



Brandweer Lent

Diederik Grootjans schildert Noord

Koningsdag

Wijkblad Nijmegen-Noord Oosterhout & Ressen

Jaargang 26 - nummer 2 - april 2026

foto: Toon de Vos

SEIZOEN
26 - 27

Maak de woordzoeker en je weet welke toppers er komend seizoen in Theater De Klif staan

Stuur je antwoord voor 1 mei 2025 naar contact@theaterdeklif.nl en maak kans op 2 tickets voor een voorstelling naar keuze

**VOOR
VERKOOP
START 31 MEI**

n	e	i	l	e	k	k	a	j	s	n	e	n	o	j	s
t	l	r	l	b	u	u	r	t	c	a	f	e	n	r	p
u	a	e	a	g	i	l	l	e	z	e	g	o	e	o	r
o	m	g	j	b	p	u	b	l	i	e	k	d	e	b	e
h	s	i	s	u	a	l	p	p	a	p	n	a	l	e	m
r	o	s	p	a	s	c	e	n	e	j	n	r	t	n	i
e	r	s	o	h	c	o	u	l	i	s	s	e	n	e	è
t	n	e	d	n	o	m	r	e	t	u	o	w	k	m	r
s	a	u	i	i	m	p	r	o	v	i	s	a	t	i	e
o	v	r	u	e	a	n	r	e	t	a	e	h	t	e	d
o	d	t	m	e	i	n	i	j	m	e	g	e	n	l	r
s	i	n	t	v	o	o	r	s	t	e	l	l	i	n	g
d	v	j	a	r	i	g	f	r	a	n	k	n	u	l	f
e	a	g	k	l	j	i	n	r	e	v	e	k	m	e	f

**Doe mee
en win!**

2 kaarten naar keuze

APPLAUS
BUURTCAFE
CABARET
CONCERTEN
COULISSEN
DAVIDVANROSMALEN
DECOR
DIKENPIER
FEMKEVERNIJ
FLUNKNARF

GAVINREIJNDERS
GEZELLIG
IMPROVISATIE
JARIG
NIJMEGEN
OOSTERHOUT
PODIUM
PREMIÈRE
PUBIEK
REGISSEUR

ROBENEMIEL
SCENE
SINTVOORSTELLING
SJONENSJAKKELIEN
THEATER
TONEEL
VRIJWILLIGERS
WOUTERMONDEN

STUUR JE ANTWOORD NAAR CONTACT@THEATERDEKLIF.NL



Deadlines & verschijningsdata 2026

Nr:	Deadline:	Verschijnt:
3	24 mei	19 juni
4	23 augustus	18 september
5	4 oktober	30 oktober
6	22 november	18 december

Van de redactie

Marieke Elmendorp

communicatie@benerweeronline.nl

Het is april en dat betekent dat Koningsdag eraan komt. En ja, ook weer in onze wijk! Vorig jaar kon het helaas niet georganiseerd worden, maar dit jaar gaat het er wel degelijk van komen. U kunt er meer over lezen in deze editie van de BEN er weer. Ook de Avondvierdaagse in Nijmegen-Noord wordt dit jaar weer georganiseerd en wel van dinsdag 2 tot en met vrijdag 5 juni. Op 29 maart was het de beurt aan de Nijmegen-Noord Run in onze wijk. Gezellig, al deze buitenactiviteiten. Maar ze kunnen niet bestaan zonder de wijkbewoners, zonder vrijwilligers. Net zoals de BEN er weer. En de wijkraad. En Theater de Klif. Ik hoorde vorige week op de radio dat mensen die vrijwilligerswerk doen, 'langer zouden leven'. Of dat waar is weet ik niet, maar de gedachte erachter is dat iemand bijdraagt aan zinvolle activiteiten waar hij of zij blij van wordt. Misschien wilt u ook uw steentje bijdragen aan een vrijwillige activiteit? Denk er eens over na, er is keuze zat!

Van de week werd ik gebeld op mijn werk. Een man uit de wijk (we kennen elkaar niet) had de mobiele telefoon van een goede kennis van mij op straat gevonden. Hij kon de telefoon uiteraard niet ontgrendelen en er stonden ook geen noodnummers ingevuld. Noodnummers zijn namen met bijbehorende telefoonnummers die je kunt oproepen zónder de telefoon te ontgrendelen.

De vinder zag wél mijn voor- en achternaam staan bij de meldingen omdat ik deze kennis eerder die dag een berichtje had gestuurd. Vervolgens heeft de vinder op internet mijn naam opgezocht en kwam zo ons bedrijf tegen. Hij belde, kreeg mij aan de telefoon en vertelde hetgeen hierboven staat. Daarna heb ik de vrouw van mijn kennis gebeld om door te geven dat de telefoon gevonden was en waar die opgehaald kon worden. Het is heel mooi om te zien dat deze eerlijke vinder zo veel moeite doet om de telefoon bij de rechtmatige eigenaar terug te krijgen! Dus Anton, als je dit leest: je bent een topper! Een tip die ik aan mijn kennis heb gegeven: vul (eventueel met hulp van iemand) die noodnummers in je telefoon in. Voor dit soort situaties, maar ook als er ernstige dingen gebeuren is het voor helpers prettig om snel bij de juiste persoon of personen terecht te kunnen!

De volgende BEN er weer verschijnt vanaf vrijdag 19 juni. Wilt u iets insturen? Stuur dat dan vóór de deadline naar de redactie. De deadline is zondag 24 mei.

En heeft u een NEE/NEE-sticker op de brievenbus maar wilt u de BEN er weer wél thuis ontvangen? Vraag dan bij ons een BEN/JA-sticker aan. Deze plakt u dan naast de NEE/NEE-sticker op de brievenbus. U krijgt de BEN dan zes keer per jaar thuisbezorgd.

Colofon

De BEN er weer is een informatieblad voor Nijmegen-Noord en verschijnt zes keer per jaar. De BEN er weer wordt huis-aan-huis verspreid in de wijken Oosterhout en Ressen.

Heeft u een NEE/NEE-sticker maar wilt u de BEN er weer wel ontvangen? Vraag dan een BEN/JA-sticker aan via onderstaand e-mailadres.

Redactie

Wim Buil, Marieke Elmendorp, Hans Garritsen, Ellen von Holtz, Geurt van Renselaar, Bart van Veldhuizen, Toon de Vos en Natasja de Vries.

Contact

Wilt u kopij insturen voor ons volgende nummer? Dan ontvangen wij uw bijdrage graag als bijlage in een Word-document. De redactie kan ervoor kiezen een artikel aan te passen. Een eventuele foto apart bijvoegen (JPG). E-mailadres: communicatie@benerweeronline.nl

Advertenties

Voor tarieven en mogelijkheden: advertenties@benerweeronline.nl

Drukker

editoo B.V. te Veenendaal
oplage: 3.050 stuks.

Ondanks de zorg van de redactie voor de inhoud is het mogelijk dat de gepubliceerde informatie onvolledig is, druk-/zetfouten en/of onjuistheden bevat.

Op www.nijmegennoordonline.nl kunt u de BEN er weer online lezen.

© Stichting BEN er weer 2026

Yildiz Gies
Muziek



Luan Buleshkaj
Spoken Word



20.11-4.'26

Sabina Lukovic
Spoken Word

**Zo Gezegd,
Zo Gedanst**
Spoken Word,
Muziek & Dans

ZA.18-4.'26

Muziek



**MARLON
PICHEL**

Geïnspireerd door de groten der aarde (Otis Redding, Wilson Pickett) neemt Marlon Pichel je mee terug naar de jaren zestig en zeventig, de hoogtijdagen van de Stax-sound

De Magische Kast
(Familievoorstelling 4+)



powered by
T O P
Toestanden Op Podium



20.19-4.'26
**HUUB
COOLIJMANS**

TheaterKerk 
Markt 5, 6681 AE Bommel



Nieuws van de wijkraad

Ben Bloemendal

Voorzitter wijkraad Oosterhout
benbloem@hotmail.com

Inhoud

- 2 Theater de Klif
- 3 Van de redactie
- 4 Theaterkerk Bemmel
- 5 Van de wijkraad
- 7 Jongeren in de raadszaal
- 8 Gemeenteraadsverkiezingen
- 9 Vriendschap • Wandelen
- 11 Thuiswedstrijd Crawatte
- 13 Omgevingsfonds windpark
- 14 Clothingloop nu ook in Noord
- 15 Lean In en het Gezondheidserf
- 17 Groot Brul- & Blaasfestival
- 19 Diederik Grootjans in Noord
- 21 Koningsdag • Van de huisarts
- 23 Sportmiddel uitproberen?
- 25 Zonnebloem-loterij komt eraan
- 27 Advertorial • Column
- 29 Advertorial • Trainer gezocht
- 31 Verkoop kerkelijke goederen
- 33 De Wijkendeal (deel 3)
- 35 Jongerenwerk • De Huiskamer
- 36 Brandweer Lent:
- 40 Veel meer dan blussen alleen

Bijeenkomst wijkraad mobiliteit donderdag 26 februari

Tijdens deze bijeenkomst van de wijkraad heeft Paul van der Horst, Adviseur mobiliteit en gebiedsontwikkeling bij de gemeente Nijmegen, een boeiende informatieve presentatie gegeven over de stand van zaken van de voorgenomen inrichting van het snelfietsnetwerk (VeluweWaalpad) door de wijk Oosterhout en het doorgaande fietsverkeer van en naar het dorp Oosterhout. Ook is de auto-sluiproute tussen de A15 en de Ovatonde besproken.

Door een aantal actieve en betrokken wijkbewoners werden diverse opties op tafel gelegd. Afsproken is dat de wijkraad in de komende weken met een aantal deskundige wijkbewoners en de betrokken medewerkers van de gemeente om de tafel gaat zitten. De wijkraad zal in de loop van dit jaar opnieuw een themabijeenkomst over dit onderwerp vaststellen. De datum treft u dan aan op Nextdoor en andere media.

Vergroening wijk

Mijn oproep om ideeën in te brengen leidde tot het idee van een wijkbewoner om bloemrijk (vast) grasland in te zaaien in de huidige grasstroken aan beide zijde van het fietspad dat evenwijdig loopt aan de busbaan en in de stroken langs de Terracottastraat. Op mijnwijkplan.nl zag ik een initiatief van een andere wijkbewoner voor een bloemenstrook met enkel inheemse soorten op de plek waar nu gazon is, gelegen tussen de woningen aan Terralaan 18 en Terralaan 20 en dit jaarlijks te herhalen. Dit ter verhoging van de biodiversiteit. Indien er voldoende steun is voor een idee, dat uiteraard ook betrekking kan hebben op andere initiatieven van wijkbewoners, kan hiervoor via mijnwijkplan.nl een budget worden verkregen. Het initiatief zal dan wel door de indiener zelf opgepakt moeten worden.

Bijeenkomst wijkraad burgerinitiatieven

Naast budget door de gemeente kan een idee ook worden ingediend bij het Omgevingsfonds Windpark Nijmegen-Betuwe dat tweejaarlijks lokale projecten in onder meer Oosterhout financieel kan besluiten te ondersteunen. Zie hiervoor verderop in deze BEN er weer.

Er zullen ongetwijfeld veel ideeën en initiatieven leven bij wijkbewoners. Tijdens de afgelopen vergadering bleek dit opnieuw. Daarom zal de wijkraad hierover een themabijeenkomst houden om dergelijke initiatieven handen en voeten te geven en deze zal proberen te koppelen aan uitvoerders indien dit de initiatiefnemer zelf niet is. Een vertegenwoordiger van de gemeente, zoals de wijkregisseur, zal dan ook aanwezig zijn. De datum treft u te zijner tijd weer aan op Nextdoor en andere media.

Kennismaken met **HOCKEY?**

Kom **PROEFTRAINEN** bij MHC B800, de **GEZELLIGSTE** club in de buurt. Scan de **QR-CODE**, meld je aan en train **4x GRATIS** mee!



Scan de code

mhcb800.nl/kennismaken

- ✓ **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



**DIERENKLINIEK
LENT**

Zoekt u een ervaren dierenarts?

Persoonlijk, vertrouwd, vakkundig en ervaren.

U bent van harte welkom in Lent!

Laauwikstraat 20 Lent
T. 024-3606422

www.dierenklinieklent.nl

Jongeren uit Nijmegen-Noord in de raadszaal

letwat schuchter komen ze de raadszaal op het gemeentehuis in Nijmegen binnengelopen. Het is eind januari en het groepje jongeren uit Lent en Oosterhout is op uitnodiging van de gemeente naar de Burchtstraat gekomen om uitleg te krijgen over het gemeentebestuur én te praten over wat er allemaal speelt in hun eigen woonomgeving. Wethouder Cilia Daemen neemt de honneurs waar en luistert naar wat de 'jeugd van tegenwoordig' te zeggen heeft.

Het zijn typische jongens van een jaar of vijftien, zestien. Een enkeling wat ouder, maar ook gehuld in hoodie, gymp en spijkerbroek. Ze nemen plaats op de stoelen die normaal gesproken bestemd zijn voor raadsleden. De bordjes met de namen van de volksvertegenwoordigers staan voor hun neus. Nieuwsgierig kijken ze op de bordjes en testen ze de microfoons.

