



'Geef nooit op, ga er elke dag voor.

Als je een stip aan de horizon hebt,
kun je weer door' pagina 16 - 17

En verder: Hertstraat als sociale straat p.4-5 ♥ Sloop westzijde Radboudumc p.6-7 ♥ RU-studenten wijzen mkb-bedrijven de weg p.8-9 ♥ Vijftig jaar kapper John Christ p.11 ♥ Stadsnatuur in Nijmegen-Midden, deel 2 p. 12-13 ♥ Goede band van NEC met supportersgroepen p.20-21 ♥ Buurtmoestuinen in de startblokken p.24-25 ♥ College van B en W op wijkbezoek p.28-29 ♥

Hart van Nijmegen in 2025

In 2025 verschijnt *Hart van Nijmegen* op:

nummer	deadline	verspreiding
1	24 januari	15 februari
2	14 maart	5 april
3	2 mei	24 mei
4	20 juni	12 juli
5	12 september	4 oktober
6	21 november	13 december

Adverteren in *Hart van Nijmegen*

Adverteren in *Hart van Nijmegen* kan ook in 2025 op verschillende manieren tegen aantrekkelijke tarieven.

1. Bedrijfshartjes. De goedkoopste manier is een Bedrijfshartje plaatsen van maximaal 50 woorden. Kosten € 15,-. Zie voor meer informatie pagina 37 van dit nummer of www.hartvannijmegen.nu/adverteren

2. Advertenties. Adverteren in *Hart van Nijmegen* kan in verschillende afmetingen. De mogelijkheden zijn een 1/8 pagina (€ 59), 1/4 pagina (€ 109), 1/2 pagina (€ 199), 1 pagina (€ 395). Genoemde prijzen zijn exclusief 21% btw, tarieven zijn gelijk gebleven.. Bij afsluiten van een jaarcontract ontvangt u 10% korting over het hele bedrag, excl. BTW. Lees de voorwaarden op www.hartvannijmegen.nu/adverteren

3. Advertorials. Bij advertorials zijn eindredactie en vormgeving in handen van *Hart van Nijmegen*. Fotografie door *Hart van Nijmegen* is ook een optie. De mogelijkheden zijn een advertorial van een halve pagina (€ 229, maximaal 200 woorden), een hele pagina (€ 459, maximaal 400 woorden). Genoemde prijzen zijn exclusief 21% btw. Laat u *Hart van Nijmegen* de opmaak verzorgen, dan betaalt u 10% extra. Wilt u dat de redactie voor tekst en foto zorgt, dan vragen wij daarvoor € 50,- extra per advertorial.

Meer weten?

Ga voor meer informatie over adverteren in *Hart van Nijmegen* naar www.hartvannijmegen.nu/adverteren of neem contact op met Huberdien Hornikx via adverteren@hartvannijmegen.nu of 024 356 61 09.

Verspreidingsgebied *Hart van Nijmegen*: stadsdeel Nijmegen-Midden



Redactie



Eef van Hout



Roeland Loosen



Pieter Matthijssen



Marian Huisman

Fotografen

Willem Melssen
wm-f.nl

Jacqueline Gijsberts



Joost van Berkel



Bert Hendrix

Vaste medewerkers

Huberdien Hornikx
acquisitie, advertenties
en advertorialsRia Simonis
penningmeester

Joost Wanders



Leonie Valckx



Marijn Alofs



Esther Mollema

Beste lezer,

De vertrouwde wereldorde van samenwerking en solidariteit staat op zijn kop. Machtsstreven heeft de overhand op het geopolitieke terrein. Maar niet in Nijmegen-Midden 😊. Daar is de nieuwe *Hart van Nijmegen* weer bezorgd, en die is gevuld met mooie verhalen over samenwerking en solidariteit die onze (kleine) wereld een beetje beter maken.

Dat begint al meteen met het eerste artikel over 'De sociale straat'. De bewoners van de Hertstraat zorgen voor elkaar, op allerlei manieren (p.4-5).

Het Radboudumc sloopt weliswaar gebouwen aan de westzijde (richting St. Annastraat), maar wel in het kader van bouwen aan nóg betere zorg (p.6-7).

Gezondheid en zorg stonden ook centraal in het bezoek dat het college van B en W eind februari bracht aan GezondRijk Nijmegen en NDW21 in de wijk Goffert (p.28-29).

Op de cover ziet u Wieland Loeffen, een van de bewoners van het appartementencomplex aan de Thijmstraat voor begeleid wonen. Lees over zijn positieve kijk op wat hij wel, maar ook op wat hij niet kan (p.16-17).

Techniek kan de wereld een beetje beter maken. Dat laat het artikel over de inzet van Artificial Intelligence (AI) in het mkb zien (p.8-9).

Op de middenpagina's deel 2 van de serie waarmee *Hart van Nijmegen* een kijkje neemt achter de schermen van het jubilerende NEC (p.20-21).

De lente staat voor de deur, dus is er ook van alles te melden over groene initiatieven in onze wijken. In deel 2 van de serie over stadsnatuur staat het vergroenen van basisschool De Akker centraal. Lees wat samenwerken kan doen om de natuur dichterbij de mens te brengen (p.12-13).

Natuurlijk mogen de buurtmoestuinen niet ontbreken. Vrijwilligers vertellen enthousiast over het nieuwe groeiseizoen dat aanbreekt (p. 24-25).

We starten dit nummer met een nieuwe column. Dierenartsen van Dierenkliniek St. Anna 404 vertellen over het wel en wee van huisdieren en hun baasjes.

N.B.! Vergeet niet de oproep te lezen voor de nieuwe special over wijkgeschiedenis die *Hart van Nijmegen* eind 2025 gaat uitbrengen. Het thema is deze keer: leven met kerk en religie (p.31).

Er valt natuurlijk nog meer te lezen, maar ik kan niet alles opnoemen waarover geschreven is in dit nummer, daarvoor is de ruimte te beperkt. Er zit voor u maar één ding op: zelf alles lezen.

Hartelijke groet, Ypie Veenstra



Ypie Veenstra, hoofd- en eindredacteur

COLOFON

E-mail: info@hartvannijmegen.nu Web: www.hartvannijmegen.nu

Volg ons ook op [Hart van Nijmegen](https://www.facebook.com/HartvanNijmegen)

Hart van Nijmegen is het magazine voor de 20.000 inwoners van Nijmegen-Midden, het stadsdeel dat bestaat uit de wijken Hazenkamp, St. Anna, Heijendaal, Nije Veld en Goffert (zie kaart hiernaast). *Hart van Nijmegen* verschijnt zes keer per jaar, wordt huis-aan-huis bezorgd en ontvangt een bijdrage uit het budget wijkactiviteiten/ bewonersinitiatieven van de gemeente Nijmegen.

Hoofdredacteur: Ypie Veenstra, Rode Kruislaan 23, 6525 JN Nijmegen (tevens correspondentieadres *Hart van Nijmegen*) **06 532 314 99**, info@hartvannijmegen.nu. **Eindredactie:** Ypie Veenstra.

Vormgeving: Wilke Zomerveld. **Penningmeester:** Ria Simonis, penningmeester@hartvannijmegen.nu

Adverteren: Huberdien Hornikx, **024 356 61 09/** adverteren@hartvannijmegen.nu **Bedrijfshartje plaatsen:** bedrijfshartjes@hartvannijmegen.nu (zie p. 37) **Hartje plaatsen:** hartjes@hartvannijmegen.nu (zie p. 39) Klachten over de bezorging kunnen worden doorgegeven aan bezorging@hartvannijmegen.nu

Foto voorkant: Wieland Loeffen woont 'begeleid' in de Thijmstraat. Foto: Joost van Berkel
Kopij vóór 2 mei, verspreiding 24 mei.



Hertstraat als sociale straat: positief effect op het welzijn van

Het valt meteen op als *Hart van Nijmegen* op een zonnige ochtend de Hertstraat in de Hazenkamp binnenkomt: een flink deel van de huizen staat in de steigers. Het is het resultaat van een gezamenlijk project om daken te renoveren. Tekenend voor de verbinding die er op vele manieren tussen de bewoners bestaat. Irina Meijers en Mea Verbunt, twee van de vele betrokken en actieve straatgenoten, lichten toe waarom de Hertstraat een sociale straat is.

Een straat met een straatapp is tegenwoordig niet uitzonderlijk meer. Om spullen door te geven, een oproep te doen of hulp te vragen bij een klusje. In de Hertstraat gaat de verbinding tussen burens en bewoners verder. De straat kent een keur aan clubjes en initiatieven die het onderlinge contact verstevigen. Een wandelgroepje, klaverjasgroep, eetclubje, mensen die de bomen in het achterliggende Kastanjelaantje onderhouden en de straatfeestcommissie. Drie of vier keer per jaar verschijnt er zelfs een straatkrant, *Het Hertje*. Met aandacht voor activiteiten en nieuwe en oude bewoners.

Klaverjassen

"In 1987, het jaar dat ik in de straat kwam wonen, was er al aardig wat onderling sociaal contact", vertelt Mea Verbunt (76). "Na een straatfeest ontstond een klaverjasclub, die nog steeds bestaat. Ze telt tegen de twintig leden, waaronder mensen die allang verhuisd zijn, maar waarmee de band blijft bestaan. Iemands huis wordt omgebouwd tot kroeg, vol tafels en stoelen, en dan gaat het er heel gezellig aan toe."

Kinderen

In de loop der jaren begonnen mensen gezamenlijk allerlei andere groepjes en clubjes, zeker toen er meer families met jonge kinderen kwamen wonen. Want kinderen verbinden. Irina Meijers (38) en haar gezin wonen nu vijf jaar in de straat. "We hadden nog maar net ons huis betrokken en werden al hartelijk welkom geheten. Met kaarten, bloemen en mensen belden bij ons aan. Erg warm, en dat typeert de straat. Met recht een sociale straat. Heel anders dan waar we in Amsterdam vandaan kwamen."

De sociale straat

Naast al deze initiatieven heeft een werkgroep van straatbewoners – waaronder Irina en Mea – in de loop van vorig jaar een soort voorzorgnetwerk opgezet onder de noemer 'De sociale straat'. Dat netwerk is bedoeld om elkaar in noodsituaties te helpen met praktische zaken en in de toekomst misschien ook wel bij ziekte en zorg. "Aanleiding is de ontwikkeling dat er op een gegeven moment niet voldoende zorgpersoneel meer is en mensen voor hulp meer op zichzelf, hun naasten en burens aangewezen zijn", legt Mea uit. "Na een oproep in

ons straatkrantje hebben we met een clubje gezegd: laten we eens kijken hoe we kunnen beginnen met het opbouwen van een netwerk met burens en straatbewoners. Niet alleen voor nu, maar ook voor als het in de toekomst harder nodig is."

Vragen inventariseren

"We hebben iedereen in de straat bezocht met als twee belangrijkste vragen: welke hulp zou u willen ontvangen van straatgenoten en welke hulp zou u zelf kunnen bieden?", vult Irina aan. "Driekwart van de bewoners bleek enthousiast over het initiatief. Er waren wel vragen of het plan de hulp die burens elkaar nu al geven niet in de weg zou zitten. Maar dat is natuurlijk niet de bedoeling. Er zijn ook mensen die geen behoefte hebben aan zo'n netwerk."

Kortdurende hulp

"We hebben nu acht contactpersonen waar bewoners kunnen aankloppen", vervolgt Mea. "Ze wonen mooi verdeeld over de straat. Het gaat met nadruk om kortdurende, tijdelijke hulp, om noodsituaties: een klusje in huis, een boodschap, een praatje maken, de krant voorlezen, een huiswerkprobleempje oplossen of de kinderen van

'Verbondenheid heeft een mensen'

school halen als je plotseling in de file staat. Als er langduriger ondersteuning nodig is, dan kunnen we helpen zoeken naar professionele hulp."

Ongedwongen

De driekwart jaar dat De sociale straat bestaat is er nog geen concrete hulpvraag binnengekomen. Hulp vragen blijkt moeilijker dan hulp aanbieden. Irina: "Dat is ook niet erg. We zien dat mensen problemen vaak in hun eigen kring oplossen, daar begin je meestal, dat is alleen maar goed. Onze bedoeling is dat het netwerk werkt als het nodig is. Dat het ongedwongen blijft en mensen het gevoel hebben: die ken ik al, die durf ik wel iets te vragen. Om die drempel te verlagen. Andersom houden onze contactpersonen hun gedeelte in de straat een beetje in de gaten, om te kijken of iemand misschien iets nodig zou kunnen hebben. Het blijft natuurlijk altijd de vraag hoe ver je moet gaan in je sociale betrokkenheid."

'Sta open'

"Als het echt begint te rammelen aan de gezondheidszorg, hoop ik dat wij elkaar met zijn allen durven te benaderen voor vragen, elkaar weten te vinden", benadrukt Mea. "Voor onderlinge hulp, maar ook om door te leiden naar professionele zorg."

"En als ik de lezer iets mag meegeven", voegt Irina toe: "Kijk eens rond wie er in je straat woont, wie je tegenkomt, sta open voor je buur, heb oog voor elkaar, dan merk je hoe leuk dat contact is, dan kun je in je eigen straat al zoveel betekenen. Verbondenheid heeft een positief effect op het welzijn van mensen. En als je iemand anders helpt, voel je jezelf ook beter en veiliger." ♥



Hertstraatbewoners Mea Verbunt (l) en Irina Meijers zijn twee van de vele actieve straatgenoten.

