

Wijkblad Brakkenstein

Aan de
bewoners
van dit
pand

Juli 2021

6e jaargang
nummer 3

In deze uitgave:

- Mijn straat: de Houtlaan - vervolg
- Het heerlijke Brakkenstein, deel 3
- Bedrijvigheid buiten de wijk: bakkerij Holland
- N.E.C. supporters in de wijk

Colofon

Het wijkblad Brakkenstein is een uitgave van Stichting Wijkblad Brakkenstein. Het wijkblad Brakkenstein wordt vier maal per jaar gratis huis aan huis verspreid onder alle bewoners van Brakkenstein. Verspreiding van het blad wordt mede mogelijk gemaakt door subsidie van de gemeente Nijmegen. Stelt u geen prijs op bezorging van ons blad, dan kunt u dit laten weten aan Henk Sikking (06 25356417).

Redactieleden

Tino Adolfs
Henk Sikking
Keje Schaakxs
Patricia Verhelst

Redactieadres

wijkblad.brakkenstein@gmail.com
www.mijnbrakkenstein.nl

Advertenties

Tino Adolfs
tino.adolfs@gmail.com

Publicatiedata

2021	sluitingsdatum	Nr.
November	1 oktober 2021	4

Bezorging

Tino Adolfs
tino.adolfs@gmail.com
Voor klachten over de bezorging:
Henk Sikking
hensikking@hotmail.com
06 25356417

Aanleveren kopij

Belangrijk:
tekst s.v.p. aanleveren in Word bestand.
Foto's of plaatjes s.v.p. aanleveren als
aparte JPG-bestanden, minimaal 300
dpi.

Oplage

2.200 exemplaren

Drukken en opmaak

Bookbuilders, Nijmegen

Aan dit nummer werkten mee

Freek Snel, Dwarskijker, Paul de Jager, Hans Ronhaar, Marieke van Halen, Renie Hesseling, Dos Olifant, Joske Lamers, Hein Calis, Mariëlle van Riel, Janne Geerling, gemeente Nijmegen, wijkraad Brakkenstein, Ankie Jansen, Annemiek Schuler en RKSv Brakkenstein.

Fotografie voorpagina

Patricia Verhelst; de foto is genomen in de Theetuin van de Hortus, waar weer een mooie beeldtentoonstelling te zien is.

Voorwoord

Gisteren ging ik voor het eerst zonder mondkapje op pad... Hoe gewichtloos zo'n mondmasker ook is, het voelde alsof ik bevrijd was van een zware last. Onze sociale lockdown lijkt voorbij. Dat is hartstikke mooi, zo aan het begin van de zomer.



Wij hebben weer een gevarieerd wijkblad voor u samengesteld. Nog geen activiteitenkalender, omdat veel activiteiten nog in een herstart fase zitten. Volgende keer plaatsen we een actueel overzicht.

Maar we hebben een nieuwe rubriek: een zoekboek voor kinderen. Ikzelf word heel blij van deze pagina over het lieveheersbeestje. Ik ben benieuwd hoe de jeugdige Brakkensteiners het ervaren.

Het verhaal van smid Dibbets in de serie Vergeten winkeltjes verschijnt in het volgende nummer. Dat houdt u dus van ons tegoed. Maar u kunt wel deel drie van de heerlijkheid Brakkenstein lezen. Het park gaat overigens op de schop; dit najaar gaat de gemeente het renoveren om het in de oude luister te herstellen. U leest het verderop in het blad.

En wist u dat:

- Er een dagelijks stilte-uur in de kerk is?
- We een ransuilenfamilie in de wijk hadden?
- Bakker Holland elke dag in het holst van de nacht opstaat?
- Er in Brakkenstein veel N.E.C.-fans wonen?
- Tilly en Frans zeventig jaar getrouwd zijn?
- Heel veel scholieren hun eindexamen met goed gevolg aflegden?

Dit en nog veel meer leest u in deze editie van het wijkblad.

Het wijkblad werkt steeds vaker samen met de wijkwebsite. De website is een plek voor actuele informatie, voor achtergrond informatie over artikelen uit het wijkblad en voor foto's. Zo kunnen kinderen die een lieveheersbeestje geknutseld hebben een foto ervan plaatsen op de website. We zijn nog steeds op zoek naar een redacteur voor de site; iemand die handig is met techniek en die goede ideeën heeft om de site aantrekkelijk te houden voor Brakkensteiners. We plaatsten al vaker een oproep, maar zonder resultaat. Ik weet zeker dat er een leuke ICT-er in de wijk woont die een mooie aanvulling is op het websiteteam! Meld je!

Ik wens u een mooie zomer, hier of elders in het binnen- of buitenland. We 'spreken' elkaar in oktober/november. Tot dan!

Patricia Verhelst



Brakkebelletjes

Heeft u een Brakkebelletje? Een kort berichtje of een oproepje voor onze lezers? Stuur het naar ons redactieadres: wijkblad.brakkenstein@gmail.com.

Een Brakkebelletje is niet voor bedrijven en heeft maximaal 30-40 woorden.

Gezocht:

Woonruimte per 1 september a.s. voor jongeman (34), actief in het arbeidsproces. Reacties: S.Zwarthoed27@gmail.com | tel.: 06 -16054344.

In dit nummer:

Colofon	2
Voorwoord	2
Brakkebelletje	2
Gertie Karsten-Paas geridderd	3
Mijn straat: Houtlaan, deel 2	5
School's out forever	7
Wijkraad Brakkenstein:	
interview met Henk Sikking	9
Het heerlijke Brakkenstein, deel 3	10
Column Keje Schaakxs	13
Sacramentskerk biedt	
dagelijks stilte	15
Bedrijvigheid in/om Brakkenstein:	
bakkerij Holland	16
Brakkensteinse harten kloppen	
voor Eniesee	18
Brakkenstein – Vlaggenstein	22
Het kan verkeren	23
Bericht van BUUR:	
feestje voor Brakkenstein	25
Kunstrubriek	26
In Brakkenstein hoeft niemand	
achter de geraniums	29
Mestactie scouting Brakkenstein	29
Heumensoord, deel 2:	
waterwinstation	30
Groen in de wijk	33
Nieuws van Brakkensteinhofje	35
Berichten van de gemeente:	
- maaibeheer	36
- renovatie park Brakkenstein	37
Zeventig jaar getrouwd	39
Feest en activiteiten in de wijk	40
RKSV Brakkenstein:	
bericht van het bestuur	43
Wie o wie weet waar o waar	45
VPTZ zoekt en biedt vrijwilligers	45
Nieuws van de zonnebloem	47
Belangrijke telefoonnummers	49
ZoekBoek kinderpagina	51

Gertie Karsten-Paas geridderd

Op maandag 26 april jl., de dag voor Koningsdag, ging bij Gertie Karsten-Paas (69) al vroeg de bel en tot haar grote verbazing stond daar wijkgenoot en oud-straatbewoner burgemeester Bruls op de stoep om haar te ridderen als lid in de Orde van Oranje-Nassau!



“Ik had het echt niet zien aankomen. Meestal heb ik dergelijke verrassingen wel door, maar dit keer helemaal niet. Ook mijn man Ruud wist van niks. Mijn twee dochters zaten in het complot, er moest op de kleinkinderen gepast worden, dus hun aanwezigheid was niet verdacht. Maar ik vond de manier waarop het ging heel leuk, al ben ik bepaald geen type om in het middelpunt van de belangstelling te staan. Dit was perfect zo. Het lintje werd overigens op mijn trainingsjack gespeld, niet bepaald volgens de voorschriften naar ik later las, want het hoort op nette kleding.”

Voormalig marineofficier Gertie werd bij de gemeente voorgedragen voor een lintje door de hockeyvereniging Union en de Koninklijke Nederlandse Hockey Bond (KNHB). Volgens de Unionleden is haar lintje meer dan verdiend vanwege haar jarenlange toelooze inzet en dan specifiek voor de jeugd.

“Mevrouw Paas is jarenlang steun en toeverlaat voor de RKHV Union, Nijmegen. Zij heeft sinds 1989 veel vrijwillige activiteiten uitgevoerd bij de hockeyvereniging. Mevrouw Paas werkt als trainer, coach en verenigingsmanager, wedstrijdcoördinator, coördinator jongste jeugd en coördinator trimhockey. Daarnaast begeleidde ze vele jeugdteams. Zij heeft de jeugdtypeiding ontwikkeld en zet zich in voor het dagelijks contact met de KNHB voor de play-off wedstrijden van district Oost. Van 1989 tot 1998 deed zij dit als vrijwilliger, daarna fungeert zij als bezoldigd trainer, coach en verenigingsmanager. Daarnaast blijft zij zich ook nu nog bijna een volle werkweek inzetten voor de hockeyvereniging”, aldus de motivatie.

De uit Heerlen afkomstige Gertie woont al sinds 1976 met haar man Ruud in Brakkenstein. Voor ze in Nijmegen woonde, liep ze al vier keer de Vierdaagse mee. Veel wijkbewoners kennen haar o.a. vanwege haar jarenlange activiteiten op het gebied van de Ouderraad en Medezeggenschapsraad van de Basisschool Brakkenstein, het Bouwdorp, het opzetten van het overblijven op de basisschool voor de KION er was en ze zat ook nog eens tien jaar in het jeugdbestuur van de RKSV Brakkenstein.

Tekst: Tino Adolfs | Foto: familie Karstens



Houtlaan nr. 13

Aflevering 21



Vorig jaar liep ik een keer over de Houtlaan en daar op de hoek met de Kanunnik van Osstraat sprak ik even met Kelly, een van de bewoonsters. Ik ben al jaren fan van van die steeds mooier wordende voortuin, met een rieten mat langs de omheining, een gezellige bank, een vuurkorf, lampjes en natuurlijk dat zwembad. Daarop vroeg ik Kelly of we haar eens wat vragen mochten stellen voor in het wijkblad. Ik beloofde haar daarbij een fluitje mee te nemen zodat er in de toekomst een badmeester plaats kan nemen bij het zwembad.



Rechts zit Kelly en aan de linkerkant zitten Iris (met knotje) en Milou.

en Kelly wonen op allemaal hier op nummer 13. De eigenaren heten Frans en William, die het pand hebben verbouwd van bakkerij tot woongebouw. Frans woont er het langst vanaf 2011. Kelly zelf woont waar vroeger de winkel was. De vrouw van de bakker destijds, mevrouw Schenk, kwam een keer langs om te vragen of ze mocht kijken hoe het was geworden.

Wat zou je graag willen zien in de straat/wijk

Kelly laat weten dat groepen mensen meer met elkaar in contact zouden moeten komen en leuke activiteiten ondernemen, bijvoorbeeld samen koken, een vogelworkshop. Dat kan in BUUR of anders zelfs hier te plekke. De bewoners geven aan dat ze zelfs het terras willen openstellen om een bakje te doen.



Een jaar later bel ik aan. Ik ga op de gemakkelijke stoel zitten en een stuk of zes bewoners schuiven aan om te praten over de straat en het wonen en leven in het pand. Ik dacht dat het een studentenhuus was, of een commune, maar het is een woning met een aantal appartementen voor starters. Het aantal appartementen is onduidelijk, de een heeft het over negen, de ander over tien en ook het getal elf valt. Dat het daarbinnen een doolhof is staat daarmee buiten kijf. Ik vraag of ze misschien nog een verstekeling in een bezemkast hebben, maar dat is niet het geval. Milou, Mike, Sanne, Merijn, Gerwin, Rens, Yannick, Frans, Iris



Een kijkje in de huiskamer.



Het oude Bakkerspand op nummer 13.

De straat in plussen en minnen

De plussen:

Het is een mooie straat, dichtbij het bos en dichtbij de stad. Je hoort vogels in je tuin en het is ook fijn om naar het winkelcentrum lopen. De mensen zijn vriendelijk.

De minnen van de straat:

Het is druk met het verkeer door de overzichtelijke hoek met de Kannunik van Osstraat kan het zelfs wat gevaarlijk zijn. Ze zouden er bijvoorbeeld spiegels moeten plaatsen.



Zo zag Bakkerij De Bie eruit, toen er nog broodjes werden verkocht.

Hebben jullie gezamenlijke activiteiten?

Ja hoor, in ieder geval met de huisgenoten. Samen eten bestellen, een spelletje doen, een borreltje op het terras, maar niets ligt vast. Wanneer iemand iets wil, zet die het op de huisapp en dan kan er wat gaan gezelligs ontstaan. Er is geen corveelijst. Meestal gebeurt er wel wat er moet gebeuren en anders is er nog wel Frans die soms een kleine aanwijzing geeft. Het is binnen best gehorig, dus je moet wel rekening met elkaar houden. Ze spelen graag pubquiz en in de lockdown zaten ze ieder in hun eigen appartement achter de eigen laptop videobellend te quizen om de horeca te steunen. Ze zijn allemaal regelmatig op corona getest, maar allemaal coronavrij gebleven. Allemaal zijn ze ook aangesloten bij de buurtapp Straatgenoten Kanunnik van Os.

En wat zien we nu voor en naast het pand?

Kelly loopt met me mee. De brievenbus zit voor op het huis, dus de postbode moet een heel eind lopen. Parkeren gebeurt op de parkeervakken naast het huis. De fietsenstalling is niet groot genoeg, maar achter het hek staan ook fietsen, netjes naast elkaar. Er zijn twee deuren met een schema wie waar woont. Het pand bezit ook een vetput, dat een overblijfsel is van de bakkerij, en er staan wat plantenbakken voor het huis.

We breien er een eind aan. Kelly neemt het beloofde fluitje, in de vorm van een vogeltje, met plezier in ontvangst. "Zo kan ik jullie direct optrommelen", roept Kelly lachend naar haar huisgenoten.

Tekst: Henk Sikking

Fotografie: Hans Ronhaar

In het volgende wijkblad: de ondernemers van de Houtlaan.

School's out... forever

Onder de verwijzing naar het nummer van Alice Cooper – School's out, stuurde Annemiek Schuler ons foto's van de sloop van de oude basisschool. Bij het zien van deze beelden zal menig (oud-)Brakkensteiner, die zijn of haar jonge jaren op deze school doorbracht, een traantje wegpinken.

Dank je wel Annemiek, voor deze rapportage! Ze gaan mee de archieven in.



De Zuider Apotheek maakt het u gemakkelijk. Lees alles over de **MedGemak** app. Eenvoudig en snel herhaalrecepten aanvragen wanneer het u uitkomt.

Ga hiervoor naar de website en download de app.

www.mijngezondheid.net

Heeft u nog vragen? Bel uw apotheek of mail naar herhaalrecepten@zuiderapotheek.nl



Zuider Apotheek Nijmegen
St. Jacobslaan 339
6533 VD Nijmegen
T 024 - 3550300

Zuider Apotheek Hazenkamp
Vossenlaan 90
6531 SP Nijmegen
T 024 - 3592535

Zuider Apotheek Malvert
Malvert 5133
6538 DG Nijmegen
T 024 - 3443738

Zuider Apotheek Brakkenstein
Heyendaalseweg 288
6525 SM Nijmegen
T 024 - 2082288

DRUK & VORM

PRINTEN
KAARTEN
POSTZEGELS
SPELLEN EN PUZZELS
(KINDER)BOEKEN
KANTOORARTIKELN
THE HAPPY SOAPS



HEYENDAALSEWEG 241
WWW.DRUKENVORM.NL
MAANDAG T/M VRIJDAG 11.00 - 17.00

024 - 354 21 44
INFO@DRUKENVORM.NL
@DRUKENVORM

Bouwbedrijf
Jeroen Janssen
Nijmegen 0651 252 297

Kanunnik van Osstraat 24
6525 TX Nijmegen

Contact Clown Toedeloë

Voor jong en oud,
gezonder en ziek,
schoolgroepen,
(straat)feesten &
evenementen



Creatief bezig zijn
Improviseren
Muziek maken
Verkleedkist
GPS speurtocht en spel
Schmink & Tattoos



Daniëlle van Maanen
info@clowntoedeloë.nl
www.clowntoedeloë.nl
0649824013
ContactClownToedeloë



Interview met Henk Sikking bestuurslid van de wijkraad

WIJKRAAD
BRAKKENSTEIN

Hoe lang ben je lid?