Cilia Daemen neemt het woord. Ze stelt zich voor, vertelt dat ze in Lent woont en wat ze doet. Aansluitend stellen de jongeren zich voor: naam, hobby's en opleiding. Ze hebben een ding gemeen: ze wonen allemaal in Nijmegen-Noord en zijn geïnteresseerd in wat er in hun omgeving gebeurt. Ze hebben zich na een oproep van het preventieplatform Jeugd aangemeld om mee te denken over de plannen en advies te geven aan de professionals die werken met en voor jongeren in Noord.

Kritische geluiden

De jongeren mogen hun stem laten horen en dat doen ze ook. Op de vraag waar ze trots op zijn of blij mee zijn in Nijmegen-Noord komen wat kritische geluiden voorbij. Een van hen laat weten dat hij een plek mist waar jongeren op een fijne manier kunnen samenkomen. "Vroeger waren mensen meer op straat, samen. Je kende elkaar. Nu worden we overal weggestuurd. In mijn ogen wordt de wijk slechter en slechter." Een ander haakt daarop in. Hij is het er deels mee eens en baalt dat 'er al zoveel gesproken is en beloofd, maar jullie doen niks. Dat vind ik wel vervelend.' Maar hij ziet ook wel dat de wijk groeit en meer leeft.

"De snacks bij de snackbar zijn in ieder geval altijd goed." Gegrinnik bij de rest.

De wethouder begrijpt de kritiek, maar wijst erop dat dingen altijd langzamer gaan dan je eigenlijk wilt. Wijkregisseur Noord Juliette Driessen beaamt dat. "Ik snap het helemaal dat het frustrerend is hoe lang het duurt. Het zijn politieke keuzes hoe geld wordt verdeeld en als iets duurder uitvalt dan van tevoren gedacht, dan moeten we eerst opnieuw geld vragen aan de Raad. Maar er wordt nu echt gewerkt aan het realiseren van plekken voor jongeren."

Lentse Plas

Nog een puntje vanuit de jongeren: de Lentse Plas. Ze balen dat ze niet meer mogen zwemmen en vissen bij de plekken waar nu de nieuwe woonboten liggen. Begrip van de wethouder. Idee: kan er niet ergens een visvijver komen in Lent? Dat zal lastig worden, zegt de wethouder, vanwege de partijen die voor de dieren actief zijn.

En waarom komt er geen vlot in de Lentse plas? Wijkregisseur Juliette weet het antwoord: het is gevaarlijk want er is geen toezicht. En vanwege de vele vogels die er wellicht op zouden gaan zitten. De poep zou het water rondom het vlot verontreinigen. Een van de jongeren trekt een vies gezicht. Dat is dus duidelijk. Er komt geen vlot.

Ben je 12+, woonachtig in Lent of Oosterhout en wil je ook meedoen met het jongerenpanel? Stuur een mailtje naar wijkregisseurnoord@nijmegen.nl. Of stuur een appje naar één van de jongerenwerkers.

Tekst: Sanne van den Biesheuvel



Enkele aanwezigen. Links: wethouder Cilia Daemen.

Gemeenteraadsverkiezingen

Geen Havana: D66 grootste in Nijmegen-Noord

De uitslagen van de gemeenteraadsverkiezingen zijn bekend. Terwijl de coalitiebesprekingen op het moment van schrijven nog lopen, lijkt een samenwerking tussen GroenLinks, Partij van de Arbeid en D66 het meest voor de hand te liggen. GroenLinks werd in de hele stad de grootste partij. Door de geplande fusie met de Partij van de Arbeid in de zomer van 2026 zal deze combinatie, die onder de naam Progressief Nederland verder gaat, naar verwachting nog sterker worden. Gezamenlijk behaalden zij nu al vijftien zetels in de gemeenteraad.

In totaal deden dertien partijen mee aan de verkiezingen. Elf daarvan wisten daadwerkelijk een plek te veroveren. Alleen de Piratenpartij en de Revolutionair Socialistische Partij vielen buiten de raad. In de media werd al gesproken over “Havana aan de Waal”, maar de vraag is: geldt dat beeld ook voor ons eigen gebied van BEN er weer? De uitslag blijkt ook dit jaar weer anders dan in de rest van Nijmegen.

Uitslagen in het BEN er weer-gebied

Binnen ons bezorggebied stonden vier stembureaus:

- twee in Wijkcentrum De Klif,
- één in gymzaal De Grote Boel,
- één bij Garage Frank Pluym.

Waar in 2022 de Stadspartij Nijmegen hier nog de meeste stemmen kreeg, is dat beeld nu volledig gekanteld. Zowel GroenLinks als D66 zijn de Stadspartij ruim voorbijgestreefd.

Nu werd D66 de grootste partij in ons gebied, goed voor een virtuele zetelverdeling van tien zetels. GroenLinks groeide het sterkst, met een plus van drie zetels en de Stadspartij, vier jaar geleden nog de winnaar, leverde drie zetels in. Ook de Partij voor de Dieren en de Socialistische Partij verloren terrein en zouden ieder twee zetels minder krijgen. Voor deze laatste partij zou dit betekenen dat zij in ons gebied zelfs geen zetel meer behouden. Nieuwkomers Volt en Forum voor Democratie zouden beiden in ons bezorggebied één zetel behalen.

	Totaal	% van de stemmen	Zetels 2026	Zetels 2022
D66	974	23,7%	10	8
GroenLinks	813	19,8%	9	6
Stadspartij Nijmegen	601	14,6%	6	9
VVD	562	13,7%	6	5
Partij van de Arbeid	303	7,4%	3	3
CDA	258	6,3%	2	2
Forum voor Democratie	167	4,1%	1	0
Partij voor de Dieren	141	3,4%	1	3
Volt	131	3,2%	1	0
1Nijmegen	76	1,8%	0	0
Socialistische Partij	57	1,4%	0	2
Piratenpartij	16	0,4%	0	0
Revolutionair Socialistische Partij	15	0,4%	0	0
Overigen	0	0,0%	0	1
Geldige stemmen	4.114	100,0%	39	39



Mogelijke coalitie in ons gebied

Als we op basis van deze wijkuitslag zouden kijken naar een mogelijke coalitie, dan komen we uit op dezelfde combinatie die waarschijnlijk ook in de stad tot stand komt. D66, GroenLinks en de PvdA zouden samen uitkomen op 22 zetels — een ruime meerderheid. Ter vergelijking: vier jaar geleden zouden deze partijen samen nog in de minderheid zijn gebleven, met 17 van de 39 zetels. De Stadspartij lijkt dus ook in ons gebied een duidelijke nederlaag te hebben geleden en zal vermoedelijk de komende jaren in de oppositie plaatsnemen.

Proef met nieuw stembiljet

In de hele gemeente Nijmegen werd dit jaar gebruikgemaakt van een nieuw, kleiner stembiljet. Een nadeel daarvan is dat kiezers twee vakjes moeten inkleuren om hun stem geldig te laten zijn: één bij de partij en één bij de gewenste kandidaat. Wie alleen een partij aankruist, stemt automatisch op de lijsttrekker.

Dit nieuwe systeem zorgde voor een toename van het aantal ongeldige stemmen. Stadsbreed verdubbelde het percentage bijna: van 0,20% in 2022 naar 0,46% dit jaar. In het gebied van BEN er weer steeg het van 0,05% naar 0,22%. Hoewel dit nog steeds lager is dan het Nijmeegse gemiddelde, is de stijging wel duidelijk merkbaar.

Opvallend was dat in gymzaal De Grote Boel geen enkele ongeldige stem werd geregistreerd, terwijl de andere drie stembureaus in ons gebied wel ongeldige biljetten noteerden. Ook het aantal blanco stemmen nam licht af.

Tekst en foto: Geurt van Renselaar

Help mee vriendschap mogelijk maken bij de vriendenkring Nijmegen

Samen is leuker dan alleen. Bij de Vriendenkring Nijmegen ontmoeten neurodiverse volwassenen elkaar en ondernemen samen leuke activiteiten. MEE Gelderse Poort en Bindkracht10 zoeken vrijwilligers die de vriendengroepen ondersteunen.

Energie verzamelen

Iedereen wil vrienden maken en houden. Bij mensen met autisme, adhd, prikkelgevoeligheid of een andere kwetsbaarheid kan dat moeilijker gaan. Deelnemer Romar zegt daarover: "Wat ik zelf erg merk is dat er veel mensen zijn die wat moeite hebben om de energie te verzamelen om dit soort afspraken te doen".

Betekenisvol werk

Bindkracht10 zoekt mensen met wat extra tijd die een vriendengroep willen ondersteunen. Zo kan je een groot verschil maken en het is vaak erg gezellig. De gemiddelde inzet is twee uur per week en bijeenkomsten zijn 's avonds.

Echt heel leuk

Vrijwilligster Nicole legt uit wat ze doet: "Het is echt heel leuk werk. Je zorgt dat de volgende groep gepland wordt. Je houdt dat een beetje in de gaten, stuurt af en toe een appje van wie er

komt en wie niet, wanneer het zal zijn en waar je afspreekt". Wanneer de vriendengroep afspreekt, ben je er vaak zelf ook bij. Zo kan je zorgen dat iedereen gehoord en gezien wordt. Voor jou als vrijwilliger is er begeleiding op afstand en regelmatig intervisie en training.

Mensen die je waarschijnlijk niet zou tegenkomen

Romar: "Ik denk ook dat het een manier is om vrijwilligerswerk te doen dat niet te veel energie kost. Uiteindelijk gaat het erom dat je jezelf bent op een avond met een aantal mensen die je waarschijnlijk anders niet zou tegenkomen".

Meer weten?

Dus heb je een pauze in je werk, werk je aan je tijdelijk herstel, ga je met pensioen of minder werken? Dan kan dit hét betekenisvolle vrijwilligerswerk zijn dat je zoekt.

Kijk voor meer informatie op www.bindkracht10.nl/vriendenkringvrijwilliger.



Wandelclub zoekt wandelmaatjes

Elke dinsdagochtend om half tien vertrekt er vanuit het dorp Oosterhout een groepje krasse ouderen voor een wekelijkse wandeling. Het gaat om een groep van tussen 8 en 12 personen, die gemiddeld 10 kilometer lopen. Ons criterium is dat we onderweg koffie kunnen drinken en zo nodig een sanitaire stop kunnen maken. Dat brengt ons de ene keer richting Ressen (De Woerdt), maar ook Lent, de McDonald's en Nijmegen zijn van de partij. Tijdens de wandeling wordt er soms heel wat uitgewisseld, maar dat maakt het lopen juist aangenaam!

Er is plek voor (een) nieuw(e) wandelmaatje(s). Aanmelden hoeft niet; je kunt zo een keer meelopen en kijken of het bevalt. Het enige wat je moet kunnen is 10 kilometer lopen, met een pauze halverwege. Wij vertrekken om stipt 09.30 uur vanaf Dorpshuis De Schakel, De Honsvoet 2 in Oosterhout-dorp, en zijn tussen 12 en half 1 weer terug bij het beginpunt.

Van harte welkom om eens mee te komen lopen!



Tekst en foto: Hans Garritsen



Meijer & de Wit
Therapie en coaching

Samen jezelf leren kennen

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

"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




Rijschool  **viaRuud**

info@rijschoolviaruud.nl
www.rijschoolviaruud.nl

Goed leren rijden in automatisch of schakelauto

Simon Carmiggeltstraat 101
Nijmegen
06 1812 1612

Van 'Roos van Nijmegen' tot thuiswedstrijd in De Klif

Wat blijft er na dertig jaar over van de vlammeende ambitie om met je band de wereld te veroveren? Zeker wanneer je ooit de finales van pop talentenjachten als De Roos van Nijmegen en De Gesel van Gelderland hebt gehaald?

Een bandje, dat schept een band voor het leven. Daarover gaat de muziektheatershow van Crawatte, 'Honger naar Vroeger'. De ingrediënten: absurd, avontuurlijk en aanstekelijk. Drie jongens die opgroeien aan de Duitse grens, met één gezamenlijke droom: een stoere Rockmuzikant worden. Maar dat pakte net even anders uit.

Roel Venderbosch (bas, zang), Gerben Grooten (drums, zang) en Marc Hijink (gitaar, zang) spelen als Crawatte al jaren samen. Ze gooien in hun eigenzinnige liedjes alle muzikale genres door elkaar en bestrooien ze gul met bekende tv-tunes en meezingers.

Roel woont sinds 2000 in de wijk Oosterhout. Hij wilde al sinds tijden een keer een lekkere thuiswedstrijd spelen. Met 'Honger naar Vroeger' trekt de band sinds vorig jaar volle zalen elders in het land, nu staat Nijmegen op het programma.

Roel: "Veel mensen hier in de buurt zeiden tegen me dat ze zeker een keer komen kijken wanneer we in de buurt zouden

optreden. Toen dacht ik - in de buurt? - we hebben hier een prachtig theater in onze wijk, de perfecte plek! Ik ben er vaak als publiek of als ouder geweest, dus ik weet dat het een tof theater is. Nu sta ik er dus als uitvoerend muzikant. De theaterzaal van De Klif is er precies voor dit doel; cultuur in de wijk voor en door bewoners. Een paar mailtjes, een telefoontje, even langs in het café van De Klif en de planning was snel rond. We gaan hier ongetwijfeld op 6 juni De Klif veroveren."