Tekst: Marijn Alofs

Foto: Bert Hendrix

Het slopen gebeurt zorgvuldig. Kwetsbare patiënten, bezoekers en buurtbewoners worden zoveel mogelijk

Sloop westzijde Radboudumc vordert voor groen

De metershoge sloopkraan slaat stukje bij beetje de muren weg van een groot pand van het Radboudumc. De slopers hebben hun tanden gezet in de gebouwen grenzend aan de St. Annastraat. Zo verdwijnt langzamerhand de westzijde van het ziekenhuis en verandert het aanzicht ingrijpend. *Hart van Nijmegen* is bij projectleider Paul Grotens navraag gaan doen hoe het ervoor staat en wat ervoor terugkomt.



De sloop van deze gebouwen maakt deel uit van een omvangrijk en langjarig masterplan om te komen tot een compacte ziekenhuiscampus. Een campus waar niet alleen patiëntenzorg, maar ook onderwijs en onderzoek een plek hebben en met elkaar verbonden zijn. Met deze drie 'klussen' onderscheidt het Radboudumc zich als universitair ziekenhuis van reguliere ziekenhuizen. Zo'n 30 jaar geleden is gestart met de zogeheten vernieuwbouw. En stap voor

De sloopkraan baant zich een weg door de gebouwen.

stap ondergaat het Radboudumc een metamorfose.

Langzamerhand verdwijnt een groot stuk van de westzijde van het ziekenhuis. Hoe verloopt de sloop?

"We zitten helemaal op schema, dus daar zijn we blij mee. Eind augustus zijn de meest westelijke gebouwen helemaal weg, daarna beginnen we aan de twee andere gebouwen die eraan staan.

Voor degenen die zich dat nog kunnen herinneren: daar zaten het laboratorium, de apotheek en de afdeling Inwendige Geneeskunde en het Opname-gebouw. Volgens planning zijn we daar in 2027 mee klaar."

Worden er tijdens de sloop nog maatregelen genomen om vormen van overlast te voorkomen?

"Met veel kwetsbare patiënten in de

ontzien

gestaag, gebouwen maken plaats

buurt, die bovendien met gevoelige apparatuur worden behandeld, moet de sloop zo zorgvuldig mogelijk plaatsvinden. Laboratorium, operatiekamers, ons datacentrum: al die processen mogen niet verstoord worden. Stof, lawaai en trillingen worden daarom tot een minimum beperkt,” aldus Paul Grotens. “Ook voor bezoekers proberen we de hinder van de sloop te beperken. De afvoer van het puin gebeurt daarom via de achterzijde. Vorig jaar lag de sloop enige tijd stil na klachten van omwonenden. Die vreesden dat de sloopwerkzaamheden tot scheuren in hun muren zouden leiden. Na uitvoerig onderzoek en het installeren van extra trillingsmeters is de sloop weer hervat. Omwonenden kunnen ons bovendien direct bereiken als er iets is, of als er vragen zijn.”

Wat komt er voor de gesloopte gebouwen in de plaats en wanneer is dat dan klaar?

“Als al het sloopwerk is gedaan, kunnen we starten met de inrichting van het parklandschap en de herinrichting van de logistiek van en naar de hoofdingang. Een belangrijk onderdeel van onze visie is namelijk de *healing environment*, een groene omgeving waarin zowel patiënten als medewerkers, studenten en omwonenden kunnen verblijven, wandelen, uitrusten, een ommetje maken tijdens de pauze. Kortom, een prettige omgeving om elkaar te ontmoeten.”

En is de vernieuwbouw van Radboudumc eigenlijk ooit af?

“Voorlopig zijn we nog wel even bezig,” stelt Paul Grotens. “Als alles volgens schema verloopt zoals het nu doet, is het masterplan huisvesting rond 2030 klaar.” 🍀

Tekst: Wijnand Kok

Foto: Bert Hendrix



*Luchtfoto van de oude situatie (boven) en impressie van de toekomstige situatie.
Beeld: Radboudumc.*

Helend, duurzaam en slim

Trefwoorden voor de verbouwing zijn een helende omgeving, duurzaamheid en slimme technologie. Een helende omgeving is zodanig ingericht dat stress zoveel mogelijk wordt beperkt en er aandacht is voor positieve prikkels. Uit onderzoek is volgens het Radboudumc gebleken dat zo'n omgeving een positief effect heeft op het herstel en de gezondheid van patiënten. Daarom heeft het ziekenhuis veel aandacht voor 'licht & zicht' en voor groen. Dit is terug te zien in de patiëntenkamers, maar ook in de daktuinen en pleinen.

Duurzaamheid betekent dat het ziekenhuis veel oog heeft voor de levensduur, energiebesparing en het groen in en om de gebouwen. Slimme digitale toepassingen kunnen volgens het Radboudumc het verschil gaan maken in de zorg. Zo kijkt het ziekenhuis niet alleen naar bestaande technologieën, maar ook naar de effecten van opkomende technologieën die zich al elders hebben bewezen. Zoals de mogelijkheid dat patiënten straks zelf, vanuit bed, de verlichting, temperatuur en gordijnen kunnen bedienen.

MKB Datalab-Oost faciliteert digitale transitie in de regio

RU-studenten **wijzen mkb-bedrijven**

Ondernemers die serieus met AI en data aan de slag willen, kunnen sinds twee jaar terecht bij MKB Datalab-Oost. Het initiatief van Radboud Universiteit en Universiteit Twente is een typisch gevalletje 'win-win'. Studenten doen nuttige werkervaring op door theorie in de praktijk te brengen, terwijl werkgevers hun bedrijfs- en andere digitale processen snel, slim en tegen relatief lage kosten naar een hoger niveau tillen.

Een technische studie moest het worden. Praktisch, met liefst een maatschappelijke component. "Zo kwam ik uit bij AI op de RU", vertelt Daan Kersten, na zijn bachelor intussen eerstejaars masterstudent Data Science. "Bij AI denken mensen al snel aan ChatGPT of aan banen die verdwijnen. Maar AI opent ook nieuwe werelden, bijvoorbeeld door slimmer datagebruik. Het is zoveel méér."

hun bedrijfsprocessen te verbeteren. Dat moet veilig gebeuren, omdat het raakt aan de privacy van mensen. Hiervoor de juiste voorwaarden creëren, vind ik interessant."

Kritische afweging

Dat lukt het best als je met AI en data aan de slag gaat. Joy: "In een leaflet van MKB Datalab-Oost las ik over het Data Buddy-project, waarbij je als

uit Varsseveld dat via allerlei technologische toepassingen zorg op afstand biedt. Via AI wilden ze achterhalen welke bedrijfstaken en -processen ze foutloos en veilig konden automatiseren, zonder dat cliënten er hinder van ondervonden."

Joy interviewde medewerkers, pluisde processen uit, analyseerde data en schreef een eindrapport. "Ik heb voor Altide AI-mogelijkheden in



Joy Haggenburg: "Met mijn AI-skills kan ik echt iets betekenen voor de maatschappij."

Dat kan Joy Haggenburg, eerstejaars masterstudent AI, alleen maar beamen. "Veel organisaties zetten data in om

student in 40 uur AI-kansen voor een bedrijf in kaart brengt. Na mijn aanmelding werd ik gekoppeld aan Altide

kaart gebracht en een opzet voor een systeemrichting ontwikkeld om slim met data aan de slag te gaan. Veel

de weg via AI en met slimme data

mkb-organisaties kopen een AI-systeem op gevoel, ook omdat ze er vaak niet de specialisten voor in huis hebben. Terwijl juist kennis nodig is om een kritische afweging te maken. Aan die kennis heb ik Altide geholpen."

'Verbaas ons!'

Ook Daan meldde zich bij 'het datalab' om zijn theoretische kennis in praktijk te brengen, in dit geval bij persluchtinstallatiebedrijf Berko in Wijchen. "Uit vooronderzoek van een Data Buddy bleek al dat het datasysteem was verouderd. Toen een servicemedewerker me vertelde dat monteurs hem altijd belden omdat ze de machinehandleiding niet meteen op hun tablet konden vinden terwijl ze bij klanten waren, wist ik: dit kan beter. Ik dacht gelijk aan een app, een soort mini Google-zoek-systeem, waarbij monteurs door het invoeren van een zoekterm meteen de juiste info hadden om op locatie aan de slag te gaan. Nadat ik het noodzakelijke raamwerk had gebouwd, heb ik de app gemaakt. Dit had ik nog nooit gedaan, maar bij Berko kreeg ik alle vrijheid en ruimte, onder het mom van 'verbaas ons en leer er vooral zelf heel veel van'."

Heldere regels

En precies dat is wat ook Joy heeft gedaan. "Als Data Buddy heb ik in korte tijd een organisatie, en dus het werkveld, leren kennen. Doordat ik die kans kreeg, weet ik dat ik met mijn AI-skills wat concreets toevoeg, iets kan betekenen voor de maatschappij.

Na afronding van mijn studie wil ik me graag gaan bezighouden met de ethische aspecten van AI, liefst in combinatie met projecten op het gebied van duurzaamheid en gezondheid. Tools ontwikkelen lijkt me ook super-tof, maar liever bemoei ik me met de stap daarvoor: heldere regels opstellen die zorgen voor een veilig AI-gebruik."



Daan Kersten: "Het vak Data Science is voor mij écht gaan leven."

AI in het mkb

Nu al voorspellen welke woningen volgend jaar op de markt komen. Klachtmeldingen labelen, om (nieuwe) klanten in het vervolg sneller te helpen. Het zijn zomaar twee voorbeelden van hoe MKB Datalab-Oost bedrijven en organisaties via AI of met hulp van data helpt om slimmer, klantgerichter te opereren. Hierin spelen studenten Artificial Intelligence en Data Science van Radboud Universiteit (zoals Joy en Daan) en Universiteit Twente een belangrijke rol. Maar MKB Datalab-Oost doet meer. Zo organiseert het meerdere keren per jaar de masterclass 'AI for Business', waar mkb-ondernemers meer leren over de meerwaarde, de kansen en het gebruik van AI in een steeds digitalere wereld. Meer informatie: mkbdataboost.nl

Tastbare bijdrage

Ook Daan is blij met zijn opgedane praktijkervaring. "Het was grappig om met iets bezig te zijn wat ik in de week daarvoor tijdens college had geleerd. De studie AI is behoorlijk abstract, niet heel tastbaar. Eigenlijk had ik geen flauw idee wat ik, met mijn theoretische basis, zou kunnen betekenen voor een bedrijf als Berko. Behoorlijk veel, zo bleek. Uiteindelijk maakte ik een verschil door met *real life data* een serieus probleem op te lossen. Als het AI-project iets bewijst, is het dat ik op de goede plek zit en de juiste richting heb gekozen. Het vak Data Science is voor mij écht gaan leven." ♥

Tekst: Pieter Matthijssen

Foto's: Bert Hendrix





Reserveer
nu via onze
website!

Met een nieuwe
menukaart!





PIMPELMEES
TAPPEN & TAFELN

Vlieg er eens uit!

7 dagen per week geopend voor
lunch, pimpelen en diner



STREEK BAKKER JORRIT

BIOLOGISCH UIT EIGEN BAKKERIJ



RIJK GEVULDE PAASSTOL

Paaslekkers: taart, tulband, cake
En natuurlijk heerlijke brunch
broodjes en croissants

DI t/m ZA geopend van 08.00 tot 15.00 uur

www.streekbakkerjorrit.nl | Thijmstraat 119 Nijmegen | 024 737 04 83

Kapper John Christ al vijftig jaar verknocht aan zijn vak

Wie vanuit de Marterstraat linksaf langs de winkelpuien van de Groenestraat loopt, ziet de kapperszaak van John Christ niet meteen. Een onopvallend pand, maar wel met een opvallende dames- en herenkapper, want dat is John Christ. Hart van Nijmegen ging op bezoek om meer te horen over zijn vijftigjarig vakmanschap dat hij op 29 maart met zijn klanten vierde.

Op de morgen van het interview staat John (66) met betraande ogen in de zaak. Een goede vriendin is die nacht overleden, daar is hij verdrietig over. Dat kenmerkt John. Wat hij voelt, laat hij merken. Even later knuffelt hij kapster Kim die al 27 jaar bij hem in de zaak werkt. Hij is dol op haar en zij op hem. Je ziet de wederzijdse genegenheid.

Kappersmodel

John is het kappersvak toevallig ingerold. "Het was midden jaren zeventig. Ik was 16 en werkloos. Mijn eigen kapper vroeg of hij op me mocht oefenen. Zo werd ik kappersmodel. We deden ook mee aan wedstrijden. Ook de leerlingen van de kappersvakschool hebben me vaak geknipt."

Uiteindelijk belandde John achter de stoel, als kapper, in plaats van in de stoel als model. Piet Oosterbaan, een bekende kapper uit Arnhem, zag wel wat in hem en bij hem leerde John al doende het vak. "Ik had natuurlijk als model al heel vaak gezien hoe het moest."

Eigen zaak

John wilde voor zichzelf beginnen, maar

daar waren wel diploma's voor nodig. Die kwamen er. Eind jaren tachtig opende John zijn eigen zaak aan de Groenestraat en sindsdien kapt hij een trouwe clientèle, samen met zijn vrouw Alda en later medewerkster Kim.