Ik ben sinds 2014 lid van de wijkraad. Ik bezocht in dat jaar een openbare wijkraadsvergadering in het toenmalige Berchmanianum, daar raakte ik aan de praat met Stefan Daamen. Ik was op zoek naar het wijkblad om iets te schrijven over mijn nieuwe hobby wandelen in combinatie met zwerfafval verzamelen. Er bleek geen wijkblad meer te zijn, maar hij strikte me voor de wijkraad.

Ik had net voor mijn pensionering mijn huis in Groesbeek verkocht en trok in bij Mieke in de Kanunnik Boenenstraat boven de Aldi.



Wat was de reden/aanleiding tot de toetreding?

Ik had al een aantal jaren het idee iets te doen in een ondernemingsraad of in een gemeenteraad bijvoorbeeld, maar daar kwam niet van. Toen ik met pensioen ging, kwam er ruimte en tijd voor iets nieuws. Ik had geluk want de gemeente wilde een nieuw plan van aanpak maken voor de wijk en als nieuweling mocht ik namens de wijkraad in een werkgroep zitten met Edwin van Dalen, Jan de Fietsenmaker en Melanie Reekers, ik vond dat een aardig en leerzaam project. De gemeente organiseerde o.a. een avond om wensen uit de wijk te verzamelen en een daarvan was een wijkblad en daar heb ik me met een aantal mensen, waaronder Ron Reefman, helaas overleden, hard voor gemaakt.

Krijgen jullie als wijkraad weleens wat voor elkaar?

Deze vraag is ontstaan omdat ik toen ik in mijn stamcafé vertelde dat ik van plan was bij de wijkraad te gaan, als reacties kreeg: dan praat ik niet met

je (misschien een geintje, niets van gemerkt) en de wijkraad krijgt toch nooit wat voor elkaar. Jullie doen toch altijd wat de gemeente wil. Kennelijk ging ik bij een foute club. Ik kom nog steeds in de Muts en ik kan nu al aardig meepraten als import Brakkensteiner. Als wijkraad heb je niets te beslissen, daarvoor zijn andere organen en organisaties. Maar je kunt wel aandacht vragen, beïnvloeden, je stem laten horen, kritische vragen stellen. Mijn speciale aandachtsgebied is de communicatie in de wijkraad en in de wijkmedia (wijkwebsite en wijkblad). Een van mijn hobby's is geschiedenis. Voor het wijkblad schrijf ik de rubriek Mijn Straat.

Wat vind je belangrijk als wijkraadslid?

Dat informatie voor iedere wijkbewoner ter beschikking komt zodat je als burger weet wat er aan de hand is. Ik vind ook dat je goed zichtbaar moet zijn als wijkraad, dat is de laatste jaren wel verbeterd naar mijn idee. We proberen ons meer te laten zien, op de winterfair bijvoorbeeld.

Wat vind je lastig?

Dat je soms je eigen mening aan de kant moet zetten. Dit speelde bijvoorbeeld bij de opstelling van de wijkraad om niet meer deel te nemen aan het participatieproces herinrichting Heyendaalseweg. Persoonlijk had dit voor mij niet gehoeven. Soms vind ik het lastig alle mapjes en papieren uit elkaar te houden. Dan weet ik niet meer in welke stapel het is beland.

Hoeveel tijd ben je eraan kwijt? En waaraan dan?

Gemiddeld wel een uur of twee per week. Ik schrijf het jaarverslag, schrijf stukjes over de wijkraad voor het wijkblad, beheer de pagina op de wijkwebsite van de wijkraad. Samen met Hermine, de voorzitter, schrijf ik de ledennieuwsbrief van de wijkraad. Genoeg te doen. Mieke zegt regelmatig: 'Wat maak je je toch druk man, het is niet je beroep.' Dat klopt, maar ik vind het altijd interessant, leuk of nodig. Ik vind vergaderen ook leuk, je leert zoveel van anderen. Wat Mieke ook vaak zegt: 'Maak die verhalen niet te lang, dan haak ik af.' Daarom laat ik haar bijna altijd de stukjes lezen, zeker deze keer.

En tot slot: heb je een tip voor de wijkbewoners van Brakkenstein?

Als je iets voor elkaar wilt krijgen, is het belangrijk om medestanders te zoeken, samen krijg je eerder wat voor elkaar. Wat ook goed werkt is het inschakelen van een politieke partij of kijken hoe anderen het voor elkaar kregen.

Tekst: Mieke Hanssen

Foto: Hans Ronhaar

Het heerlijke Brakkenstein #3

Leven op een Nijmeegse buitenplaats

In de eerdere afleveringen van dit verhaal groeide Brakkenstein van een eenvoudige boerderij op een onontgonnen stuk land uit tot een genoegelijk buitenverblijf voor de stadselite. In de eerste helft van de 18e eeuw wordt er een sterrebos aangelegd met beuken langs de lanen. Het huis is uitgebreid tot een herenboerderij met stallen en een groot voorhuis, waar met allure wordt geleefd. Rond 1820 wordt het bos herschapen in een park in Engelse landschapstijl.

In september 1865 staat Johan Burchard Adolf Tulleken, heer van Rijswijk en rentenier, met zijn oudste kind en enige zoon op het terrein van de buitenplaats Brakkenstein. Voor hen ligt een grote bouwput, enige tientallen meters van het oude landhuis vandaan. De fundamenten zijn gelegd, en vader en zoon Tulleken staan klaar om de eerste steen te metselen van wat het nieuwe landhuis moet worden, passend bij de allure van de familie. De zoon moet bij dat plechtige werk geholpen worden, want hij, Johan Burchard Diederik Tulleken, is nog maar net 5 jaar oud.

Het landhuis dat daarna verrijst, is een neoclassicistische rechthoekige villa van twee verdiepingen en een zolder met een sierlijke dakkapel en een vooruitspringend entree. Kortom, de villa die nog steeds in het park Brakkenstein staat, inmiddels een Rijksmonument en zowel extern als intern nog redelijk in oorspronkelijke staat. De serre van staal en glas aan de oostzijde is een latere aanbouw. De eerste steen met het opschrift "J.B.D.T. 1865" is nog altijd te zien, rechts van de entree, hoewel enigszins verstopt onder andere belangrijke mededelingen omtrent de affiliatie van de huidige gebruiker.

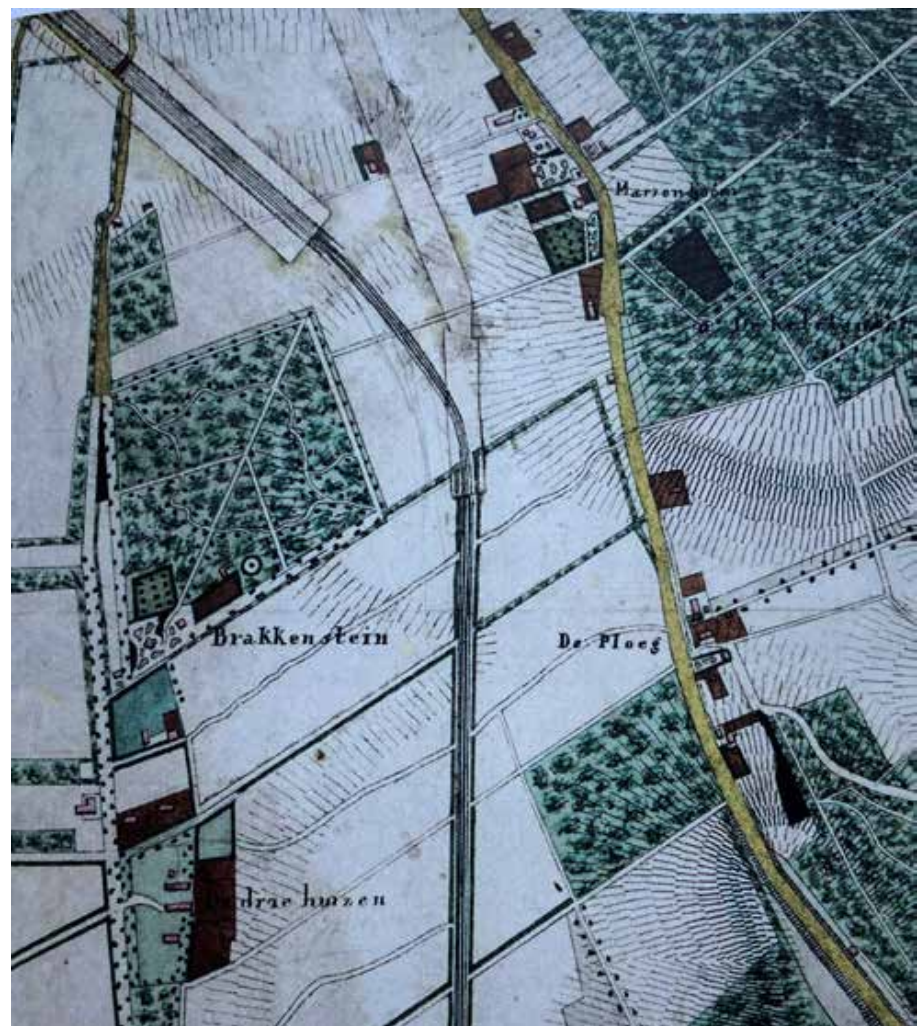
Een groot ongeluk

Tulleken woont al sinds 1860 met zijn vrouw Geertruy Noorduijn afwisselend op Brakkenstein en in het stadshuis van de familie op de Lange Hezelstraat 46-48. Er is in die tijd een strook grond verkocht ten behoeve van de aanleg van de spoorweg Nijmegen-Kleef. Na de voltooiing van de nieuwbouw vestigen zij zich permanent op Brakkenstein, met hun twee jonge kinderen,

Johan (de steenlegger) en Petronella. Twee jaar later wordt daar hun tweede dochter Amalia geboren.

Zoon Johan verlaat in 1877 het ouderlijk huis om de Latijnse School in Kampen te bezoeken. In die jaren correspondeert de gymnasiast met zijn grootvader, de dan 80-jarige Johan Burchard Derk Christiaan, die met de huishoudster Esajetta Fernau in de Muchterstraat woont. Grootvader Tul-

leken houdt hem op de hoogte van het wel en wee in de familie. Zo schrijft hij in november 1877: "Lieve Johan! Papa houdt zich goed, maar neemt zich in acht. Ik ben een weinig rhumatiek geweest, doch gaat zulks beter. Oom Van Roggen (de oude) heeft onlangs door het aanrijden van eenen handkar een groot ongeluk gekregen en daardoor een van zijn ribben gebroken. (...) Hij had wel dood kunnen zijn, te



Op deze kaart van eind 19de eeuw zien we duidelijk de slingerpaden, aangelegd volgens de Engelse landschapstijl en de boomgaard (het vierkantje met stippen), ten westen van het huis.

meer daar hij 76 jaren oud is, zoodat wij God voor deze gunstige uitkomst dank zeggen.” En een jaar later: “[Wij ontvingen] het goede berigt van uwe gezondheid, ‘t geen ons veel genoeg doet; ook wij genieten dat geluk, behalve natuurlijk Papa, wiens toestand steeds zoo afwisselend blijft, maar geene voortgaande beterschap oplevert.”

In januari 1879 moet hij zijn kleinzoon melden dat diens vader, slechts vijftig jaar oud, op Brakkenstein is overleden. *“Wij gaan steeds gebukt onder het geleden verlies, zoo gelukkig als wij waren, zijn wij dit niet meer. (...) En ik mis op mijn ouden dag mijn eenigen zoon, doch het was Gods wil.”*

Advocatenpraktijk

De jonge Tulleken volgt het voetspoor van zijn grootvader en behaalt aan de Leidse universiteit zijn graad in de rechtsgeleerdheid in april 1886. In dezelfde maand trouwt hij met de burgemeestersdochter Charlotte Lette. Het paar neemt intrek in de villa, waarvan de jonge advocaat door het vroegtijdig overlijden van zijn vader al sinds zijn 19e voor de helft eigenaar is. De andere helft erft hij van zijn grootvader, die in december 1886 overlijdt, in de gezegende leeftijd van 88 jaar.

De nieuwe bewoners van Brakkenstein zetten het leven in grote stijl van de familie Tulleken voort, maar je proeft een nieuwe, meer ondernemende wind. Johan vestigt er zijn advocatenpraktijk en laat de villa daarom aansluiten op het gemeentelijke telefoonnet onder nummer 321. Mevrouw heeft huishoudelijk personeel in dienst, dat bij de familie inwoont. In november 1890, er zijn dan intussen drie kinderen bijgekomen, adverteert zij voor *“een tweede meid, goed kunnende naaien, mazen, stoppen en met den wasch omgaan. Zonder goede getuigen onnodig om zich aan te melden”*. Naast huishoudelijk personeel er is nog een tuinman, die ook als koetsier fungeert, om gasten uit de stad op te halen. In april 1938 - ze hebben Brakkenstein dan al lang verlaten - viert Johan en Charlotte hun vijftigjarig huwelijk. Bij die gelegen-



Een kijkje in de salon van huis Brakkenstein.

heid halen de kinderen herinneringen op aan het leven op de buitenplaats, onder meer met een ode aan Koos (het trekpaard) en Dek (de roepnaam van tuinman-koetsier Dekkers). Veelvuldig brengen zij gasten van het station of de boot met het karos naar de villa. *“De tocht was meestal een genot, alles liep dan even vlot. Had het echter flink geregend, dan ging het niet meer zo gezegend. Koos, we noemen het een wisselwasje, stond stil voor ieder plasje. Dek riep ‘vurt’ en prikte dan onvervaard, Koos met een zweep onder zijn staart.”*

Pachtboeren

Na 23 jaar verkoopt mr. Johan Burchard Diederik de plek waar hij geboren en opgegroeid is, de buitenplaats waar zijn voorvaderen Tulleken en Quack vanaf 1804 de scepter hebben gezwaaid, en het huis waarvan hij zelf de eerste steen heeft gelegd. Op 1 mei 1903 wordt de koopacte ondertekend door Rudolf Maria Clemens Franciscus Xaverius baron van Hövell tot Westerflir. De dan 33-jarige telg uit een oud Westfaals geslacht zoekt een plek om zijn ambities in de land- en bosbouw gestalte te geven. Na zijn studie aan de Königliche Forstakademie in Eberswalde (nabij Dresden) en aan de Katholieke Universiteit in Leuven wil hij zijn kennis en ideeën in praktijk brengen. Op Brakkenstein laat hij veel bomen rooien en begint hij o.a. haver en rogge te verbouwen. Daarnaast verwerft hij in de loop der jaren de boerderijen Broeksche Hof en de Grote Stokhorst in Overasselt, de Groote Bredelaar nabij Elst, de Bruinswaard in Heumen en de Zwarte Juffer in Malden. Alle landbouwbedrijven worden verpacht, maar baron Rudolf rijdt er regelmatig te paard heen om de teelt met zijn pachtboeren te bespreken.

>>>



De gevelsteen die herinnert aan de eerste steenlegging van het nieuwe landhuis, met de initialen van de toen 5-jarige Johan Burchard Diederik Tulleken.



Baron van Hövell tot Westerflier en zijn vrouw schonken een groot perceel aan de Heijendaalseweg aan de Congregatie van het Allerheiligst Sacrament voor de bouw van een klooster, dat eind 1908 werd ingewijd.

Pauselijke wimpels

De zeer katholieke baron is in januari 1902 in Brussel in het huwelijk getreden met Germaine Maus de Rolley. Onder de gasten zijn enkele paters van

de Société du Très Saint Sacrament. Deze congregatie is in 1856 gesticht door Pierre-Julien Eymard; de Pater Eijmardweg is naar hem vernoemd (zie ook het artikel over deze straat in het Wijkblad van augustus 2020).