Crawatte - Honger naar vroeger
Theaterzaal De Klif, Nijmegen
Zaterdag 6 juni, aanvang 20.00 uur
Kaarten: € 15 via de QR-code of www.tinyurl.com/y2c4m52c



V.l.n.r.: Marc, Gerben en Roel.



"uw goed recht!"

goedrecht
advocaten

Voor bijstand en advies:

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



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



Aandacht
voor jou

En nu jij ..

SOEPEL, KRACHTIG & PIJNVRIJ

Fysiek, mentaal, energetisch



INTEGRAL PELVIC THERAPY
FYSIO | MASSAGE | SOMATIC TRAUMA RELEASE
@GEWOONRIJUSH

**INTUÏTIEF
TRAJECT**

SCHOOL VOOR
INTUÏTIEVE
ONTWIKKELING

www.intuitieftraject.nl

Train je intuïtie | Ontwikkel jezelf

start basiscursussen in januari | april | september

Volg een gratis proefles

MEER
INFORMATIE | info@intuitieftraject.nl

kijk
voel
beleef
verwonder



**HET WOONHART
MAKELAARDIJ**

THUIS IN NIJMEGEN-NOORD

- ✓ Wonen waar we werken
- ✓ Groot netwerk onder zoekers én bewoners
- ✓ Géén stop op bezichtigingen
- ✓ Transparant, oprecht en betrokken

Al jarenlang actief in Nijmegen-Noord en we wonen er zelf ook!
Onze Register Makelaar/Taxateur Twan is geboren in Oosterhout en woont
sinds de allereerste fase in De Grote Boel. Wie kent de omgeving beter?

Overweeg je te verkopen? Laat je adviseren door iemand die de wijk leeft!
Neem contact met ons op voor een vrijblijvende kennismaking.



0488-48 15 66 | info@hetwoonhart.nl | 06-29447065 (whatsapp)

Nieuwe subsidieronde Omgevingsfonds windpark Nijmegen-Betuwe 2026

De tweejaarlijkse subsidieronde van het windpark Nijmegen-Betuwe valt weer in dit najaar. Bij deze alvast informatie, zodat u kunt bedenken of uw project of initiatief hiervoor in aanmerking kan komen.

Heeft u een mooi idee of project voor in onze buurt? Kom dan in contact met ons, want in 2026 is er weer een nieuwe subsidieronde! Heeft u een goed idee of het begin van een idee en heeft u misschien wat hulp nodig in de uitwerking? Wij vragen u dan om een voor-aanmelding te doen. Wij kunnen u dan informeren en ondersteunen om een goede aanvraag in te dienen dit najaar, waardoor de kans dat deze wordt toegekend groter wordt. Het moet gaan om een project dat niet voor 1 januari 2027 start. Dit kan om zowel grote als kleine ideeën of projecten gaan.

De subsidieronde van eind 2024 heeft onder andere gezorgd voor een AED in de Waalsprong; een bijdrage aan het Winterconcert van Con Amore, een nieuwe vloer in de Kosterij in Ressen en cortenstaalbloembakken voor Reeth. Theater de Klif en de Warmoes hebben ook gebruik gemaakt van onze steun. Ook andere initiatieven zijn de afgelopen jaren ondersteund, zie hiervoor onze website onderaan dit artikel.

Achtergrond

Tien jaar geleden verzezen de vier windmolens van Windpark Nijmegen-Betuwe. Ze leveren stroom voor gemiddeld zo'n 7200 huishoudens. De molens zijn in eigendom van de lokale Energiecoöperatie WPN. De coöperatie heeft nu meer dan 1800 leden.

Omdat de impact van moderne windturbines op de omgeving groot is, is het Omgevingsfonds Windpark Nijmegen-Betuwe opgericht. Het Omgevingsfonds verstrekt om de twee jaar subsidies voor projecten voor en door inwoners en organisaties uit vier woongebieden rondom het windpark. Dit zijn het buurtschap Reeth; het dorp Oosterhout; de wijken Nijmegen-Oosterhout; Zuiderveld; de Grote Boel; de Grift en buurtschap Ressen.

Voorwaarden

Kijk wel van tevoren naar de voorwaarden op de website! U kunt uw aanvraag indienen per e-mail. Voor-aanmeldingen dienen **vóór 10 mei** ingediend te worden, zodat het fondsbestuur voldoende tijd heeft om feedback te geven. Na de zomer start de formele aanvraagperiode voor subsidies, waarna in het najaar van 2026 de besluiten worden genomen met betrekking tot toekennen of afwijzen.

Vragen of behoefte om alvast te sparren?

Wij denken graag met u mee!

Het bestuur van Omgevingsfonds Windpark Nijmegen-Betuwe

Contact

www.windparknijmegenbetuwe.nl/omgevingsfonds

E-mail: omgevingsfonds@windparknijmegenbetuwe.nl



Website Onze Stad: voor ideeën uit de wijk

De gemeente Nijmegen heeft vanaf nu een nieuwe website: Onze Stad. Op deze website, www.onzestad.nijmegen.nl, kunnen inwoners en organisaties ideeën delen, meedenken en meepraten over hun buurt, wijk en de hele stad.

Nieuwe ideeën

Op dit moment kunnen bewoners al nieuwe ideeën plaatsen op Onze Stad. Andere bewoners kunnen reageren en de gemeente leest mee en geeft waar nodig een reactie.

De gemeente voert Onze Stad stap voor stap in. Tot 1 juli komen er steeds meer onderdelen bij. Voor lopende projecten kunnen bewoners nog terecht op MijnWijkplan: www.nijmegen.mijnwijkplan.nl.

De gemeente informeert bewoners de komende tijd via wijkbladen en andere gemeentelijke kanalen verder over de

ontwikkeling van Onze Stad. Zo kan iedereen steeds meer wennen aan het nieuwe platform.

Onze Stad is nieuw en volop in ontwikkeling

Onze Stad is nieuw en ziet er anders uit dan bewoners gewend zijn. Achter de schermen werkt de gemeente nog aan verbeteringen. De gemeente vindt het belangrijk dat de website prettig en makkelijk te gebruiken is. Hebben bewoners ideeën, opmerkingen of tips? De gemeente hoort het graag! Zo zorgt de gemeente samen met inwoners dat Onze Stad steeds beter wordt.

Vragen over de website of de werkwijze?

Mail dan naar: teamonline@nijmegen.nl
www.onzestad.nijmegen.nl



The Clothing Loop, ook in Nijmegen-Noord en omgeving Lent/Bemmel

De Clothing Loop is een initiatief waarmee mensen gemakkelijk kleding kunnen ruilen met anderen in hun eigen buurt. Het is leuk, gratis en duurzaam! Het idee is simpel: (grote) tassen gevuld met kleding reizen langs een route met alle deelnemers in een bepaalde stad of wijk. De tas gaat van persoon naar persoon en per persoon kun je er items uitnemen die je leuk vindt, en weer iets

terugleggen dat in goede staat is en klaar voor een nieuwe eigenaar. Vervolgens wordt de tas dus naar de volgende persoon op de lijst

gebracht. Niet alle deelnemers kennen elkaar, dus het draagt enorm bij aan het saamhorigheidsgevoel in de buurt.

Desgewenst wordt een foto met de laatste vondst in het bijbehorende communicatiekanaal gedeeld. Het is leuk om te zien waar spullen terechtkomen!



Het idee voor The Clothing Loop ontstond in Nederland tijdens de eerste coronalockdown. Het werkte zo goed dat al snel meerdere Nederlandse steden en regio's volgden. Inmiddels zijn er honderden kettingen (= *Loops*), en niet alleen in dichtbevolkte gebieden. Het systeem werkt overal! Met de juiste begeleiding, steun en gemeenschapsopbouw groeide dit lokale initiatief uit tot de krachtige beweging die het vandaag de dag is. Samen met de deelnemers heeft The Clothing Loop duizenden kilo's kleding bespaard, hebben burens elkaar leren kennen en is er een echte gedragsverandering teweeggebracht ten aanzien van onze textielconsumptie.

Een paar getallen voor de beeldvorming: als je zes items minder koopt dan je normaal gesproken in een jaar zou doen, bespaar je ongeveer 40 kilo CO₂-uitstoot. Dat is het equivalent van één benzineauto van Amsterdam naar Parijs rijden. Het doel is om binnen vijf jaar één miljoen "swappers" te bereiken. Dit bespaart net zoveel CO₂-uitstoot als 5.000 keer rond de wereld rijden met diezelfde auto.

Voor de wijk Nijmegen-Noord en omgeving is Linda aan het woord. Zij is al een aantal jaren coördinator van diverse kettingen waaronder de *Damesketting*, maar ook kettingen speciaal gericht op meiden, vintage kleding en festivibes. Linda: "Wat ik ontzettend leuk vind, is dat ALLE coördinatoren die

kettingen hebben in Nijmegen ook veel contact hebben. Zo komt er een borrel met miniruilbeurs aan, om met elkaar te vieren dat de kettingen zo'n succes zijn. Dit proberen we elk jaar ergens te plannen. Je hebt op een hele andere manier contact met de mensen in je wijk. Je spreekt ze vaker, maakt eens een praatje en er zitten ook echt vaak hele mooie pareltjes tussen.

Door de tomeloze inzet van de coördinatoren voelt eenieder zich in de ketting verantwoordelijk voor een goede inbreng." Linda vervolgt: "Het is ook best wel vrij. Je neemt wat je wilt en geeft door wat je wilt. Voor mij steeds een goede reden om de kast weer door te gaan en de items die nauwelijks gedragen zijn door te geven en een ander blij te maken. Het is vooral bedoeld als iets leuks en vrijblijvends. Er is een hele handige app, zodat we niet meer zelf een hele route hoeven uit te puzzelen. Dit helpt enorm en maakt het coördineren nog leuker."

Meer informatie is te vinden op: www.clothingloop.org/nl

Tekst: Bart van Veldhuizen



Linda in een 'pareltje'.

Samenwerken op én met ONS Gezondheidserf

Ontwrichtende levensomstandigheden?

Stress, onrust of een gevoel van vastzitten in je lijf of je leven. Misschien gepaard met negatieve gedachten, piekeren, angst- of depressieve klachten. Geef je dit geen aandacht, vormen deze aspecten een stevige, vervelende voedingsbodem voor burn-out of andere ontwrichtende levensomstandigheden. Steeds meer mensen herkennen het, maar weten niet waar te beginnen om zichzelf uit patronen te halen.

In onze praktijk in Nijmegen-Noord, nabij én in samenwerking met huisartsenpraktijk ONS Gezondheidserf, bieden psychologen Rianne en Frens van Praktijk Lean In een warme, toegankelijke plek om samen te kijken naar wat het is waar je tegenaan loopt. Onze benadering is persoonlijk en nuchter. We geloven niet in snelle oplossingen, maar in maatwerk met echte aandacht en kleine, betekenisvolle stappen.

Werkwijze Lean In

Lean In werkt vanuit positieve psychologie en combineert dit met de pijlers autonomie en beweging. Door praten te verbinden met ervaren, maken we meer ruimte voor rust en veerkracht. Dit doen we veel in de buitenlucht, wandelend, pratend en in de natuur.

Rianne begeleidt volwassenen en kinderen en werkt als buitenpsycholoog veelal ervaringsgericht, luchtig en speels in de buitenlucht. In het bos of in de uiterwaarden is de natuur onze co-therapeut. Ook zet ze graag bewegingsvormen als boksen en dansen in tijdens sessies, altijd in overleg met de cliënt als regievoerder.

Frens richt zich op (jong)volwassenen en werkt met ACT. Hij laat zich graag inspireren door ervaringsgerichte oefeningen uit verschillende stromingen en de natuur. Zijn interesses zijn onder andere burn-out, neurodiversiteit, chronische pijn en yoga.

Meer weten?

Nieuwsgierig naar onze aanpak en wil je ontdekken hoe je spanning in je lichaam beter kunt reguleren? Kom het ervaren bij onze workshop op donderdag 16 april of 7 mei om 19.30 uur bij onze praktijk in Nijmegen-Noord.

Met vriendelijke groeten,
Rianne & Frens, Praktijk Lean In

Kijk voor deze workshops én het volledige aanbod (individueel en groepsgericht) op www.praktijkleanin.nl of neem contact op via 06 - 2725 1781 of info@praktijkleanin.nl.



Rianne & Frens, eigen foto.

DIT IS HET MOMENT, DIT IS JE KANS!

KOM BIJ ONS

VOLLEYBALLEN

DE HEREN VAN VOLAMIE ZOEKEN SPELERS

Ben jij man, sportief en heb je enige ervaring met volleybal? Kom dan naar een van onze trainingen op dinsdagavond en proef de sfeer.

TRAINEN DINSDAG AVOND 19.00-20.30
Dorpshuis de Schakel in Oosterhout

COMPETITIE DONDERDAG AVOND
Thuiswedstrijd in de Klif, Nijmegen Noord

volamie
VOLLEYBALVERENIGING

Aanmelden of meer info?
✉ Mail naar info@volamie.nl

Formupgrade
— Voel jezelf beter —

NU OOK
EGYM

VOOR **FITNESS,**
LEEFSTIJLCOACHING,
FYSIOTHERAPIE & DIËTETIEK

→ www.formupgrade.nl

☎ 0481 481 109

📍 Formupgrade Nijmegen-Noord
Stationsstraat 21, 6678 AA Oosterhout

Of scan!



