cassettenplafond te zien. Zowel de binnen- als de buitenkant zijn gevuld met decoraties die verwijzen naar de belevingswereld van kinderen. Diervormen zoals vlinders, spinnen en reptieltjes, maar ook speelgoedonderdeeltjes, engeltjes, barbies, robotjes en hemellichamen zijn over het object verspreid.

Bron: gemeente Nijmegen.





VOEDSELBANK



Foto: Toon de Vos

Hierbij een foto van de kerstactie van de Voedselbank Nijmegen-Overbetuwe en Lingewaard op 9 en 10 december j.l.

De actie werd georganiseerd door de plaatselijke kerken (katholiek, protestants, en de Molukse Kerk) en daarnaast Stichting Leergeld, Rotary en Interact, in samenwerking met de Voedselbank en met alle supermarkten in de regio. In het kader van de Kerstdagen is er in de supermarkten, met behulp van vrijwilligers, twee dagen lang een inzameling gehouden van niet-bederfelijk voedsel en non-food voor de klanten van de Voedselbank.

Op het moment van dit schrijven weten we nog niet wat het resultaat was; maar de eigen ervaring wijst erop dat veel mensen bereid zijn, een deel van hun inkoop af te staan voor de mensen die het heel hard nodig hebben en het nauwelijks of niet kunnen betalen.
meer info: www.voedselbanknijmegen.nl

Namens hen en de Voedselbank alvast heel hartelijk dank!

BEN KOFFIE WAARD

Geef je Douwe Egberts-punten aan de Voedselbank!

Heb jij nog Douwe Egberts-spaarpunten liggen waar je niets mee doet? De Voedselbank is er blij mee! Want voor jouw spaarpunten kan de Voedselbank pakken koffie krijgen voor haar klanten. En dat is een luxeproduct dat niet vaak in de pakketten voorkomt, maar wel enorm gewaardeerd wordt.



De hele maand december kun je je Douwe Egberts-spaarpunten op verschillende plaatsen inleveren. Veel of weinig, alles is welkom! Er staan dozen klaar bij de uitgiftepunten van de Voedselbank Nijmegen-Overbetuwe, bij diverse kerken en bij zo'n dertig winkels in Nijmegen en Overbetuwe. Een overzicht daarvan vind je op de website van de Voedselbank Nijmegen-Overbetuwe. De dozen staan de hele maand december klaar voor je punten. Heb je er veel, dan is het fijn als je ze gebundeld aanlevert. Bijvoorbeeld in bundeltjes van 500 punten, want voor dat aantal krijgen we één pak koffie. Je kunt je spaarpunten ook het hele

jaar in de brievenbus gooien bij de loods van de **Voedselbank Nijmegen-Overbetuwe**, Winkelsteegseweg 144B, 6534 AR Nijmegen.

Dit is een actie waarbij de Voedselbank samenwerkt met **Lions Nijmegen Brabantse Poort**.

Anja van Kessel,
medewerker communicatie Voedselbank Nijmegen-Overbetuwe



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 avondspreekuur
- Echoscopie v.a. 7 weken zwangerschap
- Twee spreekuurlocatie's; Lent en Elst
- Hartjes spreekuur; vrije inloop om het hartje te horen
- Preconceptiespreekuur bij zwangerschapswens




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

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




Spelmag'Rzijn

BEN (HER)ONTDEKT

WIL JIJ, OF IEMAND DIE JE KENT, UITGEDAAGD WORDEN OM SAMEN MET ANDEREN VIA MUZIEK, DRAMA, VERTELLEN EN EVENTUEEL SCHRIJVEN JOUW LEVENVERHAAL TE ONDERZOEKEN? EN DAARBIJ MISSCHIEN OOK JOUW NETWERK TE VERSTEVIGEN, ERVARINGEN TE VERWERKEN OF EEN (VERLOREN) HOBBY (HER) ONTDEKKEN?

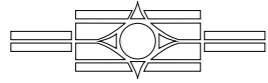
Spelmag'Rzijn is een burgerinitiatief en interventie voor mensen met een psychisch sociale kwetsbaarheid. Tevens is het bedoeld voor iedereen die zijn netwerk of sociale vaardigheden wil uitbreiden. En voor iedereen die het leuk vindt om op een creatieve manier het eigen levensverhaal en zichzelf te onderzoeken. Ervaring met drama is niet nodig, omdat er laagdrempelig en gemakkelijk wordt ingestoken door de begeleidster. Er wordt gebruik gemaakt van waar je al goed in blijkt te zijn. Dat wil zeggen: 'iedereen die in een groep wil werken, kan het' en je wordt in kleine stapjes op een veilige manier naar een presentatie begeleid.

In Nijmegen-West draait het project al een aantal jaren. Afgelopen september presenteerden spelers van Spelmag'Rzijn met trots de voorstelling 'Geen open deur' in het buurtcentrum van de Wolfskuil. Ze lieten een aantal scènes zien die geïnspireerd waren op de soms grappige maar soms ook moeilijke levenservaringen. Het publiek heeft ervan genoten en er werd met een lach en een traan over nagepraat. Vanwege deze succeservaringen wil de initiatiefneemster Eliez Sprenkels (dramadocent op de hogeschool en sociaal werker in de wijkfabriek te Nijmegen-West) het project ook naar Nijmegen-Noord brengen waar zij woont.

Om hier een begin mee te maken, wil zij in de wijk polsen hoeveel daadwerkelijke interesse er voor is. Heb je zin om mee te doen? Stuur dan een mailtje naar: e.sprenkels5@upcmail.nl met naam en telefoonnummer. Het zou fijn zijn als je daar een kleine tekst bijschrijft die jouw interesse weergeeft. Bij voldoende reacties neemt Eliez Sprenkels zo spoedig mogelijk contact met je op. Hopelijk kan er in 2023 dan ook in Nijmegen-Noord een groep gestart worden. Er zijn geen kosten aan verbonden.

Eliez Sprenkels
Foto: Rita Lange





van Schie advocaten

www.vanschieadvocaten.nl

Mr. F.G.W.M. Huijbers

Mr. D.W. Beemers

Mr. S. van Oers

Mr. H.M. Schurink - Smit

Mr. L.I. Siers

Mr. L.E. Vries

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

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

VANNATURE

fair, biologisch, lokaal

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



Studenten
krijgen 10%
korting!

Gerard Noodtstraat 135 - Nijmegen
met Gratis parkeerplaatsen

www.VanNature-Nijmegen.nl



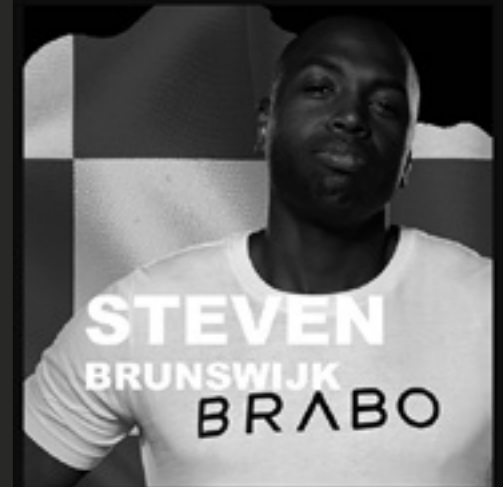
Oefentherapie Cesar De Lint

Van Boetzelaerstraat 16 | 6515 JD Nijmegen Noord
024-3483329 | info@cesartherapiedelint.nl | www.cesartherapiedelint.nl

U kunt bij ons naast Oefentherapie Cesar/Mensendieck terecht voor Psychosomatische Oefentherapie voor volwassenen en kinderen, (kinder)Slaapoefentherapie, Chronische Pijnklachten, Bekkenoefentherapie, Mindfulness, Leefstijloefentherapie, Medical Kinetics, bedrijfssoefentherapie. Ook werkzaam in Gezondheidscentrum Thermion en vanaf zomer 2022 in De Boog

Al 5 jaar een verbindend wijktheater!

Bestel nu je tickets!
theaterdeklif.nl



STEVEN
BRUNSWIJK
BRABO

13jan'23



HELAAS AFGELAST
STERRIN
SMALBRUGGE

5febr'23



HANS
DORRESTIJN

10febr'23



ROY
EN THE RODJERS
WIJKFEEST & DJ

10mrt'23



Kindervoorstelling
PROFESSOR
S.