"In al die jaren heb ik heel wat Nijmegenaren in mijn kappersstoel gehad", mijmert John. "Heel NEC, maar ook de mensen van het ziekenhuis en de universiteit had ik als klant."

De tijden zijn veranderd. Naar het professionele knippen is weinig vraag, vooral bij de mannen, is Johns ervaring. Opscheeren is nu de mode.

Coronacrisis

Voor kleine zelfstandigen zoals John, was de coronacrisis een ramp. Van de ene dag

op de andere vielen de inkomsten weg en moest hij maar zien hoe hij rondkwam. Het kappersvak is na de crisis nooit meer hetzelfde geworden, vindt hij. "Gelukkig zijn onze vaste klanten ons trouw gebleven en daar zijn we dankbaar voor."

Jubileum

Het vieren van zijn vijftigjarig kapper-zijn is echt een jubileum, géén pensioen. John gaat nog even door. Het goede contact dat hij met klanten onderhoudt is hem dierbaar. "25 procent is het resultaat van knippen, de rest is vriendschap en vertrouwen." ♥

Tekst: Ypie Veenstra

Foto: Joost van Berkel



Kinderen van basisschool De Akker vergroenen van hun school

Na het artikel in de vorige *Hart van Nijmegen* waarin stadsecoloog Joep van Belkom vertelde over het leefgebied van de vos, bezoekt hij nu, samen met redacteur Joost van Berkel, basisschool De Akker. De vergroening van de school is een mooi voorbeeld van een geslaagde samenwerking tussen gemeente, instelling en bewoners in Nijmegen-Midden.

Joep van Belkom en redacteur Joost van Berkel werden vlak na de krokusvakantie hartelijk ontvangen door Angelique Weijers, directeur van de school. Zij wilde graag antwoord geven op hun vragen.

Hoe hebben jullie op de school het idee ter hand genomen om te vergroenen?

Angelique: "Sinds een paar jaar heeft de school een kleine moestuin bij de Lourdeskerk op de Hatertseweg. Kinderen van groep 5 en 6 verzorgen daar in tweetallen een klein stukje tuin waar ze leren om de grond te bewerken, zaadjes te planten en te verzorgen en kennis op te doen over tuinieren. Afgelopen jaar hebben we zo'n moestuin ook dicht bij school gebracht. Ons schoolplein is al vergroend en we breiden dit nu uit. Zo ontstaan er nog meer mogelijkheden en uitdagingen voor de kinderen om te ontdekken en te leren. In het voorjaar lopen ook



Angelique Weijers en Joep van Belkom.



De schoolmoestuin. Foto: basisschool De Akker.

de planten weer uit, zodat alles nog groener wordt."

Wie zijn er op jullie school bij betrokken?

Angelique: "Veel initiatief gaat uit van de kinderen, maar de grote kartrekker is onze vrijwilliger Basil. Hij begeleidt de kinderen en leerkrachten. We hebben op school met de kinderen van groep 4 t/m 8 een leerlingenraad, die met ideeën mag komen. Ook voor het vergroenen rondom de school. Afgelopen jaar kregen we een uitnodiging voor de kinderraad van de gemeente. We mochten daar met groep 7 van De Akker en nog een andere school aan deelnemen in het kader van burgerschap. Kinderen leren een plan te maken, te presenteren en democratisch tot een besluit te komen. Het idee van groep 7 was vogelhuisjes rondom de school, maar ook in de wijk. Vervolgens is er op school een idee ontstaan om insectenhôtels en vleermuiskasten toe te voegen aan de groene speelplaats."

werken enthousiast aan het

Wat gebeurt er nu rondom school?

"We hebben een mooie binnenplaats die we gebruiken als schooltuin voor alle kinderen. We maken gebruik van de ontwerp-tool moestuintjes, zodat de kinderen een eigen vak kunnen ontwerpen en beplanten. Hierbij leren ze bijvoorbeeld ook dat wormen een functie hebben bij het gereedmaken van de grond voor beplanting. We zaaien en beplanten de tuin en in juli hebben we weer een afsluitend oogstfeest."

Hoe ziet de toekomst eruit?

Angelique: "We hebben onlangs platanen geplant om zo op een natuurlijke manier schaduw op het schoolplein te creëren. Er zijn regentonnen besteld met het doel om kinderen bewuster te maken van het bewateren van de tuin. De vogelhuisjes, insectenhôtels en vleermuiskasten staan daarna op de planning."

Groene gemeente-initiatieven

Na afloop van het interview met Angelique praten Joep en Joost na over initiatieven zoals die van De Akker. Wat is het beleid van de gemeente hierin? Joep: "De gemeente Nijmegen streeft naar een groene en gezonde stad voor zowel menselijke als niet-menselijke natuur. We streven naar behoud, versterking en uitbreiding van zowel de hoeveelheid als de kwaliteit van het groen. Dit zorgt niet



Het schoolplein is vergroend. De tegels zijn eruit, platanen en andere planten zijn ervoor in de plaats gekomen.

alleen voor een versterking van de biodiversiteit, maar beschermt ons tevens tegen de gevolgen van klimaatverandering – via waterberging en verkoe-

ling op hete dagen – en zorgt voor betere luchtkwaliteit en dempt geluid. Tevens nodigt groen uit tot bewegen en ontspannen."

Dit beleid vertaalt zich in diverse groene gemeente-initiatieven. Zo is er een subsidieregeling voor het aanleggen van een groen dak. Wijkbewoners kunnen een boomspiegel adopteren. De gemeente stelt een deel van de openbare ruimte beschikbaar, zodat inwoners op eigen houtje een geveltuin kunnen aanleggen. Maar ook: meedenken, adviseren en bekostigen van groeninitiatieven in de openbare ruimte via MijnWijkplan. Al enkele jaren ondersteunt de gemeente doelgerichte acties zoals het afkoppelen van een regenpijp of een weggeefactie rondom nestkasten voor op gebouwen bewonende dieren zoals huismussen, gierzwaluwen en vleermuizen. En *last but not least*: het organiseren van tuinworkshops om zo je eigen natuurvriendelijke tuin te ontwerpen. ♥

Tekst en foto's: Joost van Berkel

BELASTINGAANGIFTE?

Voor u kan het leuker en makkelijker!



**Schouten
fiscaal**

Kijk op www.schoutenfiscaal.nl
of bel 06 – 22 99 05 20

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



Fysiotherapie Hazenkamp
Samen in beweging!

Fysiotherapie, ook aan huis
Manuele therapie
Sportfysiotherapie
Gezondheidscentrum Hazenkamp

T: 024 – 833 00 22

E: fysiotherapie@fysiotherapiehazenkamp.nl

W: www.fysiotherapiehazenkamp.nl

**VERWEIJ
COMPUTERS**



Kopen bij ons:
✓ Goed advies
✓ Wij kunnen alles startklaar leveren
✓ Wij kunnen een back-up maken
✓ Technische ondersteuning

St. Jacobslaan 118 Nijmegen 024-3500876

www.verweijcomputers.nl

Huid-, oedeem- en lasertherapie



Microneedling RF

CaDeClin: ☎ 06-10525808, ✉ info@cadeclin.nl, 🌐 www.cadeclin.nl



**Fonds
Kind &
Handicap**

LAAT ZE MEEDOEN!



EEN
EERLIJKE
KANS

Kijk op fondskinderhandicap.nl
of neem contact op via 070-351 27 84
of info@fondskinderhandicap.nl



im
IMMOVATION

PERSONAL TRAINING

HEB JIJ OOK EEN STOK
ACHTER DE DEUR NODIG?



DOE JE MEE?!

STERKER WORDEN ➡
AFVALLEN ➡
BETERE CONDITIE ➡
MEER ENERGIE ➡
MINDER STRESS ➡

Interesse?

Stuur een bericht naar
Imre (06-30571795) en kijk
op www.immovation.nu
wat er mogelijk is.
Proeftraining GRATIS

Immovation | Waldeck Pyrmontsingel 12 | Nijmegen

Pieter van der Kaaij schreef **Energie besparen doe je zo**

Pieter van der Kaaij woont in Nijmegen en is energiecoach. Hij is auteur van het boek *Energie besparen doe je zo*. Met dit boek wil hij mensen motiveren en inspireren om energie te besparen.

Pieter heeft elke Stip-locatie zijn boek aangeboden. Op deze manier kan elke bewoner een exemplaar inkijken. Kom dus gerust langs bij Stip-Midden om handige tips te lezen! Het boek behandelt onder meer elektriciteit-, water- en gasverbruik. Met veel tips en uitleg die helpen energie te besparen. Ook is er aandacht voor de jaarafrekening en wordt hittestress behandeld. Op internet zijn er veel tips over energie-besparen te vinden. Je moet wel op veel verschillende websites zoeken. Pieter bundelt deze tips in deze handige hulpgids. Dat scheelt een hoop zoekwerk. 😊 Bewoners kunnen een energiecoach bij hun thuis uitnodigen. Deze kijkt mee met het energieverbruik en geeft direct bespaartips. ❤️

Aanvragen van een energiecoach gaat via de website van Bindkracht10: bindkracht10.nl/projecten/energiecoaches



Coördinatoren Stip Lindenholt en Stip-Midden Eus de Wit (l) en Lotte Zekhuis. Pieter van der Kaaij in het midden.

Pipowagen gaat opgeknapt de wijk in



In de stadsdelen Nijmegen-Midden en Nijmegen-Oost zijn bewoners bezig een pipowagen op te knappen. Dit doen ze in samenwerking met Bindkracht10, Stichting Hubert en Club Goud. Ook voorzien de bewoners én kunstenaar Kasper van Moll de pipowagen van een kunstwerk.

De pipowagen gaat straks de wijken in en komt op verschillende plekken te staan. Zo ontstaat er een ontmoetingsmoment met koffie/thee, maar ook met activiteiten of informatie. Dichtbij en laagdrempelig.

Het harde werken van de bewoners en de werkers uit de wijk heeft voor een mooi resultaat gezorgd. Zodra het kunstwerk klaar is, is het te bewonderen in de wijk! Grote dank gaat uit naar de heren van de gemeentewerf en speciaal naar Ronald de Valk die zich gedurende een aantal jaren heeft ingezet om dit mogelijk te maken. Tevens ook veel dank voor Werner Rutjes, wijkregisseur van de gemeente.

Naast deze ondersteuning en meedenkwerk hebben de volgende bewoners zich ingezet om de pipowagen te ontstickeren en schoon te maken. Hartelijk dank Henk Horsting, Otto Kokke, Marc van Gaal, Majied Bahramy en Stan Crienet! ❤️

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Sonia Davelaar (tel. 06 129 509 00), opbouwwerker en welzijnscoach Bindkracht10.

Wieland Loeffen woont 'begeleid' in de Thijmstraat. Hij vertelt hoe hij zijn leven invulling geeft

'Geef nooit op, ga er elke dag horizon hebt, kun je weer door'

In 2021 werden in een voormalige sportschool aan de Thijmstraat 22 appartementen van de zorgorganisatie Dichterbij opgeleverd voor mensen met een licht verstandelijke of andere beperking. Het is een locatie voor begeleid wonen. De bewoners functioneren zoveel mogelijk zelfstandig en krijgen ondersteuning wanneer ze dat nodig hebben. Een van de bewoners is Wieland Loeffen. Wat houdt begeleid wonen in en hoe ziet het leven van Wieland eruit? Redacteur Marian Huisman vroeg het hem.

In de Thijmstraat betrokken vier jaar geleden de eerste bewoners hun gloednieuwe appartement dat bestaat uit een woonkamer met keukenblok, een slaapkamer en douche/toilet-ruimte. Er wonen 22 mensen variërend in leeftijd van jongvolwassenen tot boven de 60. Overdag zijn er altijd begeleiders aanwezig. In twee ontmoetingsruimtes kun je samen koffie drinken, een praatje maken met medebewoners, een begeleidingsgesprek voeren of een spelletje doen. Samen eten kan, maar hoeft niet. Dat is aan de bewoners zelf. Zomers kun je heerlijk zitten in de binnentuin. Overdag zijn de meeste mensen aan het werk buitenshuis. Bij het zoeken naar de zinvolle dagbesteding worden bewoners geholpen door de begeleiding.

Wieland Loeffen

Ik ben op bezoek bij Wieland Loeffen (26) – bewoner van het eerste uur – in zijn gezellig ingerichte appartement. Grote afbeeldingen van schilderijen van Rembrandt en Vermeer en leuke details. Zijn vader en moeder hebben hem flink geholpen er een eigen plek van te maken.

Hij heeft het hier naar zijn zin. Wieland is een beetje op zichzelf, zegt hij, dat vindt hij het fijnst en dat kan ook gewoon. Hij vindt het belangrijk een goede klik te hebben met zijn begeleiders. Zijn ouders wonen vlakbij. Daar is hij ook vaak, omdat hij graag over zijn problemen wil praten, zoals hij zelf zegt.



Wieland op de bank in zijn gezellig ingerichte appartement.

voor. Als je een stip aan de

Ik vraag hem hoe hij tegen het leven aankijkt, wat zijn uitdagingen zijn en hoe andere mensen op hem reageren. Wieland heeft een missie: hij wil graag zijn verhaal vertellen en meer bekendheid geven aan mensen die leven met een beperking.