Brouwer
— Bike Store Lent —

E-bikes — Stadsfietsen — Reparatie

www.brouwerbikestore.nl

024-3243988

[Gezinsuitjes](#) [Kinderfeestjes](#) [Bedrijfsuitjes](#) [Klassenuitjes](#) [Familiefeesten](#) [Lopende buffetten](#)

FUNSPACE.NL
LASERGAME NIJMEGEN

Bij ons speel je altijd alleen met je eigen groep(je)!

- Kinderen al vanaf +/- 5 à 6 jaar
- Persoonlijk
- Overzichtelijke ruimte
- Gratis gebruik van de 2 spelcomputers in de pauze



Ook verhuur van laserguns,
archerytag, silent-disco,
brickmasters via FUNHUUR.nl

Tel. (024) 4200040



www.snackspace.nl

Bij ons komen eten
of afhalen kan ook.

Heleal & plantaardig, veel glutenvrije opties.



📧 info@funspace.nl

📍 Carbatinastraat 11, 6515 GM Nijmegen

📱 @Funspace.Nijmegen

Het Grote Brul & Blaasfestival: beestachtig goede muziek voor jong & oud

Op zondagmiddag 31 mei 2026 verandert het terrein van "De Boerderie" in Oosterhout in een vrolijke, muzikale beestenboel tijdens Het Grote Brul & Blaasfestival. Dit gratis festival wordt georganiseerd door Muziekvereniging Con Amore. Het festival is speciaal opgezet voor kinderen en hun families: kijken, luisteren én meedoen staan centraal.

Muzikale dierenpret voor het hele gezin

Tijdens het festival is er van alles te beleven! Op twee podia volgen optredens elkaar op. Het orkest van Con Amore speelt samen met een verteller, met als hoogtepunt het muziekstuk 'Carnaval der Dieren' van Camille Saint-Saëns. Er is een Disney *sing-a-long* waarbij iedereen uit volle borst kan meezingen. Ook het opleidingsorkest Wit Lof laat van zich horen. Wil je zelf actief meedoen? Dat kan tijdens één van de workshops, zoals Song & Dance. Samen met Boswachter Ido ontdek je van alles over de natuur. Voor de allerkleinsten is er onder andere 'Muziek op Schoot'. Knutselen, spelletjes doen, muziekinstrumenten uitproberen, er is voor ieder wat wils.

Samenwerking basisscholen

Een bijzonder onderdeel van het programma is de samenwerking met basisscholen uit de regio. In de weken voorafgaand aan het festival werken leerlingen samen met muziekdocent Lisa Aalmers en muzikanten van Con Amore aan een kunst- en muziekproject rond 'Carnaval der Dieren'. De kinderen ontdekken hoe verschillende dieren muzikaal tot leven komen, maken kennis met de instrumenten van het orkest en geven hun eigen fantasie de ruimte in een creatief schaduwspel. En ze studeren het vrolijke Dierencarnavallied in!



Feestelijke finale

Tijdens Het Grote Brul & Blaasfestival volgt de feestelijke ontknopning. De kinderen zingen samen het Dierencarnavallied, begeleid door het orkest van Con Amore. Daarnaast wordt het zelfgemaakte schaduwspel gepresenteerd met livemuziek. Een bijzonder moment waarin educatie, verbeelding en samenspel samenkomen. Dankzij de steun van onder meer Stichting Pieterneel, Overbetuwe Doet, VSB-fonds en Rabobank Club Support is het festival gratis toegankelijk.

Praktische informatie

Datum: zondag 31 mei 2026 van 12.00 – 17.00 uur.

Toegang: is gratis.

Locatie: Festivalterrein De Boerderie, Oosterhoutsestraat 12, Oosterhout GLD

Meer informatie over het festival en het programma is te vinden op www.brulnblaasfestival.nl. Om een inschatting te kunnen maken van het aantal bezoekers vinden we het heel fijn als je je via de website aanmeldt (dit is niet verplicht). Zet de datum alvast in de agenda en kom samen genieten van een middag vol muziek, dierenklanken en festivalplezier!

Oeps, foutje!

Dit zijn de plastic+missers



VOLLE VERPAKKINGEN

HARD PLASTIC

PIEPSCHUIM

Maak volle verpakkingen eerst leeg.

Breng naar: milieustraat

Breng naar: milieustraat

Dar.
...is er voor jou!

www.dar.nl/plastic



 **Cornelissen**
uitvaartverzorging

Afscheid nemen is *samenkomen*

Wij verzorgen uitvaarten in uw regio



Voor meer informatie bekijk onze website



24u
 **0481-371568**
info@cornelissenuitvaart.nl
www.cornelissenuitvaart.nl
Valburgseweg 90, Elst

Diederik Grootjans schildert in Nijmegen-Noord

Diederik Grootjans is een bekende Nijmeegse kunstschilder en tekenaar. Veel mensen kennen hem van zijn stadsgezichten, anderen van de portretsessies bij de jaarlijkse Daklozendag in Nijmegen of, jaarlijks, in de Vasim. Bij de stadsgezichten gaat het hem niet om wat enkel 'mooi' is maar om wat een wijk herkenbaar en karakteristiek maakt.

Hij heeft zich nu ten doel gesteld om alle Nijmeegse wijken vast te leggen op een geschilderd paneel. Een project van een jaar, dat hij einde van 2026 wil afronden met een expositie. Op 9 maart stond hij met zijn veldezel op de Griftdijk, schuin tegenover de ingang van de Warmoes. Foto's van Diederik aan het werk en van het eindresultaat gaan hierbij.

Tekst: Hans Garritsen

Foto's: Toon de Vos



Eindresultaat: de Griftdijk, t.h.v. de Warmoes, volgens Diederik



Kattenpension

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

☎ 0481 - 354 689

Bezoek op afspraak
Openingstijden zie onze website

www.dekattenboerderij-slijkewijk.nl



Weerbaarheidstraining

Voor kinderen van 6 t/m 12 jaar

Stap Vooruit
www.stapvooruitmetprejers.nl | 06-29514145



De Helster

sportcentrum

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



de Bibliotheek

Gelderland Zuid

Bibliotheek Oosterhout - De Klif

Openingstijden
maandag 13.00 – 17.00u
dinsdag 13.00 – 17.00u
woensdag 09.30 – 17.00u
donderdag 13.00 – 17.00u
vrijdag 09.30 – 17.00u

Gesloten tijdens de meivakantie
18 april 2026 - 3 mei 2026



Kwekerij Bonenkamp

Ook dit jaar bieden wij weer de mogelijkheid om éénjarige bloeiende tuinplanten voor uw balkon, tuin of terras bij ons te kopen. Rechtstreeks van de kweker dus kwaliteit tegen een aantrekkelijke prijs.

o.a. Petunia – Fuchsia – Kuipplanten – Verbena – Dipladenia
Groot assortiment in hang- en terraspotten

Ook hebben we een sortiment sierpotten

We starten zaterdag 18 april

Onze openingstijden zijn*

Donderdag	13:00 – 17:30
Vrijdag	13:00 – 17:30
Zaterdag	09:00 – 16:00

We zien u graag in onze winkel!

Kwekerij Bonenkamp – Dijkstraat 13A Oosterhout Gld.

*Op feestdagen hebben wij aangepaste openingstijden

Houd onze Facebook in de gaten voor het laatste nieuws!



KONINGSDAG

Nijmegen Noord en Oosterhout

Op maandag 27 april vieren we Koningsdag in Nijmegen-Noord! We kijken er naar uit om er samen met alle kinderen en ouders een gezellige, feestelijke dag van te maken. Het programma zit vol leuke activiteiten voor jong en oud.

Fietsversiertocht

We starten de dag traditiegetrouw met de fietsversiertocht vanaf De Klif. Kinderen kunnen met hun versierde fiets meedoen aan de optocht. Er zijn leuke prijzen te winnen! Fiets je niet mee? Kom dan gezellig langs de route staan om de kinderen aan te moedigen.

Kleedjesmarkt

Op de velden van OSC is weer een groot terrein ingericht voor de kleedjesmarkt. Leg je kleedje neer, verkoop je spullen en geniet van de sfeer. Reserveren is niet nodig.

Koningsdagactiviteiten

Gedurende de dag zijn er allerlei activiteiten, waaronder springkussens, schminken, oud-Hollandse spellen, zeskampspellen, voetbalspellen, lasergame, touwtrekken en big balls. Verder staan er diverse foodtrucks met warme en koude snacks. Voor alle kinderen is er gratis limonade.

Programma

- 9.30 uur: hek open, kleedjes neerleggen voor kleedjesmarkt
- 9.45 uur: start fietsversiertocht bij De Klif
- 10.00 uur: opening kleedjesmarkt
- 11.00 uur: start Koningsdagactiviteiten

Koningsdag vindt plaats op 27 april op de velden van OSC.

Meer informatie over de activiteiten vind je op www.koningsdagnijmegennoord.nl en onze social media kanalen.

Lijkt het je leuk om een paar uurtjes te helpen? Laat het ons dan weten via koningsdagnijmegennoord@gmail.com.



Meer dan een stem aan de telefoon

De afgelopen tijd stonden doktersassistenten niet altijd positief in het nieuws. Misschien heeft u het ook voorbij zien komen: een filmpje op internet waarin iemand vertelde dat zij geen afspraak bij de huisarts kon maken, omdat de assistente vond dat haar klacht niet dringend genoeg was. De reacties waren fel. "Sinds wanneer bepaalt de assistente of ik naar de dokter mag?"

Als doktersassistente herken ik dat beeld niet. En toch begrijp ik de vraag wel. Want wanneer u de praktijk belt, krijgt u ons aan de lijn. Niet meteen de huisarts. Dat is in Nederland heel gebruikelijk, maar misschien niet altijd vanzelfsprekend. Wij zijn opgeleid om medische vragen te stellen en in te schatten wat er nodig is. Dat heet triage. We werken met duidelijke richtlijnen en altijd in samenwerking met de huisarts. Alles wat wij afspreken wordt overlegd of nagekeken. We nemen dus geen besluiten op eigen houtje, maar als onderdeel van een team.

Soms is het verstandig om dezelfde dag langs te komen. Soms kan een klacht veilig telefonisch beoordeeld worden of met een advies worden opgelost. En regelmatig verwijzen we naar Thuisarts.nl, een website van huisartsen met betrouwbare informatie. Dat doen we niet om iemand "tegen te houden", maar om ervoor te zorgen dat de juiste zorg beschikbaar blijft voor iedereen. Als iedereen direct een afspraak zou krijgen, lopen wachttijden snel op en wordt het lastiger om ruimte te houden voor spoed.

Wat wij misschien nog wel het belangrijkste vinden, is vertrouwen. U mag erop vertrouwen dat wij zorgvuldig en professioneel werken. En twijfelt u aan ons advies? Dan mag u altijd opnieuw bellen. We denken graag met u mee.

Wij zijn trots op ons vak. Iedere dag zetten wij ons in voor goede, veilige en toegankelijke zorg. Niet als telefoniste die de deur dichthoudt, maar als zorgprofessional die samen met u kijkt wat op dat moment het beste is. Dus wanneer u ons belt en wij stellen u een paar extra vragen, weet dan dat dat niet is om lastig te zijn. Het is omdat we met u mee willen denken. Goede zorg begint vaak met een goed gesprek.

Assistente Romy Wibbelink & huisarts Tim olde Hartman



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@knegtmanadvocaten.nl

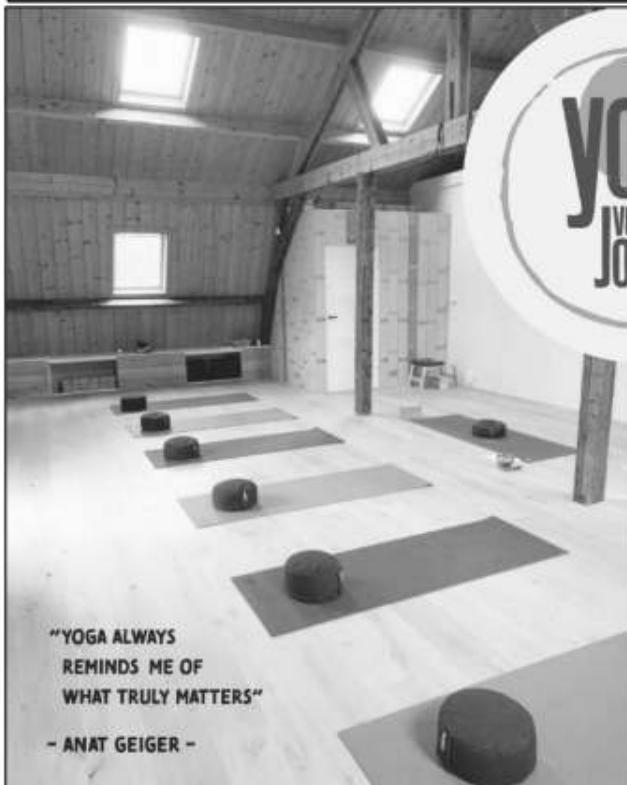


Op afspraak, kosteloos kennismakingsgesprek, vaste prijsafspraken mogelijk.
Iedere dinsdag- en donderdagavond om 20.00 uur kosteloos spreekuur op
afspraak in De Klif.