De Franse paters zoeken naar uitbreiding van hun religieuze activiteiten in Nederland en in 1908 besluiten baron Rudolf en zijn vrouw Germaine om het 14 hectare grote perceel Nieuw-Brakkenstein aan de con-

gregatie te schenken voor de bouw van een klooster. Het klooster verrijst aan het eind van de Heyendaalseweg en wordt kort daarna uitgebreid met een parochiekerk voor de inmiddels groeiende wijk. September 1914 wordt de kerk ingewijd door mgr Arnold Diepen, toen hulpbisschop van 's Hertogenbosch. De Gelderlander beschrijft de intocht in de wijk, waarbij: *"...de zon zoo gul en feestelijk haar koesterende stralen over het heide-wede-boschlandschap van Brakkenstein uitoogt. Van het kleine, maar vriendelijke torentje van de kerk van Brakkenstein woei de pauselijke tweekleur ter verwelcoming van den doorluchtigen kerkvorst; ook langs de weg, waar de bisschoppelijke auto reed, werd het welkom geuit in vlaggen en pauselijke wimpels, welke de woningen sierden."*

Er worden sinds het begin van de eeuw steeds meer woningen en boerderijen gebouwd, vooral langs de Heijendaalseweg, die net als alle andere wegen in de wijk dan nog steeds een zandweg is.

Een heuse automobiel

Als de baron en zijn vrouw op Brakkenstein intrekken, is hun eerste kind al geboren. In de twaalf jaar die zij in de villa wonen zullen er nog acht volgen, waarvan er twee in hun eerste levensjaar overlijden. Ook al zal het een druk huishouden zijn geweest, Brakkenstein staat toch bekend als een gastvrij en graag bezocht huis. Een van de familieleden herinnert zich: *"De barones ontving graag, en er was een gaan en komen van gasten, ook van logés, die wekenlang op Brakkenstein door-*



Rudolf baron van Hövell tot Westerflier en Germaine baronesse Maus de Rolley met hun zoon (rechts) en hun dochtertje, omstreeks 1910.

brachten. Er werden voor hen allerlei uitstapjes bedacht, en dan hadden de paarden, hetzij voor de tilbury, hetzij voor de jachtwagen of de landauer, het druk. Een verrassing was steeds de overkomst van broer Gaston uit België, die een heuse automobiel had aangeschaft, waarmee hij de omgeving van Brakkenstein onveilig maakte. Dit motorrijtuig verwekte in die dagen bij de bevolking een hele sensatie. 's Avonds werd gemusiceerd, waarbij de barones op de Bliithner vleugel speelde." Je krijgt grote bewondering voor die vrouw, die zich ook nog bekommerde om de bewoners van de Kluckebuurt, een achterstandswijkje langs de Driehuizerweg. Ria Kersten ('juf Van Wezel') herinnert zich later nog dat zij zieke kinderen uit die buurt thuis bezocht, en ze dan op een schamele matras liggend op de grond aantrof (zie het interview met haar in het Wijkblad juli 2017).

Ook de baron toont zich sociaal vaardig, hij is zeer aanspreekbaar en staat bekend als eenvoudig in de omgang. In 1915 verkoopt hij Brakkenstein aan Victor Jurgens, een fabrikant in boter en margarine. De adellijke familie blijft nog een lange tijd in Nijmegen en Berg en Dal wonen, totdat alle kinderen het huis uit zijn. Dan vertrekken ze naar Gnadenthal, het familieslot bij Donsbrüggen, met meer dan honderd hectare bossen en landerijen.

Tekst: Hein Calis

Foto's en kaartmateriaal: Valkhofpers

Veel van de historische gegevens en de illustraties zijn afkomstig uit het boek *Brakkenstein: Een Nijmeegse buitenplaats en zijn bewoners* / Klaas Bouwer. Nijmegen, Valkhof Pers, 2018. ISBN 978 90 5625 494 0. Het boek is o.a. verkrijgbaar Boekhandel Roelants in de Van Welderenstraat te Nijmegen of rechtstreeks bij de stichting Van Ploeg tot Heilig Landstichting, te HL Landstichting. De prijs: € 15,-.

Bijna klaar

Onze verbouwing is bijna klaar. Echt. Nog een paar klusjes. Hier en daar wat muurtjes die nog een likje verf nodig hebben. Wat hout dat gelakt moet worden. Ik kan niet ontkennen dat er hier en daar nog een kluspeertje hangt. We hebben nog één weekendje klussen nodig en dan zijn we klaar. Of twee. Of een paar weken. Misschien dat we met Kerst klaar zijn.

Laten we het dan maar in stukjes knippen, spraken we af, toen er tussendoor ook nog een kind werd geboren. En zo geschiedde. We begonnen natuurlijk met wat leuke klusjes om de lol erin te houden. De werkplek op zolder in orde maken zodat we met z'n tweeën fijn thuis kunnen werken. Goed plan. Klein beetje schuldgevoel toch, omdat we misschien beter de half groene, half witte deurkozijnen beneden hadden kunnen schilderen. Of de voortuin, die wel erg lang de plek werd waar we het spul 'even' neerzetten.

We hebben toch maar een begin gemaakt met die voortuin. Onkruid weghalen hoefde niet. Omdat tijdens de verbouwing de cementmolen daar stond en die een plakkaat beton van een centimeter of drie heeft achtergelaten van stoep tot gevel. Dat weggehaald, grond omgespit, maar het zag er wel erg bruinigrijs en levenloos uit. Geen wonder, zo vertelt de buurvrouw. Ze heeft er bij de vorige bewoners ook nooit een plant of bloem zien staan. Er is weinig (wenselijk) levends te vinden in die grond. Het plan om er wat plantjes in te zetten en dan verder te kijken gaat dus ook niet lukken. Dit is hovenierswerk! (Nu

ik dit typ, zie ik ook dat dit gewoon een slap excuus is.) Wel hebben we die voortuin nu leeggehaald en alle spul dat zijn dienst bewezen heeft afgevoerd naar de milieustraat.

Die milieustraat is een wereld apart. Iedere keer als ik daar kom, voel ik me een kwetsbare klusamateur. Ik heb het gevoel dat iedereen die ik daar zie er wekelijks komt, zo gedecideerd zetten de mannen met bodywarmer en petje hun VW Caddy voor de container 'glas (vlakglas)' neer. Men zegt wel eens dat domme vragen niet bestaan, maar ik geloof dat niet als ik probeer te achterhalen in welke container iets moet. Onbewerkt hout blijkt altijd bewerkt hout te zijn. Uiteindelijk doe ik maar alsof ik weet wat ik doe, maar net op het moment dat ik een verblik neer wil zetten, roept een streng fluorescerend hesje dat specifiek mijn verblik bij restafval hoort en niet bij 'schoonmaakmiddelen en verf'. Het zal wel.

Maar goed, de auto is leeg én de voortuin is leeg. Excuus dat jullie daar tegenaan hebben moeten kijken al die tijd. We gaan nu door met de volgende klus: de badkamerkozijnen verven. Of dat stopcontact in de meterkast maken. Of toch die kozijnen verven. Of misschien een nieuwe eettafel uitzoeken. Of het hout in de erker vernieuwen. Oh wacht, de voortuin staat nu alsnog vol met onkruid. Had ik dat beton toch moeten laten zitten.

We zijn nog lang niet klaar met die verbouwing.

Keje Schaakxs

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

Gordijnen, zonwering, vloeren ...en meer

www.wennekers-nijmegen.nl

Groenestraat 2A Nijmegen
(hoek St. Annastraat)

T: (024) 356 01 04
E: info@wennekers-nijmegen.nl

ervaar ultiem nauwkeurig zicht

DAAG UW OGEN UIT

#1

MERK BRILLENGLAZEN
AANBEVOLEN DOOR VAKOPTICIENS
WERELDWIJD*



Als eerste en enige
in Nijmegen.
Tot op 0.01
nauwkeurig!



Reserveer nu uw AVA oogmeting bij
van den Bergh

opticiens - audiciens - optometrist

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

Sacramentskerk biedt dagelijks stilte

Stress, drukte op het werk, overspannenheid, veel mensen krijgen ermee te maken. De kerk heeft op deze eigentijdse problematiek een eeuwenoud antwoord. En dat is stilte, inkeer. De Sacramentskerk aan de Heijendaalseweg biedt daartoe dagelijks van 08.00-09.15 uur en van 16.30-17.30 uur een stilte-uur aan.

Gedurende de genoemde uren kunnen gelovigen en belangstellenden meedoen aan de ‘aanbidding bij het uitgestelde Heilig Sacrament’. Op het altaar van de kerk wordt een monstrans (houder) geplaatst, met daarin een geconsecreerde hostie. Dat wil zeggen dat de hostie gewijd is door een priester. Dagelijks nemen mensen tijdens dit stilte-uur plaats in de kerkbanken. Ook zijn er paters uit het klooster aanwezig. Sommigen lezen in de Bijbel, maar de stilte in de kerk is iets wat gemeenschappelijk gedeeld wordt.

Sacrament

Fons Kuster is overste van het klooster van het Heilig Sacrament, dat bij de kerk hoort. Hij vertelt: “Wij geloven dat Christus aanwezig is in de hostie die in de monstrans geplaatst is op het altaar. Zo geloven we ook dat tijdens de eucharistie Christus aanwezig is. De eucharistie is een viering van het avondmaal. Die heilige mis doen we dagelijks om half tien. In de Bijbel staat dat Christus tijdens het laatste avondmaal het brood brak en zijn discipelen vroeg om dat te blijven doen ‘tot mijn gedachtenis’. Bezoekers van eucharistie en aanbidding komen uit de wijk, maar volgens overste Fons Kuster ook elders uit de stad.

Stilte

“Mensen bidden in stilte, privé. Sommigen bidden om God te loven, anderen bidden voor de noden van de wereld of bijvoorbeeld voor een zieke in de familie of kennissenkring. Ieder bidt of mediteert op zijn eigen manier”. Fons Kuster gebruikt het woord ‘medi-

tatie’ om aan te geven dat iedereen op zijn eigen wijze de stilte in mag vullen: “Een ieder die de behoefte heeft om de stilte te ervaren is welkom”. Hij wijst ook op de Mariakapel naast de voerdeur van de kerk, die de hele dag open is om een kaarsje aan te steken of om even stil te zitten. Fons Kuster: “Mensen kunnen hun ‘rugzakje’ even legen, datgene waar ze mee zitten. Ze kunnen hier kracht komen opdoen om door te gaan”.

Feest

Fons Kuster is twee jaar overste van de congregatie. Toch is hij geen onbekende in de wijk, want van 2000 tot 2004

was hij hier pastoor. Hij begon, na zijn priesterwijding in 1996, als kapelaan onder pastoor Gelens. Het oude kerkgebouw aan de Heijendaalseweg kan hij zich nog goed herinneren. Dat was op een gegeven moment te groot en te duur in het onderhoud. Het gebouw werd afgebroken om plaats te maken voor de huidige kerk en het klooster, waar nog zeven Sacramentijnen in wonen. Kerk en klooster bestaan in oktober 10 jaar. Dat wordt gevierd met activiteiten die op dat moment vanwege corona mogelijk zijn.

Tekst: Paul de Jager

Foto: Patricia Verhelst



In deze rubriek zet de wijkkrant adverteerders in het zonnetje

Bedrijvigheid in en om Brakkenstein

Bakkerij Holland bakt ze bruin

Om 12 uur 's nachts gaat de wekker van bakker Niels Holland af. Hij woont met zijn gezin boven bakkerij Holland aan de Jacobslaan, dus een kwartiertje later is hij al in de bakkerij te vinden. Om een uurtje of 8 's avonds gaat de bakker meestal naar bed. De wedstrijden van het Nederlands elftal volgen zit er voor hem niet in.

Om kwart over 12 is Niels in de bakkerij. De avond daarvoor heeft hij al de nodige ingrediënten afgewogen, zodat hij dat nu niet meer hoeft te doen. Hij begint met deeg draaien. De bakkerij beschikt over drie kneedmachines die 50, 75 of 125 kilo deeg kunnen kneden. Dat kneden moet als eerste, zodat het deeg de tijd krijgt om te rusten. Vervolgens wordt de grote deegmassa machinaal in kleine puntjes gesneden en gaan ze gedurende 50 minuten rijzen in een glazen kast, een zogenaamde 'punkenkast'. Vervolgens krijgen ze hun laatste bewerking: ze worden stuk voor stuk ontluicht en opgemaakt tot hun definitieve vorm.

Bakproces

Om half twee 's nachts komt de tweede bakker en even later is het team van vier man op volle sterkte. Iedereen weet wat hij moet doen en overal in de bakkerij gebeurt wel wat. Het is inmiddels al lekker warm, want de ovens staan aan. 's Zomers kan het in de bakkerij wel 30 graden worden. Regelmatig klinkt er een elektronisch signaal en kunnen broden, broodjes of banket de oven uit. "Sommige mensen denken dat we lekker koffie kunnen drinken als het deeg moet rijzen, maar zo werkt het niet", lacht Niels. "Tij-

dens het rijzen gaan we aan de slag met het volgende product." Dat betekent zorgvuldig afwegen van de ingrediënten, deeg kneden, deeg op temperatuur brengen en weer laten afkoelen, bakblikken vullen en op wagens van zeven etages in de oven zetten om te bakken. "Het hele bakproces van een brood, dus van afwegen tot uit de oven halen duurt 3,5 uur. Doordeweeks doorlopen we dat proces twee keer en op zaterdag, als veel mensen voor de weekendboodschappen komen, draaien we vijf shifts." De laatste broden komen tegen 5 uur gloeiend heet uit de oven. Krakend vers liggen ze klaar als de winkel open gaat en de eerste klanten al op de stoep staan.

Desembrood

Desembrood is een specialiteit van de bakkerij. Dit bakproces is anders dan dat van gistbrood. Het gaat niet in een bakblik, maar wordt direct op de stenen ovenvloer gebakken. "De warmte trekt daardoor sneller door het brood heen. Dat geeft de karakteristieke smaak", legt Niels uit. In het weekend liggen er

tien soorten desembrood in de winkel, waaronder variaties met cranberries en met vijgen. Niels: "Met aparte variaties proberen we de klant te blijven verrassen".

Vruchtensloffen

Een rondje door de bakkerij maakt duidelijk dat de bakkers van veel markten thuis zijn. Zo is Niels bezig met het klaar maken van de tompoesplakken. Als de elektronische wekker gaat, haalt hij de harde broodjes uit de oven. Even later schuift hij de bodems voor de vruchtensloffen en vruchtengebakjes er in. Iets verderop worden krentenbollen bereid. Het deeg daarvan gaat gefaseerd terug in temperatuur naar min 10 graden en vervolgens tijdens het rijzen naar 30 graden om tenslotte afgebakken te worden. En bakker Mackelly schept met een stevige witte spatel cakedeeg in de blikken.

Horeca

Zo'n twintig procent van de omzet komt van horeca, die het brood en banket van bakkerij Holland voor hun





menukaart gebruiken. Niels: “Voor hen is het belangrijk om niet hetzelfde broodje aan te bieden als de buurman. Wij denken daarin mee en ontwikkelen voor de horeca op verzoek hun eigen specialiteiten”. De chauffeur van bakkerij Holland gaat al vroeg op pad om het verse brood bij de horeca af te leveren. Dat kan in het centrum van Nijmegen zijn, maar ook in dorpen in de omgeving, tot aan Millingen toe. Corona heeft de leveringen aan de horeca een flink aantal maanden platgelegd omdat veel zaken eenvoudigweg gesloten waren. Voor bakkerij Holland betekende dat flink omzetverlies. Inmiddels begint de bezorging aan de horeca weer op het oude niveau te komen. De bakkerij heeft ook een vestiging in Wijchen. Klanten komen ook uit Brakkenstein. Met de wijk heeft Niels een band: als jongen voetbalde hij er en nu is hij blij met de vele klanten uit de wijk.