Beperking

Hoe zou je je beperking zelf willen omschrijven? "Ik heb autisme, dyspraxie, dyslexie en een leerachterstand. Heel veel dingen bij elkaar... een kleurrijk persoon", aldus Wieland. "Ik ben begonnen op een gewone basisschool, daarna ben ik via de St. Maartenschool en Werkenrode naar het ROC gegaan. Het was voor mij moeilijk om mee te komen in het gewone onderwijs en ik loop er tegenaan dat de dingen die ik graag wil doen niet altijd haalbaar zijn omdat je daar speciale diploma's voor nodig hebt."

Dagbesteding en 'projectjes'

Wieland verricht vier dagen per week ondersteunende werkzaamheden op een basisschool in Cuijk, via organisatie Driestroom. Daarnaast heeft hij een he-le-boel 'projectjes' zoals hij ze zelf noemt. Daarbij probeert hij nieuwe uitdagingen aan te gaan of op inspirerende plekken terecht te komen.

Beeldbrengers

Zo heeft hij contact gezocht met Beeldbrengers waar zijn aandacht op werd gevestigd door een poster bij de Plus. In het vorige nummer van *Hart van Nijmegen* verscheen een artikel over deze organisatie die media maakt voor en door jongeren. Daar werkte Wieland mee aan een reportage over vinyl (lp's) en hij zou er graag nog meer willen doen.

Treinen

Wieland houdt heel erg van trainen en heeft initiatieven genomen om daarmee aan de slag te gaan. Hij gaat binnenkort hopelijk als leerling-conducteur



Begeleid wonen in de Thijmstraat.

beginnen bij de Veluwsche Stoomtrein Maatschappij, een grote vrijwilligersorganisatie in Beekbergen.

Wieland heeft ook een training gehad om te kunnen assisteren op station Nijmegen bij in- en uitstappen en via zijn coach/begeleider is hij in contact gekomen met Arriva waar hij gaat proberen een leer/werktraject te volgen.

Plannen

Op de vraag hoe hij op de ideeën komt en waarom hij zoveel onderneemt, zegt hij: "Ik denk dat ik mij een stukje wil bewijzen, laten zien dat ik ook wel wat kan, ook al zeggen mensen soms dat ik dat niet moet doen, of dat het toch niet lukt. Vaak heb je niveau 4 (mbo) nodig en dat kan ik niet, maar dan is er een plek waar ik toch wil zijn en dan zoek ik uit hoe ik daar kan komen. Ik geef nooit op. Ik wil zelf ontdekken of iets kan en ik wil niet dat anderen dat tegen mij zeggen. Ik loop daarbij wel tegen mijn grenzen aan, maar dan heb ik het toch geprobeerd.

Soms lukt iets wel, terwijl anderen zeiden dat ik er maar mee moest stoppen.

Zo heb ik mijn rijbewijs gehaald na twee keer op te zijn gegaan. Het was heel zwaar, maar het is toch gelukt."

De buitenwereld

Als er wordt gevraagd hoe hij denkt dat de buitenwereld tegen hem aankijkt, moet Wieland even nadenken. "Ik denk als een energiek persoon. Ik word wel vaak overschat. Ik kan heel goed praten en dat is een valkuil. Ze denken vaak dat ik meer kan dan mogelijk is. Dat vind ik moeilijk. Aan de buitenkant zie je niks aan mij. Het is niet zo makkelijk om met een beperking je weg te vinden in onze samenleving. Iedereen wordt in een hokje gestopt."

Boodschap

De boodschap die Wieland mee wil geven is: "Geef nooit op, ga er elke dag voor. Als je een stip achter de horizon hebt, kun je weer door. Wees jezelf, wees uniek, dan ben je een mooi mens." ♥

Tekst: Marian Huisman

Foto's: Joost van Berkel

Mediteren leren?



Mediteren geeft focus en rust

Mediteren kun je bij Zen.nl in Nijmegen leren onder leiding van een ervaren leraar. Je kunt je nu alvast aanmelden of je opgeven voor een proefles. De cursus start begin februari.

Zie: www.zen.nl/nijmegen

Wat is zenmeditatie?

Bij zenmeditatie oefen je aandacht en train je je concentratievermogen. Hierdoor gaat ontspannen ook veel beter. Je ontwikkelt meer zelfinzicht door te zien wat je ten diepste beweegt. Dit geeft rust en veerkracht.

Voor wie en wat brengt het?

Je hoeft niet lenig te zijn, voor iedereen is een geschikte basishouding. De effecten van mediteren zijn: beter (door)slapen, meer opmerkzaam zijn en beter bij je gevoel kunnen. Mediteren is geen wondermiddel maar je komt er wel beter van in je vel te zitten.

Benieuwd wat het voor jou kan betekenen? Meld je aan en kom het ervaren.

Zie: www.zen.nl/nijmegen

De afhaalkluis van uw Zuider Apotheek is **24/7** open.



Kijk voor meer informatie op onze website.
Aanmelden kan via de website van uw apotheek of aan de balie.



Zuider Apotheek Nijmegen

St. Jacobslaan 339
6533 VD Nijmegen
info@zuiderapotheek.nl

Zuider Apotheek Hazenkamp

Vossenlaan 90
6531 SP Nijmegen
info@apotheekhazenkamp.nl

Zuider Apotheek Malvert

Malvert 5133
6538 DG Nijmegen
malvert@zuiderapotheek.nl

Zuider Apotheek Brakkenstein

Heyendaalseweg 288
6525 SM Nijmegen
brakkenstein@zuiderapotheek.nl

Apotheek Sint Anna

Sint Annastraat 178
6525 GW Nijmegen
sintanna@zuiderapotheek.nl

Service Apotheek Hatert

Couwenbergstraat 28
6535 RZ Nijmegen
info@apotheekhatert.nl

YOGALICHT opent deuren aan de Akkerlaan

Een van de grootste misverstanden over yoga is dat je er lenig voor moet zijn, denkt Carolien Grooten. "Het beoefenen van yoga zorgt er wel voor dat je leniger wordt. En blij! Yoga is namelijk keigezond en vooral ook heel leuk." Carolien is begin van dit jaar met haar yogapraktijk Yogalicht neergestreken aan de Akkerlaan. "Eindelijk een vaste basis, na op heel veel plekken in Nijmegen en omgeving yogalessen te hebben gegeven. Dat alles hier nu samenkomt, voelt heel fijn."

Carolien beoefent 23 jaar yoga en geeft daarvan 16 jaar les. "Ik was nogal een spring-in-het-veld en door met yoga te beginnen, vielen mijn lichaam en mijn geest meer samen. Ik leerde me te aarden. Yoga gaat over bewustwording. Juist door jezelf helemaal toe te staan om te zijn met wat is, verliest de weerstand zijn kracht en wordt het een hulpmiddel om je te bevrijden van wat je vasthoudt. Je wordt losser in je lijf en losser in je hoofd. Of eigenlijk: je wordt zachter en opener in je lijf en dus ook zachter en opener in je hoofd én naar de wereld."

Lachen

Het fijne van yoga is dat het niet om de prestatie gaat: "Tijdens mijn lessen moet niets, maar mag alles. Het is mooi te ontdekken waar bij jou ruimte zit en dat je die mag innemen. Dat is ieders eigen ontdekkingstocht. Maar ik daag



Carolien Grooten op haar yogamat.
Foto: Monique Goris

je wel uit hoor. Ik zit niet zoals sommige yogadocenten op een matje zen te wezen tijdens een les. Ik loop rond en help. En daarbij is humor heel belangrijk. Ik vind dat we onszelf niet altijd zo serieus moeten nemen. Lachen ontspant. Mijn yogalessen zijn *down to earth*, net zoals ik zelf ben."

Carolien geniet van het geven van yoga. "Het is mooi en ook dankbaar om

te doen. Ik zie mensen 'lichter' de deur uitgaan, ook al kwamen ze moe binnen." Er zijn verschillende soorten yogalessen op maandag, dinsdag en woensdag. "Ik geef power vinyasa, medium flow en easy flow. Dat zijn de actieve lessen die voelen als een complete workout. Maar ik geef ook yin yoga waarbij je juist passief langere tijd alleen een zit- of lighouding aanneemt. Je kunt proeflessen volgen om te ontdekken wat het beste bij je past."

Massage

Naast de wekelijkse yogalessen aan de Akkerlaan, geeft Carolien ook privées, bedrijfsyoga op locatie, workshops, een training voor yogadocenten en organiseert ze een yogaweekend. "En ik geef massages aan huis voor vrouwen. Dan kom ik met mijn massagetafel langs voor een klassieke massage of een Lomi Lomi massage van een uur, vijf kwartier of anderhalf uur." ♥

Tekst: Ilse Westenenk

Zie voor meer info: yoga-licht.nl
Of neem contact op met Carolien Grooten, carolien@yoga-licht.nl,
06 13 874 478. Locatie: Rosamunde,
Akkerlaan 20 Nijmegen.



Backbend in Virabhadrasana. Foto: Jesse Grooten

Veiligheidscoördinator Bjorn Ceelen:

'Een goede band met onze supportersgroepen



1900

Dit jaar – om precies te zijn op 15 november – bestaat de Nijmegen Eendracht Combinatie 125 jaar. NEC dus. Volksclub. De club ook die al ruim 100 jaar z'n wedstrijden speelt in de Hazenkamp. De wijk waar ook een aanzienlijk deel van de trouwe aanhang van de club woont. Die binding en natuurlijk 125 jaar zijn voor *Hart van Nijmegen* redenen genoeg om daar in 2025 in elk nummer een artikel aan te wijden. Lees in deze zes afleveringen over de mensen áchter de schermen van de club. De stille krachten, onmisbare radertjes in het geheel. Zonder hen zou de club niet zo functioneren zoals 'ie nu doet.

2025

De tijd dat het in het betaald voetbal vaak ging over risicowedstrijden, de inzet van veel politie rondom wedstrijden en biergooien, lijkt – *fingers crossed* – achter ons te liggen. Stadionverboden zijn er echter nog steeds en veiligheid blijft onverminderd van groot belang binnen elke betaaldvoetbalorganisatie. Dus ook bij NEC. "Goede contacten én duidelijke communicatie met onze supportersgroepen zijn cruciaal voor de veiligheid in en rondom het stadion", aldus Bjorn Ceelen van NEC's afdeling Veiligheid.

Jorn Ceelen (46) uit Groesbeek werkt inmiddels vijf jaar voor NEC als Veiligheidscoördinator en daarvoor o.a. 20 jaar bij Defensie. Als marinier doorliep 'ie de commando-opleiding en waren er missies naar Irak, Afghanistan, Tsjaad en Somalië.

De kennismaking is er een met een meer dan stevige handdruk. Jammer dat Ceelen, markante kop en indrukwekkend postuur, niet op de foto wil. Maar alleszins begrijpelijk, gelet op z'n functie. "Ik hoef niet met m'n kop in de krant. Het gaat erom dat ik m'n werk naar behoren doe."

Geen biergooiers meer

Even terug in terug in de tijd, naar september 2022. Het was in die dagen dat uw verslaggever, zelf supporter, na weer een onvrijwillige bierdouche tijdens de wedstrijd, bij de club aan de bel trok. Om



Met 206 bussen vanuit Nijmegen op weg naar de bekerfinale in Rotterdam, vorig jaar mei.

is van **cruciaal** belang **voor de veiligheid**'

aandacht te vragen voor – in die dagen – tribune-ergernis nummer 1: biergooien door supporters. Zelfde dag nog antwoord via de mail. Dat het al langer de aandacht van de club had en dat eraan gewerkt werd. Tuurlijk, denk je dan. Maar de wedstrijd daarop: geen biergooiers meer. En de wedstrijd daarna wederom niet. Verantwoordelijk voor die succesvolle aanpak: Bjorn Ceelen en z'n mensen van de afdeling Veiligheid bij NEC.

Supporterszaken

Ceelen benadrukt gedurende het gesprek meermalen de intensieve samenwerking die er binnen de club is met de afdeling Supporterszaken van collega en Supporters Liaison Officer Lotte Kuhn.

"Want juist een goede band met onze vijf verschillende supportersgroepen is van cruciaal belang voor de veiligheid. En voor de sfeer, want die bepaalt de veiligheid in het stadion. Vandaar dat we wekelijks contact hebben met vertegenwoordigers van die groepen. We denken met ze mee in mogelijkheden, maar zijn ook duidelijk in wat wel en wat echt niet kan. Ik ben eerlijk en duidelijk, dus die gasten weten precies waar ze met ons aan toe zijn. Als je het hebt over NEC en veiligheid, dan is dat hechte contact, die intensieve communicatie met onze supporters, wel van essentieel belang. En wat mij betreft ook wel onze kracht."

Ter informatie: elke thuiswedstrijd van NEC vraagt de inzet van ongeveer 150 man veiligheidspersoneel: stewards, beveiligers, EHBO- en Rode Kruis-mensen en verkeersregelaars.

Hoogte- en dieptepunt

Een hoogtepunt voor Ceelen en z'n team was de reis, eind vorig seizoen naar de bekerfinale Feyenoord-NEC, in de Rotterdamse Kuip. "17.500 eigen supporters daar was natuurlijk geweldig. Er reden 206 bussen, met 206 man aan stewards en beveiligers. Ook voor ons van Veiligheid en Supporterszaken was dat een finale om



Enkele van de 17.500 NEC-supporters in de Kuip, mei 2024.

te laten zien wat we waard zijn. Daaraan voorafgaand hebben we wel heel wat supportersbijeenkomsten belegd. Op wat gedoe met vuurwerk na is die hele dag eigenlijk zonder noemenswaardige incidenten verlopen. Daar ben ik nog steeds trots op. Ook op het feit dat het de laatste jaren relatief rustig is aan het supportersfront." Om daar aan toe te voegen: "Op die geweldsuitbarsting NEC-Vitesse in oktober 2021 na dan. Dat was helaas een dieptepunt."