Voor met name:

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

www.knegtmansadvocaten.nl



"YOGA ALWAYS
REMINDS ME OF
WHAT TRULY MATTERS"

- ANAT GEIGER -

yoga
VOOR
JOU

PROEF
LES
€7,50

Maandag
20.00-21.15 Yin yoga

Dinsdag
19.30-20.30 Hatha flow

Woensdag
9.00-10.00 Core/stabiliteit
10.30-11.30 Hatha flow
20.00-21.15 Yin yoga

Locatie: De Deelfabriek | Dijkstraat 7 in Oosterhout
06-51586699 | info@dedeelfabriek.nl | www.dedeelfabriek.nl

**YOGA IS VOOR IEDEREEN EN KAN ZOWEL EEN FYSIEK, MENTAAL EN
EMOTIONEEL EFFECT HEBBEN, DAAR JE LIJF, HOOFD EN HART ALTIJD
VERBONDEN ZIJN EN ELKAAR BEÏNVLOEDEN.**

Yin yoga is een rustige/meditatieve vorm van yoga. Het helpt je om je mobiliteit en flexibiliteit te behouden en te versterken. Je verblijft 3 tot 5 minuten in een houding waardoor de stretch in het bedoelde gebied tot diepere lagen komt, je spieren, bindweefsel met een gezonde druk op je gewrichten. Het heeft een verstillend effect, je energie gaat beter stromen, je kalmeert via een meditatieve insteek met meer lichaamsbewustzijn.

Yang yoga, in dit geval Hatha vinyasa flow, is een dynamische vorm van yoga waarin je van asana naar asana beweegt synchroon met je adem, steeds terugkerend met je aandacht bij jezelf en je lijf. Je creëert zo meer lichaamsbewustzijn, kracht en flexibiliteit.

**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 stervensbegeleiding.

Aandacht geeft levenskracht



Marie-José
Voetreflex

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

 **Knuiman
Tuinplanten**

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

Sporthulpmiddel op maat uitproberen?



Voor sporters met een fysieke beperking is er in de regio Nijmegen Uniek Sporten Uitleen.

Wat houdt Uniek Sporten Uitleen precies in?

Sport en bewegen houdt je fit en het geeft plezier. Maar welke sport past het best bij jou? En waar vind je de benodigde sporthulpmiddelen? Uniek Sporten Uitleen zorgt ervoor dat mensen (18+) met een fysieke beperking binnen de regio Nijmegen (waaronder de gemeente Berg en Dal) sporthulpmiddelen kunnen uitproberen. Door de beschikbaarheid van sporthulpmiddelen vanuit een uitleenpool, kun je uit het brede aanbod van sporten uiteindelijk de sport kiezen die het beste bij je past.

Werkwijze

De sporter krijgt advies over het sporthulpmiddel en het gebruik ervan. Het middel wordt persoonlijk gepast en afgesteld op je wensen en tijdens de uitleenperiode is technische service en onderhoud beschikbaar. Indien nodig wordt het product afgeleverd op een gewenste locatie. Bovendien zitten er geen kosten verbonden aan deze dienst!

De sportrolstoel of ander hulpmiddel leen je dan minimaal een week tot maximaal vier maanden. Binnen die periode kun je een goed beeld krijgen of die sport bij jou past, zegt Monique Kalkman van Uniek Sporten Uitleen. "Ook of het fysiek bij je past. Als je wilt gaan basketballen maar je kunt die bal niet tot de hoogte gooien van de basket, dan kan ik me voorstellen dat het geen leuke sport is om te doen. Het kan dus zijn dat het aan je fysieke gesteldheid ligt dat basketbal geen optie is. Kom je daar na twee maanden achter en je wil bijvoorbeeld gaan rolstoelhockeyen met een andere rolstoel, dan is dat geen probleem bij Uniek Sporten Uitleen. Zo kun je meerdere keren een beroep doen op deze uitleenservice om te kijken wat bij jou past."

Na de uitleenperiode kan de gebruiker een rapport krijgen met de maten van het gewenste hulpmiddel. Met dit rapport kan men vervolgens naar de gemeente voor het aanvragen van het juiste sporthulpmiddel.

Hulpmiddelen

In de uitleenpool van Uniek Sporten Uitleen zijn zes hulpmiddelen beschikbaar, te weten de aankoppelbare handbike, vastframe handbike, EasySport ligdriewiel fiets, running frame, allround sportrolstoel en courtrolstoel. De dienst wordt mede mogelijk gemaakt door Uniek Sporten in samenwerking met Welzorg, NOC*NSF en Fonds Gehandicaptensport.

Contact opnemen?

Heb je vragen over Uniek Sporten Uitleen? Neem dan gerust contact op. Je kunt naar de website www.unieksporten.nl/uitleen of bellen naar 020-5840751. Ook kun je contact opnemen met de Regiocoördinator voor de regio Nijmegen: Erik Groenen, regionijmegen@unieksporten.nl

VOLLEYBAL

WIJ ZIJN 'NETIN', EEN GEZELLIG GROEPJE BUURTGENOTEN.
WE ZIJN OP ZOEK NAAR VERSTERKING VOOR ONS TEAM.
KOM GERUST EEN KEER LANGS EN MEESPELEN.

Vragen?  Netinnijmegen@gmail.com

 **DE KLIF | MAANDAG | 20.00 - 21.00**

ACHTERSTE DEEL VAN DE SPORTZAAL
ERVARING IS NIET VEREIST, EEN BEETJE BALGEVOEL IS WEL FIJN.



VERSIE 2025



INDOOR BOOTCAMP



Change
by sport

**14-DAGSE
PROEF
PERIODE**





**PERSONAL
TRAINING**



**GIESEN
ELEKTRO**

GIESEN ELEKTRO
Breeacker 1
6678 DG Oosterhout GLD

06 - 53 27 52 21
info@giesenelektro.nl
www.giesenelektro.nl

LICHT- EN KRACHTINSTALLATIES
STORINGEN
HUISAUTOMATISERING
RENOVATIES / ONDERHOUD / NIEUWBOUW

Orthodontiepraktijk Lent

Bij JTW keukens in Huissen & Duiven vind je inspiratie voor jouw droomkeuken



JTW keukens

BEZOEKADRES Huissen:
Kardstraat 95
6851 DG Huissen

BEZOEKADRES Duiven:
Cortgraaf 18
6921 EZ Duiven
(tussen IKEA en Loods 1)

 jansensvrouwen.nl

Bekijk en download onze nieuwe keukenbrochure hier:



**HAPTO
IN PRAKTIJK**

Groothandelsweg 3
6515 AH Nijmegen-Noord



Haptotherapie helpt je weer voelen, contact maken met je lichaam en betekenis geven aan wat je voelt.

Annemieke Suerink - haptotherapeut
Individuele begeleiding bij stress, grenzen én levensvragen

www.hapto-in-praktijk.nl | 06-49026353

Wil jij je vitaal in werk én leven voelen?



Krijg jij nog energie van jouw werk? Ben je op zoek naar meer balans in je werk-en privéleven? Vragen over je loopbaan?

Plan een gratis intakegesprek bij VITALoopbaan





Loop@VITALoopbaan.nl
Oude Groenestreet 56
Nijmegen
06-41396172

De Zonnebloem-loterij komt er weer aan!

De start van de landelijke lotenverkoop is op 21 april 2026. In de oude kern van Oosterhout komen onze vrijwilligers in de maanden mei en juni aan de deur. Bij de AH aan de Jonagoldstraat verkopen wij onze loten op zaterdag 9 mei. Mocht u ons gemist hebben, dan zijn onze loten ook te koop op de zomermarkt in augustus in Slijk-Ewijk.



De trekking van de loterij is op dinsdag 29 september 2026

Eén lot kost 3 euro, waarvan 2,25 euro naar onze plaatselijke afdeling gaat. Hiermee organiseren wij maandelijks een gezellige activiteit, waarbij we proberen de bijdrage voor onze senioren betaalbaar te houden. Met de aankoop van een lot steunt u een goed doel en... maakt u kans op hele mooie prijzen!

Vaarseizoen MPS de Zonnebloem feestelijk van start

MPS de Zonnebloem heeft de eerste vaarreis van dit seizoen achter de rug. De start van het vaarseizoen op maandag 2 maart kreeg een feestelijk tintje. Grootkoor Gelderland zwaaide de vakantiegangers en vrijwilligers uit en zong voor hen vanaf de kade in Arnhem. Dankzij het mooie weer begon de reis in een extra fijne sfeer. Inmiddels is MPS de Zonnebloem begonnen aan de volgende reis naar Duitsland. In totaal staan dit jaar 41 reizen naar verschillende bestemmingen op het programma.

Aandacht voor onze jubilarissen

Bij de eerste vergadering van dit jaar werden onze jubilarissen in het "ZB zonnetje" gezet.

- Fieke van Dam 25 Jaar! Fieke, all round inzetbaar en al jarenlang een drijvende kracht. Voor Fieke was er een zilveren speld met oorkonde van de Zonnebloem en een leuke attentie van onze afdeling.
- Teuni Nab 21 Jaar! Een harde, vriendelijke, serieuze werker en stille kracht. Teuni ontvangt na mooie woorden, een leuke en passende attentie.
- Ineke Degen 20 jaar! Voormalig secretaris en ook nu nog af en toe bereid deze taak te vervullen. Ineke heeft zich staande weten te houden ondanks moeilijke periodes. Een groot compliment waard. Haar cadeautje werd thuis bezorgd.
- Lies Menting 20 Jaar! Zeg je vrijwilliger, zeg je Lies. Een enthousiasteling, die niet alleen bij onze afdeling, maar ook jaarlijks met volledige inzet een week te vinden is op de ZB boot. Ook Lies heeft een leuke attentie ontvangen.

Wij vinden het geweldig en zijn trots op deze toppers!



Start van de lotenverkoop in 2025.

Wilt u contact opnemen met de Zonnebloem in onze regio?

Dat kan via zonnebloem.o.se.nn@gmail.com

FINALE OP 3 JUNI

12 & 13 MEI
19 & 20 MEI
26 & 27 MEI
2026

42STE EDITIE

STRATEN
VOLLEYBAL
TOERNOOI

DORPSHUIS DE SCHAKEL
DE HONSVOET 2, OOSTERHOUT
INSCHRIJFGELD: €25 PER TEAM

STRAATGENOTEN, VRIENDEN, COLLEGA'S, FAMILIE
VORM EEN TEAM:

✓ ELK TEAM BESTAAT UIT MINIMAAL 2 DAMES

✓ DE MINIMALE LEEFTIJD IS 16 JAAR

✓ START AVOND VANAF 19.30 UUR

✓ EEN SPEELAVOND PER TEAM EN WIE WEEET DE FINALE OP 3 JUNI

SCHRIJF JE SNEL IN!

STRATENVOLLEYVOLAMIE@GMAIL.COM
EN GEEF JE VOORKEURSAVOND DOOR.



de fysioo

Een gewone praktijk die het ongewoon goed doet

www.defysioo.nl



INTRODUCTIE AANBIEDING

2 weken zoveel lessen volgen als je wil!

Maak kennis met Core, Yin en Bikram yoga

25 euro

• www.almahotyoga.nl • 06-25234724 • info@almahotyoga.nl

VERBONDEN



PRAKTIJK VERBONDEN

coaching en ondersteuning in beginnende relatieproblematiek

06 - 28 15 72 93

www.praktijkverbonden.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

Di, Woe, Vrij 09.00 tot 12.00
13.00 tot 17.00
Donderdag 13.00 tot 17.00
18.00 tot 20.00
Zaterdag 09.00 tot 12.00
Zondag en maandag gesloten

Reparatie op afspraak!
☎ 06 18538212
www.defietsendokter-lent.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.

Like ons op Facebook: Fruitteeltbedrijf Veens

Let op: onze openingstijden zijn gewijzigd!
vrijdag geopend van 13:30 tot 17:30 uur
zaterdag geopend van 09:00 tot 16:00 uur

OOSTERHOUTSESTRAAT 4
6677 PS SLIJK-EWIJK
TELEFOON 0481-482242

Liefde is een werkwoord!

Ga vandaag aan de slag met je relatie

Maak verbinding, investeer in liefde

In Nijmegen-Noord draait alles om verbinding. Bij *PraktijkVerbonden* geloven we: liefde is een werkwoord! Begin vandaag nog met een preventief traject voor relatieproblematiek. Waarom wachten tot de problemen groter worden? Beter nu investeren in je relatie dan later repareren als het echt misgaat.

Waarom preventief werken?

Na jaren in de jeugdhulpverlening te hebben gewerkt, ontdekte ik hoe cruciaal het is om vroegtijdig in te grijpen. Relatieproblemen creëren niet alleen onvrede, ze hebben ook invloed op de kinderen. Mijn aanpak richt zich op die eerste barstjes, zodat stellen weer de verbinding voelen die ze ooit hadden.