Marikenbrood

Als alle bakwerk achter de rug is en de winkel vol broden staat, moet er nog opgeruimd en schoongemaakt worden. Tegen acht uur is Niels klaar en kan hij zijn dochter naar school brengen. 's Middags is hij alweer in de bakkerij te

vinden om voorbereidingen te treffen voor het bakproces van de komende nacht. Op zondag kan hij uitslapen, want dan draaien zijn ouders de zaak. Niels en zijn vrouw Myrte namen de bakkerij over van Niels' ouders, maar ze zijn blij dat ze nog steeds actief zijn binnen de bakkerij. Hij vertelt: “Vanaf mijn twaalfde ben ik al in de bakkerij te vinden. Ik ben er mee opgegroeid. Het nachtwerk heb ik nooit een probleem gevonden. Inderdaad moet ik sociaal gezien het een en ander laten, maar daar staat een mooi vak tegenover. Ik

vind het prachtig dat al het werk door onze handen gaat. Bakkers bakken in Nederland al meer dan honderd jaar op deze manier. Het is echt een ambacht. Het leukste om te doen? Dat is Marikenbrood bakken. Daar komt van alles aan te pas, zowel in de brood als in de banketbakkerij. Dat is echt een kunstwerk”.

Tekst: Paul de Jager

Foto's: Hans Ronhaar



Brakkensteinse harten kloppen voor ENIESEE



De lokale trots N.E.C. terug in de eredivisie. Wie had dat gedacht? De onverwachte promotie van N.E.C. heeft ook in onze dorpswijk het nodige losgemaakt. Vlaggen werden uitgehangen, er werd vuurwerk afgestoken, iedereen mocht het weten. Hoogste tijd om eens nader kennis te maken met enkele fanatieke fans.



Pater Rob van Hellenberg - Hubar S.J.

Rob van Hellenberg-Hubar S.J.

Eerst ging ik na een tip op zoek naar pater Rob van Hellenberg-Hubar S.J. (82), woonachtig in Aqua Viva.

“Nee, ik ben nog nooit wezen kijken bij de voetbalclub Brakkenstein. Ik ben al heel lang fan van N.E.C., al sinds de begin jaren 50. Als internaatsleerling van het Canisius College moesten we op zondag altijd verplicht gaan zwemmen in het Goffertbad. Ik hield wel van sport, maar het moest wel aards blijven, met beide benen op de grond dus. Elke keer dat NEC thuis speelde, vluchtte ik het Goffertbad uit om naar NEC te gaan kijken. Als geboren Boschenaar was ik natuurlijk aanhanger van BVV, maar tijdens mijn jaren op het Canisius College is dat veranderd. Als ze thuis spelen hang ik dan ook altijd de vlag uit. Laatst kwam ik erachter dat de vlaggen bij NEC op waren. Ik las iets over een man ergens in de Achterhoek, die elke dag een andere vlag uithing. Ik dacht daar kan die van NEC ook nog bij, maar ze hadden er geen meer. Ik dacht hoe kan dat nou?

Ze hadden de promotie dus duidelijk niet voorzien, maar wie wel? Zelf heb ik ook nog bij de senioren van NEC gevoetbald, althans geprobeerd te voetballen, tot ik vorig jaar van de tribune ben gevallen. Ook speelde ik een

poos bij Union 6. Ik ben wel blij dat Marcel Boekhoorn er nu wat dichter op zit. Zo’n man moet je hebben, hij houdt van voetbal en aan buitenlandse invloeden heeft de club niks. Ik hoop wel dat hij zo pienter zal zijn om anderen mee te laten denken, dit omdat ondernemers vaak solisten zijn. Ik heb er overigens het volste vertrouwen in dat ze in de eredivisie blijven en hoop op een positie in de middenmoot met goede wedstrijden.”

Ben en Carolien Janssen

Vervolgens zag ik een NEC vlag hangen in de Kanunnik Faberstraat. Ik belde aan en maakte kennis met Carolien en Ben Janssen. Ben woont sinds 2017 in Brakkenstein en woont sinds een jaar samen met Carolien. Als NEC speelt gaat altijd de vlag uit.

Ben: “Deze promotie is totaal onverwacht, maar geweldig voor de stad Nijmegen. Ik ben ook blij met de be-

Carolien en Ben Jansen



moeienis van Marcel Boekhoorn, dat is een echte clubman, geen vreemde geldschietster die uit is op eigen gewin.”

In 1970 ging hij voor het eerst met zijn ooms mee naar NEC. Er zaten in zijn familie de nodige NEC-supporters.

“Sinds mijn 10e ben ik al fan van NEC. Ik stond toen op de jongensrang met een vlaggetje in mijn hand bij NEC-Feijenoord. NEC won met 1-0. Op mijn 16e kon ik een jeugdcontract krijgen bij NEC, maar mijn vader was er op tegen. Ik voetbalde toen bij SCE. Ik ben een trouwe supporter, ga al bijna veertig jaar naar vrijwel alle wedstrijden, ook uit. NEC heeft ook veel supporters van buiten Nijmegen, dat zijn vaak mensen die hier gewoond of gestudeerd hebben. NEC is een echte volksclub, er is hier altijd wel iets aan de hand. Bijv. in 2008 toen ze tijdens de eerste seizoenshelft onder trainer Mario Been derde van onder stonden. Er stonden op een bepaald moment elf vuilniszakken op het veld, maar Been zei: ”Alles komt goed!” en het kwam goed. We gingen toen zelfs Europa in.”

Carolien komt uit Beugen bij Boxmeer en was dus fan van de lokale trots VIOS waar een oom trainer was. “Ik heb later zelf gevoetbald bij Quick aan de Dennenstraat. Zo’n jaar of vier. Ik

stond rechtsback, ik hou van opstomende backs. Ze belandde daar via haar zoontje en was daar een jaar of zeven actief. Ze is ook al een tijd NEC supporter. Ik zat van 2011 tot 2016 altijd op de Hazenkamptribune, samen met mijn zoontje.”

Toen ze Ben anderhalf jaar geleden ontmoette bleek beider enthousiasme voor NEC een extra bindende factor. Carolien mikt voor het komend seizoen op het linker rijtje, Ben hoopt dat ze nu kunnen doorpakken en aansluiting vinden bij de subtop.

Frans van de Hurk

Voormalig bezorger van ons wijkblad Frans van de Hurk (71) uit de Kanunnik van de Putstraat stond al langer op mijn lijstje als verwoed verzamelaar van alles wat maar met NEC en Nijmegen te maken heeft. Ik wilde hem ooit twee boeken over de historie van NEC cadeau doen, maar natuurlijk had Frans die al.

“Ik heb in de loop der jaren een hele verzameling opgebouwd. Petjes, dassen, boeken, programmaboekjes van wedstrijden, shirts. Ik ben daarmee begonnen toen we vanuit de Brederostraat in Brakkenstein kwamen wonen, dat was in 1960, ik was toen 10 jaar. Mijn vader was NEC fan, niet zo



Gaico Willemsen

gek dus dat ik ermee begon. Kom niet aan NEC, want dan kom je aan mij! Deze promotie had ik echt niet meer verwacht, maar wie wel? Ik hoop natuurlijk dat ze een paar goede aankopen kunnen doen en er voorlopig inblijven, wat dat betreft vertrouw ik wel op Marcel Boekhoorn. Zelf heb ik ooit twee wedstrijden gevoetbald hier bij Brakkenstein, maar dat was toch niks voor mij. Mijn broer Wilfried was veel fanatieker en heeft jaren in het eerste gespeeld. Meestal kijk ik de wedstrijden bij de Muts, al ben ik ook wel eens in het stadion geweest. Met open dagen ging ik ook altijd kijken. Maar tegenwoordig ga ik het liefst kijken bij de Muts met andere fanatieke NEC-supporters, biertje erbij. Daar kan ik me enorm op verheugen en van genieten. Ik verheug me nu alweer op de derby tegen Vitesse, die heb ik echt gemist”

Gaico Willemsen

Gaico (50) uit de Pater Eijmardweg ging op zijn 6e jaar voor het eerst samen met zijn vader naar de Goffert. NEC speelde destijds jarenlang met een goed elftal in de Eredivisie. Sindsdien zit NEC in zijn hart en bezoekt hij elke thuiswedstrijd. Als jeugdspeler van NEC is hij een aantal seizoenen ballenjongen geweest, zelfs ook tij-



Frans van de Hurk

dens de thuiswedstrijd tegen FC Barcelona die NEC na een verrassende 2-0 voorsprong toch nog met 2-3 verloor.

“Ik ben bij de pupillen van SV Hatert begonnen en via SCH belandde ik bij de amateurs van NEC. Daar voetbalde ik vijf jaar in de jeugdselectie, ze hadden toen nog geen voetbalschool. Vanuit NEC ben ik bij rksv Brakkenstein in de zaal gaan voetballen. Ook hadden we een vriendenteam vanuit café de Muts waarvan ik destijds mede-eigenaar was. Ik herinner me de Horecatoernooien die we destijds jaarlijks organiseerden met andere Brakkensteinse cafés zoals café de Brak, Ramona en café de Vergadering van Ineke Geurts. Voor mij kwam de promotie naar de Eredivisie toch wel als een verrassing, na een matig seizoen had ik dit niet verwacht. Maar de pret was er natuurlijk niet minder om. Nu Marcel Boekhoorn zich er ermee bemoeit zijn mijn verwachtingen voor het aankomend seizoen wel gestegen. Er moet absoluut versterking komen. Het aantrekken van Lasse Schöne vind ik een heel goede zet. Ik ken Lasse persoonlijk uit de tijd dat hij samen met mijn Brakkensteinse maatje Mark Otten in de Goffert speelde, ze waren goede vrienden. Mijn zoon Wout, die altijd naast me op de tribune zit, heeft vaak de voetbalschoenen van Lasse gekregen. Ik hoop voor het komend seizoen op een stevige positie in de middenmoot, als het maar geen seizoen van degradatievoetbal wordt.”

Tegenwoordig heeft Gaico Willemsen (Willemsen Verzekeringen) samen met o.a. Gijs Rademakers (Rademakers Elektrotechniek) en Leo Lukassen (Lukassen Producties) een eigen skybox bij NEC waarin het rondom de wedstrijden erg gezellig is.

Ineke en Lizzy Derksen

“Tegenover de boerderij van Dien Kropman onderaan de Heyendaalseweg hangt ook altijd een NEC-vlag uit”. Deze tip kreeg ik tijdens mijn zoektocht naar een jongere NEC-supporter. Nu hangt er een Nederlandse



Lizzy en Ineke Derksen

vlag, met oranje franje. De jongere supporter blijkt Lizzy Derksen te heten. Ze is 22, voetbalt al sinds haar zevende jaar bij Brakkenstein en is al sinds haar jeugd fan van NEC. De verpleegkundige Lizzy vertelt over de promotiewedstrijd die NEC in het hol van de leeuw bij rivaal NAC tegen alle verwachtingen in wist te winnen. “We hebben hier met de hele familie zitten

kijken, we hielden ons hart vast, zeker de tweede helft. Ik heb voetbal altijd al leuk gevonden. Toen ik 7 was, zat ik met een vriendinnetje op dansles. Toen zij ging voetballen bij het net opgerichte meisjesteam van Brakkenstein ben ik met haar meegegaan. Tegenwoordig speel ik in de Dames 2, ik speel altijd links- of rechtsbuiten.”

Lasse Schöne met Lizzy Derksen



Haar moeder Ineke (57): “Ik was blij dat ik twee meisjes kreeg, dan hoefde ik in elk geval niet bij het voetbalveld tussen die blèrende ouders te gaan staan. Althans dat dacht ik, maar dat liep dus anders. Al vanaf haar eerste wedstrijd ga ik vaak samen met mijn andere dochter Cindy kijken als Lizzy voetbalt.”

Ineke heeft samen met Lizzy een seizoenkaart. Ze zaten voorheen altijd in vak Z achter een doel, maar sinds ze tijdens een coronatestwedstrijd tegen Roda een vrije plek in het Goffertstadion mochten kiezen en op de Hazenkamp tribune belandden, zijn ze geswitcht.

Lizzy: “Daar krijg je meer mee van de sfeer, je zit ook dichterbij bij 080 en je kunt de spelers beter zien. Ik kocht vroeger wel eens een los kaartje, maar sinds 7 jaar had ik samen met mijn vader Ron een seizoenkaart. Na het overlijden van papa in 2018 ga ik tegenwoordig samen met mijn moeder.”

Haar vader, Ron Derksen, was tambour maître van de drumband St. Michael en Prins van de Platte Knip. Hij werd vaak geduid als de chocoprins, omdat hij altijd chocomel dronk. Hij coachte ook nog een poos het meisjesteam van Brakkenstein.

Ineke: “Als NEC thuis speelt hangen we altijd de vlag uit, al vergeten we het wel eens. Als overbuurvrouw Dien Kropman de vlag weer ziet hangen roept ze altijd: “Het wordt toch niks!”

Lizzy: “Ik hoop op een leuk seizoen en ik ben erg blij dat Lasse Schöne weer terug is.”

Ineke laat me tot slot trots een foto zien waarop de jongere Lizzy samen met Lasse Schöne staat.

Barry Kersten en Inge van Boven

Afkomstig uit Heseveld wonen ze sinds ruim een jaar in de Rijswickstraat en het bevalt ze daar prima.

De uit Brabant afkomstige Inge (53) werkte bij het Berchmanianum en ging mee naar Aqua Viva, kent Brakken-



Berry Kersten en Inge van Boven

stein inmiddels dus goed en ook al aardig wat mensen.

“Ik voel me na 30 jaar wel een echte Nijmeegse hoor, woonde jaren in Botte daal. Ik ga wel eens naar NEC, maar door mijn werk in de zorg met de bijkomende onregelmatige diensten komt het er meestal niet van. Als ik op de tweede verdieping van Aqua Viva sta, kan ik de lichtmasten van het Goffertstadion zien. NEC hoort echt bij Nijmegen, de promotie is dan ook een echte opsteker voor de club en de stad. Ik was gek van dat oude stadion met die sintelbaan en wielerbaan, heel indrukwekkend. Je zat alleen zo ver van het veld af en in de winter was het altijd koukleumen.”

De uit Beuningen afkomstige Berry Kersten (45) is heeft al 20 jaar een seizoenkaart. Hij voetbalde sinds zijn jeugd bij Beuningse Boys als rechtsback:

“Ik heb al zo’n 20 jaar een seizoenkaart, vak O, naast 080. Ik mocht aanvankelijk wel eens mee met mijn vriend Peter Rouw, die had samen met zijn vader een seizoenkaart. Zijn vader had niet zo’n goede gezondheid en

moest dus wel eens verstek laten gaan en dan mocht ik mee. Op een gegeven moment merkte ik dat op een telefoontje zat te wachten of ik weer mee kon. Toen besepte ik dat het tijd werd om zelf ook maar eens een seizoenkaart aan te schaffen. Ik zit nu nog steeds op dezelfde plek naast Peter. Ik ken hem al sinds de kleuterschool, die moeten ze straks in een kist de Goffert uitdraagen, een echte diehard.”

“Tijdens het seizoen had ik de promotie niet verwacht, maar tijdens de eerste play-off wedstrijd tegen Almere zag ik een ander, onverzettelijk NEC en begon ik er stiekem in te geloven. Ik ben ook positief gestemd over het komend seizoen. Boekhoorn heeft ook zakelijk veel ervaring, brengt meer rust in de tent. We lijken af te zijn van die sub cultuurtjes, er is meer rust in de tent. Het kan NEC wel eens in een stroomversnelling brengen.”

Tekst Tino Adolfs

Foto Pater Rob Hellenberg - Hubar S.J., Ben en Carolien Jansen: Hans Ronhaar Foto Frans van de Hurk, Ineke en Lizzy Derksen en Berry Kersten en Inge van Boven : Tino Adolfs Overige foto's: onbekend

Vlaggenstein – Brakkenstein – Vlaggenstein – Brakkenstein



Beste Brakkensteiners,

Vindt u het ook zo'n mooi gezicht wanneer u tijdens Koningsdag of Bevrijdingsdag over de Heyendaalseweg rijdt en al die rood-wit-blauwe vlaggen ziet wapperen?