'Relatief rustig' betekent ook dat de club dit lopende seizoen – met nog vijf wedstrijden te gaan – wel 22 seizoenverboden heeft uitgevaardigd. Vorig jaar waren dat er nog 80. Het gaat dan om vergrijpen als vuurwerk in bezit hebben en/of afsteken, bier gooien, kleine opstootjes, vechtpartijen e.d. Een gemiddeld stadionverbod houdt een straf in van anderhalf jaar niet welkom zijn in het stadion.

Zaken op orde

Een ander onderdeel van het werk van NEC's team Veiligheid is – naast regelmatig contact met collega-clubs en beveiligingsinstanties – structureel overleg met gemeente en politie. Met hen bestaat een zeer goede samenwerking, wenst

Ceelen te benadrukken. Eén keer in de zes weken vindt operationeel overleg plaats, waarbij Ceelen aanzit. Onder meer over de inzet van politie bij wedstrijden. Enkele jaren geleden een serieus issue, omdat er bijkans een brede maatschappelijke discussie ontstond over wie nou moest opdraaien voor de kosten van zulke inzet. Die discussie is volledig weggeëbd. Ceelen: "De club is verantwoordelijk voor wat er in het stadion gebeurt. Wat daarbuiten op openbaar terrein gebeurt, is in eerste instantie de verantwoordelijkheid van de politie. "De politie heeft zelf ook 20 supportersbegeleiders. Elke uit- en thuiswedstrijd levert ze zo'n zes à acht mensen. We hebben de afgelopen jaren gelukkig maar weinig politie-inzet nodig gehad. Wat ook betekent dat de politie ziet dat wij als club de zaken op orde hebben. Gelukkig hebben we de afgelopen seizoenen nog maar weinig risicowedstrijden. Dit seizoen komt dat natuurlijk ook omdat Vitesse geen Eredivisie speelt. En ook elke risicowedstrijd is voor ons weer een finale om te bewijzen wat we waard zijn." 🍷

Tekst: Roeland Loosen

Foto's: NEC / Arend Jan Fotografie

**‘Ik kies het beste
voor mijn kind!’**

**Aandacht, tijd en kwaliteit
vanaf het 1e tandje**

JTV Mondzorg voor kids



**Vanaf augustus op de Groenestraat 72
www.mondzorgvoorkids.nl**



opent deuren nieuw, duurzaam **Fix & Swap Café**

Na een paar weken proefdraaien, opende ROC Nijmegen woensdag 12 februari officieel de deuren van haar nieuwe Fix & Swap Café aan de Heyendaalseweg. Een aangename ontmoetingsplek waar je spullen kan inruilen, repareren of optimaliseren samen met studenten en vrijwilligers.

We leven in een wereld van overconsumptie. Broek kapot? Bestel je direct een nieuwe online. Nieuwe iPhone op de markt? Hoppa, in het winkelmandje. Makkelijk misschien, maar enorm belastend voor het milieu. Onze maatschappij staat voor het vraagstuk hoe we kunnen verschuiven van consumeren naar consuminderen en conserveren. En ROC Nijmegen neemt dit vraagstuk heel serieus.

Duurzaam én sociaal

Regisseur vitaliteit en duurzaamheid bij ROC Nijmegen, Miranda Thoonen, enthousiasmeerde studenten en docenten om in 2024 mee te doen aan de 'Challenge duurzaamheid in het mbo-onderwijs' van de Rijksoverheid. Samen kwamen ze tot het idee voor een Fix & Swap Café. Ze wonnen budget om hun idee tot leven te brengen. En dat is goed gelukt!

"Inmiddels hebben we een paar weken proefgedraaid bij onze onderwijslocatie Technovium aan de Heyendaalseweg. Om te kijken of er behoefte was aan ons Fix & Swap Café. Nou, dat is gebleken! Onze studenten en vrijwilligers hebben al veel klanten geholpen. Mensen die hun kapotte stofzuiger komen laten fixen, studenten die een tosti-apparaat willen repareren of buurt-



Wethouder Tobias van Elferen was aanwezig bij de officiële opening op 12 februari jl.

bewoners die gewoon graag een kopje koffie of thee komen drinken", aldus Miranda. Het Fix & Swap Café is hiermee niet alleen een prachtig duurzaamheidsinitiatief, maar ook op sociaal vlak een mooie toevoeging in de buurt. Een ontmoetingsplaats voor jong en oud.

Goed zorgen voor jezelf, de ander en je omgeving

Peter van Mulkom, voorzitter College van Bestuur van ROC Nijmegen, licht de visie van het opleidingsinstituut toe: "ROC Nijmegen wil een voorbeeld zijn als het gaat om duurzaamheid, gezondheid en diversiteit. Duurzaamheid

betekent voor ons: goed zorgen voor jezelf, de ander en je omgeving. Nu en straks. Studenten leren bij ons vakvaardigheden voor beroepen waarin duurzaamheid een steeds grotere rol speelt. Zoals in de bouw of elektrotechniek. En we laten ze zien dat je ook op persoonlijk vlak kunt bijdragen door de keuzes die je maakt, als onderdeel van de maatschappij. We zien

het als onze gezamenlijke verantwoordelijkheid om ervoor te zorgen dat jongeren een toekomst hebben om te koesteren."

Wil je ook iets fixen of swappen?

Het Fix & Swap Café is onderdeel van Repair Cafés Nijmegen. De reparatiedeskundigen staan iedere woensdagmiddag van 14.00 uur tot 16.00 uur voor klanten klaar op Heyendaalseweg 98, Nijmegen. Met uitzondering van schoolvakanties en feestdagen. ♥

Tekst: ROC Nijmegen

Foto's: Marc Bonnes



Fix & Swap Café aan de Heyendaalseweg.

Zo biologisch mogelijk, met veel oog voor biodiversiteit. Zo werken vrijwilligers uit de buurt al jarenlang

Buurtmoestuinen in de start seizoen

De lente is begonnen en dat betekent voor moestuiniers dat de mouwen worden opgestroopt en hark, schoffel en schop ter hand genomen. Hoe bereiden ze het nieuwe groeiseizoen voor? *Hart van Nijmegen* ging langs bij drie buurtmoestuinen in Nijmegen-Midden.

Boerderij de Goffert

De groente- en bloementuin van Boerderij de Goffert wordt bewerkt door mensen van Driestroom in het kader van dagbesteding, aangevuld met buurtbewoners. Bianca en Lijan zijn zulke buurtbewoners. Bianca is ook begeleider bij Driestroom.

Nieuw seizoen

Het seizoen start begin maart. Hier en daar zie je nog wintergewassen zoals veldsla en witte kool. De aardbeienbedden worden vrijgemaakt van bladeren, takken weggeknippt en mest gestrooid. De doperwtten zitten al in de grond, andere gewassen worden voorgetrokken in de plastic kas in potjes. Bloemen komen nu vrij snel op.



Lijan: "We werken in deze tuin zo natuurlijk mogelijk met biologische zaden en zonder chemische bestrijdingsmiddelen. De grond wordt bemest met paardenmest. De paarden krijgen geen biologisch voer, dus we mogen ons niet biologisch noemen." Ze kweken pom-



poenen, courgettes, tomaten, sla, uien, knoflook, aardbeien, bonen, spinazie en nog veel meer. Een gedeelte is gereserveerd voor fruit en kruiden.

De oogst gaat naar de ontmoetingsruimte, het huiskamercafé waar buurtgenoten een kop koffie kunnen drinken en waar met de producten uit de tuin allerlei lekkers wordt gemaakt. Iedere week kun je aanschuiven voor een buurtsoep. Bij de ingang worden ook groenten, kruiden en bloemen verkocht.

Buurttuin

Bianca benadrukt: "Mensen denken vaak dat de tuin van de kinderboerderij een besloten tuin is. Maar het is eigenlijk een buurttuin. We zoeken verbinding met de buurt. We zouden het mooi vinden als steeds meer mensen uit de buurt zin krijgen om mee te doen. Kom gewoon, je hoeft er geen verstand van te hebben, je kan het altijd leren."

Van Tuin Tot Bord

Eén van de moestuinen van 'Van Tuin Tot Bord' – in 2025 tien jaar actief – ligt achter voormalig wijkcentrum De Kloketoren aan het eind van de Dukaatstraat. In deze moestuin werkt een hechte groep wijkbewoners al jarenlang samen. Romilda ondersteunt deze groep als coördinator.

"We zijn net begonnen. Voor de winter is alles afgedekt met blad, dat wordt er nu afgehaald." De gemeente komt gifvrije compost brengen.

Teeltplan

Romilda maakt ieder jaar het teeltplan. "Officieel zijn we geen biologische tuin, maar we telen op biologische wijze, bijna alle zaden zijn biologisch, we



gebruiken geen chemische bestrijdingsmiddelen. Een aantal plantenfamilies zetten we elk jaar op een andere plaats. Daarmee voorkom je plagen en het is beter voor de grond."

In de tuin staat nog veldsla, boerenkool, prei, snijbiet, palmkool. Postelein

in buurtmoestuinen

blokken voor het nieuwe

zaait zichzelf uit, dat laten ze lekker staan. Tuinbonen zijn in november al gezaaid en komen nu op. Verderop staan de raapstelen onder plastic. Als de vorst voorbij is halen ze het plastic eraf. Romilda: "Als er raapstelen zijn, is voor ons het seizoen begonnen." Bij een buurtbewoner staan ingezaaide tomaten in de vensterbank voor te trekken. Straks gaan ze de kas in.



Er staan bessen en frambozen, fruitbomen en er is een voedselbosje om bij te dragen aan biodiversiteit. "We laten staan wat goed is voor vogels en insecten. Er wordt van alles geteeld op deze grond. Onder andere paprika's, peulvruchten, spinazie, courgettes, pompoenen, pastinaak en snijbiet.

De oogst

Met de oogst kookt Van Tuin Tot Bord voor meer dan veertig mensen per week heerlijke maaltijden in het buurtrestaurant van wijkcentrum 't Hert. Daar kun je voor intekenen via de website.

Romilda: "De tuin ligt wat verscholen en daardoor zijn we voor de buurt wat minder goed zichtbaar. We zouden het leuk vinden als nog meer mensen uit de buurt de tuin leren kennen en als ze willen, mee komen doen. Op vrijdagochtend kun je altijd binnenlopen."

Hof van Heden

Achter de Lourdeskerk aan de Hatertseweg ligt de buurtmoestuin "Hof van Heden", een stichting die tuiniert op de grond van de parochie. De tuin wordt door zo'n 20 vrijwilligers gerund.

Voorbereidingen

Jan en Annelies, al jaren vrijwilligers, vertellen graag. "We zijn sinds januari bezig. Er staat een nieuwe grote kas, gebouwd met subsidie van de gemeente en de Rabobank. Het wordt een combi van teelt en ontmoetingsruimte.

Nu maken we de bedden klaar, verwijderen bladeren, bepalen waar compost nodig is, afhankelijk van wat er op moet gaan groeien. We kopen biologische zaden in en doen aan wisselteelt. We hebben een plantschema op papier. Bij Annelies thuis staan de koeltjes al te groeien in potjes in de vensterbank.



Een rondje door de tuin

"De grond is hier eigenlijk heel slecht, maar in de loop van de jaren wel verbeterd door goede biologische compost te

gebruiken die we zelf maken of kopen. We gebruiken nauwelijks mest. Vroeger spitten we alles om, nu helemaal niet



meer. We laten de bodem met rust en verstoren zo min mogelijk. Dat is het beste voor de planten."

We maken een rondje door de tuin. Sommige bedden zijn al klaar voor gebruik. Een vos is een vaste gast in de tuin, te zien aan de gegraven kuilen in een aarden wal. Er staan mooie fruit- en notenbomen, bessenstruiken. Er is een kruiden- en bloemengedeelte. Een imker heeft daar zijn bijenkast. Tegen de zuidmuur van de kerk staat een amandelboom in bloei.

Verkoop

De hele opbrengst, zelfs een deel van de honing, wordt verkocht. Vrijwilligers maken zelf jam van al het fruit. Op woensdag en donderdag is de tuin open, de koffie staat klaar. Nieuwe vrijwilligers zijn ook zeer welkom, moestuinervaring is niet vereist. ♥

Tekst: Marian Huisman

Foto's (najaar 2024): Bert Hendrix

Meer weten?

- Moestuin Boerderij de Goffert: kbdegoffert@driestroom.nl
- Moestuin Van Tuin tot Bord: romilda.vanderwal@vantuintotbord.nl
- Reserveren buurtrestaurant: vantuintotbord.nl
- Moestuin Hof van Heden: i.dibbitts@glazenkamp.net

Iedereen verdient een passend afscheid



De lokale uitvaartondernemer in de gemeente Lingewaard en Nijmegen die alles in eigen beheer heeft waardoor de persoonlijke betrokkenheid ook daadwerkelijk gegarandeerd is. Constantijn Koen Uitvaartverzorging, Afscheidshuys Lingewaard Bommel en Afscheidshuys Sint Annamolen Nijmegen zijn volledig onafhankelijk en niet gebonden aan crematoria, begraafplaatsen en overige locaties. U heeft de keuze, eigenlijk is alles mogelijk.