2apr'23



ERNST
JANSZ
Oprichter van
DOE MAAR

19mei'23



Kindervoorstelling
TROEF
THEATER

21mei'23

Kattenpension
De Kattenboerderij Slijk-Ewijk
Waaldijk 21
6677MB Slijk-Ewijk
☎ 0481 - 354 689
Bezoek op afspraak
Openingstijden zie onze website
www.dekattenboerderij-slijkewijk.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

Nijmegen Noord

**Ben jij
LHBTIQ+?**

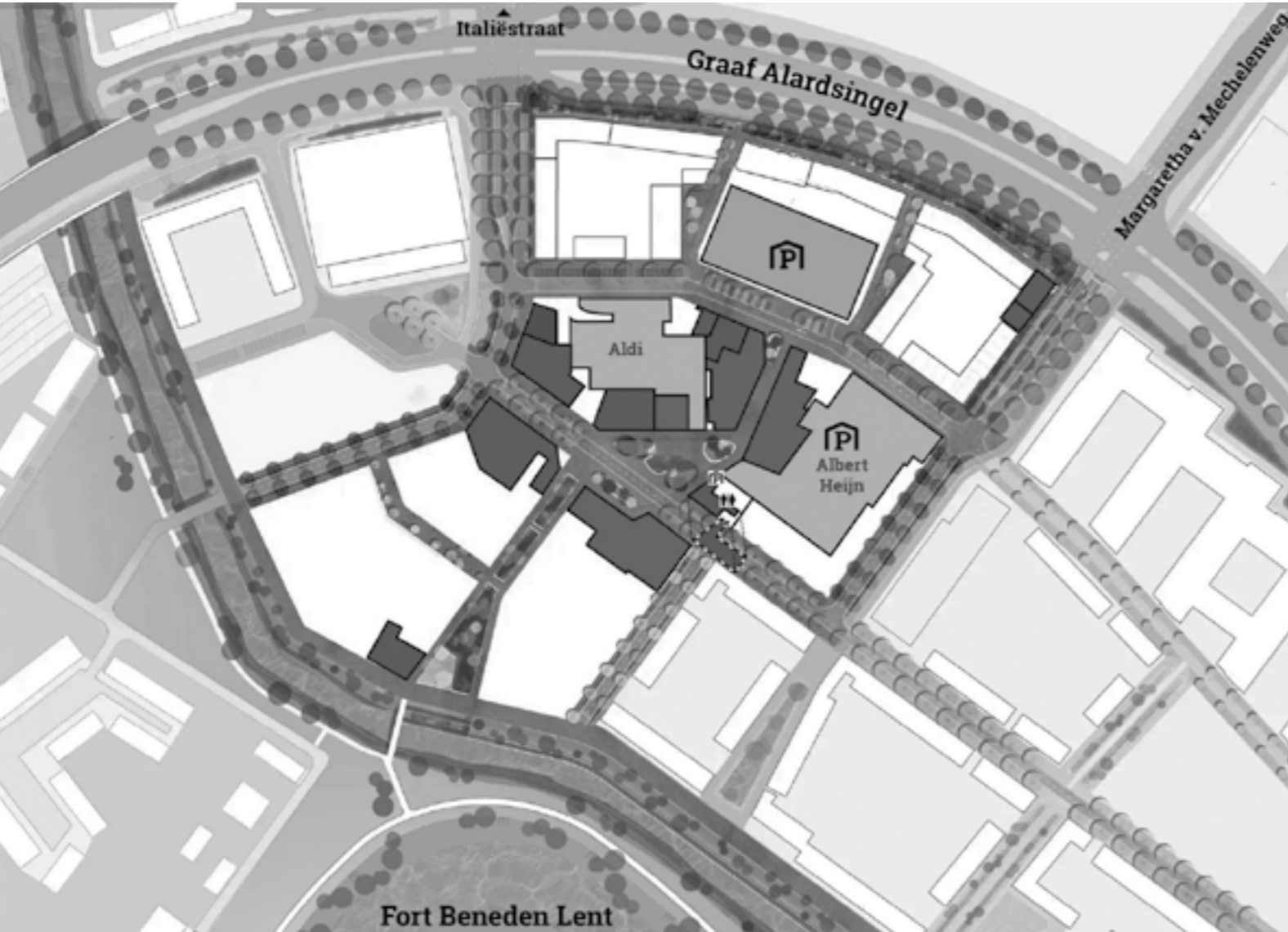
Uit onderzoek van de HAN en ONS gezondheidserf blijkt, dat er behoefte is aan een ontmoetingsgroep rondom het thema LHBTIQ+ en het voorlichten van zorgmedewerkers. Als je betrokken wilt zijn bij de start van de ontmoetingsgroep, neem dan contact op via onderstaande e-mail of deze QR-code.

nr.wisse@student.han.nl



SCAN ME

Theater
de KLIF



Winkelcentrum Hart van de Waalsprong: Veel nieuwe winkels en horeca

Het is geen nieuws meer dat supermarkten Aldi en Albert Heijn XL zich in het winkelcentrum Hart van de Waalsprong gaan vestigen. Daarnaast heten we nog een aantal nieuwe ondernemers welkom.

In de plint van gebouw Grutto aan de Moormannstraat komt een HEMA-filiaal van circa 600 m². Verder zal op de markante kop van gebouw Elft, aan het Oranje Marieplein, Sound & Soul foodbar zorgen voor een huiskamercafé voor de wijk.

Ook heeft Sound & Soul een eigen terras naast de fonteintjes op het plein. Het muziekcafé is bekend in de regio en komt uit Arnhem. Tevens zal een vestiging van slijterij Gall & Gall en drogisterij Etos in de voetgangersstraat van het parkeerhuis naar het Oranje Marieplein komen. Tot slot komt aan de nieuwe watersingel in gebouw Hosta, op de hoek van de Nel Petersstraat en Annie van Velzenhof, een nieuwe koffiebar van Bairro Alto.

Ook interesse om te gaan ondernemen in Hart van de Waalsprong? www.hartvandeWaalsprong.i-zine.nl/hart-van-de-waalsprong-winkelcentrum/te-huur kun je precies zien waar welke winkel komt. Voor de units zijn wellicht nog mogelijkheden die bij jouw wensen passen. Neem daarvoor contact op met de makelaars. Zij kunnen je vertellen wat er nog wel en niet beschikbaar is.

Bron: www.hartvandeWaalsprong.nl

Van de huisarts

Landelijke crisis, lokale aanpak: 'beweging naar een gezondere wijk'.

De wekker gaat vroeg op de ochtend van mijn (zogenaamde) vrije dag. De fitness-groepsles start om negen uur en ik moet daarvoor nog een warming-up doen. Tijdens de les worden wij, zes dames variërend in leeftijd, onder een opzweepende beat uit de boxen deskundig aangespoord om ons lijf flink aan het werk te zetten. We trainen intensief alle spiergroepen en na dertig minuten zweeten zijn we ontspannen en voldaan over de geleverde prestaties. De dag kan beginnen. Sinds de zomer ben ik lokale 'aanjager' van 2-Diabeat. 2-Diabeat is onderdeel van het Nationaal Preventie Akkoord uit 2018 en heeft als doel de opmars van diabetes type 2 terug te dringen. Op dit moment zijn er in Nederland al 1,2 miljoen mensen met diabetes type 2. Dat aantal neemt dagelijks toe. Het Preventie Akkoord zet in op het tegengaan van overgewicht. Om dat te bereiken is het belangrijk om een gezonde leefstijl te stimuleren. Het ideale plaatje is gezond eten, voldoende bewegen, 's nachts lekker slapen en overdag niet te veel stress. Leefstijlverandering kun je het beste dicht bij mensen thuis in de eigen wijk organiseren. In Nijmegen-Noord en Oosterhout zijn we met een aantal bevlogen professionals en al even enthousiaste bewoners al een tijdje met elkaar in gesprek hoe we hieraan kunnen bijdragen. Ons collectief heet 'Gezond in Noord'. En 'Noord' moet u breed lezen, dat loopt van Oosterhout tot Lent.

Nu de connectie met 2-Diabeat is gelegd, kunnen wij ook profiteren van de landelijke support. Daarmee zijn we een van de eerste 25 wijken in Nederland die zijn aangesloten bij 2-Diabeat.

'De bewogen beweger' is een van de ideeën van 'Gezond in Noord'. Want zo'n lekker uurtje sporten en daarmee je lijf gezond houden, dat gun je toch iedereen? Maar niet iedereen kan met het aanbod van een sportschool of - club uit de voeten. Op verzoek van een aantal bewoners onderzoeken we hoe zo'n beweeguur-tje ook te realiseren is voor bewoners met lichamelijke mankementen en bij wie het lijf soms een beetje tegenspuutert. Bewegen op maat, aangepast aan de mogelijkheden van wat het lichaam aankan. De ene week wat meer, de andere week misschien wat minder.

Er zijn nog andere mooie plannen binnen ons collectief, zoals de ontwikkeling van een leefstijlloket voor vragen en advies. Met al die mooie ideeën hopen we de beweging naar een gezondere wijk te stimuleren. Wat klein begint, kan uitgroeien tot een grote leefstijlbeweging. Inmiddels is bekend uit wetenschappelijk onderzoek dat het kan: door leefstijlinterventies kunnen we de ziekte diabetes type 2 voorkomen, én een deel van de mensen met diabetes type 2 kan van hun medicatie afkomen. Dat is een mooie belofte. En er is ook winst te behalen ten aanzien van andere leefstijlziekten zoals hart- en vaatziekten, maar ook sommige typen kanker en ontstekingsziekten.