Dit is iets dat ons, carnavalisten van CV de Platte knip, ook opvalt. De saamhorigheid van de Nederlanders tijdens deze dagen is groot en wordt steeds groter. Dit is ook de reden waarom wij als carnavalsvereniging hier iets mee willen gaan doen. Brakkenstein willen we op deze feestdagen veranderen in Vlaggenstein. Heel Brakkenstein voorzien van onze rood-wit-blauwe vlag. Zou dat niet geweldig zijn? Wij gaan er voor!

De senaat van de Platte Knip gaat dit voor u regelen. Wij bieden aan in een pakket:

1. Rood-wit-blauwe vlag 100 x 150 cm.
2. Vlaggenstok van hout met plastic mantel 200 cm.
3. Met oranje knop, aluminium gevelhouder 45* en oranje wimpel met kwast.
4. Het plaatsen van de aluminium gevelhouder op de door u aangegeven plaats

Tevens kunnen wij aanbieden onze **Platte Knip vlag**. Speciaal gemaakt voor onze Brakkensteiners om tijdens de carnavalsdagen uit te hangen. Deze Platte Knip vlag kost € 20.--

Wanneer u van beide aanbiedingen gebruikt wenst te maken, kunnen wij u dit leveren voor de unieke prijs van € 55. -- (5 x 11). Uitsluitend rood-wit-blauwe vlag is € 35.--.

Met deze actie steunt u ook de sociale activiteiten van onze carnavalsvereniging voor jong en oud.

Met vriendelijk groet.
CV de Platte Knip

Bestellingen zie hiernaast

Bestelformulier:

Naam:

.....

Adres:

.....

Plaats:

.....

E-mailadres:

.....

Tel.nr.:

.....

Bestelling:

- Rood Wit Blauwe vlag met toebehoren
€ 35, -- aantal
- Platte Knip vlag
€ 20, -- aantal
- **Kosten: Totaal €**

Inleveren bij:

Martien van Summeren
Deken Gruenwaltstraat 12
6525VD Nijmegen



~advertenties~



kinderopvang
Heyendaal

Kinderopvang
op de Campus

 kinderopvangheyendaal.nl  024 366 00 33



SCHAAR & HAAR

Dames wassen, knippen & drogen	23,-
Heren wassen, knippen & drogen	20,-
Kinderen knippen (0 - 9)	13,-
Tieners knippen (10-18)	17,50,-
Studenten tarief	15,-
Permanente haarkleur v.a.	31,-
Spoeling v.a.	26,-
Highlights en/of lowlights v.a.	23,-

Openingsuren:
Woensdag - Donderdag - Vrijdag: 09:00 - 17:30
Zaterdag: 09:00 - 14:00

 Bel voor een afspraak naar: 024-6639958

 Like ons op facebook

 Heyendaalseweg 203
Nijmegen 6525 SE





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

Het kan verkeren (26)

Er zit een gat in de wijk. Nee, ik doel niet op die talloze gaten in het wegdek van de straten in de nieuwe buurt. Ik doel op het grote gat daar op de hoek van de Heemraadstraat en de Kanunnik Mijlincstraat. Alsof er een bom is gevallen, alsof er nooit iets is geweest. Er is weinig verbeelding voor nodig om de krioelende kinderen terug voor je geest te halen. Op het schoolplein, het geren, het geschreeuw, zich amper bewust van het leven wat er voor ze ligt. De meesters, juffen en de broeders, die elk jaar weer opnieuw begonnen, met eindeloos geduld en toewijding. De lokalen, de gangen, het hele schoolgebouw, er is niks van over. Er rest de grote stilte, stemmen in je hoofd, beelden, herinneringen. "Aan geschiedenis heb je niks." Er is vast wel iemand in de omgeving die deze ferme uitspraak wel eens bezigt. Steevast antwoord ik dan met "Dat klopt, maar aan domheid nog veel minder". Dit moet u ook eens doen. Als je een school hebt zien bouwen en vervolgens jaren later zien slopen, is het net of de tijd gevangen wordt in een enkele seconde. Veranderingen, er valt heel wat van te leren. Van mijn tijd voor de klas herinner ik me Wilco. Elke morgen stond Wilco bij de voordeur snoepjes uit te delen aan de meesters, die naar binnen stapten. Ja meesters, want juffrouwen hadden we daar op die jongensschool toen nog niet. Wilco was een aandoenlijk klein rond jongetje van veertien jaar, groeide niet meer, had een hersentumor. Ik was zijn klassenleraar en moest hem goed in de gaten houden. Als hij vaker kort achter elkaar ging geeuwen, moest ik de schoolpsycholoog waarschuwen. Na een half jaar was het zover. Een week later kwam hij nog een laatste keer de klas in om zijn klasgenoten op een snoepje te trakteren, terwijl zijn ouders op de gang stonden te huilen. Twee weken later zat er een gat in mijn hart. In het grote gat daar op de hoek zat ik nooit op school. Misschien wel die oudere man of vrouw die je ergens in de wijk achter een rollator ziet sloffen. Als kind zat ik op de Bewaarschool in het schoolpaadje tussen de Pater Eijmardweg en de Lindanusstraat. Dat gebouwtje staat er nog steeds. Het schoolpaadje schijnt overigens ooit in een rechte lijn vanaf de Scheidingsweg naar die Bewaarschool te hebben gelopen. Er rest ter hoogte van datzelfde schoolpaadje verderop tussen de Lindanusstraat en de Scheidingsweg dan ook nog steeds een pad dat het schoolpaadje heet. Ik zat op de Bewaarschool bij zuster Constantia. Ik zie nog beelden die ik me liever niet zou herinneren. Ik zat naast een lief meisje uit de Kloekenbuurt. Ze had donker lang haar, was tener. Ik noemde haar jaren later mijn zigeunermeisje. Ze zat wel eens op de grote schommel die aan de dikke tak van een oude boom achter het schooltje hing. Op een dag kreeg ik te horen dat ze nooit meer terug zou komen. Ze was de nacht ervoor omgekomen bij een brand, samen met twee andere kinderen uit het gezin. Daarna zat ik thuis vaak in de woonkamer op het zeil naast de kachel voor me uit te staren. Niemand wist wat er met me aan de hand was. Dat was waarschijnlijk het eerste gat in mijn hart. Het kan verkeren.

Dwarsijker
Elders in het blad staan foto's van de sloop van de school.



UW SPECIALIST IN DE BUURT VOOR ZONNE-ENERGIE

PAKKET 1: SOLAREEDGE MET OPTIMIZERS EN APP.

- 10 JINKO PANELEN 320WP FULL BLACK
- 10 OPTIMIZER SOLAREEDGE P404
- 1 OMVORMER SOLAREEDGE HD-WAVE 1 FASE
- 1 FRAME T.B.V. 10 PANELEN
- 1 VOLLEDIGE MONTAGE

PAKKET SOLAREEDGE NETTO ALL-IN : € 3.575,-

OPBRENGST: +/- 2890kWh PER JAAR

PAKKET 2: HUAWEI ZONDER OPTIMIZERS MET APP.

- 10 JINKO PANELEN 320WP FULL BLACK
- 1 OMVORMER HUAWEI 1 FASE
- 1 FRAME T.B.V. 10 PANELEN
- 1 VOLLEDIGE MONTAGE

PAKKET HUAWEI NETTO ALL-IN : € 2.950,-

OPBRENGST: +/- 2800kWh PER JAAR

RONALD VAN DE POL : 06-52094898 / INFO@POLWIJK.NL



FEESTJE VOOR BRAKKENSTEIN

Kom ook naar de BUUR-dag op 25 september!

Nu onze wijk weer voorzichtig uit de Coronaschulp lijkt te kruipen, maakt BUUR plannen om Brakkenstein te trakteren op een feestje. Op zaterdag 25 september - landelijke burendag – organiseert BUUR de BUUR-dag voor Brakkenstein.



Zomermarkt en muziek uit de wijk

Die dag is er rondom eetcafé en wijkplaats BUUR van alles te doen. Met een kledjesmarkt voor kinderen, muziek uit de wijk of een fotoshoot met je burens. Een zomermarkt waar wijkbewoners hun eigen creatieve producten kunnen verkopen en wijkorganisaties en verenigingen zich kunnen presenteren. Of je komt gewoon lekker genieten van een hapje en een drankje op het terras. De deuren van het eetcafé staan die dag wagenwijd open voor iedereen. BUUR hoopt natuurlijk dat er tegen die tijd weer meer mogelijk is, maar uiteraard wordt alles georganiseerd volgens de basis-Coronaregels van dat moment.

Bubbels en start Wandel-Beleefroute

Aanleiding voor het feestje is de heropening na de verbouwing van eetcafé en wijkplaats BUUR. BUUR kon in mei weer beperkt open met het terras, maar echt uitpakken kon toen nog niet (laat staan een feestje geven). Het lijkt erop dat dat in september wel gaat lukken. Op 25 september rond 11:00 uur is er een formeel openingsmoment met bubbels en hapjes. Ook krijgt de eerste Wandel-Beleefroute van Brakkenstein – met het thema Geschiedenis - haar officiële startschot. De plattegrond en het boekje zijn vanaf dat moment verkrijgbaar bij BUUR. Er zullen hierna meerdere uitgewerkte Wandel-Beleefroutes volgen, ieder met een eigen thema.

Kraanvogelactie verlengd

Alle Brakkensteiners kregen in mei een envelop in de brievenbus met daarin een kraanvogelpakketje en de uitnodiging een kraanvogel te vouwen voor BUUR. Wie zijn kraanvogel brengt, krijgt iets lekkers bij de koffie of thee. Deze actie is verlengd tot en met juli. Er zijn al heel veel wijkbewoners die een kraanvogel hebben gevouwen en die naar BUUR hebben gebracht. Mocht je er zelf niet uitkomen met vouwen, vraag gerust hulp aan je buurvrouw of de student om de hoek. Samen vouwen is namelijk nog leuker. Heb je interesse voor een workshop kraanvogel vouwen en wil je meer info hierover? Mail dan naar stichting@buurbrakkenstein.nl. Van alle ingeleverde kraanvogels maakt BUUR een stellage die de verbinding in de wijk Brakkenstein symboliseert. Deze stellage is voor het eerst te zien op de BUUR-dag en daarna op diverse andere plekken in de wijk.

Volgens een eeuwenoude Japanse legende brengt het vouwen van duizend papieren kraanvogels geluk in je leven. Als we met heel Brakkenstein die duizend bij elkaar vouwen, dan brengt dat ons allemaal vast heel veel geluk.

Programma

BUUR is op dit moment nog druk bezig met de invulling van de BUUR-dag. Houd website, Facebook en flyers in de gaten voor het programma.

Zelf meedoen?

Mocht je met zelfgemaakte producten mee willen doen aan de zomermarkt of heb je andere leuke tips voor de invulling van de BUUR-dag? Laat het BUUR weten via de mail info@buurbrakkenstein.nl of bel 024-66 346 59.

BUUR wenst alle bewoners van Brakkenstein een prachtige zomer!

www.buurbrakkenstein.nl

Tekst: Joske Lamers

Foto: Hans Ronhaar

In mei kwamen vrijwilligers en de direct omwonenden van het aangrenzende seniorencomplex een kijkje nemen in het vernieuwde BUUR.



Afgewogen

Hier liggen we dan opgebaard
ten offer aan de goden
terwijl liefde is verzand
passie langzaam opgebrand
zijn we toch ontboden

In de verte lonkt het licht
alsof het op je wacht
terwijl ik in het duister blijf
weerschijnt het op je koude lijf
in een verstilde nacht

We blijven in gedachten
altijd wie we waren
de schaal is nog in evenwicht
nadat de daden zijn belicht
we zijn uitgevaren

Dos Olifant, 11 juli 2021

Deze rubriek komt tot stand in samenwerking met Kunstmagazijn. Het kunstwerk Stilleven '92 5/15 (litho) op de pagina hiernaast is van Ami Bernard Zilweger en is te leen of te koop bij Kunstmagazijn en wordt samen met het gedicht Afgewogen van Dos Olifant de komende periode in de etalage van Kunstmagazijn tentoongesteld.

UNST



Ami Bernard Zilweger

Ami Bernard Zilweger (Fribourg, Zwitserland 1942) studeerde aan de Ecole des Beaux Arts in Vevey en woont sinds 1971 in Zutphen. Hij is een veelzijdig kunstenaar: pasteltekeningen, aquarellen, schilderijen en litho's (steen-druk) zijn de door hem gebruikte technieken om thema's als vrouwen- en kinderportretten, landschappen, stilleven en scènes uit de wereld van het circus, theater of cabaret te behandelen. Zijn onderwerpen worden op een poëtische, bijna subtiele manier in beeld gebracht. Kleur en licht spelen daarbij een essentiële rol en verraden zijn wortels in de Franse schilders traditie. De losse toets van zijn penseel en zijn kleurgamma met voornamelijk vele tonen groen en blauw zorgen voor spontaniteit en grote transparantie in zijn werk dat in combinatie met zijn schetsmatige lijn en vorm uiteindelijk sterke en sprankelende beelden oplevert. Over zijn kijk op de werkelijkheid: "Zoals iedereen zie ik wereldbeelden die voor mijn ogen veranderen tot een wisselend, gevoelig, heftig, soms denkbeeldig theater. Het doek beantwoordt hier aan de persoonlijke beleving. Het is geen raam meer, maar een scherm bestaand uit in elkaar vloeiende kleuren van menselijke warmte. Mijn rol is die van een toevallige voorbijganger die het voorbijgaan een stukje grijpt."

Werk van Ami Bernard Zilweger is opgenomen in de collectie van o.a. Museum Henriëtte Polak in Zutphen, de provincie Gelderland en diverse particuliere collecties in binnen- en buitenland.





APOTHEEK **Wilhelmina Brakkenstein**



- ✓ Vrijwel alles direct uit voorraad leverbaar
- ✓ Samenwerking met alle huisartsen in de omgeving
- ✓ Wij bieden zowel baxterrollen als weekdozen

**GRATIS
BEZORGING IN
HEEL NIJMEGEN
ÉN OMGEVING
DEZELFDE DAG**

GEEN WACHTTIJDEN

U vindt ons op de
vertrouwde plek naast de



Apotheek Wilhelmina Brakkenstein
Kanunnik Myllinckstraat 5
6525 WS Nijmegen

Tel.: 024-3553062
info@apotheekwilhelmina.nl
ma-vrij: 8:30-17:30 uur

In Brakkenstein hoeft niemand achter de geraniums!

Wie actief wil zijn, heeft het in onze wijk voor het kiezen. Of het nu gaat om tennissen, wandelen, hardlopen, sjouwen, kaarten, een leesclub, bingo, een zaterdagmiddagborrel, muziek maken, gymmen, kookles of... gewoon een kopje koffie. Het is er allemaal.

Een overzicht van allerlei activiteiten is te vinden op de wijkwebsite www.mijnbrakkenstein.nl/brakkenstein-beveegt-en-ontmoet-aanbod-voor-senioren. Neem er eens een kijkje. Klik op het linkje van de sociale kaart en onder de tekst vindt u een hele lijst aan activiteiten.

Ondertussen kunnen veel activiteiten weer plaatsvinden. Informeer van te voren of dingen door kunnen gaan. In het najaarsnummer van het wijkblad publiceren we een actuele activiteitenlijst.



Mestactie Scouting Brakkenstein

SCOUTING BRAKKENSTEIN
NET EVEN ANDERS



Dit jaar organiseren wij alweer voor de 34ste keer onze mestactie. Na ontvangst van de gele flyer in uw brievenbus, omstreeks 18 september, kunt u volledig digitaal uw bestelling ingeven via de website: www.mestactie.nl

Wij staan al jarenlang garant voor een zeer hoge kwaliteit mest. Het is gedroogde, vernalen, korrelige koemest die makkelijk te verwerken is.

De mestactie van Scouting Brakkenstein vindt dit jaar plaats op 15 en 16 oktober 2021.

Prijzen 2021:

- € 5,00 per kruiwagen bij 1 t/m 5 kruiwagens
- € 4,50 per kruiwagen bij 6 t/m 9 kruiwagens
- € 4,00 per kruiwagen vanaf 10 kruiwagens



Toevallige voorbijgangers, voormalig Brakkensteins coiffeur Chris Prudon met echtgenote Annie, wijzen de weg naar het waterzuiveringsstation.