Een verschil maken

Mensen bellen niet vaak als het goed met ze gaat, maar pas als de spanning oploopt. Die momenten wanneer stellen het licht zien en weer samen groeien. Het dragen van begrip en liefde naar elkaar is wat ons drijft. We creëren samen een veilige basis.

Op naar de toekomst

De grootste uitdaging? Meer stellen bereiken en het belang van preventieve hulp benadrukken. Veiligheid voor de kinderen komt eerst. Hoe meer we hierover praten, hoe gezonder onze gemeenschap wordt.

Een betere buurt

Gemeenschappen bloeien op als we de moed hebben om hulp te vragen. Samen zorgen we ervoor dat onze kinderen opgroeien in een omgeving vol liefde en begrip. Nijmegen-Noord, laten we samen investeren in een sterke toekomst.

Patty Dekkers

www.praktijkverbonden.nl

info@praktijkverbonden.nl

VERBONDEN



Column: Huizenprijzen

Door Hans Garritsen



De prijzen van koopwoningen en de hoogte van huren is al jaren een landelijk probleem, dus ook in onze wijk. Je moet al huiseigenaar zijn en een flinke overwaarde hebben om een ander, vergelijkbaar, huis te kunnen kopen. Sta je aan het begin van de rit, dan heb je een steuntje van je ouders nodig of twee heel goede banen met dito salarissen om een speler op de markt te kunnen worden. Voor huren in de vrije sector ligt de zaak weer anders, maar twee gegarandeerde inkomens of een leuke spaarpot is wel bittere noodzaak.

En er wordt tegenwoordig van je verwacht dat je een sollicitatiebrief schrijft. Ik ken meerdere mensen, die aan de juridische eigenaar van een wooncomplex of van een losse woning een brief schrijven met een uitgebreide toelichting op wie ze zijn, hoe leuk ze zijn, waarom ze juist die woning willen en hoe goed ze tussen de andere bewoners zouden passen. Zoals je vroeger jezelf in een studentenhuus moest voorstellen. Aan een goede briefschrijver wordt het huis of appartement dan 'ge Gund'. Ook hier is de markt weer enigszins uit de rails gelopen vanwege de schaarste. En volgt de onroerend-goed belasting de markt in sommige gemeenten op de hielen, in andere wat trager; lastig voor degenen die al een huis hebben verworven.

Wat is er toch aan de hand? Het kopen van een huis is het ideaal geworden. Decennia geleden was dat lang niet zo vanzelfsprekend als nu. Hier is de politiek aan zet. Daarnaast is de huizenmarkt nog steeds voor het overgrote deel gebaseerd op een gezinswoning: man, vrouw, twee kindjes. Maar de maatschappij is veranderd. Steeds meer mensen wonen alleen.

Daarnaast zijn er andere samenlevingsvormen. Ouderen en jonge mensen zoeken naar kleine woningen, soms met een werkplaats, waarin je ook dingen als burensamen kunt doen. Het aantal kinderen wordt kleiner. Hoe komt het toch, dat er zo traag ingespeeld wordt op dit soort ontwikkelingen? Weet u het?

Voel je dat je bent blijven doorgaan?




Je lichaam vertelt je al een tijdje dat het anders mag.

Kom proeven hoe Qigong en Qi-Yin je helpen reguleren. Door te bewegen, ademen en je lichaam te voelen.

Lent:
Woensdag 09:00 Qigong
– locatie De Ster

Nijmegen:
Zaterdag 09:30 Qi-Yin
– locatie Anahatha



Meer informatie:
www.kamalabvkelty.nl

Of aanmelden:
kamalabvkelty@gmail.com



Kom eerst ervaren:
3 lessen voor €25,-
Met een proeflessenreeks is flexibel inzetbaar op de locaties.



CHIROPRO
gezond in beweging met chiropractie

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

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

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

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

Edith Plofstraat 110c te Lent



De Zon
OP 'T EILAND

Een uniek stukje Nijmegen...

Kom langs voor lunch, borrel, diner of een ijsje. Neem een koffie mee tijdens je wandeling of geef een feestje..!

www.cafedezonlent.nl - Oosterhoutsedijk 16



Afscheid nemen kent vele vormen. Bij Limes draait het om een **persoonlijke uitvaart** met **liefdevolle aandacht** voor jou en jouw dierbare.

Benieuwd naar meer? Scan de QR-code.





Regio Nijmegen e.o. 024-220 00 50 | LimesUitvaartzorg.nl

Qigong is geen oude-mensen-yoga

Als mensen me vragen wat ik doe, zeg ik: "Ik geef Qigong-lessen." Het antwoord is bijna altijd hetzelfde: "Oh, is dat niet iets voor ouderen?" Ik snap het. Als je Qigong googelt, zie je grijze hoofden in een park. Langzame bewegingen. Iets wat eruit ziet alsof het misschien wel fijn is als je 70+ bent. Maar ik ben ruim 40. En Qigong heeft mijn leven veranderd.

Van doorrennen naar durven voelen

Jarenlang deed ik wat je "hoort" te doen: hardlopen, fitness, volhouden. Mijn lijf protesteerde, maar ik luisterde niet. Tot mijn lichaam zei: dit niet meer. Burn-out, overprikkeling, een zenuwstelsel op alarm. Toen kwam ik bij Qigong en Yin Yogaterecht. Niet om te presteren, maar om terug te keren naar mezelf.

Wat Qigong eigenlijk doet

Qigong reguleert je zenuwstelsel. Het helpt je ontspannen zonder slap te worden. Het geeft energie zonder je op te jagen. En het leert je iets wat we compleet verleerd zijn: luisteren naar je lijf. Niet doorduwen. Niet negeren. Gewoon voelen. De mensen die bij me komen zijn niet 70+. Het zijn vrouwen van 30, 40, 50 die moe zijn van altijd voldoen. Die geen zin hebben in bootcamp, maar ook niet alleen op de bank willen zitten. Die klaar zijn om te stoppen met passen in hokjes die niet van hen zijn.

Het is geen sport, het is een reset

In mijn lessen haast niemand, presteert niemand. Je beweegt zacht, zonder dwang. Je observeert je lichaam zonder oordeel. En langzaam merk je: kalm hoofd, lichaam dat leeft, slaap die



werkt. Het past bij een lichaam dat om zachtheid vraagt. Om regulatie. Om herstel. Dus nee, Qigong is niet alleen voor ouderen. Het is voor iedereen die vitaal en gezond wil blijven, maar voelt dat hun lijf om iets anders vraagt dan de sportschool. Het is voor mensen die beseffen dat stilstaan geen zwakte is, maar wijsheid.

Kelly Voorn – Kamala by Kelly, Bommel
Voor vrouwen die niet bang zijn om te vertragen.
Qigong groepslessen • Online pakket Kamala Thuis
1-op-1 sessies • www.kamalabykelly.nl

TRAINER/COACH GEZOCHT!

Training: dinsdagavond
Wedstrijd: donderdagavond

GEZELLIG
FANATIEK
LEERGIERIG
PLEZIER

Dames 1

INTERESSE OF VRAGEN?
DAISY.VOLAMIE@OUTLOOK.COM
VOLAMIE.NL

Limerick

Er was eens een grietje uit Groenlo
die nam het qua zeden maar zo-zo.
Haar moeder vroeg boos:
"Was het Bart, Jan of Koos?
Van wie is verdomme mijn kleinzoon?"

Door Lieke Wolswijk



Tekening: Hans Garritsen




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



Eerden Makelaardij & Taxaties
uw woning in goede handen

Verkoop - Aankoop - Taxatie van woningen
Al 24 jaar gevestigd in Nijmegen Noord
Hofkersstraat 3 Nijmegen

06-30971076
024-2600062

Eerden Makelaardij & Taxaties
Marc Eerden, Register Makelaar - Register Taxateur







Wijkkliniek CWZ Waalsprong

- > **Makkelijk:** spreekuren van bijna alle specialismen bij jou om de hoek.
- > **Vertrouwd:** steeds dezelfde dokters en dokters-assistenten.
- > **Handig:** na het consult meteen medicijnen mee van de CWZ-apotheek.
- > **Snel:** röntgenfoto en MRI zo ingepland.
- > **Fijn:** koffie of thee én gratis parkeren.

Carbatinastraat 3
6515 GM Nijmegen
024 365 70 80



Verkoop kerkelijke goederen St. Leonarduskerk Oosterhout

In verband met de sluiting van de kerk op 1 juni zal er op zaterdag 18 april een kijkdag zijn voor de kerkelijke goederen, bijvoorbeeld de kerkbanken. Men kan dan een keuze maken wat men hebben of kopen wil. Onze vrijwilligers hebben voorrang en kunnen tegen gereduceerd tarief kopen. Als men goederen wil hebben, dient dat direct ter plaatse worden afgerekend. De goederen worden dan van uw naam voorzien.

Op 9 mei is de definitieve verkoopdag. De gereserveerde spullen kunt u dan ophalen. Als het om kerkbanken gaat, moet u deze zelf demonteren en afvoeren.

De kijkdag 18 april is van 14.00 – 17.00 uur. De verkoopdag 9 mei is van 10.00 – 14.00 uur. Als u op een van deze data niet kunt en u bent wel geïnteresseerd in onze goederen, kunt u een afspraak maken via ons mobiele nummer: 06 - 2078 4330.

Adres: Dorpsstraat 16, 6678 BH Oosterhout

Locatiepastoraat Leonardus Oosterhout



Foto: Toon de Vos

Klimaatvrijplaats bij de Warmoes

Wat is de Klimaatvrijplaats?

De transitie naar klimaatrechtvaardigheid en een leefbare planeet vergt een lange adem. Het Humanistisch Verbond organiseert De Klimaatvrijplaats voor mensen die zich inzetten voor het klimaat. Het kan zijn dat je daarbij tegen gevoelens van moedeloosheid en energieverlies aanloopt. De Klimaatvrijplaats biedt hiervoor een plek waar je deze ervaringen deelt en gelijkgestemden ontmoet. Je hoeft geen keiharde activist te zijn om mee te doen. De Klimaatvrijplaats is voor iedereen die graag anderen ontmoet die zich ook zorgen maken over het klimaat en zich daar niet goed raad mee weten.

De Klimaatvrijplaats bestaat uit een aantal bijeenkomsten geïnspireerd op de seizoenen en onder andere het werk van de onlangs overleden Boedhist, ecofilosoof en activist Joanna Macy. Haar werk staat voor radicale verbondenheid met alle dingen in het leven. Elk seizoen is er een samenkomst van een dag met een vaste groep deelnemers van ongeveer 20 mensen en twee professionele trainers, Nienke van Ittersum en Jette van Ravesteyn. Deelname is gratis, maar niet vrijblijvend. Voor het proces is het belangrijk om minimaal drie van de vier de dagen aanwezig te zijn.

Wanneer is de Klimaatvrijplaats?

Dit jaar zijn er nog drie bijeenkomsten:

- zaterdag 18 april 2026
- zaterdag 6 juni 2026
- zaterdag 4 juli 2026

Locatie: De Warmoes, Griftdijk Noord 11, Lent

Waarom doet het Humanistisch Verbond dit?

We vinden het belangrijk om maatschappelijke initiatieven te ontplooiën, onze verbinding met de natuur opnieuw te kunnen (be)denken, en kunnen het ons veroorloven daar niet altijd iets voor terug te willen.

**HUMANISTISCH
VERBOND**

VANNATURE

fair, biologisch, lokaal

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



Gerard Noodtstraat 135 - Nijmegen
mét Gratis parkeerplaatsen

www.VanNature-Nijmegen.nl

Studenten
krijgen 10%
korting!

Vaak overprikkeld?

De Beweegpraktijk leert u hoe
prikkelverwerking werkt bij jong &
oud en helpt balans te (her)vinden. De
Beweegpraktijk helpt!



DEBEWEEGPRAKTIJK

De Beweegpraktijk

voorheen Deontfentherapie Gerard de Lint

De Boog, Lent
Noord (Oosterhout), Nijmegen
Oud West, Nijmegen
Thermion, Lent

scan QR-code
voor contact!



FORTUNA KLINIEK VOOR TANDHEELKUNDE

Uw glimlach voor een betere wereld

Op zoek naar een fijne tandarts?

We staan graag met ons enthousiaste team van
preventie-assistenten en mondhygiënisten voor u klaar!

Nieuwe patiënten zijn welkom!

Inschrijven kan online, maar ook telefonisch.

024-2036180 | info@fortunakliniek.nl

Gezondheidsplein in De Boog
Dick Boerrigterplein 2 | 6663 RC Nijmegen | www.fortunakliniek.nl



Cuppingmassage

30 min € 40
45 min € 55
60 min € 70



STUDIO BY-K

Voor lichaam, balans & bewustwording



www.studio-by-k.nl

€ 10 korting op je eerste
behandeling!

Dé hypotheekspecialist in uw wijk!

- Volledig onafhankelijk hypotheekadvies
- Keuze uit alle geldverstrekkers
- Afspraak op kantoor, via beeldbellen of op locatie
- Een oriënterend gesprek is kosteloos
- Complete begeleiding t/m de notaris



Bel, mail of app:

T: 06-30929906

E: floris@financielemeesters.nl

FINANCIËLE MEESTERS

Meesters in de hypotheek

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

Verveel je je? Tijd voor werk dat je energie geeft!