Er spelen veel bedreigende crises in de wereld. Crises waar we als individu vaak maar beperkt invloed op hebben. Aan de leefstijlcrisis kunnen we wél zelf wat doen. Met elkaar lukt dat beter: bewoners, zorgprofessionals maar ook anderen als sportaanbieders, supermarkten en de plaatselijke horeca. Laten we samen deze uitdaging aangaan!

Inge Nobacht, huisarts

NB: heeft u een idee of wilt u meedoen met ons burgercollectief 'Gezond in Noord'? Laat het ons weten via nicole.moorman@han.nl.



www.huisartsenoosterhoutgld.nl/contact/



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 behandelmethodes 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 Platvoort 110c N Lent

FINANCIËLE MEESTERS

Meesters in Hypotheek

Dé hypotheekspecialist in Nijmegen-Noord!

- Volledig onafhankelijk hypotheekadvies
- Keuze uit alle geldverstrekkers
- Afspraak: live of online
- Een oriënterend gesprek is kosteloos
- Complete begeleiding t/m de notaris

Bel, mail of app:

T: 06 309 299 06

E: floris@financielemeesters.nl



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

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.richardstevensstechniek.nl

DE FIETSENDOKTER

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

Reparatie op afspraak
M 06 18 53 82 12

Robbert Baggerman

Weverstraat 11 | 6663AV Lent

www.defietsendokter-lent.nl

Ontdek onze nieuwe locatie in Nijmegen-Noord! Hier werken wij samen op één locatie, met twee adressen.

Wij hebben meerdere specialisaties in huis om voor u passende zorg te kunnen leveren.

WaaIsport
Oude Groenestraat 6a
6678 MB Oosterhout
06 - 58 01 40 87
waaIsprong@defysioo.nl

WaaIsprong
Carbatinastraat 3
6515 GM Nijmegen
024 - 675 0137
info@defysioo.nl



defysioo.nl



deergoo.nl

BEN IN ELST

Theater De Kik

WWW.THEATERDEKIK.NL

Theater & Film | 2022

DORPSSTRAAT 39 | 6661 EG | ELST



AMSTERDAMS KLEINKUNST FESTIVAL

ZA 17 DEC. | 20.30 UUR
FINALISTENTOURNEE



ERIC VLOEIMANS & BAND

ZO 18 DEC. | 14.00 UUR
FILM/MUZIEK



BENJA BRUIJNING

TONEEL | ZA 14 JAN. | 20.30 UUR
EEN LEVEN



CAMERETTEN

CABARET | ZA 21 JAN. | 20.30 UUR
FINALISTENTOURNEE 2022



NILGÜN YERLI

CABARET | ZA 28 JAN. | 20.30 UUR
TINDERELLA (TRY-OUT)



THEATERGROEP PIT

TONEEL | VR 3 FEBR. | 20.15 UUR
IMPROVISATIEVOORSTELLING



Ludique

ZO 5 FEBR. | 15.00 UUR
LEVENSLONG



PIEPSCHUIM

ZA 11 FEB. | 20.30 UUR
BUITEN DE LIJNTJES



MILÈNE VAN DER SMISSEN

MUZIEK | ZA 18 FEBR. | 20.30 UUR
IN DE SCHADUW VAN REMBRANDT



MARTIJN CRINS

CABARET | ZA 04 MRT. | 20.30 UUR
MESTHOOP



THEO NIJLAND E.A.

ZA 11 MRT. | 20.30 UUR
ONTBOEZEMINGEN VAN EEN BLIJ MENS



MARJOLEIN VAN KOOTEN

ZA 18 MRT. | 20.30 UUR
HOE VIND JE HET ZELF GAAN?

Elke donderdagavond draaien we een arthouse film. Kijk op onze website!

KAARTEN BESTELLEN: WWW.THEATERDEKIK.NL

goedrecht advocaten *"uw goed recht!"*

Voor bijstand en advies bij:

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

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

WELKOM BIJ WAALSPOORT

Fit worden doe je bij Waalsport

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

OUDE GROENESTRAAT 6A NIJMEGEN NOORD

WWW.WAALSPORT.COM

Brouwer
— Bike Store Lent —

E-bikes — Stadfietsen — Reparatie
www.brouwerbikestore.nl
024-3243988

Meijer & de Wit
Therapie en coaching

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!"

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

Meijer & de Wit
Therapie en coaching

Fenno Meijer en Mieke de Wit
Voor individuele en relatietherapie
Maak een afspraak via info@meijerendewit.nl,
bel 06 - 336 761 65, of stuur een Whatsapp-bericht.

Vergoeding mogelijk met aanvullende verzekering

Zie de nieuwe website www.meijerendewit.nl voor meer informatie

BEN ANDERS

Nieuw in Nijmegen: Stichting **ANDERS** Nijmegen

Sinds september is Stichting ANDERS er ook voor Nijmegenaren! Deze stichting, die al in verschillende steden in Nederland succesvol is, verbindt kwetsbare mensen met een hulpvraag aan ondernemers die graag met hun eigen product of dienst voor hen in actie willen komen.

Hoe werkt het?

Mensen die onvoldoende eigen financiën of sociaal netwerk hebben om hun hulpvraag op te lossen, kunnen deze vraag, zelf of via een hulpverlener, bij de stichting indienen. ANDERS zoekt dan een ondernemer die met deze vraag aan de slag wil gaan.

Projectcoördinator Stephanie Hardsmeets legt uit: "Stel, je komt in een rolstoel terecht. Maar om bij je voordeur te komen moet je bijvoorbeeld over een paadje met kapotte tegels en kuilen. En je hebt geen geld om je tuin rolstoelvriendelijk te maken, en ook niemand anders in je netwerk die dit voor je kan doen. In zo'n geval kan Stichting ANDERS uitkomst bieden. Een hulpverlener kan bij ons een hulpvraag indienen. Wij komen vervolgens op huisbezoek om kennis te maken.

We kijken dan samen naar wat we kunnen betekenen: in dit geval zoeken we een tuinman of stratenmaker om voor jou de tuin aan te passen, zodat je veilig naar je voordeur kunt komen. En kom je dan alsnog niet over de drempel, dan kijken we of er een ondernemer te vinden is die daar ook iets aan kan doen."

Geven maakt rijk

Deze ondernemers doen dit gratis, omdat, zo is de ervaring, ze het fijn vinden om iets te geven aan mensen die het hard nodig hebben. En het is iets heel praktisch: je ziet gelijk resultaat van je hulp. Het motto van ANDERS is dan ook 'geven maakt rijk'. En om iedereen te laten ervaren hoe leuk het is om te geven, maakt de stichting gebruik van de Pay-it-forward methode.

Ze vragen aan de mensen die geholpen zijn of zij ook iets aan iemand anders in hun omgeving willen geven die het nodig heeft. "Dat hoeft niet groot te zijn, als je het bijvoorbeeld leuk vindt om te koken kun je misschien een lekkere maaltijd bereiden voor die overbuur die dat zelf niet kan. Of je helpt iemand die slecht is in de Nederlandse taal met het invullen van formulieren. Net waar je zelf goed in bent."

We zijn op zoek naar ondernemers om ons netwerk mee uit te breiden!

Dus wil je als ondernemer iets wezenlijks bijdragen, wat direct op de goede plek terecht komt? Neem dan contact op via nijmegen@stichtinganders.nl. Kijk ook eens op de website: www.stichtinganders.nl/nijmegen.

Ook als je iemand kent met een hulpvraag horen wij dit graag.

Met dank aan plaatselijke ondernemers kan mevrouw haar voordeur nu veilig bereiken.



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



Zoekt u een ervaren dierenarts?

Persoonlijk, vertrouwd, vakkundig en ervaren.

DIERENKLINIEK LENT

U bent van harte welkom in Lent!

Laauwikstraat 20 Lent
T. 024-3606422

www.dierenkliniekjent.nl

Wij zoeken collega's... in Nijmegen-Noord

Nijmegen-Noord/Oosterhout heeft een scala aan woonplezier en wij bieden bij meerdere locaties verschillende soorten kinderopvang. Meestal onder één dak met de basisschool én bij OSC, dus altijd dichtbij.

Wij zoeken voor deze locaties nieuwe collega's! Bij onze kinderdagverblijven, de peutergroepen (voorheen peuterspeelzaal) én speciaal bij onze locaties voor buitenschoolse opvang ben je van harte welkom. Er is altijd wel een locatie die bij jou past. Heb je zin in een nieuwe uitdaging? Mail onze recruiters via werken@kion.nl of kijk op www.werkenbijkion.nl.