Constantijn Koen
Uitvaartverzorging



Afscheidshuys **Lingewaard**
& **Sint Annamolen Nijmegen**

www.uitvaartverzorging-lingewaard.nl | www.uitvaartverzorgingnijmegen.nl

 **EERLIJKE PRIJS
UITVAART**
Voor een respectvol afscheid

**VOOR EEN GOEDKOPE EN EENVOUDIGE MAAR
RESPECTVOLLE CREMATIE OF BEGRAFENIS**

KIJK OP EERLIJKEPRIJSUITVAART.NL



Nieuws van de **bieb Muntweg**

De bieb heeft iets nieuws!
Een online tool om een boek te vinden dat bij je past.
Handig als je niet kunt kiezen tussen al die mooie boeken. Natuurlijk zijn er ook weer een heleboel interessante activiteiten voor jong en oud in de bibliotheek.

Laat je inspireren door 'WelkBoek'

Via de online tool 'WelkBoek' vind je eenvoudig een boek dat bij je past.



Zoek je een boek dat lijkt op het boek dat je net uit hebt? Of wil je jezelf alvast onderdompelen in je toekomstige vakantiebestemming? WelkBoek vindt de boeken die passen bij jouw vraag. Toch niet wat je zoekt? Probeer het opnieuw. Er zijn duizenden mogelijkheden. Zoek via obgz.nl/welkboek op thema, plaats, sfeer of eerder gelezen titel. Laat je inspireren en vind eenvoudig jouw volgende boek. Ook voor kinderen vanaf 6 jaar!

Start cursus Klik & Tik

Wil je beter leren werken met de computer en internet? In Bibliotheek Mariënborg in het centrum van Nijmegen kun je de eerste stappen in de digitale wereld zetten. Geduldige begeleiders helpen je in kleine groepjes op weg. Na tien lessen weet je hoe het toetsenbord werkt, kun je een e-mail versturen en iets kopen op internet. De groepslessen zijn ook nog



eens gezellig en je leert andere mensen kennen. Ook als je de basisbeginselen van de computer al kent, ben je welkom. Je leert altijd iets bij.

Locatie: Bibliotheek Mariënborg, Mariënborg 29 (centrum)

Datum: tien lessen vanaf dinsdag 22 april

Tijd: 13.30 tot 15.30 uur

Prijs: gratis, aanmelden bij Anita Hendriks via **024 327 49 37**.

Voorleespret voor peuters: wij maken muziek!

KLENGKLENGKLENG! ROMMELDEBOM! Het is straatfeest. Asha trommelt haar vrienden op om samen muziek te maken. Mag Mhina de dirigent zijn? Kinderen



kunnen vandaag luisteren naar 'De fanfare' van Alice Van de Geest & Sanne Thijs. Een muzikaal verhaal over allerlei kinderen die samenspelen op straat. Na het verhaal knutselen de kinderen een

sambabuis en maken ze samen muziek zoals een echte fanfare.

Locatie: Bibliotheek Muntweg, Muntweg 207

Datum: donderdag 1 mei

Tijd: 15.30 tot 16.00 uur

Prijs: gratis, wel graag vooraf aanmelden via obgz.nl/agenda

Leven en werk van kunstenaar Anselm Kiefer

Kunstkenner Marieke van der Heijden vertelt in deze lezing over het werk en leven van Anselm Kiefer. Naast schilde-



rijen maakt Kiefer ook beeldhouwwerken en installaties. Zijn werk 'in het echt' zien? Tot en met 9 juni 2025 is het werk van Kiefer te zien tijdens de gezamenlijke tentoonstelling 'Sag mir wo die Blumen sind' van het Van Gogh Museum en het Stedelijk Museum in Amsterdam.

Locatie: Bibliotheek Muntweg, Muntweg 207

Datum: dinsdag 6 mei

Tijd: 19.30 uur tot 21.00 uur

Prijs: € 6,50 voor bibliotheekleden en studenten, € 7,50 voor overige bezoekers (via obgz.nl/agenda)

Tekst: Bibliotheek Gelderland Zuid

Foto's: Marcel Krijgsman

De wijk Goffert liet het college van B en W zien hoe zij zich inzet voor de fysieke en mentale gezondheid van Burgemeester en wethouders op bezoek



Genieten van het uitzicht op het dakterras van RUMBA. Foto: gemeente Nijmegen.

Jaarlijks bezoekt het college van B en W Nijmeegse wijken om op een laagdrempelige manier kennis te nemen van kansen en problemen die er spelen. Op 25 februari werd de wijk Goffert in Nijmegen-Midden met een bezoek vereerd. Overkoepelend thema van dit wijkbezoek: gezondheid – fysiek en mentaal.

In het Goffertstadion zorgde het NEC-programma GezondRijk Nijmegen voor een mooie presentatie. Daarna fietste het college naar de nieuwe woonlocatie Nieuwe Dukenburgseweg 21 (NDW21) voor een kennismaking met de bewoners.

GezondRijk Nijmegen

Bij NEC wordt niet alleen gevoetbald. Met maatschappelijke programma's draagt de profclub bij aan een gezonde samenleving voor iedereen. GezondRijk Nijmegen is zo'n programma. Door deel te nemen aan beweegprogramma's kunnen inwoners van alle leeftijden uit het Rijk van

Nijmegen actiever en vitaler worden.

Zo is er het onderwijsproject Playing for Succes (Pfs) voor leerlingen uit de groepen 6, 7 en 8 van het basisonderwijs en klas 1 en 2 van het voortgezet onderwijs. Projectleider Ivo Westerweele vertelde hoe Pfs de kracht van de professionele voetbalclub inzet om de kinderen aan sociaal-emotionele doelen te laten werken zoals samenwerken, motiveren, concentreren en omgaan met elkaar.

Ivo: "In de inspirerende en uitdagende topsportomgeving van het Goffertstadion laten we de leerlingen een bijzondere tijd beleven. Het opdoen van succes-

ervaringen, de aandacht van professionele begeleiding en werken aan een zelf gesteld leerdoel zorgt ervoor dat de leerlingen 'groeien.' Ook het ontmoeten van NEC-spelers en het ontdekken van het Goffertstadion spelen hierbij een grote rol. De bijeenkomsten zijn net als een voetbalwedstrijd ingedeeld in een warming-up, eerste helft, rust, tweede helft en een coolingdown. Zo worden in de warming-up de doelen van de bijeenkomst besproken, gevolgd door de 1e en 2e helft waarin opdrachten worden uitgevoerd. De rust is een pauzemoment waarin de leerlingen wat te eten en te drinken krijgen. Tijdens

Nijmegenaren

bij GezondRijk Nijmegen en NDW21

de coolingdown kijken we terug op de bijeenkomst en reflecteren we op ons leerdoel."

NDW21: wonen en ontmoeten

NDW21 is de nieuwe stadsbuurt in Winkelsteeg waar je kunt wonen, ondernemen en ontmoeten. Het is een wijk waar iedereen welkom is en mensen oog hebben voor elkaar. NDW21 biedt onderdak aan starters, studenten, maar ook aan nieuwkomers in Nederland die een verblijfstatus hebben gekregen.

Het college van B en W werd hartelijk ontvangen in de centrale ontmoetingsruimte HEEM, gesitueerd bij de ingang van de nieuwe buurt. Het is *the place to be* voor bewoners die elkaar willen ontmoeten en samen activiteiten willen organiseren. Dát is een belangrijke voorwaarde om prettig samen te wonen op NDW21.

Het college ging in gesprek met bewoners over hun woonervaringen in de piepjonge buurt. Maar er werd ook genoten van het uitzicht op de nieuwe appartementsgebouwen vanaf het dakterras van het gebouw RUMBA.

Gezamenlijke activiteiten

Auke is medewerker van HEEM en vertelt: "Het is een plek waar veel kan en weinig hoeft en waar groen, creativiteit en ontmoeten voorop staan. Zo kan je lekkere koffie drinken in de gezellige ruimte, terwijl je achter je laptop zit of kletst met je burens. En kan je elke week op de woensdag een hapje mee-eten met wat de pot schaft. Lijkt het je leuk om een keer je favoriete gerecht te koken voor de buurt? Ook dat kan. Op die manier ontdekken we de verschillende smaken uit de wijk."

Een andere gezamenlijke activiteit van de bewoners is het open atelier, waar op initiatief van de mensen gekleurd, geschilderd, gebreid/gehaakt kan worden met elkaar. Elk initiatief is welkom. Zo werd er pasgeleden gemozaïek, waarbij bewoners de buitenbanken

kleurrijker hebben gemaakt. Een goede manier om elkaar te leren kennen en vriendschap te sluiten.

Hier helpt de appgroep voor zowel alle bewoners als per appartementsgebouw ook aan mee.



Het ontmoetingscentrum Heem.



Hier dus de kookgroep voor Heemhap.

Demi, één van de bewoners, zegt over het wonen in de NDW21: "Door loting via Entree kon ik hier komen wonen. Het belangrijkste gevoel dat ik hier nu heb, is het nooit alleen-zijn en het sociale, altijd dichtbij, mede dankzij HEEM."

Auke: "En de toekomst? Er zou bijvoorbeeld meer samen geklust kunnen worden, in de groengebieden of bij elkaar." ♥

Tekst en foto's: Joost van Berkel



GENIET DEZE ZOMER VAN KUNST, CULTUUR
EN FEESTEN IN DE NATUUR

06 JUN	HEATHER NOVA 19:45
07 JUN	POKEY LAFARGE 19:45
12 JUN	YOUNG GUN SILVER FOX 19:45
13 JUN	CHEF'SPECIAL 16:30 & 20:15
21 JUN	KIDS 'N' BILLIES 14:30
22 JUN	NICK MULVEY 20:15
01 JUL	FINK 19:30
10 JUL	PETER PANNEKOEK 20:15
23 & 24 AUG	FRANK BOEIJEN 19:30
30 AUG	HET NEST FESTIVAL 14:00
03 SEP	SPINVIS 19:30
05 SEP	EEFJE DE VISSER 19:30
11 & 12 SEP	DANNY VERA 19:30

MEER PROGRAMMA EN LAATSTE UPDATES: WWW.OLTGOFFERT.NL
PROGRAMMA ONDER VOORBEHOUD VAN WIJZIGINGEN



Deel de Dag

Een Gedeelde Dag is een Goede Dag.

Voor 65-plussers in Nijmegen

U bent van harte welkom
om te horen hoe wij de dag
samen delen.

Neem gerust contact op:

Telefoon: 088 - 00 171 21

E-mail: ouderenwerk@sterker.nl

Website: www.sterkerouderenwerk.nl

Samen staan we Sterker



GAAT VERDER VOOR VLEES

Biologische slagerij Nijmegen

LEKKER & EERLIJK BIOLOGISCH VLEES

In onze slagerij staat het ambacht van het slagersvak centraal. Onze zelfgemaakte specialiteiten zijn vol van smaak. En 100% biologisch! Heb je advies nodig over de bereiding van jouw vlees, ben je op zoek naar seizoensproducten of heb je behoefte aan variatie? Wij helpen je graag. Zien we je snel?

BAS DERKSEN



BIOLOGISCHE SLAGERIJ DE GROENE WEG NIJMEGEN Groenestraat 189, Nijmegen
024-355 50 60, nijmegen@degroeneweg.nl • nijmegen.degroeneweg.nl

Oproep: kom met boeiende verhalen voor de nieuwe special over wijkgeschiedenis

Al twee keer eerder bracht *Hart van Nijmegen* een (bewaarspecial uit over wijkgeschiedenis. Toen waren de thema's de Tweede Wereldoorlog en de vroege industrieën. Het thema voor de nieuwe special is 'leven met kerk en religie'.

Voor de meeste mensen die in de 21ste eeuw zijn geboren, is 'leven met kerk en religie' niet meer aan de orde. Het dagelijks leven is geseculariseerd, zoals dat heet. Maar leg je dit thema voor aan hun oudere familieleden, dan hoor je een heel ander verhaal. Naar dit andere verhaal is *Hart van Nijmegen* op zoek, in woord en beeld.

De specials van *Hart van Nijmegen* gaan over wijkgeschiedenis van wat nu het stadsdeel Nijmegen-Midden is. Ze gaan over 'vroeger' in straat en buurt, en over hoe het dagelijks leven toen was. Kerk en religie hebben leven, wonen en werken in heel wat wijken van Nijmegen-Midden in hoge mate vormgegeven. Dat is belangrijke wijkgeschiedenis.

Wie wil de nieuwe special van *Hart van Nijmegen* mee inhoud



geven met zijn of haar verhaal over 'leven met kerk en religie'? Dat is breed geformuleerd en dat is ook de bedoeling. Ervaringen met kerk en religie kunnen positief of negatief zijn. Of beide. Ze kunnen betrekking hebben op wonen, werken, onderwijs, gezondheidszorg of geloofsbeleving. Of nog iets heel anders. Verras ons! Alhoewel de rooms-katholieke kerk in de wijken van Nijmegen-Midden domineerde, waren er ook andere stromingen: protestant, oosters-orthodox of islamitisch. Aarzel niet en vertel uw verhaal! ♥

Tekst: Ypie Veenstra, Foto: Regionaal Archief Nijmegen

Heeft u een mooi verhaal voor de special of weet u iemand met een goed verhaal? Mail naar ypie@hartvannijmegen.nu of bel 06 532 314 99.

column (W)anders

Joost Wanders schrijft columns over het leven met autisme. Meer lezen of reageren? Kijk op www.joostwanders.nl

Laatste wil

"Blijf geloven, laat dat vuurtje niet doven", schreef ik in mijn vorige column. Maar er komt natuurlijk een moment waarop dit niet meer gaat. Immers, niemand heeft het eeuwige leven.