ADHD, HSP, dyslexie of
hoogbegaafdheid? **Jouw
brein is je superkracht!**

Monique Brouwer helpt
je werk vinden waarin
jij **groeit, floreert** én
gewaardeerd wordt om
wie je écht bent.

Boek vandaag jouw gratis loopbaanscan
Scan de QR of check www.derodedraad.com



De wijkendeal (3)

Op 31 oktober 2024 was er een bijeenkomst in de Warmoes voor inwoners van heel Nijmegen-Noord om mee te denken over wat zij graag zouden willen in hun wijk. Waar was behoefte aan? Welke initiatieven konden worden ontplooid? Deze goedbezochte brainstormbijeenkomst vond plaats in het kader van de wijkendeal.

In de loop van 2025 hebben de mensen achter de Dorpsschuur, de Warmoes en het Buitenhuis een plan geschreven. Deze plannen zijn samengevoegd en ook is er een samenwerkingsovereenkomst geformuleerd. Zie ook het artikel hierover in BEN 6-2025. In BEN 1-2026 is één van de samenwerkingspartners uitgelicht: het Buitenhuis. Hieronder een stukje over een andere partner: de Dorpsschuur op Veur-Lent.

De Dorpsschuur in de wijkendeal

Deze keer spreek ik Peer Scheepers van de Dorpsschuur. Deze voormalige opslagplaats voor de veerdienst en timmerwerkplaats is een van de weinige historische gebouwen in Lent. Het gebouw staat op de Oosterhoutsedijk 29 op Veur-Lent en is de afgelopen 25 jaar vooral bekend door de kunstexposities die er vaak zijn in de weekenden. Peer Scheepers is secretaris van de stichting die de Dorpsschuur beheert, Lent800.

Wat betekent het voor de Dorpsschuur om mee te doen aan de wijkendeal?

“Als je kijkt naar hoeveel mensen er wonen in Lent, zijn er weinig ontmoetingsplekken. Terwijl zo’n snelgroeiende gemeenschap juist behoefte heeft aan plekken om elkaar te leren kennen en waar laagdrempelige en betaalbare activiteiten worden georganiseerd. We willen graag dit soort activiteiten organiseren, maar er zijn wat nieuwe spullen nodig en dus ook geld. Ook moeten we huur betalen aan het Waterschap, de

eigenaar van het gebouw, en door tijd vrij te plannen voor activiteiten lopen we inkomsten uit verhuur mis. De wijkendeal helpt ons om beide dingen op te vangen.”

Wat gaat er nu als eerste gebeuren?

“We hebben al een gedeelte van ons oude, zware meubilair vervangen. De volgende stap is het aanleggen van een kleine koffiehoeek en boven het plaatsen van een nieuwe keuken met meer ruimte en mogelijkheden.”

Aan wat voor activiteiten wordt gedacht?

“Kleinschalige muziekoptredens, filmavonden, spelletjesavonden. Eigenlijk alles waarbij mensen elkaar kunnen ontmoeten en ontspannen. Momenteel is er elke maand het Dorpsuurtje waar mensen gezellig een bakje koffie kunnen drinken en soms foto’s en filmpjes kijken of een spelletje doen. Laatst was er een optreden van de zanger Berry Bakker die ons meenam op een muzikale reis door het leven. Bij het kaartje inbegrepen was een drankje na afloop bij De Zon (aan de overkant). Alle ideeën en hulp zijn overigens welkom.”

Hoe zou je kunnen helpen?

“In elk geval met het aandragen van ideeën, maar ook door bijvoorbeeld gastvrouw of -heer te zijn bij een activiteit of door een flyer te maken. Ik zou zeggen: neem gerust contact op, dan bedenken we samen hoe we hier invulling aan kunnen geven.”

Tekst: Marion Zwart

Lijkt het je leuk om in de Dorpsschuur te helpen met (het bedenken van) activiteiten? Stuur een berichtje naar support@dorpsschuur.nl of via het contactformulier op www.dorpsschuurlent.nl



(busybike)

Laat je fiets het werk doen!

Fietsen direct uit voorraad leverbaar!
 o.a.
 Urban Arrow
 Bakfiets.nl
 Bullitt
 Douze Longtail



Sinds 2012 specialist in bakfietsen, transportfietsen en familiefietsen

Gevestigd in Nijmegen
 (in de Nyma naast de Oversteek) en Elst

www.busybike.com info@busybike.com 024 - 42 00 155

TANDARTS LENT

Wij nemen nieuwe patiënten aan!

Schrijf je in via www.tandartsdent.nl
 of
 Bel voor een afspraak met 024-3230030

Ook speciaal voor kids!



info@tandartsdent.nl Dorpsplein 3, 6663 CS, Lent

Ben jij hooggevoelig? Wil je bewuster in het leven staan? Je verder persoonlijk ontwikkelen? Loop je vast en VOEL je dat het anders kan maar je weet niet hoe? Ik ben energetisch en sensitief coach. Ik voel intuïtief aan wat jij nodig hebt om veranderingen in je leven aan te brengen waardoor jij weer in je kracht gaat staan.

Daarnaast geef ik energetische behandelingen waardoor jij gaat leven vanuit je levenskracht, beter slaapt, pijnklachten verlichten en je zelf weer tot inzichten komt die je verder helpen op je levenspad. Maak vrijblijvend een afspraak om kennis te maken met mijn manier van werken.



Allinda Gerritsen Weustink
 06-2488 4771
 Waaldijk 29, Slijk-Ewijk
Allinda@dagelijksbewust.nl
www.dagelijksbewust.nl

15 jaar

InBeeld Makelaardij!

Afgelopen maand succesvol VERKOCHT in Nijmegen-Noord:



Pijlpuntstraat 66



Pijlpuntstraat 30



inbeeld makelaardij

te koop
inbeeld makelaardij
 Jouw nieuwe woning?



Google ★★★★★ 4,9
 Funda ★★★★★ 9,5

Jouw woning verkopen?
 Bel of mail ons gerust voor een vrijblijvende waardebeoordeling!
 0248457440 - info@inbeeldmakelaardij.nl



Jongerenwerk van Bindkracht10 organiseerde een gezamenlijke Iftar

Op donderdag 12 maart organiseerde het jongerenwerk van Bindkracht10 een gezamenlijke Iftar voor jongeren en buurtbewoners. De avond stond in het teken van ontmoeting, verbinding en het samen beleven van de Ramadan.

Tijdens de Iftar komen mensen na zonsondergang samen om het vasten te verbreken. Voor veel jongeren is dit een belangrijk moment binnen de Ramadan, maar ook een mooie gelegenheid om anderen uit de wijk te ontmoeten. Met deze avond wilde het jongerenwerk van Bindkracht10 een warme en open plek creëren waar jongeren, bewoners en professionals elkaar konden leren kennen.

De jongeren droegen zelf ook bij aan de avond door eten en drinken mee te nemen om met elkaar te delen. Hierdoor ontstond een gevarieerde tafel met verschillende gerechten en



smaken, wat zorgde voor een extra gevoel van samenhang.

Bij de voorbereidingen kreeg het jongerenwerk hulp van de dames van Potje Gezellig. Dit bewonersinitiatief organiseert momenten waarop buurtbewoners samen koken en eten, met als doel elkaar beter te leren kennen en de gezelligheid in de buurt te vergroten. Hun inzet en hulp bij het voorbereiden van het eten droeg bij aan een warme en gastvrije sfeer tijdens de avond.

De bijeenkomst vond plaats in een gezellige en informele setting. Na een korte inleiding werd gezamenlijk het vasten verbroken met dadels en water, waarna iedereen samen aan tafel ging voor de maaltijd. Er was volop ruimte voor gesprekken, het delen van verhalen en het leren kennen van elkaars achtergronden.

Het doel van de avond was om verbinding te stimuleren tussen jongeren uit verschillende culturen en de buurt. Door samen te eten en tijd met elkaar door te brengen ontstonden waardevolle ontmoetingen en nieuwe contacten. Met de gezamenlijke Iftar wil Bindkracht10 bijdragen aan een sterkere en meer verbonden wijk, waarin ruimte is voor ontmoeting, begrip en samenwerking.

Olivier Hulskotte, Jongerenwerker / Jongerenstip | Bindkracht10



DE HUISKAMER
ONTMOET & VERBINDT

De Huiskamer is elke woensdag van 10.30 - 12.30 uur in dorpshuis De Schakel, De Honsvoet 2 in Oosterhout.

Weer of geen weer, de vrijwilligers in de Huiskamer van Oosterhout staan klaar om alle gasten te ontvangen en te voorzien van koffie of thee en lekkers. Zij zorgen vooral voor veel gezelligheid en hartelijkheid. De vaste bezoekers weten dat en vinden het heerlijk om elkaar elke week weer te ontmoeten. Ook als er geen speciale activiteiten gepland zijn, is het supergezellig en wordt er veel gelachen.

Het programma voor de komende maanden staat hiernaast.

April

15-04: Handwerken (onder begeleiding) en soep eten
22-04: Bridgen
29-04: Geen extra activiteit bekend

Mei

06-05: Theedoosjes maken (Greet) en soep eten
13-05: Handwerken (onder begeleiding) en rikken
20-05: Soep eten
27-05: Bridgen en handwerken (onder begeleiding)

Juni

03-06: Handwerken (onder begeleiding) en soep eten
10-06: Sam-Sam (groep?) en rikken
17-06: Notaris (Erfrecht) (onder voorbehoud)
24-06: Sjoelwedstrijd en bridgen

Juli

01-07: Spellen à la Greet en soep eten
08-07: Musical Sam-Sam en rikken

Vanaf 15 juli t/m 26 augustus zijn er geen activiteiten, wel koffie en thee drinken en soms een verrassing van één van onze vrijwilligers.

Brandweer Lent: veel meer dan blussen alleen

Tekst: Hans Garritsen, foto's: Toon de Vos.

Een (sloop-)auto op de grote parkeerplaats van de brandweerpost in Lent. U kent het gebouw met de markante buitenkant vast: achter het Citadelcollege, aan het begin van de omrij-route die je moet nemen om niet door 'de knip' te rijden. Weinigen kennen het van binnen. Als redactie van BEN zijn we uitgenodigd om nader kennis te maken met de brandweer.

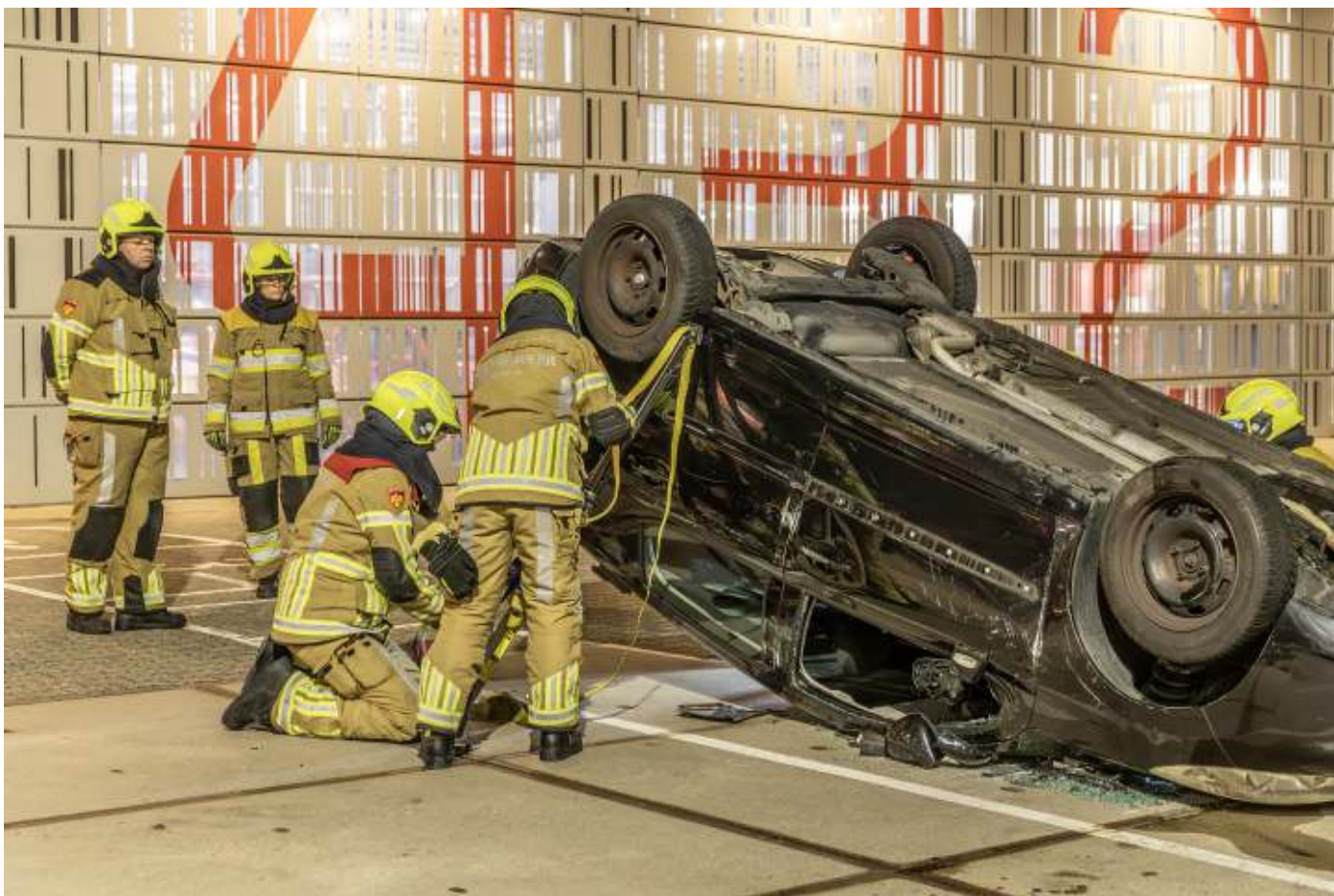
Oefenavond

Het is maandagavond: oefenavond. De groep aanwezige vrijwillige brandweermensen is in tweeën gesplitst: een deel verdwijnt naar een kamer met een groot scherm voor theorieles. Een ander deel trekt zijn of haar pak aan en loopt door naar de grote parkeer- en oefenplek aan de achterkant van de post. De oefening heet: stabilisatie. Ik ken dat van de EHBO-cursus: het slachtoffer stabiliseren. Maar hier gaat het vanavond niet om een slachtoffer. Het gaat om de auto die er staat. Niet meer strak in de lak, maar er hoeft ook niet mee gereden te worden. Er wordt van alles uit de grote brandweerauto gehaald, die er inmiddels naast staat. Blokken; een soort van krikken; hoezen