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



Kom bij
KION



Komt u ook kennismaken met SamSam?

Wanneer u op zoek bent naar een goede basisschool voor uw kind is er naast de scholen in Nijmegen een kleinschalig alternatief op fiets- of loopafstand: SamSam in het dorp Oosterhout. Vele kinderen uit 'Nijmegen-Oosterhout' hebben hun plek al gevonden op onze basisschool. U kunt uw kind altijd op SamSam aanmelden, SamSam valt buiten de schoolwijzer van Nijmegen.

Een stevige basis

We zien onszelf als een BOOMSCHOOL. Geworteld in de lokale samenleving, met een stevige stam als basis: een sterke en veilige leeromgeving, met een krachtig, gedifferentieerd aanbod in de basisvakken. De takken van de boom staan voor de diverse interesses, talenten, mogelijkheden, leerstijlen en leerwegen van leerlingen (en leerkrachten). De eigenheid van uw kind is het belangrijkste. Er is veel ruimte om te leren en ontdekken. Het gaat dan ook niet altijd om het resultaat, maar juist om de weg ernaartoe.

Ruimte voor eigen ontwikkeling

Naar school gaan is veel meer dan leren lezen, schrijven en rekenen. School is de plaats om je te laten verrassen, te onderzoeken en samen te werken. Een plaats waar je leert voor het

leven, waar je kunt genieten, spelen en groeien. Onze school biedt onderwijs dat daarop inspelt met vertrouwd en eigentijds onderwijs. Creatief, sociaal en zelfbewust. Met eigen leervragen, veel mogelijkheden om zelf te kunnen kiezen, plannen, controleren en evalueren. Betrekken we kinderen direct bij hun eigen leerproces. Zo groeit de verantwoordelijkheid en het inzicht in eigen voorkeuren en talenten. Zo voeden we, nadrukkelijk samen met u als ouders onze leerlingen op tot sociale, creatieve en zelfbewuste mensen.

Infoavond

Er is een informatieavond op 26 januari 2023 om 19.30 uur. Tijdens deze avond vertellen we u meer over onze aanpak, visie en onze extra activiteiten. Leerkrachten vertellen u meer

over de activiteiten tijdens een schooldag en hoe (en wat) uw kleuter leert in de onderbouw. Ook is er gelegenheid om in gesprek te gaan met de leerkrachten van de midden- en bovenbouw, de intern begeleider(s), de bouwcoördinatoren of de directeur. Aanmelden is erg prettig, maar niet noodzakelijk. U bent altijd welkom!

Kennismaken

Kunt u niet komen op de informatieavond? Dan bent van harte uitgenodigd voor een uitgebreide rondleiding. We nemen de tijd om uw vragen te beantwoorden, we vertellen u over onze aanpak, visie en onze extra activiteiten.

Aanmelden kan direct, meer info vindt u op onze site: www.samsamoosterhout.nl

BS SamSam - De Honsvoet 4
6678 BT Oosterhout



Snelfietspaden door onze wijk:

Door: Marloes Gielen

Ik voel me de laatste tijd een soort boer. Er bekruipt me het gevoel dat er niet met, maar over ons als bewoners van deze wijk wordt gepraat. Woensdag 12 oktober stond er een artikel in De Gelderlander over twee nieuwe snelfietspaden door Noord, één aan de oostkant en één aan de westkant. Nu beschouw ik mezelf als redelijk betrokken bewoner, maar snelfietspaden dwars door de wijk, daar had ik nog niets over gehoord. Bij bestudering van het bijgevoegde kaartje bleek ik zelfs aan één van de routes te wonen. Dezelfde avond was er een inloopavond in De Klif over de inrichting van de Griftdijk. De aanleiding: de Griftdijk loopt vol en het wordt alleen maar drukker. Om de weg enigszins te ontlasten worden er nu allerlei plannen bedacht. Van het sluiten van afrit 38 vanaf de A15 tot alternatieve fietspaden.

Op de inloopavond mochten bewoners vragen stellen en wensen, ideeën en voorkeuren delen. Dat klonk goed. Ik was vrij laat, dus ik liep meteen naar de ambtenaar bij een flipover met de trajecten van de snelfietspaden. Hij vertelde dat het klopte dat ik van niks wist, dat het jammer was dat De Gelderlander al had gecommuniceerd over de snelfietspaden

en dat bewoners worden betrokken 'als het concreet wordt'. Hoeveel concreter het moest worden met een helder doel (ontlasten Griftdijk) en een route die zo goed als af was? Nou, het traject stond helemaal nog niet vast. Het stukje door mijn straat, nu een doorgetrokken streep (= staat vast), 'had net zo goed een stippelijntje kunnen zijn' (= nog te bepalen). Rood asfalt of andere aanpassingen, zoals het weghalen van parkeerplaatsen om een breed fietspad te maken, zover was het nog helemaal niet. 'Het kan nog alle kanten op'. Op mijn vraag hoe de gemeente een veilig tweerichtingsnelfietspad langs een basisschool precies voor zich ziet, volgde een discussie met andere aanwezigen over wie er wel/geen gebruik van een snelfietspad mag maken. Ik verwacht niet direct boa's langs de route, dus de vraag is wie de speedpedelecs gaat tegenhouden. Het zat me niet lekker. Ik ben echt voor fietsen, maar een tweerichtingsnelfietspad over uitvalswegen en langs De Klif... Hoe dat veilig kan was mij volstrekt onduidelijk. En ook wat het toevoegt aan de bestaande fietspaden door de wijk. Maar misschien had ik het mis en werd het een grote verbetering.

Hoe zou het eruit komen te zien? Online kon ik er helemaal niets over vinden, geen collegebesluit of commissiestuk. Via de wijkregisseur en de omgevingsmanager kwam ik bij ambtenaar nummer twee. De naam snelfietsroute bleek niet meer actueel. 'Het gaat namelijk niet om het faciliteren van snelle fietsers, het gaat om het faciliteren van goede verbindingen tussen locaties.' Nou, daar kunnen we als bewoners prima over meedenken toch? Maar de aanpak van de gemeente bleek als volgt: er komt eerst een onderzoek naar de potentie van de fietsroutes (hoeveel fietsers gaan er gebruikmaken van de route, en om ervoor te zorgen dat dit toeneemt, langs welke locaties moet de route dan moet lopen); vervolgens gaat de gemeente kijken hoe het gefinancierd kan worden. Het werd niet zo benoemd, maar ik neem aan dat het traject en eventuele aanpassingen (rood asfalt, oversteekplaatsen etc.) dan bekend zijn, anders kun je niet berekenen wat het gaat kosten. Als de financiering rond is, wordt het een project. 'Pas daarna wordt het proces van participatie en communicatie gestart.'

Wie mag het zeggen?



In het coalitieakkoord 2022-2026, 'Ons Nijmegen', staat: 'we zijn op zoek naar een nieuwe manier van werken, waarbij inwoners beter betrokken worden bij de besluitvormingsprocessen bij de gemeente. Zo willen we werken aan democratische vernieuwing. We werken namens onze inwoners aan Nijmegen op basis van vertrouwen, gelijkwaardigheid en nabijheid.' Ik heb nu twee ambtenaren geraadpleegd en geen idee wat de status is van de (snel)fietspaden. Of we er als bewoners nog van iets mogen vinden, mogen meedenken over de route of aanpassingen op de route vóór de financiering is geregeld en alles is afgetikt, ik betwijfel het.

Hoe mooi zou het zijn als de woorden uit het coalitieakkoord in de praktijk worden gebracht en ambtenaren bewoners gaan zien als bron van nuttige informatie waarmee goede plannen voor de wijk kunnen worden gemaakt, in plaats van het verplichte sluitstuk van beleid dat in het gemeentehuis is bedacht.

De trajecten van de mogelijke snelfietsroutes.
Bron: De Gelderlander
12 oktober 2022

Kindertherapie



De Vlinder

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

WANDELPRAAJTJE
Met een werknemer 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 werknemer 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? Stel of mail ons, dan maken we een afspraak!
Paul Reuling: paul.reuling@bindkracht10.nl, 06-53329025
Gabi Verzuu: gabiverzuu@bindkracht10.nl, 06-19135268

Toon
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

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

De Helster
sportcentrum

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

www.dehelster.nl
Schubertstraat 1 | 6661 AW | Elst | T 048 13 72 554

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



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

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

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

Voor met name:

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

www.knegtmansadvocaten.nl

BEN MEDE-EIGENAAR

Oersoep start een brouwlab op de NYMA je kunt mede-eigenaar worden

Op het NYMA-terrein in Nijmegen opent Oersoep aankomend jaar een experimenteel brouwlab met proeflokaal. Hier wordt op kleine schaal geëxperimenteerd met nieuwe stijlen en smaken. Er komt een kleine state-of-the-art brouwinstallatie en vergistingstanks waaruit direct getapt kan worden. Het verlaten fabrieksgebied van de NYMA in Nijmegen wordt in een hele korte tijd flink omgebouwd tot een nieuwe culturele hotspot waar evenementen, experiment en innovatie centraal staan. Dit terrein wordt een permanente plek voor evenementen, makersplaatsen en horeca. Op deze bruisende plek pal aan de Waal wil Oersoep een nieuw brouwlab met proeflokaal realiseren. De brouwerij staat bekend om innovatie, speelsheid en experiment. In een oude hoogspanningsruimte met uitzicht op de Waal wil Oersoep een brouwlab ontwikkelen waar geëxperimenteerd kan worden met nieuwe stijlen en smaken. Verser kan men bier niet krijgen!