Dit is het tweede artikel over de bijzonderheden van het 800 hectaren grote Heumensoord, het bos- en heide-rijck gebied ten zuiden van Brakkenstein vanaf de Scheidingsweg tot aan het zweefvliegveld. Het eerste artikel schreven we over de attracties van de zandspeelbak voor kinderen. Ditmaal bekijken we het waterwingebied.

Kleinschaligheid wordt grootschalig

De pogingen vanaf 2019, om het waterleidingbedrijf Vitens voor een interview met het wijkblad te strikken, zijn eindelijk gelukt. Zelfs burgemeester Bruls begreep dat dit artikel over de waterwinning in het natuurgebied Heumensoord er moest komen. Dankzij zijn bemiddeling kwam er een afspraak tot stand met Ingrid, strategisch terreinbeheerder van Vitens. We ont-

moeten haar bij het waterwinstation aan het Schutterspad.

Ingrid vertelt dat het hoofdgebouw, dat we achter de poort zien, in 1937 is gebouwd als gemeentelijk waterbedrijf. Vanaf het einde van de 19e eeuw namen gemeentes in Nederland de drinkwatervoorziening ter hand. De redenen waren de volksgezondheid en een grotere vraag (industrie) naar een veilige en gegarandeerde levering van water.

Boerderij

In de afgelopen decennia kwam er een einde aan die kleinschaligheid en ontfermden waterleidingbedrijven in Nederland zich over de erfenis van de gemeenten. Vitens is een van de grotere jongens. De provincie Gelderland verleent het bedrijf een vergunning om aan dit gebied 1 miljoen kuub grondwater per jaar te onttrekken. De ruim tachtig waterwinputten in Heumen-

soord pompen hun opbrengst door naar de zuiveringscentrale aan het Schutterspad waar we nu voorstaan.

Die centrale heeft, even afgezien van de later opgerichte bijgebouwen, het uiterlijk van een boerderij, weet Ingrid van Vitens te vertellen. De reden was om het op die wijze vanuit de lucht minder zichtbaar en kwetsbaar te maken in geval van oorlogshandelingen. Dezelfde strategie paste de Duitse bezetters ook toe op vliegveld Deelen waar ze ook nog eens van beton gemaakte koeien in de wei opstelden om de indruk van een agrarisch bedrijf te versterken.

‘De watervoorziening heeft een strategisch belangrijke functie en Vitens doet er alles aan om deze veilig en ongestoord te doen verlopen,’ laat Ingrid weten. ‘We zullen niet snel slachtoffer worden van hackers die de boel stilleggen.’ De bewaking geldt ook voor de bijna mans grote deksels die iedereen, die wel eens op Heumensoord rondloopt, kent. ‘We gebruiken een uitstekend werkend alarmsysteem dat ons waarschuwt als een onbevoegde ze opent.’ Periodiek begeeft de onderhoudsdienst zich onder die vierkante deksels om bijvoorbeeld de verzande filters te vervangen.

Start aanleg waterleiding in Nijmegen

‘Het was een hele gebeurtenis toen op 29 juli 1879 na afloop van den marktdag de markt flink werd natgespoten, zoodat de marktbewoners bij het vegen geen last van stof hadden. De Nijmegenaren hadden praktisch ervaren, wat een zegen de waterleiding ook in dit opzicht was voor de stad.’

Over de kwaliteit van het water van het pompstation in Heumensoord is men minder tevreden. ‘Door zijn geringen hardheid is het te agressief en lost het water het lood en ijzer van de buizen op. Naar een geschikte waterwinplaats is men nog steeds op zoek.’

De Gelderlander in 1930 over 50 jaar waterwinning.

Blauwe ketels

'Iedereen is natuurlijk benieuwd of het water dat in Brakkenstein en Nijmegen uit de kraan komt uit Heumensoord afkomstig is. En dat klopt', klinkt het zonder aarzeling uit Ingrid's mond. 'En het is van goede kwaliteit. We controleren het opgepompte 'ruwe' water uit elke put. Wanneer dat niet aan de kwaliteitseisen voldoet of wanneer er een melding is van drinkwatervervuiling, bijvoorbeeld een lozing van afvalstoffen (chemicaliën, brandstof), dan sluiten we die put uit voorzorg af. Tijdens de verwerking in de zuiveringscentrale volgen verdere kwaliteitscontroles.' Dat betekent volgens Ingrid dat gebotteld (bron)water uit de supermarkt beslist niet beter is. 'Het kan uit dezelfde bron opgepompt worden als ons water. Het enige verschil is de prijs die een aantal malen over de kop is gegaan.'

Vrijdag 3 April 1936, zullen Burgemeester en Wethouders der Gemeente Nijmegen, in het openbaar

AANBESTEDEN:

Het maken van een Pompgebouw voor de Gemeente-Waterleiding op het terrein „Heumensoord” te Nijmegen

Bestek en tekening zijn te verkrijgen tegen betaling van f 2.50 p. stel, ten kantore van Gemeentediensten, Valkhof 12. 246

Ingrid legt uit welke rol de reusachtige blauwe containers spelen die op het terrein staan. 'Regenwater dat door de grond sijpelt, neemt stoffen op zoals ijzer en mangaan. Ook is het water van nature een beetje zuur en dat is niet goed voor de leidingen en de apparaten in de keukens. Via zandfilters en het beluchten van het ruwe water halen we deze stoffen er in deze blauwe filterketels uit. Het water stroomt over marmekorrels en neemt wat kalk op waardoor het niet meer zuur is.'

Drinken we kraanwater dat duizenden jaren oud is?

'Het water dat wij op deze productielocatie verwerken komt uit drie bronnen. In het waterwingebied Heumensoord



Ingrid, strategisch terreinbeheerder van Vitens, verklaart de werking van de blauwe filterketels op de achtergrond aan de verslaggever van het wijkblad.

(1) sijpelt een druppel regenwater een jaar lang naar beneden voordat het grondwaterniveau is bereikt. Nadat het een natuurlijk zuiveringsproces heeft doorlopen pompen wij het vanaf twintig meter diepte op. Heumensoord krijgt ook regenwater aangevoerd vanuit het veel grotere omliggende grondwaterbeschermingsgebied (2). Dat water is wel vijftientwintig jaar onderweg voordat het zijn weg vindt naar onze pompen. Daarnaast stroomt er grondwater van buiten het grondwaterbeschermingsgebied (3) naar de putten. Het grondwater uit dat gebied is honderd tot wel vierhonderd jaar onderweg. Het water dat uiteindelijk bij

de consument uit de kraan komt is een mix van 'oud' en 'nieuw' water. Wél allemaal uit dit natuurgebied en onvermengd met de winning in het Kronenburgerpark. Daar is de winning al een paar jaar geleden gestopt.'

Na een uurtje stappen fotograaf Hans en ik op de fiets terug naar huis. Jammer dat we niet in de gelegenheid waren binnen in het gebouw te kijken zoals bij een open dag alweer dertig jaar geleden. 'Daar moet wat aan te doen zijn', hoor ik Ingrid mompelen.

Tekst: Renie Hesseling

Foto's: Renie Hesseling



Het Schutterspad biedt toegang tot het waterwingebied dat in 1937 door de gemeente Nijmegen is gebouwd.



FIETSENMAKER GROOTSTAL

WEBSHOP 10% KORTINGSCODE:
GROOTSTAL2021



GRATIS HAAL & BRENG SERVICE!

HEIDEBLOEMSTRAAT 61
024-7633792

WWW.FIETSENMAKERGROOTSTAL.NL

Samen houden wij **Park Brakkenstein schoon!**



Jij helpt toch ook?

Geen bosuilen, toch uilskuikens...

In de ban van de ransuil

Dat Brakkenstein twee bosuilnestkasten rijk is, wisten we al. Een van die kasten hangt in het bosje van Vroom (zie wijkblad van januari 2020). Hoewel ik in de afgelopen wintermaanden regelmatig bosuilen hoorde roepen, ook nabij de kasten, heb ik geen broedgeval kunnen constateren van deze uilensoort.

Toch werd de wijk begin juni ver-rast door...jawel, drie luidruchtige uilskuikens. Inmiddels is de rust weergekeerd, maar de afgelopen tijd konden velen genieten (of juist slecht slapen) van de roep der ransuilen, zowel van de jongen als van het ouderpaar.

Je moet maar durven als ransuil om halverwege van de Kanunnik Faberstraat een nest te bezetten in een den, vrijwel boven de straat waar de stadsbus er onderdoor raast. Maar lef werd beloond en drie ransuultjes zijn uitgevlogen. Een opmerkelijke soort op een opmerkelijke locatie.

De ransuil is volgens mij de uil met de hoogste aaibaarheidsfactor vanwege die grappige oorpluimpjes. Maar die pluimpjes zitten helemaal niet oven op de oren, maar zijn veren die opgezet worden opgezet bij gevaar of onraad. Dit kan samengaan met een soort strekhouding, waardoor de vogel de kans op ontdekken wat kan minimaliseren. De gehoorgangen bevinden zich aan de zijkant van de kop, niet zichtbaar achter een verendekje. Maar de ransuil dankt zijn naam wel aan de pluimpjes op zijn kop. De veren vertonen gelijkenis met een 'ranse', middel-Nederlands voor 'muts met een kap die in plooiën afhing'. Wat naamgeving betreft komen de 'oortjes' zowel in het Duits: Waldohreule, als in het Engels: long-eared owl terug.

Pas wanneer de jonge uiltjes begin juni aan het piepen slaan, kom je tot de ontdekking dat een ransuilenpaar hier gebroed



heeft. Het zijn geen geweldige nestbouwers; ze kraken vaak een oud ekster- of kraaien-nest. Het vrouwtje broedt ruim drie weken en verzorgt na het uitkomen ook de jongen met

Groen in de wijk

door het mannetje aangeleverde prooien, veelal muizen. Na zo'n 25 dagen vliegen de jongen uit om vervolgens alle kanten op te zwerven tot vele tientallen kilometers vanaf de broedplaats. De volwassen vogels zijn overwegend standvogels, dus wellicht volgend seizoen opnieuw een uilenshow....

Ze waren elke avond prachtig te zien en te horen, het ietwat meewarig, klagende gepiep van de uilskuikens, en het korte 'blafje' van de oudervogels. De jonge ui-

len zijn dan nog licht gekleurd en wat donzig, met boven en onder het oog een donkere vlek, als ware de mascara uitgelopen. Zodra het begon te schemeren werden de vogels actief - daar zijn het natuurlijk uilen voor - en trokken bij het vallen van de avond altijd wel publiek. Maar de uilen lieten zich nauwelijks storen.

Foto's maken in de schemer is wat lastig, maar de uilen overdag opzoeken is nog lastiger, want ze zitten juist met de warme dagen graag in de schaduw van de lindebomen, goed verscholen tussen het gebladerte. Op de foto van een braakbal, aangetroffen op het trottoir aan de huizenkant, zie je behalve haren en botjes ook een onderkaak van een muis.

Zoals ik al zei, is de rust nu weer gekeerd en kunnen de bewoners hun verstoorde nachtrust inhalen. Ik hoop echter dat die nachtrust het volgende seizoen weer verstoord wordt!

*Tekst en foto's:
Freek Snel*



Energie Coach Daniëlle
Psycho-Energetisch Therapeut

Healing
Reading
Adem yoga
Meditatie
Counseling
Toegepaste
Imaginatie

Daniëlle van Maanen
06-49824013
info@energiecoachdanielle.nl
www.energiecoachdanielle.nl
Aangesloten bij OPEI

ARMAN TELECOM

06-84443341
024-6794305
armantelecom2017@gmail.com
kanunnik boenenstraat 16
6525 WK Nijmegen
@armantelecom

ARMAN TELECOM
Inkoop & verkoop
Nieuw toestel en tweedehands
Reparatie, Accessoires, Hoesjes

ACTIE
Woonhuisventilatie
Itho CVE ECO FAN
+
Draadloze zender
€ 194,99

Janssen vakhandel
sanitair • c.v. • elektro

id dealer

itho daalderop
Climate for Life

*Bespaar € 45,- tot € 65,- per jaar aan energiekosten

Oude Molenweg 137
6533 WH Nijmegen

Tel: 024 - 350 28 30
Fax: 024 - 350 28 31

info@vakhandeljanssen.nl
www.vakhandeljanssen.nl

Markànt
Talenkursussen

Frans, Engels & Nederlands

Kursus van 16 lessen (24 uren)
Kursus van 10 dagen (30 uren)
Kursus van 1 week (28 uren)

Gesprekscursus Duits - Inburgeringskursus - Bijlessen

Tel: 06 - 30 36 53 68

BAKKERIJ HOLLAND

BELANGRIJK NIEUWS!!

Nu elke zondag open!!
van 08.30 tot 12.00 uur

Nijmegen
Sint Jacobslaan 277
Tel. (024) 355 07 08

Wijchen
Lepelaarstraat 6a
Tel. (024) 641 26 90

www.bakkerij-holland.nl

"FEESTJE? VRAAG NAAR ONZE MOGELIJKHEDEN"

de Muts

Het gezelligste buurtcafé van Brakkenstein

**WIJ ZIJN DE HELE ZOMER GEOPEND.
KOM GENIETEN OP ONS GEZELLIGE TERRAS!**

Café de Muts
Tamara & Mellanie
Heyendaalseweg 280
6525 SL Nijmegen
024 - 355 83 61
info@cafedemuts-nijmegen.nl

Nieuws van het Brakkensteinhofje

Alex schoffelt in de tuin

De redactie ontving van onze Brakkensteinse knuffeljezuïet enkele maanden geleden het onderstaande, omkaderde bericht. Dit nieuws vormde de aanleiding om hem eens op te zoeken. Wij zagen namelijk al een hele tijd geen schapen meer en vroegen ons af of hij de schaapjes op het droge zou hebben? Ook zagen we recent een grote container vol met huisraad op de oprit staan, wat is er aan de hand? Samen met Alex bekeek ik het bericht en praatten we over feiten en de foto. Nu eerst het bericht.

Omdat het ons (*1) erg pijn doet, kom ik toch met dit nieuws bij u, geachte lezers van het wijkblad. Vlak voor de week met veel sneeuw heeft de vos hier toegeslagen en wellicht ook een ander dier? In 1 lang weekend, verdwenen 7 hennen + 1 haan. Later nog eens een hen. Samen 9 stuks pluimvee van de 17. Juist nu er in de groep erg veel verschillende typen waren. Verschillende mensen uit de wijk schonken deze dieren. Omdat enkele maanden eerder bekend werd, dat engerlingen aanwezig zijn in de diverse plekken rondom 't Brakkensteinhofje, is grazen van schapen of geiten niet mogelijk. Meikevers leggen namelijk eitjes onder de grond, de eitjes worden larven (engerlingen) en die eten de wortels van het gras op. Van 2 broedende hennen, elk met 4 eieren, is helaas maar 1 levend kuiken gekomen. Dus we kunnen (nog) niet juichen.

Vraag: als in de oogst tijd iemand te veel kruisbessen heeft: *bosbessen* of *Reine Claude* of *Mirabellen*, houden wij ons aanbevolen. Tot horens, of tot ziens in winkeltje.

Broeder Alex Grooten sj
Pastoor Wichersstr.10- B
6525 TN
024.785.2110.
grootenalex@gmail.com
www.rietniederer.nl

Ik vroeg Alex wat (*1) is. Dat is de groep vrijwilligers voor het kinderruis in Tanzania. Riet Niederer is de motor van deze groep vrijwilligers. De opbrengst van het winkeltje van Brakkensteinhofje gaat naar dit goede doel. Op de foto ziet u de container. Alex gaat niet verhuizen, maar het voorste deel van de woning, 10 A, is ontruimd en dat deel wordt binnenkort opgeknapt, ook komt er een nieuw dak. We kijken ook even op het erf en in de moestuin. Vier wijkbewoners tuinieren hier en als tegenprestatie helpen ze

Alex bij de kweek en tuinwerkzaamheden voor de courgettes en pompoenen die over een tijdje weer te koop zijn. O ja, het gras is inmiddels zo hoog dat Alex de herder gevraagd heeft om vier lease-schapen te brengen.