Over het einde van het leven denk ik regelmatig na. Waarschijnlijk omdat ik het leven zo ingewikkeld vind met de problemen die ik ervaar. Dan wil ik in ieder geval mijn laatste momenten wél kunnen registreren op mijn eigen manier. Wanneer ik vind dat het leven voltooid is. Op de manier die ik kies. Want daar ga ik alleen zelf over. Het is mijn leven.

Ik vind het dan ook verschrikkelijk om te horen hoe bijvoorbeeld over Coöperatie Laatste Wil gedacht wordt. In 2024 stonden bestuursleden van deze organisatie zelfs terecht voor het in stand houden van een criminele organisatie. Serieus? Een menslievende organisatie zul je bedoelen! Een organisatie die luistert naar de laatste, de belangrijkste wil van iemand. Zo'n organisatie moeten we juist breed steunen in de samenleving.

Hulp bij zelfdoding is in Nederland strafbaar. "Euthanasie is strafbaar, tenzij aan alle voorwaarden is voldaan", staat in de wet. Wat een betutteling, verschrikkelijk. Door dit soort regels moeten



mensen vaak onnodig lijden. Terwijl je juist het laatste gedeelte van een leven waardig wilt afsluiten. Ik snap de bezwaren, natuurlijk. Maar dit kan zo niet.

Ik vind oprecht dat iedereen zelf mag beslissen wanneer en hoe het leven eindigt. De wens van een persoon moet daarbij centraal staan. Op zo'n moment moet je niet krampachtig bezig zijn met wat de regels voorschrijven, als je het mij vraagt. ♥



De vertrouwde naam in uitvaartzorg

Klopper & Kramer

Uitvaartcentrum Oud-Mariënboom

Klopper & Kramer is de vertrouwde naam in uitvaartzorg in Nijmegen en omgeving en staat garant voor persoonlijke dienstverlening op het hoogste niveau. Met grote zorgvuldigheid en toewijding zijn wij betrokken bij iedere uitvaart die wij begeleiden en nemen daar graag alle tijd voor. In ons eigen kleinschalige rouwcentrum Oud-Mariënboom aan de Groesbeekseweg bieden wij de mogelijkheid om in een stijlvolle, informele omgeving in alle rust en beslotenheid afscheid te nemen.

Meer dan 100 jaar
familiebedrijf



Groesbeekseweg 424 | Nijmegen | www.kk.nl | (024) 323 44 44

Open van maandag+ dinsdag
van 12 tot 16 uur.
Donderdag + woensdag van 9 tot 13 uur
Willemsweg 19 Nijmegen

Ontdek creativiteit en ambacht op **open dag** in **Splendorfabriek**

Op zondagmiddag 13 april opent de Splendorfabriek haar deuren voor het publiek. Dit karakteristieke gebouw, ooit een lampenfabriek, bruist nu van creativiteit en ondernemerschap. Meer dan twintig ondernemers heten bezoekers welkom in hun ateliers, kantoren, werkplaatsen en winkels.

Tijdens deze open dag is er van alles te beleven. Bezoekers kunnen wijnproeven, inspirerende workshops volgen, kunst bewonderen en ambachtelijke producten ontdekken. Daarnaast is het een unieke kans om door de sfeervolle gangen van de oude fabriek te dwalen en een kijkje achter de schermen te nemen. Bij de Kantine van Bairro Alto is er live muziek en een gevarieerd aanbod aan eten en drinken.

Praktische informatie:

Datum: zondag 13 april

Tijd: 13.00-17.00 uur

Locatie: Splendorfabriek



Adres: Gorterplaats, Nijmegen

Bereikbaarheid: kom bij voorkeur met het openbaar vervoer.

Parkeren: in de wijk, niet op de Gorterplaats. ❤️

Tekst en beeld: Splendorfabriek



Leef mee met de leuke, aandoenlijke en actuele belevenissen van huisdieren, hun baasjes en de artsen van Dierenkliniek St. Anna 404.



Prinses Plien

Op Valentijnsdag is ze zeventien jaar geworden. Plien. Een pittige rode poes. Je geeft haar echt geen zeventien. Haar vacht glanst, ze kijkt helder uit haar ogen en ze is goed op gewicht. Met een goed persoonlijk beleid kunnen we haar pittige karakter in toom houden en is ze goed te behandelen in de dierenkliniek.

Vandaag is ze ingepland voor haar maandelijkse pijnstillende injectie, want artrose heeft ze wel en daar had ze in het verleden

onze huisdieren

veel last van. Plien boft, want ze heeft twee poezenmoeders die heel goed voor haar zorgen. Zolang ze pijnstilling krijgt, gaat ze haar eigen gangetje; ze springt weer op bed en op de bank, ze verzorgt zichzelf door haar vacht overal te poetsen en heeft zelfs weer dulle vijf minuutjes. Afgelopen week kreeg ik nog een mooi filmpje waarin Plien zich gemakkelijk uitrekt en over haar rug heen en weer op de grond rolt.

Ik open de reismand aan de bovenkant, zo kan ze in haar eigen veilige mand blijven zitten. Plien kijkt me een beetje argwanend aan. "Daar heb je haar weer", lijkt ze te willen zeggen. Terwijl ze de injectie krijgt, wordt ze afgeleid met een liquid snack. Ze geeft geen kick. We kletsen gezellig tijdens haar pedicure behandeling. "Prinses Plien", zeg ik gekserend als er weer een puntje van haar nagel afvliegt. Ze is echt een prinsesje omdat ze van alle kanten verzorging en aandacht krijgt. "Of is het beter Oma-Prinses-Plien? En kan dat eigenlijk wel, een prinses die oma is?"

"Ik vind haar meer een koningin", zegt de paraveterinair lachend. Of Plien nou een prinses of een koningin is, het is eigenlijk niet van belang, ze heeft in ieder geval al haar lakeien goed onder de duim. ❤️

Tekst en foto: Moss Tijssens

**OP ZOEK NAAR EEN
NIEUWE OF GEBRUIKTE FIETS?**

BEKIJK ONLINE
ONS ASSORTIMENT



www.wheelstweewielers.nl

Op zoek naar een huisarts?



Gezondheidscentrum Hazenkamp
Zorg dichtbij, aandacht voor u

inschrijven: 

T: 024-3560954
E: info@ghc-hazenkamp.nl
W: www.ghc-hazenkamp.nl



Mijn naam is Emile Visser en ik ben een zelfstandig meubelmaker in Nijmegen. Met mijn bedrijf Studio Visser maak ik unieke maatwerk meubels die jouw woning een eigen karakter geven.



Mijn meubels zijn functioneel en esthetisch van aard. De ene keer rechthoekig rechtaan, de andere keer om juist die lastige hoek in jouw woning een mooie invulling te geven. Of het nou boekenkasten, wasmachine kasten, tafels of blind opgehangen schappen zijn, bij Studio Visser ben je aan het juiste adres. Neem contact op voor meer informatie (06-51581905) of kijk op mijn website: www.studiovisser.nl



**TAEKWONDO
DA'S KICKEN!**



Lekker sporten, werken aan je weerbaarheid en nieuwe mensen ontmoeten? Bij deze gezellige club in Nijmegen kan je al meer dan 45 jaar terecht!

Ben je tussen de 5 en 50+? Kom eens langs voor een gratis proefles!

Kijk voor trainingstijden en info op www.yoosin.nl

yoosin



Vishandel Ruizendaal

Op de Steenbokstraat, iedere

donderdag	9:00 – 18:00 uur
vrijdag	9:00 – 18:00 uur
zaterdag	9:00 – 16.30 uur

telefoon 06 - 12 96 97 71

Voor al uw gebakken vis
verse vis en filets
garnalen en salades
gerookte vis
kant-en-klaar maaltijden



Praktijk voor Systeem/ EFT relatietherapie

Ervaar je onbegrip, irritatie en/of zwijgen in de relatie? Zijn jullie vastgelopen en weet je niet hoe je elkaar weer kunt bereiken? Dan kan systeemtherapie helpen.

- * liefdesrelaties
- * familierelaties
- * vriendschappen



website: www.sasjagradussen.nl
Telefoon: 06-21603472
Groesbeeksedwardsweg 88

**FYSIOCENTRUM
NIJMEGEN**



- Hoogwaardige patiëntenzorg met een tevredenheidsscore van 8,9!
- Alle fysiotherapeutische specialismen in huis
- Nauwe contacten met zorgmedewerkers in de wijk
- Actieve samenwerking met uw huisarts en verwijzers

U bent van harte welkom op één van onze volgende adressen:

St Jacobslaan 345A
Groenestraat 217y
St. Annastraat 180

www.fysiocentrumnijmegen.nl
info@fysiocentrum-nijmegen.nl

024 354 04 04



Kennis delen hadden Spieghel en Johanna de Lestonnac gemeen

Spiegelstraat

Hendrik Laurensz. Spieghel (1549-1612) was een dichter, taalwetenschapper en filosoof. Hij was een van de oprichters van de rederijkerskamer De Eglantier. Rederijkers waren amateurdichters en voordrachtskunstenaars die zich vanaf de late middeleeuwen organiseerden in verenigingen. Zijn hoofdwerk is *Hertspieghel* (1614), een filosofisch zedenkundig dichtwerk. Spieghel voelde zich sterk aangetrokken tot de praktische filosofie. Hij vermengde de christelijke en antieke gedachtenwereld. Ook na zijn dood heeft zijn werk nog grote invloed uitgeoefend op o.a. de dichters Hooft, Bredero en Vondel.



Hendrik Laurensz. Spieghel.
Foto: Wikipedia

Johanna de Lestonnacstraat

Johanna (Jeanne) de Lestonnac (1556-1640) was een Franse stichteres van de congregatie Compagnie de Marie Notre-Dame (Zusters van het Gezelschap van Maria). Deze had als doel het bevorderen van onderwijs voor meisjes. Op 15 mei 1949 werd ze heilig verklaard door paus Pius XII. De congregatie vestigde zich over de hele wereld en tussen 1911 en 1913 bouwden ze aan de Dobbelmanweg in Nijmegen een klooster, een pensionaat en een meisjesschool. Het pensionaat werd genoemd naar de stichtster van de congregatie. In 1992 raakte de school buiten gebruik en werd het gebouw gesloopt. Op de plek werd nieuwbouw gerealiseerd. De gemeente Nijmegen heeft toen een zijstraatje van de Dobbelmanweg, op de plek waar de school stond, de Johanna de Lestonnacstraat genoemd.



Johanna de Lestonnac.
Foto: Wikipedia

Bronnen: Rob Essers (www.gaypnt.demon.nl/straatnamen), www.wikipedia.org, www.dbnl.org, www.noviomagus.nl

Tekst: Leonie Valckx

Fotostrip



door Elske van Lonkhuyzen



Ik maak mijn fotostrips liefst met buurtgenoten. Wil je ook een keer een rol spelen? Leuk! Stuur een mailtje naar elske.vanlonkhuyzen@gmail.com



OOGZORG en OPTOMETRIE

staar
droge ogen
macula degeneratie
glaucoom
OCT scan

van den Bergh

opticiens - audiciens - optometrist

Hatertseweg 825 - Nijmegen - 024 350 2814
www.vandenberghopticiens.nl



**FYSIOTHERAPIE
SINT ANNA**



Pijn of ongemak? Onze fysiotherapeuten staan voor je klaar! Ons team biedt persoonlijke zorg en behandeling om je te helpen herstellen.

- ✓ Specialistische fysiotherapie
- ✓ Dicht bij huis
- ✓ Persoonlijk en kundig



Je vindt ons in Medisch Centrum Sint Anna. Wij zijn een samenwerking tussen Fysiotherapie de Goffert en Fysiocentrum Nijmegen. Zo zorgen wij dat jij de beste zorg krijgt en sneller herstelt van jouw klachten.

Benieuwd hoe wij je kunnen helpen? Neem snel contact met ons op.

📞 024 - 350 58 92

🌐 www.medischcentrumstanna.nl

📍 St. Annastraat 180, Nijmegen

Praktijk voor Integratieve Psychotherapie

Drs. Olga Pieters



De eigen kracht weer gaan ervaren

*Kortdurende psychotherapie op maat
vanuit een steunende en begrijpende relatie.*

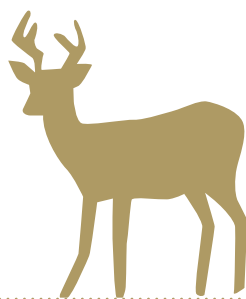
'Integratieve psychotherapie'

voor mensen die willen werken aan:

- het omgaan met belangrijke levensgebeurtenissen (bijv. echtscheiding, overlijden van een dierbare, ontslag)
- vermindering van stress en/of psychosomatische klachten als hoofdpijn, hyperventilatie, slapeloosheid
- het zich leren uiten of beter contact maken
- zelfvertrouwen of het maken van eigen keuzes
- 'leven' in plaats van 'overleven'
- zingeving, burn-out of andere vragen

Hertstraat 65
6531 KN Nijmegen
Tel. 06 - 19314575
www.olgapeters.nl

Bedrijfshartjes



Commerciële ondernemingen kunnen op een goedkope manier de 20.000 inwoners van Nijmegen-Midden bereiken. Voor € 15,- kopen zij een Bedrijfshartje in dit blad. Een Bedrijfshartje bevat maximaal 50 woorden. Mail de tekst naar bedrijfshartjes@hartvannijmegen.nu. Maak € 15,- over op NL62 INGB 0005672046, t.n.v. Stichting Hazenkamp en St. Anna, onder vermelding van Bedrijfshartje. De Bedrijfshartjes voor de volgende *Hart van Nijmegen* (24 en 25 mei 2025), moeten vrijdag 2 mei 2025 binnen zijn. Hetzelfde geldt voor de € 15.