De bieren die hier ontwikkeld worden zijn ook straks alleen in dit brouwlab verkrijgbaar. Om financiering voor dit nieuwe brouwlab mogelijk te maken stelt Oersoep per 19 november een tweede ronde verkoop van certificaten van aandelen (equity funding) in het bedrijf open. Kopers van een certificaat worden daarmee mede-eigenaar van het bedrijf. Oersoep wil groeien naar meer dan 1.000 eigenaren. Eigenaren worden meegenomen in de koers van Oersoep en worden ook betrokken bij bedrijfsmatige beslissingen. Zo mogen eigenaren de exclusief voor het NYMA brouwlab gebrouwen bieren proeven. Zij mogen ook meebeslissen welke bieren op grotere schaal moeten worden uitgebracht. Oersoep is een ambachtelijke brouwerij in Nijmegen en stond als één van de eerste brouwerijen aan de wieg van de craftbeer-revolutie in Nederland. De brouwerij staat bekend om hun smaakvolle bieren met een eigenzinnig karakter. Hun bier is verkrijgbaar in horeca en retail, voornamelijk in Nijmegen, maar ook daarbuiten. Oersoep is 10 jaar geleden in een garagebox gestart en uitgegroeid tot de grootste brouwerij van Nijmegen.

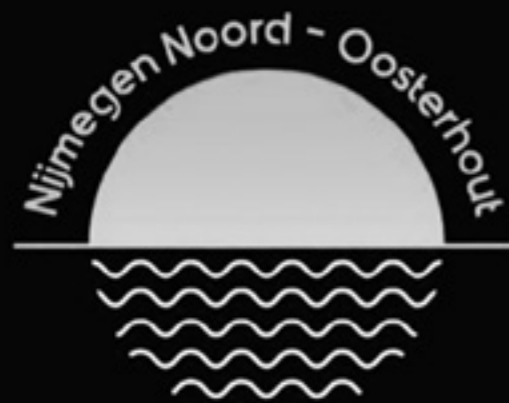
Kijk voor meer informatie op www.carriedbythecrowd.nl.
Danny Smink



OP NAAR DE NYMA
2023 OPENT ONS BROUWLAB!



WWW.CARRIEDBYTHECROWD.NL



KUNSTROUTE 2023

in Nijmegen-Noord

(Oosterhout, Grote Boel en Zuiderveld)
Zaterdag 16 september en zondag 17 september 2023
van 12.00 – 17.00 uur.

De eerste keer, in 2021, was de Kunstroute een groot succes.

Veel deelnemers gaan weer exposeren. We hebben nog een paar plekje vrij en misschien wil jij wel in je eigen huis of tuin exposeren? Dat mag ook op een andere locatie in de wijk. Met bijvoorbeeld schilderen, tekenen, beeldhouwen, grafische werkvormen, fotografie, zelfgemaakte sieraden, tassen, etc. ben jij ook deelnemer dan maken we er samen een leuk weekend van.

Gastdeelnemers mogen ook, maar we proberen in eerste instantie wijkbewoners uit te nodigen voor deelname.

Doe je mee?

De Kunstroute geeft een bepaalde verbinding met elkaar, zonder te veel verplichtingen. Iedereen kan de route volgen per fiets of lekker wandelend en ontdekt op deze manier nieuwe plekken en andere mensen. Een ding hebben we gemeen met elkaar: we houden allemaal van kunst!

Dit gebeurt in Nijmegen-Noord: de wijk Oosterhout, maar ook in Grote Boel en Zuiderveld! Woon jij in een van deze buurten, dan kun je meedoen.

Reageer zo snel mogelijk, zodat we van start kunnen gaan met organiseren!

Monique Vos
mcmavos@upcmail.nl
tel.: 024-3737377

BEN BIJ ALPHA



Schuif aan!

Wil je meer weten over het christelijke geloof? volg dan een alpha cursus.

En wil je dit te weten tijdens een goed gesprek in Nijmegen-Noord? Denk dan met ons mee over thema's zoals 'Wie is Jezus? Of 'Waarom is er lijden in de wereld?'

Alpha cursus vanaf **dinsdag 24 januari 2023**

Start om 20:00 start met koffie tot uiterlijk 22:00 uur.

Voor meer info of opgeven: www.noorderlichtnijmegen.nl

Welkom bij Alpha!

Schuif jij aan bij onze cursus?

Hopelijk tot snel!



BEN SPORTIEF

Volamie **VOLLEYBALNIEUWS**

Volleybalvereniging

WWW.VOLAMIE.NL

Aspiranten meiden B kampioen!

Het meiden B team van Volamie is kampioen geworden. Al hun competitiewedstrijden wisten ze de afgelopen maanden overtuigend te winnen. Een heel knappe prestatie, zeker gezien de krappe bezetting van dit leuke team. Hulde dus!

Met één tweede en twee derde plaatsen hebben ook de andere aspirantenteams het erg goed gedaan. Op naar de tweede seizoenshelft, wie weet gaat het wel weer net zo succesvol worden.

Succesvol is ook het damesteam van Volamie.

Zij draaien in de subtop mee van de tweede klasse, en dat is gewoon goed. Het herenteam heeft het wat lastiger dit jaar, mede door enkele blessures loopt het nog niet zoals gehoopt. Maar er moeten nog veel wedstrijden gespeeld worden, dus is er nog van alles mogelijk.

Heb jij ook zin in volleybal?

Wil je lekker actief bezig zijn en ondertussen de decemberkilo's eraf werken? Meld je dan aan bij onze gezellige volleybalclub!

Voor info:

Jan Willemsen 0624287993 of kijk op Volamie.nl

Fijne feestdagen allemaal!

VOLAMIE IS EEN GEZELLIGE VERENIGING WAAR IEDEREEN WELKOM IS! VOOR MEER INFO : WWW.VOLAMIE.NL

Meer info bij Jan Willemsen (06-24287993) en Theo van Leeuwen (jeugd, 06-14824240).

Voor alle teams geldt: je kunt een keer mee komen trainen. Je mag drie keer proberen.



Inzamelingsactie Voedselbanken

Overbetuwe en Lingewaard
 Vrijdag 9 december van 16:00 tot 20:00
 Zaterdag 10 december van 10:00 tot 18:00

Bij de supermarkten:



Deze actie is georganiseerd door de gezamenlijke kerken, Rotaryclubs, Interact en Leergeld.



Wolfsgat, de Grote Boel,
 Op de Set, Park Waaijstein,
 de Plautini Nellistraat...

Waar komen alle namen in onze wijk vandaan?

Gebaseerd op informatie van Frans Spaan, Historische Kring Oosterhout, Slijk-Ewijk, Valburg e.o.

Waarom zijn ze gekozen?

De BEN duikt erin.

Deze keer:

Nelly Sachsstraat

De straatnamen in de Grote Boel hebben als thema (internationale) moderne literatuur en oude toponiemen. Bij de meeste schrijvers gaat er wel een belletje rinkelen, maar Nelly Sachs kende ik nog niet. Een Duitse schrijfster, winnares van de Nobelprijs voor de Literatuur in 1966. Nelly Sachs werd geboren in 1891 in de buurt van Berlijn, in een rijke Joodse familie. Ze studeerde dans en literatuur en begon te schrijven toen ze een tiener was. Vooral poëzie, dat gepubliceerd werd in Duitse bladen. Ze was gefascineerd door het werk van de Zweedse schrijfster Selma Lagerlöf, bekend van haar kinderboek Nils Holgerssons wonderbare reis. Sachs en Lagerlöf kregen briefcontact. Toen Hitler aan de macht kwam in 1933 kreeg Sachs een publicatieverbod opgelegd. In 1940 hielp Lagerlöf Sachs en haar moeder naar Zweden te vluchten. Veel familieleden die achterbleven, kwamen om. Het lot van het Joodse volk werd de basis voor haar werk. Naast gedichten heeft ze ook toneelstukken geschreven. Nelly Sachs ontving meerdere prijzen voor haar werk en kreeg in 1966 de Nobelprijs voor de Literatuur als erkenning van haar bijdrage aan de naoorlogse Joodse literatuur. Ze is altijd in Zweden blijven wonen, in 1970 stierf ze in Stockholm. Om de twee jaar wordt nog steeds de Nelly Sachs-prijs uitgereikt in Dortmund. Deze literaire prijs eert auteurs die een uitstekende literaire bijdrage hebben geleverd aan de bevordering van begrip tussen volkeren.