Conclusie: laat broeder Alex maar schuiven!

*Tekst: Alex Grooten en Henk Sikking
Foto: Hans Ronhaar*



Een deel van Brekkensteinhofje wordt opgeknapt. Maar eerst moesten de oude spullen eruit.



Maaibeheer in gemeente Nijmegen

Hete zomers, heftige regenbuien en lange droogte, we kennen het inmiddels allemaal. Om een fijne, leefbare wereld te houden moeten we er zuinig op zijn. Dat geldt ook voor de biodiversiteit, het aantal levende wezens in een omgeving.

Planten en beestjes zijn essentieel voor onze gezondheid. Maar op dit moment worden dat er steeds minder. In Nijmegen zetten we ons daarom in voor behoud én versterking van de biodiversiteit. We doen dat bijvoorbeeld via het maaibeheer.

Doordat we bermen en andere stukjes gras minder maaien, krijgen planten en dieren meer kans om te groeien. Langzaam vervangen bloemen en kruiden het gras. Het groen wordt daardoor sterker, bevat veel meer voeding voor insecten en herstelt zich sneller na bijvoorbeeld droogte.

Ook voor ons heeft kruidenrijk gras voordelen. Zo zorgt een grotere hoeveelheid groen voor meer verkoeling in de zomer. Meer insecten zorgen er voor dat meer bloemen bestoven worden en moestuinen en fruitbomen een betere opbrengst hebben. En een gezond, levend ecosysteem houdt de lucht, water en bodem gezond. Daar profiteren we allemaal van.

We spreiden het nieuwe maaibeheer langzaam uit over de stad. In de eerste wijken zijn we begonnen, de rest volgt dit jaar en uiterlijk volgend voorjaar. Omdat het nieuw is, kunnen er altijd dingen mis gaan. Minder maaien mag echter nooit ten koste gaan van de ver-



keersveiligheid. Hebben we ergens een stukje over het hoofd gezien waardoor een gevaarlijke situatie ontstaat? Laat het ons weten via de Meld-en-Herstel App, dan doen we er wat aan.

Ook speelveldjes en andere veel gebruikte plekken blijven we zoals vanouds maaien. Maaien we een stuk niet meer, waar dat wel nodig zou zijn? Geef dat dan aan via nijmegen.nl/mijn-wijkplan.

Renovatie park Brakkenstein

In het late najaar gaat de gemeente aan de slag met het herstel van park Brakkenstein. In de loop der jaren is het park enigszins verwilderd en heeft de uitstraling van rijksmonument verloren. Het is de bedoeling dat de oude grandeur hersteld wordt.

Er is een plan gemaakt dat niet alleen het park in zijn oude staat gaat terug-

brengen, maar ook moet garanderen dat dit in de toekomst behouden blijft. Daarom worden onder andere de bosvakken aanpakt en wordt de structuur van de lanen hersteld. Er komt nieuw straatmeubilair (denk aan banken en prullenbakken) en de poorten en hekken worden vernieuwd. Ook komt er meer kunst in het park.

Mensen die meer willen weten over de plannen kunnen kijken op www.nijmegen.nl/mijnwijkplan. Daar kunt u ook uw reactie op de plannen achterlaten.

Tekst: Willy Arends, senior coördinator projecten bij de gemeente Nijmegen

Foto: Patricia Verhelst

Park Brakkenstein krijgt een flinke opknapbeurt in het najaar.





COMPLETE (ZONNE)BRIL MET GRATIS OOGMETING!

Bij Eyelove altijd:

- Inclusief** montuur en glazen op sterkte (óók kosteloos met cilinder en zonneglas)
- Inclusief** niet goed = geld terug garantie
- Inclusief** oogmeting, zonder afspraak
- Inclusief** ontspiegeling bij blanke glazen
- Inclusief** kraswerende laag
- Inclusief** keuze uit minimaal 450 monturen

BRIL OP STERKTE
voor veraf óf dichtbij
(óók als zonnebril)

€49

MULTIFOCAL BRIL
met leesgedeelte
(óók als zonnebril)

€99

MULTI-PLUS BRIL
met breder leesgedeelte
(óók als zonnebril)

€149



Kom naar één van onze Eyelove-verkooppunten bij u in Nijmegen:

**CENTRUM
GALGENVELD**

Eyelove (XXL) "Stadskamer"
DA Van Marwijk (XXL)

Stikke Hezelstraat 24
Molukkenstraat 15

www.eyelove.nl • tel. 073-800.00.15 (ma-vr)

WILLEMSEN

✓ verzekeringen

Wij regelen het graag voor u!

Oude Molenweg 82, Nijmegen
willemssen-verzekeringen.nl
t 024 377 79 35

Zeventig jaar getrouwd

Ik ga iedere avond met Platinaatje naar bed

Recent zag ik in de Gelderlander een mooie foto van Frans en Tilly Pluym, zeventig jaar getrouwd. Heb aangebeld om te vragen of ze het leuk vinden dit bericht ook te delen in het wijkblad. Allebei zeiden ze enthousiast: 'Ja natuurlijk!'

We zitten samen in de schaduw achter het huis. We kennen elkaar van 5 jaar geleden toen ik hen interviewde over het leven in de Baljuwstraat. Frans wordt 96 in december en Tilly 90 en ze houden elkaar mooi in balans. Frans is niet te stoppen als het om anekdotes gaat, dat is nog precies zoals de vorige keer. Tilly luistert en corrigeert of vult aan waar nodig. We praten over de tuin, de kinderen hou-

den die nu bij, en een beetje over de gezondheid. Frans gaat twee dagen per week naar de Waalboog en dan heeft Tilly de handen vrij. Samen kunnen ze zich redden. We hebben vooral gepraat over humor. 'Humor is belangrijk in het leven, in de opvoeding en ook in het huwelijk,' stelt Frans en dat wordt niet tegengesproken. 'We hebben de kinderen met liefde en lol opgevoed. De kinderen aten vroeger hun bordjes altijd leeg.' Frans: 'Ik zei dan, wie het eerste het bordje leeg heeft, mag het bord schoonlikken. Toch moest Tilly bij een van de kinderen twee groenten koken want die at wel eens met lange tanden. Toen hij in dienst kwam zei hij dat zijn moeder toch veel lekkerder kookte.' 'Als de kinderen vroeger

aan het keten waren boven dan bonkte Frans heel hard met de vuisten op de trap al roepend: Hier komt de Grote Boze Wolf... en dan wisten ze dat ze stil moesten zijn,' zegt Tilly.

Nu zijn verschillende kinderen al met AOW. Ze hebben zeven kinderen waaronder een tweeling, achttien kleinkinderen en zestien achterkleinkinderen. 'Hoe heet dat als je zeventig jaar getrouwd bent? Plantina toch? Ik ga elke avond met Platinaatje naar bed,' grapt Frans. Namens de redactie van harte gefeliciteerd Frans en Tilly!

Verslag: Henk Sikking

Foto: Hans Ronhaar



Feest en activiteiten in de wijk



De vlag – al dan niet met schooltas of –boeken – kon uit bij heel veel Brakkensteinse huishoudens. We hebben een selectie moeten maken, want al die geslaagden passen niet op onze fotopagina. Gefeliciteerd allemaal. Ook felicitaties voor de 5-, 70- en 90-jarigen en iedereen daartussen. De meisjes van Brakkenstein beweegt staan er vrolijk op, zij brengen letterlijk kleur. En er zijn weer kleine Brakkensteinertjes geboren: HOERA!



GESLAAGD - GESLAAGD



GESLAAGD - GESLAAGD



GESLAAGD - GESLAAGD



Welkom Brakkenstein

U kunt redelijk dichtbij prettig winkelen.

Wij hebben een aantal fijne merken voor dames en heren, zoals Sarto, Leona, Lebek, Angels, Tom Tailor, Zerres, Meyer, Pierre Cardin en Lerros en Com4. Gekochte kleding wordt gratis vermaakt (m.u.v. aanbiedingen)

IN DE MAANDEN JULI EN AUGUSTUS HEBBEN WE DIVERSE AANBIEDINGEN.



ZO MOOI GAAT HET WORDEN

ONS WINKELCENTRUM WORDT FORS OPGEKNAPT. MODERN, FRIS EN OPEN. BINNENKORT GAAT HET BEGINNEN. Alles wordt vernieuwd en de LIDL wordt twee keer zo groot!

WINKELCENTRUM DE NOTENHOUT, SYMFONIESTRAAT 152, NEERBOSCH-OOST.

024-3771266, www.dehaasdemode.nl

ALTIJD GRATIS PARKEREN



Meer dan 100 mensen
geven ons gemiddeld een 9!

maandag & dinsdag: pizzadagen / woensdag & donderdag: schoteldagen



WIJ HEBBEN OOK EEN BELEGDE
BROODJES AFDELING

KAPSALON VEGETARISCH
KAPSALON HETE KIP KERRIE
BROODJE HETE KIP KERRIE

Volg ons op



Cafeteria De Fest

Kanunnik Boenenstraat 24, 6525 WK Nijmegen, telefoon: 024 356 31 32



Van de bestuurstafel van voetbalvereniging rksv Brakkenstein

Aangezien we de wijkbewoners graag op de hoogte willen houden van belangrijke ontwikkelingen binnen de voetbalvereniging rksv Brakkenstein, kunt u vanaf heden regelmatig een bijdrage van ons verwachten. Als lezer, zijnde een (oud) speler van de club, een ouder, een vrijwilliger, maar ook als bewoner van Brakkenstein. Wij willen u/jou zoveel mogelijk betrekken bij onze mooie club!

In een vertrouwde omgeving jezelf sportief, sociaal en persoonlijk ontwikkelen door samen de passie voor voetbal te delen! Wie wil dat nou niet? Vanuit het gedachtegoed van Positief Coachen hebben wij als club en bestuur in het seizoen 2015-2016 bovenstaande visie en een missie vastgesteld voor voetbalvereniging rksv Brakkenstein.

Als bestuur staan we voor een open en eerlijke communicatie. En open en eerlijke communicatie begint met het maken van duidelijke afspraken met elkaar. Hierdoor kunnen we elkaar op een positieve en prettige manier aanspreken, ook als we de afspraken niet naleven of nakomen.

In de Corona tijd hebben we als bestuur niet stilgezeten, we hebben deze tijd goed benut om nog meer invulling te geven aan het realiseren van onze visie en missie. Wij zijn onze afspraken gaan vastleggen. En hebben een document opgesteld, waarin de we de "Normen en Waarden" van onze club hebben beschreven.

Met het vastleggen van de "Normen en Waarden", willen we aangeven welke waarden we als club belangrijk vinden: hoe gaan we met elkaar om, wat kan wel en niet binnen onze vereniging, welke regels er zijn, maar ook: wat de consequenties zijn als afspraken niet worden nageleefd!

Om de vertrouwde en veilige omgeving nog beter te kunnen waarborgen, zijn we ook gaan nadenken over het aanstellen van een vertrouwenspersoon en het vragen van een Verklaring Omtrent het Gedrag (VOG verklaring) van al onze vrijwilligers.

Het liefst zien we dat als er zaken spelen binnen een team dat de spelers dat binnen hun team met de begeleiding van het team samen proberen op te lossen. Indien noodzakelijk kan het jeugdbestuur of het bestuur hierin ook een bemiddelende rol spelen. Echter, soms kan er sprake zijn van problematiek die je niet binnen je team of met de begeleiding van het team wilt of kunt bespreken.

Dan kan juist de vertrouwenspersoon hierin een rol spelen. We zijn blij dat we een vertrouwenspersoon hebben gevonden. Zij is betrokken bij onze vereniging, maar ook voldoende onafhankelijk om deze functie naar haar eigen inzichten de juiste invulling te geven.

Wij vinden het als club essentieel dat onze vrijwilligers onze visie, missie en normen en waarden uitdragen, ernaar handelen en als voorbeeld functioneren. Hieruit afgeleid vragen wij daarom van onze vrijwilligers een VOG verklaring. Een VOG verklaring is ook één van de mogelijkheden om voor een veiligere omgeving te zorgen. We zijn uiterst tevreden dat we ook een onafhankelijke VOG coördinator hebben kunnen aanstellen. We streven ernaar dat al onze vrijwilligers voor eind oktober 2021 over deze verklaring beschikken. Overigens brengt het aanvragen van de verklaring geen kosten met zich mee voor de vrijwilliger.

Het aanvragen van een VOG verklaring is kosteloos.

Wij verwachten dat er in het komend seizoen weer normaal gevoetbald wordt. Het bestuur van de voetbalvereniging rksv Brakkenstein nodigt u/jou hierbij van harte uit om een van de wedstrijden te bezoeken.

Tot slot willen we aangeven dat wij als bestuur onze missie en visie niet alleen kunnen realiseren, daar hebben we elkaar voor nodig. Daar zijn we samen een vereniging voor. Als u/jij als lezer een keer onze accommodatie bezoekt, dan hopen wij dat u/jij herkent dat we een gezellige, positieve en betrokken club zijn, waar u/jij zich vertrouwd en welkom voelt.

*Het bestuur van voetbalvereniging
rksv Brakkenstein*



Gezondheidscentrum
Brakkenstein

gcbrakkenstein.nl



Apotheek:

- Persoonlijke aandacht en uitstekende service
- Gratis bezorging, ook na 18:00
- Goede samenwerking met de huisarts voor optimale medicatiebewaking

024 208 22 88



Huisarts:

- Laagdrempelige, betrokken zorg midden in de wijk
- Online zelf afspraken inplannen
- Mogelijkheid tot e-mail consult
- Inloopsprekuren

024 355 23 39



Heyendaalseweg 288
6525 SM Nijmegen

Wie o wie weet waar o waar dit te vinden is in onze wijk?



Wie o wie weet waar we dit kunnen lezen in de wijk?

Weet jij het? Mail jouw oplossing naar
wijkblad.brakkenstein@gmail.com
of bel met Henk: 06-25356417.

Onder de goede inzendingen verloten we een lekkere taart.



In het vorige wijkblad plaatsten we een foto van het bordje dat verwijst naar het winkeltje van broeder Alex. Daar kun je heerlijke eigengemaakte jam kopen, maar ook nog allerlei andere producten. Elders in het blad lees je hoe het met broeder Alex en zijn boerderijtje gaat.

We kregen goede inzendingen van Gemma, Wilma, Wieke, Jolein, Helma, Kim, Ans, Marijke, Annemiek en Herman. Deze keer is de taart voor Wieke! We haalden de taart bij bakkerij Holland. Elders in het blad lees je een interview met de bakker.

Dank voor alle inzendingen en succes met de nieuwe raadplaat!

VPTZ zoekt vrijwilligers en biedt ze aan Zorgen voor je naaste in zijn laatste levensfase? Dat is toch vanzelfsprekend!

Als u zorgt voor iemand die binnenkort gaat sterven, dan is dat een zware taak, zowel lichamelijk als emotioneel. De meeste mantelzorgers zijn gedreven, gaan vaak tot het uiterste en vergeten daarbij om voor zichzelf te zorgen. “Ik verlegde mijn grenzen steeds verder als het gaat om zorgen voor mijn partner”, vertelt mantelzorger Marieke. “Je staat niet stil bij de mogelijkheid dat je hulp kunt vragen.”

Vrijwilligers van VPTZ (Vrijwillige Palliatieve Terminale Zorg) zijn speciaal opgeleid om te ondersteunen en te ontlasten. Zij nemen voor heel even de zorgtaken van de mantelzorger over. “De hulp van de VPTZ heeft er voor gezorgd dat ik twee keer per week even kon uitwaaien. Ik kon heel even opladen en dat hielp mij om deze zware fase aan te kunnen”, aldus mantelzorger Marieke.

Wat kunt u van deze vrijwilligers verwachten?