SONJA SOMON PEDICURE voor een fijne voetverzorging bij u aan huis. Tel: **06 206 874 66**.

NAAILES IN NIJMEGEN bij Thea van der Wielen.
Mail naar info@naailesnijmegen.nl of bel **06 212 017 32**.
Meer informatie op www.naailesnijmegen.nl

AFWIKKELEN VAN EEN ERFENIS of voorbereiden van een nalatenschap. Annet van de Laak beantwoordt vragen en ondersteunt bij het hele proces rondom een nalatenschap, van sparren over jouw (levens)testament tot in harmonie afhandelen van een erfenis. Bel of mail voor een afspraak, het eerste half uur is gratis. **06 227 951 22, bojang.nl, annet@bojang.nl**

ZOEK JIJ EEN LEUK BIJBAANTJE? Doe je toevallig ook nog een opleiding marketing, kom dan eens langs bij Kompas Mengelmoes, Willemsweg 19. Bellen of mailen kan ook: **06 475 766 01, info@kompasmengelmoes.nl**

LONGOLIE – bij verkoudheid, vastzittend slijm in longen, versterkt het afweersysteem. **HEALING CRÈME** – huidverzorgende crème, ook bij brand- en schaafwonden, jeukstillend. Info: praktijkgerhegger.nl. Verkrijgbaar bij: **EkoPlaza, Groenestraat Nijmegen**.

AD SOMON SCHILDERWERKEN verzorgt alle voorkomende schilderklussen van uw woning. Zowel binnen- als buitenschilderwerk. Tel: **06 206 505 65, somonschilderwerken.nl**

BETROUWBARE STUKADOOR IN DE OMGEVING VAN NIJMEGEN. Ik bied zowel strak/modern stucwerk van gips als stucwerk van natuurlijke materialen. Met respect voor uw woning en duidelijke afspraken: bij mij is afspraak écht afspraak. Bezoek stuclab.nl of neem direct contact op met Titus: **06 838 038 08**.

GEPENSIONEERDE ELEKTRICIEN heeft tijd over om bij u wat klusjes te doen. Bel Gerard **06 532 358 63**.

BIJLES EXACTE VAKKEN ARNHEM voor 1-op-1 bijles en examentraining scheikunde, wiskunde en natuurkunde. Ik ben werkzaam in het centrum van Arnhem. Online bijles is ook mogelijk. Zie bijlesexactevakken.nl voor meer informatie. Tel: **06 524 603 00**, e-mail: info@bijlesexactevakken.nl

FRANS LEREN MET EEN NATIVE SPEAKER! Ik ben een professionele docent Frans ook op universiteiten. Ik geef lessen op maat. Online of bij mij thuis in Hazenkamp. DELF-diploma, bijles, conversatie, grammatica, vakantie, etc. INSTAGRAM: [french_course_aamu](https://www.instagram.com/french_course_aamu). Contact: natacha.lipper@gmail.com, **06 245 368 73**.

ALTIJD AL WILLEN SCHRIJVEN? Kom schrijven! Neem je pen ter hand, open je laptop, begin je verhaal. Laat je inspireren in een kleine groep. Leer je schrijfstijl kennen en verbeteren. www.schrijfschoolnijmegen.nl

HEERLIJK UITWAAIEN AAN ZEE! Dichtbij de uitgestrekte stranden in Zeeuws Vlaanderen vindt u onze compleet ingerichte vrijstaande vakantiewoning met grote kindvriendelijke tuin en diverse terrassen. Schitterende fiets- en wandelroutes, pittoreske stadjes (Groede, Sluis), nabij het middeleeuwse Brugge en het bruisende Knokke. Kijk op huisjeinschoondijke.nl, **024 663 29 32, 06 428 995 22, aalvanthiel@gmail.com**

VERKLEURDE NAGELS? Dit kan zijn: een psoriasisnagel, een traumanagel of één van de 300 schimmelsoorten. Dit is niet te zien met het blote oog! Doe een nagelschimmeltest om je klachten effectief te bestrijden. Bel of whatsapp **06 129 931 74** om een afspraak te maken bij pedicure Rabia.

PETERS

keukeninterieurs
est. 1985

Vakkundig advies - Uitstekende service
Betaalbare prijzen - Eigen montagedienst
Alles in één hand



St. Jacobslaan 90 Nijmegen
Tel. (024) 3552220
www.peterskeukens.nl

Richt uw woning mooier in met Wennekers Nijmegen



WENNEKERS
NIJMEGEN

Groenestraat 2A Nijmegen
(hoek St. Annastraat)

T: (024) 356 01 04

E: info@wennekers-nijmegen.nl

Gordijnen, zonwering, vloeren ...en meer

www.wennekers-nijmegen.nl



Teun Goossens en Thomas Dunkerbeck

Ook voor manuele therapie en post-operatieve revalidatie, o.a. kruisband-ruptuur, nieuwe heup en nieuwe knie.

FysioHub-Nijmegen

Locatie "de Verffabriek"

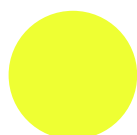
Groenestraat 131 b

6531 HD Nijmegen

(024) 2210140

info@fysiohub-nijmegen.nl

www.fysiohub-nijmegen.nl



FYSIOHUB
Nijmegen

Ruit herstellen? Seuren bellen! 024 - 323 10 10

**Heeft u glasschade
of zoekt u
een goede oplossing
voor glasisolatie?**

**Gewoon even
Seuren bellen!**

024 - 323 10 10

 **seuren**
24-uurs glasservice

Werken bij Seuren? Kijk op www.seuren.nl

Hartjes

Bewoners van Nijmegen-Midden die versterking zoeken van bijvoorbeeld hun koor, gym- of leesclub, kunnen een Hartje plaatsen in dit blad. Ook mensen die gratis hulp zoeken of aanbieden, iets te koop hebben of juist zoeken, kunnen een Hartje plaatsen. Een Hartje is een bericht van maximaal 50 woorden. Er zijn geen kosten aan verbonden. Mail de tekst naar hartjes@hartvannijmegen.nu. De Hartjes voor de volgende *Hart van Nijmegen* (24 en 25 mei 2025), moeten uiterlijk 2 mei 2025 binnen zijn.

GOOD COMPANY ZOEKT TENOR EN BAS. Ons kleine koor zingt doorgaans a capella, meestal vierstemming. Ons repertoire: van Renaissance tot en met hedendaagse muziek en volksliederen. We repeteren wekelijks op dinsdag van 20.00-22.00u in de Daalsehof. Er is aandacht voor stemtechniek en onderlinge harmonie. Belangstelling? Bel Peter: **06 313 370 70**

TENOREN EN BASSEN WELKOM BIJ KOOR HATIKWA. Al ruim 20 jaar zingen wij meerstemming een Joods repertoire in o.a. Hebreeuws, Jiddisch en Ladino. Repetitie op dinsdagavond, 20.00-22.00u in wijkcentrum 't Hert. Zangervaring en noten kunnen lezen is niet nodig. Kom een keer luisteren en meezingen. koorhatikwa.nl

WIELERTOURCLUB CYCLETIME ZOEKT 50+ RACEFIETSERS. Vanaf maart rijden we in kleine groepjes gevarieerde tochten rondom Nijmegen. Kijk op cycletime.nl en meld je vrijblijvend aan via info@cycletime.nl voor een aantal proefritten. Wij zorgen voor een prettige introductie!

JOGGING FOOTBALL EEN KEER UITPROBEREN? Ben je 60-plusser, heb je een blessure, ben je al lang gestopt, of vind je gewoon dat het veld steeds groter worden? Doe gewoon een keer mee. Kicksen aan, warming-up en kaatsen maar. Je bent van harte welkom! Wel graag vooraf aanmelden bij Leo via l.eijkhout@chello.nl

KANKER IN BEELD begint 28 maart met een pilot van 6 danslessen voor mensen die geraakt zijn door kanker. Het gaat om dansimprovisatie om even 'uit je hoofd' te gaan en te bewegen op mooie muziek. Samen dansen en bewegen met lotgenoten werkt helend. Informatie/aanmelden: dansenvoorjelevennijmegen@gmail.com

NATUURTUIN GOFFERT ORGANISEERT GIFTIGE PLANTEN-WANDELING. Vele wilde planten zijn eetbaar, maar niet allemaal. Waarom kun je bepaalde planten beter niet eten? Welke planten hebben eetbare lookalikes? Welke plek hebben deze planten in het ecosysteem? Je komt het allemaal te weten op donderdag 10 april, 19.00-20.30u, Goffertweg 19. Aanmelden via info@natuurtuingoffert.nl

VOGELEXCURSIE GOFFERTPARK IN NATIONALE VOGELWEEK 2025. Deelnemers ontdekken welke vogels er te zien en te horen zijn. Vier excursieleiders gaan ieder met 10 personen op pad. Als

u een verrekijker hebt, dan die graag meenemen. Op zaterdag 11 mei starten in de Natuurtuin Goffert, Goffertweg 19. Aanmelden via vogelweek.nl

DE NATUURTUIN GOFFERT ZOEKT EEN VRIJWILLIGER die het gereedschap wil onderhouden en repareren. Dit ten behoeve van de 12 vrijwilligers die wekelijks het tuinwerk uitvoeren. Aanmelden of informatie vragen via: info@natuurtuingoffert.nl

BEELDEND BOTANISCH: EEN SEIZOEN LANG KUNST IN DE HORTUS. Van 5 april t/m 19 oktober 2025 zijn in de Botanische Tuin en de Theetuin meer dan 30 sculpturen en installaties te bewonderen van de Nederlandse Kring van Beeldhouwers. Zestien professionele kunstenaars hebben zich laten inspireren door de natuur.

KOM KIJKEN NAAR WERK VAN FRANS DE GROOT EN JOSÉE WUYTS. De tentoonstelling is een mooi moment om Frans († 2023) te herinneren, maar vooral om te genieten van de mooie schilderijen en prenten. Vrijdag 9 mei: 19.30-22.00u, zaterdag 10 en zondag 11 mei: 11.00-17.00u. Dobbelsmannweg 1.

GEZOCHT: TIJDELIJKE WOONRUIMTE IN NIJMEGEN. Eind september 2025 gaan wij verbouwen en moeten we ons huis uit. Wij zoeken woonruimte met twee slaapkamers in Nijmegen voor ons en onze twee meiden. De verbouwing start eind september en is volgens planning eind november klaar. Wie helpt ons? Emiel en Anneke (davina.steenkamer@gmail.com)

TIENJARIG JUBILEUMFEEST VAN HET MARIKENHUIS, centrum voor leven met en na kanker. Je bent van harte welkom op zondag 25 mei van 10.30-15.00u. Burgemeester Bruls heropent om 11.00u het mooi gerenoveerde pand aan de Slotemaker de Bruineweg 163. Aansluitend treedt Maarten Peters op en kun je deelnemen aan diverse creatieve workshops. Maak kennis met handmassage, Healing Touch en Chi Neng qigong of doe mee aan de no sweat-workshop van RCVRY Run. Ook is er om 14.00 uur een optreden van het koor Weesgegroetjes. Fijn als jij dit feest samen met ons viert!

TAALMAATJE GEZOCHT. Lijkt het je leuk om een jaar lang wekelijks (of tweewekelijks) op te trekken met iemand die in een ander land is geboren, zodat hij/zij makkelijker en beter Nederlands gaat spreken en begrijpen? Dan is vrijwilligerswerk bij Samenspraak wellicht iets voor jou. gildenijmegen.nl (Taalmaatjes).

wijnhandel
"In de Blauwe Druif"



DE DRANKSPECIALIST VOOR AL UW DRANKEN DICHT IN DE BUURT!

- MEER DAN 700 VERSCHILLENDE SOORTEN WIJN • MEER DAN 750 VERSCHILLENDE SOORTEN SPECIAALBIER
- MEER DAN 250 VERSCHILLENDE WHISKY'S • RUIM ALCOHOLVRIJ ASSORTIMENT
- ADVIES VOOR WIJN/SPIJSCOMBINATIES, WIJNPROEVERIJEN EN WIJNCURSUSSEN (WSET)

Steenbokstraat 30 | 6531 TH Nijmegen
Tel. 024 355 73 46 | info@dedruif.nl

@indeblauwedruif
 @wijnhandelindeblauwedruif

www.dedruif.nl

Oeps, foutje!

Dit zijn de plastic+missers



VOLLE VERPAKKINGEN



Maak volle
verpakkingen
eerst leeg.

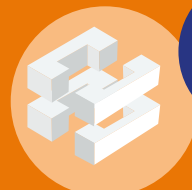
HARD PLASTIC



Breng naar:

milieustraat

PIEPSCHUIM



Breng naar:

milieustraat

www.dar.nl/plastic