Foto van Nelly Sachs uit het Nobelprijs archief.

Bronnen: Wikipedia, <https://www.poetryfoundation.org/poets/nelly-sachs>, <https://www.nobelprize.org/prizes/literature/1966/sachs/facts/>

Door Marloes Gielen

Feelgood

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

Start nu met een **GRATIS** PROEFWEEK

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

Ben jij nog gelukkig in je werk?

Ontdek wat wel bij je past!

Plan een gratis en vrijblijvend kennismakingsgesprek!

ROOS
Loopbaancoaching

ROOS Loopbaancoaching
Grifdijk 15, Nijmegen
M: 06-51362977
E: rosaliend@watisjouwdroombaan.nl
W: www.watisjouwdroombaan.nl

Pedicure Nijmegen-Noord

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

Studiebegeleiding Nijmegen
Instituut voor leersucces

Huiswerk- of studieproblemen? Wij kunnen je helpen!

Aanmelden op 024-344 8728 of via info@studiebegeleidingnijmegen.nl

BEN BIJ DE REDACTIE

De BEN-redactie stelt zich voor – deel 1 Hans Garritsen en Hans Radenborg

Zes keer per jaar verschijnt de BEN er weer in zo'n 3000 brievenbussen in onze wijken in Nijmegen-Noord. In die zes nummers per jaar zit veel tijd, passie en energie. Van de opmaak, de inleiding van de hoofdredacteur, de advertenties en het redigeren tot aan het verspreiden van de nummers door de wijk: BEN er weer wordt gemaakt door een groep vrijwilligers uit de wijk. In deze rubriek, de komende edities, een kort portret van de redactieleden van de BEN. Allereerst: Hans Radenborg en 'voornaamgenoot' Hans Garritsen.

Hans Radenborg (rechts) is 71 jaar, de andere Hans (links) 70. Beiden uit de vijftiger jaren, de baby-boomersgeneratie. Na hun pensionering kwamen beide mannen bij de BEN-redactie, na een oproepje voor nieuwe redactieleden in – hoe kan het ook anders? – de BEN. Hans R: "Ik werkte tot 2017 als Physician Assistant in de Maartenskliniek. Als hobby schreef ik veel stukjes, vooral met humor en spitsvondigheden. Ik heb ook een poging gedaan om een boek te schrijven, maar mijn kracht zit in korte stukjes, cabaret-achtig. En ik maak ook al tientallen jaren portretfoto's. Door deze hobbykant nu bij de BEN in te zetten, draag ik ook op mijn manier bij aan de gemeenschap waar ik deel van uitmaak. Voor mij werkt dit goed, beter dan als ik trainer zou zijn bij een sportclub."



Hans G woont inmiddels zes jaar in deze wijk. Hij heeft lang in de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking gewerkt. Daarnaast had en heeft hij veel hobby's: schilderen, beeldhouwen, reizen, maar ook schrijven, in het verleden in diverse bedrijfsbladen en als freelancer bij een regionaal dagblad. Ook heeft hij meegewerkt aan een boek over de gehandicaptenzorg en zelf enkele boekjes geschreven. "Ik vind het leuk om te schrijven", zegt hij. "Columns, maar ook interviews of fictie; of een serie interviews met kunstenaars in onze wijk. Een wijk bestaat uit de verzameling mensen die er wonen en die hebben allemaal een verhaal." En, net als Hans R, wil deze Hans zo ook een bijdrage leveren aan de lokale gemeenschap.

Dat het blad goed gelezen wordt, blijkt ook wel uit reacties. Hans R: "Laatst nog iemand op straat, die zei dat ik leuk kon schrijven. Dat betekent nogal wat, dat mensen dat zo uitspreken. Soms denk je wel eens, waar doe ik het voor, maar hier blijkt een grote waardering uit. Ik vind het ook heel mooi om mensen uit de wijk voor het voetlicht te brengen, zoals bijvoorbeeld Theo Damen, de man van de modeltreinen en de tentoonstelling in Zutphen." (Zie BEN nr. 5 van dit jaar- red.)

Beide mannen blijven nog wel even voor de BEN in de weer. Hans G: "Je hoort dat de BEN goed gelezen wordt. Het verdwijnt niet direct van de voordeur naar de papiermand zoals zoveel andere post. Dus we vervullen een functie. En met onze redactie van allemaal vrijwilligers krijgen we toch maar mooi zes x per jaar een mooi blad uit onze vingers!"

Heb je ideeën voor de BEN en/of wil je bijdragen? Stuur dan een bericht naar communicatie. wijkraadoosterhout@gmail.com of spreek een van de redactieleden aan in de wijk!

Tekst: Rob Janssen
Foto's: Hans Radenborg



Primeur: Nijmeegse band blikwinkel oogst komkommers

Eind oktober heeft de band blikwinkel een videoclip uitgebracht. In 'wat dat met mij worden mag' gaan de mannen op onderzoek uit naar wat hun plek is in de wereld.



De huidige tijd kent veel mogelijkheden: je kunt studeren en solliciteren op wat je maar wil. Dat maakt keuzes maken niet bepaald gemakkelijker. De leden van blikwinkel lopen inmiddels bijna allemaal tegen de dertig, maar toch blijft een centrale vraag in het leven: wat wil je worden?

In de video verkennen zij de mogelijkheid om als komkommerboer aan de slag te gaan. Hiermee hoopt blikwinkel ook anderen te inspireren om na te denken over wat dat met hen worden mag. Kwekerij Noord-Oost B.V. aan de Dijkstraat in Oosterhout durfde haar kassen voor één dag uit handen te geven aan blikwinkel. Of 'komkommerboer' voor blikwinkel het antwoord is op de vraag 'wat dat met mij worden mag', dat is aan de kijker zelf.

De band blikwinkel bestaat uit Willem Eikelboom (drums, zang), Harmen Thijs de Vries (zang, gitaar, toetsen) en Daniël Toebes (zang, gitaar, mondharmonica, toetsen). Filmmaker Christiaan Hümbes-Stein-

beck heeft het harde werk in de kassen die dag vastgelegd. 'wat dat met mij worden mag' is geproduceerd en gemixt door Jelle Crooijmans en gemasterd door Thijn Moons. De clip is te bekijken via de link <https://youtu.be/bkBZmpu7WPE>. Veel kijk- en luisterplezier gewenst, namens blikwinkel.

Daniel Toebes

Maak kennis met Change by sport met een maand gratis sporten!

Wij zijn Dennis en Olaf van Change by sport. We zijn een aantal weken terug met onze sportclub gestart in Nijmegen-Noord aan de Groothandelsweg 3. Onze missie is om de inwoners van Nijmegen-Noord te helpen om fitter en vitaler te worden.

Omdat wij nieuw zijn willen we naamsbekendheid creëren en sparren met inwoners waar de behoefte ligt. Tevens merken wij dat veel mensen een lastige financiële tijd hebben. Hier willen wij iets aan doen en om deze redenen geven wij twintig inwoners van Nijmegen-Noord een gratis maand onbeperkt sporten cadeau!

Dit is volledig vrijblijvend, puur zodat jij kennis kunt maken met ons concept en ons kan voorzien van waardevolle feedback. Onze trainingen zijn kleinschalig, maximaal twaalf sporters, en voor iedereen toegankelijk.

Met deze gratis maand sporten kun jij onbeperkt meedoen aan:

- Indoor bootcamp
- Boksen
- Yoga
- Zelfstandig trainen
- Personal training

Dus lijkt het je tof om te werken aan je fitheid? En wil jij 2023 goed beginnen? Mail naar info@changebysport.nl en meld je aan.

Graag tot ziens!
Olaf & Dennis



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

Nieuw!
Nieuw!
Nieuw!

Indoor bootcamp

Wij zijn nieuw in de wijk en geven 20x gratis maanden bootcamp weg.

Claim nu jouw maand!

Meer info? www.change4sport.nl

Save the date: 16 april 2023 Nijmegen-Noord Run

Zondag 16 april 2023 is hij er weer: de tweede editie van de Nijmegen-Noord Run!

De Nijmegen-Noord Run (NN Run) is hét hardloopevenement van de Waalsprong, georganiseerd door Loopvereniging Nijmegen-Noord en voetbalvereniging OSC. Het evenement vindt plaats tussen 10.00 en 16.00 uur en bestaat uit de NN Run (5 of 10 km) met een vlak en snel parcours, de Kidsrun (3-12 jaar) en de Frikandellenestafette.