De vrijwilligers van VPTZ kiezen er bewust voor om ondersteuning te bieden aan mensen die op korte termijn gaan sterven. Ze worden zorgvuldig geselecteerd en opgeleid. Ze bieden geen professionele zorg, maar willen mantelzorgers voor even ontlasten door te waken bij de zieke, zowel overdag als 's nachts. Zij geven tijd, aandacht en emotionele steun met een luisterend oor, een helpende hand en een wakend oog.

Kunt u de hulp van vrijwilligers gebruiken?

U kunt rechtstreeks (of via uw thuiszorgorganisatie of huisarts) contact met VPTZ opnemen (061321073). Een coördinator maakt een afspraak met u voor een kennismaking. Tijdens dat gesprek wordt er o.a. gekeken naar welke hulp nodig is, hoe vaak en op welke dagen en tijdstippen. Na het kennismakingsgesprek wordt zo snel mogelijk (vaak binnen 48 uur) de eerste vrijwilliger bij u ingepland.

Geen hulp nodig, maar wel hulp bieden?

Dat kan ook! Bij VPTZ kunnen ze altijd nieuwe vrijwilligers gebruiken. U kunt zelf aangeven wanneer u beschikbaar bent. Voordat u aan de slag gaat volgt u eerst een training. Meer info? Kijk op www.vptzrijkvannijmegen.nl/vrijwilliger.



WILT U UW WONING VERKOPEN?

Driessen Makelaardij is al meer dan 40 jaar vertrouwd en ondernemend in uw regio. Uw persoonlijke NVM Makelaar Taxateur *Mario de Vries*. Met een enthousiast en deskundig team, dat conform de NVM-regelgeving geschoold is, staan wij 6 dagen per week graag voor u klaar!

“Vindt u het normaal om opstartkosten te betalen? Wij niet! Ons motto: eerst presteren! Daarom betaalt u bij ons geen kosten vooraf.”



MARIO DE VRIES

Geen opstartkosten en no cure no pay

Vindt u het normaal om opstartkosten te betalen? Wij niet! Ons motto: eerst presteren! Daarom betaalt u bij ons geen kosten vooraf. De verkoopkosten worden pas bij de notariële overdracht (wanneer u de koopsom ontvangt) verrekend.

Standaard de beste toppositie voor uw woning op funda

Ook op de woningsite Funda wordt uw woning prominent gepresenteerd door inzet van het Funda-Presentatiepakket. Hierdoor wordt uw woning altijd op een prominente plek gepresenteerd. En hoe meer mensen uw woning zien, hoe groter de kans op bezichtigingen en dus ook op een verkoop.

Verkoopplannen en benieuwd naar de waarde van uw woning?

Of heeft u een woning op het oog en wilt u hulp bij de aankoop? Neem dan contact op met ons kantoor om een vrijblijvende afspraak in te plannen.




Driessen Makelaardij
Al 40 jaar uw huismakelaar

Driessen Makelaardij Nijmegen
 St. Annastraat 18, Nijmegen
 Telefoon: (024) 360 70 55
 nijmegen@driessenmakelaardij.nl

Driessen Makelaardij Wijchen
 Kasteellaan 23, Wijchen
 Telefoon: (024) 64 90 100

www.driessenmakelaardij.nl



Nieuws van de Zonnebloem Brakkenstein

Wanneer ik dit stukje schrijf, lijkt het erop dat er eind juni meer versoepelingen komen. Voor onze gasten zou dit erg fijn zijn. Ook al proberen onze vrijwilligers contact te houden, tijdens deze pandemie is dat erg moeilijk.

Onze medewerkers zijn veelal op leeftijd en de meeste gasten hebben een hoge leeftijd. Dat houdt in dat iedereen erg voorzichtig is en blijft. Het duurt voor iedereen te lang, al anderhalf jaar geen of nauwelijks bezoek, geen gezamenlijke activiteiten. Zodra er meer mogelijk is, gaat de Zonnebloem dit direct weer oppakken. Voor deze zomer hebben we een sponsor gevonden die het mogelijk maakt dat we bij al onze gasten weer een attentie langs kunnen brengen.

Omdat de lotenverkoop door deze crisis waarschijnlijk ook veel minder opbrengt, zijn we hier heel erg blij mee. We komen in juli en augustus met loten aan de deur, maar we hebben niet genoeg vrijwilligers die langs de deuren kunnen/durven te gaan.

Afgelopen anderhalf jaar hebben we veel gasten verloren door overlijden en verhuizingen. Wel kunnen we gelukkig 5 nieuwe vrijwilligers verwelkomen.

Op zondag 12 september a.s. is het Nationale Ziekendag, het zou fantastisch zijn als we dan onze gasten mogen uitnodigen voor een gezellig samenzijn. Maar alles is nog ongewis. Dus als het allemaal weer kan, zullen we er als vanouds voor onze gasten zijn. Ik wens u allen ondanks de beperkingen een fijne zomer en graag tot ziens!

Ankie Jansen, voorzitter Zonnebloem Brakkenstein



Expositie schilderijen Johan Seeling



Op zondag 19 september a.s. zijn er in het KWJ-gebouw aan d'Almarasweg 228 tussen 12.00 uur en 18.00 uur weer schilderijen te bewonderen (en te koop) van Johan Seeling. Het KWJ-gebouw ligt komend vanuit Brakkenstein aan de afslag links, vlak vóór het spoor, de ingang naar de Botanische Tuin. Noteer het vast in uw agenda, voor een hapje en een drankje wordt gezorgd!



FYSIOTHERAPIE BRAKKENSTEIN

024 355 98 94

Kanunnik Boenenstraat 8

info@fysiotherapiebrakkenstein.nl
www.fysiotherapiebrakkenstein.nl



U vindt ons in het hart van de wijk. Onze praktijk wordt gekenmerkt door een open en toegankelijke sfeer.
Patiënten kunnen direct terecht bij acute onvoorziene klachten.
Voor een afspraak of vraag kunt u te allen tijden binnenlopen in onze praktijk.
Wij werken uiteraard volgens de adviezen van de overheid en de laatste richtlijnen van het RIVM.

Onze deur staat open voor de juiste fysiotherapie voor iedereen!

Gezond zitten ? Zo zit dat!

Of het nu gaat om de ideale ergonomische stoel op kantoor of de relaxfauteuil thuis, om de opsta-stoel voor de senior of een designstoel voor een bijzonder interieur, met ruim dertig jaar ervaring is Gaertner een aanspreekpartner voor ieder die begrijpt hoe belangrijk zitten is voor gezondheid, comfort en welbevinden.



Gaertner
ergonomische meubelen

In deze regio zijn wij als ergonomisch kenniscentrum uniek. Onze dienstverlening is altijd maatwerk en onze jarenlange ervaring en kennis een absolute meerwaarde. Ergonomie is altijd de rode draad. We zijn merkonafhankelijk en bieden een brede range aan producten van gerenommeerde merken.

Gaertner Ergonomische Meubelen • Heyendaalseweg 165, Nijmegen • Telefoon: 024 356 8390 • www.gaertner.nl

Belangrijke telefoonnummers

- Advies- en Steunpunt huiselijk geweld: Bel met Veilig Thuis op 0800-2000
- Alarmnummer: 112
- Apotheek Wilhelmina Brakkenstein, Kanunnik Mijllinckstraat 5, (024) 3 553 062
- Apotheek: Zuider Apotheek Brakkenstein, Heyendaalseweg 288, (024) 2 082288
- Stichting Begraafplaats St. Barbara Brakkenstein: begraafplaats: 06-4576 2398; administratie: (024) 3551148
- Brandweer: (024) 3 297 599
- Breng Klantenservice: 0900 266 63 99; van ma t/m za van 8-19 uur
- Bureau Toezicht: 14 024
- BUUR - Wijkplaats & Eetcafé: (024) 663 4659
- Buurtsportcoach Brakkenstein: Anouk Janssen: 06-55 49 16 08
- Buurtzorg Nijmegen Brakkenstein, wijkverpleging: 06-12 14 91 36
- Canisius Wilhelmina Ziekenhuis: (024) 3 657 657
- Dar Klantenservice: ook Grofvuilservice: (024) 371 60 00
- De Lindenberg: (024) 327 39 11
- Dierenambulance: (024) 355 02 22
- Discriminatie, Ieder1Gelijk: (024) 324 04 00
- Edwin van Haveren, wijkmanager, via secretariaat wijkmanagement: (024) 329 96 04
- Gemeente Nijmegen: 14 024
- GGD: 088-1447144
- Helen Franken, wijkregisseur: 06 51 499701
- Huisartsenpost Nijmegen en omstreken: 0900 88 80
- Kindertelefoon: 0800 04 32
- KBO Wijkcomité Brakkenstein: is opgeheven; tijdelijk secretariaat KBO bellen: (024) 377 46 85
- Lux: 0900 589 46 36
- Medisch centrum Brakkenstein: (024) 355 23 39
- Meld & Herstel-app:
www.nijmegen.nl/diensten/melden-aan-de-gemeente/meld-herstel/
- Meld Misdaad Anoniem: 0800 – 7000
- Meldpunt Kindermishandeling: 0800 – 2000
- Milieupolitie: 14 024
- Politie: 0900 88 44 via dit algemene nummer zijn ook de nieuwe wijkagenten Marcel Rutten en Penny Wiss te bereiken
- Radboudumc: (024) 361 11 11
- Sint Maartenskliniek: (024) 365 99 11
- Slachtofferhulp: (024) 323 33 22, 0900 0101
- Sociaal Wijkteam Zuid: 088 00 11 300
Voor vragen en problemen rond ziekte en beperkingen, zelfstandig wonen en voorzieningen, zo veel mogelijk oplossingen in de buurt
- Stadsschouwburg en Vereniging: (024) 322 11 00
- Talis: Mazin Maasoom Taliscontactpersoon voor Brakkenstein, 06-50 696054
- STIP Zuid Info en advieslijn: (024) 350 20 00. Adres: Wijkcentrum De Schakel in Grootstal aan de Archimedesstraat 9. Openingstijden: maandag 9.30-12.30, dinsdag 13.30 tot 16.30 en vrijdag 9.30 tot 12.30.
- Wijkraad Brakkenstein, voorzitter Hermine Groenendaal: 06-51991276
- Wijkwebsite www.mijnbrakkenstein.nl, kunt u niet op internet en hebt u vragen: 06-25356417
- Zonnebloem Brakkenstein: voor bezoek Marian Top: (024) 356 34 95, voor inlichtingen Ankie Jansen: 06- 50283635
- ZZG-zorggroep: (024) 366 57 77 vraag om team Wijkverpleging Brakkenstein



Heemhuys
Opaaltje
kleinschalig
kinderdagverblijf...




“we gaan elke dag
de natuur in”




Heemhuys
Natuurlijk

tel. 06-19892491
opaaltje@heemhuys.nl
www.heemhuys.nl

DE BRUIN & DE BRUIN

ELKE DAG VERS...



Heyendaalseweg 219

6525 SG Nijmegen

☎ (024) 3551570

🏠 www.debruin-debruin.nl

✉ info@debruin-debruin.nl

Wist U dat?

Wij bezorgen ook boodschappen aan huis!

Ook hebben wij een ruim assortiment aan kant en klare maaltijden uit eigen keuken!

KUNSTMAGAZIJN

UITLEEN • GALERIE • DESIGN

- Kunst ervaren in onze galerie
- Kunst lenen al vanaf € 8,- per mnd
- Aantrekkelijke kortingen door erbij te sparen
- Leuke kunstcadeaus en designartikelen
- Geef een kunstbon cadeau



KOM KIJKEN!

Kanunnik Mijllinckstraat 1-3 6525 WS Nijmegen
T: 024 82 00 315 • E: info@kunstmagazijn.nl

Openingstijden:
woensdag t/m zaterdag van 12.00 tot 17.00 uur

www.kunstmagazijn.nl

www.mijnbrakkenstein.nl

is er voor alle inwoners van de mooiste wijk van Nijmegen. Hier blijf je op de hoogte van wat er speelt in de wijk. Nadat je je eenmalig hebt aangemeld, kun je zelf ook berichten en foto's plaatsen. Bijvoorbeeld wanneer je een vraag hebt of iets organiseert. Ben je lid van een club of vereniging? Dan kun je informatie kwijt of de wijkwebsite. Inmiddels hebben we ruim 400 leden.

Wil je iedere vrijdag het nieuws uit de wijk ontvangen? Geef dat aan bij je profiel.

Meer weten?

Werkgroep wijkwebsite: Patricia Verhelst, Annelies de Wildt, Mia Petersen en Henk Sikking.

Email: contact@mijnbrakkenstein.nl

Voor telefonische ondersteuning: 06-25356417

ZOEK BOEK

- in het bos, in het park, of gewoon voor je deur -



speurtip

- zoek op en tussen planten en als het koud is op beschutte plekjes en onder bladeren. Waar vond jij ze?

naam: _____

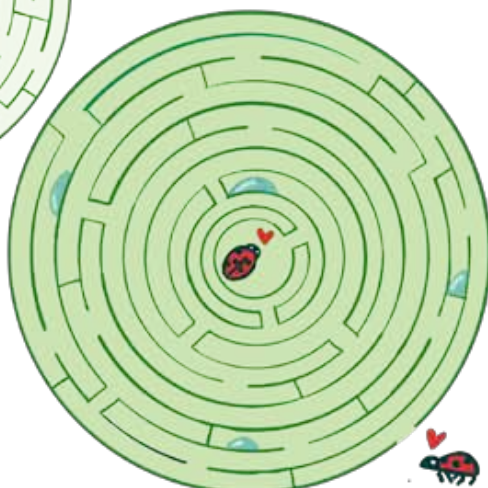
Eet bladluizen, wel 100 per dag! Of schimmels. Wordt ongeveer 1 jaar oud. Je herkent de soorten aan hun kleuren en aantal stippen. Het 7-stippige en het Aziatische lieveheersbeestje zie je in Brakkenstein het meest.

Knutsel tip

Zoek een steen uit en maak er je eigen lieveheersbeestje van met verf of stift. Deel op de wijkwebsite: mijnbrakkenstein.nl



Help de ♥-beestjes hun vriendjes vinden. Laat ze water drinken onderweg



Puzzels



verbind de lieveheersbeestjes met elkaar en zie het zoekboekdier van volgende keer



"EEN BREDE FYSIOTHERAPIEPRAKTIJK MET DE FOCUS OP DE BEHANDELING
VAN SPORTERS EN OUDEREN"

MMFYSIO IN BRAKKENSTEIN

WIJ HELPEN U VAN UW HAND- EN POLSKLACHTEN AF!

Klachten aan uw hand of pols zijn vaak niet alleen erg pijnlijk, maar kunnen ook uw dagelijkse leven behoorlijk belemmeren.

Onze gespecialiseerde fysiotherapeut zorgt er samen met u voor dat u uw hand en pols weer zo goed mogelijk kunt gebruiken. De handtherapeut inventariseert uw klachten tijdens een intakegesprek, waarbij deze uw hand onderzoekt. Hierna stelt hij samen met u doelstellingen op voor de behandeling.

LAST VAN UW RUG OF NEK?

Wij kunnen u helpen om uw klachten te verminderen en in de toekomst te voorkomen

Sinds we met zijn allen meer thuis werken, zien wij het aantal rug- en nekklachten flink toenemen. Een grote boosdoener is een slechte werkhouding. Dit resulteert vaak in zeurende klachten van de nek en rug. Ervaart u klachten? Maak dan gerust een afspraak bij ons in de praktijk.

SPORTEN MET WARM WEER

Als de zomer is aangebroken kunt u vaak lekker buiten sporten. Maar hoe kunt u verantwoord blijven sporten met warm weer? Wij geven een paar tips!

- Pas uw training aan. Begin rustig en verlaag de intensiteit van uw training.
- Begin met drinken voor de training. Drink tijdens de training als uw inspanning langer dan 45 minuten duurt en drink niet alleen water maar ook bijvoorbeeld sportdrank.
- Draag ademende kleding en train niet op het warmst van de dag.



- KANUNNIK
MIJLLINCKSTRAAT 75
- HEEMRAADSTRAAT 3



WWW.MMFYSIO.NL



024-3580779



INFO@MMFYSIO.NL