die de brandweermensen (en, indien aan de orde, inzittenden) moeten beschermen tegen scherpe metaalranden. Het idee is: deze auto is betrokken geweest bij een ongeluk en staat dwars op de weg of op een hellende ondergrond. Leerpunt: hoe zorg je ervoor dat de auto niet verder kan glijden of hellen, voordat je aan het werk gaat om eventuele inzittenden te kalmeren en bevrijden en de auto af te laten slepen? Ook de veiligheid van de brandweermensen zelf is in het geding. Een gewonde brandweerman of -vrouw kan niet (goed) functioneren.

Er gebeurt van alles met de auto. Eerst wordt ervoor gezorgd dat de wielen geblokkeerd zijn. Daar zijn de blokken dus voor! Daarna volgt een oefening met een auto die op de kop ligt. Die is natuurlijk niet op bestelling leverbaar, dus combineren zes manschappen hun krachten. Ze krijgen het, met gebruik van enige krachttermen, voor elkaar: het ding ligt ondersteboven. Nu moet er opnieuw voor zorggedragen worden dat de auto niet door kan rollen of glijden. Dat gebeurt met een soort van driehoekconstructie, die tegen de auto wordt gezet op twee





plaatsen. Vanaf dat moment kan de brandweer verder, met de veiligheid van alle betrokkenen zoveel mogelijk gegarandeerd.

Taken

We zijn eerder welkom geheten door twee van de brandweervrijwilligers: Paul en René. Paul is naast manschap en bevelvoerder ook degene die als niet-repressieve taak de PR en communicatie verzorgt binnen deze post. Een repressieve taak bij de brandweer houdt in: actief brand bestrijden en hulpverlenen bij ongevallen. De rol van René als groepschef is dus een niet-repressieve taak. Andere voorbeelden van taken bij de brandweer die niet repressief zijn, zijn: toezicht, inkoop en onderhoud materiaal, personeelszorg enzovoort.

Paul beheert de Facebook- en Instagram-pagina en organiseert open dagen. Twee jaar geleden ongeveer was er nog een open dag hier, vertelt hij, die heel veel belangstellenden trok. Dus de vrijwilligers hebben naast hun taken tijdens een uitruk ook andere taken om de post te runnen. René is naast manschap, chauffeur en bevelvoerder op de grote brandweerauto ook groepschef, en vertegenwoordigt de vrijwilligers binnen de organisatie.

Als er uitgerukt wordt voor een incident zitten er in principe vier manschappen in de auto + 1 bevelvoerder, en uiteraard de chauffeur. De bevelvoerder verdeelt de taken, bespreekt de aanpak en coördineert. Daarnaast heeft ieder zijn of haar eigen taak. Alle vrijwilligers krijgen een basisopleiding tot manschap.

Die duurt twee jaar. Je leert dan alle voorkomende handelingen en procedures, zodat je allround bent. Daarbovenop heb je de specialisaties: chauffeur, pompbediener, oppervlaktewaterzwemmer (hulpverlening op open water of ijs), enzovoort. Dat zijn aansluitende opleidingen. Maar ook kijkt men naar wat een sollicitant zelf al kan of waar iemand goed in is. Een automonteur, een elektrotechnicus, maar ook iemand die goed is in het geruststellen van mensen, ieder wordt ingezet op de eigen kwaliteit. Maar, stellen Paul en René, alles komt neer op samenwerking en vertrouwen in elkaar. Je moet snel kunnen inschatten en handelen, op elkaar letten en elkaar steunen.

We maken veel mee, zegt Paul. Mooie dingen, maar ook afschuwelijke gebeurtenissen. Dat betekent ook dat je emoties hebt en die moet kunnen uiten. We praten met elkaar, maar er is ook nazorg beschikbaar. Er is geen 'beter' en 'slechter', geen hoger of lager in rang onder elkaar, geen concurrentie.

Vrouwen in het corps

Ik praat met Daniëlle, een van de twee aanwezige vrouwelijke brandweermensen. Beide dames zijn in opleiding. Daniëlle is werkzaam bij de Veiligheidsregio Gelderland-Zuid op kantoor en werkt vaak in Lent. Ze heeft ervoor gekozen om zich daarnaast ook in te zetten als brandweervrouw en de opleiding te volgen. Ze is bijna klaar, zegt ze. "Ik wil bijdragen aan de paraatheid in de dagsituatie." Ik vraag of het als vrouw anders is; de meeste vrijwilligers zijn mannen. "Het maakt niet uit," zegt ze. "Als je het pak aan hebt is iedereen gelijk." Natuurlijk, fysiek is ze vaak

minder sterk dan mannen. Maar het komt lang niet altijd aan op kracht. Je draagt bij aan het team, met je eigen specialisatie. In haar geval is dat onder andere praten met de slachtoffers in een incident. Maar voor het team is het wel goed, vrouwen erbij. Het verandert toch de sfeer. Ik zeg dat ik begrepen heb dat het soms moeilijk is vrouwen lang vast te houden als vrijwilliger. "Dat kan," zegt Daniëlle. "Soms zijn er redenen om eerder te stoppen dan je had gewild. Maar dat is ook een algemeen verschijnsel in onze maatschappij: mensen blijven vaak maar een paar jaar vrijwilligerswerk doen of een betaalde baan, dan zoeken ze weer naar iets anders. In die zin is er weinig onderscheid."



Oefenplekken gezocht

René schiet me aan. "Wil je in het verhaal meenemen dat we oefenplekken in de Waalsprong nodig hebben?" Ik vraag wat hij onder een oefenplek verstaat. Het blijkt te gaan om gebouwen, instellingen, openbare plekken waar een crisissituatie kan ontstaan. Eigenlijk overal dus. Denk aan appartementencomplexen, scholen, een kantoor, een bedrijf. Overall kan iets gebeuren. Paul: "Als we ergens geweest zijn weten we waar de ingangen zijn, hoe de plattegrond eruitziet en wat we kunnen verwachten. Om ons heen schieten de woontorens de lucht in. Sommige kennen we, anderen totaal niet. Natuurlijk zijn er afspraken over hoe we ergens binnenkomen, waar wateraansluitingen zitten. Maar in een



onbekende omgeving ben je langer bezig de weg te vinden, en in sommige situaties telt elke minuut. Dus schoolleiders, gebouwenbeheerders, ondernemers; nodig ons uit voor een gesprek en samen kijken we om een keer bij jullie te oefenen!"

Vrijwilligers

Hoe zit het met de vrijwilligers, vraag ik. Hebben jullie nog mensen nodig en wat wordt er van ze gevraagd? Paul: "Op dit moment hebben we er genoeg op deze post. Maar dat kan natuurlijk een keer veranderen. Kijken kan altijd, je oriënteren." René is de contactpersoon voor vragen; zijn e-mailadres staat onderaan dit artikel. "Wat betreft de algemene eisen aan vrijwilligers: in beginsel is iedereen welkom, vanaf achttien jaar tot in de vijftig, mits je binnen vijf minuten op de kazerne kunt zijn. Je solliciteert en bij aanname krijg je een fitheidstest en een psychologische test, want we willen stabiele persoonlijkheden. Dan volgt zoals gezegd een tweejarige opleiding en kun je je na een tijdje specialiseren. We oefenen eenmaal per week een avond. De belasting is dus standaard op maandagavond. Zodra je in de opleiding zit en ook daarna kun je ook opgepiept worden, 24/7. Dat natuurlijk altijd onder voornaarde van beschikbaarheid! Er kunnen situaties zijn dat je echt niet weg kunt of weg wil. Dat kan belastend zijn voor je gezin. Die moeten erachter staan. We besteden ook aandacht aan gezinsleden overigens: het is voor hen niet altijd gemakkelijk. Maar het is een fantastische job, als je eenmaal ervaren hebt wat je kunt bijdragen aan een menselijke en veilige maatschappij!"

De sloopauto is weer keurig op zijn bandjes gezet. De glasscherven en wat metalen strips die eronder vandaan komen worden opgeruimd. Tijd om even na te praten en een glaasje! Onze fotograaf maakt nog een mooie groepsfoto, acht mannen en vrouwen voor de auto.

Informatie en vragen naar aanleiding van dit artikel:
rene.kuhnen@vrgz.nl

Wil je op de hoogte blijven over de inzetten van Brandweer Lent? Volg ze op www.facebook.com/BrandweerLent of www.instagram.com/brandweerlent

Brandweer Lent is een onderdeel van de Veiligheidsregio Gelderland-Zuid (VRGZ), een samenwerkingsverband van veertien gemeenten in Gelderland-Zuid. Brandweer, ambulance en crisisbeheersing (waaronder ook preventie valt en de centrale meldkamer van 112) werken hierin samen. Partners zijn gemeenten, politie en andere veiligheidsregio's. Vroeger waren brandweerkorpsen en ambulancediensten vaak gemeentelijk georganiseerd. Dat is al een tijd niet meer zo. In de regio en indien nodig daarbuiten, wordt intensief samengewerkt om zo goed mogelijk op crises te reageren en waar mogelijk te voorkomen.

De brandweer in deze veiligheidsregio heeft in totaal 36 posten. Dat zijn er drie in Nijmegen (twee 24 uur bezette posten Centrum en West, en één vrijwillige post Lent) en verder verspreid over de genoemde veertien gemeenten. Bij de verspreiding kijkt men vooral naar de locatie: hoe zorg je ervoor dat de brandweer zo snel mogelijk elk willekeurig punt in de regio kan bereiken? De post Lent heeft twintig vrijwilligers, waarvan twee in opleiding. Dus achttien actieve volledig inzetbare brandweermensen.

De eerste mythe over de brandweer: het zijn allemaal beroepsmensen, die er gewoon zijn volgens rooster, hun werk doen en de volgende calamiteit afwachten op de kazerne. Dat klopt dus niet! Het zijn vrijwel allemaal vrijwilligers die gewoon hun dagelijks werk hebben, een gezin, hobby's, enzovoort. Maar wel elke nacht uit bed gepiept kunnen worden en dan binnen vier minuten op de post zijn. Ze komen dus allemaal wel uit de wijk zelf!

Tweede mythe over de brandweer: hun werk bestaat grotendeels uit blussen. Klopt ook niet. Ze omschrijven zichzelf als hulpverleners. Ze knippen auto's open om mensen eruit te halen na een ernstig ongeluk. Ze redden drenkelingen, of zoeken ze, als redden niet meer mogelijk is. Ze halen dieren uit het water en bomen en mensen uit liften. Ze praten met slachtoffers, waaronder kinderen, die in paniek zijn, en proberen ze rustig te krijgen. Ze zorgen dat oudere mensen die niet meer kunnen lopen hun appartement op driehoog kunnen verlaten.

Een enorm veelzijdige job.





wij zoeken **PEDAGOGISCH MEDEWERKERS**



Kom werken bij KINOP Griftdijk, Kinderopvang in Nijmegen Lent. Als pedagogisch medewerker ben je onderdeel van onze familie, waar we samen zorgen voor een veilige en liefdevolle omgeving voor de kinderen. Samen geven we kinderen de beste start in hun leven. Hierbij bieden we hen ondersteuning, verzorging en aanmoediging om hun eigen unieke pad te ontdekken.

Bij KINOP bieden we een inspirerende werkomgeving waarin je de ruimte krijgt om je talenten te ontplooiën en jezelf te blijven ontwikkelen.

Reageer snel door een mail met jouw motivatie en C.V. te sturen naar mariska.hofs@kinop.nl Wie weet drinken we snel een kop koffie samen om kennis te maken.



Griftdijk Noord 15
6663 AA Lent

024 - 202 24 36
klantenservice@kinop.nl

WWW.KINOPGRIFTDIJK.NL