Het nieuwe parcours heeft een start en finish bij de voetbalvelden van OSC.

Alle info is te vinden op www.nnrn.nl

We zoeken nog vrijwilligers om de dag goed te laten verlopen!
Kijk voor wat je als vrijwilliger kunt doen op www.nnrn.nl



voor al uw tuinplanten!

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

Oosterhoutsestraat 87 openingstijden
6678 PG Oosterhout ma t/m vr 8:00 - 17:00 uur
Tel. 0491-482057 za 8:00 - 17:00 uur

www.knuimantuinplanten.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 rouwenwerking en hooggevoeligheid.

Aandacht geeft levenskracht



Marie-José
Voetreflex

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

ESPÉRANCE
ECHO CENTRUM



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 13- en 20- weken echo.

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

www.echocentrum-esperance.nl



Door: Sanne van den Biesheuvel
Foto: Keoma Pessy (Bindkracht 10)

Hij spreekt ze aan in de speeltuin, op straat en voor de supermarkt. Fietst rond en is aanwezig op alle plekken waar kinderen in de leeftijd van 0 tot 12 jaar te vinden zijn. Nee, het gaat niet om een enge man met snoepjes, maar over kinderwerker Menno van der Geugten. "Ik wil weten wat er in ze omgaat en waar ze behoefte aan hebben. Zodat ze weten dat er iemand is die naar ze luistert." Vrolijk hoofd, glimmende ogen en een enorme drive. Dat typeert de 36-jarige Menno van der Geugten.



BINDKRACHT 10

Hij is sinds een jaar werkzaam als kinderwerker bij welzijnsorganisatie Bindkracht 10. Zijn gebied: Nijmegen-Noord. "Op mijn eerste werkdag ben ik meteen op de fiets gesprongen en gaan rondrijden. En toen besepte ik pas hoe groot het gebied is. Ik ben dan ook behoorlijk wat uurtjes onderweg, haha."

Potje voetballen

Nijmegen had tot een jaar geleden nog geen kinderwerker, maar met het zicht op de enorme groei van Noord kwam de roep om iemand die de jongste inwoners van het nieuwe stadsdeel zou kunnen bedienen. "Door al in een vroeg stadium contact te leggen met deze kinderen én hun ouders of verzorgers kun je eventuele problemen voor zijn."

Want Menno is er dan wel voor alle kinderen in Noord, hij is voornamelijk bezig met de groep die nu al veel rondhangt op straat en geen aansluiting heeft bij sportclubs of andere sociale activiteiten. Nijmegen-Noord groeit hard en rondhangende jongeren worden op latere leeftijd vaak als overlastgevend ervaren. "Door met ze te praten, een potje te voetballen en er gewoon voor ze te zijn, weten ze dat er iemand is die naar ze luistert."

Samenwerken aan hecht netwerk

De sociaal werkers van Bindkracht 10 zetten in op ontmoeting en het oplossen van eigen vragen en problemen. Juliëtte Driessen, regisseur Sociaal Domein van de gemeente Nijmegen, is daarin de belangrijke schakel tussen de sociaal werkers in Noord en de beleidsmakers op het gemeentehuis, zegt Menno. "Ik ben net als Menno overal en nergens", vertelt Juliëtte lachend. "Zodat alle signalen vanuit de wijk meegenomen kunnen worden." Volgens de kinderwerker erg belangrijk, vooral ook omdat Juliëtte zich, mede vanuit haar rol binnen het preventieplatform 0-12-jarigen, echt kan focussen op het stadsdeel Noord.

Kinderen een stem geven

Er zijn acht basisscholen in de drie wijken van Noord: zes in Lent, één in Oosterhout en één in de wijk Ressen/Grote Boel. Ook de directeurs van deze scholen weten Menno inmiddels te vinden voor hulp en advies, bijvoorbeeld als een kind gepest wordt of zich afsluit. "Maar ik ben geen hulpverlener, ik ben een verbinder. Ik kijk dus samen met de school, het kind en de ouders wat er nodig is. Soms is even praten met elkaar al genoeg. Dan is er geen dure en ingewikkelde hulpverlening nodig."

Heb je zelf een leuk idee of heb je vragen? Neem dan contact op. Je kunt Menno bereiken via menno.vandergeugten@bindkracht10.nl of op 06-820 954 09.



Luisterend oor voor alle jonge kids in Noord

Menno: "Ik wil de kinderen een stem geven. Ze zelf laten vertellen wat ze willen en nodig hebben. Dat doe ik ook met media. Ik geef ze een camera en laat ze iemand interviewen die ze interessant vinden. Laat ze filmpjes maken over hun leven. Niet alleen erg leuk, maar het geeft ze ook eigenwaarde. Ze worden gezien en gehoord."

Ook organiseert Menno activiteiten waar kinderen elkaar kunnen ontmoeten én waar ze bijvoorbeeld iets nieuws kunnen leren. Zo is er iedere donderdag een soos in De Klif in Oosterhout. Van vijf tot half zeven, elke week. Behalve in de vakanties, dan zijn er andere activiteiten.

15.000 m²
woonplezier
onder
één dak



Jansen EST 1945
totaal wonen

Wil jij graag inspiratie op het gebied van wonen?
Zowel in de winkel als online inspireren wij je graag.

 jansentotaalwonen
  jansentotaalwonen
  jansen totaal wonen
  #jansen

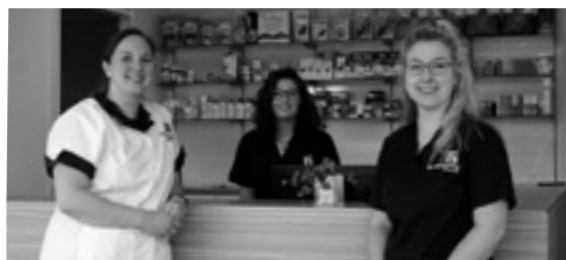
Karstraat 95 Huissen | 15.000 m² wooninspiratie |     9.1/10 klantwaardering | jansentotaalwonen.nl

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 | 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: gesloten

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



Vrijdag 10 maart 20.00 - 1.00 uur

Wijkfeest Nijmegen-Noord

met de Nijmeegse Rock & Roll formatie

Roy & the Rodjers

én dj!

Tickets (15 euro)
meer info
wijkfeestnijmegennoord.nl of theaterdeklif.nl

“Ik houd van de vrijheid die dit geeft”

Gesprekken met jonge ondernemers in onze wijk deel 3.

Folders rondbrengen, een krantenwijk en vakkenvullen in een supermarkt zijn typische baantjes waar jongeren hun zakgeld mee aanvullen. Maar er zijn ook jongeren die het anders aanpakken, ze worden ondernemer. Ook in onze wijk zijn er jonge ondernemers. En wij van de BEN er weer willen die graag in het zonnetje zetten. In de vorige BEN er weer hadden we aandacht voor Pieter Elmendorp “Young Ones Clothing”



Dit keer een interview met Jarno Koppes, de jonge ondernemer achter ‘It’s a Daily Fashion’ & ‘Ticar Cleaning’

Door: Hans Garritsen

De Jonge Ondernemer

In dit nummer brengen we Jarno Koppes voor het voetlicht. Hij komt dan wel niet direct uit onze wijk, maar op vijf minuten fietsen daarvandaan: het dorp Oosterhout. Jarno woont bij zijn ouders aan de Onderijen. Hij is 22 jaar oud, dit voorjaar geslaagd voor de studie Ondernemerschap en Retailmanagement aan het ROC in Nijmegen. Hij werkt een aantal dagen per week in een bouwmarkt in Nijmegen maar is direct na het behalen van zijn diploma óók voor zichzelf begonnen. Jarno verkoopt online heren- en dameskleding en accessoires, zoals sjaals, tassen en ceintuurs. ‘Its a daily fashion’ heet deze onderneming. Daarnaast is hij ook gek op auto’s, en dat heeft geresulteerd in het bedrijf Ticar Cleaning, gericht op het reinigen van ex- en interieur van auto’s. Niet zo vreemd als je vader auto’s verkoopt!

“Ik werk 32 uur bij een baas en daarnaast voor mijzelf” zegt Jarno. “Ik houd van de vrijheid. Ik zou niet alleen maar voor een baas kunnen werken.” Dat typeert deze jonge ondernemer.

Afgezien hiervan, wie is Jarno? “Ik ben bijna 22, geboren in het ziekenhuis in Arnhem maar opgegroeid en nog steeds woonachtig in Oosterhout. Ik ben in Elst naar de middelbare school geweest, daarna naar het ROC in Nijmegen. Daar heb ik eerst de opleiding commercieel medewerker gevolgd. Ik wilde eigenlijk autoverkoper worden, net als mijn vader. Maar sinds mijn laatste opleiding ben ik anders gaan denken. Mijn ouders doen ook iets naast hun werk, als zelfstandig ondernemer, en dat wilde ik ook. Sinds mijn 17de doe ik al iets aan affiliate marketing (‘Affiliate marketing’ is een onlinemarketingkanaal waarbij een website [de publisher] producten van een adverteerder promoot via een hyperlink. Bijvoorbeeld een link in een blog naar een webshop waar je direct het boek waar de blog over gaat kan aanschaffen.’ Bron: Kamer van Koophandel, HG). Ik zou mij anders gaan vervelen, denk ik. Ik besteed gemiddeld zo’n 15 uur per week aan het bedrijf. Mijn streven is om langzamerhand meer uren zelfstandig te werken en minder bij een baas. Gelukkig is mijn baas daar heel positief over en steunt hij mij daarin. Mijn hobby’s? Auto’s, hè! Niet het sleutelen, maar ik geniet van mooie, goed verzorgde auto’s.

Vandaar mijn tweede bedrijf Ticar Cleaning. En ik heb een vriendin, die mij ook steunt in het ondernemerschap. In het verleden heb ik hier in Oosterhout gevoetbald, maar dat doe ik nu niet meer. Het kost me te veel tijd. Ik ben nu toch al iets te oud om nog prof te worden.” Hij glimlacht ironisch. Jarno is er eens goed voor gaan zitten, en kan gemakkelijk vertellen over zijn drijfveren en ideeën. Een goede verkoper, denk ik, gaande het gesprek.

Jarno is begonnen met herenkleding en accessoires, de dameskleding kwam er recent bij. De kleding die hij op zijn website heeft staan is in beginsel voor alle leeftijden maar het gros van de klanten zit in de leeftijdscategorie van 18 - 50 jaar. Hoe bouw je naamsbekendheid op, vraag ik? Jarno: “je begint met je eigen omgeving: vrienden, mensen uit het dorp, mensen van mijn werk. Heel veel gaat via mond-op-mondreclame en de sociale media. Dat werkt het beste. De klanten komen met name uit Gelderland: de regio Arnhem/Nijmegen, maar ook wel verder uit het land. Je moet ook zorgen voor goede reviews. Ik ben nu aan het kijken of ik in de regio bekende mensen kan benaderen om reclame te maken, in ruil voor een leuke trui of iets anders. Kleding koop ik in op basis van niet alleen mijn eigen smaak maar vooral van wat ‘in’ is: wat zie je in de tijdschriften, waar willen mensen mee gezien worden?”

Er moet wel het nodige gebeuren als je een bedrijf wil starten. Een goede website opbouwen en bijhouden kost veel tijd. Je hebt je boekhouding, klachtenafhandeling (wat niet vaak voorkomt, zegt hij erbij), je moet leveranciers zoeken, enzovoort. Dichtbij je woonplek beginnen is fijn, dan ken je vaak de klant. En je netwerk gebruiken, of dat van je ouders: dan is de eerste hobbel al genomen. De vraag welk boekhoudprogramma je moet hebben is op zo’n manier al opgelost. “Ik moet eerlijk zeggen, dat ik wel eens een moment had dat ik dacht: wat duurt dit allemaal lang, waarom ben ik eraan begonnen?” zegt Jarno. “Geduld is belangrijk. Het moet ook wel in je zitten, en je moet met mensen kunnen omgaan. Realistisch zijn in je verwachtingen: het heeft zijn tijd nodig!”

“Mijn advies aan andere jonge mensen die een bedrijf willen starten? Bedenk een goed plan en zet dat op papier: product, prijs, promotie, enzovoort; de ‘zes p’s’ heet dat. Zet erbij wat alles kost aan tijd en geld. Ik zou zeggen: probeer verschillende dingen uit; in mijn geval kleding en auto’s. Maar geen vijf of zes producten, dat is teveel! Ik kan nu mijn focus verleggen, van kleding naar auto’s, of andersom, als dat nodig mocht zijn.”

“Ik zal altijd wel op zoek gaan naar dingen om uit te proberen,” zegt Jarno. “Ik houd van de vrijheid die dit geeft. Ik doe dit omdat ik het zelf wil, en dat vind ik leuk!”

Vindplaatsen:

Kleding:

website: www.itsadailyfashion.nl

Facebook: *It’s a Daily Fashion* en *It’s a Daily Fashion Women*

Instagram: *itsadailyfashion* en *itsadailyfashion.women*

Autocleaning:

E-mail: ticarcleaning@gmail.com

Facebook: *Ticar Cleaning*

Instagram: *Ticarcleaning*



FRUITTEELTBEDRIJF VEENS

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

De oogst is binnen!!

**Kom kijken kom proeven
Heerlijk Betuws Fruit.**

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

*Wil je op de hoogte blijven van de belangrijkste en leukste
nieuwtes 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

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



- Bewegen op muziek • Kleuren herkennen
 - Tellen • Scoren en juichen
 - Stimulering motoriek
- Beweegprogramma specifiek gericht op kinderen in de leeftijdsfase 2 t/m 5 jaar

**Meld je aan via het inschrijfformulier.
Gymzaal De Grote Boel**

08.45 - 09.30 Wereld 1: Leeftijd 2 en 3 jaar.
09.45 - 10.30 Wereld 2: Leeftijd 3 en 4 jaar.
10.45 - 11.30 Wereld 3: Leeftijd 4 en 5 jaar.

Meer info: www.voetjebal.nl

WAT SPEELT ER IN ONZE WIJK?

**ALLES WORDT DUURDER BEHALVE
ADVERTEREN IN DE BEN ER WEER!**

✓ **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



Weten wanneer jouw afval in 2023 wordt opgehaald?

Check de afvalkalender in de Dar app!

- Bekijk jouw ophaaldagen op de afvalkalender.
- Krijg een melding wanneer Dar jouw afval ophaalt.
- 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.

“HET IS NIET MIJN ROTZOOI, MAAR HET IS WEL MIJN BUURT, MIJN WERELD, MIJN LEVEN!
SAMEN HOUDEN WE DE WIJK SCHOON!”

wijkhelden 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

COLOFON

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.wijkradoosterhout@gmail.com

Advertenties

Wim Buil; advertenties.benerweer@gmail.com

Layout & Vormgeving

Humphrey R. Ottenhoff

Fotograaf

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

Drukkerwerk:

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.wijkradoosterhout@gmail.com

Belangrijk! Als u tekst overneemt of een foto mee-stuurt, zorg er dan voor dat deze rechtmatig 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-/zefouten of onjuistheden bevat. Storende onjuistheden kunt u melden bij de redactie via communicatie@nijmegennoordonline.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
Hier vindt u ook de BEN er weer van voorgaande jaren in PDF.

Correspondentieadres wijkraad:

Stichting Wijkraad Oosterhout
Pijlpuntstraat 1 6515 DJ Nijmegen
mail@nijmegennoordonline.nl

© 2022 Stichting Wijkraad Oosterhout

BEN GERECHTIGD

Rectificatie

In BEN er weer nummer 5 stond bij het artikel 'Ruimte voor jongeren in de openbare ruimte in Nijmegen-Noord' een verkeerde auteur vermeld. Het artikel is geschreven door Sanne van den Biesheuvel.

WIJKBLAD BEN ER WEER IN DE BRIEVENBUS?



PLAK DE JA STICKER NAAST DE NEE/NEE-STICKER
STICKERS BESTELLEN?
communicatie.wijkradoosterhout@gmail.com

UITGAVE BEN ER WEER 2023

NR.	DEADLINE KOPIJ AANLEVEREN	VERSCIJNINGSDATUM
1	zondag 15 januari 2023	vrijdag 10 februari 2023
2	zondag 5 maart 2023	vrijdag 31 maart 2023
3	zondag 16 april 2023	vrijdag 12 mei 2023
4	zondag 11 juni 2023	vrijdag 7 juli 2023
5	zondag 10 september 2023	vrijdag 6 oktober 2023
6	zondag 19 november 2023	vrijdag 15 december 2023

Schoolvakanties Nijmegen 2022/23

Kerstvakantie	24 dec. t/m 8 jan.	2022/23
Voorjaarsvakantie	18 febr. t/m 26 febr.	2023
Pasen	9 / 10 april	2023
Meivakantie	29 april t/m 7 mei	2023
Hemelvaart	18 mei	2023
Pinksteren	28 / 29 mei	2023
Zomervakantie	15 juli t/m 27 aug.	2023
Herfstvakantie	14 okt. t/m 22 okt.	2023
Kerstvakantie	23 dec. 2023 t/m 7 jan.	2024

BUITENSCHOOLSE OPVANG



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



Wij halen kinderen op van basisschool De Oversteek (de Klif), De Boomgaard en De Uitdaging.

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

- Kleine gezellige groep
- Huiselijk en verschillende speelruimtes
- Een grote tuin
- Een extra leuk vakantieprogramma

We hebben plek op woensdag en vrijdag.



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.

